



# 國立陽明交通大學附設醫院

National Yang Ming Chiao Tung University Hospital

①

出國報告（出國類別： A 類、學研訪問  
 B 類、出國短期研究  
 C 類、國際會議）

②

## 參加 2025 美國職業衛生研討會

③

服務機關：陽明交通大學附設醫院職業醫學科  
姓名職稱：藍凡耘 助理教授/主治醫師  
派赴國家：美國 奧斯丁  
出國期間：114.04.19~114.5.1 (研討會期間為 4.27~4.30)  
報告日期：114.05.12

## 摘要

本次參與 2025 年美國職業健康年會（AOHC 2025），本團隊共發表四篇研究成果，三篇聚焦於臺南市消防員的健康生活型態與其相關健康議題，包括心血管健康、組織健康文化與輪班制度影響；另一篇則探討在臺越南移工的工作倦怠與職業傷害之間的關聯。除發表研究成果外，亦以兩大目標積極參與本次年會：其一為參與多場專業論壇，吸收職業醫學領域最新趨勢與實證知識；其二為建立並拓展與國際職業醫學專家學者的實質連結與合作機會。論壇涵蓋議題多元，包括臨床決策中的無意識偏見、慢性疼痛的新療法、職場健康認證與永續發展政策、日本企業健康制度經驗分享、第一線救災人員健康標準更新、以及生活型態醫學於職場健康的應用等。透過與來自美國、丹麥、泰國等地學者互動交流，未來可望拓展跨國研究合作與人才交流。此次 AOHC 經驗對深化本團隊國際視野、強化研究應用性與推動健康職場環境具有關鍵意義。

## 目次

一、目的 .....	01
二、過程 .....	01
三、心得及建議 .....	04
四、附錄 .....	07

# 本文

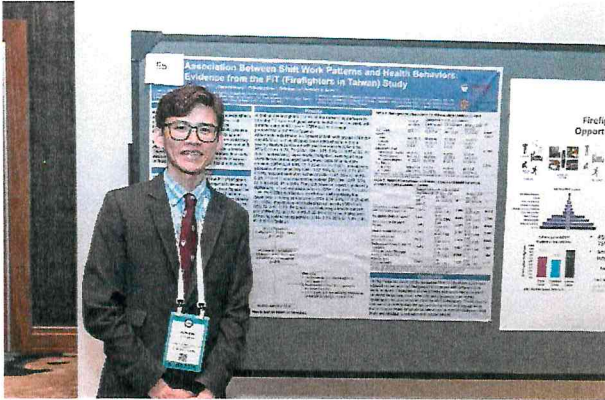
## 一、目的

本次參與美國職業健康年會（American Occupational Health Conference, AOHC 2025），旨在發表本團隊於職場健康促進領域的最新研究成果，並藉由全球職業與環境醫學專業人士的年度盛會，掌握最新學術發展、拓展國際合作網絡。AOHC 為全球規模最大的職業與環境健康專業會議之一，集結超過 1,100 名來自世界各地的專家學者，提供高品質教育訓練與跨國經驗交流的平臺，是我們深化研究視野、連結國際資源與實踐跨領域合作的關鍵契機。

## 二、過程

我們團隊於本次 AOHC2025 研討會共發表四篇研究成果，其中三篇聚焦於消防員的生活型態研究，另一篇則探討在臺越南移工的職場健康議題。消防員相關研究主要以臺南市消防人員為對象，核心主題圍繞地中海飲食為基礎的健康生活型態。第一篇研究探討健康生活型態與消防員心血管健康之間的關聯性。結果顯示，對健康生活型態有高度遵從性的消防員，其血壓、HbA1c、HDL 與三酸甘油脂皆有顯著改善。進一步分析也指出，未肥胖、有規律身體活動、足夠睡眠及不吸菸為影響心血管健康的重要因子。第二篇研究則關注消防人員的工作場域中組織健康文化與其健康生活型態的關聯。研究發現，在組織健康文化良好的工作環境中，消防同仁展現出更佳的健康行為表現，尤其在減少久坐時間、獲得足夠睡眠與養成午睡習慣方面，效果更為顯著。第三篇研究探討輪班型態對消防員健康生活型態的影響。研究顯示，採勤一休一及勤二休二輪班型態的同仁，其健康生活型態普遍較差，包括吸菸、身體活動減少與久坐等問題，凸顯輪班制度對健康行為的潛在負面影響。綜合上述三篇研究成果，皆強調了促進消防員健康生活型態的重要性，並呼籲在政策與實務層面重視工作環境、制度設計及個人健康行為的相互影響。此外，團隊另一篇發表則聚焦在臺工作的越南移工，探討其工作倦怠與職業傷害之關聯性。研究結果指出，工作倦怠與職業傷害風險呈顯著正相關；婚姻狀況亦具有調節作用——已婚移工所呈現的關聯性低於未婚者。此次於 AOHC 研討會的發表，不僅展現本團隊在勞動者健康促進領域的研究成果，也促進與來自不同國

家、具相似研究關注之專業人士的學術交流（圖一、二）。



（圖一）



（圖二）

此次參與 AOHC2025 除了發表本團隊研究成果之外，尚有二重要目的：參加各論壇吸收職業醫學領域新知、與連結國際重要職業醫學專家學者。分述如下：

論壇參與部分，研討會開幕演說 Dr. John Clarke 即以職業環境醫學研究與臨床業務中常被忽略的「偏見 (Bias)」破題，呼應本年度 AOHC 的主題：Reset、Aspire、和 Sustain。

Clarke 醫師提到社會上普遍存在的「無意識偏見」，包括膚色、穿著、體態、年齡等刻板印象，造成臨床處置和行為決策時的不平等，是跨領域的嚴峻挑戰。史丹佛醫學院 Kristen Slater 博士主持的疼痛處置論壇，緊接著介紹慢性疼痛的新興實證療法：疼痛心理學與 Pain Reprocessing Therapy (PRT)；因應當代職場越來越盛行的慢性疼痛問題，該療法的實證效果可望改善病患生活品質，進而形塑健康職場環境。此外，由二十餘國職業醫學會聯合促成的國際職業醫學聯盟 (International Occupational Medicine Society Collaborative, IOMSC) 在本年度 AOHC 宣告職場健康、企業經營、與全球永續的多方互利目標與執行策略；以日本為例，日本產業醫科大學 Koji Mori 教授介紹了日本政策面的舉措和成果，將健康職場認證與股市績優企業認證做連結，使企業在推行健康職場的同時，兼具提高市值、吸引投資者的誘因，造就勞資雙贏的局面。與本人研究主題息息相關的消防員暨第一線救災救護人員健康論壇，則由美國國土安全局運輸安全部的 Fabrice Czarnecki 主任介紹 2025 年更新版本的「NFPA：救災救護人員職業健康福祉標準」內容，以該族群心血管風險為主軸，建立客觀的風險指標、有氣體適能、心血管壓力測試等職場適性配工與復工標準。與之呼應的「生活型態醫學應用於職業醫學」論壇，再次強調健康生活型態的六大支柱：營養、運動、睡眠、正向社會連結、

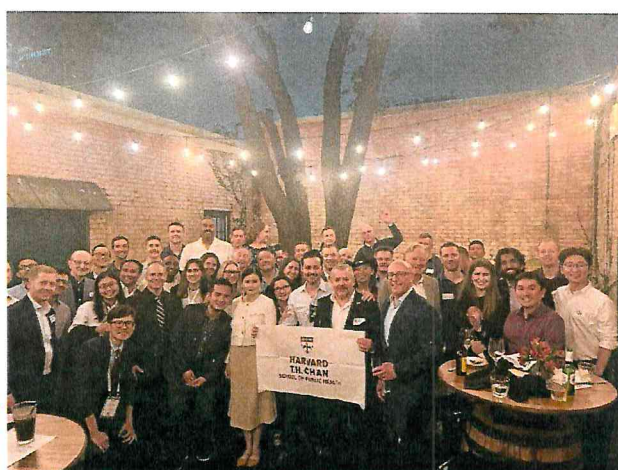


避免有害物質、及壓力調適作為職場健康促進的重要工具與目標。聯合國 UN Health Intelligence 的論壇，呈現二十年來的全球勞工問卷普查，同樣強調職場健康的需求與職場健康不平等的議題。與之呼應，企業醫學（Corporate Medicine）與移工健康分別於各自論壇深入探討聯合國近年的倡議，並激盪與會專家學者的經驗分享。

連結國際重要職業醫學專家學者的部分，本人參與了研討會「哈佛校友之夜」（圖三、四），與哈佛職業醫學訓練計劃過往數十年的校友歡聚，並互相交換各自場域研究與臨床的經驗。本人亦積極參與每日論壇上下午的 Networking break，從而結識同樣進行消防員研究的 Dr. Belafsky（UC Davis 主任）、Dr. Petersen（丹麥大型消防員世代研究計劃主持人之一）、與 Dr. Ploypatt（泰國消防員世代研究計劃主持人）（圖五），可望進一步促成多國消防員健康研究合作。另與猶他鹽湖城聖馬克醫院（St Mark's Hospital）Carla Olsen 醫師相談甚歡，可望促成雙邊訓練醫師交流計劃（其女 Caroline Olsen 已安排今年夏天至臺灣學習中文）（圖六）。尚有奧勒岡州 Dr. Lobo、華盛頓州立大學職業醫學 Debra Cherry 主任等連結，可望促成並參與美國野火對消防人員健康影響的研究計畫。



（圖三）



（圖四）



(圖五)



(圖六)

### 三、心得及建議

#### (一) 心得

此次參加 AOHC2025 年會，不僅是分享本團隊研究成果的重要場合，更讓本人有機會深入了解國際職業醫學的最新趨勢與實務經驗。研討會由 Clarke 醫師以「偏見 (Bias)」為題揭開序幕，點出了職業環境醫學中不容忽視的課題，尤其是「無意識偏見」對臨床與決策的負面影響，令人深思。接續的論壇更是多元豐富，例如疼痛研究領域所介紹的 Pain Reprocessing Therapy (PRT)，針對現今職場中廣泛存在的慢性疼痛問題提供了嶄新且具實證基礎的解方。

特別值得一提的是 IOMSC 所提出的跨國職場健康合作策略，以及日本將職場健康與企業股價連結的先進實務，展現出健康與企業永續可並行的可能性。本人也對消防員健康相關論壇印象深刻，從最新的 NFPA 職業健康標準，到實作層面的心血管風險評估與適性配工策略，與本人研究主題高度契合。而生活型態醫學在論壇中亦被重視，顯示職場健康推動早已超越疾病預防的範疇，而是涵蓋整體生活品質與福祉的提升。

除了學術收穫，此次也大力拓展了國際人脈。在「哈佛校友之夜」中與眾多職業醫學同儕交流經驗，並於會議期間結識了來自美國、丹麥、泰國等地的重要研究者，未來可望促成



跨國合作研究，特別是在消防員世代研究方面。也與來自美國的醫學機構建立了交流潛力，包括可能促成的雙邊實習與研究合作，對於促進本地職業醫學訓練將極具助益。整體而言，這次 AOHC2025 之行內容充實、收穫豐富，為未來的研究方向與國際合作奠定了重要基石。

## （二）建議

根據此次參與 AOHC2025 國際職業醫學年會的豐富觀察與交流，本人認為我國在推動職業醫學政策及相關研究方面，可參考以下幾項建議：

### 一、強化對「無意識偏見」與職場健康不平等的認知與行動機制

如 John Clarke 醫師所指出，無意識偏見在職場健康管理與臨床實務間普遍存在，可能導致健康照護資源的不公平分配。建議我國可仿效國際趨勢，將職場平等納入職業醫學政策範疇，例如推行職場多元與包容性（Diversity & Inclusion）培訓課程，或納入職業健康檢查進行潛在歧視風險的評估，促進全人關照與公平醫療。

### 二、導入慢性疼痛心理介入與 PRT 臨床應用

考量到我國服務業與長照勞動人口中慢性疼痛問題日益嚴重，建議儘早進行 PRT（Pain Reprocessing Therapy）在國內的試辦與研究，並培養疼痛心理學相關人力資源，建立跨科別整合的治療模式。

### 三、推動職場健康認證制度與企業永續接軌

日本將健康職場認證與股市績優企業掛勾的案例值得借鏡。我國政府可結合 ESG（環境、社會與公司治理）評分機制，設置「健康職場績效指標」，作為投資機構與消費者評估企業的參考標準之一，提升企業主對職業健康議題的重視。

### 四、強化第一線人員如消防員的職業健康專責指引

美國即將於 2025 實施新版本 NFPA 標準，對於心血管風險高的第一線救災人員提供清晰的復工與配工指標。建議國內內政消防單位、勞動部與衛福部合作，針對我國消防員特殊工作型態，發展本土化之健康監測與職場體適能標準，促進職涯安全與健康。

### 五、建構跨國、跨機構職業醫學研究網絡

透過本次年會與來自美國、丹麥與泰國研究機構的互動，可見跨國合作對深化研究質與



量的重要性。建議政府設立相關國際合作補助計劃，鼓勵學研單位參與全球性職業醫學世代研究（如消防員世代研究），提升我國研究能見度與政策建言價值。

#### 六、推展生活型態醫學於職場健康中的應用

隨著生活型態疾病對職場與醫療體系的壓力日增，建議政府可推動「職場生活型態介入計畫」，鼓勵企業導入生活型態醫學六大支柱（營養、運動、睡眠、正向社會連結、避免有害物質、壓力調適），並建置成效衡量機制，藉以達成健康員工、永續企業與減輕醫療負擔的多重效益。

總結來說，職業醫學已逐漸與公共衛生、企業治理及國際永續趨勢接軌，我國若能順應此一思潮，深化政策體系與研究基礎，將有助於提升勞動力健康福祉與國家競爭力。

#### 四、附錄

建議事項參採情形 (請條列上述「建議」相關事項於下)	出國人建議		單位主管覆核			
	建議採行	建議研議	同意立即採行	納入研議	不採行	不採行原因
1. 強化對「無意識偏見」與職場健康不平等的認知與行動機制		✓		✓		
2. 導入慢性疼痛心理介入與 PRT 臨床應用	✓		✓			
3. 推動職場健康認證制度與企業永續接軌		✓		✓		
4. 強化第一線人員如消防員的職業健康專責指引	✓		✓			
5. 建構跨國、跨機構職業醫學研究網絡	✓		✓			
6. 推展生活型態醫學於職場健康中的應用	✓		✓			

連絡人：藍凡松  
分機：11293

單位主管（審核）簽章：

