



医务人员职业健康 促进指南（试行）



健康中国 中国疾病预防控制中心 广东省职业病防治院

国家卫生健康委员会职业健康司
中国疾病预防控制中心职业卫生与中毒控制所
广东省职业病防治院



医务人员职业健康 促进指南（试行）

为落实健康中国职业健康保护行动，倡导健康工作方式和生活方式，提高医务人员健康素养，保护和促进医务人员职业健康，根据《中华人民共和国基本医疗与健康促进法》、《中华人民共和国职业病防治法》、《中华人民共和国传染病防治法》、《健康中国行动（2019-2030年）》及其他相关法律法规和规范文件要求，制定本指南。

本指南适用于各级各类医疗卫生机构医师、护士、医技、药学等专业技术人员，其他工作人员参照执行。



一、医疗卫生机构责任和义务

医疗卫生机构应当为医务人员创造有益于健康的环境和条件，严格执行职业健康相关规定，落实健康中国职业健康保护行动相关要求，保障和促进医务人员健康。

- ① 为医务人员提供整洁卫生、绿色环保、舒适优美、和谐和人性化的工作环境。
- ② 鼓励设置或指定职业健康管理机构，配备专职或者兼职的职业健康管理人员，组织开展职业健康促进工作。
- ③ 鼓励开展健康指导工作，提倡为医务人员定期开展健康检查。
- ④ 采用符合职业健康要求的设备设施，提供合格的个人防护用品，控制和消除职业健康风险。

- ⑤ 加强职业健康风险监测和评估，针对可能发生的急性职业危害事故编制应急预案，配置应急设施设备及急救用品，开展应急演练与评估。
- ⑥ 全面开展职业健康培训，普及职业健康知识。
- ⑦ 组织上岗前、在岗期间和离岗时的职业健康检查，建立职业健康监护档案，并按照规定期限妥善保存。
- ⑧ 建立保护和促进医务人员健康的相关制度，积极组织医务人员开展健身活动。



二、医务人员权利和义务



医务人员有获得职业健康保护和促进的权利。医务人员要树立和践行健康理念，主动学习健康知识，提高健康素养，加强自身健康管理，形成与岗位要求相适应的健康工作方式和生活方式。

- 1 了解工作场所产生或者可能产生的职业危害因素、健康影响和应当采取的防护措施。
- 2 学习和掌握与职业健康相关的制度标准、职业危害防护知识和岗位操作规程，正确佩戴和使用个人防护用品。
- 3 树立健康意识，自觉接受职业健康教育、培训，享有职业健康检查、职业病诊疗、康复、保障等职业健康服务。
- 4 倡导健康工作方式，积极践行职业健康先进理念和文化，养成健康良好的工作方式和习惯，争做“职业健康达人”。



三、医疗卫生机构存在的职业健康影响因素及其防护要求

本指南列举了医疗卫生机构的职业危害因素及其防护要求，并对可能存在的职业健康影响进行分析。

（一）生物性危害因素。

医疗卫生机构主要的生物性危害因素包括病原微生物（如SARS冠状病毒、新冠病毒、HIV病毒等）、细菌、真菌和寄生虫等。常见工作岗位包括感染性疾病科、急诊科、手术室、重症监护病房等。

1 管理措施

- 1 建立职业暴露上报制度，对已知和未知生物性有害因素职业暴露进行风险评估，按照相应职业暴露处理规范进行处理和上报。
- 2 严格落实预检分诊制度和传染病报告制度，及时发现传染病患者及疑似患者，尽早采取隔离措施。
- 3 建立标准化操作程序，详细说明每类个人防护用品选择原则和正确佩戴方式，减少职业危害暴露。
- 4 开展医务人员个人防护用品使用培训，包括个人防护用品的穿戴、去污和脱摘等。



2 个人防护

- ① 医务人员应及时科学评估工作环境和医疗操作中可能存在的职业健康风险，根据疾病的传播途径和暴露风险采取相应预防控制措施。选择个人防护用品应按照个人防护用品选择原则，并考虑适合性、密合性、舒适性等因素。穿戴和脱摘个人防护用品严格按照标准化操作规程进行，并做好穿脱后的检查工作。
- ② 基本防护。普通门诊（急）诊、普通住院病区、普通手术室、普通技诊科室等医务人员的个人防护用品包括工作服、外科口罩、一次性工作帽，必要时加戴一次性乳胶手套或丁腈手套。其他岗位的医务人员按下列要求执行。
- ③ 一级防护。适用于门诊预检分诊、急诊救治、口腔门诊、眼科门诊、耳鼻喉门诊、内镜检查等医务人员，对甲类或按甲类管理传染病患者的密切接触者开展流行病学调查的医务人员。个人防护用品包括外科口罩或医用防护口罩、护目镜或防护面屏、一次性工作帽、一次性防渗隔离衣、一次性乳胶手套或丁腈手套。



- ④ 二级防护。适用于发热门诊、收治甲类或按甲类管理传染病患者（确诊病例、疑似病例）的隔离病区、ICU、影像检查、实验室核酸检测、疑似及确诊患者转运、为疑似或确诊患者手术等医务人员，对确诊病例、疑似病例进行流行病学调查的医务人员，为经空气传播疾病的患者近距离操作的医务人员。个人防护用品包括医用防护口罩、一次性防渗隔离衣或防护服、工作鞋、洗手衣、一次性工作帽、一次性乳胶手套或丁腈手套、护目镜或防护面屏、鞋套等，必要时在防护服外加穿防渗隔离衣或加戴防护面罩。
- ⑤ 三级防护。适用于为甲类或按甲类管理传染病患者（确诊病例、疑似病例）实施气管切开和气管插管、核酸检测、解剖传染病患者或疑似患者尸体的医务人员。个人防护用品包括医用防护口罩、防护服、工作鞋、洗手衣、一次性工作帽、一次性乳胶手套或丁腈手套、护目镜、防护面罩、一次性防渗隔离衣、长筒鞋套（防护服有鞋套除外）。有条件的尽量使用加正压头套或全面防护型呼吸防护器。



- ⑥ 医务人员在诊疗活动中除应遵循《医务人员手卫生规范》（WS/T 313）外，一旦可疑接触了血液、体液、分泌物、排泄物等物质以及被其污染的物品后应当立即洗手或手消毒。
- ⑦ 锐器伤防护。
 - 1) 进行侵入性操作时，保证足够的光线，尽量减少创口出血。
 - 2) 被污染的锐器应废弃至密闭、防刺破和防泄漏的容器中。
 - 3) 存放污染锐器的容器应尽可能放在靠近工作场所的醒目位置，以方便安全使用；使用时应竖放，定期更换，不允许存放过满。
 - 4) 存放污染锐器的容器移出使用区或更换时，应先盖好容器，防止在处理、储存和运输过程中发生内容物的溢出和外露。
 - 5) 不能徒手打开、清空或清洗重复性使用的容器，避免操作时引起操作者皮肤损伤。
 - 6) 禁止用手在人与人之间直接传递锐器；禁止用手直接拿取被污染的锐利器具；禁止直接把手伸入容器中存放和处理被污染的重复性使用的锐器。
 - 7) 禁止用手弯曲或弄直被污染的针具，禁止双手回套针帽，禁止用手分离使用过的针具和针管，禁止重复使用一次性医疗用品。

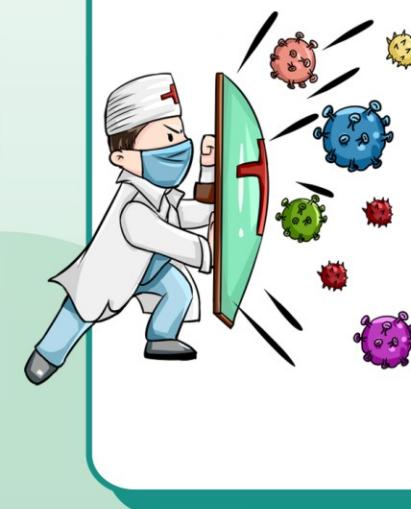


（二）放射性危害因素。

医务人员可能因操作或使用射线装置或者放射源而接触放射性有害因素。常见工作岗位包括放射诊断、介入治疗、核医学和放射治疗等。

1 管理措施

- ① 医疗卫生机构应按照《中华人民共和国职业病防治法》和《放射诊疗管理规定》等法律法规要求，开展放射诊疗建设项目放射防护设施“三同时”工作，并完成职业病危害评价和放射防护设施竣工验收等工作。
- ② 放射诊疗工作场所的布局和分区应合理，并采取适当的屏蔽和放射防护措施，工作场所的辐射水平满足相应标准要求，放射防护设施应通过竣工验收。
- ③ 医疗卫生机构从事核医学检查、放射诊疗、核磁共振检查、康复治疗等工作的医务人员对结核、新冠等传染病患者或疑似人员应予以关注，并注意做好个人相应健康防护，包括诊疗场所通风等。
- ④ 医疗卫生机构开展放射诊疗工作时应取得放射诊疗许可，并定期开展放射防护与质量检测工作。
- ⑤ 应制定、完善放射防护管理制度。从事放射诊疗工作的医务人员上岗前、在岗期间和离岗时应进行职业健康检查，规范开展个人剂量监测，定期进行放射防护知识培训。



- ⑥ 应为从事放射诊疗工作的医务人员建立个人剂量监测、职业健康管理与培训档案。
- ⑦ 应制定相应的放射事件应急计划，并对可能发生的事件，宣传该计划并定期进行实际演练。



- ① 从事放射诊疗工作的医务人员，需选择佩戴合适的个人防护用品，可选择使用的防护用品包括铅橡胶围裙、铅橡胶帽子、铅橡胶颈套、铅橡胶手套、铅防护眼镜和防放射性污染用品等。
- ② 从事介入治疗操作的医务人员，应合理应用防护设施降低外照射剂量，并按照GBZ 128要求在防护衣内外佩戴两个剂量计。
- ③ 从事操作放射性药物的医务人员，宜开展手部剂量和眼晶体剂量监测，并配置个人去污用品；操作大量气态或挥发性放射性物质的医务人员，按照GBZ 129要求开展内照射剂量监测。
- ④ 核医学医务人员应根据工作需要，合理选择使用移动铅屏风、注射器防护套、带有屏蔽的容器、托盘、长柄钳、分装柜等防护设施，以降低受照剂量。
- ⑤ 从事放射性敷贴治疗的医务人员，需要佩戴有机玻璃镜或面罩。
- ⑥ 从事放射治疗的医务人员，进入含源机房时，需要佩戴个人剂量报警仪。

个人防护用品和辅助防护设施配置要求表

放射检查类型	工作人员	
	个人防护用品	辅助防护设施
放射诊断学用X射线设备隔室透视、摄影	—	—
放射诊断学用X射线设备同室透视、摄影	铅橡胶围裙 选配：铅橡胶帽子、铅橡胶颈套、铅橡胶手套、铅防护眼镜	移动铅防护屏风
口内牙片摄影	—	—
牙科全景体层摄影，口腔CBCT	—	—
Ct体层扫描（隔室）	—	—
床旁摄影	铅橡胶围裙 选配：铅橡胶帽子、铅橡胶颈套	—
骨科复位等设备旁操作	铅橡胶围裙 选配：铅橡胶帽子、铅橡胶颈套、铅橡胶手套、铅防护眼镜	移动铅防护屏风
介入放射学操作	铅橡胶围裙、铅橡胶颈套、铅防护眼镜、介入防护手套 选配：铅橡胶帽子	铅悬挂防护屏/铅防护吊帘、床侧防护帘/床侧防护屏 选配：移动铅防护屏风

(三) 物理性危害因素。

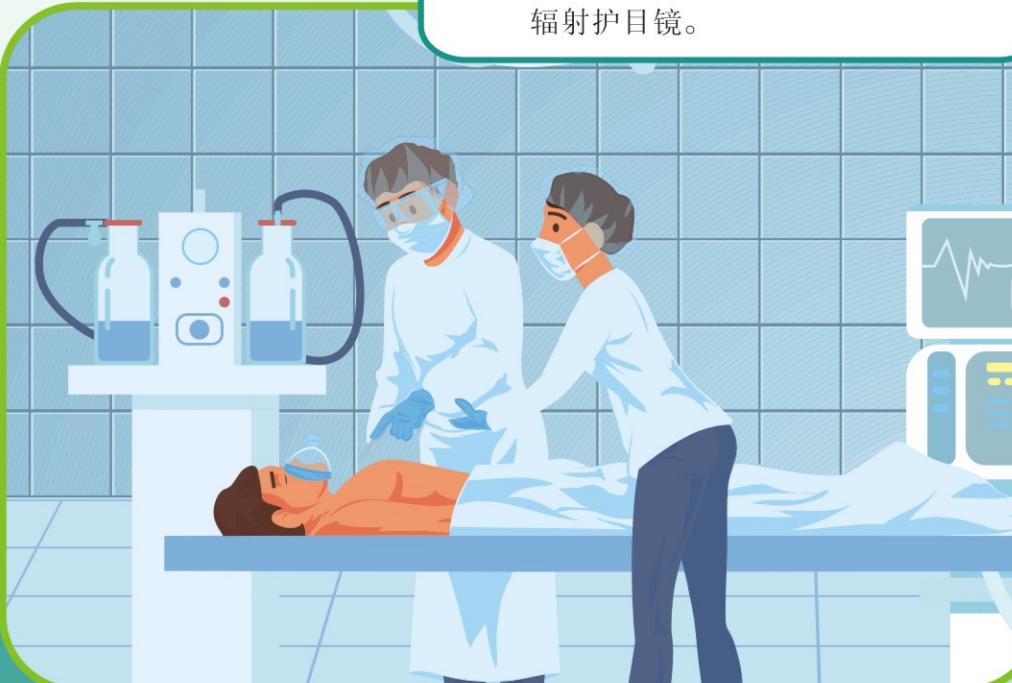
医疗卫生机构主要的物理性危害因素包括紫外辐射、激光辐射等。紫外辐射常见于采用紫外消毒的区域；激光辐射常见于使用激光治疗设备的区域，如康复理疗中心、手术室、皮肤科等。

1 管理措施

- ① 使用紫外灯消毒时不应使光源直接照射到人，不应在易燃、易爆的场所使用，照射时间一般 $\geqslant 30$ 分钟。
- ② 使用无臭氧灯管的紫外灯消毒，在确认紫外灯关闭后可进入；使用可产生臭氧灯管时，应在消毒后开窗通风30分钟，人员方可进入。

2 个人防护

- ① 避免直接接触紫外辐射。接触低强度紫外源操作，可使用玻璃或塑料护目镜、风镜以保护眼睛。
- ② 严禁裸眼观看激光束。采用激光诊疗活动的医务人员，需佩戴防激光辐射护目镜。

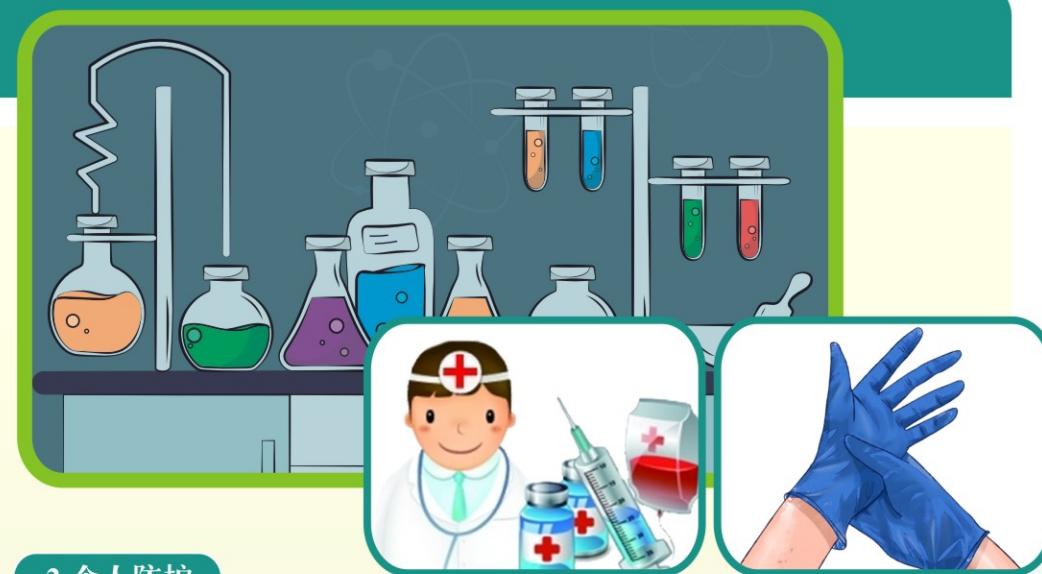
**(四) 化学性危害因素。**

医疗卫生机构主要的化学性危害因素包括医院制剂生产和使用过程中的原辅料、手术室消毒用有毒化学品和麻醉废气等。常见工作岗位包括检验科、病理科、临床实验室、消毒供应室、手术室、肿瘤科、药剂科等。

**1. 管理措施**

- ① 优先采用同样有效但无毒（害）或低毒（害）的化学物质。
- ② 保持良好通风，尽量减少化学物质的接触时间或频率，降低工作场所化学性危害物质浓度。
- ③ 可能发生化学性灼伤及经皮肤粘膜吸收引起急性中毒的工作场所，应在工作地点就近设置冲淋、洗眼设施并配置应急药箱。
- ④ 组织医务人员进行个体防护用品使用等专业知识培训，定期对个体防护用品的使用情况进行监督检查，确保医务人员在工作中正确穿戴和使用个体防护用品。
- ⑤ 个体防护用品应按要求进行维护、保养，并按发放周期定期更换。
- ⑥ 制定岗位操作规程，对医务人员开展定期操作规程指导和培训，引导、督促医务人员严格按规程操作。





2.个人防护

- 1 对于乳胶过敏的医务人员，使用其他材料替代，减少直接接触乳胶的时间，使用乳胶制品后立即洗手并进行干燥。
- 2 挥发性、腐蚀性或刺激性化学试剂（如消毒剂、酸碱等）的配制和使用应在通风橱内进行，医务人员作业过程中应穿戴医用工作服、防毒口罩、化学防护手套及防护眼罩等。
- 3 制剂过程可能存在化学危害的，应穿戴防护服、防护口罩、护目镜和防护手套。防护服应由非透过性、无絮状物材料制成，能够遮盖住除手以外全部的暴露皮肤，袖口加长并能卷入手套中。佩戴无粉聚氯乙烯手套，通常应戴双层手套。防护口罩（带鼻夹）和护目镜（防气雾）佩戴后要和面部紧贴，尽量减少皮肤裸露，护目镜应无破损，能够完全遮盖住眼眶周围皮肤且不影响视野。

（五）工作相关职业紧张。

医务人员因职业特点存在长期加班倒班等工作方式，可导致工作压力，容易产生抑郁、焦虑，甚至导致心血管疾病。常见工作岗位为工作强度较高的临床科室，如急诊科、重症监护室、手术室等。

防护措施主要以健康干预为主，针对医务人员可能存在的心理健康问题，制定并实施员工心理援助计划，提供心理咨询等服务。主要措施包括：



1.开展心理健康促进活动，把心理健康教育融入医疗卫生机构思想政治工作，为医务人员主动寻求心理健康服务创造条件。



2.开展心理援助计划，提供心理评估、咨询辅导等服务，传授情绪管理、压力管理等自我心理调适方法和抑郁、焦虑等常见心理行为问题的识别方法。



3.鼓励采用个人释压方式，开展心理小组访谈、健身运动、放松练习等方法，减轻工作压力。



（六）不良人因工效学因素。



医务人员因工作特点，医护工作中长期受力、重复操作、不良姿势、重体力劳动等可致肌肉、骨骼、神经等系统损伤。常见工作岗位包括口腔科、康复科、急诊科和手术室等。

1. 管理措施

- ① 设计合理的工作区布局，以减少因搬运病人等不良人因工效学因素造成的肌肉骨骼损伤。
- ② 通过互联网媒体、张贴宣传海报和散发宣传册等方式，传播骨骼肌肉损伤预防和干预措施，提高医务人员预防肌肉骨骼损伤疾患的意识，鼓励医务人员积极参与运动康复活动。
- ③ 提供符合人因功效学要求的设施、设备、工具、用具，如检查辅助器具、座椅、工作台，预防和降低工作相关肌肉骨骼损伤疾患的发生。
- ④ 鼓励为医务人员提供健康小屋、按摩椅等高品质的休息场所或设施设备。



2. 个人防护

- ① 改进工作位置（姿势）以适当减少抬举、推拉重物，减少紧张、重复性和不良姿势。
- ② 注意通过伸展活动等方式缓解肌肉紧张，避免颈椎病、肩周炎和腰背痛的发生。
- ③ 在伏案工作时，注意保持正确坐姿，上身挺直。
- ④ 调整椅子的高低，使双脚适合平踩地面。
- ⑤ 长时间使用设备仪器的，工作时设备仪器的仰角应与使用者视线相对，不宜过分低头或抬头。有条件的建议每隔12小时休息一段时间，向远处眺望，活动腰部和颈部，做眼保健操和工间操。
- ⑥ 长时间站立岗位，建议两腿重心交替使用，防止静脉曲张。建议通过适当走动的方式保持腰部，膝盖放松，促进血液循环。



四、名词术语

职业病危害：是指对从事职业活动的劳动者可能导致职业病的各种危害。

职业病危害因素包括：职业活动中存在的各种有害的化学、物理、生物因素以及在作业过程中产生的其他职业有害因素。

职业健康检查：医疗卫生机构按照国家有关规定，对从事接触职业病危害作业的劳动者进行的上岗前、在岗期间、离岗时的健康检查。

职业紧张：又称职业应激，或工作压力，是指个体所在工作岗位的要求与个人的能力、资源或需求不匹配时出现的生理和心理反应，若持续存在，可导致身心健康损害。

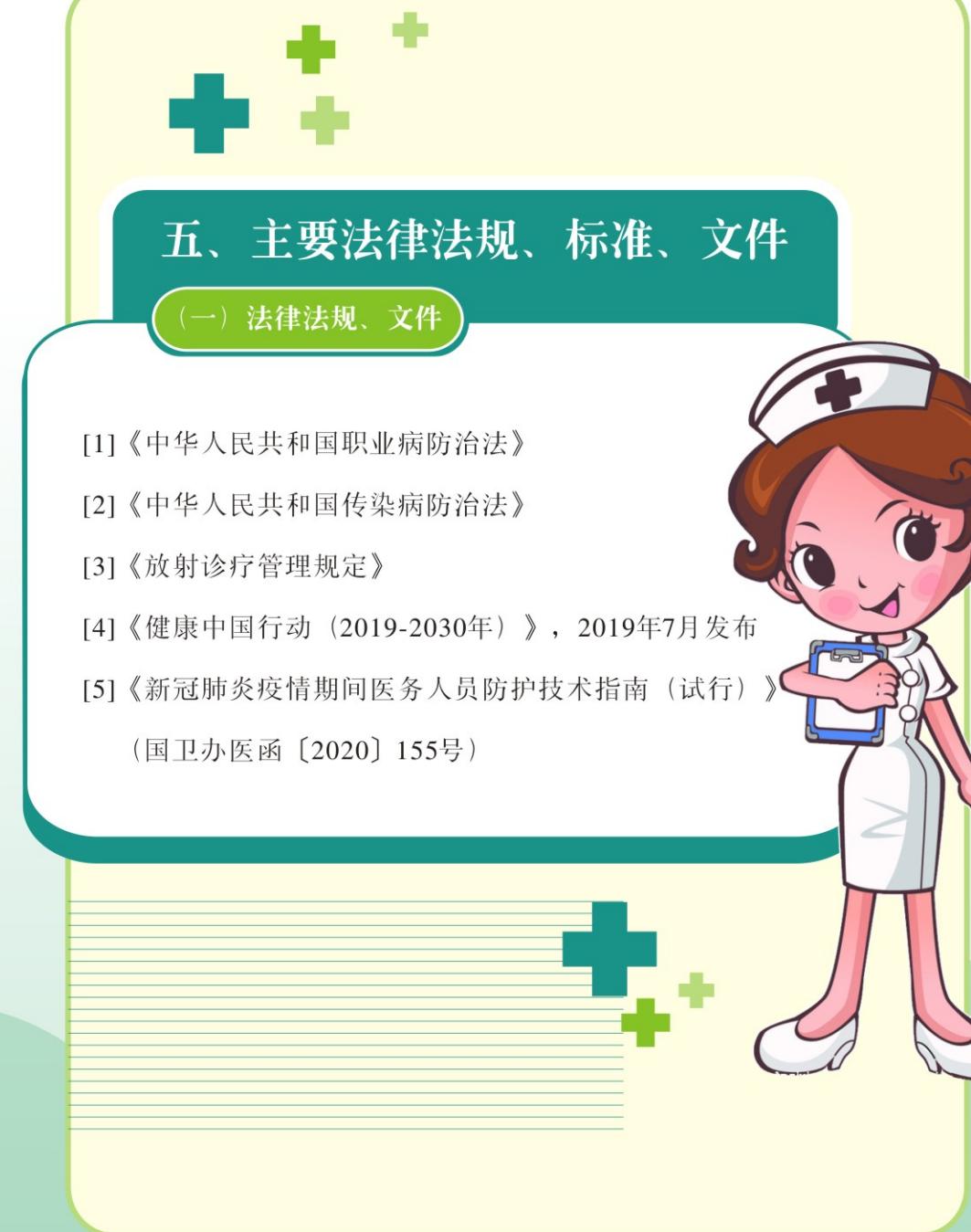
工效学：以人为中心，研究人、机器设备和工作环境之间的相互关系，实现人在生产劳动及其他活动中的健康、安全、舒适和高效的一门学科。



五、主要法律法规、标准、文件

（一）法律法规、文件

- [1]《中华人民共和国职业病防治法》
- [2]《中华人民共和国传染病防治法》
- [3]《放射诊疗管理规定》
- [4]《健康中国行动（2019-2030年）》，2019年7月发布
- [5]《新冠肺炎疫情期间医务人员防护技术指南（试行）》
(国卫办医函〔2020〕155号)



六、附表

（二）技术标准



- [1]GB 1887 电离辐射防护与辐射源安全基本标准
- [2]GBZ 98 放射工作人员健康要求及监护规范
- [3]GBZ 113 核与放射事故干预及医学处理原则
- [4]GBZ 120 核医学放射防护要求
- [5]GBZ 121 放射治疗放射防护要求
- [6]GBZ 128 职业性外照射个人监测规范
- [7]GBZ 129 职业性内照射个人监测规范
- [8]GBZ 130 放射诊断放射防护要求
- [9]GBZ 188 职业健康监护技术规范
- [10]GBZ/T 225 用人单位职业病防治指南
- [11]GBZ/T 213 血源性病原体职业接触防护导则
- [12]GBZ/T 297 职业健康促进技术导则
- [13]GBZ/T 296 职业健康促进名词术语
- [14]GBZ/T 224 职业卫生名词术语
- [15]WS/T 311 医院隔离技术规范
- [16]WS/T 313 医务人员手卫生规范
- [17]WS/T 422 临床实验室生物安全指南
- [18]WS/T 511 经空气传播疾病医院感染预防与控制规范
- [19]WS/T 367 医疗卫生机构消毒技术规范

医疗卫生机构职业健康影响因素及危害

序号	职业健康影响因素	可能导致的不良健康损害	常见工作岗位
1	生物性危害因素	发生血源性传播疾病等感染性疾病	感染性疾病科、急诊科、手术室、重症监护病房
2	放射性危害因素	可引起随机性效应（癌症和遗传效应）和确定性效应（超剂量照射引起的局部器官和组织的放射性损伤）	放射诊断、介入治疗、核医学和放射治疗等
3	物理性危害因素	紫外辐射急性暴露可引起急性结膜角膜炎、结膜炎及急性光接触性皮炎，长期慢性暴露可增加皮肤癌发病风险；激光束的直射或反射可引起眼部急慢性病变，眼睛严重受伤，直射皮肤可引起灼伤	紫外辐射常见于采用紫外消毒的区域。激光辐射常见于使用激光治疗设备的区域，如康复理疗中心、手术室、皮肤科等
4	化学性危害因素	可造成皮肤、眼部化学性灼伤，呼吸系统、中枢神经系统、血液系统、消化系统损害，急性中毒或引发慢性中毒和远期效应	检验科、病理科、临床实验室、消毒供应室、手术室、肿瘤科、药剂科
5	职业紧张	心理影响包括激动、易激惹、抑郁情绪，对工作不满；行为影响包括睡眠障碍、旷工；躯体影响包括头痛、胃部不适、血压改变	工作强度较高的临床科室，如急诊科、重症监护室、手术室等
6	不良人因工效学因素	可致肌肉、骨骼、神经等系统损伤，即工作相关肌肉骨骼疾患	口腔科、康复科和急诊科等