

中国工业企业职业危害  
预防控系列培训材料

# 职业女性

---

## 健康知识读本

主 编 于 飞 俞文兰 周安寿



ZHIYE NUXING  
JIANKANGZHISHI  
DUBEN

中国海洋大学出版社

Zhiye Nüxing Jiankang Zhishi Duben  
职业女性健康知识读本

于 飞 俞文兰 周安寿 主 编

中国海洋大学出版社  
· 青 岛 ·

## 图书在版编目(CIP)数据

职业女性健康知识读本/于飞,俞文兰等主编.——青岛:中国海洋大学出版社,2006.11

ISBN 7-81067-947-3

I. 职… II. 于… III. 女性—保健—通俗读物 IV. R173-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 120796 号

---

出版发行 中国海洋大学出版社

社 址 青岛市香港东路 23 号 邮政编码 266071

网 址 <http://www2.ouc.edu.cn/cbs>

电子信箱 [cbsebs@ouc.edu.cn](mailto:cbsebs@ouc.edu.cn)

订购电话 0532-82032573

责任编辑 徐永成 电 话 0532-85901045

印 制 日照报业印刷有限公司

版 次 2006 年 11 月第 1 版

印 次 2006 年 11 月第 1 次印刷

开 本 850 mm×1 168 mm 1/32

印 张 3.25

字 数 81 千字

定 价 12.80 元

---

版权所有 侵权必究

# 《中国工业企业职业危害预防 控制系列培训材料》

## 编审委员会

顾问 苏 志 侯培森 冯建妹

总 编 贺青华 李 涛

副总编 周安寿 郑玉新 俞文兰

编 委 (按姓氏笔画排序)

王 生 王建新 王忠旭 王祖兵

刘 毅 孙承业 邬堂春 闫永建

闫慧芳 张 星 张 敏 李 斌

李建国 李朝林 李德鸿 汪 洋

陈卫红 陈永青 周志俊 周学勤

梁友信 黄汉林 傅 华 滕 林

# 《职业女性健康知识读本》

## 编写委员会

主 编 于 飞 俞文兰 周安寿

副主编 蔡 斐 黄海潮 滕宝合

编 委 (按姓氏笔画排序)

朱敏贞 许泽春 吴维皓 张 星

张 爽 张瑞芝 李 兰 李彦琴

李善鹏 孟冬青 姜绪胜 贺懿芬

徐 茗 聂 武 盛 捷 谢晓霜

## 前 言

女性作为社会的重要组成部分,越来越多地参与到国家经济建设的各个领域,正在对社会的进步和经济的发展起着巨大的作用。女性肩负着物质生产和人类生产的双重任务,女性健康直接影响人口素质的提高。女性有其自身的生理特点,职业危害因素不仅使女性遭受职业病的潜在危险,损害自身健康,而且还会对其生殖功能产生不良影响,并可通过妊娠及哺乳影响下一代的健康。

随着经济、社会的发展,我们关注到外来务工女性(又称流动女工)这一特殊群体,她们已经成为城市发展的重要力量,在许多行业扮演着不可替代的角色。但她们往往集中在流动性大、职业危害较为严重的工作岗位,所处的社会地位低,工资收入少,工作和生活环境差,行为、生活方式落后,缺乏自我保护意识和劳动保护知识与技能,并且得不到应有的社会保障,是遭受职业危害和工伤事故威胁的重点人群。

因此对职业女性的劳动保护有其特殊意义,不仅是促进职业健康的一项重要工作,更是我们促进人类社会健康发展的责任。我们编写此书的目的是为了增强职业女性(尤其是流动女工)的自我防护意识,帮助大家掌握劳动防护的知识和技能,维护自身和下一代的安全与健康,促进

我国劳动力素质的提高和社会的和谐发展。

同时,该书的许多内容对职业男性和普通市民同样适合,编者衷心希望通过阅读本书能给大家在增强健康意识、增加健康知识、提高自我保护能力、维护健康权益等方面有所帮助。

由于本书编写时间紧、水平有限,难免存在一些不足之处,欢迎有识之士提出宝贵意见。

在编写本书过程中,我们得到了中国疾病预防控制中心、青岛市疾病预防控制中心、青岛市卫生局卫生监督所多位领导、专家、工作人员的大力支持和无私帮助,值此书出版之际,深表敬意和感谢!

**编 者**

**2006 年 8 月 10 日**

# 目 次

|                            |      |
|----------------------------|------|
| <b>第一部分 基本知识</b> .....     | (1)  |
| 一、健康标准 .....               | (1)  |
| 二、健康的生活方式 .....            | (3)  |
| 三、职业健康监护 .....             | (4)  |
| 四、职业危害 .....               | (6)  |
| <b>第二部分 妇女劳动卫生</b> .....   | (9)  |
| 一、国内外妇女劳动保护法规介绍 .....      | (9)  |
| 二、职业危害对女工的影响 .....         | (11) |
| 三、女工如何免受职业危害因素的影响 .....    | (15) |
| <b>第三部分 常见工作职业危害</b> ..... | (23) |
| 一、油漆作业的职业危害 .....          | (23) |
| 二、印染工业的职业危害 .....          | (23) |
| 三、聚氯乙烯塑料加工中的职业危害 .....     | (24) |
| 四、服装加工业的职业危害 .....         | (24) |
| 五、制革工业的职业危害 .....          | (24) |
| 六、棉纺工业的职业危害 .....          | (25) |
| 七、电镀工业的职业危害 .....          | (26) |
| 八、蓄电池工业的职业危害 .....         | (26) |



---

|                                  |          |
|----------------------------------|----------|
| 九、铸造工业的职业危害 .....                | (27)     |
| 十、焊接工业的职业危害 .....                | (28)     |
| <br><b>第四部分 常见职业病危害与预防</b> ..... | <br>(30) |
| 一、粉尘和尘肺 .....                    | (30)     |
| 二、生产性毒物和职业中毒 .....               | (33)     |
| 三、物理因素职业危害 .....                 | (47)     |
| 四、不良气象条件 .....                   | (53)     |
| 五、电磁辐射 .....                     | (59)     |
| 六、其他 .....                       | (61)     |
| <br><b>第五部分 如何保护自己的权利</b> .....  | <br>(74) |
| 一、劳动者的职业卫生保护权利 .....             | (74)     |
| 二、劳动者的职业卫生义务 .....               | (75)     |
| 三、如何申请职业病诊断与鉴定 .....             | (76)     |
| 四、国家规定的职业病病人的待遇 .....            | (77)     |
| 五、职业女性如何与企业主签订劳动合同 .....         | (78)     |
| <br><b>附 录</b> .....             | <br>(81) |

# 第一部分 基本知识

## 一、健康标准

### (一)健康的概念

世界卫生组织(WHO)认为:“健康不仅仅是身体没有残疾或不虚弱,而是身体健康、心理健康和社会适应的完美状态。”这就是说健康包含三个方面的内容:一是身体生理没有疾病,体格健全;二是心理和精神方面的平衡状态;三是人与社会相适应,达到与社会和谐相处的完美状态。

### (二)健康的标志

①有充沛精力,能从容不迫地担负日常繁重的工作。②处世乐观态度积极,乐于承担责任,事无巨细不挑剔。③善于休息,睡眠良好。④应变能力强,能适应环境的各种变化。⑤能抵抗一般的感冒和传染病。⑥体重适中,身体匀称,站立时头、肩、臂位置协调。⑦眼睛明亮,反应敏捷,眼和眼睑不发炎。⑧牙齿清洁,无龋齿,不疼痛,牙齿颜色正常,无出血现象。⑨发有光泽,无头屑。⑩肌肉丰满,皮肤有弹性。

### (三)心理健康的标志

心理健康就是个体的情感、思想及行为与所处环境的

一个动态平衡,即和谐的状态。

心理健康的 10 项标志:①有充分的安全感。②充分了解自己,并能对自己的能力做出恰当的估计。③生活目标、理想切合实际。④与现实环境保持接触。⑤能保持个性的完整和谐。⑥具有从经验中学习的能力。⑦能保持良好的人际关系。⑧适当的情绪发泄与控制。⑨在不违背集体意志的前提下,有限度地发挥个性。⑩在不违背社会道德规范的情况下,适当满足个人的基本需要。

#### (四)健康的新标准

WHO 在人群实践基础上归纳和总结出身心健康的“五快三良好”标准:

“五快”(躯体的健康标准)是指快食、快眠、快便、快语、快行。其具体内容为:“快食”包括胃口好、不挑食、不偏食、不狼吞虎咽;“快眠”是指入睡快、睡眠质量高、精神饱满;“快便”是指大小便通畅、便时无痛苦、便后感舒适;“快语”是指思维敏捷、说话流利、口齿清楚、表达正确;“快行”是指行动自如、步伐轻捷。

“三良好”(心理的健康标准)是指良好的个性、良好的处世能力、良好的人际关系。“良好的个性”是指心地善良、乐观处世、为人谦和、正直无私、情绪稳定;“良好的处世能力”是指观察事物客观,有良好的自控能力、能较好适应复杂的环境变化;“良好的人际关系”是指助人为乐,与人为善、心情舒畅、人缘关系好。

## 二、健康的生活方式

### (一)健康的生活方式

世界卫生组织倡导的四大健康生活方式:合理膳食,适量运动,戒烟限酒,心理平衡。

我国七大健康生活方式:讲究卫生,禁烟少酒,锻炼身体,平衡膳食,精神卫生,保护环境,注意交通安全。

### (二)合理膳食八条

①食物多样,谷类为主。②多吃蔬菜、水果和薯类。③每天吃奶类、豆类或其制品。④经常吃适量鱼、禽、蛋、瘦肉,少吃肥肉和荤油。⑤食量与体力活动要平衡,保持适宜体重。⑥吃清淡少盐的膳食。⑦饮酒应限量。⑧吃清洁卫生、不变质的食物。

### (三)吸烟、过量饮酒对身体的危害

吸烟的危害:烟焦油中含有多种致癌物质,吸烟与肺癌、口腔癌、喉癌、食道癌、肝癌、胃癌和膀胱癌等许多癌病的发生有密切关系;烟中含有大量尼古丁,它会毒害人体的神经系统,会增加冠心病、心肌梗塞、高血压和脑血管意外等病的发生;吸烟时大量吸入一氧化碳,会引起缺氧,是心脏病病人突然死亡的重要诱因;吸烟会引起慢性咽炎、缩短寿命;孕妇吸烟会致流产,胎儿出生后体重过轻,增加婴儿夭折的危险性,并影响体格和智力的发育。

过量饮酒的危害:喝酒后,酒精被胃肠吸收,进入血液

循环。人体肝脏对酒精的解毒功能十分有限,体重 70 千克的人,每小时酒精氧化量不超过 15 毫升。喝酒过量,酒精在体内就会蓄积中毒。严重的可以引起昏迷,甚至导致死亡。长期大量饮酒可以引起脂肪肝和肝硬化,可发展为肝癌,所以酗酒严重损伤身体。

### 三、职业健康监护

#### (一)预防性健康监护的目的

(1)掌握职工健康状况,早期发现健康损害征象,以便及时采取措施,防止职业危害因素所致疾患的发生和发展。

(2)为评价劳动条件及职业危害因素对健康的影响提供资料,并且有助于发现新的职业危害因素。

(3)结合生产环境监测和职业流行病学分析,估计职业危害因素接触水平—反应关系,检验防治措施效果,为制定、修订卫生标准及进一步采取控制危害因素的根本措施提供依据。

#### (二)健康监护基本内容

(1)健康检查:包括上岗前健康检查、在岗期间健康检查、离岗时健康检查和应急时健康检查。

(2)建立健康监护档案。

(3)建立健康状况分析和劳动能力鉴定档案。

### (三)上岗前健康监护目的

(1)为了了解就业工人的健康情况,以便于安排适当的工作。

(2)岗前健康资料可以作为前瞻性调查的依据,与以后监护资料对照可以及时发现职业危害。

(3)通过岗前健康监护还可及时发现就业工人中的高危人群。

### (四)上岗前健康监护内容

除既往史、职业史、一般检查等项目以外,还应根据接触有害因素的性质及其对人体的生理、病理、毒理作用,确定具有针对性的检查项目。如从事苯作业的工人应检查血象;从事粉尘作业的工人,应检查肺部是否有肺结核等职业禁忌症。

### (五)在岗期间健康监护目的

(1)及时发现职业危害对健康的早期影响和可疑征象。

(2)早期诊断、处理职业病患者和观察对象及其他疾病患者,以防治其发展和恶化。

(3)检出高危人群,即对该高危因素易感的人群,作为重点监护对象。

(4)发现具有职业禁忌症的工人,以便调离或安排其他适当工作。

(5)采取措施防止其他工人健康受损。

#### (六)在岗期间健康监护的间隔期

应根据职业危害因素对健康影响的速度和后果的严重程度以及工人接触因素的情况来确定。

(1)对于不会引起明显健康影响者,一般不必监护,或先监护一个时期再定。

(2)凡属于过度接触及可能引起严重后果者,每半年或一年检查一次。

(3)接触程度较轻且易控制者,每二、三年检查一次。

(4)特别严重者,应随时进行连续复查。

#### (七)离岗时健康检查

从事职业危害岗位作业的人员,离岗时要进行健康检查,用人单位对未进行离岗时职业健康检查的劳动者,不得解除或中止与其订立的劳动合同。离岗时健康检查十分必要和重要,这既是健康评估的主要内容,也是进行职业病危害、劳动能力鉴定和责任认定的重要依据。

#### (八)应急时健康检查

用人单位对遭受或者可能遭受急性职业病危害的劳动者,应当及时组织进行健康检查或医学观察,便于及时发现和治疗受急性职业病危害的人员,保护职工健康。

### 四、职业危害

#### (一)职业危害

职业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。

《职业病危害因素分类目录》确定的 10 类职业病危害因素：粉尘类、放射性物质类（电离辐射）、化学物质类、物理因素、生物因素、导致职业性皮肤病的危害因素、导致职业性眼病的危害因素、导致职业性耳鼻喉口腔疾病的危害因素、导致职业性肿瘤的危害因素和其他职业病危害因素。

## （二）从业人员要求

用人单位不得安排未经上岗前职业健康检查的劳动者从事接触职业病危害的作业；不得安排有职业禁忌症的人从事其所禁忌的工作；在职业健康检查中发现有与所从事的职业相关的健康损害的劳动者，不得安排其继续从事原工作；不得安排未成年人从事接触职业病危害的作业；不得安排孕妇、哺乳期女工从事对本人和胎儿、婴儿有危害的作业。

## （三）职业禁忌症

职业禁忌症是指患有或存在能使生产性有害因素加重其病情或易于诱发职业病，因而不宜从事存在有该生产性有害因素作业的疾病或解剖生理缺陷。各种有害作业均有其职业禁忌症，如血液系统疾病是接触苯作业的职业禁忌症，肺结核是粉尘作业的职业禁忌症等。



#### (四)法定职业病

《中华人民共和国职业病防治法》第二条中规定：“职业病，是指企业、事业单位和个体经济组织（以下统称用人单位）的劳动者在职业活动中，因接触粉尘、放射性物质和其他有毒、有害物质等因素而引起的疾病。”

目前，《职业病目录》对职业病共分为 10 大类 115 种，尽管有些疾病也可能与职业因素有关，但目前不在职业病目录中的疾病仍不能诊断为职业病。

10 类职业病是：尘肺、职业性放射病、职业中毒、物理因素所致职业病、生物因素所致职业病、职业性皮肤病、职业性眼病、职业性耳鼻喉口腔疾病、职业性肿瘤、其他职业病等。

#### (五)职业病主要特点

(1)病因明确，且多数病因是可以检测的，如各种尘肺是由于吸入不同种类的生产性粉尘所致。

(2)发病与劳动条件有关，劳动防护设备好者，发病率低，反之发病率则高。

(3)有群体发病的特点，在同一生产环境中往往不是个别人发病，而是同时或先后发现一批相同的职业病患者。

(4)有一定的临床特征，如矽肺 X 线胸片上有特殊的矽结节影；苯中毒者白细胞减少等。

(5)不少职业病目前尚无特效治疗。

(6)采取有效措施，职业病是完全可以预防的。