



安康职业安全保护服务部 出版

## 是黄金周， 还是国际劳动节？

五一前后，到处铺天盖地说着“黄金周”，报纸和电视一个劲地鼓动，诱惑我们：这儿有好吃的，那儿有好玩的，到哪些商场可以买到什么。再看看一些商店银行或工厂门前“庆祝五一”的横幅，感觉冷冷清清，敷衍了事。好多年了。在媒体刻意的引导下，国际劳动节不知不觉成了旅游节，吃喝节，消费节。现在，谁还记得五一节的来历和它的意义？谁知道 19 世纪 80 年代美国工人们领着低工资，每天劳动 14 至 16 小时呢？当时某鞋厂的监工说：“让一个身强力壮体格健全的 18 岁小伙子，在这里的任何一架机器旁工作，我能够使他在 22 岁时头发变成灰白。”但是，1886 年 5 月 1 日，芝加哥 21 万多愤怒的工人终于团结起来走上街头，通过大罢工和示威游行要求改善劳动条件和减少工时。他们遭到了血腥镇压，但最终还是取得了胜利。他们的口号是“实行八小时工作制”。他们唱着《八小时之歌》：

“我们要把世界变个样，我们厌倦了白白的辛劳，光得到仅能糊口的工饷，从没有时间让我们去思考。我们要闻闻花香，我们要晒晒太阳，我们相信：上帝只允许八小时工作日。我们从船坞、车间和工场，召集了我们的队伍，争取八小时工作，八小时休息，八小时归自己！”

常听到有人说：珠三角的出口加工企业利润低，赚的就是克扣工人的几毛钱。但我们不禁要问，这样的“招商引资”有什么用？

有调查说：工人都愿意接受每天工作 10 到 12 小时。你们相信吗？或者，假如有工人不想加班，行吗？甚至，不想加班的工人能找到工作吗？

我们不否认有工人希望多加班，多赚些钱，这是个人自由。但在绝大部分企业里，加班无疑是强迫的。工人的加班时间越长，工厂越不需要

多招工，工人想找工作就越难，工资就越低……

有人会问，如果不加班或少加班，对大多数工人来说，工资不是太少了吗？说得没错。所以，在要求减少加班、反对强迫加班的同时，工人们仍应当有权领到足以维生的“体面的工资”。

工人需要生活，需要学习，需要娱乐，需要休息，当然，不只是在每年的春节或五一。

### 本期目录

<b>卷首语</b> ——是黄金周，还是国际劳动节？	
<b>职安知识</b>	职业病头号杀手——矽肺病 ..... 2
	鞋厂应注意的职业危害 ..... 3
	冲床之痛，原可避免 ..... 4
	工作场所的劳动条件不符合规定争议案 ..... 5
<b>女工健康</b>	女工，请关爱自己：避孕和流产须知 ..... 6
	“厕所文化”漫谈 ..... 8
<b>工友园地</b>	工友心声 I ..... 10
	打工词典（张守刚） ..... 10
	默默地爱着你（陈香儿） ..... 10
	我的酸甜苦辣痛（郭建达） ..... 11
	工友心声 II ..... 11
<b>中心活动</b>	“五一联欢” ..... 12

### 安康服务部

电话：(020) 8157 4255（下午 2:00—晚上 10:00）

地址：广州市 芳村区 陆居路 9 号工人文化宫  
办公楼一楼（邻近芳村地铁站 B 出口）

邮编：510370 电邮：[ohrc@clsn.org](mailto:ohrc@clsn.org)

### 服务目标

- (1) 提高工人及企业的职业健康和劳动权益的意识及认识。
- (2) 提高工人（尤其是女工）解决工作上所遇到困难的能力。
- (3) 培训朋辈教育及组织者以协助更多工人解决问题。

# 职业病头号杀手：**矽肺病**

明江

## 引子

2005年4月10日晚上10点，南方电视台五频道“看法说法”报道了题为《宝石的代价》节目，讲述了广东省佛山市一家人造仿真钻石的港资企业，因严重忽视生产安全，作业环境有大量粉尘，并且伴有震耳的噪音，最后导致50多人出现胸闷、气喘、呼吸困难的症状。工人们现在都已入住广东省职业病防治院治疗。

据住院工人描述：他们在没有任何防护用品的情况下，每天工作10多小时，每年最多休息五六天。他们的工作就是把一颗玻璃球打磨加工成钻石的雏形。

工人住进医院后，终于明白自己患的是矽肺病，这意味着：病情较轻的人将慢慢丧失劳动能力；严重的，将因病情加重最后导致死亡。就像病人自己说的：“患上严重矽肺病等于是判了缓期死刑。”这样可怕的消息自然令到工人们惊恐不安，心理蒙上沉重的阴影。当初他们进这个厂看中的就是工资高一点，至于工作环境较差，他们并没有在意。要是早知道干这种工作会得矽肺病，工资再高也不会去做的。在后悔的同时他们也抱怨工厂黑心：厂方从没有告诉过他们粉尘对人体的危害，在这样的环境里工作会得病，也从未对他们进行职业卫生培训和定期体检。厂里没有防尘设备，也未给工人发放过口罩、防毒面具等个人防护用品。悲剧就这么发生了。

## 珠三角矽肺病简介

像这样的报道，在珠三角其实只是冰山一角。在宝石加工、陶瓷工艺、建筑等行业，工人患矽肺病的事件时有发生。不少媒体报导过，有的厂一次性发病的人数多达几十甚至上百人。一些黑心的工厂只顾赚钱，不顾人命安全，采用极其简陋、原始的工艺流程，不肯配置除尘、防尘设备，以致粉尘满车间飞，而工人连最基本的防护用品——口罩都没有。更令人气愤的是，有的厂在工人检查出患有矽肺病后，千方百计把工人打发走，逃脱责任，不予治疗也不予赔偿。结果工人的病情一天天加重，最终导致丧失劳动能力或死亡。

## 我国矽肺病状况

前不久《广州日报》报道：我国有超过2亿人身染职业病，尘肺病病例不少于100万，矽肺病是其中一种尘肺病。据统计：我国已累计报告

矽肺病人58万例（有14万多人已死亡），而且每年的病例还在以1万人的数量增长。但这个数字只包括到医院作出诊断的病人的统计数字，还有一些从事粉尘作业的工人，因不了解职业病知识，也不清楚相关的法律法规，即使患上矽肺病也不知道怎么办，不晓得应该去职业病医院诊断治疗。有的工人得病后，工厂甩手不管，工人就只好回家。还有的工人到死都还以为自己患的是肺结核或别的什么病……所以，实际患矽肺病人数量比起统计数字要高。

## 矽肺的发生

矽肺病是一种对工人危害极其严重的职业病。得病原因主要是游离的二氧化硅粉尘通过呼吸道到达人的肺泡上，不断堆积，影响气体交换，最后肺泡失去作用，肺组织全部纤维化。严重时影响肺功能，丧失劳动能力或死亡。

自然界里，二氧化硅的存在非常普遍。在采矿、开山采石、挖掘隧道时，从事凿岩、爆破等作业的工人，就会经常接触这种粉尘；轧石、粉碎、制造玻璃、搪瓷和耐火材料时，工人在拌料过程中也有接触二氧化硅粉尘（俗称矽尘）的机会。假如作业环境中抽风设施不完善，通风条件不好，又没有配备个人防护用品——口罩或防毒面具等，工人就可能把大量矽尘吸进肺里。久而久之容易导致矽肺病，该病潜伏期5至10年，也有在很短时间内就发病的。患者由于早期症状不明显，往往不知道自己得了病，不会引起重视，等到发病后去医院检查才会发现。

工厂必须按职业病防治法的相关规定，定期组织从事粉尘作业的工人做身体检查。否则，等症状出现再去检查，病情可能已经是很严重，进入二期或三期晚期症状了。矽肺病患者的死亡率主要因为这个原因。

医学界认为：矽肺病是“不可逆转的。目前还没有根治的方法，治疗也只是对症状的改善，延缓病情的发展。矽肺病因肺功能降低，很容易感染一些并发症，如肺结核，肺功能降低引起肺气肿、心脏功能失常等。”

## 预防矽肺病

矽肺病，正如许多其它职业病，关键在于预防。

“职业病完全是人为因素造成的。职业病就是人祸。”“职业病问题其实就是工厂管理的问题，若是用人单位真正重视职业病的防治、重视职业病的预防，应该说完全全可以避免悲剧。”这是一位资深职业病专家的分析结论。

我国政府为预防工人患上矽肺病，曾颁布《尘

肺病防治条例》，要求用人单位在工艺流程中应当采用无粉尘作业、或少粉尘作业来代替粉尘作业，堵住矽肺病发病源头。

在工作场所，针对矽肺病发病特点，用人单位应设法减少粉尘扩散，控制粉尘通过呼吸道进入人体。相关的保护措施有：(一) 作业环境尽量保持良好通风状态；(二) 采用湿式作业以减少粉尘的飘逸、扩散；(三) 隔离粉尘源，使粉尘在密闭的空间不致向外界扩散，减少与人的接触；(四) 若工厂

内的除尘措施未能完全除尘，作业者必须配备合适的个人防护用品，如口罩、防尘衣帽等；(五) 对从事粉尘作业的作业者，进行职业卫生培训，增强安全意识，加强自我保护；(六) 对从事粉尘作业的作业者要定期体检，早发现矽肺，就可以早采取相应的措施：调离工作岗位或及时治疗。

服务部存放了很多相关资料，欢迎免费借阅。

## 鞋厂应注意的职业危害

### 小麦

在鞋厂里，大量而频繁地使用**易燃液体**为火灾埋下了巨大隐患。**冲压机**和**装配机**的广泛应用则极大地增加了机械事故的发生率。各种**有毒溶剂**、高密度的**粉尘**、人体工效危害以及**噪声**直接威胁着工人的健康。工人亟需了解这方面的危害。

首先，工作环境应有良好的总体通风，有蒸气的地方应有抽出式通风，尽量控制有害气体、蒸气、粉尘的浓度。

许多机器设备会造成严重伤害。有效预防措施至少包括：配备双手控制开关；使用大小适宜、高度合适、性能良好的切割机；冲压设备须安装“防手进入”的装置，防止造成手被烫伤和手掌被压碎。

鞋厂的生产线主要分为三大部门：裁断、针车、成型。后二者潜在危害较大。在某些工厂，针车泡棉组刷胶所用的胶水是含有由**甲苯**、**丁酮**和**白电油（正己烷）**构成的有机溶剂，如果工人没有配戴防护用品，车间通风设备又差，久而久之会导致**中毒**。

正己烷是一种在常态下有点异臭的液体，主要通过呼吸道、皮肤、消化道进入人体，导致中毒。中毒类型可分急、慢性两种。

突然吸入或吞下高浓度正己烷会导致急性中毒，主要症状是咳嗽、气急、气喘等呼吸道刺激症状，以及中枢神经系统麻醉性抑制。

长时间接触低浓度正己烷则会造成慢性中毒，使神经传导速度减慢，主要表现为四肢远端指、趾对称性麻木感，触痛觉反应迟钝，四肢疲软无力，脚踝部痉挛，手腕、足可出现下垂。严重的会出现下肢瘫痪，肌肉萎缩，体重减轻，痛觉消失，甚至引起肝肾损害。同时伴有头晕、头痛、乏力、食欲减退等症状。

中毒者在脱离接触正己烷后3个月内病情仍可继续恶化。一般病程为6~30个月，恢复缓慢。但如果及时治疗，病人可以恢复健康。

有些鞋厂用一种呈淡黄色、黏性比较强、很容易挥发、气味非常冲鼻的胶水做黏合剂，这很可能含有**苯**——**苯中毒**也是鞋厂的一大职业危害。

高浓度的“**三苯**”（**苯**、**甲苯**、**二甲苯**）对人体的危害极大。它直接伤害造血系统和神经中枢。长时间接触，轻则头晕、厌食、记忆及智力衰退，重则导致再生障碍性贫血（**白血病**），并且致死。更多的影响则是慢性的，会导致癌变，生出畸形儿。

由于制鞋业工人频频发生**苯中毒**，限制使用“**三苯**”的呼声越来越高。2002年，国家责令有关部门对全国箱包、制鞋及相关企业的用胶情况进行调查整顿。2004年6月1日开始实施强制性的《鞋和箱包用胶粘剂国家标准》，对**苯**、**正己烷**等有害物质进行限制使用。从技术上说，可以用不含**苯**的汽油代替含**苯**溶剂。但为了赚更多钱，不少厂家尤其是中小型鞋厂仍使用价格较便宜的含**苯**胶粘剂。政府监管部门的人员、设备不足，侦测能力受到各方面的限制，因此工人尤其要提高自我保护意识。

有些鞋厂使用的化学溶剂含有**二氯乙烷**，它也会导致工人中毒。急性中毒时，起先会头痛、恶心、兴奋和激动，严重者很快发生中枢神经系统抑制、神志丧失乃至死亡；有些表现为胃肠道症状：频繁呕吐、上腹痛，偶有血性腹泻，发生肝脏损害，严重者可发生肝坏死和肾病变。慢性中毒时，出现乏力、头痛、失眠、恶心、腹泻、呼吸道刺激症状，有时胃肠道、呼吸道出血，浓度高时可见到肝、肾损害，此外还有肌震颤、眼球震颤及皮肤病变等。

某些实行**Lean**改革的鞋厂，全部工序都在一条流水线上，打孔机发出极大的噪声，如果没有防护措施，不但会损伤操作工人的听力，也会波及邻近的工人。工人一定要配戴耳塞。

根据《职业病防治法》规定，产生严重职业病危害的作业岗位，应在醒目位置设置警示标识和中文警示说明，写清楚产生职业病危害的种类、后果、如何预防和紧急救治等内容。

工人有权要求厂方依法改善工作环境，为劳动者配备手套、口罩、耳塞等个人防护用品，不要把打工变成了“卖命”。

## 冲床之痛，原可避免

木防己

冲床行业流行一句话：十个冲工九个残。很多经济发达的城市、地区都有臭名昭著的“断指工厂”。2002年底，各大媒体争相报道的“五金之乡永康每年千例断指”事件，也许很多人还历历在目吧——那些受伤致残的打工者，境遇好的得到一些微薄的经济补偿，境遇不好的只能带着伤残的手，被迫离开工厂。



“断指事件”被曝光后，有人说，想解决问题，要政府出面整治，要老板们“良心发现”，自觉投入资金搞安全生产。我们不认同什么都靠老板们的“良心发现”，因为很多事情国家早已三令五申，都是厂方本来就该做的，而不是老板的恩赐。而事实上的受害者，或将来可能的受害者——工人，又可以做些什么呢？首先是提高自我防护意识。我们认为：一要先了解冲床如何造成事故，二是要求机器必须配备防护设施（如紧急制动装置）。

很多工人工作中都会接触冲床，但冲床又是如何对工人造成伤害的呢？

一般来说，冲床的作用就是利用分别安装在滑块和工作台上的模具把金属或其他材料冲压变成一定形状。冲压作业，一般分为送料、定料、操纵设备、出件、清理废料等工序。这些工序大多采用人工操作，用手或脚去启动设备，用手工、甚至用手直接伸进模具内进行上下料、定料作业，极易发生动作失误而造成伤手事故。因此，冲床的主要危险集中在加工区。而且，冲压作业操作单调、频繁、时间长，很容易引起精神疲劳，从而出现操作失误导致伤害。特别是进行节奏较快的连续性加工（如冲压成形）的时候，工人必须频繁地在取放工件，手、臂等部位更经常受到伤害。

例如：比较常见的冲床上有两个按钮，工人正常操作时要用两个手一起按，按完后再放入加工

件，这本来是为操作安全专门设计的。但有时工人为了加快速度，一只手按两个按钮，另一只手伸到机器里去放入加工件，或者把机器改为单个按钮。一旦机器失灵，冲床下压，而此时工人的手尚在机器内，几十吨的机器就压在手上了。工人想避也避不了，因为冲床下压的速度非常快，人体的反应能力根本跟不上。

从以上的介绍可以看到，冲床导致工伤的原因一般是三个：1. 冲床的防护设施不够，或者根本没有防护设施；2. 工人工作时间长，精神疲劳，容易造成工作失误，导致工伤；3. 工人本身防护意识不足。我们向广大工友建议：不管每次要同时按两个按钮有多么麻烦，或者效率可能会下降，但是都一定要按照安全规则来操作机器，否则，一旦发生工伤，操作者所受的伤害是最大的。如果你发现自己所操作的机器没有安装防护设施，请尽快向工厂提出来，要求改进。

万一发生冲床事故，怎么办呢？

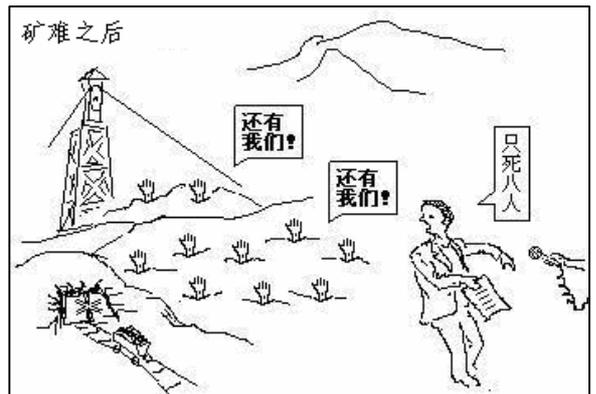
第一，应该立即停机，根据机器性能，尽量让机器离开手部，特别是印刷厂的滚轮，切忌强行以自我意识把手强硬拉出，必要时要折断或拆下机器部件，救出双手。

第二，手部受伤后要用干净的布包扎伤口，减少出血，防止伤口感染，马上赶往医院救治。如果是伤势严重、失血严重的，应到就近医院进行局部紧急处理、止血，然后送往有条件的医院抢救，否则会失血过多，甚至因此致死。

第三，先用干净的布包好断指，再用胶袋包一层，最后用冰块冷冻，一同送院处理。切忌以任何液体浸泡断指！断指应在8小时内送往手术，断肢应在1到2小时内送往医院做手术，否则断指和断肢会因失血过多而坏死。

工伤发生的时候，及时、冷静地处理，才可以

让受伤部位的伤势不至变得更严重。发生工伤了，面临的除了治疗的问题外，往往还面临着工伤待遇的问题。欲知更多，请联系安康服务部。



## 工作场所的劳动条件不符合规定争议案

### 【案情】

申诉人：付某等6人，某照明电器厂员工  
 被诉人：某照明电器厂

2000年10月25日，某照明厂员工付某等6人以“工作场所采光差、通风差、卫生条件差”等理由向当地劳动争议仲裁委员会提出申诉。申诉书称：申诉人长期在不符合国家规定的工作场所从事劳动，严重影响身体健康；公司领导则以“车间是60年代建厂时设计的，虽然现已破旧，但从勤俭上看还可以使用”为理由不予改善，申诉人请求公司改变工作场所采光差、通风差、卫生差的状况，保证职工身体健康。

### 【仲裁】

仲裁委员会受理此案后，做了调查：该厂所属的电器组装车间厂房近400平方米，四周墙壁只有一排不到1米高的小窗户且用塑料板遮挡着；车间里，工作台与成品、半成品、废料的堆放杂乱；没有通风设施；没有洗手的水龙头。

仲裁委认为，该公司电器组装车间的劳动条件确实太差，不仅工作场地脏乱，且采光和通风都不好，影响工人身体健康。仲裁结果出来以后，该厂同意在一个月内安装通风装置，并采取有效措施改善采光条件，为职工提供整洁的劳动环境。

### 【评析】

工作场所的采光、通风、用水、取暖、防冻、消毒、清扫等等，都是劳动安全卫生的重要内容，对职工身体健康有着直接的影响，职工长期在采光不足、通风不好、卫生条件很差的环境下工作，会发生各种各样的疾病，甚至出现伤亡事故。因此，早在1956年5月25日国务院发布的《工厂安全卫生规程》中，就对此作出明确规定：工作场所应该

保持整齐清洁；机器和工作台等设备的布置应该便于工人安全操作；原材料、成品和半成品的堆放要不妨碍操作和通行，废料应该及时清除；工作场所的光线应该充足，采光部分不要遮蔽；工作地点的局部照明的亮度应该符合操作要求，也不要光线刺目；窗户要经常擦拭，启闭装置应该灵活，人工照明设备应保持清洁完好；经常开启的门户，在气候寒冷时应该有防寒装置；工厂要供给工人足够的清洁开水，盛水器应该有龙头和盖子，并且要加锁，盛水器和饮用水用具应每日清洗消毒；工作场所应该根据需要设置洗手设备，并且供给肥皂；工作场所要设置有盖痰盂，每天至少清洗一次。同时，该规程对于工作场所的取暖、排水、防潮、地面卫生等都作出了相应的规定。

本案中，该照明电器厂的组装车间经检查确实在采光、通风及地面卫生和其他安全卫生方面没有达到规程规定的标准，属于劳动安全卫生不符合法律规定，存在着危害职工身体健康的因素。

特别是近年来，严重危害职工生命身体健康的职业病、工伤事故不断发生，社会及政府各部门都有加大这方面宣传力度的呼声。国家和地方法律对各行各业的劳动安全卫生都有明确规定。生产劳动过程中，职工的身体健康和生命安全是头等大事，遵守劳动安全卫生法规是职工身体健康和生命安全的有力保障。本案中，该照明电器厂以工作场所的劳动条件“从勤俭的观点看还可以用为理由”不去改造，这是不对的。勤俭是好事，但不应该和劳动安全卫生并相冲突，两者不能混淆，不能为了勤俭就忽视劳动安全卫生。一般来说，操作车间的采光、通风等安全卫生条件不会在短时间内影响职工健康。但是对于长期在不良环境中工作的职工，这种隐蔽的、慢性的侵害也是不能忽视的。像这类的情形，不仅一些企业领导不在意、不重视，而且劳动者自己也往往没有放在心上。这是造成一般劳动安全卫生工作得不到应有改善的重要原因。希望以本案为例，能进一步提高广大职工的劳动安全意识，像本案中付某等职工那样，从一点一滴做起，对小问题也不放过，及时提出建议，勇敢地拿起法律武器来保护自己的合法权益。

资料来源：《劳动保护争议与仲裁典型案例评析指导读本》

## 女工，请关爱自己

## ——避孕和流产须知

在佛山某工业区的一个诊所里，我们了解到，近年来这医院做流产手术的女性大多在18~25岁的年龄段，未婚女性占绝大多数，其中外来女工的比例一直居高不下。为什么会有这种现象呢？

## 一、对性行为的需要

在工厂、商场、茶楼、酒店等地方打工的女孩，大多来自农村或经济不发达地区，接受教育的机会偏少，加上传统上把性教育列为禁区，使得女孩普遍缺乏性知识和性保护意识。外来女工是城市中的边缘人群，在性行为方面很难得到应有的卫生知识指导。而怀孕又常常是难言之隐，只能自己担当，不想告诉朋友和家人，同时，她们也很难请到病假（用人单位一旦知道了，往往会解雇她们），所以很多人选择了药流，以为人不知鬼不觉的做掉就算了。

“工作枯燥无味，生活和精神压力大。一个人出门在外也感到很孤独，所以就找个男朋友。”刚刚18岁，从四川农村到某鞋厂的张倩这样说。其实在珠三角一带，许多打工的女孩和张倩有着相似的处境和想法。她们缺乏安全感、稳定感，这些心理与青春期的性需求混杂在一起，极易导致不够慎重地结交男友和发生性行为。

## 二、女性如何判断是否怀孕？

有一份研究报告说道，在有婚前性行为的女工中，50%~60%的工厂女工属于意外怀孕，在服务行业女工中则占20%~30%比例。但无论是工厂还是服务行业的外来姐妹，意外怀孕后，大多是到非正规的医疗门诊做流产手术。同时，多半在手术后没有充分休息，就得回岗工作了。

如果你和异性有过正常的性生活，而且你的月经一向有规律，但突然不来月经，停经40多天后，出现胃口不好、喜食酸物，嗅觉变得特别灵敏，厌油腻，易恶心，甚至发生呕吐，有的还出现嗜睡、乏力等现象，那么，你就可能是怀孕了——这些都是怀孕的早期生理反应。你可以到正规药店买“早孕测试纸”。它通过酶标法来测验尿液，如果呈阳性，估计就是怀孕了，呈阴性就不是。

怀孕后，子宫会逐渐增大，压迫刺激膀胱，引起小便次数增加。妊娠期间，受卵巢激素影响，孕妇还会感到乳房发胀，乳头、乳晕颜色变深。

不过，要确定自己是否真的怀孕了，还是到医院做必要的妇科检查来得可靠。别害怕去看医生，别耽误时机，越早去看越好。

## 三、避孕和堕胎

发生性行为不是什么罪过，但是缺乏安全性行为知识却会招来不必要的苦恼：生殖道感染，出现各种性病，意外怀孕。而不论出现哪一种情况，都会损害当事人健康，并带来很大的心理压力。不少农村来的女孩不知道什么是避孕，以为同房后用清水冲洗就是避孕措施；有的不敢吃避孕药，担心吃了以后，将来就不能再生育了，或是很容易长胖；有的女孩把风湿膏药贴在下腹部，或是大量地喝凉茶，以为这样就可以堕胎，理由是风湿膏和凉茶外包装的说明上写着“孕妇禁用”；还有的女工则通过剧烈的运动来堕胎；许多女孩选择“自然避孕”，却把排卵安全期的算法搞错，结果怀了孕。

有的女孩想到使用“堕胎药”（不管为了省钱，还是为了不让别人知道自己怀孕），却不知道在没有医生护士的指导和看护下服用它是很危险的。来自江西的17岁的小红，是一家电子厂的女工，自己谈了个男朋友，有一回偷吃了禁果。她抱着侥幸心理，想“这是第一次，没什么关系的”。过了两个月，月经迟迟不来，小红的心里开始忐忑不安，自己去检查，发现是怀孕了，就偷偷到药店买堕胎药，以为吃过后就万事大吉。小红回忆说，当时肚子痛得她打滚，20天了月经都未干，每天又还要加班，终于有一天晕倒在车间里，被送去医院检查，药流不成功，重新做刮宫手术。她在鬼门关又走了一遭。

这是一件真事，而这样的例子太多了。我们衷心希望女工们多了解一些必要的性知识，学会避孕（下期我们会详细介绍避孕方法），好好保护自己，也要求你的伴侣配合你，爱护你。在可能怀孕时，应及早到正规医院检查和确诊。假如真是怀孕了，也不用惊慌，医生会建议你采用药流（药物流产）还是人流（人工流产）。千万不要自作主张，偷偷在家里或宿舍里自己做药流。

## 四、药物流产

药物流产，就是利用抗早孕药物米非司酮和米索前列醇达到终止妊娠的目的。女性怀孕后，身体里会产生一种激素——孕酮。孕酮是维持妊

娠的必要因素。米非司酮能与身体里的孕酮受体结合，使身体里孕酮的活力下降，身体内一旦缺少孕酮，就会引起流产。而米索前列醇能使子宫发生强烈收缩，迫使怀孕组织排出体外。实际上，药物流产目前的成功率只有 90% 左右。换句话说，约有 10% 的妇女在使用药物流产后，因流产失败或出血过多、时间过长而仍然需要接受刮宫术。药物流产的过程，也不像某些宣传说的那么简单，从服药到流产，一般需要 3~4 天。期间会有一些不良反应，比如恶心、腹痛，少数妇女还会有痉挛性腹痛，对身体有一定影响。

药物流产较为方便，但容易损害健康，还可能出现阴道持续出血，因而不是人人都适用的。一般地说，适合做药流的孕妇应具备几个条件：

- 年轻的初孕妇女或未产妇女；
- 近一个月内不离开本埠；
- 有条件在设施完善的医疗机构就近就医；
- 停经少于 49 天；
- 超声检查显示宫内妊娠，胎囊平均直径小于 20 毫米；
- 没有肾、心脏、生殖、内分泌系统疾病，无烟酒嗜好。

凡孕期长（超过 49 天）、胎囊较大、年龄大且怀孕次数多、半年内有过人工流产史或剖宫产史、处于产后哺乳期、子宫畸形或有合并子宫肌瘤的孕妇，均不适宜药物流产。

最后，药流后要注意休息（1~2 周），以免抵抗力降低诱发其他疾病；要多补充营养，尤其注意补铁（牛肉、瘦肉、肝、肾、蛋黄、豆类、青菜，水果），摄入足够的蛋白质，多吃富含维生素的食品；个人卫生尤其要做好，洗澡以淋浴为宜，住处向阳，通风；流产后最好 2~3 周内不要有房事，注意采取避孕措施，以免再次怀孕。

## 五、关于人工流产

在妊娠 24 周以前，采用人工方法，把已经发育但还没有成熟的胚胎和胎盘从子宫里取出来，达到结束妊娠的目的，称为人工流产。妊娠 12 周前做人工流产称为早期人工流产；妊娠 12~27 周做人工流产称为中期引产。

### 1. 做人工流产最适宜的时间

在妊娠 10 周内做人工流产最适宜。人流手术越早就越简单、越安全；常用的早期人工流产手术有吸宫术（负压吸引术）和钳刮术两种。前者

适用于 10 周以内的妊娠妇女，后者适用于 10~14 周的妊娠妇女。妊娠超过了 14 周就不能做上述两种人工流产，而需要住院做引产手术，这增加了孕妇的痛苦和手术的危险性。因此，需要做人工流产的孕妇，应尽量争取在妊娠 10 周以内做负压吸引手术。

### 2. 人工流产前应注意的问题

做人工流产术前 1 周内应避免性生活，手术前 1 日要洗澡、更衣，避免着凉和感冒。手术当天早晨禁食或只喝点糖开水。手术时要与医生密切配合，不要过分紧张。

### 3. 哪些情况不宜做人工流产

凡是因避孕失败要求中断妊娠者，或因各种疾病不宜继续妊娠者，均可做人工流产。但有下列情况时，暂不宜做人工流产。

- (1) 各种急性传染病或慢性传染病急性发作期、严重的全身性疾病（如心力衰竭、症状明显的高血压、伴有高热的肺结核以及严重贫血等）不能承受手术者。
- (2) 急性生殖器官炎症，如阴道炎、重度宫颈糜烂、盆腔炎等。
- (3) 妊娠剧烈呕吐引起的酸中毒尚未纠正者。
- (4) 手术前 4 小时内，两次体温在 37.5℃ 以上者。

### 4. 人工流产后要注意的问题

手术后需要休息 2 周，并预防着凉和感冒。多吃些富有营养的食物。保持外阴部清洁卫生，每天用温开水清洗 1~2 次，勤换卫生巾。

2 周内或阴道流血未干净前不要坐浴，1 个月内禁止性生活，以防生殖器官感染。如果有发热、腹痛或阴道分泌物有异常气味，可能为感染所致，要及时就诊。

### 5. 人工流产对身体的危害

人工流产手术毕竟不是在直视下进行，吸宫和刮宫等操作只能凭手感，有时因操作不慎会造成一些并发症或后遗症，如吸宫不全、子宫出血、子宫发炎、子宫穿孔、子宫内膜异位症、不孕症等。

所以，不管是药流还是人工流产都不利于身体健康，不宜多做。妇女在一生中有 20 多年的时间需要避孕，避孕好不好是直接关系到身心健康和家庭幸福的大事。为了达到不做或尽量不做流产，一是要坚持避孕，二是要选择适合自己使用的和可靠的避孕方法。

## “厕所文化”漫谈

江南 季子

## 厕所：一件严肃的大事

相信在大家的印象里，厕所一定是“臭名远扬”的，尤其是中国的厕所。虽说这十几年来情况有所好转，甚至掀起了声势浩大的“厕所革命”，尤其在城市，公厕越来越干净，居民对自家的卫生间设计也越来越讲究，但是“臭、脏、恶心”仍然跟“厕所”紧紧连在一起。经验、习惯和心理暗示都起到很大作用：要是你在饭桌上提到“厕所”两个字，很可能就有人因此吃不下饭。

其实大可不必这样。去年11月17日，在北京国际饭店，召开了一次大会——第四届世界厕所峰会。来自30多个国家和地区的代表围绕着“厕所的过去，现在和未来”展开广泛的研讨。可见这不仅不是小事，还是一件亟需摆到台面上讨论的严肃的大事。

第一届世界厕所峰会是在新加坡召开的，此次大会上正式成立了“世界厕所卫生组织”，简称WTO（World Toilet Organization）——这个简称和世贸组织一模一样。与会各国决定把每年的11月10日定为“世界厕所日”。这意味着厕所问题就像食品、保健和贸易等一样登上了国际议事的大雅之堂，关于厕所的文明将越来越受到世界各国的重视。比如印度就在实施一个庞大的计划，要在2010年做到农村家家有厕所，以改变国际形象。因为印度农村家庭仅30%拥有厕所，而“露天大小便是造成腹泻的主要原因。1999年腹泻夺去了70万印度人的生命，平均每天有1600人死于腹泻。在5岁以下的儿童中，腹泻的死亡率最高。”为此，2003—2004财政年度印度政府投资16.5亿卢比帮助农民修厕所，2004—2005财年又投资36亿卢比，今年更增加到63亿卢比。

## 中国厕所现状：尴尬两个字

俗话说：衣食住行，吃喝拉撒。中国文化谈“吃喝”的多，谈到“拉撒”却难以启齿——可能仅次于性，倒是骂人的话大半不是和性就是和粪尿有关——虽然上厕所实在是我们每天的例行私事。就像一幅对联戏说的：“多少帝王将相，在此忍气吞声；无数贞妇玉女，为它宽衣解带。”

厕所被视为最肮脏，最不吉利的地方，一般来说也建得粗陋，尤其是在偏远农村。从“茅厕”、“茅房”、“茅坑”的称呼（茅草搭的房子）就可想而知了：主要不过是一个“坑”！最常见的

情形是“一个土坑两块砖，三尺土墙围四边”，以及露天摆放的粪缸。在河塘里刷洗马桶更是肠道疾病传染的一大祸根。不过在中国古代，公共厕所的历史却很悠久，富贵人家的厕所甚至极其讲究，还有个雅名，把上厕所叫作“更衣”。在农村，粪肥一向受到农民的重视。人粪比畜粪肥力更好，以至于有专人到城市里收购粪尿。反而是化肥普遍使用之后，无用的粪便成了环境污染的又一个来源，还要大量耗水，进行无害处理。事实上大部分的粪尿都未经处理就排进了江河。

厕所问题一直困扰着人们。非典事件更是把卫生问题，包括厕所改造问题提到各地政府的议事日程中。到2001年中，农村的家庭卫生厕所的普及率才达到近40%。至于公厕，2001年底，中国共有107,656座，按13亿人口算，每12,000人一座。但是“上卫生厕”、“喝卫生水”和“居卫生环境”三件大事却局限于城市，要普及到中国9亿多农民身上，任务还很重。而即便在经济较发达的大中城市，公厕的清洁卫生仍是一个令人头疼的问题。

在来华游客的投诉中，相当部分是指责厕所不卫生，批评公厕问题的报道文章数以万计。过去，不少游客这样形容中国的公厕：“捂着鼻子进去，踮着脚尖出来”，“一跳二叫三笑”（“一跳”，因为污水横流；“二叫”，因为蛆虫满地；“三笑”，因为厕所没有门，只好尴尬地笑笑）。这对国家形象以至旅游业来说都非常不利，“厕所革命”的重要性和动力有一大部分来自于此。

更叫人尴尬的，是走在街上总也找不到厕所。前一个月，《广州新闻日日睇》就报道，一位女士特“内急”，又找不到厕所，结果当街“小便”。男士呢？“一泡尿憋死英雄汉”的俗语已经流传很久了。据统计：中国城市人均拥有厕所的数量全世界最低！

去年底去世的呼和浩特市委书记牛玉儒为群众所称道的一件重要事迹就是：他听取了一位出租车司机“对政府工作的意见”，用了不到50天时间在城市的主要街道上规划建造了四五十个高标准的冲水厕所，小街巷里的厕所也增加了，这些厕所都免费开放。他幽默地说：“一个城市哪能光讲‘进口’不讲‘出口’呢！”“如果我们不给人们提供方便，人们就会随便（随地小便）！”他死后，市民们感叹道：我们再到哪儿找这样的好书记？！厕所的重要性于此可见。

## 厕所·工厂·工人

发生在一些工厂里的厕所问题也很值得我们深思。我们很少见到厕所条件较好的工厂：几乎没有哪间集体宿舍是配了厕所的；厕所一般只是

设置在楼道的两边，每一层楼大概有百多名员工共用这些厕所，不仅数量少，而且简陋不堪，有些连门都没有，里面的气味更是难闻。车间里的厕所大概也好不到哪里去。

最可怕的是，很多工厂挖空心思对工人上厕所的时间施行极不人道的限制。比如，“上厕所每次不得超过5分钟，超过处罚10元”；“每天上厕所不得超过两次，每个月累积次数不得超过60次，否则罚款”；宝安区石岩某皮具厂只在上午9点45分和下午3点打开厕所15分钟；还有的工厂，工人上班期间要先领取“厕所票”才能如厕；深圳观澜一家韩资工厂给女主管的任务中包括“不定期对出厂男、女员工进行搜身；为了提高工人工作效率，她还会闯进男厕所督促员工尽快如厕”，结果，五名男工人先是举着标语牌堵厂门，接着爬上工厂六楼楼顶，以死抗议这种侵犯人权的行为……实在匪夷所思！想想，如果女工来了例假，加上还要等厕所的话，这苛刻的几分钟时间那里够啊？女工的健康又怎么保障呢？有些女工因为怕超时，一直忍到下班才上厕所，这不仅影响到心情，久而久之，还容易导致尿频、尿痛、肾炎。我们实在有必要大声疾呼：工人的生理需求不容践踏！

去年9月，佛山市南海区某企业的多名女工向广州日报记者反映，她们厂新出台一项规定：上班时间去厕所必须向车间主管请假，获准后才能如厕，还要按每分钟5角收费。一名女工两次拉肚子，就硬是被扣了25块钱。工人们只好尽量少喝水，不吃饱，女工即使碰上经期也只能强忍：“这不是明显在剥夺我们的生理需求吗？我们女工在特殊日子一天挣的工钱还不够如厕费！”厂长对提出反对意见的工人严厉警告说：这是厂里制定的管理规定，必须无条件遵守，否则辞工走人。而在接受记者采访时该厂负责人表示：这样做是防止流水线工人上厕所为名偷懒，此举实属无奈。也许我们应该换一个说法：呆在厕所里总比好过呆在流水线上？

在华东一家木业加工厂，工人上班期间上厕所必须穿上厂里特别准备的黄马褂，否则将被重罚。而100多人的车间，黄马褂只有一件！这实在是古人“更衣”的当代搞笑版。对无良老板的剥削手段，我们只能佩服得五体投地——亏他们想得出来！

### 厕所·女权·人权

如果有人要求女性在矿山、工地上承担和男性一样的重体力活，而美其名曰“男女平等”，我们只好嘲笑他的无知和荒唐。在厕所问题上也

一样，只有考虑过不同性别的生理状况，我们才能合理地确定怎么做男女才能真正平等。据粗略统计，女士平均上一次厕所约需3分30秒，男士平均上一次厕所只需1分01秒。也就是说，假如男女人数以及如厕的频率相同，女厕的容量就应当是男厕的三倍多，这样才算合理。在那些女性更集中的地方，比如商场和购物街，也许女厕的比例要更大才是。

台湾早就有过类似研究，因此呼吁在建造公厕时，女性的厕所一定要比男性多几个，这种“不平等”对女性才是平等的。否则就会像某些地方那样，有的女性无法再等，“自然地”跑进男厕所去“借用借用”。

此外，在文明程度较高的国家和地区，残疾人的特别权益也落实到了像乘坐公共汽车（巴士）、大厦通道和上厕所之类的细节上。一般公厕除了有男女之分，还加上了残疾人专用厕所。

而在当今美国，一场要求在公共场所修建非男非女的中性厕所的运动正在兴起，其目的是保障变性人、同性恋者、性别取向模糊的人得以安全地使用洗手间，不再担心会遭到陌生人的袭击。该运动在美国大学校园内及个别城市非常流行。

### 可以分享的经验

有的国家，比如土耳其，是非常注重厕所文明的，从繁华的大都市到边远的乡村小镇，厕所的管理和保洁都是一流的。那里的公共厕所不论豪华还是简易，都干净卫生、宽敞明亮，手纸、皂液、洗手池一应俱全。不论你走到何处，极少会因如厕而着急、尴尬。更值得一提的是，土耳其的许多厕所还造得很有艺术品位。就拿厕所门上的男女标识来说，有的用“红唇”或“高跟鞋”图案表示女厕所，用“大胡子”或“烟斗”图案表示男厕所。这比简单地使用男女体型标识更多了一份创意，也多出一份情趣和幽默。

不同国家“厕所文化”，往往折射出不同文化的风格和文明程度。在物质财富不断累积的同时，社会的精神文明也亟待提高，尤其要注重培养国民为他人着想的道德心。当然，我们所说的厕所文化，并不是中国某些大城市那种耗资大几十万、“不仅有花岗石墙面，大理石地面，高级音响，宽敞的休息室、舒适的沙发，有的甚至还有古典家具、钛金字标志、羊皮灯笼、黑胡桃木门板、服务小姐等”以及“有大屏幕彩电，有电脑监控厕位，有背景音乐等等”之类的豪华厕所。我们要的是人性的、实用的、文明的、有风格有情趣有创意的……而不是讲排扬的、奢侈的文化。

# 工友心声 I

干得比驴都累，吃得比猪都差，  
起得比鸡还早，下班比小姐都晚，  
装得比孙子还乖，挣钱比民工都少，  
看上去比谁都好，五年后一看比谁都老！

——某电子厂工人

## 打工词典 (张守刚)

**工票** 今天做了些什么，请如实交代。

**排队** 一长串人被纪律串着，静静地或紧张地等，前面是谁，后面是谁。

从进厂的那天开始，她就开始排队。排队上洗手间，排队打卡，排队去上班，排队去打饭，排队领工资，然后排着队让一年过去。

**请假** 今天不是假期，好久没有假期。

**迟到** 被一个美梦延长了夜，在工卡上的铃声里，绊了一个跟头，等到一个激棱爬起来，车间里已如火如荼。

**勤工奖** 一个月能有多少个日子不在机器轰鸣的车间？

**玩具厂** 异乡的孩子们  
有那么多的玩具供你们把玩  
你们开心吗？

**行李卷儿** 它比我清醒  
随时随地都知道  
自己是在漂泊

**停电** 突然间 流水线停止了呼吸  
黑暗中的车间  
有人在快乐地尖叫

**宵夜** 稍微注意观察的人都知道，来南方的外来工，很多人变得腰肥肚圆。这都是宵夜惹的祸，吃了一日三餐，晚上加班下班了，感觉有些饥饿，就嘴馋地吃一些东西，然后呼呼大睡，殊不知造就了一身肥肉。

# 默默地爱着他

陈香儿

当我第一天上班的时候，我看见了他。他和我对望了一下。我不敢看他，说实话我真的很怕他，总而言之，从那以后我每天上班都会看见他。他和我们大家在同一个车间工作，每天上下班大家难免会碰面。在车间、食堂照样可以看见他。他总是会在有人的地方出现。我也不知道是怎么回事，每次见到他，我的心跳得好快，脸也会好热。开始一看到他我就会跑开。后来，我知道他叫阿海。阿海的笑容从此之后就一直在我的脑海里面，想忘掉真的好难。

我来这里快二个月了，和他说过的话不超过十句。因为我怕他，所以我很少和他说话。从此以后，我时常会在我工作的地方静静地看着他工作。有时看到他累得好像就要倒下的样子时，我常常在夜里哭，心里真的好难受。我知道我好丑，好难看，也知道我配不上他，还知道他不喜欢我。

爱上你不是我的错，我也不知道自己是怎样爱上你的。但是你的笑容每时每刻都在我的脑子里。也许是我错了，也许我今年不该来这里，不该重新回到这个厂里来。去年我都不会爱上你，为什么今年来没一个月我就爱上了不该爱的你。我好傻好笨，像我这样丑的人不该爱上你的。但是我还是爱上了可爱的你。也许别人会笑我傻，也许我真的好傻。但是我真的不是想缠着你，我是真的很爱你。

可你永远也不会知道我的爱。我会把它埋在心里，永远不会忘记我的爱。我不会告诉你，我只要默默地爱着你，静静地守着你。你知道我爱你吗？我的爱人，你不知道。我现在告诉你只要你快乐幸福，我也跟着你快乐。请你一定要比我快乐，不要让我再痛苦、难过好吗？祝你找到一个你爱的女孩，好好爱她吧！我在这里希望看到你快乐。金钱不重要，身体才是最重要的。我的爱人，祝你幸福。

《安康通讯》向广大工友征稿，恳切希望工友们积极参与。你可以尽情倾诉你的梦想，或是打工生活中的种种酸甜苦辣，就像给亲人或朋友写信、聊天那样。如果不幸被工伤或职业病伤害，你也可以写下来寄给我们（附上姓名和地址），你将获得两期的通讯。我们在采用来稿后，将赠送《工伤病友备忘》一本。我们热切期待你的支持！

# 我的酸甜苦辣痛

郭建达

我叫郭建达，现年 41 岁，是湖南人，2003 年 9 月进了深圳市沙井镇纳米厂，基本工资 480 元（深圳市关外最低标准工资），加班每小时 2.6 元，每月只能领到五六百元，且不包吃住。

入厂后，一直在浸衣组和技术部工作。因工作中一直使用来自德国的各种化学药水（厂方为了技术保密，不告诉我们这些化学药水的名称）受到感染，对我的双手造成了严重的创伤。在难以忍受病痛的情况下，我于 2004 年 4—5 月自己求医无效后，多次向厂方领导反映我的病情，并再三要求厂方给我及时作相关检查和治疗。2004 年 6 月，我到沙井镇人民医院就诊，5 个月后改到广东省人民医院门诊部，又看了 5 个月的病。我多次要求医院给我做化验，以及抽血检查，但都被医院拒绝。在这两家医院，我每次都只是去拿药，结果当然是无效，身体也无任何好转。

厂里还有五名员工也患了病，但比较轻，治好后没拿补偿就走了。我的病情最重。厂里要我写辞工书，给我五万元让我走。但我知道自己得的是职业病，也许难以根治，所以不肯。我要求如果拿了五万赔偿，一旦不够将来的医治费，厂方还是要负责。我还要求就此提出公证。

我向法院提起过诉讼，法院要求我去工商所，我说这个厂一没有法定代表人，二没有工商和税务登记，三什么保险都没有。法院人员就叫我去找当地劳动站。但劳动站同我们厂关系很好……

由于此病在本人身上反复发作，疼痛难忍，使我蒙受了巨大的身心健康损害，我郑重向公司提出了请求：恳请厂方早日送我前往省级专业医院作职业病诊断。公司不同意，最后在我的力争之下，2005 年 3 月我才住入了现在的医院，因为之前拖得太久，现在只能慢慢驱毒。

在入厂的 2 年中，厂里原先有 128 个员工，由于生意清淡，工人一批批地被炒掉。现在只剩下 20 个人了。其中 19 名是组长以上的干部，普通员工只有我一人，新上任的厂长不顾我的手已严重受伤，还分派我负责全厂的清洁工作。工资每月 480 元，不包吃住，在深圳市能生活吗？那就更谈不上家中的老人和小孩了。假如我没有向厂方据理力争，我就不会像今天这样住进指定的

专业医院接受治疗，而是像其他工人一样，随随便便就让老板给打发走了。请问老板为什么这样对待我们这些弱勢的打工者……



“劳动节特刊的读者不是劳动者”

（丰子恺，画于 1930 年代）

## 工友心声 II

“看着别人出门手拉着手，而我只能左手拉着我的右手，心里真的很不是滋味。”

——某女工

### 智慧语

偶尔听到一位女工这样说：“看着别人出门手拉着手，而我只能左手拉着我的右手，心里真的很不是滋味。”觉得很有意思，就把它写了下来，我想，这也不正反映了珠三角女工的一种情感状态吗？一直以来，在劳动密集型的行业里，女工多于男工，前两天，我也正好和一位女工做了深入访谈，她从 18 岁到广东打工，24 岁回去结婚，我问她，为什么不在广东找一个同自己一样的对象，她说，谈何容易，自己年龄大了，只好回家随便找了一个，可以说是闪电式的，几个月就结婚了，开始我们的感情并不好，直到过了两年，我们才有了女儿。

# “五一联欢”

5月1日，一个值得纪念的日子。它不但是全体劳动者的节日，对工伤病友来说，更有着特殊的意义。因为《中华人民共和国职业病防治法》就是在三年前，即2002年的5月1日正式实施的。今年五一，已经是《职业病防治法》三周岁了。

为此，服务部举办了五一联欢活动，邀请了一些职业病和工伤工友到场。有些早已经是我们的老朋友啦，还有些则是新近住院的工友。大伙们在游戏活动中介绍自己，成功得到赔偿的病友还给大家讲述了自己的经历和经验。这些，对刚刚遇上麻烦的新病友们可是起到很大的鼓舞和借鉴作用呢。



他是怎么介绍自己的呀？把大伙们逗得开心成这样！



“讲述我女儿的工伤经历”



“你的经历跟我一样吗？”



累了吗？互相捶捶背，健康好身体



“《职业病防治法》常识”扑克

安康服务部最近同芳村工人文化宫合作，编写、印制了一套“《职业病防治法》常识”扑克牌，免费派送给广大工友和职业病友，文字浅显易懂，插图生动活泼。我们希望进一步普及职业病防治法相关知识。

建议工友们——尤其是职业病友——参考扑克外盒背面的“玩法建议”，通过合作和娱乐熟悉相关法律知识。这对大家可都是很有帮助的呢。

## 怎样前来服务部呢？

公交车：19、52、64、69、181、206、217、275路到芳村站下，往陆居路走200米即芳宫1楼安康服务部。

地铁：乘1号线到芳村站下（B出口）  
乘2号线到公园前站转乘1号线

