



根據《勞工賠償法》（Workers Compensation Act），你和脊椎治療師要盡快向卑詩工作安全局（WorkSafeBC，即 Workers' Compensation Board）報告你的傷勢。你可以自行物色脊椎治療師，無需經醫生轉介。

### 脊椎治療師會協助你：

- 治療在工作場所受到的損傷
- 盡快在安全情況下復工
- 預防類似意外再次發生

### 在首次檢查時，脊椎治療師會：

- 就你的工作情況和工作場所提出個別問題，以評估你的傷勢
- 就你的傷勢提供診斷，有需要時，為你進行 X 光檢查
- 解釋療程中可能出現的種種情況
- 和你討論治療計劃
- 解釋你在康復過程中的角色
- 與你商討如何和何時才能重返工作崗位
- 開始療程，助你康復

### 脊椎治療師為何就你的工作內容提出詢問？

脊椎治療師要知道你在工作期間的活動性質，以及工作場所的佈局，從而：

- 評估傷勢對你工作能力的影響程度
- 建議你何時和如何重投經調適的工作任務
- 建議你何時能安全復工，重返受傷前的工作崗位

### 脊椎治療師如何診斷你的傷勢？

脊椎治療師會向你查詢如何弄傷，並瞭解受傷後對你工作上所造成的限制。另外，會翻查你的病歷、進行檢查。有需要時，更會針對受傷部位，為你進行 X 光檢查。療程或會在首次檢查時便開始。



### 脊椎治療或會涵蓋哪些項目？

療程或會包括：

- **調整**—脊椎治療師用於治療脊髓的手技，目的是恢復脊椎功能和治療受傷組織
- **運動 / 舒展**—針對性運動，增強肌肉的動力和韌力。按照脊椎治療師的建議做運動，是助你早日康復的重要過程
- **控制炎症和痛症**—包括舒展、冰敷、超聲波和電刺激療法
- **教育**—幫助預防日後重蹈覆轍

脊椎治療師更會解釋你大概需要的療程次數、早期療程的複診密度，以及你復工的預期日子。

### 你在康復過程中有何責任？

康復進展相當取決於你。脊椎治療師會指導你如何做運動，讓你恢復體力和肌肉靈活性。學習以正確姿勢做運動，遵從脊椎治療師在家練習，是康復過程中的關鍵步驟。

在康復過程中保持活躍，有助你更快復原和重投正常工作。脊椎治療師會為你提供建議，讓你了解哪些活動對你的康復有所幫助。

與僱主保持溝通，樂意擔任脊椎治療師和僱主均認為無礙傷勢的工作。如果你無法重返昔日的工作崗位，WorkSafeBC 會聯絡你的僱主，探討其他適合你的工作機會。

### 你何時能重返工作崗位？

脊椎治療師會與你討論復工時間表。以下是一些復工的可能方案：

- 在無礙傷勢的情況下，盡快全面復工
- 重投工作，但在一段指定期間要就工作時間、工作內容及 / 或工作方式等範疇作出臨時調整

即使你未覺得已全然康復，脊椎治療師仍或會建議你復工。你在工作時參與的活動性質，或會促進康復。如有需要，你或可能於復工後的一段短時間內繼續接受脊椎治療，以助繼續康復和防止受傷。



## 脊椎治療師和你商討的其他重要問題

### 誰人為脊椎治療付費?

- 如果你已向僱主、WorkSafeBC 及脊椎治療師報告傷勢，便會獲得一個索償號碼。
- 如果 WorkSafeBC 接納你的索償申請，我們會直接付費給脊椎治療師。你無須支付任何額外費用。
- 如果你的索償申請不獲接納，你便要自行負責一切護理費用。
- 如果你的索償申請仍在辦理中，脊椎治療師會和你安排付費選擇。
- 如果索償申請在療程後才獲接納，脊椎治療師會向 WorkSafeBC 直接收費。同時，把你墊付的護理費發還給你。

### 如果你仍未向 WorkSafeBC 申請索償，該怎辦?

致電以下其中一個電話號碼，聯絡 WorkSafeBC:

一般索償或索償資格查詢  
低陸平原: 604 231-8888  
免費長途電話: 1 888 967-5377

聯絡 WorkSafeBC 後，你便會獲得索償號碼。你可以把該號碼告知脊椎治療師。

請隨身攜帶索償號碼，當你有疑問時便可即時致電詢問。

### 我可以接受脊椎治療多久?

WorkSafeBC 職員或會批准你接受為期最長達八周的脊椎治療。有需要時，脊椎治療師或會向 WorkSafeBC 職員建議，轉介你到其他醫護機構接受治療。

### 聯絡資料

如果你對本小冊子有任何疑問，可聯絡:

**WorkSafeBC 醫護服務**  
(WorkSafeBC Health Care Services)

低陸平原: 604 232-7787  
免費長途電話: 1 866 244-6404

如果你不確定如何提出索償申請，或希望查詢索償辦理進度，請聯絡:

**WorkSafeBC 省索償中心**  
(WorkSafeBC Provincial Call Centre)

低陸平原: 604 231-8888  
免費長途電話: 1 888 967-5377

你亦可瀏覽我們的網站: [WorkSafeBC.com](http://WorkSafeBC.com)

### 復工是良好的療法

復工計劃的理念是，很多受傷工人均可在康復期間履行一些無礙傷勢的工作。適時重返工作崗位，不單有益身心，更可促進康復。WorkSafeBC 或會委派一名護士顧問，協助你安全復工。

### 甚麼是護士顧問?

護士顧問不單是註冊護士，而且更就“復工計劃”另外接受訓練和教育。護士顧問不會處理索償資格的審批問題。

### 護士顧問如何幫助你?

護士顧問或會聯絡你，協助你制訂復工計劃。要履行這項任務，護士顧問將會:

- 與你、脊椎治療師和你的僱主攜手合作
- 籌劃、開展和監察復工計劃
- 在整個康復過程中，為你提供支援

## 脊椎治療師與你 YOUR CHIROPRACTOR AND YOU

同心協力  
助你重返工作崗位

WORKING TOGETHER  
TO HELP YOU RETURN  
TO WORK

**WORK SAFE BC**

WORKING TO MAKE A DIFFERENCE  
[worksafebc.com](http://worksafebc.com)

