

## สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

## สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการบาดเจ็บ โครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์ โรงพยาบาลลานนา จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 228 ราย รวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนพฤษภาคมถึงเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2556

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถามการบาดเจ็บโครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน ประกอบด้วย 4 ส่วน ได้แก่ 1) ข้อมูลส่วนบุคคล สุขภาพและการทำงาน 2) ปัจจัยด้านจิตสังคม 3) ปัจจัยด้านกายภาพ และ 4) การบาดเจ็บโครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานที่ปรับปรุงจากแบบสอบถามมาตรฐานนอร์ดิก (Standardised Nordic Questionnaire [SNQ]) ของคูรินกาและคณะ (Kurinka et al., 1987) โดยแบบสอบถามผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้ดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 1.00 นำไปทดสอบความเชื่อมั่นกับบุคลากรทางการแพทย์ โรงพยาบาลลานนา จำนวน 15 ราย ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ ได้ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของแบบสอบถามในส่วนของปัจจัยด้านจิตสังคมเท่ากับ 0.92 และในส่วนของปัจจัยด้านกายภาพเท่ากับ 0.88 สำหรับแบบสอบถามในส่วนการบาดเจ็บโครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน ผู้ศึกษาหาความเป็นปรนัย (objectivity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความชัดเจนและความเหมาะสมของลำดับข้อความ ความครอบคลุมด้านเนื้อหา แล้วนำมาปรับปรุงข้อความที่ยังไม่ชัดเจนให้มีความเหมาะสมด้านภาษาก่อนนำไปใช้ในการรวบรวมข้อมูล

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการบาดเจ็บโครงสร้างกล้ามเนื้อในช่วง 7 วันและ 12 เดือนก่อนทำการศึกษาก่อนร้อยละ 60.96 และร้อยละ 75.44 ตามลำดับ สำหรับคะแนนปัจจัยด้านจิตสังคมรายด้านพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 67.11 มีการสัมผัสปัจจัยด้านข้อเรียกร้องจากการทำงานอยู่ในระดับสูง ปัจจัยด้านการควบคุมงานหรืออำนาจตัดสินใจในงานและปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคมพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการสัมผัสปัจจัยดังกล่าวอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 61.80 และ 67.10 ตามลำดับ) ส่วนปัจจัยด้านกายภาพพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการสัมผัสปัจจัยดังกล่าวอยู่ในระดับสูงร้อยละ 52.63 สำหรับส่วน

ของร่างกายที่มีการบาดเจ็บ โครงร่างกล้ามเนื้ออยู่ในช่วง 7 วันก่อนทำการศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการบาดเจ็บบริเวณหลังส่วนล่างมากที่สุด ร้อยละ 15.59 รองลงมา ได้แก่ ข้อมือ/มือ ร้อยละ 12.38 และหลังส่วนบน ข้อเข่า และข้อเท้า/เท้าในสัดส่วนที่เท่ากัน คือ ร้อยละ 12.12 สำหรับส่วนของร่างกายที่มีการบาดเจ็บ โครงร่างกล้ามเนื้อในช่วง 12 เดือนก่อนทำการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการบาดเจ็บบริเวณหลังส่วนล่างมากที่สุดเช่นกัน คือ ร้อยละ 17.40 รองลงมา ได้แก่ ข้อมือ/มือ ร้อยละ 12.71 และหลังส่วนบน ร้อยละ 12.43

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

จากผลการศึกษารุ่นนี้ ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้ดังนี้

1. ด้านการจัดบริการอาชีวอนามัยและความปลอดภัย ผลการศึกษาสามารถเป็นข้อมูลพื้นฐานด้านสุขภาพสำหรับพยาบาลอาชีวอนามัยเพื่อเฝ้าระวังปัญหาการบาดเจ็บ โครงร่างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานและจัดทำโครงการเผยแพร่ข้อมูลเพื่อสร้างความตระหนักถึงความสำคัญในการป้องกันและลดการบาดเจ็บ โครงร่างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์ ตั้งแต่ในระยะแรกหรือช่วยป้องกันไม่ให้เกิดการบาดเจ็บในระดับที่รุนแรงมากขึ้น รวมทั้งผลการศึกษา ยังเป็นข้อมูลเปรียบเทียบระหว่างก่อนและหลังในการจัดทำโครงการดังกล่าว
2. ด้านการบริหารการพยาบาล ผลการศึกษาสามารถใช้เป็นข้อมูลเพื่อกำหนดอัตรากำลังในการปฏิบัติงานให้เหมาะสมกับจำนวนผู้ป่วย กำหนดชั่วโมงการทำงานที่แน่นอน กำหนดนโยบายขององค์กรเพื่อช่วยเหลือหรือสนับสนุนบุคลากรทางการแพทย์ เพื่อลดและป้องกันการเกิดความเครียด ส่งผลทำให้การบาดเจ็บ โครงร่างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์ พยายามลดลง
3. ด้านการศึกษา ผลการศึกษาสามารถใช้เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์และกรณีตัวอย่างทางการศึกษาด้านการพยาบาลอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในเรื่องการบาดเจ็บ โครงร่างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์ โรงพยาบาลลานนา จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อนำไปสู่แนวทางในการบริหารจัดการทางการศึกษาด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ
4. ด้านการวิจัย สามารถนำผลการศึกษาที่ได้เป็นข้อมูลสนับสนุนในการทำวิจัยเชิงทดลองเพื่อหาวิธีการที่เหมาะสมในการป้องกันและลดการบาดเจ็บ โครงร่างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน

### ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

การศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะในการทำการศึกษากครั้งต่อไป ดังนี้

1. ควรมีการศึกษาไปข้างหน้า (prospective study) เพื่อติดตามการบาดเจ็บ โครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยด้านกายภาพในการทำงานเพราะจะทำให้ได้ข้อมูลของการบาดเจ็บ โครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานแบบเรื้อรัง ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาในการศึกษา
2. ควรมีการศึกษาเชิงทดลองเพื่อเปรียบเทียบรูปแบบ วิธีการที่เหมาะสมในการป้องกันและลดการบาดเจ็บ โครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน
3. ควรมีการประเมินการบาดเจ็บ โครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน โดยรวบรวมข้อมูลเชิงปรนัยร่วมกับข้อมูลเชิงอัตนัย เช่น การใช้เครื่องมือที่มีการตรวจวัดความแข็งแรงและความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ ร่วมกับการตรวจประเมินร่างกายทางคลินิกในช่วง 7 วัน และ 12 เดือนก่อนทำการศึกษา เพื่อให้ข้อมูลมีความครอบคลุมและมีความน่าเชื่อถือมากขึ้น
4. ควรทำการศึกษากการบาดเจ็บ โครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานในบุคลากรทางการแพทย์ โดยแยกตามหน่วยงานที่ปฏิบัติงานเพื่อศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของการบาดเจ็บ โครงสร้างกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานตามลักษณะงานที่บุคลากรทางการแพทย์ปฏิบัติในแต่ละหน่วยงาน