

## Research article

## Muscle pain from working of dental nurse in health promoting hospital at Khonkaen province

Jiraphan Klangkharn

Master Degree in Public Health student,  
Environmental Program, Faculty of  
Public Health, KhonKaen University

Ganjana Nathapindhu

Associate Professor, Department of  
Environmental Program, Faculty of  
Public Health, KhonKaen University

### Abstract

The study was descriptive research has explored Muscle pain from working of dental nurse in health promoting hospital at KhonKaen province. This research was done by 87 dental nurse. Data analysis was done by STATA V.10. Statistics were number, level and standard deviation 95%CI.

From the results found that dental nurse in health promoting hospital at KhonKaen were female 79.31%, average age 30.47 year old, average weigh 55.59 kilograms, average experience in work about 8.59 years. Work at service dental nurse was included extraction. The most found muscle pain was at neck, left shoulder, right shoulder and waist as well as upper back respectively. Since working in the same position repeatedly for a long time, no breaks relaxation. The relationship of factors found that exercise during break in the individual patient and a right hand side of the dental work had related with muscle pain at neck, shoulder, upper back, upper arms, elbow, waist, lower arms, bottom, and hip, hand and ,wrist, thigh, calf, feet and ankles with significantly statistical difference ( $p < 0.05$ ). So dental nurse should reduce the muscle pain while working, exercise, and developmental working conditions that suitable for with the working. Everywhere should have learn how to protect and post work posture at the right moment in working should be suggest break off, exercise during working to reduce health problem of muscle pain from their jobs by themselves.

**Keywords :** muscle pain , dental nurse , health promoting hospital

## การปวดกล้ามเนื้อเนื่องจากการทำงานของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น

### จิราพรรณ กลางคาร

นักศึกษาระดับปริญญาโทสาขานามัยสิ่งแวดล้อม  
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
ขอนแก่น

### กาญจนา นาคะพินธุ

รองศาสตราจารย์ภาควิชาวิทยาศาสตร์  
อนามัยสิ่งแวดล้อม คณะสาธารณสุขศาสตร์  
มหาวิทยาลัยขอนแก่น

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อศึกษาการปวดกล้ามเนื้อเนื่องจากการทำงานของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น โดยทำการสัมภาษณ์เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข ทั้งหมด จำนวน 87 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม STATA V.10 สถิติที่ใช้ ได้แก่ จำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ 95%CI

ผลการวิจัยพบว่า เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น เป็นเพศหญิงร้อยละ 79.31 อายุเฉลี่ยเท่ากับ 30.47 ปี น้ำหนักเฉลี่ย 55.59 กิโลกรัม ส่วนสูงเฉลี่ย 160.08 เซนติเมตร ดัชนีมวลกายเฉลี่ย 21.67 อายุงานเฉลี่ย 8.59 ปี ลักษณะงานที่ทำให้เกิดปัญหาการปวดกล้ามเนื้อมากที่สุด คือ การถอนฟัน ปัญหาการปวดกล้ามเนื้อของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข พบว่า ปวดมากที่สุด คือ คอ ไหล่ ซ้ำๆ ไหล่ขวาและเอวเท่ากัน และหลังส่วนบน ตามลำดับ เนื่องจากการทำงานในท่าเดิมซ้ำๆ เป็นเวลานานไม่มีการหยุดพักและเมื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยพบว่า การออกกำลังกาย การหยุดพักในระหว่างการทำงานด้านทันตกรรม คนไข้แต่ละคนและความถนัดของมือในการทำงานด้านทันตกรรมมีความสัมพันธ์กับการปวดกล้ามเนื้อบริเวณ คอ ไหล่ หลังส่วนบน แขนท่อนบน ข้อศอก เอว แขนท่อนล่างก้นและสะโพกมือ มือและข้อมือ ต้นขา น่อง และเท้าและข้อเท้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) ดังนั้น เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขควรมีการปรับเปลี่ยนอิริยาบถขณะทำงานและหยุดพักเป็นระยะ ควรมีการปรับปรุงสภาพการทำงานให้เหมาะสมกับการทำงาน ตลอดจนให้ความรู้แนวทางป้องกัน วิธีการลดและคลายการปวดกล้ามเนื้อระหว่างการทำงานของตนเองรวมถึงมีการส่งเสริมสุขภาพของตนเองเพื่อลดปัญหาการปวดกล้ามเนื้อเนื่องจากการทำงาน

**คำสำคัญ :** การปวดกล้ามเนื้อ; เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข; โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

## บทนำ

โรคปวดหลังและปวดเอวทั่วโลกมีอาการปวดหลังปวดเอว ประมาณร้อยละ 37 และพบมากกว่าร้อยละ 70 ของผู้ใช้แรงงานในประเทศอุตสาหกรรม พบมากในช่วงอายุ 30 - 60 ปี ในประเทศไทยผู้ป่วยปวดหลังพบได้มากขึ้นเป็นกลุ่มวัยทำงานและในคนสูงอายุ<sup>1,2</sup>

จากข้อมูลสาเหตุการป่วยของผู้ป่วยนอก (ประชากร 1,000 คน) จำแนกตามกลุ่มสาเหตุการป่วย 21 กลุ่มโรค ภาคตะวันออกเฉียงเหนือปี 2553 พบว่าอันดับที่สาม คือ โรคระบบกล้ามเนื้อโครงร่างและเนื้อเยื่อเสริม มีผู้ป่วย อัตรา 254.66 ต่อแสนประชากร (ที่มา : รายงานผู้ป่วยนอกตามกลุ่มสาเหตุ (รง. 504) สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ ข้อมูล ณ วันที่ 1 ม.ค. 53 - 31 ธ.ค. 53)

วิชาชีพทันตแพทย์หรือทันตบุคลากรก็มีปัญหาเกี่ยวกับการปวดหลังไม่น้อยเนื่องจากการทำซ้ำๆ การนั่งหรือยืนกับที่นานๆ และการเอี้ยวตัวบ่อยๆ ก็เป็นสาเหตุทำให้ปวดหลังได้จึงพบว่า ทันตแพทย์มีปัญหาปวดหลังโดยทันตแพทย์ชายมีอาการปวดหลังส่วนล่าง ร้อยละ 59 และทันตแพทย์หญิง พบร้อยละ 58<sup>3</sup> และทันตบุคลากรในประเทศไทยมีอาการปวดบริเวณไหล่ร้อยละ 72.2 บริเวณคอ ร้อยละ 70.3 และบริเวณหลังส่วนล่าง ร้อยละ 50.6 โดยความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างในอาจารย์ทันตแพทย์ พบร้อยละ 50 นักศึกษาทันตแพทย์หลักสูตรหลังปริญญา พบร้อยละ 46.2 และผู้ช่วยทันตแพทย์ พบร้อยละ 54.<sup>4</sup>

เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขจึงเป็นอาชีพที่เสี่ยงต่อการปวดหลังปวดไหล่ปวดคอค่อนข้างสูงซึ่งเกิดจากการทำงานที่ต้องทำงานในลักษณะกางแขนไหล่ยกศีรษะก้มมือหยิบจับเครื่องมือทำให้กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ทำงานแบบเกร็งค้างอยู่ตลอดเวลาของการให้บริการด้านทันตกรรม ปัจจัยทางกายศาสตร์ที่ไม่เหมาะสม เช่น การให้บริการทันตกรรมที่ต้องใช้แรงมากๆ ทำซ้ำๆ ทำท่าทางที่ไม่เหมาะสมและเครื่องมือในการรักษาที่มีความสั่นสะเทือนนอกจากนั้นความเคยชินที่เกิดจากท่าทางการทำงาน ระดับความสูงของเก้าอี้ทำฟัน

ตำแหน่งการวางอุปกรณ์ทำฟัน การใช้งานเครื่องมือที่ผิดจังหวะหรือใช้งานมากเกินไป ลักษณะการทำงานของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขที่ไม่เหมาะสมดังกล่าวถือว่าเป็นปัจจัยที่เสี่ยงต่อการปวดกล้ามเนื้อทำให้นำไปสู่ปัญหาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานต่อไป<sup>5</sup>

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น เพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานนำไปสู่การแก้ไขปัญหาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขต่อไป

## คำถามการวิจัย

เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจังหวัดขอนแก่น มีการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานเป็นอย่างไร

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการปวดกล้ามเนื้อที่เกิดจากการทำงานของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น

## วัสดุและวิธีการ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional descriptive research) กลุ่มตัวอย่างเป็นเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น จำนวน 87 คน

## เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) โดยแบ่งออกเป็น 5 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลบุคคล ส่วนที่ 2 ข้อมูลสุขภาพ ส่วนที่ 3 ข้อมูลจากการทำงานด้านทันตกรรม ส่วนที่ 4 ข้อมูลลักษณะการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมส่วนที่ 5 ข้อมูลลักษณะสภาพการทำงานด้านทันตกรรม

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลทั่วไปโดยใช้ ร้อยละ ความถี่ ค่าเฉลี่ยและ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆที่มีผลต่อการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานของ เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขใช้การประมาณค่าช่วงเชื่อมั่น 95%CI ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป STATA V.10

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรม การวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น รหัสโครงการ HE 552250 ลำดับที่ 4.3.04: 45/2555

### การดำเนินการ

ระยะเวลาดำเนินการตั้งแต่ เดือนตุลาคม ถึง เดือนธันวาคม พ.ศ.2555 รายละเอียดดังนี้

1. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยการ เก็บรวบรวมข้อมูลจากการสอบถาม โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น
2. นำข้อมูลที่ได้นำมาทำการตรวจสอบความครบถ้วนถูกต้อง ของข้อมูลก่อนนำไปวิเคราะห์ผลด้วย โปรแกรมสำเร็จรูป STATA V.10
3. วิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลวิจัย เขียนรายงาน การศึกษาวิจัยฉบับสมบูรณ์

### ผลการวิจัย

#### 1. ข้อมูลบุคคล

เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น ส่วนใหญ่เป็น เพศหญิง ร้อยละ 79.31 และเพศชาย ร้อยละ 20.69 อายุเฉลี่ยเท่ากับ 30.47 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.08) อายุมากที่สุด 55 ปี และอายุน้อยที่สุด 21 ปี น้ำหนักเฉลี่ยของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขเท่ากับ 55.59 กิโลกรัม (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 9.86) น้ำหนักสูงสุด คือ 96 กิโลกรัม และน้ำหนักต่ำสุด คือ 35 กิโลกรัม ส่วนสูงเฉลี่ยของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขเท่ากับ 160.08 เซนติเมตร (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 6.56) ส่วนสูงสูงสุดเท่ากับ 185 เซนติเมตร และส่วนสูงต่ำสุดเท่ากับ 150 เซนติเมตร

#### 2. ข้อมูลสุขภาพ

เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 62.07 รองลงมาคือ ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 37.93 ส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับอุบัติเหตุหรือมีอาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ร้อยละ 86.20 รองลงมาคือ ได้รับอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์ ร้อยละ 8.05 มีการนอนหลับเฉลี่ยต่ำกว่าวันละ 8 ชั่วโมง ร้อยละ 97.70 รองลงมาคือ มีการนอนหลับเฉลี่ยมากกว่าวันละ 8 ชั่วโมง ร้อยละ 2.30 ส่วนใหญ่ใน 1 สัปดาห์มีการออกกำลังกายนานๆ ครั้ง ร้อยละ 35.63 รองลงมาคือ ออกกำลังกาย 3-4 วัน ร้อยละ 25.29 และใน 1-2 วัน ที่ผ่านมาส่วนใหญ่ไม่ได้ทำการบริหารร่างกาย ร้อยละ 67.82 รองลงมาคือ ได้ทำการบริหารร่างกาย ร้อยละ 32.18

#### 3. ข้อมูลจากการทำงานด้านทันตกรรม

เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น มีอายุการทำงานด้านทันตกรรมเฉลี่ย 8.59 ปี อายุการทำงานด้านทันตกรรมสูงสุด 30 ปี และอายุการทำงานด้านทันตกรรมต่ำสุด 1 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.16) มีจำนวนผู้ป่วยที่ให้บริการทันตกรรมเฉลี่ยต่อวัน 14.36 คน ผู้ป่วยสูงสุดที่ให้บริการด้านทันตกรรมต่อวัน 40 คน และผู้ป่วยต่ำสุดที่ให้บริการด้านทันตกรรมต่อวัน 4 คน (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.22) ส่วนใหญ่การทำงานด้านทันตกรรมตลอดทั้งวัน (ไม่นับเวลากลางวัน) ไม่มีการหยุดพัก ร้อยละ 39.08 รองลงมาคือ มีการหยุดพักโดยพักวันละ 2 ครั้ง แต่แต่ละครั้งนานประมาณ 10 นาที ร้อยละ 16.09 ส่วนใหญ่ในระหว่างการทำงานด้านทันตกรรมคนไข้แต่ละคนไม่มีการหยุดพัก ร้อยละ 71.26 รองลงมาคือ มีการหยุดพักโดยพักแต่ละครั้งนานประมาณ 2 นาที ร้อยละ 28.74

#### 4. ข้อมูลลักษณะการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรม

เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น ส่วนใหญ่มีอาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมมากที่สุดคือ คอ ไหล่ซ้าย ไหล่ขวาและเอวเท่ากัน และหลังส่วน

บน ร้อยละ 77.01, 72.41 และร้อยละ 68.97ตามลำดับ ส่วนใหญ่สาเหตุการปวดกล้ามเนื้อเป็นประจำจากการทำงานเกิดจากการทำงานด้านทันตกรรม ร้อยละ 81.59 รองลงมาคือ โรคประจำตัว ร้อยละ 9.72 ส่วนใหญ่ในระหว่างการทำงานมีวิธีการบรรเทาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมใช้วิธีการเปลี่ยนอิริยาบถ

ร้อยละ 50.00 รองลงมาคือ ไม่ได้ใช้วิธีบรรเทา ร้อยละ 22.22 ส่วนใหญ่เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขคิดว่าไม่มีความผิดปกติที่เกิดจากการทำงานด้านทันตกรรม ร้อยละ 91.66 รองลงมาคือ คิดว่ามีอาการปวดศีรษะ ร้อยละ 5.56 นอกจากนั้นยังมีรายละเอียดตามตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** ข้อมูลลักษณะการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น

ลักษณะการทำงานด้านทันตกรรม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>การมีอาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงาน ( n = 87 )</b>		
ไม่ปวด	15	17.24
ปวด	72	82.76
<b>มีอาการปวดกล้ามเนื้อมากเป็นประจำจากการทำงานด้านทันตกรรมในช่วงเวลา ( n = 72 )</b>		
ก่อนเข้าทำงาน	4	5.56
ขณะทำงาน	27	37.50
หลังเลิกงาน	41	56.94
<b>มีอาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมมากในวันใดของสัปดาห์ ( n = 72 )</b>		
วันแรกของสัปดาห์	11	15.28
วันสุดท้ายของสัปดาห์	40	55.55
ไม่แน่นอน	18	25.00
ทุกวันที่ทำงาน		
<b>การปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมแต่ละครั้งใช้เวลากี่วันอาการถึงจะทุเลาและจะหายเป็นปกติ ( n = 72 )</b>		
ไม่เกิน 1 วัน	25	34.72
2 – 3 วัน	36	50.00
มากกว่า 3 วัน	10	13.89
ไม่มีวันหาย	1	1.39

### 5. ข้อมูลลักษณะสภาพการทำงานด้านทันตกรรม

ส่วนใหญ่ระดับความสูงของเก้าอี้ทำงานทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขไม่เหมาะสม ร้อยละ 49.43 ,95%CI (38.53 ถึง 60.00)รองลงมาคือ มีความเหมาะสม ร้อยละ 35.63 ,95%CI (25.65 ถึง 46.62)และความสูงของยูนิตทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขไม่เหมาะสม ร้อยละ 63.22 ,95%CI (52.20 ถึง 73.30)รองลงมาคือ มีความเหมาะสม ร้อยละ 29.89 , 95%CI (20.53 ถึง 40.64) รายละเอียดตามตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** ข้อมูลลักษณะสภาพการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น (n = 87)

ลักษณะสภาพการทำงานด้านทันตกรรม	จำนวน (คน)	ร้อยละ	95%CI
<b>ความสูงของเก้าอี้ทำงานทันตกรรม</b>			
ไม่เหมาะสม	43	49.43	38.53 ถึง 60.00
เหมาะสม	31	35.63	25.65 ถึง 46.62
ไม่ทราบ	13	14.94	8.20 ถึง 24.19
<b>ความสูงของยูนิตทันตกรรม</b>			
ไม่เหมาะสม	55	63.22	52.20 ถึง 73.30
เหมาะสม	26	29.89	20.53 ถึง 40.64
ไม่ทราบ	6	6.90	2.57 ถึง 14.40

### 6. ข้อมูลปัจจัยที่มีผลต่อการปวดกล้ามเนื้อจาก การทำงานด้านทันตกรรม

ผลการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข พบว่า การออกกำลังกาย การหยุดพักในระหว่างการทำงานด้านทันตกรรมคนไข้แต่ละคนและความถนัดของมือในการทำงานด้านทันตกรรมมีผลต่อการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข ( $p < 0.05$ ) นอกจากนั้นยังมีรายละเอียดตามตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อการปวดกล้ามเนื้อเนื่องจากการทำงานด้านทันตกรรม  
ของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น ( n = 87)

ข้อมูลทั่วไป	ปวด จำนวน (ร้อยละ)	ไม่ปวด จำนวน (ร้อยละ)	P-value	OR 95 %CI
<b>การออกกำลังกาย</b>				
ไม่เคยเลย	14 (16.08)	5 (5.75)		48.80 ถึง 90.85
นานๆครั้ง	23 (26.43)	8 (9.20)		55.39 ถึง 88.14
3-4 วัน	15 (17.24)	7 (8.05)		45.13 ถึง 86.14
เป็นประจำ	5 (5.75)	10 (11.50)	0.04	11.82 ถึง 61.62
<b>ในระหว่างการทำงานด้าน ทันตกรรมคนไข้แต่ละคน มีการหยุดพัก</b>				
ไม่พัก	55 (63.21)	7 (8.05)		78.11 ถึง 95.34
พัก	17 (19.54)	8 (9.20)	0.02	46.50 ถึง 85.05
<b>การทำงานด้านทันตกรรม นอกเวลาราชการ</b>				
ไม่มี	27 (31.03)	13 (14.94)		50.87 ถึง 81.43
มี	40 (45.98)	7 (8.05)	0.50	71.69 ถึง 93.80
<b>ความถนัดของมือมือในการ ทำงาน ด้านทันตกรรม</b>				
มือขวา	64 (73.56)	13 (14.94)		72.86 ถึง 90.69
มือซ้าย	5 (5.75)	5 (5.75)	0.01	18.71 ถึง 81.29

### อภิปรายผล

ข้อมูลบุคคลของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น เพศหญิงมีอัตราร้อยละของการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานมากกว่าเพศชายกลุ่มที่มีอายุอยู่ระหว่าง 21-30 ปี และมีน้ำหนักระหว่าง 41-50 กิโลกรัม และผู้ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ระหว่าง 9,001 - 17,000 บาท จะมีอัตราร้อยละของการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานมาก สอดคล้องกับการศึกษาของณรงค์เบ็ญชะอาด<sup>6</sup> ซึ่งจะแสดงถึงสภาวะทางสุขภาพและสภาพทางเศรษฐกิจสังคมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขที่ส่งผลต่อการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงาน

ข้อมูลสุขภาพของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น การออกกำลังกายมีความสัมพันธ์ที่มีผลต่อการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมโดยใช้การทดสอบการประมาณค่าช่วงเชื่อมั่น 95 %CI พบว่า มีความสัมพันธ์กับการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของศุภิตา กองสิน<sup>7</sup> ที่พบว่าเจ้าหน้าที่ที่มีการทำงานในลักษณะการเคลื่อนไหวท่าเดิมซ้ำๆ ร้อยละ 79.0 ความเครียดอยู่ในสภาวะเครียดปานกลาง ร้อยละ 73.8

ข้อมูลจากการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น อายุการทำงานด้านทันตกรรมน้อยกว่า 5 ปี มีอัตราร้อยละของการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานมากกว่า 10 ปี การหยุดพักในระหว่างการทำงานคนไข้แต่ละคนและความถนัดของมือในการให้บริการด้านทันตกรรมมีความสัมพันธ์ที่มีผลต่อการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมโดยใช้การทดสอบการประมาณค่าช่วงเชื่อมั่น 95 %CI พบว่า มีความสัมพันธ์กับการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ อนงค์หาญสกุล<sup>8</sup> ที่พบว่า การทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม

14 การทำงานใน 3 แผนก มีความสัมพันธ์กับความปวดเมื่อยกล้ามเนื้อบริเวณบริเวณ คอ ไหล่ หลังส่วนบน แขนท่อนบน ข้อศอก แอว แขนท่อนล่าง ก้นและสะโพก มือ,มือและข้อมือ ต้นขา น่อง และเท้าและข้อเท้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) และจากการศึกษาพฤติกรรมกรรมการป้องกันอาการปวดหลังของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงสาธารณสุขศาสตร์ (ทันตสาธารณสุข) วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เคยปวดหลังร้อยละ 96.15 มักปวดในช่วงเดือนแรกที่มาทำงานในคลินิกทันตกรรม ร้อยละ 54 มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกันอาการปวดหลัง เท่ากับ 2.35 อยู่ในระดับปานกลาง<sup>9</sup> แสดงให้เห็นว่านักศึกษายังมีการป้องกันการปวดหลังไม่ดีเท่าที่ควร ข้อมูลลักษณะการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่น ส่วนใหญ่มีอาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานมากที่สุด คือ บริเวณ คอ ไหล่ ซ้าย ไหล่ขวาและเอวเท่ากัน และหลังส่วนบน ร้อยละ 77.01, 72.41 และร้อยละ 68.97 ตามลำดับ สอดคล้องกับการศึกษาของ ณัฐพงษ์ ฤทธิ์น้ำคำ<sup>10</sup> แสดงให้เห็นว่าท่าทางการทำงานส่งผลต่อการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานดังนั้นจึงควรมีการปรับปรุงลักษณะท่าทางการทำงานให้เหมาะสมกับลักษณะงานต่อไปเพื่อลดอาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานด้านทันตกรรม

ข้อมูลลักษณะสภาพการทำงานด้านทันตกรรมของเจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดขอนแก่นพบว่า ระดับความสูงของเก้าอี้ทำงานทันตกรรมไม่เหมาะสมกับลักษณะงาน ร้อยละ 49.43, 95%CI (38.53 ถึง 60.00) และระดับความสูงของยูนิตทันตกรรมไม่เหมาะสมกับลักษณะงาน ร้อยละ 63.22, 95%CI (52.20 ถึง 73.30) สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพจากการทำงานและพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพในผู้ประกอบการอาชีพอุตสาหกรรมในครัวเรือนของชุมชนในชนบทอีสาน โดยใช้วิธีการสำรวจสิ่งแวดล้อมในการทำงาน พบว่า มีอาการปวดหลัง

ส่วนปลายและปวดเอวและยังพบอาการปวดเมื่อยอวัยวะส่วนอื่นของร่างกาย เช่น แขน ขา ตา และปวดศีรษะ โดยมีอาการอยู่เป็นประจำถึง ร้อยละ 44.13<sup>11</sup> แสดงให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมในการทำงานส่งผลต่อสภาวะสุขภาพควรมีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับการทำงาน

### ข้อเสนอแนะ

ควรมีการกระตุ้นให้ความรู้แก่เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจังหวัดขอนแก่น ให้ตระหนักถึงท่าทางการทำงานด้านทันตกรรมที่เหมาะสมรวมถึงควรมีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมการทำงานและเลือกใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับการทำงานเพื่อลดปัญหาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงาน เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขจึงจำเป็นต้องต้องทราบปัญหาและแนวทางแก้ไขเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาการปวดกล้ามเนื้อจากการทำงานที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง

### เอกสารอ้างอิง

1. World Health Organization [WHO]. *Comparative risk analysis of the contribution of occupational Risk factors to the global burden of disease* [online] 2003 [cited 2 2012] Available from:[http://www.who.int/occupational\\_health/topics/](http://www.who.int/occupational_health/topics/)
2. เจริญ โชติกวนิชย์. *หลายคำถามที่เกี่ยวกับอาการปวดหลัง*. [ออนไลน์] 2522 [อ้างเมื่อ 12 กรกฎาคม 2552] จาก <http://www.si.mahidol.ac.th/department/orthopedic>.
3. Finsen L, Christensen H, Bakke M. Musculoskeletal disorders among dentists and variation in dental work. *Appl Ergon*; **1998**;29:119-25.
4. Dajpratham P, Ploypetch T, Kiattavorncharoen S, Boonsiriseth K. Prevalence and Associated Factors Of Musculoskeletal Pain among the Dental Personnel in a dental school. *J Med Assoc Thai* 2010;93(6):714-21.
5. แมนเมืองสรวง วงศ์อภัย. *ภาวะสุขภาพจากการทำงานของทันตแพทย์ภาครัฐ จังหวัด เชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2552.
6. ณรงค์ เบ็ญสะอาด. *สภาพการทำงานและกลุ่มอาการปวดกล้ามเนื้อและกระดูกในผู้ประกอบการอาชีพผลิตยางพารา กรณีศึกษา ตำบลนาเกลือ อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง*. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาอนามัยสิ่งแวดล้อม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์; 2545.
7. ศุภจิตา กองสิน. *การปวดเมื่อยกล้ามเนื้อจากการทำงานของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์อุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาอนามัยสิ่งแวดล้อม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2551.

8. อนงค์ หาญสกุล. ปัญหาสุขภาพจากการทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมทอผ้าไหมพรม จังหวัดชัยภูมิ. *ว.มหาวิทยาลัยขอนแก่น*;2546 ;6(1):139-149.
9. อภิญญา ยุทธชาวิทย์ และวีระชาติ ยุทธชาวิทย์. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการป้องกันอาการปวดหลังของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงสาธารณสุขศาสตร์ (ทันตสาธารณสุข)วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น. *ว.ทันตภิบาล*;2554; 22(2):16-21.
10. ณัฐพงษ์ ฤทธิน้ำคำ. ปัญหาสุขภาพจากการทำงานและการดูแลสุขภาพจากกลุ่มอาชีพทอผ้าไหม อำเภอบ้านเขว้าจังหวัดชัยภูมิ. *ว.มหาวิทยาลัยขอนแก่น* ;2550;7(3):83-97.
11. กาญจนา นาถะพินธุ, สมชาย นาถะพินธุ, ดาริวรรณ เศรษฐีธรรม และจารุวรรณนิพานนท์. ปัญหาสุขภาพจากการทำงานและพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพในผู้ประกอบการอาชีพอุตสาหกรรม ในครัวเรือนของชุมชนชนบท อีสาน. *ว.มหาวิทยาลัยขอนแก่น*;2542;4(2):99-108.