



**การวิเคราะห์สถานการณ์ด้านอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว:  
ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมการทำงาน**

**Situation Analysis of Occupational and Environmental Health Among  
Rice Farmers: Health Status and Work Behavior**

ธานี	แก้วธรรมานุกูล *	Thanee	Kaewthummnukul *
วีระพร	ศุทธากรณ์ *	Weeraporn	Suthakorn *
กัลยาณี	ตันตรานนท์ *	Kunlayanee	Tantranont *

**บทคัดย่อ**

เกษตรกรปลูกข้าวส่วนใหญ่เป็นแรงงานนอกระบบที่เผชิญกับความเครียดหรือปัญหาด้านสุขภาพทั้งจากการทำงานและที่ไม่เกี่ยวข้องกับการทำงาน การวิจัยเชิงพรรณนาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมการทำงานของเกษตรกรปลูกข้าวในเขตอำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด จำนวน 385 คน รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ซึ่งพัฒนาโดยผู้วิจัยที่ผ่านการตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหาและทดสอบความเชื่อมั่น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

**ผลการศึกษาพบว่า**

ในส่วนของภาวะสุขภาพทั่วไป กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 16.4 และ 34.3 มีดัชนีมวลกายเกินเกณฑ์ปกติและอ้วนตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 38.7 มีโรคประจำตัว ระดับภาวะสุขภาพในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 75.3 มีภาวะสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 68.0 และ 82.6 มีภาวะสุขภาพรายด้านคือ ด้านจิตใจและด้านร่างกายอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงานในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา กลุ่มตัวอย่างระบุ เครียด/กังวลจากสถานการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ ร้อยละ 61.0 มีอาการเหนื่อยอ่อนเพลีย กระหายน้ำ ร้อยละ 64.2 และมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ร้อยละ 73.5 สำหรับอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงาน พบกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 8.8 ที่มีการบาดเจ็บจากการทำงานในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา ส่วนพฤติกรรมการทำงาน พบว่า ด้านการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติทุกครั้งในการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลขณะทำงานในสัดส่วนน้อยที่สุด (ร้อยละ 61.1) ส่วนการตรวจสอบสภาพความพร้อมของอุปกรณ์ก่อนใช้งาน พบร้อยละ 75.6 ทำความสะอาดและจัดเก็บรักษาอุปกรณ์หลังใช้งาน ร้อยละ 76.9 และเปลี่ยนอุปกรณ์เมื่อชำรุด ร้อยละ 80.6 ด้านการปฏิบัติตามหลักการทำงานที่ปลอดภัย กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติทุกครั้งในการทำทำความสะอาดบริเวณที่ทำงานหลังเลิกงาน ร้อยละ 87.0 งดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนหรือขณะทำงาน ร้อยละ 87.7 และเก็บเครื่องมือเป็นระเบียบหลังใช้งาน ร้อยละ 90.6 ส่วนการหลีกเลี่ยงปฏิบัติงานเมื่อมีอาการอ่อนเพลียพบในสัดส่วนน้อยที่สุด ร้อยละ 77.9

ข้อค้นพบจากการศึกษาครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานสำคัญสำหรับพยาบาลอาชีวอนามัยและบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการทำงานที่มีประสิทธิภาพสำหรับ

\* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
\* Assistant Professor, Faculty of Nursing, Chiang Mai University, thanee.kaewthummanu@cmu.ac.th  
วันที่รับบทความ 22 พฤษภาคม 2561 วันที่แก้ไขบทความ 18 มีนาคม 2562 วันที่ตอบรับบทความ 26 สิงหาคม 2562

กลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว เพื่อป้องกันและลดภาวะเสี่ยงต่อสุขภาพจากการทำงานของเกษตรกรปลูกข้าว

**คำสำคัญ:** ภาวะสุขภาพ อุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงาน พฤติกรรมการทำงาน เกษตรกรปลูกข้าว  
พยาบาลอาชีวอนามัย

## Abstract

Rice farmers are largely part of the informal workforce and face work and non-work related health risks or health problems. The purpose of this descriptive research study was to examine the health status and work behaviors of 385 rice farmers in Wang Thong District, Phitsanulok Province. The study sample was purposively selected based on the inclusion criteria. Data were collected using a structured interview-form developed by the researcher and confirmed for both content validity and reliability. Data were analyzed using descriptive statistics.

### The results revealed that:

In terms of general health, 16.4% and 34.3% of the sample had body mass indices in the overweight and obesity ranges, respectively. About 38.7% of the sample had underlying diseases. Over the past month, 75.3% of the sample had moderately good health, while 68.0% and 82.6% had moderately good psychological and physical health. For work-related health risk in the past month, the participants experienced stress/anxiety from situations beyond their control (61.0%), fatigue and thirst (64.2%), and bodily pain (73.5%). Only 8.8% experienced work-related injuries in the past three months. Regarding work behaviors, 61.1% the lowest proportion across behaviors, regularly practiced personal protective equipment [PPE] use at work (61.1%), while 75.6% of the sample inspected the condition of PPE prior to use, 76.9% cleaned and properly stored PPE after use, and 80.6% replaced PPE when damaged. With regards to adherence to workplace safety rules, 87.0% always cleaned the work area after completing work, 87.7% avoided drinking alcohol before or during work, and 90.6% properly stored tools following use. Avoiding work when fatigued was the rule followed by the smallest proportion of workers (77.9%).

These findings provide a significant foundation for occupational health nurses and related personnel to develop effective health promotion and behavioral modification programs for rice farmers. This is anticipated to prevent and reduce work-related health risks among rice farmers.

**Keywords:** *Health status, Accident and work related injury, Work Behaviors, Rice Farmers, Occupational Health Nurses*

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันประเทศไทยมีการพัฒนาเศรษฐกิจอย่างต่อเนื่อง อุตสาหกรรมในภาคเกษตรกรรมเป็นรายได้หลัก

ที่นำเข้าประเทศและเป็นฐานการผลิตสำคัญด้านอาหารและพลังงานทดแทนให้กับประเทศ สำหรับภาคเหนือมีผู้ทำงานในภาคเกษตรกรรม 2.9 ล้านคน (National

Statistical Office, 2018) โดยหนึ่งในพืชเศรษฐกิจสำคัญของภาคเหนือ ได้แก่ ข้าว (Bank of Thailand, 2009) ซึ่งคนทำงานในภาคเกษตรกรรมดังกล่าวมีโอกาสสัมผัสกับสิ่งคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานทั้งปัจจัยคุกคามด้านเคมี ด้านกายภาพ ด้านการยศาสตร์ ด้านชีวภาพ และด้านจิตสังคม เช่น การสัมผัสสารเคมีกำจัดศัตรูพืช หรือฝุ่นฟางข้าว/ฝุ่นดิน การสัมผัสความร้อนจากแสงแดด การสัมผัสเสียงดังจากเครื่องจักรที่ใช้ในการเกษตร การสัมผัสเชื้อโรค เชื้อรา หรือสัตว์มีพิษ การทำงานด้วยท่าทางที่ไม่เหมาะสมและการยกของหนัก การทำงานที่เร่งรีบเพื่อให้ได้ผลผลิตตามเวลาหรือรายได้ไม่แน่นอน เป็นต้น รวมทั้งการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพการทำงาน เช่น การทำงานกับเครื่องมือหรืออุปกรณ์ทางการเกษตรที่มีคม (Bureau of Occupational and Environmental Diseases, 2010) การสัมผัสปัจจัยคุกคามเหล่านี้จะนำไปสู่ผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของเกษตรกร หรือภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงาน

ภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงานเป็นปัญหาสุขภาพ หรือการเจ็บป่วย และบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพการทำงาน (Rogers, 2003) โดยการเจ็บป่วยและบาดเจ็บที่สำคัญและมักพบได้ในกลุ่มคนทำงานภาคเกษตรกรรม ได้แก่ พิษของสารเคมีกำจัดศัตรูพืช โรคภูมิแพ้ในระบบทางเดินหายใจจากการสูดฝุ่นฝ้าย/ฝุ่นฟางข้าว/ฝุ่นอ้อยเข้าสู่ทางเดินหายใจ อาการอ่อนเพลีย เป็นลมและหมดสติจากการทำงานในที่ที่มีอากาศร้อน หรือกลางแสงแดด อาการปวดทางระบบโครงร่างกล้ามเนื้อเนื่องจากท่าทางการทำงานที่ไม่เหมาะสม และการยกของหนัก โรคฉี่หนูหรือเลปโตสไปโรซิส ความเครียดจากราคาผลผลิตทางการเกษตรตกต่ำ หรือไม่ได้ผลผลิตตามที่คาดหวัง และการบาดเจ็บหรืออุบัติเหตุจากการทำงาน (Bureau of Occupational and Environmental Diseases, 2010) มีรายงานสถานการณ์โรคและภัยสุขภาพจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม ปี พ.ศ. 2560 พบผู้ป่วยโรคจากพิษสารเคมีกำจัดศัตรูพืชจำนวน 10,312 ราย คิดเป็นอัตราป่วย 17.12 ต่อประชากร

แสนราย ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2559 ที่พบผู้ป่วยดังกล่าวจำนวน 8,689 ราย คิดเป็นอัตราป่วย 14.47 ต่อประชากรแสนราย (Bureau of Occupational and Environmental Diseases, 2018) จากรายงานสถานการณ์โรคเลปโตสไปโรซิสของประเทศไทย ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ถึง 26 มีนาคม พ.ศ. 2558 พบผู้ป่วยจำนวน 208 ราย จาก 37 จังหวัด หรือคิดเป็นอัตราป่วย 0.32 ต่อแสนประชากร เสียชีวิตด้วยโรคดังกล่าว จำนวน 4 ราย หรือคิดเป็นอัตราตาย 0.01 ต่อแสนประชากร โดยอัตราป่วยของภาคเหนือเท่ากับ 0.14 ต่อแสนประชากร (Bureau of Epidemiology, 2015) อีกทั้งมีการศึกษาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากงานของเกษตรกรชาวนาในจังหวัดแพร่ พบว่า เกษตรกรระบุมีอาการมือลอก เท้าเปื่อย ติดเชื้อราที่เล็บ ร้อยละ 51.3 ผิวหนังใหม่จากการทำงานท่ามกลางแสงแดด ร้อยละ 70.6 อาการปวดทางระบบโครงร่างกล้ามเนื้อจากท่าทางการทำงานที่ไม่เหมาะสมและการยกของหนัก เช่น อาการปวดไหล่ แขน มือ เข่า เท้า และข้อเท้า ปวดหลัง และปวดคอ (ร้อยละ 82.3-100) ความเครียดจากการทำงาน ร้อยละ 74.3 และบาดเจ็บจากการทำงาน ร้อยละ 38.5 (Tammajak, 2012) และการศึกษาในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวโพดฝักอ่อน พบการเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานในสัดส่วนสูง คือ อาการปวดศีรษะ (ร้อยละ 76.9) และอาการปวดในระบบโครงร่างกล้ามเนื้อ (ร้อยละ 36.9 - 69.23) และพบการบาดเจ็บในช่วง 3 เดือนก่อนการศึกษา ร้อยละ 36.2 (Chanprasit & Kaewthummanukul, 2010) จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่าคนทำงานภาคเกษตรกรรมเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงต่อการได้รับผลกระทบต่อสุขภาพจากการทำงาน ซึ่งปัญหาสุขภาพจากการทำงานในกลุ่มเกษตรกรมักได้รับความสนใจในระดับท้ายๆ เมื่อเทียบกับปัญหาสุขภาพในกลุ่มอาชีพอื่นๆ ทำให้เกษตรกรต้องได้รับผลกระทบจากการเจ็บป่วยและบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน

การลดผลกระทบต่อสุขภาพจากการเจ็บป่วยและบาดเจ็บทั้งเกี่ยวเนื่องและไม่เกี่ยวเนื่องจากการทำงาน

ต้องให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านพฤติกรรมของคนทำงาน โดยเฉพาะพฤติกรรมการทำงานซึ่งเป็นปัจจัยเหตุสำคัญ ปัจจัยหนึ่งและเป็นตัวกันกลาง (buffer) ที่จะนำไปสู่ปัญหาสุขภาพหรือส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของคนทำงาน เนื่องจากพฤติกรรมการทำงานที่ปลอดภัยจะช่วยป้องกันคนทำงานไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยและบาดเจ็บจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงาน โดยทั่วไปพฤติกรรมการทำงานดังกล่าวประกอบด้วยพฤติกรรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล และพฤติกรรมปฏิบัติตามหลักการการทำงานที่ปลอดภัย (Occupational Safety and Health Administration [OSHA], 2016) หากคนทำงานยังมีพฤติกรรมการทำงานที่ไม่เหมาะสมหรือไม่ปลอดภัยก็จะนำไปสู่ความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยและบาดเจ็บจากการทำงานได้

แต่อย่างไรก็ตามปัญหาสุขภาพของคนทำงานทั้งปัญหาสุขภาพทั่วไปและปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานจะขึ้นกับบริบทการทำงานแต่ละกลุ่มอาชีพ ตลอดจนบริบทของแต่ละพื้นที่ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีการศึกษาวิเคราะห์สถานการณ์ด้านอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมที่มีความจำเพาะในแต่ละกลุ่มอาชีพและบริบทของพื้นที่ ซึ่งในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงต่อปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องเนื่องจากลักษณะงานที่ต้องสัมผัสกับสารเคมีกำจัดศัตรูพืช โรคติดต่อจากสัตว์สู่คน การทำงานในที่ที่มีอากาศร้อน การทำงานด้วยท่าทางที่ไม่เหมาะสม ความเครียดจากผลผลิตตกต่ำ หรือไม่ได้ผลผลิตตามที่คาดหวัง ตลอดจนการทำงานกับเครื่องจักรหรืออุปกรณ์ของมีคม (Bureau of Occupational and Environmental Diseases, 2014) แม้ว่าที่ผ่านมามีการศึกษาในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวแล้วก็ตาม แต่ลักษณะการทำนาหรือการปลูกข้าวของแต่ละพื้นที่ก็มีความแตกต่างกัน เช่น ประเภทของการทำนา (นาปรัง นาปี หรือทั้งนาปรังนาปี) ชั่วโมงการทำงานต่อสัปดาห์ เป็นต้น อีกทั้งการศึกษาที่ผ่านมามักจะศึกษาเฉพาะประเด็นหรือศึกษาแยกส่วน ยังไม่ครอบคลุมในทุกประเด็นที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพทั้งภาวะสุขภาพทั่วไปและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยง อุบัติเหตุและ

การบาดเจ็บจากการทำงาน และพฤติกรรมการทำงาน ของเกษตรกรปลูกข้าว โดยการศึกษาครั้งนี้เป็นกรณีศึกษาในเกษตรกรปลูกข้าวเขตพื้นที่อำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งเป็นอาชีพที่ทำกันอย่างแพร่หลายเนื่องจากเป็นพืชเศรษฐกิจที่สำคัญของพื้นที่ ผลการศึกษาวิเคราะห์สถานการณ์ด้านอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานสำคัญที่จะนำไปสู่การวางแผนดำเนินการเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และลดความเสี่ยงต่อสุขภาพของกลุ่มอาชีพเกษตรกรปลูกข้าวต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อวิเคราะห์สถานการณ์ด้านอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวในเขตอำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก ในประเด็นภาวะสุขภาพทั้งภาวะสุขภาพทั่วไปและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงาน ตลอดจนพฤติกรรมการทำงาน

### คำถามการวิจัย

สถานการณ์ด้านอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวในเขตอำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลกในประเด็นภาวะสุขภาพทั้งภาวะสุขภาพทั่วไปและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงาน ตลอดจนพฤติกรรมการทำงานเป็นอย่างไร

### กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยนี้ได้ประยุกต์แนวคิดด้านอาชีวอนามัยและสุขภาพปลอดภัยเป็นแนวทางในการศึกษา โดยภาวะสุขภาพคนทำงานทั้งภาวะสุขภาพทั่วไปและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมการทำงานและสภาพการทำงาน หากคนทำงานทำงานภายใต้สภาพแวดล้อมที่ไม่ปลอดภัยทั้งด้านกายภาพ ด้านเคมี ด้านชีวภาพ ด้านการยศาสตร์ และด้านจิตสังคม และสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัยจะนำไปสู่ผลกระทบต่อสุขภาพ โดยเฉพาะการเจ็บป่วยและบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน (Rogers, 2003) นอกจากนี้ภาวะสุขภาพคนทำงาน

ยังขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการทำงานของคนทำงานโดยเฉพาะ พฤติกรรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลและการปฏิบัติตามหลักการการทำงานที่ปลอดภัย หากคนทำงานมีพฤติกรรมการทำงานที่ปลอดภัย ก็สามารถที่จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยและบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องจากการทำงานได้

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเชิงพรรณนา (descriptive research) ครั้งนี้ใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณเพื่อให้ได้ข้อมูลที่สะท้อนถึงภาวะสุขภาพคนทำงานทั้งการเจ็บป่วยและบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องจากการทำงาน และพฤติกรรมการทำงานของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวในจังหวัดพิษณุโลก

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ กลุ่มเกษตรกรที่อาศัยอยู่ในอำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งเป็นอำเภอที่มีจำนวนเกษตรกรปลูกข้าวในสัดส่วนสูงสุดเมื่อเทียบกับอำเภออื่นๆ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นเกษตรกรปลูกข้าวที่อาศัยอยู่ในเขตตำบลแม่ระกา และตำบลชยันต อำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก เนื่องจากเป็นตำบลที่มีกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวในสัดส่วนสูงสุดเมื่อเทียบกับตำบลอื่นๆ ของอำเภอวังทอง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปของ Krejcie & Morgan (1970) ที่ระดับความคลาดเคลื่อน .05 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 383 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ อายุ 18 ปีขึ้นไป เป็นเกษตรกรที่ทำงานอยู่ในขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งของการปลูกข้าว มีประสบการณ์ในการปลูกข้าวไม่น้อยกว่า 3 เดือน สามารถสื่อสารความหมายและเข้าใจภาษาไทย และยินยอมเข้าร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจ ได้กลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดจำนวนทั้งสิ้น 385 ราย

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์สถานการณ์ด้านอาชีวอนามัย ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อมในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว ที่พัฒนาโดยทีมผู้วิจัยจากการทบทวนวรรณกรรม ประกอบด้วยข้อมูล

1) ข้อมูลส่วนบุคคลและการประกอบอาชีพ 2) ภาวะสุขภาพคนทำงาน เป็นการประเมินภาวะสุขภาพทั่วไป ได้แก่ ข้อมูลดัชนีมวลกายและประวัติการมีโรคประจำตัว ระดับภาวะสุขภาพ เป็นการประเมินโดยใช้เครื่องมือ SF-36 และภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงาน เป็นการประเมินการรับรู้อาการหรือความเจ็บป่วยที่อาจเกี่ยวเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา มีข้อคำถามจำนวน 19 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 2 ระดับ (มีหรือไม่มี การเจ็บป่วย/การบาดเจ็บที่อาจเกี่ยวเนื่องกับการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงาน) รวมทั้งอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงาน เป็นการประเมินการบาดเจ็บที่เกิดจากอุบัติเหตุจากการทำงานตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่าง มีข้อคำถามจำนวน 5 ข้อ ประกอบด้วย การระบุจำนวนครั้งของการเกิดการบาดเจ็บในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา รวมทั้งสาเหตุการบาดเจ็บ ลักษณะการบาดเจ็บ อวัยวะหรือส่วนของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บ และความรุนแรงของการบาดเจ็บในแต่ละครั้ง ลักษณะคำตอบเป็นแบบให้ เลือกตอบตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง และ 3) พฤติกรรมการทำงาน ประกอบด้วยส่วนสำคัญ 2 ส่วน คือ การใช้ อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล และการปฏิบัติตาม หลักการทำงานที่ปลอดภัย มีข้อคำถามจำนวน 21 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 3 ระดับ (ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง หรือไม่ปฏิบัติเลย)

#### การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

แบบสัมภาษณ์สถานการณ์ด้านอาชีวอนามัย ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านอาชีวอนามัย ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อม จำนวน 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index [CVI]) เท่ากับ .99 วิเคราะห์ความเชื่อมั่น โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ในส่วนพฤติกรรมการทำงานเท่ากับ .80 และภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงเท่ากับ .81

### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ตามเอกสารเลขที่ 004/2559 ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยผู้วิจัยแนะนำตนเองชี้แจงและอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัย สิทธิในการยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย และสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจและลงลายมือชื่อเข้าร่วมโครงการอย่างอิสระ ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาจะถูกปกปิดเป็นความลับ ไม่เชื่อมโยงถึงผู้ให้ข้อมูลและนำเสนอข้อมูลในภาพรวมเพื่อประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการรวบรวมข้อมูลดำเนินการภายหลังโครงการวิจัยผ่านการรับรองจริยธรรมในการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และภายหลังได้รับการอนุญาตจากผู้นำชุมชนในพื้นที่ของการวิจัย จากนั้นทีมผู้วิจัยซึ่งผ่านการอบรมการใช้แบบสัมภาษณ์เข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และวิธีการดำเนินการวิจัย พร้อมการลงนามยินยอมเข้าร่วมวิจัย และทำการรวบรวมข้อมูลตามแบบสัมภาษณ์ตามวัน เวลาและสถานที่นัดหมาย ซึ่งใช้เวลาทั้งสิ้น 3 สัปดาห์

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลและการประกอบอาชีพ และภาวะสุขภาพคนทำงาน โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistics) ด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย/ค่ามัธยฐาน และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนข้อมูลพฤติกรรมการทำงานวิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่และร้อยละ

### ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลและการประกอบอาชีพ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 56.9 เป็นเพศหญิงอีกร้อยละ 43.1 เป็นเพศชาย กลุ่มตัวอย่างมีอายุอยู่ในช่วง 18 - 78 ปี (= 51.4 ปี S.D.= 12.8 ปี) โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 31.5

มีอายุอยู่ในช่วง 50 - 59 ปี ขณะที่ร้อยละ 28.4 เป็นผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) และกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 7.6 มีอายุอยู่ในช่วง 18 - 29 ปี กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 79.2 มีสถานภาพสมรสคู่ และอีกร้อยละ 11.4 มีสถานภาพสมรสหม้าย/หย่า/แยกกันอยู่ ด้านการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเกือบสองในสามมีการศึกษาระดับประถมศึกษา ขณะที่กว่าหนึ่งในสี่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ที่น่าสนใจมีกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 2.6 ที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ด้านรายได้ กลุ่มตัวอย่างมีรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วง 500 - 41,666 บาท (Median = 7,500 บาท) โดยกลุ่มตัวอย่างในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 29.3) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วง 5,000 - 9,999 บาท และต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 2.6 ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนมากกว่า 30,000 บาทขึ้นไป ทั้งพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 42.1 มีรายได้ไม่พอใช้เป็นหนี้ ขณะที่กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 19.2 มีรายได้พอใช้และเหลือเก็บ กลุ่มตัวอย่างมีประสบการณ์ทำงานอยู่ในช่วง 1-60 ปี (Median = 24 ปี) โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 85.0 มีประสบการณ์การทำงานมากกว่า 10 ปี ขึ้นไป มีกลุ่มตัวอย่างเพียงหนึ่งในสี่ (ร้อยละ 25.0) ที่มีประสบการณ์การทำงานน้อยกว่า 10 ปี กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 59.5 ปลูกข้าวทั้งนาปีและนาปรัง และร้อยละ 55.2 และ 30.2 มีพื้นที่ปลูกข้าว น้อยกว่า 50 ไร่ และ 50-99 ไร่ ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 75.1-93.0 ทำงานในขั้นตอนการเตรียมดิน การปลูก และการบำรุงรักษา ขณะที่กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 51.9 ทำงานในขั้นตอนการเก็บเกี่ยว นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างเกือบส่วนใหญ่ (ร้อยละ 74.7) มีชั่วโมงการทำงานน้อยกว่า 48 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และร้อยละ 25.3 มีชั่วโมงการทำงานมากกว่าหรือเท่ากับ 48 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และประมาณเกือบสองในสาม (ร้อยละ 61.0) เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการทำงานอย่างปลอดภัย อีกทั้งพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ทำงานสัมผัสสารเคมีกำจัดศัตรูพืช (ร้อยละ 94.0) และทำงานกับเครื่องมือ/เครื่องจักร/อุปกรณ์ที่มีความคม (ร้อยละ 97.4)

2. ภาวะสุขภาพคนทำงาน ประกอบด้วยภาวะสุขภาพทั่วไปและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงของคนทำงาน รวมทั้งอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงาน ภาวะสุขภาพทั่วไป พบกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.2 มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ กลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 34.3 มีดัชนีมวลกายเกินกว่าเกณฑ์ปกติ และมีกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 16.4 ที่มีภาวะอ้วน กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 38.7 ที่มีโรคประจำตัว ได้แก่ ความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 40.2) หัวใจและไขมันในเลือดสูง (ร้อยละ 22.7) และเบาหวาน (ร้อยละ 12.9) ระดับภาวะสุขภาพในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 75.3 มีภาวะสุขภาพโดยทั่วไปอยู่ในระดับปานกลาง มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 10.7 ที่มีภาวะสุขภาพดังกล่าวอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาภาวะสุขภาพรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน (ร้อยละ 82.6 และร้อยละ 68.0) มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 2.3 และร้อยละ

16.6 ที่มีภาวะสุขภาพด้านร่างกายและจิตใจอยู่ในระดับสูง (ตารางที่ 1)

ภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงาน ได้แก่ อาการ/ความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องกับการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่างในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 73.5 มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ได้แก่ อาการปวดเข่า/น่อง (ร้อยละ 39.5) และปวดเอว/หลังส่วนล่าง (ร้อยละ 38.2) กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 64.2 มีอาการเหนื่อยอ่อนเพลียกระหายน้ำ ขณะที่ร้อยละ 63.9 มีอาการเครียด/กังวลจากรายได้หรือค่าตอบแทนที่ไม่แน่นอน อีกร้อยละ 61.0 เครียด/กังวลจากสถานการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ และด้วยสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 46.8-47.8) มีอาการปวดศีรษะ/เวียนศีรษะ/คลื่นไส้ อาเจียน ระบายท้อง แสบตา ปวดขา อวัยวะของร่างกาย และมีอาการมองเห็นไม่ชัดเจน ตาพร่ามัว (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 ระดับภาวะสุขภาพในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาของกลุ่มตัวอย่าง (n=385)

ระดับภาวะสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ภาวะสุขภาพโดยรวม</b>		
สูง (คะแนน > 94.0)	41	10.7
ปานกลาง (คะแนน 68.0-94.0)	290	75.3
ต่ำ (คะแนน < 68.0)	54	14.0
พิสัย = 26.8-99.4 $\bar{X}$ (S.D.) = 81.0 (13.0)		
<b>ภาวะสุขภาพรายด้าน</b>		
<b>ด้านร่างกาย</b>		
สูง (คะแนน > 97.8)	9	2.3
ปานกลาง (คะแนน 67.8-97.8)	318	82.6
ต่ำ (คะแนน < 67.8)	58	15.1
พิสัย = 12.5-100 $\bar{X}$ (S.D.) = 82.8 (15.0)		
<b>ด้านจิตใจ</b>		
สูง (คะแนน > 91.5)	64	16.6
ปานกลาง (คะแนน 65.9-91.5)	262	68.0
ต่ำ (คะแนน < 65.9)	59	15.4
พิสัย = 27.5-100 $\bar{X}$ (S.D.) = 78.7 (12.8)		

**ตารางที่ 2** การรับรู้อาการหรือความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา (n=385)

อาการหรือความเจ็บป่วย	มี	ไม่มี
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ได้ยินเสียงพูดคุยไม่ชัดเจน	77 (20.0)	308 (80.0)
หูอื้อ/มีเสียงดังภายในหู	75 (19.5)	310 (80.5)
เหนื่อย อ่อนเพลีย กระจายน้ำ	247 (64.2)	138 (35.8)
กล้ามเนื้อตล้า	147 (38.2)	238 (61.8)
มองเห็นไม่ชัดเจน ตาพร่ามัว	184 (47.8)	201 (52.2)
ระคายเคืองตา แสบตา	183 (47.5)	202 (52.5)
ปวดขาอวัยวะของร่างกาย	183 (47.5)	202 (52.5)
ผื่นคันตามผิวหนัง	158 (41.0)	227 (59.0)
คัดจมูก น้ำมูกไหล	136 (35.3)	249 (64.7)
หอบหืด หายใจลำบาก	40 (10.4)	345 (89.6)
ปวดศีรษะ/เวียนศีรษะ/คลื่นไส้อาเจียน	180 (46.8)	205 (53.2)
มือลอก เท้าเปื่อย ติดเชื้อราที่เล็บ	59 (15.3)	326 (84.7)
โรคฉี่หนู	6 (1.6)	379 (98.4)
งูหรือสัตว์มีพิษกัดต่อย	36 (9.4)	349 (90.6)
เครียด/กังวลจากงานที่เร่งรีบ	135 (35.1)	250 (64.9)
เครียด/กังวลจากสถานการณ์ที่ควบคุมไม่ได้	235 (61.0)	150 (39.0)
เครียด/กังวลจากภาระงานที่มากเกินไปในแต่ละวัน	120 (31.2)	265 (68.8)
เครียด/กังวลจากรายได้หรือค่าตอบแทนที่ไม่แน่นอน	246 (63.9)	139 (36.1)
ปวดเมื่อยตามร่างกาย	283 (73.5)	102 (26.5)

ส่วนอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงานในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา พบเพียงร้อยละ 8.8 โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 82.3 บาดเจ็บเพียง 1-2 ครั้ง สาเหตุการบาดเจ็บร้อยละ 39.3 เกิดจากสะดุดสิ่งของที่วางบริเวณที่ทำงาน อีกร้อยละ 32.2 ถูกเครื่องมือ/อุปกรณ์ที่มีคมตัด/บาดทิ่มแทง และมีร้อยละ 17.8 ถูกวัตถุหรือสิ่งของชนกระแทก/ตกหล่นใส่ ลักษณะการบาดเจ็บ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 41.1 มีอาการเคล็ด ขัดยอก ฟกช้ำ ขณะที่ร้อยละ 35.7 เป็นแผลฉีกขาด บาดแผลลึ้น และกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 10.6 เป็นแผลฉีกขาด บาดแผลลึก อวัยวะหรือส่วนของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บ ได้แก่ ขา หน้าแข้ง น่อง

เข่า หัวเข่า (ร้อยละ 31.0) มือ นิ้วมือ (ร้อยละ 22.4) และเท้า ส้นเท้า ง่ามนิ้วเท้า (ร้อยละ 20.7) ขณะที่ความรุนแรงของการบาดเจ็บร้อยละ 67.9 เป็นการบาดเจ็บเพียงเล็กน้อยโดยไม่ต้องหยุดงาน

3. พฤติกรรมการทำงาน พฤติกรรมการทำงานของกลุ่มตัวอย่างในส่วนการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 80.6) มีการเปลี่ยนอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลทุกครั้งเมื่อชำรุด และกลุ่มตัวอย่างในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 76.9 และร้อยละ 75.6) ทำความสะอาดจัดเก็บรักษาอุปกรณ์ทุกครั้งหลังใช้งาน และตรวจสอบสภาพ



ความพร้อมของอุปกรณ์ทุกครั้งก่อนใช้งาน ขณะที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 61.1 ที่มีการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลทุกครั้งขณะทำงาน และร้อยละ 26.2 ที่มีการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลเป็นบางครั้ง ด้านการปฏิบัติตามหลักการทำงานที่ปลอดภัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการปฏิบัติสิ่งต่อไปนี้ทุกครั้ง คือ เก็บเครื่องมือให้เป็นระเบียบหลังการใช้งานเสร็จ (ร้อยละ 90.6) ตรวจสอบความพร้อมของอุปกรณ์ก่อนใช้งาน (ร้อยละ 89.7) งดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนหรือขณะทำงาน (ร้อยละ 87.8) ไม่ปฏิบัติงานกับเครื่องจักร

หรืออุปกรณ์ที่ชำรุด (ร้อยละ 87.5) ทำความสะอาดบริเวณที่ทำงานหลังเลิกงาน (ร้อยละ 87.0) วางอุปกรณ์ให้สะดวกต่อการใช้งาน (ร้อยละ 86.9) หลีกเลี่ยงการกินยาที่ทำให้เกิดอาการง่วงนอน (ร้อยละ 83.6) หลีกเลี่ยงการหยอกล้อหรือพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานขณะใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ของมีคม (ร้อยละ 82.9) และจัดบริเวณพื้นที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย (ร้อยละ 82.5) นอกจากนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการหลีกเลี่ยงปฏิบัติงานเมื่อมีอาการอ่อนเพลียทุกครั้งในสัดส่วนที่น้อยที่สุด คือ ร้อยละ 77.9 (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 พฤติกรรมการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง (n=385)

พฤติกรรมการทำงาน	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติเลย
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
<b>การใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล</b>			
ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลขณะทำงาน	235 (61.1)	101 (26.2)	49 (12.7)
ตรวจสอบสภาพความพร้อมของอุปกรณ์ป้องกัน	289 (75.6)	53 (13.9)	40 (10.5)
<b>อันตรายส่วนบุคคลก่อนการใช้งาน</b>			
ทำความสะอาดและจัดเก็บรักษาอุปกรณ์ป้องกัน	293 (76.9)	54 (14.2)	34 (8.9)
<b>อันตรายส่วนบุคคลหลังใช้งาน</b>			
เปลี่ยนอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลเมื่อชำรุด	307 (80.6)	39 (10.2)	35 (9.2)
<b>การปฏิบัติตามหลักการทำงานที่ปลอดภัย</b>			
หลีกเลี่ยงการกินยาที่ทำให้เกิดอาการง่วงนอน	322 (83.6)	45 (11.7)	18 (4.7)
หลีกเลี่ยงปฏิบัติงานเมื่อมีอาการอ่อนเพลีย	300 (77.9)	63 (16.4)	22 (5.7)
งดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนหรือขณะทำงาน	337 (87.8)	20 (5.2)	27 (7.0)
หลีกเลี่ยงการหยอกล้อหรือพูดคุยกับเพื่อนร่วมงาน	316 (82.9)	49 (12.9)	16 (4.2)
<b>ขณะใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ของมีคม</b>			
วางอุปกรณ์ให้สะดวกต่อการใช้งาน	326 (86.9)	41 (10.9)	8 (2.2)
ตรวจสอบความพร้อมของอุปกรณ์ก่อนใช้งาน	330 (89.7)	32 (8.7)	6 (1.6)
ไม่ปฏิบัติงานกับเครื่องจักรหรืออุปกรณ์ที่ชำรุด	322 (87.5)	37 (10.1)	9 (2.4)
จัดบริเวณพื้นที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย	316 (82.5)	63 (16.5)	4 (1.0)
เก็บเครื่องมือให้เป็นระเบียบหลังการใช้งานเสร็จ	348 (90.6)	33 (8.6)	3 (0.8)
ทำความสะอาดบริเวณที่ทำงานหลังเลิกงาน	334 (87.0)	40 (10.4)	10 (2.6)

## การอภิปรายผล

ภาวะสุขภาพคนทำงาน ประกอบด้วยภาวะสุขภาพ โดยทั่วไปและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงของคนทำงาน สำหรับภาวะสุขภาพโดยทั่วไป พบกลุ่มตัวอย่างที่มีดัชนีมวลกายเกินเกณฑ์ปกติและอ้วนถึงร้อยละ 50.7 ซึ่งสัดส่วนสูงกว่าผลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2557 ทั้งในระดับประเทศ และระดับภาคเหนือ ที่พบประชากรไทยที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป มีดัชนีมวลกายอ้วน ร้อยละ 37.5 และ 35.1 ตามลำดับ (Aekplakorn, 2014) ซึ่งภาวะอ้วนเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของโรคเรื้อรังต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด ดังนั้นกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวจึงมีความเสี่ยงสูงต่อการเกิดโรคเรื้อรังดังกล่าว โดยผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้พบกลุ่มตัวอย่างถึงร้อยละ 22.7- 40.2 ที่มีโรคประจำตัว ได้แก่ ความดันโลหิตสูง หัวใจและไขมันในเลือดสูง และเบาหวาน

ในส่วนของระดับภาวะสุขภาพซึ่งประเมินโดยใช้เครื่องมือ SF-36 พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 68.0-82.6 มีระดับภาวะสุขภาพโดยรวมและรายด้าน (ด้านร่างกายและด้านจิตใจ) อยู่ในระดับปานกลาง ใกล้เคียงกับผลการศึกษาของ Yaruang and Sukonthasarn (2016) ที่พบเกษตรกรชาวนา ร้อยละ 48.38 - 92.27 รับรู้ภาวะสุขภาพโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองการศึกษา มีอายุเฉลี่ยใกล้เคียงสูงอายุ ( $\bar{X} = 52.9$  และ 51.4 ปี) ตามแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ กล่าวคือ เมื่อผู้สูงอายุมีอายุเพิ่มมากขึ้น ร่างกายจะเสื่อมถอยและอ่อนแอลง จิตใจมีการแปรปรวน (Othaganont, 2011) อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เกือบสองในสาม ซึ่งระดับการศึกษามีผลต่อการเข้าถึงข้อมูลหรือบริการด้านสุขภาพ ดังการศึกษาของ Kudting and Kanato (2015) ที่พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับความรู้ของเกษตรกรผู้ใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืช นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างมีรายได้ต่อเดือนค่อนข้างต่ำ คือ มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วง 5,000 - 9,999 บาท และต่ำกว่า

5,000 บาทต่อเดือนในสัดส่วนใกล้เคียงกัน (ประมาณร้อยละ 29.3) ซึ่งรายได้เป็นตัวบ่งชี้ถึงฐานะด้านการเงินของประชาชนในความสามารถที่จะชำระค่าบริการหรือเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพ

สำหรับภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงจากการทำงาน พบกลุ่มตัวอย่างถึงอย่างร้อยละ 73.5 ที่มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย สอดคล้องกับรายงานการศึกษาสถานการณ์ปัญหาด้านอาชีพอนามัย ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อมรวมทั้งข้อมูลการประกอบอาชีพและศักยภาพคนทำงานในการสร้างเสริมสุขภาพและลดความเสี่ยงจากการทำงานในเขตภาคเหนือ ซึ่งเกษตรกรปลูกข้าวเป็นกลุ่มตัวอย่างหนึ่งในกลุ่มเกษตรกรทั้งหมดที่ทำการศึกษาค้นคว้า พบว่าเกษตรกรส่วนใหญ่มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย (Kunaviktikul, 2019) อาการปวดทางระบบโครงร่างกล้ามเนื้อที่เกิดขึ้นนี้อาจเนื่องมาจากลักษณะการทำงานของเกษตรกรปลูกข้าวที่ต้องใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายในการทำนาตั้งแต่การเตรียมดิน การปลูก การบำรุงรักษา และการเก็บเกี่ยวผลผลิต ซึ่งมีการศึกษาที่ผ่านมาระบุว่าลักษณะการทำงานเหล่านี้ทำให้เกษตรกรปลูกข้าวต้องทำงานในลักษณะซ้ำๆ มีการยกของหนักหรือออกแรงเกินกำลัง และมีท่าทางการทำงานที่ผิดธรรมชาติ (Swangnetr, Kaber, Puntumetakul, & Gross, 2014) ลักษณะการทำงานด้วยท่าทางดังกล่าว ส่งผลให้เกิดแรงดึงและแรงกดต่อข้อต่อ เอ็น กล้ามเนื้อ เส้นเลือด เส้นประสาท ทำให้ข้อต่อ เอ็น กล้ามเนื้อเกิดการตึงตัว บาดเจ็บ/อักเสบ ก่อให้เกิดอาการปวดเมื่อยล้าของระบบโครงร่างกล้ามเนื้อ (OSHA, 2000) ซึ่งผลการศึกษาค้นคว้านี้ใกล้เคียงกับการศึกษาของ Setthetham, Nathapindhu, Ishida, and Patte (2013) ที่พบเกษตรกรชาวนาในอำเภอคำชะอี จังหวัดมุกดาหาร มีอาการปวดกล้ามเนื้อในขั้นตอนของเก็บเมล็ดพันธุ์ หว่านเมล็ดข้าวเปลือก เตรียมพื้นที่ กำจัดวัชพืช ปักดำข้าว เกี่ยวข้าว และกำจัดวัชพืช ร้อยละ 43.5 - 87.1 นอกจากนี้การศึกษาค้นคว้านี้พบกลุ่มตัวอย่างเกือบสองในสาม (ร้อยละ 61.0-64.2) มีอาการเหนื่อยอ่อนเพลีย กระหายน้ำ เกรียด/กังวลจากรายได้หรือค่าตอบแทนที่ไม่แน่นอน และจากสถานการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ เนื่องจาก

ธรรมชาติของการทำนาเกษตรกรต้องทำงานในที่ที่มีอากาศร้อน จึงส่งผลให้เกิดการเสียน้ำจากเหงื่อออกมากเกินไป อ่อนเพลีย หรือเป็นลมและหมดสติได้ นอกจากนี้โดยทั่วไปความเครียดจากการประกอบอาชีพเกษตรกรรมมักเกิดจากปัจจัยทางเศรษฐกิจ เช่น จากราคาผลผลิตตกต่ำ ไม่ได้ผลผลิตตามที่คาดหวังไว้ จนเป็นหนี้ทั้งในและนอกระบบ ซึ่งอาจเป็นสาเหตุทำให้เกิดอาการซึมเศร้าหรือพยายามฆ่าตัวตาย (Bureau of Occupational and Environmental Diseases, 2010)

ส่วนอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงาน การศึกษารั้วนี้ พบกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 8.8 ที่เคยได้รับอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงานในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา และสาเหตุการบาดเจ็บเกิดจากสะดุดสิ่งของที่วางบริเวณที่ทำงาน ถูกเครื่องมือ/อุปกรณ์ที่มีคมตัด/บาดที่มือเท้า และถูกวัตถุหรือสิ่งของชน กระแทก/ตกหล่นใส่ ลักษณะการบาดเจ็บเป็นการบาดเจ็บเล็กน้อยไม่รุนแรง เช่น มีอาการเคล็ด ขัดยอก ฟกช้ำ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Setthetham et al. (2013) ที่พบการบาดเจ็บในสัดส่วนที่น้อยในทุกขั้นตอนของการทำนา ทั้งนี้อาจเนื่องจากการศึกษารั้วนี้กลุ่มตัวอย่างเกือบส่วนใหญ่หรือส่วนใหญ่ (ร้อยละ 77.9 - 90.6) มีพฤติกรรมการทำงานที่ปลอดภัย หรือมีการปฏิบัติตามหลักการทำงานที่ปลอดภัย เช่น หลีกเลี่ยงปฏิบัติงานเมื่อมีอาการอ่อนเพลีย หลีกเลี่ยงการกินยาที่ทำให้เกิดอาการง่วงนอน งดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนหรือขณะทำงาน หลีกเลี่ยงการหยอกล้อหรือพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานขณะใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ของมีคม ไม่ปฏิบัติงานกับเครื่องจักรหรืออุปกรณ์ที่ชำรุด จัดบริเวณพื้นที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นต้น ดังนั้นจึงทำให้มีโอกาสเสี่ยงต่ำต่อการได้รับอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงาน ซึ่งต่างจากการศึกษาในประเทศเนปาล (Bhattarai, Singh, Baral, Sah, Bydhathoki, & Pokharel, 2016) ที่พบเกษตรกรชาวนาถึงร้อยละ 69.0 ที่รายงานการได้รับบาดเจ็บจากการทำงานในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา โดยสาเหตุของการบาดเจ็บมาจากเครื่องมือในการทำงาน ร้อยละ 74.7 ทั้งนี้เนื่องจากคนทำงาน

ในประเทศที่มีรายได้ต่ำมักจะประสบการบาดเจ็บมากกว่าประเทศที่มีรายได้ปานกลางถึงสูง (Bhattarai et al., 2016) ซึ่งประเทศเนปาลเป็นประเทศที่มีรายได้ของประเทศในระดับต่ำเมื่อเทียบกับประเทศไทย (มีรายได้ระดับปานกลาง) แต่อย่างไรก็ตามการวิจัยครั้งนี้เป็นเพียงการวิจัยเชิงพรรณนา จึงไม่สามารถบ่งบอกความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการทำงานกับการเกิดอุบัติเหตุและการบาดเจ็บจากการทำงานหรือภาวะสุขภาพของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวได้

1. พฤติกรรมการทำงาน ทั้งการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลและการปฏิบัติตามหลักการทำงานที่ปลอดภัย กลุ่มตัวอย่างเกือบส่วนใหญ่หรือส่วนใหญ่ มีพฤติกรรมการทำงานที่เหมาะสม (ตารางที่ 3) สอดคล้องกับการศึกษาของ Setthetham et al. (2013) ที่ทำการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพของเกษตรกรทำนาในจังหวัดมุกดาหาร พบว่า เกษตรกรทำนาร้อยละ 71.2 ใช้ผ้าปิดปากปิดจมูกขณะเตรียมดิน/ไถคาคเพื่อปลูกข้าวเป็นบางครั้ง ร้อยละ 74.6 ใช้มือเปล่ากำข้าวเปลือกหว่านเป็นบางครั้ง และร้อยละสี่รองเท้าวางขณะดำนาเป็นบางครั้ง นอกจากนี้ยังพบว่าเกษตรกรร้อยละ 53.2 เก็บอุปกรณ์การทำนา เช่น จอบ เคียว รถไถนา ในสถานที่แล้วแต่สะดวกเป็นบางครั้ง และการศึกษาของ Yaruang and Sukonthasam (2016) ที่พบกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 71.07 มีคะแนนพฤติกรรมปกป้องสุขภาพจากการทำงานในระดับปานกลาง ได้แก่ การใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล การใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืชอย่างปลอดภัย และการศึกษาของ Jongrungrotsakul, Chanprasis, Kaewthummanukul, Wisutthananon, and Jaiwilai (2019) ที่พบกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 82.4 - 96.5) มีพฤติกรรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลถูกต้อง เช่น ตรวจสอบสภาพความพร้อมของอุปกรณ์ก่อนใช้ เปลี่ยนอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลเมื่อชำรุด ทำความสะอาดและจัดเก็บอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลเป็นระเบียบหลังใช้ และกลุ่ม

ตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 83.3 - 98.5) มีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการกินยาที่ทำให้ง่วงนอน งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนหรือขณะทำงาน ตรวจสอบและบำรุงดูแลรักษาเครื่องจักร เครื่องมือ/อุปกรณ์ของมีคมให้มีสภาพพร้อมใช้งานอยู่เสมอ ตรวจสอบเครื่องมือ อุปกรณ์ของมีคมก่อนใช้งาน ทำความสะอาดและเก็บเครื่องจักร เครื่องมือหรืออุปกรณ์ของมีคมเป็นระเบียบหลังใช้งาน การที่กลุ่มตัวอย่างเกือบส่วนใหญ่หรือส่วนใหญ่ในการวิจัยครั้งนี้มีพฤติกรรมการทำงานที่เหมาะสม ทั้งนี้ อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 85.0) มีประสบการณ์การทำงานตั้งแต่ 10 ปี ขึ้นไป (Median = 24 ปี) และกลุ่มตัวอย่างเกือบสองในสาม (ร้อยละ 61.0) เคยได้รับการอบรมการทำงานที่ปลอดภัย ซึ่งประสบการณ์ทำงานที่ยาวนานจะส่งผลต่อการได้มาซึ่งความรู้และความตระหนักต่อขั้นตอนและกระบวนการด้านความปลอดภัยในการทำงาน (Radzaz, Panatik, & Nordin, 2019) แต่อย่างไรก็ตามการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาเท่านั้น จึงไม่สามารถระบุถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรที่จะเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการทำงานของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวได้

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. เป็นข้อมูลสำหรับพยาบาลอาชีวอนามัยและบุคลากรด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ในการนำไปใช้เพื่อวางแผนการให้บริการด้านการดูแลสุขภาพสำหรับกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว

2. เป็นข้อมูลสำหรับนำไปยกตัวอย่างสำหรับการสอนนักศึกษาทั้งนักศึกษาพยาบาลและนักศึกษาที่เกี่ยวข้องด้านสุขภาพในการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว

3. เป็นข้อมูลสำหรับการจัดบริการด้านสุขภาพสำหรับคนทำงานกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาวิจัยในรูปแบบอื่น ๆ เพื่อช่วยอธิบายปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว เพื่อนำไปสู่แนวทางการจัดการกับปัจจัยที่สัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพในกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าวต่อไป

2. ควรทำการศึกษาในรูปแบบ action research ในปัญหาที่สอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว เพื่อนำไปสู่คุณภาพชีวิตในการทำงานของเกษตรกรปลูกข้าวอย่างยั่งยืนและต่อเนื่อง

3. อาจทำการศึกษาเชิงลึกในประเด็นปัญหาในแต่ละด้านของกลุ่มเกษตรกรปลูกข้าว เพื่อนำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมต่อไป

### กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภายใต้โครงการศูนย์สร้างเสริมสุขภาพ อาชีวอนามัยและความปลอดภัยในคนทำงานภาคเหนือ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

### เอกสารอ้างอิง

Aekplakorn, W. (Ed.). (2014). *Report of Thailand national health and examination survey 2014 (V)*. Nonthaburi: Health System Research Institute. (In Thai)

Bank of Thailand. (2009). *Structure of northern region economy*. Retrieved from <http://www.bot.or.th/Thai/EconomicConditions/Thai/North/EcoConditions/EconomicStructure> (In Thai)

- Bhattarai, D., Singh, S. B., Baral, D., Sah, R. B., Bydathoki, S. S., & Pokharel, P. K. (2016). Work-related injuries among farmers: A cross-sectional study from rural Nepal. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 11(1): 48-54. doi:10.1186/s2995-016-0137-2.
- Bureau of Epidemiology. (2015). *Disease report in 506 surveillance system: Leptospirosis*. Retrieved from [http://www.boe.moph.go.th/boedb/surdata/506wk/y58/d43\\_1258.pdf](http://www.boe.moph.go.th/boedb/surdata/506wk/y58/d43_1258.pdf) (In Thai)
- Bureau of Occupational and Environmental Diseases. (2014). *Diseases and health hazards among farmers*. Retrieved from <http://envocc.ddc.moph.go.th/contents/view/403>. (In Thai)
- Bureau of Occupational and Environmental Diseases. (2010). *Manual for public health personnel: Guidelines for implementation of disease-free farmers, safe consumers, herbal detoxification, healthy mind and body*. Bangkok: Agriculture Cooperatives of Thailand Press. (In Thai)
- Bureau of Occupational and Environmental Diseases. (2018). *Situation report: Diseases and health hazards from work and environment in 2017*. Nonthaburi: Department of Disease Control, Ministry of Public Health. (In Thai)
- Chanprasit, C., & Kaewthummanukul, T. (2010). Occupational health hazards, work-related illness and injury, work behaviors among informal workforce: Case study in baby corn planting farmer group. *The Public Health Journal Burapha University*, 5(2), 40-50. (In Thai)
- Jongrungrotsakul, W., Chanprasit, C, Kaewthummanukul, T., Wisutthananon, A., & Jaiwilai, W. (2019). Occupational health risk and work related injuries among rice farmers: Case study in Chiang Mai Province. *Nursing Journal*, 46(4), 37-48. (In Thai)
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
- Kudting, W., & Kanato, M. (2015). Farmers' knowledge, behavior and health effects from chemical pesticide use in Suksamran Tambon Health Promotion Hospital, Na Dan Subdistrict, Suwannakhuha District, Nong Bua Lam Phu Province. In 34<sup>th</sup> National Graduate Research Conference (pp. 1281-1292). Khon Kaen: Khon Kaen University. (In Thai)
- Kunaviktikul, W. (2019). Occupational health nursing: A challenged role. *Nursing Journal*, 46(1), 1-3. (In Thai)
- National Statistical Office. (2018). *Labor force survey in August 2018*. Retrieved from <http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านสังคม/สาขาแรงงาน/ภาวะการทำงานของประชากร/ภาวะการทำงานของประชากร61>. (In Thai)
- Occupational Safety and Health Administration OSHA. (2016). *Recommended practices for safety and health programs*. Retrieved from [https://www.osha.gov/shpguidelines/docs/OSHA\\_SHP\\_Recommended\\_Practices.pdf](https://www.osha.gov/shpguidelines/docs/OSHA_SHP_Recommended_Practices.pdf)
- Occupational Safety and Health Administration OSHA. (2000). *Ergonomics: The study of work, occupational safety and health administration, U.S. Department of Labor*. Retrieved from <https://www.osha.gov/Publications/osha3125.pdf>

- Othaganont, P. (2011). *The complete life of the Thai elderly, principles of research and lessons learned*. Bangkok: Chulalongkorn University Press. (In Thai)
- Radzaz, N. H. A., Panatik, S. A., & Nordin, N. A. (2019). Work safety at workplace: Does work experience influence workers safety behavior?. *Indian Journal of Public Health Research & Development, 10*(6), 1325-1329.
- Rogers, B. (2003). *Occupational and environmental health nursing: Concepts and practice* (2<sup>nd</sup> ed.). Philadelphia, PA: W.B. Saunders.
- Setthetham, D., Nathapindhu, G., Ishida, W., & Patte, T. (2013). Risk behavior and factors affecting to health in rice farmers. *KKU Journal for Public Health Research, 6*(2), 4-12. (In Thai)
- Swangnetr, M., Kaber, D. B., Puntumetakul, R., & Gross, M. T. (2014). Ergonomics-related risk identification and pain analysis for farmers involved in rice field preparation. *Work, 49*(1), 63-71.
- Tammajak, T. (2012). *Work related illnesses and injuries among farmers in Huamuang Sub-district, Song District, Phrae Province* (Independent study, Chiangmai University). (In Thai)
- Yaruang, N., & Sukonthasarn, P. (2016). Occupational safety behaviors and health status among rice farmers in Chiang Rai Province. *Journal of The Royal Thai Army Nurses, 17*(2), 163-174. (In Thai)