ปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา

Factors Affecting Self-care among Rubber Farmers

ปุญญพัฒน์ ไชยเมล์, ตั้ม บุญรอด
คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ

Bhunyabhadh Chaimay, Tum Boonrod
Faculty of Health and Sports Science, Thaksin University

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงวิเคราะห์ภาคตัดขวางครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา ในตำบลแหลมโตนด อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ระหว่างเดือนมกราคม กุมภาพันธ์ 2554 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 165 ราย แบบสัมภาษณ์ได้รับตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาด้วยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านได้ค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้เท่ากับ 0.805 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพหุคูณถดถอยเชิงเส้น ผลการวิจัยพบว่า การดื่มเครื่องดื่มชูกำลังมีผลในเชิงบวกต่อการดูแลสุขภาพตนเอง (5.39; 95%CI: 0.10 ถึง 10.67) ประวัติการได้รับอุบัติเหตุที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพสวนยางพารามีผลในเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพตนเอง (-6.29; 95%CI: -11.17 ถึง -1.41) และประวัติการได้รับความรู้การฝึกอบรมมีผลในเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพตนเอง (-9.66; 95%CI: -16.41 ถึง -2.92) ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษาควรมีการให้สุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ที่ถูกต้องเกี่ยวกับอาชีวอนามัยและความปลอดภัย โดยเฉพาะในเกษตรสวนยางพาราที่มีการดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง เพื่อสร้างความตระหนักในการดูแลสุขภาพตนเองให้เพิ่มมากขึ้น

คำสำคัญ : การดูแลสุขภาพตนเอง อาชีวอนามัยและความปลอดภัย เกษตรกรสวนยางพารา

Abstract

The objective of this analytic cross-sectional study was to investigate factors affecting self-care among rubber farmers in Laem Tanot subdistrict, Khuan Khanun district, Phatthalung province between January and February, 2011. One hundred and sixty five farmers were systematically sampled and interviewed by questionnaire which content validity checked by 3 experts and Cronbach' s alpha coefficient of 0.805. Multiple regression analysis was used to analyze factors affecting self-care among rubber farmers. The main results revealed that energy drinking was positively affected self-care (5.39; 95%CI: 0.10 to 10.67). However, history of work related accident was negatively associated with self-care (-6.29; 95%CI: -11.17 to -1.14). In addition, training related to occupational hazards and diseases was negatively related to self-care (-9.66; 95%CI: -16.41 to -2.92). The results suggested that health education and dissemination should be appropriately aroused, particularly, among rubber farmers who consume energy drinks in order to increase awareness of self-care in rubber farmers.

Keyword: Self-care, Occupational health and safety, Rubber Farmers

บทนำ

การพัฒนาประเทศจากเกษตรกรรมสู่อุตสาหกรรม[1] การเปลี่ยนแปลงจากสังคมชนบทสู่สังคมเมืองทำให้มีการพัฒนาความเป็นอยู่และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ถึงแม้ว่ามีการเปลี่ยนแปลงระบบโครงสร้างที่ดีขึ้น แต่อย่างไรก็ตามประชาชนยังคงประสบกับปัญหาทางด้านสุขภาพ โดยมีแนวโน้มของการเกิดโรคที่เกิดจากพฤติกรรมและวิถีชีวิตที่ไม่เหมาะสมเพิ่มมากขึ้นและปัญหาสุขภาพด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยเป็นปัญหาที่เกิดในกลุ่มแรงงานทั้งในภาคอุตสาหกรรมและเกษตรกรรม ปัจจุบันแรงงานภาคเกษตรกรรม ส่วนใหญ่จัดอยู่ในกลุ่มแรงงานนอกระบบและไม่ได้รับการคุ้มครองทางกฎหมาย จากการดูแลสุขภาพด้านอาชีวอนามัย และความปลอดภัย การประกอบอาชีพสวนยางพารามีความสำคัญต่อระบบเศรษฐกิจของประเทศ อย่างไรก็ตามเกษตรสวนยางพาราก็ยังต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ไม่ปลอดภัยและอันตรายในขั้นตอนของกระบวนการผลิตยางพาราทั้งทางด้านเคมี ชีวภาพและการยศาสตร์[2,3] และปัญหาสุขภาพที่พบส่วนใหญ่ในกลุ่มเกษตรกรสวนยางพารา คือ โรคระบบสายตา โรคระบบกล้ามเนื้อ ข้อ และกระดูก และโรคระบบผิวหนัง[4]

จังหวัดพัทลุงมีการประกอบอาชีพภาคเกษตรกรรมเป็นหลัก[5] และประมาณครึ่งของแรงงานทั้งหมดเป็นแรงงานในภาคการเกษตร จังหวัดพัทลุงมีพื้นที่ประกอบอาชีพสวนยางพารามากถึง 2 ใน 3 ของพื้นที่ทั้งหมด ส่วนใหญ่กระจายอยู่ใน 4 อำเภอ คือ อำเภอป่าพะยอม อำเภอควนขนุน อำเภอป่าปอน และอำเภอตะโหมด สำหรับอำเภอควนขนุนมีพื้นที่สวนยางพารามากที่สุดและมีรายได้จากการประกอบอาชีพสวนยางพาราสูงเป็นอันดับสองของจังหวัดพัทลุง ในส่วนของอำเภอควนขนุนพบว่า พื้นที่การเกษตรสูงที่สุดอยู่ในตำบลแหลมโตนด ซึ่งมีลักษณะพื้นที่ที่มีความแตกต่างจากที่อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นพื้นที่ราบลุ่มและมีเขตแนวรอยต่อกับราบลุ่มทะเลสาบสงขลาตอนบน เกษตรกรส่วนใหญ่มีโอกาสในการประสบกับปัญหาด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยจากการประกอบอาชีพสวนยางพารา เนื่องจากการขาดความรู้ในการดูแลตนเองและทักษะด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการประกอบอาชีพสวนยางพารา

การดูแลสุขภาพตนเองมีความสำคัญต่อภาวะสุขภาพของประชาชน และเป็นการดูแลตนเองขั้นพื้นฐาน ช่วยให้สามารถปรับตัวต่อภาวะวิกฤติต่อการเจ็บป่วยได้ทันท่วงทีการส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดีนั้น จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า มีงานวิจัยที่ศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองในกลุ่มแรงงานไม้แกะสลัก[6] กลุ่มข้าราชการตำรวจ[7] กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง[8] การศึกษาที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองในมิติของสุขภาพจิต[3] และมีการศึกษาเพียงเรื่องเดียวที่ศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองในกลุ่มเกษตรกรสวนยางพารา[2] อย่างไรก็ตามการศึกษาดังกล่าวเป็นการศึกษาเชิงพรรณนาต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา ซึ่งไม่ได้ทำการวิเคราะห์ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา จากเหตุผลดังกล่าวการศึกษาครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา ตำบลแหลมโตนด อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง เพื่อเป็นประโยชน์ในการส่งเสริมสุขภาพและลดภาวะเสี่ยงด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัย จากการประกอบอาชีพสวนยางพารา

วิธีการศึกษา

การศึกษาเชิงวิเคราะห์แบบภาคตัดขวาง (Analytic cross-sectional study) ทำการเก็บรวบรวมตั้งแต่เดือนมกราคม ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2554 กลุ่มตัวอย่างเป็นเกษตรกรที่ประกอบอาชีพสวนยางพาราอายุ 15 ปี ขึ้นไป อาศัยในตำบลแหลมโตนด อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง คำนวณหาขนาด

กลุ่มตัวอย่างจากการประมาณการค่าเฉลี่ย โดยการทบทวนวรรณกรรม[9] พบว่าค่าเฉลี่ยการดูแลสุขภาพตนเองเท่ากับ 3.47 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45 และกำหนดระดับความแม่นยำจากการศึกษาครั้งนี้เท่ากับ 0.07 ได้ขนาดตัวอย่างไม่น้อยกว่า 158 คน ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างอย่างเป็นระบบ (Systematic random sampling) โดยแบ่งสัดส่วนขนาดตัวอย่างจำแนกรายหมู่บ้าน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ประยุกต์ขึ้น[9] ซึ่งผ่านการตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ประกอบด้วย 4 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 คุณลักษณะทางประชากร ส่วนที่ 2 ประวัติการประกอบอาชีพการทำสวนยางพารา ส่วนที่ 3 ประวัติการได้รับอันตรายจากการประกอบอาชีพและการได้รับการฝึกอบรมและความรู้เกี่ยวกับโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพ และส่วนที่ 4 การดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา

แบบสัมภาษณ์ด้านการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพาราเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ตัวเลือก จำนวน 36 ข้อ ประกอบด้วย การรับประทานอาหาร สุขอนามัยส่วนบุคคล การออกกำลังกาย การพักผ่อน การดูแลสุขภาพจิต การตรวจสุขภาพประจำปี และการป้องกันโรคและอุบัติเหตุ โดยมีหลักเกณฑ์ในการวัดระดับการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพาราแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้ การดูแลสุขภาพในระดับสูงมากมีค่าเฉลี่ย 4.30-5.00 คะแนน ระดับสูงมีค่าเฉลี่ย 3.50- 4.29 คะแนน ระดับปานกลางมีค่าเฉลี่ย 2.50 -3.49 คะแนน ระดับค่อนข้างต่ำมีค่าเฉลี่ย 1.90 - 2.69 คะแนน และระดับต่ำมากมีค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.89 คะแนน ตามลำดับ ทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ทั้งฉบับได้ค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ 0.805

ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา จากวัตถุประสงค์การวิจัยดังกล่าว ตัวแปรตามกำหนดให้มีสเกลการวัดเป็นแบบต่อเนื่อง(Continuous outcome)โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นอย่างง่าย (Simple regression analysis) เพื่อค้นหาปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองและทำการวิเคราะห์เบื้องต้นทีละปัจจัย (Univariate analysis) และพิจารณาปัจจัยเข้าสมการโดยพิจารณาจากตัวแปรที่มีค่า p-value ของ Wald test น้อยกว่าหรือเท่ากับ 0.25 และนำตัวแปรวิเคราะห์ด้วยสถิติถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ (Multiple regression analysis) นำตัวแปรเข้าสมการด้วยวิธี Backward elimination และตัวแปรใดที่ให้ค่า p-value มากกว่า 0.05 ให้นำออกจากสมการ

ผลการศึกษา

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มเกษตรกรสวนยางพารามีสัดส่วนใกล้เคียงกันระหว่างเพศชายและหญิงอายุเฉลี่ย 47 ปี (12.4) ส่วนใหญ่มีสถานะภาพสมรส (92.1%) ประมาณ 2 ใน 3 มีระดับการศึกษาในชั้นประถมศึกษา (69.7%) มีรายได้เฉลี่ยของครอบครัวมากกว่า 7,500 บาท ต่อเดือน (46.06%) และเกษตรกรประมาณ1ใน 3 ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (33.3%) สูบบุหรี่ (31.5%) และดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง (32.1%) และเกษตรกรประมาณ 1 ใน 10 มีการเคี้ยวใบกระท่อม (15.1%) และมีโรคประจำตัว (17.6%) โดยเฉลี่ยมีจำนวนสมาชิกในครอบครัวประมาณ 2 คน (1.06)

ในส่วนของประวัติการทำงานที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพสวนยางพารา พบว่าเกษตรกรสวนยางพารา ประมาณ 1 ใน 5 มีสถานะเป็นเจ้าของสวนยางพารา (83.6%) อย่างไรก็ตามมีเกษตรกรจำนวนเกือบ 1 ใน 2 ที่มีการประกอบอาชีพอย่างอื่นนอกเหนือจากทำสวนยางพารา (45.5%) และประมาณครึ่งหนึ่งมีรูปแบบการผลิตยางพาราในรูปของเศษยางพารา (54.6%) รองลงมาเป็นการขายน้ำยางดิบ (38.2%) ประมาณ 2 ใน 3 ใช้จักรยานยนต์เป็นพาหนะในการเดินทางไปประกอบอาชีพ (77.0%) เกษตรกรสวน

ยางพารา มีประสบการณ์ในการประกอบอาชีพเฉลี่ย 12 ปี (11.1) และระยะเวลาในการทำงานในแต่ละวันเฉลี่ย 3.5 ชั่วโมงต่อวัน (2.0) ระยะห่างจากบ้านถึงพื้นที่ในการประกอบอาชีพเฉลี่ย 7 กิโลเมตร (9.8) และพื้นที่ในการทำสวนยางพาราเฉลี่ย 10 (58.5) ไร่ และผลผลิต เฉลี่ย 37 กิโลกรัมต่อวัน (42.1) เกษตรกรประมาณครึ่งหนึ่งมีประวัติการได้รับอันตรายที่เกิดจากการประกอบอาชีพทำสวนยางพารา (52.1%) อย่างไรก็ตามมีเพียง 1 ใน 3 เคยมีประวัติการได้รับอันตรายจากการประกอบอาชีพอื่น ๆ (30.3%) และประมาณ 1 ใน 5 เคยได้รับการอบรม คำแนะนำความรู้เกี่ยวกับอันตรายต่อสุขภาพและโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพทำสวนยางพาราตลอดจนถึงการป้องกันโรค(16.4%)

การดูแลสุขภาพของตนเองของเกษตรกรสวนยางพาราพบว่า เกษตรกรสวนยางพารามีการดูแลสุขภาพของตนเองโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (Mean = 3.33, SD. = 0.50) เมื่อจำแนกรายด้านพบว่าการรับประทานอาหาร (Mean = 3.51, SD. =0.65)และการป้องกัน โรคและอุบัติเหตุ (Mean = 3.60, SD. = 0.85) อยู่ในระดับสูง ในส่วนสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล (Mean = 3.48, SD. = 0.68) การออกกำลังกาย (Mean = 3.19,SD. = 0.84)การพักผ่อน (Mean = 3.20, SD. = 0.63) การดูแลสุขภาพจิต (Mean = 2.91, SD. = 0.80) และการตรวจสุขภาพประจำปี (Mean = 3.19, SD. = 0.94) อยู่ในระดับปานกลาง

จากการวิเคราะห์อย่างหยาบ (Crude analysis) พบว่าเกษตรกรที่ใช้ยานพาหนะในการเดินทางไปประกอบอาชีพ มีผลเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพของตนเองรวมทั้งการใช้รถจักรยานยนต์(-0.19;95%CI: -0.40ถึง0.02)และรถยนต์(-0.22;95%CI:-0.56 ถึง0.13)ขนาดของพื้นที่สวนยางพารามีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกร โดยที่เนื้อที่ในการประกอบอาชีพมีผลเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพตนเอง (-0.01; 95%CI: -0.02 ถึง -0.00) เกษตรกรที่ได้รับอันตรายจากการประกอบอาชีพสวนยางพารามีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเอง โดยที่เกษตรกรที่เคยได้รับอันตรายจากการประกอบอาชีพสวนยางพารามีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองในเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบกับเกษตรกรที่ไม่เคยได้รับอันตรายจากการประกอบอาชีพ (-0.22; 95%CI: -0.37 ถึง -0.07) และเกษตรกรที่ได้รับการฝึกอบรม คำแนะนำ ความรู้ที่เกี่ยวกับอันตรายและโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพมีผลในเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่เกษตรกรที่ได้รับการฝึกอบรมมีผลการดูแลสุขภาพตนเองลดลง (-0.29; 95%CI: -0.49 ถึง -0.09) ดังแสดงในตารางที่ 1

จากการวิเคราะห์พหุคูณถดถอยเชิงเส้น (Multiple regression analysis) พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา คือ การดื่มเครื่องดื่มชูกำลังโดยที่เกษตรกรที่ดื่มเครื่องดื่มชูกำลังมีผลเชิงบวกต่อการดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (5.39; 95%CI: 0.10 ถึง 10.67) ในส่วนของผู้ที่เคยมีประวัติการได้รับอันตรายที่เกิดจากการประกอบอาชีพสวนยางพารามีผลในเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (-6.29; 95%CI: -11.17 ถึง -1.41) และเกษตรกรที่เคยได้รับการอบรม คำแนะนำความรู้ เกี่ยวกับอันตราย และโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพสวนยางพารามีผลในเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (-9.66; 95%CI: -16.41 ถึง -2.92) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์อย่างหยาบถึงปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา

ปัจจัย	Coef.	95% CI	p-value
ประเภทของครอบครัว			0.120
ครอบครัวเดี่ยว	Ref.		
ครอบครัวขยาย	-0.21	-0.47 ถึง 0.05	
การสูบบุหรี่			0.144
ไม่สูบ	Ref.		
สูบ	-0.12	-0.28 ถึง 0.04	
การดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง			0.223
ไม่ดื่ม	Ref.		
ดื่ม	0.10	-0.06 ถึง 0.26	
เวลาในการทำสวนยางพาราแต่ละวัน(ชั่วโมง)	-0.03	-0.07 ถึง 0.01	0.168
ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทาง			0.017
เดิน/รถจักรยานยนต์	Ref.		
รถจักรยานยนต์	-0.19	-0.40 ถึง 0.02	
รถยนต์	-0.22	-0.56 ถึง 0.13	
ขนาดของพื้นที่การทำสวนยาง(ไร่)	-0.01	-0.02 ถึง -0.00	0.046
การได้รับอันตรายที่เกิดจากการประกอบอาชีพเกษตรกรสวนยางพารา			0.005
ไม่ได้รับ	Ref.		
ได้รับ	-0.22	-0.37 ถึง -0.07	
การได้รับอันตรายที่เกิดจากการประกอบอาชีพอื่นๆ นอกเหนือจากการประกอบอาชีพสวนยางพารา			0.248
ไม่ได้รับ	Ref.		
ได้รับ	-0.09	-0.26 ถึง 0.07	
การได้รับการอบรม/คำแนะนำ/ความรู้เกี่ยวกับอันตรายและโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพสวนยางพาราที่มีผลต่อสุขภาพ รวมไปถึงการป้องกัน			0.005
ไม่ได้รับ	Ref.		
ได้รับ	-0.29	-0.49 ถึง -0.09	

ตารางที่ 2 ปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา

ปัจจัย	Coef.	95% CI
การดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง		
ไม่ดื่ม	Ref.	
ดื่ม	5.39	0.10 ถึง 10.67
ประวัติการได้รับอุบัติเหตุจากการประกอบอาชีพการทำสวนยางพารา		
ไม่ได้รับอุบัติเหตุ	Ref.	
ได้รับอุบัติเหตุ	-6.29	-11.17 ถึง -1.41
การฝึกอบรมที่เกี่ยวข้องกับอันตรายจากการประกอบอาชีพสวนยางพารา		
ไม่ได้รับการฝึก	Ref.	
ได้รับการฝึกอบรม	-9.66	-16.41 ถึง -2.92

R^2 = 0.104 , R^2_{adj} = 0.087, SE = 0.474

อภิปรายผล

จากการศึกษานี้พบว่าเกษตรกรมีการดูแลสุขภาพตนเองภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางและปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา ได้แก่ การดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง (5.39; 95% CI: 0.10 ถึง 10.67) ประวัติการได้รับอันตรายที่เกิดจากการประกอบอาชีพสวนยางพารา (-6.29; 95%CI : 11.17 ถึง - 1.41) และการได้รับการฝึกอบรม คำแนะนำความรู้เกี่ยวกับอันตรายและโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพ (-9.66; 95% CI: -16.41 ถึง 2.92)

เกษตรกรสวนยางพารามีการดูแลสุขภาพตนเองภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางเมื่อจำแนกรายด้านพบว่ามีการดูแลสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน โดยที่เกษตรกรส่วนใหญ่มีความเครียดที่เกิดจากการทำสวนยางพารา ราคายาง และอันตรายที่เกิดจากการทำงาน สอดคล้องกับผลการศึกษาของลออ อนุจันทร์[3] ที่พบว่า เกษตรกรชาวสวนยางพาราในจังหวัดพัทลุงมีการดูแลตนเองด้านจิตใจโดยรวม และรายด้าน ในด้านการพัฒนาการรู้จักตนเอง ด้านการเผชิญภาวะวิกฤตด้านการพัฒนาและดำรงรักษาและ ด้านการดูแลสุขภาพร่างกายทั่วไปอยู่ในระดับปานกลาง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ ชัชยาคมน์ สุพิทยพันธ์ [9] ที่ศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองในอำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง พบว่าการดูแลสุขภาพของเกษตรกรสวนยางพาราโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง อย่างไรก็ตามเมื่อจำแนกรายด้านพบว่า การรับประทานอาหาร อนามัยส่วนบุคคล และการป้องกันโรคและอุบัติเหตุอยู่ในระดับดี ส่วนการออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพจิตและการตรวจสุขภาพประจำปีอยู่ในระดับปานกลาง

การดื่มเครื่องดื่มชูกำลังมีความสัมพันธ์ในเชิงบวกต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา แสดงว่าเกษตรกรที่ดื่มเครื่องดื่มชูกำลังจะมีการดูแลสุขภาพตนเองที่ดี ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าเกษตรกรที่มีการดื่มเครื่องดื่มชูกำลังมีการรับรู้ถึงสภาพร่างกายของตนเองในขณะทำสวนยาง เนื่องจากเกษตรกรมีทัศนคติที่ว่าการทำสวนยางนั้นเหมือนเป็นการออกกำลังกายที่มีการเสียเหงื่อและพลังงาน ร่างกายต้องการพลังงานเพิ่มเติมจึงจำเป็นต้องหาพลังงานมาทดแทนส่วนที่เสียไปเพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับการศึกษาของจารุวรรณ โชคคณาพิทักษ์ และยุพา ถาวรพิทักษ์[10] ที่ว่าเกษตรกรมีทัศนคติต่อเครื่องดื่มชูกำลังในเชิงบวก คือ ทำให้หายง่วงและทำให้สามารถทำงานได้มากขึ้นหรือนานขึ้น

ประวัติการได้รับอันตรายที่เกิดจากการประกอบอาชีพสวนยางพารามีความสัมพันธ์ในเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา แสดงว่าเกษตรกรที่ไม่เคยมีประวัติการได้รับอันตรายที่เกิดจากการประกอบอาชีพสวนยางพาราจะดูแลสุขภาพตนเองที่ดี สามารถอธิบายได้ว่า การประกอบอาชีพสวนยางพาราอาจมีโอกาสสัมผัสปัจจัยเสี่ยง ได้แก่ ด้านกายภาพจากกลิ่นเหม็นจากน้ำเสียหรือ เศษยางด้านเคมีจากกระบวนการผลิตน้ำยางดิบที่มี กรดซัลฟูริก หรือกรดฟอร์มิก หรือถ่านแคลเซียมคาร์ไบด์ ด้านชีวภาพจากการสัมผัสสปอร์เชื้อราจากแผ่นยาง งู และสัตว์มีพิษ และด้านการยศาสตร์จากการยกของหนัก การออกแรงเกินกำลัง และการใช้ท่าทางการทำงานซ้ำ ๆ ในการประกอบอาชีพ ซึ่งอาจส่งผลต่ออาชีวอนามัย และความปลอดภัยในการประกอบอาชีพสวนยางพาราและเป็นที่ทราบกันดีว่าปัจจัยเสี่ยงในการทำงานดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับอุบัติเหตุจากการทำงาน แต่จากการสอบถามเกษตรกรที่ไม่เคยมีประวัติการได้รับอันตรายจะมีวิธีการดูแลสุขภาพและการป้องกันที่ดี เช่น สวมรองเท้าบู๊ทเพื่อป้องกันสัตว์ หรือ งู สวมเสื้อยาว และกางแกงขายาวปกปิดที่มิดชิด ผ้าปิดปากปิดจมูก ถุงมือยาง อาหารที่รับประทานโดยส่วนใหญ่ก็จะเก็บมาจากสวนยางพารา เช่น ผัก และ ผลไม้ต่าง ๆ ที่มีประโยชน์ สามีภรรยา และบุตรจะทำงานร่วมกันโดยเฉพาะวันเสาร์และอาทิตย์ จึงมีโอกาสได้พบปะพูดคุยกัน ได้รับ

ประทานอาหารร่วมกันจึงทำให้ครอบครัวมีสุขภาพจิตที่ดี มีความอบอุ่น ลดหรือเลิกการใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืช สอดคล้องกับผลการศึกษาของสัตตพงษ์ บุตรโยจันโท[11] ที่ได้ศึกษาวิถีชีวิตครอบเกษตรกรสวนยางพารา บ้านกกดู่ ตำบลกกดู่ อำเมือง จังหวัดเลย พบว่า เกษตรกรที่ไม่เจ็บจะมีการดูแลสุขภาพที่ดี เช่น ในช่วงฤดูอากาศหนาว เกษตรกรสวนยางบ้านกกดู่ส่วนมากเมื่อกรีดยางเสร็จแล้ว ก็จะกลับมานอนที่บ้าน โดยมีผ้าห่มนวมผืนใหญ่หนา เพื่อให้ความอบอุ่นร่างกาย มีการใส่รองเท้าบู๊ทยางเพื่อป้องกัน สัตว์มีพิษ เช่น งู ตะขาบ แมลงป่อง รวมทั้งโรคเลปโตสไปโรซีส (โรคฉี่หนู) มีการดูแลสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมภายในและนอกบ้านให้ถูกสุขลักษณะ

การได้รับการฝึกอบรม คำแนะนำความรู้เกี่ยวกับอันตรายและโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพมีความสัมพันธ์ในเชิงลบต่อการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา แสดงว่าเกษตรกรที่ไม่เคยได้รับการฝึกอบรม คำแนะนำ ความรู้เกี่ยวกับอันตราย และโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพจะดูแลสุขภาพตนเองที่ดีสามารถอธิบายได้ว่า จากการสอบถามพบว่าเกษตรกรส่วนใหญ่จะไม่ได้รับความรู้จากการฝึกอบรมทั้งนี้เพราะโอกาสที่จะให้เกษตรกรได้รับการฝึกอบรมนั้นมีน้อย เนื่องจากเกษตรกรต้องออกไปกรีดยางพาราตั้งแต่ประมาณ 01.00 น.จนเสร็จภารกิจประมาณ 10.00 น.หลังจากนั้นก็จะรับประทานอาหาร พอประมาณ 13.00 – 15.00 น. ก็จะพักผ่อนกันทุกคนซึ่งกิจวัตรประจำวันดังกล่าวนี้ก็จะทำกันเป็นประจำอยู่อย่างต่อเนื่องทุกวันจึงทำให้ไม่มีเวลาในการมาเข้ารับการฝึกอบรม หรือถ้ามีก็ยังขาดความต่อเนื่องในการฝึกอบรม เท่าที่ผู้วิจัยได้สนทนากับเกษตรกรกลุ่มนี้ในขณะทดสอบแบบสอบถามพบว่าโอกาสที่จะได้รับความรู้จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และการฝึกอบรมมีน้อยมาก แต่แหล่งที่มาของความรู้ที่สำคัญของเกษตรกร คือ หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และเพื่อน โดยจะใช้เวลาดูข่าว สารคดีต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพประมาณ 19.00 น. เป็นประจำทุกวัน จึงทำให้เกษตรกรหลายคนได้รับความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพของตนเองเป็นอย่างดี สอดคล้องกับผลการศึกษาของฮาฟีซา เมาะมิง[12] ที่ได้ศึกษาปัจจัยด้านเศรษฐกิจสังคมและวัฒนธรรมการปฏิบัติงานในสวนยางพาราที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อมและสุขภาวะของเกษตรกรในอำเภอระแงะ จังหวัดนราธิวาส พบว่าแหล่งข่าวสารที่เกษตรกร ได้รับส่วนใหญ่จะมาจากการสนทนากับเพื่อนบ้านซึ่งอยู่ในระดับมากและวิทยุอยู่ในระดับปานกลางแต่จากเจ้าหน้าที่พบว่ากลับอยู่ในระดับน้อย

จากผลการศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการจัดบริการสุขภาพด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยสำหรับผู้ประกอบอาชีพสวนยางพารา เพื่อเป็นการลดความเสี่ยงจากโรคและการบาดเจ็บจากประกอบอาชีพได้ และควรมีการประเมินภาวะสุขภาพของเกษตรกรประจำทุกปีเพื่อเป็นข้อมูลในการติดตาม รวมทั้งควรมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านต่าง ๆ เช่นการออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพจิตการลดความเครียดจากการทำงาน และการให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการประกอบอาชีพสวนยางพารา

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง และนิสิตสาขาสุขศาสตร์อุตสาหกรรมและอนามัยสิ่งแวดล้อม คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา ในการเก็บข้อมูลประกอบการศึกษาครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานเศรษฐกิจอุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม.ภาวะเศรษฐกิจอุตสาหกรรมภาครวม [serial online] 2554 [cited 2011 March

29] Available from: URL: http://www.oie.go.th/doc/annualReport2552.pdf

2. ยุพาภรณ์ จันทรพิมล, ชวพรพรรณ จันทร์ประสิทธิ์, วันเพ็ญ ทรงคำ. ภาวะสุขภาพ และพฤติกรรมการป้องกันสุขภาพของผู้ประกอบอาชีพผลิตยางพารา. วารสารวิชาการสาธารณสุข 2550; 16 (3): 390-99.
3. ละออ อนุจันทร์, บุญวดี เพชรรัตน์, ปิยะนุช จิตตนูนท์. สุขภาพจิตและการดูแลตนเองด้านจิตใจของเกษตรกรชาวสวนยางพาราในจังหวัดพัทลุง. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย 2549; 14(3): 174-81.
4. ปรุงจิต หมายดี. สภาวะอนามัยของผู้ประกอบอาชีพทำสวนยางพารา.นครศรีธรรมราช: สำนักงานป้องกันโรคที่ 11 จังหวัดนครศรีธรรมราช; 2547.
5. สำนักงานเกษตรจังหวัดพัทลุง.สถานการณ์การผลิตพืชที่สำคัญของจังหวัดพัทลุงปี2546-2550. พัทลุง: กระทรวงเกษตรและสหกรณ์; 2551.
6. สุสัณหา ยิ้มแย้ม, สุจิตรา เทียนสวัสดิ์. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ทำงานไม้แกะสลัก. พยาบาลสาร 2550; 34(4): 63-73.
7. กฤษณา กาเผือก. ความเชื่อด้านสุขภาพ การดูแลตนเองและภาวะสุขภาพของตำรวจจราจรในอำเภอเชียงใหม่ [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต]. เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2541.
8. ศิริพร ปาระมะ. ความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานโรงพยาบาลลี้ จังหวัดลำพูน [วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต]. เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ; 2545.
9. ชัชยาคมน์ สุพิทยพันธุ์. ความสัมพันธ์ของการรับรู้ด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยและความปลอดภัยกับการดูแลสุขภาพตนเองของเกษตรกรสวนยางพารา [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต].สงขลา: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยทักษิณ; 2553.
10. จารุวรรณ โชคคณาพิทักษ์ และ ยุพา ถาวรพิทักษ์. รายงานการวิจัยทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มชูกำลังของผู้ใช้แรงงานและเกษตรกรในจังหวัดขอนแก่น. ขอนแก่น: ภาควิชาชีวสถิติและประชากรศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2545.
11. สัตตพงษ์ บุตรโยจันโท. วิถีชีวิตครอบเกษตรกรสวนยางพารา ภาคะวันออกเฉียงเหนือ: กรณีศึกษาบ้านกกดู่ ตำบลกกดู่ อำเมืองจังหวัดเลย [วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต].เลย: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย; 2548
12. ฮาฟีซา เมาะมิง. ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรมการปฏิบัติงานในสวนยางพาราที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อม และสุขภาวะของเกษตรกร ในอำเภอระแงะ จังหวัดนราธิวาส [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต] สงขลา: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์; 2551.