

นายวรศักดิ์ ยิ้มศิริวัฒนะ: อัตราความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับอาการปวดหลังส่วนล่าง
ของพนักงานขับรถโดยสารประจำทางระหว่างจังหวัดในสถานีขนส่งผู้โดยสารกรุงเทพ
(จตุจักร) (PREVALENCE RATE AND RELATED FACTORS OF LOW BACK PAIN
AMONG BUS DRIVERS IN BANGKOK BUS TERMINAL (CHATUCHAK)
อ.ที่ปรึกษา: ผศ. นพ. สุนทร สุภพงษ์, อ.ที่ปรึกษาร่วม: ดร. สติธร เทพตระการพร,
80 หน้า. ISBN 974-17-3407-7.

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อหาอัตราความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับอาการปวดหลัง
ส่วนล่างของพนักงานขับรถโดยสารประจำทางระหว่างจังหวัด ในสถานีขนส่งผู้โดยสารกรุงเทพ
(จตุจักร) โดยใช้รูปแบบการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงาน
ขับรถรับส่งผู้โดยสารระหว่างจังหวัดจำนวน 348 คน แบ่งตามเส้นทางการเดินทางเป็นสายเหนือ 121
คน กลาง 80 คน และตะวันออกเฉียงเหนือ 147 คน โดยใช้แบบสอบถาม และตรวจร่างกายเบื้องต้น
เหลือกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการศึกษา 255 คน คิดเป็นอัตราเข้าร่วมการศึกษาร้อยละ 73.3

ผลการศึกษาพบว่า อัตราความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างในพนักงานขับรถเท่ากับ
71.8 คนต่อประชากร 100 คน ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอาการปวดหลังส่วนล่างอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติ ได้แก่ ค่าดัชนีมวลกายเกินมาตรฐาน ($BMI > 25$) ความอ่อนตัวของร่างกายไม่ดี ระยะเวลา
ที่สูบบุหรี่มากกว่า 20 ปี ผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกาย ระยะเวลาขับรถ 4-6 ชั่วโมงต่อวัน การนั่งขับรถ
เอนตัวไปข้างหน้าและพิงร่างกายส่วนบนไว้กับพวงมาลัย ความรู้สึกมีอิสระในการตัดสินใจระดับ
ต่ำ รู้สึกว่ามีแรงสั่นสะเทือนบริเวณเบาะคนขับเล็กน้อยพอทนได้ มีเสียงรบกวนขณะขับรถ ไม่มีที่
ปรับเบาะหรือมีแต่ไม่ได้ปรับให้เหมาะสม ความรู้สึกว่ามีเวลาอยู่กับครอบครัวไม่เพียงพอ ผู้ที่เคย
ประสบอุบัติเหตุขณะขับรถ สำหรับความรุนแรงของอาการดังกล่าวพบว่า ส่วนใหญ่มีอาการปวด
หลังในแต่ละครั้งประมาณ 2-7 วันแต่ไม่รุนแรงถึงขั้นต้องหยุดงาน และตลอดระยะเวลา 1 ปีส่วน
ใหญ่มีอาการมากกว่า 30 วันแต่ไม่ทุกวัน และหยุดงาน 1-7 วันต่อปี การดูแลรักษาส่วนใหญ่ใช้วิธี
บีบนวดด้วยตนเอง และป้องกันโดยการออกกำลังกายยืดกล้ามเนื้อก่อนการขับรถ

โดยสรุป จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่าอาการปวดหลังส่วนล่างพบได้บ่อยในพนักงานขับ
รถ และเป็นปัญหาสำคัญต่อสุขภาพ ส่งผลกระทบต่อพนักงาน รวมถึงเจ้าของกิจการที่ต้องสูญเสีย
ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลและการหยุดงาน ดังนั้นควรจัดให้มีการป้องกันการเกิดอาการ
ดังกล่าวจากปัจจัยที่พบว่าเกี่ยวข้องกับอาการปวดหลังส่วนล่าง

ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม

สาขาวิชาอาชีวเวชศาสตร์

ปีการศึกษา 2548

ลายมือชื่อนิติ.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

##4774778630: MAJOR OCCUPATIONAL MEDICINE

KEY WORDS: LOW BACK PAIN/ BUS DRIVERS/ JOB CHARACTERISTICS.

WORRASAK YIMSIRIWATTANA : PREVALENCE RATE AND RELATED
FACTORS OF LOW BACK PAIN AMONG BUS DRIVERS IN BANGKOK BUS
TERMINAL (CHATUCHAK): THESIS ADVISOR: ASST.PROF. SOONTORN
SUPAPONG. M.D., MSc. THESIS CO-ADVISOR: SASITORN TAPTAGAPORN,
B.Sc., M.P.H., Ph.D., 80 pp. ISBN 974-17-3407-7.

The purpose of this study is to determine prevalence rate and related factors of low back pain (LBP) among bus drivers in Bangkok bus terminal (Chatuchak). During May 2005, 348 bus drivers were included for this study. Data were collected by self-administrated questionnaire and physical examination. Totally 255 bus drivers were participated in the study, with the participation rate of 73.3 percents.

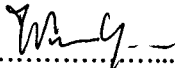
Results showed that the prevalence rate of LBP among bus drivers during the past 12 months was 71.8%. Factors which were statistically significant related to LBP ($p < 0.05$) included: overweight; poor body flexibility; smoking period over 20 years; lack of exercise; driving 4-6 hours per day; posture during driving (sit with the back arched toward the front and the upper body rested on the steering-wheel); low decision latitude; vibrated feeling around seat; noise during driving; no adjustable seat; less time with family; past histories without sick leave of accident. The duration of back pain was about 2-7 days in each episode. Half of the drivers reported that LBP was improved with having a massage or traditional massage. In order to avoid LBP, one-third of the drivers performed warm-up exercises or muscle stretching.

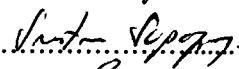
In conclusion, LBP was often found among bus drivers. Prevention program should be outlined by modification some factors related to LBP.

Department Prevention and Social Medicine

Field of study Occupational Medicine

Academic year 2005

Student's signature.....

Advisor's signature.....

Co-advisor's signature.....