

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original Article

ความสามารถในการทำงาน และการปรับปรุงสภาพการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่

Work Ability Index and improving work conditions for informal elderly workers in Muangkaen Pattana Municipality, Chiang Mai Province

สิวลี รัตนปัญญา ปร.ด.

Siwalee Rattanapunya, Ph.D.

ภาควิชาสาธารณสุขศาสตร์

Public Health Department,

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

Science and Technology Faculty,

มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

Chiang Mai Rajabhat University

Received: December 20, 2018

Revised: March 28, 2019

Accepted: April 19, 2019

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบผสมผสาน (mixed method research) การวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาความสามารถในการทำงาน และการปรับปรุงสภาพในการทำงานในแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่ โดยทำการรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับความสามารถในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ จำนวน 100 คน จากนั้นคัดเลือกกลุ่มแรงงานที่สนใจทำการวิจัยเชิงคุณภาพ จำนวน 3 กลุ่ม คือ (1) กลุ่มทำไม้กวาดดอกหญ้า จำนวน 8 คน (2) กลุ่มทำกล้วยทอดกรอบ จำนวน 9 คน และ (3) กลุ่มทำหีบศพ จำนวน 12 คน เพื่อปรับปรุงสภาพในการทำงาน ผลการวิจัยพบว่า แรงงานผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่า ตนเองมีความสามารถในการทำงานอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 87.00) และความสามารถในการทำงานในปัจจุบัน เปรียบเทียบกับความสามารถในการทำงานที่ดีที่สุดในอดีต อยู่ในระดับ 7 คะแนน (เต็ม 10 คะแนน) ยังมีความสุขกับการทำงาน และตื่นตากับงานในระดับค่อนข้างมาก จากกระบวนการเรียนรู้ในการปรับปรุงสภาพแวดล้อมในการทำงานด้วยตนเอง ส่วนใหญ่คิดว่า ปัญหาที่เกิดจากสภาพการทำงานที่ไม่เหมาะสมคือ ปัญหาการบาดเจ็บของระบบโครงกระดูกและกล้ามเนื้อ การสัมผัสสารเคมี ปัญหาสัมผัสสารเคมี เช่น ฝุ่นจากไม้ (ขี้เลื่อย) อยู่ตลอดเวลา และอุบัติเหตุจากการทำงาน ดังนั้นการปรับปรุงสภาพการทำงานที่สำคัญคือ การประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีในครัวเรือนในการปรับปรุงสภาพงานให้เหมาะสมกับสรีระของผู้สูงอายุ และการสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล ก่อให้เกิดความเชื่อมั่น และพลังอำนาจในการควบคุมวิถีชีวิตของตนเองได้

Abstract

This study, using a mixed-method research incorporating qualitative and quantitative methods, aims to investigate work abilities and to improve working conditions of elderly workers in the informal sector in Muangkaen Pattana Municipality, Mae Taeng District, Chiang Mai Province. Quantitative data on the Work

Ability Index (WAI) was collected from 100 informal elderly workers. Then, three subgroups of elderly workers, who are (1) 8 elderly workers of broom-making group, (2) 9 older workers of crispy banana-making group, and (3) 12 elderly workers of coffin-making group, were selected to conduct a qualitative study with the aim to improve their working conditions. Results showed that most of older workers indicated that they have a moderate work ability (87.00%) and their current work ability when compared with their lifetime best was 7 points (out of 10 points). In addition, they were found to still enjoy working and remained relatively motivated and excited about their work. Based on a self-learning process related to the improvement of working environments, most study participants identified the following problems as attributable to unproductive and unsafe working conditions: musculoskeletal problems, constant exposure to chemical factors (i.e. exposure to sawdust), and work-related accidents. Therefore, key measures to be taken to improve working conditions include application and modification of existing household items to suit physical and ergonomic conditions of older people and use of personal protective equipment (PPE) as these will help them build self-confidence and self-empowerment to protect themselves from work-related hazards. It is therefore recommended that the results from this study be replicated in other groups of informal workers as well.

คำสำคัญ

การประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพ, แรงงานผู้สูงอายุ, แรงงานนอกระบบ, ความสามารถในการทำงาน, การปรับปรุงสภาพในการทำงาน

Key words

health risk assessment, elderly workers, informal sector, Work Ability Index, Work Improvement for Safe Home

บทนำ

ปัจจุบันประชากรสูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยในปี พ.ศ. 2559 พบสัดส่วนผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป สูงถึงร้อยละ 15.07⁽¹⁾ โดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม⁽²⁾ ได้คาดการณ์ว่า สัดส่วนประชากรสูงอายุของประเทศไทยมีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 25.00 ในปี พ.ศ. 2578 ในภาคแรงงานพบว่า ในปี 2560 มีผู้สูงอายุที่ยังอยู่ในระบบการทำงานอยู่ 4.06 ล้านคน จากจำนวนประชากรผู้สูงอายุทั้งหมด 11.35 ล้านคน โดย 3.50 ล้านคน เป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบ คิดเป็นร้อยละ 88.30 ของผู้สูงอายุที่ยังอยู่ในระบบการทำงานอยู่⁽³⁾ ดังนั้นในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ประเทศไทยจึงเริ่มมีนโยบายการพัฒนาเชิงระบบในการทำงานด้านผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้น โดยหนึ่งในนโยบายคือ การวางแผนความมั่นคงทางด้านรายได้ของผู้สูงอายุ และการเลื่อน

การเกษียณอายุออกไป เพื่อให้ผู้สูงอายุยังคงมีส่วนร่วมในกำลังแรงงาน และช่วยสนับสนุนทางเศรษฐกิจให้แก่ประเทศ เมื่อประเทศเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมีทั้งประสบการณ์และทักษะในงานเป็นอย่างดี อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุที่ยังคงต้องทำงานในวัยที่พัฒนาการด้านร่างกายของผู้สูงอายุเข้าสู่วัยเสื่อมถอยลงแล้วนั้น อาจจะก่อให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพกายและจิตใจจากการประกอบอาชีพได้สูงกว่าคนวัยทำงาน เนื่องจากความสามารถทางด้านร่างกายเสื่อมถอยลง กระบวนการคิดการตัดสินใจช้าลง แรงจูงใจในการทำงานน้อยลง⁽⁴⁾ และผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักมีโรคประจำตัวที่เป็นโรคเรื้อรังมากกว่า 1 โรค เช่น โรคความดัน เบาหวาน โรคข้ออักเสบหรือเสื่อม จากการสำรวจของมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ⁽⁵⁾ พบว่า ร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามเพศที่รายงานว่ามีโรคเรื้อรังหรือโรคประจำตัวตั้งแต่ 2 โรค

ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 36.80 ของผู้สูงอายุเพศชาย และร้อยละ 42.30 ของผู้สูงอายุเพศหญิง และผู้สูงอายุที่มีโรคเรื้อรังหรือโรคประจำตัวนั้น ร้อยละ 57.60 เป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด รองลงมาคือ โรคเบาหวาน (ร้อยละ 14.80) โรคระบบกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น กระดูก และข้อ (ร้อยละ 13.50)⁽⁶⁾ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นผลต่อเนื่องมาจากปัญหาด้านสุขภาพตามธรรมชาติ ที่ไม่ได้รับการเตรียมตัวเมื่อเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ และเป็นปัจจัยเสี่ยงของผู้สูงอายุหากยังคงต้องทำงานอยู่

สถานการณ์ผู้สูงอายุในอำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ มีสัดส่วนผู้สูงอายुर้อยละ 17.30 ของประชากรทั้งหมด และเป็นผู้สูงอายุที่ยังต้องประกอบอาชีพเพื่อหารายได้สำหรับการดำรงชีวิตของตนเองและการช่วยเหลือครอบครัว การประกอบอาชีพของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทางการเกษตร การรวมกลุ่มทำดอกไม้ประดิษฐ์ กลุ่มการจักสาน และกลุ่มทำหีบศพ ในส่วนของปัญหาทางด้านสุขภาพพบว่า ภาวะเสี่ยงต่อสุขภาพและการเจ็บป่วย โดยเฉพาะการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังหรือโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคความดันโลหิตสูงเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาคือ ปัญหาการบาดเจ็บของระบบโครงร่างกระดูกและกล้ามเนื้อ ที่เป็นสาเหตุหลักให้ประชาชนในพื้นที่เข้ามารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพสูงสุด⁽⁷⁾ โดยในพื้นที่ที่มีการศึกษาเกี่ยวกับข้อจำกัดทางด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อเตรียมความพร้อมของแรงงานผู้สูงอายุ และการประเมินสิ่งแวดล้อมในการทำงานที่ปลอดภัย เพื่อป้องกันปัญหาทางด้านสุขภาพของแรงงานผู้สูงอายุที่ไม่ครอบคลุมนัก

จากข้อมูลข้างต้น การชี้ให้ทุกภาคส่วนของสังคมตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริม และป้องกันอันตรายที่อาจจะเกิดกับแรงงานผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคมที่เริ่มเสื่อมลงไปตามอายุ โดยการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวอาจส่งผลต่อการเกิดการเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ หรือเป็นปัจจัยเสริมให้โรคประจำตัวที่มีอยู่เดิมมีความรุนแรงมากขึ้น จากเหตุผลข้างต้นจึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งในการศึกษา

ข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถในการทำงาน และแสวงหาแนวทางการปรับปรุงสภาพการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุกลุ่มแรงงานนอกระบบ เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อสร้างเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับความต้องการและวิถีการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

วัตถุประสงค์และวิธีการศึกษา

การศึกษาค้นคว้านี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบผสมผสาน (mixed method research) เพื่อศึกษาความสามารถในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ และทำการปรับปรุงสภาพในการทำงานโดยผู้วิจัยดำเนินการวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative research) ในการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถในการทำงาน (Work Ability Index: WAI)⁽⁸⁾ รวมกับการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) ในการประเมินความเสี่ยงของสิ่งแวดล้อมในการทำงานโดยอาศัยเทคนิคการสำรวจความปลอดภัยในการทำงานสำหรับผู้ที่ทำงานที่บ้าน (Work Improvement for Safe Home: WISH)⁽⁹⁾ และสนทนากลุ่ม (focus groups) เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงในการทำงาน และทำการปรับปรุงสภาพในการทำงานโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน (participatory action research: PAR) ดำเนินการวิจัยระหว่างเดือนมีนาคม-มิถุนายน พ.ศ. 2561 โดยมีรายละเอียดในการศึกษาดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ได้แก่ กลุ่มแรงงานนอกระบบผู้สูงอายุในเทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป ตามนิยามศัพท์แรงงานผู้สูงอายุของ World Health Organization⁽¹⁰⁾ ปัจจุบันยังทำงานอยู่และมีประสบการณ์การทำงานไม่ต่ำกว่า 5 ปี ทำงานเฉลี่ยไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง/วัน โดยผู้วิจัยจะทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำการประเมินความสามารถในการทำงานจากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ตามเกณฑ์ข้างต้นได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน ในการปรับปรุงสภาพการทำงานจะเลือกกลุ่มวิชาชีพที่สมาชิกในกลุ่มทุกคน

ยินดีที่จะให้ผู้วิจัยปรับปรุงสภาพการทำงานมืออย่างสมัครใจ จำนวน 3 กลุ่ม คือ (1) กลุ่มทำไม้กวาดดอกหญ้า จำนวน 8 คน (2) กลุ่มทำกล้วยทอดกรอบ จำนวน 9 คน และ (2) กลุ่มทำหีบศพ จำนวน 12 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบไปด้วยแบบสอบถามความสามารถในการทำงาน และแบบประเมินความเสี่ยงสิ่งแวดล้อมในการทำงาน โดยการศึกษาสังเกตและสัมภาษณ์ ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามความสามารถในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ จำนวนคนในครอบครัว รายได้ต่อเดือน ชั่วโมงการทำงาน การบาดเจ็บจากการทำงาน และสถานพยาบาลหลักที่ท่านเข้ารับการรักษาเมื่อเจ็บป่วยขั้นตอนการทำงาน

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความสามารถในการทำงาน (Work Ability Index, WAI)⁽⁸⁾ มีทั้งหมด 10 ข้อ ประกอบด้วย 7 ตัวชี้วัด คือ ตัวชี้วัดที่ 1 คือ ความสามารถในการทำงานในปัจจุบัน เปรียบเทียบกับความสามารถการทำงานครั้งที่ดีที่สุดที่ผ่านมา ตัวชี้วัดที่ 2 คือ ความสามารถในการทำงานที่เกี่ยวข้องกับความต้องการด้านแรงกายและด้านความคิด ตัวชี้วัดที่ 3 คือ คำถามเกี่ยวกับการเจ็บป่วย ต้องเป็นการเจ็บป่วยจากการวินิจฉัยของแพทย์ ลักษณะคำถามเป็นการระบุโรคต่างๆ จำนวน 51 โรค ตัวชี้วัดที่ 4 คือ คำถามเกี่ยวกับการเจ็บป่วยหรือการบาดเจ็บต่างๆ มีผลกระทบต่อการทำงานหรือไม่ ตัวชี้วัดที่ 5 คำถามเกี่ยวกับการเจ็บป่วยจากการทำงานใน 12 เดือนที่ผ่านมา รวมทั้งการลาหยุดและนอนพักรักษาตัว ตัวชี้วัดที่ 6 การทำนายความสามารถในการทำงานของตนเองจากปัจจุบันไปอีก 2 ปี ข้างหน้า และตัวชี้วัดที่ 7 คือ สภาวะของจิตใจทั่วไปทั้งในขณะทำงานและขณะพักผ่อน

การแปลผล สามารถแบ่งระดับความสามารถ

ในการทำงานได้เป็น 4 กลุ่ม ตามคะแนนที่ได้คือ

7-27 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการทำงานต่ำ

28-36 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการทำงานระดับปานกลาง

37-43 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการทำงานระดับดี

44-49 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการทำงานระดับดีเยี่ยม

ชุดที่ 2 แบบประเมินความเสี่ยงสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสำรวจการปรับปรุงสภาพการทำงานสำหรับผู้ทำงานที่บ้าน (Work Improvement for Safe Home: WISH) ที่พัฒนามาจาก Institute for Occupational Safety⁽⁹⁾ และ Kaphuthin J⁽¹¹⁾ ซึ่งประกอบไปด้วยตัวชี้วัด 5 ด้าน คือ (1) การจัดเก็บและขนย้ายวัสดุสิ่งของ (2) ความปลอดภัยในการทำงานกับเครื่องจักร (3) สถานะงาน (4) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (5)สวัสดิการสังคมและการจัดการภายในองค์กร

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. แบบประเมินความสามารถในการทำงาน (Work Ability Index, WAI)⁽⁸⁾ ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (content validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเนื้อหาของเครื่องมือจำนวน 3 ท่าน เพื่อปรับปรุงเครื่องมือให้มีเนื้อหาชัดเจน และเหมาะสมกับบริบทของกลุ่มตัวอย่าง และแบบประเมินนำมาหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability) ที่ผ่านการแก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำไปทดสอบกับแรงงานผู้สูงอายุกลุ่มแรงงานนอกระบบ ในตำบลแม่สา อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 30 คน เพื่อทดสอบหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ด้วยวิธีของ (Cronbach's alpha coefficient) เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.84

2. แบบสำรวจการปรับปรุงสภาพการทำงานสำหรับผู้ทำงานที่บ้าน (Work Improvement for Safe Home: WISH)⁽⁹⁾ ที่ถูกพัฒนามาเพื่อเผยแพร่ให้

ผู้ที่ทำงานที่บ้าน ได้ใช้เป็นเครื่องมือในการสำรวจสภาพการทำงานของตนเอง และปรับปรุงสภาพการทำงาน โดยวิธีการง่ายๆ ด้วยภูมิปัญญาคนไทย โดยผู้วิจัยใช้วิธีการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) ได้แก่ (1) การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล โดยเนื้อหาได้รับการตรวจสอบความเที่ยงตรงจากองค์กรแรงงานระหว่างประเทศ (ILO) และนำไปทดสอบกับแรงงานผู้สูงอายุในกลุ่มแรงงานนอกระบบ บ้านแม่สาบน้อย ตำบลแม่สาบ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ ช่วงเดือนธันวาคม พ.ศ. 2560 (2) การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย โดยการเปลี่ยนตัวผู้สังเกตและสัมภาษณ์ (3) การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล โดยใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีสังเกตแบบมีส่วนร่วม ควบคู่ไปกับการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก หลังจากนั้นผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขคุณภาพของเครื่องมืออีกครั้งเพื่อความสมบูรณ์ จากข้อบกพร่องที่พบจากการตอบของกลุ่มตัวอย่าง ได้ข้อคำถามทั้งหมด 26 ข้อ

การพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมวิจัย ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมวิจัยตั้งแต่เริ่มการดำเนินการวิจัย จนกระทั่งนำเสนอผลการวิจัย โดยมีการชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมวิจัยทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ลักษณะการเก็บข้อมูล ขั้นตอนการเก็บข้อมูล ระยะเวลาที่คาดว่าจะใช้ในการสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูล และการนำเสนอข้อมูล ซึ่งนำเสนอในภาพรวม พร้อมทั้งสามารถตัดสินใจขอยุติการเข้าร่วมงานวิจัยได้

การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลทั่วไป และความสามารถในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ ใช้สถิติเชิงพรรณนา และการปรับปรุงสภาพการทำงานในแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ ใช้การวิเคราะห์แบบการให้ความหมาย เนื้อความ (content analysis) และการบรรยายความ

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของประชาชน

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 60.92 อัตราส่วนระหว่างเพศหญิงต่อเพศชาย

คิดเป็น 1.52:1 มีอายุเฉลี่ยที่ 62.83 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.41 ปี โดยแรงงานผู้สูงอายุกลุ่มแรงงานนอกระบบที่มีอายุมากที่สุดคือ 80 ปี มีสถานภาพสมรสส่วนใหญ่จะมีรายได้ต่อเดือนอยู่ในกลุ่มที่น้อยกว่า 3,000 บาทต่อเดือน และ 3,000-6,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 36.00 และมีชั่วโมงการทำงานเฉลี่ยต่อวันอยู่ที่ 7.30 ชั่วโมงต่อวัน โดยแรงงานผู้สูงอายุกลุ่มแรงงานนอกระบบที่มีชั่วโมงการทำงานต่อวันสูงสุดคือ 10 ชั่วโมง ส่วนใหญ่มีประสบการณ์เคยได้รับการบาดเจ็บจากการทำงาน คิดเป็นร้อยละ 82.00 และเมื่อเจ็บป่วยส่วนใหญ่จะรักษาที่โรงพยาบาล/สถานพยาบาลของรัฐบาล คิดเป็นร้อยละ 96.00

ความสามารถในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสามารถในการทำงานอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 87.00 เมื่อพิจารณาดัชนีชีวิตที่ 1 พบว่าส่วนใหญ่คิดว่า ความสามารถในการทำงานของตนเองในปัจจุบันเมื่อเปรียบเทียบกับความสามารถในการทำงานที่ดีที่สุดที่ผ่านมา อยู่ในระดับ 7 คะแนน (เต็ม 10 คะแนน) คิดเป็นร้อยละ 62.00 ดัชนีชีวิตที่ 2 ความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังกายและความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังความคิดพบว่าส่วนใหญ่คิดว่า มีได้ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 44.00 และร้อยละ 41.00 ตามลำดับ ในดัชนีชีวิตที่ 3 ส่วนใหญ่เจ็บป่วยด้วยโรคที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์จำนวน 2 โรคมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.00 ได้แก่ โรคความดันและเบาหวาน ดัชนีชีวิตที่ 4 ผลกระทบต่อการทำงานเมื่อเจ็บป่วยหรือการบาดเจ็บพบว่า แรงงานสามารถทำงานได้ตามปกติ แต่มีอาการผิดปกติบางครั้ง ดัชนีชีวิตที่ 5 ส่วนใหญ่ไม่เคยขาดงานเนื่องจากการเจ็บป่วยในช่วงปีที่ผ่านมา คิดเป็นร้อยละ 88.00 ดัชนีชีวิตที่ 6 การประเมินตนเองโดยคาดการณ์ไปอีก 2 ปีข้างหน้า พบว่า แรงงานส่วนใหญ่ไม่ค่อยแน่ใจว่าจะทำได้เหมือนเดิมหรือไม่ คิดเป็นร้อยละ 57.00 ดัชนี

ชีวิตที่ 7 สภาวะของจิตใจทั่วไป ทั้งในขณะทำงานและขณะพักผ่อนพบว่า แรงงานมีความสุขกับงานและชีวิตประจำวันในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 42.00 ยังคงกระตือรือร้น และตื่นตากับงานและชีวิตในระดับค่อนข้างมาก คิดเป็นร้อยละ 67.00

สรุปได้ว่า แรงงานผู้สูงอายุในการศึกษาค้างนี้ยังคิดว่า ตนเองมีความสามารถในการทำงานได้อยู่

ถึงแม้ว่า ความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังกายและความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังความคิดอาจจะลดลง เนื่องจากการเจ็บป่วยตามวัยได้บ้าง แต่ยังมีความสุขกับการทำงาน ดังนั้นการปรับปรุงสภาพสิ่งแวดล้อมในการทำงานเพื่อเอื้อให้กับแรงงานผู้สูงอายุ จะคงใช้ความสามารถในการทำงานของตนเอง ยังคงเป็นสิ่งที่มิประโยชน์

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของความสามารถในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุกลุ่มแรงงานนอกระบบ (N = 100 คน)

ดัชนีชี้วัดความสามารถในการทำงาน	จำนวน	ร้อยละ
ระดับปานกลาง (28-36 คะแนน)	87	87
ระดับดี (37-43 คะแนน)	8	8
ระดับดีเยี่ยม (44-49 คะแนน)	5	5

การประเมินความเสี่ยงสิ่งแวดล้อมในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุกลุ่มแรงงานนอกระบบ เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่

ผู้วิจัยทำการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (participatory action research: PAR) ด้วยวิธีการสนทนากลุ่ม (focus groups discussion) ในผู้สูงอายุกลุ่มแรงงานนอกระบบ โดยผู้วิจัยและทีมที่ปรึกษา ทำการสำรวจสิ่งแวดล้อมในการทำงาน โดยการเดินสำรวจการทำงาน เก็บข้อมูลตามแบบสำรวจ WISH หลังจากนั้นจัดประชุมกลุ่มย่อยเพื่อคืนข้อมูลความเสี่ยงสิ่งแวดล้อมในการทำงานที่พบ พร้อมข้อเสนอแนะ และประชาคมกลุ่มแรงงานผู้สูงอายุกลุ่มแรงงาน เพื่อการจัดลำดับความสำคัญในการแก้ไขความเสี่ยงสิ่งแวดล้อมในการทำงาน เมื่อได้ลำดับความสำคัญของปัญหาแล้ว จะจัดประชุมกลุ่มย่อยอีกครั้งเพื่อกำหนดวิธีการ และทางเลือกในการปรับปรุงสภาพการทำงานที่มีความเหมาะสมกับบริบทของแต่ละกลุ่ม

1. การวิเคราะห์อันตรายในการทำงาน และสังเกตขั้นตอนการทำงาน กลุ่มทำไม้กวาดดอกหญ้า (n = 8 คน) พบว่า อันตรายในการทำงานที่พบในทุกขั้นตอนการทำงาน และแรงงานให้ความสำคัญที่ต้องเร่งรีบแก้ไข

คือ ปัญหาการบาดเจ็บของระบบโครงร่างกระดูกและกล้ามเนื้อ เช่น อาการปวดหลัง คอ ไหล่ ก้น สะโพก แขน และข้อมือ รองลงมาคือ อาการระคายเคืองผิวหนังและจมูกจากการสัมผัสสารเคมี สภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงานไม่เป็นระเบียบ ชัดขวางการทำงาน และน้อยที่สุดคือ การเกิดอุบัติเหตุ และมีปัญหาการไม่สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล เช่น หน้ากากป้องกันฝุ่นและสารเคมี และถุงมือ

2. การวิเคราะห์อันตรายในการทำงาน และสังเกตขั้นตอนการทำงานกลุ่มทำกล้วยทอดกรอบ (n = 9 คน) พบว่า อันตรายในการทำงานที่พบในทุกขั้นตอนการทำงาน และแรงงานให้ความสำคัญที่ต้องเร่งรีบแก้ไขคือ ปัญหาการบาดเจ็บของระบบโครงร่างกระดูกและกล้ามเนื้อ เช่น อาการปวดหลังจากการก้มเงยจากการเตรียมกล้วยแช่ ก่อนปอกเปลือกกล้วย การนั่งปอกกล้วย และการนั่งสไลด์กล้วยเป็นเวลานาน เนื่องจากแรงงานต้องนั่งทำงานบนพื้น รองลงมาคือ อาการการได้รับบาดเจ็บจากมีดบาด สภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงานไม่เป็นระเบียบ ชัดขวางการทำงาน และการสัมผัสความร้อนจากการทอดกล้วย

3. การวิเคราะห์อันตรายในการทำงาน และ สังเกตขั้นตอนการทำงานกลุ่มทำหีบศพ ($n = 12$ คน) พบว่า อันตรายในการทำงานที่พบในทุกขั้นตอนการทำงาน และแรงงานให้ความสำคัญที่ต้องเร่งรีบแก้ไขคือ ปัญหาสัมผัสฝุ่นจากไม้ (ขี้เลื่อย) อยู่ตลอดเวลา ก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง เมื่อหายใจเข้าไปเกิดอาการ แสบจมูก คันตา รongลงมาคือ การได้รับบาดเจ็บจากการทำงาน เช่น เลื่อนไม้ตำมือ การบาดเจ็บเล็กๆ น้อยๆ จากการใช้เครื่องมือในการเลื่อยไม้ แม้ยั้งตะปู นอกจากนี้ สภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงานไม่เป็นระเบียบ ขัดขวางการทำงาน มีการสะสมของขี้เลื่อยจากการเลื่อยไม้ ใสไม้ และการขัดเรียบ และมีปัญหาการไม่มีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล เช่น หน้ากากป้องกันฝุ่นและสารเคมี และถุงมือ

การปรับปรุงสภาพการทำงานของแรงงาน ผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่ มีรายละเอียดดังนี้

1. การปรับปรุงสภาพการทำงานสำหรับ ผู้ทำงานที่บ้านของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มทำไม้กวาด ดอกหญ้า (ภาพที่ 1) พบว่า ขั้นตอนการคัดเลือกดอกหญ้า จะเห็นได้ว่า แรงงานนั่งเก้าอี้ตัวเล็ก ไม่มีพนักพิง และทำงานในท่าก้มหลังและงอขา เพื่อคัดเลือกดอกหญ้าบนพื้น โดยมีการบิดเอี้ยวตัวหยิบของจากบริเวณรอบข้างเป็นระยะๆ แรงงานต้องปฏิบัติงานในท่าทางนี้ครั้งละ 2-3 ชั่วโมง หรือจนกว่ามัดหญ้าจะหมด โดยไม่มีการพัก เพื่อผ่อนคลายอิริยาบถอย่างเป็นแบบแผน จะพักเมื่อทำงานไม่ไหว เกิดอาการปวดเมื่อย ซึ่งการนั่งทำงานทำนานๆ อาจส่งผลให้เกิดอาการปวดหลัง แนวทางการแก้ไขคือ การปรับเปลี่ยนสถานที่ทำงาน โดยให้แรงงานนั่งบนเก้าอี้สูงขึ้นและมีพนักพิง เพื่อให้หลังเป็นมุมที่ตรงมากขึ้น และขาเหยียดมากขึ้น และจัดหากระบะเบี่ยงที่ไม่ใช่แล้ว ต่อเป็นโต๊ะ เพื่อให้ที่วางดอกหญ้าสูงขึ้นระดับเดียวกับที่นั่ง เพื่อลดการก้มหลัง



ภาพที่ 1 การปรับปรุงสภาพการทำงาน ขั้นตอนการคัดเลือกดอกหญ้า

ขั้นตอนการมัดก้านดอกหญ้า/ตกแต่ง และชูป น้ำยาตรงโคนของดอกหญ้ารหว่างขั้นตอนการตกแต่ง ตัดก้านดอกหญ้าที่มัดไว้ให้เท่ากันนั้น จะมีเศษดอกหญ้า กระเด็นซึ่งอาจจะเข้าตาและจมูกได้ เมื่อมัดก้านดอกหญ้า และตกแต่งเรียบร้อยแล้ว จะนำมัดก้านดอกหญ้าไปชุปสารเคมี ซึ่งในขั้นตอนนี้จะรู้สึกระคายเคืองระบบทางเดินหายใจ

และบางครั้งก็มีฝุ่นขึ้นบริเวณมือและแขน ซึ่งโดยปกติ แรงงานไม่ใส่อุปกรณ์ป้องกันอันตรายใด ๆ เนื่องจาก ไม่มีอุปกรณ์ดังกล่าว แนวทางการแก้ไขคือ ให้แรงงานสวมใส่ผ้าปิดจมูกป้องกัน อย่างไรก็ตาม ในส่วนของการสวมใส่ถุงมือ แรงงานยังมีความเห็นว่า ทำให้ปฏิบัติงาน ไม่สะดวก จึงปฏิเสธการสวมใส่ คณะผู้วิจัยได้แนะนำ

การป้องกันการสัมผัสสารเคมีเพิ่มเติมคือ การปิดฝาถังสารเคมีให้สนิทเมื่อใช้เสร็จ รวมทั้งการแยกจัดเก็บสารเคมีให้เป็นระเบียบเมื่อเลิกใช้งานแล้ว

ขั้นตอนการแผ่ดอกหญ้า การเย็บมัดดอกหญ้าติดกัน และประกอบตามจับและหูแขวน ระหว่างขั้นตอนการเย็บไม้กวาด พบอันตรายที่เกิดจากการใช้เข็มเย็บไม้กวาดคือ การเกิดอุบัติเหตุเข็มทิ่มตำ/เสียดสีบริเวณนิ้วมือได้ โดยพบว่า แรงงานไม่ได้ใส่อุปกรณ์ป้องกันการทิ่มตำของเข็ม นอกจากนี้ในขั้นตอนนี้แรงงานก็รู้สึกระคายเคืองระบบทางเดินหายใจ และบางครั้งก็มีผื่นขึ้นบริเวณมือและแขนเช่นกัน อีกทั้งยังนั่งทำงานท่าเดิมเป็นเวลานาน ทำให้รู้สึกปวดบริเวณก้น แนวทางการแก้ไขคือ การสวมถุงมือที่หนาเพื่อป้องกันการทิ่มตำของเข็ม เบื้องต้น ลดการเสียดสีของการปักเข็ม สวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันเศษดอกหญ้าและไอระเหยของสารเคมีเข้าจมูก นอกจากนี้ยังปรับเปลี่ยนท่าการทำงานโดยใช้หมอนรองที่นั่ง เพื่อลดอาการปวดก้น

2. การปรับปรุงสภาพการทำงานสำหรับผู้ปฏิบัติงาน
ผู้ทำงานที่บ้านของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มทำกล้วยทอดกรอบ พบว่า ขั้นตอนการเตรียมกล้วย เป็นขั้นตอน

ในการยกชั่งกล้วยมาล้างทั้งหวี แล้วพักให้แห้ง ก่อนนำมาปอกเปลือก แล้วนำมาแช่น้ำล้างอีกครั้งหนึ่ง ในการยกเคลื่อนย้ายแรงงานผู้สูงอายุจะไม่ทำเอง เนื่องจากสภาพร่างกายไม่เอื้ออำนวยในการยก ในขั้นตอนการปอกและล้าง แรงงานผู้สูงอายุจะนั่งเก้าอี้ตัวเล็กกว่าของตามที่เคยชิน พักเมื่อเกิดอาการปวดเมื่อยเท่านั้น อีกทั้งขณะทำงานยังต้องมีการบิดเอี้ยวตัวเพื่อหยิบกล้วยที่ยังไม่ได้ปอก เนื่องจากวางไว้ใกล้ตัว แนวทางการแก้ไขคือ การปรับเปลี่ยนสถานที่ทำงาน โดยการจัดเรียงหน้างานให้สะดวกต่อการใช้ลดการเบี่ยงเอี้ยวตัว การเอื้ออำนวยโดยเรียงลำดับจากใกล้ตัวแรงงาน ไปไกลตัวแรงงาน

ขั้นตอนการหันกล้วย แรงงานนั่งบนเก้าอี้เตี้ย ไม่มีพนักพิง เครื่องสไลด์กล้วยวางที่พื้น ทำให้ผู้ปฏิบัติงานต้องก้มโน้มตัวลงไปเพื่อสไลด์กล้วย แต่มีปัญหาการปวดกล้ามเนื้อบริเวณคอ บ่า ไหล่และหลังมาก แนวทางการแก้ไขคือ การยกเครื่องสไลด์กล้วยขึ้นมาวางบนโต๊ะที่มีระดับสูงประมาณเอวของผู้ปฏิบัติงาน ซึ่งพอเหมาะกับการที่ผู้ปฏิบัติงานลงแรงกดในการสไลด์กล้วยพอดี (ภาพที่ 2)



ภาพที่ 2 การปรับปรุงสภาพการทำงานขั้นตอนการหันกล้วย

ขั้นตอนการทอดกล้วย ในขั้นตอนนี้ผู้ปฏิบัติงานจะต้องสัมผัสกับความร้อนจากหน้าเตา และต้องใช้แรงกล้ามเนื้อแขนในการคนกล้วยอยู่เป็นพักๆ ส่วนใหญ่แรงงานผู้สูงอายุมักจะไม่ทำหน้าที่นี้ จะให้ผู้ปฏิบัติงานที่อยู่ไวยแรงงานทำหน้าที่นี้แทน

ขั้นตอนการบรรจุผลิตภัณฑ์ ผู้ปฏิบัติงานจะบรรจุผลิตภัณฑ์โดยนั่งทำบนพื้น ทำให้ผู้ปฏิบัติงานต้องก้มโน้มตัวและบิดเอี้ยวตัวเพื่อหยิบของใส่ถุงเป็นระยะๆ และมีปัญหาการปวดกล้ามเนื้อบริเวณคอ บ่า ไหล่และหลัง แนวทางการแก้ไขคือ การยกผลิตภัณฑ์และของที่ใช้วางบนเก้าอี้ไม้ และหาเก้าอี้ที่นั่งที่มีระดับต่ำกว่าหน้างานเล็กน้อย เพื่อให้สะดวกต่อการปฏิบัติงาน

3. การปรับปรุงสภาพการทำงานสำหรับผู้ทำงานที่บ้านของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มทำหีบศพ (ภาพที่ 3) พบว่า ขั้นตอนเลื่อยไม้ แต่งไม้ ด้วยเครื่องแท่งไม้/ขั้นตอนไสไม้ให้ไม้เรียบ โดยใช้เลื่อยกบไฟฟ้า/

ขั้นตอนการตัดไม้ให้ได้ขนาดตามต้องการ ผู้ปฏิบัติงานให้ข้อมูลว่า ใน 3 ขั้นตอน มีข้อเสียจากการเลื่อย ฟุ้งกระจายและสะสมอยู่บนพื้นบริเวณที่ทำงานเป็นอย่างมาก โดยขนาดของฝุ่นจะเล็กลงเรื่อยๆ บางครั้งมีเศษไม้กระเด็นเข้าตา และมักมีอาการคันบริเวณผิวหนัง คันตา แสบจมูก แนวทางการแก้ไขคือ การสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอันตราย ในเบื้องต้นคณะผู้วิจัยแนะนำการใช้อุปกรณ์ที่สามารถหาได้ในครัวเรือนเพื่อการประยุกต์ใช้ในการป้องกันอันตรายแก่ผู้ปฏิบัติงาน และจัดหาหน้ากากกระดาศเพื่อช่วยลดการสัมผัสฝุ่น เพื่อแนวทางในการป้องกันตนเองเบื้องต้น ส่วนในระยะยาวแนะนำให้หาหน้ากากผ้า เนื่องจากสามารถซักทำความสะอาด และใช้ได้ในระยะยาว และแนะนำให้มีการโกยเศษขี้เลื่อย เศษไม้ และทำความสะอาดพื้นเป็นระยะๆ เพื่อลดการสะสมและการฟุ้งกระจายของฝุ่น



ภาพที่ 3 การปรับปรุงสภาพการทำงานขั้นตอนเลื่อยไม้ แต่งไม้ ด้วยเครื่องแท่งไม้/ขั้นตอนไสไม้ให้ไม้เรียบ

ขั้นตอนประกอบโลง โดยใช้แม็กยิงตะปูขึ้นรูปโครงสร้างของโลง อันตรายที่พบได้ในขั้นตอนนี้คือการยิงผิดจังหวะ ตะปูกระเด็นใส่หน้า การสัมผัสฝุ่นไม้ ฝุ่นขี้เลื่อย เนื่องจากอยู่ในบริเวณเดียวกับขั้นตอนแรก แนวทางการแก้ไขคือ การตรวจสอบเครื่องแม็กยิงตะปูก่อนใช้งาน ทำงานโดยไม่เหม่อลอย ส่วนการสัมผัสฝุ่น ผู้วิจัยจัดหาหน้ากากกระดาศ เพื่อช่วยลดการสัมผัสฝุ่น

เป็นแนวทางในการป้องกันตนเองเบื้องต้น

ขั้นตอนขัดไม้ด้วยมือ ให้ผิวไม้เรียบ โดยใช้กระดาศทราย และขั้นตอนทาสีโลงศพ ผู้ปฏิบัติงานจะทาเคลือบแลคเกอร์โลงศพ อันตรายที่พบได้ในขั้นตอนนี้คือ การสัมผัสฝุ่นไม้ ฝุ่นขี้เลื่อยจากการขัดซึ่งมีขนาดเล็ก โดนเสี้ยนไม้ตำมือ เจ็บมือเนื่องจากการใช้แรงที่มือในการขัดเป็นเวลานาน อีกทั้งยังมีอาการปวดหลังและขา

เนื่องจากต้องก้ม ยึดและย่อตัวขัดตามซอกไม้เป็นเวลานาน และผู้ปฏิบัติงานจะทาเคลือบแลคเกอร์โลหะ มักมีอาการปวดศีรษะ/เวียนศีรษะจากการสูดดมกลิ่นสีที่ทาไม้ ปวดข้อมือจากการสับตีมือเพื่อทาแลคเกอร์ อีกทั้งยังมีอาการปวดหลังและขาเนื่องจากต้องก้ม ยึดและย่อตัวทาแลคเกอร์เป็นเวลานาน แนวทางการแก้ไขคือการสวมเครื่องป้องกันฝุ่นและกลิ่นแลคเกอร์ขณะทำงาน สวมถุงมือผ้าขณะขัดเพื่อป้องกันเสี้ยนไม้ตำมือ อย่างไรก็ตาม ในส่วนของการก้ม ยึดและย่อตัวนั้น ไม่สามารถปรับหน้างานสูงขึ้นได้มากกว่านี้ เนื่องจากโลหะถูกประกอบเสร็จแล้วจะมีน้ำหนักมาก การยกขึ้นแทนที่สูงขึ้นก็จะเป็นภาระในการยกลง ซึ่งจะก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้ปฏิบัติงานมากขึ้น จึงแนะนำในกรณีที่ต้องย่อตัวขัด ให้หาเก้าอี้เตี้ยนั่งขัด/ทา และคณะผู้วิจัยได้ให้คำแนะนำว่า หากสามารถทำได้ ให้ขัดก่อนที่จะประกอบเป็นโลหะสมบูรณ์ เพื่อที่จะยกหน้างานสูงขึ้นได้

วิจารณ์

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ยที่ 62.83 ปี ประเมินตัวเองว่า ความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังกายและความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังความคิดอาจจะลดลง ดังจะเห็นได้ในกลุ่มท่าก่ายทอดกรอบ ในขั้นตอนการยกเข่งก่ายและการทอดก่าย ที่ต้องสัมผัสกับความร้อน และต้องใช้แรงกล้ามเนื้อแขนในการยกและคนกลิ้งก่าย กลุ่มตัวอย่างจะให้ลูกหลานที่อยู่ในวัยทำงานทำหน้าที่นี้แทน สอดคล้องกับรายงานการวิจัยที่พบว่า อายุส่งผลอย่างมีนัยสำคัญต่อความสามารถของคน และความสามารถในการปฏิบัติงาน⁽¹²⁾ โดยพบว่า ความสามารถในการทำงานจะเริ่มลดลงเล็กน้อยตั้งแต่อายุ 45 ปีขึ้นไป⁽¹³⁻¹⁴⁾ อย่างไรก็ตามส่วนใหญ่ยังคิดว่า ตนเองมีความสามารถในการทำงานในปัจจุบันเมื่อเปรียบเทียบกับความสามารถในการทำงานที่ดีที่สุดในอดีตที่ผ่านมา อยู่ในระดับ 7 คะแนน (เต็ม 10 คะแนน) และยังมีมีความสุขกับการทำงานยังคงกระตือรือร้น และตื่นตากับงานในระดับค่อนข้างมาก สอดคล้องกับรายงานของ

Institute for Population and Social Research⁽²⁾ ที่พบว่าผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ โดยเฉพาะในช่วงอายุ 60-69 ปี ยังคงมีศักยภาพและความสามารถในการทำงานไม่แตกต่างจากผู้ที่อ่อนวัยกว่า นอกจากนี้จากรายงานการวิจัยยังพบว่าแรงงานผู้สูงอายุรู้สึกว่าการตนเองยังสามารถทำงานได้ในระดับมากที่สุด มีความสุขกับการทำงาน สุขภาพร่างกายแข็งแรง ยังสามารถทำงานได้⁽¹⁵⁻¹⁶⁾ ดังนั้นการปรับปรุงสภาพสิ่งแวดล้อมในการทำงานเพื่อเอื้อให้กับแรงงานผู้สูงอายุจะคงใช้ความสามารถในการทำงานของตนเอง ยังคงเป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อทั้งผู้สูงอายุและสังคม

จากการระดมความคิดเห็นเกี่ยวกับผลกระทบต่อระดับความสามารถในการทำงานด้วยวิธีการจัดเวทีประชาคม แรงงานผู้สูงอายุมีความเห็นว่า อุปสรรคในการพัฒนาความสามารถในการทำงานของตนเองเกิดจากสภาพการทำงานที่ไม่เหมาะสม โดยจากการสำรวจสิ่งแวดล้อมในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มแรงงานนอกระบบ ด้วยเทคนิค WISH พบว่าการปรับปรุงสภาพการทำงานทางด้านการยศาสตร์เป็นสิ่งที่เหมาะสมที่แรงงานผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม ให้ความสำคัญอย่างมาก ได้แก่ ปรับระดับสภาพหน้างานให้เหมาะสมกับสรีระของผู้ปฏิบัติงาน สอดคล้องกับข้อมูลการสำรวจของ Office of the Permanent Secretary⁽¹⁷⁾ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาในเรื่องอิริยาบถในการทำงานคือไม่ค่อยได้เปลี่ยนลักษณะท่าทางอิริยาบถในการทำงาน แรงงานผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้จึงเชื่อว่าการหาแนวทางในการปรับสภาพงานมีความสำคัญที่จะทำให้พวกเขาทำงานได้ โดยไม่เกิดปัญหาต่อการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อทำงานได้นานขึ้น สอดคล้องกับ Walker A⁽¹⁸⁾ ที่เสนอแนะว่า การออกแบบสภาพการทำงานทางด้านการยศาสตร์ในที่ทำงาน มีผลต่อคุณภาพการปฏิบัติงานสำหรับแรงงานผู้สูงอายุ ในวัยที่กำลังประสบปัญหาการลดลงทางกายภาพ การปรับเปลี่ยนสภาพการทำงานจะสามารถช่วยให้ผู้ปฏิบัติงานทำงานมีประสิทธิภาพขึ้น หลังการเรียนรู้ผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่จะค้นหาอันตรายต่อสุขภาพที่เกิดจากการปฏิบัติงาน ทำให้แรงงานผู้สูงอายุเกิดความตระหนักที่จะลงมือแก้ไข มีการ

แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และหาวิธีการปรับปรุงสภาพการทำงานให้ปลอดภัยร่วมกัน บนพื้นฐานหลักทางวิชาการ ร่วมกับข้อจำกัดด้านสมรรถนะร่างกาย ความพร้อมในการปรับเปลี่ยนสภาพการทำงาน ความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติและความพอเพียง โดยการแก้ไขปรับปรุงสภาพการทำงานที่เกิดขึ้นในการวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดทางด้านวัสดุ อุปกรณ์ที่จะนำมาปรับปรุงสภาพงาน มักจะเป็นวัสดุที่สามารถหาได้ในครัวเรือน ซึ่งอาจมีประสิทธิภาพที่ไม่ตรงตามหลักวิชาการทั้งหมด โดยแรงงานผู้สูงอายุได้อภิปรายร่วมกันถึงขอบเขตและขีดจำกัดของตนเองในการทำงานแต่ละขั้นตอน และสิ่งแวดล้อมในการทำงานที่ไม่ปลอดภัยของตนเอง ได้ข้อสรุปว่า การทำงานด้วยการก้ม บิด เอี้ยว เอื้อม จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ดังนั้นการจัดสถานีงานให้ร่างกายอยู่ในแนวตรง ไม่เหยียดหรืองอจนเกินไป ช่วยให้ทำงานได้ดีขึ้น และไม่ก่อให้เกิดความผิดปกติของระบบโครงกระดูกและกล้ามเนื้อ ท่าทางการทำงานที่เหมาะสมหรืองานที่ใช้กำลังกล้ามเนื้อสูง เช่น การยกเคลื่อนย้ายของหนัก แรงงานผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในการศึกษานี้เห็นว่าไม่เหมาะสมกับช่วงวัยของตน สอดคล้องกับรายงานทางด้านสรีรวิทยาของผู้สูงอายุที่พบว่า ผู้สูงอายุจะมีกำลังกล้ามเนื้อลดลง โดยเฉพาะถ้านั้นต้องใช้กำลังใกล้เคียงกับกำลังสูงสุดของร่างกาย จะทำให้เหนื่อยง่ายขึ้น⁽¹⁹⁾ และควรมีการจัดเวลาพัก รวมทั้งการใช้เครื่องทุ่นแรงที่เหมาะสม จะช่วยให้ทำงานได้ดีขึ้น นอกจากนี้ในแรงงานผู้สูงอายุ กลุ่มทำกัลล้วยทอดกรอบเห็นว่าตนเองมีความทนทานต่อความร้อนได้น้อยลง ซึ่งเป็นไปตามกลไกของการควบคุมอุณหภูมิร่างกาย โดยผู้สูงอายุมักจะมีปัญหาในการทำงานกับสภาพอากาศร้อนจัดหรือหนาวเย็น เนื่องจากความสามารถของร่างกายในการควบคุมอุณหภูมิของร่างกายทำได้ยากขึ้น ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงการทำงานในที่ร้อน หรือการทำงานใช้แรงต่อเนื่องในที่ร้อนจัด⁽¹⁹⁾ มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการทำงานให้ถูกต้องเหมาะสมด้วยตนเอง และการช่วยเหลือซึ่งกันและกันของสมาชิกภายในกลุ่ม ได้แก่ การประยุกต์ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากสิ่งที่มีอยู่

ในครัวเรือน เป็นการใช้ความสามารถในการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่เพื่อการปกป้องตนเอง ก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองและรู้สึกว่า ตนเองมีอำนาจ สามารถควบคุมความเป็นอยู่หรือวิถีชีวิตของตนเองได้

สรุป

จากการศึกษาสรุปได้ว่า แรงงานผู้สูงอายุในการศึกษานี้ยังคิดว่า ตนเองมีความสามารถในการทำงานได้ ถึงแม้ว่า ความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังกาย และความสามารถในการทำงานที่ต้องใช้กำลังความคิดอาจจะลดลง เนื่องจากการเจ็บป่วยตามวัย และยังมีความสุขกับการทำงาน ดังนั้นการปรับปรุงสภาพสิ่งแวดล้อมในการทำงานเพื่อให้แรงงานผู้สูงอายุยังคงใช้ความสามารถในการทำงานของตนเองเท่าที่มีอยู่ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ นอกจากนี้ในการสนทนากลุ่ม (focus groups discussion) การเดินสำรวจการทำงาน และสังเกตการทำงาน สัมภาษณ์เกี่ยวกับการทำงานและสิ่งแวดล้อมในการทำงานในแรงงานผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม พบว่า ปัจจัยคุกคามที่แรงงานให้ความสำคัญและต้องการการปรับปรุงแก้ไขมากที่สุดคือ ปัญหาการสัมผัสปัจจัยทางด้านการยศาสตร์ ได้แก่ การจัดสถานีงานที่ไม่เหมาะสมต่อสรีระของร่างกาย ส่งผลให้เกิดการบาดเจ็บของระบบโครงกระดูกและกล้ามเนื้อ รองลงมาคือ การสัมผัสปัจจัยทางด้านเคมี โดยไม่มีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล และ/หรือระบบการจัดการที่เหมาะสม และปัญหาการได้รับบาดเจ็บ/อุบัติเหตุเล็กน้อย การปรับหรือประยุกต์ใช้อุปกรณ์เครื่องมือที่มีในครัวเรือน เพื่อปรับสภาพงานให้เหมาะสมกับสรีระของผู้สูงอายุ ก็สามารถช่วยให้แรงงานทำงานได้สะดวกขึ้น และการหาอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลเท่าที่สามารถกระทำได้ตามข้อจำกัดสามารถช่วยป้องกันอันตรายได้บางส่วน แต่สามารถเพิ่มพฤติกรรมการทำงานให้ถูกต้องเหมาะสม ช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ในการควบคุมวิถีชีวิตในการทำงานของตนเองได้ ภายใต้ข้อจำกัดด้านร่างกาย ความพอเพียง และสามารถปฏิบัติได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้

1. แรงงานผู้สูงอายุยังคงมีศักยภาพในการทำงานได้ เนื่องจากแรงงานผู้สูงอายุยังคงมีความสามารถในการทำงาน มีความกระตือรือร้น และมีความสุขในการทำงาน ดังนั้นการนำแรงงานผู้สูงอายุกลับเข้ามาในระบบการทำงาน หรือการขยายอายุการทำงาน จะเป็นประโยชน์ต่อตัวแรงงานผู้สูงอายุ ครอบครัวและสังคมได้

2. ในการนำแรงงานผู้สูงอายุกลับเข้าสู่ระบบการทำงาน ควรคำนึงถึงภาระงาน และสภาพการทำงานที่ให้กับแรงงานผู้สูงอายุ จำเป็นต้องตระหนักว่า แรงงานผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเสื่อมของร่างกาย ทั้งทางด้านกำลังกายและความคิด

3. การสนับสนุนทั้งทางด้านความรู้และสิ่งสนับสนุนความปลอดภัยให้กับแรงงานผู้สูงอายุยังมีความจำเป็น เพื่อลดอันตรายในการทำงาน และส่งเสริมสุขภาพ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเปรียบเทียบความแตกต่าง เกี่ยวกับข้อจำกัดในการทำงานในแต่ละช่วงอายุของแรงงานผู้สูงอายุ

2. ควรทำการศึกษาเชิงลึกข้อจำกัดในการทำงานของแรงงานผู้สูงอายุ จำแนกตามปัจจัยคุกคามจากสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ได้แก่ ปัจจัยกายภาพ ปัจจัยเคมี ปัจจัยชีวภาพ และปัจจัยทางการยศาสตร์

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณกลุ่มแรงงานผู้สูงอายุที่ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ สาธารณสุขอำเภอแม่แตง ที่อำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล และขอขอบคุณทุนสนับสนุนการวิจัยจากกองทุนวิจัยมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2560

เอกสารอ้างอิง

1. Department of Older Persons. Thai elderly population statistics, 2016. Bangkok: Ministry of Social Development and Human Security; 2016. (in Thai)
2. Institute for Population and Social Research, Mahidol University. Thai population health 2005: sweet scent of Lamduan Flower – preparing for the elderly society. Nakhon Pathom: Thai Health Promotion Foundation; 2007. (in Thai)
3. National Statistical Office. Jobs taken by the elderly population in Thailand in 2016. Bangkok: Ministry of Digital Economy and Society; 2017. (in Thai)
4. Crawford JO, Graveling RA, Cowie HA, Dixon K. The health safety and health promotion needs of older workers. Occup Med 2010;60:184–92.
5. Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute. Situation of the Thai elderly 2016 [Internet]. [cited 2019 Feb 2]. Available from: <http://thaitgri.org/?p=38427>
6. National Statistical Office. Health and welfare survey 2014. Bangkok: Ministry of Technology and Communications; 2015. (in Thai)
7. Muangkaen Pattana Municipality. General local conditions [Internet]. [cited 2018 Mar 5]. Available from: <http://www.muangkaen.go.th>
8. Kaewboonchoo O, Saleekul S, TomPudsa M. Model development for stress reduction and work ability promotion among the Thai workforce. Nakhon Pathom: Mahidol University; 2009. (in Thai)

9. Institute for Occupational Safety. Working conditions improvement survey for home-based workers. Bangkok: Department of Labor Protection and Welfare; 2007. (in Thai)
10. World Health Organization. Aging and work capacity. Geneva: World Health Organization; 1993.
11. Kaphuthin J. Application of WISH technique to improve working conditions, safety and hygiene of informal workers in manufacturing sector in Muang District, Surin Province. *J Prev Med Assoc Thai* 2011;1:45-57. (in Thai)
12. Pinto AM, da Silva Ramos SC, Nunes SM. Managing an aging workforce: what is the value of human resource management practices for different age groups of worker?. *Tékhné* 2014;12: 58-68.
13. Kenny GP, Yardley JE, Martineau L, Jay O. Physical work capacity in older adults: implications for the aging worker. *Am J Ind Med* 2008;51:610-25.
14. Soer R, Brouwer S, Geertzen JH, van der Schans CP, Groothoff JW, Reneman MF. Decline of functional capacity in healthy aging workers. *Arch Phys Med Rehabil* 2012;93:2326-32.
15. Raksasap S, Nilbai T, Intarawet N. Final report on a pilot project to study the suitability and work-worthiness of post-retirement workers. Bangkok: Bangchan Printing; 2008. (in Thai)
16. Kaewkangawan S. Psychology of life development at all ages, volume 2. 9th ed. Bangkok: Thammasat University; 2010. (in Thai)
17. Office of the Permanent Secretary. Implementation progress of the labor action plan for the elderly in fiscal year 2013 and the elderly labor action plan for fiscal year 2014. Bangkok: Ministry of Labor; 2014. (in Thai)
18. Walker A. The emergence of age management in Europe. *Int J Organ Behav* 2005;10:685-97.
19. Government of Western Australia. Understanding the safety and health needs of your workplace older workers and safety [Internet]. 2010 [cited 2018 Mar 5]. Available from: https://www.commerce.wa.gov.au/sites/default/files/atoms/files/older_workers_guide_.pdf