

## ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงานและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงของแรงงานสูงอายุในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋อง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ทำการรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนมกราคม ถึง เดือนมีนาคม พ.ศ. 2554 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอโดยการบรรยายประกอบตาราง ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลและการทำงาน

ส่วนที่ 2 การสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงาน

ส่วนที่ 3 ภาวะสุขภาพตามความเสี่ยง

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลและการทำงาน

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเป็นแรงงานสูงอายุที่ทำงานในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวนทั้งสิ้น 285 ราย ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง และประวัติการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง แสดงในตารางที่ 4-1 ถึง 4-3

ตารางที่ 4-1

ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ข้อมูล                                                | จำนวน | ร้อยละ |
|-------------------------------------------------------|-------|--------|
| เพศ                                                   |       |        |
| ชาย                                                   | 11    | 3.86   |
| หญิง                                                  | 274   | 96.14  |
| อายุ (ปี)                                             |       |        |
| 45-49                                                 | 188   | 65.96  |
| 50-54                                                 | 63    | 22.11  |
| 55-59                                                 | 26    | 9.12   |
| 60-64                                                 | 7     | 2.46   |
| $\geq 65$                                             | 1     | 0.35   |
| พิสัย = 45-66                                         |       |        |
| $\bar{X}$ (S.D.) = 49.26 (4.08) Median = 48           |       |        |
| สถานภาพสมรส                                           |       |        |
| โสด                                                   | 23    | 8.07   |
| คู่                                                   | 195   | 68.42  |
| หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่                                 | 67    | 23.51  |
| ระดับการศึกษา                                         |       |        |
| ไม่ได้เรียน                                           | 4     | 1.40   |
| ประถมศึกษา                                            | 236   | 82.81  |
| มัธยมศึกษาตอนต้น                                      | 17    | 5.96   |
| มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.                                | 19    | 6.67   |
| ปวส./อนุปริญญา                                        | 8     | 2.81   |
| ปริญญาตรี                                             | 1     | 0.35   |
| รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (บาท)                 |       |        |
| < 5,000                                               | 53    | 18.60  |
| 5,001-10,000                                          | 179   | 62.80  |
| 10,001-15,000                                         | 36    | 12.63  |
| 15,001-20,000                                         | 9     | 3.16   |
| > 20,000                                              | 8     | 2.81   |
| พิสัย = 3,000-30,000                                  |       |        |
| $\bar{X}$ (S.D.) = 7,927.72 (4,356.44) Median = 6,500 |       |        |

ตารางที่ 4-1(ต่อ)

| ข้อมูล                                     | จำนวน | ร้อยละ |
|--------------------------------------------|-------|--------|
| ความพอเพียงของรายได้                       |       |        |
| พอใช้เหลือเก็บ                             | 62    | 21.75  |
| พอใช้ไม่เหลือเก็บ                          | 104   | 36.50  |
| ไม่พอใช้เป็นหนี้สิน                        | 119   | 41.75  |
| จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ (คน) |       |        |
| 0                                          | 64    | 22.46  |
| 1                                          | 75    | 26.32  |
| 2                                          | 99    | 34.74  |
| $\geq 3$                                   | 47    | 16.48  |
| พิสัย = 0-7                                |       |        |
| $\bar{X}$ (S.D.) = 1.54 (1.22) Median = 2  |       |        |

ตารางที่ 4-1 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 96.14 เป็นเพศหญิง เป็นเพศชายเพียงร้อยละ 3.86 มีอายุอยู่ในช่วง 45-66 ปี (อายุเฉลี่ย 49.26 ปี S.D. = 4.08) เกือบสองในสามของกลุ่มตัวอย่างมีอายุในช่วง 45-49 ปีร้อยละ 22.11 มีอายุในช่วง 51-54 ปี และเกือบร้อยละ 3 ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ด้านสถานภาพสมรสกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 68.42 มีสถานภาพสมรสคู่ ส่วนการศึกษา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 82.81 มีการศึกษาระดับประถมศึกษาไม่ได้เรียนหนังสือมีเพียงร้อยละ 1.40 ส่วนด้านรายได้ กลุ่มตัวอย่างมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วง 3,000-30,000 บาท (เฉลี่ย 7,927.72 บาท S.D. = 4,356.44 ค่ามัธยฐาน = 6,500 บาท) กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 62.80 มีรายได้อยู่ในช่วง 5,001-10,000 บาท โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 41.75 มีรายได้ไม่พอใช้เป็นหนี้สินกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 21.75 ที่มีรายได้พอใช้เหลือเก็บ ส่วนสมาชิกในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบกลุ่มตัวอย่างกว่าหนึ่งในสามมีสมาชิกในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบจำนวน 2 คนและกว่าหนึ่งในสี่มีสมาชิกในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ 1 คน ขณะที่กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 22.46 ไม่มีสมาชิกในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ

ตารางที่ 4-2

ข้อมูลการทำงานในอดีตของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ข้อมูล                   | จำนวน | ร้อยละ |
|--------------------------|-------|--------|
| การทำงานในอดีต           |       |        |
| ไม่เคย                   | 202   | 70.88  |
| เคย*                     | 83    | 29.12  |
| ลักษณะงาน                |       |        |
| พนักงาน/ลูกจ้าง**        | 74    | 89.16  |
| ค้าขาย                   | 5     | 6.02   |
| เกษตรกรรม***             | 4     | 4.82   |
| ระยะเวลาทำงานในอดีต (ปี) |       |        |
| <5                       | 58    | 69.87  |
| 5-9                      | 10    | 12.05  |
| 10-14                    | 12    | 14.46  |
| 15-19                    | 2     | 2.41   |
| 20-24                    | 1     | 1.21   |
| พิสัย = 1เดือน-23 ปี     |       |        |
| Median = 1.00            |       |        |

หมายเหตุ.\*ทำงานมากกว่า 1 อาชีพ

\*\*ลูกจ้างในสถานประกอบการประเภทอุตสาหกรรมอาหาร พนักงานขาย ก่อสร้าง

\*\*\*ทำนา ทำสวนผัก/ผลไม้ สวนยางพารา เลี้ยงสัตว์ประมง

จากตารางที่ 4-2 กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 29.12 ที่มีประวัติการทำงานในอดีต โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 89.16 เคยทำงานเป็นพนักงาน/ลูกจ้างในสถานประกอบการประเภทผลิตอาหารทะเลมีเพียงร้อยละ 6.02 และ 4.82 ที่เคยค้าขายและทำการเกษตรกรรมมาก่อน ส่วนระยะเวลาทำงานในอดีตอยู่ในช่วง 1 เดือนถึง 23 ปี (ค่ามัธยฐาน=1) โดยระยะเวลาทำงานน้อยกว่า 5 ปีพบร้อยละ 69.87 มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 1.21 ที่มีระยะเวลาการทำงานในช่วง 20-24 ปี

## ตารางที่ 4-3

ข้อมูลการทำงานในปัจจุบันของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ข้อมูลการทำงาน                              | จำนวน | ร้อยละ |
|---------------------------------------------|-------|--------|
| ระยะเวลาทำงาน (ปี)                          |       |        |
| <5                                          | 56    | 19.65  |
| 5-9                                         | 31    | 10.88  |
| 10-14                                       | 74    | 25.96  |
| 15-19                                       | 89    | 31.23  |
| 20-24                                       | 30    | 10.53  |
| $\geq 25$                                   | 5     | 1.75   |
| พิสัย = 1-29 ปี                             |       |        |
| $\bar{X}$ (S.D.) = 12.63 (6.24) Median = 14 |       |        |
| จำนวนชั่วโมงทำงานต่อสัปดาห์ *               |       |        |
| $\leq 48$                                   | 1     | 0.35   |
| > 48                                        | 284   | 99.65  |
| พิสัย = 48-60                               |       |        |
| $\bar{X}$ (S.D.) = 59.33 (1.86) Median = 60 |       |        |
| การทำงานล่วงเวลา                            |       |        |
| ไม่ทำ                                       | 1     | 0.35   |
| ทำ                                          | 284   | 99.65  |
| ชั่วโมงทำงานล่วงเวลาต่อสัปดาห์              |       |        |
| $\leq 4$                                    | 4     | 1.40   |
| 5 - 8                                       | 18    | 6.32   |
| 9 - 12                                      | 263   | 92.28  |
| พิสัย = 0-12                                |       |        |
| $\bar{X}$ (S.D.) = 11.33 (1.86) Median = 12 |       |        |
| อาชีพเสริมรายได้                            |       |        |

|                   |     |       |
|-------------------|-----|-------|
| ไม่มี             | 263 | 92.28 |
| มี**              | 22  | 7.72  |
| เกษตรกร***        | 15  | 68.18 |
| รับจ้างทั่วไป**** | 4   | 18.18 |
| ค้าขาย            | 3   | 13.64 |

หมายเหตุ. \* รวมจำนวนชั่วโมงทำงานล่วงเวลา \*\*\* ทำนา ทำสวน ผัก/ผลไม้ เลี้ยงไก่/สุกร/ประมง

\*\* ทำงานมากกว่า 1 อาชีพ \*\*\*\* ก่อสร้าง รับจ้างกรีดยางพารา

ตารางที่ 4-3 แสดงข้อมูลการทำงานในปัจจุบันของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาการทำงานอยู่ในช่วง 1-29 ปี (เฉลี่ย = 12.63 S.D. = 6.24) โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 31.23 มีระยะเวลาการทำงานในช่วง 15-19 ปี กลุ่มตัวอย่างกว่าหนึ่งในสี่มีระยะเวลาทำงาน 10-14 ปี และเกือบหนึ่งในห้าของกลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาทำงานน้อยกว่า 5 ปี ส่วนชั่วโมงการทำงาน กลุ่มตัวอย่างเกือบทุกคน (ร้อยละ 99.65) มีชั่วโมงการทำงานต่อสัปดาห์มากกว่า 48 ชั่วโมง (เฉลี่ย = 59.33 S.D. = 1.86) และเช่นกันเกือบทุกคนทำงานล่วงเวลา โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 92.28 มีชั่วโมงทำงานล่วงเวลาจำนวน 9-12 ชั่วโมง ส่วนการทำงานเสริมรายได้ กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 7.72 ที่ทำงานเสริมรายได้ ได้แก่ เกษตรกร (ร้อยละ 68.18) รับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 18.18) และค้าขาย (ร้อยละ 13.64)

## ส่วนที่ 2 การสัมพัสปัจจัยคุณภาพจากการทำงาน

การสัมพัสปัจจัยคุณภาพจากการทำงานนำเสนอข้อมูลเป็น 2 ส่วนคือ การรับรู้การสัมพัสปัจจัยคุณภาพจากการทำงานจากการสัมภาษณ์และการสังเกตท่าทางการทำงาน โดยการใช้แบบประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดอย่างรวดเร็ว (Rapid Entire Body Assessment [REBA])

### การสัมพัสปัจจัยคุณภาพจากการทำงาน

การสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเพื่อประเมินการรับรู้การสัมพัสปัจจัยคุณภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานครอบคลุมปัจจัยคุณภาพด้านกายภาพ เคมี ชีวภาพ การยศาสตร์และจิตสังคม รวมถึงสภาพการทำงาน นำเสนอในตารางที่ 4-4 ถึง 4-5

ตารางที่ 4-4

ปัจจัยคุณภาพจากการทำงานโดยรวมและรายด้านตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ปัจจัยคุณภาพจากการทำงาน                       | จำนวน | ร้อยละ |
|-----------------------------------------------|-------|--------|
| โดยรวม                                        |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 50.99$ )                 | 154   | 54.04  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 50.99$ )                   | 131   | 45.96  |
| พิสัย= 31-84, $\bar{X}$ (S.D.) = 50.99 (9.50) |       |        |
| รายด้าน                                       |       |        |
| ด้านกายภาพ                                    |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 9.00$ )                  | 199   | 69.82  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 9.00$ )                    | 86    | 30.18  |
| พิสัย= 6-18, $\bar{X}$ (S.D.) = 9.00 (2.60)   |       |        |
| ด้านเคมี                                      |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 1.33$ )                  | 247   | 86.67  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 1.33$ )                    | 38    | 13.33  |
| พิสัย= 1-4, $\bar{X}$ (S.D.) = 1.33 (0.90)    |       |        |
| ด้านชีวภาพ                                    |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 1.10$ )                  | 270   | 94.74  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 1.10$ )                    | 15    | 5.26   |
| พิสัย= 1-4, $\bar{X}$ (S.D.) = 1.10 (0.40)    |       |        |
| ด้านการยศาสตร์                                |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 26.00$ )                 | 103   | 36.14  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 26.00$ )                   | 182   | 63.86  |
| พิสัย= 9-36, $\bar{X}$ (S.D.) = 26.00 (6.20)  |       |        |
| ด้านจิตสังคม                                  |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 8.00$ )                  | 183   | 64.21  |

|                                             |     |       |
|---------------------------------------------|-----|-------|
| ระดับสูง (คะแนน > 8.00)                     | 102 | 35.79 |
| พิสัย= 4-16, $\bar{X}$ (S.D.) = 8.00 (2.20) |     |       |
| สภาพการทำงาน                                |     |       |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq$ 6.00)                 | 227 | 79.65 |
| ระดับสูง (คะแนน > 6.00)                     | 58  | 20.35 |
| พิสัย= 3-12, $\bar{X}$ (S.D.) = 6.00 (2.00) |     |       |

จากตารางที่ 4-4 กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 54.04 มีการรับรู้ปัจจัยความสุภาพจากการทำงานโดยรวมในระดับต่ำ ขณะที่อีกร้อยละ 45.96 มีการรับรู้ปัจจัยความสุภาพจากการทำงานโดยรวมในระดับสูง เมื่อพิจารณาการรับรู้ปัจจัยความสุภาพจากการทำงานรายด้าน พบว่า ปัจจัยความด้านกายภาพ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 69.82 รับรู้ปัจจัยด้านกายภาพในระดับต่ำ และร้อยละ 30.18 มีการรับรู้ในระดับสูง ส่วนปัจจัยความด้านเคมีและด้านชีวภาพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 86.67 และร้อยละ 94.74 มีการรับรู้การสัมผัสปัจจัยดังกล่าวในระดับต่ำ ส่วนการรับรู้การสัมผัสปัจจัยความสุภาพด้านการยศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 63.86 มีการรับรู้ในระดับสูง เพียงร้อยละ 36.14 มีการรับรู้ในระดับต่ำ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 64.21 มีการรับรู้การสัมผัสปัจจัยความสุภาพด้านจิตสังคมในระดับต่ำ อีกร้อยละ 35.79 มีการรับรู้ในระดับสูง สำหรับสภาพการทำงาน กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 79.65 มีการรับรู้ปัจจัยความสุภาพจากสภาพการทำงานในระดับต่ำอีกร้อยละ 20.35 มีการรับรู้ในระดับสูง

สำหรับการสัมผัสปัจจัยความสุภาพจากการทำงานในแต่ละด้าน นำเสนอสาระในตารางที่ 4-5

ตารางที่ 4-5

ปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงานตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่าง (n=285)

| ปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงาน | ตลอดเวลา      | บ่อยครั้ง     | นานๆครั้ง     | ไม่เคย        |
|-------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
|                               | จำนวน(ร้อยละ) | จำนวน(ร้อยละ) | จำนวน(ร้อยละ) | จำนวน(ร้อยละ) |
| สภาพแวดล้อมการทำงาน           |               |               |               |               |
| ด้านกายภาพ                    |               |               |               |               |
| เสียงดัง                      | 126 (44.21)   | 14 (4.91)     | 31 (10.88)    | 114 (40.00)   |
| ความร้อน                      | 28 (9.82)     | 2 (.70)       | 8 (2.81)      | 247 (86.67)   |
| ความเย็น                      | 1 (0.35)      | 1 (0.35)      | 10 (3.51)     | 273 (95.79)   |
| แรงสั่นสะเทือน                | 8 (2.81)      | 1 (0.35)      | 4 (1.40)      | 272 (95.44)   |
| แสงสว่างไม่เพียงพอ            | 17 (5.96)     | 0 (0.00)      | 1 (0.35)      | 267 (93.68)   |
| กลิ่นควาปลา/น้ำปลา            | 61 (21.40)    | 10 (3.51)     | 20 (7.02)     | 194 (68.07)   |
| ด้านเคมี                      |               |               |               |               |
| คลอรีน                        | 27 (9.47)     | 1 (0.35)      | 10 (3.51)     | 247 (86.67)   |
| ด้านชีวภาพ                    |               |               |               |               |
| เชื้อโรค/พยาธิจากปลา          | 5 (1.75)      | 0 (0.00)      | 10 (3.51)     | 270 (94.74)   |
| ด้านการยศาสตร์                |               |               |               |               |
| ท่าทางซ้ำๆ                    | 207 (72.63)   | 19 (6.67)     | 14 (4.91)     | 45 (15.79)    |
| ยืนนานกว่า 4 ชั่วโมง          | 263 (92.28)   | 10 (3.51)     | 5 (1.75)      | 7 (2.46)      |
| บิดเอี้ยวตัว                  | 133 (46.67)   | 64 (22.46)    | 43 (15.09)    | 45 (15.79)    |
| ยกแขนเหนือระดับไหล่           | 93 (32.63)    | 37 (12.98)    | 46 (16.14)    | 109 (38.25)   |
| กางแขนออกนอกลำตัว             | 122 (42.81)   | 64 (22.46)    | 45 (15.79)    | 54 (18.95)    |
| ก้ม-โค้งลำตัว                 | 109 (38.25)   | 41 (14.39)    | 57 (20.00)    | 78 (27.37)    |
| ก้ม-เงยศีรษะ                  | 154 (54.04)   | 39 (13.68)    | 41 (14.39)    | 51 (17.89)    |
| กระดกข้อมือขึ้น-ลง            | 165 (57.89)   | 34 (11.93)    | 35 (12.28)    | 51 (17.89)    |
| ยก/เคลื่อนย้ายของหนัก         | 59 (20.70)    | 25 (8.77)     | 73 (25.61)    | 128 (44.91)   |
| ด้านจิตสังคม                  |               |               |               |               |
| ความเร่งรีบในการทำงาน         | 145 (50.88)   | 48 (16.84)    | 27 (9.47)     | 65 (22.81)    |
| ความยุ่งยากของงาน             | 3 (1.05)      | 10 (3.51)     | 17 (5.96)     | 255 (89.47)   |

|                             |             |           |            |             |
|-----------------------------|-------------|-----------|------------|-------------|
| กฎระเบียบ การควบคุม         | 11 (3.86)   | 20 (7.02) | 71 (24.91) | 183 (64.21) |
| การทำงานในกะกลางคืน         | 116 (40.70) | 0 (0.00)  | 0 (0.00)   | 169 (59.30) |
| สภาพการทำงาน                |             |           |            |             |
| เครื่องมือ/อุปกรณ์มีคม      | 132 (46.32) | 4 (1.40)  | 14 (4.91)  | 135 (47.37) |
| พื้นลื่น ชื้นแฉะ มีน้ำขัง   | 55 (19.30)  | 11 (3.86) | 26 (9.12)  | 193 (67.72) |
| มีสิ่งกีดขวางไม่เป็นระเบียบ | 3 (1.05)    | 4 (1.40)  | 17 (5.96)  | 261 (91.58) |

ในส่วนของการรับรู้การสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานจากตารางที่ 4-5 พบว่าการสัมผัสปัจจัยด้านกายภาพ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 44.21 ระบุมีการสัมผัสเสี่ยงดังตลอดระยะเวลาการทำงาน ที่น่าสนใจกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 86.67-95.79) ระบุไม่เคยสัมผัสปัจจัยต่อไปนี้ คือ ความร้อน แสงสว่างไม่เพียงพอ แรงสั่นสะเทือนและความเย็น ในส่วนของปัจจัยด้านเคมีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 9.47 ที่สัมผัสกับสารคลอรีนตลอดระยะเวลาการทำงานและเพียงร้อยละ 1.75 ที่ระบุการสัมผัสปัจจัยด้านชีวภาพ คือ มีการสัมผัสเชื้อโรคหรือพยาธิจากปลาตลอดเวลาการทำงาน ส่วนปัจจัยด้านการยศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 92.28 ระบุมีการยืนทำงานติดต่อกันนานกว่า 4 ชั่วโมง อีกร้อยละ 72.63 มีการใช้ท่าทางซ้ำๆ กว่าครั้งหนึ่ง คือ ร้อยละ 54.04 และร้อยละ 57.89 มีการก้มหรือเงยศีรษะและกระดกข้อมือขึ้นลงซ้ำๆ ณะทำงาน และกลุ่มตัวอย่างเกือบครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 46.67) มีการบิดเอี้ยวลำตัวตลอดเวลาการทำงาน สำหรับปัจจัยด้านจิตสังคม กลุ่มตัวอย่างครึ่งหนึ่ง ระบุว่ามีความเร่งรีบในการทำงานตลอดระยะเวลาการทำงาน และร้อยละ 40.70 ต้องทำงานในกะกลางคืน มีเพียงร้อยละ 3.86 ที่รู้สึกว่าการกะกะ และ การควบคุมจากหัวหน้างานเคร่งครัดเกินไปสำหรับสภาพการทำงานพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.32 มีการใช้เครื่องมือ/อุปกรณ์มีคมตลอดเวลาการทำงานอีกร้อยละ 19.30 ต้องทำงานบนพื้นลื่น ชื้นแฉะและมีน้ำขัง

### การประเมินท่าทางการทำงาน

การประเมินปัจจัยด้านการยศาสตร์ในส่วนของการท่าทางการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดอย่างรวดเร็ว (Rapid Entire Body Assessment [REBA]) ทำการสังเกตการเคลื่อนไหวส่วนของร่างกาย น้ำหนักชิ้นงานที่ยก/การออกแรง ความเหมาะสมของที่จับ และลักษณะกิจกรรมของงานระดับความเสี่ยงจากท่าทางการทำงานดังได้กล่าวในบทที่ 3 มีความหมาย ดังนี้

ไม่มีความเสี่ยง หมายถึงไม่จำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงาน  
ความเสี่ยงระดับต่ำหมายถึงอาจจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงาน  
ความเสี่ยงระดับปานกลางหมายถึงจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงาน  
ความเสี่ยงระดับสูงหมายถึงจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงานเร็ว ๆ นี้  
ความเสี่ยงระดับสูงมากหมายถึงจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงานทันที

#### ตารางที่ 4-6

ระดับความเสี่ยงจากท่าทางการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ระดับความเสี่ยง | มี    |        |
|-----------------|-------|--------|
|                 | จำนวน | ร้อยละ |
| ต่ำ             | 76    | 26.67  |
| ปานกลาง         | 182   | 63.86  |
| สูง             | 25    | 8.77   |
| สูงมาก          | 2     | 0.70   |

ตารางที่ 4-6 แสดงระดับความเสี่ยงจากท่าทางการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 63.86 มีท่าทางการทำงานที่เป็นความเสี่ยงในระดับปานกลางซึ่งจำเป็นต้องดำเนินการ

ปรับปรุง อีกร้อยละ 26.67 มีความเสี่ยงในระดับต่ำ ซึ่งอาจจะจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุง มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 8.77 และ 0.70 ที่มีท่าทางการทำงานที่เป็นความเสี่ยงในระดับสูงซึ่งมีความจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงานเร็วๆนี้ และในระดับสูงมากซึ่งมีความจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงานทันที ตามลำดับ

ตารางที่ 4-7

ข้อมูลระดับความเสี่ยงตามขั้นตอนการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ระดับความเสี่ยง<br>ขั้นตอนการทำงาน | ต่ำ           | ปานกลาง       | สูง           | สูงมาก        |
|------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
|                                    | จำนวน(ร้อยละ) | จำนวน(ร้อยละ) | จำนวน(ร้อยละ) | จำนวน(ร้อยละ) |
| การติดตั้งวัตถุดิบ                 | 0(0.00)       | 7(3.85)       | 0(0.00)       | 0(0.00)       |
| การนั่ง                            | 0(0.00)       | 0(0.00)       | 2(8.00)       | 0(0.00)       |
| การติดตั้งทำความสะอาดวัตถุดิบ      | 4(5.26)       | 121(66.48)    | 12(48.00)     | 0(0.00)       |
| การบรรจุผลิตภัณฑ์                  | 43(56.58)     | 19(10.44)     | 2(8.00)       | 0(0.00)       |
| การนั่งฆ่าเชื้อ                    | 0(0.00)       | 0(0.00)       | 0(0.00)       | 2(100)        |
| การปิดฉลาก/การบรรจุกล่อง           | 9(38.16)      | 35(19.23)     | 9(36.00)      | 0(0.00)       |

หมายเหตุ.\* พนักงานหนึ่งคนทำงานเพียงหนึ่งขั้นตอน

จากตารางที่ 4-7 เมื่อพิจารณาความเสี่ยงจากท่าทางการทำงานในแต่ละขั้นตอนการทำงาน พบว่าในขั้นตอนการนั่ง และการนั่งฆ่าเชื้อ กลุ่มตัวอย่างทุกราย (2 ราย) สัมผัสความเสี่ยงจากการทำงานในระดับความเสี่ยงสูงและสูงมากตามลำดับ ส่วนขั้นตอนการติดตั้งทำความสะอาดวัตถุดิบ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 66.48 และร้อยละ 48 สัมผัสความเสี่ยงจากการทำงานในระดับปานกลางและระดับสูง ขั้นตอนการปิดฉลาก/การบรรจุกล่อง มีกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 36 ที่มีการสัมผัสความเสี่ยงจากการทำงานในระดับสูง ส่วนขั้นตอนการบรรจุผลิตภัณฑ์ มีเพียงร้อยละ 8 ที่สัมผัสความเสี่ยงจากการทำงานในระดับสูง อีกร้อยละ 56.58 มีการสัมผัสความเสี่ยงในระดับต่ำ

สำหรับรายละเอียดของการประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดอย่างรวดเร็วในส่วนของการเคลื่อนไหวส่วนของร่างกาย น้ำหนักชิ้นงานที่ยก/การออกแรง ระดับความเหมาะสมของที่จับ และลักษณะกิจกรรมของงานของกลุ่มตัวอย่างรายละเอียดแสดงในตารางที่จ-1ถึงจ-3(ภาคผนวก จ)

### ส่วนที่ 3 ข้อมูลภาวะสุขภาพตามความเสี่ยง

ภาวะสุขภาพตามความเล็ง นำเสนอข้อมูลเป็น 4 ส่วนคือ ข้อมูลสุขภาพทั่วไป ความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงาน การบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน และแบบแผนการดำเนินชีวิตที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วย พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติด และพฤติกรรมการพักผ่อน/การจัดการความเครียด ดังแสดงในตารางที่ 4-8 ถึง 4-12

ตารางที่ 4-8

ภาวะสุขภาพทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ข้อมูล                                         | จำนวน | ร้อยละ |
|------------------------------------------------|-------|--------|
| ดัชนีมวลกาย ( $\text{kg/m}^2$ )                |       |        |
| < 18.50 (ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ)                     | 6     | 2.11   |
| 18.50-22.99 (ปกติ)                             | 97    | 34.04  |
| 23.00-24.99 (เกินกว่าเกณฑ์ปกติ)                | 64    | 22.46  |
| $\geq 25.00$ (อ้วน)                            | 118   | 41.40  |
| พิสัย = 17.00-44.00                            |       |        |
| $\bar{X}$ (S.D.) = 24.68 (4.26) Median = 24.30 |       |        |
| ความดันโลหิต(mmHg)                             |       |        |
| ปกติ(< 130/90 mmHg)                            | 256   | 89.82  |
| ผิดปกติ( $\geq 130/90$ mmHg)                   | 29    | 10.18  |
| โรคประจำตัว                                    |       |        |
| ไม่มี                                          | 201   | 70.53  |
| มี*                                            | 84    | 29.47  |
| โรค                                            |       |        |
| ความดันโลหิตสูง/หัวใจและหลอดเลือด              | 33    | 39.28  |
| เบาหวาน/ไทรอยด์                                | 14    | 16.66  |
| กระเพาะอาหารอักเสบ                             | 12    | 14.29  |
| หอบหืด/ภูมิแพ้                                 | 8     | 9.52   |
| ไขมันในเลือดสูง                                | 7     | 8.33   |
| กระดูกพรุน                                     | 7     | 8.33   |
| มะเร็งเต้านม                                   | 3     | 3.57   |
| ประวัติความเจ็บป่วยของญาติสายตรง               |       |        |
| ไม่มี                                          | 196   | 68.80  |

|                                   |    |       |
|-----------------------------------|----|-------|
| มี *                              | 89 | 31.20 |
| โรค                               |    |       |
| ความดันโลหิตสูง/หัวใจและหลอดเลือด | 73 | 50.70 |
| เบาหวาน                           | 51 | 35.42 |
| มะเร็ง                            | 15 | 10.42 |
| ไขมันในเลือดสูง                   | 5  | 3.47  |

ในส่วนองภาวะสุขภาพทั่วไป จากตารางที่4-8พบว่า ด้านดัชนีมวลกาย กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 41.40 มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์อ้วนร้อยละ 22.46 มีดัชนีมวลกายเกินกว่าเกณฑ์ปกติมี กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 34.04 ที่ดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ ส่วนความดันโลหิตพบว่ากลุ่ม ตัวอย่างร้อยละ 10.18 มีความดันโลหิตสูงกว่าเกณฑ์ปกติ และกว่าหนึ่งในสี่ของกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 29.47)มีโรคประจำตัว ได้แก่โรคความดันโลหิตสูง/หัวใจและหลอดเลือด(ร้อยละ 39.28) โรคเบาหวาน/ไทรอยด์(ร้อยละ 16.66) และโรคกระเพาะอาหารอักเสบ(ร้อยละ 14.29) ทั้งนี้กลุ่ม ตัวอย่างร้อยละ 31.20 มีญาติสายตรงเจ็บป่วยด้วยโรคทางพันธุกรรม เช่น โรคความดันโลหิตสูง/ หัวใจและหลอดเลือด (ร้อยละ 50.70) โรคเบาหวาน (ร้อยละ 35.42) และโรคมะเร็ง(ร้อยละ 10.42)

## ตารางที่ 4-9

การรับรู้ความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงาน ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| ความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพ         | มี    |        | ไม่มี |        |
|----------------------------------------------------|-------|--------|-------|--------|
|                                                    | จำนวน | ร้อยละ | จำนวน | ร้อยละ |
| <b>ปัจจัยคุกคามด้านกายภาพ</b>                      |       |        |       |        |
| กล้ามเนื้อตล้า                                     | 105   | 36.80  | 180   | 63.20  |
| ชาตามปลายมือปลายเท้าจากการสัมผัสความเย็น           | 79    | 27.70  | 206   | 72.30  |
| หูอื้อ มีเสียงดังหรือเสียงแมลงหวี่ภายในหู          | 40    | 14.04  | 245   | 85.96  |
| คัดจมูก น้ำมูกไหล ปวดโพรงจมูกจากการสูดดมกลิ่น      | 29    | 10.18  | 256   | 89.82  |
| วิงเวียนศีรษะร่วมกับอาการผิดปกติของหู              | 19    | 6.67   | 266   | 93.33  |
| อ่อนเพลียเนื่องจากเลี้ยวหรือจากการสัมผัสความร้อน   | 17    | 5.96   | 268   | 94.04  |
| <b>ปัจจัยคุกคามด้านเคมี</b>                        |       |        |       |        |
| แสบจมูกจากการสูดดมไอของสารคลอรีน                   | 31    | 10.88  | 254   | 89.12  |
| ปวดหรือแสบตาเมื่อสัมผัสสารคลอรีน                   | 30    | 10.53  | 255   | 89.47  |
| ระคายเคืองตาหรือน้ำตาไหลเมื่อสัมผัสสารคลอรีน       | 29    | 10.18  | 256   | 89.82  |
| ผื่นแดง ระคายเคืองบริเวณผิวหนังที่สัมผัสน้ำล้างปลา | 22    | 7.72   | 263   | 92.28  |
| หายใจไม่สะดวก/แน่นหน้าอกจากการสูดดมไอของสารคลอรีน  | 6     | 2.11   | 279   | 97.89  |
| <b>ปัจจัยคุกคามด้านชีวภาพ</b>                      |       |        |       |        |
| ผื่นแพ้ ผื่นคันบริเวณผิวหนัง                       | 26    | 9.12   | 259   | 90.88  |
| คันบริเวณเล็บจากการเป็นเชื้อรา                     | 14    | 4.91   | 271   | 95.09  |
| <b>ปัจจัยคุกคามด้านการเกษตร</b>                    |       |        |       |        |
| ปวดกล้ามเนื้อคอ/ไหล่/แขน                           | 165   | 57.89  | 120   | 42.11  |
| ปวดหลัง/เอว                                        | 134   | 47.02  | 151   | 52.98  |
| ปวดขา/น่อง/เท้า                                    | 112   | 39.30  | 173   | 60.70  |

|                                              |    |       |     |       |
|----------------------------------------------|----|-------|-----|-------|
| ปวดมือ/ข้อมือ                                | 37 | 12.98 | 248 | 87.02 |
| ปวดเท้า/ข้อเท้า/ส้นเท้า                      | 35 | 12.28 | 250 | 87.72 |
| ปัจจัยคุกคามด้านจิตสังคม                     |    |       |     |       |
| เครียด /กังวลจากงานที่เร่งรีบ                | 83 | 29.12 | 202 | 70.88 |
| เครียดจากกฎระเบียบ และการควบคุมจากหัวหน้างาน | 51 | 17.89 | 234 | 82.11 |
| เครียดจากความยากของงานที่ได้รับผิดชอบ        | 29 | 10.18 | 256 | 89.82 |

ตารางที่4-9 แสดงข้อมูลความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงานในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาความเจ็บป่วยที่อาจเกี่ยวเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านกายภาพที่พบคือ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 36.80 มีอาการกล้ามเนื้อตาล้า อีกร้อยละ 27.70 มีอาการชาตามปลายมือปลายเท้าจากการสัมผัสความเย็น มีเพียงร้อยละ 14.04และ 10.18ที่มีอาการหูอื้อเสียงดังภายในหูและมีอาการคัดจมูก น้ำมูกไหล ปวดโพรงจมูกจากการสูดดมกลิ่นส่วนความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านเคมี พบว่ากลุ่มตัวอย่างประมาณหนึ่งในสิบ (ร้อยละ 10.18 -10.88)มีอาการระคายเคืองตาหรือน้ำตาไหล ปวดแสบตา และมีอาการแสบจมูกเมื่อสัมผัสสารคลอรีนมีเพียงร้อยละ 2.11ที่มีอาการหายใจไม่สะดวก/แน่นหน้าอกจากการสูดดมสารคลอรีนความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านชีวภาพ พบว่ากลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 9.12 มีผื่นแพ้ ผื่นคันบริเวณผิวหนังสำหรับความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์กลุ่มตัวอย่างเกินครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 57.89)มีอาการปวดกล้ามเนื้อบริเวณคอ/ไหล่/แขนกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 47.02มีอาการปวดหลัง/เอว อีกร้อยละ 39.30 มีอาการปวดเข่า ขา/น่องสำหรับความเครียดจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านจิตสังคม พบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 29.12 มีความเครียดและกังวลจากงานที่เร่งรีบ และอีกร้อยละ 17.89มีความเครียดจากกฎระเบียบและการควบคุมจากหัวหน้างานมีกลุ่มตัวอย่างเพียง ร้อยละ 10.18ที่มีความเครียดจากความยากและความซับซ้อนของงานที่ได้รับผิดชอบ

## ตารางที่ 4-10

การบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องกับการทำงานในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมาของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| การบาดเจ็บจากการทำงาน                    | ข้อมูล |        |
|------------------------------------------|--------|--------|
|                                          | จำนวน  | ร้อยละ |
| ไม่มี                                    | 268    | 94.04  |
| มี                                       | 17     | 5.96   |
| สาเหตุการบาดเจ็บ*                        |        |        |
| ลื่นล้มเนื่องจากพื้นลื่น หรือ มีน้ำขัง   | 4      | 23.53  |
| ถูกมัด/อุปกรณ์มีคมตัด บาด ทิ่มแทง        | 4      | 23.53  |
| วัตถุหรือสิ่งของกระแทก/ชน                | 4      | 23.53  |
| สะดุดสิ่งของที่วางในบริเวณทำงาน          | 3      | 17.65  |
| วัตถุหรือสิ่งของหนีบ/ดิ่ง                | 1      | 5.88   |
| วัตถุหรือสารเคมีกระเด็น                  | 1      | 5.88   |
| ความรุนแรงของการบาดเจ็บ                  |        |        |
| บาดเจ็บเล็กน้อยโดยไม่ต้องหยุดงาน         | 14     | 82.35  |
| บาดเจ็บโดยต้องหยุดงานน้อยกว่า 3 วัน      | 1      | 5.88   |
| บาดเจ็บโดยต้องหยุดงานตั้งแต่ 3 วันขึ้นไป | 2      | 11.77  |
| ลักษณะการบาดเจ็บ                         |        |        |
| เกือต ขัดขอกฟกช้ำ                        | 8      | 47.06  |
| เป็นแผลถลอก บาดแผลตื้น                   | 6      | 35.29  |
| บาดแผลไหม้                               | 2      | 11.77  |
| ระคายเคืองเยื่อเมือก                     | 1      | 5.88   |
| อวัยวะ/ส่วนของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บ**  |        |        |
| มือ นิ้วมือ                              | 8      | 42.10  |
| ข้อมือ                                   | 3      | 15.78  |
| ตา                                       | 2      | 10.53  |

|                |   |       |
|----------------|---|-------|
| แขน สอก ข้อศอก | 2 | 10.53 |
| เท้า ข้อเท้า   | 2 | 10.53 |
| ก้นกบ          | 2 | 10.53 |

หมายเหตุ. \* บาดเจ็บมากกว่า 1 สาเหตุ

\*\* บาดเจ็บมากกว่า 1 ตำแหน่ง

สำหรับการบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมาพบว่ากลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 5.96 เท่านั้นที่เคยได้รับบาดเจ็บจากการทำงาน สาเหตุของการบาดเจ็บ ได้แก่ ลื่นล้มเนื่องจากพื้นลื่นมีด/อุปกรณ์มีคมตัดบาด ทิ่มแทงหรือวัตถุหรือสิ่งของกระแทก/ชน ในสัดส่วนที่เท่ากันคือร้อยละ 23.53 ความรุนแรงของการบาดเจ็บโดยส่วนใหญ่ ร้อยละ 82.35 เป็นการบาดเจ็บเล็กน้อยไม่ต้องหยุดงาน มีเพียงร้อยละ 11.77 ที่เป็นการบาดเจ็บที่ต้องหยุดงานตั้งแต่ 3 วันขึ้นไป ส่วนลักษณะของการบาดเจ็บจะเป็นอาการเคล็ดขัดยอก ฟกช้ำ(ร้อยละ 47.06) แผลลึกขาดบาดแผลตื้น (ร้อยละ 35.29) สำหรับอวัยวะ/ส่วนของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บมากที่สุด ได้แก่ มือและนิ้วมือ (ร้อยละ 42.10) ดังตารางที่ 4-10

ตารางที่ 4-11

แบบแผนการดำเนินชีวิต โดยรวมและรายด้านของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| แบบแผนการดำเนินชีวิต                          | จำนวน | ร้อยละ |
|-----------------------------------------------|-------|--------|
| พฤติกรรมโดยรวม                                |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 37.26$ )                 | 127   | 44.56  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 37.26$ )                   | 158   | 55.44  |
| พิสัย= 21-54, $\bar{X}$ (S.D.) = 37.26 (6.25) |       |        |
| พฤติกรรมรายด้าน                               |       |        |
| การบริโภค                                     |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 19.96$ )                 | 121   | 42.46  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 19.96$ )                   | 164   | 57.54  |
| พิสัย= 11-28, $\bar{X}$ (S.D.) = 19.96 (3.51) |       |        |
| การออกกำลังกาย                                |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 7.95$ )                  | 121   | 42.46  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 7.95$ )                    | 164   | 57.54  |
| พิสัย= 3-12, $\bar{X}$ (S.D.) = 7.95 (2.48)   |       |        |
| การหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/ใช้สารเสพติด    |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 19.00$ )                 | 58    | 20.35  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 19.00$ )                   | 227   | 79.65  |
| พิสัย= 10-20, $\bar{X}$ (S.D.) = 19.00 (1.00) |       |        |
| การพักผ่อน/การจัดการความเครียด                |       |        |
| ระดับต่ำ(คะแนน $\leq 8.00$ )                  | 190   | 66.67  |
| ระดับสูง (คะแนน $> 8.00$ )                    | 95    | 33.33  |
| พิสัย= 4-15, $\bar{X}$ (S.D.) = 8.00 (2.11)   |       |        |

ตารางที่ 4-11 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 55.44 มีแบบแผนการดำเนินชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง อีกร้อยละ 44.56 มีแบบแผนการดำเนินชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับต่ำ เมื่อพิจารณาแบบแผนการดำเนินชีวิตรายด้านคือ พฤติกรรมการบริโภคและพฤติกรรมการออกกำลังกายพบว่า กลุ่มตัวอย่างในสัดส่วนที่เท่ากัน คือ ร้อยละ 57.54 มีแบบแผนการดำเนินชีวิตทั้งสองด้านอยู่ในระดับสูง และอีกร้อยละ 42.46 ระบุว่ามีแบบแผนการดำเนินชีวิตทั้งสองด้านอยู่ในระดับต่ำ ด้านพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติดของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่าสามในสี่ (ร้อยละ 79.65) มีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติดอยู่ในระดับสูง สำหรับด้านพฤติกรรมการพักผ่อน/การจัดการความเครียด พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 66.67 มีแบบแผนการดำเนินชีวิตอยู่ในระดับต่ำ และมีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 33.33 มีแบบแผนการดำเนินชีวิตด้านการพักผ่อน/การจัดการความเครียดอยู่ในระดับสูง

ตารางที่ 4-12

แบบแผนการดำเนินชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง ( $n=285$ )

| แบบแผนการดำเนินชีวิต                       | ทำเป็นประจำ<br>จำนวน(ร้อยละ) | ทำบ่อยครั้ง<br>จำนวน(ร้อยละ) | ทำบางครั้ง<br>จำนวน(ร้อยละ) | ไม่เคยทำ<br>จำนวน(ร้อยละ) |
|--------------------------------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| การบริโภคอาหาร                             |                              |                              |                             |                           |
| หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง               | 38(13.33)                    | 78(27.37)                    | 124(43.51)                  | 45(15.79)                 |
| หลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสจัด                  | 84(29.47)                    | 64(22.46)                    | 79(27.72)                   | 58(20.35)                 |
| รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ                   | 175(61.40)                   | 27(9.47)                     | 38(13.33)                   | 45(15.79)                 |
| รับประทานอาหารครบ 5 หมู่                   | 88(30.88)                    | 91(31.93)                    | 98(34.39)                   | 8(2.81)                   |
| รับประทานผัก ผลไม้มีกากใย                  | 144(50.53)                   | 94(32.98)                    | 45(15.79)                   | 2(0.70)                   |
| รับประทานอาหารตรงเวลา                      | 105(36.84)                   | 48(16.84)                    | 95(33.33)                   | 37(12.98)                 |
| ดื่มนม/น้ำเต้าหู้ $\geq 1$ แก้ว/วัน        | 119(41.75)                   | 34(11.93)                    | 84(29.47)                   | 48(16.84)                 |
| การออกกำลังกาย                             |                              |                              |                             |                           |
| มีกิจกรรมเคลื่อนไหวขณะอยู่บ้าน             | 130(45.61)                   | 56(19.65)                    | 60(21.05)                   | 39(13.68)                 |
| ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ/เปลี่ยนอิริยาบถ        | 160(56.14)                   | 21(7.37)                     | 47(16.49)                   | 57(20.00)                 |
| ระหว่างการทำงาน                            |                              |                              |                             |                           |
| ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา                    | 57(20.00)                    | 15(5.26)                     | 81(28.42)                   | 32(46.32)                 |
| อย่างน้อยครั้งละ 30 นาที                   |                              |                              |                             |                           |
| การหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/ใช้สารเสพติด |                              |                              |                             |                           |
| หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ | 280(98.25)                   | 3(1.05)                      | 1(0.35)                     | 1(0.35)                   |
| หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่หรือไอซ์ซิค          | 218(76.49)                   | 22(7.72)                     | 8(2.81)                     | 37(12.98)                 |
| ผู้สูบบุหรี่                               |                              |                              |                             |                           |
| หลีกเลี่ยงการดื่มชา กาแฟ $>2$ แก้ว/วัน     | 257(90.18)                   | 17(5.96)                     | 1(0.35)                     | 10(3.51)                  |
| หลีกเลี่ยงการใช้ยาหรือเครื่องดื่ม          | 273(95.79)                   | 10(3.51)                     | 2(0.70)                     | 0(0.00)                   |
| ชูกำลัง                                    |                              |                              |                             |                           |
| หลีกเลี่ยงการใช้ยานอนหลับ/                 | 278(97.54)                   | 6(2.11)                      | 0(0.00)                     | 1(0.35)                   |
| ยากล่อมประสาท                              |                              |                              |                             |                           |
| การพักผ่อน/การจัดการความเครียด             |                              |                              |                             |                           |

|                                       |            |           |           |            |
|---------------------------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| นอนหลับสนิท $\geq 7-8$ ชั่วโมง/วัน    | 147(51.58) | 27(9.47)  | 45(15.79) | 66(23.16)  |
| สวดมนต์/ไหว้พระ/นั่งสมาธิ             | 2(0.70)    | 6(2.11)   | 59(20.70) | 218(76.49) |
| ฟังวิทยุ อ่านหนังสือเมื่อรู้สึกเครียด | 4(1.40)    | 12(4.21)  | 57(20.00) | 212(74.39) |
| หากิจกรรมที่เพลิดเพลินทำยามว่าง       | 51(17.89)  | 33(11.58) | 82(28.77) | 119(41.75) |

สำหรับข้อมูลแบบแผนการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าด้านการบริโภค พฤติกรรมการบริโภคที่กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติเป็นประจำในสัดส่วนสูงสุด ได้แก่ การรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ (ร้อยละ 61.40) การรับประทานอาหารประเภทที่มีกากใยทุกวัน (ร้อยละ 50.53) การดื่มนม/น้ำเต้าหู้อย่างน้อย 1 แก้วต่อวัน (ร้อยละ 41.75) การรับประทานอาหารตรงเวลา (ร้อยละ 36.84) และการหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีรสจัด (ร้อยละ 29.47) ส่วนพฤติกรรมการบริโภคที่กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติบางครั้งในสัดส่วนสูงสุด ได้แก่ การหลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง (ร้อยละ 43.51) ด้านการออกกำลังกาย พบว่าพฤติกรรมการออกกำลังกายที่กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติเป็นประจำในสัดส่วนสูงสุด ได้แก่ การยืดเหยียดกล้ามเนื้อหรือการเปลี่ยนอิริยาบถขณะทำงานร้อยละ 56.14 และมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่บ้านร้อยละ 45.61ที่น่าสนใจกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.32 ไม่เคยมีพฤติกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที ด้านการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติดกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 90.18 -98.25)ไม่ดื่มชา/กาแฟมากกว่า 2 แก้วต่อวันไม่ใช้ยาหรือเครื่องดื่มชูกำลัง ไม่ใช้ยานอนหลับ/ยาแก้ปวดประสาท หรือไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ด้านการพักผ่อนและการจัดการความเครียด พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 74.39 และ 76.49 ไม่เคยใช้วิธีจัดการความเครียดโดยการฟังวิทยุ และการสวดมนต์ ไหว้พระหรือนั่งสมาธิ กลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่งหนึ่งมีการนอนหลับสนิทมากกว่า 7-8 ชั่วโมง/วันอย่างสม่ำเสมอและกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 17.89 ที่มีกิจกรรมที่เพลิดเพลินทำ เช่น การปลูกต้นไม้หรือเลี้ยงสัตว์ (ตารางที่ 4-12)

## อภิปรายผลการศึกษา

ผลการศึกษาปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงานและภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงของแรงงานสูงอายุในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋อง ผู้วิจัยได้อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. ปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงานของแรงงานสูงอายุในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องแบ่งการอภิปรายเป็น 2 ส่วนคือ การสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานและสภาพการทำงานตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสัมภาษณ์ และการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์จากการสังเกตท่าทางการทำงานโดยใช้แบบประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดอย่างรวดเร็ว (Rapid Entire Body Assessment [REBA])

1.1 การสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานและสภาพการทำงานตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างต่ำกว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 45.96) มีการรับรู้ปัจจัยคุกคามสุขภาพจากการทำงานโดยรวมในระดับสูง (ตารางที่ 4-4) ส่วนการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานในแต่ละด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างรับรู้การสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านกายภาพ คือบริเวณที่ทำงานมีเสียงดังตลอดระยะเวลาการทำงาน ร้อยละ 44.21 (ตารางที่ 4-5) ผลการศึกษารั้งนี้ค่อนข้างใกล้เคียงกับการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในพนักงานอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องของชุดิมา พันธุ์ละม้าย (2551) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างระบุการสัมผัสเสียงดังตลอดระยะเวลาการทำงานร้อยละ 42.90 หรือการศึกษาแรงงานสูงอายุในเขตภาคใต้พบว่าการรับรู้การสัมผัสเสียงดังที่รบกวนการได้ยินร้อยละ 37.3 (ปัจฉิมา บัวขอม, หทัยทิพย์ จุทอง, สุวิชรธรรมปาโล, ลิเลียน วิวัฒน์, และวันเพ็ญ แก้วปาน, 2552) ข้อค้นพบครั้งนี้จึงสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาที่ระบุปัจจัยคุกคามด้านกายภาพที่สำคัญในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องคือเสียงดังจากเครื่องจักรและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำงาน (NIOSH อ้างในสุรธรรมาสา, 2552; Nelson, Nelson, Barrientos, & Fingerhurt, 2005) ซึ่งเป็นเสียงดังที่เกิดจากเครื่องบรรจุกระป๋องและเครื่องปิดผนึกฝากระป๋อง (Malagie, Jensen, Graham, & Smith, 1998) ซึ่งมีระดับความดังเสียงตั้งแต่ 95-100 เดซิเบล(เอ) ซึ่งเกินค่ามาตรฐานกำหนดไว้ คือไม่เกิน 85 เดซิเบล(เอ)

ตลอดระยะเวลา 8 ชั่วโมงการทำงาน(สมาคมส่งเสริมความปลอดภัยและอนามัยในการทำงาน, 2547; OSHA, 1999) หรือถ้าพิจารณาการสัมผัสตามขั้นตอนการทำงาน จากรายงานการตรวจวัดเสี่ยงในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องจังหวัดสงขลา พบว่าขั้นตอนการนึ่งฆ่าเชื้อมีระดับความดังเสียง 92-94.6 เดซิเบล(เอ)(ศูนย์ความปลอดภัยในการทำงานพื้นที่ 12 สงขลา,2552)

สำหรับการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านเคมี พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 9.47ระบุการสัมผัสสารคลอรีนตลอดระยะเวลาการทำงาน (ตารางที่ 4-5) ซึ่งเป็นไปตามขั้นตอนการผลิตของอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องกล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างรับรู้การสัมผัสสารคลอรีนซึ่งใช้ในการแช่อุปกรณ์และล้างทำความสะอาด/กระเบบบรรจุวัตถุดิบในขั้นตอนการตัดแต่งวัตถุดิบ การตัดแต่งทำความสะอาดวัตถุดิบ และการบรรจุผลิตภัณฑ์ ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาที่ระบุว่า ปัจจัยคุกคามด้านเคมีที่สำคัญในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋อง คือสารคลอรีน (5 ppm.) เพื่อการฆ่าเชื้อโรค/ลดอุณหภูมิกระป๋อง และสารคลอรีน(100 ppm.) ในการแช่อุปกรณ์/ล้างทำความสะอาดพื้น (กรมโรงงานอุตสาหกรรม, 2548; กรมโรงงานอุตสาหกรรม, 2551; Jeebhay, Robins, & Lopata, 2004; Kellerher, 2001; Quality Assurance & Food Canning Safety, 2005)ข้อค้นพบการสัมผัสสารคลอรีนพบในสัดส่วนที่ต่ำ สอดรับกับการศึกษาของกลุ่มเทคโนโลยีการป้องกันมลพิษ กรมโรงงานอุตสาหกรรมเกี่ยวกับหลักปฏิบัติเทคโนโลยีการผลิตที่สะอาดในอุตสาหกรรมอาหารทะเลแช่แข็ง ที่ระบุว่าในปัจจุบันอุตสาหกรรมอาหารมีการลดการใช้สารคลอรีนลง เนื่องจากข้อกำหนดห้ามใช้คลอรีนเป็นสารควบคุมจุลินทรีย์ในอาหารของกลุ่มประเทศในสหภาพยุโรป (European Union [EU]) แต่ยังคงใช้สารคลอรีนในการแช่อุปกรณ์/ล้างทำความสะอาดพื้นเท่านั้น (กรมโรงงานอุตสาหกรรม, 2551)ต่างจากการศึกษาของปัจฉิมา บัวยอมและคณะ (2552) ที่พบว่าสัดส่วนแรงงานสูงอายุในภาคใต้มีการสัมผัสสารเคมีในขณะทำงานเป็นประจำร้อยละ 22.90 ซึ่งเป็นสัดส่วนที่สูงกว่าการศึกษาปัจจุบัน ทั้งนี้อาจเนื่องจากการศึกษาดังกล่าวศึกษาในสถานประกอบการทั้งขนาดใหญ่ ขนาดกลางและขนาดเล็กซึ่งโดยเฉพาะสถานประกอบการขนาดกลางและขนาดเล็ก อาจไม่มีการดำเนินการด้านเทคโนโลยีการป้องกันมลพิษ และหลักปฏิบัติเทคโนโลยีการผลิตที่สะอาดในอุตสาหกรรมอาหารเท่ากับสถานประกอบการขนาดใหญ่

ส่วนการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านชีวภาพ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 1.75ระบุการสัมผัสเชื้อโรค สารคัดหลั่ง หรือพยาธิจากปลาตลอดเวลาการทำงาน(ตารางที่ 4-5) ผลการศึกษาใกล้เคียงกับการศึกษาแรงงานสูงอายุในเขตภาคใต้ โดยปัจฉิมา บัวยอมและคณะ (2552) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการสัมผัสเลือดหรือสารคัดหลั่งจากปลาเป็นประจำร้อยละ 2.00 ถ้าพิจารณาการสัมผัสตามขั้นตอนการทำงานจะพบว่าเฉพาะขั้นตอนการตรวจสอบ/คัดคุณภาพวัตถุดิบและการตัดแต่งวัตถุดิบเท่านั้นที่คนทำงานมีโอกาสสัมผัสเชื้อโรค สารคัดหลั่ง หรือพยาธิจากปลา สำหรับการสัมผัสปัจจัยคุกคาม

ด้านการยศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 92.28 ระบุมีการยืนทำงานติดต่อกันนานกว่า 4 ชั่วโมง อีกร้อยละ 72.63 มีการใช้ท่าทางซ้ำๆ และกว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 54.04 และร้อยละ 57.89) มีการก้มหรือเงยศีรษะและกระดกข้อมือขึ้นลงซ้ำๆ ขณะทำงาน ขณะที่กลุ่มตัวอย่างเกือบครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 46.67) มีการบิดเอี้ยวลำตัวตลอดเวลาการทำงาน (ตารางที่ 4-5) ผลการศึกษาครั้งนี้ใกล้เคียงกับการศึกษาของซุติมา (2551) ที่พบว่าพนักงานในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องร้อยละ 79.51 ต้องยืนทำงานต่อเนื่องมากกว่า 4 ชั่วโมง และมีการทำงานในท่าทางซ้ำๆ ร้อยละ 64.75 แตกต่างจากการศึกษาของปัจฉิมา บัวยอม และคณะ (2552) ที่พบว่าแรงงานสูงอายุมีท่าทางการยืนทำงานต่อเนื่องมากกว่า 4 ชั่วโมง เพียงร้อยละ 36.60 ทั้งนี้อาจเนื่องจากลักษณะการทำงาน กฎระเบียบ และข้อบังคับในการทำงานที่มีความต่างกันตามขนาดของสถานประกอบการที่ทำการศึกษา

สำหรับการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านจิตสังคม กลุ่มตัวอย่างครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 50.88) ระบุว่ามีความเร่งรีบในการทำงานตลอดระยะเวลาการทำงาน (ตารางที่ 4-5) แตกต่างจากการศึกษาของซุติมา (2551) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างระบุความเร่งรีบในการทำงานสูงถึงร้อยละ 75.40 ทั้งนี้อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีคุณสมบัติด้านอายุและประสบการณ์การทำงานที่แตกต่างกัน กล่าวคือในการศึกษาของซุติมากลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 34.20 ปี และประสบการณ์ทำงานเฉลี่ยเท่ากับ 6.89 ขณะที่การศึกษาของผู้วิจัยกลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 49.26 ปี และประสบการณ์ทำงานเฉลี่ยเท่ากับ 12.63 ปี ซึ่งมีงานวิจัยระบุว่า อายุที่มากขึ้นมีผลต่อการตัดสินใจที่ดีกว่าและการมีประสบการณ์จะหมายถึงทักษะความชำนาญในงานที่เพิ่มมากขึ้น (Breslin & Smith, 2005; Simpson, 2005) ซึ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพการทำงานรวมทั้งการจัดการในการทำงาน (Pransky et al., 2000; Mangino, 2000) สำหรับการรับรู้เกี่ยวกับกฎระเบียบและการควบคุมจากหัวหน้างานมีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 3.86 ที่รู้ดีกว่ากฎระเบียบ และการควบคุมจากหัวหน้างานเคร่งครัดเกินไป ซึ่งพบในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันกับผลการศึกษาของปัจฉิมา บัวยอม และคณะ (2552) ซึ่งศึกษาในกลุ่มแรงงานสูงอายุที่มีอายุระหว่าง 45-60 ปี พบว่ากลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 5.9 รู้ดีกว่ากฎระเบียบ และการควบคุมจากหัวหน้างานเคร่งครัดเกินไป

ในส่วนของสภาพการทำงานพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.32 มีการใช้เครื่องมือ/อุปกรณ์มีคมตลอดเวลาการทำงานขณะที่อีกร้อยละ 19.30 ต้องทำงานบนพื้นลื่น ชื้นแฉะ และมีน้ำขัง (ตารางที่ 4-5) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาการเกิดอุบัติเหตุหรือการบาดเจ็บในอุตสาหกรรมการแปรรูปปลาทะเลในประเทศอินเดีย ที่พบว่าปัจจัยคุกคามจากสภาพการทำงานที่สำคัญคือการใช้มีด/อุปกรณ์มีคมตลอดเวลาการทำงาน โดยเฉพาะในขั้นตอนการตัดแต่งวัตถุดิบและการตัดแต่งทำความสะอาดวัตถุดิบ (Saha, Kulkarni, Chaudhuri, & Saiyeda cited in Saha, Nag, & Nag, 2006) หรือการศึกษาเกี่ยวกับอุบัติเหตุจากการทำงานในโรงงานผลิตอาหารกระป๋องในเขตปริมณฑลและ

กรุงเทพฯ ที่พบว่า ปัจจัยคุกคามจากสภาพการทำงานที่สำคัญ คือเครื่องมือ/อุปกรณ์มีคม และสภาพการทำงานที่มีพื้นลื่น ชื้นแฉะและมีน้ำขัง (Booranaprapruck, 2003; Saha, Nag, & Nag, 2006) ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดอุบัติเหตุหรือการบาดเจ็บจากการทำงาน

1.2 การสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์จากการสังเกตท่าทางการทำงานโดยใช้แบบประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดอย่างรวดเร็ว (Rapid Entire Body Assessment [REBA]) ซึ่งประเมินโดยผู้วิจัย จากการศึกษาพบว่า ระดับความเสี่ยงจากท่าทางการทำงานของกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 63.86 มีท่าทางการทำงานที่เป็นความเสี่ยงในระดับปานกลาง ซึ่งจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงอีกร้อยละ 26.67 มีความเสี่ยงในระดับต่ำ ซึ่งอาจจะจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุง มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 8.77 และ 0.70 ที่มีท่าทางการทำงานที่เป็นความเสี่ยงในระดับสูงซึ่งมีความจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงานโดยเร็วนี้ และในระดับสูงมากซึ่งมีความจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงท่าทางการทำงานทันที (ตารางที่ 4-6) เมื่อพิจารณาความเสี่ยงจากท่าทางการทำงานตามขั้นตอนการผลิต พบว่าในขั้นตอนการนึ่ง และการนึ่งมาเชื้อ กลุ่มตัวอย่างทุกราย (2 ราย) มีความเสี่ยงจากท่าทางทำงานในระดับความเสี่ยงสูงและสูงมาก ขั้นตอนการคัดแต่งทำความสะอาดวัตถุดิบ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 66.48 และร้อยละ 48.00 มีความเสี่ยงจากท่าทางทำงานในระดับปานกลางและระดับสูง ขั้นตอนการปิดฉลาก/การบรรจุกล่อง กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 36 มีความเสี่ยงจากท่าทางทำงานในระดับสูง ส่วนขั้นตอนการบรรจุผลิตภัณฑ์ มีเพียงร้อยละ 8 ที่มีความเสี่ยงจากท่าทางทำงานในระดับสูง (ตารางที่ 4-7)

การที่กลุ่มตัวอย่างที่ทำงานในขั้นตอนการนึ่ง และการนึ่งมาเชื้อมีความเสี่ยงจากท่าทางทำงานในระดับความเสี่ยงสูงถึงสูงมากเนื่องจากลักษณะการทำงานในขั้นตอนดังกล่าวมีการก้ม/บิดเอี้ยวลำตัว การเอื้อม/ยกแขนสูงกว่าระดับไหล่ การกระดกและบิดหมุนข้อมือรวมถึงการยกของหนัก/ออกแรงผลักดันและแรงงัดเลื่อนซึ่งบรรจุผลิตภัณฑ์ที่มีน้ำหนักประมาณ 200-250 กิโลกรัม (กระทรวงอุตสาหกรรม, 2548; Kellerther, 2001) ซึ่งเป็นท่าทางการทำงานที่เสี่ยงสูงต่อการเกิดปัญหาด้านการยศาสตร์ (Weigall & Simpson, 2002) เนื่องจากการบิดเอี้ยวลำตัว และการยกของหนักไม่ถูกวิธี ทำให้เกิดแรงดึงและแรงกดต่อข้อต่อ เอ็น กล้ามเนื้อ ระบบไหลเวียน และเส้นประสาท ส่งผลให้ข้อต่อ เอ็น และกล้ามเนื้อเกิดการตึงตัว เมื่อยล้า (นริศ เจริญพร, 2542; CDC, 2009; NIOSH, 2007; OSHA, 2003) ส่วนขั้นตอนการคัดแต่งทำความสะอาดวัตถุดิบ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 66.48 มีความเสี่ยงจากท่าทางทำงานในระดับปานกลางซึ่งยังจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุง (ตารางที่ 4-7) เนื่องจากลักษณะการทำงานที่มีการก้ม/บิดเอี้ยวลำตัว การเอื้อม/ยกแขนสูงกว่าระดับไหล่ การกระดกและบิดหมุนข้อมือ ส่วนการยกของหนัก/ออกแรงมีเพียงการยกตะกร้าบรรจุปลาซึ่งมีน้ำหนักน้อยกว่า 10 กิโลกรัมข้อค้นพบการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์จากการสังเกตท่าทางการ

ทำงานโดยใช้แบบประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดอย่างรวดเร็ว (REBA) สอดรับกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์การสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่างที่ระบุว่ามีการสัมผัสในระดับสูง (ร้อยละ 63.86) (ตารางที่ 4-4) และตรงกับข้อค้นพบการศึกษาปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์ของพนักงานในอุตสาหกรรมอาหารทะเลในประเทศออสเตรเลียของเวกอลล์และซิมสัน (Weigall & Simpson, 2002) แต่สังเกตว่าการทำงานโดยใช้แบบประเมินท่าทางการทำงานและแรงกระทำต่อร่างกายส่วนบนของร่างกาย (Rapid Upper Limb Assessment [RULA]) พบว่าปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์ที่สำคัญของพนักงานในอุตสาหกรรมอาหารทะเลได้แก่การทำงานที่มีการยกแขนสูงในระดับไหล่ การเคลื่อนไหวของมือและข้อมือซ้ำซาก และการยกวัตถุที่มีน้ำหนักประมาณ 40-50 กิโลกรัมซึ่งจะเห็นได้ว่าท่าทางการทำงานคล้ายกันในส่วนของการเอื้อม/ยกแขนสูงกว่าระดับไหล่ การกระดกและบิดหมุนข้อมือแต่การยกวัตถุจะมีน้ำหนักมากกว่า ทั้งนี้อาจเนื่องจากลักษณะธรรมชาติของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในกลุ่มอายุเฉลี่ย 37 ปี ซึ่งมีสมรรถภาพทางกายดีกว่าแรงงานสูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้

2. ภาวะสุขภาพตามความเสี่ยงของแรงงานสูงอายุในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องเป็นความเจ็บป่วยและการบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากสภาพแวดล้อมและสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัยนำเสนอการอภิปรายเป็น 3 ประเด็น คือ ความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงาน การบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องจากการทำงาน และแบบแผนการดำเนินชีวิตที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพ ผลการศึกษาอภิปราย เป็นดังนี้

2.1 ความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพจากสภาพแวดล้อมการทำงานในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา

ความเจ็บป่วยที่อาจเกี่ยวข้องเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามสุขภาพด้านกายภาพ พบกลุ่มตัวอย่างมีอาการกล้ามเนื้อตลึงร้อยละ 36.80 และอาการชาตามปลายมือปลายเท้าจากการสัมผัสความเย็นร้อยละ 27.70 (ตารางที่ 4-9) เมื่อพิจารณาตามลักษณะการทำงานตามขั้นตอนการผลิตพบว่า มีเพียงขั้นตอนการตัดแต่งทำความสะอาดวัตถุดิบที่คนทำงานต้องเพ่งสายตาดูขณะทำงาน หรือเฉพาะขั้นตอนการตัดแต่งวัตถุดิบที่คนทำงานต้องทำงานสัมผัสความเย็นสอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 86.67 - 95.79) ที่ระบุไม่ประสบปัญหาแสงสว่างไม่เพียงพอหรือความเย็นจากการทำงาน (ตารางที่ 4-5) นอกจากนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 14.04 และ 10.18 ที่มีอาการหูอื้อ และมีเสียงดังภายในหูความเจ็บป่วยดังกล่าวอาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างมีการสัมผัสเสียงดังจากสภาพแวดล้อมการทำงานซึ่งกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 44.21 ระบุมีการสัมผัสเสียงดังตลอดระยะเวลาการทำงาน (ตารางที่ 4-5) ถ้าพิจารณาจากรายงานการตรวจวัดเสียงของสถานประกอบการพบว่า มีเสียงดังจากเครื่องจักรและอุปกรณ์ในสภาพแวดล้อมการทำงาน โดยเฉพาะในขั้นตอนการนึ่ง

ฆ่าเชื้อมีระดับความดังเสียง 93 เดซิเบล(เอ)จากหม้อหนึ่งไอน้ำแรงดันสูง(หน่วยอาชีวอนามัยความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อมประจำสถานประกอบการ,2553)ซึ่งคนทำงานรวมทั้งแรงงานสูงอายุซึ่งทำงานในขั้นตอนดังกล่าวและบริเวณใกล้เคียงอาจได้รับอันตรายจากการสัมผัสกับเสียงดังเกินค่ามาตรฐานกำหนดไว้ คือ 85 เดซิเบล(เอ) ตลอดระยะเวลา 8 ชั่วโมงการทำงาน (สมาคมส่งเสริมความปลอดภัยและอนามัยในการทำงาน, 2547; OSHA, 1999) แต่การเกิดปัญหาสุขภาพจากการสัมผัสเสียงดังมีส่วนต่ำลงเนื่องจากสถานประกอบการที่ทำการศึกษามีระบบการจัดการด้านอาชีวอนามัยความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อมในการทำงานอย่างเป็นรูปธรรม มีการจัดทำโครงการอนุรักษ์การได้ยินและจัดหาอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล (ear plugs) ให้แก่คนทำงานรวมทั้งแรงงานสูงอายุที่สัมผัสเสียงดังประกอบกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นแรงงานสูงอายุมีประสบการณ์ในการทำงาน มีความชำนาญและการเรียนรู้ที่จะป้องกันตนเอง (Pender, Murdaugh, & Parsons, 2006) รวมถึงการมีพฤติกรรมการทำงานที่ปลอดภัย (กัญชลาศรีสวัสดิ์, 2546)

ความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านเคมี พบว่ากลุ่มตัวอย่างประมาณหนึ่งในสิบ (ร้อยละ 10.18 -10.88) มีอาการระคายเคืองตาหรือน้ำตาไหล ปวดแสบตา และมีอาการแสบจมูกเมื่อสัมผัสสารคลอรีนเพียงร้อยละ 2.11 มีอาการหายใจไม่สะดวก/แน่นหน้าอกจากการสูดดมสารคลอรีน (ตารางที่ 4-9) สอดคล้องกับการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านเคมี ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 9.47 ระบุมีการสัมผัสสารคลอรีนตลอดระยะเวลาการทำงานในขั้นตอนการตัดแต่งวัตถุดิบ การตัดแต่งทำความสะอาดวัตถุดิบ และการบรรจุผลิตภัณฑ์ ที่มีการแช่อุปกรณ์และล้างทำความสะอาด/กระบะบรรจุวัตถุดิบ(ตารางที่ 4-5) ซึ่งสารคลอรีนสามารถผ่านเข้าสู่ร่างกายโดยการหายใจ การรับประทานและการสัมผัสทางผิวหนัง ทำให้เกิดอาการระคายเคืองตาปวดแสบตา น้ำตาไหล และมีอาการแสบจมูก หรือหายใจไม่สะดวก/แน่นหน้าอกจากการสูดดม (เกษราวัลณ์ นิลวรังกุล, 2547; วิทยา อยู่สุข, 2549; Rogers, 2003; Levy, Wegman, Baron, & Sokas, 2006) สำหรับความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านชีวภาพ โดยกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 9.12 มีผื่นแพ้ ผื่นคันบริเวณผิวหนัง (ตารางที่ 4-9) ซึ่งอาจเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านชีวภาพ ของกลุ่มตัวอย่างที่พบว่า มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 1.75 ระบุมีการสัมผัสเชื้อโรค สารคัดหลั่ง หรือพยาธิจากปลาตลอดเวลาการทำงาน (ตารางที่ 4-5) เมื่อพิจารณาตามขั้นตอนการผลิต พบว่ามีเพียงขั้นตอนการตัดแต่งวัตถุดิบเท่านั้นที่คนทำงานมีโอกาสสัมผัสเชื้อโรค สารคัดหลั่ง หรือพยาธิจากปลา ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดผื่นแพ้ ผื่นคันบริเวณผิวหนังที่มีการสัมผัส (Jeebhay, Robins, & Lopata, 2004)

ความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเกินครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 57.89) มีอาการปวดกล้ามเนื้อบริเวณคอ/ไหล่/แขน กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 47.02

มีอาการปวดหลัง/เอว อีกร้อยละ 39.30 มีอาการปวดเข้า ขา/น่อง (ตารางที่ 4-9) สอดคล้องกับการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์ ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างทำงานด้วยท่าทางที่ไม่เหมาะสมได้แก่ยืนทำงานติดต่อกันนานกว่า 4 ชั่วโมงร้อยละ 92.28 อีกร้อยละ 72.63 มีการใช้ท่าทางซ้ำๆ กลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 54.04 และร้อยละ 57.89) ก้มหรือเงยศีรษะและกระดกข้อมือขึ้นลงซ้ำๆ ขณะทำงาน และกลุ่มตัวอย่างเกือบครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 46.67) มีการบิดเอี้ยวลำตัวขณะทำงาน (ตารางที่ 4-5) หรือการศึกษาของเวกอลล์และซิมสัน (Weigall & Simpson, 2002) ที่พบว่า ร้อยละ 40-73 ของความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านการยศาสตร์ในอุตสาหกรรมอาหารทะเล คือ อาการปวดเมื่อย ตึงเครียด และเคล็ดขัดยอกของกล้ามเนื้อ ข้อต่อและเอ็นทั้งนี้เพราะการยืนทำงานติดต่อกันเป็นเวลานาน การทำงานในท่าทางซ้ำๆ การบิด การเอี้ยวลำตัว และการยกของหนักไม่ถูกวิธี ทำให้เกิดแรงดึงและแรงกดต่อข้อต่อ เอ็น กล้ามเนื้อ ระบบไหลเวียน และเส้นประสาท ส่งผลให้ข้อต่อ เอ็น และกล้ามเนื้อเกิดการตึงตัว เมื่อยล้า (นริศ เจริญพร, 2542; CDC, 2009; NIOSH, 2007; OSHA, 2003) ประกอบกับกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้มีชั่วโมงการทำงานที่ยาวนานทำงานมากกว่า 48 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 99.65) เฉลี่ย 59.33 ชั่วโมง (ตารางที่ 4-3) ข้อมูลการวิจัยที่ผ่านมายืนยันว่าระยะเวลาการทำงานที่ยาวนานอาจทำให้เกิดการเมื่อยล้าและตึงเครียดของกล้ามเนื้อ เสี่ยงต่อการเกิดอาการผิดปกติของระบบโครงร่างกล้ามเนื้อ (Health and Safety Executive [HSE], 2003) อีกทั้งยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 22.46 มีดัชนีมวลกายเกินกว่าเกณฑ์ปกติ และร้อยละ 41.40 มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์อ้วน (ตารางที่ 4-8) ทำให้เสี่ยงต่อการบาดเจ็บของระบบโครงร่างกล้ามเนื้อ ซึ่งรายงานของสถาบันด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัย ประเทศสหรัฐอเมริกา (NIOSH, 1998) ระบุค่าดัชนีมวลกายเป็นอีกปัจจัยสำคัญต่อการเกิดความผิดปกติของระบบโครงร่างกล้ามเนื้อ (Nathan, Keniston, Meadows, & Lockwood, 1994) เนื่องจากน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นจะเพิ่มแรงกดต่อข้อต่อกระดูก เอ็น และกล้ามเนื้อทำให้เกิดการบาดเจ็บดังกล่าวได้ (Irving, Cook, Young, & Menz, 2007; The Merck Manuals, 2005)

สำหรับความเจ็บป่วยจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านจิตสังคม ได้แก่ ความเครียดจากการทำงานพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 29.12 มีความเครียดและกังวลจากงานที่เร่งรีบและอีกร้อยละ 17.89 มีความเครียดจากกฎระเบียบและการควบคุมจากหัวหน้างาน มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 10.18 ที่มีความเครียดจากความยากและความซับซ้อนของงานที่รับผิดชอบ (ตารางที่ 4-9) ซึ่งความเจ็บป่วยดังกล่าวอาจสืบเนื่องจากการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านจิตสังคม โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 50.88 ระบุในการทำงานมีการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านจิตสังคมคืองานมีความเร่งรีบและร้อยละ 40.70 ระบุทำงานกะกลางคืน (ตาราง 4-5) ในทางทฤษฎีการสัมผัสปัจจัยคุกคามด้านจิตสังคมเนื่องจากข้อเรียกร้องจากงานเช่น งานมีความเร่งรีบ หรืองานกะเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความเครียดจากการ

ทำงานส่งผลกระทบต่อคนทำงานทั้งทางร่างกาย อารมณ์ พฤติกรรม และความคิดรวมถึงประสิทธิภาพการทำงาน (Karasek & Theorell, 1990) อีกทั้งการทำงานเป็นกะ เป็นสาเหตุให้แบบแผนการดำเนินชีวิตผิดไปจากธรรมชาติ และทำให้เกิดความเครียดสูงกว่าการไม่ทำงานกะถึง 4 เท่า (Rice, 1999) การศึกษาปัจจัยด้านจิตสังคมและความเครียดจากการทำงานของตำรวจจราจรของชนิศาภา ปราศราภิ (2550) พบว่า ข้อเรียกร้องจากการทำงานของตำรวจจราจร ได้แก่ งานมีความเร่งรีบ ชั่วโมงการทำงานที่ยาวนาน และการทำงานกะบ้ายึด มีความสัมพันธ์กับความเครียดจากการทำงาน กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างที่มีข้อเรียกร้องจากงานสูงจะมีความเครียดจากการทำงานสูง

## 2.2 การบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน

สำหรับการบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 5.96 เท่านั้นที่เคยได้รับบาดเจ็บจากการทำงาน สาเหตุของการบาดเจ็บได้แก่ มัด/อุปกรณ์มีคมตัด บาด ทิ่มแทงลื่นล้มเนื่องจากพื้นลื่น หรือวัตถุหรือสิ่งของกระแทก/ชน ในสัดส่วนที่เท่ากัน คือ ร้อยละ 23.53 มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 11.77 ที่ได้รับบาดเจ็บและต้องหยุดงานตั้งแต่ 3 วันขึ้นไป ส่วนลักษณะของการบาดเจ็บจะเป็นอาการเคล็ด ขัดขอก ฟกช้ำ (ร้อยละ 47.06) แผลฉีกขาดบาดแผลตื้น (ร้อยละ 35.29) อวัยวะ/ส่วนของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บมากที่สุด ได้แก่ มือ และนิ้วมือ (ร้อยละ 42.10) (ตารางที่ 4-10) การบาดเจ็บที่พบในการศึกษาเป็นไปตามแนวคิดที่ระบุว่าสภาพการทำงานที่มีการใช้เครื่องมือ/อุปกรณ์มีคม (มีด) หรือพื้นลื่นเป็นสาเหตุของการบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องจากงาน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.32 ระบุมีการใช้เครื่องมือ/อุปกรณ์มีคมอีกร้อยละ 19.30 ต้องทำงานบนพื้นลื่น ชื่นและและมึนน้ำขัง (ตารางที่ 4-5) ผลการศึกษาค้นคว้านี้แตกต่างจากการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในพนักงานอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องของชุดิมา พันธุ์ละม้าย (2551) ที่พบอัตราการบาดเจ็บจากการทำงานร้อยละ 16.40 เนื่องจากงานวิจัยปัจจุบันศึกษาการบาดเจ็บในช่วง 3 เดือน ขณะที่การศึกษาของชุดิมา (2551) ศึกษาในช่วง 12 เดือน แต่รายละเอียดของการบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานของการศึกษาได้ผลเช่นเดียวกันคือ สาเหตุของการบาดเจ็บเกิดจากมัด/อุปกรณ์มีคมตัด บาด ทิ่มแทงการลื่นล้มเนื่องจากพื้นลื่น หรือวัตถุหรือสิ่งของกระแทก/ชน ความรุนแรงของการบาดเจ็บส่วนใหญ่เป็นการบาดเจ็บเล็กน้อยไม่ต้องหยุดงาน และอวัยวะ/ส่วนของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บมากที่สุดได้แก่ มือและนิ้วมือ

## 2.3 แบบแผนการดำเนินชีวิตที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพได้แก่ พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติด และพฤติกรรมการพักผ่อน/การจัดการความเครียด

กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 55.44 มีแบบแผนการดำเนินชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง อีกร้อยละ 44.56 มีแบบแผนการดำเนินชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับต่ำ (ตารางที่ 4-11) ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของชินกมล สุขดี (2553) ที่พบว่าคนงานผลิตเครื่องเรือนไม่มี

แบบแผนการดำเนินชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูงเพียงร้อยละ 4.17 การที่แบบแผนการดำเนินชีวิตของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 55.44) อาจเนื่องมาจากการศึกษารุ่นนี้กลุ่มตัวอย่างมีส่วนของเพศหญิง (ร้อยละ 96.14) มากกว่าการศึกษาของชั้นกมล (ร้อยละ 35.83) ซึ่งในทางทฤษฎีเพศหญิงให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองมากกว่าเพศชายจึงทำให้มีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพดีกว่า (Pender, Murdaugh, & Parsons, 2006) หรือกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 29.47 มีโรคประจำตัวได้แก่โรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจและหลอดเลือด (ร้อยละ 39.28) โรคเบาหวานและไทรอยด์ (ร้อยละ 16.66) และโรคกระเพาะอาหาร (ร้อยละ 14.29) (ตารางที่ 4-8) ทำให้เกิดความตระหนักต่อการมีแบบแผนการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะเพื่อสุขภาพที่เหมาะสม (Edelman & Mandle, 2006) เมื่อพิจารณาพฤติกรรมรายด้าน พบว่า พฤติกรรมการบริโภค กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 57.54 มีพฤติกรรมการบริโภคอยู่ในระดับสูง (ตารางที่ 4-11) โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 61.40 รับประทานอาหารครบ 3 มื้อและร้อยละ 13.33 หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง (ตารางที่ 4-12) พฤติกรรมดังกล่าวอาจเกี่ยวข้องเนื่องกับการรับรู้ภาวะสุขภาพหรือความเจ็บป่วยเมื่อบุคคลรับรู้ผลกระทบต่อสุขภาพจากการมีพฤติกรรมบริโภคที่ไม่เหมาะสมจึงอาจส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมเพื่อหลีกเลี่ยงการเจ็บป่วยที่อาจจะเกิดขึ้น (Pender, Murdaugh, & Parsons, 2006) จึงอาจเป็นไปได้ที่ความเจ็บป่วยหรือโรคประจำตัวเป็นตัวกำหนดให้มีความรู้พฤติกรรมเพื่อไม่ให้ความเจ็บป่วยหรือโรครุนแรงมากขึ้น (Edelman & Mandle, 2006)

สำหรับพฤติกรรมการออกกำลังกาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อหรือการเปลี่ยนอิริยาบถขณะทำงานร้อยละ 56.14 และมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่บ้านร้อยละ 45.61 (ตารางที่ 4-12) กิจกรรมการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษารุ่นนี้มีสัดส่วนที่ต่ำกว่าการศึกษาของชั้นกมล สุขดี (2553) ที่พบกลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนอิริยาบถระหว่างทำงานร้อยละ 84.17 และมีกิจกรรมเคลื่อนไหวขณะอยู่บ้านร้อยละ 64.58 เป็นไปตามข้อมูลทางวิชาการสำคัญระบุว่าผู้ที่มีอายุน้อยมีการใช้กำลังหรือการเคลื่อนไหวร่างกายหรือกิจกรรมทางกาย (physical activities) มากกว่าผู้สูงอายุ (เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขามและพรพันธ์ บุญรัตพันธุ์, 2549) เมื่อพิจารณาจากอายุของกลุ่มตัวอย่างพบว่าการศึกษารุ่นนี้ศึกษาในแรงงานสูงอายุจึงมีอายุเฉลี่ยสูงกว่า และเมื่อพิจารณาลักษณะงานที่พบว่าธรรมชาติของลักษณะการทำงานในอุตสาหกรรมอาหารทะเลบรรจุกระป๋องซึ่งมีท่าทางการทำงานอยู่กับที่เป็นส่วนใหญ่ (Weigall & Simpson, 2002)

พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติดของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างมากกว่าสามในสี่ (ร้อยละ 79.65) มีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติดอยู่ในระดับสูง (ตารางที่ 4-11) ผลการศึกษาเป็นไปในทางเดียวกันกับการสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยประชาชนไทยที่พบว่า คนไทยมากกว่าร้อยละ 70 มีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยง

การดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติด(เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขามและพรพันธ์ บุญรัตน์, 2549) เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์/การใช้สารเสพติดของกลุ่มตัวอย่างพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 98.25 หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และร้อยละ 76.49 หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่หรือใกล้ชิดกับผู้สูบบุหรี่(ตารางที่ 4-12) ข้อค้นพบที่ปรากฏในการศึกษาสอดคล้องกับข้อมูลเชิงวิชาการที่ระบุว่า เพศหญิงจะให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองมากกว่าเพศชายจึงทำให้เพศหญิงมีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพดีกว่าเพศชาย (Pender, Murdaugh, & Parsons, 2006) โดยเฉพาะการศึกษารั้วนี้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศหญิงร้อยละ 96.14 และเพศชายร้อยละ 3.86 (ตารางที่ 4-1) ซึ่งต่างจากการศึกษาของชินกมล สุขดี (2553) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 15.83 หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และร้อยละ 32.50 หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่หรือใกล้ชิดกับผู้สูบบุหรี่ซึ่งมีสัดส่วนที่ต่ำกว่า อาจเนื่องจากจำนวนของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นเพศชาย (ร้อยละ 64.17) มากกว่าเพศหญิง(ร้อยละ 35.83)

สำหรับพฤติกรรมการพักผ่อน/การจัดการความเครียด พบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 66.67 มีพฤติกรรมดังกล่าวอยู่ในระดับต่ำ การที่พฤติกรรมการพักผ่อน/การจัดการความเครียดอยู่ในระดับต่ำถึงร้อยละ 66.67(ตารางที่ 4-11)อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 40.70 ต้องทำงานในกะกลางคืน ทำให้รูปแบบของการนอนหลับมีการเปลี่ยนแปลงจากนอนหลับตอนกลางคืนมาเป็นนอนหลับตอนกลางวันซึ่งมีสภาพแวดล้อมไม่เอื้อต่อการนอนหลับ ทำให้นอนหลับได้น้อยลง โดยกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 48.42 ระบุไม่เคยนอนหลับสนิทมากกว่า 7-8 ชั่วโมง/วัน(ตารางที่ 4-12) ทั้งนี้มีข้อมูลทางวิชาการยืนยันว่าปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม เช่น แสงสว่างในเวลากลางวันจะยับยั้งการหลั่งฮอร์โมนเมลาโท닌ซึ่งมีหน้าที่ทำให้เกิดอาการง่วงนอนแสงสว่างจึงทำให้ร่างกายอยู่ในภาวะตื่น การนอนหลับลดลง(สมจิต หนูเจริญกุล, วัลลา ดันตโยทัย, และรวมพร คงกำเนิด, 2543) ส่วนพฤติกรรมการจัดการความเครียดกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 74.39 และ 76.49 ไม่เคยใช้วิธีจัดการความเครียดโดยการฟังวิทยุ และการสวดมนต์ไหว้พระหรือนั่งสมาธิ (ตารางที่ 4-12) ผลการศึกษารั้วนี้ใกล้เคียงกับงานวิจัยพฤติกรรมสุขภาพของคนไทยพบว่าผู้สูงอายุเพียงร้อยละ 21.20-23.10 ใช้การนั่งสมาธิ/ทำใจยอมรับการเปลี่ยนแปลงในการจัดการกับความเครียด(สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2548) ต่างจากการศึกษาของเย็นฤดี แสงเพชร (2550) ที่พบว่า แรงงานชายในสถานประกอบการจังหวัดสมุทรปราการมีพฤติกรรมการจัดการความเครียดอยู่ในระดับสูง(ร้อยละ 47.10) ซึ่งมีสัดส่วนมากกว่าการศึกษารั้วนี้ (ร้อยละ 33.33) ข้อค้นพบที่ปรากฏในการศึกษารั้วนี้และการศึกษาที่ผ่านมาในประเด็นของพฤติกรรมการจัดการความเครียดสอดคล้องกับข้อมูลเชิงวิชาการที่ระบุว่าระดับการศึกษาที่ต่างกันส่งผลต่อการมีพฤติกรรมการจัดการความเครียดที่ต่างกันบุคคลที่มีระดับการศึกษาสูงจะมีทักษะในการแสวงหาข้อมูลและการเลือกใช้แหล่งประโยชน์ต่างๆมากกว่า

บุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำ (Pender, 1987) ซึ่งการศึกษารั้ครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาในระดับประถมศึกษาถึงร้อยละ 82.81 (ตารางที่ 4-1) ขณะที่การศึกษาที่ผ่านมากลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาระดับประถมศึกษาเพียงร้อยละ 35.40 จึงอาจเป็นไปได้ว่าความแตกต่างของพฤติกรรมการจัดการความเครียดดังกล่าวอาจเนื่องจากระดับการศึกษาที่แตกต่างกันของกลุ่มตัวอย่าง นอกจากนี้ ชั่วโมงการทำงานของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษารั้ครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเกือบทุกคน (ร้อยละ 99.65) มี ชั่วโมงการทำงานมากกว่า 48 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (ตารางที่ 4-3) จึงอาจส่งผลต่อพฤติกรรมการพักผ่อน และการจัดการความเครียด โดยเฉพาะการพักผ่อนที่กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 48.42 ระบุไม่เคยนอนหลับสนิทมากกว่า 7-8 ชั่วโมง/วัน (ตารางที่ 4-12)