

กลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ เป็นปัญหาสุขภาพสำคัญที่พบในพยาบาลวิชาชีพ การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานและปัจจัยที่เกี่ยวข้องและศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อจากการทำงานกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องในพยาบาลวิชาชีพ กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในแผนกผู้ป่วยวิกฤต แผนกอุบัติเหตุ-ฉุกเฉิน ห้องผ่าตัด หอผู้ป่วยอายุรกรรมและหอผู้ป่วยศัลยกรรม โรงพยาบาลเอกชน จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 228 ราย ทำการรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคมถึงธันวาคม 2551 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ข้อมูลส่วนบุคคล ปัจจัยด้านกายภาพ ปัจจัยด้านจิตสังคม และปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ และกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ ซึ่งแบบสอบถามผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.91 และทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามปัจจัยด้านกายภาพโดยรวมและปัจจัยด้านจิตสังคมรายด้าน ได้ค่าความเชื่อมั่นในระดับที่ยอมรับได้ (0.73-0.88) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและการวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติก

ผลการวิจัย พบว่าการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อในช่วง 7 วัน และ 12 เดือนก่อนการศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับร้อยละ 87.3 และร้อยละ 81.1 ตามลำดับ สำหรับคะแนนปัจจัยด้านกายภาพโดยรวม กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนอยู่ในระดับสูงร้อยละ 53.5 ส่วนคะแนนปัจจัยด้านจิตสังคม 3 ด้าน พบว่าข้อเรียกร้องจากงานอยู่ในระดับสูงร้อยละ 50.9 การควบคุมกำกับงานในระดับสูงร้อยละ 64.5 และการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับต่ำร้อยละ 65.8 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อเกี่ยวกับปัจจัยด้านกายภาพ ปัจจัยด้านจิตสังคมและปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง พบว่าในช่วง 7 วัน ก่อนการศึกษากการไม่ออกกำลังกายและการทำความสะอาดบ้านมีความสัมพันธ์กับการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (OR = 3.38, CI = 1.1-13.8 และ OR = 0.20, CI = 0.1-0.6 ตามลำดับ) ส่วนในช่วง 12 เดือนก่อนการศึกษา พบว่าการไม่ออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (OR = 4.62, CI = 1.7-12.7)

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า การเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ มีความสัมพันธ์กับการไม่ออกกำลังกายและการทำกิจกรรมอื่น นอกเหนือจากกิจกรรมการพยาบาลพยาบาลอาสาสมัครและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านอาสาสมัคร ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อมควรตระหนักถึงความสำคัญของปัจจัยดังกล่าว เพื่อนำไปวางแผนป้องกันและลดอัตราการเกิดกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ โดยจัดโปรแกรมการส่งเสริมการออกกำลังกายให้แก่พยาบาลวิชาชีพ เพื่อให้พยาบาลวิชาชีพมีคุณภาพชีวิตที่ดีและปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

Work-related musculoskeletal disorders have been the significant health problem among professional nurses. The main purposes of this descriptive study were to investigate the occurrence of work-related musculoskeletal disorders and its related factors and to examine the relationship between the occurrence of work-related musculoskeletal disorders and its related factors among professional nurses. The study sample comprised 228 professional nurses working in critical care department, accident-emergency department, operating room, medical ward, and surgical ward at private hospitals, Chiang Mai province. Data collection was conducted during October to December 2008. The research instrument was a questionnaire, consisting of three main parts: personal information, physical; psychosocial; and other factors related to musculoskeletal disorders, and musculoskeletal disorders. This questionnaire was reviewed by five experts with a content validity index of 0.91. The reliability of the total physical factors and each psychosocial factor were tested and yielded acceptable levels (0.73-0.88). Data were analyzed using descriptive statistics and logistic regression analysis.

The major findings revealed that the occurrence of musculoskeletal disorders among the study sample during 7 day period and during 12 month period were 87.3% and 81.1%, respectively. The 53.5 percent of the study sample had a high score of total physical factors. Regarding a score of psychosocial factors (3 aspects), it was found that 50.9 percent of the study sample had a high score of job demand, 64.5 percent of those had a high score of job control, and 65.8 percent of those had a low score of social support. Considering the relationship between the occurrence of musculoskeletal disorders and physical factors, psychosocial factors, and other related factors, it was found that during 7 day period, non-exercise and household cleaning activities were significantly associated with musculoskeletal disorders (OR = 3.38, CI = 1.1-13.8, $p < .05$ and OR = 0.20, CI = 0.1-0.6, $p < .05$, respectively) and during 12 month period, non-exercise factor was significantly associated with musculoskeletal disorders (OR = 4.62, CI = 1.7-12.7, $p < .05$).

The results of this study indicated that the occurrence of musculoskeletal disorders is related to non-exercise and other activities besides nursing care activities. The occupational health nurses and relevant occupational as well as environmental health and safety institutions should recognize the importance of those factors. The plans of musculoskeletal disorders prevention and reduction should be implemented, especially enhancing an exercise program among professional nurses. It is anticipated that this program will improve quality of life and work performance among professional nurses.