

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อาการปวดหลังส่วนล่างหรือส่วนบนเอวเป็นปัญหาที่เกิดจากความผิดปกติของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (Musculoskeletal disorders) อาจเกิดจากความผิดปกติของส่วนใดส่วนหนึ่งบริเวณหลังส่วนล่าง อันประกอบด้วย กระดูกสันหลัง หมอนรองกระดูก เส้นประสาท กล้ามเนื้อ และเอ็นข้อต่อที่เกี่ยวข้อง เนื่องจากกระดูกสันหลังและหมอนรองกระดูกส่วนบนเอวเป็นส่วนที่รับน้ำหนักมากที่สุดของร่างกาย (สุรศักดิ์ ศรีสุข, 2537) ปัญหาอาการปวดหลังส่วนล่างจึงพบได้บ่อยในกลุ่มประชากรผู้ใช้แรงงาน (นงลักษณ์ ทศทิศ, 2011) จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า สาเหตุของอาการปวดหลังส่วนล่างมาจากหลายปัจจัย (Bernard *et al.*, 2011) แต่ปัจจัยสำคัญที่สุดที่ทำให้เกิดอาการปวดหลังส่วนล่างคือ ปัจจัยด้านท่าทางการทำงาน อาการปวดหลังส่วนล่างเป็นผลกระทบต่อสุขภาพอย่างหนึ่ง อันเนื่องมาจากปัญหาทางการยศาสตร์ ซึ่งพบว่ามี ความเกี่ยวข้องกับสภาพการทำงาน ปัญหานี้มักเกิดขึ้นแบบสะสมเรื้อรัง เช่น การออกแรงกระทำซ้ำๆ หรือลักษณะท่าทางการทำงานที่ไม่เหมาะสมต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน ส่งผลให้เกิดอาการเจ็บปวดเฉพาะที่และจำกัด ความเคลื่อนไหวเป็นสาเหตุให้ความสามารถในการทำงานลดลง (อคุศลย์ บัณฑิตกุล และคณะ, 2554)

อาการปวดหลังส่วนล่างเป็นปัญหาที่พบได้ทั่วไป ซึ่งคนจำนวนมากเคยมีประสบการณ์กับอาการปวดหลังในช่วงชีวิต อาการดังกล่าวทำให้เกิดข้อจำกัดในการทำกิจกรรมและนำไปสู่การกลับมาของอาการปวดซ้ำ รายงานการศึกษาทางระบาดวิทยาของอาการปวดหลังส่วนล่างได้ประมาณการว่าพบอาการปวดหลังส่วนล่างซ้ำในช่วง 1 ปี อยู่ที่ร้อยละ 24 ถึงร้อยละ 80 โดยมีอุบัติการณ์ของอาการปวดหลังส่วนล่างสูงที่อายุ 30 ปี ความชุกทั้งหมดเพิ่มขึ้นจนกระทั่งถึงอายุ 60 - 65 ปี หลังจากช่วงอายุดังกล่าวความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างมีแนวโน้มลดลง (D.Hay *et al.*, 2010) จากการศึกษาความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างของชาวมาเลเซียในสังคมชนบท พบว่าช่วงอายุที่มีความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างมากคือ อายุ 31 - 40 ปี และอาการปวดระดับรุนแรงมีนัยสำคัญกับช่วงอายุ 51 - 60 ปี (Birabi *et al.*, 2012)

ปัจจัยด้านการประกอบอาชีพมีความสัมพันธ์กับอาการปวดหลังส่วนล่าง (Heneweer *et al.*, 2011) เกษตรกรร้อยละ 56 มีอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ ส่วนมากมีอาการปวดบริเวณหลังส่วนล่าง คิดเป็นร้อยละ 37 (Osborne *et al.*, 2010) เมื่อศึกษาเฉพาะกลุ่มเกษตรกรที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง ร้อยละ 74 มีระยะเวลาของอาการปวดนาน ร้อยละ 27 มีอาการปวดหลังส่วนล่างในขณะที่ทำการศึกษา และร้อยละ 72 ระบุว่า อาการปวดหลังส่วนล่างเป็นปัญหาในการใช้ชีวิตประจำวัน (อรรธรรม แซ่ตัน, 2550) ปัจจัยเสี่ยงด้านท่าทางการทำงานจากการศึกษา พบว่า การแบกของสะสมที่หลัง การยกของหนัก ความถี่ในการยกของต่อวัน (O'Sullivan *et al.*, 2009) การออกแรงของแขนมากขณะทำงาน การโค้งงอของลำตัว การบิดหมุนตัวและท่าทางการทำงานที่ไม่เหมาะสม (Tomita *et al.*, 2010) มีความสัมพันธ์กับอาการปวดหลังส่วนล่าง ถึงแม้ว่าข้อมูลความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพในกลุ่มประเทศที่มีรายได้ต่ำมีเพียงจำกัด แต่มีการประมาณค่าว่าร้อยละ 80 - 90 ของประชากรกลุ่มประเทศที่มีรายได้ต่ำมีความเกี่ยวข้องกับการทำงานหนัก ซึ่งอาจมีนัยสำคัญต่อผลกระทบของการเกิดอาการปวดหลังส่วนล่าง (D.Hay *et al.*, 2010) นอกจากนี้ยังมีปัจจัยเสี่ยงด้านอื่นๆที่มีความสัมพันธ์กับอาการปวดหลังส่วนล่าง ประกอบด้วย ระดับฐานะ สถานะสภาพการทำงาน ระดับการศึกษา สถานะทางสังคม ภาวะซึมเศร้าและโรคทางจิตวิทยา (Ramond *et al.*, 2011)

สำนักโรคบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข จำแนกผู้ป่วยด้วยโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม จำแนกตามกลุ่มโรค ทั้งหมด 10 กลุ่มโรค จาก พ.ศ. 2546 - 2552 พบว่า อาการความผิดปกติของระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ (Musculoskeletal disorder) เป็นกลุ่มผู้ป่วยที่ได้รับการรายงานมากที่สุด ร้อยละ 45.0 (เฉลี่ย 1,898 รายต่อปี) รวมเป็นจำนวนทั้งสิ้น 13,290 ราย จำแนกเป็นกลุ่มปวดหลังจากอาชีพ 9,482 ราย คิดเป็นร้อยละ 71.3 จากร้อยละของผู้ป่วยบาดเจ็บจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมที่จำแนกตามอาชีพ พบว่าอาชีพเกษตรกรรมอยู่ในลำดับที่สอง คิดเป็นร้อยละ 24.2 รองจากอาชีพรับจ้างทั่วไปซึ่งมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 30.1 (สำนักโรคบาดวิทยา กรมควบคุมโรค, 2554)

สำนักงานสถิติแห่งชาติ รายงานสถิติสุขภาพจังหวัดลำพูนจากจำนวนผู้ป่วยนอก จำแนกตามกลุ่มสาเหตุป่วย (21 กลุ่มโรค) จากสถานบริการสาธารณสุข ของกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2548 - 2552 พบว่าจำนวนผู้ป่วยกลุ่มอาการความผิดปกติของระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อของแต่ละปีมีจำนวนเพิ่มขึ้น จากปี 2548 มีจำนวน 127,204 ราย เพิ่มขึ้นเป็น 221,636 ราย ในปี 2552 และเป็นสาเหตุการเจ็บป่วยของผู้ป่วยนอกอยู่ในอันดับที่สองรองจากโรคระบบหายใจ คิดเป็นร้อยละ 13.61 และ 16.08 ตามลำดับ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2553)

จากรายงานผู้ป่วยนอกตามกลุ่มสาเหตุ (21 กลุ่มโรค) วันที่ 1 ตุลาคม 2550 ถึง วันที่ 30 กันยายน 2555 พบว่า อาการความผิดปกติของระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อเป็นสาเหตุการเจ็บป่วยอันดับที่สองของจำนวนผู้ป่วยนอกทั้งหมดที่มารับบริการที่สถานีอนามัยตาชุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน รองจากระบบหายใจซึ่งเป็นสาเหตุการเจ็บป่วยในอันดับแรก โดยร้อยละของผู้ป่วยที่มีอาการความผิดปกติของระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ จากปีงบประมาณ 2551 ถึง 2555 มีความใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 19.21, 16.08, 18.87, 16.66 และ 16.32 ตามลำดับ (สถานีอนามัยตาชุมเงิน, 2555)

ตำบลตาชุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน มีประชากรจำนวน 7,243 คน (สถานีอนามัยตาชุมเงิน, 2555) ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ไร่ข้างและแกะสลัก ประเภทของการทำเกษตรกรรมที่พบมาก คือ สวนลำไยและการทำนา ข้อมูลด้านประชากรรายหมู่บ้าน ปี 2553 ตำบลตาชุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน รวบรวมโดยสำนักงานเกษตรอำเภอแม่ทา พบว่า ประชากรร้อยละ 52 ประกอบอาชีพเกษตรกร คิดเป็น 1,333 ครัวเรือน รายได้เฉลี่ยต่อคนต่อปี 26,797 บาท ในจำนวนนี้ มาจากการทำเกษตรกรรมเฉลี่ย 21,583 บาท ต่อคนต่อปี คิดเป็นร้อยละ 80.54 ของรายได้เฉลี่ยทั้งหมดต่อคนต่อปี ข้อมูลด้านพื้นที่ทำการเกษตรรายหมู่บ้าน ปี 2553 มีพื้นที่รวม 9,987 ไร่ เป็นพื้นที่สำหรับปลูกไม้ผลและไม้ยืนต้น 6,258 ไร่ คิดเป็นร้อยละ 62.66 ของพื้นที่ทำการเกษตรทั้งหมด (สำนักงานเกษตรอำเภอแม่ทา, 2553) จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ารายได้หลักของประชากรตำบลตาชุมเงิน มาจากการทำเกษตรกรรมซึ่งส่วนใหญ่เป็นการทำสวนลำไย โดยมีสำนักงานการค้าภายในจังหวัดลำพูนเป็นหน่วยงานที่กำหนดราคาซื้อขายลำไยต่อกิโลกรัม (สำนักงานการค้าภายในจังหวัดลำพูน, 2555) จากราคาซื้อขายลำไยเฉลี่ยที่สูงขึ้นเมื่อเทียบกับที่ผ่านมา ประกอบกับพื้นที่การทำสวนลำไยที่มีอยู่อย่างจำกัด อาจมีผลต่อภาระงานของเกษตรกรสวนลำไยที่มีความต้องการที่จะให้ได้ผลผลิตลำไยมากที่สุดเพื่อนำไปขายและนำรายได้เข้าสู่ครัวเรือน แต่พื้นที่การทำสวนลำไยมีอยู่อย่างจำกัด เกษตรกรสวนลำไยจึงต้องเพิ่มความถี่ในการทำงานเพื่อที่จะเพิ่มผลผลิตตามความต้องการแต่กิจกรรมและขั้นตอนการทำสวนลำไยนั้นส่วนมากต้องใช้แรงงานและการออกแรงของกล้ามเนื้อ ได้แก่ การตัดกิ่งลำไย การฉีดพ่นสารเคมีทางการเกษตร การแบกหรือยกของหนัก การก้มเียง และการบิดเอี้ยวตัวขณะทำงาน ส่งผลให้มีอาการความผิดปกติของระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อและอาการปวดบริเวณหลังส่วนล่าง จากงานวิจัยที่ศึกษาผลกระทบจากผู้ที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง พบว่า ส่งผลกระทบต่อครอบครัว สังคม ระบบสุขภาพ ธุรกิจ ข้อจำกัดในการทำกิจกรรม ภาระในการประกอบอาชีพ การรับบริการที่สถานพยาบาล และเกิดเป็นภาระด้านค่าใช้จ่าย (D.Hay *et al.*, 2010)

สำหรับประเทศไทยมีการศึกษาความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างในหลายกลุ่มอาชีพที่ใช้แรงงาน ได้แก่ อาชีพอุตสาหกรรมสิ่งทอ(เพชรรัตน์ แก้วดวงดี, 2554) พนักงานอุตสาหกรรมแกะสลัก

หิน(วัชรกร เรียบร้อย, 2554) แร่งงานก่อสร้าง(อรรธรรณ แซ่ตันและคณะ, 2550) ทั้งสามกลุ่มมีอาการปวดหลังส่วนล่างเป็นอันดับหนึ่งของอาการความผิดปกติของระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ การศึกษาความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างในชวาวนาปลูกข้าวชุมชนชนบทประเทศไทย พบว่ามีความชุกสูงคือ มีอาการปวดหลังส่วนล่างในช่วงชีวิต ร้อยละ 77 และร้อยละ 95 ของชวาวนาที่มีอาการปวดหลังส่วนล่างเป็นอาการปวดแบบเรื้อรัง (Taechasudamorn *et al.*, 2011) จากการศึกษาในเกษตรกรสวนลำไยที่ผ่านมามีเพียงการศึกษาการใช้สารเคมีในการเกษตรและปัญหาสุขภาพของเกษตรกรสวนลำไยซึ่งให้ความสำคัญในประเด็นปัญหาสุขภาพที่เกิดจากพิษของสารเคมีทางการเกษตร (นินา ชูรยาตร์สัมพันธ์, 2554) ปัจจัยด้านการยศาสตร์ที่ผ่านมามีการศึกษาในผู้ประกอบอาชีพนวดแผนไทย พนักงานโรงงานเฟอร์นิเจอร์ คนงาน โรงงานผลิตชิ้นส่วนสารกึ่งตัวนำในนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ เป็นต้นสำหรับการศึกษาปัญหาด้านการยศาสตร์ในอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการทำเกษตรกรรม มีการศึกษาในชวาวนา ผลการศึกษา คือ ชวาวนามีอาการเจ็บปวดส่วนต่างๆ ของร่างกายที่บริเวณหลังส่วนล่างมากที่สุดและเจ็บปวดในระดับที่มาก โดยมีขั้นตอนการทำนาค่าที่มีผลต่ออาการเจ็บปวดหลังส่วนล่างมากที่สุดพิจารณาได้จากความสัมพันธ์ของระดับความเจ็บปวดกับส่วนของร่างกายที่เจ็บปวด ร้อยละ 89.3 บริเวณหลังส่วนล่างมีอาการเจ็บปวดมากทั้งด้านซ้ายและขวา (สุวิธสา เฟ็งสีแสง, 2552) ยังไม่มีการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับอาการปวดหลังส่วนล่างและปัจจัยด้านการยศาสตร์ในเกษตรกรสวนลำไย จึงเป็นประเด็นปัญหาที่น่าสนใจศึกษา เพื่อนำไปสู่แนวทางการป้องกันและลดความเสี่ยงของการเกิดอาการปวดหลังส่วนล่างในการประกอบอาชีพของเกษตรกรสวนลำไย

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความชุกของอาการปวดหลังส่วนล่างในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา ในเกษตรกรสวนลำไยตำบลทาขุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการยศาสตร์กับอาการปวดหลังส่วนล่างของเกษตรกรสวนลำไย ตำบลทาขุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน

#### คำถามการวิจัย

การเจ็บป่วยด้วยอาการปวดหลังส่วนล่างของเกษตรกรสวนลำไย ตำบลทาขุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน มีความสัมพันธ์กับลักษณะการประกอบอาชีพหรือไม่ อย่างไร

## ขอบเขตการวิจัยและรูปแบบการศึกษา

การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้เป็นการศึกษาแบบภาคตัดขวางเชิงพรรณนา (Cross-sectional descriptive study) เพื่อศึกษาความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านกรวยศาสตร์กับอาการปวดหลังส่วนล่างในเกษตรกรสวนลำไย ตำบลทาขุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน ที่มีการทำการทำสวนลำไยทั้งหมด 12 หมู่บ้าน ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทาขุมเงิน อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน ระยะเวลาเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนมิถุนายน 2556 ถึง เดือนสิงหาคม 2556

## คำจำกัดความในการวิจัย

ปัจจัยด้านกรวยศาสตร์ หมายถึง สภาพการทำงานที่ส่งผลต่ออาการปวดหลังส่วนล่างของเกษตรกรสวนลำไย ประกอบด้วย การใช้คราดเกลี่ยใบไม้บริเวณต้นลำไย การใช้จอบเกลี่ยดินบริเวณใต้ต้นลำไย การแบกหรือสะพายเครื่องตัดหญ้า การดึงและลากสายยาง การถือหัวฟันและเดินฉีดพ่นสารเคมี การก้มๆ เงยๆ ขณะให้น้ำลำไย การขึ้นเครื่อง บิด หรือเอี้ยวลำตัวขณะเก็บลำไย การแบกตะกร้าใส่ลำไยจากต้นลำไย การนั่งคัดลำไย การยกตะกร้าลำไยขึ้นรถเพื่อส่งจำหน่าย และการปีนขึ้นและลงต้นลำไยเพื่อตัดแต่งกิ่งต้นลำไย

หลังส่วนล่าง หมายถึง หลังบริเวณบั้นเอวและกระเบนเหน็บ

อาการปวดหลังส่วนล่าง หมายถึง อาการปวดบริเวณหลังและบั้นเอวส่วนล่างลงไปถึงก้นข้อย มีลักษณะอาการปวดทั้งแบบที่เกิดขึ้นอย่างฉับพลันและยืดเยื้อไม่เกิน 3 เดือน, ปวดเกิดขึ้นอย่างช้าๆ ที่ละเล็กละน้อยและไม่นานเกิน 3 เดือน, ปวดเรื้อรังนานเกิน 3 เดือน โดยการปวดอาจจะเกิดขึ้นฉับพลันหรือค่อยๆ เกิดทีละเล็กละน้อยก็ตาม และอาการปวดไม่ได้ติดต่อกันเรื่อยไป คือ มีช่วงที่หายปวดแล้วกลับมาปวดใหม่

เกษตรกรสวนลำไย หมายถึง เกษตรกรที่ประกอบอาชีพสวนลำไยที่มีการทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งหรือทุกกิจกรรมของสวนลำไย ทั้งผู้ที่เป็นเจ้าของสวนลำไยและผู้ที่ยืมจ้างทำสวนลำไย โดยเกษตรกรเป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในตำบลทาขุมเงิน

## ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

เพื่อนำผลการวิจัยที่ได้ไปใช้ปรับปรุงขั้นตอนการทำสวนลำไย ซึ่งจะส่งผลต่อการป้องกันการเกิดอาการปวดหลังส่วนล่างและประยุกต์ใช้ในการทำให้สุขศึกษาแก่เกษตรกรสวนลำไย รวมถึงประชาชนทั่วไปที่ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรและมีอาการปวดหลังส่วนล่าง