

**รพ.นพรัตนฯ เผยวัยแรงงานอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปป่วยโรคปวดหลังมากสุด**

**โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี กรมการแพทย์ ได้พบว่าปัจจุบันวัยแรงงานเป็นโรคปวดหลังมากสุด เนื่องจากวิธีการปฏิบัติงานรวมทั้งสถานประกอบการที่ไม่ถูกต้อง ก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของลูกจ้าง**เป็นส่วนใหญ่

**นายแพทย์ณัฐพงศ์ วงศ์วิวัฒน์ รองอธิบดีกรมการแพทย์** กล่าวว่า จากข้อมูลของคลินิกโรคจากการทำงาน ที่เปิดให้บริการรักษาและให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคจากการทำงานโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี พบว่ามีผู้เข้ามารับการรักษาส่วนใหญ่ป่วยด้วยในโรคกระดูกและกล้ามเนื้อ ปวดหลัง ปวดคอ **โดยโรคปวดหลังจากการทำงานมี 2 สาเหตุ คือ 1. จากตัวพนักงานเอง เช่น อายุที่มากมีความเสื่อมของร่างกายทำให้ปวดหลังได้ง่ายกว่าคนหนุ่มสาว โรคประจำตัว เช่น โรคกระดูก สันหลัง หรือน้ำหนักตัวที่มากจะมีโอกาสปวดหลังมากกว่า โดยผู้ชายมีโอกาสปวดหลังได้มากกว่าผู้หญิงจากลักษณะการทำงาน นอกจากนี้ การสูบบุหรี่มีผลทำให้เลือดไปเลี้ยงที่หลังไม่เพียงพออาจส่งผลให้ปวดหลังได้ 2. จากสภาพการทำงานและสภาพแวดล้อมในการทำงาน คือ งานที่ต้องออกแรงมาก ทำให้กระทบต่อกล้ามเนื้อหรือหมอนรองกระดูก** ท่าทางเวลายกอาจจะไม่ถูกต้อง เช่น ยกของที่สูงกว่าระดับศีรษะหรือต้องก้มหลังยก อาจจะต้องมีการเอี้ยวไปเอี้ยวมา ส่งผลต่อกล้ามเนื้อและเอ็น ทำให้ปวดหลัง รวมทั้งอาจเป็นด้วยสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การยกของในพื้นที่ที่ไม่เรียบ พื้นที่คับแคบ ผู้ที่ปวดหลังจากการทำงานร้อยละ 90 มีอาการปวดกล้ามเนื้อ นอกจากนั้นจะเป็นอาการปวดหลังที่รุนแรง เช่น หมอนรองกระดูกกดทับเส้นประสาท กระดูกสันหลังเคลื่อน เป็นต้น ซึ่งการรักษานั้นหากอาการไม่รุนแรงมาก การได้ลาพักปฏิบัติงานหรือการกินยา แก้ปวด อาจจะหายเป็นปกติในเวลาที่ไม่นาน ส่วนรายที่มีอาการรุนแรงมาก อย่างเส้นประสาทอ่อนแรงอาจต้องมีการผ่าตัด วิธีป้องกัน นายจ้างควรจัดสภาพการทำงานให้ถูกสุขลักษณะ รวมทั้งมีการแนะนำท่าทางที่ถูกต้องในการยกของ นอกจากนี้อาจต้องใช้เครื่องจักรมาทำงานแทนในงานที่ต้องมีการยกหรือทำงานนั้นตลอดเวลา

**นายแพทย์สมบูรณ์ ทศบวร ผู้อำนวยการโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี** กล่าวเพิ่มเติม โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี โดยกลุ่มศูนย์การแพทย์เฉพาะทางด้านอาชีวเวชศาสตร์และเวชศาสตร์สิ่งแวดล้อม ได้เปิดให้บริการคลินิกโรคจากการทำงาน มีแพทย์ พยาบาลและเจ้าหน้าที่ เป็นผู้ให้คำแนะนำสำหรับผู้ป่วยด้วยในโรคกระดูกและกล้ามเนื้อ ควรปรับสภาพการทำงาน หรือออกกำลังกายอย่างที่ถูกวิธีเพื่อป้องกันอาการปวดหลัง หากหน่วยงานที่มีการรายงานเจ้าหน้าที่ในเรื่องการเจ็บป่วยที่เกิดจากสภาพแวดล้อม จะมีดำเนินการแก้ไขโดยนำปัญหามาเพื่อทบทวนหาสาเหตุ และติดตามผลเพื่อให้เจ้าหน้าที่ได้ปฏิบัติหน้าที่อย่างมีความสุข ถ้าเป็นลูกจ้างภายนอก เช่นโรงงาน บริษัทต่าง ๆ โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี จะมีการออกหน่วยตรวจสอบ หาสาเหตุ เพื่อให้นายจ้างทำการปรับเปลี่ยนสภาพการทำงานหรือวิธีการปฏิบัติงานได้อยางถูกต้อง เพื่อการป้องกันตามแนวทางที่ถูกต้อง และเข้าใจถึงสาเหตุเบื้องต้น ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการป้องกันอาการปวดหลังจากการทำงานต่อไป

**……………………………………………………………………………………….**

#กรมการแพทย์ #โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี #วัยแรงงานป่วยโรคปวดหลังมากสุด ขอขอบคุณ

12 มิถุนายน 2562