

แบบสำรวจผลงานวิชาการที่เกี่ยวข้องกับภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์พื้นบ้านไทย
จังหวัดนครนายก

แบบสำรวจเลขที่

วันที่สำรวจ

๑. ประเภทผลงาน หนังสือ บทความทางวิชาการ
 งานวิจัย ผลงานนวัตกรรม
 ผลงานวิชาการลักษณะอื่นๆ.....

๒. ชื่อผลงาน ประสิทธิภาพของถุงประคบบำบัดอาการปวดบ่า ไหล่ ต้นคอ ในกลุ่มพนักงานแคคคอปฟิศ

๓. ข้อมูลทั่วไป (ผู้จัดทำ)

ชื่อ - สกุล (นาย/นาง/นางสาว) นางสาวธิดารัตน์ เทียนสว่าง

ตำแหน่ง แพทย์แผนไทยปฏิบัติการ สถานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลปากพลี

จังหวัด นครนายก โทรศัพท์ ๐๙๘-๒๕๑๕๐๗๗

๔. ปีที่ดำเนินการ อยู่ระหว่างการดำเนินงานในปีงบประมาณ ๒๕๖๔

๕. รายละเอียดบทคัดย่อของผลงานวิชาการ

อาการปวดกล้ามเนื้อบ่า ไหล่ ต้นคอ เป็นอาการที่พบบ่อยในทุกเพศ ทุกวัย โดยเฉพาะกลุ่มคนทำงาน พนักงานออฟฟิศ เนื่องจากลักษณะเป็นงานที่ต้องนั่งหน้าคอมพิวเตอร์หรือทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งด้วยท่าทางซ้ำๆเป็นระยะเวลานาน จนอาจจะส่งผลให้เกิดอาการปวดกล้ามเนื้อตามมา หรือที่เรียกว่า “ออฟฟิศซินโดรม” ซึ่งอาการที่จะพบได้บ่อย คือ ปวดตึงที่คอ บ่า และไหล่ อาจจะมีอาการมีน็ศีรษะและปวดร้าวขึ้นศีรษะ หรือมีอาการชาลงมาที่แขนร่วมด้วย จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่าในปี ๒๕๕๙ ประเทศไทย มีจำนวนผู้ใช้คอมพิวเตอร์ประมาณ ๒๐.๒ ล้านคน เป็นกลุ่มวัยทำงาน (อายุ ๑๕-๕๙ ปี) ที่ใช้คอมพิวเตอร์ จำนวน ๑๔.๔ ล้านคน คิดเป็นร้อยละ ๗๑.๒ และจากงานวิจัยของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พบว่า พนักงานออฟฟิศ โดยส่วนใหญ่ทำงานประมาณ ๗-๙ ชั่วโมงต่อวัน และมีสัดส่วนของจำนวนคนที่เป็นโรคออฟฟิศซินโดรม จากการทำงานมากถึงร้อยละ ๙๘.๖ จากจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด โดยส่วนใหญ่มีอาการเจ็บป่วยที่บริเวณบ่า ไหล่ ต้นคอ มากที่สุดถึงร้อยละ ๒๔.๘ โดยสถานการณ์ของกลุ่มอาการปวดบ่า ไหล่ ต้นคอ หรือออฟฟิศซินโดรม ของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลปากพลีมีอัตราการอุบัติใหม่เพิ่มขึ้นทุกปี โดยในปี ๒๕๖๐ มีผู้ป่วย ๑๘ คน รักษา ๔๓๑ ครั้ง ปี ๒๕๖๑ มีผู้ป่วย ๒๔ คน รักษา ๔๕๙ ครั้ง ปี ๒๕๖๒ มีผู้ป่วย ๒๖ คน รักษา ๒๙๕ ครั้ง

ดังนั้น งานแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลปากพลี จึงได้คิดค้นนวัตกรรมถุงประคบลดอาการปวดบ่า เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของถุงประคบบำบัดอาการปวดบ่า ไหล่ ต้นคอ ในกลุ่มพนักงานแคคคอปฟิศ โรงพยาบาลปากพลี

๖. แนวทางการนำไปใช้ในอนาคต

พนักงานแคคคอปฟิศของโรงพยาบาลปากพลีที่มีอาการปวดบ่า ไหล่ ต้นคอ มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ลงชื่อ ^{ผู้ทำางาน}..... ผู้บันทึก

(นางสาวนันทพร ประกอบนา)

ตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไป