

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อาการปวดหลังส่วนล่างเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญที่เกิดจากการประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิตประจำวัน อีกทั้งยังเป็นปัญหาที่พบบ่อยที่สุดของโรคในระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ (อำนาจ, 2543) จากการศึกษาพบว่าเกือบร้อยละ 90 ของประชากรโลกที่ต้องประสบกับอาการปวดหลังอย่างน้อยครั้งหนึ่งในชีวิต (Borenstien, Wiesel, & Boden, 1995; Hicky, 2003) อาการปวดหลังส่วนล่างมักเป็นการปวดแบบเรื้อรัง (Vingard, Mortimer, Wiktorin, Pernold, Fredriksson, Nemeth, et al., 2002 อ้างตามมธุรส, 2547) ผู้ป่วยส่วนใหญ่อยู่ในวัยแรงงาน (รุ่งทิพย์, 2539) พบบ่อยในช่วงอายุ 25-50 ปี (ช่อราตรี, 2539; อำนาจ, 2542) สำหรับประเทศไทยนั้นพบว่าในปี พ.ศ. 2539 มีประชากรวัยแรงงานได้รับอุบัติเหตุและการบาดเจ็บที่เกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อ เอ็น และกระดูก ร้อยละ 12.6 และต้องเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลด้วยปัญหาดังกล่าว จำนวน 38,632 ราย (67.3 ต่อแสนประชากร) สาเหตุของการปวดหลังส่วนล่าง เกิดจากกล้ามเนื้อและเอ็นที่เกี่ยวข้องกับหลังได้รับบาดเจ็บจากการใช้ท่วงท่าและอิริยาบถที่ไม่ถูกต้อง และกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับกล้ามเนื้อหลังอ่อนแอ (Allen, 1981) อาการปวดหลังส่วนล่างที่พบบ่อยในคนไทย มักเกิดจากการทำงานแบบก้มๆ เงยๆ ยกของหนัก และนั่งพับเพียบเป็นเวลานานๆ นอกจากนี้อาการปวดหลังส่วนล่างยังมีความสัมพันธ์กับอาชีพที่ต้องทำงานซ้ำๆ ซากๆ ยืนนานๆ นั่งนานๆ หรือแบกหาม เช่น กรรมกร พนักงานขับรถ จราจร คนงานตามโรงงานอุตสาหกรรม เป็นต้น (ประโยชน์, 2534) นอกจากนี้ยังพบว่าประชากรวัยแรงงานที่มีอาการปวดหลังจำเป็นต้องใช้ยาหรือรักษาทุกครั้งที่มีอาการมีมากถึงร้อยละ 11.8 (จันทร์เพ็ญ, 2543) อาการปวดหลังส่วนล่างนอกจากจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลทั้งทางด้านร่างกายแล้วยังเกิดผลกระทบต่อทางด้านจิตใจ สังคม และเศรษฐกิจอีกด้วย (Borenstien, Wiesel, & Boden, 1995; Waddell, 1998)

การประกอบอาชีพของประชากรไทยส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับการทำงานในภาคเกษตรกรรมมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 51.3 (จันทร์เพ็ญ, 2543) สำหรับประชากรในภาคใต้ของประเทศไทยส่วนใหญ่มีการดำรงชีวิตและมีรายได้หลักจากการประกอบอาชีพการทำสวนยางพารา ทั้งที่เป็นเจ้าของสวนยาง หรือเป็นผู้รับจ้างกรีดยาง ดังจะเห็นได้จากรายงานของสถาบันวิจัยการยาง กรมวิชาการเกษตรกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ (2544) ที่พบว่าพื้นที่ภาคใต้ของประเทศไทยมีเนื้อที่ปลูกยางพารามากถึง 8.7 ล้านไร่ และจากลักษณะการประกอบอาชีพในการกรีดยางพาราซึ่งจำเป็นต้อง

ก้มๆ เงยๆ ทุกครั้งที่กรีดขางพาราแต่ละต้นและใช้เวลาต่อเนื่องกันครั้งละหลายชั่วโมง หลังจากนั้น ยังจะต้องเก็บน้ำยางดิบเพื่อนำไปทำยางแผ่นดิบหรือขายน้ำยางดิบ ซึ่งก็ยังคงใช้ท่าทางในการเก็บ น้ำยางแบบก้มๆ เงยๆ เช่นเดียวกัน และยังคงหิวถึงน้ำยางที่มีน้ำหนักมากติดต่อกันเป็นเวลาหลาย ชั่วโมง ประกอบกับลักษณะพื้นที่ที่ปลูกขางพาราส่วนใหญ่เป็นทั้งพื้นที่ราบลุ่ม และมีพื้นที่บางส่วน เป็นที่ราบสูงและเป็นภูเขา (สถาบันวิจัยการยาง กรมวิชาการเกษตร กระทรวงเกษตรและสหกรณ์, 2544) จึงทำให้ผู้ใช้แรงงานกรีดขางพาราส่วนใหญ่มีโอกาสเกิดอาการปวดหลังส่วนล่างได้มากที่สุด

อาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกลุ่มนี้นอกจากจะก่อให้เกิดความทุกข์ทรมาน สูญเสีย บทบาทหน้าที่ในการทำงานแล้ว ยังทำให้สูญเสียบทบาทหน้าที่ในครอบครัว และความสามารถ ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม รวมทั้งก่อให้เกิดความเครียดจากการที่ต้องพึ่งพาการดูแลรักษา บ่อยครั้ง หรือได้รับการรักษาที่มากเกินไปจนทำให้ต้องดำรงบทบาทของการเป็นผู้ป่วยอยู่ตลอดเวลา (Pai & Sundaram, 2004; Waddell, 1998) จากปัญหาสุขภาพดังกล่าวถึงแม้ว่าอาการปวดหลังจะไม่ก่อให้เกิดอันตรายถึงขั้นเสียชีวิต แต่ก็ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานและรบกวนต่อการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นอาการแบบเป็นๆ หายๆ ทำให้ต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายเพื่อการรักษาและฟื้นฟูสภาพร่างกาย ส่งผลให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลง ต้องหยุดงาน หรือลาออกจากงาน (สลิทธ, 2542; สุขจันทร์, 2539)

แม้ว่าอาการปวดหลังส่วนล่างที่เกิดขึ้นกับผู้ใช้แรงงานกรีดขางพาราจะเป็นๆ หายๆ และรบกวนต่อการดำเนินชีวิต แต่อาการปวดหลังส่วนล่างดังกล่าวก็ยังสามารถควบคุมได้โดยมีการ ดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการดังกล่าวอย่างถูกต้องและเหมาะสม ได้แก่ การพัก การบริหารร่างกาย การจำกัดการเคลื่อนไหว การใช้ยา การทำกายภาพบำบัด และการฝึกท่าทางในการทำงาน ก็จะสามารถลดอาการปวดหลังลงได้ แต่อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่าโดยทั่วไปเมื่อเกิดอาการปวดหลังขึ้น ผู้ใช้แรงงานกรีดขางพาราส่วนใหญ่มักจะปล่อยให้หายเองหรือใช้วิธีการรักษาที่ง่าย สะดวก รวดเร็ว ค่าใช้จ่ายไม่แพง และไม่เสียเวลาในการทำงาน คือ การซื้อยามารับประทานเอง นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ ที่มีอาการปวดหลังส่วนล่างส่วนใหญ่เกิดจากขาดการออกกำลังกาย รับประทานยาไม่สม่ำเสมอ ใช้ ท่าทางในการทำงานและการดำเนินกิจกรรมประจำวันที่ไม่ถูกต้อง ส่งผลทำให้มีอาการปวดหลังเพิ่มขึ้น (เกษรวัฒน์ สร้อย สมจิต และศุภวัฒน์นกร, 2541; ครุณี, 2543; รั้งลिया, 2542)

การใช้แรงงานกรีดขางพาราจะสามารถกระทำการดูแลตนเองเพื่อการควบคุม อาการดังกล่าวได้นั้นขึ้นอยู่กับระดับความสามารถในการดูแลตนเอง ซึ่งตามกรอบแนวคิดของ โอเร็ม (Orem, 2001) เชื่อว่ามนุษย์มีความสามารถในการดูแลตนเอง (self-care agency) โดยมี เป้าหมายเพื่อคงไว้ซึ่งชีวิต สุขภาพ และสวัสดิภาพของตนเอง และความสามารถในการดูแลตนเองยัง ขึ้นอยู่กับปัจจัยพื้นฐานบางประการของแต่ละบุคคล ดังนั้นการใช้แรงงานเหล่านี้จะมีความสามารถ ในการดูแลตนเอง และมีการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างได้ถูกต้องและเหมาะสม ขึ้นอยู่กับปัจจัยพื้นฐานของผู้ใช้แรงงาน ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ และ

การศึกษา และปัจจัยด้านอาชีพ คือ ระยะเวลาที่ทำงานกรีดยางพารา จำนวนพื้นที่ที่กรีดยางพาราต่อวัน ลักษณะของพื้นที่สวนยางพารา ลักษณะท่าทางที่กรีดยางพารา และการแปรรูปของน้ำยางพารา

สำหรับปัจจัยส่วนบุคคล ซึ่งประกอบด้วย เพศ อายุ และการศึกษา นั้น โอเร็ม (Orem, 2001) เชื่อว่า เพศเป็นตัวกำหนดบทบาทของมนุษย์ในสังคม เป็นสิ่งบ่งบอกถึงคุณภาพ พลังอำนาจ และความสามารถตามธรรมชาติ อายุมีความสัมพันธ์โดยตรงกับการพัฒนาการและระดับวุฒิภาวะ ผู้ที่มีอายุมากจะมีประสบการณ์ชีวิตมากขึ้น ซึ่งประสบการณ์ชีวิตจะส่งผลต่อการปรับตัวและช่วยเหลือเกี่ยวกับปัญหาได้ดี ทำให้มีการรับรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองที่ดีกว่า (วินิตา, 2547; ศิริวัลย์, 2534; สมฤดี, 2541) และการศึกษาจะทำให้บุคคลรับรู้ข้อมูลข่าวสารได้ดี มีเหตุผล สามารถตัดสินใจ หรือเลือกที่จะปฏิบัติตนด้านสุขภาพอนามัยที่ดีได้ (Muhlenchemp & Sayles, 1986; Orem, 2001)

ปัจจัยด้านอาชีพ เป็นปัจจัยที่มีความสำคัญต่อการดูแลตนเองของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารากลุ่มนี้ เช่น ระยะเวลาที่ทำงานกรีดยางพาราอาจส่งผลต่อการเรียนรู้จากประสบการณ์ในการดูแลตนเอง จำนวนพื้นที่ที่กรีดยางพาราต่อวันจะมีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรงกับปริมาณงานที่ทำในแต่ละวัน และส่งผลต่อระยะเวลาในการพักผ่อน สภาพการทำงาน ได้แก่ ลักษณะของพื้นที่สวนยางพารา จะมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน และลักษณะท่าทางที่กรีดยางพาราจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อบริเวณหลังหรือกระดูกสันหลัง สำหรับลักษณะการแปรรูปของน้ำยางพารา จะมีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรงกับระยะเวลาในการทำงานในแต่ละวัน ซึ่งจะส่งผลต่ออาการปวดเมื่อยจากขั้นตอนต่างๆ ในการผลิต

ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นบุคลากรทีมสุขภาพที่มีบทบาทสำคัญในการที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารามีการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างที่ถูกต้อง เหมาะสม และเพื่อป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพที่รุนแรง จึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยพื้นฐานบางประการ ทั้งปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านอาชีพ ความสามารถในการดูแลตนเอง และการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่าง โดยคาดหวังว่าจะได้ข้อมูลที่จะช่วยอธิบายถึงความสัมพันธ์เชิงทำนายของปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญ และความสามารถในการดูแลตนเองต่อการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารา อันจะช่วยให้เป็นแนวทางในการสนับสนุนให้ผู้ใช้แรงงานกลุ่มนี้ได้มีการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม และส่งผลให้ผู้ใช้แรงงานกลุ่มนี้มีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสามารถในการดูแลตนเอง และระดับการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารา
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงทำนายของปัจจัยพื้นฐานบางประการ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ และการศึกษา ปัจจัยด้านอาชีพ คือ ระยะเวลาที่ทำงานกรีดยางพารา จำนวนพื้นที่ที่กรีดยางพารา ต่อวัน ลักษณะของพื้นที่สวนยางพารา ลักษณะท่าทางที่กรีดยางพารา การแปรรูปของน้ำยางพารา และระดับความสามารถในการดูแลตนเองต่อระดับการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารา

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์เชิงทำนายของปัจจัยพื้นฐานบางประการทั้งปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านอาชีพ และระดับความสามารถในการดูแลตนเอง ต่อระดับการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารา ซึ่งจะศึกษาเฉพาะประชากรผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราเป็นอาชีพหลัก โดยจะทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในจังหวัดสงขลา ซึ่งเป็นจังหวัดหนึ่งในภาคใต้ของประเทศไทยที่มีประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพการทำสวนยางพารา และทำการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม 2547 ถึง เดือนเมษายน 2548

คำถามการวิจัย

1. ระดับความสามารถในการดูแลตนเอง และระดับการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราเป็นอย่างไร
2. ปัจจัยพื้นฐานบางประการ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ และการศึกษา ปัจจัยด้านอาชีพ คือ ระยะเวลาที่ทำงานกรีดยางพารา จำนวนพื้นที่ที่กรีดยางพาราต่อวัน ลักษณะของพื้นที่สวนยางพารา ลักษณะท่าทางที่กรีดยางพารา การแปรรูปของน้ำยางพารา และระดับความสามารถในการดูแลตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงทำนายต่อระดับการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราหรือไม่ อย่างไร

กรอบแนวคิด/ทฤษฎี

การศึกษาความสัมพันธ์เชิงทำนายของปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านอาชีพ และความสามารถในการดูแลตนเอง ต่อการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกริดยางพาราครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เลือกใช้แนวคิดความสามารถในการดูแลตนเอง และการดูแลตนเองตามแนวทฤษฎีการพยาบาลของโอเร็ม (Orem, 2001) ซึ่งกล่าวว่า การดูแลตนเองเป็นการกระทำที่ตั้งใจและมีเป้าหมาย เพื่อตอบสนองความต้องการในการดูแลตนเองของบุคคล ซึ่งหากบุคคลใดมีความสามารถในการดูแลตนเองเพียงพอที่จะตอบสนองความต้องการดังกล่าว บุคคลนั้นก็จะมีการดูแลตนเองที่มีประสิทธิภาพ นำไปสู่การมีสุขภาพดี และมีความผาสุก นั่นก็คือ การมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั่นเอง

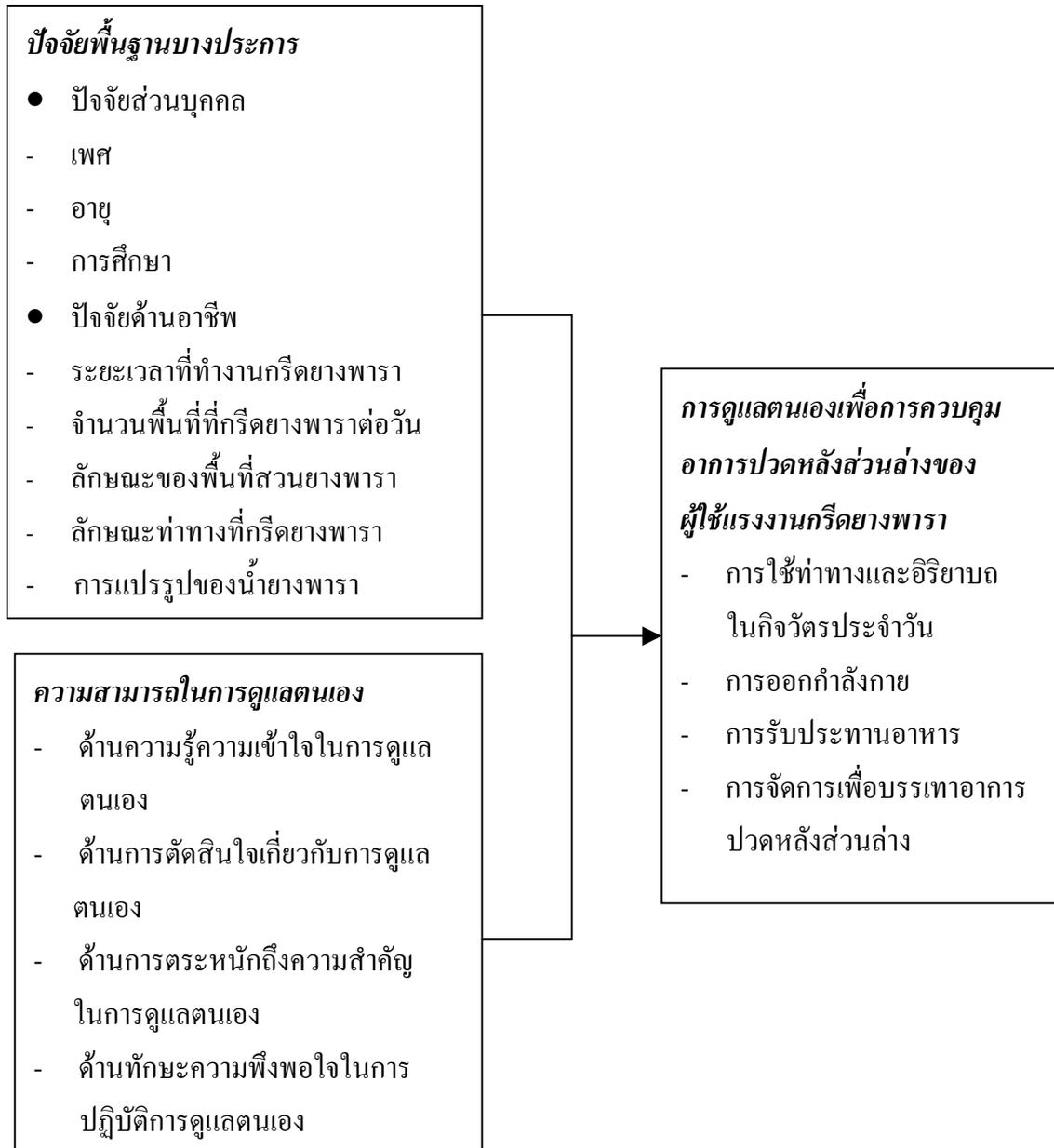
ความสามารถในการดูแลตนเองเป็นแนวคิดที่กล่าวถึงคุณภาพอันสลับซับซ้อนของบุคคลที่มีศักยภาพในการดูแลตนเอง โดยมีโครงสร้างของความสามารถในการดูแลตนเอง 3 ระดับ คือ ความสามารถและคุณสมบัติขั้นพื้นฐาน พลังความสามารถ 10 ประการ และความสามารถในการปฏิบัติเพื่อการดูแลตนเอง โดยความสามารถแต่ละระดับจะเป็นพื้นฐานของความสามารถในขั้นที่สูงขึ้นไป (Orem, 2001) การศึกษาครั้งนี้ได้ประเมินระดับความสามารถในการดูแลตนเองตามแบบวัดความสามารถในการดูแลตนเองของอิสระมาลัย (Isaramalai, 2002) ซึ่งเป็นการวัดความสามารถและคุณสมบัติขั้นพื้นฐาน และพลังความสามารถ 10 ประการ ซึ่งจัดเป็นโครงสร้างที่เป็นพื้นฐาน และแหล่งพลังให้บุคคลสามารถปฏิบัติเพื่อการดูแลตนเอง (สมจิต, 2537) โดยมีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ด้าน คือ 1) ด้านความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเอง 2) ด้านการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลตนเอง 3) ด้านการตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลตนเอง และ 4) ด้านทักษะความพึงพอใจในการปฏิบัติดูแลตนเอง

สำหรับแนวคิดการดูแลตนเอง (self-care) โอเร็ม (Orem, 2001) ได้ให้ความหมายไว้ว่าเป็นการปฏิบัติกิจกรรมที่บุคคลริเริ่มและกระทำด้วยตนเอง เพื่อรักษาไว้ซึ่งชีวิต สุขภาพ และสวัสดิภาพของตนเอง การดูแลตนเองเป็นการกระทำที่ตั้งใจและมีเป้าหมาย (deliberate action) มีระบบระเบียบ เป็นขั้นตอน และเมื่อกระทำอย่างมีประสิทธิภาพ จะมีส่วนช่วยให้โครงสร้างหน้าที่ และพัฒนาการดำเนินไปได้ถึงขีดสูงสุดของแต่ละบุคคล จุดประสงค์ในการดูแลตนเอง เพื่อสนองตอบต่อความต้องการการดูแลตนเองที่จำเป็น (self-care requisites) และการดูแลตนเองเป็นพฤติกรรมที่เรียนรู้ภายใต้ขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรมของชนแต่ละกลุ่ม (Orem, 2001)

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ประเมินการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกริดยางพาราซึ่งเป็นการปฏิบัติเพื่อสนองตอบความต้องการการดูแลตนเองที่จำเป็น ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าความต้องการการดูแลตนเองที่จำเป็นเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างมี 4 ด้าน คือ 1) การใช้ท่าทางและอิริยาบถในกิจวัตรประจำวัน 2) การออกกำลังกาย 3)

การรับประทานอาหาร และ 4) การจัดการเพื่อบรรเทาอาการปวดหลังส่วนล่าง (เกษราวัลณ์ ศรี้อย สมจิต และศุภวัฒน์กร, 2541; ครุณี, 2543; รังสียา, 2542)

ปัจจัยพื้นฐาน (basic conditioning factors) เป็นปัจจัยเฉพาะที่จะมีอิทธิพลต่อความสามารถในการดูแลตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานกับความสามารถในการดูแลตนเอง ไม่ได้เป็นแบบเชิงเหตุเชิงผล (causal relationship) แต่เป็นการอธิบายว่าการพิจารณาความสามารถในการดูแลตนเองจะต้องคำนึงถึงปัจจัยพื้นฐาน ได้แก่ เพศ อายุ ระยะพัฒนาการ สังคม ขนบธรรมเนียมประเพณี สภาพที่อยู่อาศัย ระบบครอบครัว แบบแผนการดำเนินชีวิต รวมถึงกิจกรรมที่ทำอยู่เป็นประจำ ภาวะสุขภาพ ปัจจัยทางระบบบริการสุขภาพ แหล่งประโยชน์ และประสบการณ์ที่สำคัญในชีวิต จากการทบทวนงานวิจัยของไทยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการพยาบาลของโอเร็มที่มีผู้ศึกษาไว้ พบว่า เพศ อายุ และการศึกษา สามารถทำนายความสามารถในการดูแลตนเองและ/หรือการดูแลตนเองได้ในระดับต่ำถึงปานกลาง ดังเช่น การศึกษาของกาญจนา (2534) ที่ศึกษาความสามารถในการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์ และ พบว่า การศึกษาสามารถทำนายความสามารถในการดูแลตนเองในระดับต่ำ ($r = .16$) ชวลี (2534) ศึกษาความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคต่อหินชนิดเรื้อรัง พบว่า อายุ เพศ และการศึกษาสามารถทำนายความสามารถในการดูแลตนเองในระดับค่อนข้างต่ำ ($r = .27, .07$ และ $.70$ ตามลำดับ) นัยนา (2535) ศึกษาความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกด้วยเครื่องไตเทียม พบว่า อายุ และการศึกษาสามารถทำนายความสามารถในการดูแลตนเองในระดับต่ำ ($r = .22$) และน้อมจิตต์ (2535) ศึกษาการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน พบว่า การศึกษาสามารถทำนายการดูแลตนเองในระดับปานกลาง ($r = .35$) ยังไม่มีงานวิจัยที่ทดสอบความสามารถในการทำนายของความสามารถในการดูแลตนเองที่ร่วมกับปัจจัยพื้นฐานบางประการ โดยเฉพาะปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพ ต่อการดูแลตนเอง (Taylor, Geden, Isaramalai & Wongvatunyu, 2000: 107) ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกที่จะศึกษาอิทธิพลของปัจจัยพื้นฐานบางประการที่น่าจะมีความสำคัญในกลุ่มผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารา ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ และการศึกษา ปัจจัยด้านอาชีพ คือ ระยะเวลาที่ทำงานกรีดยางพารา จำนวนพื้นที่ที่กรีดยางพาราต่อวัน ลักษณะของพื้นที่สวนยางพารา ลักษณะท่าทางที่กรีดยางพารา และการแปรรูปของน้ำยางพารา ร่วมกับความสามารถในการดูแลตนเองในการทำนายการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารา จากแนวคิดข้างต้นสามารถเขียนเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



ภาพประกอบที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

ปัจจัยพื้นฐานบางประการ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ และการศึกษา ปัจจัยด้านอาชีพ คือ ระยะเวลาที่ทำงานกรีดยางพารา จำนวนพื้นที่ที่กรีดยางพาราต่อวัน ลักษณะของพื้นที่สวนยางพารา

ลักษณะท่าทางที่กรีดขางพารา การแปรรูปของน้ำขางพารา และระดับความสามารถในการดูแลตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงทำนายต่อระดับการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดขางพารา

นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

ความสามารถในการดูแลตนเอง หมายถึง ระดับความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ใช้แรงงานกรีดขางพาราที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง ประเมินโดยใช้แบบวัดความสามารถในการดูแลตนเองของอิสระมาลัย (Isaramalai, 2002) ที่พัฒนามาจากต้นฉบับภาษาอังกฤษของเกเดน และ เทเลอร์ (Geden & Taylor, 1991) ซึ่งเกเดน และเทเลอร์ พัฒนามาจาก Perceived Self-Care Agency (PSCA) ของแฮนสัน และบิคเคิล (Hanson & Bickel, 1985) เป็นแบบประเมินที่มีลักษณะเด่น คือ ข้อคำถามมีความชัดเจน และตรงประเด็น และสร้างจากแนวคิดของโอเร็ม (Orem, 2001) คือ 1) ความสามารถและคุณสมบัติขั้นพื้นฐาน และ 2) พลังความสามารถ 10 ประการ ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ด้าน คือ 1) ด้านความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเอง 2) ด้านการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลตนเอง 3) ด้านการตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลตนเอง และ 4) ด้านทักษะความพึงพอใจในการปฏิบัติการดูแลตนเอง

การดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่าง หมายถึง การกระทำต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ที่ผู้ใช้แรงงานกรีดขางพารากระทำเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่าง ประกอบด้วย 3 ระดับ คือ 1) การแสวงหาความรู้ และข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลตนเอง (estimative) 2) การคิด พิจารณา และการตัดสินใจเพื่อการดูแลตนเอง (transitive) และ 3) การลงมือปฏิบัติเพื่อการดูแลตนเอง (productive) โดยครอบคลุมความต้องการในการดูแลตนเองของผู้ใช้แรงงานกรีดขางพาราที่จำเป็น

4 ด้าน คือ 1) การใช้ท่าทางและอิริยาบถในกิจวัตรประจำวัน 2) การออกกำลังกาย 3) การรับประทานอาหาร และ 4) การจัดการเพื่อบรรเทาอาการปวดหลังส่วนล่าง ซึ่งประเมินโดยใช้แบบวัดการดูแลตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นภายใต้กรอบแนวคิดการดูแลตนเองของโอเร็ม (Orem, 2001)

ผู้ใช้แรงงานกรีดขางพาราที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง หมายถึง ผู้ที่ทำงานกรีดขางพาราเป็นอาชีพหลักทั้งเพศชายและเพศหญิง มีอาการปวดหลังส่วนล่างตั้งแต่นั้นจนถึงก้นกบ และปวดร้าวไปที่ขาข้างใดข้างหนึ่งหรือทั้งสองข้าง รวมถึงอาจมีอาการชาหรือปวด และไม่เคยได้รับอุบัติเหตุใดๆ ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับกระดูกและกล้ามเนื้อบริเวณนั้นเอง หรือเคยได้รับการผ่าตัดบริเวณกระดูกสันหลัง ประเมินโดยใช้แบบวัดอาการปวดหลังที่เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับภาวะจำกัดความสามารถ (disability questionnaire) มาตรวัดความเจ็บปวด (pain rating scale) ของโรแลนด์ และมอร์ริส

(Roland & Morris, 1983) และการลงเครื่องหมายสัญลักษณ์ความเจ็บปวดบนภาพของร่างกาย (pain drawing chart) ของเรนส์ฟอร์ด เคิร์น และมอเนนี่ (Ransford, Cairns & Mooney, 1976)

ปัจจัยพื้นฐานบางประการ หมายถึง เพศ อายุ และการศึกษาของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง

ระยะเวลาที่ทำงานกรีดยางพารา หมายถึง ระยะเวลาที่ผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราใช้ประกอบอาชีพตั้งแต่เริ่มทำงานกรีดยางพาราจนถึงช่วงที่ผู้วิจัยทำการศึกษา ถ้าผู้ใช้แรงงานหยุดไปเป็นระยะเวลาหนึ่งแล้วเริ่มกรีดยางพาราใหม่ให้นับตั้งแต่วันที่เริ่มกรีดยางพาราใหม่จนถึงช่วงที่ผู้วิจัยทำการศึกษา โดยนับเป็นจำนวนปีและเดือน (เศษของวันให้ปัดทิ้ง)

จำนวนพื้นที่ที่กรีดยางพาราต่อวัน หมายถึง ขนาดพื้นที่สวนยางพาราที่ผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราทำงานติดต่อกันใน 1 วัน ถ้ามีผู้ใช้แรงงานกรีดยางพารามากกว่า 1 คนทำงานร่วมกันใน 1 วันให้ใช้ขนาดพื้นที่สวนยางพาราหารด้วยจำนวนคนที่กรีดยางพารา และกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงขนาดของสวนยางพาราที่กรีดยางพาราแล้วหลายครั้ง ให้นับเฉพาะขนาดสวนยางพาราที่ผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราในช่วงที่ผู้วิจัยทำการศึกษาโดยนับเป็นจำนวนไร่และงาน (เศษของงานให้ปัดทิ้ง)

ลักษณะของพื้นที่สวนยางพารา หมายถึง ลักษณะพื้นที่สวนยางที่ผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราประกอบอาชีพ โดยแบ่งเป็นพื้นที่ราบลุ่ม และพื้นที่ราบสูง ในกรณีที่พื้นที่ราบลุ่มสลับกับพื้นที่ราบสูงให้จัดเป็นพื้นที่ราบสูง และกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงลักษณะของพื้นที่สวนยางพาราที่กรีดยางพาราแล้วหลายครั้ง ให้นับเฉพาะลักษณะของพื้นที่สวนยางพาราที่ผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราทำงานอยู่ในช่วงที่ผู้วิจัยทำการศึกษา

ลักษณะท่าทางที่กรีดยางพารา หมายถึง ท่าทางอิริยาบถของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราที่กรีดยางพารา จำแนกเป็นการกรีดยางในท่ายืน และท่าก้มตัว/ท่านั่ง ในกรณีที่ท่ายืนสลับกับท่าก้มตัว/ท่านั่ง ให้นับเป็นท่าก้มตัว/ท่านั่ง

การแปรรูปของน้ำยางพารา หมายถึง วิธีการที่ผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราขายผลผลิตจากสวนยางพารา จำแนกเป็นยางแผ่นดิบ และน้ำยางดิบ ในกรณีที่ทำทั้งสองอย่าง ให้นับเฉพาะวิธีการที่ทำบ่อยที่สุดในช่วงที่ผู้วิจัยทำการศึกษา

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยที่ได้ อาจเป็นข้อมูลพื้นฐานนำไปสู่การวางแผนปฏิบัติเพื่อการส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเอง และการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ใช้แรงงานกรีดยางพาราให้เป็นไปในทิศทางที่เหมาะสม อันจะเป็นการส่งผลให้ประชากรกลุ่มนี้มี

คุณภาพชีวิตที่ดี และเป็นแนวทางในการวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยพื้นฐาน ความสามารถในการดูแลตนเอง และการดูแลตนเองเพื่อการควบคุมอาการปวดหลังส่วนล่างแก่ประชากรกลุ่มอื่นๆ ต่อไป