



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามด้านอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ และความเครียด

คำชี้แจง

แบบสอบถามประกอบด้วย 3 ส่วน คือ

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลบุคคลทั่วไป และลักษณะงานที่รักษา
 ส่วนที่ 2 ข้อมูลกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่าง และกล้ามเนื้อ
 ส่วนที่ 3 ข้อมูลสภาวะความเครียด

ส่วนที่ 1 ข้อมูลบุคคลทั่วไปและลักษณะงานที่รักษา

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หน้าข้อความที่ต้องการตอบ หรือเติมข้อความลงในช่องว่าง

สถานที่ทำงาน.....

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ 21-30 ปี 31-40 ปี 41-50 ปี 51-60 ปี 60 ปี ขึ้นไป
3. น้ำหนัก.....กิโลกรัม
4. ส่วนสูง.....เซนติเมตร
5. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่ (โรคที่ทำให้ท่านต้องรับประทานยาเป็นประจำ)

 1. ไม่มี 2. มี จำนวนโรคที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน.....โรค (โปรดระบุโรค)

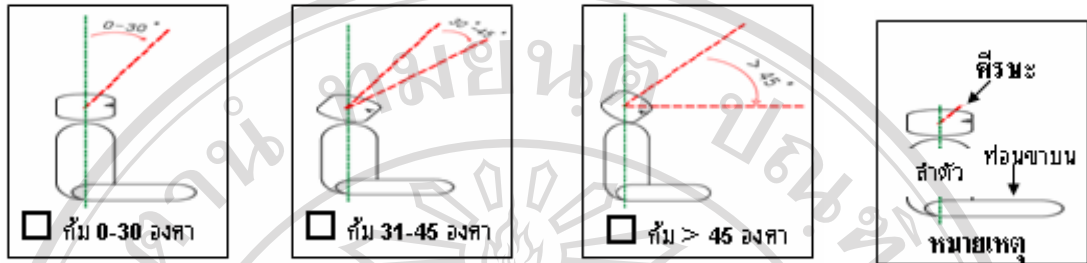
2.1 2.2 2.3

13. ในกรณีที่ท่านให้การบำบัดรักษาในฟิโนบน ท่านมักจะ

1. มอง Indirect ทุกครั้ง 2. มอง Indirect > Direct 3. มอง Indirect = Direct
 4. มอง Direct > Indirect 5. มอง Direct ทุกครั้ง

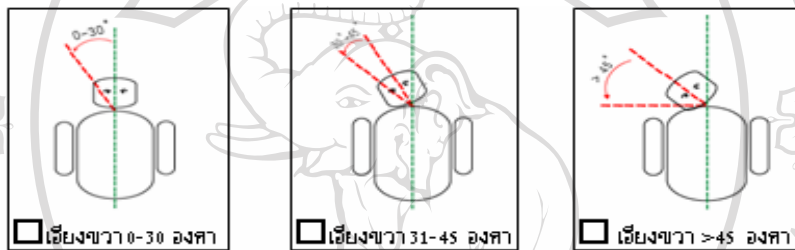
ตั้งแต่ข้อที่ 14-18 ให้เลือกตอบเพียงข้อเดียวในท่าทางที่ท่านทำบ่อยที่สุดใน 1 เดือนที่ผ่านมา

14. ขณะทำการรักษาตำแหน่งศีรษะในแนวหน้า-หลัง (antero-posterior axis) ของท่านมักเป็นเช่นไร



15. ขณะท่านให้การรักษา ตำแหน่งของคอกในแนวขวา-ซ้าย (right-left axis) ของท่านมักเป็นเช่นไร

15.1 ด้านขวา



15.2 ด้านซ้าย

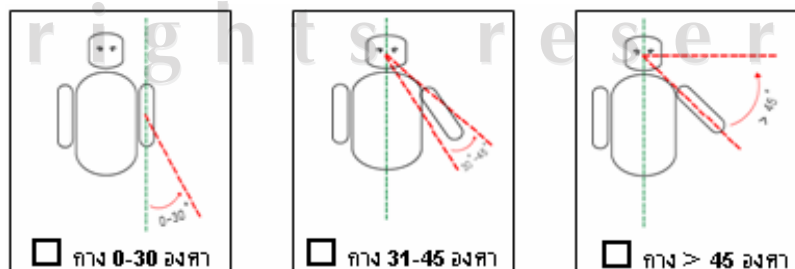
- .
- .
- .
- .
- .
- .

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

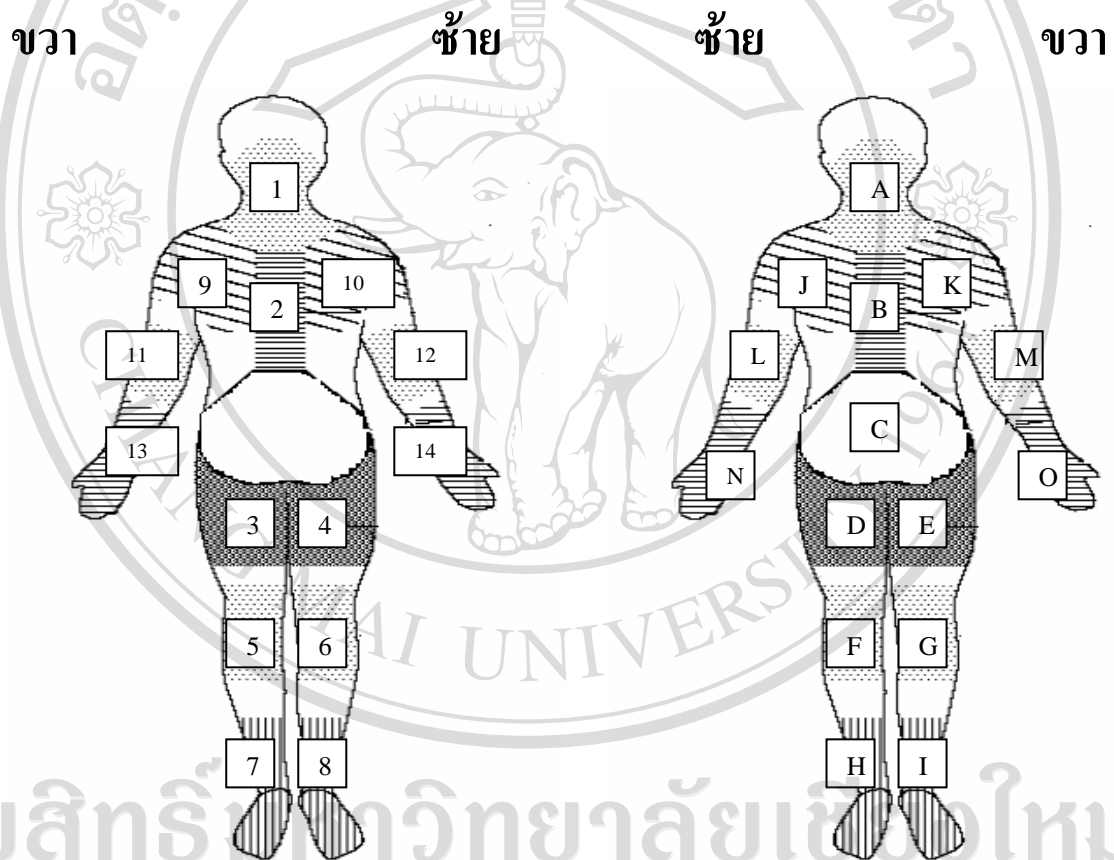
18. ขณะทำการรักษา ส่วนต้นแขนในข้างที่ใช้จับค้ำกรอพื้น (handpiece) ของท่านมักเป็นเช่นไร



ส่วนที่ 2 ข้อมูลกลุ่มอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน แสดงอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกายข้างล่างนี้ ให้ตรงกับบริเวณที่มีอาการผิดปกติ ได้แก่ อาการปวด เจ็บ เมื่อย ล้า เคล็ด ตึง อักเสบ บวม แสบ ซา ที่เกิดขึ้นอย่างน้อย 2 ครั้งในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน (บริเวณที่มีอาการผิดปกติต้องไม่ตรงกับบริเวณที่เคยได้รับอุบัติเหตุ, การบาดเจ็บจากการยกของ และการออกกำลังกาย ฯลฯ)

-----หากท่านไม่มีบริเวณที่มีอาการผิดปกติ กรุณาข้ามไปตอบคำถามในส่วนที่ 3-----



ด้านหน้า (Front View)

ด้านหลัง (Back View)

ส่วนที่ 3 ข้อมูลสถานะความเครียด

แบบทดสอบความเครียดสวนปรุงชุด 20 ข้อ

(Suanprung Stress Test-20, SPST-20)

ให้ท่านอ่านหัวข้อข้างล่างนี้ แล้วสำรวจดูว่าในระยะ 6 เดือนที่ผ่านมา มีเหตุการณ์ในข้อใดเกิดขึ้นกับตัวท่านบ้าง ถ้าข้อไหนไม่ได้เกิดขึ้นให้ข้ามไปไม่ต้องตอบ แต่ถ้ามีเหตุการณ์ในข้อใดเกิดขึ้นกับตัวท่าน ให้ประเมินว่าท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น แล้วทำเครื่องหมาย X ให้ตรงช่องตามที่ท่านประเมิน โดย

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------|
| 1 หมายถึง ไม่เครียด | 2 หมายถึง รู้สึกเครียดเล็กน้อย |
| 3 หมายถึง รู้สึกเครียดปานกลาง | 4 หมายถึง รู้สึกเครียดมาก |
| 5 หมายถึง รู้สึกเครียดมากที่สุด | |

- | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. กลัวทำงานผิดพลาด | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. ครอบครัวมีความขัดแย้งกันในเรื่องเงิน หรือเรื่องงานในบ้าน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. เป็นกังวลกับเรื่องสารพิษ หรือมลภาวะใน อากาศ น้ำ เสียง และดิน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. รู้สึกว่าต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

20. เป็นหวัดบ่อยๆ

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทพญ. สุวรรณิ ดวงรัตนพันธ์
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมพร สังขรัตน์
3. ทพญ. ภารณี ชาวาลวุฒิ

สังกัด

คณะทันตแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
คณะเทคนิคการแพทย์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
กลุ่มงานทันตกรรม
โรงพยาบาลสวนปรุง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



เอกสารเลขที่ ...003.../ 2551
Document No.

เอกสารรับรองโครงการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์
Certification of Research Projects Involving Human Subjects

รับรองโดย Issued By

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Committee of Research Ethics in Public Health, The Graduate School,
Chiang Mai University

โครงการวิจัย : ภาวะสุขภาพจากการทำงานของทันตแพทย์ภาครัฐ จังหวัดเชียงใหม่
Title of Project : Health Status from Working among Government Dentists in
Chiang Mai Province

หัวหน้าโครงการวิจัย : นายแมนสุวรรณ วงศ์อภัย
Principal Investigator : Mr.Mansuang Wongsapai

คณะกรรมการได้พิจารณาและให้ความเห็นชอบในประเด็นจริยธรรมต่อโครงการวิจัยนี้
ในวันที่.....เดือน.....พฤษภาคม.....พ.ศ.2551.....
The Committee has reviewed and approved this project on ...1...May....2008.....

Copyright © by Chiang Mai University

รองศาสตราจารย์ ดร. कमขำ พัฒนารณณ์ - Komkham Pattanaporn, DDS, MPH, Dr.PH
ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ Chair person of the Committee

รองศาสตราจารย์ ดร. สุรศักดิ์ วัฒนเนสก์ Surasak Watanesk, Ph.D.
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย Dean, The Graduate School

ภาคผนวก ง

เอกสารคำชี้แจงการเข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้อมูลสำหรับทันตแพทย์ที่ทำงานในสังกัดกระทรวงสาธารณสุข จังหวัดเชียงใหม่
ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “ ภาวะสุขภาพจากการทำงานของทันตแพทย์ภาครัฐ จังหวัดเชียงใหม่ ”

จากสภาพบริบทการทำงานทั้งจากสภาพแวดล้อมและลักษณะการทำงานของทันตแพทย์ที่ต้องทำงานภายใต้แรงกดดันของนโยบายในการให้บริการของภาครัฐ (Health Care Policy) สภาพความจำเป็นทางสังคมที่มาจากจำนวนผู้มารับบริการจำนวนมาก ความตรงต่อเวลาในการนัดหมายของคนไข้ ความคาดหวังต่อการได้รับบริการของทันตแพทย์ที่ปัจจุบันมีแนวโน้มที่สูงขึ้น ลักษณะของงานที่ต้องทำในบริเวณช่องปากซึ่งเป็นพื้นที่แคบๆ ต้องใช้สายตาและส่วนของร่างกายได้แก่ ศีรษะ คอ มือ และลำตัวตลอดจนเท้า ต้องนั่งอยู่ในท่าใดท่าหนึ่งเป็นเวลานานๆ ทำให้นำไปสู่การเกิดอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ (Musculoskeletal Disorder) และความเครียด (stress) ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยการทำงานและความชุกที่มีผลต่อการเกิดอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ และความเครียดของทันตแพทย์ที่ทำงานในสถานบริการของรัฐสังกัดกระทรวงสาธารณสุข จ.เชียงใหม่ องค์กรความรู้ที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพ และเฝ้าระวังทางสุขภาพของทันตแพทย์ในประเทศต่อไป

ในการศึกษานี้ผู้วิจัยจะขอความร่วมมือจากท่านในการกรอกแบบสอบถามด้านอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ และความเครียด ซึ่งในขบวนการเก็บข้อมูลดังกล่าวไม่เก็บค่าใช้จ่าย ไม่มีความเสี่ยงอันตรายใดๆ ไม่มีความเจ็บปวด และท่านสามารถถอนตัวจากการวิจัยนี้ได้ตลอดเวลา

หากท่านมีปัญหาหรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมใดๆ สามารถติดต่อ ทพ. แมนสรวง วงศ์อภัยกลุ่มพัฒนาความร่วมมือทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โทร.081-8838680, 053-277648

ด้วยความขอบคุณยิ่ง

ผศ.ทพ.เฉลิมพงษ์ ชิตไธสง คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

(อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ สาธารณสุขศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่)

ทพ. แมนสรวง วงศ์อภัย กลุ่มพัฒนาความร่วมมือทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข จังหวัดเชียงใหม่

(นักศึกษาด้านสาธารณสุขศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่)

ใบยินยอมการเข้าร่วมในการวิจัย (Informed consent)

เรื่อง “ภาวะสุขภาพจากการทำงานของทันตแพทย์ภาครัฐ จังหวัดเชียงใหม่”

ข้าพเจ้าได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัยเรื่องดังกล่าว ข้าพเจ้าเข้าใจดีว่าการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ เป็นไปด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้าสามารถถอนตัวจากการวิจัยครั้งนี้ได้ตลอดเวลา

ข้าพเจ้า ยินยอม เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ข้าพเจ้า ไม่ยินยอม เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ชื่อ-สกุล ทพ./ทพญ.

ชื่อโรงพยาบาล.....

ลายเซ็นผู้เข้าร่วมการวิจัย.....

วัน/เดือน/ปี.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก จ

รายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลของกลุ่มประชากร

ตารางที่ จ-1 จำนวนและร้อยละข้อมูลโรคประจำตัวของกลุ่มประชากร (n=15)

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
ภูมิแพ้	5	33.3
หอบหืด	1	6.7
ไวรัสตับอักเสบบี	3	20.0
ความดันโลหิตสูง	1	6.7
โรคภูมิแพ้แก่ตนเอง	1	6.7
โรคทาลัสซีเมีย	1	6.7
แผลในกระเพาะอาหาร	2	13.3
ปวดหลัง	1	6.7
ภาวะพร่องซีรอยด์ฮอร์โมน	1	6.7
โรคไต	1	6.7

ตารางที่ จ-2 จำนวนและร้อยละข้อมูลจำแนกประเภทของการออกกำลังกายของกลุ่มประชากร

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
บริหารร่างกาย (Exercise)	56	63.6
เล่นกีฬา (Sport)	11	12.5
บริหารร่างกายและเล่นกีฬา	7	8.0
ไม่บริหารร่างกายและเล่นกีฬา	14	15.9
รวม	88	100.0

ตารางที่ จ-3 จำนวนและร้อยละข้อมูลการออกกำลังกายของกลุ่มประชากร (n=75)

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
การบริหารร่างกาย (Exercise) *		
เดินแอโรบิก	18	24.0
ฟิตเนส	8	10.7
วิ่งเหยาะ	27	36.0
เดินเร็ว	14	18.7
ปั่นจักรยาน	9	12.0
โยคะ	6	8.0
อื่น ๆ	4	5.3
การเล่นกีฬา (Sport) *		
ว่ายน้ำ	6	8.0
ฟุตบอล	4	5.3
บาสเกตบอล	1	1.3
วอลเลย์บอล	1	1.3
แบดมินตัน	7	9.3
เทนนิส	1	1.3
กอล์ฟ	1	1.3

หมายเหตุ * 1 คนอาจมีการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬามากกว่า 1 อย่าง

ตารางที่ จ-4 จำนวนและร้อยละส่วนจากร่างกายที่มีอาการผิดปกติเกิดขึ้นอย่างน้อย 2 ครั้งในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา และอวัยวะที่มีความเจ็บปวดและความถี่ในการเกิดบ่อยสุดเมื่อเทียบกับส่วนอื่น

ส่วนของร่างกายที่มี อาการผิดปกติ*	ความชุกของอวัยวะที่มีอาการผิดปกติ	
	อาการผิดปกติเกิดขึ้นอย่างน้อย 2 ครั้ง ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา จำนวน (ร้อยละ)	อาการผิดปกติมีการเจ็บปวดและ มีความถี่ในการเกิดบ่อยที่สุด จำนวน (ร้อยละ)
คอ	40 (48.2)	22 (26.5)
หลัง	22 (26.5)	10 (12.0)
อก	5 (6.0)	0 (0)
ไหล่	30 (36.1)	18 (21.7)
สองข้าง	17 (20.5)	0 (0)
ขวา	12 (14.4)	13 (15.7)
ซ้าย	1 (1.2)	5 (6.0)
ข้อศอก	8 (9.6)	0 (0)
สองข้าง	4 (4.8)	0 (0.0)
ขวา	3 (3.6)	0 (0.0)
ซ้าย	1 (1.2)	0 (0.0)
ข้อมือ / มือ	24 (28.9)	5 (6.0)
สองข้าง	8 (9.6)	0 (0.0)
ขวา	13 (15.7)	3 (3.6)
ซ้าย	3 (3.6)	2 (2.4)
สะโพก	19 (22.2)	9 (10.8)
ต้นขา	5 (6.0)	0 (0)
สองข้าง	2 (2.4)	0 (0.0)
ขวา	2 (2.4)	0 (0.0)
ซ้าย	1 (1.2)	0 (0.0)
เข่า	6 (7.2)	2 (2.4)
สองข้าง	3 (3.6)	0 (0.0)
ขวา	3 (3.6)	2 (2.4)
ซ้าย	0 (0.0)	0 (0.0)
ข้อเท้า / เท้า	7 (8.4)	1 (1.2)
สองข้าง	5 (6.0)	0 (0.0)
ขวา	2 (2.4)	1 (1.2)
ซ้าย	0 (0.0)	0 (0.0)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นายแมนสรวง วงศ์อภัย
วัน เดือน ปี เกิด	21 กุมภาพันธ์ 2519
สถานที่เกิด	จังหวัดเชียงใหม่
ประวัติการศึกษา	ปริญญาทันตแพทยศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2543 Certificate in Performance Logic and DEW, GEPEC, LAN Center, Osaka, Japan ปีการศึกษา 2550
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2543 – 2548 ทันตแพทย์ 4พ. - ทันตแพทย์ 6 กลุ่มงานทันตสาธารณสุข ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 9 พิษณุโลก กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2548 – 2551 ทันตแพทย์ 6 - ทันตแพทย์ 7วช. กลุ่มพัฒนาความร่วมมือทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved