

ชื่อโครงการ ประเมินความเสี่ยงทางการยศาสตร์ในพนักงานฝ่ายธุรการของบริษัท ซีพีเอฟ (ประเทศไทย) จำกัด (มหาชน)

(Ergonomics risk assessment for the administrative staffs of CPF (Thailand) Public Company Limited.)

ผู้จัดทำ นางสาว รัตนาภรณ์ โป่งเหลื่อม

นางสาว สุภัทรรศ อุทองกลาง

หลักสูตร วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขา อาชีวอนามัยและความปลอดภัย

ปีการศึกษา 2562

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์นันทนา คะลา

อาจารย์นพเก้า บัวงาม

บทคัดย่อ

(Abstract)

โครงการประเมินความเสี่ยงทางการยศาสตร์ในพนักงานฝ่ายธุรการของบริษัท ซีพีเอฟ (ประเทศไทย) จำกัด (มหาชน) มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินความเสี่ยงทางด้านยศาสตร์ ด้วยแบบประเมิน Rapid Upper Limb Assessment (RULA) และจัดทำมาตรการควบคุมความเสี่ยงทางด้านยศาสตร์ในฝ่ายธุรการ โดยกลุ่มเป้าหมายคือพนักงานสำนักงาน จำนวน 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินความเสี่ยงด้านยศาสตร์คือ Rapid Upper Limb Assessment (RULA) และแบบสอบถาม มีกิจกรรมให้ความรู้โดยการใช้โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์ และมีการประเมินความรู้อีกก่อน-หลัง การให้ความรู้

จากการประเมินความเสี่ยงทางการยศาสตร์ด้วยแบบประเมิน Rapid Upper Limb Assessment (RULA) ก่อนการให้ความรู้และปรับปรุงท่าทางการปฏิบัติงาน พบว่า ผลการประเมินความเสี่ยง = 4 (อยู่ในระดับที่ 2 คือ ท่าทางที่ยอมรับได้ อาจมีการปรับปรุง) จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 ต้องดำเนินการจัดทำแผนควบคุมความเสี่ยง ผลการประเมินความเสี่ยง = 5 คะแนน (อยู่ในระดับที่ 3 คือ ท่าทางที่ยอมรับได้ ควรมีการปรับปรุง) จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 50 ต้องดำเนินการจัดทำแผนควบคุมความเสี่ยง และแผนลดความเสี่ยง และผลการประเมินความเสี่ยง = 7 (อยู่ในระดับที่ 4 คือ ท่าทางที่ยอมรับไม่ได้ ต้องรีบปรับปรุงทันที) จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 16.67 ต้องดำเนินการจัดทำแผนควบคุมความเสี่ยง และแผนลดความเสี่ยง

หลังการให้ความรู้และปรับปรุงท่าทางการปฏิบัติงานร่วมกับการจัดทำแผนควบคุมความเสี่ยง และแผนลดความเสี่ยง พบว่า ผลการประเมินความเสี่ยง = 2 (อยู่ในระดับที่ 1 คือ ท่าทางที่ยอมรับได้) จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 50 และผลการประเมินความเสี่ยง = 3 (อยู่ในระดับที่ 2 คือ ท่าทาง

ที่ยอมรับได้ อาจมีการปรับปรุง) จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 50 พนักงานมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะท่าทางการปฏิบัติงานมากขึ้น วัตถุประสงค์จากการประเมินความเสี่ยงทางการยศาสตร์ด้วยแบบประเมิน Rapid Upper Limb Assessment (RULA) พนักงานกลุ่มเป้าหมายมีคะแนนจากการประเมินความเสี่ยงหลังการให้ความรู้ลดลงจากการประเมินความเสี่ยงก่อนการให้ความรู้ แสดงให้เห็นว่าพนักงานมีการนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในการปฏิบัติงาน มีการปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงท่าทางการปฏิบัติงานให้ถูกต้องตามหลักการยศาสตร์ และคะแนนจากแบบทดสอบการประเมินความรู้ ก่อน-หลัง การให้ความรู้ พบว่าพนักงานกลุ่มเป้าหมายสามารถทำแบบทดสอบหลังการให้ความรู้ได้ดีขึ้นเมื่อเทียบกับการทำแบบทดสอบก่อนการให้ความรู้ ซึ่งกลุ่มเป้าหมายสามารถทำแบบทดสอบผ่านร้อยละ 70 ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

ข้อเสนอแนะในการจัดทำโครงการ คือควรจัดระดับการวางหน้าจอมพิวเตอร์ให้เหมาะสมกับระดับสายตา หรือใช้แท่นวางคอมพิวเตอร์ จัดให้มีที่วางเท้าหรือที่พักเท้า ควรมีการพักสายตา ระหว่างเวลาปฏิบัติงานทุกๆ 30 นาที และจัดให้มีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อในพื้นที่ปฏิบัติงานโดยใช้ระยะเวลาสั้นๆ ไม่รบกวนเวลาปฏิบัติงาน