

งานเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของประชากร 30 กว่าล้านคนในประเทศไทย เวลากว่า 1 ใน 3 ใช้ไปกับการทำงาน การจัดสภาพในที่ทำงานให้เหมาะสมปราศจากโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่อผู้ทำงานจึงมีความสำคัญ



ปัจจัยหลักในการก่อให้เกิดโรคจากการทำงานมีอยู่ 3 ปัจจัยคือ

❖ **สภาพของผู้ทำงาน (workers)** เด็กและผู้สูงอายุหรือสตรีมีครรภ์ก็มีโอกาสเกิดโรคจากการทำงานได้มากขึ้น ลักษณะรูปร่างของคนที่ไม่เหมาะสมกับสภาพการทำงานสามารถก่อให้เกิดโรคกล้ามเนื้อและกระดูก กระมับพันธุกรรมมีผลต่อการเกิดโรคบางชนิดได้ เช่น ผู้ป่วยที่เป็น seroderma pigmentosum ซึ่งมีความบกพร่องในการซ่อมแซม DNA ทำให้มีโอกาสเกิดมะเร็งผิวหนังจากการสัมผัสถูกแสงแดดได้ง่ายกว่าบุคคลทั่วไป พฤติกรรมของผู้ทำงานมีส่วนสำคัญอย่างมากต่อการเกิดโรคจากการทำงาน เช่น การดื่มสุรา การสูบบุหรี่จะทำให้ผู้ทำงานมีโอกาสเกิดโรคตับ หรือโรคปอดจากการทำงานได้มากขึ้น ประสิทธิภาพการทำงานของผู้ทำงานมีผลต่อการเกิดอุบัติเหตุในการทำงาน โดยผู้ที่มีประสิทธิภาพน้อยมีโอกาสเกิดอุบัติเหตุได้ค่อนข้างมาก นอกจากนี้ ประสิทธิภาพการทำงานที่น้อยอาจส่งผลให้ขาดการระมัดระวังในการทำงานที่ต้องสัมผัสกับสิ่งคุกคามต่อสุขภาพต่างๆ ในที่ทำงานอีกด้วย

❖ **สภาพงาน (work conditions)** ได้แก่ ระบบการทำงาน หน้าที่ความรับผิดชอบ การทำงานเป็นกะ ค่าจ้างสวัสดิการ และความสัมพันธ์ ระหว่างนายจ้างกับลูกจ้างมีผลเกี่ยวข้องกับการเกิดโรคจากการทำงาน เช่น ระบบการทำงานที่มุ่งเน้นที่จำนวนผลผลิตจะกระตุ้นให้คนงานประมาทขาดความระมัดระวัง ในการป้องกันอันตราย การทำงานเป็นกะโดยมีการเปลี่ยนกะอยู่เป็นประจำทำให้คนงานมีปัญหาโรคกระเพาะอาหาร โรคหัวใจและปัญหาทางด้านจิตใจและสังคม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลากรในที่ทำงานมีผลต่อจิตใจ และผลผลิตในการทำงาน

❖ **สิ่งแวดล้อมในการทำงาน (working environments)**

● **สิ่งแวดล้อมด้านกายภาพ (physical environments)** ได้แก่ แสงที่จ้าเกินไปหรือมืดเกินไปมีผลต่อสายตา และสภาพความเครียด เสียงที่ดังเกินไป (noise) ส่งผลให้เกิดภาวะหูเสื่อม อุณหภูมิร้อนหรือหนาวเกินไปทำให้สมดุลย์ของร่างกายเสียไป แรงสั่นสะเทือน

● **สิ่งแวดล้อมด้านชีวภาพ (biological environments)** ได้แก่ สิ่งมีชีวิตเล็กๆ ในที่ทำงาน ได้แก่ เชื้อโรคชนิดต่างๆ ในสถานพยาบาล สัตว์นำโรคหรือสัตว์มีพิษต่างๆ ที่พบในภาคเกษตรกรรม และเชื้อโรคและสัตว์ทดลองในห้องทดลองวิจัย

● **สิ่งแวดล้อมด้านเคมี (chemical environments)** ได้แก่ สารเคมี โลหะหนัก ในรูปฝุ่น คvdn หมอก ละออง ซึ่งสามารถเข้าสู่ร่างกายทั้งทางการหายใจ การกิน หรือผิวหนัง สามารถทำให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพผู้ทำงานได้ทุกระบบทั้งเฉียบพลัน เรื้อรังและอาจก่อให้เกิดมะเร็ง

● **สิ่งแวดล้อมทางด้านจิตใจ (psychological environments)** ได้แก่ สภาพความเครียดในการทำงาน (occupational stress) ความเหนื่อยล้าจากการทำงาน (burnout) ซึ่งสามารถส่งผลให้เกิดโรคทางกายได้ (psychosomatic

disorders)

● **สิ่งแวดล้อมด้านการยศาสตร์ (ergonomics)** การยศาสตร์เป็นวิชาที่เกี่ยวกับการนำเอาศาสตร์ต่างๆ มาปรับใช้กับการจัดสถานที่ทำงานให้เหมาะสมกับผู้ทำงาน การที่ลักษณะที่ทำงานเข้ากันไม่ได้กับตัวผู้ทำงานจะก่อให้เกิดอุบัติเหตุและโรคจากการทำงานได้ เช่น การที่คนงานต้องก้มๆ เงยๆ ทำงานอยู่ตลอดวันทำให้คนงานมีโอกาสเกิดอาการปวดหลังขึ้นได้

โรคที่เกิดจากการทำงานส่วนมากไม่สามารถรักษาได้หรือมีความพิการหลงเหลืออยู่หลังการรักษา ดังนั้นหนทางที่ดีที่สุดในการจัดการกับโรคจากการทำงาน คือ การป้องกันโรค

ที่มา : <http://healthnet.md.chula.ac.th/text/forum3/working/work.html>