ศึกษาความเหนื่อยล้า และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเหนื่อยล้า จากการปฏิบัติงานของพยาบาลโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ

FATIGUE AND FACTORS RELATED TO FATIGUE AMONG REGISTERED NURSES IN A TERTIARY HOSPITAL

อมรรัตน์ จันโยธา 5637068 PHOH / M

วท.ม. (อาชีวอนามัยและความปลอดภัย)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: สุทธินันท์ ฉันท์ธนกุล, M.D., เฉลิมชัย ชัยกิตติภรณ์, Dr.P.H., สุคนธา ศิริ, Ph.D.

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการศึกษาแบบภาคตัดขวาง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเหนื่อยล้าและปัจจัยที่มีผลต่อความเหนื่อยล้าของพยาบาลโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ ซึ่งมีจำนวนตัวอย่าง 216 คน โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูลและระดับความเหนื่อยล้า ร่วมกับเครื่องมือวัดความล้าทางสายตา (Critical Fusion Frequency หรือ CFF) รวมทั้งการตรวจวัดสิ่งแวดล้อม (อุณหภูมิ แสง และเสียง) เพื่อประเมินปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อความเหนื่อยล้า

ผลการศึกษาพบว่า พยาบาลส่วนใหญ่ที่ทำการศึกษามีอายุเฉลี่ย 28.89±6.25 และระดับความเหนื่อยล้าส่วนใหญ่คะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับเหนื่อยล้าเล็กน้อย 34.65±22.65 ซึ่งอาการความเหนื่อยล้าส่วนใหญ่ที่พบคืออ่อนเพลีย ต้องการที่จะนอนหลับหรือพักผ่อนเป็นอย่างมากและง่วงเหงา หาวนอน ตามลำดับ วัดความเหนื่อยล้าที่เกิดขึ้นโดยเครื่องมือวัดความล้าทางสายตา (Critical Fusion Frequency หรือ CFF) พบว่าพยาบาลมีความล้าทางสายตา ร้อยละ6.5 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเหนื่อยล้า คือ การได้รับอบรมหลักสูตรเฉพาะทาง (p-values=0.014) ภาวะเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นขณะปฏิบัติงาน (p-values=0.045) การเดินมาปฏิบัติงาน (p-values=0.009) และ มีปัญหากับผู้ป่วยและญาติ (p-values=0.009) นอกจากนี้พบว่าผลการศึกษาแบบสอบถามระดับความเหนื่อยล้า ร่วมกับเครื่องมือวัดความล้าทางสายตา (CFF) เป็นไปในทิศทางเดียวกัน (kappra=0.54)

ข้อเสนอแนะของการศึกษานี้ เมื่อพยาบาลการได้รับอบรมหลักสูตรเฉพาะทาง มีภาวะเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นขณะปฏิบัติงาน การเดินมาปฏิบัติงาน และ มีปัญหากับผู้ป่วยและญาติ เมื่อบุคลากรมีปัจจัยดังกล่าวควรมีการจัดการให้พยาบาลได้พักก่อนปฏิบัติงาน เพื่อป้องกันผลกระทบที่อาจจะเกิดขึ้นทั้งต่อตนเองและผู้มารับการบริการ

86 หน้า