

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอัตราความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังของพยาบาลที่ทำงานในโรงพยาบาล มีผลการวิเคราะห์ตามลำดับ ดังนี้

- 4.1 ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลส่วนบุคคล
- 4.2 ข้อมูลแสดงอาการต่าง ๆ ที่เกิดในกลุ่มตัวอย่าง
- 4.3 ผลการวินิจฉัยอาการซึมเศร้าหรือท้อแท้ (Major Depressive)
- 4.4 อัตราความชุกของกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง
- 4.5 ผลการวิเคราะห์ของปัจจัยต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง
- 4.6 ข้อมูลความผิดพลาดในงาน การบาดเจ็บ การขาดงานและการลาป่วยในผู้ที่มีกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

4.1 ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลส่วนบุคคล

4.1.1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย เท่ากับ 35.9 ปี ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 96.2) สถานภาพโสด (ร้อยละ 48.1) เท่ากับสถานภาพแต่งงาน (ร้อยละ 48.1) ส่วนข้อมูลการเจ็บป่วยและปัญหาด้านสุขภาพจิต พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยเจ็บป่วย หรือมีปัญหาด้านสุขภาพจิต (ร้อยละ 99.1) และไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 87.5)

ข้อมูลการออกกำลังกาย และการดื่มแอลกอฮอล์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 62.5) และออกกำลังกายน้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์ (ร้อยละ 59.3) โดยมีน้ำหนักเฉลี่ย 54.5 กิโลกรัม มีส่วนสูงเฉลี่ย 159.0 เซนติเมตร และส่วนใหญ่มีค่า BMIปกติ (ระหว่าง 18.5 - 24.9) (ร้อยละ 77.8)

ข้อมูลการนอนหลับ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีจำนวนชั่วโมงที่นอนหลับ 5-7 ชม. (ร้อยละ 73.8) ส่วนการนอนหลับในช่วงทำงานกะกลางคืน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่นอนหลับสนิท (ร้อยละ 44.3) และไม่ใช้ยานอนหลับ (ร้อยละ 87.5)

ข้อมูลการทำงานในโรงพยาบาล พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่สังกัดแผนกหน่วยบำบัดพิเศษและหน่วยวิกฤต(ร้อยละ 28.7) มีระยะเวลาในการทำงานมากกว่า 15 ปี (ร้อยละ 38.4) จำนวนชั่วโมงที่ทำงานต่อสัปดาห์มากกว่า 50 ชม (ร้อยละ 45.5) และมีรายได้ต่อเดือน 10,000-15,000 บาท (ร้อยละ 44.1) ส่วนการทำงานต่อสัปดาห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ทำงานเป็นกะ (ร้อยละ 57.2) และมีลักษณะการหมุนเวียนต่อสัปดาห์ ไม่แน่นอน (ร้อยละ 78.5) (ตารางที่ 4.1)

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
1. อายุ		
- 20-30 ปี	268	38.8
- 31-40 ปี	201	29.1
- 41-50 ปี	176	25.5
- มากกว่า 50 ปี	45	6.6
Min = 23.0 Max = 57.0 Mean = 35.9 SD. = 9.3		
2. ระดับการศึกษา		
- ปริญญาตรี	664	96.2
- สูงกว่าปริญญาตรี	26	3.8
3. สถานภาพสมรส		
- โสด	332	48.1
- แต่งงาน	332	48.1
- หม้าย/หย่าร้างหรือแยกกันอยู่	26	3.8
4. การเจ็บป่วยและปัญหาด้านสุขภาพจิต		
- ไม่เคย	684	99.1
- เคย เป็นโรคซึมเศร้า	6	0.9
5. การรักษา		
- ได้รับการรักษา	6	100.0
6. โรคประจำตัว		
- ไม่มี	604	87.5
- มี ได้แก่ 1) ภาวะพร่องฮอร์โมน	20	2.9
2) โรคหัวใจและหลอดเลือด	11	1.6
3) การติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี หรือซี	13	1.9
4) มะเร็งหรือเนื้องอก	9	1.3
5) วัณโรค	3	0.4
6) เบาหวาน	6	0.9
7) โลหิตจาง	10	1.4
8) โรคข้อ และไขกระดูก	14	2.0

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจำแนกตาม
ปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
7. การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์		
- ไม่ดื่ม	431	62.5
- ดื่มแต่นานๆครั้ง	257	37.2
- ดื่มเป็นประจำ	2	0.3
8. การออกกำลังกาย		
- ไม่ออกกำลังกาย	169	24.5
- ออกน้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์	409	59.3
- ออกมากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์	112	16.2
9. น้ำหนัก		
- น้อยกว่าหรือเท่ากับ 40 กก.	12	1.8
- 40-50 กก.	252	36.5
- มากกว่า 50 กก.	426	61.7
Min = 40 Max = 98 Mean = 54.5 SD. = 8.4		
10. ส่วนสูง		
- 150-155 ซม.	163	23.6
- 156-160 ซม.	299	43.4
- มากกว่า 160 ซม.	228	33.0
Min = 140 Max = 180 Mean = 159.0 SD. = 5.6		
11. จำนวนชั่วโมงที่นอนหลับ		
- 5-7 ชม.	509	73.8
- มากกว่า 7 ชม.	181	26.2
Min = 5 Max = 12 Mean = 6.6 SD. = 1.1		
12. BMI		
- น้อยกว่า 18.5 (ผอม)	65	9.5
- 18.5 – 24.9 (ปกติ)	537	77.8
- 25 -25.9 (overweight)	76	11.0
- มากกว่า 30 (อ้วน)	12	1.7
Min = 17.1 Max =34.7 Mean = 21.5 SD. = 3.2		

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจำแนกตาม
ปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
13. ทำงานเป็นกะ		
- ไซ	395	57.2
- ไม่ไซ	295	42.8
14. ลักษณะการหมุนเวียนของงานกะใน 1 สัปดาห์ (n=395 คน)		
- วันนี้เข้าพรุ่งนี้ป่วย	7	1.8
- วันนี้ป่วยพรุ่งนี้เข้า	75	19.0
- หมุนเวียนไม่แน่นอน	310	78.5
- กลางคืน	3	0.7
15. ลักษณะการนอนหลับในช่วงทำงานกะกลางคืน (n=395 คน)		
- หลับสนิท	175	44.3
- ไม่หลับน้อยกว่า3วัน/สัปดาห์	158	40.0
- ไม่หลับมากกว่า3วัน/สัปดาห์	62	15.7
16. การใช้อานอนหลับ		
- ไม่ใช้	604	87.5
- ใช้นาน ๆ ครั้ง	73	10.6
- ใช้เป็นประจำ	13	1.9
17. ระยะเวลาที่ทำงานในโรงพยาบาล		
- น้อยกว่า 5 ปี	155	22.5
- 5-10ปี	180	26.1
- 10 -15 ปี	90	13.0
- มากกว่า15 ปี	265	38.4
Min = 1 Max = 4 Mean = 2.7 SD. = 1.2		

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
18. แผนกที่ทำงาน		
- ส่วนสนับสนุนและผู้ป่วยนอก	100	14.5
- ศัลยกรรม	132	19.1
- อายุรกรรม	156	22.6
- สูติกรรม	54	7.8
- กุมารเวชกรรม	50	7.3
- หน่วยบำบัดพิเศษและหน่วยวิกฤต	198	28.7
19. รายได้ต่อเดือน		
- 10,000-15,000 บาท	304	44.1
- 15,001-20,000 บาท	179	25.9
- 20,001-25,000 บาท	120	17.4
- มากกว่า 25,000 บาท	87	12.6
Min = 7,000 Max = 35,000 Mean = 17,486.8 SD. = 6,651.6		
20. จำนวนชั่วโมงในการทำงานต่อสัปดาห์		
- 40-45 ชม	222	32.2
- 46-50 ชม	154	22.3
- มากกว่า 50 ชม	314	45.5
Min = 40 Max = 80 Mean = 55.0 SD. = 14.2		

4.1.2 ปัจจัยนอกงาน

ข้อมูลปัจจัยนอกงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีฐานะทางการเงินพอใช้ (ร้อยละ 83.5) ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับสมาชิกในครอบครัวหรือคนรัก (ร้อยละ 88.7) ไม่ต้องดูแลสมาชิกในครอบครัวเพียงคนเดียว (ร้อยละ 82.2) และมีวันหยุดที่ตรงกับวันหยุดสุดสัปดาห์และวันนักขัตฤกษ์ (ร้อยละ 50.6) และ มีเวลาเพียงพอในการทำกิจกรรมนันทนาการหรือพบปะสังสรรค์ (ร้อยละ 50.1) (ตารางที่ 4.2)

ตารางที่ 4.2 ปัจจัยนอกงานของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาล

ปัจจัยนอกงาน	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
1. ฐานะทางการเงิน		
- ไม่พอใช้	114	16.5
- พอใช้	576	83.5
2. ปัญหาเกี่ยวกับสมาชิกในครอบครัวหรือคนรัก		
- ไม่มี	612	88.7
- มี	78	11.3
3. การดูแลสมาชิกในครอบครัวเพียงคนเดียว		
- ไม่ใช่	567	82.2
- ใช่	123	17.8
4. มีวันหยุดที่ตรงกับวันหยุดสุดสัปดาห์ หรือวันนักขัตฤกษ์		
- ไม่มี/เหมาะสม	23	3.3
- ไม่มี/ไม่เหมาะสม	76	11.0
- มี/เหมาะสม	349	50.6
- มี/ไม่เหมาะสม	242	35.1
5. มีเวลาในการทำกิจกรรมนันทนาการ หรือพบปะสังสรรค์		
- ไม่เพียงพอ	344	49.9
- เพียงพอ	346	50.1

4.1.3 ปัจจัยจากการทำงาน

ข้อมูลปัจจัยจากการทำงาน ด้านความต้องการในงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คิดว่า งานที่ปฏิบัติเป็นงานที่ทำทลายความสามารถ (ร้อยละ 84.3) งานที่ปฏิบัติมีความมั่นคงและความปลอดภัยกับชีวิต (ร้อยละ 65.7) และงานที่ปฏิบัติต้องใช้ความรับผิดชอบสูง (ร้อยละ 97.7)

ส่วนด้านการควบคุมงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอิสระในการปฏิบัติงานและการตัดสินใจ (ร้อยละ 69.9) มีโอกาสเสนอความเห็นในการปฏิบัติงาน (ร้อยละ 91.6) และมีส่วนร่วมในการกำหนดตารางการทำงานของตนเอง (ร้อยละ 73.8)

ส่วนด้านการสนับสนุนทางสังคมในที่ทำงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คิดว่า ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานราบรื่นดี (ร้อยละ 94.1) ได้รับความช่วยเหลือและคำปรึกษาจากผู้ร่วมงาน (ร้อยละ 96.1) และได้รับการยอมรับนับถือจากผู้ร่วมงาน (ร้อยละ 95.5)

ส่วนปัจจัยจากงานด้านอื่น พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คิดว่า งานที่ปฏิบัติไม่มีโอกาสก้าวหน้าในตำแหน่งที่สูงขึ้น (ร้อยละ 55.7) การทำงานนอกเวลา (ร้อยละ 54.3) ปริมาณงานในความรับผิดชอบมีความเหมาะสม (ร้อยละ 56.8) และสภาพแวดล้อมในการทำงานมีความเหมาะสม (ร้อยละ 62.9) (ตารางที่ 4.3)

ตารางที่ 4.3 ปัจจัยจากการทำงานของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาล

ปัจจัยจากการทำงาน	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
ด้านความต้องการในงาน		
1. งานที่ปฏิบัติเป็นงานที่ทำทลายความสามารถ		
- ใช่	582	84.3
- ไม่ใช่	108	15.7
2. งานที่ปฏิบัติมีความมั่นคงและปลอดภัยกับชีวิต		
- ใช่	453	65.7
- ไม่ใช่	237	34.3
3. งานที่ปฏิบัติต้องใช้ความรับผิดชอบสูง		
- ใช่	674	97.7
- ไม่ใช่	16	2.3
ด้านการควบคุมงาน		
1. มีอิสระในการปฏิบัติงานและการตัดสินใจ		
- ใช่	482	69.9
- ไม่ใช่	208	30.1

ตารางที่ 4.3 ปัจจัยจากการทำงานของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาล
(ต่อ)

ปัจจัยจากการทำงาน	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
2. มีโอกาสเสนอความเห็นในการปฏิบัติงาน		
- ใช่	632	91.6
- ไม่ใช่	58	8.4
3. มีส่วนร่วมในการกำหนดตารางการทำงานของตนเอง		
- ใช่	509	73.8
- ไม่ใช่	181	26.2
ด้านการสนับสนุนทางสังคมในที่ทำงาน		
1. ความสัมพันธ์ของผู้ร่วมงานราบรื่นดี		
- ใช่	649	94.1
- ไม่ใช่	41	5.9
2. ได้รับความช่วยเหลือและคำปรึกษาจากผู้ร่วมงาน		
- ใช่	663	96.1
- ไม่ใช่	27	3.9
3. ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้ร่วมงาน		
- ใช่	659	95.5
- ไม่ใช่	31	4.5
ปัจจัยจากงานด้านอื่น		
1. มีโอกาสก้าวหน้าในตำแหน่งที่สูงขึ้น		
- ใช่	306	44.3
- ไม่ใช่	384	55.7
2. มีการทำงานนอกเวลา		
- ใช่	375	54.3
- ไม่ใช่	315	45.7
3. ปริมาณงานในความรับผิดชอบมีความเหมาะสม		
- ใช่	392	56.8
- ไม่ใช่	298	43.2

ตารางที่ 4.3 ปัจจัยจากการทำงานของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาล (ต่อ)

ปัจจัยจากการทำงาน	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
14. สภาพแวดล้อมการทำงานในที่ทำงาน		
- เหมาะสมดีแล้ว	455	65.9
- ไม่เหมาะสม	235	34.1

4.1.4 อาการล้าหรืออ่อนเพลีย

ข้อมูลเกี่ยวกับอาการล้าหรืออ่อนเพลีย (Chronic Fatigue Syndrome) เป็นเวลานานมากกว่า 6 เดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีอาการล้าหรืออ่อนเพลีย จำนวน 550 คน (ร้อยละ 79.7) รองลงมา คือ มีอาการล้า/ไม่รู้สึกลึ่ดขึ้นหรือหาย แม้ว่าจะพักเป็นเวลาเพียงพอหรือไม่ได้ทำงานหนักมาก จำนวน 140 คน (ร้อยละ 20.3)

เมื่อพิจารณาผู้ที่มีอาการล้าหรืออ่อนเพลีย (จำนวน 140 คน) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เคยให้แพทย์ตรวจวินิจฉัย แต่ไม่สามารถให้การวินิจฉัยโรคได้ (ร้อยละ 89.3) และคิดว่าอาการจะส่งผลกระทบต่อ การประกอบอาชีพ (ร้อยละ 76.4) และอาการไม่รู้สึกลึ่ดขึ้นหลังจากพักผ่อน (ร้อยละ 77.1) ส่วนปัญหาทางสุขภาพเรื้อรังต่อเนื่อง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีอาการเจ็บคอเรื้อรัง (ร้อยละ 82.1) ไม่มีอาการเจ็บหรือรู้สึกลึ่ดปวดบริเวณต่อมทอนซิลหรือต่อมไทรอยด์ (ร้อยละ 88.6) เคยปวดเมื่อยกล้ามเนื้อโดยไม่มีสาเหตุ (ร้อยละ 80.0) ไม่มีอาการปวดบริเวณข้อ ซึ่งปวดจากข้อหนึ่งและย้ายไปอีกข้อหนึ่ง (ร้อยละ 65.0) ไม่มีอาการปวดศีรษะ (ร้อยละ 50.7) มีปัญหาในเรื่องความจำระยะสั้นหรือสมาธิ (ร้อยละ 52.1) มีอาการล้าเป็นเวลามากกว่า 24 ชั่วโมงหลังจากออกแรงหรือออกกำลังกาย (ร้อยละ 71.4) และมีปัญหานอนหลับยาก (ร้อยละ 77.1) (ตารางที่ 4.4)

ตารางที่ 4.4 อาการลำหรืออ่อนเพลียของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาล

อาการลำหรืออ่อนเพลีย	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
1. มีอาการลำหรืออ่อนเพลียเป็นเวลานานมากกว่า 6 เดือน (n=690)		
- มีอาการ	140	20.3
- ไม่มีอาการ	550	79.7
2. แพทย์ที่เคยตรวจวินิจฉัยไม่สามารถให้การวินิจฉัยโรค (n=140 คน)		
- ใช่	125	89.3
- ไม่ใช่	15	10.7
3. อาการลำนี้ส่งผลทำให้มีการรบกวนการประกอบอาชีพ (n=140 คน)		
- ใช่	107	76.4
- ไม่ใช่	33	23.6
4. อาการเหนื่อยล้าไม่รู้สึกลดขึ้นหลังจากพักผ่อน (n=140 คน)		
- ใช่	108	77.1
- ไม่ใช่	32	22.9
5. ปัญหาทางสุขภาพเรื้อรังเป็นระยะเวลาานมากกว่าหรือเท่ากับ 6 เดือน (n=140 คน)		
5.1 เจ็บคอเรื้อรังโดยไม่มีสาเหตุ		
- มีอาการ	25	17.9
- ไม่มีอาการ	115	82.1
5.2 กดเจ็บหรือรู้สึกปวดบริเวณต่อมเหงื่อ บริเวณคอหรือใต้รักแร้ (n=140 คน)		
- มีอาการ	16	11.4
- ไม่มีอาการ	124	88.6
5.3 ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อโดยไม่มีสาเหตุ (n=140คน)		
- มีอาการ	112	80.0
- ไม่มีอาการ	28	20.0
5.4 ปวดบริเวณข้อ (n=140 คน)		
- มีอาการ	49	35.0
- ไม่มีอาการ	91	65.0

ตารางที่ 4.4 อาการลำหรืออ่อนเพลียของพยาบาลหญิงระดับปฏิบัติการที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาล (ต่อ)

อาการลำหรืออ่อนเพลีย	จำนวน (n=690)	ร้อยละ
5.5 ปวดศีรษะ (n=140 คน)		
- มีอาการ	69	49.3
- ไม่มีอาการ	71	50.7
5.6 ความจำระยะสั้น (n=140 คน)		
- มีอาการ	73	52.1
- ไม่มีอาการ	67	47.9
5.7 รู้สึกล้าเป็นเวลามากกว่า 24 ชั่วโมงหลังจากออกแรง (n=140 คน)		
- มีอาการ	100	71.4
- ไม่มีอาการ	40	28.6
5.8 นอนหลับยากหรือนอนหลับมากกว่าปกติ (n=140 คน)		
- มีอาการ	108	77.1
- ไม่มีอาการ	32	22.9

4.2 ความรุนแรงของอาการเหนื่อยล้า

ข้อมูลความรุนแรงของอาการต่าง ๆ ที่อยู่ในกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาการอยู่ในระดับความรุนแรงเล็กน้อย ได้แก่ การมีความล้าเกิดขึ้นมาก การมีปัญหาในเรื่องการใช้ความคิด การมีปัญหาทางสุขภาพจิต มีอาการทางระบบประสาท การมีอาการคล้ายมีไข้ เจ็บคอเรื้อรัง การเจ็บบริเวณ ต่อม้ำน้ำเหลือง บริเวณข้างคอหรือใต้รักแร้ มีอาการคัดจมูกหรือภูมิแพ้มากขึ้น น้ำหนักตัวเปลี่ยนแปลงในช่วง 6 เดือน ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อและข้อ การมีอาการปวดท้อง ท้องเสีย อาเจียน ท้องอืดหรือมีภาวะ Irritable bowel syndrome มีไข้ต่ำหรือรู้สึกตัวร้อนบ่อย ๆ การมีใจสั่น การมีภาวะอาการ premenstrual syndrome การมีอาการแสดงของเริมหรืองูสวัด การปัสสาวะลำบากหรือมีปัญหาในการขับถ่ายปัสสาวะ และการมีอาการอื่น ๆ ที่ไม่สามารถอธิบายได้ โดยมีค่าเฉลี่ยของความรุนแรงน้อยกว่า 3.99 (ตารางที่ 4.5)

ตารางที่ 4.5 ความรุนแรงของอาการต่าง ๆ ที่เกิดในกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

อาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง	จำนวนที่ ตอบ (ร้อยละ)	ระดับความรุนแรงของ อาการ			— X	SD.
		เล็ก น้อย (1-3)	ปาน กลาง (4-6)	มาก (มาก กว่า 6)		
1. มีความล้าเกิดขึ้นมาก	567 (82.2)	54.7	33.0	12.3	3.69	2.06
2. มีปัญหาในเรื่องการใช้ความคิด	483 (70.0)	64.8	25.7	9.5	3.11	2.17
3. มีปัญหาทางสุขภาพจิต	371 (53.8)	74.4	17.5	8.1	2.69	2.03
4. มีอาการทางระบบประสาท	379 (54.9)	73.4	15.3	11.3	2.88	2.48
5. มักมีอาการคล้ายมีไข้ เจ็บคอเรื้อรัง	341 (49.4)	70.1	21.4	8.5	2.87	2.19
6. เจ็บบริเวณ ต่อม้ำเหลือง บริเวณข้าง คอหรือใต้รักแร้	144 (20.9)	77.8	16.7	5.6	2.49	2.07
7. มีอาการคัดจมูกหรือภูมิแพ้มากขึ้น	362 (52.5)	69.6	15.2	15.2	3.30	2.58
8. น้ำหนักตัวเปลี่ยนแปลงในช่วง 6 เดือน	331 (48.0)	69.8	20.5	9.7	2.95	2.21
9. ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อและข้อ	484 (70.1)	66.1	21.1	12.8	3.15	2.39
10. ปวดท้อง ท้องเสีย อาเจียน ท้องอืด หรือมีภาวะ Irritable bowel syndrome	314 (45.5)	72.6	16.9	10.5	2.97	2.35
11. มีไข้ต่ำหรือรู้สึกตัวร้อนบ่อย ๆ	272 (39.4)	76.5	16.2	7.4	2.56	2.14
12. รู้สึกมีใจสั่น	287 (41.6)	80.8	11.1	8.0	2.43	2.08
13. มีภาวะอาการ premenstrual syndrome	279 (40.4)	73.5	20.1	6.5	2.70	2.07
14. เกิดอาการแสดงของเริมหรืองูสวัด	69 (10.0)	76.8	11.6	11.6	2.86	2.25
15. บัสสาวะลำบากหรือมีปัญหา ในการขับถ่ายบัสสาวะ	136 (19.7)	78.7	14.7	6.6	2.48	2.01
16. อาการอื่น ๆ ที่ไม่สามารถอธิบายได้	179 (25.9)	67.6	19.6	12.8	3.12	2.46

หมายเหตุ :	เกณฑ์การแปลค่าเฉลี่ยของระดับความรุนแรงของอาการ		
	0.00	หมายถึง	ไม่มีอาการ
	1.00 - 3.99	หมายถึง	มีอาการน้อย
	4.00 - 6.99	หมายถึง	มีอาการปานกลาง
	7.00 - 10.00	หมายถึง	มีอาการมาก

4.3 ผลการวินิจฉัยอาการซึมเศร้าหรือท้อแท้ (Major Depressive)

การวินิจฉัยอาการซึมเศร้าหรือท้อแท้ (Major Depressive) ในการศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อคัดแยกบุคคลที่มีภาวะดังกล่าวออกจากการศึกษา โดยใช้ แบบคัดกรองสุขภาพจิต (Mini international neuropsychiatric structure interview : M.I.N.I.) ซึ่งเป็นแบบทดสอบมาตรฐาน และเคยถูกใช้คัดกรองสุขภาพจิต เพื่อประเมินภาวะ Major depressive ในชุมชนและหน่วยงานต่างๆ ในประเทศไทยมาแล้ว ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ เกณฑ์การวินิจฉัยคือเมื่อตอบใช่ทั้ง ข้อ 1 และ 2 และตอบใช่ 5 ข้อขึ้นไปในข้อย่อยข้อที่ 3.1 -3.7

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีบุคคลที่เข้าข่ายว่าเป็น Major Depressive จำนวน 33 คน คิดเป็นอัตราชุกร้อยละ 4.8 โดยมีพยาบาลที่ตอบว่ามีอาการซึมเศร้าหรือท้อแท้อย่างต่อเนื่องเกือบตลอดวันและเกือบทุกวัน ในช่วง 6 เดือน จำนวน 92 คนคิดเป็นร้อยละ 13.3 จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ตอบว่ามีความรู้สึกสนใจเรื่องต่างๆ ลดอย่างมากๆ หรือแทบจะไม่สามารถรู้สึกสนุกสนานเหมือนเคย ในช่วง 6 เดือน จำนวน 75 คน ตอบว่ามีอาการเบื่ออาหารเพิ่มขึ้นจำนวน 41 คน ตอบว่ามีปัญหาในการนอนหลับจำนวน 47 คน ตอบว่ามีอาการเคลื่อนไหวช้าลงกว่าปกติ หรือรู้สึกหงุดหงิด กระสับกระส่าย หรือนั่งอยู่นิ่งๆ ไม่ได้เกือบทุกวันจำนวน 36 คน ตอบว่ามีอาการอ่อนเพลียหรือไม่มีแรงเกือบทุกวันจำนวน 31 คน ตอบว่ารู้สึกไร้ค่าหรือรู้สึกผิดเกือบทุกวันจำนวน 17 คน ตอบว่าไม่มีสมาธิหรือตัดสินใจไม่ค่อยได้เกือบทุกวันจำนวน 14 คน ตอบว่ามีการคิดทำร้ายตัวเองซ้ำๆ รู้สึกอยากฆ่าตัวตาย หรืออยากตายจำนวน 7 คน (ตารางที่ 4.6) ซึ่งบุคคลที่เข้าข่ายว่าเป็น Major Depressive จำนวน 33 คนนี้ ถูกตัดออกจากการศึกษา

ตารางที่ 4.6 อาการซึมเศร้าหรือท้อแท้ (Major Depressive)

อาการซึมเศร้าหรือท้อแท้ (Major Depressive) ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา	จำนวน(n=690)	ร้อยละ
1. อาการซึมเศร้าหรือท้อแท้อย่างต่อเนื่องเกือบตลอดวันและเกือบทุกวัน ในช่วง 6 เดือน ที่ผ่านมา (n=690)		
- มีอาการ	92	13.3
- ไม่มีอาการ	598	86.7
2. ในช่วง 6 เดือน มีความรู้สึกสนใจเรื่องต่างๆ ลดอย่างมากๆ หรือแทบจะไม่สามารถรู้สึกสนุกสนานเหมือนเคย (n=92 คน)		
- มีอาการ	75	81.5
- ไม่มีอาการ	17	18.5
3. ในช่วง 6 เดือน มีความรู้สึกซึมเศร้าหรือเบื่อหน่าย (n=75 คน)		
3.1 เบื่ออาหารเพิ่มขึ้น		
- มีอาการ	41	54.7
- ไม่มีอาการ	34	45.3
3.2 ปัญหาในการนอนหลับ (n=75 คน)		
- มีอาการ	47	62.7
- ไม่มีอาการ	28	37.3
3.3 เคลื่อนไหวช้าลงกว่าปกติ หรือรู้สึกหงุดหงิด กระสับกระส่าย หรือนั่งอยู่นิ่งๆ ไม่ได้เกือบทุกวัน (n=75 คน)		
- มีอาการ	36	48.0
- ไม่มีอาการ	39	52.0
3.4 อ่อนเพลียหรือไม่มีแรงเกือบทุกวัน (n=75 คน)		
- มีอาการ	31	41.3
- ไม่มีอาการ	44	58.7
3.5 รู้สึกไร้ค่าหรือรู้สึกผิดเกือบทุกวัน (n=75 คน)		
- มีอาการ	17	22.7
- ไม่มีอาการ	58	77.3

ตารางที่ 4.6 แสดงอาการซึมเศร้าหรือท้อแท้ (Major Depressive)(ต่อ)

อาการซึมเศร้าหรือท้อแท้ (Major Depressive)ในช่วง 6 เดือน ที่ ผ่านมา	จำนวน(n=690)	ร้อยละ
3.6 ไม่มีสมาธิหรือตัดสินใจไม่ค่อยได้เกือบทุกวัน (n=75 คน)		
- มีอาการ	14	18.7
- ไม่มีอาการ	61	81.3
3.7 คิดทำร้ายตัวเองซ้ำๆ รู้สึกอยากฆ่าตัวตาย หรืออยากตาย (n=75 คน)		
- มีอาการ	7	9.3
- ไม่มีอาการ	68	90.7

4.4 ผลการวิเคราะห์อัตราชุกของกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังของพยาบาลที่ทำงานในโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช

จากเกณฑ์การวินิจฉัยกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังของ CDC 1994 ที่กำหนดไว้ว่า ผู้ที่จะอยู่ในข่ายของผู้ป่วยกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังจะต้องมีอาการทั้ง 4 ข้อของเกณฑ์หลัก และจะต้องมีอาการ 4 ข้อ ใน 8 ข้อของอาการเพิ่มเติม

โดยเกณฑ์หลักได้แก่

1. อาการเหนื่อยล้าเรื้อรังเกิดขึ้นเป็นระยะเวลามากกว่าหรือเท่ากับ 6 เดือนโดยไม่สามารถอธิบายสาเหตุได้ ทั้งนี้อาจเกิดอาการขึ้นอย่างต่อเนื่องหรือหายและกลับเป็นซ้ำ
2. อาการเหนื่อยล้าไม่เป็นผลมาจากโรคหรือพยาธิสภาพอื่นๆ ความเหนื่อยล้านั้นไม่ได้มีสาเหตุจากการทำงานหนักหรือออกแรงมาก
3. อาการเหนื่อยล้าไม่สามารถกลับเป็นปกติได้หรือรู้สึกดีขึ้น หลังจากพักผ่อนอย่างเพียงพอ
4. อาการเหนื่อยล้านั้นเป็นผลให้มีการลดลงของการทำกิจวัตรประจำวันทั้งยังรวมไปถึงความสามารถในการประกอบอาชีพที่ลดน้อยลงด้วย

อาการเพิ่มเติมได้แก่

1. มีความบกพร่องหรือลดลงของความจำระยะสั้นหรือสมาธิ โดยส่งผลกระทบต่อความสามารถในการประกอบอาชีพ และการทำกิจวัตรประจำวันลดลง
2. เจ็บคอ
3. กัดเจ็บบริเวณต่อมน้ำเหลืองที่คอหรือใต้รักแร้
4. ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ
5. ปวดตามข้อโดยปราศจากการบวมหรือแดง
6. ปวดศีรษะ ซึ่งแตกต่างจากเดิม ทั้งรูปแบบและความรุนแรง
7. นอนหลับไม่สดชื่น
8. หลังออกกำลังกายแล้วมากกว่า 24 ชั่วโมงยังคงรู้สึกเหนื่อยล้าอยู่

เกณฑ์การวินิจฉัย กลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง เมื่อกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามส่วนที่ 4 ว่าใช่ทุกข้อ ในข้อ 1 - 4 และในข้อ5ตอบใช่อย่างน้อย 4 ข้อจาก 8 ข้อ

ในการศึกษาครั้งนี้ได้ทำการแยกผู้ที่เข้าข่าย Major Depressive Disorder ออกจำนวน 33 คน จึงเหลือ ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังจำนวน 88 คน คิดเป็นอัตราความชุกร้อยละ 13.4

4.5 ปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังของพยาบาลที่ทำงาน ในโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช

จากผลการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังของพยาบาลที่ทำงานในโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช โดยใช้ Chi square ทดสอบความสัมพันธ์ของแต่ละปัจจัย และOdd ratio วิเคราะห์ขนาดของความสัมพันธ์

4.5.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปที่มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

ผลการวิเคราะห์ พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ($p < 0.05$) ประกอบด้วย กลุ่มที่มีการออกกำลังกายน้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์มีโอกาสเป็นเกิดกลุ่มอาการน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ออกกำลังกาย 2.70 เท่า (95%CI = 0.17-0.82) กลุ่มที่มีค่า BMI มากกว่า 30 (อ้วน) มีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่ากลุ่มที่มีค่า BMIปกติ 2.54 เท่า (95%CI = 1.12-4.84) กลุ่มที่มีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 25,000 บาทมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการน้อยกว่ากลุ่มที่มีรายได้ต่อเดือน 10,000 - 15,000 บาท 3.33 เท่า (95%CI = 0.11-0.83) ในขณะที่ปัจจัยอื่นๆอันได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จำนวนชั่วโมงที่นอนหลับ การทำงานเป็นกะ ลักษณะการหมุนเวียนของงานกะ ลักษณะการนอนหลับ ในช่วงทำงานกะกลางคืน ระยะเวลาที่ทำงานในโรงพยาบาล แผนกที่ทำงาน ไม่พบว่ามี ความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 4.7)

ตารางที่ 4.7 ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง		Odds ratio (95%CI)	p value
	คนที่เป็น	คนที่ไม่เป็น		
1. อายุ				
- 20-30 ปี	38	217	1	
- 31-40 ปี	20	174	0.28 (0.07 -1.20)	NS
- 41-50 ปี	28	137	0.42(0.10 -1.89)	NS
- มากกว่า 50 ปี	2	41	0.24 (0.55 -1.045)	NS
2. ระดับการศึกษา				
- ปริญญาตรี	82	551	1	
- สูงกว่าปริญญาตรี	6	18	2.24(0.86 -5.81)	NS
3. สถานภาพสมรส				
- โสด	36	279	1	
- แต่งงาน	50	266	0.65 (0.15-2.84)	NS
- หม้าย/หย่าร้างหรือแยกกันอยู่	2	24	0.44 (0.10-1.93)	NS
4. การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์				
- ไม่ดื่ม	47	366	1	
- ดื่มแต่นานๆครั้ง	41	203	1.57 (1.00-2.47)	NS
5. การออกกำลังกาย				
- ไม่ออกกำลังกาย	30	123	1	
- ออกน้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์	49	347	0.37 (0.17 -0.82)	<.05
- ออกมากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์	9	99	0.64 (0.31 -1.36)	NS
6. จำนวนชั่วโมงที่นอนหลับ				
- น้อยกว่า 7 ชม.	70	410	1	
- มากกว่า 7 ชม.	18	159	0.66 (0.38 -1.15)	NS
7. BMI				
- น้อยกว่า 18.5 (ผอม)	9	52	1.10(0.61-1.57)	NS
- 18.5 – 24.9 (ปกติ)	70	445	1	
- 25 -29.9 (Overweight)	9	67	0.85(0.32-1.36)	NS
- มากกว่า 30 (อ้วน)	5	7	2.54(1.12-4.84)	<.05

ตารางที่ 4.7 ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง(ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง		Odds ratio (95%CI)	p value
	คนที่ เป็น	คนที่ เป็น		
8. ทำงานเป็นกะ				
- ไม่ใช่	35	244	1	
- ใช่	53	325	0.88(0.56 -1.39)	NS
9. ลักษณะการหมุนเวียนของงานกะ (n=378 คน)				
- วันนี้เข้าพรุ่งนี้ป่วย (หมุนตามเข็มนาฬิกา)	4	3	1	
- วันนี้ป่วยพรุ่งนี้เข้า (หมุนทวนเข็มนาฬิกา)	8	67	0.09 (0.02 -1.47)	NS
- หมุนเวียนไม่แน่นอน	41	252	0.12 (0.03-1.62)	NS
- กลางคืน	0	3	0	NS
10. ลักษณะการนอนหลับในช่วงทำงานกะกลางคืน (n=378 คน)				
- หลับสนิท	19	147	1	
- ไม่หลับน้อยกว่า3วัน/สัปดาห์	28	126	0.89(0.34 -2.36)	NS
- ไม่หลับมากกว่า3วัน/สัปดาห์	7	51	0.52 (0.20 -1.33)	NS
11. การใช้ยานอนหลับ				
- ไม่ใช่	77	501	1	
- ใช้นาน ๆ ครั้ง	9	59	1.45 (0.31 -6.82)	NS
- ใช้เป็นประจำ	2	9	1.46 (0.27 -7.86)	NS
12. ระยะเวลาที่ทำงานในโรงพยาบาล				
- น้อยกว่า 5 ปี	28	124	1	
- 5-10ปี	16	152	0.75 (0.44 -1.29)	NS
- 10 -15 ปี	8	80	1.61(0.86 -2.99)	NS
- มากกว่า15 ปี	36	213	1.69 (0.75 -3.79)	NS

ตารางที่ 4.7 ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง(ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง		Odds ratio (95%CI)	p value
	คนที่เป็น	คนที่ไม่เป็น		
13. แผนกที่ทำงาน				
- ส่วนสนับสนุนและผู้ป่วยนอก	7	86	1	
- ศัลยกรรม	16	107	1.94 (0.81 -4.64)	NS
- อายุรกรรม	30	118	1.05 (0.54-2.06)	NS
- สูติกรรม	5	48	0.62 (0.35 -1.10)	NS
- กุมารเวชกรรม	4	45	1.51 (0.55 -4.15)	NS
- หน่วยบำบัดพิเศษ/หน่วยวิกฤต	26	165	1.77(0.59 -5.34)	NS
14. รายได้ต่อเดือน				
- 10,000-15,000 บาท	40	250	1	
- 15,001-20,000 บาท	23	148	0.40 (0.15-1.05)	NS
- 20,001-25,000 บาท	20	93	0.41(0.15 -1.13)	NS
- มากกว่า 25,000 บาท	5	78	0.30(0.11 -0.83)	<.05
15. จำนวนชั่วโมงที่ทำงานต่อสัปดาห์				
- 40-45 ชม	33	181	1	
- 46-50 ชม	38	252	0.83(0.50 -1.37)	NS
- มากกว่า 50 ชม	17	136	1.21(0.66 -2.22)	NS

4.5.2 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยนอกงานที่มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

ผลการวิเคราะห์ พบว่า ปัจจัยนอกงานที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ได้แก่ การมีกับปัญหาสมาชิกในครอบครัวหรือคนรักมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่าการไม่มีปัญหา 2.81 เท่า (95%CI = 1.58-4.97) ด้านเวลาในการทำกิจกรรมนันทนาการ หรือพบปะสังสรรค์เพียงพอมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการน้อยกว่าไม่เพียงพอ 1.75 เท่า (95%CI = 0.36-0.9) ส่วนปัจจัยที่พบว่าไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติคือ ฐานะทางการเงิน การดูแลสมาชิกในครอบครัวเพียงคนเดียว การมีวันหยุดที่ตรงกับวันหยุดสุดสัปดาห์ หรือวันหยุดนักขัตฤกษ์ (ตารางที่ 4.8)

ตารางที่ 4.8 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนอกงานกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

ปัจจัยนอกงาน	กลุ่มอาการ เหนื่อยล้าเรื้อรัง		Odds ratio (95%CI)	p value
	คนที่ เป็น	คนที่ไม่เป็น		
1. ด้านฐานะทางการเงิน				
- ไม่พอใช้	18	85	1	
- พอใช้	70	484	0.68(0.39-1.20)	NS
2. ด้านปัญหา กับสมาชิกในครอบครัวหรือคนรัก				
- ไม่มี	68	515	1	
- มี	20	54	2.81(1.58-4.97)	<.05
3. ด้านการดูแลสมาชิกในครอบครัวเพียงคนเดียว				
- ไม่ใช่	67	474	1	
- ใช่	21	95	1.56(0.91 -2.68)	NS
4. ด้านวันหยุดที่ตรงกับวันหยุดสุดสัปดาห์ หรือวันนักขัตฤกษ์				
- ไม่มี/เหมาะสม	1	20	1	
- ไม่มี/ไม่เหมาะสม	14	60	1.51 (0.39-5.79)	NS
- มี/เหมาะสม	38	293	1.17 (0.34-4.07)	NS
- มี/ไม่เหมาะสม	35	196	1.38 (0.84 2.26)	NS
5. ด้านเวลาในการทำกิจกรรมนันทนาการ หรือพบปะสังสรรค์				
- เพียงพอ	34	299	0.57(0.36-0.90)	<.05
- ไม่เพียงพอ	54	270	1	

4.5.3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยจากการทำงานที่มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

ปัจจัยจากการทำงานที่มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ได้แก่ งานที่ปฏิบัติไม่มีความมั่นคงและปลอดภัยกับชีวิตมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่างานที่ปฏิบัติมีความมั่นคงและปลอดภัยกับชีวิต 1.65 เท่า (95%CI= 1.05 -2.61) งานที่ปฏิบัติต้องไม่ใช้ความรับผิดชอบสูงมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่ากลุ่มที่ใช้ความรับผิดชอบสูงอยู่ 4.9 เท่า (95%CI= 1.45-11.55) การไม่มีอิสระในการปฏิบัติงานและการตัดสินใจมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่าการมีอิสระในการปฏิบัติงานและการตัดสินใจ 1.80 เท่า (95%CI= 1.13 -2.86) การไม่มีโอกาสเสนอความเห็นในการปฏิบัติงานมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่ากลุ่มที่มีโอกาสเสนอความเห็นในการปฏิบัติงาน 2.49 เท่า (95%CI= 1.27-4.90) การไม่มีส่วนร่วมในการกำหนดตารางการทำงานของตนเองมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่ากลุ่มที่มีส่วนร่วมในการกำหนดตารางการทำงานของตนเองอยู่ 2.06 เท่า (95%CI= 1.29-3.31) การไม่ได้รับความช่วยเหลือและคำปรึกษาจากผู้ร่วมงานมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่ากลุ่มที่ได้รับความช่วยเหลือและคำปรึกษาจากผู้ร่วมงานอยู่ 3.71 เท่า (95%CI= 1.08-12.80) การทำงานนอกเวลามีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ทำ 1.74 เท่า (95%CI= 1.11-2.74) การมีปริมาณงานในความรับผิดชอบไม่มีความเหมาะสมมีโอกาสเกิดกลุ่มอาการมากกว่ากลุ่มที่มีปริมาณงานในความรับผิดชอบความเหมาะสมอยู่ 1.83 เท่า (95%CI= 1.12 -2.97) ส่วนปัจจัยที่พบไม่มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้แก่ งานที่ปฏิบัติเป็นงานที่ทำหายนความสามารถ ความสัมพันธ์ของผู้ร่วมงาน การมีโอกาสดำเนินงานในตำแหน่งที่สูงขึ้น สภาพแวดล้อมการทำงานในที่ทำงาน (ตารางที่ 4.9)

ตารางที่ 4.9 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยจากการทำงานกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

ปัจจัยจากการทำงาน	กลุ่มอาการ เหนื่อยล้าเรื้อรัง		Odds ratio (95%CI)	p value
	คนที่ เป็น	คนที่ไม่ เป็น		
ด้านความต้องการในงาน				
1. งานที่ปฏิบัติเป็นงานที่ทำหายความสามารถ				
- ใช่	69	483	1	
- ไม่ใช่	19	86	1.55 (0.89 -2.70)	NS
2. งานที่ปฏิบัติมีความมั่นคงและปลอดภัยกับชีวิต				
- ใช่	49	384	1	
- ไม่ใช่	39	185	1.65 (1.05-2.61)	<.05
3. งานที่ปฏิบัติต้องใช้ความรับผิดชอบสูง				
- ใช่	82	559	1	
- ไม่ใช่	6	10	4.90(1.45-11.55)	<.05
ด้านการควบคุมงาน				
4. มีอิสระในการปฏิบัติงานและการตัดสินใจ				
- ใช่	52	411	1	
- ไม่ใช่	36	158	1.80(1.13 -2.86)	<.05
5. มีโอกาสเสนอความเห็นในการปฏิบัติงาน				
- ใช่	75	532	1	
- ไม่ใช่	13	37	2.50 (1.27 -4.90)	<.05
6. มีส่วนร่วมในการกำหนดตารางการทำงานของตนเอง				
- ใช่	54	436	1	
- ไม่ใช่	34	133	2.06 (1.29 -3.31)	<.05
ด้านการสนับสนุนทางสังคมในที่ทำงาน				
7. ความสัมพันธ์ของผู้ร่วมงานราบรื่นดี				
- ใช่	79	555	1	
- ไม่ใช่	9	30	0.69(0.23-2.14)	NS

ตารางที่ 4.9 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยจากการทำงานกับกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง (ต่อ)

ปัจจัยจากการทำงาน	กลุ่มอาการ เหนื่อยล้าเรื้อรัง		Odds ratio (95%CI)	p value
	คนที่ เป็น	คนที่ ไม่เป็น		
8. ได้รับความช่วยเหลือและคำปรึกษาจากผู้ร่วมงาน				
- ใช่	79	555	1	
- ไม่ใช่	9	14	3.71(1.08-12.80)	<.05
9. ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้ร่วมงาน				
- ใช่	81	548	1	
- ไม่ใช่	7	21	1.05 (0.37-3.07)	NS
ปัจจัยจากงานด้านอื่น				
10. มีโอกาสก้าวหน้าในตำแหน่งที่สูงขึ้น				
- ใช่	27	269	1	
- ไม่ใช่	61	300	1.55 (0.93-2.59)	NS
11. ทำงานนอกเวลา				
- ใช่	38	324	1.74(1.11-2.74)	<.05
- ไม่ใช่	50	245	1	
12. ปริมาณงานในความรับผิดชอบมีความเหมาะสม				
- ใช่	35	341	1	
- ไม่ใช่	53	228	1.83(1.12 -2.97)	<.05
13. สภาพแวดล้อมการทำงานในที่ทำงาน				
- เหมาะสมดีแล้ว	53	365	1	
- ไม่เหมาะสม	35	204	0.93(0.57 -1.51)	NS

4.6 ความผิดพลาดในการทำงาน การบาดเจ็บ การขาดงาน และการลาป่วย ของผู้ที่มีกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง

ข้อมูลความผิดพลาดในการทำงาน การบาดเจ็บ การขาดงาน การลาป่วย พบว่า พยาบาลที่มีกลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรังส่วนใหญ่คิดว่า อาการล้าหรืออ่อนเพลียที่ส่งผลกระทบต่อการทำงาน ทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลงเล็กน้อย และยังคงทำงานได้ปกติ (ร้อยละ64.3) ส่วนใหญ่มีจำนวนวันที่ลาป่วยในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา น้อยกว่า 5 วัน (ร้อยละ90.9) และส่วนใหญ่มีจำนวนวันที่ขาดงาน (ไม่รวมลาป่วย) ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา น้อยกว่า 4 วัน (ร้อยละ 78.4) (ตารางที่4.10)

ตารางที่4.10 ความผิดพลาดในการทำงาน การบาดเจ็บ การขาดงาน การลาป่วย

ความผิดพลาดในการทำงาน การบาดเจ็บ การขาดงาน การลาป่วย	จำนวน (n=88)	ร้อยละ
1. อาการล้าหรืออ่อนเพลีย ที่ส่งผลกระทบต่อการทำงาน		
- ไม่รบกวน ยังคงทำงานได้ตามปกติ	28	31.8
- มีการรบกวนการทำงาน ประสิทธิภาพการทำงานลดลงเล็กน้อย ยังคงทำงานได้ปกติ	54	64.3
- ประสิทธิภาพการทำงานลดลงมาก เกิดความผิดพลาดในการทำงานมากขึ้น เช่น การบริหารยาผิดพลาด	2	2.3
- ประสิทธิภาพการทำงานลดลงมาก เกิดอุบัติเหตุในงาน เช่น เข็มหรือของมีคมทิ่มมือ เป็นต้น	2	2.3
- ต้องหยุดงาน โดยการลาป่วย	2	2.3
2. จำนวนวันที่ลาป่วยในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา		
- น้อยกว่า 5 วัน	80	90.9
- 5-10 วัน	4	4.5
- มากกว่า 10 วัน	4	4.5
Min = 1 Max = 12 Mean = 1.14 SD. = 0.46		
3. จำนวนวันที่ขาดงาน (ไม่รวมลาป่วย) ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา		
- ไม่ขาดงานเลย	17	18.6
- น้อยกว่า 4 วัน	69	78.4
- 4-8 วัน	0	0
- มากกว่า 8 วัน	2	3.0
Min = 0 Max = 15 Mean = 1.05 SD. = 0.3		