

# สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาของปัญหา.....	1
คำถามงานวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของงานวิจัย.....	4
ขอบเขตของงานวิจัย.....	5
นิยามตัวแปรและคำศัพท์.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
อาการปวดหลังของประชนวัยทำงาน.....	7
ผลกระทบของการปวดหลัง.....	23
การจัดการความเจ็บปวด.....	26
การจัดทำแนวทางการป้องกันอาการปวดหลัง.....	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	38
3 วิธีดำเนินงานวิจัย.....	44
รูปแบบการวิจัย.....	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	44
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	44
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	47
การพิทักษ์สิทธิผู้ป่วย.....	48
การรวบรวมข้อมูล.....	48
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	49

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	50
ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง.....	51
ตอนที่ 2 ระดับความปวด.....	54
ตอนที่ 3 ผลกระทบของอาการปวด.....	57
ตอนที่ 4 การจัดการกับความเจ็บปวด.....	72
ตอนที่ 5 แนวทางการป้องกันกับอาการปวดหลัง.....	74
5 สรุปและอภิปรายผล.....	98
สรุปผลการวิจัย.....	99
อภิปรายผลการวิจัย.....	103
ข้อเสนอแนะ.....	111
บรรณานุกรม.....	112
ภาคผนวก.....	118
ประวัติผู้วิจัย.....	127

## สารบัญตาราง

ตาราง

หน้า

1	จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม อายุ เพศ อาชีพ สถานภาพ ระดับการศึกษา น้ำหนัก โรคประจำตัว และลักษณะท่าทางการทำงาน.....	51
2	จำนวนและร้อยละของระดับความปวด ในกลุ่มเกษตรกร ผู้ใช้แรงงาน แม่บ้าน และผู้ที่ทำงานในสำนักงาน.....	54
3	แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความเจ็บปวดในในกลุ่ม เกษตรกร ผู้ใช้แรงงาน แม่บ้านและผู้ที่ทำงานในสำนักงาน.....	56
4	จำนวนและร้อยละของผลกระทบของอาการปวดหลัง ในกลุ่มอาชีพ เกษตรกร ผู้ใช้แรงงาน แม่บ้านและผู้ที่ทำงานในสำนักงาน.....	57
5	คะแนนเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลกระทบของอาการปวดหลังจำแนก ตามรายด้านและอาชีพ.....	69
6	คะแนนเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลกระทบของอาการปวดหลังจำแนก ตามรายด้าน.....	71
7	จำนวน ร้อยละของวิธีการจัดการกับความเจ็บปวดของประชาชนวัยทำงาน.....	72

# สารบัญภาพ

ภาพ

หน้า

1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	43
-----------------------------	----

