

ก 2917

**เดลินิวส์**

ฉบับที่ 17,684 วันเสาร์ที่ 14 มีนาคม พ.ศ. 2541      ราคา 8 บาท DAILY NEWS



**รอบรู้ทันโลก**

เสนอโดย  บริษัท วิทย์พัฒน์ จำกัด ผู้ผลิตตำราวิชาการและซอฟต์แวร์

**อาร์เอสไอ...โรคของคนทำงาน**

MF

ห้องสมุดกรมจัดซื้อฯ ฝ่ายบริการ





แพทย์ชาวอังกฤษค้นพบสาเหตุของอาการบาดเจ็บเนื่องจากการใช้แป้นพิมพ์เป็นเวลานาน ๆ โดยพบว่าเกิดจากการบาดเจ็บของเส้นประสาทบริเวณความรู้สึกที่มือและนิ้ว

ในยุคที่โลกเจริญด้วยวิทยาการคอมพิวเตอร์กลายเป็นเครื่องใช้ประจำสำนักงานที่จำเป็นและมีใช้กันแพร่หลายทั่วไป อาการบาดเจ็บอันเป็นผลพวงจากการใช้คอมพิวเตอร์ก็เกิดขึ้นตามมา ไม่ว่าจะเป็นอาการเมื่อยล้าสายตาเพราะต้องเพ่งจอคอมพิวเตอร์นาน ๆ รวมทั้งอาการบาดเจ็บของมือและนิ้วอันเนื่องมาจากการใช้แป้นพิมพ์

บรรดาผู้ใช้คอมพิวเตอร์ทั้งหลายโดยเฉพาะผู้ที่ต้องร่ายนิ้วพิมพ์บนแป้นพิมพ์เพื่อพิมพ์เอกสารในท่าที่ไม่เหมาะสมทั้งวันอาจเคยรู้สึกเจ็บข้อมือหรือเจ็บนิ้วเนื่องจากการใช้แป้นพิมพ์เป็นเวลานาน ๆ กันบ้างแล้ว บางรายอาจมีอาการรุนแรงจนถึงกับต้องเข้ารับการรักษาจากแพทย์ก็มี อาการเหล่านี้เรียกว่าอาการบาดเจ็บอันเกิดจากการใช้งานอวัยวะส่วนนั้นซ้ำ ๆ (repetitive strain injury) หรือเรียกย่อ ๆ ว่า "อาร์เอสไอ" (RSI)

อาการบาดเจ็บที่เรียกว่าอาร์เอสไอนี้ไม่ได้เจาะจงว่าจะต้องเกิดจากการใช้แป้นพิมพ์คอมพิวเตอร์หรือแป้นพิมพ์ดีด แต่หมายถึงอวัยวะส่วนใดก็ได้ที่ถูกใช้งานมากเกินไป ยกตัวอย่างเช่น นักดนตรีเจ็บมือเพราะเล่นดนตรีมากเกินไป พนักงานประกอบชิ้นส่วนในโรงงานที่เจ็บมือ เจ็บแขน หรือปวดหลังเพราะต้องทำงานในท่าทางซ้ำ ๆ กันตลอดเวลา ครูที่เจ็บคอเพราะต้องตะเบ็งเสียงสอนหนังสือเป็นประจำ ฯลฯ เหล่านี้ล้วนแต่จัดว่าเป็นอาร์เอสไอได้ทั้งสิ้น

ในปัจจุบันอาร์เอสไอถูกจัดเป็นอาการบาดเจ็บอันเนื่องมาจากงานอาชีพ แต่โดยมากแล้วมักพิสูจน์ได้ยากว่าอาการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นนี้จากสภาพการทำงานจริง ๆ จึงทำให้ยากแก่การใช้สิทธิ์หรือสวัสดิการในการรักษาพยาบาลต่าง ๆ หรือเรียกค่าทดแทนจากบริษัทประกันภัย ยกตัวอย่างเช่นการเจ็บนิ้วหรือเจ็บข้อมือเรื้อรังที่พนักงานคอมพิวเตอร์เป็น

นั้นยากที่จะระบุได้ว่าเกิดจากการทำงานกับแป้นพิมพ์เป็นเวลานาน ๆ หรือเกิดจากสาเหตุอื่น ทั้งนี้เพราะวงการแพทย์เองก็ยังตรวจไม่พบว่าการเจ็บมือและนิ้วนั้นเกิดจากความผิดปกติทางกายภาพที่ส่วนใดของมือ คงได้แต่สันนิษฐานว่าน่าจะเป็นเพราะความเครียดของกล้ามเนื้อ เป็นต้น

แต่เนื่องจากอาการบาดเจ็บจากงานอาชีพนี้นับวันจะมีมากขึ้น จากสถิติในประเทศอังกฤษพบว่าในแต่ละปีมีผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากงานอาชีพจำแนกเป็นกรณีอาร์เอสไอถึงปีละ 200,000 ราย ประเมินเป็นความสูญเสียทางเศรษฐกิจถึง 1,600 ล้านดอลลาร์สหรัฐอเมริกา และจากสถิติการบาดเจ็บจากงานอาชีพในสหรัฐอเมริกาในปี ค.ศ. 1995 พบว่าจำแนกเป็นกรณีอาร์เอสไอถึง 300,000 ราย หรือคิดเป็นร้อยละ 60 จากอาการบาดเจ็บจากงานอาชีพทั้งหมด โดยเฉพาะอาการบาดเจ็บของข้อมือและนิ้วอันเนื่องมาจากการใช้แป้นพิมพ์คอมพิวเตอร์นั้นพบค่อนข้างมาก รวมทั้งยังกลายเป็นคดีดังอีกด้วยโดยผู้บริโภคร้องต่อศาลเรียกค่าเสียหายจากบริษัทผู้ผลิตแป้นพิมพ์เป็นจำนวนเงินมหาศาลโทษฐานที่ผลิตแป้นพิมพ์ออกมาให้ผู้ใช้เจ็บมือ จนถึงกับต้องมีการออกแบบและพัฒนาแป้นพิมพ์รุ่นใหม่ที่เหมาะสมกับสรีระของมือมากขึ้น

ด้วยเหตุนี้ นักวิจัยของมหาวิทยาลัยยูนิเวอร์ซิตีคอลเลจในกรุงลอนดอนจึงได้ดำเนินการศึกษาสาเหตุของอาการบาดเจ็บของมือและนิ้วอันเนื่องมาจากการใช้แป้นพิมพ์ ทั้งนี้ เพื่อหาเกณฑ์ในการตรวจวินิจฉัยที่แน่นอนว่าลักษณะใดจึงจะเข้าข่ายอาร์เอสไออันจะเป็นประโยชน์แก่ผู้บาดเจ็บในการเรียกร้องสิทธิ์ในการรักษาพยาบาลหรือเรียกสินไหมทดแทนจากบริษัทประกันภัยได้

เจน กรีนนิง นักกายภาพบำบัด และ ดร. บรูซ ลินน์ นักประสาทสรีรวิทยา 2 นักวิจัยได้ทำการศึกษาผู้ป่วยที่เป็นอาร์เอสไอ 17 รายและคนทำงานที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงที่จะเป็นอาร์เอสไอ 29 ราย ตลอดระยะเวลา 2 ปี ทั้งสองพบว่าผู้ที่เป็อาร์เอสไอจะมี



ลักษณะทางกายภาพปรากฏให้เห็น นั่นคือเส้นประสาทที่ไปเลี้ยงบริเวณมือและนิ้วเสียหายเป็นบางส่วน โดยเฉพาะเส้นประสาทมีเดียน (median nerve) อันเป็นเส้นประสาทรับความรู้สึกเส้นสำคัญที่



ไปเลี้ยงฝ่ามือและนิ้ว ทำให้ผู้ที่ เป็นอาร์เอสไอมีการรับรู้การสัมผัสที่อ่อนได้น้อยลง รวมทั้งมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากกว่าระดับที่มีอรุนแรงกว่าคนปกติ

สองนักวิจัยยังอธิบายต่อไปอีกว่า การรับรู้การสัมผัสที่มือของผู้ที่เป็นอาร์เอสไอจะลดลงอย่างชัดเจนยิ่งขึ้นหากเส้นประสาทอัลนา (ulna nerve) อันเป็นเส้นประสาทสำคัญที่ไปเลี้ยงมืออีกเส้นหนึ่งได้รับความเสียหายไปด้วย ดังนั้นเราจึงสามารถใช้การทดสอบความรู้สึกสัมผัสที่อ่อนเป็นเครื่องบ่งชี้ว่าผู้ใดเป็นอาร์เอสไอที่มือได้

การวัดความรู้สึกสัมผัสที่มือนี้ยังสามารถใช้เป็นสัญญาณบอกเหตุของอาการอาร์เอสไอได้โดยที่ผู้ที่เป็นยังอาจไม่ถึงขั้นแสดงอาการเจ็บมือและนิ้วออกมา หากผลการตรวจวัดพบว่าการรับรู้ความรู้สึกสัมผัสที่มือคือดีกว่าปกติก็เป็นสัญญาณเตือนว่าต่อไปบุคคลผู้นี้จะพัฒนาเป็นอาร์เอสไอได้ ทำให้สามารถหาทางป้องกันหรือแก้ไขได้แต่เนิ่น ๆ รวมทั้งยังทำให้เกิดเกณฑ์การวินิจฉัยทางการแพทย์ที่ชัดเจนสำหรับการใช้สิทธิ์ สวัสดิการ หรือการเรียกร้องค่าประกันภัยอีกด้วย

ทั้งสองเตรียมที่จะตีพิมพ์ผลงานวิจัยดังกล่าวในวารสารทางการแพทย์เร็ว ๆ นี้ แต่เนื่องจากการศึกษาในครั้งนี้เป็นรายงานการวิจัยเพียงขั้นเดียว และยังศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่ค่อนข้างน้อย ดังนั้นจึงยังต้องมีการวิจัยเพิ่มเติมเพื่อยืนยันผลและขยายผลการวิจัยต่อไป.