



แบบฟอร์มการจัดการความรู้

การจัดการความรู้ของหน่วยงาน อาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมฝ่ายสนับสนุนการแพทย์

หัวข้อในการจัดการความรู้ (Knowledge Vision)

เรื่อง ทำงานอย่างไร ไม่ให้บาดเจ็บจากการทำงาน

วัน/เดือน/ปี ที่จัดการความรู้ 8 มกราคม 62

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

1. คุณศศิธร บุญจันทร์.....อาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม.....ผู้จัดการความรู้ (KM Manager)
2. คุณทัศนีย์ ลิ้มปิโสภณ.....อาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม.....คุณอำนวย (Facilitator)
3. นายแพทย์อนันตพัฒน์ สีหิรัญวงศ์.....อาชีวอนามัย.....คุณอำนวย (Facilitator)
4. คุณศศิธร บุญจันทร์.....อาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม.....คุณลิขิต (Note Taker)
5. คุณภัชรินทร์ ผดุงกิจ.....โภชนาการ.....คุณกิจ
6. คุณวรรณุช นิยมสวัสดิ์.....โภชนาการ.....คุณกิจ
7. คุณปาริชาติ อิมพร.....โภชนาการ.....คุณกิจ
8. คุณวันฉวี ขำสว่าง.....โภชนาการ.....คุณกิจ
9. คุณวีรณัฐ เรืองบุญ.....เวชภัณฑ์กลาง.....คุณกิจ
10. คุณธีรพล สุขชาติ.....เคลื่อนย้ายผู้ป่วย.....คุณกิจ
11. คุณพรเทพ จันทร์แก้ว.....ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ.....คุณกิจ
12. คุณสุทธิพงษ์ เครือพิมาย.....เครื่องมือกลาง.....คุณกิจ
13. คุณอำนาจ จันทะลือ.....เครื่องมือกลาง.....คุณกิจ
14. คุณสำราญ นาคทองคำ.....เครื่องมือกลาง.....คุณกิจ
15. คุณภิรมย์ ทองสีบวงษ์.....เคลื่อนย้ายผู้ป่วย.....คุณกิจ
16. คุณเอกมงคล ระบอบ.....เคลื่อนย้ายผู้ป่วย.....คุณกิจ
17. คุณจีระนันท์ รอมาลี.....โภชนาการ.....คุณกิจ
18. คุณสุภาพร วงษ์แสง.....โภชนาการ.....คุณกิจ
19. คุณสายชล พันพุก.....โภชนาการ.....คุณกิจ
20. คุณยุพา สีสว่าง.....โภชนาการ.....คุณกิจ
21. คุณแสงเดือน อยู่เล็ก.....โภชนาการ.....คุณกิจ
22. คุณสมปอง สมบัว.....โภชนาการ.....คุณกิจ
23. คุณชุตานภรณ์ พุทธิรักษา.....โภชนาการ.....คุณกิจ

24. คุณสุวรรณา สิ้นสวาท.....ซึกฟอก.....คุณกิจ
25. คุณสมชาย อินทร์สุวรรณ.....อาชีวนามัยและสิ่งแวดล้อม.....คุณกิจ

1. หลักการและเหตุผล

การบาดเจ็บจากการทำงาน หมายถึง การที่ลูกจ้างได้รับอันตรายจากสภาพงานหรือลักษณะงานที่ทำโดยตรงให้นายจ้าง การบาดเจ็บทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานของบุคลากร ถือเป็นปัญหาสำคัญด้านอาชีวอนามัย ซึ่งจากการสำรวจสิ่งคุกคามทางสุขภาพนั้น พบอัตราการเกิดการบาดเจ็บทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงานเกิดขึ้นกับหน่วยงานที่มีการยกของหนักเกินมาตรฐาน การทำงานแข่งกับเวลา บุคลากรในการทำงานไม่เพียงพอและเกิดจากการขาดความตระหนักถึงอันตรายหรือการบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้วิธีการยกเคลื่อนย้ายของหนักที่ผิดวิธี ส่งผลให้บุคลากรบาดเจ็บจากงาน หยุดงาน สูญเสียรายได้

หน่วยงานอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม ฝ่ายสนับสนุนการแพทย์เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการเฝ้าระวังภัยต่อสุขภาพของคนทำงานในทุกสาขาอาชีพ ที่มีความแตกต่างกันในลักษณะงาน สิ่งแวดล้อมในการทำงานทั้งทางด้านกายภาพ ชีวภาพ ด้านเคมี ด้านจิตสังคมและด้านการยศาสตร์ จึงได้จัดการความรู้เรื่องทำงานอย่างไรไม่ให้เกิดบาดเจ็บจากการทำงานขึ้น เพื่อความปลอดภัยของบุคลากรผู้ให้บริการสาธารณสุขและผู้สนับสนุนงานบริการสาธารณสุข

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อป้องกันการบาดเจ็บจากการทำงานในบุคลากรกลุ่มเสี่ยง
2. เพื่อลดอัตราการบาดเจ็บจากการทำงานในบุคลากรกลุ่มเสี่ยง

3. เป้าหมาย/ตัวชี้วัด

1. จำนวนบุคลากรกลุ่มเสี่ยงเข้าร่วมกิจกรรม มากกว่า 80%
2. มีคู่มือหรือนวัตกรรมการป้องกันการบาดเจ็บจากการทำงาน อย่างน้อย 1 ฉบับ

4. วิธีการ/รูปแบบการจัดการความรู้ *** (กรณีระบุ) ***

Success Story Telling (SST) (กรณีเลือกข้อนี้ให้ใส่ข้อมูลตามตารางข้อ 5.1)

The World Cafe (กรณีเลือกข้อนี้ให้ใส่ข้อมูลตามตารางข้อ 5.2)

5. กระบวนการจัดการความรู้ (Share & Learn)

5.1 Success Story Telling (SST)

ผู้เล่าเรื่อง (Narrator)	ปัญหาและอุปสรรคในการทำงาน (Context)	การป้องกันและการแก้ไข (Action)	ผลลัพธ์ที่ได้รับ (Result)
หน่วยงานโภชนาการ	<ul style="list-style-type: none"> - แม่ครัวยกหม้อ, กระทบประกอบอาหารหนัก ประมาณ 10 กิโลกรัม ใช้เวลาทำ 2 ชั่วโมงต่อมือ - ผู้ช่วยแม่ครัวรับส่งวัตถุดิบที่ใช้ประกอบอาหารหนักครั้งละประมาณ 10-20 กิโลกรัม - ผู้ช่วยแม่ครัวมีภาระงานซ้ำ เช่น หั่น ตัด ปอก เป็นเวลานานประมาณ 2-3 ชั่วโมงต่อมือ ในแต่ละครั้งในการเตรียมวัตถุดิบ - พนักงานส่งอาหารลากและยกภาชนะครั้งละหลายๆและยกเอี้ยวผิดท่า 	<ul style="list-style-type: none"> - พยายามระมัดระวังตัวเองในการยกของ ใช้ท่าทางที่ถูกต้อง - ใช้เครื่องทุ่นแรง รถเข็นในการช่วยยก - ควหาเพื่อร่วมงานมาช่วยยกของ - ประเมินงานให้เหมาะสมกับกำลังของตนเอง - ปรับเปลี่ยนท่าทางให้เหมาะสม - ปรับเปลี่ยนสถานที่ทำงานให้เหมาะสม เช่น เพิ่มหัวก๊อกในการใช้น้ำประกอบอาหาร - หาเวลาพักผ่อน 5- 10 นาที 	<ul style="list-style-type: none"> - การจำกัดน้ำหนักยก หญิงควรวก < 25 กิโลกรัม ชายควรวก < 55 กิโลกรัมตามทฤษฎี แต่เพื่อป้องกันการบาดเจ็บ หญิงควรวก < 10 กิโลกรัม ชายควรวก < 20 กิโลกรัม - การทำงานซ้ำๆเมื่อทำงานครบ 2-3 ชั่วโมง ควรวัก 15-20 นาที - การยืดเหยียดก่อนและหลังทำงาน
หน่วยงานเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	<ul style="list-style-type: none"> - เจ้าหน้าที่เคลื่อนย้ายผู้ป่วยเอื้อยยกผู้ป่วยที่มีน้ำหนักมากเฉลี่ยประมาณ 70-80 กิโลกรัมขึ้นลงระหว่างรถยนต์ส่วนบุคคลกับเปลนอน 	<ul style="list-style-type: none"> - หาบุคลากรอื่น หรือญาติผู้ป่วยช่วยยก - ฝึกอบรมให้ความรู้เรื่องท่าทางในการยกที่เหมาะสม - หมุนเวียนตำแหน่งบุคลากรที่ยกผู้ป่วยติดเตียงขึ้นลงรถยนต์ส่วนบุคคลทุก 2 สัปดาห์ 	<ul style="list-style-type: none"> - ใช้น้ำแข็งประคบร่างกายหรือจุดที่ปวดในวันของการบาดเจ็บช่วงแรก หลังจากนั้นจึงประคบร้อน - การยืดเหยียดก่อนและหลังทำงาน
หน่วยงานเวชภัณฑ์กลาง	<ul style="list-style-type: none"> - การทำงานแข่งกับเวลา มีการจัดของเร่งรีบ ยกของหนัก ยกของเรียงขึ้นชั้น 	<ul style="list-style-type: none"> - หาบุคลากรช่วยยกและเข็นรถที่มีความหนัก 	<ul style="list-style-type: none"> - การยืดเหยียดก่อนและหลังทำงาน - การทำงานซ้ำๆเมื่อทำงานครบ 2-3 ชั่วโมง ควรวัก 15-20 นาที
หน่วยงานเครื่องมือกลาง	<ul style="list-style-type: none"> - ก้มทำงานท่าทางผิดธรรมชาติเป็นเวลานาน - นั่งดูวงจรอิเล็กทรอนิกส์เป็นเวลานาน ปวดหลัง ปวดลำตัว 	<ul style="list-style-type: none"> - ลูกเปลี่ยนอิริยาบถ - พักสายตาเมื่อมีการดูวงจรนานๆ - งดใช้ท่าทางที่ทำให้เกิดการบาดเจ็บ และหาเวลาหยุด 	<ul style="list-style-type: none"> - การยืดเหยียดก่อนและหลังทำงาน

ผู้เล่าเรื่อง (Narrator)	ปัญหาและอุปสรรคในการทำงาน (Context)	การป้องกันและการแก้ไข (Action)	ผลลัพธ์ที่ได้รับ (Result)
		พักผ่อนเมื่อเริ่มมีอาการ	
หน่วยงานศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ	- การยกของหนัก ยกท่าทางที่ผิด	<ul style="list-style-type: none"> - หาอุปกรณ์ทุ่นแรงมาช่วยยก เช่น รถเข็น - หลีกเลี่ยงการวางของสูง - ยกของหนักด้วยท่าทางที่ถูกต้อง 	- การยืดเหยียดก่อนและหลังทำงาน

6.สรุปความถี่ (ข้อมูลที่ได้มาจากข้อ 5.1 หรือ 5.2)

เรื่อง	จำนวนความถี่
ปวดหลัง	2 คน/เดือน
ปวดข้อมือ	3 คน/เดือน
อุบัติเหตุจากการทำงาน	2 คน/เดือน
ยกของหนักเกินมาตรฐาน	3-4 ชั่วโมง/วัน

7. Key Success Factor (ปัจจัยที่ทำให้ประสบความสำเร็จ สรุปจากกระบวนการจัดการความรู้ในข้อ.6 (โดยเรียงจากความถี่ที่ได้จากข้อ 6 จากความถี่มากที่สุดไปหาน้อยสุด)

1. บุคลากรสามารถบอกถึงปัญหาการเกิดการบาดเจ็บจากลักษณะและสภาพงานที่ทำได้ ตลอดจนหาแนวทางในการป้องกันและดูแลเบื้องต้นเมื่อประสบปัญหาการบาดเจ็บจากการทำงานได้
2. บุคลากรสามารถสะท้อนวิธีการปรับเปลี่ยนสถานที่ทำงานและวิธีการที่เหมาะสมในการทำงานได้

8. นวัตกรรมหรือสิ่งที่ได้จากการจัดการความรู้ (กรุณาแนบหลักฐาน)

- คู่มือ
 แผ่นพับ

และ มีการเผยแพร่ความรู้ผ่านโปรแกรมหรือระบบต่างๆ..เมื่อวันที่..(ระบุ).....14 มกราคม 2562...
เพื่อการตรวจสอบ (พร้อมปริ้นเอกสารแนบ หน้า website KM หน่วยงานมาด้วย)

9. ผลจากการดำเนินการทำกิจกรรม KM

บุคลากรกลุ่มเสี่ยงในแต่ละหน่วยงานได้เรียนรู้ร่วมกัน นำปัญหาที่เกิดจากสภาพและลักษณะงานที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพมาหาแนวทางการป้องกันร่วมกัน เพื่อป้องกันและลดการเกิดการบาดเจ็บที่มีผลต่อชีวิตการทำงานตอบสนองต่อการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อขับเคลื่อนองค์กรต่อไป

10. สรุปผลการนำเทคนิคไปปฏิบัติใช้

- มีแนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับการทำงานอย่างปลอดภัย
- มีแนวทางในการป้องกันการบาดเจ็บจากการทำงานและการดูแลตนเองภายหลังจากการบาดเจ็บจากการ

ทำงาน

11. After Action Review (AAR)

1. ท่านสามารถนำองค์ความรู้ไปพัฒนาหน่วยงานของท่านได้อย่างไร
 - ได้รับความรู้เรื่องท่าทางการทำงาน(การยศาสตร์) เพื่อการทำงานอย่างปลอดภัยลดและป้องกันการบาดเจ็บจากการทำงาน
 - ได้รับความรู้ในการดูแลตนเองและเพื่อนร่วมงานที่มีปัญหาในการบาดเจ็บจากการทำงาน
2. ท่านสามารถนำองค์ความรู้ไปพัฒนาองค์กรได้อย่างไร

- การทำงานอย่างปลอดภัยจะช่วยลดการเกิดการบาดเจ็บจากการทำงาน ลดการสูญเสียทั้งเงินและ
เวลาในการทำงาน เพื่อการทำงานในองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ

12. ภาพประกอบการทำกิจกรรม



.....
(ลงชื่อ.....)
รองผู้อำนวยการศูนย์การแพทย์ฯ/หัวหน้าหน่วยงาน

