



Figure 1 (Home page)

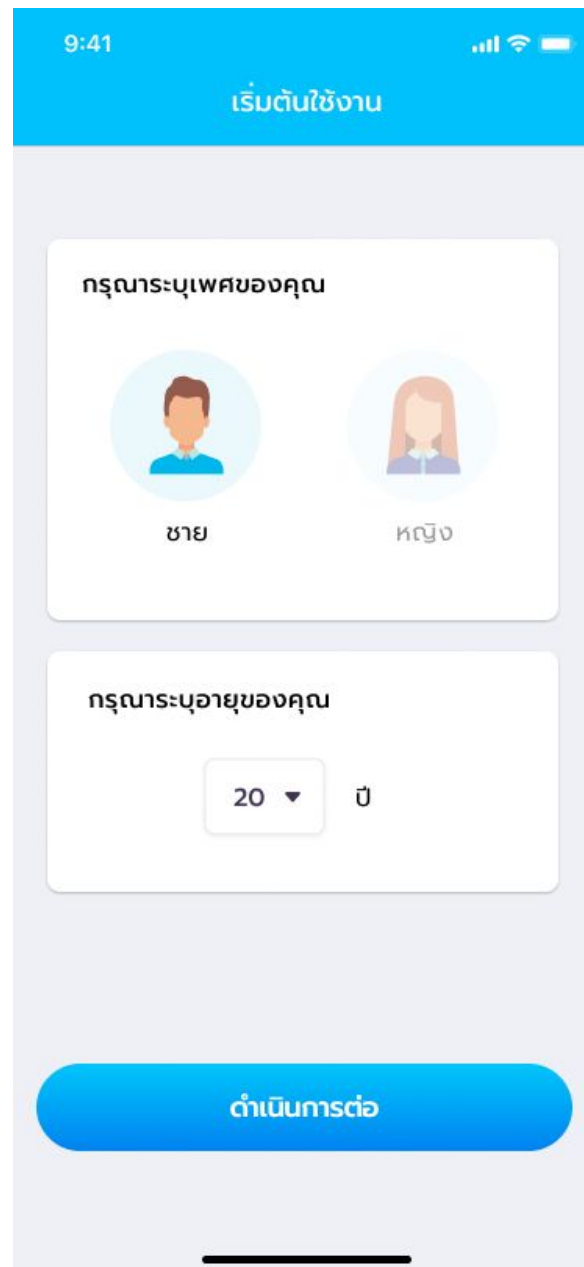
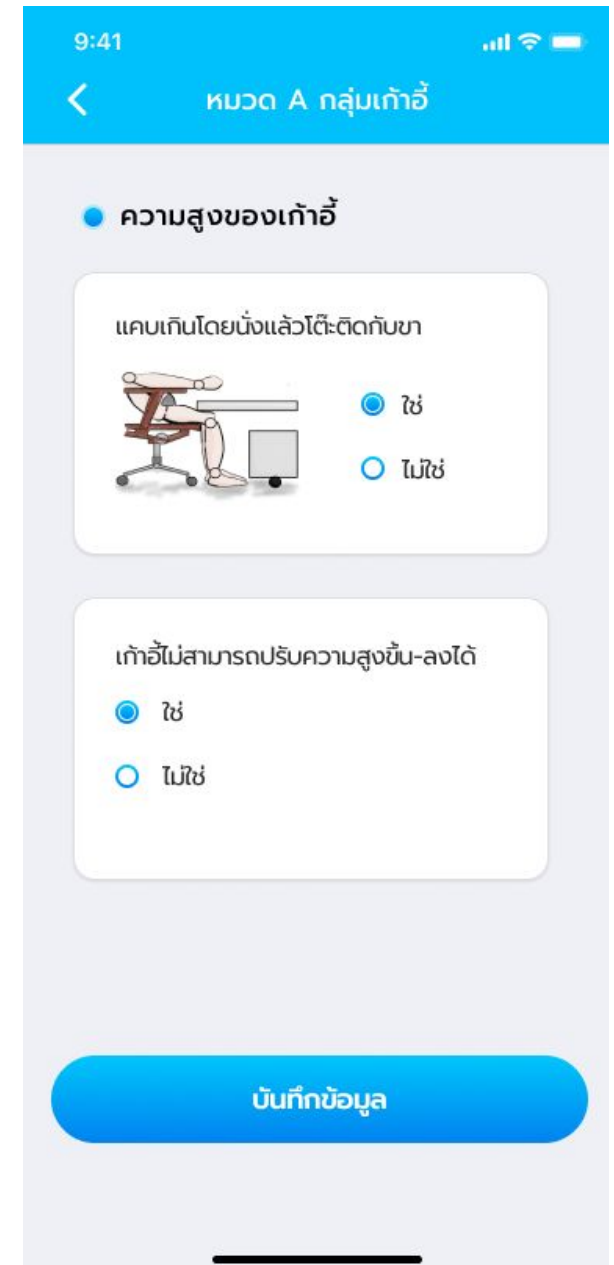
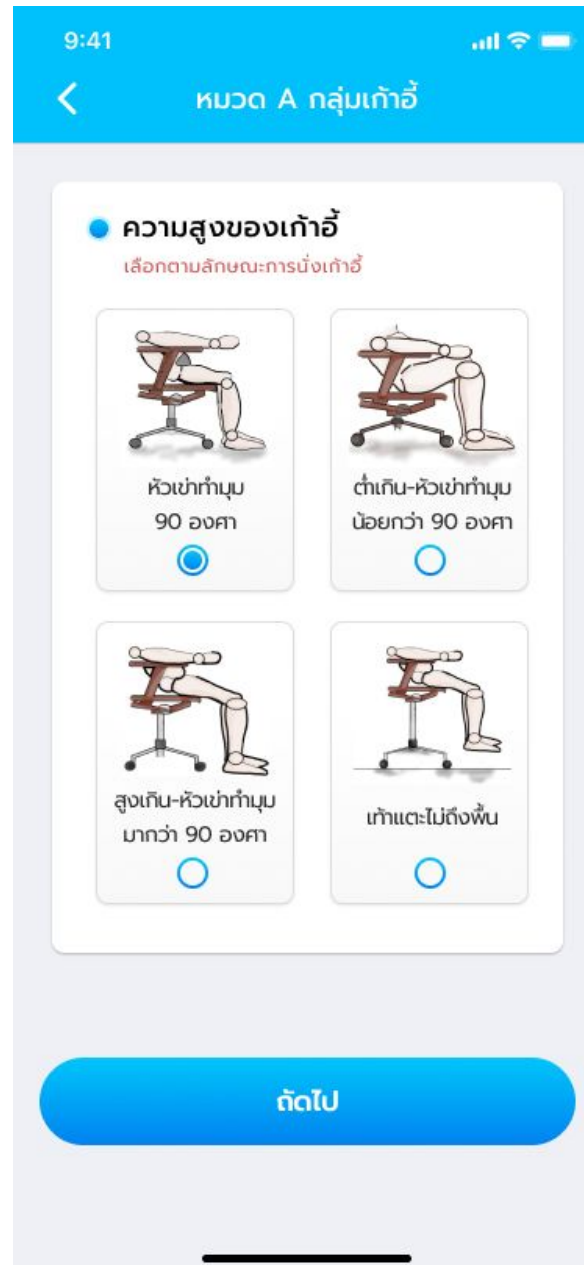
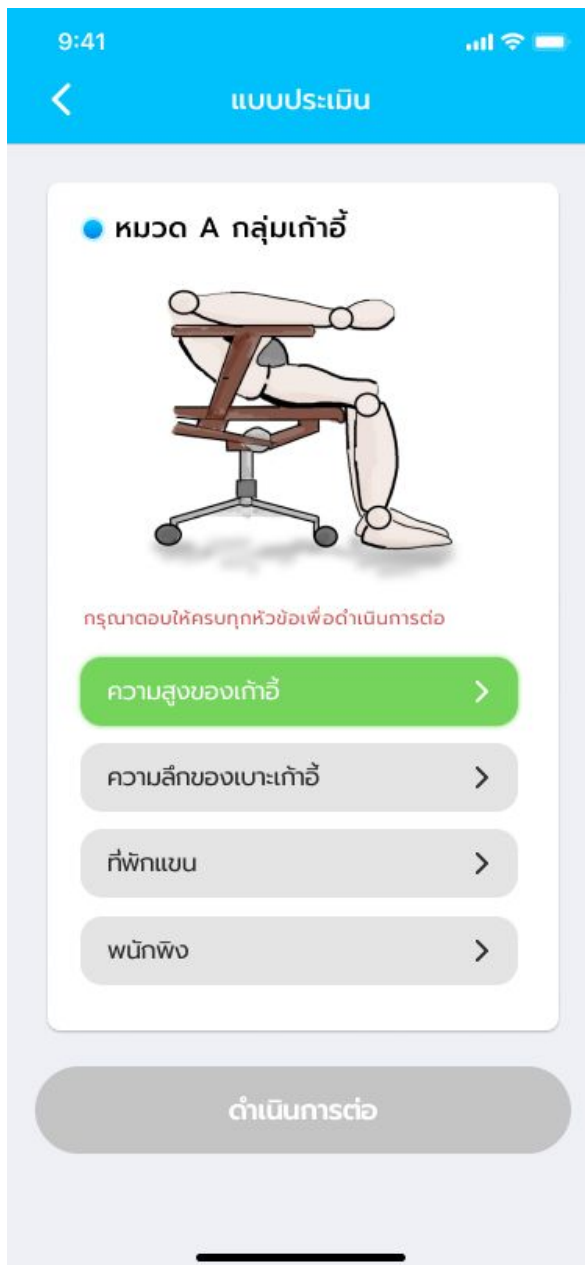


Figure 2 (Start Page)



Figure 3 (Select Topic)




.Figure 4-6 (Topic 1)

9:41 📶 🔋


< หมวด A กลุ่มเก้าอี้

● **ความลึกของเบาะเก้าอี้**
เลือกตามลักษณะการนั่งเก้าอี้




เข่าห่างจากของที่นั่ง
ประมาณ 3 นิ้ว

☒



ที่นั่งยาวเกิน-เข่าห่างจาก
ขอบที่นั่งน้อยกว่า 3 นิ้ว

☐



ที่นั่งสั้นเกิน-เข่าห่างจาก
ขอบที่นั่งมากกว่า 3 นิ้ว

☐

ถัดไป

9:41 📶 🔋

< หมวด A กลุ่มเก้าอี้

● **ความลึกของเบาะเก้าอี้**

ไม่สามารถปรับความลึกของเบาะเก้าอี้ได้

☒ ใช่


☐ ไม่ใช่

บันทึกข้อมูล

9:41 📶 🔋


< หมวด A กลุ่มเก้าอี้

● **ที่พนักแขน**
เลือกตามลักษณะการนั่งเก้าอี้



ข้อศอกอยู่ในระนาบ
เดียวกับหัวไหล่
หัวไหล่ผ่อนคลาย

☒



สูงเกิน-หัวไหล่
หัวไหล่ยกขึ้น/ตึงเกิน
(แขนไม่มีที่วางแขนรองรับ)

☐

ถัดไป

Figure 7-9 (Topic 1)

9:41 📶 🔋

< หมวด A กลุ่มเก้าอี้

● **ที่พักแขน**

ที่รองแขนแข็งหรือมีพื้นไม่เรียบ-ขรุขระ

 ☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ที่วางแขนห่างกันเกินไป

 ☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ไม่สามารถปรับได้

☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

บันทึกข้อมูล

Figure 10 (Topic 1)

9:41 📶 🔋

< หมวด A กลุ่มเก้าอี้

● **พนักพิง**

เลือกตามลักษณะการนั่งเก้าอี้

 พนักพิงมีที่รองรับเอว
อย่างเหมาะสม
เก้าอี้เอนทำมุมระหว่าง
95-110 องศา ☒

 ไม่มีพนักพิง
หรือมีแต่รองรับหลัง
ส่วนล่างไม่พอดี ☐

 พนักพิงเอนไปข้างหลัง
มากเกินไปทำมุม
> 110 องศา
หรือเอนไปข้างหน้าเกินไป
ทำมุม < 95 องศา ☐

 เก้าอี้ไม่มีที่รองหลัง
เช่น เก้าอี้สตู ☐

ถัดไป

Figure 11 (Topic 1)

9:41 📶 🔋

< หมวด A กลุ่มเก้าอี้

● **พนักพิง**

พื้นโต๊ะทำงานสูงเกินไป (ไหล่ยกขึ้น)

 ☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ไม่สามารถปรับได้

☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

บันทึกข้อมูล

Figure 12 (Topic 1)



Figure 13 (Topic 1)



Figure 14 (Topic 2)

9:41

<

หมวด B กลุ่มจอคอมพิวเตอร์ และโทรศัพท์

จอคอมพิวเตอร์

เลือกตามลักษณะการมองจอ

จอห่างหนึ่งช่วงแขน (40-75 ซม.) และอยู่ระดับสายตา

☒

จอต่ำเกินไป-ต่ำกว่า 30 องศา

☐

จอสูงเกินไป

☐

ถัดไป

9:41

<

หมวด B กลุ่มจอคอมพิวเตอร์ และโทรศัพท์

จอคอมพิวเตอร์

หันคอเข้าหาจอมากกว่า 30 องศา

☒ ใช่

☐ ไม่ใช่

มีแสงจ้าที่หน้าจอ

☒ ใช่

☐ ไม่ใช่

ไม่มีแนวฉากเอกสาร

☒ ใช่

☐ ไม่ใช่

จอวางอยู่ไกล

☒ ใช่

☐ ไม่ใช่

ระยะเวลาการใช้จอคอมพิวเตอร์ต่อวัน

☒ ใช้งานรวมน้อยกว่าวันละ 1 ชั่วโมง

☐ ใช้งานรวมวันละ 1 ถึง 4 ชั่วโมง

☐ ใช้งานรวมมากกว่าวันละ 4 ชั่วโมง

บันทึกข้อมูล

9:41

<

หมวด B กลุ่มจอคอมพิวเตอร์ และโทรศัพท์

โทรศัพท์มือถือ

เลือกตามลักษณะการใช้งานโทรศัพท์มือถือ

มีชุดหูฟัง/หรือขณะใช้โทรศัพท์ก็คอยู่นในท่าผ่อนคลาย

☒

โทรศัพท์วางไกลที่นั่ง (ห่างเกิน 30 ซม.)

☐

ถัดไป


Figure 15-17 (Topic 2)

9:41

< หมวด B กลุ่มจอคอมพิวเตอร์ และโทรศัพท์

● โทรศัพท์มือถือ

เวลาจับโทรศัพท์ใช้คอและไหล่หนีบโทรศัพท์

 ☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ไม่มีโทรศัพท์แบบไร้สาย

☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

บันทึกข้อมูล

Figure 18 (Topic 2)

9:41

< หมวด B กลุ่มจอคอมพิวเตอร์ และโทรศัพท์

● โทรศัพท์มือถือ

เวลาจับโทรศัพท์ใช้คอและไหล่หนีบโทรศัพท์

 ☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ไม่มีโทรศัพท์แบบไร้สาย

☒ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ระยะเวลาการใช้โทรศัพท์มือถือต่อวัน

☒ ใช้งานรวมน้อยกว่าวันละ 1 ชั่วโมง

☐ ใช้งานรวมวันละ 1 ถึง 4 ชั่วโมง

☐ ใช้งานรวมมากกว่าวันละ 4 ชั่วโมง

บันทึกข้อมูล

Figure 19 (Topic 2)

9:41

< แบบประเมิน

● หมวด C กลุ่มเมาส์และแป้นพิมพ์



กรุณาตอบให้ครบทุกหัวข้อเพื่อดำเนินการต่อ

เมาส์ >

แป้นพิมพ์ >

ดำเนินการต่อ

Figure 20 (Topic 3)

9:41

< หมวด C กลุ่มเม้าส์และแป้นพิมพ์

● เม้าส์

เลือกตามลักษณะการจับเม้าส์



เม้าส์วางอยู่ในแนวเดียวกับไหล่

☒



เม้าส์อยู่ไกลเกิน

☐

ถัดไป

9:41

< หมวด C กลุ่มเม้าส์และแป้นพิมพ์

● เม้าส์

เม้าส์/คีย์บอร์ดอยู่คนละระดับ



☒ ใช่

☐ ไม่ใช่

จับเม้าส์ด้วยปลายนิ้ว



☒ ใช่

☐ ไม่ใช่

มีร่องฝ่ามือด้านหลังเม้าส์



☒ ใช่

☐ ไม่ใช่

ระยะเวลาการใช้เม้าส์ต่อวัน

☒ ใช้งานรวมน้อยกว่าวันละ 1 ชั่วโมง

☐ ใช้งานรวมวันละ 1 ถึง 4 ชั่วโมง

☐ ใช้งานรวมมากกว่าวันละ 4 ชั่วโมง


บันทึกข้อมูล

9:41

< หมวด C กลุ่มเม้าส์และแป้นพิมพ์

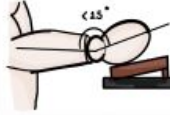
● แป้นพิมพ์

เลือกตามลักษณะการใช้แป้นพิมพ์



ข้อมือตรงหัวไหล่
พ่อนคลาย

☒



ข้อมือกระดก

☐

ถัดไป

Figure 21-23 (Topic 3)

9:41

<

หมวด C กลุ่มเม้าส์และแป้นพิมพ์

● แป้นพิมพ์

ในขณะที่พิมพ์มือเบี่ยงออกจากกัน

☒ ใช่
☐ ไม่ใช่

คีย์บอร์ดสูงเกิน-ไหล่ยกขึ้น

☒ ใช่
☐ ไม่ใช่

เข่ามือไปถึง overhead

☒ ใช่
☐ ไม่ใช่

ไม่สามารถปรับได้

☒ ใช่
☐ ไม่ใช่

ระยะเวลาการใช้แป้นพิมพ์ต่อวัน

☒ ใช้งานรวมน้อยกว่าวันละ 1 ชั่วโมง
☐ ใช้งานรวมวันละ 1 ถึง 4 ชั่วโมง
☐ ใช้งานรวมมากกว่าวันละ 4 ชั่วโมง

บันทึกข้อมูล

Figure 24 (Topic 3)

9:41

<

ข้อเสนอแนะในการจัดสถานีงาน

● การปรับระดับความสูง

1. ปรับความสูงของเก้าอี้ให้ข้อมืออยู่ในระดับเดียวกับคีย์บอร์ดขณะพิมพ์
2. หากปรับเก้าอี้สูงจนเท้าแตะไม่ถึงพื้น ควรจัดให้มีที่พนักเท้า

ถัดไป

Figure 25 (Step 1)

9:41

<

ข้อเสนอแนะในการจัดสถานีงาน

● การปรับเก้าอี้

1. ปรับให้พนักพิงรองรับตรงส่วนโค้งของหลังส่วนล่าง
2. ตรวจสอบมุมของพนักพิงให้อยู่ในช่วง 90-95 องศา
3. ตรวจสอบมุมของเก้าอี้ที่นั่งให้อยู่ในช่วง 90-95 องศา
4. ตรวจสอบช่องว่างระหว่างขอบเก้าอี้กับช่วงขาด้านหลังจากข้อพับหัวเข่าควรมีช่องว่างประมาณ 2-3 นิ้วมือ

ถัดไป

Figure 26 (Step 2)



Figure 27 (Step 3)



Figure 28 (Step 4)



Figure 29 (Step 5)

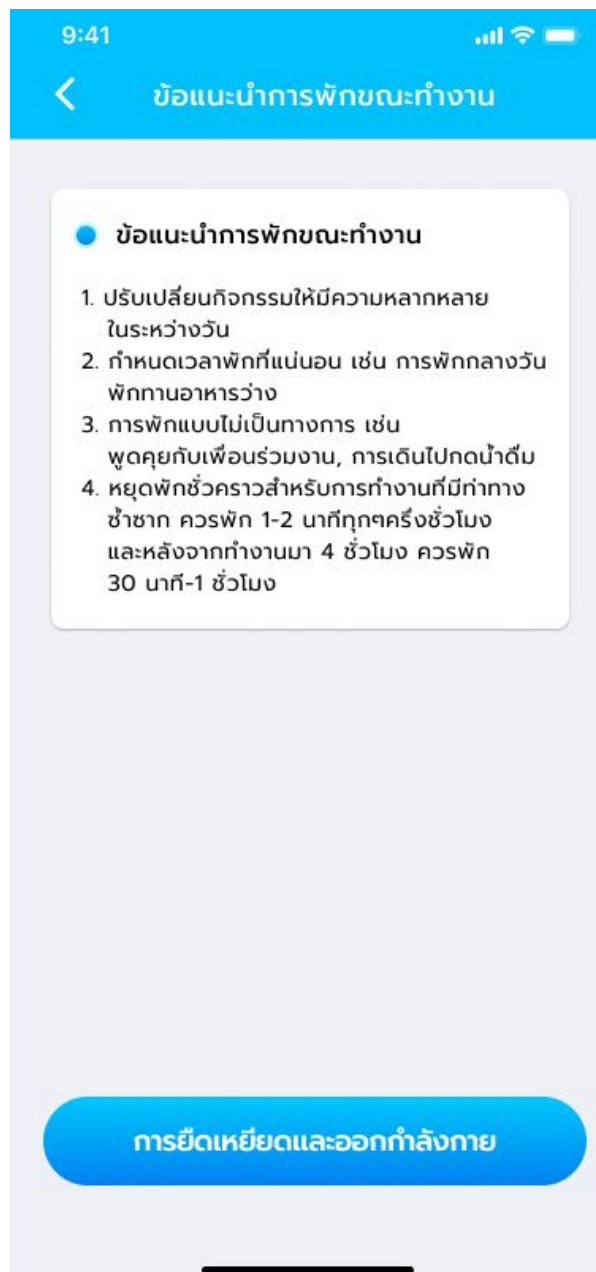


Figure 30 (Rest 1)



Figure 31 (Rest 2)



Figure 32 (Rest 3)



Figure 33 (Rest 4)



Figure 34 (Rest 5)



Figure 35 (Rest 6)