

1.ตัวเลข/สถิติที่น่าสนใจ

จากการสำรวจพบว่า กลุ่มคนทำงานหน้าจคอมพิวเตอร์ อายุระหว่าง 16-24 ปี มีความเสี่ยงของการเกิดภาวะ office syndrome ซึ่งมีอาการปวดบริเวณคอ/ไหล่ และหลัง ถึงร้อยละ 55-60 เนื่องจากการทำงานหน้าจคอมพิวเตอร์มากกว่า 6 ชั่วโมง รวมไปถึงผู้ที่มียุระหว่าง 25-39 ปี ก็มีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคนี้อีกเช่นกัน

อีกหนึ่งงานวิจัยที่ศึกษาอัตราความชุกของอาการผิดปกติทางระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อ (MSDs) โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานที่ทำงานหน้าจคอมพิวเตอร์ 302 คน พบพบความชุกของ MSDs ในรอบ 12 เดือนและ 7 วันร้อยละ 80.79 และ 75.17 ตามลำดับ ในรอบ 12 เดือนที่ผ่านมาความชุกของ MSDs สูงสุดในบริเวณคอ ไหล่ ขวา และหลังส่วนล่าง ร้อยละ 65.89 59.60 และ 58.61 ตามลำดับ

นอกจากอาการที่กล่าวมา ยังมีโรคอื่นๆที่สามารถพบได้จากการนั่งหน้าจคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน เช่น นิ้วในถุงน้ำดี กระเพาะปัสสาวะอักเสบ ความดันโลหิตและอื่น ๆ

อ้างอิง

http://www.msdbangkok.go.th/healthconner_Office%20syndrome.htm

<https://kb.psu.ac.th/psukb/bitstream/2016/10571/1/%E0%B8%88%E0%B8%B8%E0%B8%91%E0%B8%B2%E0%B8%97%E0%B8%B4%E0%B8%9E%E0%B8%A2%E0%B9%8C%20%E0%B8%A7%E0%B8%B4%E0%B8%8D%E0%B8%8D%E0%B8%B9%E0%B9%80%E0%B8%88%E0%B8%A3%E0%B8%B4%E0%B8%8D%E0%B8%81%E0%B8%B8%E0%B8%A5.docx>