



วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า
จังหวัดเพชรบุรี
เลขรับที่ 1205
วันที่ 15 พ.ย. 2565
เวลา

ที่ พบ.๐๐๓๓.๒ / 05453

โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี
๕๓ ถ.รถไฟ อ.เมือง จ.เพชรบุรี ๗๖๐๐

11 พ.ย. 2565

เรื่อง ผลการวัดแสงสว่างและเสียง

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

อ้างถึง หนังสือวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ที่ สร ๑๑๐๓.๒๘/๙๘๐ ลงวันที่ ๓ ตุลาคม ๒๕๖๕

สิ่งที่ส่งมาด้วย ผลการการวัดแสงสว่างและเสียง

จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ได้จัดทำโครงการวิทยาลัยสีเขียว : PCK Green College เพื่อเข้ารับการประเมิน สำนักงานสีเขียว (Green Office) จากกรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม ซึ่งหมวดที่ ๕ สภาพแวดล้อมและความปลอดภัย จะต้องดำเนินการให้สถานที่ปฏิบัติงานมีความน่าอยู่และปลอดภัยในการปฏิบัติงาน โดยขอให้ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ตรวจสอบวัดแสงสว่าง และเสียง ในสถานที่ทำงานและห้องเรียน นั้น

บัดนี้ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ได้ดำเนินการเรียบร้อยแล้ว จึงขอสรุปผลการตรวจวัดดังกล่าว พร้อมคำแนะนำ เพื่อเป็นแนวทางดำเนินการแก้ไข ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายจิรายุ เล็กพิทยา)

รองผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์

แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

กลุ่มงานอาชีพเวชกรรม

โทร. ๐ ๓๒๗๐ ๙๙๖๙

โทรสาร. ๐ ๓๒๔๒ ๕๒๐๕

ผลการวัดแสงสว่างและเสียงวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

ขอบเขตการตรวจวัด

- อาคาร 2 วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี
- ตรวจประเมิน โดยกลุ่มงานอาชีวเวชกรรม

สภาพแวดล้อมขณะติดตามตรวจประเมิน

- ขณะตรวจประเมิน สภาพอากาศปลอดโปร่ง มีแสงแดดเล็กน้อย

เครื่องมือที่ใช้ในการตรวจวัด

- เครื่องวัดแสงสว่าง ยี่ห้อ DIGICON LX-73 หมายเลขครุภัณฑ์ ค10 - ค005 - 01 - 1/57
- เครื่องวัดเสียง ยี่ห้อ Norsonic Nor123 หมายเลขครุภัณฑ์ 6515-022-0007-1/62

ตรวจประเมินสภาพแวดล้อม

สิ่งคุกคามทาง สุขภาพ	พื้นที่	ลักษณะงาน	ความเข้มของแสงสว่าง (Lux)		หมายเหตุ
			ค่าตรวจวัด	ค่ามาตรฐาน	
ด้านกายภาพ					
แสงสว่าง	ห้องกิจการนักศึกษา				
	-โต๊ะเอกสาร อ.ศรีรัตน์	เอกสาร	224.6	400	
	-โต๊ะคอมฯ อ.ศรีรัตน์	เอกสาร	212	600	
	-โต๊ะเอกสารธุรการ	เอกสาร	207.5	400	
	-โต๊ะคอมฯ ธุรการ	เอกสาร	197	600	
	-โต๊ะคอมฯ อ.ภักพร	เอกสาร	289	600	
	-โต๊ะเอนกประสงค์	เอกสาร	290	400	
	-โต๊ะคอมฯ เอนกประสงค์	เอกสาร	183.5	600	
	-โต๊ะคอมฯ อ.ลีนจี้	เอกสาร	146.9	600	
	-โต๊ะเอกสาร อ.ลีนจี้	เอกสาร	295.4	400	
	ห้องปฏิบัติการพยาบาล				
	-โต๊ะเตรียมเครื่องมือ	ฝึกหัดถถการ	102	600	
	-เตียงทดลองคนไข้	ฝึกหัดถถการ	143.5	600	
	-โต๊ะเจ้าหน้าที่	เอกสาร	132	400	
	ห้องปฏิบัติการคนไข้				
	-เตียงทดลองคนไข้	ฝึกหัดถถการ	73	600	
	-เคาร์เตอร์ห้องปฏิบัติการ	เอกสาร	100.5	400	
	-เคาร์เตอร์ห้องปฏิบัติการ	เอกสาร	153	400	
	-ห้องปฏิบัติการเสมือนจริง ชั้น 2 ห้องที่ 1	ฝึกหัดถถการ	325	600	
	-ห้องปฏิบัติการเสมือนจริง ชั้น 2 ห้องที่2 จุดที่1	ฝึกหัดถถการ	215.5	600	
	-ห้องปฏิบัติการเสมือนจริง ชั้น 2 ห้องที่2 จุดที่2	ฝึกหัดถถการ	224.7	600	

(อ้างอิงมาตรฐานแสงสว่างจากสำนักโรคจากการประกอบอาชีพฯ)

สิ่งคุกคาม ทางสุขภาพ	พื้นที่	ลักษณะงาน	ความเข้มของแสงสว่าง (Lux)		หมายเหตุ
			ค่าตรวจวัด	ค่ามาตรฐาน	
ด้านกายภาพ					
แสงสว่าง	-ห้องปฏิบัติการเสมือน จริงชั้น 2 ห้องที่2 จุดที่3	ฝึกหัดถถการ	246.7	600	
	ห้องปฏิบัติการกุมาร				
	-เคาร์เตอร์ จุดที่1	เอกสาร	222.3	400	
	-เคาร์เตอร์ จุดที่2	เอกสาร	281.8	400	
	-เตียงทดลองคนไข้ 1	ฝึกหัดถถการ	380.1	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 2	ฝึกหัดถถการ	345.6	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 3	ฝึกหัดถถการ	428	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 4	ฝึกหัดถถการ	405	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 5	ฝึกหัดถถการ	442	600	
	-โต๊ะเตรียมเครื่องมือ	ฝึกหัดถถการ	381	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 6	ฝึกหัดถถการ	303.9	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 7	ฝึกหัดถถการ	274.5	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 8	ฝึกหัดถถการ	310.5	600	
	ห้องปฏิบัติสรีรศาสตร์				
	-เคาร์เตอร์ จุดที่1	เอกสาร	184.3	400	
	-เคาร์เตอร์ จุดที่2	เอกสาร	113.4	400	
	-โต๊ะกลาง	ฝึกหัดถถการ	216.3	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 1	ฝึกหัดถถการ	258.4	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 2	ฝึกหัดถถการ	230.6	600	
	-เตียงทดลองคนไข้ 3	ฝึกหัดถถการ	183.6	600	
	-เตียงขาหยั่ง	ฝึกหัดถถการ	170	600	
	ห้องเรียนชั้น3				
	-ห้องเรียน 235 จุดที่1	เอกสาร	268.4	400	
-ห้องเรียน 235 จุดที่2	เอกสาร	340	400		
-ห้องเรียน 234 จุดที่1	เอกสาร	355	400		
-ห้องเรียน 234 จุดที่2	เอกสาร	330	400		

(อ้างอิงมาตรฐานแสงสว่างจากสำนักโรคจากการประกอบอาชีพฯ)

สิ่งคุกคาม ทางสุขภาพ	พื้นที่	ลักษณะงาน	ระดับความเสียงดัง (dB)		หมายเหตุ
			ค่าตรวจวัด	ค่ามาตรฐาน	
ด้านกายภาพ					
เสียง	-ห้องกิจการนักศึกษา จุดที่1	เอกสาร	66.6	90	(ระยะเวลาในการทำงาน ไม่เกิน 8 ชั่วโมง ระดับ เสียงไม่เกิน 90 dB)
	-ห้องกิจการนักศึกษา จุดที่2	เอกสาร	56.9	90	
	-ห้องปฏิบัติการพยาบาล	ฝึกหัดถถการ	55.9	90	
	-ห้องปฏิบัติการกุมาร	ฝึกหัดถถการ	60.4	90	

(อ้างอิงมาตรฐานเสียงจากสำนักโรคจากการประกอบอาชีพฯ)

อันตรายจากแสงสว่างและผลกระทบ ต่อสุขภาพ อันตรายจากแสงสว่างนั้นมีผลกระทบต่อคน ทำงานในกรณี ดังนี้

1. แสงสว่างน้อยเกินไป มีผลเสียทำให้กล้ามเนื้อ ตาทำงานมากเกินไป เพราะบังคับให้รูม่านตาเปิด กว้างขึ้น เกิดอาการปวดตา มีน้ตริระะ การกระระยะ อาจผิดปกติ
2. แสงสว่างมากเกินไป จากแสงจ้าจากแหล่ง กำเนิดหรือจากแสงสะท้อนกับวัสดุ เช่น ผง หุ้ง เครื่องมือ เครื่องจักร โต๊ะทำงาน เป็นต้น ทำให้ เกิดอาการความไม่สบายตา ปวดตา มีน้ตริระะ กล้ามเนื้อตากระตุก วิงเวียน นอนไม่หลับ การมองเห็นพร่ามัว

การควบคุมป้องกันอันตรายจากแสงสว่าง

การจัดให้มีแสงสว่างเหมาะสมกับการปฏิบัติ งานจะทำให้ เกิดความปลอดภัยต่อสุขภาพ และทำให้การมองเห็นชัดเจน เกิดการปฏิบัติงาน ที่มีประสิทธิภาพ

1. การจัดการกับแหล่งกำเนิดแสง มีหลักการ พิจารณาจากปัจจัย ดังนี้

- ระบบแสงสว่างและแหล่งกำเนิดแสงสว่าง
- ลักษณะห้องหรือพื้นที่ปฏิบัติงาน
- ความเพียงพอและคุณภาพของปริมาณแสงสว่าง

2. การหลีกเลี่ยงแสงจ้าและเงา

3. การบำรุงรักษาแสงสว่าง

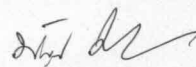
- ทำความสะอาดฝุ่นดวงไฟและพื้นผิวห้อง เช่น กำแพง ฝ้า เพดาน เป็นต้น
- เปลี่ยนหลอดไฟตามอายุใช้งานที่เหมาะสม
- ไม่นำสิ่งของ วัตถุ วาง/ติด/ปิด/กั้น ดวงไฟ จนทำให้ปริมาณแสงน้อยเกินไป (สสปท. อันตรายจากแสงสว่าง เอกสารความปลอดภัยและอาชีวอนามัย

<https://www.tosh.or.th/index.php/media-relations/poster/item/414-illumination>)

สำหรับสถานประกอบการที่ต้องปรับปรุงระบบแสงสว่างในบริเวณการทำงาน หรือมีแสงสว่างในสถานที่ทำงานไม่เพียงพอสามารถเลือกพิจารณาแก้ไขตามความเหมาะสม ได้แก่

- ติดดวงไฟเพิ่มเติม
- ติดตั้งดวงไฟเพิ่มเฉพาะจุดที่มีการทำงาน เปิดไฟเมื่อการทำงานนั้นต้องการแสงสว่างเพิ่มเป็นพิเศษ เช่น งานเย็บผ้า เย็บหนัง และปิดไฟเมื่อไม่ใช้งาน
- ลดระดับความสูงของดวงไฟลงมาอยู่ในระยะที่สามารถให้ปริมาณแสงสว่างเพียงพอ
- โคมไฟที่ทำด้วยสีเงินหรือสีขาว ซึ่งมีประสิทธิภาพในการสะท้อนแสงได้ดี ช่วยเพิ่มแสงสว่างในบริเวณการทำงาน
- เปลี่ยนตำแหน่งการทำงานไม่ให้อยู่ในตำแหน่งที่มีเงา หรือเกิดเงาจากตัวผู้ปฏิบัติงาน
- ใช้แสงสว่างจากธรรมชาติช่วยในการเพิ่มแสงสว่าง
- สีของผนัง ฝ้า เพดานที่มีสีอ่อนจะสะท้อนแสงได้ดีกว่าสีมืดทึบ
- ทำความสะอาดดวงไฟ ผนัง เพดาน และพื้นที่/บริเวณที่มีผลกระทบทำให้แสงสว่างลดลง

(<http://www.dspace.spu.ac.th/bitstream/123456789/4313/7/Thesis1%20-%202.pdf>)



ผู้ตรวจวัด

นางพิญญาณ์ เข้มกลัด

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ



ผู้รายงานผล

(นางสาวรัชฎา ดิกแก้ว)

หัวหน้ากลุ่มงานอาชีวเวชกรรม