

## Abstract

**Title** : Prevalence of Low Back Pain in Chiang Mai province .  
**Authors** : Viravat Suksngacharoen (MD),Chininthon Phanpaisan (MD),  
Anong Khunkam (B.Sc.)

**Corresponding authors** : Chiang Mai Neurological Hospital

### Introduction & Objective

Low back pain is a musculoskeletal disorder marked by physical deterioration, resulting in limitations in activities of daily living and, unchecked, disability. This descriptive research is intended to study the prevalence and associated factors leading to low back pain in Chiang Mai province from October 2008 to September 2009.

### Methods

The study population consisted of 1,150 subjects from 5 districts in Chiang Mai province, randomized by the multi - stage random sampling technique. Measurements included demographic data, occupation, activity of daily living, health, low back pain, and economic loss. Well-trained researchers collected data by conducting interviews and by patient questionnaires. Fisher's exact test and cluster logistic regression were analyzed.

### Results

The prevalence of low back pain was 40.2%, most had chronic, moderate pain combine in addition to numbness, weakness of legs at a rate of 41.6, 13.9%, respectively. Most could walk without increased pain or weakness of the extremities. The study indicated that 25.1% had missed work, whereas the average rate of missing work during the year was 4.44 ( $\pm 7.65$ ) times and 15.33 ( $\pm 40.01$ ) days. Medical expenses were covered by National Health Insurance (30 Baht Health Care Scheme). The risk factors for low back pain were gender, marital status, educational level, occupation, underlying diseases (facet joint pain and peptic ulcer), stress, and history of an accident involving the spinal column.

### Conclusions

Despite the high prevalence of low back pain in Chiang Mai, risk factors could be modified. It should be emphasized to see the importance of finding the causes of low back pain and campaigns promoted, whether health education or health promotion programs, to change health behavior to reduce risk for experiencing low back pain.

**Keywords** : prevalence, low back pain, Chiang Mai

## บทคัดย่อ

**ชื่อเรื่อง** ความชุกของอาการปวดหลังส่วนเอวในจังหวัดเชียงใหม่  
**ผู้วิจัย** วีระวัฒน์ สุขสง่าเจริญ (วท.บ., พ.บ.), ชินินทร พันไพศาล (พ.บ.),  
 อนงค์ ชันคำ (วท.บ.),  
**หน่วยงาน** โรงพยาบาลประสาทเชียงใหม่  
**บทนำและวัตถุประสงค์**

อาการปวดหลังส่วนล่างเป็นการปวดที่เกิดจากการมีพยาธิสภาพของโครงสร้าง ก่อให้เกิดการเสื่อมสภาพทางกาย ส่งผลให้การปฏิบัติกิจกรรมในการดำรงชีวิตถูกจำกัด และหากปล่อยไว้จะเกิดความพิการตามมาได้ การศึกษาวิจัยเชิงพรรณานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความชุกและปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่ออาการปวดหลังส่วนเอวในจังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างเดือน ตุลาคม 2551 ถึง กันยายน 2552

### วิธีการศึกษา

ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง 1,150 คน ในพื้นที่ 5 อำเภอของจังหวัดเชียงใหม่และสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ ประกอบด้วยข้อมูลส่วนบุคคล ลักษณะการทำงาน กิจวัตรประจำวัน สุขภาพ ลักษณะอาการปวดหลังส่วนเอว และความสูญเสียทางเศรษฐกิจ เก็บรวบรวมข้อมูลจากการซักประวัติ และใช้แบบสอบถาม โดยทีมผู้วิจัยที่ผ่านการอบรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ Fisher's exact test และ cluster logistic regression

### ผลการศึกษา

ความชุกของอาการปวดหลังส่วนเอวในจังหวัดเชียงใหม่ พบได้ร้อยละ 40.2 ส่วนใหญ่มีอาการปวดแบบเรื้อรัง มีอาการเจ็บปวดระดับปานกลาง อาการร่วมอื่นๆ ที่พบบ่อย คือ อาการชา อาการอ่อนแรงของขา ร้อยละ 41.6 และ 13.9 ตามลำดับ ผู้ที่มีอาการปวดหลังส่วนเอวส่วนใหญ่ออกกำลังกายได้โดยไม่มีอาการปวดหรืออ่อนแรง พบผู้ที่เคยหยุดงานเนื่องจากอาการปวดหลังส่วนเอว ร้อยละ 25.1 โดยจะหยุดงานเฉลี่ย 4.44 ( $\pm 7.65$ ) ครั้ง หรือ 15.33 ( $\pm 40.01$ ) วันต่อปี จ่ายค่ารักษาพยาบาลด้วยสิทธิบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า ปัจจัยที่มีผลต่ออาการปวดหลังส่วนเอว ได้แก่ เพศ การสมรส ระดับการศึกษา กลุ่มอาชีพ โรคประจำตัว (ปวดเมื่อยตามข้อและกระเพาะอาหารอักเสบ) ความเครียด และได้รับอุบัติเหตุบริเวณกระดูกสันหลัง

### สรุปผลและข้อเสนอแนะ

แม้ว่าอาการปวดหลังส่วนเอวพบบ่อยเกือบครึ่งหนึ่งของประชากรในจังหวัดเชียงใหม่ แต่สามารถควบคุมปัจจัยที่มีผลต่ออาการปวดหลังได้ จึงควรเล็งเห็นความสำคัญในการค้นหาสาเหตุที่แท้จริง ร่วมกับการรณรงค์ให้สุขศึกษาหรือส่งเสริมสุขภาพแก่ประชาชน จะทำให้เกิดเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น เพื่อลดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดอาการปวดหลังส่วนเอวเพิ่มขึ้น

**คำสำคัญ** ความชุก ปวดหลังส่วนเอว เชียงใหม่