



คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

999 คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พุทธรณีสาย 4
ศาลายา พุทธรณีสาย นครปฐม 73170

โทร(Tel.): +66 2441 0211, +66 2411 5000 โทรสาร (Fax.): 66 2441 9509-10

ANALYSIS REPORT

CLIENT : กลุ่มงานตรวจสอบภายใน ชั้น 1 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา
อาคารรัฐสภา

ADDRESS : 1111 ถนนสามเสน แขวง ถนนนครไชยศรี เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร
10300

MEASURED TYPE : Workplace PARAMETER : Illuminance level

MEASURED DATE : February 8, 2024 Measuring Time : 13.30-15.30 PM.

ANALYTICAL METHOD : Lux Meter MEASURED BY: Mr.Phutlert Boonlert

Parameter	Location	Type of work	Result (Lux.)	Standard (Lux.)	Status
Illuminance level กลุ่มงานตรวจสอบ ภายใน ชั้น 1	1. ผู้บังคับบัญชากลุ่ม งาน ตรวจสอบภายใน	คอมพิวเตอร์	510.0	400-500	Pass
	2. ห้องประชุม	ประชุม	630.0	150-300	Pass
	3. คุณหนึ่งฤทัย	คอมพิวเตอร์	470.0	400-500	Pass
	4. คุณภาววี	คอมพิวเตอร์	380.0	400-500	Not Pass
	5. คุณจิราวรรณ	คอมพิวเตอร์	395.0	400-500	Not Pass
	6. คุณสุทิสรา	คอมพิวเตอร์	190.0	400-500	Not Pass

Remark : ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง มาตรฐานความเข้มของแสงสว่างในการกำหนด
มาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการ
ทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559

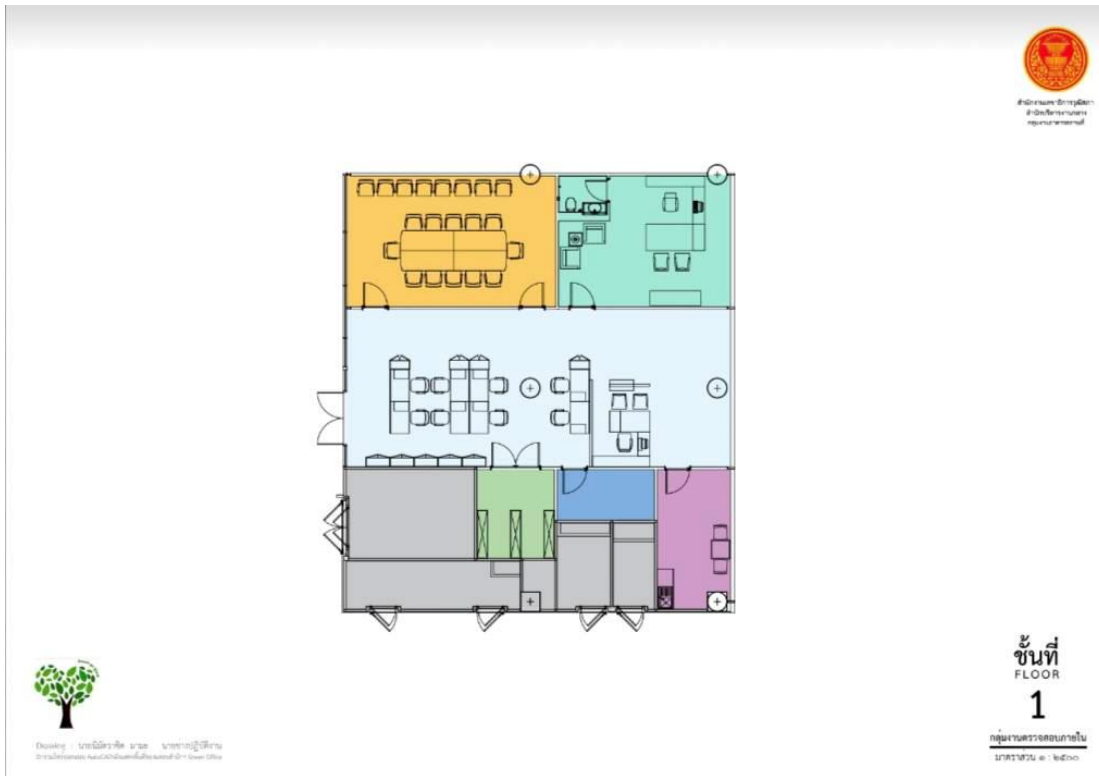
(นายพทุทธ์เลิศ บุญเลิศ)

ENVIRONMENTAL MONITORING ANALYST

(รองศาสตราจารย์ ดร.สยาม อรุณศรีมรกต)

LABORATORY MANAGER

รายงานผลการตรวจค่าความเข้มแสงกลุ่มงานตรวจสอบภายใน ชั้น 1 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



วิธีดำเนินการ

1. สถานที่ตรวจวัด ดำเนินการตรวจวัดในพื้นที่ทำงานของเจ้าหน้าที่ และผู้บังคับบัญชา โดยจะตรวจวัดที่โต๊ะคอมพิวเตอร์
2. การตรวจวัดจะวัดแบบจุด (Spot Measurement) คือการวัดความเข้มของแสงสว่างเฉพาะจุดหรือที่จะต้องใช้สายตาคู่กับที่ในการทำงาน โดยวางเครื่องวัดความเข้มของแสงสว่างในแนวระนาบเดียวกับชิ้นงานหรือพื้นผิวที่สายตาระทบ (Point of Work)
3. ทำการตรวจวัด “ความเข้มของแสงสว่าง” หมายความว่า ปริมาณแสงที่ตกกระทบบต่อหนึ่งหน่วยตารางเมตร ใช้หน่วยความเข้มของแสงสว่างเป็นลักซ์ (lux) โดยจะทำการตรวจวัดตามสภาพความเป็นจริงในการปฏิบัติงาน
4. นำค่าการตรวจวัดที่อ่านได้ไปเปรียบเทียบกับมาตรฐานตามที่กฎกระทรวงกำหนด ในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559

สรุปผลการตรวจวัดความเข้มของแสงสว่าง

จากการตรวจวัดความเข้มของแสงสว่างในการทำงาน กลุ่มงานตรวจสอบภายใน พบว่าหลายจุดในพื้นที่ไม่เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่างและเสียง พ.ศ. 2559

ข้อเสนอแนะและแนวทางปรับปรุง

ในส่วนของสำนักงานของเจ้าหน้าที่ กลุ่มงานตรวจสอบภายในที่ไม่เป็นไปตามมาตรฐาน (ผลการตรวจวัด) ควรจะดำเนินการในเบื้องต้น ดังนี้

1. ความเข้มของแสงสว่างน้อยเกินไป

- ให้ปรับตำแหน่งของโต๊ะทำงาน หรือโต๊ะคอมพิวเตอร์ ไปในทิศทางที่แสงส่อง
- หลีกเลี่ยงการเกิดเงาในบริเวณที่ทำงาน การนำสิ่งของต่างๆ วางกีดขวางทางเข้าของแสงสว่าง หรือตั้งบังทางที่แสงส่องสว่างผ่านมายังบริเวณที่ปฏิบัติงาน

- เปิดไฟแสงสว่างเพิ่มขึ้น (บางพื้นที่ปิดไฟแสงสว่าง ให้เปิดเพิ่มขึ้น)
- บางพื้นที่มีการปิดม่านกันแสง ให้เปิดม่านกันแสง เพื่อให้แสงสว่างส่องเข้ามาในพื้นที่
- ในจุดที่เปิดไฟแสงสว่างหมดแล้ว แต่ความเข้มของแสงสว่างยังไม่เพียงพอให้เพิ่มหลอดไฟ หรือโคมไฟส่องสว่าง และอาจปรับเปลี่ยนหลอดไฟฟ้าที่มีค่าความสว่าง (ลูเมน) สูงขึ้น เพื่อให้แสงสว่างเหมาะสมกับการทำงาน

- เปลี่ยนดวงไฟ หลอดฟลูออเรสเซนต์ที่มีอายุการใช้งานมานาน (ก่อนที่หลอดจะขาดหรือหมดอายุ ความสว่างของหลอดไฟจะลดลง 25-30% เมื่อเทียบกับหลอดไฟใหม่)

- การดูแลบำรุงรักษาระบบแสงสว่างอย่างเหมาะสม เช่น ฝุ่น หรือสิ่งสกปรกที่ติดอยู่บนดวงไฟ พื้นผิวงานต่างๆ รวมทั้งพื้นผิวห้องด้วย เช่น ฝาผนัง กำแพง เพดาน กระจก ช่องแสง เป็นต้น

ในกรณีที่มีความเข้มของแสงสว่างน้อยเกินไป จะมีผลเสียต่อนัยน์ตา เพราะกล้ามเนื้อตาทำงานมากเกินไปในการที่บังคับให้รูม่านตาเปิดกว้าง เนื่องจากการมองเห็นไม่ชัดเจน ต้องใช้เวลาในการมองรายละเอียดนานขึ้น ทำให้เกิดความเมื่อยล้าของนัยน์ตา เกิดอาการปวดตา มีน้ต้อกระจก การหยิบบังอุปกรณ์อาจผิดพลาดทำให้เกิดอุบัติเหตุได้

2. ความเข้มของแสงสว่างมากเกินไป

- ให้ปรับตำแหน่งของโต๊ะทำงาน หรือโต๊ะคอมพิวเตอร์
- ติดตั้งม่านเพื่อกันแสง

ในกรณีที่มีความเข้มของแสงสว่างมากเกินไป จะทำให้ผู้ทำงานเกิดความไม่สบาย เมื่อยล้า ปวดตา มีน้ต้อกระจก กล้ามเนื้อหนังตากระตุก วิงเวียน นอนไม่หลับ การมองเห็นแย่งลง