Research article

An effect of dental health blended-learning program on improving perceived benefits of oral health care among pregnant women in Regional Health Promotion Centers of Lower Northeastern Thailand

Rachanon Nguanjairak
Lecturer,
Faculty of Public Health,
Nakhon Ratchasima Rajabhat University

Atthawit Singsalasang
Assistant Professor,
Faculty of Public Health,
Nakhon Ratchasima Rajabhat University

Unchaleeporn Itdakorn
Public Health Officer,
Department of School-and-Teen Aged Health Promotion Development,
Regional Health Promotion Center 9, Nakhon Ratchasima

Corresponding author
Rachanon Nguanjairak
E-mail : Racha_ng@hotmail.com
Received date : 5 March 2020
Revised date : 08 April 2020
Accepted date : 19 May 2020

Abstract

This study was a quasi-experimental research to investigate an effect of using the dental health blended-learning program to develop perceived benefits in oral health care for pregnant women who attended to the antenatal care service of Health Promotion Centers in Lower Northeastern Thailand. The sample consisted of 31 pregnant women, divided into experimental and control groups. The experimental group received dental infographic media through LINE application about oral health care. There was taken 12 weeks to complete the experiment. Data were collected by a questionnaire. Data analyses used descriptive statistics including frequency, percentage, mean, SD, and max-min value. The comparison of perceived benefits in oral health care was examined the effect size by risk ratio (RR) and 95% confidence interval.

The study found that thereafter the experiment, the pregnant women had the most effect size of the perceived benefits toward a scaling and brushing in regularly for helping to treat gingivitis.

In the experimental group was 2.81 times better than the control group with a statistical significance (RR=2.81, 95%CI=1.75, 4.53, p-value<0.001). There also found the smallest effect size of the perceived benefits toward using a proper toothbrush in oral cavity for helping to brush your teeth cleaner and more thoroughly. It was 1.50 times in the experimental group better than those in the control with a statistical significance (RR=1.50, 95%CI=1.08, 2.08, p-value<0.05). Present study showed that the use of dental infographic media via LINE application can be encouraged and increased pregnant women's awareness of oral health care. It is an effective alternative tool for developing personal skills in pregnant women for their good oral health care.

Keywords: infographic media; pregnant women; perceived benefits; oral health

บทความวิจัย (Research article)

ผลของโปรแกรมการเรียนรู้ทันตสุขภาพแบบผสมผสานเพื่อพัฒนาการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์ในศูนย์อนามัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่างของไทย

รชานนท์ ง่วนใจรัก
อาจารย์คณะสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

อรรถวิทย์ สิงห์ศาลาแสง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์
คณะสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

อัญชลีพร อิษฎากร
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
กลุ่มงานพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพ
วัยเรียนวัยรุ่น

ผู้รับผิดชอบบทความ
รชานนท์ ง่วนใจรัก
อีเมลล์ : Racha_ng@hotmail.com
วันที่ได้รับต้นฉบับ : 05 มีนาคม 2563
วันที่แก้ไขบทความ : 08 เมษายน 2563
วันตอบรับบทความ : 19 พฤษภาคม 2563

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองเพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการเรียนรู้ทันตสุขภาพแบบผสมผสานในการพัฒนาการรับรู้ประโยชน์ของการดูแลสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการฝากครรภ์ของศูนย์อนามัยเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 31 คน กลุ่มทดลองได้รับสื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปาก ใช้เวลาดำเนินการทดลอง 12 สัปดาห์ มีการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนาด้วยค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงแบนมาตรฐาน ค่าสูงสุดและค่าต่ำสุด และเปรียบเทียบผลการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากด้วยการวิเคราะห์ Risk ratio (RR) และนำเสนอพร้อมกับ 95%CI

ผลการศึกษาพบว่า หลังทดลองหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลองมีการรับรู้ประโยชน์มากที่สุดเกี่ยวกับการขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ ดีเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมเป็น 2.81 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (RR=2.81, 95%CI=1.75, 4.53, P<0.001)

และมีการรับรู้ประโยชน์น้อยที่สุดเกี่ยวกับการใช้แปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้น ดีเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมเป็น 1.50 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (RR=1.50, 95%CI=1.08, 2.08, P<0.05) การศึกษาครั้งนี้ได้แสดงให้เห็นว่าการใช้สื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านทางไลน์แอพพลิเคชั่นส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์มีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากเพิ่มขึ้น และเป็นทางเลือกหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาทักษะส่วนบุคคลของหญิงตั้งครรภ์เพื่อสุขภาพช่องปากที่ดีของตนเอง

คำสำคัญ : สื่ออินโฟกราฟิก; หญิงตั้งครรภ์; การรับรู้ประโยชน์; สุขภาพช่องปาก

บทนำ

ปัญหาสุขภาพช่องปากโดยเฉพาะโรคเหงือกอักเสบสามารถพบได้บ่อยในหญิงตั้งครรภ์ เนื่องจากช่วงเวลาตั้งครรภ์มีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนที่เพิ่มโอกาสของการเกิดโรคในช่องปากได้ง่ายและรุนแรงกว่าช่วงเวลาอื่นๆ รวมทั้งอาการแพ้ท้องหรือคลื่นไส้อาเจียนบ่อยครั้งล้วนเป็นสาเหตุที่ทำให้การดูแลอนามัยช่องปากทำได้ไม่ดีเพียงพอ ปัญหาดังกล่าวในหญิงตั้งครรภ์มักพบได้ตั้งแต่อายุครรภ์เดือนที่ 2 ถึงเดือนที่ 3 และอาจเพิ่มความรุนแรงมากขึ้นจนถึงเดือนที่ 8 ของการตั้งครรภ์ การเพิ่มขึ้นของฮอร์โมนในขณะตั้งครรภ์มีผลทำให้แบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของโรคเหงือกอักเสบเจริญเติบโต ทำให้เหงือกมีอาการอักเสบบวมแดงและมีเลือดออกได้ง่าย ยิ่งไปกว่านั้น สุขภาพช่องปากของมารดาอาจมีผลในอนาคตเมื่อคลอดบุตรซึ่งพบความสัมพันธ์กับการคลอดก่อนกำหนดและทารกมีน้ำหนักตัวน้อย[1-2] อย่างไรก็ตาม การป้องกันการเกิดโรคเหงือกอักเสบในระหว่างการตั้งครรภ์นั้นสามารถทำได้หากหญิงตั้งครรภ์มีการดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อให้ตนเองมีสภาวะอนามัยช่องปากที่ดี

ข้อมูลจากศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา ในรอบ 3 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2559-2561) แสดงจำนวนหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการฝากครรภ์ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา มีมากถึง 138, 135 และ 116 ราย และในจำนวนนี้พบว่ามีปัญหาเกี่ยวกับโรคเหงือกอักเสบอยู่ร้อยละ 97.8, 97.7 และ 94.8 ตามลำดับ[3] ข้อมูลดังกล่าวได้สะท้อนให้เห็นว่าหญิงตั้งครรภ์ต้องเผชิญกับโรคเหงือกอักเสบในเกณฑ์ที่สูง และจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมทันตสุขภาพเป็นอย่างยิ่ง ทั้งนี้ แนวทางการดูแลส่งเสริมสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์ในปัจจุบันโดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดให้มีกิจกรรมการส่งเสริมทันตสุขภาพหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ครั้งแรกควรได้รับคำแนะนำและได้รับการตรวจสุขภาพช่องปากตามชุดสิทธิประโยชน์ทางทันตกรรมของหญิงตั้งครรภ์ ซึ่งประกอบด้วยการตรวจช่องปาก ฝึกทักษะการแปรงฟัน และการรักษาตามความจำเป็น[4-6] ข้อมูลจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการส่งเสริมทันตสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์โดยส่วนใหญ่เน้นการให้ความรู้ทางทันตสุขภาพ อาทิ การให้คำแนะนำข้างเก้าอี้ การให้ทันตสุขศึกษาแบบรายกลุ่ม และการให้ทันตสุขศึกษาแบบรายเดี่ยว[7-9] ยังคงเป็นวิธีการแบบเดิมและยังขาดการติดตามที่มีประสิทธิภาพ รวมถึงขาดช่องทางในการสื่อสารตอบกลับของกลุ่มผู้มารับบริการอีกด้วย

อย่างไรก็ดี ในยุคปัจจุบันมีเทคโนโลยีทางการสื่อสารได้ถูกพัฒนาขึ้นอย่างรวดเร็วและมีความทันสมัยตอบสนองความต้องการของบุคคลหรือกลุ่มบุคคลอย่างมากมาย การเรียนรู้แบบผสมผสาน (Blended

Learning) จัดเป็นรูปแบบการเรียนรู้ใหม่อีกรูปแบบหนึ่งภายใต้กระแสแห่งพัฒนาการด้านเทคโนโลยีเป็นการบูรณาการใช้เทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ร่วมกับการเรียนรู้แบบดั้งเดิม เพื่อสนับสนุนประสิทธิผลและมีประสิทธิภาพทางการเรียนรู้มากยิ่งขึ้น โดยมีการเรียนการสอนหลายรูปแบบเข้าด้วยกัน อาทิ การผสมผสานการเรียนรู้ทางไกล (Distance Learning) ผ่านระบบเครือข่าย Online ร่วมกับการเรียนแบบเผชิญหน้า (Face to Face) จนทำให้เครือข่ายสังคมออนไลน์กลายมาเป็นช่องทางการสื่อสารหลักที่ผู้ใช้ให้ความสนใจ ดังนั้น อุปกรณ์สื่อสารจึงเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้การติดต่อสื่อสารเข้าถึงกันง่ายมากขึ้น และสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันผ่านการสื่อสารด้วยสื่อออนไลน์ โดยพบว่าสื่อสังคมออนไลน์ที่ประชาชนโดยทั่วไปนิยมใช้ไลน์แอพพลิเคชั่น (LINE application) มากที่สุด[10] และการวิจัยเกี่ยวกับโปรแกรมพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพได้พบว่าการประยุกต์ใช้สื่อโซเชียลมีเดียในรูปแบบไลน์แอพพลิเคชั่นเป็นช่องทางในการสร้างความรู้ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการให้คำแนะนำในข้อสงสัยด้านสุขภาพผ่านทางไลน์แอพพลิเคชั่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ[11] ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้สนใจศึกษาผลของการใช้สื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นร่วมกับการให้ทันตสุขศึกษาข้างเก้าอี้ในคลินิกทันตกรรมในการพัฒนาการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์ที่เข้ามารับบริการในคลินิกฝากครรภ์ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัยเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง เพื่อมุ่งเน้นให้หญิงตั้งครรภ์มีความตระหนักและเกิดการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากนำไปสู่ผลของคุณภาพการตั้งครรภ์ที่ดี

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบผลการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากจากการใช้โปรแกรมการเรียนรู้ทันตสุขภาพแบบผสมผสานในหญิงตั้งครรภ์

วัสดุและวิธีการ

รูปแบบการวิจัยและกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัยเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองเป็นหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา จำนวน 31 คน และกลุ่มควบคุมเป็นหญิงตั้งครรภ์ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี จำนวน 31 คน มีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามเกณฑ์ในการคัดเข้าประกอบด้วย (1) มีอายุครรภ์ระหว่าง 4-6 เดือน (2) สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้ดี (3) สามารถใช้งานไลน์แอพพลิเคชั่น (LINE application) เพื่อการสื่อสารได้ และ (4) ยินดีเข้าร่วมการศึกษาด้วยความสมัครใจ และมีการเก็บข้อมูลทั้งก่อนทดลองและหลังทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบไปด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างเป็นลักษณะคำถามปลายปิดให้เลือกตอบ จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา และการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับทันตสุขภาพ ข้อคำถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปาก เป็นลักษณะคำถามให้เลือกตอบแสดงความคิดเห็น 3 ตัวเลือก (ไม่เห็นด้วย/ไม่แน่ใจ/เห็นด้วย) จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ (1) ตรวจสุขภาพเหงือกและฟันด้วยตนเองเป็นประจำจะช่วยป้องกันการเกิดโรคเหงือกอักเสบได้ (2) แปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้น (3) พบทันตแพทย์ตรวจสุขภาพช่องปากอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง จะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้ (4) แปรงฟันให้ถูกวิธีและสม่ำเสมอจะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้ (5) ใช้ไหมขัดฟันเป็นประจำจะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้ (6) ใช้ยาสีฟันผสมสมุนไพรจะได้ประโยชน์แก่เหงือกมากกว่ายาสีฟันผสมฟลูออไรด์ (7) กินอาหารที่มีเส้นใย เช่น ผักและผลไม้ จะช่วยให้เหงือกและฟันสะอาดแข็งแรง และ (8) ขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ เมื่อวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของแบบสอบถามของการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาช (Cronbach’s alpha coefficient) โดยรวมเท่ากับ 0.87 การวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณารับรองด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา (เลขที่รับรอง HE-040-2561)

โปรแกรมการเรียนรู้ทันตสุขภาพแบบผสมผสาน (Dental Health Blended-learning Program)

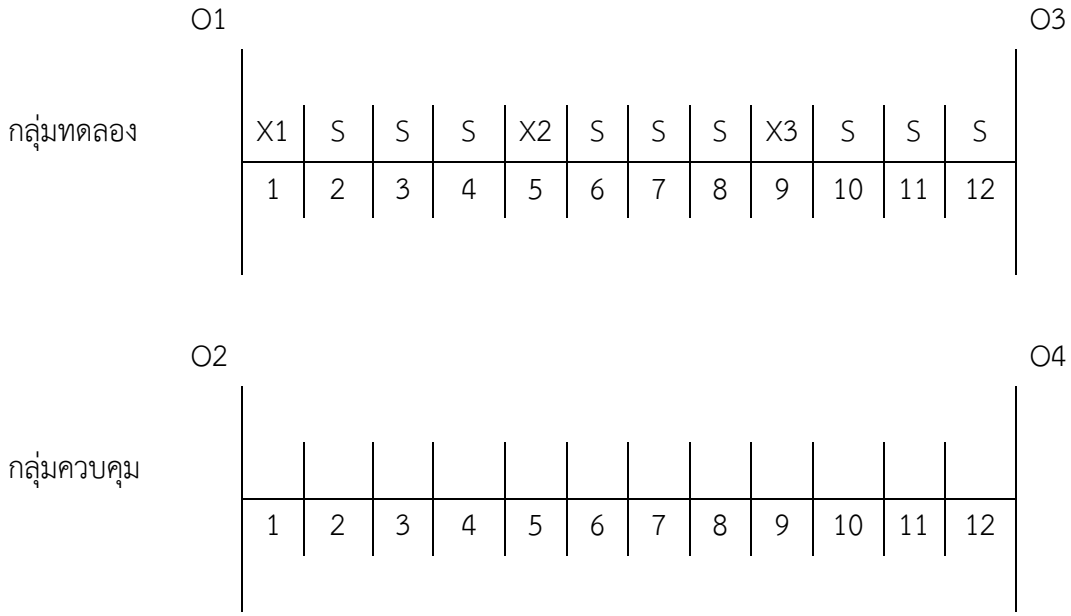
โปรแกรมการเรียนรู้ทันตสุขภาพแบบผสมผสานเน้นสื่อทันตอินโฟกราฟิกเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากเป็นเครื่องมือหลักในการวิจัยครั้งนี้ร่วมกับการให้ทันตสุขศึกษาข้างเก้าอี้ในคลินิกทันตกรรม ผู้วิจัยได้ขออนุญาตใช้ข้อมูลสื่อจากสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข[4-5] ผ่านศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา มีลักษณะสื่อด้วยภาพที่บรรจุข้อมูลอยู่ภายในหนึ่งหน้ากระดาษ A4 ซึ่งอยู่ในรูปของสื่ออิเล็กทรอนิกส์หรือสื่อออนไลน์ ใช้อธิบายเนื้อหาความรู้แบบกระชับและเข้าใจง่าย สื่อที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีทั้งหมด 10 เรื่อง ประกอบไปด้วยเรื่อง (1) การดูแลช่องปากสำหรับหญิงตั้งครรภ์ (2) แปรงดี ฟันดี (3) แปรงฟันถูกวิธี ฟันดีไม่มีผุ (4) 2-2-2 สูตรฟันดี สุขภาพดี (5) มาตรวจว่าฉันแปรงฟันสะอาดหรือยังนะ (6) ทำไมต้องดูแลช่องปากให้สะอาด (7) อาหารดี ฟันดี สุขภาพดี (8) แปดโรคต้องระวังเมื่อเข้ารับบริการขูดหินปูน (9) กลิ่นปากไม่ใช่เรื่องตลก และ (10) แปดข้อเพื่อฟันดี ตัวอย่างสื่อทันตอินโฟกราฟิกดังแสดงในแผนภาพที่ 1

ภาพที่ 1 ตัวอย่างสื่อทันตอินโฟกราฟิกที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

เริ่มต้นผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ตรวจสุขภาพช่องปาก และให้ทันตสุขศึกษาข้างเก้าอี้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์ในคลินิกทันตกรรมเบื้องต้น ตามลำดับ ก่อนการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองได้มีการสร้างสัมพันธ์ภาพและสร้างกลุ่มไลน์ “คลินิกคุณแม่ฟันดี” เมื่อมาฝากครรภ์ครั้งแรกโดยนับเป็น ***สัปดาห์ที่ 1*** จากนั้นกลุ่มทดลองได้รับการถ่ายทอดข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านทางไลน์แอพพลิเคชั่นผ่านโปรแกรมการเรียนรู้ทันตสุขภาพแบบผสมผสานในสัปดาห์ที่ 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11 และ 12 ทุกวันจันทร์ของสัปดาห์ๆ ละ 1 เรื่องโดยผู้วิจัย มีรายละเอียดขั้นตอนการใช้โปรแกรมมีรายละเอียดดังนี้ ***สัปดาห์ที่ 2*** ให้ข้อมูลความรู้ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “การดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับหญิงตั้งครรภ์” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ***สัปดาห์ที่ 3*** ให้ความรู้ผ่านไลน์

แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “แปรงดีฟันดี” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ***สัปดาห์ที่ 4*** ให้ความรู้ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “แปรงฟันถูกวิธีฟันดีไม่มีผุ” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ***สัปดาห์ที่ 5*** นัดพบหญิงตั้งครรภ์ในช่วงฝากครรภ์ตามปกติ ให้ทันตสุขศึกษาข้างเก้าอี้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับหญิงตั้งครรภ์ในคลินิก และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพช่องปาก ***สัปดาห์ที่ 6*** ให้ความรู้ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “2-2-2 สูตรฟันดีสุขภาพดี” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันภายในกลุ่ม ***สัปดาห์ที่ 7*** ให้ความรู้ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “มาตรวจว่าฉันแปรงฟันสะอาดหรือยัง” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ***สัปดาห์ที่ 8*** ให้ความรู้ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “ทำไมต้องดูแลสุขภาพช่องปากให้สะอาด” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ***สัปดาห์ที่ 9*** นัดพบหญิงตั้งครรภ์ในช่วงฝากครรภ์ตามปกติ ให้ทันตสุขศึกษาข้างเก้าอี้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับหญิงตั้งครรภ์ในคลินิก และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพช่องปาก ***สัปดาห์ที่ 10*** ให้ความรู้ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “อาหารดี ฟันดี สุขภาพฟันดี” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม ***สัปดาห์ที่ 11*** ให้ความรู้ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิกเรื่อง “8 โรคต้องระวังเมื่อเข้ารับบริการขูดหินปูน” และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันภายในกลุ่ม และ ***สัปดาห์ที่ 12*** ให้ความรู้ทางทันตสุขภาพกับหญิงตั้งครรภ์ผ่านไลน์แอพพลิเคชั่นด้วยสื่อทันตอินโฟกราฟิก เรื่อง “กลิ่นปากไม่ใช่เรื่องตลก” และ “8 ข้อเพื่อฟันดี” แลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม และนัดหมายเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามหลังการทดลองในสัปดาห์ถัดไป สำหรับหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มควบคุมได้รับการตรวจรักษาสุขภาพช่องปาก ให้ทันตสุขศึกษาข้างเก้าอี้ในคลินิกทันตกรรมตามปกติ และเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามหลังการทดลองในระยะเวลาเดียวกัน การศึกษาครั้งนี้ใช้เวลาในการทดลอง 12 สัปดาห์ ดังแสดงในแผนภาพที่ 2



O1-O2=เก็บข้อมูลก่อนทดลอง, O3-O4=เก็บข้อมูลหลังทดลอง, X=นัดพบ, S=ติดตามและกระตุ้นเตือน

ภาพที่ 2 แผนภาพการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างและการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากด้วยสถิติเชิงพรรณนา อาทิ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด และค่าต่ำสุด วิเคราะห์ความต่างของคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติ z test และ t test วิเคราะห์เปรียบเทียบผลการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนและหลังการทดลอง คุมด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปและนำเสนอค่าสถิติ Risk ratio (RR) และ 95%CI

ผลการศึกษา

ก่อนเริ่มต้นการทดลอง ผู้วิจัยได้วิเคราะห์คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ถูกเลือกเข้ามาในการศึกษาครั้งนี้ พบว่าหญิงตั้งครรภ์ทั้งสองกลุ่มมีคุณลักษณะทั่วไปไม่แตกต่างกันในทางสถิติ อาทิ มีอายุเฉลี่ย 30.52±4.63 และ 30.19±5.76 ตามลำดับ หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มีประวัติการตั้งครรภ์ครั้งแรก ร้อยละ 74.2 และ ร้อยละ 54.8 ตามลำดับ มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 64.5 และ ร้อยละ 80.6 ตามลำดับ และไม่เคยได้รับข่าวสารเกี่ยวกับทันตสุขภาพ ร้อยละ 74.2 และ ร้อยละ 71.0 ตามลำดับ รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างเริ่มต้นก่อนการทดลอง

	กลุ่มทดลอง (n=31)	กลุ่มควบคุม (n=31)	p
	n (%)	n (%)	
อายุ			
≤30 ปี	15 (48.5)	18 (58.1)	0.581
>30 ปี	16 (51.5)	13 (41.9)	0.606
mean±S.D., max, min	30.52±4.63, 39, 22	30.19±5.76, 42, 22	0.804
ประวัติการตั้งครรภ์			
ตั้งครรภ์ครั้งแรก	23 (74.2)	17 (54.8)	0.200
ตั้งครรภ์ครั้งที่สอง	8 (25.8)	14 (45.2)	0.367
ระดับการศึกษา			
ต่ำกว่าปริญญาตรี	20 (64.5)	25 (80.6)	0.224
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	11 (35.5)	6 (19.4)	0.488
การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับทันตสุขภาพ			
เคยได้รับ	8 (25.8)	9 (29.0)	0.882
ไม่เคยได้รับ	23 (74.2)	22 (71.0)	0.809

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากก่อนทดลอง พบว่าหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลองมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากมากที่สุดเกี่ยวกับแปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้น ร้อยละ 58.1 และมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากน้อยที่สุดเกี่ยวกับการขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ ร้อยละ 32.3 แต่หญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มควบคุมมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากมากที่สุดเกี่ยวกับแปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้นเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง ร้อยละ 61.3 และมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากน้อยที่สุดเกี่ยวกับการใช้ยาสีฟันผสมสมุนไพรจะได้ประโยชน์แก่เหงือกมากกว่ายาสีฟันผสมฟลูออไรด์ และการขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ ร้อยละ 35.5 เท่ากัน และภายหลังทดลองพบว่าหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลองมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากมากที่สุดเกี่ยวกับการขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ ร้อยละ 100 และมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากน้อยที่สุดเกี่ยวกับการตรวจสุขภาพเหงือกและฟันด้วยตนเองเป็นประจำจะช่วยป้องกันการเกิดโรคเหงือกอักเสบได้ ร้อยละ 74.2 ในขณะที่หญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มควบคุมมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากมากที่สุดเกี่ยวกับแปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้น ร้อยละ 58.1 และมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากน้อยที่สุดเกี่ยวกับการขูดหินปูนร่วมกับ

แปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ ร้อยละ 35.5 คล้ายกันกับก่อนทดลอง รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปาก

	กลุ่มทดลอง (n=31)		**กลุ่มควบคุม (n=31)**	
	ก่อนทดลอง	**หลังทดลอง**	**ก่อนทดลอง**	**หลังทดลอง**
	n (%)	**n (%)**	**n (%)**	**n (%)**
1. ตรวจสุขภาพเหงือกและฟันด้วยตนเองเป็นประจำจะช่วยป้องกันการเกิดโรคเหงือกอักเสบได้	15 (48.4)	23 (74.2)	16 (51.6)	15 (48.4)
2. แปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้น	18 (58.1)	27 (87.1)	19 (61.3)	18 (58.1)
3. พบทันตแพทย์ตรวจสุขภาพช่องปากอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง จะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้	16 (51.6)	26 (83.9)	15 (48.4)	16 (51.6)
4. แปรงฟันให้ถูกวิธีและสม่ำเสมอจะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้	13 (41.9)	26 (83.9)	12 (38.7)	13 (41.9)
5. ใช้ไหมขัดฟันเป็นประจำจะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้	18 (58.0)	26 (83.9)	16 (51.6)	17 (54.9)
6. ใช้ยาสีฟันผสมสมุนไพรจะได้ประโยชน์แก่เหงือกมากกว่ายาสีฟันผสมฟลูออไรด์	14 (45.1)	27 (87.1)	11 (35.5)	13 (41.9)
7. กินอาหารที่มีเส้นใย เช่น ผักและผลไม้ จะช่วยให้เหงือกและฟันสะอาดแข็งแรง	16 (51.6)	26 (83.9)	13 (41.9)	14 (45.2)
8. ขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้	10 (32.3)	31 (100.0)	11 (35.5)	11 (35.5)

ผลการเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ก่อนทดลองหญิงตั้งครรภ์มีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากทุกข้อไม่แตกต่างกันในทางสถิติ

และเมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบผลหลังการใช้โปรแกรมฯ (หลังทดลอง 12 สัปดาห์) พบว่าหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลองมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากดีเพิ่มขึ้นในทุกข้อเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ พบมากที่สุดคือการขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ดีเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมเป็น 2.81 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (RR=2.81, 95%CI=1.75, 4.53, P<0.001) รองลงมาคือการใช้ยาสีฟันผสมสมุนไพรจะได้ประโยชน์แก่เหงือกมากกว่ายาสีฟันผสมฟลูออไรด์เพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมเป็น 2.07 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (RR=2.07, 95%CI=1.34, 3.21, P<0.001) และน้อยที่สุดคือการใช้แปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้น ดีเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมเป็น 1.50 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (RR=1.50, 95%CI=1.08, 2.08, P<0.05) รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบผลการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากหลังการใช้โปรแกรมฯ

	กลุ่ม	**ก่อนทดลอง (n=31)**	**หลังทดลอง (n=31)**
		RR (95%CI)	**RR (95%CI)**
1. ตรวจสุขภาพเหงือกและฟันด้วยตนเองเป็นประจำจะช่วยป้องกันการเกิดโรคเหงือกอักเสบได้	ทดลอง	0.93 (0.56, 1.54)	1.53 (1.00, 2.33) *
	ควบคุม	Ref.	Ref.
2. แปรงสีฟันที่มีขนาดพอเหมาะกับช่องปากจะช่วยให้แปรงฟันได้สะอาดและทั่วถึงมากขึ้น	ทดลอง	0.94 (0.62, 1.42)	1.50 (1.08, 2.08) *
	ควบคุม	Ref.	Ref.
3. พบทันตแพทย์ตรวจสุขภาพช่องปากอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง จะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้	ทดลอง	1.06 (0.64, 1.75)	1.62 (1.11, 2.36) **
	ควบคุม	Ref.	Ref.
4. แปรงฟันให้ถูกวิธีและสม่ำเสมอจะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้	ทดลอง	1.08 (0.59, 1.98)	2.00 (1.28, 3.11) ***
	ควบคุม	Ref.	Ref.
5. ใช้ไหมขัดฟันเป็นประจำจะช่วยป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้	ทดลอง	1.12 (0.71, 1.77)	1.52 (1.07, 2.18) *
	ควบคุม	Ref.	Ref.
6. ใช้ยาสีฟันผสมสมุนไพรจะได้ประโยชน์แก่เหงือกมากกว่ายาสีฟันผสมฟลูออไรด์	ทดลอง	1.27 (0.68, 2.34)	2.07 (1.34, 3.21) ***
	ควบคุม	Ref.	Ref.
	ทดลอง	1.23 (0.71, 2.10)	1.85 (1.22, 2.81) **

7. กินอาหารที่มีเส้นใย เช่น ผักและผลไม้ จะช่วยให้เหงือกและฟันสะอาดแข็งแรง	ควบคุม	Ref.	Ref.
8. ขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้	ทดลอง	0.90 (0.45, 1.82)	2.81 (1.75, 4.53) ***
	ควบคุม	Ref.	Ref.

*P<0.05, **P<0.01, ***P<0.001

บทวิจารณ์

จากผลการศึกษาหลังทดลองได้ปรากฏว่าหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลองมีการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากดีเพิ่มขึ้นในทุกข้อเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเป็นเพราะว่าหญิงตั้งครรภ์ได้รับความรู้ความเข้าใจถึงประโยชน์ของการดูแลสุขภาพและป้องกันโรคในช่องปากจากสื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านทางไลน์แอพพลิเคชั่นอย่างต่อเนื่อง ด้วยการแสวงหาวิธีการดูแลทันตสุขภาพตนเองจากช่องทางออนไลน์ที่ผู้วิจัยกำหนด โดยเชื่อว่าการกระทำตามที่ได้รับจากข้อมูลทันตสุขภาพเหล่านี้จะเป็นผลดีและมีประโยชน์ต่อสุขภาพช่องปากของตนเอง และเป็นสิ่งที่สามารถลดความเสี่ยงหรือความรุนแรงไม่ให้เป็นโรคในช่องปากขณะที่ตนเองกำลังตั้งครรภ์ได้ โดยเฉพาะในการศึกษาครั้งนี้พบว่าหลังทดลองหญิงตั้งครรภ์ทั้งหมดในกลุ่มทดลอง (ร้อยละ 100) มีการรับรู้ประโยชน์เกี่ยวกับการขูดหินปูนร่วมกับแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอจะช่วยรักษาโรคเหงือกอักเสบได้ และดีเพิ่มขึ้นสูงที่สุดมากถึง 2.81 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) นั้น สามารถกล่าวได้ว่าหญิงตั้งครรภ์มีการรับรู้จากสื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านทางไลน์แอพพลิเคชั่น โดยผู้วิจัยว่าโรคเหงือกอักเสบเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในหญิงตั้งครรภ์อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนที่ส่งผลให้เหงือกและเนื้อเยื่ออ่อนต่างๆ ที่รองรับฟันอ่อนแอ กอปรกับอาการแพ้ท้องและอาเจียนบ่อยครั้ง รวมถึงการดูแลอนามัยช่องปากที่ไม่ดีมีการสะสมของคราบหินน้ำลายหรือหินปูนจะทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดโรคในช่องปากได้ ดังนั้น หากตนเองสามารถลดปัญหาด้านสุขภาพช่องปากและสุขภาพทั่วไปทั้งต่อตัวแม่และลูกที่จะเกิดมา[12]

จะเห็นได้ว่าการตัดสินใจของหญิงตั้งครรภ์ที่จะปฏิบัติตามคำแนะนำอาจขึ้นอยู่กับการเปรียบเทียบถึงข้อดีและข้อเสียของพฤติกรรมนั้น สามารถเลือกปฏิบัติในสิ่งที่ก่อให้เกิดผลดีมากกว่าผลเสีย เมื่อหญิงตั้งครรภ์เกิดความกลัวหรือรับรู้ถึงภาวะคุกคามที่จะเกิดขึ้นกับตนเองแล้ว ก็อาจจะปฏิบัติตามคำแนะนำเพื่อจัดการกับปัญหาโดยคำนึงถึงประโยชน์ที่ตนเองและลูกในครรภ์ในวันข้างหน้า โดยมีความเชื่อว่าสิ่งที่ปฏิบัตินั้นเป็นวิธีที่ดีและเหมาะสมที่จะช่วยป้องกันโรคได้จริง[13] ด้วยเหตุนี้จึงทำการให้ข้อมูลที่เป็นจริงเกี่ยวกับประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากจากสื่อทันตอินโฟกราฟิกอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 12 สัปดาห์ ร่วมกับได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันภายในกลุ่มเฉพาะ ทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความเชื่อมั่นและเห็นความสำคัญของประโยชน์ในการดูแล

สุขภาพช่องปากมากขึ้น จึงเชื่อว่าตนเองจะสามารถควบคุมและป้องกันการเกิดโรคในช่องปากได้ การได้รับข้อมูลการดูแลสุขภาพช่องปากเป็นประจำทุกสัปดาห์สามารถสร้างหรือกระตุ้นเตือนการเข้าถึงของข้อมูลด้านทันตสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์ได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับการศึกษาของ เสาวณีย์ ภูมิสวัสดิ์ และคณะ (2556)[14] ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลราชวิถี พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$) และสอดคล้องกับการศึกษาของ สิริลักษณ์ วงษเนาว์ (2558)[15] ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากโดยการประยุกต์ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคเหงือกอักเสบในหญิงตั้งครรภ์ พบว่า ภายหลังจากการการได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$)

อย่างไรก็ดี การนำสื่ออินโฟกราฟิกมาใช้ในงานด้านสุขภาพเป็นความพยายามหาวิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพมาใช้ รวมถึงความง่ายของการนำเสนอผลงานในรูปแบบอินโฟกราฟิกที่สามารถนำเสนอได้หลากหลายช่องทาง โดยเฉพาะเครือข่ายทางสังคมซึ่งกำลังเป็นที่นิยมในปัจจุบัน และอินโฟกราฟิกที่ถูกใช้ในด้านสุขภาพนอกจากจะสามารถกระตุ้นและเหนี่ยวนำความสนใจต่อผู้รับสารแล้ว ยังมีความสำคัญในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้อีกด้วย หากนำไปใช้เป็นสื่อที่ต้องการผลลัพธ์ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางด้านสุขภาพ[16] ดังนั้นการศึกษาครั้งนี้จึงแสดงให้เห็นว่าไลน์แอพพลิเคชั่นยังเป็นช่องทางในการสื่อสารที่เปิดโอกาสให้สมาชิกภายในกลุ่มสามารถซักถามกันในประเด็นที่สงสัยและโต้ตอบสื่อสารกันได้แบบสองทาง (Two-way communication) และเป็นช่องทางให้ผู้วิจัยหรือผู้ปฏิบัติงานด้านทันตสุขภาพได้คอยติดตาม กระตุ้นส่งเสริม ให้กำลังใจ และให้คำปรึกษา นอกเหนือไปจากการให้ความรู้หรือสร้างการรับรู้ด้านทันตสุขภาพ ส่งผลทำให้เกิดการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากของตนเองเพิ่มมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ สุภาพ พุทธปัญโญ และคณะ (2559)[11] ที่ได้ศึกษาประสิทธิผลของของโปรแกรมพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพต่อความฉลาดทางสุขภาพ พฤติกรรมการลดน้ำหนัก และน้ำหนักของบุคลากรที่มีภาวะโภชนาการเกินในโรงพยาบาลร้อยเอ็ด อำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด ที่มีการสร้างกลุ่มไลน์รวมทั้งการใช้สื่อโซเชียลมีเดียในการให้ความรู้ คำแนะนำ และติดตามผลของโปรแกรมภายหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมสุขภาพต่อความฉลาดทางสุขภาพและพฤติกรรมการลดน้ำหนักเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.01$)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยข้างต้นได้แสดงให้เห็นว่าหญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับโปรแกรมการเรียนรู้ทันตสุขภาพแบบผสมผสานซึ่งเป็นเครื่องมือหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการกระตุ้นการรับรู้ประโยชน์ของการดูแลสุขภาพช่องปากตลอดจนแสดงให้เห็นว่าการนำสื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านทางไลน์แอพพลิเคชั่นไปใช้ประโยชน์ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์สามารถพัฒนาการรับรู้และทักษะการดูแลสุขภาพช่องปากของตนเองได้เป็นอย่างดีเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมดังกล่าว

ข้อเสนอแนะ

แม้นว่าการรับรู้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพช่องปากดีขึ้นจากการใช้สื่อทันตอินโฟกราฟิกผ่านทางไลน์แอพพลิเคชั่นก็ตาม ในการสร้างช่องทางการติดต่อสื่อสารและการให้ความรู้ทางทันตสุขภาพแก่ผู้รับสารจะทำให้การรับรู้ระดับบุคคลเพิ่มมากขึ้น บุคลากรที่ปฏิบัติหน้าที่ที่เกี่ยวข้องควรปรับใช้ให้เหมาะสมตามบริบทของพื้นที่และกลุ่มเป้าหมาย เพื่อส่งเสริมให้เกิดทักษะในการดูแลสุขภาพช่องปากที่ดียิ่งขึ้นต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ที่สนับสนุนสื่อทันตอินโฟกราฟิกในการดำเนินการวิจัย และขอขอบคุณศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา ที่ได้สนับสนุนทุนวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. Saddki N, Bachok NA, Hussain, NHN, Zainudin SLA & Sosroseno W. The association between maternal periodontitis and low birth weight infants among Malay women. ***Community dentistry and oral epidemiology.*** 2008; 36(4):296-304.

2. Wandera M, Åstrøm AN, Okullo I & Tumwine JK. (2012). Determinants of periodontal health in pregnant women and association with infants' anthropometric status: a prospective cohort study from Eastern Uganda. ***BMC pregnancy and childbirth.*** 2012;12(1):90.

3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา. แบบบันทึกการตรวจสุขภาพช่องปาก: ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา. เอกสารอัดสำเนา;2561.

4. สำนักทันตสาธารณสุข. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. ***คู่มือแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากเด็กปฐมวัย ANC คุณภาพ WCC คุณภาพ ศพด. คุณภาพ.*** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก;2556.

5. สำนักทันตสาธารณสุข. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. ***แนวทางการดำเนินงานทันตสาธารณสุขประจำปี 2561.*** [ออนไลน์] 2561. [อ้างเมื่อ 17 ส.ค. 2561] จาก http://dental2.anamai.moph.go.th/ewtadmin/ewt/dental/ewt_dl_link.php?nid=1691.

6. กองทันตสาธารณสุข. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. ***คู่มือการดูแลสุขภาพช่องปากแม่และเด็ก.*** นนทบุรี: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก;2545.

7. คุณากร ขันชัยภูมิ. ***ประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาเพื่อการส่งเสริมทันตสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในคลินิกฝากครรภ์โรงพยาบาลแก้งคร้อ อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ.*** วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ มหาวิทยาลัยขอนแก่น;2556.

8. ปวิตรา ขัติยะ. ***ประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทันตสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ โรงพยาบาลพะเยา อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา.*** วิทยานิพนธ์หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา;2556.

9. อารีรัตน์ จันทร์หนู. ประสิทธิผลของการส่งเสริมทันตสุขภาพหญิงตั้งครรภ์แบบบรูณาการในโรงพยาบาลจะนะ. ***วารสารสาธารณสุขและการพัฒนา.*** 2557;12(1):31-52.

10. สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (องค์การมหาชน) (สพธอ.). ***ผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย***. [ออนไลน์] 2561. [อ้างเมื่อ 29 พ.ค. 2561] จาก https://www.etda.or.th/documents-for-download.html**.**

11. สุภาพ พุทธปัญโญ, นิจฉรา ทูลธรรม และ นันทิพัฒน์ พัฒนโชติ. ผลประสิทธิผลของของโปรแกรมพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพต่อความฉลาดทางสุขภาพ พฤติกรรมการลดน้ำหนัก และน้ำหนักของบุคลากรที่มีภาวะโภชนาการเกินในโรงพยาบาลร้อยเอ็ด อำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด. ***วารสารการพยาบาลและการศึกษา.*** 2559; 9(4):42-59.

12. Polson AM. Gingival and Periodontal Problems in Children. ***Pediatrics.*** 1974;54(2): 190-5.

13. Rosenstock IM. Historical origins of the health belief model. ***Health Education Monographs.*** 1974;2:328-335.

14. เสาวณีย์ ภูมิสวัสดิ์, เกสร สุวิทยะศิริ และ วันดี ไชยทรัพย์. การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลราชวิถี. ***วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ.*** 2556;29(2):88-94.

15. สิริลักษณ์ วงษเนาว์. ***โปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากโดยการประยุกต์ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคเหงือกอักเสบในหญิงตั้งครรภ์.*** วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการสร้างสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์;2558.

16. จงกลณี จงพรชัย, กฤตติกา ตัญญะแสนสุข และ ลาวัลย์ ศรัทธาพุทธ. อินโฟกราฟิกและการประยุกต์ในงานสุขภาพและเภสัชกรรม. ***Thai Bull Pharm Sci.*** 2016;11(2):98-120.