



วิถีชีวิตคนเมืองวัยทำงานที่มีผลต่อภาวะอ้วนลงพุง: กรณีศึกษาบุคลากรคณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล

ปวีณา ประเสริฐจิตร¹

¹ วิทยาลัยพัฒนามหานคร มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

Vajira Med J. 2019; 63 Suppl: S211-2

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาความชุกและปัจจัยที่มีผลทำให้เกิดภาวะอ้วนลงพุง และนำเสนอแนะแนวทางในการลดการเกิดภาวะอ้วนลงพุงในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล

วิธีดำเนินการวิจัย: การวิจัยนี้ใช้แบบสอบถามในการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะอ้วนลงพุง ประชากรกลุ่มวัยทำงานในเขตเมือง คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ บุคลากรที่เข้ารับการตรวจสุขภาพ ปี 2560 จำนวน 351 คน แบ่งเป็นกลุ่มวิชาชีพเฉพาะ 177 คน เชี่ยวชาญเฉพาะ 31 คน และสนับสนุนทั่วไป 143 คน สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ สถิติร้อยละ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าเฉลี่ย สถิติ Chi - square และ Logistic regression

ผลการวิจัย: ปัจจัยนำลักษณะข้อมูลทั่วไปที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะอ้วนลงพุง คือ เพศ มีความสัมพันธ์ต่อภาวะอ้วนลงพุง ($P<0.01$) พบว่า เพศหญิง มีโอกาสเกิดภาวะอ้วนลงพุง 2.12 เท่า (95% CI : 1.23-3.51) และสถานภาพการสมรสมีความสัมพันธ์ต่อภาวะอ้วนลงพุง ($P=0.027$) อีกทั้งด้านความรู้ ทักษะ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกาย อยู่ในระดับที่ต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่มีภาวะอ้วนลงพุงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$) รวมทั้งปัจจัยเอื้อ ด้านค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหาร เครื่องดื่ม (เฉลี่ยต่อมื้อ) มีความสัมพันธ์ต่อภาวะอ้วนลงพุง ($P=0.035$) และปัจจัยเสริมที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะอ้วนลงพุง คือ สมาชิกในครอบครัวมีคนอ้วน ($P=0.005$)

สรุป: 1. ความชุกของภาวะอ้วนลงพุง เป็นเพศหญิง อายุ 55 ปีขึ้นไป ระดับการศึกษาสูงสุดปริญญาตรี เป็นกลุ่มวิชาชีพเฉพาะ มีรายได้ 10,000-20,000 บาท สถานภาพโสด ชอบทานอาหารรสหวาน
2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะอ้วนลงพุง ปัจจัยนำที่มีความสัมพันธ์กับภาวะอ้วนลงพุง 2 ปัจจัย คือ เพศ สถานภาพสมรส ปัจจัยเอื้อที่มีความสัมพันธ์กับภาวะอ้วนลงพุง 1 ปัจจัย คือ ค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหาร เครื่องดื่ม (เฉลี่ยต่อมื้อ) ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะอ้วนลงพุง 1 ปัจจัย คือ ครอบครัวที่มีสมาชิกอ้วนจะทำให้ อ้วนด้วย
3. กระบวนการพัฒนารูปแบบการดำเนินงานเพื่อลดภาวะอ้วนลงพุงของคนในชุมชนเขตเมือง ต้องดำเนินงานแก้ไขตามกรอบแนวคิดในการสร้างรูปแบบที่เหมาะสม เน้นปัจจัยนำด้านความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมที่ส่งเสริมและลดความเสี่ยงของการเกิดภาวะอ้วนลงพุง โดยการจัดการรูปแบบการให้ความรู้การจัดการตนเอง (self-management education) การใช้หลายวิธีร่วมกัน (multi-strategy)

คำสำคัญ: วิถีชีวิตคนเมือง อ้วนลงพุง วัยทำงาน



องค์ความรู้เดิม: จากการวิจัยที่ผ่านมา ส่วนใหญ่มีการทำกิจกรรมในการแก้ปัญหา โดยไม่คำนึงถึงปัจจัยเชิงสาเหตุ จากตัวบุคคลอย่างแท้จริง จึงทำให้ผลลัพธ์ยังแก้ปัญหาไม่ตรงจุด จึงจำเป็นต้องศึกษาปัจจัยต่าง ๆ โดยใช้บริบทที่แท้จริงจากการศึกษาวิถีชีวิต เพื่อทำให้เกิดความยั่งยืนและผลลัพธ์ที่ชัดเจน

องค์ความรู้ใหม่: แนวทางการแก้ไขปัญหารื่องภาวะอ้วนลงพุงจำเป็นต้องหาปัจจัยที่แท้จริงของบริบทและวิถีชีวิตของแต่ละพื้นที่และแต่ละตัวบุคคล เพื่อนำมาซึ่งแนวทางการแก้ไขปัญห โดยใช้วิธีการจัดการตนเอง (self-management education) และการใช้วิธีแบบหลายวิธีร่วมกัน (multi-strategy) เป็นรูปแบบการแก้ไขปัญหภาวะอ้วนลงพุง โดยคำนึงถึงตนเองเป็นหลักในการพัฒนาและส่งเสริมความต้องการอย่างถูกต้อง

การนำไปใช้ประโยชน์: สร้างนโยบายและแนวทางในการรณรงค์ดูแลสุขภาพบุคลากรได้ตรงจุดที่จะต้องแก้ปัญหาเพื่อหลีกเลี่ยงภาวะอ้วนลงพุงได้