

Received: 27 Oct 2020, Revised: 24 Nov 2020

Accepted: 3 Dec 2020

นิพนธ์ต้นฉบับ

ประสิทธิผลโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก
ในสามเณร โรงเรียนพระปริยัติธรรม อำเภอท่าวังผา จังหวัดน่าน

วุฒิพงศ์ ณะขว้าง^{1,*}

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากในสามเณร โรงเรียนพระปริยัติธรรม อำเภอท่าวังผา จังหวัดน่าน ที่ส่งผลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณร กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 150 รูป ได้แก่ สามเณรที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดน้ำไคร้นันทชัย และวัดนิโครธาราม เครื่องมือการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณร, แบบสอบถามแบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้ 1) ข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ 3) ความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปาก 4) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก และแบบบันทึกประสิทธิภาพการแปรงฟัน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและเปรียบเทียบผลการศึกษาด้วยสถิติทดสอบที (Paired t – test) ผลการวิจัยพบว่าหลังสิ้นสุดโปรแกรม สามเณรมีระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก ($\bar{X}$ = 77.79, S.D. = 2.80) ความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปาก ($\bar{X}$ = 14.08, S.D. = 0.93) พฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปาก ($\bar{X}$ = 3.84, S.D. = 0.21) และประสิทธิภาพการแปรงฟัน ($\bar{X}$ = 0.12, S.D. = 0.15) เพิ่มขึ้น และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ย พบว่าทุกด้านเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (p-value < .01) ทั้งนี้สามเณรควรได้รับการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากที่ดียิ่งขึ้น

คำสำคัญ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ การดูแลสุขภาพช่องปาก สามเณร

¹ ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ กลุ่มงานทันตกรรม โรงพยาบาลท่าวังผา จังหวัดน่าน

* Corresponding author: wood.thanakwang@gmail.com

Original Article

**The Effective of Oral Health Literacy Program in Novices,
Phrapariyattidhamma School, Tha Wang Pha District, Nan Province**

Woodtipong Thanakwang^{1,*}

Abstract

The quasi experimental research was to study the effectiveness of reinforce health literacy program for oral health care of novices, Phrapariyattidhamma school, Tha Wang Pha District, Nan Province, Affecting Oral Health Knowledge And oral health care behavior of novices. The sampling were purposive 150 novices who studying high school level in Phrapariyattidhamma school, Namkrai nanthachai temple and Nikota ram Temple. Research instruments consist of program reinforce health literacy for care of oral health, the questionnaire 4 parts consist of 1) personal information 2) health literacy assessment 3) knowledge about oral health care and 4) oral health care behavior. and brushing efficiency record form. Data was analyzed by descriptive statistics and t-test. Result revealed that after enrolling program novice had level care of oral health literacy ($\bar{x}=77.79$, S.D.=2.80) knowledge about oral health care ($\bar{x}=14.08$, S.D. =0.93) oral health care behavior ($\bar{x}=3.84$, S.D.=0.21) and brushing efficiency ($\bar{x}= 0.12$, S.D.=0.15) were higher level. The compare mean differences were higher than before enrolling program with statistical significance level at .05 (p-value <.01). Therefore, novices should to get oral health care literacy for change more effectiveness of oral health care behavior.

Keyword: health literacy, oral health care, novice

¹Dentist, Senior Professional Level. Dental department, Tha Wang Pha Hospital, Nan Province

*Corresponding author: wood.thanakwang@gmail.com

บทนำ

สามเณรเป็นเด็กชายหรือวัยรุ่นชาย ซึ่งดำรงสมณเพศถือศีล 10 ข้อ ประพฤติปฏิบัติตนเพื่อรักษาศีล เรียนรู้ธรรมะของพระพุทธเจ้า เช่นเดียวกับพระภิกษุ ประพฤติปฏิบัติธรรมสำรวมกายและวาจา

จากการสำรวจสามเณร ของสำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในปีพ.ศ. 2557 พบว่า สามเณร มีฟันผุร้อยละ 39 มีเหงือกอักเสบร้อยละ 53² เช่นเดียวกับสถานการณ์ในเด็กวัยเรียนอายุ 12-15 ปี ผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากแห่งชาติครั้งที่ 8 ประเทศไทย พ.ศ. 2560 พบว่า มีฟันผุร้อยละ 52 มีฟันผุที่ยังไม่ได้รับการรักษาร้อยละ 40.10 มีประวัติฟันผุ ถอน อุดเฉลี่ย 2 ซี่ต่อคน ร้อยละ 62.7 มีภาวะเหงือกอักเสบร้อยละ 83³ จากสถิติดังกล่าวจะเห็นได้ว่าสามเณรมีปัญหาสุขภาพช่องปากอยู่ระหว่างร้อยละ 40-50 และถ้าหากปัญหาฟันผุไม่ได้รับการรักษาสามารถเกิดการสูญเสียฟันแท้อย่างถาวรได้

สำหรับโรงเรียนพระปริยัติธรรมนั้นเป็นโรงเรียนที่ตั้งขึ้นในวัดที่ธรณีสงฆ์ เพื่อให้การศึกษาอบรมแก่สามเณรโดยใช้หลักธรรมคำสอนแห่งพระพุทธศาสนาให้มีศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรม จัดตั้งขึ้นโดยได้รับอนุญาตจากกระทรวงศึกษาธิการและความเห็นชอบของประธานสภาการศึกษาสงฆ์ จัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรกระทรวงศึกษาธิการ¹ โรงเรียนพระปริยัติธรรมในโครงการพระราชดำริฯ ในเขต

ภาคเหนือ 5 จังหวัด ได้แก่ น่าน แพร่ พะเยา เชียงราย และลำปาง สามเณรจึงได้ รับโอกาสในการพัฒนาในทุก ๆ ด้าน เช่นเดียวกับเด็กและเยาวชนทั่วไปโดยเฉพาะด้านสุขภาพอนามัย ด้านพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญในการดำรงรักษาไว้ซึ่งภาวะความมีสุขภาพดีของตนเองต่อไป

อำเภอท่าวังผา จังหวัดน่าน มีโรงเรียนพระปริยัติธรรมจำนวน 2 แห่ง คือ โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดนิโครธาราม มีสามเณรจำนวน 82 รูป และโรงเรียนวัดน้ำไคร้นันทชัยศึกษา มีสามเณรจำนวน 68 รูป จากผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องของสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดนิโครธาราม ในปีพ.ศ. 2561 -2562 พบว่า สามเณรที่ปราศจากฟันผุเพียงร้อยละ 30.77, และ 40.59 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยฟันผุอุดถอน คิดเป็น 2.50 และ 2.61 ซี่ต่อคน ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่าปัญหาสุขภาพช่องปากในสามเณรอำเภอท่าวังผา มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ทั้งนี้จากการศึกษาของฝ่ายทันตกรรม โรงพยาบาลท่าวังผา ในปีพ.ศ. 2560 พบว่า สามเณรร้อยละ 95 ฉันทมนกรูบรอบระหว่างมือ ร้อยละ 47 ฉันทมนกรูบรอบระหว่างมือ ร้อยละ 37 ฉันทมนกรูบรอบระหว่างมือ ร้อยละ 2 ครั้งต่อวัน และฉันทมนกรูบรอบระหว่างมือ ร้อยละ 16 และร้อยละ 86.87 ของสามเณรพบว่า ฉันทมนกรูบรอบระหว่างมือ ร้อยละ 1 ครั้ง ร้อยละ 27⁴

จากการสำรวจสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน พบว่าโรงเรียนมีสถานที่สำหรับการแปรงฟัน แต่สามเณรยังขาดการเอาใจใส่ในการแปรงฟันหลังฉันภัตตาหารเพล นอกจากนั้นโรงเรียนยังมีสหกรณ์ซึ่งขายขนมกรุบกรอบ น้ำหวานและไอศกรีมในช่วงกลางวัน และในช่วงเย็นจะมีร้านขายขนมมาตั้งร้านขายอยู่หน้าโรงเรียนซึ่งสามเณรก็สามารถซื้อขนมได้

จากปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากในสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรม อำเภอท่าวังผา จังหวัดน่านขึ้น เพื่อให้สามเณรมีการดูแลสุขภาพช่องปากได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากในสามเณร โรงเรียนพระปริยัติธรรม อำเภอท่าวังผา จังหวัดน่าน ที่ส่งผลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากและพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณร

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบงานวิจัย

รูปแบบการวิจัยนี้เป็นการศึกษากึ่งทดลอง (Quasi experimental research) แบบ หึ่ง กลุ่มวัดผลก่อนเข้าร่วมโปรแกรมและหลังสิ้นสุดโปรแกรม (One group pretest-posttest design) กลุ่มทดลองได้รับการเสริมสร้างความ

รอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก และเปรียบเทียบตัวแปรก่อนและหลังสิ้นสุดโปรแกรม ได้แก่ ความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณร

กรอบแนวคิดการวิจัย

โปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากในสามเณร ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้แนวคิดองค์ประกอบความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) เป็นระดับสมรรถนะของบุคคลในการเข้าถึงเข้าใจ ประเมินและปรับใช้ข้อมูลความรู้และบริการสุขภาพได้อย่างเหมาะสม⁵ ประกอบด้วย 6 ทักษะ ดังนี้ 1) การเข้าถึง 2) การเข้าใจ 3) การโต้ตอบ 4) การตัดสินใจ 5) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และ 6) การบอกต่อ ซึ่งสามารถส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior) ซึ่งเป็นการปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพ⁶ โดยมีสมมติฐานการวิจัย คือ หลังสิ้นสุดโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก สามเณรมีการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ ความรู้ ทักษะการสื่อสาร การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง ทักษะการจัดการตนเอง ทักษะการเสนอทางเลือกให้ผู้อื่น และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม รายละเอียดกรอบแนวคิดในการวิจัยแสดงดังภาพประกอบที่ 1

ตัวแปรต้น

โปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแล
สุขภาพช่องปากของสามเณร

1. ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ (บรรยาย/ฝึกทักษะการสืบค้น การใช้ และการตรวจสอบแหล่งข้อมูล)
2. ด้านความรู้ (บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับโรคสุขภาพช่องปากและการดูแล)
3. ด้านทักษะการสื่อสาร (ฝึกทักษะการใช้ข้อมูลข่าวสาร การฟังข้อมูล และการสื่อสารข้อมูล)
4. ด้านการตัดสินใจ (ทบทวนการปฏิบัติตน การให้เหตุผล การสร้างทางเลือก)
5. ด้านการจัดการตนเอง (ฝึกทักษะการตรวจช่องปาก การแปรงฟัน กำหนดเป้าหมาย ปฏิบัติตามแผน การติดตามความตั้งใจ)
6. ด้านการบอกต่อ (ฝึกทักษะการบอกต่อ การจูงใจผู้อื่น)

ตัวแปรตาม

ความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแล
สุขภาพช่องปากของสามเณร



พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากที่
ถูกต้องและเหมาะสม

ภาพประกอบที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ประชากรที่ศึกษา

ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง คือ สามเณรที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดน้ำไคร้หนนทชัยและวัดนิโครธารามจำนวน 150 รูป คัดเลือกแบบแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) โดยกำหนดตามเกณฑ์ ดังนี้

คุณสมบัติของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Inclusion criteria)

- 1) สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยและสามารถอ่านออกเขียนได้
- 2) สนใจเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก

คุณสมบัติของการคัดออกกลุ่มตัวอย่าง (Exclusion criteria)

- 1) ไม่สามารถนำกิจกรรมไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง
- 2) ขอสละสิทธิ์ออกระหว่างการทำกิจกรรมโปรแกรม
- 3) ไม่สามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้ต่อเนื่องตามระยะเวลาที่กำหนด

เครื่องมือการวิจัย

1. โปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณร ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากคู่มือแนวทางการพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ⁶ และคู่มืออนามัย

สามแผนร¹ โดยมีกำหนดการดำเนินกิจกรรมกลุ่มร่วมกันทั้งหมด จำนวน 4 ครั้ง รวมระยะเวลา 12 สัปดาห์ ประกอบด้วยเครื่องมือย่อย ได้แก่ แผนการสอน สื่อการสอน และชุดอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม

2. แบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนองค์ความรู้จากคู่มือแนวทางการพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ⁶ และแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพนักเรียน¹ แบ่งเป็น 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 3 ข้อ มีลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบและปลายเปิด

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ⁸ จำนวน 20 ข้อ (คะแนนเต็ม 100 คะแนน) ลักษณะคำถามเป็นแบบประเมินค่า (rating scale) 5 ระดับ

ส่วนที่ 3 ความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปาก จำนวน 15 ข้อ คะแนนเต็ม 15 คะแนน มีลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบ ถูก ต้อง ไม่แน่ใจ ไม่ถูกต้อง แปรผล 3 ระดับ คือ ต่ำ ปานกลาง และสูง

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก จำนวน 10 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นแบบประเมินค่า แปรผล 3 ระดับ คือ ต่ำ ปานกลาง และสูง

3. แบบบันทึกประสิทธิภาพการแปรงฟันจากคราบจุลินทรีย์โดยการย้อมสีฟัน แปรผล 4 ระดับ คือต้องปรับปรุง พอใช้ ดี และดีมาก

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน มีค่า IOC เท่ากับ 0.91

2. ตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงตามเกณฑ์การคัดเลือก สุ่มแบบอย่างง่ายในสามแผนจำนวน 30 รูป ในโรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดปรางค์อำเภอบัว จังหวัดน่าน ส่วนที่ 2, 3 และ 4 มีค่า Cronbach's Alpha Coefficient เท่ากับ 0.926, 0.814 และ 0.729 ตามลำดับ

การดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยระหว่าง กุมภาพันธ์ 2563 – เมษายน 2563 ในโรงเรียนพระปริยัติธรรมอำเภอบัว จังหวัดน่าน โดยปฏิบัติตามกิจกรรมตามขั้นตอนของโปรแกรมจำนวน 4 ครั้ง ระยะเวลา 12 สัปดาห์ ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 กิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 1 ระยะเวลา 3 ชั่วโมง วัตถุประสงค์เพื่อให้ความรู้และฝึกทักษะการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ ดำเนินกิจกรรม ดังนี้ เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 1 ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมและประเมินผลการแปรงฟันโดยการย้อมแผ่นคราบจุลินทรีย์ บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับโรคสุขภาพช่องปากและการดูแลช่องปาก บรรยายประกอบการสาธิตและฝึกปฏิบัติการเข้าถึงข้อมูลโดยการสืบค้น การใช้และการตรวจสอบแหล่งข้อมูลและบริการสุขภาพ

สัปดาห์ที่ 2 กิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 2 ระยะเวลา 3 ชั่วโมง วัตถุประสงค์เพื่อ ฝึกทักษะการใช้ข้อมูลข่าวสาร การฟังข้อมูล และการ

สื่อสารข้อมูล และฝึกทักษะการตัดสินใจ ทบทวน การปฏิบัติตน การให้เหตุผล การสร้างทางเลือก ดำเนินกิจกรรม ดังนี้ "wait a minute อ๊ะอ๊ะ คิด ชัก นิด ก่อน จะ ฉันทัน " และ “ Little Monk...Little Sweet”

สัปดาห์ที่ 3 กิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 3 ระยะเวลา 3 ชั่วโมง วัตถุประสงค์เพื่อฝึกทักษะ การจัดการตนเอง และฝึกทักษะการบอกต่อผู้อื่น ดำเนินกิจกรรม ฝึกทักษะการตรวจช่องปาก ฝึก ปฏิบัติการแปรงฟัน จัดกิจกรรม “ Little Monk...Bigger Smile” และกำหนดเป้าหมาย การดูแลสุขภาพช่องปากตนเอง

สัปดาห์ที่ 4 กิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 4 ระยะเวลา 3 ชั่วโมง วัตถุประสงค์เพื่อติดตาม ทบทวนการปฏิบัติตัว ดำเนินกิจกรรม ดังนี้ ติดตามความตั้งใจและทักษะจากการพัฒนาความ รอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพช่องปาก แลกเปลี่ยนเรียนรู้อุปสรรค สรุปและให้ ข้อเสนอแนะในการดูแลสุขภาพช่องปากแก่ สามเณร และเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 2 หลัง สิ้นสุดโปรแกรม โดยใช้แบบสอบถาม และ ประเมินผลการแปรงฟันโดยการย้อมแผ่นคราบ จุลินทรีย์

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูล โดยเก็บ ข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างก่อนดำเนินกิจกรรมใน สัปดาห์ที่ 1 และหลังสิ้นสุดกิจกรรม ในสัปดาห์ที่ 4 โดยอธิบายรายละเอียดของการวิจัย ขั้นตอน และเครื่องมือในการวิจัย เน้นถึงความสมัครใจ เข้าร่วม และขอคำยินยอมแก่ผู้เข้าร่วม โครงการวิจัย ผู้วิจัยเก็บรักษาความลับ และไม่

เปิดเผยข้อมูลผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยอย่าง เคร่งครัด

จริยธรรมในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ขอจริยธรรมในการวิจัยจาก คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยเกี่ยวกับมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน เอกสารเลขที่ 026/2563

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิง พรรณนา (Descriptive analysis) และวิเคราะห์ เปรียบ เทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความ รอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมดูแลสุขภาพ ช่องปากของสามเณรด้วยสถิติ (Paired t-test)

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอเป็นลำดับ ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป พบว่า สามเณรจำนวน ทั้งหมด 150 รูป ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 ร้อยละ 26.67 รองลงมาเป็น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ร้อยละ 22.67 มีอายุเฉลี่ย 14.96 (S.D.= 1.55)

2. ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพช่องปาก พบว่า หลังสิ้นสุดโปรแกรม เสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก สามเณรมีระดับความรู้ด้าน สุขภาพเพิ่มขึ้นจากระดับไม่ดี คิดเป็นร้อยละ 52.08 ของคะแนนเต็ม เป็นระดับดี คิดเป็นร้อยละ 77.79 ของคะแนนเต็ม และเมื่อเปรียบเทียบ ความแตกต่างค่าเฉลี่ย พบว่าสามเณรมีค่าเฉลี่ย ความรอบรู้ด้านสุขภาพ สูงกว่าก่อนเข้าร่วม

โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($P < 0.01$)

3. ความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปาก พบว่าหลังสิ้นสุดโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก สามเณรมีระดับความรู้เพิ่มขึ้นจากระดับพอใช้ คิดเป็นร้อยละ 68.40 ของคะแนนเต็ม เป็นระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 14.08 ของคะแนนเต็ม และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย พบว่าสามเณรมีค่าเฉลี่ยความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($P < 0.01$)

4. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก พบว่าหลังสิ้นสุดโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก สามเณรมีระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากเพิ่มขึ้นจากระดับต่ำ ($\bar{X} = 2.69$, $SD = 0.32$) เป็นระดับสูง

($\bar{X} = 3.85$, $S.D. = 0.21$) และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยพบว่าสามเณรมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($P < 0.01$)

5. ประสิทธิภาพการแปรงฟัน พบว่า หลังสิ้นสุดโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ การดูแลสุขภาพช่องปาก สามเณรมีระดับคราบจุลินทรีย์ลดลง จากที่สามเณรมีประสิทธิภาพการแปรงฟันอยู่ในระดับต้องปรับปรุง ($\bar{X} = 3.34$, $S.D. = 0.27$) เพิ่มขึ้นอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 0.12$, $S.D. = 0.25$) และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ย พบว่าสามเณรมีประสิทธิภาพการแปรงฟันสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($P < 0.01$) ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของความรอบรู้สุขภาพช่องปาก ความรู้สุขภาพช่องปาก พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก และประสิทธิภาพการแปรงฟันของสามเณรก่อนและหลังได้รับโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก ($n = 150$)

ตัวแปร	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม		หลังสิ้นสุดโปรแกรม		t	p-value
	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D		
ความรอบรู้สุขภาพช่องปาก	52.08	3.75	77.79	2.80	144.60	.000*
ด้านการเข้าถึงข้อมูล	11.01	1.94	15.59	1.43	56.29	.000*
ด้านทักษะการสื่อสาร	9.90	15.72	2.37	1.70	65.19	.000*
ด้านการตัดสินใจ	10.05	1.79	15.69	1.00	54.92	.000*
ด้านการจัดการตนเอง	11.37	1.98	15.96	1.55	45.18	.000*
ด้านการบอกต่อ	9.75	1.49	14.83	1.28	82.66	.000*
ความรู้สุขภาพช่องปาก	10.26	3.49	14.08	0.93	13.20	.000*
พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก	2.69	0.32	3.84	0.21	77.26	.000*
ประสิทธิภาพการแปรงฟัน	3.34	0.27	0.12	0.25	85.15	.000*

* p-value < .05

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัย

สามแฉกรส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 หลังสิ้นสุดโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้การดูแลสุขภาพช่องปาก พบว่าสามแฉกรมีระดับความรู้ด้านสุขภาพเพิ่มขึ้นจากระดับไม่ดีเป็นระดับดี มีความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากเพิ่มขึ้นจากระดับพอใช้เป็นระดับดีมาก มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากเพิ่มขึ้นจากระดับต่ำเป็นระดับสูง และมีประสิทธิภาพการแปรงฟันเพิ่มขึ้นจากในระดับต้องปรับปรุงเป็นระดับดีมาก ส่งผลให้ระดับคราบจุลินทรีย์ลดลงตามไปด้วย

ปัจจัยแห่งความสำเร็จของการดำเนินการดูแลสุขภาพช่องปากของสามแฉกร จากโปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปาก ที่ประกอบด้วยกิจกรรมพัฒนารอบรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากในด้านการเข้าถึงข้อมูล ด้านความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพช่องปาก ด้านทักษะการสื่อสาร ด้านการตัดสินใจ ด้านการจัดการตนเอง ด้านการบอกต่อ จึงส่งผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากที่ขึ้นตามไปด้วย และประสิทธิภาพการแปรงฟันดีขึ้น จนกระทั่งทำให้ระดับคราบจุลินทรีย์ลดลง

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า หลังดำเนินการกิจกรรมของโปรแกรมสามแฉกรมีความรอบรู้ด้านสุขภาพเพิ่มสูงขึ้นส่งผลให้สามแฉกรมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากเพิ่มขึ้นจากระดับต่ำเป็นระดับสูง และประสิทธิภาพในการแปรงฟัน

เพิ่มขึ้นจากในระดับที่ต้องปรับปรุง อยู่ในระดับดีมาก ทั้งนี้เกิดจากความรู้เป็นความเข้าใจของบุคคลที่เป็นประโยชน์โดยเกิดขึ้นจากกระบวนการจำ และเข้าใจในเรื่องนั้น ๆ จึงส่งผลให้เกิดทักษะในการปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสมขึ้น⁷ สอดคล้องกับการวิจัยของ สรวงสุตา บุชา⁸ ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา อำเภอดงอระ แสง จังหวัดสกลนคร โดยสร้างโปรแกรมทันตสุขศึกษาให้ความรู้ความเข้าใจโรคในช่องปากและอนามัยช่องปาก การดูแลทันตสุขภาพ ประเมินทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธี ฝึกการตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตนเอง และปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟัน หลังการทดลองพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเองในการดูแลทันตสุขภาพ ความคาดหวังในผลลัพธ์ เจตคติต่อการดูแลสุขภาพ ทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธี และทักษะการตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตนเองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) และการศึกษาของ มารุต ภูพะเนียด และสุวิทย์ คุณาวิศรุต⁹ ได้อธิบายว่า ปัจจัยทางพฤติกรรมมีผลต่อสภาวะสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางลบกับปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟัน ($r = -0.16$) และทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธีมีความสัมพันธ์ทางลบกับปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟัน ($r = -0.13$) และการเกิดฟันผุ ($r = -0.11$) รวมถึงการศึกษาของ ญัฐธ แก้วสุทธา และคณะ¹⁰ กล่าวถึงการสร้างความรู้เรื่องโรคและอนามัยช่องปาก เจตคติที่ดีต่อการดูแลอนามัยช่องปาก การรับรู้ต่อภาวะ

คุกคามของโรค สิ่งจูงใจให้ปฏิบัติ และปัจจัยการปรับ เปลี่ยนพฤติกรรม ส่งผลทางบวกต่อพฤติกรรม การดูแลอนามัยช่องปากในวัยรุ่นตอนต้น ดังนั้น การจะแก้ปัญหาและลดผลกระทบทางสุขภาพ จะต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลอนามัยช่องปากของวัยรุ่นให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. โปรแกรมเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณร ในการวิจัยครั้งนี้ ส่งผลให้สามเณรมีพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปาก และแปรงฟันได้อย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มสูงขึ้น เพื่อเป็นการขยายผลการศึกษานางาน สามารถนำแนวคิดเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพมาใช้แก้ไข ปัญหาพฤติกรรมสุขภาพอื่น ๆ ในสามเณรต่อไป

2. การวิจัยครั้งนี้เป็นการวัดประสิทธิผลในสามเณรกลุ่มเดียว วัดผลก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรม ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมความแตกต่างระหว่างกลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งจะสามารถแสดงให้เห็นถึงความชัดเจนของประสิทธิผลของโปรแกรมยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. คู่มืออนามัยสามเณร. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อสิ่งพิมพ์ แก้วเจ้าจอม. 2556.

2. สำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สวนจิตรลดา พระราชวังดุสิต กรุงเทพฯ. โครงการจัดตั้งศูนย์ส่งเสริมสุขภาพสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา ในโครงการตามพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อัดสำเนา): เชียงใหม่. 2558.

3. กรมอนามัย. คู่มือหลักสูตรการอบรมอาสาสมัครประจำหมู่บ้านเชิงวิชาการ ด้านทันตสุขภาพ. นนทบุรี: สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2560.

4. โรงพยาบาลท่าวังผา. โครงการส่งเสริมทันตสุขภาพในสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรมอำเภอท่าวังผา. โรงพยาบาลท่าวังผา จังหวัดน่าน. 2562.

5. กรมอนามัย. รายงานผลการสำรวจสถานะสุขภาพช่องปากแห่งชาติ ครั้งที่ 8 ประเทศไทย พ.ศ. 2560 แยกรายเขตสุขภาพ [อินเทอร์เน็ต]. สำนักงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. [เข้าถึงเมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2563]. เข้าถึงได้จาก: http://dental2.anamai.moph.go.th/ewtdl_link.php?nid=2424

6. กองสุศึกษา. กลยุทธ์การสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ. กรุงเทพฯ: บริษัท สามเจริญพาณิชย์ (กรุงเทพฯ) จำกัด. 2561.

7. จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. พฤติกรรมสุขภาพ. พิษณุโลก: รัตนสุวรรณการพิมพ์. 2561.
8. สรวงสุดา บุษยา. ประสิทธิภาพของโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อำเภอเต่างอย จังหวัดสกลนคร. วารสารทันตภิบาล, 2561. 29(2), 1-12.
9. มารุต ภูพะเนียด และสุวิทย์ คุณาวิศรุต. ปัจจัยทางสังคมและพฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพช่องปากของเด็กวัยเรียน. วารสารราชพฤกษ์, 2562. 11(3), 75-82.
10. ณัฐรุธ แก้วสุทธา, อังคินันท์ อินทรกำแหง และพัชรี ดวงจันทร์. ปัจจัยเชิงสาเหตุของพฤติกรรมการดูแลอนามัยช่องปากของวัยรุ่นตอนต้น. วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 2562. 19(2), 153-164.