

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original Article

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากร โรงพยาบาลนครปฐม

Health Promoting Behaviors of Nakhonpathom Hospital's Personnel

ศุกลรัตน์ จงเจริญพรชัย กศ.ม. (สุขศึกษา)

กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลนครปฐม

Sukolrat Jongjaroenpornchai M.Ed. (Health.Ed.)

Division of Health Education

Nakhonpathom Hospital

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐม โดยนำรูปแบบ PRECEDE framework มาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และลูกจ้างชั่วคราว จำนวน 377 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามวิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ วิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นบันได ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สถานะสุขภาพ ทักษะเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ส่วนสถานภาพการปฏิบัติงานมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านปัจจัยเอื้อ พบว่ารายได้ การรับรู้นโยบายส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สำหรับปัจจัยเสริม พบว่าการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เมื่อวิเคราะห์การถดถอยพหุ พบว่าปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม ได้แก่ ค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ รายได้ และทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพโดยตัวแปรเหล่านี้สามารถทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 18.1 ซึ่งสามารถนำผลการวิจัยนี้ไปเป็นข้อมูลพื้นฐานและแนวทางกำหนดนโยบายดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องแก่บุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมต่อไป

คำสำคัญ : พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ, บุคลากรสาธารณสุข

ABSTRACT

This research's objective is to study health promotion behaviors of public health personnel in Nakhonpathom hospital. By using PRECEDE framework as research concept. Sample was 377 bureaucratic permanent employees and temporary employees. Data collected by questionnaires and presented by frequency and percentage. Correlation was analyzed by Pearson correlation and multiple regression analysis

and a stepwise. The results showed that factors including the knowledge of health promotion, values about health promotion, perceived health status and attitudes about health promotion are positively correlated with health promoting behaviors. The operational status is associated with negative health behaviors. Factors were conducive revenue recognition policy, health promotion is related to health promoting behaviors. For Reinforcing factors were receiving health information. The guidance is supported by various individuals associated with health promoting behaviors. When multiple regression analysis showed that the factors conducive factors reinforcing factors that predicted behavior promote overall health. Values are about promoting health. Knowledge of health promotion. To get information on health, income and attitudes towards health promotion. By these variables can predict health promoting behaviors was 18.1 percent, which is the result of this research is basic information and guide policy action is to promote healthy behavior for hospital personnel to Nakhonpathom.

Keywords : health promotion behavior, health personnel

บทนำ

ปัญหาสุขภาพของคนในประเทศไทยได้เปลี่ยนรูปแบบไปตามสภาพเศรษฐกิจ สังคม การเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดเจนในด้านภาวะสุขภาพคือ ประชาชนเจ็บป่วยและตายด้วยโรคไม่ติดต่อที่สามารถป้องกันได้มีแนวโน้มสูงขึ้น เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็ง และอุบัติเหตุ เป็นต้น นอกจากนี้ยังเจ็บป่วยและตายด้วยโรคอุบัติการณ์ใหม่และโรคอุบัติการณ์ซ้ำที่แพร่ระบาดอย่างรวดเร็ว ซึ่งการเจ็บป่วยและตายด้วยโรคดังกล่าวมีสาเหตุจากพฤติกรรมที่เป็นปัจจัยเสี่ยงหรือมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง

โรคที่เกิดจากพฤติกรรมมีอุบัติการณ์สูงขึ้นอย่างมาก โดยเฉพาะการมีพฤติกรรมเสี่ยงร่วม ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง พฤติกรรมการสูบบุหรี่ การดื่มสุราและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ขาดการออกกำลังกาย การป้องกันอุบัติเหตุกับภาวะความเครียดรวมทั้งพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เกิดขึ้นกับบุคลากรทุกระดับรวมถึงประชากรทุกกลุ่มวัยโดยมีสาเหตุจากการมีความรู้ไม่เพียงพอในการป้องกันและดูแลสุขภาพที่ถูกต้องของตนเองและครอบครัว มีค่านิยมตามกระแสสังคมที่ผิด ขาดจิตสำนึกและความรับผิดชอบต่อชุมชน สังคม ในการ

ดูแลสุขภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี สภาวะปัญหาสุขภาพปัจจุบันจึงมีผลต่อเศรษฐกิจ สังคม ของประเทศทุกระดับ การส่งเสริมสุขภาพจึงเป็นมาตรการสำคัญที่จะช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพคุ้มค่าต่อการลงทุน

การพัฒนาสุขภาพพลานามัยของคนเป็นองค์ประกอบพื้นฐานของการพัฒนาศักยภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสติปัญญา บุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมจะมีสุขภาพจิตที่ดีได้ก็ต่อเมื่อมีสุขภาพกายที่ดีแข็งแรงสมบูรณ์ โดยมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสม จากผลการตรวจสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมประจำปี 2550¹ พบปัญหาสุขภาพที่สำคัญ ได้แก่ภาวะไขมันในเลือดสูง (cholesterol, triglyceride) คิดเป็นร้อยละ 68.22 และ 18.20 ตามลำดับ ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ผิดปกติ คิดเป็นร้อยละ 32.88 ซึ่งปัญหาดังกล่าว ส่วนใหญ่มักเกิดจากการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม นอกจากนี้ยังพบเซลล์ผิดปกติจากการตรวจมะเร็งปากมดลูก คิดเป็นร้อยละ 29.63 จากความเป็นมาดังกล่าวเพื่อเป็นการตอบสนองต่อการพัฒนาสุขภาพคนไทยในการพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 10 จึงได้ศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐม โดยหวังว่าข้อมูลที่ได้จาก

การศึกษาค้นคว้านี้จะสามารถนำมาเป็นแนวทางการดำเนินงานในการกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาล และจัดทำโครงการที่เหมาะสมเป็นการยกระดับมาตรฐานการดำเนินชีวิตของบุคลากรและเพิ่มประสิทธิภาพ ตลอดจนเป็นแบบอย่างด้านพฤติกรรมสุขภาพที่ดีแก่ประชาชนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อกับปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐม
2. เพื่อศึกษาตัวแปรที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐม

วิธีดำเนินการวิจัย

- การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจโดยนำรูปแบบ PRECEDE framework มาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย
- กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐม ประกอบด้วย ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และลูกจ้างชั่วคราว จำนวน 377 คน โดยการสุ่มแบบสัดส่วน (proportional allocation) แล้วสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling)
- เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการวิจัย
- วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาหาความถี่ร้อยละของข้อมูลทั่วไปและข้อมูลปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมสร้างพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านต่าง ๆ สถิติสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) หาความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบ (stepwise multiple regression) หาความสามารถในการพยากรณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ผลการศึกษา

ด้านปัจจัยนำพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 95.5 มีอายุเฉลี่ย 37.98 ปี มีสถานภาพสมรสคู่คิดเป็นร้อยละ 56 การศึกษาระดับปริญญาตรีคิดเป็นร้อยละ 49.1 สถานะภาพการปฏิบัติงานเป็นข้าราชการร้อยละ 54.6 บุคลากรส่วนใหญ่มีความรู้ ทักษะ ค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 93.1, 95.8 และ 63.7 ตามลำดับ และมีการรับรู้สภาวะสุขภาพในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 71.9

ด้านปัจจัยเอื้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้นโยบายการส่งเสริมสุขภาพในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 95.0 มีรายได้ต่อเดือน 20,000 บาทขึ้นไป และ 5,000 - 10,000 บาท จำนวนใกล้เคียงกันคิดเป็นร้อยละ 34.7 และ 33.7 ตามลำดับ

ด้านปัจจัยเสริม พบว่ากลุ่มตัวอย่างได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพจากสื่อต่างๆ และได้รับคำแนะนำจากบุคคลต่างๆ ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 48.3 และ 74.5 ตามลำดับ

ด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 80.9 จากการวิเคราะห์รายด้าน พบว่ามีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพระดับสูงในด้านการไม่สูบบุหรี่ การไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การป้องกันอุบัติเหตุ การจัดการความเครียด และการบริโภคอาหาร คิดเป็นร้อยละ 97.1, 88.6, 87.3, 74.3 และ 69.0 ตามลำดับ ส่วนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องในด้านการออกกำลังกายคิดเป็นร้อยละ 24.1

ด้านความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรโดยรวมพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพรวมได้แก่ ความรู้ ทักษะ ค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและการรับรู้สภาวะสุขภาพ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงบวก ส่วนสถานภาพการปฏิบัติงานมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในเชิงลบ ปัจจัยเอื้อทั้งสองปัจจัยได้แก่รายได้และการรับรู้นโยบายส่งเสริมสุขภาพ มี

ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ปัจจัยเสริมทั้งสองปัจจัย ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ด้านความสามารถในการพยากรณ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยรวมพบว่าตัวแปรที่สามารถใช้ในการพยากรณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมได้แก่ ค่านิยม ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร รายได้ และทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ

วิจารณ์

1. ปัจจัยนำ จากการศึกษาพบว่า

เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม แต่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคอาหาร การไม่สูบบุหรี่ การไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เนื่องจากบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมทั้งชายและหญิงต้องเป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุคคลอื่นประกอบกับการมีกิจกรรมเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพที่ถูกต้องจึงมีผลทำให้เพศไม่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม แต่มีความสัมพันธ์รายด้านกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การไม่สูบบุหรี่ และการไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงซึ่งมักพิถีพิถันและให้ความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ถูกสุขลักษณะ รวมถึงการไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และการไม่สูบบุหรี่ซึ่งมีอันตรายต่อสุขภาพ

อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม สอดคล้องกับแนวคิดของพาแลงส์² ที่กล่าวว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นพฤติกรรมที่ริเริ่มโดยบุคลากรทุกกลุ่มอายุ เพื่อคงไว้หรือเพิ่มระดับความสมบูรณ์ การบรรลุเป้าหมายในการใช้ชีวิตและความสมปรารถนาของบุคคล แต่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและป้องกันอุบัติเหตุ จากการศึกษาพบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริม

สุขภาพในระดับสูง มีอายุเฉลี่ย 37.98 ปี จึงน่าจะมีประสบการณ์ทำงานด้านสุขภาพเป็นเวลานาน อีกทั้งโรงพยาบาลนครปฐมมีนโยบายการส่งเสริมสุขภาพ การจัดกิจกรรมออกกำลังกายที่เหมาะสม ตลอดจนการณรงค์คาดเข็มขัดนิรภัยและสวมหมวกนิรภัยขณะขับขีรถยนต์และรถจักรยานยนต์

สถานภาพสมรส ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมและรายด้าน จากการศึกษาพบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ ประกอบกับโรงพยาบาลได้กำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพแก่บุคลากร มีการเผยแพร่ความรู้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพผ่านสื่อต่างๆ ตลอดจนการมีพี่เลี้ยงสุขภาพประจำหน่วยงานทำให้บุคลากรในทุกสถานภาพตระหนักถึงการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพประจำหน่วยงานโดยมีพี่เลี้ยงสุขภาพเป็นแกนนำ

ระดับการศึกษา ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม เนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในระดับสูง ประกอบกับโรงพยาบาลมีการกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาพแก่บุคลากร มีการเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อต่างๆ ตลอดจนการมีพี่เลี้ยงสุขภาพประจำหน่วยงาน บุคลากรทุกระดับการศึกษาจึงได้รับข้อมูลสุขภาพโดยทั่วถึงกันแต่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการไม่สูบบุหรี่ เนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพระดับสูงทำให้รับรู้ถึงโทษและพิษภัยของบุหรี่ ประกอบกับการมีนโยบายกำหนดให้โรงพยาบาลเป็นเขตปลอดบุหรี่

สถานภาพการปฏิบัติงาน มีความสัมพันธ์ทางตรงข้ามกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม และพฤติกรรมป้องกันอุบัติเหตุและการไม่สูบบุหรี่เนื่องจากโรงพยาบาลนครปฐมมีผู้มารับบริการเป็นจำนวนมาก ประกอบกับภาระงานที่เพิ่มขึ้น อีกทั้งลักษณะงานมีการผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันทำให้ไม่มีเวลาออกกำลังกายหรือสนใจสุขภาพเท่าที่ควร ส่วนด้านการป้องกันอุบัติเหตุและการไม่สูบบุหรี่นั้นอาจเป็นเพราะการเกิดอุบัติเหตุทำให้ได้รับ

บาดเจ็บอันตรายสูญเสียชีวิตภัยอื่น อีกทั้งมีมาตรการทางกฎหมายอยู่แล้ว นอกจากนี้การสูบบุหรี่มีผลทำให้สิ้นเปลืองและผลเสียต่อสุขภาพด้วย

ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมเนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับ กรีน และ กรูเธอร์³ ที่ว่าระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน มีผลต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางด้านสุขภาพ โดยผู้มีการศึกษาสูงย่อมมีความรู้ ทักษะ และปฏิบัติทางด้านสุขภาพถูกต้องกว่าผู้ที่มีการศึกษาน้อย จึงมีผลทำให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการบริโภคอาหาร การป้องกันอุบัติเหตุ และการไม่สูบบุหรี่ ทั้งนี้บุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมควรเป็นแบบอย่างด้านสุขภาพที่ดีแก่บุคคลอื่นด้วย

ทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม เนื่องจากบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมมีทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในระดับสูง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งทำให้เกิดการแสดงออกด้านการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดีตามไปด้วย โดยเฉพาะด้านการบริโภคอาหาร การไม่สูบบุหรี่ การไม่นิยมดื่มเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์ และการจัดการความเครียด ซึ่งโรงพยาบาลนครปฐมมีนโยบายจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านเหล่านี้แล้ว

ค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม เนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่ มีค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในระดับสูง จึงมีส่วนผลักดันให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์สอดคล้องกับ เพนเดอร์⁴ ที่ว่าค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพจะช่วยกระตุ้นและส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ

การรับรู้ภาวะสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม เพราะการรับรู้ภาวะสุขภาพ

เป็นปัจจัยซึ่งแสดงถึงความคิดของบุคคลที่สะท้อนการประเมินภาวะสุขภาพของตน อันเป็นรากฐานที่จะผลักดันให้เกิดแนวทางการกระทำซึ่งเป็นปัจจัยในการกำหนดพฤติกรรมสุขภาพ โดยเฉพาะด้านการบริโภคอาหาร การไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

2. ปัจจัยเอื้อ จากการศึกษาพบว่า

รายได้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม สอดคล้องกับแนวคิดของเพนเดอร์⁵ กล่าวว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจ เป็นองค์ประกอบที่สำคัญต่อศักยภาพในการดูแลตนเองโดยผู้มียาได้ดีจะตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานในชีวิตได้ดี นอกจากนี้รายได้ยังมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในการป้องกันอุบัติเหตุ เนื่องจากการเกิดอุบัติเหตุมีผลทำให้บุคคลได้รับบาดเจ็บอันตราย สูญเสียเวลาและทรัพย์สินอีกด้วย

การรับรู้นโยบายของการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีการรับรู้นโยบายส่งเสริมสุขภาพในระดับสูง เนื่องจากโรงพยาบาลนครปฐมมีนโยบายที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในทุกด้าน

3. ปัจจัยเสริม จากการศึกษาพบว่า

- **การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ** มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม เนื่องจากปัจจุบันมีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศ ตลอดจนสื่อต่างๆ รวมทั้งสื่อบุคคล บุคลากรทางการแพทย์ และเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานอื่นๆ สามารถสื่อสารได้อย่างรวดเร็ว

การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม เนื่องจากมีการสื่อความหมายกันอย่างเปิดเผย การได้รับการสนับสนุนจากบุคคลใกล้ชิดมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเอง สอดคล้องกับแนวคิดที่กล่าวว่าการสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้บุคคลดำรงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพและป้องกันการเจ็บป่วย⁴

4. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ที่

สามารถพยากรณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม ได้แก่ ค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ความรู้เกี่ยวกับส่งเสริมสุขภาพ การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ รายได้และทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ โดยตัวแปรเหล่านี้มีความสามารถในการอธิบายความผันแปรของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมได้ร้อยละ 18 : 1

สรุป

การศึกษากฎการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลนครปฐม พบว่าบุคลากรมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมในระดับสูงเมื่อจำแนกรายด้าน ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพระดับสูง ในด้านการไม่สูบบุหรี่ การไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การป้องกันอุบัติเหตุ การจัดการความเครียดและการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกายส่วนใหญ่มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ในระดับปานกลาง ดังนั้นเพื่อเป็นการพัฒนาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ทั้งในระดับผู้บริหาร ระดับหน่วยงาน และบุคลากรเอง ต้องช่วยกันพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ตลอดจนการจัดองค์การให้เอื้อต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพดังนี้

1. การออกกำลังกาย ควรให้ความสำคัญในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง โดยการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารให้ทราบถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย ตลอดจนการประชาสัมพันธ์กระตุ้นให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมชมรมต่าง ๆ เพื่อสร้างความสามัคคี และความสัมพันธ์อันดี

2. การบริโภคอาหารควรจัดร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ที่เน้นคุณภาพความถูกต้องตามหลักโภชนาการและสุขภาพอาหาร

3. การจัดการความเครียด โรงพยาบาลนครปฐม ได้จัดกิจกรรมทำบุญ ตักบาตร ฝึกปฏิบัติธรรม สวดมนต์ ไหว้พระ ตลอดจนชมรมดนตรี ร้องเพลง ทัศนศึกษาและอื่น ๆ เพื่อเป็นการผ่อนคลายความเครียดอยู่แล้ว จึงควรดำเนินการต่อไป

4. การป้องกันอุบัติเหตุ ควรจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันอุบัติเหตุบนท้องถนน เพื่อเป็นการปลูกจิตสำนึกและกระตุ้นเตือน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงเทศกาลต่าง ๆ ตลอดจนการเฝ้าระวังในการป้องกันอุบัติเหตุ เพื่อความไม่ประมาท

5. การไม่สูบบุหรี่และการไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ บุคลากรโรงพยาบาลนครปฐม ควรเป็นแบบอย่างที่ดีด้านพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

6. จากผลการศึกษพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพและการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ควรคำนึงถึงการประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ โดยทั่วถึงกัน นอกจากนี้ คู่สมรสญาติพี่น้อง ผู้ร่วมงาน ผู้บังคับบัญชา ยังเป็นบุคคลสำคัญที่ช่วยสนับสนุนทางสังคมในด้านการส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้นจึงควรพิจารณาให้บุคคลเหล่านี้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ตามความเหมาะสม โดยเฉพาะสถานภาพสมรสคู่ การอยู่ร่วมกันจะมีอิทธิพลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรู้จักวิธีการให้คำปรึกษา การพูดโน้มน้าว จูงใจ จะช่วยให้บุคลากรโรงพยาบาลนครปฐมเกิดการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในทางที่ดีขึ้น

แสดงความสัมพันธ์โดยรวม

ปัจจัยนำด้าน ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สถานะสุขภาพ มีความสัมพันธ์เชิงบวก (+) กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ปัจจัยนำด้านสถานภาพการปฏิบัติงาน มีความสัมพันธ์เชิงลบ (-) กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

หมายเหตุ

เครื่องหมาย + แสดงถึงตัวแปรคู่หนึ่งมีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน

เครื่องหมาย - แสดงถึงตัวแปรคู่หนึ่งมีความสัมพันธ์

ตารางที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในแต่ละด้านและโดยรวม

ปัจจัยนำ	พฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพ	การ บริโภค อาหาร	การ ออกกำลังกาย	การ ป้องกัน อุบัติเหตุ	การ ไม่สูบบุหรี่	การไม่ดื่ม เครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์	การ จัดการ ความเครียด
แสดงความสัมพันธ์รายด้าน							
เพศ		+			+	+	
อายุ			+	+			
สถานภาพสมรส							
ระดับการศึกษา					+		
สถานภาพการปฏิบัติงาน				-	-		
ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ	+			+	+		
ทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ	+				+	+	+
ค่านิยม เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ	+		+			+	
การรับรู้ภาวะสุขภาพ	+					+	

ในทิศทางตรงกันข้าม

ช่องว่าง แสดงถึงตัวแปรคู่ไหนไม่มีความสัมพันธ์กัน

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณนายแพทย์พินิจ หิริโชติ ผู้อำนวยการ
โรงพยาบาลนครปฐม นายแพทย์สุนัย จันทรฉาย หัวหน้า
กลุ่มงานพัฒนาระบบบริการสุขภาพที่สนับสนุนการศึกษานี้
ผศ.ดร.จรัส อติวิทยากรณ์ หัวหน้าภาควิชาบริหารการ
ศึกษามหาวิทยาลัยทักษิณ ที่ให้คำแนะนำการวิจัย และ
เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลนครปฐมทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ
ในการตอบแบบสอบถาม

เอกสารอ้างอิง

1. โรงพยาบาลนครปฐม. รายงานผลการตรวจสุขภาพ
บุคลากรประจำปี 2550. นครปฐม: กลุ่มงานอาชีวเวช-
กรรม; 2551.

2. Palank CL. Determinants of health-promotive
behavior. A review of current research. Nurs Clin
North Am. 1991;26(4):815-32.
3. ประภาเพ็ญ สุวรรณ. สุขศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรม
สุขภาพในยุคโลกาภิวัตน์. ใน: เอกสารประกอบการ
ประชุมวิชาการสุขศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 7; 23-27
เมษายน 2553. อุตรธานี; 2538.
4. Pender NJ. Health Promotion in Nursing Practice.
2nd ed. New York: Appleton & Lange; 1987.
5. Pender NJ. Health Promotion in Nursing Practice.
New York: Appleton Century Crofts; 1982.