

รูปแบบการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของประชาชนกลุ่ม วัยทำงานในอำเภอต้นแบบ เขตสุขภาพที่ 10 : ระยะที่ 1

A Model of the Operation Driving Development of Desirable Health Behaviors among Working-age Population at Prototype Districts in Regional 10th:Phase 1

สิริพันธ์ ศิริโสภางษ์, ปิยนุช พันธุ์ศิริ, ลักษณ์า ประมูลพงษ์, จินตนา ทีชะพันธ์, รัชดาพร จันทบุตร, อนุสรณ์ ส่องแสง
ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี กรมอนามัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของประชาชนกลุ่มวัยทำงานในอำเภอต้นแบบ เขตสุขภาพที่ 10 กลุ่มตัวอย่างในการสำรวจพฤติกรรมฯ คือ ประชาชนอายุ 15 - 59 ปี ในเขตสุขภาพที่ 10 จำนวน 415 คน คัดเลือกตัวอย่างแบบสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi Stage Random Sampling) และผู้นำด้านสุขภาพในอำเภอต้นแบบ จำนวน 331 คัดเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินการมีส่วนร่วมของผู้นำด้านสุขภาพระหว่างการประชุม คือ แบบรายงาน และ เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลภายหลังการประชุม คือ 1) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ผู้นำด้านสุขภาพที่ผ่านการอบรม 2) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของประชาชนวัยทำงานในเขตอำเภอต้นแบบ และ 3) แบบประเมินผลการดำเนินงาน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอข้อมูลโดยความถี่ และร้อยละ

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยเพศหญิง ร้อยละ 79.8 และเพศชาย ร้อยละ 20.2 ส่วนใหญ่เป็นวัยทำงานตอนปลาย (อายุ 45 - 59 ปี) ร้อยละ 48.78 การศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 53.3 อาชีพเกษตรกร ร้อยละ 76.72 มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท ร้อยละ 72.94 เพศชายมีเส้นรอบเอวปกติ (ไม่เกิน 90 เซนติเมตร) ร้อยละ 85.71 เพศหญิงมีเส้นรอบเอวปกติ (ไม่เกิน 80 เซนติเมตร) ร้อยละ 48.05 กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด มีดัชนีมวลกายปกติ (18.5 - 22.9 กก./เมตร²) ร้อยละ 37.02 ผลการสำรวจพฤติกรรมที่พึงประสงค์ พบว่า (1) พฤติกรรมการบริโภคอาหาร เลือกดื่มน้ำเปล่า แทนน้ำอัดลม หรือน้ำหวานกาแฟ ร้อยละ 47.22 รับประทานอาหารครบทุกมื้อ ร้อยละ 45.89 และรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ร้อยละ 44.35 (2) พฤติกรรมการออกกำลังกาย ออกกำลังกายเป็นประจำ ร้อยละ 56.54 และออกกำลังกายน้อยกว่า 30 นาที ร้อยละ 78.03 (3) พฤติกรรมการสูบบุหรี่ สูบบุหรี่ ร้อยละ 9.76 ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ร้อยละ 35.75 (4) พฤติกรรมตรวจเต้านมด้วยตนเองในสตรีอายุ 30 ปี ร้อยละ 75.26 ตรวจสม่าเสมอทุกเดือน (1 ครั้งต่อเดือน) ร้อยละ 44.74 พฤติกรรมตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี อายุ 30 ปี ร้อยละ 83.84 ตรวจสม่าเสมอทุกปี ร้อยละ 90.98 (5) พฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากและฟันที่ปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน คือ แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง (ตอนเช้าและก่อนนอน) ร้อยละ 84.25 แปรงฟันนานมากกว่า 2 นาทีขึ้นไป ร้อยละ 66.74 และปล่อยให้ปากสะอาดหลังแปรงฟัน อย่างน้อย 2 ชั่วโมง ร้อยละ 41.02 และพฤติกรรมที่ไม่ปฏิบัติ คือ การใช้ไหมขัดฟัน (6) พฤติกรรมนอนหลับ 6-8 ชั่วโมง ร้อยละ 48.56 ผลการพัฒนาศักยภาพผู้นำด้านสุขภาพ (Health Leader) พบว่า ได้แผนงานและโครงการต่างๆ 3 อันดับแรก คือ แผนงานลดโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง แผนงานเฝ้าระวังและลดโรคอ้วนลงพุง แผนงานเฝ้าระวังปัญหาสุราและยาเสพติดในชุมชนข้อเสนอแนะจากการศึกษาครั้งต่อไป คือ นำแผนงานและโครงการไปสู่การปฏิบัติจริงในพื้นที่ กำหนดแนวทางการกำกับ ติดตาม และประเมินผลลัพธ์

คำสำคัญ : รูปแบบการขับเคลื่อนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ประชาชนกลุ่มวัยทำงาน