

ความฉลาดทางสุขภาพ (Health Literacy) และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม 3 อ. 2 ส.  
ของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 เขตสุขภาพที่ 3

Health Literacy and Factors Related to Health Behaviors of the first level  
Nursing College, Regional of Health 3

นันทินี อุทัยวรรณ, วันเพ็ญ สุทธิโกมินทร์, ณิชากัทร วัตบุญเลี้ยง, นิรุต โพธิ์ทัย, ประสิทธิ์ อภิรมานนท์  
ศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์ กรมอนามัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยแบบพรรณนา (cross-sectional description) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสถานการณ์ความฉลาดทางสุขภาพ ด้าน 3 อ. 2 ส. และหาความสัมพันธ์ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพด้าน 3 อ. 2 ส. ของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 เขตสุขภาพที่ 3 จำนวน 216 ราย โดยการคำนวณกลุ่มตัวอย่างสุ่มแบบเจาะจง โดยใช้สูตรของเครซีและมอร์แกน เครื่องมือวิจัยเป็นแบบสอบถามผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์ google form ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป แบบประเมินความฉลาดทางสุขภาพตามหลักพฤติกรรมสุขภาพ 3 อ. 2 ส. จำนวน 6 ด้าน ได้แก่ การประเมินความรู้และความเข้าใจ การประเมินการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ การประเมินทักษะการสื่อสาร โต้ตอบเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ การประเมินทักษะการตัดสินใจเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ การประเมินทักษะการจัดการตนเองเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ และการประเมินการรู้เท่าทัน สื่อเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรความฉลาดทางสุขภาพ โดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน หาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ chi-square ศึกษาระหว่าง เมษายน - พฤษภาคม 2561

ผลการศึกษาทั้งหมด 216 ราย ประกอบด้วย เพศชาย 10 ราย และเพศหญิง 206 ราย คิดเป็นร้อยละ 4.6 และร้อยละ 95.4 ตามลำดับ อายุของนักศึกษาพยาบาลระหว่าง 18-21 ปี มีพฤติกรรมการใช้อาหารเสริมในกลุ่มนักศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่เคยบริโภคอาหารเสริม จำนวน 144 ราย คิดเป็นร้อยละ 66.7 ประเภทอาหารเสริมที่บริโภค ได้แก่ วิตามินต่างๆ คอลลาเจน ผลิตภัณฑ์ควบคุมน้ำหนัก ผลิตภัณฑ์ช่วยให้ผิวขาว และผลิตภัณฑ์เพิ่มกล้ามเนื้อ คิดเป็นร้อยละ 46.3, 39.8, 18.5, 13.9, และ 1.4 ตามลำดับ

ความฉลาดทางสุขภาพตามหลักพฤติกรรม 3 อ. 2 ส. ในนักศึกษาพยาบาล ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ การประเมินความรู้และความเข้าใจ การประเมินการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ การประเมินทักษะการสื่อสาร โต้ตอบเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ การประเมินทักษะการตัดสินใจเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ การประเมินทักษะการจัดการตนเองเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ และการประเมินการรู้เท่าทัน สื่อเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง พบว่าความรู้และความเข้าใจด้านการออกกำลังกายที่สูงที่สุด และด้านอาหารต่ำที่สุด รวมถึงมีทักษะการตัดสินใจด้านการรับประทานอาหารต่ำที่สุด นอกจากนี้พบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการจัดการตนเองเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ พฤติกรรมการออกกำลังกาย และการมีภาวะสุขภาพดี

ควรมีการศึกษาครั้งต่อไปในเรื่องควรมีการศึกษา เพื่อหารูปแบบหรือพัฒนารูปแบบการแก้ไข ปัญหาสุขภาพในบริบทพื้นที่แบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) เพื่อให้ได้แนวทางในการส่งเสริมความฉลาดรอบรู้ในกลุ่มตัวอย่างภายนอกภาคการสาธารณสุข (non health sector) ต่อไป

คำสำคัญ: ความฉลาดทางสุขภาพ วัยรุ่น พฤติกรรม 3 อ. 2 ส.