



Mahidol University  
Amnaj Charoen Campus Project



Mahidol University  
Nakhonsawan Campus Project



# “บูรณาการปัญญา พัฒนาสุขภาพชุมชน”

งานประชุมวิชาการร่วม 3 สถาบัน ครั้งที่ 1

## NA Mahidol show & share

(ณ มหิดล ไซท์ แอนด์ เซอร์)

วันที่ 7 มิถุนายน 2564 เวลา 8.30 - 17.00 น.

สารจากรองอธิการบดีฝ่ายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล  
นายแพทย์สุรพร ลอยหา



การรวบรวมเอกสารทางวิชาการซึ่งเป็นผลงานของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตปีที่ 4 ซึ่งเกิดจากผลการฝึกปฏิบัติงานภาคสนาม การตกผลึกของการเรียนรู้ที่ได้รับจากการศึกษาภาคทฤษฎี ภาคปฏิบัติ จะเป็นเอกสารที่สำคัญบ่งชี้ถึงผลสัมฤทธิ์ในการเรียนการสอนของหลักสูตร และประโยชน์อีกประการหนึ่งก็คือ ชุมชนได้รับองค์ความรู้ด้านสุขภาพตามบริบทที่นักศึกษาได้ลงปฏิบัติจริง บางส่วนสามารถขยายผลให้เกิดแนวทาง ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องในพื้นที่

ขอแสดงความชื่นชมในการจัดทำและชื่นชมในผลงานของนักศึกษาทุกคน

นายแพทย์สุรพร ลอยหา  
รองอธิการบดีฝ่ายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

## สารจากรองอธิการบดีฝ่ายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล แพทย์หญิงมนทกานต์ โอประเสริฐสวัสดิ์



การประชุมวิชาการนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา 2563 ครั้งนี้ จัดขึ้นเป็นครั้งแรก โดยความร่วมมือระหว่างโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ และโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล นับเป็นความร่วมมือที่เป็นประโยชน์แก่คณาจารย์ และนักศึกษาในหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตทุกคนของทั้งสองวิทยาเขต ที่ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานด้านสาธารณสุข ตลอดจนแลกเปลี่ยนแนวทางการจัดการเรียนการสอนของทั้งสองหลักสูตร อันจะนำไปสู่การพัฒนาหลักสูตร การเรียนการสอน และพัฒนานักศึกษาให้มีประสบการณ์ที่หลากหลายมากขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นโอกาสให้นักศึกษาได้ฝึกการนำเสนองานในรูปแบบการประชุมทางวิชาการ และเป็นการกระตุ้นให้นักศึกษาเห็นถึงความสำคัญของการสัมมนาทางวิชาการและการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อไปในอนาคตการทำงานของนักศึกษา นอกจากนี้สิ่งที่หวังเพิ่มขึ้นจากการจัดประชุมวิชาการฯ ในครั้งนี้คือ การได้เห็นมุมมองที่แตกต่าง การเปิดกว้างทางความคิด ได้รู้จักกับเพื่อนร่วมวิชาชีพ และร่วมสถาบันเดียวกันของนักศึกษาทั้งสองวิทยาเขต ซึ่งถึงแม้จะเป็นการจัดประชุมทางออนไลน์ก็ตาม ก็เชื่อว่าไม่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ของนักศึกษาที่สามารถปรับตัวให้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงได้ และหวังว่าจะมีการจัดประชุมวิชาการฯ ที่สร้างประโยชน์และคุณค่าต่อคณาจารย์ และนักศึกษาของทั้งสองวิทยาเขตเกิดขึ้นอีกต่อไป

สุดท้ายนี้ต้องขอขอบคุณผู้บริหาร และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านของทั้งสองวิทยาเขตฯ ที่ทำให้มีการประชุมวิชาการฯ ครั้งนี้เกิดขึ้นเป็นครั้งแรกจนเป็นผลสำเร็จ

แพทย์หญิงมนทกานต์ โอประเสริฐสวัสดิ์

รองอธิการบดีฝ่ายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล



## คำสั่ง โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

ที่ ๔๐ /๒๕๖๔

### เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการอำนวยการ และคณะอนุกรรมการการประชุมวิชาการนักศึกษาหลักสูตร สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ด้วยความร่วมมือระหว่างโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ และโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ด้วยความร่วมมือในการดำเนินงานด้านวิชาการร่วมกันระหว่างโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ และโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยกำหนดให้มีการประชุมวิชาการนักศึกษา หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา ๒๕๖๓ สำหรับนักศึกษาปริญญาตรีหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ของโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ และโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล ในวันที่ ๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๔ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการนำเสนอผลงานวิชาการร่วมกันระหว่างนักศึกษาในระดับปริญญาตรี ในส่วนงานระดับวิทยาเขตของ มหาวิทยาลัยมหิดล

ดังนั้น เพื่อให้การประชุมวิชาการฯ ดังกล่าวเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและบรรลุวัตถุประสงค์ จึง แต่งตั้งคณะกรรมการอำนวยการ และคณะอนุกรรมการในการประชุมวิชาการนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ด้วยความร่วมมือระหว่างโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ และโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล ดังรายนามต่อไปนี้

#### ๑. คณะกรรมการอำนวยการการประชุมวิชาการนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ด้วยความร่วมมือระหว่างโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญและโครงการจัดตั้งวิทยาเขต นครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

- |   |   |
|---|---|
| ๑.๑ นายแพทย์สุรพร ลอยหา                 | ตำแหน่ง รองอธิการบดีฝ่ายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น ที่ปรึกษา  |
| ๑.๒ แพทย์หญิงมนทกานต์ โอประเสริฐสวัสดิ์ | ตำแหน่ง รองอธิการบดีฝ่ายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น ที่ปรึกษา   |
| ๑.๓ ดร.ประเสริฐ ประสมรักษ์              | ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น ประธานกรรมการ  |
| ๑.๔ ดร.อำไพ ไสรส                        | ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ        |
| ๑.๕ ดร.สุภาวดี พันธุ์มาศ                | ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ        |
| ๑.๖ ดร.พรพรรณ ประพัฒน์พงษ์              | ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ        |
| ๑.๗ ดร.อิสระพงศ์ โพธิ์สุข               | ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ        |
| ๑.๘ อาจารย์ พิศมัย นาทัน                | ตำแหน่ง ผู้ช่วยอาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ<br>ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ |

๑.๙ ผศ.นิวัติ อุณฑพันธ์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๐ ดร.วิลาภรณ์ เทพผสม	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๑ ดร.สร้อยยา ลี้มสายพรหม	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๒ ดร.ดรุณี คุณวัฒนา	ตำแหน่ง พยาบาลชำนาญการ โรงพยาบาลปักธงชัย ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๓ ดร.ทวีศักดิ์ ชูมา	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๔ ผศ.ดร.จากรุวรรณ ผลเจริญ	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๕ ผศ.ดร.กิตติคุณ หมูปยัคฆ์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๖ ผศ.ดร.สุภาพรณ คำเรืองฤทธิ์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๗ อาจารย์ เบญจพร พุดชา	ตำแหน่ง ผู้ช่วยอาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๑.๑๘ อาจารย์ ณัฐกมล ผดากเวช	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและเลขานุการ
๑.๑๙ ดร.ฤทธิ์รงค์ พันธดี	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและเลขานุการ
๑.๒๐ ดร.อรรณพงษ์ ฤทธิพิศ	ตำแหน่ง ผู้ช่วยอาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขต อำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
๑.๒๑ ดร.อาภัสรา วัฒนากิจพิบูลย์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

### โดยมีหน้าที่

๑. อำนวยการประชุมและวางแผนงานกิจกรรมหลักในการดำเนินงานการประชุมวิชาการนักศึกษา  
หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ระหว่างโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ และ  
โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล
๒. พิจารณารับรองเกณฑ์ในการคัดเลือกผลงานวิชาการ และผลการประกวด
๓. มอบหมายบทบาทหน้าที่ในการดำเนินการไปยังคณะอนุกรรมการที่เกี่ยวข้องในการจัดการ  
ประชุมวิชาการ
๔. ติดตาม ควบคุมกำกับการทำงานคณะอนุกรรมการในการเตรียมการ การจัดกิจกรรม ให้  
ดำเนินเป็นไปตามแผนการดำเนินโครงการ
๕. สรุปผลการดำเนินงานเพื่อรายงานผลการดำเนินงานประจำปีการศึกษา ๒๕๖๓

**๒. คณะอนุกรรมการการประชุมวิชาการนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ด้วยความร่วมมือระหว่างโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ และโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล ประกอบไปด้วย**

**๒.๑ คณะอนุกรรมการด้านการประสานงาน จัดทำสื่อประชาสัมพันธ์ และระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ**

๒.๑.๑ อาจารย์ อนุกรมผล ผดุงเวช	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น ประธานกรรมการ
๒.๑.๒ อาจารย์ พิศมัย นาทัน	ตำแหน่ง ผู้ช่วยอาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๓ ดร.ฤทธิรงค์ พันธุ์ดี	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๔ ดร.อาภัสรา วัฒนากิจพิบูลย์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๕ นายอานนท์ ยอดหอ	ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่ระบบงานคอมพิวเตอร์ โครงการจัดตั้ง วิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๖ นายประเสริฐ แก้วประดับ	ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บริหารงานก่อสร้าง โครงการจัดตั้ง วิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๗ นางพัชรีดา ออกอุ่น	ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป โครงการจัดตั้งวิทยาเขต อำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๘ นางสาวสุชา จำปานนท์	ตำแหน่ง นักวิชาการศึกษา โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๙ นางทิพวรรณ เรือนรุ่งโรจน์	ตำแหน่ง นักวิชาการศึกษาโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๑๐ นายรามณรงค์ จารุวรรณ	ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่สารสนเทศศึกษา โครงการจัดตั้งวิทยาเขต นครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๑.๑๑ ดร.อรรถพงษ์ ฤทธิพิศ	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและเลขานุการ
๒.๑.๑๒ นางสาวนิษฐา กัญญาโภาค	ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป โครงการจัดตั้งวิทยาเขต อำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

**โดยมีหน้าที่**

๑. จัดเตรียมสื่อในการจัดการประชาสัมพันธ์ เอกสารลงทะเบียน คำกล่าวเปิด คำกล่าวรายงาน หนังสือราชการที่เกี่ยวข้อง เอกสารประกอบการประชุม อาหารว่างและอาหารกลางวัน
๒. จัดเตรียมห้องประชุม การจัดการด้านระบบสารสนเทศและอุปกรณ์
๓. ดำเนินการตามแผนงาน และรายงานความก้าวหน้าในการทำงานแก่คณะกรรมการอำนวยการ
๔. จัดทำแบบประเมินกิจกรรม สรุปผล และรายงานผลหลังการดำเนินการไปยังคณะกรรมการอำนวยการ

**๒.๒ คณะอนุกรรมการพิจารณาคัดเลือกผลงานเพื่อนำเสนอ**

๒.๒.๑ ดร.ประเสริฐ ประสมรักษ์	ตำแหน่ง อาจารย์โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น ประธานกรรมการ
๒.๒.๒ ดร.อำไพ ไสรัส	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ

๒.๒.๓ ดร.ฤทธิรงค์ พันธุ์ดี	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๒.๔ ผศ.ดร.สุภาภรณ์ คำเรืองฤทธิ์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๒.๕ ดร.สุภาวดี พันธุ์มาศ	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและเลขานุการ
๒.๒.๖ อาจารย์ เบญจพร พุดชา	ตำแหน่ง ผู้ช่วยอาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและเลขานุการ

### โดยมีหน้าที่

๑. ประชุมที่มคณอนุกรรมการเพื่อจัดทำเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกผลงาน
๒. รายงานเกณฑ์ในการพิจารณาที่ผ่านการประชุมคณอนุกรรมการฯ ต่อที่ประชุมคณะกรรมการอำนวยการ
๓. พิจารณาผลงานที่ส่งเข้าร่วมการประชุมวิชาการตามเกณฑ์
๔. ส่งรายชื่อผู้ผ่านการคัดเลือกนำเสนอผลงานเข้าร่วมประชุมวิชาการฯ เข้าที่ประชุมคณะกรรมการอำนวยการเพื่อพิจารณาเห็นชอบ
๕. สรุปผลการดำเนินการ และรายงานต่อคณะกรรมการอำนวยการ

### ๒.๓ คณะอนุกรรมการวิพากษ์การนำเสนอผลงานและตัดสินรางวัล

๒.๓.๑ ดร.ประเสริฐ ประสมรักษ์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น ประธานวิพากษ์งานวิจัย
๒.๓.๒ อาจารย์ เบญจพร พุดชา	ตำแหน่ง ผู้ช่วยอาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น ประธานวิพากษ์โครงการงาน
๒.๓.๓ อาจารย์ ญัฐกมล ผดากเวช	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์โครงการงานช่วงที่ ๑
๒.๓.๔ ผศ.นิวัติ อุณหพันธุ์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์โครงการงานช่วงที่ ๑
๒.๓.๕ ดร.สุภาวดี พันธุ์มาศ	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์โครงการงานช่วงที่ ๒
๒.๓.๖ ดร.วิลาภรณ์ เทพผสม	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์โครงการงานช่วงที่ ๒
๒.๓.๗ ดร.อรรถพงษ์ ฤทธิทิศ	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์งานวิจัย ช่วงที่ ๑
๒.๓.๘ ดร.ดรุณี คุณวัฒนา	ตำแหน่ง พยาบาลชำนาญการ โรงพยาบาลปทุมธานี ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์งานวิจัย ช่วงที่ ๑
๒.๓.๙ อาจารย์ พิศมัย นาทัน	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์งานวิจัย ช่วงที่ ๒
๒.๓.๑๐ ดร.ฤทธิรงค์ พันธุ์ดี	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการผู้วิพากษ์งานวิจัย ช่วงที่ ๒

### โดยมีหน้าที่

๑. ประชุมที่มคณอนุกรรมการเพื่อจัดทำเกณฑ์ในการวิพากษ์ผลงานในวันประชุมวิชาการฯ

๒. รายงานเกณฑ์ในการวิพากษ์ผลงานที่ผ่านการประชุมคณะอนุกรรมการฯ ต่อที่ประชุมคณะกรรมการอำนวยการ

๓. พิจารณาวิพากษ์ผลงาน และให้คะแนนการนำเสนอผลงานวิชาการในวันประชุมวิชาการฯ
๔. ลงมติเห็นชอบในการพิจารณาผลงานที่ได้รับรางวัลในการประชุมวิชาการฯ
๕. ส่งรายชื่อผู้ได้รับรางวัลให้คณะกรรมการอำนวยการเพื่อพิจารณาเห็นชอบ
๖. สรุปผลการดำเนินการ และรายงานต่อคณะกรรมการอำนวยการ

#### ๒.๔ คณะอนุกรรมการด้านพิธีการ และรางวัล

๒.๔.๑ ดร.พรพรรณ ประพัฒน์พงษ์	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น ประธานกรรมการและผู้ดำเนินรายการ
๒.๔.๒ ดร.ทวิศักดิ์ ชูมา	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและผู้ดำเนินรายการ
๒.๔.๓ ผศ.ดร.จารุวรรณ ผลเจริญ	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๔.๔ ดร.สร้อยยา ลิมสายพรหม	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการ
๒.๔.๕ ดร.อิสระพงศ์ โพธิ์สุข	ตำแหน่ง อาจารย์ประจำโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและเลขานุการ
๒.๔.๖ นางสาวชนิษฐา กัญญาโภาค	ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป โครงการจัดตั้งวิทยาเขต อำนาจเจริญ ปฏิบัติหน้าที่เป็น กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

#### โดยมีหน้าที่

๑. ประชุมที่ม คณะอนุกรรมการฯ เพื่อจัดเตรียมรายละเอียดด้านพิธีการ รางวัลและเกียรติบัตร
๒. รายงานความก้าวหน้าในการจัดเตรียมพิธีการ รางวัลและเกียรติบัตรที่ผ่านการประชุม  
คณะอนุกรรมการฯ ต่อที่ประชุมคณะกรรมการอำนวยการ
๓. จัดเตรียมความพร้อมในดำเนินการในส่วนพิธีการ รางวัล และเกียรติบัตรในช่วงก่อนวันประชุม  
วิชาการฯ
๔. ดำเนินการในช่วงพิธีการ การมอบรางวัล และเกียรติบัตรในการประชุมวิชาการฯ
๕. สรุปผลการดำเนินการ และรายงานต่อคณะกรรมการอำนวยการ

สั่ง ณ วันที่ ๘ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๔

(นายแพทย์สุรพร ลอยหา)

รองอธิการบดีฝ่ายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ



## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
สารจากผู้บริหาร	i
คณะกรรมการ และคณะอนุกรรมการการประชุมวิชาการหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต	iii
<b>บทคัดย่อ</b>	
<b>Abstract of Oral Presentations and Abstract of Poster Presentations</b>	
1. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดอาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ของเกษตรกรนาข้าว ตำบลไผ่เขียว อำเภอสว่างอารมณ์ จังหวัดอุทัยธานี	1
Factors influencing the occurrence of musculoskeletal disorders of rice farmers, in Phai Khiao sub-district, Swang Arom district, Uthai Thani province	
<i>สิริจุฑาธิป แยมแสง</i>	
2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอาการผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและกระดูก โครงสร้างแบบเรื้อรังใน พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมรีไซเคิลพลาสติกแห่งหนึ่ง	3
Factors related to chronic musculoskeletal disorder among workers in recycle plastic factory	
<i>พรนภา สรสิทธิ์</i>	
3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ทางสุขภาพเกี่ยวกับโรคหลอดเลือดในสมองของ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านพุมะค่า อำเภอตากฟ้า จังหวัดนครสวรรค์	5
Factors relating to health literacy on strokes among village health volunteers in Ban Pumaka subdistrict health promoting hospital, Tak Fa district, Nakhon Sawan province	
<i>กรรณิภา ยามสุข</i>	

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
4. ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สมาร์ทโฟนกับสัมพันธ์ภาพในครอบครัวตำบลอุทัยใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดอุทัยธานี <i>The correlation between use of smartphone and family relationship in Uthaimai subdistrict, Muang Uthaithani district, Uthaithani province นิชากร เกตุกิจ</i>	7
5. ความรู้ ทศนคติ และปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ใน ตำบลโนนจาน อำเภอบัวลาย จังหวัดนครราชสีมา <i>Knowledge, attitude and factors affecting on type 2 diabetes patients' dietary behavior in Non-Chan sub-district, Bua Lai district, Nakhon Ratchasima province ณัฐวดี เหมือนสิงห์</i>	9
6. การตรวจสอบสารปรอทปนเปื้อน และความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ บำรุงผิวหน้าของนักเรียนหญิง สถาบันการอาชีวศึกษา 2 แห่งในจังหวัดสุโขทัย <i>The examination of mercury contamination and knowledge attitude and purchasing behavior of facial skin care among female students of two institute of vocational educations, Sukhothai Province ชลีพร บุญเกิด</i>	11
7. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการยอมรับต่อกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) ของนักเรียน กรณีศึกษา: โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร <i>Factors affecting of LGBT adoption on high school student: A study case high school in Bangkok ปลายฟ้า กะตุตทอง</i>	13

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
8. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกรับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านกันหลา อำเภอพระแสง จังหวัดสุราษฎร์ธานี Factors affecting customers' decision making to use the service of subdistrict healthpromoting hospital in Ban Kan La, Phra Saeng district, Surat Thani province <i>นริศรา ศรีมันตะ</i>	15
9. การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดจากการปรับตัวในสถานการณ์โควิด-19 ของนักเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดตาก A study of factors affecting adaptive stress levels among high school students during the COVID-19 pandemic in Muang district, Tak province, Thailand <i>ธัญญรัตน์ แหยมมาศ</i>	17
10. ภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแลกับไม่มีผู้ดูแล และปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพ และความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในตำบลนางั่ว อำเภอมือง จังหวัดเพชรบูรณ์ Health and well-being of the elderly with caregivers and without caregivers and factors affecting the health and well-being of the elderly in Na Nguua sub-district, Mueang district, Phetchabun province <i>สิริประภา พลคำ</i>	19
11. พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเด็กวัยเรียนอายุ 10 - 12 ปี ตำบลในเมือง อำเภอมือง จังหวัดพิจิตร Fast-food consumption behavior of early adolescence (10 – 12 years old) Nai Mueang sub- district, Mueang district, Phichit province, Thailand <i>กนกอร ศรีใจ</i>	21

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
12. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน โรงเรียนบ้านตาก (ประชาวิทยาคาร) อำเภอบ้านตาก จังหวัดตาก Factors affecting the dietary behavior of secondary school students with overnutrition at Bantak (Pracha Witthayakarn) School Bantak district, Tak Province <i>พิมณฑา คงธงไชย</i>	23
13. ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สมาร์ตโฟนกับการติดสมาร์ตโฟนของประชากรวัยทำงาน อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร The correlation between use of smartphone and smartphone addiction among working-age population in Bangmulnak district, Pichit province <i>อารยา พันธุ์เสื่อ</i>	25
14. ความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการใช้ยาชุดของเกษตรกรในตำบลท่าต๋ม อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน Knowledge, Attitude, and Using “Yaa Chud” Behavior of Farmers in Tha Tum Sub-district, Pa Sang District, Lamphun Province <i>จุฑาทิพย์ แปงยอง</i>	27
15. ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ- ตำบลบ้านหนอง ตำบลตลุก อำเภอสรรพยา จังหวัดชัยนาท Factors Influencing the Complications Among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Ban Nong Health Promoting Hospital, Taluk Subdistrict, Sappaya District, Chainat Province <i>ณริสรา วียี</i>	29

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
<b>16. ผลของโปรแกรมปรับ เปลี่ยน ปล่อยเพื่อเกษตรกรปลอดภัยจากสารเคมีใน บ้านหนองยอ ตำบลจิกตุ อำเภอดงเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ</b> The Effects of the program adjust, change and release among the farmers in chemical used safety at Ban Nong Yor, Chikdu Subdistrict, Hua Taphan District, Amnatcharoen Province <i>มณีพลอย บริสุทธิ์ จันทมณี มวลสุข และทศวรรณ เอื้อสามารถ</i>	31
<b>17. ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าและการใช้คู่มือพฤติกรรมกรรมการบริโภคแป้ง และน้ำตาลต่อระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน ตำบลกุดปลาตุก อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ</b> Effect of Loincloth Exercise Program and Behavioral Consumption Guidebook of Flour and Sugar on Blood Sugar levels of diabetic patients At Kut Pla Duk Sub-district, Mueang District, Amnatcharoen Province <i>ปัทมาภรณ์ สารสุข อุไรวรรณ สายสุด พิมพ์ชนก พะคุระ และจุฑามาศ ผาดไธสง</i>	33
<b>18. ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาล ในเลือดไม่ได้ โดยใช้สื่อผสมสร้างสรรค์ชุมชนในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไถ่คำ</b> The Self-Care Ability Program for Uncontrolled Diabetes Mellitus Patients using Community Creative Mixed Media in Kai Kham Health Promoting Hospital <i>ภัทรวดี ศรีรัตนโชติ ภัทรวดี แซ่สี สุธาสินี สุขสะอาด สหรัฐ กัญยะมี และวราวุฒิ บุษผาวงค์</i>	35

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
19. ผลของโปรแกรม 3 วัด 3 เว้น 3 ไว ร่วมกับการส่งเสริมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านด้านความดันในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้บ้านหนองสะโน ตำบลห้วยอำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ Effects of 3 measure, 3 avoid, 3 reflect combined with using local herb on controlling blood pressure among hypertension patients with uncontrolled blood pressure levels, Ban Nong Sano, Huai subdistrict, Pathum Rajawongsa district, Amnatcharoen Province <i>รชต ภูมิอมร ธันยพร ชมชนะนกุล และชัยวัฒน์ ชูรัตน์</i>	37
20. ผลของโปรแกรมควบคุมน้ำหนักโดยประยุกต์ใช้หลัก 3อ.2ส. ต่อผู้สูงอายุที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินเกณฑ์ บ้านนายม ตำบลนายม อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ The results of the weight control program on applying the concept of health behaviors 3E2S towards Elderly people body mass index of with overweight in Nayom Sub-District, Muang District, Amnatcharoen Province <i>สุกัญญา โปธาพันธ์ สุณีภา อินเอี่ยม และบุศราพรรณ เพชรโรจน์</i>	39
21. ผลของโปรแกรมออกกำลังกายโดยประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านรำวงฝูงปลาร่วมกับสื่อสโปตพื้นบ้านसानสุกในผู้ป่วยเบาหวานบ้านแก้งกฐิน ตำบลนาหมอม้า อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ The Effects of Local Wisdom, "Fhung-Pla" Thai Folk Dance Exercise Program and "San-Suk" Spot Media in Diabetes Patients, Na-Mor-Ma subdistrict, Muang District, Amnatcharoen Province <i>กรชนก ม่วงศรี ณีจรีกา ลาดคอมมอม และปวีณา เทศนนท์</i>	41

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
22. ผลของโปรแกรมการส่งเสริมพฤติกรรมกรดูแลตนเองต่อระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน ในชุมชนชนน้อมัยสามัคคี ตำบลน้ำปติก อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ Effect of Self-Care Behavior Promotion Program on Blood Sugar Levels of diabetic patients in the Samakkhi Community, Nam plik subdistrict, Muang District, Amnatcharoen Province <i>ณัฐวดี ศรีเอี่ยม กุลยา ไต้ระรายอ รวิสร่า จันทะรัตน์ ธนสร เตชะเดชเรืองกุล พรทิพย์ จันดีสาร อ้อมใจ เนื่องเฟือก และสุดารัตน์ โมระดา</i>	43
23. ผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) ด้านโภชนาการโดยประยุกต์ใช้ แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมกรเลี้ยงดูของผู้ปกครองบ้านนาป่าแซง ตำบลนาป่าแซง อำเภอบุพมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ Effect of Early Childhood Behavior Modification Program (0-5 years) in Nutrition Applying Health Beliefs to Parenting Behaviors of Parents of Ban Na Pa Saeng, Na Pa Sang Subdistrict, Pathum Rajawongsa District, Amnatcharoen Province <i>ธัญสุดา ตั้งจากรุณัฐ ณัฐมน ธนภรสุวรรณ และสุพิชฌาย์ ชนะวงค์</i>	45
24. ผลโปรแกรมการให้ความรู้และการออกกำลังกายรำมวยจีนในสถานการณ์โควิด-19 ต่อพฤติกรรมกรดูแลสุขภาพและการควบคุมระดับความดันโลหิตของกลุ่มผู้ที่มีความดันโลหิตเกิน เกณฑ์มาตรฐาน บ้านโนนตุ่ ตำบลสร้างนงทา อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ The Effects of Education and Tai Chi Chuan Exercise in COVID – 19 Situation on The Self-Health Care Behavior and Blood Pressure Control of Group with Higher Blood Pressure Normal Levels in Ban Nondu, Sang Nok Tha Subdistrict, Mueang District, Amnatcharoen Province <i>สุชาวดี ไตพงษ์ ภัทริญา แก้วมณี และศุภรดา วีร์ภักจินดา</i>	47

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
25. ผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพต่อความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน บ้านภักดีเจริญ ตำบลห้วยไร่อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ Effect of Health Behavior Modification Program on the Knowledges about Diabetes and Self-Care, and Blood Sugar Levels of Diabetic Patients, Phukdeejaroen Village, Huayrai Sub-district, Meung District, Amnatcharoen Province <i>เกศมณี หมองหลอด ญัฐญาดา ไชยชาติ และวามิชา ยะเปียงปลุก</i>	49
26. ผลของโปรแกรมการดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ ในพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองมะเขว อำเภอเมืองอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ Effectiveness of Uncontrolled Diabetes Patient's Care Program by Village Health-Volunteers under New Nomal Way of Life in The Service Area of Health Promoting Hospital, NhongMaSaew Sub-District, Mueang District, Amnatcharoen Province <i>นนทिया สายสุวรรณ ภัคพงษ์ ทองย้อย วชิรวิทย์ ทานะสินทร์ อริสรา แก้วใส และเบญจมาศ วงษ์ลคร</i>	51
27. ผลของโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการรับประทานยาและระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน บ้านนาผือ ตำบลนาผือ อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ Effects of Health Belief Program on Medication Behavior and Blood Sugar Levels of Diabetics in Ban Na Phue, Na Phue sub-district, Na Phue district, Amnatcharoen Province <i>นันทวรรณ อุดม รักษิตา ภาณุพันธ์ สุภาพิษฐ์ ขวานทอง และนางสาวจัญญา โห่งนคำ</i>	53



## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
<p>28. ผลโปรแกรม professional อสม. ต่อสู้ความดันโลหิตสูงด้วยสมาธิบำบัด SKT ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้ ตำบลโพนเมืองน้อย อำเภอห้วยตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ</p> <p>Effects of the Public Health Volunteer Program Professional to Fight Hypertension with SKT Meditation Therapy in Uncontrolled Hypertension Patients, Phon Mueang Noi Subdistrict, Hua Taphan District, Amnatcharoen Province</p> <p><i>ปฏิพงศ์ นาคนวน, หนึ่งฤทัย แสงสุข, มุจลินท์ คำล้อม</i></p>	55
<p><b>โครงการ</b></p>	
<p>1. บทสรุปโครงการเรื่อง “ปฏิทินยาความดัน กินง่าย ตรงเวลา ชีวียั่งยืน”</p> <p>ณ หมู่ที่ 1 ชุมชนบ้านน้ำคา ตำบลพญาแก้ว อำเภอเชียงกลาง จังหวัดน่าน</p> <p><i>กฤติยา เอ็มแสง กนกอร ศรีใจ และจุฑามาศ ไตศิลา</i></p>	57
<p>2. บทสรุปโครงการเรื่อง “ผู้สูงอายุติดบ้านสุขภาพจิตดี ชีวีมีสุข”</p> <p>ณ บ้านใหม่บางปราบ หมู่ 2 ตำบลย่านมัทรี อำเภอพยุหะคีรี จังหวัดนครสวรรค์</p> <p><i>อริศรา พะลัง และนภัสสร ประกอบเขตรการณ</i></p>	58
<p>3. บทสรุปโครงการเรื่อง “วัยเรียนวัยใส ร่วมใจ บอกลาขนมขบเคี้ยว”</p> <p>ณ โรงเรียนอนุบาลคลองท่อม อำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่</p> <p><i>นริศรา ศรีมันตะ และจิราภรณ์ อาดำ</i></p>	59
<p>4. บทสรุปโครงการเรื่อง “การนักเรียนวัยใส สู้ก่อนน้ามัยน้อย”</p> <p>โรงเรียนบ้านวังแคน อำเภอเมืองอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ</p> <p><i>ชัยวัฒน์ ชูรัตน์ ณัฐวดี ศรีเอี่ยม ทศวรรณ เอื้อสามารถ มณีพลอย ปริสุทธิ์ จันทมณี มวลสุข และพิมพ์ชนก พะคุระ</i></p>	60

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
5. บทสรุปโครงการเรื่อง “ป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) โดยอาสาสมัครนักสู้โควิดน้อย (อสค.น้อย)” <i>ภัทราวดี แซ่ลี, สุภาพิชย์ ขวานทอง, ปัทมาภรณ์ สารระสุข, วชิรวิทย์ ทานะสินทร์, อุไรวรรณ สายสุด และสุพิชฌาย์ ชนะวงศ์</i>	61
6. บทสรุปโครงการเรื่อง “ผู้สูงอายุฟันสวย ยิ้มใส ใสใจสุขภาพช่องปาก” <i>ภัทราวดี ศรีรัตนโชติ นนทिया สายสุวรรณ ภัคพงษ์ ทองย่อย อริสรา แก้วใส สุชาลินี สุขสะอาด และสทรรฐ์ กันยะมี</i>	62
7. บทสรุปโครงการเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพแกนนำเยาวชน เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร” <i>ปฏิพงษ์ นาคนวล ภัทริญา แก้วมณี หนึ่งฤทัย แสงสุข ศุภรดา ธีรภัคจินดา มุจลินท์ คำล้อม สุขาวดี ไตพงษ์ และอัญชลี จูชานวน</i>	63
8. บทสรุปโครงการเรื่อง “ยอมตัดใจทิ้งเพื่อสิ่งที่ดีกว่า” <i>สุกัญญา ไปหาพันธ์ สุณีภา อินเี่ยม บุศราพรรณ เพชรโรจน์ ธัญสุดา ตั้งจารุณัฐ นันทวรรณ อุดม และณัฐมน ชนภรสุวรรณ</i>	64
9. บทสรุปโครงการเรื่อง “วิ่งกับเราชาวมหิดล” <i>รชต ภูมิอมร กรชนก ม่วงศรี ณัฐริกา ลาดคอมมอม ฉันทพร ชมชนะกุล และปวีณา เทศนนท์</i>	65
10. บทสรุปโครงการเรื่อง “การส่งเสริมด้านการอ่านในเด็กภาวะเด็กแอลดี (Learning Disabilities)” <i>เกศมณี หมองหลอด รักชิตา ภาณุพันธ์ วาณิชชา ยะเปียงปลุก ณัฐญาดา ไชยชาติ กุลยา ไต้ะรายอ, และรวริสรา จันทร์ตัน</i>	66

## ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดอาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ของเกษตรกรนาข้าว ตำบลไผ่เขียว อำเภอสว่างอารมณ์ จังหวัดอุทัยธานี

สิริจุฑาธิป แยมแสง

สาขารณศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร. วิลารณ์ เทพผสม E-mail: wila\_0708@hotmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวางครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดอาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อของเกษตรกรนาข้าว ตำบลไผ่เขียว อำเภอสว่างอารมณ์ จังหวัดอุทัยธานี จำนวน 278 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด และสถิติการถดถอยเชิงพหุคูณ (Multiple regression analysis)

ผลการศึกษาพบว่า เกษตรกรเป็นเพศชาย ร้อยละ 68.7 อายุ 51-60 ปี การศึกษาสูงสุดอยู่ระดับประถมศึกษา ร้อยละ 47.5 ร้อยละ 53.6 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 16.5 สูบบุหรี่ ร้อยละ 15.8 ไม่เคยออกกำลังกาย ร้อยละ 49.3 ระยะเวลาในการทำงานต่ำกว่า 10 ปี ร้อยละ 32.4 มีอาชีพเสริมนอกเหนือจากการทำนา ร้อยละ 19.1 เกษตรกรมีอาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อในขั้นตอนฉีดพ่นยาและการหว่านปุ๋ย ร้อยละ 84.4 และ 75.7 ตามลำดับ ขั้นตอนเตรียมดินมีอาการปวดหลังส่วนล่างมากที่สุด ร้อยละ 61.7 ขั้นตอนปลูก บำรุงนาข้าว และเก็บเกี่ยว มีอาการปวดไหล่มากที่สุด ร้อยละ 78.0, 81.2 และ 87.5 ตามลำดับ มีพฤติกรรมเสี่ยงด้านอิริยาบถในชีวิตประจำวันระดับปานกลาง และพฤติกรรมเสี่ยงด้านการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ระดับมาก จากการหาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดอาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ พบว่า มี 6 ปัจจัยที่มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา การยศาสตร์การทำงาน อิริยาบถในชีวิตประจำวัน และการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ ซึ่งสามารถทำนายการเกิดอาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ได้อย่างถูกต้อง ร้อยละ 56.7 (Adjusted  $R^2=0.567, p< 0.001$ )

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของการยศาสตร์การทำงาน ท่าทางการทำงาน อิริยาบถในชีวิตประจำวัน และการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ ดังนั้นควรมีการอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเรื่อง ท่าทางการทำงานที่ถูกวิธี การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ที่ถูกต้อง เพื่อแก้ไขพฤติกรรมเสี่ยงด้านยศาสตร์การทำงานที่ก่อให้เกิดอาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ

**คำสำคัญ:** เกษตรกรนาข้าว, อาการผิดปกติทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ, การยศาสตร์การทำงาน, อิริยาบถในชีวิตประจำวัน

## **Factors Influencing the Occurrence of Musculoskeletal Disorders of Rice Farmers in Phai Khiao Sub-district, Swang Arom District, Uthai Thani Province**

**Sirichuthathip Yaemsaeng**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Wilaporn Teppasom, Dr.P.H. E-mail: wila\_0708@hotmail.com

### **Abstract**

This cross-sectional descriptive study aimed to study the factors influencing musculoskeletal system disorders of rice farmers in Phai Khiao sub-district, Swang Arom district, Uthai Thani province. Two hundred seventy-eight farmers were randomly selected by simple random sampling. Data collection was done through a questionnaire on the chosen group and was analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation, maximum, minimum, and multiple regression analysis.

The results found that 68.7% of samples were male, 27% were aged between 51 and 60 years old. 81.7% were married, 47.5% had completed primary school, 53.6%, 16.5% with congenital disease, 15.8% smoking, 49.3% never exercising, 32.4% with less than ten years of farming, and 19.1% with sideline besides rice farming. Most farmers got musculoskeletal system disorders during spraying (84.4%) and fertilizing (75.7%). They got shoulder pain during the planting, nurturing, and harvesting process 78 %, 81.2%, and 87.5%, respectively. Farmers have a moderate score level of risk behavior in their daily life, a high score level of risk behavior in the use of tools and equipment, and a high score level of risk environmental while farming. Through multiple regression, six factors significantly affected the musculoskeletal system disorders: gender, age, education, risk behavior of farming ergonomics, daily life gestures, and usage of tools and equipment. These six factors can predict the occurrence of musculoskeletal system disorders with 56.7% accuracy. (Adjusted  $R^2=0.567$ ,  $P<0.001$ ).

The study results reflect the importance of rice farming ergonomics, the work postures, daily life gestures, and usage of tools and equipment. Farmer should be trained on the workshop program to empower ergonomics knowledge and the use of tools and equipment.

**Keywords:** rice framers, musculoskeletal system disorders, rice farming ergonomics, daily life gestures

## ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอาการผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกโครงร่างแบบ เรื้อรังในพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมรีไซเคิลพลาสติกแห่งหนึ่ง

พรนภา สรสิทธิ์

สาธาณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร. ฤทธิรงค์ พันธดี E-mail: rtg.pun@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษาแบบภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกลุ่มอาการผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกโครงร่างในพนักงานรีไซเคิลพลาสติก จำนวน 103 คน หลังจากทำงานมาแล้ว 7 วัน และ 6 เดือน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป ปัจจัยการทำงาน ความรู้ด้านการยศาสตร์ การประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดและแบบสอบถามมาตรฐานนอร์ดิก วิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกลุ่มอาการผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกโครงร่าง จะใช้การวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 60.20 อายุเฉลี่ย 33.52 ปี ดัชนีมวลกายเฉลี่ย 22.78 กิโลกรัมต่อตารางเมตร อายุงานเฉลี่ย 67.86 เดือน ระยะเวลาทำงานต่อวันเฉลี่ย 8 ชั่วโมง จำนวนวันทำงานต่อสัปดาห์ 4 – 6 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 71.80 ทำงานล่วงเวลา ร้อยละ 62.10 ความชุกของกลุ่มอาการผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกโครงร่างในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา พบมากที่สุดที่บริเวณหลังส่วนล่าง ร้อยละ 88.30 และการประเมินส่วนของร่างกายทั้งหมดอย่างรวดเร็ว (REBA) พบว่าอยู่ในระดับเสี่ยงสูง ร้อยละ 50.50 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกลุ่มอาการผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกโครงร่างในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) ได้แก่ การยกของหนักนอกเหนือจากการทำงาน ลักษณะท่าทางการทำงาน และความรู้ด้านการยศาสตร์

จากการศึกษาเสนอแนะให้ผู้ประกอบการควรจัดโปรแกรมการให้ความรู้ด้านการยศาสตร์กับพนักงาน รวมถึงสถานประกอบการควรเข้ามาสนับสนุนอุตสาหกรรมขนาดเล็กเรื่องอุปกรณ์เสริม เช่น โต๊ะและเก้าอี้สำหรับการคัดแยกชิ้นงานพลาสติก เครื่องมือที่ช่วยยกของที่มีน้ำหนักมาก เพื่อช่วยลดความเสี่ยงจากขั้นตอนการทำงานที่อันตราย

**คำสำคัญ:** อาการผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกโครงร่าง, พนักงานโรงงาน, รีไซเคิลพลาสติก

## **Factors Related to Chronic Musculoskeletal Disorder among Workers in Recycle Plastic Factory**

**Pornnapa Sorasit**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*  
Advisor: Ritthirong Pundee, Ph.D. E-mail: rtg.pun@gmail.com

### **Abstract**

The cross-sectional study aimed to investigate factors affecting Musculoskeletal Disorder Syndrome (MDS) in 103 plastic recycle workers after working seven days and six months. The data was collected by questionnaires as follows: demographic information, working factors, ergonomic knowledge, The *Nordic* Musculoskeletal Questionnaire, and *Rapid Entire Body Assessment* (REBA). The association between factors and MSD was analyzed by Multiple regression analysis.

This study showed that most of the samples were male 60.20 percent, average age 33.52 years, average body mass index 22.78 kg/m<sup>2</sup>, average work experience 67.86 months, average working days 8 hours/day, number of working days per week 4 - 6 days/week 71.8 percent, average overtime 62.1 percent, prevalence of MSD in the past 12 months at the lower back 88.30 percent, and REBA high risk 50.50 percent. The factors were significant association with MSD after working 12 months ( $p < 0.05$ ) as follow: heavy lifting other than work, work posture, and ergonomic knowledge.

This study suggested that entrepreneurs should organize an ergonomic education program for employees. Including establishments should support small industries in accessories such as tables and chairs for sorting plastic workpieces. The tools that help lift heavy objects to help reduce the risk of dangerous work processes.

**Keyword:** musculoskeletal disorders, factory workers, plastic recycle

## ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ทางสุขภาพเกี่ยวกับโรคหลอดเลือดในสมอง ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในพื้นที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านพุมะค่า อำเภอดงตาล จังหวัดนครสวรรค์

กรรณิกา ยามสุข

สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ผศ.ดร. กิตติคุณ หมูพยัคฆ์<sup>1</sup>, น.สพ.ดร. วชิระเสกข์ พิระปัญญาสุทธิ<sup>2</sup>  
E-mail: kittikhun.mop@gmail.com<sup>1</sup>, wachirasek@hotmail.com<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความรู้ ทักษะ และความรู้ทางสุขภาพเรื่องโรคหลอดเลือดในสมอง และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ทางสุขภาพเรื่องโรคหลอดเลือดในสมองของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านพุมะค่า อำเภอดงตาล จังหวัดนครสวรรค์ รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามเก็บข้อมูลกับ อสม. ทั้งหมด 104 คน แสดงข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย และวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ทางสุขภาพด้วย Binary logistic regression analysis

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 46-60 ปี ระดับการศึกษาในชั้นประถมศึกษา อาชีพเกษตรกร และปฏิบัติงานเป็น อสม. นาน 1-10 ปี ระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคหลอดเลือดในสมองอยู่ในระดับปานกลาง ระดับทักษะเกี่ยวกับโรคหลอดเลือดในสมองอยู่ในระดับดี ระดับการเข้าถึงข้อมูลโรคหลอดเลือดในสมองอยู่ในระดับมาก และเมื่อทำการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ทางสุขภาพเรื่องโรคหลอดเลือดในสมองของ อสม. 1) ผู้ที่มีสถานภาพสมรสจะมีระดับความรู้ทางสุขภาพที่ดีมากกว่าผู้ที่มีสถานภาพอื่นๆ 5 เท่า 2) ผู้ที่มีระยะเวลาในการปฏิบัติงานเป็น อสม. อยู่ในช่วงไม่เกิน 10 ปี และในช่วง 11-20 ปีจะมีระดับความรู้ทางสุขภาพที่ดีน้อยกว่าผู้ที่ปฏิบัติงานเป็น อสม. ตั้งแต่ 21 ปีขึ้นไป 3) ผู้ที่เคยดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดในสมองจะมีระดับความรู้ทางสุขภาพที่ดีมากกว่าผู้ที่ไม่เคยดูแลอยู่ 4 เท่า และ 4) ผู้ที่มีการเลือกค้นหาข้อมูลจากวิทยุ โทรทัศน์ จะมีโอกาสเกิดระดับความรู้ทางสุขภาพในระดับดีน้อยกว่าผู้ที่ไม่เลือกค้นหาข้อมูลจากบุคคลากรทางการแพทย์ โดยเฉพาะกลุ่มอายุมากกว่า 60 ปีและเลือกค้นหาข้อมูลด้วยตนเองมากกว่าการสอบถามข้อมูลจากบุคคลากรทางการแพทย์

สรุปได้ว่า อสม. แม้มีความรอบรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดในสมองในระดับดี แต่ควรมีการส่งเสริมให้มีประสบการณ์การดูแลผู้ป่วย ร่วมกับเพิ่มช่องทางการทำงานร่วมกับบุคคลากรทางการแพทย์

**คำสำคัญ:** โรคหลอดเลือดในสมอง, ความรอบรู้ทางสุขภาพ, อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

## **Factors Relating to Health Literacy on Strokes among Village Health Volunteers in Ban Pumaka Subdistrict Health Promoting Hospital, Tak Fa District, Nakhon Sawan Province**

**Kannika Yamsook**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Asst.Prof. Kittikhun Moophayak<sup>1</sup>, D.Sc., Wachirasek Peerapunyasut<sup>2</sup>, Ph.D.

E-mail: kittikhun.mop@gmail.com<sup>1</sup>, wachirasek@hotmail.com<sup>2</sup>

### **Abstract**

The objectives of this cross-sectional research were to study levels of knowledge, attitudes, and health literacy on strokes and to analyze factors relating to health literacy on strokes among village health volunteers (VHVs) at Ban Pumaka subdistrict health promoting hospital, Tak Fa district, Nakhon Sawan province. A questionnaire was used as a research instrument to collect data from samples of 104 VHVs. Collected data were analyzed by using descriptive statistics; including, frequency, percentage and mean. While binary logistic regression was used to analyze factors relating to health literacy on stroke.

The results showed that most of the samples were female, 46-60 years old, graduated from a primary school, got marital status, occupied as farmers, and worked as VHVs for 1-10 years. Most of their knowledge of stroke was at a moderate level. While attitudes towards stroke and access to health information were at good and high levels, respectively. When factors associated with health literacy on stroke among VHVs were considered 1) married people had higher 5 times than those of other statuses, 2) those worked as VHVs more than 10 years and 11-20 years had lower than those worked over 21 years, 3) those experienced to take care of strokes patients had four times higher than those without prior care experience, 4) those acquired for strokes information from public media was lower than those asking the information from medical staffs. Furthermore, a group of over 60 years old and choose to acquire information on their own was rather than those asking the information from medical staffs.

In conclusion, VHVs although had health literacy of strokes at a good level. The experience of caring for strokes patients should be done to gain more efficiency of VHVs and working with medical staffs.

**Keywords:** stroke, health literacy, village health volunteers



## ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สมาร์ทโฟนกับสัมพันธภาพในครอบครัว ตำบลอุทัยใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดอุทัยธานี

ณิชากร เกตุกิจ

สาธาณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ผศ.ดร. สุภาภรณ์ คำเรืองฤทธิ์ E-mail: supaporn.cu@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สมาร์ทโฟนกับสัมพันธภาพในครอบครัวในตำบลอุทัยใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดอุทัยธานี รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับหัวหน้าครัวเรือนหรือแม่บ้านของครัวเรือนทั้งหมด 400 ครัวเรือน การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรจะทำการวิเคราะห์ด้วย Multiple regression analysis

ผลการศึกษาพบว่า ครัวเรือนส่วนใหญ่มีสมาชิกอยู่ 2 ถึง 3 คน อายุเฉลี่ยของคนในครัวเรือนอยู่ที่ 41 ปี และส่วนมากเป็นผู้ที่มีอายุอยู่ในวัยทำงาน 30-49 ปี ในด้านการใช้สมาร์ทโฟนของคนในครัวเรือนพบว่า มีจำนวนสมาร์ทโฟนเฉลี่ยต่อครัวเรือนอยู่ 3 เครื่อง และแต่ละคนในครัวเรือนมีสมาร์ทโฟนอยู่ 1 เครื่อง สมาชิกในครัวเรือนส่วนใหญ่มีการใช้สมาร์ทโฟนระหว่างทำกิจกรรมกับคนในครัวเรือนลักษณะบ่อยครั้ง (ร้อยละ 46) จำนวนชั่วโมงในการใช้สมาร์ทโฟนเฉลี่ยต่อคนต่อวัน อยู่ที่ 3.18 ชั่วโมง กิจกรรมบนสมาร์ทโฟนส่วนใหญ่ของคนในครอบครัวใช้ Line, Facebook และ YouTube สำหรับสัมพันธภาพในครอบครัวซึ่งเป็นตัวแปรตามของการศึกษาพบว่า สมาชิกในครัวเรือนตัวอย่างส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับปกติทั่วไป (ร้อยละ 81.3) และสำหรับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สมาร์ทโฟนกับสัมพันธภาพในครอบครัวพบว่า จำนวนสมาร์ทโฟนรวมทั้งหมด จำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่ใช้ Facebook และจำนวนชั่วโมงเฉลี่ยในการใช้สมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับคะแนนสัมพันธภาพในครอบครัว โดยถ้าในครัวเรือนมีจำนวนสมาร์ทโฟนเพิ่มขึ้น และมีจำนวนคนในครัวเรือนใช้ Facebook เพิ่มขึ้น ครัวเรือนจะมีคะแนนสัมพันธภาพในครอบครัวเพิ่มขึ้น ในทางกลับกันถ้าแต่ละคนในครัวเรือนใช้สมาร์ทโฟนเพิ่มขึ้น 1 ชั่วโมง ครัวเรือนจะมีคะแนนสัมพันธภาพในครอบครัวลดลง

ดังนั้นคนในครัวเรือนควรมีการจัดสรรเวลาในการใช้สมาร์ทโฟนขณะที่อยู่ร่วมกันให้เหมาะสม การใช้สมาร์ทโฟนไม่เพียงแต่ใช้เพื่อความบันเทิงเท่านั้น แต่ยังสามารถใช้สมาร์ทโฟนเพื่อปรึกษาพูดคุยกับคนในครอบครัวผ่านข้อความ Facebook ได้ เพื่อกระชับความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

**คำสำคัญ:** สมาร์ทโฟน, สัมพันธภาพในครอบครัว, การใช้สมาร์ทโฟน, Facebook

## **The Correlation Between Use of Smartphone and Family Relationship in Uthaimai Subdistrict, Muang Uthai Thani District, Uthai Thani Province**

**Nichakorn Ketkit**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Asst.Prof. Supaporn Kumruangrit, Ph.D. E-mail: supaporn.cu@gmail.com

### **Abstract**

The quantitative research aimed to study the correlation between the use of smartphone and family relationship in Uthaimai subdistrict, Muang Uthai Thani district, Uthai Thani province. Questionnaires were used to collect data from 400 households and multiple regression analysis was used for data analyses.

The result revealed that the majority of households consisted of 2 to 3 members, the average household age was 41 years, and most were those aged 30-49 years. For use of smartphone of the household members, the average number of smartphones per household was 3, and each person in the household had one. Most the household members often use a smartphone during household activities (46%). The average use of smartphone per day per person was 3.18 hours. Applications that are used mostly by household members were Line, Facebook, and YouTube. In terms of family relationships, it was found that the majority of the sample households were the normal level (81.3%). Factors related to family relationship included the number of smartphones in the household, number of household members who used Facebook and the average use of smartphone time per day per person. Increasing of number of smartphones in the household and number of household members who used Facebook was revealed to have increased of family. On the other hand, was shown to have decreased of family relationship.

Therefore, household members should have an appropriate time allocation for using their smartphones, while they are together the use of smartphone, was not only for entertainment but also used to communicate with household members via Facebook messages to strengthen family relationships.

**Keywords:** smartphone, family relationship, use of smartphone, Facebook

## ความรู้ ทักษะ และปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในตำบลโนนจาน อำเภอบัวลาย จังหวัดนครราชสีมา

ณัฐวดี เหมื่อนสิงห์

สาธาณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: วรารัตน์ หนูวัฒนา E-mail: Wararat.noo@mahidol.ac.th

### บทคัดย่อ

การศึกษาแบบภาคตัดขวางครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 172 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ประกอบด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานโดยใช้การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ (Correlation Analysis) และหาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยใช้การวิเคราะห์ Independent t-test One-way Analysis of Variance: One-way Anova และการวิเคราะห์ Multiple regression analysis ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารระดับปานกลาง มีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารในผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับดี การได้รับอิทธิพลของสื่อโฆษณาและบุคคลอยู่ในระดับมาก สำหรับการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 พบว่า ตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ได้แก่ เพศ อายุ รายได้ โรคประจำตัวอื่น ๆ ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน การเลือกซื้ออาหาร แหล่งอาหารที่อยู่ใกล้ที่พัก สถานที่ในการเลือกซื้ออาหาร ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารในผู้ป่วยโรคเบาหวาน และอิทธิพลของสื่อโฆษณาและบุคคล ( $P < 0.01$ ,  $P < 0.05$ ) สำหรับการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กัน ( $r = 0.242$ ,  $P < 0.01$ ) ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กัน ( $r = 0.085$ ,  $P < 0.05$ ).

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นชัดเจนว่าการบริโภคอาหารที่เหมาะสมมีบทบาทสำคัญสำหรับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ดังนั้นการทำความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารเบาหวานจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องให้ความรู้แก่ผู้ป่วยและผู้ให้บริการทางด้านสุขภาพ เช่น นักสุขศึกษาและนักวิชาการสาธารณสุข การสร้างความตระหนักรู้และทักษะ ซึ่งอาจจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนจากพฤติกรรมเสี่ยงไปสู่พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม

**คำสำคัญ:** ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2, ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร, ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

## **Knowledge, Attitude and Factors Affecting on Type 2 Diabetes Patients' Dietary Behavior in Non-Chan Sub-district, Bua Lai district, Nakhon Ratchasima Province**

**Nattawadee Muensing**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Wararat Noowattana, M.Sc. E-mail: Wararat.noo@mahidol.ac.th

### **Abstract**

The aims of this cross-sectional study were to investigate the type 2 diabetes patients' dietary behavior among 172 patients. The data was collected by questionnaires and analyzed by using descriptive statistics consisting of frequency, percentage, mean and standard deviation. The association between knowledge, attitudes and type 2 diabetes patients' dietary behavior was examined by using correlation analysis and the correlation between factors and type 2 diabetes patients' dietary behavior was analyzed by using independent t-test, One-way analysis of variance and Multiple regression analysis with statistical significance set at 0.05.

The research results showed that most of the samples were at the medium levels of type 2 diabetes patients' dietary behavior. It is found that knowledge, attitudes towards about the type 2 diabetes patients' dietary, and the influenced of advertising influenced on other were the high levels. Analysis of factors with effects on the dietary behavior of type 2 diabetes patients' dietary, found the factors to be gender, age, income, concomitant diseases, duration of being a diabetes mellitus patient, food decision making, food surrounding accommodation, the location to buy food, dietary knowledge about type 2 diabetes patients' dietary and influence of advertising media and other people with diabetes mellitus were related with the type 2 diabetes patients' dietary behavior ( $P < 0.01$ ,  $P < 0.05$ ). According to the findings on associations between knowledge, attitudes and type 2 diabetes patients' dietary behavior, there was no correlation between knowledge and attitudes. On the other hand, there were a correlation between knowledge and behavior ( $r = 0.242$ ,  $P < 0.01$ ) and a correlation between attitudes and behavior ( $r = 0.085$ ,  $P < 0.05$ ).

It is clear that proper diet has been playing an important role for type 2 diabetes patients. Therefore, understanding about diabetes diet is important to educate to the patients and the caregivers by the health petitioners such as health educators and public health officers. Raising their awareness and their perception may lead to change from their risk behavior to a new properly dietary behavior.

**Keywords:** type 2 diabetes patients, dietary knowledge, dietary attitudes towards, dietary behavior

## การตรวจสอบสารปรอทปนเปื้อน และความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการเลือกซื้อ ผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้าของนักเรียนหญิง สถาบันการอาชีวศึกษา 2 แห่ง ในจังหวัดสุโขทัย

ชลิพร บุญเกิด

สาธาณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร. ศศิมา วรหาญ E-mail: s.woraharn@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยแบบภาคตัดขวาง เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ และตรวจสอบสารปรอทปนเปื้อนในผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้าของนักเรียนหญิง สถาบันการอาชีวศึกษา 2 แห่งในจังหวัดสุโขทัย จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 135 คน รวบรวมข้อมูลโดยแบบสอบถาม และวิเคราะห์การปนเปื้อนสารปรอทในผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้า ด้วยชุดทดสอบ Mercury test kit – cosmetics สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาที่ใช้ในการนำเสนอข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความรู้ และทักษะในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้าอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนพฤติกรรมในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้าอยู่ในระดับพอใช้ สำหรับการวิเคราะห์สารปรอทปนเปื้อนในผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้า โดยอ้างอิงตามเกณฑ์มาตรฐานการปนเปื้อนสารปรอทในเครื่องสำอางตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข พบว่า ส่วนใหญ่มีสารปรอทปนเปื้อนมากกว่า 1,000 ppm (ไม่ผ่านเกณฑ์มาตรฐาน) จำนวน 41 ตัวอย่าง รองลงมาพบปริมาณสารปรอทในช่วง 1-1,000 ppm (ไม่ผ่านเกณฑ์มาตรฐาน) จำนวน 25 ตัวอย่าง และพบสารปรอทน้อยกว่า 1 ppm (ผ่านเกณฑ์มาตรฐาน) จำนวน 69 ตัวอย่าง

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่าในปัจจุบันยังมีผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้าที่ไม่ปลอดภัยและเป็นอันตรายต่อสุขภาพจำนวนมาก ดังนั้นควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับอันตรายจากการใช้เครื่องสำอางที่ไม่ได้มาตรฐานแก่ผู้บริโภค และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเฝ้าระวังและเข้มงวดในการบังคับใช้กฎหมายตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขกับผู้ผลิตและผู้ประกอบธุรกิจเครื่องสำอางให้คำนึงถึงคุณภาพของเครื่องสำอางก่อนผลิตและนำมาวางจำหน่ายให้กับผู้บริโภค

**คำสำคัญ:** ผลิตภัณฑ์บำรุงผิวหน้า, การปนเปื้อนสารปรอท, นักเรียนหญิง, สถาบันการอาชีวศึกษา

# **The Examination of Mercury Contamination and Knowledge Attitude and Purchasing Behavior of Facial Skin Care among Female Students of Two Institute of Vocational Educations, Sukhothai Province**

**Chaleephorn Boonkerd**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*  
Advisor: Sasimar Woraharn, D.Sc. E-mail: s.woraharn@gmail.com

## **Abstract**

The aims of this cross-sectional study were to investigate the knowledge attitude and purchasing behavior and mercury contamination in facial skin care. The sample comprised of 135 female students of two Institute of Vocational Educations in Sukhothai Province. The data was collected by questionnaires and mercury contamination in facial skin care were analyzed by the Mercury test kit in cosmetics. The demographic characteristic data and score levels of the studied variables were analyzed by using descriptive statistic in regard to frequency, percentage, mean and standard deviation.

The research results showed that the most of female students were the knowledge of facial skin care and the attitudes toward facial skin care purchasing were in the medium level, while the student's behavior was in the low level. According to the mercury contamination in 135 facial skin care analysis, the contamination of mercury in 69 samples were in the standard of Notification of Ministry of Public Health (<1 ppm). In contrast, the 66 samples were more contaminated with mercury than the standard, 41 samples were higher than 1,000 ppm and 25 samples were between 1-1,000 ppm,

It is clear that the facial skin care with contaminated mercury have been normally sold in the market. Therefore, understanding about the risk to using them is important to educate the consumers by the health partitioners. The relevant government agencies should take this issue into account seriously, monitor the facial skin care manufactures in abiding by the law more strictly and remove them from the market immediately. Moreover, the manufactures should raise more awareness about the quality of their products and take more responsibilities for their customers.

**Keywords:** facial cosmetic, mercury contamination, female student and institute of vocational education

## ปัจจัยที่ส่งผลต่อการยอมรับต่อกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) ของนักเรียน กรณีศึกษา: โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร

ปลายฟ้า กะตุตทอง

สาขารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร. จุฑารัตน์ แสงกุล E-mail: chutarat.saengkul@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการปฏิบัติต่อกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) และศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการยอมรับต่อกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนแห่งหนึ่งจังหวัดกรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามกับนักเรียนจำนวน 288 คน ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมการยอมรับด้วยการทดสอบไคสแควร์ (Chi-square) และศึกษาการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นอิสระต่อกันด้วยการทดสอบแบบที (t-test)

ผลการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุ 17 ปี ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวอยู่ในระดับปานกลาง ระบุว่าผู้ปกครองมีการแสดงออกต่อบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศอยู่ในระดับดี นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศในระดับไม่ดี ในทางตรงกันข้าม นักเรียนมีทัศนคติต่อบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศอยู่ในระดับที่ดี อิทธิพลทางสังคมของนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง และมีการปฏิบัติต่อบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ อยู่ในระดับดี (ร้อยละ 77.4) สำหรับการยอมรับบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) พบว่า ส่วนใหญ่นักเรียนมีการยอมรับบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (ร้อยละ 89.2) และตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการยอมรับบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ความสัมพันธ์ในครอบครัว การรับรู้ของนักเรียนที่ผู้ปกครองแสดงออกต่อบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ คะแนนความรู้ คะแนนทัศนคติ และคะแนนอิทธิพลทางสังคม

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่าการยอมรับบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเกิดขึ้นได้จากหลายปัจจัย ทั้งปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านความรู้ ด้านทัศนคติ ครอบครัว ชุมชน และโรงเรียน ดังนั้นควรสนับสนุนสถาบันการศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้มีการร่วมมือกันส่งเสริมให้ความรู้และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศเพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องและสร้างการยอมรับบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศในทิศทางที่ดีขึ้น

**คำสำคัญ:** การยอมรับบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT), นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

## **Factors Affecting of LGBT Adoption on High School Student: A Study Case High School in Bangkok**

**Plaifah Katudthong**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Chutharat Saengkal, Ph.D. E-mail: chutarat.saengkul@gmail.com

### **Abstract**

The objective of this research was to study the actions of student interact with LGBT and factors that affecting of LGBT adoption on high school students. The objective of the research was to study attitudes towards LGBT and gender identity among teenage boys and their families in Bangkok. A study case high school in Bangkok. This study was conducted using quantitative research. The data was collected by questionnaires were used for a total of 288 students. Study the significant correlation factors affecting LGBT acceptance, use the Chi-square statistic to examine the relevant association between different factors. Also, the T-test coefficient was used to compare the mean values of the independent sample.

The findings revealed that the majority of the students were male, and that the majority of the students were 17 years old. Students having moderate family relationships. The data shows that students generally view their families as 'moderate', neither too progressive nor conservative. Students thought that parents of high school students expressed themselves well when it came to LGBT people High school students thought that their parents were generally accepting of LGBT people. However, while the majority of students stated that they had a low awareness of gender identity and LGBT issues, their responses show that they have a good attitude towards individuals with a good level of gender diversity. The students social influence on the acceptance of LGBT was moderate. A strong majority (77.4%) of high school student actions towards LGBT persons. The majority of students were found to be LGBT adoption (89.2 %). And when analyzing the factors associated with LGBT adopted. The variables were statistically significant correlated with LGBT tolerance at the 0.05 level: Gender, Age, Parental level of education, Family ties, the perceptions of high school students how their parents expressed to individuals with LGBT persons, Knowledge, attitude, and social influence of students on the acceptance of LGBT.

The findings of the study show that a variety of factors influence LGBT adoption among high school students. Personal factors, educational factors, attitude, family, community, and school. As a result, educational institutions and relevant organizations should be encouraged to collaborate in order to foster gender equity awareness and understanding, which will lead to accurate understanding and action. It's also a way of better understanding people of all gender diversity and better accepting individuals with gender.

**Keywords:** LGBT adoption, high school student



## ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกรับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านกันหลา อำเภอยะรัง จังหวัดสุราษฎร์ธานี

นริศรา ศรีมันตะ

สาธาณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ผศ. นีวัต อุณพันธ์ E-mail: niwat61@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกรับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกันหลา อำเภอยะรัง จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นการวิจัยเชิงปริมาณแบบภาคตัดขวางแบบง่าย โดยใช้แบบสอบถามที่มีการตรวจสอบค่าความน่าเชื่อถือเท่ากับ 0.851-0.945 ในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 229 คน และทำการวิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด และในการศึกษาเพื่อทดสอบสมมติฐานจะทำการวิเคราะห์ด้วย Multiple Regression และ Simple Linear Regression

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความคิดเห็นคุณภาพการบริการอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 70.7 ด้านการบริหารความสัมพันธ์กับผู้รับบริการระดับมากร้อยละ 51.1 ด้านความไว้วางใจระดับมากที่สุดร้อยละ 58.5 ด้านความพึงพอใจระดับมากคิดเป็นร้อยละ 60.3 และด้านการตัดสินใจเลือกรับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลอยู่ในระดับมากร้อยละ 60.7 และจากผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ปัจจัยด้านบุคคลมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกรับบริการ ได้แก่ ความเพียงพอของรายได้ต่อเดือน ประสบการณ์เข้ารับบริการ และปัจจัยด้านความพึงพอใจ มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกรับบริการมากที่สุด รองลงมา คือ ปัจจัยความไว้วางใจ

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่า ผู้ที่ไม่เคยเข้ารับบริการและผู้ที่มีรายได้เพียงพอมีโอกาสเลือกรับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลน้อย ดังนั้น ผู้บริหารควรมีการวางแผนนโยบายการบริหารความสัมพันธ์กับผู้รับบริการผ่านประชาสัมพันธ์ การจัดกิจกรรมรูปแบบใหม่อาจมีลักษณะเป็นชุมชนอากาศโดยการอาศัยเทคโนโลยีสารสนเทศในการเพิ่มช่องทางการให้ข้อมูลทางสุขภาพที่เป็นประโยชน์กับชุมชน นอกจากนี้ผู้บริหารต้องวางแผนนโยบายเกี่ยวกับความพึงพอใจและความไว้วางใจผ่านการพัฒนาคุณภาพการบริการโดยการสร้างความแตกต่างของบริการ เพื่อแสดงความเป็นเอกลักษณ์ขององค์กรและเพิ่มความมั่นใจในคุณภาพการบริการให้ผู้ที่มีรายได้เพียงพอมีโอกาสเลือกรับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมากยิ่งขึ้น

**คำสำคัญ:** คุณภาพบริการ, การบริหารความสัมพันธ์, ความพึงพอใจ, ความไว้วางใจ,  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

## **Factors Affecting Customers' Decision Making to Use the Service of Subdistrict Health Promoting Hospital in Ban Kan La, Phra Saeng District, Surat Thani Province**

**Narissara Srimomta**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*  
Advisor: Asst.Prof. Niwat Ontapan, MPA. E-mail: niwat61@gmail.com

### **Abstract**

The objective of the study was to investigate factors affecting customers' decision making to use the service of Subdistrict health promoting hospital in Ban Kan La, Phra Saeng District, Surat Thani Province. It was a simple cross-sectional quantitative research. The questionnaire was examined with a reliability value of 0.851-0.945 to collect data from the population 229 people. In deviation data were statistically analyzed using frequency, percentage, mean, standard deviation, minimum, maximum. Inferential statistics methods on Multiple regression and Simple linear regression.

The results of the study showed that most of overall feedback on the quality of service is high level (70.7%) in relationship management with the highest level (51.1%) on the highest level of trust (58.5%) on the satisfaction level was at the highest level (60.3%) and the decision on making to receive service was at a high level (60.7%). And the hypothesis testing results, it was found that the most positive influence on trust was relationship management, followed by service quality. The most positively influential factor on satisfaction was relationship management, followed by service quality. Also found that the trust factor has a positive influence on user satisfaction. factors influencing the decision to making to receive services It was found that the personal factors influencing the decision to making to receive the service were the sufficiency of monthly income, service experience, and satisfaction factor the most influences on the decision to making to receive services was followed by the trust factor.

The results of the study reflected that customer have never had experience with a service and rich people are less likely to customer decision making to service, so management should have planning to public relations. New forms of activities will be characterized as air communities by relying on information technology to increase the channels for providing useful health information to the community. In addition, executives must plan policies on satisfaction and trust through improving service quality by creating different service. To show the uniqueness of the organization and increase confidence in the quality of the service, give the rich people decision to choose service in Subdistrict health promoting hospital more.

**Keywords:** service quality, relationship management, satisfaction, trust, Subdistrict health promoting hospital

## การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดจากการปรับตัวในสถานการณ์โควิด-19 ของนักเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดตาก

ธัญญรัตน์ แหยมนาค

สาขารณศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร. ภัสรา วิจิตรวราศานต์ Email: Pasara.vij@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดและปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดจากการปรับตัวในสถานการณ์โควิด-19 ของนักเรียนมัธยมศึกษา โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาโรงเรียนผดุงปัญญา อำเภอมือง จังหวัดตาก ช่วงอายุ 12-19 ปี ทั้งหมด 314 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ และถดถอยเชิงพหุ กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ร้อยละ 62.1 อาศัยอยู่กับครอบครัวเป็นหลัก ร้อยละ 97.1 หลังมีการระบาดกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเป็นห่วงเป็นใยสุขภาพของสมาชิกในครอบครัวติดเชื้อโควิด-19 ร้อยละ 90.4 และส่วนใหญ่ครอบครัวมีรายได้ไม่มั่นคงในช่วงของการระบาดของโควิด-19 ร้อยละ 76.1 มีการปรับเปลี่ยนการเรียนแบบออนไลน์สลับกับการเข้าเรียนแบบปกติ ร้อยละ 90.1 กลุ่มตัวอย่างเข้าใจเนื้อหาการเรียนได้ยากขึ้นกว่าการเรียนปกติ ร้อยละ 73.9 ส่วนการปรับตัวตามมาตรการของรัฐพบว่า ไม่เว้นระยะห่างในห้องเรียนและในโรงอาหารของโรงเรียน ร้อยละ 43.0 และไม่เว้นระยะห่างภายในรถรับส่งนักเรียน ร้อยละ 50.6 นอกจากนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 43.3 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.4 และมีความเครียดระดับสูง ร้อยละ 8.6 ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดคือ ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 6 กับปัจจัยด้านการปรับตัว ได้แก่ ปัจจัยด้านการปรับตัวด้านการเรียนและการปรับตัวด้านครอบครัว

จากผลการศึกษาพบว่าการปรับตัวด้านการเรียนและครอบครัวเป็นปัญหาที่ส่งผลต่อความเครียด สะท้อนให้เห็นว่าการประชาสัมพันธ์การให้ความรู้เรื่องการปรับตัวด้านการเรียนและครอบครัวยังไม่สามารถเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างได้ดีเท่าที่ควร แตกต่างจากการปรับตัวตามมาตรการของรัฐ ที่กลุ่มตัวอย่างสามารถปรับตัวได้ในระดับสูง อันเนื่องมาจากการประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทางต่างๆ ของทั้งภาครัฐและเอกชนที่เข้าถึงได้ง่ายและสม่ำเสมอ สำหรับปัจจัยระดับชั้นเรียนมัธยมปีที่ 6 ส่งผลต่อความเครียดอาจเกิดมาจากการวิตกกังวลเรื่องการสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาร่วมด้วย

**คำสำคัญ:** ความเครียด, การปรับตัว, โควิด-19, นักเรียนมัธยมศึกษา

## **A Study of Factors Affecting Adaptive Stress Levels among High School Students During the COVID-19 Pandemic in Muang District, Tak Province, Thailand**

**Thanyarat Yamnak**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*  
Advisor: Pasara Vijitvarasan, Ph.D. E-mail: Pasara.vij@mahidol.edu

### **Abstract**

This study is a quantitative research. The purposes of this study are to study stress levels from adaptation and to explore the factors affecting adaptation among high school students during the COVID-19 pandemic. The research population sample consisted of 314 high school students (grade 7 - 12) at Phadungpanya schools in Muang district, Tak province, Thailand. The research instrument used in this study was a questionnaire. Descriptive statistics were used to describe the data. The data were analyzed by percentage, mean, correlation and regression analysis. For analysis of the factors affecting adaptation among high school students during the COVID-19 pandemic, the significance level was used at 0.05.

Among 314 respondents, almost two-thirds of the respondents (62.1%) were females and most of them have lived with their families (97.1%). After the COVID-19 outbreak, most of them worried regarding the health of family members becoming infected with COVID-19 (90.4%), and their families had an unstable income (76.1%). A majority (90.1%) of students have adapted to study through blended learning during the COVID-19 pandemic, and mostly (73.9%) less understanding of the lecture contents than on site learning. Adaptation according to government measures, 43.0% of students did not practice social distancing in a classroom and canteen of a school, a half (50.6%) did not practice social distancing on buses. Furthermore, the results demonstrated that learning adaptation level was relatively low. Adaptation level of student among family was defined as moderate, and last but not the least, adaptation level according to government measures was the highest score reflected better adaptation. Moreover, stress was found to be of mild, moderate and high level among 43.3%, 41.4% and 8.6 % participants, respectively. The factors influenced adaptation of high school students were personal factors that was twelfth grade (Mattayom 6), and adaptation factors that were learning adaptation and adaptation of student among family.

Both adaptation factors affected the student stress reflected that the public relations of government related learning adaptation and adaptation of student among family were rarely reach to the sample group. On the other hands, adaptation level according to government measures was the most adaptable, because public relations by the government publicity and private sector that were accessible and consistent. Besides, stress of twelfth grade may coincidentally cause by anxiety related the entrance examination.

**Keyword:** stress, adaptation, The COVID-19, high school students

## ภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแล กับไม่มีผู้ดูแล และปัจจัยที่มีผลต่อ ภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในตำบลนางัว อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบูรณ์

สิริประภา พลคำ

สาขารณศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: พญ. มณฑกานต์ โอประเสริฐสวัสดิ์ E-mail: mondhakarn@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเชิงปริมาณแบบภาคตัดขวางนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ และเปรียบเทียบภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแล กับไม่มีผู้ดูแล และศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในตำบลนางัว อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบูรณ์ โดยใช้แบบสอบถาม ผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแล 120 คน ครัวเรือน และผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแล 120 คน ครัวเรือน เปรียบเทียบภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ด้วยการทดสอบไคร์สแควร์ และการทดสอบค่าที และศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแล กับไม่มีผู้ดูแลด้วยการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ แบบขั้นตอน

กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงร้อยละ 53.7 มีอายุ 60-69 ปี ร้อยละ 80.8 ประกอบอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 41.3 จบการศึกษาประถมศึกษา ร้อยละ 65.8 มีรายได้ต่อเดือนไม่เกิน 5,000 บาท ร้อยละ 64.6 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 77.9 ผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแลส่วนใหญ่มีคู่สมรสเป็นผู้ดูแล ร้อยละ 26.7 เมื่อเปรียบเทียบผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแล กับผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแล พบว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแล มีระดับการรับรู้ด้านการติดต่อสื่อสารปานกลางถึงน้อยมากกว่า 3.37 เท่า มีการดูแลสุขภาพกายในระดับปานกลางถึงปรับปรุงมากกว่า 10.34 เท่า มีการดูแลสุขภาพจิตในระดับปานกลางถึงปรับปรุงมากกว่า 2.02 เท่า สำหรับปัจจัยที่มีผลต่อภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพ มีคะแนนภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ หรือเป็นข้าราชการบำนาญ 12.571 คะแนน ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาขึ้นไปจะมีคะแนนภาวะสุขภาพ และความเป็นอยู่มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้ศึกษาหรือจบประถมศึกษา 9.283 คะแนน ผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแลจะมีคะแนนภาวะสุขภาพ และความเป็นอยู่มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแล 4.355 คะแนน และผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่อเดือน 5,000 บาทขึ้นไป จะมีคะแนนภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่มากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า 5,000 บาท 3.756 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ควรสนับสนุนการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแล และพัฒนาทักษะผู้สูงอายุให้สามารถประกอบอาชีพ และมีรายได้ตามศักยภาพ

**คำสำคัญ:** ผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแล, ผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแล, ภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ, ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม

## **Health and Well-being of The Elderly with Caregivers and Without Caregivers and Factors Affecting the Health and Well-being of the Elderly in Na Ngua Sub-district, Mueang District, Phetchabun Province**

**Siriprapa Polkhom**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Mondhakarn Oprasertsawat, M.D. E-mail: mondhakarn@gmail.com

### **Abstract**

The objective of this cross-sectional quantitative study was to study the health and well-being of the elderly and to compare the health conditions and well-being of the elderly with and without caregivers, as well as to study the factors affecting the health status and well-being of the elderly in Na Ngua subdistrict, Mueang district, Phetchabun province. The questionnaires were used for 120 elderly households with caregivers and 120 elderly households without caregivers. To compare the health and well-being of the elderly with and without caregivers with the Quai-square test and independent t- test. Moreover, an enter regression analysis is used to analyze the factors affecting the health status and well-being of the elderly.

The sample group showed 53.7% was female, 80.8% had aged 60-69 years, 41.3% were farmers, 65.8% had graduated from primary schools, 64.6% had income less than 5,000 baht per month, 77.9% had a chronic disease, and among elderly with caregiver 26.7% of their spouses were caregivers. When compare the elderly with and without a caregiver, it found that the elderly without caregiver had the perception of communication at middle to less level was 3.37 times, physical health care at moderate to less level was 10.34 times, mental health care at moderate to less level was 2.02 times. The factors affecting the health and well-being of the elderly were found that the elderly who were employed had health and well-being scores of 12.571 points higher than those who were unemployed or pensioners. Seniors with secondary education or higher had 9.283 higher scores on health and well-being than those who uneducated or graduated in primary education. The elderly with caregivers had 4.355 higher scores on health and well-being than the elderly without caregivers. Those who were having a monthly income 5,000 baht or more had a score of health and well-being higher than the elderly with monthly income less than 5,000 baht at 3.756 points, statistically significant.

Should support the health care of the elderly, especially the unattended elderly. And develop the skills of the elderly to be able to pursue a career and have income according to their potential.

**Keywords:** elderly with caregivers, elderly without caregivers, health and well-being of the elderly, social support factor

## พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเด็กวัยเรียนอายุ 10 - 12 ปี ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดพิจิตร

กนกอร ศรีใจ

สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร. อภัสรา วัฒนากิจพิบูลย์ E-mail: apasarat.tac@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเด็กวัยเรียน อายุ 10 - 12 ปี ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดพิจิตร เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณแบบภาคตัดขวางแบบง่าย (Simple cross-sectional design) โดยใช้แบบสอบถามที่มีการตรวจสอบความน่าเชื่อถือเท่ากับ 0.7 ในการเก็บข้อมูลจากประชากรของโรงเรียนอนุบาลพิจิตร อำเภอเมือง จังหวัดพิจิตร จำนวน 270 คน และทำการวิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด และในการศึกษาเพื่อทดสอบสมมติฐาน ทำการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) และวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติกแบบทวิภาค (Binary Logistic Regression Analysis) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีสัดส่วนเพศชายและเพศหญิงใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 47.8 และร้อยละ 52.2) มีช่วงอายุระหว่าง 9-10 ปี (ร้อยละ 39.6) ศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในสัดส่วนที่เท่ากัน (ร้อยละ 33.3) ส่วนใหญ่มีน้ำหนักระหว่าง 20-43 กิโลกรัม (ร้อยละ 65.9) มีส่วนสูงในช่วง 124-144 เซนติเมตร และ 145-165 เซนติเมตร ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน ไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 91.8) ไม่มีประวัติการแพ้อาหาร (ร้อยละ 91.1) ด้านทัศนคติที่มีต่ออาหารฟาสต์ฟู้ดและความรู้ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อยู่ในระดับดี สำหรับปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับปานกลาง พบว่าส่วนมากเห็นด้วยมากที่สุด คือสามารถสั่งซื้อออนไลน์ และใช้บริการเดลิเวอรี่ได้สะดวก (ร้อยละ 83.3) และการจัดโปรโมชั่นลดราคาสำหรับสินค้าใหม่มีความน่าสนใจ (ร้อยละ 84.1)

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของอิทธิพลจากสื่อสังคม เพื่อน ครอบครัว รวมถึงทัศนคติที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนมีความตระหนักและเข้าใจถูกต้องเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการ เพื่อให้มีทัศนคติที่ดี นำไปสู่การเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมตามหลักโภชนาการมากยิ่งขึ้น

**คำสำคัญ:** อาหารฟาสต์ฟู้ด, พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด, เด็กวัยเรียน

## **Fast-Food Consumption Behavior of Early Adolescence (10 – 12 years old), Nai Mueang Sub- district, Mueang District, Phichit Province, Thailand**

**Kanokon Srijai**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Apussara Watthanakitphibun, Ph.D. E-mail: apasarat.tac@gmail.com

### **Abstract**

This study aimed to evaluate the Fast-food consumption behavior of early adolescence (10 – 12 years old) Nai Mueang sub-district, Mueang district, Phichit province, Thailand. The study was a simple cross-sectional quantitative research, and the questionnaire was tested for reliability equal to 0.7 and were collected from the 270 population of Phichit Kindergarten, Muang District, Phichit Province. The descriptive statistics such as frequency, mean, percentage, standard deviation, minimum value, maximum value was presented. Hypothesis testing was performed by Multiple Regression Analysis and Binary Logistic Regression Analysis.

The results showed that the sample group had similar proportion of male and female (47.8% and 52.2%), aged between 9 to 10 years (39.6%). The percentages of grade 4, grade 5, and grade 6 were presented with 33.3%. The weight of students were 20-43 kilograms (65.9%), and the height of 125 students were 124-144 and 145-165 centimeters. Cannot seen congenital disease and food allergy; the attitude and knowledge of fast-food consumption demonstrated that an excellent level. Enabling and reinforcing factors indicated fast food consumption with a moderate level. Fast food consumption behavior of 10 – 12 years old was presented by order online and (83.3%) moreover discount sales promotion affected attractiveness (84.1%).

The influence of social media, family, friends, and attitudes affected the fast-food consumption behavior of 10 – 12 years old. Therefore, early adolescence should be encouraged to have an awareness and learning in nutritional knowledge leads to positive attitude and consumption behavior.

**Keywords:** fast food, fast food consumption behavior, school-age children



## ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน โรงเรียนบ้านตาก (ประชาวิทยาการ) อำเภอบ้านตาก จังหวัดตาก

พินนภา คงธงไชย

สาขารณสุขศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: วรารัตน์ หนูวัฒนา E-mail: wararat.noo@mahidol.ac.th

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ เป็นการเก็บข้อมูลแบบภาคตัดขวาง โดยมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน และเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน ในโรงเรียนบ้านตาก (ประชาวิทยาการ) จำนวน 130 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือแบบสอบถาม สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาที่ใช้ในการนำเสนอข้อมูลกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการบรรยายคุณลักษณะทั่วไป สำหรับการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยใช้การวิเคราะห์ Independent t-test และ Anova สำหรับการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ใช้การวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุ ซึ่งกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชายและหญิงในสัดส่วนใกล้เคียงกัน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้รับค่าอาหารวันละประมาณ 30 -50 บาท มีผู้ปกครองเป็น บิดา มารดา ระดับการศึกษาของผู้ปกครองอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ด้านความรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารของนักเรียนมีคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนในด้านการเข้าถึงแหล่งขายอาหารและการออกกำลังกายอยู่ในระดับดี ได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาและอิทธิพลจากเพื่อนในระดับมาก และการได้อิทธิพลจากสื่อโฆษณาและอิทธิพลจากเพื่อนในระดับต่ำ ระดับปานกลาง และระดับมาก ทำให้มีคะแนนด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน สำหรับการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน พบว่า ตัวแปรอิทธิพลจากสื่อโฆษณาและอิทธิพลจากเพื่อนมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ผลการศึกษาจะสะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของอิทธิพลจากสื่อโฆษณาและอิทธิพลจากเพื่อนที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน ควรมีการสร้างความรู้ความตระหนักในเรื่องโภชนาการ ส่งเสริมทักษะคิดและพฤติกรรมในการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง เพื่อแก้ไขพฤติกรรมการบริโภคอาหารและปัญหาภาวะโภชนาการเกินในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา

**คำสำคัญ:** ภาวะโภชนาการเกิน, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร, นักเรียนระดับมัธยมศึกษา

## **Factors Affecting the Dietary Behavior of Secondary School Students with Overnutrition at Bantak (Pracha Witthayakarn) School Bantak District, Tak Province**

**Pimnapa Kongthongchai**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Wararat Noowattana, M.Sc. E-mail: wararat.noo@mahidol.ac.th

### **Abstract**

This study was quantitative research study with cross-sectional data collection. The objectives were to study the knowledge, attitude, and dietary behavior of secondary school students with overnutrition and the factors affecting the dietary behavior of secondary school students with overnutrition at Bantak (Pracha Witthayakarn) School. The sample was 130 students, data were collected by questionnaire, and analysis of descriptive data was used in the presentation with frequency, percentage, mean and standard deviation. In describing common features for the analysis of factors influencing dietary behavior of students with overnutrition at Bantak (Pracha witthayakarn) School. Independent t-test, ANOVA and enter multiple regression analysis were used with statistical significance set at 0.05.

The results of the study showed that students with overnutrition at Bantak (Pracha witthayakarn) School, were male and female in similar proportion. Most of the students were in 9th grade and received daily allowances of approximately 30 - 50 baht. Parents had secondary education with moderate scores for knowledge, attitude, and dietary behavior of the secondary school students with overnutrition. Access to food sources and exercise were at good levels and influenced by high levels of advertising media and peer influence. Low, medium, and high levels of advertising media and peer influence resulted in different dietary behavior scores. For the analysis of factors influencing dietary behavior of students with overnutrition, it was found that variables, media, and peers were found to influence dietary behavior with statistical significance at 0.05.

The results of the study revealed the importance of advertising and peer influences on dietary behavior among secondary school students with overnutrition. Thus, it is necessary to promote the knowledge, awareness of nutrition, attitudes, and dietary behaviors to improve the dietary behavior and overnutrition problems in secondary school students with overnutrition.

**Keywords:** over nutritional, dietary behavior, secondary school student

## ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สมาร์ทโฟนกับการติดสมาร์ทโฟน ของประชากรวัยทำงาน อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร

อารยา พันธุ์เสือ

สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ผศ.ดร. สุภาภรณ์ คำเรืองฤทธิ์ E-mail: supaporn.cu@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนและการติดสมาร์ทโฟนของกลุ่มประชากรวัยทำงาน รวมไปถึงศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สมาร์ทโฟนกับการติดสมาร์ทโฟนของประชากรวัยทำงาน อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับประชากรวัยทำงานทั้งหมด 533 คน ในอำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร และในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรจะทำการวิเคราะห์ด้วยการทดสอบไคสแควร์ (Chi-Square test) และการวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติกแบบทวิภาค (Binary logistic regression analysis)

ผลการศึกษาพบว่า อายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างอยู่ที่ 32 ปี และส่วนมากเป็นผู้ที่ประกอบอาชีพทำธุรกิจส่วนตัวหรือค้าขาย ในด้านการใช้สมาร์ทโฟนของกลุ่มตัวอย่างพบว่า มีจำนวนชั่วโมงที่ใช้สมาร์ทโฟนเฉลี่ยต่อวันอยู่ที่ 6.6 ชั่วโมง และมีการใช้งานปริมาณของแพ็คเกจบริการข้อมูลที่เลือกใช้แบบไม่จำกัดปริมาณมากที่สุด (ร้อยละ 50.1) โดยที่ส่วนใหญ่แล้วจะมีการใช้สมาร์ทโฟนในช่วงเวลา 18.01 - 21.00 นาฬิกา (ร้อยละ 55.5) ซึ่งจะมีการใช้สมาร์ทโฟนเป็นกิจกรรมหลักยามว่างมากที่สุด (ร้อยละ 68.6) พบว่ากิจกรรมส่วนใหญ่ที่ใช้บนสมาร์ทโฟนจะประกอบด้วย Facebook, YouTube และ Line สำหรับการติดสมาร์ทโฟนซึ่งเป็นตัวแปรตามของการศึกษาพบว่า มีผู้ที่ถูกประเมินตามแบบคัดกรองการติดเกมของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลว่าน่าจะติด มีอยู่ร้อยละ 34.2 และอีกร้อยละ 31.1 เป็นกลุ่มคลังไคล้การใช้สมาร์ทโฟน อย่างไรก็ตามหากประเมินผลกระทบที่เกิดจากการใช้สมาร์ทโฟนกลับพบว่ามากกว่าร้อยละ 90.6 ได้รับผลกระทบต่ำ และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการติดสมาร์ทโฟน ได้แก่ จำนวนชั่วโมงเฉลี่ยที่ใช้สมาร์ทโฟน แพ็คเกจบริการข้อมูลแบบไม่จำกัด แพ็คเกจแบบรายเดือน และมีกิจกรรมยามว่างที่เป็นการใช้สมาร์ทโฟน

ดังนั้น ประชากรวัยทำงานควรมีการจัดสรรเวลาในการใช้สมาร์ทโฟนให้เหมาะสมและเป็นเวลา การกำหนดระยะเวลาในการใช้สมาร์ทโฟนต่อวันน่าจะส่งผลทำให้มีโอกาสติดสมาร์ทโฟนน้อยลง

**คำสำคัญ:** สมาร์ทโฟน, ประชากรวัยทำงาน, การติดสมาร์ทโฟน, ผลกระทบจากการใช้สมาร์ทโฟน, จำนวนชั่วโมงที่ใช้สมาร์ทโฟนเฉลี่ยต่อวัน

## **The Correlation between Use of Smartphone and Smartphone Addiction among Working-Age Population in Bangmulnak District, Phichit Province**

**Araya punsua**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Asst.Prof. Supaporn Kumruangrit, Ph.D. E-mail: supaporn.cu@gamil.com

### **Abstract**

This quantitative research aimed to study the use of smartphone and smartphone addiction among the working-age population. This study included studying the correlation between the usage of smartphone and smartphone addiction among working-age population in Bangmulnak district, Phichit province. Questionnaires were used to collect data from 533 samples, and the chi-square test and binary logistic regression analysis were used for data analyses.

The results showed that the average age of working-age was 32 years. Most of them were self-employed or commercial professionals. In terms of the use of smartphones, the average use of smartphone per day was 6.6 hours, data packages often use unlimited (50.1%), and most use of smartphones in the period 18.01 - 21.00 (55.5%). The majority of leisure activity was the use of smartphones (68.6%). Applications that are used mainly through working-age were Facebook, YouTube, and Line. In terms of smartphone addiction evaluated by Game Addiction Screening Test (GAST) by Faculty of Medicine Siriraj Hospital, 34.2% of them were classified as “was likely to be addictive”, and 31.1% “obsessed.” For the impact of smartphones, the result revealed that most of the samples were a low level (90.6%). Factors that positively related to smartphone addiction included the average use of smartphone time per day, unlimited data packages, monthly package, and leisure activity.

Therefore, the working-age population should have an appropriate time allocated for using their smartphones. Using the smartphone should be limited per day; this can lead to less risk for smartphone addiction.

**Keywords:** smartphone, working-age, smartphone addiction, impact of smartphone, the average use of smartphone per day

## ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการใช้ยาชุดของเกษตรกร ในตำบลท่าตุ้ม อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน

จุฑาทิพย์ แปะยอง

สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ผศ.ดร. สุภาภรณ์ คำเรืองฤทธิ์ E-mail: supaporn.cu@gmail.com

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างงานวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการใช้ยาชุดของเกษตรกรและปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาชุดของเกษตรกรในตำบลท่าตุ้ม อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน งานวิจัยเชิงปริมาณรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับเกษตรกรจำนวน 400 คน และในการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาชุดของเกษตรกร จะทำการวิเคราะห์ด้วย Binary Logistic Regression Analysis งานวิจัยเชิงคุณภาพเก็บข้อมูลกับ 12 คนแรกของหมู่บ้านที่ใช้ยาชุดและวิเคราะห์ปัญหาเพื่อสรุปข้อมูล

งานวิจัยเชิงปริมาณ พบว่ามีผู้ใช้ยาชุดเพียงร้อยละ 14.3 ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ยาชุดจะใช้เมื่อเกิดอาการเจ็บป่วย ส่วนใหญ่ใช้ยาชุดในการรักษาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ และคิดว่ายาชุดรักษาอาการได้เร็วกว่ายาแผนปัจจุบัน และสำหรับปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาชุดของเกษตรกร ได้แก่ ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวต่อปี ระยะทางจากบ้านถึงแหล่งจำหน่ายยาชุด และทัศนคติเกี่ยวกับยาชุด โดยผู้ที่มีการศึกษานานมีโอกาสใช้มากกว่าผู้ที่มีการศึกษาสูง (OR = 7.339, P-value = 0.015) ผู้ที่มีรายได้น้อยมีโอกาสใช้ยาชุดมากกว่าผู้ที่มีรายได้มาก (OR = 0.198, P-value = 0.043) ผู้ที่มีระยะทางที่ไกลแหล่งจำหน่ายยาชุดมีโอกาสใช้ยาชุดมากกว่าผู้ที่มีระยะทางที่ไกลแหล่งจำหน่ายยาชุด (OR = 3.910, P-value = 0.007) และผู้ที่มีทัศนคติเชิงบวกต่อยาชุดมีโอกาสใช้ยาชุดมากกว่าผู้ที่มีทัศนคติเชิงลบต่อยาชุด (OR = 1.217, P-value < 0.001) งานวิจัยเชิงคุณภาพ พบว่าในกลุ่มที่ใช้ยาชุดอยู่ส่วนใหญ่ใช้ยาชุดในการรักษาอาการปวดฟันและปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ จึงซื้อยาชุดมากินเพื่อบรรเทาอาการปวด โดยแหล่งจำหน่ายส่วนใหญ่มาจากร้านขายของชำ ใช้แล้วอาการดีขึ้นเร็ว เกษตรกรทั้งหมดเคยคิดจะเลิกใช้ยาชุด แต่ไม่สามารถเลิกใช้ได้เนื่องจากยังมีอาการปวดอยู่อย่างต่อเนื่อง ดังนั้นจึงเลือกที่จะใช้ยาชุดเพื่อบรรเทาอาการปวด เพราะราคาถูกและหาซื้อง่าย

ดังนั้นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลควรมีการรณรงค์ให้ประชาชนเกิดความตระหนักรู้เกี่ยวกับผลเสียของยาชุด รวมถึงอธิบายถึงผลข้างเคียงหรือโทษที่อาจจะเกิดขึ้นหลังจากการใช้ยาชุด และมีบริการบรรเทาอาการปวดเมื่อยด้วยวิธีที่ทำให้เห็นผลที่รวดเร็วปลอดภัยและราคาถูก

**คำสำคัญ:** ยาชุด, เกษตรกร, ยาแก้ปวด

## **Knowledge, Attitude, and Using “Yaa Chud” Behavior of Farmers in Tha Tum Sub-district, Pa Sang District, Lamphun Province**

**Juthatip Pangyong**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Asst.Prof. Supaporn Kumruangrit, Ph.D. E-mail: supaporn.cu@gmail.com

### **Abstract**

This mixed methodology both quantitative and qualitative research. The research aimed to study the knowledge, attitude, and behavior of non-prescribed poly-pharmaceutical packs known as “Yaa Chud” of farmers. This study includes studying the effect on the use of Yaa Chud in Tha Tum subdistrict, Pa Sang district, Lamphun province. Questionnaires were used to collect data from 400 samples, and binary logistic regression analysis was used for data analyses.

Quantitative research, the results showed that the farmers used Yaa Chud only 14.3% when they have a sickness. Most of the farmers used Yaa Chud to treat muscle aches and thought that Yaa Chud could be treat symptoms faster than modern medicine. Education level (OR = 7.339, P-value = 0.015), annual family income (OR =0.198, P-value = 0.043), distance from the home to the drug distribution source (OR =3.910, P-value = 0.007) and attitude (OR = 1.217, P-value < <0.001) about Yaa Chud was significant correlation with using Yaa Chud of farmers with the statistically significant at 0.05 level. Qualitative research found that Yaa Chud are mainly used in the treatment of toothache and muscle aches. By purchasing from local grocery stores. When used, the symptoms will improve quickly. All farmers thought they would stop using the drug but unable to quit because of the constant pain. Therefore, they chose to use Yaa Chud for pain relief as they are inexpensive and easy to find.

Therefore, Health Promoting Hospital should campaign to raise public awareness about the negative effect of Yaa Chud. This includes an explanation of the side effects or harm that may occur from using Yaa Chud. And provides pain relief services in a way that results in fast, safe, and cheap results.

**Keywords:** Yaa Chud, farmers, pain reliever

## ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนอง ตำบลตลุก อำเภอสรรพยา จังหวัดชัยนาท

ณริสรา วีธี

สาธิตสุขศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: ผศ.ดร. กิตติคุณ หมูปยัคฆ์<sup>1</sup>, น.สพ.ดร. วชิระเสกข์ พิระปัญญาสุทธิ<sup>2</sup>  
E-mail: kittikhun.mop@gmail.com<sup>1</sup>, wachirasek@hotmail.com<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาแบบภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนอง ตำบลตลุก อำเภอสรรพยา จังหวัดชัยนาท โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ทั้งหมด 112 คน รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวานจะทำการวิเคราะห์ด้วยสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) การทดสอบ Independent t-test และ Binary Logistic Regression Analysis

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 61-70 ปี ค่าดัชนีมวลกายมากกว่าเกณฑ์สถานภาพสมรส การศึกษาระดับประถมศึกษา และมีอาชีพรับจ้างทั่วไป ส่วนใหญ่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานมากกว่า 10 ปี และมีโรคอื่นร่วมกับโรคเบาหวาน โดยส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตสูง พบมีภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานเพียงร้อยละ 12.5 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน รวมทั้งความรู้เรื่องอาการเตือนและโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนอยู่ในระดับมาก ทักษะการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับดี และการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์พบว่าความรู้เรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน ความรู้เรื่องอาการเตือนและโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน ทักษะการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคเบาหวาน และการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์กันในทิศทางเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตามพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานกับการมีภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้เรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อนและทักษะการดูแลตนเองที่ดี แต่การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานยังไม่ดีนัก ดังนั้นควรส่งเสริมการปฏิบัติ โดยเฉพาะการออกกำลังกายในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เป็นผู้สูงอายุที่ยังเป็นอุปสรรคสำคัญ

**คำสำคัญ:** โรคเบาหวานชนิดที่ 2, ภาวะแทรกซ้อน, ตำบลตลุก

## **Factors Influencing the Complications among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Ban Nong Health Promoting Hospital, Taluk Subdistrict, Sappaya District, Chainat Province**

**Narisara Veeyee**

*Bachelor of Public Health, Nakhonsawan Campus, Mahidol University*

Advisor: Asst.Prof. Kittikhun Moophayak<sup>1</sup>, D.Sc., Wachirasek Peerapunyasut<sup>2</sup>, Ph.D.

E-mail: kittikhun.mop@gmail.com<sup>1</sup>, wachirasek@hotmail.com<sup>2</sup>

### **Abstract**

This cross-sectional study aimed to investigate the factors influencing the complications among 112 patients with type 2 diabetes mellitus (DM) in Ban Nong Health Promoting Hospital, Taluk subdistrict, Sappaya district, Chainat province. Questionnaires were used to collect data. The data were analyzed using descriptive statistics regarding frequency, percentage, mean and standard deviation. Additionally, the association between factors and diabetes complications was analyzed by Pearson product moment correlation coefficient, independent t-test, and binary logistic regression analysis.

The study results showed that the majority of the sample were female, age 61-70 years, BMI within overweight range, marital status, primary education, and employee. They were a DM patient for more than ten years, and other diseases with diabetes such as hypertension. It found that 12.5 percent of the sample had diabetes complications. Most of the samples knew about diabetes and its complications at a high level, the knowing warning signs, and risk of complications. Although their attitude towards patients' self-care was reasonable, their behaviors were at a moderate level. There were associations between diabetes and its complications, the knowledge about warning signs and risk of complications, attitude towards patients' self-care, and self-care in diabetes at the significant level of 0.05.

However, there was no correlation between factors and complications among diabetic patients. They had a good knowledge about diabetes and its complications and good self-care attitude. On the other hand, self-care in patients with diabetes was not as good as expected. Therefore, interventions about self-care should be advocated especially promoting exercise in elderly patients with type 2 diabetes mellitus because there are many barriers to physical activity in this group.

**Keywords:** type 2 diabetes mellitus, complications, Taluk subdistrict



## ผลของโปรแกรมปรับ เปลี่ยน ปล่อยเพื่อเกษตรกรปลอดภัยจากสารเคมีใน บ้านหนองยอ ตำบลจิกตุ อำเภอดำรงวิทยารมย์ จังหวัดอำนาจเจริญ

มณีพลอย บริสุทธิ์, จันทมณี มวลสุข, ทศวรรณ เอื้อสามารถ

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: พรพรรณ ประพัฒพงษ์ Email : pornpan.pra@mahidol.ac.th

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองโดยใช้โปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความรู้และพฤติกรรมการใช้สารเคมีของเกษตรกร ก่อนและหลังการใช้โปรแกรม 2) เปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมการใช้สารเคมีของเกษตรกร ก่อนและหลังการใช้โปรแกรม กลุ่มตัวอย่าง คือ เกษตรกรหมู่ที่ 3 และ 9 บ้านหนองยอ ตำบลจิกตุ อำเภอดำรงวิทยารมย์ จังหวัดอำนาจเจริญ อายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 72 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย ได้รับโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้สารเคมี ประกอบด้วย 1 ปรับทัศนคติต่อการใช้สารเคมีผ่านศูนย์เรียนรู้การแปลงสาธิตเกษตรปลอดภัยปลอดสารพิษ 2. เปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากสารเคมีผ่านกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม 3. ปล่อยสารพิษสะสมออกจากร่างกายผ่านการออกกำลังกายซัฟฟิสและซงซารางจิต เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบทดสอบความรู้ และแบบสอบถามพฤติกรรมการใช้สารเคมี วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมานด้วย Paired Sample t-test

ผลการศึกษาพบว่า ด้านความรู้ในการใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืช ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมเกษตรกรมีความรู้ในการใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืชในภาพรวมอยู่ในระดับน้อย ( $x = 12.41$ , S.D. = 1.33) หลังการเข้าร่วมโปรแกรมเกษตรกรมีความรู้ในการใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืชในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $x = 46.80$ , S.D. = 0.76) ด้านพฤติกรรมการใช้สารเคมี ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมเกษตรกรมีพฤติกรรมการใช้สารเคมีในภาพรวมอยู่ในระดับน้อย ( $x = 19.37$ , S.D. = 1.13) หลังการเข้าร่วมโปรแกรมเกษตรกรมีพฤติกรรมการใช้สารเคมีในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $x = 54.16$ , S.D. = 0.69) ซึ่งเกษตรกรมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เรื่องสารเคมีป้องกันและกำจัดศัตรูพืช และพฤติกรรมการใช้สารเคมี ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value = 0.18 และ  $p$ -value = 0.04 ตามลำดับ)

ดังนั้น จึงควรส่งเสริมความรู้ในรูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม นำมาประยุกต์ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้สารเคมี เพื่อลดอันตรายจากสาเหตุที่แท้จริงที่เกิดจากสารเคมีในกลุ่มเกษตรกร

**คำสำคัญ:** โปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม, พฤติกรรมการป้องกันสารเคมี

## **The Effects of the program adjust, change and release among The Farmers in Chemical Used Safety at Ban Nong Yor, Chikdu Subdistrict, Hua Taphan District, Amnatcharoen Province**

**Maneeploy Borisut, Jantamane Muansuk, Thatsawan Aueasamat**  
*Bachelor of Public Health Program, Mahidol University Amnatchareon Campus*  
Advisor; Dr. Pornpan Prapatpong Email: pornpan.pra@mahidol.ac.th

### **Abstract**

This quasi-experiment research with Participatory Learning Program (PL) aimed to study and compare the level of knowledge and self-protection behaviors from using chemicals in farmers, before-after received the PL program. The samples size in this study were 72 farmers in 2 villages and selected by using simple randomization sampling. The program was consisting of 3 activities: 1) Attitude management by agricultural demonstrating learning center activity, 2) Change self-protection behaviors from using chemicals through participatory learning activities. and 3) Release accumulated toxins from the body through detoxification with exercise and drinking herbal tea. The data were analyzed by descriptive and inferential statistics with Paired Sample t-test.

The results showed that: the overall knowledge level in farmers before joining the program was at a low level ( $x = 12.41$ , S.D. = 1.33) and after joining the program was at a high level ( $x = 46.80$ , S.D. = 0.76). While the overall self-protection behaviors from using chemicals in farmers were at a low level ( $x = 19.37$ , S.D. = 1.13) and after joining the program was at a high level ( $x = 54.16$ , S.D. = 0.69). Therefore, before-after joining the PL program, the knowledge and self-protection behaviors from using chemicals showed a statistically significant difference ( $p$ -value = 0.18 and  $p$ -value = 0.04, respectively).

Therefore, this PL program should be promoted and applied in self-protection behaviors from using chemicals for decreased danger in farmers.

**Keywords:** Participatory Learning Program, self-protection behaviors from using chemicals

## ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าและการใช้คู่มือพฤติกรรมกรรมการบริโภค แป้งและน้ำตาลต่อระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน ตำบลกุดปลาตุก อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ

ปัทมาภรณ์ สารสุข<sup>1</sup> อุไรวรรณ สายสุด<sup>1</sup> พิมพ์ชนก พะคุระ<sup>1</sup> และจุฑามาศ ผาดไธสง<sup>2</sup>

<sup>1</sup>หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตอำนาจเจริญ

<sup>2</sup>พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกุดปลาตุก

อาจารย์ที่ปรึกษา: อรรถพงษ์ ฤทธิพิศ E-mail:attapong.rit@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

จากการศึกษาเบื้องต้น ในบ้านกุดปลาตุก อำเภอเมืองอำนาจเจริญ พบว่า ปัญหาสำคัญของพื้นที่คือ ปัญหาโรคเบาหวาน อีกทั้งผ้าขาวม้าเป็นสิ่งที่สามารถหาได้ง่ายในชุมชน ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำปัญหาดังกล่าวและผ้าขาวม้ามาเป็นแนวคิดในการสร้างโปรแกรม โดยวิจัยในครั้งนี้เป็นแบบกึ่งทดลองสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลัง การทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าและการใช้คู่มือพฤติกรรมกรรมการบริโภคแป้งและน้ำตาลต่อระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ย 2 กลุ่ม อิสระต่อกัน ได้เท่ากับ 15 คนในกลุ่มทดลอง ส่วนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 30 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบง่าย กลุ่มทดลองจะได้โปรแกรมการปรับเปลี่ยนสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเวลา 3 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.77 สถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมคือ Mann-Whitney U test และสถิติใช้ในการเปรียบเทียบภายในกลุ่มก่อนและหลังการทดลอง คือ Wilcoxon signed test

จากการศึกษาพบว่า ประชากรกลุ่มตัวอย่างในผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 66.7 และ 70.0 ตามลำดับ มีอายุเฉลี่ย  $65.33 \pm 6.52$  ปี และ  $60.23 \pm 1.90$  ปี ภายหลังจากได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือด และเส้นรอบเอวต่ำกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p=0.006$  และ  $p=0.020$  ตามลำดับ) และคะแนนเฉลี่ยของความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p<0.001$ ) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมกรรมการบริโภคแป้ง พฤติกรรมการบริโภคน้ำตาล และพฤติกรรมออกกำลังกายหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p=0.016$ ,  $p<0.001$  และ  $p=0.001$  ตามลำดับ)

ดังนั้น ควรนำโปรแกรมไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายที่เหมาะสม เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

**คำสำคัญ:** การออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า, พฤติกรรมการบริโภคแป้งและน้ำตาล, ผู้ป่วยเบาหวาน

## **Effect of Loincloth Exercise Program and Behavioral Consumption Guidebook of Flour and Sugar on Blood Sugar levels of Diabetic Patients at Kut Pla Duk Sub-district, Mueang District, Amnatcharoen Province**

**Pattamapon Sarasuk<sup>1</sup>, Uraiwan Saisud<sup>1</sup>, Pimchanok Phakhura<sup>1</sup>, Juthamat phardthaisong<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Bachelor's degree of Public Health Mahidol University, Amnat Charoen Campus*

<sup>2</sup>*Professional nurse, Kudpladuk Health Promoting Hospital*

\*Advisor, Attapong Rittitit E-mail: Attapong.rit@mahidol.edu

### **Abstract**

The preliminary study in Kut Pla Duk village, Mueang District, Amnatcharoen Province found that the area's major problem was diabetes. Moreover, the loincloth was the local outfit. This research was a quasi-experimental study with two groups measure, which conducted before and after receiving the program. The purpose of this trial was to study the effect of the loincloth exercise program and the use of flour and sugar consumption behavior guidebook on blood sugar levels in diabetic patients. The sample size was calculated to comparing the mean of the two independent groups. A total of the sample was 15 participants in the experimental group and 30 participants in the control group, the simple random sampling was used. The experiment was admitted for three weeks, and the control group obtained regular care. The data was collected by questionnaire with a confidence value of 0.77. Data analysis for comparing the mean between the experimental group and the control group was used by Whitney U test, and Wilcoxon signed test was used for comparing within each group.

The results showed that most of diabetic patients in the experimental group and the control group were female (66.7% and 70.0%, respectively), with a mean aged  $65.33 \pm 6.52$  and  $60.23 \pm 1.90$  years old, respectively. After receiving the program, the experimental group had average blood sugar levels and waist circumference was significantly lower than before receiving the program ( $p=0.006$  and  $p=0.020$ , respectively), and mean knowledge scores significantly increased ( $p<0.001$ ).

When comparing the experimental group and the control group showed that the average scores of flours, sugar consumption behavior, and exercise behavior were significantly different ( $p=0.016$ ,  $p<0.001$ , and  $p=0.001$ , respectively) when compared with the control group.

Therefore, the program should be utilized to develop a suitable exercise promotion model. To modify the health behavior of people with diabetes.

**Keywords:** loincloth exercise, flour and sugar consumption behavior, diabetes patients

## ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ โดยใช้สื่อผสมสร้างสรรค์ชุมชน ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไถ่คำ

ภัทรวดี ศรีรัตนโชติ<sup>1</sup>, ภัทรวดี แซ่ลี<sup>1</sup>, สุธาสินี สุขสะอาด<sup>1</sup>, สหรัฐ กัญยามิ<sup>1</sup>, วรารุณี บุขมาวงศ์<sup>2</sup>

<sup>1</sup>หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

<sup>2</sup>นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไถ่คำ

อาจารย์ที่ปรึกษา: ณฐกมล ผดาคเวช E-mail: nathakamon.pad@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง เพื่อเปรียบเทียบความรู้ในการดูแลตนเอง ความสามารถในการดูแลตนเอง การรับรู้การใช้ยา และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ ระหว่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรม ขนาดตัวอย่างเท่ากับ 68 คน สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย (1) สื่อระดับบุคคล ได้แก่ โปสเตอร์ทำมือ และแผ่นพับเกี่ยวกับการดูแลตนเอง (2) สื่อระดับกลุ่ม / ครอบครัว ได้แก่ นวัตกรรมบอร์ดอาหารสามสี และนวัตกรรมบอร์ดกำกับการใช้ยา และ (3) สื่อระดับชุมชน / สังคม ได้แก่ สื่อเสียงการออกกำลังกายตามหอกระจายข่าวหมู่บ้าน และบุคคลต้นแบบในการดูแลตนเอง มีการรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.72 วิเคราะห์ข้อมูลด้วย Paired Sample T-test

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย  $60.44 \pm 10.58$  ปี และส่วนใหญ่มีช่วงระยะเวลาการป่วย 3-6 ปี โดยคะแนนความรู้ในการดูแลตนเองก่อนได้รับโปรแกรมเท่ากับ  $7.38 \pm 1.58$  ภายหลังได้รับโปรแกรมเพิ่มขึ้นเป็น  $8.25 \pm 1.28$  อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} = 0.05$ ) คะแนนการรับรู้การใช้ยาก่อนได้รับโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ  $27.96 \pm 7.23$  ภายหลังได้รับโปรแกรมเพิ่มขึ้นเป็น  $35.60 \pm 3.24$  อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < 0.001$ ) และคะแนนความสามารถในการดูแลตนเองก่อนได้รับโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ  $44.39 \pm 4.12$  ภายหลังได้รับโปรแกรมเพิ่มขึ้นเป็น  $46.38 \pm 4.40$  อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} = 0.05$ ) ส่วนระดับน้ำตาลในเลือดลดลง โดยก่อนการได้รับโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ  $160.09 \pm 48.50$  mg/dl ภายหลังได้รับโปรแกรมลดลงเป็น  $144.05 \pm 45.18$  mg/dl อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} = 0.05$ )

ดังนั้นการใช้สื่อผสมสร้างสรรค์อย่างต่อเนื่องส่งผลให้ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งคะแนนความรู้ การรับรู้ พฤติกรรมและระดับน้ำตาลในเลือด จึงเป็นแนวทางสำหรับบุคลากรที่มิสุขภาพในการจัดโปรแกรมในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน และควรนำไปขยายผลการดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ในพื้นที่อื่น ๆ ต่อไป

**คำสำคัญ:** ความสามารถในการดูแลตนเอง, เบาหวาน, โปรแกรม, ระดับน้ำตาลในเลือด, สื่อผสม

## **The Self-Care Ability Program for Uncontrolled Diabetes Mellitus Patients Using Community Creative Mixed Media in Kai Kham Health Promoting Hospital**

**Phattharawadee Srirattanachot<sup>1</sup>, Pattarawadee Saelee<sup>1</sup>, Suthasini Suksaard<sup>1</sup>, Saharat Kanyamee<sup>1</sup>,  
Warawut buppauong<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Bachelor of Public Health Program, Mahidol University, Amnatcharoen Campus*

<sup>2</sup>*Public Health Technical Officer, Kai Kham Health Promoting Hospital*

Advisor: Nathakamon Padaweche E-mail: nathakamon.pad@mahidol.edu

### **Abstract**

This research is quasi-experimental research which is implementation the self-care ability program on uncontrolled diabetes mellitus patients. Knowledge of self-care, self-care ability, drug awareness and blood glucose levels of uncontrolled diabetes mellitus patients compared between before and after implementation. The sample size was equal to 68 patients and used multi-stage sampling. The instruments in this research were contains of (1) personal level, including handmade posters, and brochure on self-care. (2) group / family level including three-color food innovations and drug management innovations and (3) community / social level including exercise audio media through the village's news distribution tower and a role model for self-care. Collected data using questionnaire, which has reliability at 0.72. Data was analyzed with paired sample t-test.

The results showed that most of samples were female, average age was  $60.44 \pm 10.58$  years old and most of them had period of illness 3-6 years. Average knowledge of self-care score before receiving the program was  $7.38 \pm 1.58$ , after receiving the program increased to  $8.25 \pm 1.28$  statistically significant (p-value = .05), average drug used perception score before receiving the program was  $27.96 \pm 7.23$ , after receiving the program increased to  $35.60 \pm 3.24$  statistically significant (p-value < 0.001) and average self-care ability score was  $44.39 \pm 4.12$ , after receiving the program increased to  $46.38 \pm 4.40$  statistically significant (p-value = 0.05). While blood glucose level was decreased, average before receiving the program was  $160.09 \pm 48.50$  mg/dl, after receiving the program decreased to  $135.60 \pm 3.24$  statistically significant (p-value = 0.05)

Therefore, continuously used the creative mixed media can improve patient's knowledge, drug used perception, self-care ability, and blood sugar level. This program can be a guideline for health personnel team to take care of uncontrolled diabetes mellitus patients in other areas.

**Keywords:** self-care ability, diabetes, program, blood glucose level, mixed media

## ผลของโปรแกรม 3 วัด 3 เว้น 3 ไว ร่วมกับการส่งเสริมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านต้าน ความดันในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ บ้านหนองสะโน ตำบลห้วย อำเภอบุพผราขวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ

รชต ภูมิอมร, ธันยพร ชมชนะกุล, ชัยวัฒน์ ชูรัตน์

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ดร.ประเสริฐ ประสมรักษ์ E-mail prasert.pra@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง เพื่อเปรียบเทียบค่าระดับความดันโลหิต ความรู้และพฤติกรรมในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ ระหว่างก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม ขนาดตัวอย่างสำหรับเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย 2 กลุ่มที่ไม่มีอิสระต่อกัน เท่ากับ 30 คน ได้รับโปรแกรม 3 วัด ได้แก่ วัดระดับความดันโลหิต วัดระดับความเค็ม วัดการออกกำลังกาย 3 เว้น ได้แก่ เว้นการปรุงเพิ่ม เว้นการรับประทานอาหารเค็ม เว้นเครื่องดื่มที่เป็นชา กาแฟ หรือเครื่องดื่มชูกำลัง 3 ไว ได้แก่ ไวต่อสัญญาณเตือนภาวะแทรกซ้อน ไวต่อการจัดการความเครียด และไวต่อการรับข่าวสาร เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบบันทึกระดับความดันโลหิต แบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง โดยมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.74 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมานด้วย Paired Sample t-test และ Repeated Measure ANOVA

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย  $61.43 \pm 7.98$  ปี ส่วนใหญ่มีระยะเวลาเป็นโรคความดันโลหิตสูง 10 ปีขึ้นไป ภายหลังจากทดลอง ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ พฤติกรรมการดูแลตนเองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value}=0.003$ ,  $p\text{-value}<0.001$  ตามลำดับ) โดยพฤติกรรมรายด้านที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้แก่ ด้านการออกกำลังกาย ( $p\text{-value}=0.004$ ) และการจัดการความเครียด ( $p\text{-value}=0.003$ ) ส่วนค่าระดับความดันโลหิต Systolic และ Diastolic ในระยะเวลา 4 สัปดาห์ ลดลงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $F=18.99$ ,  $p\text{-value}<0.001$ ) และ ( $F=3.36$ ,  $p\text{-value}=0.022$ ) ตามลำดับ

การศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงที่สอดคล้องกับบริบทร่วมกับการเฝ้าระวังพฤติกรรมภาวะแทรกซ้อนด้วยตนเองและการตรวจวัดดัชนีบ่งชี้สภาวะการดูแลตนเองอย่างต่อเนื่อง ส่งผลต่อการควบคุมความดันโลหิตในผู้ป่วยที่ควบคุมความดันโลหิตไม่ได้ จึงควรนำไปขยายผลในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังอื่นต่อไป

**คำสำคัญ :** ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง, ควบคุมไม่ได้, 3 วัด 3 เว้น 3 ไว, สมุนไพรพื้นบ้าน

## **Effects of 3 Measure, 3 Avoid, 3 Reflect combined with Using Local Herb on Controlling Blood Pressure among Hypertension Patients with Uncontrolled Blood Pressure Levels, Ban Nong Sano, Huai Subdistrict, Pathum Rajawongsa District, Amnatcharoen Province**

**Rachata Pumiamon, Thanyaporn Chomchanakul, Chaiwat Churat**  
*Bachelor of Public Health Program, Mahidol University, Amnatcharoen Campus*  
Advisor: Dr.Prasert Prasomruk E-mail: prasert.pra@mahidol.edu

### **Abstract**

This quasi-experimental research aimed to compare blood pressure levels, knowledge, and behavior among hypertension patients with uncontrolled blood pressure levels by testing before and after received the program. The sample size was 30 by comparing mean of the two independent groups. The program was consisted of 3 Measure (Measuring blood pressure levels, salinity, and exercise, respectively), 3 Avoid (Avoid from add seasoning, eating salty food and high sodium beverages, respectively) and 3 Reflect (Warning signs of disease, stress management and news perception). The data were collected by using blood pressure level record form, knowledge, self-care behavior questionnaire with reliability of 0.74. The data were analyzed by descriptive and inferential statistics with Paired Sample t-test and Repeated measure ANOVA.

The results found that, most of them were females with means age of  $61.43 \pm 7.98$  years old with hypertension disease for more than ten years. After received the program, the knowledge average score and self-care behavior were greater than before received the program with statistically significant (p-value=0.003, p-value<0.001, respectively.) The behaviors in each aspect that significantly changed were as follows; exercise behavior (p-value=0.004) and stress management (p-value=0.003). Blood pressure levels of Systolic and Diastolic in 4 weeks were decreased significantly before to receive program (F= 18.99, p-value< 0.001) and (F= 3.36, p-value=0.022) respectively.

The risk behavior modification which related to contextual combined with behavior surveillance by themselves and continuous self-care index assessment was affected to blood pressure control among hypertension patients who uncontrolled blood pressure levels. Therefore, this program should be expanding for taking care of other chronic patients.

**Keywords:** hypertension, uncontrolled blood pressure, 3 Measure 3 Avoid 3 Reflect, local herb.



## ผลของโปรแกรมควบคุมน้ำหนักโดยประยุกต์ใช้หลัก 3อ.2ส. ต่อผู้สูงอายุที่มีค่าดัชนี มวลกายเกินเกณฑ์ บ้านนายม ตำบลนายม อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ

ศุกัญญา โปธาพันธ์, สุนิภา อินเี่ยม, บุศราพรรณ เพชรโรจน์

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร.อำไพ ไสรส E-mail: Ampai.sor@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

ปัญหาน้ำหนักเกินและโรคอ้วนเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ก่อให้เกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจและหลอดเลือด ซึ่งผู้ที่มีภาวะอ้วนจะมีความเสี่ยง อัตราการเจ็บป่วยและอัตราการตายสูงกว่าผู้ที่มีน้ำหนักปกติเพิ่มขึ้นร้อยละ 48.00 เมื่อเทียบกับคนที่มีดัชนีมวลกายปกติ โดยเฉพาะผู้สูงอายุถือเป็นกลุ่มวัยที่พบว่ามี การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างเห็นได้ชัด จากการศึกษาชุมชนเบื้องต้นในบ้านนายม ตำบลนายม อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ พบว่า ปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุในชุมชนนี้มีค่าดัชนีมวลกายเกินเกณฑ์มาตรฐาน คือ ขาดความรู้เกี่ยวกับหลักการปฏิบัติตนตามหลักพฤติกรรม 3อ.2ส. และการมีพฤติกรรมตามหลัก 3อ.2ส. ไม่เหมาะสมการวิจัยแบบกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมควบคุมน้ำหนักโดยประยุกต์ใช้หลัก 3อ.2ส. ต่อผู้สูงอายุที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินเกณฑ์มาตรฐาน โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนอายุ 60 ปี ขึ้นไปที่มีค่าดัชนีมวลกายตั้งแต่ 23.00 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ขึ้นไป จำนวน 36 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ Paired t-test

ผลการศึกษาพบว่า หลังได้รับโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนค่าเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับหลักการปฏิบัติตนตามหลักพฤติกรรม 3อ.2ส. อยู่ในระดับมากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value} < .01$  มีคะแนนค่าเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ.2ส. อยู่ในระดับดีมากอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และมีค่าเฉลี่ยค่าดัชนีมวลกายลดลงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นโปรแกรมควบคุมน้ำหนักโดยประยุกต์ใช้หลัก 3อ.2ส. มีผลทำให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีความรู้เกี่ยวกับหลักการปฏิบัติตนตามหลักพฤติกรรม 3อ.2ส. ที่มากขึ้นเพียงด้านเดียว เนื่องจากระยะเวลาของโปรแกรมค่อนข้างน้อยจึงยังไม่เห็นผลการเปลี่ยนแปลงในด้านพฤติกรรมและค่าดัชนีมวลกาย จึงควรเพิ่มระยะเวลาของโปรแกรมและส่งเสริมอิทธิพลระหว่างบุคคล เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนและส่งเสริมความรู้สึกที่ดีต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม รวมทั้งนำการจัดโปรแกรมการควบคุมน้ำหนักโดยประยุกต์ใช้หลัก 3อ.2ส. มาปรับใช้ในกลุ่มวัยอื่น เช่น กลุ่มวัยเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินและกลุ่มวัยทำงานที่มีความเสี่ยงภาวะอ้วนลงพุงต่อไป

**คำสำคัญ:** ค่าดัชนีมวลกาย, ผู้สูงอายุ, โปรแกรมควบคุมน้ำหนัก, 3อ 2ส (อาหาร, ออกกำลังกาย, อารมณ์, สุขบุหรื, ดื่มน้ำ)

## **The Results of the Weight Control Program on Applying the Concept of Health Behaviors 3E2S towards Elderly People Body Mass Index of with overweight in Nayom Sub-District, Muang District, Amnatcharoen Province**

**Sukanya poethapan, Sunipa iniam, Bootsaraphun phetroat**

*Bachelor of Public Health Program, Mahidol University, Amnatcharoen Campus*

Advisor: Ampai soros E-mail: Ampai.sor@mahidol.edu

### **Abstract**

Overweight and obesity are major risk factors for diabetes. High blood pressure heart and blood vessels in which people with obesity are risk the morbidity and mortality rates were 48.00 percent higher in those with normal weight compared to those with normal body mass index. In particular, the elderly is considered to be the age groups that have been found to have significant physical changes. From the preliminary study of the community in Ban Nayom, Muang District, Amnatcharoen Province found that the factors that make the elderlies in this community to exceed the standard BMI were lack of knowledge about the principles of behavior according to the principle of behavior of 3E2S. This research aimed to study the effects of weight control programs using the principles of 3E2S. per elderly whose BMI exceeds the standard. The sample group consisted of 36 people aged 60 years and over with a BMI of 23.00 kg / m<sup>2</sup> or more. Data were collected by questionnaires. Data were analyzed by using Paired t-test statistics.

The results of the study showed that after receiving the program, the sample group had the mean score of knowledge on behavioral behavior of 3E2S at the high level statistically significant. 3E2S was in a very good level, not statistically significant. Moreover, the mean BMI was not significantly lower. Therefore, the weight control program by the main application 3E2S has resulted in the program participants having more knowledge about the behavior of the 3E2S principle. As the duration of the program was very small, there were no changes in behavior and BMI.

Therefore, the program duration should be increasing and promoting the interpersonal influence in order to encourage and promote a good feeling of behavior modification Including applying the weight control program by applying the principles 3E2S will continue to apply to other age groups, such as childhood group with over-nutrition and working-age group at risk of metabolic syndrome.

**Keywords:** Body mass index, Elderly, Weight-control program, 3E 2S (Eating, Exercise, Emotion, Stop Smoking, Stop Drinking)

## ผลของโปรแกรมออกกำลังกายโดยประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านร้าวฝูงปลา ร่วมกับสื่อบอดพื้นบ้านสานสุขในผู้ป่วยเบาหวานบ้านแก้งกฐิน ตำบลนาหมอม้า อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ

กรชนก ม่วงศรี, ญัฐริกา ลาดคอมมอม, ปวีณา เทศนทร์

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: อ.ดร.ประเสริฐ ประสมรักษ์ E-mail: prasert.pra@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

การวิจัยแบบกึ่งทดลองในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมออกกำลังกายโดยประยุกต์ทำออกกำลังกายจากภูมิปัญญาพื้นบ้านร้าวฝูงปลา ร่วมกับการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานผ่านสื่อบอดพื้นบ้านสานสุขต่อความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองและค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลของผู้ป่วยเบาหวาน โปรแกรมประกอบด้วย 1) รวมกลุ่มออกกำลังกายด้วยร้าวฝูงปลาภูมิปัญญาพื้นบ้าน ทุกวันจันทร์ถึงศุกร์ วันละ 30 นาที 2) ใช้สื่อบอดพื้นบ้านผ่านหอกระจายข่าวเข้า-เย็น ในประเด็นความรู้ ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ และ 3) คัดเลือกคนต้นแบบอ่อนหวานและจัดเวทีแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความสำเร็จ คำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสองกลุ่มที่อิสระต่อกันได้ 30 คนต่อกลุ่ม สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .99 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติเชิงอนุมานด้วย Wilconxon signed rank t-test และ Mann-Whitney U-test

ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย การจัดการความเครียด เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value}<0.001$ ,  $p\text{-value}=0.010$ ,  $p\text{-value}<0.001$ ,  $p\text{-value}=0.021$  ตามลำดับ มีระดับน้ำตาลในเลือดเฉลี่ยลดลงจาก 128.5 (S.D=44.95) เป็น 127.2 (S.D=43.86) อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนของกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value}=0.003$  เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลสุขภาพด้านการออกกำลังกายสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value}<0.001$  และ  $p\text{-value}=0.001$  ตามลำดับ

ดังนั้นโปรแกรมออกกำลังกายโดยประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านร้าวฝูงปลา ร่วมกับสื่อบอดพื้นบ้านสานสุขมีผลทำให้ผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพด้านการออกกำลังกาย และความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานที่ดีขึ้น

**คำสำคัญ:** โรคเบาหวาน, โปรแกรมออกกำลังกาย, สื่อบอด, ภูมิปัญญาพื้นบ้าน

## **The Effects of Local Wisdom, "Fhung-Pla" Thai Folk Dance Exercise Program and "San-Suk" Spot Media in Diabetes Patients, Na-Mor-Ma subdistrict, Muang District, Amnatcharoen Province**

**Kornchanok Muangsri, Nattharika Latkhommom, Paweena Thetnon**  
*Bachelor of Public Health program, Mahidol University Amnatchareon Campus*  
Advisor: Prasert Prasomruk, PhD<sup>1</sup> E-mail: prasert.pra@mahidol.edu

### **Abstract**

The objectives of this quasi-experimental study were to compare the knowledge mean scores of diabetes, mean self-care behavior, and mean blood sugar level of diabetic patients, which measure before and after participation in the program. The program consisted of 1) 30 minutes of continuous exercise five a week 2) Educating about diabetes, 6 spots media, 2 times a day and 3) Selecting a role model to share experiences of success in reducing blood sugar levels. The sample size was calculated by formula to compare the mean of two independent groups, with 30 people per group, clustered random sampling. Data were collected by interview with 99% confidence, and data analysis was represented by descriptive and inferential statistics. Wilcoxon signed-rank t-test statistics were used for analyzing within the group and Mann-Whitney U-tests were used for analyzing between the groups.

After the trial, the knowledge scores mean exercise behaviors, mean stress management behaviors, and mean of food consumption behaviors significantly increased in the experimental group (p-value<0.001, p-value=0.010, p-value<0.001 and p-value=0.021, respectively), and mean of blood sugar level was not significantly reduced from 128.5 (S.D.=44.95) to 127.2 (S.D.=43.86). In part of the control group was significantly decreased at p-value=.003. When compared between experimental group and control group found that self-care behavior and exercise behavior was significantly different (p-value=0.001 and p-value <0.001, respectively).

Therefore, local wisdom, the "Fhung-Pla" Thai folk dance exercise program and "San-Suk" spot can improve exercise behavior and knowledge about diabetes of participants. Also, it can decrease blood sugar level.

**Keywords:** Diabetes, Exercise Program, Media Spots, Folk Wisdom

## ผลของโปรแกรมการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองต่อระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้ป่วยเบาหวานในชุมชนอนามัยสามัคคี ตำบลน้ำปลิก อำเภอเมือง อำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ

ณัฐวดี ศรีเอี่ยม<sup>1</sup>, กุลยา โติระรายอ<sup>1</sup>, รวิศรา จันทะรัตน์<sup>1</sup>

ธนสร เตชะเดชะเรืองกุล<sup>2</sup>, พรทิพย์ จันตีสาร<sup>2</sup>, อ้อมใจ เนื่องเฟือก<sup>2</sup>, สุภารัตน์ โมระดา<sup>2</sup>

<sup>1</sup>หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

<sup>2</sup>โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลน้ำปลิก อำเภอเมืองอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ

อาจารย์ที่ปรึกษา: พรพรรณ ประพัฒน์พงษ์ E-mail: propan.pran@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงกึ่งทดลองชนิดกลุ่มเดียวก่อนและหลังการทดลองครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนน เฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองต่อระดับน้ำตาล ในเลือด ของผู้ป่วยเบาหวาน ในชุมชนอนามัยสามัคคี ตำบลน้ำปลิก อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ กิจกรรม แทรกแซงประกอบด้วย 1) อบรมให้ความรู้ผู้ป่วยเบาหวาน โดยใช้สื่อวีดิโอ สื่อภาพ และโมเดลอาหารลดน้ำตาลในเลือด 2) ชวนลดปริมาณข้าวเหนียวด้วยกระต๊อบน้อยรักนะ 3) เวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กำหนด ขนาดตัวอย่างด้วยสูตรคำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสองกลุ่มไม่อิสระต่อกัน ได้เท่ากับ 36 คน โดย การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .80 วิเคราะห์ข้อมูล ด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติเชิงอนุมาน ด้วย Paired Sample t-test

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยโรคเบาหวาน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 83.5 มีอายุระหว่าง 41-60 ปี ร้อยละ 60.7 มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 75.3 มีการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษา ร้อยละ 55.8 ประกอบ อาชีพเกษตรกร ร้อยละ 71.3 ภายหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองโดยรวมแตกต่างจากก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value}<0.001$ ) ได้แก่ ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ( $p\text{-value}=0.018$ ) ด้านการดูแลรักษาอย่างต่อเนื่อง ( $p\text{-value}=0.001$ ) และคะแนนเฉลี่ยค่าระดับน้ำตาลในเลือด มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value}=0.060$ )

สรุปได้ว่า รูปแบบการส่งเสริมการดูแลตนเองในครั้งนี้ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการรักษาต่อเนื่องและระดับน้ำตาลในเลือด ดังนั้นควรนำไปขยายผลในกลุ่มที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมและไม่มาตามแพทย์นัด ขาดการรับประทานยาที่เหมาะสม

**คำสำคัญ:** พฤติกรรมการดูแลตนเอง, โรคเบาหวาน, ระดับน้ำตาลในเลือด

## **Effect of Self-Care Behavior Promotion Program on Blood Sugar Levels of diabetic patients in the Samakkhi Community, Nam Plik Subdistrict, Muang District, Amantcharoen Province**

**Natthawadee Sriaiam<sup>1</sup>, Kulaya Tohrayor<sup>1</sup>, Ravisara Juntarat<sup>1</sup> Thanasorn Techadetrungkul<sup>2</sup>, Pornthip Chandeesarn<sup>2</sup>, Aomjai Nuang Puak<sup>2</sup>, Sudarat Morada<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Bachelor of Public Health Program, Mahidol University Amnatchareon Campus*

<sup>2</sup>*Nam Plik Health Promoting Hospital Mueang Amnat Charoen District Amnat Charoen Province*

Advisor: Pornpan Prapatpong E-mail: propan.pran@mahidol.edu

### **Abstract**

The purposes of the quasi-experimental study using the one-group pretest-posttest design were to compare the averages of self-care behaviors before and after getting the self-care behavior promoting program for blood sugar level among patients with Diabetes Mellitus at Anamai Samakkhee Community, Namplik Sub-District, Amnatchareon Province. There were three activities as follows: 1) Educating the participants about the knowledge for handling Diabetes Mellitus by using video, picture media, and food models for reducing blood sugar 2) Persuading them to reduce sticky rice consumption by the sticky rice basket 3) Providing the stage for discussing and learning the results from changing behavior. The researchers determined the sample size calculation for comparing the averages of the two dependent samples, with 36 people. Multiple-stage sampling was used, and data collection was done through the questionnaire with a reliability of 0.80. Paired sample t-test was used for analyzing as inferential statistics and descriptive statistics were used for representing the participants' baseline characteristics.

The results of the study showed that most of the experimental groups were females (83.5%), aged was 41-60 year (60.7%), the largest part of participants was married (75.3), the education level in primary schools (55.8%) and the majority of occupation were agriculture (71.3%). After receiving program, self-care behavior scores were significantly difference (p-value<0.001) including to consumption behavior, continuous care, and average of blood sugar level (p-value=0.018, p-value=0.001 and p-value=0.060, respectively).

In conclusion, the self-care promoting program was affecting the consumption behavior, continuous care, and average blood sugar level. Therefore, it should be extended to the other group of people who had the inappropriate behavior of dietary, missing an appointment of treatment, and do not take medicine continually.

**Keywords:** self-care behaviors, Diabetes, Blood sugar levels

## ผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) ด้านโภชนาการ โดยประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการเลี้ยงดูของผู้ปกครอง บ้านนาป่าแขง ตำบลนาป่าแขง อำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ

ธัญสุดา ตั้งจารุณัฐ, ณฐมน ธนภรสุวรรณ, สุพิชฌาย์ ชนะวงศ์  
 หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล  
 อาจารย์ที่ปรึกษา: อำไพ โสรส E-mail: Ampai.sor@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองกลุ่มเดียววัดผลก่อน-หลังการทดลอง (one-group pre- post-test quasi-experimental study) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) ด้านโภชนาการโดยประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการเลี้ยงดูของผู้ปกครองบ้านนาป่าแขง ตำบลนาป่าแขง อำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ การวิเคราะห์ข้อมูลเมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลตามแบบสอบถามได้ครบตามจำนวนแล้วนำข้อมูลไปประมวลผลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ SPSS (Statistical Package for Social Science) โดยสถิติ Paired sample T-Test

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ปกครองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ยอยู่ที่  $35.64 \pm 15.49$  ปี ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยของผู้ปกครอง พบว่า ความรู้ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยของผู้ปกครอง ทั้งก่อนและหลังเข้ารับโปรแกรมของกลุ่มตัวอย่าง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ ) ในส่วนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการเลี้ยงดูของผู้ปกครองโดยรวม ทั้งก่อนและหลังเข้ารับโปรแกรมของกลุ่มตัวอย่าง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p = 0.002$ ) และส่วนพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยด้านโภชนาการโดยรวม ทั้งก่อนและหลังเข้ารับโปรแกรมของกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ )

ดังนั้นโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) ด้านโภชนาการโดยประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการเลี้ยงดูของผู้ปกครองมีผลทำให้ผู้ปกครองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยไปในทางที่ดีขึ้น

**คำสำคัญ :** โปรแกรม, พฤติกรรมการเลี้ยงดู, เด็กปฐมวัย, แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ, ด้านโภชนาการ

## **Effect of Early Childhood Behavior Modification Program (0-5 years) in Nutrition Applying Health Beliefs to Parenting Behaviors of Parents of Ban Na Pa Saeng, Na Pa Sang Subdistrict, Pathum Rajawongsa District, Amnatcharoen Province**

**Thansuda Tangchunat, Nathamon Tanapornsuwan, Supitcha Chanawong**

*Bachelor of Public Health program, Mahidol University Amnatchareon Campus*

Advisor: Ampai Sorot E-mail: Ampai.sor@mahidol.edu

### **Abstract**

This study was a one-group pre-test post-test quasi-experimental study. The objective of this study was to determine the effects of a behavior modification program in early childhood (0-5 years). Nutrition programs were applied by the health belief pattern on the parenting behavior of the parents of Ban Na Pa Sang, Na Pa Sang Subdistrict, Pathum Ratwongsa District, Amnat Charoen Province. Data were collected by the questionnaire and SPSS (Statistical Package for Social Science) was used for analyzing Paired sample T-Test.

The results of the research were as follows: The majority of the parents' samples were female. The average age was  $35.64 \pm 15.49$  years. The results from receiving the program showed that the knowledge of the parenting of the preschool children was different at the statistical significance level, respect of the health beliefs of the parenting behavior, and the overall nutritional-level of early childhood parenting behavior ( $p < 0.001$ ,  $p = 0.002$  and  $p < 0.001$ , respectively).

Therefore, the program for changing early childhood parenting behavior (0-5 years) in nutrition by applying the health belief pattern to parenting behavior has resulted in the parents to adjust the parenting behavior appropriately.

**Keywords:** Program, Parenting Behavior, Early Childhood, Health Beliefs, Nutrition



**ผลโปรแกรมการให้ความรู้และการออกกำลังกายร่ำมวยจีน  
ในสถานการณ์โควิด-19 ต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพและการควบคุมระดับความดัน  
โลหิตของกลุ่มผู้ที่มีค่าความดันโลหิตเกินเกณฑ์มาตรฐาน บ้านโนนดู่  
ตำบลสร้างนกทา อำเภอมือเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ**

สุชาติ โดพงษ์, ภัทริญา แก้วมณี, ศุภรดา ธีรภักจินดา

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล  
อาจารย์ที่ปรึกษา: อ.ดร. สุภาวดี พันธุมาศ E-mail: suphawadee.pat@mahidol.edu

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการออกกำลังกายร่ำมวยจีนในสถานการณ์โควิด-19 ต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพและการควบคุมระดับความดันโลหิต ของกลุ่มผู้ที่มีค่าความดันโลหิตเกินเกณฑ์มาตรฐาน บ้านโนนดู่ หมู่ที่ 5 ตำบลสร้างนกทา อำเภอมือเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรเปรียบเทียบข้อมูล 2 กลุ่มที่เป็นไม่อิสระต่อกัน ดังนั้น จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดในการศึกษาครั้งนี้เท่ากับ 20 คนต่อกลุ่ม คือผู้ที่มีค่าระดับความดันโลหิตเกินเกณฑ์มาตรฐานอายุ 50-70 ปี เป็นผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและผู้ที่เกี่ยวข้องเป็นโรคความดันโลหิตสูง โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการให้ความรู้และการออกกำลังกายร่ำมวยจีน เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ โดยยึดแนวทางปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโควิด - 19 และการเว้นระยะห่างทางสังคม เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองในกลุ่มผู้ที่มีค่าระดับความดันโลหิตเกินเกณฑ์มาตรฐาน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.96 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติเชิงอนุมานด้วยสถิติ paired-samples T-test

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มผู้ที่มีค่าระดับความดันโลหิตเกินเกณฑ์มาตรฐาน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 64.1 มีอายุเฉลี่ย  $64.85 \pm 4.73$  ปี จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ไม่ดื่มสุรา มีระยะเวลาเป็นภาวะความดันโลหิตสูงมาแล้ว 4-6 ปี ร้อยละ 43.6 หลังการทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับปานกลางเฉลี่ย  $10.94 \pm 1.35$  คะแนน พฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับพอใช้เฉลี่ย  $37.48 \pm 1.57$  คะแนน มีระดับค่าเฉลี่ยความดันโลหิตลดลงมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value}=0.05$ )

ดังนั้นการออกกำลังกายร่ำมวยจีนสามารถช่วยลดระดับความดันโลหิตได้ซึ่งส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

**คำสำคัญ:** ผู้ที่มีค่าความดันโลหิตเกินเกณฑ์มาตรฐาน, การให้ความรู้, ออกกำลังกายร่ำมวยจีน, พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ, ควบคุมระดับความดันโลหิต

## **The Effects of Education and Tai Chi Chuan Exercise in COVID – 19 Situation on The Self-Health Care Behavior and Blood Pressure Control of Group with Higher Blood Pressure Normal Levels in Ban Nongdu, Sang Nok Tha Subdistrict, Mueang District, Amnatcharoen Province**

**Suchawadee Tophong, Phatthariya Kaewmanee, Suparada Thiraphakchinda**  
*Bachelor of Public Health program, Mahidol University Amnatchareon Campus*  
Advisor Suphawadee Panthumas. E-mail: suphawadee.pat@mahidol.edu

### **Abstract**

This quasi-experimental study aimed to determine the effects of education and Tai Chi Chuan exercise in Covid – 19 situations on self-health care behavior and controlling blood pressure of the group with higher blood pressure normal levels in Ban Nongdu, Sang Nok Tha Subdistrict, Mueang District, Amnatcharoen Province. The sample size was calculated from paired - samples T-test. Therefore, a total of samples were 20 participants per group, aged 50-70 years who had higher blood pressure normal levels consisted of hypertension group and at risk of a high blood pressure group. The intervention period was four-week by educational and Tai Chi Chuan Exercise program based on the COVID-19 prevention measures and social distancing. The collecting data were using questionnaires that reliability was 0.96. The data were analyzed by a descriptive and inferential statistic with paired-samples T-test.

The results were as follows that group with Higher Blood Pressure Normal Levels. Most of them were female, 25 people (64.1%), mean age  $64.85 \pm 4.73$  years, graduated from elementary school. Most of the participants did not smoke and did not drink alcohol, and history of hypertension period (4-6 years) (43.6%). After the experiment showed that the level of knowledge of hypertension was moderate, with a mean of  $10.94 \pm 1.35$  scores. Self-Health Care Behavior was at a fair level, with a mean of  $37.48 \pm 1.57$  scores. In addition, the results presented that the average blood pressure was significantly lower than before the experiment ( $p$ -value=0.05).

Therefore, Tai Chi Chuan exercise helps to reduce blood pressure levels and thus improve knowledge and understanding, especially hypertension.

**Keywords:** Higher Blood Pressure Normal Levels, Educational, Tai Chi Chuan Exercise, The Self-Health Care Behavior, Blood Pressure Control.

## ผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพต่อความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน บ้านกักดีเจริญ ตำบลห้วยไร่ อำเภอมือง จังหวัดอำนาจเจริญ

เกศมณี หมองหลอด, ณัฐญาดา ไชยชาติ, วาณิชยา ยะเปียงปลุก

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: อ.พิศมัย นาทัน E-mail: pisamai.nat@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เป็นปัญหาสำคัญทางสาธารณสุขและเป็นสาเหตุการป่วยการตายในหลายประเทศทั่วโลก รวมถึงประเทศไทย บ้านกักดีเจริญ ตำบลนาห้วยไร่ อำเภอมือง จังหวัดอำนาจเจริญมีความชุกของโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อยู่ในระดับสูงกว่าตัวชี้วัดในระดับประเทศ และส่วนใหญ่ผู้ป่วยโรคเบาหวานยังขาดความรู้ และพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้อง ซึ่งส่งผลกระทบต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วย การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการทดลอง ขนาดตัวอย่างเท่ากับ 30 คนต่อกลุ่ม สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน โดยกลุ่มทดลอง จะได้รับโปรแกรมการปรับเปลี่ยนสุขภาพ เป็นเวลา 4 สัปดาห์ และกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลปกติ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมวิเคราะห์ทางสถิติ โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และสถิติทดสอบ Wilcoxon signed ranks test และ Mann-Whitney U test

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 60 อายุเฉลี่ย  $60.67 \pm 8.74$  ปี โดยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการความเครียด มีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองเพิ่มขึ้นจากก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value  $< 0.05$ ) และมีระดับน้ำตาลในเลือดหลังการทดลองลดลงจากก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value  $< 0.05$ ) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า คะแนนเฉลี่ยของความรู้ และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value  $< 0.05$ )

โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพทำให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดที่ดีขึ้น ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคเบาหวานต่อไป

**คำสำคัญ:** โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง ระดับน้ำตาลในเลือด ผู้ป่วยเบาหวาน

## **Effect of Health Behavior Modification Program on the Knowledges about Diabetes and Self-Care, and Blood Sugar Levels of Diabetic Patients, Phukdeejaroen Village, Huayrai Sub-district, Meung District, Amnatcharoen Province**

**Gesmanee Monglor, Natthayada Chaichat, Wanicha Yapiangpluk**  
*Bachelor of Public Health program, Mahidol University Amnatchareon Campus*  
Advisor: Pisamai Natun, PhD E-mail: pisamai.nat@mahidol.edu

### **Abstract**

Diabetic Mellitus is a chronic and non-communicable disease (NCD) that has been a major ongoing public health issue and also the leading cause of death among worldwide populations including Thailand. In Phukdeejaroen Village, Huayrai District, Amphoe Meung Amnat Charoen, Amnat Charoen Province, the prevalence index of type 2 diabetes is higher than the national measure. Moreover, most patients still lack understandings of DM and proper self-care which, as a result, affects the ability to control their blood sugar levels. The objective of this quasi-experimental research using a one group pretest posttest design is to compare the average knowledge scores of DM, self-care behavior, and the blood sugar level of diabetic patients before and after participating in the program between the experimental group and the control group. The calculated average sample size for the two independent groups was 30 which was then obtained by multistage sampling method. The experimental group was admitted in the health behavior modification program for 4 weeks and the control group received regular care. Respectively, the survey data were collected via a questionnaire with a reliability score of 0.89. The obtained data then were analyzed by descriptive and inferential statistics, nonparametric statistical hypothesis tests including Wilcoxon signed rank test and Mann-Whitney U test.

The study found that the majority of the samples were 60 % of female, mean of age was  $60.67 \pm 8.74$  years. The experimental group had a significantly higher average score of knowledge about DM, self-care in eating habits, physical activity, and stress management ( $p\text{-value} < 0.05$ ). In addition to the knowledge scores, patients who participated in the program were also found to have significantly lower blood sugar level ( $p\text{-value} < 0.05$ ). After the experiment, we found that the average scores of knowledges about DM, holistic self-care ( $p\text{-value} < 0.05$ ) of the experimental group were significantly different from the control group.

In conclusion, the health behavior modification program had an effect on improving the knowledge and understanding about DM, self-care, and blood sugar levels of diabetic patients. After the quality of life of people with diabetes further.

**Keywords:** Health behavior modification program, self-care, blood sugar level, diabetic patients

## ผลของโปรแกรมการดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ โดยอาสาสมัคร สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ ในพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลหนองมะแซว อำเภอเมืองอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ

นนทยา สายสุวรรณ<sup>1</sup>, ภัคพงษ์ ทองย่อย<sup>1</sup>, วชิรวิทย์ ทานะสินทร์<sup>1</sup>, อริสรา แก้วใส<sup>1</sup>, และเบญจมาศ วงษ์ลคร<sup>2</sup>

<sup>1</sup>หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

<sup>2</sup>นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองมะแซว

อาจารย์ที่ปรึกษา: ณัฐกมล ผดาคเวช E-mail: nathakmon.pada@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองโดยใช้โปรแกรมการดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้ โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 3) เปรียบเทียบระดับน้ำตาลเฉลี่ยสะสมในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 ราย โปรแกรมประกอบด้วย การพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านให้มีความรู้ความสามารถในการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน การดูแลตนเองและชักจูงมาออกกำลังกายร่วมกัน วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และการทดลองด้วยสถิติทดสอบ independent t-test

ผลการศึกษาพบว่าก่อนใช้โปรแกรม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความรู้ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดไม่แตกต่างกัน โดยพบว่ากลุ่มทดลอง หลังการเข้ารับโปรแกรมระดับความรู้เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอยู่ในระดับที่มีความรู้มาก พฤติกรรมการดูแลตนเองดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอยู่ในระดับพฤติกรรมเหมาะสม ระดับ HbA1c ลดลงเป็น เฉลี่ย 9.31 mg%

ดังนั้นโปรแกรมการดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้ โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านสามารถทำให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้มีความรู้เพิ่มขึ้น พฤติกรรมการดูแลตัวเองดีขึ้น ระดับน้ำตาลในเลือดลดลงได้ สามารถประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลไม่ได้ในพื้นที่อื่น ๆ ต่อไป

**คำสำคัญ:** เบาหวานควบคุมน้ำตาลไม่ได้, อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน, วิถีชีวิตปกติใหม่, โปรแกรมการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

## **Effectiveness of Uncontrolled Diabetes Patient's Care Program by Village Health Volunteers under New Normal Way of Life in The Service Area of Health Promoting Hospital, NongMaSaew Sub-District, Mueang District, Amnatcharoen Province**

**Nonthiya Saisuwan<sup>1</sup>, Phakkhaphong Thongyoi<sup>1</sup>, Wachirawith Tanasin<sup>1</sup>, Arisra Kaewsai<sup>1</sup>,  
and Benchamat Wonglakhon<sup>2</sup>**

*<sup>1</sup>Bachelor of Public Health program, Mahidol University Amnatchareon Campus*

*<sup>2</sup>Public Health Technical Officer, NongMaSaew Health Promoting Hospital*

Advisor: Nathakamon Padaweche E-mail: nathakamon.pad@mahidol.edu

### **Abstract**

This research was quasi-experimental research which implement on the uncontrolled diabetes patient's care program by village health volunteers. The purposes were compared between experimental group and control group as follow: 1) knowledge of self-care 2) self-care behaviors 3) blood sugar level. The samples were 15 uncontrolled diabetes patients who lived in Nong Hin Village, Nong MaSaew Sub-District, Mueng District, Amnatcharoen Province, which were calculated for comparing the independent mean. The program was increased capacity among village health volunteers to improve their knowledge and their abilities to educate the patients about diabetes, self-care, and convincing them to exercise. Data was analyzed by descriptive statistics and independent t-test.

The results showed that before program, experimental group and control group has no difference about knowledge, self-care behaviors and blood sugar level. After program, control group has any changes in knowledge, self-care behaviors and blood sugar level, while experimental group has improved all factors. After obtained program, the experimental group increased knowledge of self-care as high level, self-care behaviors were more suitable, and average blood sugar level (HbA1c) was decreased to 9.31 mg%.

Therefore, uncontrolled diabetes patient's care program by village health volunteers can improve knowledge and self-care behaviors, and able to decrease blood glucose level of diabetic patients. Therefore, this program can be used to take care of diabetes patients in other area.

**Keyword:** uncontrolled diabetes, village health volunteer, new normal way of life, patient's care program

## ผลของโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการรับประทานยาและระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน บ้านนาฝื่อ ตำบลนาฝื่อ อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ

นันทวรรณ อุดม<sup>1</sup>, รักชิตา ภาณุพันธ์<sup>1</sup>, สุภาพิชย์ ขวานทอง<sup>1</sup>, นางสาวจัญญา โห่งคำ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

<sup>2</sup>นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาฝื่อ

อาจารย์ที่ปรึกษา: อาจารย์พิศมัย นาทัน E-mail: pisamai.nat@mahidol.edu

### บทคัดย่อ

พฤติกรรมการรับประทานยาอย่างต่อเนื่องส่งผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการรับประทานยาและระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน บ้านนาฝื่อ หมู่ 1 ตำบลนาฝื่อ อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพ โดยมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 49 คน มีระยะเวลาในการทดลอง 4 สัปดาห์ กิจกรรมประกอบด้วย การบรรยายประกอบสื่อ การออกกำลังกายไม่พลอง ด้วยทำนองสรภัญญะ คลิปเสียงให้ความรู้เกี่ยวกับความเชื่อต่อพฤติกรรมการรับประทานยาของผู้ป่วยเบาหวาน และฝึกสติแบบสั้นสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์และการบันทึกระดับค่าน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่มด้วยสถิติ Wilcoxon signed-ranks test กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าความเชื่อมั่นที่ 95% CI

ผลการศึกษาพบว่า ประชากรศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 77.6 อายุเฉลี่ยต่ำกว่า 51 ปี (S.D.= 9.97) มีโรคประจำตัวอื่นร่วม ร้อยละ 34.7 หลังได้รับผลของโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการรับประทานยาและระดับน้ำตาลในเลือด ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีระดับน้ำตาลในเลือดต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value < 0.05) คะแนนเฉลี่ยด้านการรับรู้โอกาส การสร้างแรงจูงใจ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้ถึงความรุนแรง และการรับรู้อุปสรรค แตกต่างกันระหว่างก่อนได้รับโปรแกรมและหลังได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value < 0.05) ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ที่ได้รับโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพ มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานยาไปในทางที่ดีขึ้น ส่งผลให้ระดับน้ำตาลในเลือดลดลง ตลอดจนสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

**คำสำคัญ:** แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ, พฤติกรรมการรับประทานยา, ผู้ป่วยเบาหวาน

## **Effects of Health Belief Program on Medication Behavior and Blood Sugar Levels of Diabetics in Ban Na Phue, Na Phue sub-district, Na Phue district, Amnatcharoen Province**

**Nunthawan Udom<sup>1</sup>, Rasita Phanuphan<sup>1</sup>, Supapich Kwanthong<sup>1</sup> and Chananya Ngankham<sup>2</sup>**

*<sup>1</sup>Bachelor of Public Health program, Mahidol University Amnatchareon Campus*

*<sup>2</sup>Public Health Technical Officer, Naphue Health Promoting Hospital*

\*Advisor: Pisamai Natan E-mail: pisamai.nat@mahidol.edu

### **Abstract**

Continued medication behavior affects blood sugar control in people with diabetics type 2. This research was quasi-experimental. The objective was to study the effect of a health belief program on medication behavior and blood sugar levels, before and after an obtained program in Ban Na Phue, Moo 1, Na Phue sub-district, Na Phue district, Amnatcharoen Province. The samples were 49 people within 4 weeks of the experiment. The activity of the experiment included a Lecture on the media, a stick exercise with a melody, the audio clip that provided knowledge of beliefs to medication behaviors of diabetics, and short mindfulness practice for diabetics. The information was collected by interviews and records of blood sugar levels of diabetics. Characteristics data were analyzed by descriptive statistics such as frequency, percentage, mean, and standard deviation. Analysis of the difference in mean scores within the group was analyzed by Wilcoxon signed-ranks test, statistically significant level at 0.05 and 95% confidence interval.

The results showed that most of the samples were female, 77.6%, mean age was less than 51 years (S.D.=9.97), had other congenital diseases 34.7%. After receiving the program, the results of the Health Belief Program on drug eating behavior and blood sugar levels of diabetic patients: blood sugar levels had significantly lower than before the experiment (p-value < 0.05). The average score of perceived opportunity, motivation perception, benefit perception, violence perception, and the perceived obstacle was significantly different between before and after the program (p-value <0.05).

Diabetics type 2 who received the Health Belief Program showed improvement in their medication behavior, decreasing blood sugar levels, and lead a happy life.

**Keywords:** Health Belief Model, Medication behavior, diabetic patient



## ผลโปรแกรม professional อสม. ต่อสู่ความดันโลหิตสูงด้วยสมาธิบำบัด SKT ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้ ตำบลโพนเมืองน้อย อำเภอห้วยตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ

ปฏิภน นาคนวน, หนึ่งฤทัย แสงสุข, มุจลินท์ คำล้อม

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร.สุภาวดี พันธุมาศ E-mail: suphawadee.pat@mahidol.ac.th

### บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลโปรแกรม professional อสม. ต่อสู่ความดันโลหิตสูงด้วยสมาธิบำบัด SKT ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้ โปรแกรมประกอบด้วย ชั้นที่ 1 การพัฒนาศักยภาพ อสม.โดยจัดอบรม เพื่อให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) มีความเป็น ความรู้ และความเข้าใจ และสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างดี ชั้นที่ 2 ชั้นปฏิบัติการตามภารกิจ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในกลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ พื้นที่ตำบลโพนเมืองน้อย อำเภอห้วยตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ คำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสองกลุ่มที่อิสระต่อกันได้รวม 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 29 คน และกลุ่มควบคุม 31 คน เลือกสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม และตามเกณฑ์คัดเข้าคัดออก โดยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการจัดโปรแกรม และหลังการจัดโปรแกรม โดยมีระยะเวลาทั้งหมด 4 สัปดาห์ แบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.77 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมานด้วย Paired Sample t-test และ Independent t-test

ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีอายุอยู่ในช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ซึ่งหลังจากการเข้ารับโปรแกรมผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมออกกำลังกาย ( $p < 0.001$ ) ค่าความดันโลหิตลดลง Systolic ( $p < 0.001$ ), Diastolic ( $p < 0.008$ ) สูงกว่าก่อนเข้ารับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการเข้ารับโปรแกรมพบว่ากลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง พฤติกรรมออกกำลังกาย และค่าความดันโลหิตลดลงสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ ), ( $p < 0.001$ ), Systolic ( $p\text{-value}=0.004$ ) ตามลำดับ

ดังนั้นผลโปรแกรม professional อสม. ต่อสู่ความดันโลหิตสูงด้วยสมาธิบำบัด SKT ในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้ ส่งผลให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมออกกำลังกายด้วยสมาธิบำบัด SKT และค่าความดันโลหิตลดลงได้

**คำสำคัญ:** สมาธิบำบัดSKT, ผลโปรแกรม professional อสม., ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้

## **Effects of the Public Health Volunteer Program Professional to Fight Hypertension with SKT Meditation Therapy in Uncontrolled Hypertension Patients, Phon Mueang Noi Subdistrict, Hua Taphan District, Amnatcharoen Province**

**Patipong Naknuan, Mootjalin Kamlorm and Nuengluethai Sangsuk**  
*Bachelor of Public Health program, Mahidol University Amnatchareon Campus*  
Advisor: suphawadee Panthumas. E-mail: suphawadee.pat@mahidol.ac.th

### **Abstract**

This study was two-group quasi-experimental research that aimed to determine the effect of the public health volunteer professional program fighting hypertension with SKT concentration therapy in patients with uncontrolled hypertension. The program consisted of 2 processes as follows; First, capacity development volunteer by organizing training to improve the knowledge and well-understanding for well-implementing. Second, public health volunteers were hypertension patients who cannot control blood pressure levels, Phon Mueang Noi Subdistrict, Hua Taphan District, Amnatcharoen Province. Sample sizes were calculated for comparing the mean of two independent groups, with a total of 60 participants: 29 samples as experimental group and 31 samples as the control group. The experiment was admitted 4 weeks, which collect data before and after obtaining program by questionnaires with content accuracy 3 experts confidence data factor of 0.77. Data were analyzed by descriptive and inferential statistics with Paired Sample t-test and independent t-test.

The results of the research found that most of the participants were female, aged 60 years and over. After the program, the experimental group with hypertension: exercise behavior, decreasing systolic blood pressure, and decreasing diastolic blood pressure had significantly greater than before receiving the program ( $p < 0.001$ ,  $p < 0.001$ , and  $p = 0.008$ , respectively). When comparing between the experimental group and the control group after admitted the program admission, it was showed that the experimental group had the knowledge of hypertension, exercise behavior and higher than the control group ( $p < 0.001$ ,  $p < 0.001$ , and  $p\text{-value} = 0.004$ , respectively). Moreover, systolic blood pressure was significantly decreased when compared with the control group.

As a result, participants who obtained the program had an exercise behavior with meditation therapy (SKT) and reducing blood pressure.

**Keywords:** SKT meditation, public health volunteer professional program results, uncontrolled hypertension patients

## บทสรุปโครงการเรื่อง “ปฏิทินยาความดัน กินง่าย ตรงเวลา ซ้ำยั้งยั้ง”

ณ หมู่ที่ 1 ชุมชนบ้านน้ำคา ตำบลพญาแก้ว อำเภอเขียงกลาง จังหวัดน่าน

กฤติยา เอ็มแสง, กนกอร ศรีใจ, จุฑามาศ โตศิลา

สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ:** จากการศึกษาสุขภาพและจัดประชาคม เพื่อจัดลำดับความสำคัญของปัญหาสุขภาพในชุมชนพบว่า ปัญหาโรคความดันโลหิตสูงเป็นปัญหาอันดับที่ 1 ทั้งนี้ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงเกือบทั้งหมดมีการรับประทานยาที่ไม่ถูกต้อง และไม่รับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ ดังนั้น คณะผู้จัดทำจึงได้จัดทำโครงการปฏิทินยาความดัน กินง่าย ตรงเวลา ซ้ำยั้งยั้งขึ้น

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** 1. เพื่อให้ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงได้รับประทานยาอย่างถูกต้อง ตามแบบแผนการรักษา 2. เพื่อพัฒนารูปแบบการติดตามการรับประทานยาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ด้วยปฏิทินยาความดัน จากทางคณะผู้จัดทำ 3. เพื่อให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ได้มีส่วนร่วมในการกำกับติดตามการรับประทานยาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

**วิธีการดำเนินงาน:** 1. ผู้จัดทำโครงการติดต่อประสานงานกับประธาน อสม. เพื่อขอความร่วมมือประสานงานกับกลุ่มเป้าหมาย จำนวนทั้งหมด 5 คน

2. ผู้จัดทำโครงการร่วมปรึกษาและพูดคุยกับทางชุมชนถึงความต้องการเพิ่มเติมในนวัตกรรมของโครงการ

3. ผู้จัดทำโครงการจัดทำนวัตกรรมปฏิทินยาความดันและนำไปมอบให้กับกลุ่มเป้าหมาย พร้อมทั้งสอนวิธีใช้ปฏิทินยาให้กับกลุ่มเป้าหมาย

4. ผู้จัดทำโครงการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างองค์ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานยาอย่างถูกต้อง

5. ผู้จัดทำโครงการประเมินผลของโครงการด้วยการสัมภาษณ์และสังเกตพฤติกรรมการรับประทานยาของกลุ่มเป้าหมายและประเมินความพึงพอใจปฏิทินยา เพื่อนำไปแก้ไขและปรับปรุงในอนาคตต่อไป

6. ผู้จัดทำโครงการสรุปผลหลังทำกิจกรรม และคืนข้อมูลให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล อสม. และตัวแทนชุมชนเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป

**ผลการดำเนินงาน:** 1. กลุ่มเป้าหมายสามารถรับประทานยาได้ครบ ถูกต้องตามแบบแผนการรักษา 2. อสม. มีรูปแบบการติดตามการรับประทานยาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ชัดเจนมากขึ้น 3. อสม. ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการกำกับการรับประทานยาในผู้ป่วย

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** 1. อสม. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรรำนวัตกรรมปฏิทินยาไปประยุกต์ใช้ในผู้ป่วยกลุ่มโรคอื่น ๆ ที่จำเป็นต้องรับประทานยาทุกวันตามโปรแกรมการรักษาของแพทย์ 2. อสม. ควรรนำปฏิทินยาดังกล่าวมาใช้เป็นเครื่องมือในการประเมินผลการลงพื้นที่ติดตามกำกับการรับประทานยาของผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด

## บทสรุปโครงการเรื่อง “ผู้สูงอายุติดบ้านสุขภาพจิตดี ชีวิตมีสุข”

ณ บ้านใหม่บางปราบ หมู่ 2 ตำบลย่านมัทรี อำเภอยะหริ่ง จังหวัดนครสวรรค์

อริศรา พะลัง, นภัสสร ประกอบเขตรการณ

สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ :** จากการจัดประชาคมเพื่อจัดลำดับความสำคัญของปัญหาสุขภาพในชุมชน พบว่า ปัญหาสุขภาพจิตผู้สูงอายุติดบ้านที่มีภาวะพึ่งพิง เป็นปัญหาอันดับที่ 1 โดยจากการประเมินความเครียดและคัดกรองภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุติดบ้าน สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุมีระดับความเครียดสูง และผู้สูงอายุติดบ้านบางรายมีภาวะซึมเศร้า ประกอบกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ลงเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้านเพียงเดือนละ 1 ครั้งซึ่งไม่เพียงพอ ดังนั้น จึงได้จัดทำโครงการผู้สูงอายุติดบ้านสุขภาพจิตดี ชีวิตมีสุขขึ้น

**วัตถุประสงค์ของโครงการ :** เพื่อลดความเครียดและลดความเสี่ยงของภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุติดบ้านและผู้ดูแล **วิธีดำเนินการ :** 1. ผู้จัดทำโครงการลงชุมชนร่วมกับ อสม. เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้านที่มีภาวะพึ่งพิง จำนวน 9 คน และผู้ดูแล จำนวน 7 คน สัปดาห์ละ 3 ครั้ง เพื่อทำความรู้จักสร้างความไว้วางใจ และศึกษาความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุติดบ้านในสัปดาห์ที่ 1-3

2. ผู้จัดทำโครงการร่วมกับ อสม. เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้านที่มีภาวะพึ่งพิงและผู้ดูแล พร้อมทั้งให้ทำแบบสอบถามประเมินความเครียด และประเมินภาวะซึมเศร้า โดยหลังการประเมินผู้จัดทำโครงการได้มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการจัดการความเครียดและการสังเกตภาวะซึมเศร้าในสัปดาห์ที่ 4

3. ผู้จัดทำโครงการเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้านที่มีภาวะพึ่งพิง และผู้ดูแล สัปดาห์ละ 3 ครั้ง พร้อมทั้งสังเกตอาการของผู้สูงอายุติดบ้านในสัปดาห์ที่ 5-7

4. ผู้จัดทำโครงการให้ผู้สูงอายุติดบ้านที่มีภาวะพึ่งพิง และผู้ดูแลทำแบบสอบถามประเมินความเครียด และประเมินภาวะซึมเศร้าในสัปดาห์ที่ 8 หลังจากจบกิจกรรม

5. ผู้จัดทำโครงการสรุปผลหลังทำกิจกรรม และคืนข้อมูลให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล (รพ.สต.) และตัวแทนชุมชนเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป

**หมายเหตุ:** ในการเยี่ยมบ้านแต่ละครั้ง ผู้จัดทำโครงการได้ตรวจวัดความดันโลหิตและนำยาจาก รพ.สต. ไปให้ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถมา รพ.สต. ได้ด้วยตนเอง เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุ รวมไปถึงการนำอาหารหรือของใช้ที่จำเป็นต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันไปมอบให้ผู้สูงอายุกลุ่มดังกล่าว

**ผลการดำเนินงาน :** ระดับความเครียดและภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุติดบ้านและผู้ดูแลลดลง

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย :** อสม. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการวางแผนการเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้านที่ถี่ขึ้นอย่างน้อย 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุติดบ้านและผู้ดูแลมีความเครียดลดลงและลดภาวะการเกิดโรคซึมเศร้า

## บทสรุปโครงการเรื่อง “วัยเรียนวัยใส ร่วมใจ บอกลาขนมขบเคี้ยว”

ณ โรงเรียนอนุบาลคลองท่อม อำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่

นริศรา ศรีมันตะ , จิราภรณ์ อาดำ

สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตนครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ:** จากการศึกษาสุขภาวะและจัดประชาคมเพื่อจัดลำดับความสำคัญของปัญหา พบว่าปัญหาเด็กอ้วนซึ่งเป็นปัญหาที่จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพเด็กในอนาคตนั้น เป็นปัญหาอันดับที่ 1 ที่ชุมชนให้ความสำคัญในการจัดการกับปัญหา และยังเป็นปัญหาที่ครูในโรงเรียนพยายามแก้ไขปัญหามาโดยตลอดแต่ยังไม่ประสบผลสำเร็จ ดังนั้น คณะผู้จัดทำจึงได้จัดทำโครงการวัยเรียนวัยใส ร่วมใจ บอกลาขนมขบเคี้ยวขึ้น

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** 1. เพื่อให้นักเรียนรู้ถึงความสำคัญในการเลือกบริโภคอาหารให้เหมาะสมกับวัยเรียน 2. เพื่อปรับเปลี่ยนเจตคติในการเลือกบริโภคอาหารอย่างถูกต้องตามหลักโภชนาการ 3. เพื่อสร้างทักษะที่ดีในการเลือกบริโภคอาหารอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับเด็กวัยเรียน

**วิธีการดำเนินงาน:** 1. ผู้จัดทำโครงการติดต่อประสานงานกับผู้รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียนอนุบาลคลองท่อม เพื่อขอความร่วมมือประสานงานกับครู และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวนทั้งหมด 41 คน

2. ผู้จัดทำโครงการวางแผน เตรียมคู่มือ “No Snacks” และอุปกรณ์เพื่อจัดทำกิจกรรม
3. ผู้จัดทำโครงการประเมินปัจจัยด้านความรู้ เจตคติ และทักษะของนักเรียนด้วยแบบสอบถามก่อนทำกิจกรรม
4. ผู้จัดทำโครงการดำเนินกิจกรรม “บอกลาพุงหนูๆ” เพื่อให้นักเรียนทราบถึงผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดจากการบริโภคขนมขบเคี้ยว
5. ผู้จัดทำโครงการดำเนินกิจกรรม “การ์ดแดงแคล” เพื่อให้เด็กนักเรียนมีเจตคติที่ดีและทักษะที่ดีต่อการบริโภคขนมขบเคี้ยวในปริมาณที่เหมาะสม
6. ผู้จัดทำโครงการประเมินปัจจัยด้านความรู้ เจตคติ และทักษะของนักเรียนด้วยแบบสอบถามหลังทำกิจกรรม
7. ผู้จัดทำโครงการสรุปผลหลังทำกิจกรรม และคืนข้อมูลให้กับโรงพยาบาล ศูนย์สุขภาพชุมชน โรงเรียน และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป

**ผลการดำเนินงาน:** 1. คะแนนด้านความรู้ของนักเรียนในระดับดีมากเพิ่มขึ้นร้อยละ 14.2 2. คะแนนด้านเจตคติของนักเรียนในระดับดีมากเพิ่มขึ้นร้อยละ 10.5 3. คะแนนด้านทักษะของนักเรียนในระดับดีมากเพิ่มขึ้นร้อยละ 52.6

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** ผู้บริหารสถานศึกษาควรร่วมมือกับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแลภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน เช่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในการนำคู่มือ “No Snacks” และกิจกรรมวัยเรียนวัยใส ร่วมใจ บอกลาขนมขบเคี้ยว ไปประยุกต์ใช้ในการจัดการปัญหาภาวะทุพโภชนาการในเด็กวัยเรียนต่อไป

## บทสรุปโครงเรื่อง “การนักเรียนวัยใส รุ่นก่อนมัธยมน้อย”

โรงเรียนบ้านวังแคน อำเภอเมืองอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ

ชัยวัฒน์ ชูรัตน์, ณัฐวดี ศรีเอี่ยม, ทศวรรษณ อื่อสามารถ, มณีพลอย บริสุทธิ์, จันทมณี มวลสุข และพิมพ์ชนก พะคุระ

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ:** รายงานผลการสำรวจสภาวะช่องปากระดับประเทศ ครั้งที่ 8 พ.ศ. 2560 พบว่าสถานการณ์ฟันผุในเด็กอายุ 5 ปี มีแนวโน้มปราศจากฟันผุเพิ่มขึ้นคือ ร้อยละ 24.4 มีค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด 4.5 ซี่/คน และยังพบการสูญเสียฟันเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 6.5 ซึ่งผลกระทบของโรคฟันผุในเด็กสามารถส่งผลกระทบต่อสุขภาพร่างกายและสุขภาพช่องปากได้ในอนาคต รวมถึงสุขอนามัยมือเป็นแหล่งแพร่เชื้อโรคต่างๆ ทำให้เกิดโรคติดต่อได้ง่ายจากการสัมผัส เช่น ไข้หวัดใหญ่ อูจจาระร่วง

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** เพื่อสร้างแกนนำให้มีความรู้และภาวะความเป็นผู้นำ มีทักษะในการดูแลสุขภาวะของตนเอง สามารถให้คำแนะนำในกลุ่มผู้เข้าร่วมโครงการได้ในขั้นตอนการแปรงฟันและล้างมือที่ถูกวิธีเพื่อลดปัญหาสุขภาพช่องปากและลดการเกิดโรค

**วิธีการดำเนินงาน:** ประชุมปรึกษากันระหว่างสมาชิกในทีม เขียนแบบร่างโครงการเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาติดต่อประสานงานกับโรงเรียนบ้านวังแคน เพื่อเตรียมความพร้อมทั้งด้านสถานที่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรม ระยะเวลาในการทำโครงการ 18 สิงหาคม 2563–10 พฤศจิกายน 2563 โดยจะมีการตรวจทันตกรรมก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ มีการจัดกิจกรรมให้ความรู้ 2 ครั้ง เพื่อประเมินวิธีการแปรงฟันและล้างมือที่ถูกต้องตามขั้นตอนของนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งมีกลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 จำนวน 34 คน และมีการคัดเลือกแกนนำหลักเพื่อเป็นผู้นำในการปฏิบัติที่ถูกวิธี ในการอบรมครั้งที่ 2 จำนวน 12 คน

**ผลการดำเนินงาน:** พบว่า จากแบบประเมินและสมุดบันทึกประจำวัน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 34 คน หลังการดำเนินโครงการมีการแปรงฟันที่สะอาดและถูกต้องตลอดระยะเวลา 28 วัน จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 79.4 และหลังจากให้ความรู้เรื่องการล้างมือและการล้างมือ 7 ขั้นตอน แกนนำมีจิตอาสาในการตรวจและให้คำแนะนำในการล้างมือก่อนและหลังรับประทานอาหารมื้อเที่ยงของทุกวัน หลังดำเนินโครงการ พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนบ้านวังแคน มีการล้างมือที่สะอาดและถูกต้องตามวิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน ตลอดระยะเวลา 28 วัน จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 94.1

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** ในการทำโครงการต่อไป ควรมีการจัดกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ เพื่อเป็นการทบทวนและทดสอบผู้เข้าร่วมกิจกรรมว่าสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องหรือไม่ นอกจากการตรวจสมุดประจำตัว และจัดทำสื่อในการล้างมือที่ถูกขั้นตอน แปรงฟันถูกวิธี ติดไว้ที่บริเวณอ่านล้างมือทุกที่ของโรงเรียน

## บทสรุปโครงการเรื่อง “ป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) โดยอาสาสมัครนักสู้โควิดน้อย (อสค.น้อย)”

ภัทราวดี แซ่ลี, สุภาพิชัย ขวานทอง, ปัทมาภรณ์ สารสุข, วชิรวิทย์ ทานะสินทร์, อุไรวรรณ สายสุด  
 และสุพิชฌาย์ ชนะวงศ์

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ:** จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่กระจายเป็นวงกว้าง และมีรายงานการเสียชีวิตของผู้ติดเชื้อ คณะกรรมการโรคติดต่อแห่งชาติจึงมีการประกาศให้โรค COVID-19 เป็นโรคติดต่ออันตราย ซึ่งโรงเรียนโสภโตนคำไหลคำเตย มีนักเรียนมาจากหลายพื้นที่ หลายหมู่บ้าน รวมถึงศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านคำไหลคำเตย นับเป็นพื้นที่ที่มีความเสี่ยง ดังนั้นจึงได้จัดโครงการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โดยอาสาสมัครนักสู้โควิดน้อย (อสค.น้อย)

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** เพื่อพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครนักสู้โควิดน้อย (อสค.น้อย) ในการดำเนินงานเฝ้าระวังและป้องกันโรค COVID-19 และเพื่อเสริมสร้างความรู้ให้ผู้ปกครองและครูเกี่ยวกับการป้องกันตนเองในสถานศึกษาและที่บ้าน

**วิธีการดำเนินงาน:** มีผู้เข้าร่วมโครงการ (1) นักเรียนประถมศึกษา (ป.4-6) จำนวน 80 คน (2) ผู้ปกครอง และคุณครู จำนวน 28 คน กิจกรรมประกอบด้วย 1) มีการคัดเลือก อสค.น้อย จากคะแนนแบบทดสอบก่อนการอบรมและอบรมเกี่ยวกับความรุนแรง การติดต่อ และวิธีการป้องกันตนเอง และจัดการอบรมเกี่ยวกับวิธีการให้ความรู้หน้าเสาธง/หน้าชั้นเรียนเพื่อการสื่อสาร 2) การอบรมผู้ปกครองและคุณครูในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเกี่ยวกับความรุนแรง การติดต่อและการป้องกัน 3) การมอบหมายหน้าที่แก่ อสค.น้อย ในการพาน้องล้างมือ การให้ความรู้หน้าเสาธง ตรวจการใส่หน้ากากอนามัยของนักเรียนในโรงเรียน และการเผยแพร่ความรู้ให้กับผู้ปกครองและเพื่อนบ้าน และ 4) การติดตามผลการปฏิบัติงานของ อสค.น้อย รวมระยะเวลาตั้งแต่เดือนสิงหาคม-พฤศจิกายน พ.ศ. 2563 โดยเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ (1) แบบทดสอบ และ (2) ชุดตรวจเชื้อโคลิฟอร์มแบคทีเรียขั้นต้น SI-2

**ผลการดำเนินงาน:** โครงการ อสค.น้อย โดยคะแนนเฉลี่ยแบบทดสอบก่อนการอบรมเท่ากับ 6.89 ภายหลังการอบรมเท่ากับ 8.76 ซึ่งภายหลังการอบรมมีค่าเฉลี่ยมากกว่าก่อนการอบรมคิดเป็นร้อยละ 100 จากการสังเกต อสค.น้อย สามารถสื่อสารให้กับชุมชนและโรงเรียนได้มากกว่าร้อยละ 80 และนักเรียนในโรงเรียนล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และใส่หน้ากากอนามัย หรือ face shield ในขณะที่อยู่ในโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 91.2 และ 97.2 ตามลำดับ อีกทั้งการให้ความร่วมมือและเข้าร่วมโครงการของผู้ปกครองและคุณครู คิดเป็นร้อยละ 92.9

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** จากผลการดำเนินโครงการข้างต้นทางโรงเรียนควรจัดกิจกรรมโครงการอื่น ๆ ต่อไปในการพัฒนาโรงเรียน และเด็กภายในโรงเรียน อีกทั้งควรสนับสนุนอาสาสมัครนักสู้โควิดน้อย (อสค.น้อย) เพื่อพัฒนาศักยภาพในเรื่องความรู้ และการสื่อสารต่อไป

## บทสรุปโครงการเรื่อง “ผู้สูงอายุฟันสวย ยิ้มใส ใส่ใจสุขภาพช่องปาก”

ภัทรวดี ศรีรัตนโชติ, นนทียา สายสุวรรณ, ภัคพงษ์ ทองย่อย, อริสรา แก้วใส, สุธาสนี สุขสะอาด,  
และสทรรฐ์ กัญยมี

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ:** ปัญหาสุขภาพด้านช่องปากของผู้สูงอายุเป็นปัญหาสำคัญ เนื่องจากมีผลโดยตรงต่อระบบบดเคี้ยวอาหาร ส่งผลกระทบต่อภาวะโภชนาการ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ ทันตสุขภาพแห่งชาติ ได้มีการกำหนดคุณภาพชีวิตด้านทันตสุขภาพว่าคนเราเมื่ออายุเกิน 60 ปี ควรจะมีฟันแท้ที่ใช้งานได้อย่างน้อย 20 ซี่ มีฟันกรามสบกันดี ทั้งชายและหญิงอย่างน้อยข้างละ 2 คู่ และต้องมีเหงือกแข็งแรง ไม่เป็นโรคเหงือกอักเสบ จึงถือว่าเป็นผู้ที่มีสุขภาพช่องปากดี ตามเกณฑ์ที่สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัยกำหนด และจากการสำรวจพบว่าความสามารถในการดูแลสุขภาพช่องปากของผู้สูงอายุด้วยตนเองอยู่ในระดับต่ำ โดยมีการแปรงฟันก่อนนอนเพียงร้อยละ 65.5 มีวิธีการแปรงฟันแบบถูไปมาเกือบทั้งหมด และมีการแปรงซอกฟันเพียงร้อยละ 1.1 ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนส่งผลหรือเพิ่มโอกาสการสูญเสียที่เพิ่มขึ้นตลอดเวลา และจากการสำรวจสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุตำบลไถ่คำ อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ ประจำปี 2562 พบว่าผู้สูงอายุมีฟันแท้ใช้งานได้อย่างน้อย 20 ซี่ มีฟันกรามสบกันดี ทั้งชายและหญิงอย่างน้อยข้างละ 2 คู่ ร้อยละ 41.77 ซึ่งต่ำกว่าที่สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัยกำหนด ดังนั้นทางคณะผู้จัดทำโครงการได้เล็งเห็นถึงความสำคัญดังกล่าว จึงได้จัดโครงการผู้สูงอายุฟันสวย ยิ้มใส ใส่ใจสุขภาพช่องปากขึ้น

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ / ความเข้าใจในการรักษาความสะอาดในช่องปาก มีสามารถในการดูแลสุขภาพช่องปากได้อย่างเหมาะสม และมีสุขภาพช่องปากที่ดีขึ้น

**วิธีการดำเนินงาน:** มีการดำเนินโครงการในระหว่างวันที่ 25 สิงหาคม - 17 พฤศจิกายน 2563 ในพื้นที่บ้านโคกค่าย ตำบลไถ่คำ อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ โดยได้รับความร่วมมือจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไถ่คำ ในการอบรม ให้ความรู้ และตรวจทันตกรรมให้แก่ผู้สูงอายุก่อน - หลังเข้าร่วมโครงการ และติดตามผลทุกสัปดาห์เพื่อสังเกตพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปาก มีผู้เข้าร่วมโครงการ 30 คน อายุตั้งแต่ 60 - 70 ปี

**ผลการดำเนินงาน:** ผลการดำเนินโครงการพบว่า ก่อนเข้าร่วมโครงการผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.3 แปรงฟันวันละ 1 ครั้งตอนเช้า ร้อยละ 80.0 มีฟันผุต้องถอน ร้อยละ 36.6 มีหินน้ำลาย ร้อยละ 83.3 และมีเหงือกอักเสบ ร้อยละ 56.6 และหลังเข้าร่วมโครงการผู้สูงอายุมีความรู้เพิ่มขึ้นเป็นระดับดี ร้อยละ 90.0 แปรงฟันวันละ 2 ครั้งเช้า - เย็น ร้อยละ 93.3 มีฟันผุต้องถอน ร้อยละ 20.0 มีหินน้ำลาย ร้อยละ 10.0 มีเหงือกอักเสบ ร้อยละ 13.3

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** จากผลการดำเนินโครงการข้างต้นซึ่งบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการ จึงควรมีการสานต่อโครงการโดย อสม. ในพื้นที่ เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องและยั่งยืนในชุมชน อีกทั้งควรขยายพื้นที่โครงการให้ครอบคลุมทุกหมู่บ้าน



## บทสรุปโครงการเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพแกนนำเยาวชน เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร”

ปฏิพงษ์ นาคนวน<sup>1</sup>, ภัทริญา แก้วมณี<sup>1</sup>, หนึ่งฤทัย แสงสุข<sup>1</sup>, ศุภรดา ธีรภักจินดา<sup>1</sup>, มุจลินท์ คำล้อม<sup>1</sup>,  
 สุชาวดี โดพงษ์<sup>1</sup>, อัญชลี จูชานวน<sup>2</sup>

<sup>1</sup>หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

<sup>2</sup>กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม องค์การบริหารส่วนตำบลสร้างนงทา อำเภอเมืองอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญ

**ที่มาและความสำคัญ:** จากรายงานสถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชนปี 2562 ในประเทศไทย พบว่า อายุเฉลี่ยของเยาวชนไทยที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเท่ากับ 15.5 ปี และมีจำนวนเด็กที่คลอดจากแม่วัยรุ่นอายุ 10-19 ปี คิดเป็นร้อยละ 10.7 สูงเป็นอันดับ 2 ในภูมิภาคอาเซียน เนื่องจากส่วนใหญ่เยาวชนไม่มีความรู้เรื่องการคุมกำเนิด ขาดทักษะชีวิตรู้ไม่เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์จิตใจของตนเอง อีกทั้งความเจริญของเทคโนโลยีสื่อที่ทันสมัยที่เอื้อต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ดังนั้นจึงจำเป็นต้องจัดทำโครงการดังกล่าวขึ้น

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** เพื่อสร้างศักยภาพแกนนำเยาวชนให้มีความรู้ ความเป็นผู้นำ พัฒนาการสื่อสารจนสามารถให้คำปรึกษาในกลุ่มเยาวชนในพื้นที่ได้เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

**วิธีการดำเนินงาน:** ประชุมปรึกษาหารือระหว่างสมาชิกในทีม เขียนแบบร่างโครงการเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา ติดต่อประสานงานกับองค์การบริหารส่วนตำบลสร้างนงทา โรงเรียนสร้างนงทาวิทยาคม เพื่อขอการสนับสนุนทุน คนสถานที่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรม โดยจะมีการจัดอบรมให้ความรู้ 2 ครั้ง และประเมินการปฏิบัติงานจริงของกลุ่มเยาวชนหลังเข้ารับการอบรม ซึ่งมีกลุ่มเป้าหมายเป็นเยาวชนอายุ 16-18 ปี อบรมครั้งที่ 1 จำนวน 50 คน และทำการรับสมัครจิตอาสาพัฒนาศักยภาพแกนนำเยาวชน เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ในการอบรมครั้งที่ 2 จำนวน 20 คน

**ผลการดำเนินงาน:** จากแบบสอบถามความรู้ ความเข้าใจ และแบบประเมินการทดสอบการเป็นแกนนำและปฏิบัติงาน แกนนำเยาวชนเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ตำบลสร้างนงทา อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ มีระดับความรู้และความเข้าใจที่ได้รับจากโครงการอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 100 มีค่าคะแนนเฉลี่ย 28.69 (S.D. = 1.44) และผลการทดสอบการเป็นแกนนำและปฏิบัติงานซึ่งทำการการแบ่งกลุ่มระดมความคิดเห็นเสนอแผนการดำเนินงานที่คาดว่าจะนำไปปฏิบัติในกลุ่มเด็กและเยาวชนในท้องถิ่นอยู่ในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 66 มีค่าคะแนนเฉลี่ย 31.67 (S.D.= 2.25) ตามลำดับ

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** ควรมีการเปรียบเทียบผลการดำเนินโครงการทั้งก่อน ระหว่างและหลัง เข้าร่วมโครงการและเสนอให้แกนนำเยาวชนมีการลงทำโครงการจริงในองค์กรการปกครองส่วนท้องถิ่น

## บทสรุปโครงการเรื่อง “ยอมตัดใจทิ้งเพื่อสิ่งที่ดีกว่า”

สุกัญญา โปธาพันธ์\*, สุนิภา อินเี่ยม\*, บุศราพรรณ เพชรโรจน์\*, ธัญสุดา ตั้งจรรย์รัฐ\*, นันทวรรณ อุดม\*,  
ณัฐมน ธนกรสุวรรณ\*

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ:** ปัจจุบันพฤติกรรมการเก็บสะสมของที่เกินความจำเป็นในกลุ่มของวัยรุ่นนั้นมีมากขึ้น ซึ่งโดยส่วนใหญ่ยังไม่เป็นปัญหาที่รุนแรง แต่หากมีพฤติกรรมนี้ต่อไปอาจส่งผลให้บุคคลนั้นมีคุณลักษณะที่ไม่ดีและของสะสมมีเยอะมากจนรบกวนการใช้ชีวิตหรืออาจทำให้เกิดภาวะโรคชอบเก็บสะสมสิ่งของหรือที่เรียกว่า Hoarding Disorder เป็นภาวะที่รู้สึกอยากเก็บของทุกอย่างเอาไว้ ไม่สามารถตัดใจทิ้งสิ่งไหนลงได้เลย การจัดทำโครงการนี้มีวัตถุประสงค์ของโครงการ: เพื่อส่งเสริมวิธีการจัดการสิ่งของที่เกินความจำเป็นให้เกิดประโยชน์สูงสุดและให้นักศึกษานำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

**วิธีการดำเนินงาน:** มีการดำเนินการโครงการในระหว่างวันที่ 8 กันยายน ถึง 29 พฤศจิกายน 2563 ในพื้นที่มหาวิทยาลัยมหิดล โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ กิจกรรมโครงการ 1) ให้ความรู้เกี่ยวกับการจัดบ้านหรือคัดแยกสิ่งของโดยใช้แนวคิด Minimalist ผ่านสื่อโปสเตอร์ทางโซเชียลมีเดียสัปดาห์ละหนึ่งเรื่อง 2) กิจกรรมตอบคำถามออนไลน์สองครั้งต่อสัปดาห์ 3) ตั้งกล่องรับบริจาคสิ่งของและนำไปบริจาคให้กับมูลนิธิที่จำเป็นต้องใช้สิ่งของ มีกลุ่มเป้าหมายคือนักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตอำนาจเจริญ จำนวน 100 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบทดสอบก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ

**ผลการดำเนินงาน:** พบว่า ครึ่งหนึ่งของผู้เข้าร่วมโครงการ ร้อยละ 55.0 มีความรู้ความเข้าใจและเห็นถึงความสำคัญของการจัดการสิ่งของที่เกินความจำเป็นให้เกิดประโยชน์ในระดับมาก ร้อยละ 83.3

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** จากผลการดำเนินโครงการยอมตัดใจทิ้งเพื่อสิ่งที่ดีกว่า ควรมีกิจกรรมกระตุ้นความสนใจให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีส่วนร่วมมากขึ้น การประชาสัมพันธ์และคัดเลือกผู้ร่วมโครงการจากความสนใจและสมัครใจเข้าร่วม อีกทั้งควรปรับเปลี่ยนรูปแบบการจัดกิจกรรมให้มีความหลากหลายมากขึ้นในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

## บทสรุปโครงการเรื่อง “วิ่งกับเราชาวมหิดล”

รชต ภูมิอมร, กรชนก ม่วงศรี, ณัฐริกา ลาดคอมมอม, ธันยพร ชมชนะกุล, ปวีณา เทศนนท์

โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล สาขาสารณศาสตร์บัณฑิต

**ที่มาและความสำคัญ:** การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะช่วยให้ร่างกายมีความแข็งแรง และยังช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคต่างๆ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคนไทยให้หันมาใส่ใจการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้นจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะการออกกำลังกายจะส่งผลต่อการเรียนรู้และพฤติกรรม อีกทั้งยังลดความเสี่ยงจากโรคเรื้อรังของผู้ใหญ่ และช่วยให้นอนหลับได้ดีขึ้น ดังนั้น จึงได้จัดทำโครงการวิ่งกับเราชาวมหิดลขึ้น

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** เพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้เข้าร่วมโครงการและเพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมโครงการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ กลุ่มเป้าหมายคือ นักเรียนจากโรงเรียนโนนหนามแท่งและโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 54 จังหวัดอำนาจเจริญ นักศึกษาและบุคลากรของมหาวิทยาลัยมหิดล

**วิธีการดำเนินงาน:** 1) ประชาสัมพันธ์และเปิดรับสมัครผ่านสื่อโปสเตอร์และทางSocial media 2) ลงทะเบียนผ่านทาง Line official 3) ตรวจวัดประเมินค่า Inner Scan และ ค่าBMI 4) บันทึกผลข้อมูลและกระตุ้นการออกกำลังกายต่อเนื่องรายบุคคลผ่าน Line official ระยะเวลา 17 กันยายน 2563 – 17 พฤศจิกายน 2563 และกำหนดให้วิ่งครั้งละไม่ต่ำกว่า 30 นาที และระยะทางไม่ต่ำกว่า 2 กิโลเมตร และต้องส่งผลความคืบหน้าในการวิ่งไม่น้อยกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์ 5) ตรวจวัดประเมินค่า Inner Scan และ ค่าBMI 6) มอบรางวัล โดยได้รับงบประมาณสนับสนุนจากร้านอักษรสาส์น สาขาอำนาจเจริญ นายทวิ กาญจนพิมล ประธานที่ปรึกษาโรงเรียนเจริญวิทยาและนายโกเศศ ศุภโกศล ที่ปรึกษาพิเศษขององค์การบริหารส่วนจังหวัดอำนาจเจริญ เป็นจำนวนทั้งสิ้น 12,000 บาท

**ผลการดำเนินงาน:** มีผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 133 คน เป็นนักศึกษา และบุคลากรโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 58 คนนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 54 จังหวัดอำนาจเจริญและนักเรียนโรงเรียนโนนหนามแท่ง จำนวน 75 คนภายหลังสิ้นสุดโครงการ ผู้เข้าร่วมโครงการที่วิ่งได้ตามเงื่อนไขกำหนดร้อยละ 33.8 มีผลการเปลี่ยนแปลงของดัชนีสุขภาพและ BMI ดีขึ้นร้อยละ 79.2 ของนักศึกษาและบุคลากรโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล (จากผู้รับการตรวจก่อน-หลัง 24 คน) และร้อยละ 72.73ของนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการมี BMI ที่ลดลง (จากผู้รับการตรวจก่อน-หลัง 11 คน)

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** สรุปเทคโนโลยีสารสนเทศ เป็นเครื่องมือที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพสอดคล้องกับวิถีของคนในยุคดิจิทัล และในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา(COVID-19) ที่ช่วยกระตุ้นให้กลุ่มเป้าหมายออกกำลังกายดูแลสุขภาพตนเองอย่างต่อเนื่องโดยไม่ต้องมารวมกลุ่มกัน และการตรวจประเมินค่าดัชนีสุขภาพ ให้เห็นผลการเปลี่ยนแปลงก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ พร้อมกับการเสริมแรงด้วยของรางวัล เป็นปัจจัยเสริมแรงที่ทำให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างต่อเนื่อง

## บทสรุปโครงการเรื่อง “การส่งเสริมด้านการอ่านในเด็กภาวะเด็กแอลดี (Learning Disabilities)”

เกษมณี หมองหลอด, รักชิตา ภาณุพันธ์, วาณิชา ยะเปียงปลูก, ณัฐญาดา ไชยชาติ, กุลยา โติระรายอ,  
รวีสร่า จันทรัตน์

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะโครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล

**ที่มาและความสำคัญ:** ปัจจุบันจำนวนเด็กบกพร่องทางการเรียนรู้มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น และปัญหาด้านการอ่านพบมากที่สุด ของเด็กที่บกพร่องทางการเรียนรู้

**วัตถุประสงค์ของโครงการ:** เพื่อเสริมสร้างและพัฒนาการเรียนรู้ของ เด็กที่บกพร่องทางการเรียนรู้ช่วยให้มีโอกาสทางการศึกษามากขึ้น และได้รับการพัฒนาทักษะในด้านการอ่าน และสะกดคำ

**วิธีการดำเนินงาน:** กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1-3 ที่บกพร่องทางการเรียนรู้ โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 54 จำนวน 30 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบประเมินทักษะการอ่านออกเสียงและสะกดคำในภาษาไทย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และพิสัย

**ผลการดำเนินงาน:** จากการประเมินคะแนนก่อนเข้าร่วมโครงการ พบว่า ทักษะการอ่านส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ดี ร้อยละ 40 และน้อยที่สุดเป็นดีเยี่ยม ร้อยละ 8 โดยมีคะแนนเฉลี่ย  $35.12 \pm 14.05$  หลังจากเข้าร่วมโครงการพบว่า ทักษะ การอ่านส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ดี ร้อยละ 56 และน้อยที่สุดเป็นควรปรับปรุง ร้อยละ 8 โดยมีคะแนนเฉลี่ย  $43.60 \pm 7.85$  ก่อนเข้าร่วมโครงการพบว่า ทักษะการสะกดคำ ส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ควรปรับปรุง ร้อยละ 72 และน้อยที่สุดเป็นดี ร้อยละ 4 โดยมีคะแนนเฉลี่ย  $2.2 \pm 2.16$  หลังจากเข้าร่วมโครงการ พบทักษะการสะกดคำ ส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์พอใช้ ร้อยละ 52 และน้อยที่สุดเป็นดี ร้อยละ 12 โดยมีคะแนนเฉลี่ย  $4.36 \pm 2.16$

**ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย:** ควรเพิ่มระยะเวลาในการจัดกิจกรรมโดยการจัดทำโครงการระยะยาว และควรเพิ่ม