

## โครงการวิจัยฉบับย่อ (Research Project Summary)

โครงการฉบับย่อ จำนวนไม่เกิน 10 หน้า (สำหรับข้อ 1-9) ประกอบด้วยหัวข้อดังนี้

- ชื่อโครงการวิจัย** ภาวะสุขภาพของเด็กวัยเรียนวัยรุ่นเขตสุขภาพที่ 6
- ชื่อผู้วิจัยหลัก** นางสาวธนภรณ์ อินทร์โสม  
**ผู้ร่วมวิจัย**
  - นางนงลักษณ์ สุขเอี่ยม พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
  - นางสาวเลขญา วัฒนชัยพนา พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
  - นางสาวกนิษฐา พุ่มเพ็ญ พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
  - นายจิรภัทร ไชยพิมพา พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
- หน่วยงานที่ส่งโครงการ** ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
- หลักการและเหตุผล**

สถานการณ์ปัจจุบันของประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลง ทั้งทางด้านเศรษฐกิจและสังคมอย่างรวดเร็ว มีการแข่งขัน เพื่อสร้างความมั่นคงในด้านรายได้และความเป็นวัตุนิยม รวมทั้งมีการหลงใหลของกระแสวัฒนธรรมตะวันตก มีการเข้าถึงข่าวสารที่สะดวกรวดเร็วจากสื่อประเภทต่าง ๆ ทั้งวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์หรืออินเทอร์เน็ต รวมทั้ง ความชุกชุมของสถานเริงรมย์และการแพร่ระบาดของ สารเสพติด(สุกัญญา บุนนาค, 2555) ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีพฤติกรรม ที่ไม่เหมาะสมได้ง่ายยิ่งขึ้น ส่งผลให้แบบแผนการดำเนิน ชีวิตเปลี่ยนแปลงไป และละเลยในการดูแลสุขภาพของ ตนเอง จากการสำรวจปัญหาสุขภาพของวัยรุ่น(จรรยา เศรษฐพงษ์ และคณะ ,2553)

ปี พ.ศ. 2558 โดยกระทรวงสาธารณสุข อายุเฉลี่ย 13-17 ปี โดยพฤติกรรมที่สำรวจครั้งนี้ มี 5 เรื่อง ได้แก่ การใช้สารเสพติด และ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การป้องกันอุบัติเหตุจราจร การกินอาหาร และการควบคุมน้ำหนักตัว การแสดงความรุนแรง และการออกกำลังกาย ปรากฏว่าวัยรุ่นกินอาหารไม่ถูกต้อง โดยกินผักผลไม้สดน้อยกว่ามาตรฐานคือ วันละ 400-600 กรัม มากถึงร้อยละ 59 และยังใช้วิธีควบคุมน้ำหนักตัวผิดๆ เช่น กินยาลดน้ำหนัก กินยาระบาย พบร้อยละ 10 มีวัยรุ่น ร้อยละ 51 เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เฉลี่ยเริ่มดื่มอายุ 13 ปี ส่วนสารเสพติดที่ใช้กันมาก ได้แก่ กัญชา กระท่อม และยาบ้า ส่วนการสูบบุหรี่พบว่า ร้อยละ 30 เคยสูบบุหรี่ รวมแล้วมากกว่า 100 มวน สูบทุกวันร้อยละ 28 (สรวงทิพย์ ภูฤกษ์ และคณะ, 2559) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษารายงานการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย ปี พ.ศ.2551 และ ปี พ.ศ.2558 ที่พบว่า ภาวะน้ำหนักเกินของเด็กไทยนั้นกำลังเพิ่มสูงขึ้นอย่างมาก ความชุกของภาวะน้ำหนักเกินในกลุ่มนักเรียนที่ได้รับการสำรวจเพิ่มขึ้น จากร้อยละ 4.4 ในปี 2551 เป็น ร้อยละ 17.1 ในปี 2558 สุขอนามัย ส่วน พบว่า นักเรียนเกือบ 1 ใน 5 (ร้อยละ 16) ไม่เคยล้างมือหรือ ล้างล้างนาน ๆ ครั้งก่อนที่จะรับประทานอาหาร ซึ่งความชุกนั้นเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจในปี 2551 (ร้อยละ 9) ความชุกของการสูบบุหรี่ในกลุ่มนักเรียนนั้นเพิ่มขึ้น จากร้อยละ 8 ในปี 2551 เป็นร้อยละ 10 ในปี 2558 ความชุกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มนักเรียนนั้นก็เพิ่มขึ้นเช่นกัน จากร้อยละ 15 ในปี 2551 เป็น ร้อยละ 22 ในปี 2558 นอกจากนี้ สัดส่วนของนักเรียนที่มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ นั้นลดลง จากร้อยละ 15 ในปี 2551 ไป

อยู่ที่ร้อยละ 12 ในปี 2558 และพร้อมกันนั้นความชุกของพฤติกรรมเนือยนิ่งของนักเรียนก็เพิ่มสูงขึ้น จากร้อยละ 38 ในปี 2551 ไปอยู่ที่ ร้อยละ 56 ในปี 2558 สถานการณ์สุขภาพจิตในกลุ่มนักเรียนนั้น พบว่า นักเรียน 1 ใน 10 คน มีความคิดจริงจังในการพยายามฆ่าตัวตาย เคยวางแผนถึงวิธีการพยายาม ฆ่าตัวตาย และพยายาม ฆ่าตัวตาย ในช่วง 12 เดือนก่อนการสำรวจ และเมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจในปี 2551 พบว่าความชุกของนักเรียนที่ความคิดจริงจังใน การพยายามฆ่าตัวตายเคยวางแผนถึงวิธีการพยายามฆ่าตัวตาย นั้นเพิ่มขึ้น เล็กน้อย

หากนักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์จะส่งผลกระทบต่อในด้านต่างๆตามมาได้แก่ ด้านสุขภาพ คือ การเจ็บป่วย เช่น โรค NCDs จากพฤติกรรมการบริโภค และพฤติกรรมเนือยนิ่ง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรค ฉุกเฉินป้องกันจากพฤติกรรมการสูบบุหรี่ การเกิดอุบัติเหตุจากพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ ด้าน สังคม คือ ปัญหาความรุนแรง อาชญากรรม จากพฤติกรรมการใช้สารเสพติด ด้านเศรษฐกิจ คือสูญเสีย งบประมาณด้านสาธารณสุขในการดูแล รักษา การเจ็บป่วยทั้งสุขภาพกายและจิต

ที่ผ่านมาเขตสุขภาพที่ 6 มีการสำรวจข้อมูลภาวะสุขภาพของเด็กวัยเรียน ยังขาดข้อมูลภาวะ สุขภาพเด็กวัยรุ่น ศูนย์อนามัยที่ 6 เห็นความสำคัญของปัญหาและกระทบต่อภาวะสุขภาพของเด็กวัยเรียน วัยรุ่น จึงสนใจศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ ภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6 เพื่อเป็น แนวทางในการพัฒนาดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนวัยรุ่นที่มีประสิทธิภาพ ให้มีความรู้ มีทัศนคติที่ ถูกต้องในการดูแลสุขภาพ ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และเติบโตเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

## 5. วัตถุประสงค์

1. ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6
2. ศึกษาภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6

## 6. ประโยชน์ของโครงการ

1. ทราบถึงพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6
2. ทราบถึงภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6
3. นำผลการศึกษาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินงานเสริมสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ในเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6

## 7. การวางแผนวิจัย (อาจมีไม่ครบทุกหัวข้อ) ให้ระบุ

### □ การออกแบบ

การวิจัยเชิงพรรณนาแบบศึกษาย้อนหลัง (Retrospective Descriptive research)

### □ ประชากรที่ศึกษา

นักเรียนในเขตสุขภาพที่ 6 ที่ศึกษาในโรงเรียนสังกัดรัฐบาล และเอกชน ระดับชั้น ม. 1-6 อายุระหว่าง 13 – 17 ปี เขตสุขภาพที่ 6 จำนวน 316,078 คน ในโรงเรียน 756 แห่ง

□ **การคำนวณขนาดตัวอย่างและการสุ่ม**

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้น ม.1 - 6 อายุระหว่าง 13 - 17 ปี เขตสุขภาพที่ 6 ที่ได้ทำแบบสอบถามการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564 ระหว่างเดือนมกราคม 2564 - มีนาคม 2564 จำนวน 397 คน

□ **สถานที่และระยะเวลาดำเนินการ**

โรงเรียนในเขตสุขภาพที่ 6 จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ จังหวัดระยอง โรงเรียนนิคมสร้างตนเอง5 จังหวัดสมุทรปราการ โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ และโรงเรียนสารสาสน์วิเทศสมุทรปราการ จังหวัดฉะเชิงเทรา โรงเรียนวัดหัวกระสังข์ ระยะเวลาการดำเนินการ คือ มกราคม 2564 - กันยายน 2565

□ **เกณฑ์การคัดเลือกข้อมูลเข้า**

- นักเรียนอายุ 13-17 ปี กำลังศึกษาในสถานศึกษา ที่มาโรงเรียนในช่วงเวลาที่กำหนด
- สามารถอ่านหนังสือและเขียนหนังสือได้

□ **เกณฑ์การคัดเลือกข้อมูลออก**

- กลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้มาโรงเรียนในช่วงเวลาที่กำหนด
- ข้อมูลไม่สมบูรณ์

□ **เกณฑ์การให้เลิกจากการศึกษา (Discontinuation criteria)**

□ **ขั้นตอนการดำเนินการ/ควบคุมการวิจัย เก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล สถิติที่ใช้**

ขั้นตอนการดำเนินการ และเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ประชุมคณะทำงานวิจัยเพื่อวางแผนการดำเนินโครงการ
2. ประสานสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย เพื่อขอเข้าถึงข้อมูลจากแบบสอบถามการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564 ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลปี 2564
3. เก็บรวบรวมข้อมูล และบันทึกข้อมูลตามแบบเก็บรวบรวมข้อมูลทุติยภูมิจากแบบสอบถามการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564
4. ทีมผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของข้อมูล
5. กำหนดตัวแปรข้อคำถาม และรหัสข้อคำตอบของทุกข้อเพื่อประมวลผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป แล้วบันทึกข้อมูลในเครื่องคอมพิวเตอร์ตามรหัสที่กำหนด

## การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้

1. รวบรวมข้อมูลทุติยภูมิจากแบบสอบถามการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564 โดยแบ่งเป็น 11 ส่วน ดังนี้

1) ข้อมูลส่วนบุคคล หมายถึง ข้อมูลเกี่ยวกับบุคคลซึ่งทำให้สามารถระบุตัวบุคคลนั้น ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นเรียน น้ำหนัก ส่วนสูง

2) ภาวะโภชนาการ หมายถึง เด็กวัยเรียนวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์ สูงดีสมส่วน สมส่วน อ้วน เตี้ย ผอม

3) พฤติกรรมการบริโภค

4) สุขวิทยาส่วนบุคคล

5) สุขภาพจิต

6) การสูบบุหรี่

7) การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

8) การใช้สารเสพติด

9) พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์

10) กิจกรรมทางกาย

11) พฤติกรรมการนอน

2. การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

## **8. อคติและการป้องกัน และข้อจำกัดของการศึกษา (ปัจจัยที่อาจส่งผลกระทบต่อผลการวิจัย)**

ผู้วิจัยเลือกรูปแบบการวิจัย ระเบียบการวิจัยและสถิติการวิจัยที่เหมาะสมกับการศึกษาครั้งนี้ เพื่อหลีกเลี่ยงความคลาดเคลื่อน หรืออคติที่จะเกิดขึ้น

## **9. ความเสี่ยงของอาสาสมัครและโครงการ/การป้องกัน/การแก้ปัญหา *ประเด็นจริยธรรม***

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้มีการคุ้มครองและพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย พ.ศ. 2564 ไม่มีการเก็บข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง การเผยแพร่ข้อมูลและผลการศึกษานำเสนอในทางวิชาการ และไม่เปิดเผยชื่อประวัติต่างๆ ของผู้เข้าร่วมการศึกษา

## **10. งบประมาณ และแหล่งทุน**

ไม่ใช้งบประมาณ

## 11. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบถึงข้อมูลสถานการณ์พฤติกรรมสุขภาพ และภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6
2. นำข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษาครั้งนี้ไปวางแผนการดำเนินงานสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6
3. คืนข้อมูลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ให้กับผู้รับผิดชอบงานระดับจังหวัด เพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในเด็กวัยเรียนวัยรุ่น เขตสุขภาพที่ 6

## 12. เอกสารอ้างอิงตามหลักวิชาการ

กรมอนามัย. (2558). รายงานการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย ปี พ.ศ.2551 และ ปีพ.ศ.2558. จรรยา เศรษฐพงษ์ เกียรติกำจร กุศล สายฝน เอกวารังกุล และ ปิยธิดา จุลเปีย. (2553). พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพของวัย รุ่นในจังหวัดนครศรีธรรมราช.วารสารการพยาบาลและ การศึกษา, 3(3), 51-63.

สกุณา บุญนรากร. (2555). การสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวม ทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. สงขลา: เทมการพิมพ์.

สรวงทิพย์ ภู่อุษณา และคณะ. (2559). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของวัยรุ่นในเขตพื้นที่รับผิดชอบ ของโรงพยาบาลเมืองชลบุรี. *วารสารวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา*, ปีที่14(2) ,114-124.