

การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ใน มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งของกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562

An Assessment of Health Status for Health Promotion of the lecturer in one private University of Bangkok, Thailand B.E 2562

บุญช่วย ศิริเลี้ยง, นวลศรี สมณะช่างเผือก และสุวารี วงศ์โรจนานันท์

Bunchuai siriliang, Nuansri SamanaChangPhueak and Suwaree Wongrojananan

อาจารย์ประจำ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

Faculty of public health, Bangkokthonburi University

e-mail: bsiriliang@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้คือ 1. เพื่อประเมินสภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งของเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 2. เพื่อนำข้อมูลมาเป็นพื้นฐานในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ในพื้นที่ดังกล่าวและ/หรือขยายผลไปดำเนินการในพื้นที่อื่นต่อไป ซึ่งการวิจัยเป็นแบบเชิงสำรวจ (Survey research) โดยใช้แบบประเมินที่กระทรวงสาธารณสุขได้สร้างขึ้นมาเพื่อใช้ในการประเมินสภาวะสุขภาพของประชาชนทั่วไปในพื้นที่ต่างๆหรือแม้กระทั่งในสถาบัน/หน่วยงานเพื่อให้ทราบถึงสภาวะสุขภาพของบุคคลในขณะนั้น แล้วนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้เกิดการมีสุขภาพดีต่อไป การวิจัยนี้สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้จำนวนทั้งสิ้น 88 คน ซึ่งใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) เป็นกลุ่มบุคคลที่คาดว่าจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพดีกว่าประชาชนโดยทั่วไปอีกด้วย การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยมีสถิติที่ใช้ในการแปลผลการวิจัย คือ ค่าร้อยละ(%) ค่าเฉลี่ย (X) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation- S.D.) ทั้งนี้มีผลของการวิจัยดังนี้คือ ข้อมูลทั่วไปด้านสังคมประชากรของกลุ่มตัวอย่างพบว่าส่วนใหญ่กว่าครึ่งหนึ่งเป็นเพศหญิง ส่วนมากกว่าครึ่งมีอายุอยู่ในวัยผู้สูงอายุ (60-75) และส่วนมากการศึกษาอยู่ในระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวนบุตร เฉลี่ย 2 คน ร้อยละ 100.0 ปัจจุบันยังทำงานงานอยู่ ในรอบหนึ่งปีที่ผ่านมาไม่เคยเจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุใดๆจนต้องทำให้หยุดงาน แต่ครั้งๆเคยเจ็บปวดตามอวัยวะบริเวณต่างๆจากหัวจรดเท้า น้อยกว่า 6 ครั้งและมากกว่า 6-12 ครั้ง และร้อยละ 48.8 เป็นบุคคลที่มีโรคประจำตัวโดยเฉพาะกลุ่มโรคไม่ติดต่อ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง เก๊าท์ และอื่นๆ ทั้งนี้ในกลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัวดังกล่าวร้อยละ 32.8 เป็นผู้ที่มีครอบครัวที่มีประวัติเป็นโรคในกลุ่มโรคที่ไม่ติดต่อนี้ด้วย ส่วนด้านพฤติกรรมสุขภาพและการประเมินตนเองเกี่ยวกับสภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า โดยรวมแล้วแม้จะมีโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นโรคประจำตัวเป็นส่วนใหญ่แต่ก็มีพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดี และประเมินตนเองว่ามีสุขภาพร่างกายที่

แข็งแรงแสมบูรณ์ในระดับค่อนข้างดีเป็นส่วนใหญ่ และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับดี

จากผลการวิจัยนี้มีข้อเสนอแนะว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะในระดับมหาวิทยาลัยและสาธารณสุขในท้องถิ่นควรมีการทบทวนแนวทางการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของบุคคลเพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถเป็นตัวอย่างที่ดีในด้านพัฒนาสุขภาพของประชาชนอย่างแท้จริง

คำสำคัญ: การประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ, อาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร

Abstract

This survey research aims to study 1. Assessment of Health Status for Health Promotion of the lecturer in one private university, Thailand B.E 2562 2. To be used the result of this research to do health promotion for the lecturer in especially the university. Using the questionnaires initiated by the ministry of public health that mixed data together between quantitative data and qualitative data within the same questionnaire. The sample was 88 of people in the university by purposive sampling technique.

The results showed that most of the respondents were female (57.58 %) and more than half of them were the elderly (60-75 years of age), 100 % still working and 48.8 % is the person have no any diseases. But only some of them came from the family without any diseases (32.8 %) too. For the health behavior and self assessment found that mostly be healthy. And for their health behaviors mostly of the correspondences were good behavior especially trying to take good food for good health and always do an exercise properly. For self health assessment mostly they considered themselves were good enough on health and suitable health behaviors in the good level.

This research results suggested that related sectors should be focused more concern on the discipline and the university or health sectors should do health status assessment of the people in each area properly to be used the results for health promotion practices.

Keywords: Assessment of Health Status for Health Promotion of the lecturer in one private university, Thailand

บทนำ (ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา)

สุขภาพ (Health) หมายถึง ภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ(จิตวิญญาณ) รวมถึงการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข และมีได้หมายความเฉพาะเพียงแต่ความปราศจากโรคหรือความพิการทุพพลภาพเท่านั้น [Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.” (WHO, 1946)] ต่อมาในที่ประชุมองค์การสุขภาพโลกเมื่อเดือนพฤษภาคม 2541 ได้เพิ่ม สุขภาวะด้านจิตวิญญาณเข้ามาอีก และปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้วิถีชีวิตของคนไทยเปลี่ยนแปลงไป เช่น การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน หรือการทำงานอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพซึ่งส่งผลกระทบต่อสภาวะสุขภาพของประชาชน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (<http://www.thaihealth.or.th/microsite/categories/5/ncds/2/173/176>) ให้ข้อมูลว่า ประเทศไทยมีภาระจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)ในสัดส่วนที่สูงกว่านานาชาติ โดยเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตถึง 300,000 กว่ารายในปี พ.ศ. 2552 หรือ คิดเป็น 73% ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ประเทศไทยมีสถิติการเสียชีวิตและผลกระทบจากกลุ่มโรค NCDs มากกว่าทั้งโลก และจากผลการสำรวจในปี พ.ศ. 2552 กับกลุ่มเป้าหมายประชากรไทยวัยผู้ใหญ่ พบว่า 21.4% เป็นโรคความดันโลหิตสูง และที่น่าเป็นห่วงคือ อัตราการรับรู้ที่ตนเองเป็นโรคความดันโลหิตสูง พบว่า 56.7% ที่รู้ตัว และมีเพียง 27.1% ที่สามารถควบคุมภาวะน้ำตาลในเลือดได้ มีจำนวน 19.4% หรือเกือบ 9 ล้านคน มีภาวะไขมันคอเลสเตอรอลสูง โดยผู้หญิงมีความชุกมากกว่าผู้ชาย และในปี 2552 ประชากรไทยเกือบ 1 ใน 3 เข้าข่ายภาวะน้ำหนักเกิน ส่วนอีก 8.5% เข้าข่ายโรคอ้วนโดยพบว่า มีสัดส่วนผู้ที่เป็นโรคอ้วนในช่วง 20 ปี ที่ผ่านมาในชายเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง(ปี 2535-2552) ถึง 4 เท่า และหากจะทำให้คนไทยมีสุขภาวะยั่งยืนปราศจากปัญหาสุขภาพดังกล่าวแล้ว อันหมายถึงทำคนไทยมีสุขภาวะดีครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ กาย จิต สังคม และปัญญาหรือจิตวิญญาณ อันได้แก่

1. สุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียง มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุต่างๆ เป็นต้น
2. สุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข มีการผ่อนคลาย ไม่เครียด)ลดโปร่ง คล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น
3. สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดีของคนในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงานในสังคม ในโลก ซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดี และมีสันติภาพ มีความน่าอยู่ เป็นต้น
4. สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ) หมายถึง ความสุขอันประเสริฐที่เกิดจากมีจิตใจสูง เข้าถึงความจริงทั้งหมด ลดละความเห็นแก่ตัว มุ่งเข้าถึงสิ่งสูงสุด ซึ่งหมายถึง พระนิพพาน หรือ พระผู้เป็นเจ้าหรือความดีสูงสุด สุดแล้วแต่ความเชื่อที่แตกต่างกันของแต่ละคน

จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทราบถึงสภาวะสุขภาพหรือสุขภาวะของอาจารย์ให้แน่ชัดเสียก่อนจึงจะสามารถวางแผนงานในการดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยต่อไปได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562
2. เพื่อนำข้อมูลมาเป็นพื้นฐานในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่เป้าหมายของการวิจัยนี้ และ/หรือขยายเป็นแนวทางการดำเนินงานการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่อื่นๆต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบรวม (Mixed data) โดยมีทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative data) และเชิงคุณภาพ (Qualitative data) โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

ด้านเนื้อหา การวิจัยนี้ได้ดำเนินการเก็บข้อมูลภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ อาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวนราว 800 คน

กลุ่มตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่าง เป็นบุคลากรในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งโดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive selection) แต่ละคนใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข

เครื่องมือวิจัย / วิธีการรวบรวมข้อมูล

แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพเป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นแบบซีกประวัตินี้เป็นการประเมินภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพร่วมกับการตรวจร่างกายเพื่อค้นหาปัญหาสุขภาพที่เรื้อรังและสามารถให้คำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันโรคหรือภาวะแทรกซ้อนของโรคที่เป็นอยู่ ส่งเสริมให้เกิดการมีสุขภาพ และคุณภาพชีวิตที่ดี เพื่อการดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข โดยแบบประเมินจะแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ

การวิเคราะห์ข้อมูล หลังเก็บรวบรวมข้อมูลแล้วนำมาแจกแจงความถี่และจำแนกประเภทของแต่ละข้อคำถามในแบบซักประวัติแล้วบันทึกข้อมูลในคอมพิวเตอร์ตามรหัสที่ได้ระบุไว้ในแบบประเมินดังกล่าวเพื่อนำไปวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ SPSS+

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อประเมินสภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้คือ 1. เพื่อประเมินสภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 2. เพื่อนำข้อมูลมาเป็นพื้นฐานในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ตำบลดังกล่าวและ/หรือขยายผลไปดำเนินการในพื้นที่อื่นต่อไป ซึ่งการวิจัยเป็นแบบเชิงสำรวจ (Survey research) โดยใช้แบบประเมินที่กระทรวงสาธารณสุขได้สร้างขึ้นมาเพื่อใช้ในการประเมินสภาวะสุขภาพของประชาชนทั่วไปในพื้นที่ต่างๆหรือแม้กระทั่งในสถาบัน/หน่วยงานเพื่อให้ทราบถึงสภาวะสุขภาพของบุคคลในขณะนั้นแล้วนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้เกิดการมีสุขภาพดีต่อไป การวิจัยนี้สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้จำนวนทั้งสิ้น 88 คน ซึ่งใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยมีสถิติที่ใช้ในการแปลผลการวิจัย คือ ค่าร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ย (X) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation- S.D.) ทั้งนี้มีผลของการวิจัยดังนี้คือ ข้อมูลทั่วไปด้านสังคมประชากรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 57.58) ส่วนมากกว่าครึ่งมีอายุอยู่ในวัยผู้สูงอายุ (60-75 ปี) ร้อยละ 69.7 ในรอบหนึ่งปีที่ผ่านมาไม่เคยเจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุใดๆจนต้องทำให้หยุดงาน แต่ครั้งๆเคยเจ็บปวดตามอวัยวะบริเวณต่างๆจากหวัจรตเท้า น้อยกว่า 6 ครั้งและมากกว่า 6-12 ครั้ง และส่วนน้อยเป็นบุคคลที่มีโรคประจำตัวโดยเฉพาะกลุ่มโรคไม่ติดต่อ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง เก๊าท์ และอื่นๆ กลุ่มตัวอย่างมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเนื่อง ฝึกสมาธิ และร้อยละ 84.8 ได้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีมีประโยชน์เพื่อการมีสุขภาพที่ดี แต่ก็มีความสุขและความพึงพอใจในการทำงาน (ร้อยละ 72.7) อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างยังต้องการบางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ชีวิตดีขึ้นและมีความสุข (ร้อยละ 66.7) ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างได้มีการประเมินตนเองเกี่ยวกับสภาวะสุขภาพ พบว่า โดยรวมตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ในระดับดี และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับดีมาก

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบรวม (Mixed research) โดยมีทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative data) และเชิงคุณภาพ (Qualitative data) โดยใช้แบบประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข พบว่า การวิจัยนี้สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้จำนวนทั้งสิ้น

88 คน ซึ่งใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยมีสถิติที่ใช้ในการแปลผลการวิจัย คือ ค่าร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ย (X) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation- S.D.) ทั้งนี้มีผลของการวิจัยครั้งนี้คือ ข้อมูลทั่วไปด้านสังคมประชากรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 57.58) ส่วนมากกว่าครึ่งมีอายุอยู่ในวัยผู้สูงอายุ (60-75) และส่วนมากการศึกษาอยู่ในระดับต่ำกว่าปริญญาเอก จำนวนบุตร เฉลี่ย 2 คน ร้อยละ 69.7 ในรอบหนึ่งปีที่ผ่านมาไม่เคยเจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุใดๆจนต้องทำให้หยุดงาน แต่ครั้งๆเคยเจ็บปวดตามอวัยวะบริเวณต่างๆ จากหัวจรดเท้า น้อยกว่า 6 ครั้งและมากกว่า 6-12 ครั้ง ซึ่งจากข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างนี้จะเห็นว่า น่าจะมีผลต่อประสิทธิภาพในการทำงานตามบทบาทหน้าที่ของกลุ่มตัวอย่าง

ด้านพฤติกรรมสุขภาพและการประเมินตนเองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ พบว่า ส่วนมาก(ร้อยละ 78.8) มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง ฝึกสมาธิ และร้อยละ 84.8 ได้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีมีประโยชน์เพื่อการมีสุขภาพที่ดี แต่ก็มีความสุขและความพึงพอใจในการทำงาน (ร้อยละ 72.7) อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างยังต้องการบางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ชีวิตดีขึ้นและทำให้ชีวิตตนมีความสุข (ร้อยละ 66.7) ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างได้มีการประเมินตนเองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ พบว่า โดยรวมตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ในระดับดีเป็นส่วนใหญ่ และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับดี ซึ่งกันตรงกันข้ามกับงานวิจัยของสุธาสิณี ศรีนุ่นและคณะ ในการวิจัยเรื่อง ภาวะสุขภาพและความต้องการด้านสุขภาพของประชาชน กรณีศึกษาชุมชนในเขตเทศบาลเมืองคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี พบว่า ประชาชนส่วนใหญ่มีโรคประจำตัวเป็นโรคเรื้อรังไม่ติดต่อ ประเมินตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ในระดับค่อนข้างน้อยเป็นส่วนใหญ่ และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับปานกลาง (วารสารสาธารณสุขศาสตร์ ปีที่ 47 ฉบับที่ 1 / 2560) จากผลการวิจัยนี้มีข้อเสนอแนะว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการเอาใจใส่ในการดูแลสุขภาพเพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถเป็นตัวอย่งที่ดีในด้านพัฒนาสุขภาพของประชาชนอย่างแท้จริงและควรดำเนินการสำรวจภาวะสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ต่างๆ เป็นระยะๆปีละ 1 หรือ 2 ครั้งเป็นอย่างน้อยเพื่อนำผลไปกำหนดเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- ชลลดา ไชยกุลวัฒนา. (2552). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล
- ดวงพร สุตสุนทร. (2546). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคอาหารของบุคลากรทางการแพทย์โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า**. วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- ธนวรรธน์ อิมสมบุญ. (2546). **พฤติกรรมสุขภาพและการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ**. เอกสารการ
สอนชุดวิชาสุขศึกษาและการประชาสัมพันธ์งานสาธารณสุข. หน่วยที่ 1-8. มหาวิทยาลัย
สุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ธนวรรธน์ อิมสมบุญ. (2559). **คู่มือการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในงานสาธารณสุข
กองสุขศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, กรุงเทพฯ.**
- นันทน์ภัส ขอบชื่นกมล, (2559). **ภาวะสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลธัญญารักษ์แม่ฮ่องสอน.**
รายงานการวิจัย.
- นิรมล อินทฤทธิ์. (2557). **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ
โรงพยาบาลเจ้าพระยา อภัยภูเบศรจังหวัดปราจีนบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.**
- บุญช่วย ศิริเลี้ยง และคณะ. (2561). **การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของ
ประชาชนในพื้นที่ตำบลไทยवास อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม พ.ศ. 2561,**
งานวิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี.
- ประเวศ วะสี. (2551). **บนเส้นทางใหม่การส่งเสริมสุขภาพอภิวัดน์ชีวิตและสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 2.**
สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, กรุงเทพฯ.
- ประเวศ วะสี. (2557). **ทฤษฎีใหม่ทางการแพทย์. สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, กรุงเทพมหานคร.**
- ประสิทธิ์ กล้าหาญ. (2557). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร
สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์, มหาวิทยาลัยมหิดล.**
- ปณิชาณ หล่อเลิศวิทย์. **นิยามศัพท์การส่งเสริมสุขภาพฉบับปรับปรุงพ.ศ.2541. สถาบันวิจัยระบบ
สาธารณสุข, กรุงเทพฯ.**
- ไพโรจน์ พรหมพันใจ. (2551). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของคนงาน
โรงงานอุตสาหกรรม จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.**
- ภิญญา หนูภักดีและจิตจรดา ศรีสารคาม. (2551). **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล
วิทยาลัยพยาบาลในเขตกรุงเทพมหานครและนนทบุรีสังกัดกระทรวงสาธารณสุข.
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีกุญชรเทพสถานพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข.**
- รณภพ เอื้ออพันธุเศรษฐ และกิตติศ ศิวมัลลักษณ์. (2555). **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการ
เจ็บป่วยของ ประชาชนในโครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่.
วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม.**
- สุธิตา ล่ามข้าง, รัตนาวดี ขอนตะวัน, ฐิติมา สุขเลิศตระกูลและวิภาดา คุณาวิกติกุล. (2559).
พยาบาลสาร ปีที่ 43 ฉบับที่ 2 เมษายน – มิถุนายน 2549 หน้า 38 – 39.
- สุธาสินี ศรีนุ่นและคณะ, (2560). **ภาวะสุขภาพและความต้องการด้านสุขภาพของประชาชน
กรณีศึกษาชุมชนใน เขตเทศบาลเมืองคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี. วารสารสาธารณสุข
ศาสตร์ ปีที่ 47 ฉบับที่ 1.**

อดิญาณ์ ศรเกษตริณ, เพ็ญศรีทองเพชร, สมหมาย คชนาม, อัจริยา วัชรวิวัฒน์, งามนิตย์รัตนาอุดม
ศักดิ์ แสงวณิช. (2556). **ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของบุคลากร
โรงพยาบาล ประจวบคีรีขันธ์**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
อุษณีย์ เพชรรัชตะชาติ. (2552). **การเสริมสร้างสุขภาพครอบครัวไทย**. บริษัทลิบราเตอร์การพิมพ์,
สงขลา.