



อังคณา วังทอง และคณะ
โรงพยาบาลหนองจิก จ.ปัตตานี

ผลของการสร้างเสริมสุขภาพด้วยวิธีชายตรงต่อพฤติกรรมเสี่ยง ในกลุ่มโรคอ้วนลงพุง ตำบลตุง อำเภอหนองจิก จังหวัดปัตตานี

บทนำ

โรงพยาบาลหนองจิก ได้ดำเนินการคัดกรองโรคเรื้อรังในประชาชนที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดเส้นรอบเอว พบว่า มีประชากรมีรอบเอวเกิน ร้อยละ 38.2 จากเป้าหมายไม่เกินร้อยละ 10 พบผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ร้อยละ 1.5 และ พบผู้ป่วยรายใหม่ ร้อยละ 28.8 พบผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 4.7 และพบผู้ป่วยรายใหม่ ร้อยละ 38.4 ทีมวิจัยจึงใช้แนวคิดวิธีชายตรงมาบูรณาการ เข้ากับการบริการผู้ป่วยเรื้อรัง เพื่อลดภาวะอ้วนลงพุงในประชาชนที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป ที่มีรอบเอวเกิน เพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรังขึ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบดัชนีมวลกาย เส้นรอบเอว ของผู้เข้าร่วมโครงการ ก่อนและหลังเข้าโครงการ
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องของผู้เข้าร่วมโครงการก่อนและหลังเข้าโครงการ
3. เพื่อประเมินความพึงพอใจก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ

วิธีการดำเนินงาน

การวิจัยใช้วิธีการวิจัยแบบมีส่วนร่วม ผู้เข้าร่วมประกอบด้วย อบต. อปท. ผู้นำชุมชน ผู้นำศาสนา เกณฑ์การเลือกเป็นประชากรกลุ่มเสี่ยง 35 ปีขึ้นไป ที่มีขนาดรอบเอวและดัชนีมวลกายเกินมาตรฐานและสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 100 คน เครื่องมือเก็บข้อมูล คือ แบบสอบถาม แบบบันทึกทางคลินิก ผลการเจาะเลือด ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยผู้วิจัย การสัมภาษณ์เพื่อประเมินความรู้ ประเมินพฤติกรรม และประเมินความพึงพอใจ กระบวนการวิจัยประกอบด้วย การวางแผน การปฏิบัติ การสะท้อนการปฏิบัติ การปรับปรุงแผนวิเคราะห์ข้อมูลด้วยความถี่และร้อยละ

คำสำคัญ

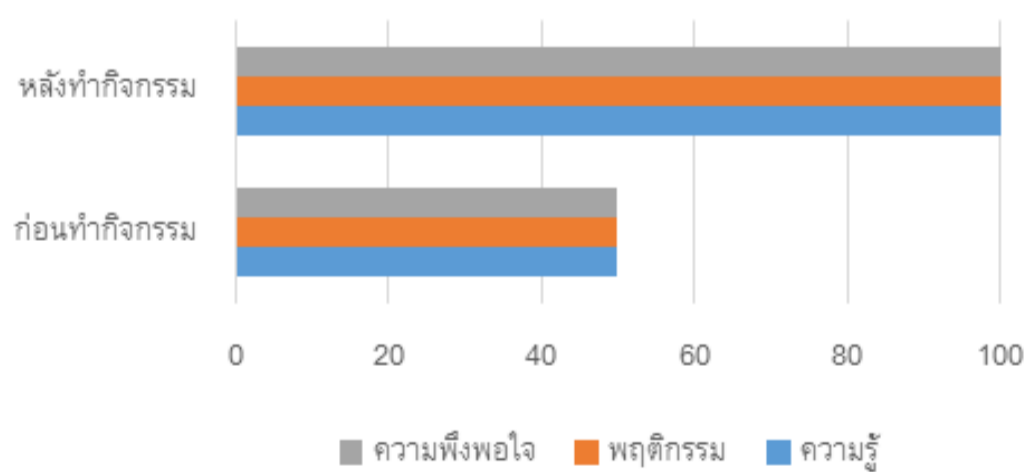
การสร้างเสริมสุขภาพ ชายตรงสุขภาพ พฤติกรรมเสี่ยง อ้วนลงพุง

ผล

1. ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับการคัดกรองภาวะเสี่ยงที่ก่อให้เกิดโรคเรื้อรัง
2. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้และทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพอย่างเหมาะสม สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง
3. ผู้เข้าร่วมโครงการได้ตระหนักถึงการพัฒนาตนเอง สามารถลดน้ำหนักลดรอบเอว ลงจากเดิมได้
4. เกิดระบบการชายตรงสุขภาพในชุมชน

ตารางที่ 1. ดัชนีมวลกายและเส้นรอบเอวก่อนและหลังทำกิจกรรม

ระยะ	ดัชนีมวลกาย		เส้นรอบเอว	
	ปกติ n (%)	ผิดปกติ n (%)	ตามเกณฑ์ n (%)	เกินเกณฑ์ n (%)
ก่อนทำกิจกรรม	48	59	77	39
หลังทำกิจกรรม				



รูปที่ 1. ผลของการรับการส่งเสริมสุขภาพและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ มูลนิธิสุขภาพภาคใต้
นายแพทย์อนุชิต วังทอง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลหนองจิก