

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลัง
ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลประสาทเชียงใหม่

ผู้เขียน นางสุพัตรา ปวนไผ่

ปริญญา ศีษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

อาจารย์ ดร. นิเมอนงค์	งามประภาสม	ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ อเนก	ช่างน้อย	กรรมการ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองของ
ผู้ป่วยปวดหลังที่มารับบริการที่โรงพยาบาลประสาทเชียงใหม่ และเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อ
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังที่มารับบริการที่โรงพยาบาล
ประสาทเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้การวิจัยครั้งนี้เป็นผู้ป่วยปวดหลังที่มารับบริการที่แผนก
ผู้ป่วยนอกที่โรงพยาบาลประสาทเชียงใหม่ จำนวน 285 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง
(Purposive sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสัมภาษณ์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองและการ
สัมภาษณ์เชิงลึกในส่วนการดูแลตนเอง ภายใต้กรอบแนวคิด PRECEDE Framework แนวคิดการ
ส่งเสริมสุขภาพของ Pender แนวคิดการดูแลตนเองของ Orem ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้
โปรแกรม SPSS for Windows เพื่อหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การ
วิเคราะห์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และทดสอบระดับความสัมพันธ์โดยใช้ไคสแควร์

ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังด้านความรับผิดชอบต่อ
ตนเองอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 54.4 ด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับสูงร้อยละ 42.8
ด้านโภชนาการอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 70.2 ด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับดีโดย
เวลาโกรธใช้การจัดการด้วยการเล่าระบายให้ผู้อื่นฟังร้อยละ 41.7 เวลาไม่สบายใจเล่าให้คนไว้ใจฟัง
ร้อยละ 49.7 และมีกลุ่มตัวอย่างใช้ยานอนหลับทุกคืนเพียงร้อยละ 2.1 ส่วนการดูแลตนเองเมื่อมี

อาการปวดหลังจะรักษาด้วยตนเองมีวิธีดูแลตนเอง 3 ขั้นตอน โดย ขั้นแรก ใช้วิธีการดูแลตนเองโดยการ นอนพัก การรับประทานยาพาราเซตามอล ทายาหม่องหรือยาทาแก้ปวด ขั้นที่ 2 ถ้าอาการไม่ดีขึ้นจะขอความช่วยเหลือจากญาติหรือเพื่อนบ้านหรือคนรู้จัก และใช้วิธีทดลองรับประทานยาจากคนที่เคยปวดหลังรับประทานแล้วอาการดีขึ้น ขั้นที่ 3 ถ้าอาการดีขึ้นจริงและยาหมดจะไปตรวจรักษาที่คลินิกตามที่เจ้าของยานแนะนำ นอกจากนี้พบว่า หากอาการไม่ดีขึ้นมีการเปลี่ยนแปลงแพทย์ที่ทำการรักษาไปเรื่อยตามคำบอกเล่าของผู้อื่น และพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังที่มารับบริการที่โรงพยาบาลประสาทเชียงใหม่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนี้

ปัจจัยหลักคือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาเจ็บป่วย ความรู้เกี่ยวกับอาการปวดหลัง ความเชื่อเกี่ยวกับอาการปวดหลัง การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการปวดหลัง การรับรู้ความรุนแรงของการปวดหลัง การรับรู้ประโยชน์จากพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเอง

ปัจจัยเอื้ออำนวยคือ การเข้าถึงบริการ ระยะทางจากบ้านถึงสถานบริการ และการใช้สิทธิคำปรึกษาพยาบาล

ปัจจัยสนับสนุนคือ การสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ การสนับสนุนจากญาติ การสนับสนุนจากนายจ้าง

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังขาดความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพของตนเองและการดูแลขณะปวดหลังที่จำเป็นอยู่หลายเรื่อง บุคลากรทางการแพทย์ควรมีการให้ความรู้เรื่อง การส่งเสริมการดูแลตนเองแก่ผู้ป่วยกลุ่มที่มีอาการปวดหลังเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

Thesis Title Health Promotion Behavior and Self Health Care of Low Back Pain Patients at Chiang Mai Neurological Hospital

Author Mrs. Supattra Puanphai

Degree Master of Education (Health Promotion)

Thesis Advisory Committee

Lect. Dr. Nimanong Ngamrapasom	Chairperson
Assoc. Prof. Anek Changnoi	Member

ABSTRACT

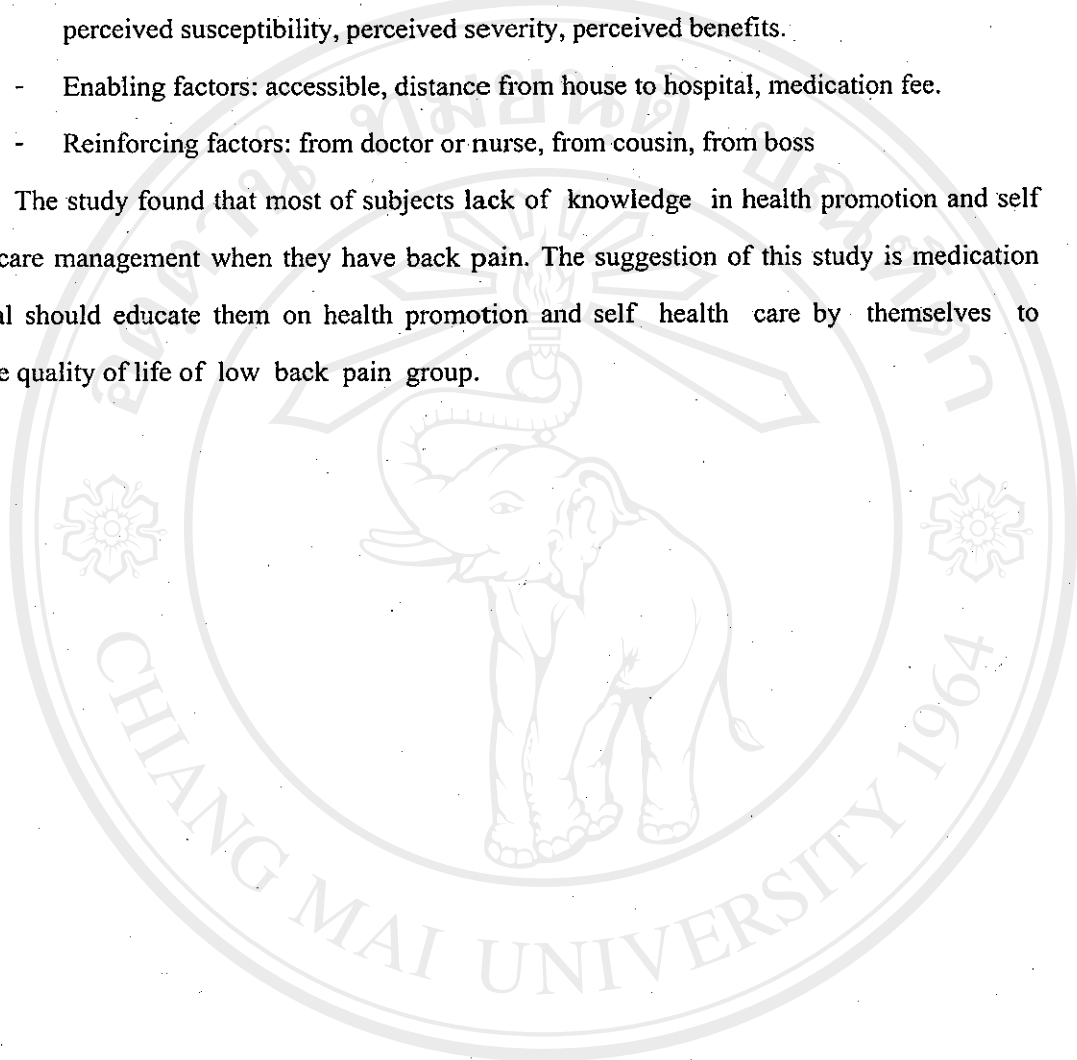
The purposes of the research were to study health promotion behavior and self health care of low back pain patients at ChiangMai Neurological Hospital and related factors of health promotion behavior and self health care. There were 285 subjects that came to out patient department at ChiangMai Neurological Hospital from 1 May to 30 August 2003. The instruments used for data collection were questionnaires base on Pender's health promotion model, Orem's self care model and PRECEDE Framework covered predisposing factors, reinforcing and enabling factors. The data were analyzed with the SPSS for Windows program including the statistics: frequencies, percentage, mean, standard deviation and chi-square.

The finding were as follows the health promotion of low back pain patients. Health responsibility behavior have medium level (54.4%). Physical activity behavior have high level (42.8%). The consume meal behavior have medium level (70.2%). They managed themselves by talking to someone whenever they got angry or stress (41.7%, 49.7%). There were 3 steps of self health care in illness behavior. First: they used individual self health care for example resting, taking pill (paracetamal) or analgesic balm applied. Second: they need assistance from cousin or friend care in case of worse condition. Finally they went to clinic as soon as out of medicine and better condition. This study found that they changed doctors someone told them.

Factors affect to health promotion behavior and self health care were significant at level 0.05.

- Predisposing factors: sex, age, education, illness duration, knowledge, health belief, perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits.
- Enabling factors: accessible, distance from house to hospital, medication fee.
- Reinforcing factors: from doctor or nurse, from cousin, from boss

The study found that most of subjects lack of knowledge in health promotion and self health care management when they have back pain. The suggestion of this study is medication personal should educate them on health promotion and self health care by themselves to increase quality of life of low back pain group.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved