

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	การมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพตนเองของสตรีวัยทอง ในกลุ่มแม่บ้านกองบิน 41		
ผู้เขียน	นางสาวศรัณยา รักเสนาะ		
ปริญญา	ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)		
คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา ไกรพิบูลย์	ประธรรมกรรมการ	
	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิ่มอนงค์ งามประภาส	กรรมการ	

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพตนเองของสตรีวัยทองในกลุ่มแม่บ้านกองบิน 41 ในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกใช้ระเบียบวิธี วิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้เข้าไปสัมภาษณ์ สังเกต และสนทนากลุ่มโดยขอความร่วมมือกับสตรีวัยทองจำนวน 40 คนและดำเนินการประสานงานกับผู้บังคับการกองบิน 41 กลุ่มผู้นำชุมชน คือ ผู้ใหญ่บ้าน องค์การบริหารส่วนตำบลสุเทพ หมู่ 3 และเจ้าหน้าที่ประจำการส่งเสริมสุขภาพชุมชน โรงพยาบาลกองบิน 41

ผลการวิจัยพบว่า

1) บริบทชุมชนของกองบิน 41 มีผู้บังคับการกองบิน 41 เป็นผู้บังคับบัญชารับผิดชอบมีระบบการบริหารงานแบบทหาร ข้าราชการทหารอากาศมีการทำความเคารพตามลำดับชั้นของทหาร เป็นการช่วยประสานความสัมพันธ์ที่ดี ก่อให้เกิดความผูกพันของข้าราชการเพื่อให้ได้ประสิทธิภาพสูงสุด แบบเกื้อกูลเอื้ออาทรกัน เพราะถือว่าเป็นข้าราชการทหาร เจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานทุกคน รวมถึงครอบครัวที่อาศัยอยู่ในบ้านพักล้วนเป็นส่วนหนึ่งของกองบิน 41

2) ข้อมูลสุขภาพของด้านสตรีวัยทอง โดยศึกษาด้านปัญหา และด้านความต้องการของสตรีวัยทอง พบว่า ปัญหาพฤติกรรมกรมการบริโภคและการขาดออกกำลังกายก็เป็นอีกปัญหานึ่งสำหรับวัยทอง นอกจากนี้ก็มีปัญหาการปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจอีกทั้งด้าน

ความต้องการของสตรีวัยทอง พบว่า พวกเขาต้องการให้ทางกองบิน 41 จัดให้มีกิจกรรมการอบรม ให้ความรู้ ความเข้าใจ และวิธีการดูแลสุขภาพตนเองของสตรีวัยทอง

3) การมีส่วนร่วมในการกำหนดแผนกิจกรรมการดูแลสุขภาพตนเองโดยใช้ กระบวนการกลุ่มและผลที่ได้รับจากการมีส่วนร่วม มี 3 ขั้นตอน ดังนี้

3.1) กิจกรรม 8 ข้อ กิจกรรมที่ 1 เพื่อนพบเพื่อน กิจกรรมที่ 2 มองต่างมุม กิจกรรมที่ 3 ด้วยรักและผูกพัน กิจกรรมที่ 4 สำรวจปัญหาการดูแลสุขภาพตนเองของสตรีวัยทอง ในกลุ่มแม่บ้านกองบิน 41 กิจกรรมที่ 5 ความมุ่งหวังการมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพตนเองของสตรีวัยทองในกลุ่มแม่บ้านกองบิน 41 ของเรา กิจกรรมที่ 6 ร่วมคิดร่วมช่วย กิจกรรมที่ 7 แหล่งสนับสนุน

กิจกรรมที่ 8 งานของเรา พบว่า การร่วมคิด ร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหาของการดูแลสุขภาพตนเอง โดยกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มแม่บ้าน ทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และบรรลุความมุ่งหวังได้มากกว่าต่างคนต่างทำหรือแยกส่วนกัน เมื่อมีการร่วมคิดร่วมทำ ย่อมทำให้เกิดเป็นพลังทางสังคมที่สามารถนำไปสู่การแก้ปัญหาต่าง ๆ ในกองบิน 41

3.2) ได้โครงการของสตรีวัยทองในกลุ่มแม่บ้านกองบิน 41 จำนวน 5 โครงการ คือ

1.) โครงการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกายของกลุ่มแม่บ้านกองบิน 41 2.) โครงการทำอาหารและขนมของกลุ่มแม่บ้านกองบิน 41 3.) โครงการณรงค์เพื่อการประหยัดค่าใช้จ่ายช่วยชาติ 4.) โครงการท่องเที่ยวทั่วไทย และ 5.) โครงการต้านภัยโรคเอดส์ในชุมชน ซึ่งแต่ละโครงการมีผู้รับผิดชอบโครงการ

3.3) การติดตามผลโครงการในระยะเวลา 1 เดือน หลังการปฏิบัติตามโครงการ ผลปรากฏว่า ต้องรอผลอนุมัติของผู้บังคับการกองบิน 41 ก่อน ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ติดตามผลเป็นระยะ ๆ ต่อมาโครงการทั้งหมดได้รับการอนุมัติ หลังจากนั้นกลุ่มสตรีวัยทองจึงได้ดำเนินงานตามโครงการที่โครงการซึ่งเกือบทุกโครงการ มีการดำเนินการแล้ว ยกเว้นโครงการต้านภัยโรคเอดส์ในชุมชน ยังไม่ได้ดำเนินการ เนื่องจากโครงการ โรคเอดส์เป็นปัญหาที่ต้องได้รับการแก้ไขในระดับนโยบายของรัฐบาล

นอกจากนี้ยังพบความสำเร็จและความพึงพอใจของกลุ่มแม่บ้านในการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม สามารถปฏิบัติงานได้ดีและสามารถปฏิบัติต่อเนื่องต่อไปในอนาคตได้ โดยเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดโครงการและกิจกรรมดังกล่าวพร้อมใจรับผิดชอบในโครงการของตน เพื่อให้สังคมกองบิน 41 อยู่อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมด้วย

Thesis Title Participation in Self Health Care of Menopausal Women in Air Force
Base Wing 41 Housewife Group

Author Miss Sarunya Ruksanor

Degree Master of Education (Health Promotion)

Thesis Advisory Committee

Asst. Prof. Dr. Suchada Kraiphibul	Chairperson
Asst. Prof. Dr. Nimanong Ngamprapasom	Member

ABSTRACT

The objective of this study was to explore Participation in Self Health Care of Menopausal Women in Air Force Base Wing 41 Housewife Group. Qualitative research was selected for this study. Cooperation was requested to the Commander of Wings 41 Squadron as well as community leaders, i.e. village headman, Suthep Tambon Administration Organization, and a sample of 40 menopausal women was chosen. The data was collected in interviews, observation, and group dialogues with the samples.

The study found the following results.

1) Within Wings 41 Squadron, the responsibility of all matters in the compound was up to the Commander. The administration and the hierarchical relationship took on military style, enhancing better relationship for top performance with greatest efficiency. Every officer and the family were considered part of Wings 41.

2) In terms of data on health conditions of the menopausal women, the research studied the problems and the needs of the menopausal women and found that one of the problems was their consumption behavior and the lack of exercise. Also, they had to cope with the physical, mental, social, and economic changes. As for their needs, it was found that they demanded Wings 41 to organize training on how a menopausal woman can take care of her self.

3) The samples were asked to participate in group activities in the three phases as following.

3.1) The women participated in eight activities, i.e. group meeting, discussion group, Ice-breaking, self health care problems of the menopausal women in Wings 41, assessment for expectation of self health care for the menopausal women in Wngs 41, group listening, support resources, and our jobs. It was found that to solve the health problems together created good relationship, and the expectation could be met better than to solve the problems individually. This could led to greater social power to solving problems in Wings 41.

3.2) Through the activities, five projects were developed . These were 1) women's group of Wings 41's exercising project, 2) women's group of Wings 41's food and sweets cooking project, 3) Women's Group of Wings 41's save for the nation campaign, 4) Traveling Thailand Project, and 5) Communal anti-AIDS project.

3.3) The one-month monitoring of these projects were canceled because of the delay in the Wings 41 Commander's approval of these projects. After the delayed period and after the researcher had been monitoring the projects that had started even before approval, the projects were finally given green lights to implement. Only the Communal anti-AIDS project was not approved and therefore not implemented, because AIDS issues needed to be solve at the national government level.

Besides, it was found that the success and the satisfaction of the participating housewife led to better efficiency of work and they showed that they could resume to work in the future by participating in the project management as well as being responsible for their own project. This could contribute to the better welfare of all in Wings 41.