

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ การดูแลสุขภาพแบบทางเลือกและแบบผสมผสานในสตรีวัยกลางคน

ผู้เขียน นางสาวมลิวลัย สมทรง

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสตรี)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ ดร. เกสร่า ศรีพิชญากา	ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ ดร. ฉวี เบาทรง	กรรมการ

บทคัดย่อ

สตรีวัยกลางคนเผชิญกับการเสื่อมลงของสุขภาพอันเนื่องมาจากการลดต่ำลงของฮอร์โมนเอสโตรเจน การดูแลสุขภาพถือว่าเป็นประเด็นสำคัญของสตรีในวัยนี้ การวิจัยเชิงพรรณนาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการดูแลสุขภาพแบบทางเลือกและแบบผสมผสานในสตรีวัยกลางคน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างตามสะดวก จากสตรี อายุ 40-59 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลของอำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 350 คน เก็บข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคมถึงเดือนมิถุนายน 2549 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้างเพื่อรวบรวมข้อมูลทั่วไปและข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพแบบทางเลือกและแบบผสมผสานซึ่งสร้างโดยผู้วิจัยจากการทบทวนวรรณกรรม ได้รับการตรวจสอบเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 6 ท่าน คำนวณหาดัชนีความตรงตามเนื้อหาได้ 0.91 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษา พบว่า ร้อยละ 82.0 ของกลุ่มตัวอย่างเคยใช้การดูแลสุขภาพแบบทางเลือกและแบบผสมผสานอย่างน้อย 1 ชนิด ในช่วงวัยกลางคน ชนิดที่กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้มากที่สุด 6 อันดับแรก คือ การรับประทานอาหารประเภทถั่วเหลือง (ร้อยละ 54.0) การออกกำลังกาย (ร้อยละ 28.6) การนวด (ร้อยละ 24.0) อาหารเสริม (ร้อยละ 12.7) ยาแผนโบราณ (ร้อยละ 4.8) และสมุนไพร (ร้อยละ 3.1) ลักษณะการใช้ของ 6 ชนิด ตามการรับรู้ของสตรีมีดังต่อไปนี้ เหตุผลของการใช้ พบว่า การรับประทานอาหารประเภทถั่วเหลือง การออกกำลังกาย อาหารเสริม และสมุนไพร ส่วนใหญ่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ (ร้อยละ 74.6 ร้อยละ 88.0 ร้อยละ 73.4 และร้อยละ 57.9) สำหรับการนวด และยาแผนโบราณ ส่วนใหญ่ใช้เพื่อแก้ไขอาการอื่นๆ (ร้อยละ 60.7

และร้อยละ 53.3) โดยส่วนใหญ่ทั้ง 6 ชนิดเริ่มใช้ก่อนหมดประจำเดือน (ร้อยละ 68.4-83.1) ใช้มานานาน 1-5 ปี (ร้อยละ 47.4-73.4) ทั้ง 6 ชนิดใช้ได้ผล (ร้อยละ 87.3-100.0) ไม่เกิดผลเสีย และผลข้างเคียง (ร้อยละ 90.0-100.0) ค่าใช้จ่าย ไม่เสียหรือถูก (ร้อยละ 69.7-100.0) แหล่งข้อมูลที่ได้รับมากที่สุด พบว่า การรับประทานอาหารประเภทถั่วเหลือง (ร้อยละ 45.0) การออกกำลังกาย (ร้อยละ 47.0) และอาหารเสริม (ร้อยละ 43.0) ได้รับข้อมูลจากบุคคลในครอบครัวหรือญาติ ส่วนการนวด (ร้อยละ 39.4) และยาแผนโบราณ (ร้อยละ 46.7) ได้รับข้อมูลจากเพื่อนหรือเพื่อนบ้าน สำหรับสมุนไพรได้รับข้อมูลจากเพื่อนหรือเพื่อนบ้านและหนังสือเท่าๆกัน (ร้อยละ 36.8) โดยส่วนใหญ่ของผู้ที่ใช้การรับประทานอาหารประเภทถั่วเหลือง (ร้อยละ 55.6) อาหารเสริม (ร้อยละ 65.8) และสมุนไพร (ร้อยละ 52.6) ต้องการความช่วยเหลือจากบุคลากรในทีมสุขภาพ ข้อมูลที่ต้องการมากที่สุดคือ ประโยชน์ ข้อดี (ร้อยละ 70.0-100.0) ทั้ง 6 ชนิดส่วนใหญ่ต้องการให้บุคลากรในทีมสุขภาพเป็นผู้ให้บริการ (ร้อยละ 58.0-74.7) และต้องการให้จัดไว้ในสถานพยาบาล (ร้อยละ 71.9-95.0)

จากผลการวิจัยที่พบว่าการดูแลสุขภาพแบบทางเลือกและแบบผสมผสานในสตรีวัยกลางคนที่พำนักในจังหวัดนครศรีธรรมราชส่วนใหญ่ใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและได้ผลในทางที่ดี พยาบาลจึงควรส่งเสริมการใช้ดังกล่าวด้วยการให้ข้อมูลและจัดบริการให้เพิ่มขึ้นตามที่สตรีให้ข้อเสนอแนะไว้ ตลอดจนคำนึงถึงความแตกต่างของลักษณะการใช้ซึ่งขึ้นอยู่กับชนิดที่ใช้ เนื่องจากสตรีใช้เพื่อแก้ไขอาการผิดปกติอื่นๆและอาการของการหมดประจำเดือนมีค่อนข้างต่ำ พยาบาลจึงควรส่งเสริมให้มีการใช้เพื่อวัตถุประสงค์ดังกล่าวเพิ่มมากขึ้น

Thesis Title Alternative and Complementary Care Among Midlife Women

Author Miss Maliwan Somsong

Degree Master of Nursing Science (Nursing Care of Women)

Thesis Advisory Committee

Associate Professor Dr. Kasara Sripichyakan Chairperson

Associate Professor Dr. Chavee Baosoung Member

ABSTRACT

Women who are at midlife are confronted with deterioration in their health because of a decline in the hormone estrogen. Taking care of their health is therefore an important issue for these women. This descriptive study aimed to explore alternative and complementary cares (ACC) among women in midlife. Through convenience sampling techniques, 350 women who were between 40 – 59 years old and resided in municipal areas of Muang district, Nakhonsithammarat province were recruited. Data were collected from May to June, 2006. Research instruments included structured-interview guidelines for collecting general information and ACC. The instruments were developed by the researcher based on literature reviews and validated for the content by 6 experts and the content validity index was 0.91. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results indicated that, 82.0 percent of the subjects had used at least one type of ACC during their midlife period. The six most common types used were consuming soy foods or products (54.0%), exercise (28.6%), massage (24.0%), supplementary food (12.7%), traditional drugs (4.8%), and herbs (3.1%). Based on these six ACC types, the details of use perceived by the subjects indicated that consuming soy foods or products, exercise, supplementary food, and herbs were mostly used for health promotion (74.6%, 88.0%, 73.4%, and 57.9% respectively). Massage and traditional drugs were mostly used for symptom management (60.7% and 53.3%).

The majority started using prior to menopause (68.4 – 83.1%), and used for 1 - 5 years (47.4 – 73.4%). The majority of the usages were found to be effective (87.3 – 100.0%), having no disadvantages or side effects (90.0 – 100.0%), and free or cheap (69.7 – 100.0%). The sources of the obtained information were mostly from family members or relatives for consuming soy foods or products (45.0%), exercise (47.0%) and supplementary food (43.0%), from friends or neighbors for massage (39.4%), and traditional drugs (46.7%), and from both friends/neighbors and books equally for herbs (36.8%). The majority of users of consuming soy foods or products (55.6%), supplementary food (65.8%) and herbs (52.6%) needed assistance from health personnel. The kinds of information that were needed the most were usefulness and advantages of ACC (70.0 – 100.0%). Approximately 58.0 – 74.7 percent needed ACC which should be provided by health personnel and 71.9 – 95.0 percent needed this to be provided outside the health care settings.

Since the findings indicated that the use of ACC among midlife women in Nakornsriathamrach province was mostly reported as being for health promotion and having positive outcomes, nurses can facilitate their usage through providing more information and services as suggested by the women and considering the diversity in usage according to the ACC types. Because the numbers of women using ACC for general and menopausal symptom management were still low, nurses should enhance the use of ACC for these aims as well.