

**ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ** ความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลสองแคว จังหวัดน่าน

**ผู้เขียน** นางสาวระวีวรรณ กันทะกาลัง

**ปริญญา** พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่)

**คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ**

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พวงพยอม ปัญญา กรรมการ

#### บทคัดย่อ

พฤติกรรมการออกกำลังกายเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีสมรรถภาพปอดดีขึ้น ความเชื่อด้านสุขภาพเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การศึกษาเชิงพรรณนาคั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเชื่อด้านสุขภาพ และ พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง เลือกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงเป็นผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มารับบริการที่โรงพยาบาลสองแคว อำเภอสองแคว จังหวัดน่านจำนวน 62 รายในระหว่างเดือน กันยายน ถึงเดือน พฤศจิกายน พ.ศ.2549 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์ความเชื่อด้านสุขภาพของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังของ รัชฎญาลักษณ์ ไชยรินทร์ (2544) และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการออกกำลังกายของ สุลี แซ่ซื่อ (2546) ได้นำไปหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ความเชื่อด้านสุขภาพ และพฤติกรรมการออกกำลังกายโดยการทดสอบด้วยวิธีสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าเท่ากับ .83 และ .94 ตามลำดับ และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษาพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อด้านสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า การรับรู้ถึงโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง การรับรู้ถึงความรุนแรงของโรคและการรับรู้ถึงประโยชน์ของการรักษาและปฏิบัติตนอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนการรับรู้ถึงอุปสรรคในการปฏิบัติตนอยู่ในระดับเหมาะสมน้อย

2. กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการออกกำลังกายในระดับปานกลาง  
ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับบุคลากรทางด้านสุขภาพเพื่อกำหนดแนวทางในการส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสม

**Independent Study Title** Health Belief and Exercise Behavior Among Chronic Obstructive Pulmonary Disease Patients in Songkwa Hospital, Nan Province

**Author** Miss Raweewon Kuntakalung

**Degree** Master of Nursing Science (Adult Nursing)

**Independent Study Advisory Committee**

Assistant Professor Dr. Sirirat Panuthai Chairperson

Assistant Professor Dr. Puangpayom Panya Member

**ABSTRACT**

Exercise behavior can help patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) improve their lung function. Health belief is a factor that promotes appropriate exercise behavior among patients with COPD. This descriptive study aimed at examining health belief and exercise behavior among COPD patients in Songkwa hospital, Nan province. The subjects consisted of 62 patients with COPD who attended Songkwa hospital during September to November 2006. Study instruments consisted of the Demographic Data Recording Form, Health Belief of Patients with COPD Questionnaire by Dhanyalug Chairin (2001) and Exercise Behavior of Patients with COPD Questionnaire by Sulee Saesua (2003). Reliability was tested by Cronbach's alpha coefficient and found to be .83 for the Health Belief Questionnaire and .94 for the Exercise Behavior Questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results revealed that:

1. The subjects had a moderate level of overall health belief. Considering each aspect of health belief; perceived susceptibility to complications was at a moderate level; perceived severity of disease and perceived benefits of treatments and health behaviors were at a high level; and perceived barriers to health behaviors were at a low level.

2. The subjects had a moderate level of exercise behavior.

The information obtained from this study could be used as basic data for health care providers to promote health belief and exercise behavior of patients with COPD.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved