

## สรุปและข้อเสนอแนะ

### สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์โดยนำแนวคิด Health Belief Model มาประยุกต์ใช้ในการวิจัยผลการวิเคราะห์และข้อสรุปที่ได้จากการวิจัยสามารถนำมากระตุ้นและส่งเสริมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองที่ถูกต้องและเหมาะสม

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้ต้องขังที่รับไว้รักษาที่ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์จำนวน 328 คน ได้ทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 180 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วยแบบสอบถามปัจจัยทางสี่อสังคัม แบบสอบถามปัจจัยภายในตัวบุคคล แบบสอบถามปัจจัยภายนอกตัวบุคคลและแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง โดยผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านและทดลองใช้กับประชากรที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามตามวิธีของ Cronbach ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป โดยแบบวัดปัจจัยภายในตัวบุคคลได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8470 แบบวัดปัจจัยภายนอกตัวบุคคลได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .9240 และแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .7972 สรุปภาพรวมได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .9081 เริ่มดำเนินการตั้งแต่เดือนมีนาคม 2549 ถึงเดือนตุลาคม 2549

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทำให้ได้ข้อสรุปผลการวิจัยเรื่องพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ซึ่งสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะจากการวิจัยได้ดังนี้

#### ตอนที่ 1 ปัจจัยทางชีวสังคัม

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือผู้ต้องขังที่รับไว้รักษาในทัณฑสถานโรงพยาบาล

ราชทัณฑ์จำนวน 180 คน ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 75.00 มีอายุ 25-35 ปี ร้อยละ 45.00 รองลงมาคืออายุ 36-45 ปี ร้อยละ 24.40 ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับ ประถมศึกษาร้อยละ 37.20 รองลงมามัธยมศึกษา ร้อยละ 36.70 ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง (ก่อนต้องโทษ) คิดเป็นร้อยละ 55.00 รองลงมาค้าขาย / ทำธุรกิจ ร้อยละ 26.70 ส่วนใหญ่มีสถาน ภาพสมรสโสดร้อยละ 36.10 รองลงมาสถานภาพสมรสคู่ร้อยละ 35.50 ส่วนใหญ่ต้องโทษด้วยคดี พรบ. ยา (เสพ/ค้า) คิดเป็นร้อยละ 70.60 รองลงมาคดีลักทรัพย์ /ชิง /วิ่งราว ร้อยละ 8.30 มีกำหนด โทษ 6-10 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.20 รองลงมา 11-20 ปี ร้อยละ 22.80

## **ตอนที่ 2 ลักษณะตัวแปรที่ทำการศึกษาประกอบด้วยปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลและพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง**

2.1 ปัจจัยภายในตัวบุคคล หมายถึง สิ่งชักนำหรือสิ่งกระตุ้นที่อยู่ในตัวบุคคลนั้นๆ ให้มี พฤติกรรมการดูแลตนเองที่เหมาะสมครอบคลุมทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน การจัดการกับอารมณ์ และการป้องกันโรค ซึ่งประกอบด้วย

2.1.1 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง หมายถึง ความสามารถทางสติปัญญาในการ จดจำและเข้าใจในเรื่องเกี่ยวกับการดูแลตนเอง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังทัณฑ์สถาน โรงพยาบาล ราชทัณฑ์ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 36.70 รองลงมาใน ระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 33.30

2.1.2 เจตคติต่อการดูแลตนเอง หมายถึง ความรู้สึก ความเชื่อต่อสิ่งต่างๆ มีทิศทาง ทั้งทางบวกและทางลบของผู้ต้องขังที่มีต่อการดูแลตนเอง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังทัณฑ์สถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการดูแลตนเองในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 48.90 รองลงมาในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 30.50

2.1.3 การรับรู้โอกาสเสี่ยงในการเกิดโรค หมายถึง ความเชื่อหรือคาดคะเนของ บุคคลที่เกิดจากการรับรู้ว่ามีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองที่มีผลต่อการปฏิบัติ พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น พฤติกรรมในการป้องกันโรค พฤติกรรมในด้านการออกกำลังกาย พฤติกรรมด้านการจัดการกับความเครียดและพฤติกรรมด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ผลการวิจัย

พบว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่มีการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 38.90 รองลงมาในระดับต่ำคิดเป็นร้อยละ 33.30

2.1.4 การรับรู้ความรุนแรงของโรค หมายถึง การรับรู้ที่มีผลความรุนแรงของโรค หลอดเลือดสมองการรู้ถึงสถานการณ์ของโรคในปัจจุบัน อาการ สาเหตุการตาย การสูญเสียค่าใช้จ่ายประเทศชาติ ครอบครัว ผลการวิจัยพบว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่มีการรับรู้ความรุนแรงของโรคในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 41.10 รองลงมาในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 37.80

2.1.5 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันโรค หมายถึง การรับรู้ถึงผลดีของการปฏิบัติตามคำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ที่มีผลต่อการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่มีการรับรู้ของการปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันโรคในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมาในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 31.00

2.2 ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล หมายถึง สิ่งชักนำหรือสิ่งกระตุ้นที่เกิดขึ้นภายนอกตัวบุคคลนั้นๆ ให้มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองที่เหมาะสมครอบคลุมทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน การจัดการกับอารมณ์ และการป้องกันโรค ซึ่งประกอบด้วย

2.2.1 การได้รับข้อมูลข่าวสาร หมายถึง การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ผลการวิจัยพบว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 38.90 รองลงมาในระดับต่ำคิดเป็นร้อยละ 32.20

2.2.2 การได้รับการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสารจากบุคลากรทางด้านสุขภาพเพื่อสนับสนุนให้มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ผลการวิจัยพบว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ในระดับกลางคิดเป็นร้อยละ 35.50 รองลงมาในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 32.80

2.2.3 การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสารจากครอบครัว ญาติ เพื่อสนับสนุนให้มีพฤติกรรมดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ผลการวิจัยพบว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ ในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 35.10 รองลงมาในระดับต่ำคิดเป็นร้อยละ 35.00

2.2.4 การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสารจากเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) เพื่อสนับสนุนให้มีพฤติกรรมดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ผลการวิจัยพบว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) ในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมาในระดับต่ำคิดเป็นร้อยละ 33.30

2.2.5 การมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์ หมายถึง การมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ต้องขังในการป้องกันโรคไม่ติดเชื้อได้แก่ โรคหลอดเลือดสมอง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่รับรู้เกี่ยวกับการมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 36.70 รองลงมาในระดับต่ำคิดเป็นร้อยละ 32.20

2.3 พฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง หมายถึง การที่ผู้ต้องขังเกิดการเรียนรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งครอบคลุมพฤติกรรม 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการบริโภคอาหาร ด้านการป้องกันโรค ด้านการออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 36.70 รองลงมาในระดับต่ำคิดเป็นร้อยละ 33.30

**ตอนที่ 3 การวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคลกับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง**

**สมมุติฐานที่ 1** ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง เจตคติต่อการดูแลตนเอง การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค และการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตน เพื่อการป้องกันโรคมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

### ผลการวิจัยพบว่า

ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง และเจตคติต่อการดูแลตนเอง ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ส่วนการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค และการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตน เพื่อการป้องกันโรคมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้ต้องขังที่มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ มีการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค และการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตน เพื่อการป้องกันโรคในระดับสูง จะมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองที่ดีขึ้น

ดังนั้น ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง และเจตคติต่อการดูแลตนเอง ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง จึงปฏิเสธสมมติฐาน ส่วนการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค และการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง จึงยอมรับสมมติฐาน

**สมมติฐานที่ 2** ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ การได้รับการสนับสนุนจาก ครอบครัว ญาติ การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) และการมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

### ผลการวิจัยพบว่า

ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) และการมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้ต้องขังที่มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ ได้รับข้อมูลข่าวสาร ได้รับการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ ครอบครัว ญาติ และเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) ตลอดจนมีการรับรู้ประโยชน์ของ

กรมราชทัณฑ์ในระดับสูง จะมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองที่ดี  
ยิ่งขึ้น

ดังนั้น ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกัน  
โรคหลอดเลือดสมอง จึงยอมรับสมมติฐาน

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้ และเจตคติต่อการดูแลตนเอง ไม่มีความสัมพันธ์  
กับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งผู้ต้องขังทัณฑสถาน  
โรงพยาบาลราชทัณฑ์ ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในระดับสูง และมีเจตคติต่อการ  
ดูแลตนเองในระดับปานกลาง แสดงว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ มีความรู้ แต่ไม่  
เห็นความสำคัญ จึงไม่ปฏิบัติพฤติกรรมในการป้องกันโรค ดังนั้นจึงควรปลูกฝังเจตคติ และเน้นให้  
เห็นถึงความสำคัญของการปฏิบัติพฤติกรรมในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง อย่างต่อเนื่อง  
สม่ำเสมอ ตลอดจนมีการส่งเสริมพฤติกรรมดังกล่าว และมีการประกวด แข่งขัน มีรางวัลให้

ส่วนการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค และการรับรู้  
ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรค มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองใน  
การป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งผู้ต้องขังส่วนใหญ่ มีการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคใน  
ระดับปานกลาง การรับรู้ความรุนแรงของโรคในระดับสูง และการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตน  
เพื่อป้องกันโรคอยู่ในระดับต่ำ ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องรณรงค์ให้เห็นถึงความ  
สำคัญ และประโยชน์ของการปฏิบัติตน เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ควบคู่ไปกับการรับรู้  
โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค และการรับรู้ความรุนแรงของโรค เพื่อให้ผู้ต้องขังมีพฤติกรรมการดูแล  
ตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองที่ถูกต้องอย่างต่อเนื่องตลอดไป

2. ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับการสนับสนุน แนะนำ  
จากบุคลากรทางการแพทย์ การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ การได้รับการสนับสนุน  
จากเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) และการมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการ

ดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองซึ่งผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลาง ได้รับการสนับสนุน แนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ในระดับปานกลาง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ และเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) ในระดับสูงและการรับรู้การมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์ในระดับปานกลาง จะพบได้ว่าผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ได้รับข้อมูลข่าวสาร ได้รับการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ และการรับรู้นโยบายของกรมราชทัณฑ์ในระดับปานกลางซึ่งอาจจะเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษาส่วนหนึ่งอาจจะเพิ่งเข้ามารักษาที่ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ฉะนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะรณรงค์ในด้านประชาสัมพันธ์การให้ข้อมูลข่าวสารการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ และนโยบายต่างๆ ของกรมราชทัณฑ์ไปสู่เรือนจำ ทัณฑสถานต่างๆ ทั่วประเทศอย่างต่อเนื่องก่อให้เกิดการพัฒนาและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองได้อย่างเหมาะสมและยั่งยืน โดยการ

2.1 จัดโครงการตรวจสุขภาพผู้ต้องขังแรกรับทุกรายในทุกเรือนจำทั่วประเทศ เพื่อค้นหาโรคหลอดเลือดสมองและโรคที่เสี่ยง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ไขมันในเส้นเลือด ฯลฯ

2.2 จัดโครงการตรวจสุขภาพประจำปีให้กับผู้ต้องขังทุกราย และถ้าพบความผิดปกติต้องให้การรักษาอย่างถูกต้องเหมาะสมและต่อเนื่อง

2.3 จัดโครงการบริการให้คำปรึกษาในเรื่องสุขภาพและพฤติกรรมดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองได้อย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

2.4 มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับนโยบายของกรมราชทัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสุขภาพ

2.5 ควรมีหน่วยงานช่วยเหลือผู้ต้องขังที่ป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมองหลังจากที่ได้พ้นโทษออกไปแล้ว

3. จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์มีพฤติกรรมดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในระดับสูง จึงควรมีการกระตุ้นและสร้างเสริม

พฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองต่อไปอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน และควรขยายผลไปยังเรือนจำต่างๆ ทั่วประเทศเพื่อให้ผู้ต้องขังมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอย่างถูกต้องเหมาะสม และมีคุณภาพชีวิตที่ดีตลอดไป

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยโดยใช้โปรแกรมสุขศึกษา มีการนำทฤษฎีต่างๆ มาประยุกต์ใช้ หรือแบบจำลองเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง พฤติกรรมสุขภาพมาทดลองใช้เพื่อพัฒนาส่งเสริมและเสริมสร้างในการปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองเพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่ยั่งยืนต่อไป
2. ในการศึกษาครั้งต่อไปควรมีการขยายผลไปยังเรือนจำต่างๆ หรือศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองในโรคเรื้อรังอื่นๆ ที่เป็นปัญหา สุขภาพของผู้ต้องขังและเป็นปัญหาสาธารณสุข โดยการสร้างตัวแปรให้ครอบคลุม เพื่อที่จะนำมาพัฒนาและสร้างเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม และยั่งยืนตลอดไป