

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันประชากรไทยมีอายุขัยเฉลี่ยเพิ่มขึ้น เนื่องจากความก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์ การแพทย์และการสาธารณสุข พบว่าอายุขัยเฉลี่ยของประชากรสตรีเพิ่มจาก 70.75 ปี ในปี พ.ศ. 2543-2548 เป็น 71.75 ปีในปี พ.ศ. 2548-2553 และคาดว่าปี พ.ศ. 2568 จะเพิ่มเป็น 80.30 ปี (สุวิทย์ วิบุลผลประเสริฐ, 2548) แต่เมื่อพิจารณาถึงอายุเฉลี่ยที่สตรีเข้าสู่วัยหมดประจำเดือน ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน พบว่าค่อนข้างคงที่คือเฉลี่ย 48 ปี ทำให้สตรีต้องใช้ชีวิตในช่วงหลังหมดประจำเดือน นานมากขึ้นประมาณกว่า 20 ปี หรือประมาณหนึ่งในสามช่วงของชีวิต (ธีรศักดิ์ ธำรงธีรกุล, 2541) วัยหมดประจำเดือน เป็นช่วงเวลาของชีวิตที่เปลี่ยนแปลงจากวัยเจริญพันธุ์ไปสู่วัยสูงอายุ เหตุการณ์ที่สำคัญในขณะนี้ คือการทำงานของรังไข่จะค่อยๆ ลดลงจนหมดไป ซึ่งมีผลทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและสรีรวิทยาของร่างกาย ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจอย่างมาก การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เหล่านี้ เกิดขึ้นทั้งในช่วงก่อนหมดประจำเดือน (premenopause) และหลังหมดประจำเดือน (postmenopause) ไปแล้วโดยอาจใช้ระยะเวลาแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล สตรีบางรายอาจอยู่ในช่วงเวลานี้ไปเพียงระยะเวลานั้นๆ แต่สตรีบางรายอาจใช้ระยะเวลายาวนานได้ถึง 15 ปี (พรรณพิไล ศรีอาภรณ์, 2537) นอกจากนี้การขาดฮอร์โมนในระยะยาว ยังส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพที่สำคัญ คือ โรคกระดูกพรุน โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด

สตรีวัยหมดประจำเดือน ซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 45-59 ปี พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ ที่เป็นไปตามธรรมชาติจากการลดลงของฮอร์โมน เอสโตรเจน อาการทางร่างกายที่พบได้บ่อยในระยะแรก คืออาการของระบบประสาทอัตโนมัติ ได้แก่ อาการร้อนวูบวาบ เหงื่อออกมาก (McKeon, 1994) อาการทางระบบอวัยวะสืบพันธุ์และระบบทางเดินปัสสาวะ ได้แก่ อาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะบ่อย ช่องคลอดแห้ง ความต้องการทางเพศลดลง เจ็บเวลามีเพศสัมพันธ์ (กอบจิตต์ ลิ้มปพยอม, 2539) อาการทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ได้แก่ อาการปวดหลังปวดเอวปวดกล้ามเนื้อ ปวดตามข้อ (นิมิต เตชะไกรชนะ และ กอบจิตต์ ลิ้มปพยอม, 2543) และอาการที่พบในระบบอื่นๆ ได้แก่ ผิวหนังขาดความยืดหยุ่นแห้งคัน เล็บเปราะหักง่าย ผมแห้งเปราะ หักง่ายและร่วงบ่อย สำหรับอาการทางด้านจิตใจที่พบได้บ่อยในสตรีวัยนี้ ได้แก่ อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย หงุดหงิด ปวดศีรษะ

เวียนศิริระ นอนไม่หลับ (Maddox, 1992) อาการเหล่านี้ถึงแม้จะไม่ก่อให้เกิดอันตรายโดยตรงต่อสุขภาพ แต่ก็ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตและการทำงานของสตรีวัยหมดประจำเดือน ปัญหาสุขภาพที่เกิดกับสตรีวัยหมดประจำเดือน นอกจากมีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนแล้ว ยังมีสาเหตุจากวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป จากสังคมชนบทเป็นสังคมเมือง มีการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมกรบริโภค เพิ่มการใช้เทคโนโลยี ลดการใช้แรงงาน มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพมากขึ้น เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา ทำให้ กลุ่มสตรีอายุ 45-59 ปี เป็นกลุ่มที่เริ่มพบภาวะ การเกิดโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ (noncommunicable diseases) สูงขึ้น โดยพบโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 34 โรคเบาหวาน ร้อยละ 12.4 อีกทั้งยังพบภาวะไขมันในเส้นเลือดสูงกว่ากลุ่มอื่นๆ คือพบร้อยละ 28 (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2549) นอกจากนั้น โรคมะเร็งก็เป็นอีกโรคหนึ่งที่เกิดกับสตรีไทย โดยพบว่ามะเร็งปากมดลูกมีอุบัติการณ์สูงเป็นอันดับหนึ่งของโรคมะเร็งทุกชนิด (สถาบันมะเร็งแห่งชาติ กรมการแพทย์, 2548) นอกจากนั้นการที่สตรีมีความคิดเห็นว่า การหมดประจำเดือนเป็นเรื่องธรรมชาติ จึงไม่ได้ให้ความสนใจกับปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงต่างๆ จากผลการหมดประจำเดือนจึงทำให้เกิดปัญหาสุขภาพขึ้นได้เช่นกัน (ลำภา อุปการกุล, 2538)

ในชุมชน ตำบลบ้านแม่ อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ มีจำนวนสตรีวัยหมดประจำเดือน ร้อยละ 24.3 ของจำนวนสตรีทั้งหมด ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาด้านสุขภาพ ทั้งที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติของวัย และการเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิต มีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม โดยพบว่า สตรีวัยหมดประจำเดือน สูบบุหรี่ ร้อยละ 22 มีภาวะน้ำหนักเกิน (ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25) ร้อยละ 36 ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ร้อยละ 36 ไม่ออกกำลังกาย ร้อยละ 52 และสตรีวัยหมดประจำเดือนป่วย เป็นโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 38 โรคปวดกระดูก และข้อ ร้อยละ 24 โรคเบาหวานร้อยละ 9 และส่งต่อสตรีวัยหมดประจำเดือนเข้ารับการรักษาคีคลินิกวัยทองโรงพยาบาลสันป่าตอง ร้อยละ 3 นอกจากนั้น ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2544-2549 มีสตรีวัยหมดประจำเดือนป่วยเป็นโรคมะเร็งปากมดลูก 5 ราย โรคมะเร็งเต้านม 4 ราย เสียชีวิต 1 ราย (ศูนย์สุขภาพชุมชนบ้านกัวแลน้อย, 2548ข) ดังนั้น ปัญหาด้านสุขภาพที่พบในสตรีวัยหมดประจำเดือนเหล่านี้ล้วนแต่ส่งผลกระทบต่อเงืองไปจนถึงวัยสูงอายุ และจะเพิ่มความรุนแรงมากขึ้น ดังนั้นสตรีวัยนี้จึงต้องมีการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมโดยเริ่มจากการสร้างเสริมสุขภาพ ซึ่งจะนำไปสู่การป้องกันโรคและลดภาวะเสื่อมถอยของร่างกาย เมื่ออายุมากขึ้นและนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี

แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) ได้เน้นการสร้างเสริมสุขภาพ การควบคุมและป้องกันโรคโดยให้ประชาชนมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพเหมาะสมตามกลุ่มวัย มีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักในการสร้างเสริม ป้องกันและดูแลสุขภาพของตนเอง (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ, 2545) กระทรวงสาธารณสุขได้ กำหนดนโยบาย

เมืองไทยแข็งแรง (Healthy Thailand) มียุทธศาสตร์การสร้าง คนไทยแข็งแรง เมืองไทยแข็งแรง โดยใช้สถานที่ตั้ง (setting) ได้แก่ ครอบครัว ชุมชน และกลุ่มวัย เช่น สตรี เด็กและเยาวชน ใช้กลยุทธ์สร้างการมีส่วนร่วม ผู้ขับเคลื่อนนโยบายในระดับพื้นที่ ได้แก่ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และสมาชิกชมรมสร้างสุขภาพ โดยมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้ให้การสนับสนุน มีกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพตามนโยบายหลักครอบคลุม ทั้ง 6 ด้าน (นโยบายหลัก 6 อ.) ได้แก่ ด้านอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านอารมณ์ ด้านอโรคา ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านอบายมุข (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2548) สตรีวัยหมดประจำเดือนเป็นกลุ่มวัยหนึ่งในชุมชนที่มีแนวโน้มจะเกิดปัญหาด้านสุขภาพดังที่กล่าวมาข้างต้น จึงต้องมีการสร้างเสริมสุขภาพที่เหมาะสมตามนโยบายหลัก 6 อ. โดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วมของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

การมีส่วนร่วมของบุคคล กลุ่มคนและชุมชน ถือเป็นเครื่องมือในการพัฒนา และเป็นจุดหมายปลายทางของการพัฒนา หากสามารถกระตุ้นให้ บุคคล กลุ่มคนและชุมชนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนา ย่อมจะก่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน (sustainable development) และต่อเนื่องตลอดไป ในระดับหมู่บ้านการสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือนให้มีภาวะสุขภาพที่ดี จำเป็นต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ซึ่งเป็นประชาชนในหมู่บ้านที่อาสาเข้ามาทำหน้าที่ดูแลภาวะสุขภาพของประชาชนในหมู่บ้านของตนเอง และเป็นเครือข่ายทีมสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข (สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน, 2537) โดยให้อสม. มีส่วนร่วมในการ ค้นหาปัญหา วางแผน ปฏิบัติการ รับผิดชอบต่อประโยชน์ และประเมินผล (WHO, 1978, อ้างใน ประเทือง วงศ์แจ้ง, 2541; Cohen & Uphoff, 1980)

ผู้ศึกษาในฐานะเป็นสมาชิกทีมสุขภาพในชุมชน ตำบลบ้านแม่ อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ มีหน้าที่ให้บริการด้านสุขภาพแก่ประชาชนในพื้นที่ ทั้งด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค การรักษาพยาบาลเบื้องต้น และการฟื้นฟูสภาพ โดยน่านโยบายของรัฐบาลมาดำเนินการร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน โดยเฉพาะการดำเนินงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพตามนโยบายหลัก 6 อ. ในกลุ่มสตรีวัยหมดประจำเดือนซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความสำคัญ ในสถาบันครอบครัว และเป็นวัยแรงงานของประเทศ ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึง การมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือนของอาสาสมัครสาธารณสุขในเขตรับผิดชอบของตนเอง ซึ่งยังไม่มีการศึกษาถึงเรื่องนี้มาก่อน ทั้งนี้เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน รวมทั้งนำไปสู่การพัฒนางานด้านสาธารณสุขต่อไป

วัตถุประสงค์การศึกษา

เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วม ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในการสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน

คำถามการศึกษา

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตำบลบ้านแม่ อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ มีส่วนร่วม ในการสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน โดยรวมและรายด้านเป็นอย่างไร

ขอบเขตการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive study) เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วม ในการสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน โดยรวบรวมข้อมูลจากอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 7-10 ตำบลบ้านแม่ อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ในเดือนธันวาคม 2549

นิยามศัพท์

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) หมายถึง ประชาชนที่อยู่ในหมู่บ้านสามารถอ่านออกเขียนได้ เป็นบุคคลที่เสียสละและสมัครใจช่วยเหลืองานด้านสาธารณสุข ที่ผ่านการพิจารณาคัดเลือกจากคณะกรรมการหมู่บ้านและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน โดยผ่านการอบรมและได้รับการรับรองเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

การมีส่วนร่วมของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมายถึง การที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ได้เข้าไปมีส่วนร่วม ค้นหาปัญหา วางแผน ปฏิบัติการ รับผลประโยชน์ และมีส่วนร่วมประเมินผลการสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน

การสร้างเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน หมายถึง กระบวนการส่งเสริมสนับสนุนสตรีวัยหมดประจำเดือนให้มีการดูแลสุขภาพ ตามนโยบายหลัก 6 อ. ได้แก่ ด้านอาหาร

ด้านการออกกำลังกาย ด้านอารมณ์ ด้านโรคภัย ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม และด้านอบายมุข เพื่อให้บรรลุสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจและสังคม

สตรีวัยหมดประจำเดือน หมายถึง ผู้หญิงอายุ 45-59 ปีที่มีสภาวะการมีประจำเดือนในระยะใดระยะหนึ่ง ดังต่อไปนี้ คือ ระยะก่อนหมดประจำเดือน ระยะใกล้หมดประจำเดือน ระยะหลังหมดประจำเดือน ซึ่งอาศัยอยู่ในหมู่ที่ 7-10 ตำบลบ้านแม อำเภอสันป่าตอง จังหวัด เชียงใหม่



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved