

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ 1) ศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรสาธารณสุขจังหวัดสระแก้ว 2) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรสาธารณสุขจังหวัดสระแก้ว 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่สามารถทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรสาธารณสุขจังหวัดสระแก้ว ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ บุคลากรสาธารณสุขจังหวัดสระแก้ว ทำการศึกษาระหว่างเดือนมิถุนายน–สิงหาคม 2552 ทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิจำนวน 398 คน ใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้วิเคราะห์ ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พอยท์ไบซีเรียล และการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 83.5) มีอายุในช่วง 31–39 ปี (ร้อยละ 43.5) การศึกษาระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 60.8) ตำแหน่งงานพยาบาล (ร้อยละ 38.2) รายได้ 10,000–19,999 บาท (ร้อยละ 30.4) มีประสบการณ์ทำงาน 6–10 ปี (ร้อยละ 20.9) มีลักษณะงานบริการ (ร้อยละ 71.3) สถานภาพสมรสแล้ว (ร้อยละ 51.3) ดัชนีมวลกายอยู่ในระดับสมส่วน (ร้อยละ 70.4)

ผลการศึกษาในภาพรวมพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับปัจจัยด้านจิตลักษณะซึ่งประกอบด้วย ความเชื่ออำนาจในตนในการรักษาสุขภาพ ระดับสุขภาพจิตและความสุขในชีวิต และระดับทัศนคติที่ดีต่อการส่งเสริมสุขภาพ ปัจจัยสนับสนุน ได้แก่ การได้รับการสนับสนุนจากบุคคล กลุ่ม หรือองค์กร ทั้งหมดอยู่ในระดับสูง

กลุ่มตัวอย่างมีระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี โดยด้านการปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยและสุขอนามัยมีระดับพฤติกรรมสูงสุด รองลงมาได้แก่ ด้านการจัดการความเครียดด้าน

การบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ส่วนด้านการออกกำลังกายมีระดับพฤติกรรมปานกลาง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ อายุ รายได้ ประสิทธิภาพการทำงาน ความเชื่ออำนาจในตนในการรักษาสุขภาพ สุขภาพจิตและความสุขในชีวิต ทักษะที่ดีต่อการส่งเสริมสุขภาพ และการได้รับการสนับสนุนจากบุคคล กลุ่ม หรือองค์กร

ปัจจัยที่สามารถอธิบายความแปรปรวนในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในภาพรวม ได้แก่ ทักษะที่ดีต่อการส่งเสริมสุขภาพ สุขภาพจิตและความสุขในชีวิต การได้รับการสนับสนุนจากบุคคล กลุ่ม หรือองค์กร ประสิทธิภาพการทำงาน ความเชื่ออำนาจในตนในการรักษาสุขภาพ ตามลำดับ ซึ่งสามารถรวมอธิบายความผันแปรพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรสาธารณสุข ได้ ร้อยละ 48.7

ข้อเสนอแนะจากการศึกษา

1) สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ควรมีการส่งเสริมพฤติกรรมด้านการออกกำลังกายของบุคลากรสาธารณสุขให้ดียิ่งขึ้น รมรงค์หรือหาแนวปฏิบัติที่ชัดเจนให้กับบุคลากร เช่น กำหนดวันระยะเวลา ที่แน่นอน และให้ถือปฏิบัติเป็นแนวเดียวกันทั้งหมดทุกระดับตำแหน่งงาน ให้การสนับสนุนในเรื่อง อุปกรณ์การกีฬา สถานที่ออกกำลังกาย เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการออกกำลังกายให้ดียิ่งขึ้น

2) สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ควรจัดทำโรงครัวเพื่อสุขภาพประจำสำนักงานหรือประจำโรงพยาบาล ประกอบอาหารหรือเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพให้บริการกับบุคลากร หรือพัฒนาให้สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดและ โรงพยาบาลเป็นศูนย์เรียนรู้อาหารเพื่อสุขภาพให้กับบุคลากรและประชาชนโดยทั่วไป

3) สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ควรจัดอบรมสัมมนา กิจกรรมบรรยาย ในหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพให้กับบุคลากรอยู่เสมอ ๆ เพื่อเป็นการพัฒนาองค์ความรู้และทักษะที่ดีอย่างสม่ำเสมอ

The three objectives of this study are: 1) to explore health promoting behaviour among health personnel of Sakaeo province; 2) to examine factors associating with their health promoting behavior; and 3) to investigate factors with ability to predict their health promoting behavior. The current study was conducted during June - August 2009. Population include health personnel of Sakaeo province who were recruited by stratified sampling method to obtain total 398 subjects. Questionnaire was used to collect data and statistical analysis was adopted and presented by frequency, percentage, mean, standard deviation, Pearson Correlation Coefficient, Point Biserial Correlation Coefficient, and Stepwised Multiple Regression Analysis.

Results showed that the samples are predominantly female (83.5 %), aged between 31–39 years (43.5 %), graduated with a bachelor degree (60.8 %), have held nursing position (38.2 %), earn 10,000–19,999 baht (30.4 %), have 6–10 years of work experience (20.9 %), engage in service job (71.3 %), were married (51.3 %) and report proportionate BMI (70.4 %).

In overall, the sample reflected high levels in psychological factors involving belief in internal locus of control in health care, mental health and happiness in life, positive attitude toward health promotion; and supporting factors including support from individual, group, or organization.

The sample demonstrated good level of health promoting behaviors with highest level in aspect of safety and hygiene practice, followed by stress management, food and drink consumption, and with moderate level in aspect of exercise.

Factors associating with health promoting behavior are age, income, work experience, belief in internal locus of control in health care, mental health and happiness in life, positive attitude towards health promotion, and support from individual, group, or organization.

Factors capable of describing the variance in health promoting behavior by overall involve positive attitude toward health promotion, mental health and happiness in life, support from individual, group, or organization, work experience, belief in internal locus of control in health care, respectively, which can co-explain 48.7 % of the variance in health promoting behavior of health personnel.

#### Recommendations

1) The provincial health office should promote for better exercise behavior of their health personnel, including the campaign and clear practical guidelines for such as fixed dates and time to be held by every level of positions, as well as the support of sport equipment and exercise venue, to yield better exercise behavior.

2) The provincial health office should make available healthy kitchen in their office or hospital to serve healthy food and drinks for their health staff, or develop the provincial health office and hospital to become healthy food learning center for general public.

3) The provincial health office should regularly conduct trainings, seminars, activities, lectures in related topics on development of health promoting behavior for their staff, to enhance body of knowledge and positive attitude.