

บทคัดย่อ

สุขภาพเป็นรากฐานสำคัญในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ซึ่งเกี่ยวข้องกับตัวบุคคล สังคม และสิ่งแวดล้อม หากปัจจัยดังกล่าวขาดความสมดุลก็จะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพได้ การวิจัยครั้งนี้ศึกษาถึงพฤติกรรม ทักษะ การรับรู้ นโยบายและสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย ปัญหาและอุปสรรคมีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ดังกล่าวของบุคลากรแพทย์แผนไทยประยุกต์สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทย และการแพทย์ทางเลือก ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือบุคลากรแพทย์แผนไทยประยุกต์ ที่สังกัด ในสถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์พฤติกรรม และ ทักษะ เกี่ยวกับโภชนาการและการออกกำลังกาย การสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง แบบสัมภาษณ์ผ่านการ

ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิและมีค่าความเที่ยงของแบบสอบถามในแต่ละส่วน จากการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.76 เก็บรวบรวมข้อมูลเดือน กุมภาพันธ์ 2553 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและใช้การประชุมกลุ่มเพื่อเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมสุขภาพด้านโภชนาการและการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับดี ทักษะเกี่ยวกับโภชนาการและการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับดี สำ ผลการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง พบว่า บรรยากาศในที่ทำงาน นโยบาย และสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างเป็นอย่างมาก

จากผลการวิจัยครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะ ว่าสถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ควรพัฒนาหรือจัดทำโครงการเพื่อพัฒนาบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน และติดตามพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล กระตลอดช่วงเวลาในการปฏิบัติงาน รวมทั้งมีกิจกรรม การส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับบุคลากรแพทย์แผนไทยประยุกต์ ควรจัดให้มีสถานที่เพื่อให้บุคลากรใช้ในการออกกำลังกาย และควรให้มีหน่วยแนะแนวให้คำแนะนำและคำปรึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพ และ มีการจัดกิจกรรมให้บุคลากรแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องสุขภาพ