

### บทที่ 3

#### วิธีการศึกษา

#### สถานที่ศึกษาวิจัย

การเลือกพื้นที่ศึกษาวิจัย เป็นการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) ตามลักษณะทางภูมิศาสตร์ ความเป็นชนบทโดยดูจากลักษณะที่สำคัญได้แก่ อาชีพเกษตรกรรม มีสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ

อำเภอเมืองเฟื่องตั้งอยู่ทางทิศเหนือของจังหวัดเวียงจันทน์ ทิศเหนือของอำเภอติดกับอำเภอวังเวียง และกาสี ทิศใต้ติดกับอำเภอสังทอง ทิศตะวันตกติดกับอำเภอเมืองมัตและ ทิศตะวันออกติดกับอำเภอหินเหิบ ตัวอำเภอเมืองเฟื่องอยู่ห่างจากจังหวัดเวียงจันทน์ประมาณ 136 กิโลเมตร เส้นทางคมนาคมมีบางส่วนที่ลาดยางและบางส่วนเป็นดินแดงเรียบไปตามสันภู มีความลำบากในการคมนาคมโดยเฉพาะในฤดูฝน สภาพแวดล้อมเป็นภูเขา มีวัด 43 แห่ง ตลาด 1 แห่ง ในด้านสาธารณสุขพบโรค ครว้เรื้อนที่มีการใช้น้ำประปาร้อยละ 25 น้ำบ่อร้อยละ 30 น้ำบาดาล ร้อยละ 15 น้ำห้วยร้อยละ 5 และน้ำจากอ่างเก็บน้ำไหลมาตามท่อไม้ไผ่หรือท่อยางร้อยละ 25 ครว้เรื้อนที่มีไฟฟ้าใช้ร้อยละ 92 ครว้เรื้อนที่มีส้วมร้อยละ 68

อำเภอเมืองเฟื่อง มี 47 หมู่บ้าน จำนวนประชากรในปี 2008 มี 6,336 ครว้เรื้อน ประชากร 32,799 คน เป็นลาวลุ่ม 19,941 คน หญิง 9,226 คน (ร้อยละ 46.24) เป็นลาวสูง 7,844 คน หญิง 4,341 คน (ร้อยละ 55.34) เป็นลาวทาง 5,014 คน หญิง 2,452 คน (ร้อยละ 48.90) เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปี มี 70 คน เด็ก 1-5 ปี มี 320 คน อัตราการย้ายถิ่นร้อยละ 1

สถานบริการสุขภาพของรัฐ มีโรงพยาบาลอำเภอเมืองเฟื่อง 1 แห่ง ขนาด 30 เตียงและเป็นโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก มีสถานอนามัย 4 แห่ง

#### กลุ่มประชากรที่ศึกษา

กลุ่มประชากรที่ศึกษาเป็นหญิงหลังคลอดและมารดาของทารกที่มีอายุ 0-1 ปี มีเกณฑ์ในการรับเข้าศึกษา หรือ Inclusion criteria คือเป็นแม่ที่คลอดปกติ ไม่มีภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด ทารกคลอดครบกำหนดและน้ำหนักแรกคลอดไม่ต่ำกว่า 2,500 กรัม ไม่มีภาวะแทรกซ้อน เกณฑ์คัดออกจากการศึกษาหรือ Exclusion criteria ได้แก่แม่ที่มีโรคประจำตัว แม่ที่เจ็บป่วย

### การคำนวณขนาดตัวอย่างของกลุ่มประชากรที่ศึกษา

การคำนวณขนาดตัวอย่าง จาก ข้อมูลจากโรงพยาบาลเมืองเฟื่อง จำนวนหญิง ตั้งครรภ์ที่มาคลอดที่โรงพยาบาล โดยเฉลี่ย 13-16 รายต่อเดือน หรือ 130-160 รายต่อปี เลือกร ตัวอย่างตามเกณฑ์การรับเข้าศึกษาและเกณฑ์การคัดออก สุ่มตัวอย่างแบบ Simple random sampling จำนวน 112 คน ศึกษาการบริโภคอาหารของมารดาและการให้อาหารทารกของมารดา นั้น (mother-infant pair) โดยชี้แจงให้ทราบถึง วัตถุประสงค์ของการศึกษา และวิธีดำเนินการแล้ว สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการ พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบว่าสามารถถอนตัวจาก โครงการได้ทุกเมื่อ

$$n = \frac{NZ^2\alpha_{/2} \pi (1-\pi)}{d^2 (N-1) + Z^2\alpha_{/2} \pi (1-\pi)}$$

จากการทบทวนงานวิจัย Barennes (2007, pp1-9) พบว่าหญิงหลังคลอดมีความชุกของ การงดอาหารแสดงบางอย่างคิดเป็นร้อยละ 90 ทั้งนี้ต้องการให้มีความคลาดเคลื่อนที่ทำให้ค่า ความชุกจากตัวอย่างที่จะได้นี้คลาดเคลื่อนไปไม่เกินร้อยละ 3 และความผิดพลาดของการสุ่มอยู่ ในระดับ 5%

$$\begin{aligned} n &= \frac{NZ^2\alpha_{/2} \pi (1-\pi)}{d^2 (N-1) + Z^2\alpha_{/2} \pi (1-\pi)} \\ &= \frac{130 \times 1.96^2 \times 0.90 \times (1-0.90)}{[0.03^2 (130 - 1)] + [1.96^2 \times 0.90 \times (1-0.90)]} \\ &= \frac{130 \times 0.345}{0.12 + 0.345} \\ &= 96 \end{aligned}$$

## ระยะเวลาในการศึกษาวิจัย

ระยะเวลา 7 เดือน ตั้งแต่ ตุลาคม 2551 ถึง เมษายน 2552

## รูปแบบการวิจัยและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาพตัดขวาง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่มีโครงสร้าง (structured questionnaire) (ภาคผนวก ก) และการชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ส่วนคือ

- ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ศาสนา อาชีพ จำนวนบุตร รายได้ การมีที่ดินเป็นของตนเอง
- ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการฝากครรภ์ สถานที่คลอดบุตร ทารกได้รับการวัคซีน การได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตัวการบริโภคอาหารของมารดา การอยู่ไฟ และการจำกัดอาหาร อาหารที่บริโภคได้มากและเหตุผล และประเด็นคำถาม เกี่ยวกับการให้อาหารทารก ได้แก่ การให้น้ำนมเหลือง การให้นมแม่ และการให้อาหารเสริมตามวัย
- ส่วนที่ 3 การประเมินอาหารที่บริโภคใช้วิธีการซักประวัติอาหารใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา (24 hour dietary recall) 1 วัน และการวัดความถี่ในการบริโภค (Food frequency questionnaire) โดยแบ่งความถี่ 9 ช่วง มีรายการอาหารจำแนกตามอาหารหลัก 5 หมู่ รวม 83 ชนิด เป็นรายการอาหารที่คนในชุมชนบริโภคเป็นประจำ ในการซักถามปริมาณอาหารที่บริโภค ได้ให้มารดาดูโมเดลอาหาร 25 รายการที่มีขนาด/ปริมาณ 1 ส่วนตามหน่วยอาหารแลกเปลี่ยน (Food exchange list) เพื่อให้ได้คำตอบของหน่วยปริมาณที่กิน เป็นขนาดขึ้น ถ้วยตวง ช้อนตวง แล้วปรับเป็นหน่วยบริโภคและน้ำหนักเป็นกรัม คำนวณปริมาณ พลังงาน และสารอาหารโดยโปรแกรม NutriSurvey for Windows, 2005

การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ใช้เครื่องชั่งน้ำหนักที่มีเครื่องวัดส่วนสูง (Misaki, Japan) สามารถชั่งได้ ในรายละเอียด 100 กรัม และวัดส่วนสูงได้ละเอียด 0.1 เซนติเมตร

## ขั้นตอนการดำเนินงานและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการดำเนินงานและการเก็บรวบรวมข้อมูลมีดังนี้

1. ติดต่อประสานงานกับเจ้าเมือง สาธารณสุขเมือง ผู้อำนวยการโรงพยาบาล ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย พร้อมทั้งรายละเอียดในการดำเนินงาน เพื่อขอความร่วมมือในการประสานงานกับกลุ่มตัวอย่าง
2. เตรียมแบบสอบถามที่มีโครงสร้าง (structured questionnaire) และกำหนดประเด็น (ภาคผนวก ก)
3. เตรียมทีมวิจัยเพื่อวางแผนการทำงานร่วมกัน และทำความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการสัมภาษณ์ ตามแบบสอบถาม
4. จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์สำหรับประเมินปริมาณอาหารได้แก่ ถ้วยตวง ช้อนตวง โมเดลอาหารซึ่งจัดในปริมาณตามตารางอาหารแลกเปลี่ยน
5. เพื่อประเมินแบบสอบถามและเพื่อให้ทีมวิจัย (ผู้สัมภาษณ์) ทั้ง 3 คน มีมาตรฐานการสัมภาษณ์ที่ใกล้เคียงกัน ทีมวิจัยพบหญิงหลังคลอดที่มีทารกอายุ 0-1 ปี ที่มารับบริการที่แผนกแม่และเด็ก ผู้สัมภาษณ์ 1 คน ทำการสัมภาษณ์หญิงหลังคลอด 4 รายโดยที่ทีมวิจัยที่เหลืออีก 2 คน ไม่ได้ร่วมสัมภาษณ์แต่ได้รับฟังและเก็บข้อมูลไปพร้อมกันด้วย ทำเช่นเดียวกันนี้กับผู้สัมภาษณ์อีก 2 คน รวมผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด 12 รายในกระบวนการประเมินแบบสอบถามและสร้างมาตรฐานการสัมภาษณ์ที่ใกล้เคียงกัน
6. ปรับแบบสอบถามและวิธีการสัมภาษณ์ให้ได้ข้อมูลตรงกันและตรงกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา
7. ผู้วิจัยพบหญิงหลังคลอดที่มีทารกอายุ 0-1 ปี ทุกรายที่มารับบริการที่แผนกแม่และเด็ก ในช่วงเวลาที่ทำการวิจัย ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลของหญิงหลังคลอดรายนั้นๆ จากสมุดฝากครรภ์ และเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ในการรับเข้าศึกษาและเกณฑ์คัดออกจากการศึกษา มีการสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการ
8. เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์หญิงหลังคลอดแต่ละรายที่นำทารกมารับบริการที่แผนกแม่และเด็กโดยใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมงต่อ 1 ราย ดำเนินการนี้ทุกวันอังคารถึงศุกร์ เพื่อให้มีการประเมินอาหารที่บริโภคตามปกติที่ไม่ใช่วันหยุดสุดสัปดาห์

9. สำหรับหญิงหลังคลอดที่ให้ผู้สื่อข่าวมารับบริการแทนนั้น ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลจากสมุดฝากครรภ์ ตามเกณฑ์ในการรับเข้าศึกษาและเกณฑ์คัดออกจากการศึกษา แล้วจึงไปสัมภาษณ์ด้วยตนเองที่บ้าน โดยผู้วิจัย 1 คน สัมภาษณ์หญิงหลังคลอดวันละ 2 รายๆ ละ 2 ชั่วโมง

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ประมวลผลข้อมูลหรือคำนวณค่าสถิติด้วยโปรแกรม SPSS version 14.0 มีแผนการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาได้แก่ ค่าเฉลี่ยของตัวแปรอายุ น้ำหนักและค่า 95%CI ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปริมาณสารอาหารที่มารดาบริโภค ค่าร้อยละและการประมาณค่าแบบช่วงของการปฏิบัติในด้านการบริโภคอาหารของมารดาและการให้อาหารทารก ค่าร้อยละภายหลังการจัดกลุ่มแบ่งตามเกณฑ์มาตรฐาน BMI การประมาณค่าของผลกระทบบของตัวแปรต้นจากค่า odds ratio