

3736559 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : สุขศึกษา ; วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)

คำสำคัญ : อาการของภาวะหมดประจำเดือน / พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

วัลลดา เล้ากอบกุล : การประยุกต์แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของสตรีวัยก่อนหมดประจำเดือน อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี (AN APPLICATION OF PENDER' S HEALTH PROMOTION MODEL TO PROMOTE HEALTH BEHAVIOR AMONG PREMENOPAUSAL WOMEN IN MUANG DISTRICT OF CHONBURI PROVINCE) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : วสันต์ ศิลปสุวรรณ M.P.H., Dr.P.H., ประภาเพ็ญ สุวรรณ M.S., Ph.D., นิमित เตชไกรชนะ วท.บ., พ.บ. 171 หน้า ISBN 974-662-506-3

ภาวะหมดประจำเดือน เป็นช่วงวิกฤตช่วงหนึ่งของสตรีวัยกลางคนทุกคน ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และครอบครัว และยังมีปัญหาสุขภาพจากภาวะหมดประจำเดือนเพิ่มขึ้นโดยเฉพาะโรคกระดูกพรุน โรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน ถ้ามีการปรับตัวและการปฏิบัติตัวได้เหมาะสม จะทำให้สตรีวัยกลางคนดำเนินชีวิตด้วยความสุข

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา ในการส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยก่อนหมดประจำเดือน โดยการประยุกต์แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีวัยก่อนหมดประจำเดือนจำนวน 80 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 40 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสุขศึกษา เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ 2 ครั้ง คือ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ผลการวิจัย พบว่า โปรแกรมสุขศึกษาสามารถทำให้สตรีวัยก่อนหมดประจำเดือนมีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ และมีพฤติกรรมในการส่งเสริมสุขภาพดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) นอกจากนี้ยังพบว่า การรับรู้ภาวะสุขภาพ การรับรู้ความคาดหวังในความสามารถแห่งตนในการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ รายได้ และน้ำหนักตัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้น โปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์มาจากแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ สมควรจะได้รับการพิจารณานำไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของสตรีวัยทองกลุ่มอื่น ๆ ต่อไป