

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### 1. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่รับยาต้านไวรัสเอชไอวี ตั้งแต่ 10 ปี ขึ้นไป โดยใช้รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของ Pender et al. (2002) มาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาครั้งนี้

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่รับยาต้านไวรัสเอชไอวี ตั้งแต่ 10 ปี ขึ้นไป จำนวน 54 ราย เลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ด้วยวิธีการจับฉลากผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่มารับบริการและติดตามการรักษา ณ โรงพยาบาลระดับตติยภูมิ 5 แห่ง ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ โรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่น โรงพยาบาลศรีนครินทร์ โรงพยาบาลศูนย์อุดรธานี โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ โรงพยาบาลมหาสารคามราชสีมา โดยได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์และได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัสเอชไอวี ตั้งแต่ 10 ปี ขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง อายุระหว่าง 15-60 ปี เป็นผู้ป่วยที่มีการดื้อยาและไม่มีการดื้อยา สามารถพูด ฟังภาษาไทยและสื่อความหมายได้ดี มีความสมัครใจและผ่านความยินยอมให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบสัมภาษณ์ซึ่งประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปและแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับยาต้านไวรัสเอดส์ของ สุวรรณ บุญยะสิทธิ์พรหม (2550) ซึ่งพัฒนาจากกรอบแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพของ Pender et al. (2002) นำไปหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86

ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 1 เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2553 ถึงวันที่ 20 เดือนกันยายน พ.ศ. 2553 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{x} = 3.48, S.D. = 0.24$ )

1.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพรายด้านของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับดีและดีมาก เรียงลำดับค่าคะแนนเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ได้แก่ 1) พฤติกรรมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพขณะได้รับยาต้านไวรัสเอชไอวี ( $\bar{x} = 3.75, S.D. = 0.15$ ) 2) พฤติกรรมสุขภาพด้านการพัฒนาด้านจิตวิญญาณ ( $\bar{x} = 3.69, S.D. = 0.30$ ) 3) พฤติกรรมสุขภาพด้านโภชนาการ ( $\bar{x} = 3.54, S.D. = 0.32$ ) 4) พฤติกรรมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียด ( $\bar{x} = 3.45, S.D. = 0.44$ ) 5) พฤติกรรมสุขภาพด้านการมีกิจกรรมและการออกกำลังกาย ( $\bar{x} = 3.33, S.D. = 0.40$ ) และ 6) พฤติกรรมสุขภาพด้านการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ( $\bar{x} = 3.13, S.D. = 0.44$ )

## 2. ข้อเสนอแนะ

### 2.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

#### 2.1.1 ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

2.1.1.1 การวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดีและดีมาก พฤติกรรมสุขภาพที่อยู่ในระดับดีมากบุคลากรด้านสุขภาพควรส่งเสริมให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่รับประทานยาต้านไวรัสเอชไอวีคงไว้ซึ่งการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพอย่างยั่งยืน สำหรับพฤติกรรมสุขภาพที่อยู่ในระดับดีบุคลากรด้านสุขภาพควรส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก เช่น การพัฒนารูปแบบหรือแนวทางในการส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมสุขภาพเหมาะสมขณะทำการรักษาด้วยยาต้านไวรัสเอชไอวี เพื่อป้องกันปัญหาการดื้อยาต้านไวรัสเอชไอวีในอนาคตต่อไป

2.1.1.2 การวิจัยครั้งนี้พบว่าแม้กลุ่มตัวอย่างจะมีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดีและดีมาก แต่พฤติกรรมสุขภาพรายด้านและรายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพน้อยที่สุดคือ พฤติกรรมสุขภาพด้านการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยเฉพาะการแสวงหาข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคและการดูแลสุขภาพจากกลุ่มเพื่อนที่มีประสบการณ์คล้ายคลึงกันอยู่ในระดับพอใช้ และพฤติกรรมสุขภาพด้านการมีกิจกรรมและการออกกำลังกายโดยเฉพาะการหาความรู้เกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายต่าง ๆ ที่เหมาะสม ดังนั้นบุคลากรด้านสุขภาพควรหาวิธีการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพดังกล่าว ในกรณี que ผู้ป่วยมีการเปิดเผยตนเองควรมีการจัดกิจกรรมเข้ากลุ่มเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ป่วยพบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพร่วมกัน การหาแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพด้านการมีกิจกรรมและการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับบริบทของผู้ป่วย โดยการให้การให้คำปรึกษาทั้งในรายบุคคลและรายกลุ่มเกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยให้สอดคล้องกับแบบแผนการดำเนินชีวิตหรือการประกอบอาชีพของแต่ละบุคคล

## 2.1.2 ด้านการศึกษาพยาบาล

2.1.2.1 ควรมีการนำเอาแนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและมโนทัศน์ที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ ให้อยู่ในเนื้อหาของหลักสูตร โดยเฉพาะการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัสเอชไอวีร่วมด้วย เพื่อให้นักศึกษาพยาบาลตระหนักถึงความสำคัญและสามารถวางแผนการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 2.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.2.1 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับยาต้านไวรัสเอชไอวีในระยะยาวต่อไป

2.2.2 ควรมีการศึกษาเชิงทดลองเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับยาต้านไวรัสเอชไอวี ในประเด็นเกี่ยวกับด้านการออกกำลังกายหรือด้านการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

2.2.3 ควรมีการศึกษาวิจัยเพื่อหาแนวทางในการส่งเสริมให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับยาต้านไวรัสเอชไอวี สามารถปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและคงไว้ซึ่งการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพนั้นอย่างยั่งยืนต่อไป

2.3.4 ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวกับปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับยาต้านไวรัสเอชไอวีที่มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ระดับดีมากและสามารถดำรงชีวิตได้ในระยะยาว เพื่อที่จะได้นำข้อมูลเชิงลึกมาใช้ในการวางแผนและการปฏิบัติกรพยาบาลในการส่งเสริมให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับยาต้านไวรัสเอชไอวีมีพฤติกรรมสุขภาพเหมาะสมและยั่งยืนต่อไป