

# **SOCIO-ECONOMIC-DEMOGRAPHIC FACTORS, HEALTH STATUS AND EXERCISE OF THAI POPULATION**

**ISSARA SIRAMANEERAT 5436776 PRDE/D**

**Ph.D. (DEMOGRAPHY)**

**THESIS ADVISORY COMMITTEE: YOTHIN SAWANGDEE,Ph.D.,  
ROSSARIN GRAY,Ph.D., POJJANA HUNCHANGSITH, Ph.D.**

## **ABSTRACT#**

The adverse health effects of the lack of exercise are well known. The objective of this study was to identify the main factors related to exercise and health status. The study employed data from the 2010 Evaluation of Health Promotion and Sports for Health in the local Authorities Project. The study included women (38.6%) and men (61.4%) The average age was 52 (SD=14.8 years). More than half of the respondents reported educational attainment of primary school (62.2%). Most subjects were married (68.2%). Farming accounted for the largest occupation category (25.3%); two-thirds were living in an urban location and more (25.2%) lived in the Northeast than other regions.

Multi-logistic regression revealed that recommended exercise was related to attitude toward exercise, perceived benefit of exercise, involvement in exercise campaigns, and access to an exercise facility. Knowledge and attitude about exercise and involvement in a health/sports club were most closely related to health status. Public health managers should consider supporting sports campaigns and exercise facilities as the motivators driving behavior appear to differ across characteristic status.

**KEY WORDS: EXERCISE / HEALTH BEHAVIOR / HEALTH STATUS**

**208 pages**

ปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจ และประชากรที่มีผลต่อสถานะทางสุขภาพและการออกกำลังกายของ  
ประชากรไทย

SOCIO-ECONOMIC-DEMOGRAPHIC FACTORS, HEALTH STATUS AND EXERCISE OF  
THAI POPULATION

อิสรา ศิรมณิรัตน์ 5436776 PRDE/D

ปร.ค. (ประชากรศาสตร์)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: โยธิน แสงวดี, Ph.D., รศรินทร์ เกรย์, Ph.D.,  
พจนา หันจางสิทธิ์, Ph.D.

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อหาปัจจัยหลักที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายและ  
สถานะทางสุขภาพของคนไทย โดยใช้ข้อมูลการประเมินผลการส่งเสริมสุขภาพและการกีฬาใน  
ภูมิภาคท้องถิ่นปี 2553 ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง (38.6%) และเพศชาย (61.4%)  
มีอายุเฉลี่ย 52 ปี ส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา(62.2%) ส่วนใหญ่แต่งงานแล้ว  
(68.2%) มีอาชีพเป็นเกษตรกร (25.3%) นอกจากนี้ยังพบว่าสองในสามของกลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ใน  
เขตเมือง และอาศัยอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ผลจากการวิเคราะห์การถดถอยพหุโลจิสติกพบว่าการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับ  
ทัศนคติต่อการออกกำลังกาย การรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกาย การมีส่วนร่วมในโปรแกรม  
การออกกำลังกาย และการเข้าถึงอุปกรณ์การออกกำลังกาย นอกจากนี้ความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับ  
การออกกำลังกาย และการเป็นสมาชิกในชมรมสุขภาพ และชมรมกีฬา มีความสัมพันธ์กับสถานะ  
ทางสุขภาพของประชากรไทย ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องควรพิจารณาสนับสนุนโปรแกรมการออกกำลังกาย  
และอุปกรณ์การออกกำลังกายในชุมชน เพื่อจูงใจให้ประชากรไทยมีการออกกำลังกายเพิ่มมาก  
ขึ้น