

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 กรอบแนวคิด	6
1.3 คำถามการวิจัย	11
1.4 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	11
1.5 สมมติฐานการวิจัย	11
1.6 ขอบเขตของการวิจัย	11
1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	11
1.8 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	12
บทที่ 2 แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	16
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลตนเอง	16
2.2 การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของหลังคลอดโดยทั่วไปและหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย	19
2.3 ภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดโดยทั่วไปและหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย	39
2.4 ความสัมพันธ์ของการปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองกับภาวะสุขภาพและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	47
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	50
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	50
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	51
3.3 การหาคุณภาพเครื่องมือ	57
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล	58
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล	59

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและการอภิปรายผล	60
4.1 ผลการวิจัย	60
4.2 การอภิปรายผล	97
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	116
5.1 สรุปผลการวิจัย	117
5.2 ข้อเสนอแนะของการวิจัย	117
5.3 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	121
เอกสารอ้างอิง	122
ภาคผนวก	130
ภาคผนวก ก. สูตรที่ใช้ในการคำนวณ	131
ภาคผนวก ข. การศึกษานำร่อง	134
ภาคผนวก ค. แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัย	138
ภาคผนวก ง. รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ	156
ประวัติผู้เขียน	158

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	แสดงอาหารที่หญิงหลังคลอดควรรับประทานในแต่ละวัน	21
ตารางที่ 2	จำนวนและร้อยละของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย จำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม	62
ตารางที่ 3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการ ปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองโดยทั่วไปของหญิงหลัง คลอดที่มีอายุน้อย ทั้งโดยรวมและรายด้าน	64
ตารางที่ 4	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปด้าน การได้รับอาหาร น้ำ และอากาศที่เพียงพอ	66
ตารางที่ 5	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปด้าน การรักษาไว้ซึ่งการขับถ่ายและการระบายที่ปกติ โดย จำแนกเป็นรายข้อ	68
ตารางที่ 6	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปด้าน การรักษาสมดุลระหว่างการพักผ่อนและการมีกิจกรรม โดยจำแนกเป็นรายข้อ	69
ตารางที่ 7	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปด้าน การรักษาไว้ซึ่งสมดุลระหว่างการใช้เวลาเป็นส่วนตัวและ การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยจำแนกเป็นรายข้อ	71
ตารางที่ 8	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปด้าน การป้องกันอันตรายต่อชีวิตหน้าที่และสวัสดิภาพโดย จำแนกเป็นรายข้อ	72
ตารางที่ 9	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป ด้านการส่งเสริมหน้าที่และพัฒนาการให้ถึงขีดสุดโดย จำแนกเป็นรายข้อ	74

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการทั้งโดยรวมและรายด้าน	75
ตารางที่ 11 ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการด้านการคงไว้ซึ่งภาพลักษณ์ของตนเอง จำแนกตามรายข้อ	76
ตารางที่ 12 ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการด้านการรักษาไว้ซึ่งความเป็นตนเอง จำแนกตามรายข้อ	77
ตารางที่ 13 ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการด้านการคงไว้ซึ่งการยอมรับนับถือตนเอง จำแนกตามรายข้อ	78
ตารางที่ 14 ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการด้านการคงไว้ซึ่งการยอมรับบทบาท จำแนกตามรายข้อ	80
ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อยโดยรวม	81
ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนประเมินภาวะสุขภาพในภาพรวม โดยจำแนกรายข้อ	82
ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนประเมินการรับรู้ภาวะสุขภาพและความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมด้านร่างกาย จำแนกเป็นรายด้าน	83
ตารางที่ 18 ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการประเมินด้านการรับรู้ถึงความสมบูรณ์ทางด้านร่างกายของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย จำแนกตามรายข้อ	85

สารบัญตาราง (ต่อ)

หน้า

ตารางที่ 19	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การประเมินการรับรู้ภาวะสุขภาพด้านร่างกาย ด้านการ รับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำ วันด้วยตนเอง จำแนกเป็นรายข้อ	88
ตารางที่ 20	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การรับรู้ถึงความสามารถในการดูแลช่วยเหลือบุตรซึ่งอยู่ ในความดูแล จำแนกเป็นรายข้อ	89
ตารางที่ 21	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การประเมินภาวะด้านจิตใจหลังคลอดจากความรู้สึก อารมณ์ช่วงหลังคลอด จำแนกเป็นรายข้อ	91
ตารางที่ 22	ร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การประเมินภาวะด้านสังคมจากเหตุการณ์และความรู้สึก จำแนกเป็นรายข้อ	93
ตารางที่ 23	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมการ ดูแลตนเองกับภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดที่มีอายุ น้อย	95
ตารางที่ 24	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมการ ดูแลตนเองกับภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดที่มีอายุ น้อย เมื่อพิจารณาการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองเป็น รายด้าน	96

สารบัญภาพ

	หน้า
แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองกับภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย	10