

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ	สังกัด
1. นายแพทย์ชัย กฤติยาภิชาติกุล	ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 10 เชียงใหม่
2. แพทย์หญิงวิทยาภรณ์ ศรีภิรมย์	นายแพทย์ 8 หัวหน้ากลุ่มงานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลลำพูน
3. รองศาสตราจารย์มนัส ยอดคำ	อาจารย์ประจำสาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
4. รองศาสตราจารย์อเนก ช้างน้อย	อาจารย์ประจำสาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
5. นางอนงค์ศิลป์ ด่านไพบูลย์	นักวิชาการสาธารณสุข 7 กลุ่มงานอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำพูน

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามงานวิจัย

แบบสัมภาษณ์เจ้าของสถานประกอบการ

การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของคนงานโรงงานไม้แปรรูป จังหวัดเชียงใหม่

คำชี้แจง

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของคนงานโรงงานไม้แปรรูปในจังหวัดเชียงใหม่ ผู้ศึกษาจึงใคร่ขอสอบถามความคิดเห็นของท่านต่อเรื่องดังกล่าว คำตอบของท่านจะนำไปวิเคราะห์เป็นภาพรวม ขอความกรุณาตอบตามความเป็นจริง และขอขอบคุณที่ท่านให้ความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลของท่านจะเป็นแนวทางในการวางแผนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพแก่ภาคธุรกิจโรงงานลักษณะเดียวกันอื่น ๆ ต่อไป

แบบสัมภาษณ์ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของโรงงาน
- ส่วนที่ 2 นโยบาย/กฎระเบียบและกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ
- ส่วนที่ 3 การลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพแก่คนงาน

แบบสัมภาษณ์เจ้าของสถานประกอบการ
การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานโรงงานไม้แปรรูป จังหวัดเชียงใหม่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของโรงงาน

1. ระดับการศึกษาของเจ้าของโรงงาน

- | | | |
|---|---|--|
| ☐ ประถม | ☐ มัธยมศึกษาตอนต้น | ☐ มัธยมศึกษาตอนปลาย |
| ☐ ปวช. | ☐ ปวส. | ☐ ปริญญาตรี |
| ☐ สูงกว่าปริญญาตรี | ☐ อื่น ๆ (ระบุ)..... | |

2. คนงานทั้งหมดจำนวน.....คน ชาย.....คน หญิง.....คน

3. โรงงานเปิดดำเนินการมาเป็นระยะเวลา.....ปี

ส่วนที่ 2

ก. นโยบาย/กฎระเบียบและกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

1. ในส่วนของนโยบาย/กฎหมายที่กำหนดโดยรัฐ เพื่อสุขภาพและความปลอดภัยของคนงาน มีอะไรบ้างที่โรงงานต้องปฏิบัติตาม

1.1 มีนโยบายด้านความปลอดภัยในการทำงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

1.2 มีคณะกรรมการความปลอดภัยในการทำงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

1.3 มีเจ้าหน้าที่ความปลอดภัย (จ.ป.) วิชาชีพ รับผิดชอบโรงงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี

1.4 การจัดสวัสดิการด้านอาหารแก่คนงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี

1.5 การจัดสวัสดิการด้านที่พักคนงานในช่วงเวลาพักระหว่างชั่วโมงทำงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

1.6 การจัดสวัสดิการด้านสถานที่ออกกำลังกายสำหรับคนงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

1.7 การทำประกันสุขภาพหรือการทำประกันอุบัติเหตุเสริมให้คนงานนอกเขตการประกันสังคม

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

1.8 การจัดสวัสดิการเสริมอื่น ๆ

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

2. มีองค์กรหรือหน่วยงานของรัฐใดบ้างที่เข้ามากำกับดูแลหรือให้ความช่วยเหลือในการส่งเสริมสุขภาพของคนงาน

- ☐ กองอาชีวอนามัย กรมอนามัย
☐ สำนักงานประกันสังคมจังหวัด
☐ สถิติการและคุ้มครองแรงงานจังหวัด
☐ สถานีอนามัย โรงพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลจังหวัด

- ข. นโยบายและกิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในโรงงาน

1. ตรวจสุขภาพคนงานก่อนรับเข้าทำงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

2. ตรวจสุขภาพประจำปีของคนงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

3. มีกิจกรรมออกกำลังกายของคนงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

4. มีกิจกรรมคลายเครียดของคนงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

5. มีป้ายประกาศเสริมความรู้เกี่ยวกับโรคตามฤดูกาล/โรคเอดส์/การดูแลสุขภาพทั่วไป ฯลฯ ให้แก่คนงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

6. มีการฝึกทักษะในการปฏิบัติงานให้คนงานเสมอ

- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

7. ห้ามสูบบุหรี่ในสถานที่ทำงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มีระเบียบปฏิบัติ

8. ห้ามดื่มสุราในขณะที่ปฏิบัติงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มีระเบียบปฏิบัติ

9. ห้ามรับประทานขนม ของขบเคี้ยวในขณะที่ปฏิบัติงาน

- ☐ ไม่มี ☐ มีระเบียบปฏิบัติ

10. เป็นผู้ติดตามเสพติดใด ๆ

- ☐ ไม่มี ☐ มีระเบียบปฏิบัติ

11. ส่งเสริมให้คนงานทุกคนต้องใส่ใจสุขภาพตนเองให้แข็งแรงเสมอ
☐ ไม่มี ☐ มีระเบียบปฏิบัติ
12. คนงานต้องสวมหมวกนิรภัยหรือคาดเข็มขัดนิรภัยขณะออกปฏิบัติงานภายนอก
☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
13. คนงานต้องสวมอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลขณะปฏิบัติงาน
☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
14. การเน้นความเป็นระเบียบและความสะอาดในโรงงาน
☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
15. การจัดระบบระบายอากาศในโรงงาน
☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
16. การจัดให้มีแสงสว่างเพียงพอเหมาะสม
☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
17. มีห้องน้ำที่ถูกสุขลักษณะสำหรับคนงาน
☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
18. มีกิจกรรมอื่น ๆ ที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ
☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

ส่วนที่ 3 การลงทุนด้วยการส่งเสริมสุขภาพแก่คนงาน

1. ในรอบปีมีคนงานที่ลาป่วยด้วยโรคจากการทำงาน เช่น อุบัติเหตุจากงาน.....คน
 สาเหตุเพราะ (ใส่หมายเลขเรียงตามลำดับความสำคัญ)
☐ ตัวพนักงาน
☐ อุปกรณ์/เครื่องมือในการทำงาน
☐ สภาพแวดล้อมในการทำงาน
☐ อื่น ๆ (ระบุ).....
2. คนงานมีแนวโน้มการเจ็บป่วยจากการทำงาน
☐ เพิ่มขึ้น ☐ คงที่
☐ ลดลง ☐ ไม่สามารถคาดคะเนได้

3. ในรอบปีที่ผ่านมามีคนงานลาป่วยด้วยโรคที่ไม่ใช่จากการทำงาน.....คน ป่วยเป็นโรค
(ใส่หมายเลขเรียงตามลำดับความสำคัญ)
- ☐ ระบบทางเดินหายใจ ☐ ระบบกล้ามเนื้อ/ข้อ
- ☐ ระบบทางเดินอาหาร ☐ ระบบหู/ตา
- ☐ อุบัติเหตุ ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....
4. คนงานมีแนวโน้มการเจ็บป่วยด้วยโรคที่ไม่ใช่จากการทำงาน
- ☐ เพิ่มขึ้น ☐ คงที่
- ☐ ลดลง ☐ ไม่สามารถคาดคะเนได้
5. ในรอบปีที่ผ่านมาโรงงานเสียค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาล (ค่ายาและเวชภัณฑ์)
จำนวนประมาณ.....บาท เป็นการเสียค่าใช้จ่าย
- ☐ มากไป ☐ เหมาะสมแล้ว ☐ น้อยไป
6. ค่าใช้จ่ายเพื่อดำเนินงานเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค (ไม่ใช่การรักษาโรค)
สำหรับคนงานในโรงงานควรจะเป็นภาระของใคร
- | | | | |
|--------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| โรงงาน | ☐ ไม่ต้องจ่าย | ☐ จ่ายบางส่วน | ☐ จ่ายทั้งหมด |
| คนงาน | ☐ ไม่ต้องจ่าย | ☐ จ่ายบางส่วน | ☐ จ่ายทั้งหมด |
| รัฐ (ระบุ)..... | ☐ ไม่ต้องจ่าย | ☐ จ่ายบางส่วน | ☐ จ่ายทั้งหมด |
| อื่น ๆ (ระบุ)..... | ☐ ไม่ต้องจ่าย | ☐ จ่ายบางส่วน | ☐ จ่ายทั้งหมด |
7. ผู้ที่มีหน้าที่ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพคนงานในโรงงานควรเป็นใคร
(ตอบมากกว่า 1 ข้อ เรียงตามลำดับความสำคัญของบทบาท)
- ☐ คนงาน ☐ เจ้าของโรงงาน
- ☐ หน่วยงานบริการสุขภาพของรัฐ ☐ องค์กรเอกชน
- ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....
8. ความคิดเห็นอื่น ๆ ในเรื่องการลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพ
-
-
-
-
-
-

แบบสอบถามงานวิจัย

แบบสัมภาษณ์คนงานโรงงานไม้แปรรูป

การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของคนงานโรงงานไม้แปรรูป จังหวัดเชียงใหม่

คำชี้แจง

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของคนงานโรงงานไม้แปรรูปในจังหวัดเชียงใหม่ ผู้ศึกษาจึงใคร่ขอสอบถามความคิดเห็นของท่านต่อเรื่องดังกล่าว คำตอบของท่านจะนำไปวิเคราะห์เป็นภาพรวม ขอความกรุณาตอบตามความเป็นจริง และขอขอบคุณที่ท่านให้ความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลของท่านจะเป็นแนวทางในการวางแผนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพแก่ภาคธุรกิจโรงงานลักษณะเดียวกันอื่น ๆ ต่อไป

แบบสัมภาษณ์ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 ภาวะสุขภาพโดยรวมของคนงาน
- ส่วนที่ 2 พฤติกรรมสุขภาพของคนงาน
- ส่วนที่ 3 ความคิดเห็นด้านการเสริมสุขภาพแก่คนงาน

แบบสัมภาษณ์คนงานโรงงานไม้แปรรูป

การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของคนงานโรงงานไม้แปรรูป จังหวัดเชียงใหม่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของคนงาน

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ.....ปี
3. การศึกษา ☐ ไม่ได้ศึกษา ☐ ประถม
☐ มัธยมศึกษาตอนต้น ☐ มัธยมศึกษาตอนปลาย
☐ อื่น ๆ (ระบุ).....
4. ภูมิลำเนา ☐ ในจังหวัดเชียงใหม่ ☐ ต่างจังหวัด (ระบุ).....
5. ระยะเวลาทำงานที่โรงงานแห่งนี้
☐ ทดลองงาน ☐ 1 - 2 ปี
☐ 3 - 4 ปี ☐ 4 - 5 ปี
☐ 6 ปีขึ้นไป

ส่วนที่ 2

ตอนที่ 1 ภาวะสุขภาพโดยรวมของคนงาน

1. สภาวะสุขภาพ

โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ที่ท่านคิดว่าตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1.1 ด้านสมรรถภาพทางกาย

ก. ท่านประเมินสมรรถภาพการเคลื่อนไหวร่างกายของท่านขณะนี้ว่าอยู่ในระดับใด

- ☐ เคลื่อนไหวได้เล็กน้อย
☐ เคลื่อนไหวได้คล่องตัวแต่ไม่รวดเร็ว
☐ เคลื่อนไหวได้คล่องแคล่วว่องไว

ข. ท่านประเมินว่าท่านมีความสามารถอยู่ในระดับใดที่จะยกของหนัก 50 กิโลกรัม

- ☐ ยกไม่ขึ้น ☐ ยกขึ้นแต่ยกได้ไม่นาน ☐ ยกได้สบายมาก

ค. ขณะที่ท่านทำงานท่านประเมินว่าสมรรถภาพความทนทานของร่างกายท่านอยู่ในระดับใด

☐ อ่อนเพลียเหนื่อยง่าย ☐ พอทำได้ต้องพักเป็นบางครั้ง ☐ ไม่รู้สึกเหนื่อย

ง. หลังเลิกจากการทำงานประจำวัน ท่านยังสามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่น เล่นกีฬาได้อีกมากน้อยระดับใด

☐ มีแรงน้อยเพียงพอสำหรับการทำงานประจำเท่านั้น

☐ มีแรงพอสามารถทำได้เพียงกิจกรรมเบา ๆ เท่านั้น

☐ มีแรงมากสามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ อีกหลังเลิกงานประจำ

1.2 ด้านสถานภาพทางอารมณ์

ก. ขณะนี้ท่านประเมินอารมณ์ของท่านว่าอยู่ในระดับใด

☐ เครียดไม่ไหว ☐ ไม่ไหวแต่ระงับอารมณ์ได้ ☐ ไม่เครียดใจเย็น

ข. ในชีวิตการทำงานท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อการทำงาน

☐ ท้อแท้เบื่อหน่าย

☐ พอทนทำไปได้

☐ การทำงานเป็นสิ่งที่น่าทำทนาย

ค. เมื่อประสบปัญหาในชีวิตท่านทำอย่างไร

☐ ทุกอย่างเป็นปัญหาแก้ไขไม่ได้

☐ บางอย่างเป็นปัญหาแต่แก้ไขได้

☐ ทุกอย่างไม่เป็นปัญหา

1.3 ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

ก. ท่านมีเพื่อนหรือบุคคลอื่นที่ท่านสามารถปรึกษาปัญหาต่าง ๆ และไว้ใจได้มากน้อยเพียงใด

☐ ไม่มีเพื่อนไม่มีที่ปรึกษา

☐ มีเพื่อนแต่ไว้ใจไม่ได้

☐ มีเพื่อนมากเป็นที่ปรึกษาได้

ข. ท่านเคยมีเพื่อนร่วมงานมาปรึกษาท่านมากน้อยเพียงใด

☐ ไม่เคยมี

☐ มีบ้างไม่มาก

☐ มีมาปรึกษามาก

ค. ในชีวิตประจำวันความสัมพันธ์ของท่านกับผู้อื่นเป็นอย่างไร

- ☐ ไม่ชอบพบปะผู้คน
☐ ชอบพูดคุยกับบางคนแต่ไม่ชอบทำกิจกรรมกลุ่ม
☐ ยินดีและพอใจที่ได้พบปะผู้คนและร่วมกิจกรรมกลุ่ม

1.4 ความคิดและความสามารถในการทำงาน

ก. ท่านสามารถทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมายอยู่ในระดับใด

- ☐ ต้องมีผู้อื่นช่วยเหลือทุกเรื่อง ☐ ผู้อื่นช่วยบางครั้ง ☐ ทำได้โดยลำพัง

ข. ท่านสามารถให้การช่วยเหลือแนะนำเรื่องงานแก่เพื่อนร่วมงานได้มากน้อยเพียงใด

- ☐ ช่วยเหลือแนะนำเพื่อนร่วมงานได้เล็กน้อย
☐ ช่วยเหลือแนะนำเพื่อนร่วมงานได้บ้าง
☐ ช่วยเหลือแนะนำเพื่อนร่วมงานได้มาก

ค. ในการทำงานของท่าน ท่านมีวิธีการทำงานของท่านอย่างไร

- ☐ ทำตามคำสั่งและหน้าที่เท่านั้น
☐ อยากพัฒนาแต่ไม่กล้า
☐ อยากพัฒนาให้ดีขึ้นและกล้าลองทำ

1.5 สถานภาพทางเศรษฐกิจ

ก. รายได้แต่ละเดือนของท่านจัดอยู่ในระดับใด

- ☐ ไม่เพียงพอต้องกู้ยืมเงิน
☐ พอเลี้ยงครอบครัวทั้งเดือน
☐ มีเงินเหลือเก็บออมได้

ข. ถ้าหากท่านมีปัญหาขัดสนในเรื่องการเงิน ท่านคิดว่าท่านมีทางออกอย่างไร

- ☐ ไม่มีแหล่งพึ่งพิงทางการเงินเลย
☐ มีแหล่งพึ่งพิงทางการเงินแต่ค่อนข้างลำบาก
☐ มีแหล่งพึ่งพิงทางการเงินมีทางออกได้

ค. ท่านพอใจกับรายได้ของท่านอยู่ในระดับใด

- ☐ ไม่พอใจกับรายได้ ☐ พอสมควร ☐ พอใจมากกับรายได้

1.6 การรับรู้สภาวะทางสุขภาพ

- ก. สภาวะสุขภาพของท่านในขณะนี้มีความแข็งแรงมากน้อยระดับใด
- ☐ อ่อนแอเจ็บป่วยบ่อย
- ☐ แข็งแรง นาน ๆ เจ็บป่วยครั้ง
- ☐ แข็งแรงดี ไม่เจ็บป่วย
- ข. ท่านสังเกตหรือใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อมรอบตัวท่านที่อาจมีผลต่อสภาวะสุขภาพของท่านเพียงใด
- ☐ ไม่เคยสังเกตเลย
- ☐ สังเกตเห็นแต่ไม่คิดว่าเป็นปัญหา
- ☐ ระมัดระวังสังเกตและใส่ใจอยู่เสมอ
- ค. ท่านคิดว่าภาวะการเจ็บป่วยของท่านมีผลกระทบต่อหน้าที่การงานประจำของท่านเพียงใด
- ☐ มีผลกระทบมากต้องถูกตำหนิประจำ
- ☐ มีผลกระทบบ้างแต่ไม่มาก
- ☐ ไม่มีผลกระทบเลย

1.7 การมีส่วนร่วมของคณาจารย์ต่อการดำเนินนโยบายส่งเสริมสุขภาพ

- ก. คณาจารย์มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การกำหนดแผนการส่งเสริมสุขภาพของคณาจารย์
- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
- ข. คณาจารย์มีส่วนร่วมในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน
- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
- ค. คณาจารย์มีส่วนร่วมค่าใช้จ่ายในการจัดหาอุปกรณ์/การดำเนินการเพื่อส่งเสริมสุขภาพ
- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
- ง. คณาจารย์ช่วยหรือรวมกลุ่มกันฝึกทักษะการทำงานเพื่อป้องกันอุบัติเหตุขณะปฏิบัติงาน
- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....
- จ. คณาจารย์ช่วยกันจัดบอร์ดความรู้ด้านการดูแลสุขภาพ/ทักษะการทำงาน เพื่อส่งเสริมสุขภาพทั้งของตนเองและผู้ร่วมงาน
- ☐ ไม่มี ☐ มี (ระบุ).....

ตอนที่ 2 พฤติกรรมสุขภาพ

โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวาให้ตรงกับข้อความที่ท่านเลือกตอบ

พฤติกรรม	ทำ/ใช่	ไม่ทำ/ไม่ใช่
1. ท่านจัดเก็บของใช้ อุปกรณ์ในการทำงานให้เป็นระเบียบทุกครั้ง...		
2. ท่านรับประทานอาหารตรงตามเวลาทุกวัน.....		
3. ท่านรับประทานอาหารครบ 3 มื้อทุกวัน.....		
4. ท่านรับประทานอาหารประเภทเนื้อที่ปรุงไม่สุกปอ่ย ๆ.....		
5. ท่านออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นประจำ.....		
6. ท่านทำงานอดิเรกที่ได้เคลื่อนไหวร่างกาย เช่น การปลูกต้นไม้ การรดน้ำต้นไม้เป็นประจำ.....		
7. เมื่อท่านประสบปัญหาท่านหาวิธีแก้ไขปัญหาคิดเสมอ.....		
8. เมื่อไม่สบายใจท่านใช้วิธีการแก้ปัญหาโดยการทำบุญ งดเที่ยว หรือทำอย่างอื่นเพื่อให้สบายใจได้เสมอ.....		
9. ท่านไปเที่ยวพักผ่อนในสถานที่ท่องเที่ยวหรือสวนสาธารณะ ปอ่ย ๆ.....		
10. ท่านมีกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน เช่น เล่นดนตรี เล่นเกมส์ ทำเป็นประจำ.....		
11. ท่านนอนหลับอย่างน้อยวันละ 6-8 ชั่วโมงเป็นประจำ.....		
12. ท่านหลับสนิทเป็นประจำ.....		
13. ท่านดื่มสุราเป็นประจำ.....		
14. ท่านสูบบุหรี่เป็นประจำ.....		
15. ท่านใช้ยาแก้ปวดหรือสารเสพติด เช่น ยาบ้า ยานอนหลับเป็นประจำ.....		
16. ท่านดื่มเครื่องดื่มชูกำลังเป็นประจำ.....		
17. ท่านมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลที่ไม่ใช่สามี ภรรยา หรือคู่อุปถัมภ์.....		
18. ท่านมักได้รับอุบัติเหตุจากการทำงานปอ่ย ๆ.....		
19. ท่านใช้หมวกกันน็อคหรือคาดเข็มขัดนิรภัยเมื่อขับขี่ยานพาหนะเป็นประจำ.....		

พฤติกรรม	ทำ/ใช่	ไม่ทำ/ไม่ใช่
20. แม้ว่าท่านดื่มสุราจนมีเมามาท่านยังขับขียานพาหนะอยู่เสมอ.....		
21. เมื่อท่านมีปัญหาต่าง ๆ ท่านปรึกษากับบุคคลในครอบครัวเสมอ		
22. ท่านมีอาการง่วงนอน หัวเราะง่ายเสมอ.....		
23. เมื่อท่านเจ็บป่วย ท่านซื้อยารับประทานเองเป็นประจำ.....		
24. ท่านสนใจหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองเสมอ....		

ส่วนที่ 3 ความต้องการกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคส่วนบุคคล

กิจกรรม	ต้องการ	ไม่ต้องการ
1. วิธีการเลิกบุหรี่.....		
2. วิธีการเลิกสารเสพติด.....		
3. วิธีการเลิกสุรา.....		
4. วิธีการควบคุมและลดน้ำหนัก.....		
5. ความรู้เรื่องการรับประทานอาหาร.....		
6. กิจกรรมการออกกำลังกายในที่ทำงาน.....		
7. กิจกรรมในการลดความเครียด.....		
8. กิจกรรมการเสริมความรู้ในการป้องกันโรคเอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์.....		
9. กิจกรรมการเสริมความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเอง.....		
10. การตรวจสุขภาพประจำปี.....		
11. กิจกรรมการเสริมความรู้และทักษะในการทำงานเฉพาะอย่าง...		
12. อื่น ๆ (ระบุ).....		

ความคิดเห็นด้านการส่งเสริมสุขภาพ

ผู้มีหน้าที่ดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพของคนงาน (ไม่ใช่การรักษาโรค) ในโรงงาน

ควรจะเป็นใคร (เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ และให้ลงเลข 1, 2, 3....เรียงตามลำดับความสำคัญ)

- ☐ คนงาน
- ☐ เจ้าของโรงงาน
- ☐ หน่วยงานบริการสุขภาพของรัฐ
- ☐ หน่วยงานบริการสุขภาพของเอกชน
- ☐ องค์กรอื่นๆ (ระบุ).....

ความคิดเห็นอื่นๆ

.....

.....

.....

.....

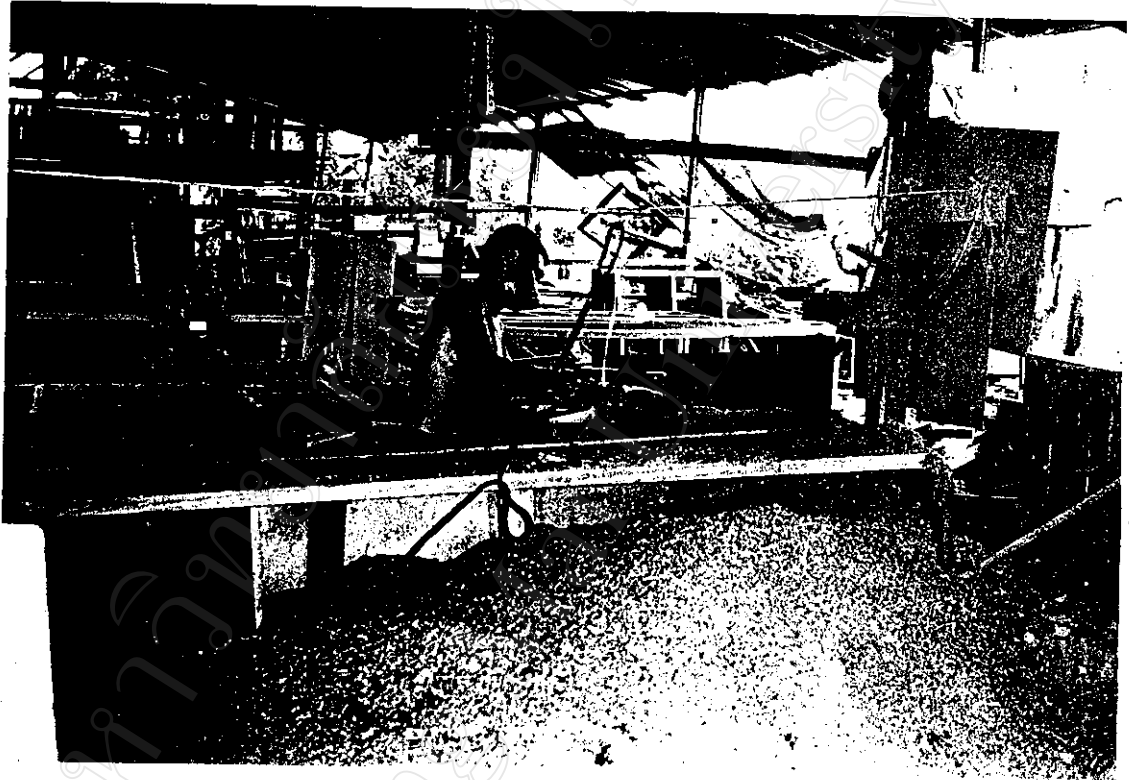
.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ค



ภาพ 3 ภาพคนทำงานโดยไม่ใช้อุปกรณ์ป้องกัน



ภาพ 4 ภาพคนงานทำงานโดยไม่ใช้อุปกรณ์ป้องกัน



ภาพ 5 ภาพโรงงานที่ขาดการรักษาความสะอาดและจัดระเบียบสิ่งแวดล้อม



ภาพ 6 ภาพที่อยู่อาศัยภายในโรงงานที่ขาดการรักษาความสะอาดและจัดระเบียบสิ่งแวดล้อม

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล

นางอุบลรัตน์ เวียงแก้ว

วัน เดือน ปีเกิด

1 มกราคม 2505

ที่อยู่ปัจจุบัน

61 หมู่ 1 ตำบลต้นธง อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2520

มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสวนบุญโญปถัมภ์ จังหวัดลำพูน

พ.ศ.2522

มัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนจักรคำคณาทร จังหวัดลำพูน

พ.ศ.2527

ปริญญาตรี วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดพิษณุโลก

ประวัติการทำงาน

พ.ศ.2527

พยาบาลวิชาชีพระดับ 3 โรงพยาบาลลำพูน จังหวัดลำพูน

ปัจจุบัน

พยาบาลวิชาชีพระดับ 7 ประจํางานห้องผ่าตัด

กลุ่มงานศัลยกรรม โรงพยาบาลลำพูน จังหวัดลำพูน