

#### บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล

การนำเสนอผลการวิจัย เรื่อง ความเข้มแข็งของตนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม นำเสนอโดยบรรยายประกอบตาราง แบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง
- ส่วนที่ 2 ความเข้มแข็งของตนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม
- ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งของตนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

##### ส่วนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้ เป็นสตรีอายุระหว่าง 27-73 ปี โดยมีอายุเฉลี่ย 48.1 ปี และกลุ่มที่มีมากที่สุด (ร้อยละ 40.0) คือ กลุ่มอายุ 41-50 ปี ร้อยละ 77.2 มีสถานภาพสมรสคู่ ในสตรีที่มีสถานภาพสมรส คู่ หย่า และแยกทุกรายมีบุตรอยู่ภายใต้การดูแล ร้อยละ 65.7 มีระดับการศึกษาชั้นประถมศึกษา ร้อยละ 27.1 ประกอบอาชีพเกษตรกรกรรม และร้อยละ 27.1 มีอาชีพแม่บ้าน ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

## ตารางที่ 1

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และอาชีพ

| ข้อมูลทั่วไป            | จำนวน (n=70) | ร้อยละ |
|-------------------------|--------------|--------|
| <b>อายุ</b>             |              |        |
| ต่ำกว่า 30 ปี           | 1            | 1.4    |
| 31-40 ปี                | 16           | 22.9   |
| 41-50 ปี                | 28           | 40.0   |
| 51-60 ปี                | 16           | 22.9   |
| 61-70 ปี                | 5            | 7.1    |
| มากกว่า 70 ปี           | 4            | 5.7    |
| <b>สถานภาพสมรส</b>      |              |        |
| คู่                     | 54           | 77.2   |
| โสด                     | 8            | 11.4   |
| หย่า                    | 5            | 7.1    |
| แยก                     | 3            | 4.3    |
| <b>ระดับการศึกษา</b>    |              |        |
| ไม่ได้เรียนหนังสือ      | 6            | 8.6    |
| ประถมศึกษา              | 46           | 65.7   |
| มัธยมศึกษา              | 11           | 15.7   |
| อนุปริญญา/ประกาศนียบัตร | 2            | 2.9    |
| ปริญญาตรี               | 4            | 5.7    |
| สูงกว่าปริญญาตรี        | 1            | 1.4    |
| <b>อาชีพ</b>            |              |        |
| เกษตรกรรวม              | 19           | 27.1   |
| แม่บ้าน                 | 19           | 27.1   |
| รับจ้าง                 | 18           | 25.8   |
| ค้าขาย                  | 8            | 11.4   |
| รับราชการ               | 6            | 8.6    |

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้น้อย โดยร้อยละ 51.4 มีรายได้น้อยกว่า 2,000 บาทต่อเดือน อีกร้อยละ 31.4 มีรายได้ระหว่าง 2,001-4,000 บาทต่อเดือน ระยะเวลาภายหลังการวินิจฉัยจนถึงปัจจุบันอยู่ระหว่าง 1 เดือน ถึง 12 เดือน (โดยเฉลี่ย 7.1 เดือน) ส่วนใหญ่มีการดำเนินของโรคตั้งแต่ระยะที่ 2 ขึ้นไป โดยกลุ่มที่มีมากที่สุด คือ ร้อยละ 55.7 เป็นระยะที่ 2 ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

## ตารางที่ 2

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้ ระยะเวลาภายหลังการวินิจฉัย และระยะการดำเนินของโรค

| ข้อมูลทั่วไป                      | จำนวน (n=70) | ร้อยละ |
|-----------------------------------|--------------|--------|
| <b>รายได้</b>                     |              |        |
| น้อยกว่า 2,000 บาท                | 36           | 51.4   |
| 2,001-4,000 บาท                   | 22           | 31.4   |
| 4,001-6,000 บาท                   | 2            | 2.9    |
| 6,001-8,000 บาท                   | 2            | 2.9    |
| มากกว่า 8,000 บาท                 | 8            | 11.4   |
| <b>ระยะเวลาภายหลังการวินิจฉัย</b> |              |        |
| 1 – 3 เดือน                       | 12           | 17.2   |
| 4 – 6 เดือน                       | 19           | 27.1   |
| 7 - 9 เดือน                       | 20           | 28.6   |
| 10 – 12 เดือน                     | 19           | 27.1   |
| <b>ระยะการดำเนินของโรค</b>        |              |        |
| ระยะที่ 1                         | 8            | 11.4   |
| ระยะที่ 2                         | 39           | 55.7   |
| ระยะที่ 3                         | 13           | 18.6   |
| ระยะที่ 4                         | 10           | 14.3   |

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับการรักษามากกว่า 1 วิธี โดยร้อยละ 71.4 ได้รับการผ่าตัด เต้านมร่วมกับเคมีบำบัด ผู้ที่ได้รับการผ่าตัดเต้านมคิดเป็นร้อยละ 82.9 ส่วนผู้ที่ได้รับเคมีบำบัด คิดเป็นร้อยละ 88.5 ในกลุ่มที่ได้รับเคมีบำบัด (62 ราย) ร้อยละ 19.4 ได้รับเคมีบำบัดครบตามแผน การรักษา และส่วนที่เหลือยังคงได้รับเคมีบำบัดอยู่ โดยส่วนใหญ่ได้สูตรยาที่ประกอบด้วย ซัยโคลฟอสฟาไมด์ เมทโทเทริกเซท และไฟว์-ฟลูออโรยูราซิล ดังรายละเอียดในตารางที่ 3

### ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการรักษาที่ได้รับ

| ข้อมูลทั่วไป                            | จำนวน | ร้อยละ |
|-----------------------------------------|-------|--------|
| <b>การรักษาที่ได้รับ (n=70)</b>         |       |        |
| ผ่าตัดเต้านม                            | 5     | 7.2    |
| เคมีบำบัด                               | 10    | 14.3   |
| รังสีรักษา                              | 1     | 1.4    |
| ผ่าตัดเต้านมและเคมีบำบัด                | 50    | 71.4   |
| ผ่าตัดเต้านมและรังสีรักษา               | 2     | 2.9    |
| เคมีบำบัดและรังสีรักษา                  | 1     | 1.4    |
| ผ่าตัดเต้านม เคมีบำบัด และรังสีรักษา    | 1     | 1.4    |
| <b>ชนิดของเคมีบำบัดที่ได้รับ (n=62)</b> |       |        |
| C1                                      | 8     | 12.9   |
| C2                                      | 4     | 6.4    |
| C3                                      | 6     | 9.7    |
| C4                                      | 9     | 14.5   |
| C5                                      | 7     | 11.2   |
| C6                                      | 12    | 19.4   |
| FAC2                                    | 4     | 6.5    |
| ได้รับครบตามแผนการรักษาแล้ว             | 12    | 19.4   |

### หมายเหตุ

C หมายถึง สูตรของยาเคมีบำบัดที่ได้รับ ซึ่งประกอบด้วย ซัยโคลฟอสฟาไมด์ เมทโทเทริกเซท และไฟว์-ฟลูออโรยูราซิล ให้ทุก 28 วัน

FAC หมายถึง สูตรของยาเคมีบำบัดที่ได้รับ ซึ่งประกอบด้วย ไฟว์-ฟลูออโรยูราซิล แอคริโนมัยซิน และซัยโคลฟอสฟาไมด์ ได้รับทุก 21 วัน

เลข 1, 2, 3, 4, 5, และ 6 หมายถึง ครั้งที่ ของการได้รับยาเคมีบำบัด

## ส่วนที่ 2 ความเข้มแข็งอดทนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความเข้มแข็งอดทนระหว่าง 104-130 คะแนน โดยมีคะแนนเฉลี่ย 121.0 จัดอยู่ในกลุ่มที่มีความเข้มแข็งอดทนระดับสูง ในมิติด้านความรู้สึกรู้สึกมีเป้าหมายมีคะแนนระหว่าง 48-60 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 56.3 ซึ่งจัดว่าอยู่ในกลุ่มคะแนนความเข้มแข็งอดทนระดับสูง และมีมิติด้านความสามารถที่จะอดทนมีคะแนนระหว่าง 54-70 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 64.8 จัดอยู่ในกลุ่มคะแนนความเข้มแข็งอดทนระดับสูงเช่นกัน ดังรายละเอียดในตารางที่ 4

### ตารางที่ 4

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเข้มแข็งอดทนของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

| ตัวแปร                       | คะแนนเต็ม | พิสัย   | คะแนนเฉลี่ย | ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน | ระดับ |
|------------------------------|-----------|---------|-------------|----------------------|-------|
| ความเข้มแข็งอดทน             | 26-130    | 104-130 | 121.0       | 8.8                  | สูง   |
| ความเข้มแข็งอดทนรายมิติ      |           |         |             |                      |       |
| - ความรู้สึกรู้สึกมีเป้าหมาย | 12-60     | 48-60   | 56.3        | 3.1                  | สูง   |
| - ความสามารถที่จะอดทน        | 14-70     | 54-70   | 64.8        | 4.6                  | สูง   |

กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความเครียดโดยรวม ระหว่าง 0-96 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 20.0 จัดเป็นกลุ่มที่มีความเครียดระดับต่ำ และเมื่อแยกเป็นความเครียดรายด้านมี 3 ด้านที่มีคะแนนความเครียดระดับปานกลาง ได้แก่ อาการเครียดในระบบประสาทพาราซิมพาเทติกมีคะแนนระหว่าง 0-22 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 3.0 อาการเครียดด้านอารมณ์มีคะแนนระหว่าง 0-22 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 4.8 และอาการเครียดในระบบต่อมไร้ท่อมีคะแนนระหว่าง 0-13 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 1.6 และมี 4 ด้านที่มีคะแนนความเครียดระดับต่ำ ได้แก่ อาการเครียดในระบบกล้ามเนื้อมีคะแนนระหว่าง 0-13 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 3.9 อาการเครียดในระบบประสาทซิมพาเทติกมีคะแนน

ระหว่าง 0-23 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 2.3 อาการเครียดด้านความคิดมีคะแนนระหว่าง 0-21 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 3.6 และอาการเครียดในระบบภูมิคุ้มกันมีคะแนนระหว่าง 0-6 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 0.8 ดังรายละเอียดในตารางที่ 5

ตารางที่ 5

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

| ตัวแปร                                      | คะแนน<br>เต็ม | พิสัย | คะแนนเฉลี่ย | ส่วนเบี่ยงเบน<br>มาตรฐาน | ระดับ |
|---------------------------------------------|---------------|-------|-------------|--------------------------|-------|
| ความเครียดโดยรวม                            | 0-165         | 0-96  | 20.0        | 21.3                     | ต่ำ   |
| ความเครียดรายด้าน                           |               |       |             |                          |       |
| - อาการเครียดในระบบ<br>กล้ามเนื้อ           | 0-25          | 0-13  | 3.9         | 3.7                      | ต่ำ   |
| - อาการเครียดในระบบ<br>ประสาทพาราซิมพาเธติก | 0-25          | 0-22  | 3.0         | 4.5                      | กลาง  |
| - อาการเครียดในระบบ<br>ประสาทซิมพาเธติก     | 0-25          | 0-23  | 2.3         | 3.8                      | ต่ำ   |
| - อาการเครียดด้านอารมณ์                     | 0-25          | 0-22  | 4.8         | 5.0                      | กลาง  |
| - อาการเครียดด้านความคิด                    | 0-25          | 0-21  | 3.6         | 5.0                      | ต่ำ   |
| - อาการเครียดในระบบ<br>ต่อมไร้ท่อ           | 0-20          | 0-13  | 1.6         | 2.6                      | กลาง  |
| - อาการเครียดในระบบ<br>ภูมิคุ้มกัน          | 0-20          | 0-6   | 0.8         | 1.3                      | ต่ำ   |

### ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งอดทนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

ความเข้มแข็งอดทนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดโดยรวมในระดับต่ำ ( $r = -.31$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )

#### การอภิปรายผล

การศึกษาเชิงพรรณนาแบบหาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งอดทนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม ที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอกศัลยกรรมทั่วไป โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 70 ราย อภิปรายผลเรียงลำดับ ได้ดังนี้

#### ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม จำนวน 70 ราย อายุระหว่าง 27-73 ปี จัดอยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนกลางถึงตอนปลาย (ศรีธรรม ธนะภูมิ, 2535) อายุเฉลี่ย 48.1 ปี กลุ่มที่มีอายุ 41-50 ปี มีมากที่สุด (ร้อยละ 40) ซึ่งใกล้เคียงกับกลุ่มอายุของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านมในประชากรไทยทั่วไป คือ กลุ่มอายุ 40-50 ปี (ธนิต วัชรพุกต์, 2542)

สตรีในกลุ่มนี้มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 77.1 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 65.7 ประกอบอาชีพเกษตรกรกรรม และอาชีพแม่บ้านในจำนวนเท่ากัน คือ ร้อยละ 27.1 และมากกว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 51.4) มีรายได้น้อยกว่า 2,000 บาทต่อเดือน ลักษณะทั่วไปเช่นนี้ เคยมีผู้ศึกษาพบว่า เป็นปัจจัยที่อาจมีความสัมพันธ์กับการเกิดมะเร็งเต้านม คือ การศึกษาของสุนันทา จริยาเลิศศักดิ์, ธัญลักษณ์ เกียรติชื่น, และสุวัฒน์ จริยาเลิศศักดิ์ (2532) ที่เก็บข้อมูลย้อนหลังด้วยวิธีการสัมภาษณ์สตรีที่มารับบริการตรวจรักษาที่สถาบันมะเร็งแห่งชาติ และแบ่งสตรี เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งเต้านมแล้วรับการรักษา กับกลุ่มที่มารับบริการตรวจเต้านม ในช่วงระยะเวลาเดียวกัน จำนวน 210 ราย และ 604 ราย ตามลำดับ ผลการศึกษาสรุปว่า ระดับการศึกษาที่น้อยกว่า 13 ปี อาชีพเกษตรกรกรรม และรายได้ของครอบครัวต่ำกว่า 3,000 บาทต่อเดือน เป็นปัจจัยที่อาจมีความสัมพันธ์กับการเกิดมะเร็งเต้านม โดยอธิบายว่า สตรีกลุ่มดังกล่าวไม่มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง และรับประทานอาหารที่มีภูมิคุ้มกันร่างกายต่ำเป็นประจำ

การศึกษากลับนี้สตรีส่วนใหญ่มีการดำเนินของโรคในระยะที่ 2 (ร้อยละ 55.7) และระยะที่ 3 (ร้อยละ 18.6) ได้รับการรักษาด้วยวิธีการผ่าตัดเต้านมและเคมีบำบัด (ร้อยละ 71.4) ซึ่งการ

รักษาด้วยวิธีการทั้งสองนี้ในปัจจุบันถือว่าเป็นการรักษาที่เหมาะสมสำหรับระยะของโรค ทำให้อุบัติการณ์การกลับเป็นซ้ำของโรคลดลงและผู้ป่วยมีโอกาสรอดชีวิตสูงขึ้น (สุมิตรรา ทองประเสริฐ, 2536)

### ความเข้มแข็งอดทนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

#### ความเข้มแข็งอดทนของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเข้มแข็งอดทนระดับสูง ( $\bar{X} = 121.0$ ,  $SD = 8.8$ ) การที่กลุ่มตัวอย่างมีความเข้มแข็งอดทนระดับสูง อาจเนื่องมาจากสตรีกลุ่มนี้มีบุคคลสำคัญคอยให้กำลังใจ โดยเฉพาะกำลังใจจากสามี บุตร ธิดาและเพื่อน ในการวิจัยครั้งนี้ สตรีส่วนใหญ่ (ร้อยละ 77.1) มีสถานภาพสมรสคู่ ทุกคนมีบุตรในการดูแล รวมทั้งสตรีที่เป็นหม้าย หย่า หรือแยกกับสามีก็ล้วนมีบุตรอยู่ด้วย ปัจจัยนี้จึงอาจช่วยให้สตรีสามารถยืนหยัดต่อสู้กับโรคต่อไปได้ (ศิริอร สิ้นธุ, 2542) ดังผลการศึกษาของจากรวรรณ กฤตย์ประชา (2538) ที่ศึกษาปฏิกิริยาตอบสนองต่อโรคและการปรับตัวในผู้ป่วยมะเร็งเต้านม พบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัว ธิดา และเพื่อน ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัวเป็นอย่างดี ทำให้รู้สึกมีกำลังใจ มีความหวัง มีเป้าหมายในชีวิตมากขึ้น ต้องการที่จะมีชีวิตอยู่เพื่อดูแลบิดา มารดา บุตร หรือบางรายต้องการมีชีวิตอยู่เพื่อเห็นความสำเร็จของบุคคลที่รัก เช่น บุตรสำเร็จการศึกษา เป็นต้น ซึ่งปฏิกิริยาตอบสนองของผู้ป่วยมะเร็งเต้านม ดังกล่าว สอดคล้องกับมิติหนึ่งของความเข้มแข็งอดทนตามแนวคิดของกราฟ (Craft, 1999) คือ มิติของความรู้สึกมุ่งมั่นมีเป้าหมายที่มีความต้องการของบุคคลอื่นเป็นแรงขับเคลื่อน และแสดงออกโดยการดูแลตนเองเพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่ดูแลผู้อื่นต่อไป

เมื่อพิจารณาถึงมิติของความรู้สึกมุ่งมั่นมีเป้าหมาย สตรีกลุ่มนี้มีคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ซึ่งอาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นสตรีวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง ซึ่งเป็นวัยที่มีความรับผิดชอบสูงในด้านบทบาทหน้าที่ (ศรีธรรม ธนะภูมิ, 2535) สตรีวัยผู้ใหญ่ส่วนมากจะมีภาระหน้าที่สำคัญ คือ การดูแลสมาชิกทุกคนในครอบครัว โดยเฉพาะการอบรมเลี้ยงดูบุตรที่อยู่ในวัยเรียนถึงวัยรุ่น จนกระทั่งบุตรเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่สามารถรับผิดชอบตนเองได้ (ศรีธรรม ธนะภูมิ, 2535; สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2538) อีกทั้งในสังคมไทยสตรีจะถูกปลูกฝังมาตั้งแต่เยาว์ว่า จะต้องมีความรับผิดชอบต่องานบ้านในครอบครัว มีหน้าที่เป็นผู้ดูแลครอบครัวทั้งสามี บุตร และบิดามารดา (ยศ สันตสมบัติ, 2535) และสังคมไทยยังคาดหวังให้สตรีต้องปฏิบัติหน้าที่ความรับผิดชอบดังกล่าวให้ดี เมื่อสตรีกลุ่มนี้มีบุตรทุกคนจึงมีความมุ่งมั่นมีเป้าหมายที่จะต้องมีชีวิตอยู่เพื่อปฏิบัติหน้าที่ของตนต่อไป ดังผลการศึกษาของสุจิตรา เทียนสวัสดิ์ และอำไพ จารุวัชรพาณิชย์กุล (2541) ที่พบว่า



ผู้ป่วยมะเร็งอวัยวะสืบพันธุ์สตรีส่วนใหญ่ แม้ว่าจะได้รับความไม่สุขสบายทั้งร่างกายและจิตใจจากการรักษา แต่ก็ยืนยันที่จะรับการรักษาอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากมีความหวังต้องการหายจากโรค เพื่อจะมีชีวิตอยู่ดูแลบุตรหลานและบิดามารดาต่อไป นอกจากนี้ ผลการศึกษาของคราฟ (Craft, 1999) ก็พบว่า สตรีอเมริกันที่เป็นมะเร็งเต้านมซึ่งส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31-50 ปี มีความรู้สึกว่ายังมีภาระต้องดูแล อยากรอยู่ดูความสำเร็จของบุคคลที่ตนเองรัก ความรู้สึกนี้จะเป็นแรงผลักดันให้สตรีเกิดความรู้สึกมุ่งมั่นมีเป้าหมายอยากมีชีวิตต่อไป ซึ่งสตรีจะแสดงออกโดยการกระทำหรือพฤติกรรมต่างๆ เช่น การดูแลตนเองให้มีสุขภาพดี เป็นต้น สิ่งเหล่านี้อาจจะเป็นแรงขับเคลื่อนในตัวสตรีทำให้สตรีรู้สึกเข้มแข็งอดทน

นอกจากความรู้สึกมุ่งมั่นมีเป้าหมายดังกล่าวแล้ว สตรีกลุ่มนี้มักจะเน้นความสามารถที่จะอดทนในระดับสูงเช่นกัน ซึ่งแรงขับเคลื่อนของความสามารถที่จะอดทน คือ การยอมรับความจริง และการแสดงออกโดยการอดทนต่อความลำบาก การมีความหวัง การพูดกับตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการเลือกกระทำในสิ่งที่ทำได้ (Craft, 1999) ทั้งนี้เนื่องจาก การมีเป้าหมายในชีวิต การได้รับกำลังใจจากครอบครัว รวมทั้งการที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาลหลายครั้ง ทำให้สตรีกลุ่มนี้ได้พบกับสตรีรายอื่นที่มีลักษณะโรคหรืออาการเดียวกันและมีสุขภาพดีอยู่ อาจทำให้สตรีเกิดกำลังใจมากขึ้น และจากการศึกษาครั้งนี้สตรีกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับการวินิจฉัยมาแล้วโดยเฉลี่ย 7.1 เดือน และการที่สตรียังมีชีวิตในสภาพร่างกายที่ค่อนข้างดี อาจเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้สตรีมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรคต่อไปด้วย ดังการศึกษาของจาร์วรรณ กฤตย์ประชา (2538) พบว่า เมื่อผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งเต้านม ได้เห็นผู้ป่วยรายอื่นที่มีอาการและลักษณะของโรคเช่นเดียวกับตนเอง ผู้ป่วยจะบอกตนเองว่าไม่ใช่ตนเองผู้เดียวที่เป็นโรคนี้นี้ และเมื่อได้พูดคุยกันทำให้รู้สึกมีความหวังและมองโลกในแง่ดีมากขึ้น ส่วนการศึกษาของกนกนุช ชื่นเลิศสกุล (2541) พบว่า มีสตรีบางส่วนตอบสนองต่อการเป็นโรคมะเร็งเต้านมโดยบอกกับตนเองไม่ให้อ่อนแอหรือท้อแท้ ต้องทำใจสู้ ตัดความคิดว่าเมื่อเป็นมะเร็งแล้วจะต้องเสียชีวิต ปรับมุมมองให้เป็นบวก และควบคุมความคิดให้ยอมรับสภาพของโรค

#### ความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับต่ำ (คะแนนเต็ม 165, มีคะแนนระหว่าง 0-96 คะแนน,  $\bar{X} = 20.0$ ,  $SD = 21.3$ ) อาจเป็นเพราะสตรีกลุ่มนี้อยู่ระหว่างรับการรักษาในช่วงเวลา 1 ปีแรก และไม่มีสตรีรายใดที่เพิ่งได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งเต้านม ส่วนใหญ่มีระยะเวลาภายหลังการวินิจฉัยโรคมามากกว่า 3 เดือนขึ้นไป โดยร้อยละ 55.7 มากกว่า 6 เดือน ซึ่งจากการศึกษาของจาร์วรรณ กฤตย์ประชา (2538) และการศึกษาของสมจิต หนูเจริญกุล, จาร์วรรณ

กฤตย์ประชา, และวรชัย รัตนธรร (2540) พบว่า ภายหลังจากการวินิจฉัยเมื่อเวลาผ่านไป การปรับตัวของผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งเต้านมจะดีขึ้นเป็นลำดับโดยให้เหตุผลว่า บุคคลจะมีศักยภาพในการปรับตัวเพื่อคงไว้ซึ่งคุณภาพของชีวิต ประกอบกับได้รับการสนับสนุนจากบุคลากรทางสุขภาพ และเครือข่ายทางสังคมของผู้ป่วย ได้แก่ ครอบครัว ญาติ และเพื่อน และจะมีการตอบสนองต่อโรคด้วยวิธีเผชิญหน้าต่อผู้มากขึ้นโดยผู้ป่วยจะค่อยๆ เรียนรู้สถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตน และยอมรับความจริงมากขึ้น

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนอาการของความเครียดระดับปานกลาง 3 ด้าน และมีคะแนนอาการของความเครียดระดับต่ำ 4 ด้าน โดยกลุ่มอาการของความเครียดระดับปานกลาง ได้แก่ อาการเครียดในระบบประสาทพาราซิมพาเธติก อาการเครียดด้านอารมณ์ และอาการเครียดในระบบต่อมไร้ท่อ กลุ่มอาการของความเครียดระดับต่ำ ได้แก่ อาการเครียดในระบบกล้ามเนื้อ อาการเครียดในระบบประสาทซิมพาเธติก อาการเครียดด้านความคิด และอาการเครียดในระบบภูมิคุ้มกัน ลักษณะความเครียดของกลุ่มนี้ส่วนใหญ่ที่มีระดับความเครียดปานกลาง ความเครียดชนิดที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว และเกิดซ้ำๆ อาจเป็นเพราะภายหลังจากการวินิจฉัย การรักษาด้วยการผ่าตัด และให้เคมีบำบัดทุก 1-3 สัปดาห์ ระยะเวลาช่วงนี้สตรีมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดเป็นแรงกดดันเป็นระยะๆ ซึ่งอาการของความเครียดจะแสดงออกในระบบประสาทซิมพาเธติก และจากการแสดงออกด้านอารมณ์ ซึ่งมีอาการแสดงออกในระบบประสาทซิมพาเธติก เช่น ปวดศีรษะข้างเดียว หัวใจเต้นเร็ว เป็นต้น อาการแสดงออกด้านอารมณ์ เช่น โกรธ กังวล ซึมเศร้า เป็นต้น (Miller, Smith, & Rothstein, 1993) แต่มีบางรายที่มีความเครียดแบบเรื้อรังซึ่งอาจเป็นรายที่ได้รับการรักษาเป็นเวลานาน 10-12 เดือน ที่ทำให้เกิดอาการแสดงออกทางระบบต่อมไร้ท่อ เช่น เป็นหวัดหรือภูมิแพ้ เป็นต้น ส่วนอาการในระบบพาราซิมพาเธติก จะเป็นอาการแสดงของความเครียดเฉียบพลัน ซึ่งอาจพบได้ในบางรายที่หลังจากได้รับการรักษาด้วยการผ่าตัด เว้นระยะไปช่วงหนึ่งแล้วต้องกลับมาได้รับการรักษาด้วยวิธีใหม่อาจทำให้เกิดแรงกดดันเป็นครั้งๆ ได้ ซึ่งอาการแสดงออกของระบบประสาทซิมพาเธติก เช่น อาการคลื่นไส้ อาเจียน ความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง ท้องเสีย เป็นต้น (Miller, Smith, & Rothstein, 1993) นอกจากนี้ อาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย อาจเกิดจากผลข้างเคียงของยาเคมีบำบัดที่ได้รับ (สุมิตรา ทองประเสริฐ, 2536; Smeltzer & Bare, 2000) รวมทั้งการคาดการณ์ล่วงหน้าอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียนได้ (Duigon, 1986) ส่วนอาการเครียดในระบบกล้ามเนื้อ อาการเครียดด้านความคิด และอาการเครียดในระบบภูมิคุ้มกันอยู่ในระดับต่ำ อาจเป็นเพราะความเครียดระดับต่ำเป็นความเครียดที่มีขนาดเล็กน้อย สามารถหายไปได้เองในระยะเวลาสั้น เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นใน

ชีวิตประจำวัน ไม่ถูกถามต่อการดำเนินชีวิต ใช้พลังงานเล็กน้อยในการปรับตัว จัดเป็นภาวะที่ร่างกายอ่อนคลาย (สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล, วนิตา พุ่มไพศาลชัย, และพิมพ์มาศ ตาปัญญา, 2540)

จากการศึกษาครั้งนี้สตรีกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 82.9 ได้รับการผ่าตัดเต้านมแล้ว และเกินกว่าครึ่งหนึ่งได้รับเคมีบำบัดร่วมด้วยตั้งแต่ 4 ครั้งขึ้นไป จึงอาจทำให้สตรีรู้สึกท้อแท้หรือเหนื่อยได้ถูกตัดออกจากร่างกายแล้ว และรู้สึกมั่นใจว่าตนเองจะหายจากโรค เป็นผลให้แรงกดดันภายในลดลง อาจทำให้ความเครียดลดลง ดังผลการศึกษาของกนกนุช ชื่นเลิศสกุล (2541) ที่พบว่าสตรีภายหลังการผ่าตัดเต้านมบอกว่ารู้สึกคลายความวิตกกังวลลง เพราะได้ผ่าตัดเอาก้อนมะเร็งหรือเนื้องอกออกจากร่างกายทำให้หายจากโรค ในการศึกษาเดียวกันนี้ยังพบว่าสตรีบางส่วนที่ได้รับเคมีบำบัดครบแล้ว รู้สึกเป็นการต่อชีวิตให้ยืนยาวขึ้น ไม่เกิดความรู้สึกท้อแท้ แต่รู้สึกดีต่อการได้รับเคมีบำบัด และสตรีกลุ่มนี้มีแหล่งประโยชน์ที่สามารถช่วยจัดการกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ คือ มีแรงสนับสนุนและกำลังใจที่ดีจากสามี บุตร ญาติและเพื่อนๆ ทำให้ความเครียดต่างๆ ที่เกิดขึ้นลดลงได้ ดังผลการศึกษาของสุจิตรา เทียนสวัสดิ์ และอำไพ จารุวัชรพานิชกุล (2541) ที่ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่เข้ารับเคมีบำบัด พบว่า สิ่งที่จะช่วยให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกเครียดลดลง คือ กำลังใจและความช่วยเหลือที่ได้จากสามี และบุตร ส่วนผลการศึกษาของจารุวรรณ กฤตย์ประชา (2538) พบว่า แม้ว่าผู้ป่วยมะเร็งเต้านมในระยะแรกหลังได้รับการวินิจฉัยส่วนใหญ่มีทัศนคติต่อโรคในด้านลบ มีความรู้สึกที่ “มะเร็ง” เป็นโรครุนแรง รักษายาก นำไปสู่ความตายและมักได้รับความทุกข์ทรมานจากโรคและผลการรักษา แต่เมื่อผู้ป่วยได้รับการรักษาไประยะหนึ่ง ผู้ป่วยจะมีความหวังในการรักษามากขึ้น เพราะเชื่อมั่นในการรักษาของแพทย์ ได้รับข้อมูลข่าวสารการปฏิบัติตัวและแนวทางการรักษาจากบุคลากรทางสุขภาพ ขณะรอตรวจได้พูดคุยกับผู้ป่วยรายอื่นที่เป็นโรคเดียวกันทำให้ผู้ป่วยรู้สึกว่าตนเองไม่ได้เป็นโรคนี้คนเดียว และบางรายที่ได้ผ่านประสบการณ์การรักษา เช่น เคมีบำบัดก็รู้สึกว่าไม่น่ากลัว เป็นต้น อีกทั้งเมื่อระยะเวลาภายหลังการวินิจฉัยและรักษาผ่านไปผู้ป่วยจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อโรคโดยจะเผชิญหน้าต่อสู้กับปัญหามากขึ้นเพราะผู้ป่วยจะพยายามเรียนรู้สถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองและยอมรับความเป็นจริงมากขึ้น

**ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งอดทนและความเครียดของสตรีที่เป็นมะเร็งเต้านม**

ผลการศึกษา พบว่า ความเข้มแข็งอดทนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.31, p < .01$ ) กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างที่มีความเข้มแข็งอดทนระดับสูง จะมีระดับความเครียดต่ำ ซึ่งอธิบายได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความเข้มแข็งอดทนสูง ทำให้สามารถจัดการกับสถานการณ์ตึงเครียดในชีวิตเกี่ยวกับสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Pollock,

1989) ความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์ความเครียดนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยของบุคคล ได้แก่ ภาวะทางกายภาพ การปฏิบัติการณ์ดูแลตนเอง และแหล่งประโยชน์ในการเผชิญปัญหาภายในบุคคล (Miller, Smith, & Rothstein, 1993) แหล่งประโยชน์ในการเผชิญปัญหาภายในบุคคลที่สำคัญ คือ ลักษณะความเข้มแข็งอดทนของบุคคล บุคคลที่มีความเข้มแข็งอดทนจะเป็นคนที่มีความหวัง และมองโลกในแง่ดี (Craft, 1999) บุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะประเมินสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดดังเช่นการเป็นมะเร็งเร็วกว่าเดิมว่าเป็นการท้าทายมากกว่าการถูกคุกคามหรือสูญเสีย (Barsevick, Much, & Sweeney, 1997) ผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งเร็วกว่าเดิมที่ยอมรับการเป็นโรค คิดว่าต้องต่อสู้กับโรค เอาชนะโรค มองในแง่ดีว่าสามารถจัดการได้ทำให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีการปรับตัวที่ดี (จารุวรรณ กฤตย์ประชา, 2538)

อย่างไรก็ตามความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งอดทนกับความเครียดยังมีค่าความสัมพันธ์ในระดับต่ำ อาจเนื่องจากปัจจัยอื่นๆ ที่ไม่ได้ศึกษาในครั้งนี้ เช่น แรงสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น ที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด