

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) ได้กำหนดเป้าหมายที่จะพัฒนาคนเป็นหลักโดยมีวัตถุประสงค์ที่จะยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างทั่วถึงเพื่อเสริมสร้างศักยภาพให้แก่ประชาชนทุกคน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และการมีสุขภาพอนามัยที่ดีเพื่อให้ประชาชนได้มีความรู้ ความสามารถและทักษะในการประกอบอาชีพ สามารถปรับตัวให้ทันต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านเศรษฐกิจ การปกครอง และเพื่อให้ประชาชนของประเทศมีความรับผิดชอบต่อนตนเองและเข้าร่วมในกระบวนการพัฒนาประเทศได้ การยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างทั่วถึงนั้น จะต้องพัฒนาไปพร้อมกันทุกด้าน เช่น ด้านการศึกษา การสาธารณสุข ด้านเศรษฐกิจ การจัดการสิ่งแวดล้อมในสังคม ซึ่งการพัฒนาสิ่งเหล่านี้จะมีผลต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน และเป็นพื้นฐานของการพัฒนาประเทศในระยะยาว

ปัจจุบันปัญหาสุขภาพเป็นปัญหาทางด้านสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ ทั้งนี้เนื่องจากปัญหาสุขภาพมีผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศอย่างมาก เพราะคนเป็นทรัพยากรที่สำคัญ หากบุคคลนั้นมีความเจ็บป่วย ทูพพลภาพ หรือตายก่อนวัยอันควรก็จะทำให้การพัฒนาของประเทศเป็นอย่างล่าช้า และเสียงบประมาณจำนวนมหาศาลในการบำบัดรักษาหรือให้การเลี้ยงดู โดยทั่วไปปัญหาสุขภาพนั้นมีสาเหตุจากความรู้ ความเชื่อ ทักษะ และพฤติกรรมของบุคคล ดังจะเห็นได้ว่าปัจจุบันประเทศไทยได้มีการพัฒนาเจริญก้าวหน้าเป็นอย่างมาก ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง การสื่อสาร และการคมนาคม ตลอดจนมีการนำเทคโนโลยีมาใช้อำนวยความสะดวกในชีวิตประจำวันมากยิ่งขึ้น การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้มีผลต่อการดำเนินชีวิตและสุขภาพเป็นอันมาก ดังจะเห็นได้จากในอดีตที่ผ่านมาปัญหาสุขภาพส่วนใหญ่ของประชาชนที่พบเป็นปัญหาของโรคติดเชื้อและมีการแพร่ระบาดได้ง่าย การพัฒนาทางการแพทย์นั้นทำให้โรคติดเชื้อลดความรุนแรงลง และในบางโรคไม่พบว่าเกิดในประเทศไทยอีก ในปัจจุบันมีการพัฒนาทางด้านเศรษฐกิจ สังคม ทำให้ปัจจัยสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงตาม และเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำอันตรายต่อสุขภาพของบุคคล การเจ็บป่วยของบุคคลมีการเจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้

และเป็นสาเหตุการตายของประชาชนไทย ได้แก่ อุบัติเหตุ โรคหัวใจ โรคมะเร็ง ซึ่งเกิดจากพฤติกรรมด้านสุขภาพของบุคคล สาเหตุการเกิดของโรคเหล่านี้เกิดจากพฤติกรรมขาดการออกกำลังกาย พฤติกรรมการรับประทานอาหารประเภทไขมัน และมีแคลอรีสูง พฤติกรรมการรับประทานอาหารเกินความจำเป็นของร่างกาย เป็นต้น พฤติกรรมต่าง ๆ เหล่านี้ส่งผลให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน และเกิดโรคอ้วน (Obesity) ตามมา ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ส่งผลให้เกิดโรคหัวใจ โรคความดันโลหิต โรคเบาหวานได้ง่าย โรคที่เกิดจากพฤติกรรมของบุคคลนี้ส่วนใหญ่เป็นโรคเรื้อรังไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ เป็นปัญหาต่อประเทศและเป็นภาระของภาครัฐในการดูแลรักษา และเสียงบประมาณจำนวนมากในการซื้อยาเพื่อใช้ในการรักษาพยาบาล

สำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข (2538, หน้า 27) กล่าวว่า ปัจจุบันการเสียชีวิตของประชาชน 5 อันดับแรก ได้แก่ โรคหัวใจ โรคมะเร็งทุกชนิด อุบัติเหตุจากการขนส่ง โรคระบบหายใจ (ทางเดินหายใจส่วนบน) และอุบัติเหตุอื่น ๆ ซึ่งล้วนมาจากการกระทำของบุคคลหรือกลุ่มบุคคลทั้งสิ้น และจากสถิติของสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข พบว่า ในปี พ.ศ.2530-2534 มีจำนวนผู้เสียชีวิตด้วยโรคหัวใจในอัตรา 42.7 44.5 49.5 51.3 และ 54.7 ต่อประชากร 100,000 คน ตามลำดับ (กองสถิติสาธารณสุข สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, 2534) และจากการรายงานสถานการณ์ปัจจุบันของปัญหาสุขภาพจิตในสังคมไทย (ธนู ชาติชนนท์, 2539, หน้า 21) ได้กล่าวไว้ว่า การตายด้วยโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสมเพิ่มขึ้น คือ ตายด้วยโรคหัวใจเพิ่มร้อยละ 53.6 ต่อประชากรแสนคน เมื่อปี 2535 เป็นร้อยละ 59.8 เมื่อปี 2538 ตายจากอุบัติเหตุเพิ่มจากร้อยละ 48.5 ต่อประชากรแสนคน เมื่อปี 2535 เป็นร้อยละ 48.9 เมื่อปี 2538 และมีแนวโน้มว่าจะเพิ่มมากขึ้นทุกปี ทำให้รัฐบาลต้องสูญเสียงบประมาณเป็นจำนวนมาก ในการดูแลรักษาผู้ป่วยเหล่านี้ เกษม นครเขตต์ (2534, หน้า 1-2) กล่าวว่า สาเหตุเหล่านี้เป็นผลมาจากคนในสังคมขาดระเบียบวินัย ไม่เคารพกฎหมาย ขาดความรู้ ความเข้าใจในการบริโภคสินค้า ตลอดจนไม่สามารถนำตนให้หลีกเลี่ยงจากสภาวะแวดล้อมที่เป็นพิษที่กำลังคุกคามอยู่โดยทั่วไป

การพัฒนาคนต้องพัฒนาทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ จริยธรรม และศาสนา (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2538, หน้า 18) ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายและแผนสาธารณสุข (2538, หน้า 35) คนต้องได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่ตามศักยภาพ ทั้งกาย ใจ สติปัญญา และความสามารถ เพื่อเป็นคนที่มีความสุขดี มีคุณภาพ มีความสุข และมีคุณธรรมตลอดจนมีความรู้ความสามารถที่จะปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณค่าตลอดช่วงวัยของชีวิต การที่คนเราหรือประชาชนจะได้รับการพัฒนาให้มีสุขภาพดีได้เพียงใดนั้น อยู่ที่การเริ่มต้นอบรมให้ความรู้ตั้งแต่

เยาว์วัยในสถานศึกษา ดังนั้นสถานศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการสร้างสรรค์ พัฒนาเยาวชนให้เป็นพลเมืองดี เป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมต่อไป (บทคัดย่อและสรุปสำหรับผู้บริหาร โครงการวิจัยเพื่อสุขภาพ, 2541, หน้า 12)

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้น จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและจำเป็นต้องพัฒนา ทั้งนี้เพราะพฤติกรรมสุขภาพเป็นกิจกรรมหรือการประพฤติปฏิบัติทางด้านสุขภาพของบุคคล หากบุคคลมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีก็จะส่งผลให้พฤติกรรมของบุคคลในครอบครัว ครอบครัว ชุมชนดีตามไปด้วย กรีนและคนอื่น ๆ (1980) ได้กำหนดปัจจัยที่เป็นสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพไว้ 3 ประการ คือ ปัจจัยหลัก ปัจจัยสนับสนุน และปัจจัยเสริม ปัจจัยหลักเป็นปัจจัยที่เกิดก่อนพฤติกรรม ซึ่งจะให้เกิดผลหรือแรงจูงใจที่ทำให้เกิดพฤติกรรม ได้แก่ ความรู้ ทักษะ ค่านิยม ความเชื่อ และการรับรู้ ปัจจัยสนับสนุน เป็นปัจจัยที่เอื้ออำนวยให้พฤติกรรมนั้นเกิดขึ้น ได้แก่ ทรัพยากรท้องถิ่น การเลือกใช้ทรัพยากรและทักษะ ปัจจัยเสริมเป็นปัจจัยที่แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมนั้นได้รับการสนับสนุนจากบุคคลที่เกี่ยวข้อง

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่ผลิตบัณฑิตเกือบทุกสาขาวิชาชีพ ซึ่งผู้สำเร็จการศึกษาออกไปประกอบอาชีพตามหน่วยงาน องค์กร หรือดำเนินธุรกิจ จะต้องสัมผัสใกล้ชิดกับประชาชน ดังนั้น นักศึกษาจะต้องมีสุขภาพที่ดี มีความรู้ ความสามารถ มีคุณธรรม ปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณค่า และเป็นแบบอย่างที่ดีในด้านของสุขภาพ ตามพื้นฐานความรู้ ความเชื่อ ทักษะ สถานภาพของผู้ที่มาศึกษา การจัดบริการ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ตลอดจนผลสะท้อนที่นักศึกษาจะได้รับหรือคาดว่าจะได้รับจากการปฏิบัติตนด้านสุขภาพจากเพื่อนนักศึกษา อาจารย์ และระเบียบต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย ล้วนแต่เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรม พฤติกรรมสุขภาพ และภาวะสุขภาพของนักศึกษาทั้งสิ้น

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา โดยอาศัยกรอบการมองของ PRECEDE FRAMEWORK ของ กรีน (Green) ในเรื่องของปัจจัยหลัก ปัจจัยสนับสนุน และปัจจัยเสริม ตลอดจนวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เพื่อเป็นแนวทางการส่งเสริมสุขภาพนักศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2542 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ขอบเขตเนื้อหา

1. ศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้แก่ ปัจจัยหลัก ปัจจัยสนับสนุน และปัจจัยเสริม

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

ภาวะสุขภาพ หมายถึง สภาพร่างกายในช่วงเวลาหนึ่งของบุคคลซึ่งสามารถปฏิบัติกิจกรรมตามความต้องการขั้นพื้นฐาน ถือเป็นความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และการอยู่ร่วมในสังคม 1) ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย 2) การประเมินประสิทธิภาพการทำงานของร่างกาย การควบคุมอารมณ์ และการมีส่วนร่วมในสังคม

พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติตนของบุคคลในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่องที่แสดงถึงการรักษาสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาโรค รวมทั้งการส่งเสริมสุขภาพ โดยศึกษาในกรอบของ 1) การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล 2) การหลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ 3) การป้องกันอุบัติเหตุ 4) การรับประทานอาหาร 5) การออกกำลังกาย

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง องค์ประกอบต่าง ๆ ทั้งภายในบุคคลและภายนอกบุคคล ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่

ปัจจัยหลัก หมายถึง ปัจจัยที่เกิดขึ้นก่อนพฤติกรรม ซึ่งจะให้เหตุผลหรือเป็นแรงจูงใจที่ทำให้นักศึกษาเกิดพฤติกรรมในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง การรับรู้ในเรื่องของพฤติกรรมสุขภาพ

การรับรู้ในเรื่องของพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การรับรู้ถึงโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง การรับรู้ถึงความรุนแรงของการเจ็บป่วยจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง และการรับรู้ถึงประโยชน์ในเรื่องของการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี

ปัจจัยสนับสนุน หมายถึง ปัจจัยที่เอื้ออำนวยให้พฤติกรรมเป็นไปได้ หรือเกิดขึ้นได้ ซึ่งปัจจัยนี้เป็นแรงจูงใจให้พฤติกรรมเกิดเป็นจริง ในการวิจัยนี้ หมายถึง ระบบการสนับสนุนองค์กรที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

ระบบการสนับสนุนขององค์กรที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การจัดเพื่อให้บริการต่าง ๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา ซึ่งได้แก่ สถานบริการและแหล่งความรู้ต่าง ๆ

ปัจจัยเสริม หมายถึง ปัจจัยที่แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมได้รับการสนับสนุนจากผู้อื่นหรือไม่เพียงใด ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

การสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การที่นักศึกษาได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมในเรื่องของพฤติกรรมสุขภาพ โดยครอบครัว อาจารย์ และกลุ่มเพื่อน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รับทราบถึงภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนหรือจัดทำโครงการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. เป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อนำไปสู่การทำวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไป