

# ด้านที่ 8 สุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ

» » 8.2 กระบวนการสุขศึกษาในสถานพยาบาลและชุมชน

» » » 8.2.1 จัดกิจกรรมสุขศึกษา

ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ (HB) และข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL)







# ด้านที่ 8 สุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ

## » » 8.2 กระบวนการสุขศึกษาในสถานพยาบาลและชุมชน

### » » » 8.2.1 ดำรงพฤติกรรมสุขภาพ

#### ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ (HB) และข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL)

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน

เพศ	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	24	48.00	26	52.00	50	100

ช่วงอายุ	15-19 ปี		20-29 ปี		30-39 ปี		40-49 ปี		50-59 ปี		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	0	0.00	3	6.00	10	20.00	9	18.00	16	32.00	50	76.00

ระดับการศึกษา	ไม่ได้เรียนหนังสือ		ประถมศึกษา		ม.ต้น		ม.ปลาย/ปวช.		อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรีขึ้นไป		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	0	0.00	30	60.00	1	2.00	3	6.00	3	6.00	13	26.00	50	100.00

สถานะ	อสม.		ผู้ใหญ่บ้านกำนันกรรมการชุมชน		ประชาชนในชุมชน		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	11	22.00	3	6.00	36	72.00	50	100.00



# ด้านที่ 8 สุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ

## » » 8.2 กระบวนการสุขศึกษาในสถานพยาบาลและชุมชน

### » » » 8.2.1 ตำรวจพฤติกรรมสุขภาพ

#### ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ (HB) และข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL)

สรุปผลการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ต.เวียง (ก่อนเข้าร่วมโครงการ)

องค์ประกอบการวัด	คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม						คะแนนรวมเฉลี่ย	ร้อยละจากคะแนนเต็ม	ระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน							
										ดีมาก		ดี		พอใช้		ไม่ดี	
										จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	2.72	3.72	3.72	3.80			3.50	70.00	ดี	15	30.00	10	20.00	16	32.00	9	18.00
2.การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.52	3.50	3.38	3.60			3.50	70.00	ดี	13	26.00	18	36.00	12	24.00	7	14.00
3.การตัดสินใจใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.28	3.46	3.44	3.38			3.39	67.80	พอใช้	7	14.00	24	48.00	9	18.00	10	20.00
4.การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	2.96	3.78	3.14	2.68			3.14	62.80	พอใช้	1	2.00	18	36.00	18	36.00	13	26.00
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละความรู้ด้านสุขภาพ							3.38	67.65	พอใช้	1	2.00	17	34.00	28	56.00	4	8.00
1. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	2.84	3.26	4.10	2.98	3.18	3.04	3.23	64.67	พอใช้	11	22.00	7	14.00	11	22.00	21	42.00
2. พฤติกรรมการออกกำลังกาย	2.84	2.70					2.77	55.40	ไม่ดี	7	14.00	4	8.00	16	32.00	23	46.00
3. การจัดการความเครียด	2.90	3.30					3.10	62.00	พอใช้	6	12.00	44	88.00	16	32.00	13	26.00
4. พฤติกรรมการสูบบุหรี่	3.60	3.20					3.40	68.00	พอใช้	21	42.00	29	58.00	4	8.00	15	30.00
5. พฤติกรรมการดื่มสุรา	2.78						2.78	55.60	ไม่ดี	13	26.00	0	0.00	19	38.00	18	36.00
6.พฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคติดเชื้อโควิด-19	3.10	3.38	2.74	3.22	3.58	3.40											
	3.16	2.98	3.06				3.18	63.60	พอใช้	4	8.00	17	34.00	14	28.00	15	30.00
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละพฤติกรรมสุขภาพ							3.08	61.54	พอใช้	1	2.00	10	20.00	24	48.00	15	30.00
สรุปกิจกรรมการมีส่วนร่วม	2.18	2.12	2.06	2.08	2.18		2.12	70.81	ดี	11	22.00	5	10.00	32	64.00	2	4.00



# ด้านที่ 8 สุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ

## » » 8.2 กระบวนการสุขศึกษาในสถานพยาบาลและชุมชน

### » » » 8.2.1 ดำรวจพฤติกรรมสุขภาพ

#### ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ (HB) และข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL)

#### ปัญหาอุปสรรค

จากการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพ พบว่ากลุ่มเสี่ยงบางรายยังมีพฤติกรรมที่ดื่มสุรา และสูบบุหรี่อยู่ และออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอเหตุผล ที่ยังมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เนื่องจากสูบบุหรี่มาหลายปีจึงทำให้เลิกยาก พฤติกรรมการดื่มสุราเนื่องจากวัฒนธรรมประเพณี การจัดงานต่าง ๆ ในหมู่บ้านมีการเลี้ยงสุรา จำเป็นต้องดื่มสุราเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมพฤติกรรมการออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ โดยยังเห็นว่าการทำงานในแต่ละวัน ถือเป็นการทำงานออกกำลังกาย

#### การนำผลประเมินไปใช้

1. การให้ความรู้แนวทางการปฏิบัติตัวสำหรับผู้ที่ต้องการเลิกสุรา และบุหรี่ และแนะนำคลินิกเลิกสุราและบุหรี่
2. จัดกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกายเป็นหมู่คณะ
3. ส่งเสริมการจัดกิจกรรมปลอดเหล้าในงานบุญ
4. ส่งเสริมการปลูกพืชสมุนไพร ผักพื้นบ้านอาหารเป็นยา