

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ทหารกองประจำการเป็นกำลังพลหลักของกองทัพที่จะแสดงถึงศักยภาพความมั่นคงทางการทหารของประเทศ เพราะประเทศที่มีกำลังทางทหารที่มีประสิทธิภาพย่อมจะแสดงถึงความมั่นคงของชาติและคุณภาพชีวิตของกำลังพลเหล่านี้เป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญเพื่อนำไปสู่ กองทัพที่เข้มแข็ง ดังนั้นการเข้าเป็นทหารกองประจำการจึงเป็นการเปลี่ยนบทบาทที่สำคัญของชีวิตลูกผู้ชาย เริ่มตั้งแต่การฝึกหนักในภาคสนามท่ามกลางระบบระเบียบวินัยทางทหาร สภาพจิตใจที่เผชิญกับระบบการปกครองบังคับบัญชา ระบบรุ่นพี่รุ่นน้อง การพลัดพรากจากครอบครัวและคนรัก ต้องเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ของตนเองไปตามแบบแผนการปฏิบัติประจำวันที่ถูกกำหนดไว้ชัดเจน ระเบียบวินัยทำให้เกิดความเครียด ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบวินัยอย่างเคร่งครัดตามความคาดหวังของส่วนรวมหรือกองทัพซึ่งอาจขัดแย้งกับความต้องการส่วนตัวของตนเอง ขาดอิสระ แบบแผนการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงจากเดิม เช่น เครื่องแต่งกายเครื่องนอนและของใช้ประจำตัวที่มีจำนวนจำกัด เวลาว่างที่เป็นส่วนตัวลดลง การบริโภคอาหารที่ปริมาณและคุณค่าทางอาหารถูกจำกัดด้วยงบประมาณ เป็นต้น

สำหรับผลกระทบเมื่อเข้าเป็นทหารกองประจำการที่เด่นชัด คือ ด้านร่างกาย จากการฝึกการปฏิบัติกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ภาคสนามที่เหน็ดเหนื่อยท่ามกลางภูมิอากาศที่ร้อนอบอ้าวเป็นเวลานานและเครื่องแบบทหารที่มีลักษณะเฉพาะทำให้การระบายถ่ายเทอากาศไม่ดี ส่งผลต่อการเกิดปัญหาสุขภาพตามมา เช่น อาการอ่อนเพลีย ปวดเมื่อย โรคผิวหนัง เป็นต้น แสดงให้เห็นจากจำนวนทหารกองประจำการที่เข้าตรวจโรคโรงพยาบาลค่ายเสนาณรงค์ ประจำปี 2547 และได้รับการวินิจฉัยการเจ็บป่วยโรคในระบบทางเดินหายใจ 145 นาย ระบบผิวหนัง 83 นาย ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก 167 นาย และระบบทางเดินอาหาร 32 นาย (สถิติผู้ป่วยโรงพยาบาลค่ายเสนาณรงค์, 2547) ด้านจิตใจ พบว่าทุกๆ ปีมีทหารกองประจำการที่แสดงอาการป่วยทางจิต สถิติการรับป่วยทหารกองประจำการด้วยอาการทางจิตเวช ประจำปี 2545 - 2547 ผู้ป่วยจำนวน 4, 3 และ 3 ราย ตามลำดับ (สถิติผู้ป่วยโรงพยาบาลค่ายเสนาณรงค์, 2547) ทั้งหมดก่อให้เกิดอุปสรรคต่อการสร้างเสริมสุขภาพและผลที่ตามมา คือ ภาวะเบี่ยงเบนของสุขภาพ และตลอดเวลาปัญหาการขาดหนี้ราชการยัง

มีอยู่ จากการศึกษาของสุทธิ (2537) เรื่อง มูลเหตุของใจการขาดหนีราชการของพลทหารกองประจำการ พบว่า เนื่องจากสภาพชีวิตประจำวันในหน่วยทหารที่ไม่เหมาะสมมีปัญหาจากสภาพสังคมภายนอก ปัญหาจากสภาพภายในหน่วยทหาร และการรับรู้ต่อสภาพแวดล้อมที่ไม่ดีทำให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลทำให้ประสิทธิภาพในการเรียนรู้หรือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ลดลงเป็นชีวิตที่ไม่มีคุณภาพ

ตลอดเวลาที่ผ่านมาคุณภาพชีวิต เป็นเรื่องที่สำคัญในการดำเนินชีวิตและเป็นสิ่งที่มีมนุษย์ทุกคนปรารถนา อีกทั้งยังเป็นเป้าหมายหลักของการพัฒนาประชากรของประเทศต่างๆ โดยเชื่อในแนวคิดที่ว่า ถ้าคนมีคุณภาพชีวิตที่ดี การพัฒนาในด้านต่าง ๆ ก็จะทำให้ดีและรวดเร็วขึ้น การรับรู้แนวคิดนี้แตกต่างกันไปในแต่ละสังคม แต่ก็มี การรับรู้ร่วมกันระดับหนึ่งว่า ความเป็นอยู่ที่ดีในสังคมหนึ่ง ๆ ไม่ควรมองแง่เศรษฐกิจเท่านั้น แง่มุมอื่นที่ควรได้รับการพิจารณาควรรวมถึงด้านที่อยู่อาศัย สุขภาพอนามัย ตลอดจนความสัมพันธ์ทางสังคมของสมาชิกในสังคมนั้น (Burckhardt, 1982) แนวคิดใหม่ว่าด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เกิดขึ้นคือ การพัฒนาประเทศไม่ได้มุ่งเน้นความอยู่ดีมีสุขทางวัตถุของประชาชนแต่ปรารถนาที่จะสร้างเสริมความสุขทางอารมณ์และจิตวิญญาณด้วย และปัจจุบันได้กลายเป็นแนวคิดสากล ประชาคมโลกรับรู้และเห็นพ้องกันว่าประเทศที่พัฒนาอย่างแท้จริงวัดได้จากความสุข (ประเวศ, 2547) อันมาจากการได้รับการตอบสนองปัจจัยจำเป็นพื้นฐานต่างๆ ของคนในประเทศ ซึ่งเป็นที่สนใจของรัฐบาลหลายๆ ประเทศ ซึ่งทั้งความสุข ความพึงพอใจ หรือคุณภาพชีวิตเป็นการรับรู้ในสถานะของบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม นักวิชาการให้ความหมายว่าเป็นสิ่งเดียวกัน ในทางการแพทย์และการสาธารณสุขก็ได้ใช้คุณภาพชีวิตเป็นเกณฑ์ในการพิจารณาวางแผนและปฏิบัติการรักษาพยาบาลที่เป็นองค์รวม (holistic care) เพื่อให้เกิดผลสูงสุดในด้านสุขภาพอนามัยหรือสุขภาวะของบุคคลอีกด้วย (Ferrans & Powers, 1992)

กองทัพบกได้เห็นถึงความสำคัญดังกล่าวข้างต้น จึงได้กำหนดนโยบายเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการกองทัพบกออกตามคำสั่งกองทัพบกที่ 65/2542 ลงวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2542 (กำลังพลทหารบก, 2545) ซึ่งการที่ทหารกองประจำการจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามแนวคิดของกองทัพบกนั้นได้กำหนดขอบเขตไว้ 6 ด้าน คือ ทหารกองประจำการมีภาวะโภชนาการที่ดี มีเครื่องแต่งกายและของใช้ประจำกายที่เพียงพอ มีที่พักอาศัยที่ดี สุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ได้รับสวัสดิการตามสิทธิ ตลอดจนเป็นผู้ที่มีคุณธรรมและจริยธรรม โดยคาดหวังว่าเมื่อทหารกองประจำการมีสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ได้รับการบริการและสวัสดิการที่จำเป็นอย่างเพียงพอแล้ว ก็จะมีขวัญกำลังใจพร้อมที่ปฏิบัติงานตามตำแหน่งหน้าที่อย่างสมบูรณ์อย่างภาคภูมิใจ รักในศักดิ์ศรีของทหาร จงรักภักดีต่อกองทัพบก และการขาดหนีราชการจะหมดไป ดังนั้นกรมแพทย์ทหารบก ได้มุ่งเน้นกำลังพลกองทัพบกให้เห็นความสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพ (กรมแพทย์ทหารบก, 2548) เพราะเป็น

กระบวนการที่เอื้อให้บุคคลมีความสามารถในการควบคุมและพัฒนาสุขภาพของตนเอง โดยทางหน่วยสามารถร่วมปรับปรุงบริบททางสังคมเพื่อเอื้อต่อการตัดสินใจและกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การเสริมสร้างพลังอำนาจให้บุคคลและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมจะช่วยให้บุคคลมีศักยภาพที่จะส่งเสริมสุขภาพได้ด้วยตนเองซึ่งเป็นกลยุทธ์สำคัญที่จะทำให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดีและพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นรวมทั้งลดความเจ็บป่วยที่สามารถป้องกันได้ การดำเนินการส่งเสริมสุขภาพสามารถจะกระทำได้ทั้งในระดับบุคคลและชุมชน ซึ่งเป็นกลยุทธ์การดำเนินการเพื่อสร้างเสริมสุขภาพที่องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้ประการหนึ่ง คือ การพัฒนาทักษะชีวิต (ทัศน, 2544; Young, 2001) โดยมุ่งเน้นการสร้างเสริมสุขภาพเช่นกัน

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้นเห็นได้ว่า การเอื้อประโยชน์ให้ทหารกองประจำการมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสู่การปฏิบัติเพื่อสร้างเสริมสุขภาพตนเองนั้น ทีมสุขภาพสามารถเข้าไปมีส่วนร่วมโดยเฉพาะพยาบาลต้องเข้าไปมีบทบาทในการส่งเสริมเพื่อให้เกิดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ เริ่มจากประเมินพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของทหารกองประจำการ วางแผนให้สูศึกษาและติดตามผลการปฏิบัติเป็นสำคัญเพื่อให้ทหารกองประจำการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ดีและเหมาะสม สามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เข้ามากระทบต่อตัวทหารกองประจำการและมีคุณภาพชีวิตที่ดีอันเป็นเป้าหมายของกองทัพบก

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของทหารกองประจำการ
2. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ

คำถามการวิจัย

1. พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของทหารกองประจำการ อยู่ระดับใด
2. คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ อยู่ระดับใด
3. พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตมีความสัมพันธ์กัน หรือไม่

สมมติฐานการวิจัย

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ

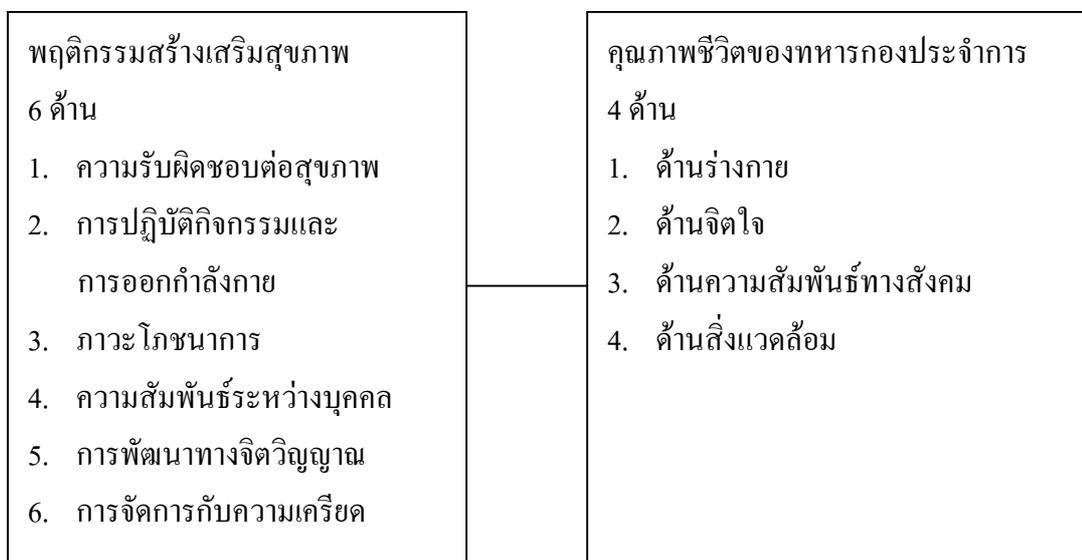
กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ คุณภาพชีวิต และความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ โดยใช้แนวคิดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ เมอร์ดัฟ และ พาร์สัน (Pender, Murdaugh & Parsons, 2002) และคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก (The WHOQOL group, 1994) ดังนี้

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพเป็นกิจกรรมที่บุคคลกระทำหรือเป็นการแสดงออกทางความคิด ความรู้สึกเพื่อมุ่งให้เกิดผลลัพธ์ทางบวกด้านสุขภาพเพื่อเพิ่มระดับความเป็นอยู่และบรรลุเป้าหมายในชีวิตของบุคคล ชุมชน และสังคม เมื่อกระทำอย่างบูรณาการเป็นหนึ่งเดียวกับทุกมิติของวิถีชีวิตจะทำให้มีสุขภาพดีขึ้น มีความสามารถในการทำหน้าที่เพิ่มขึ้น และมีคุณภาพชีวิตดีขึ้นในทุกระยะพัฒนาการ จึงกล่าวได้ว่าบุคคลที่มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพดี จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามไปด้วย ซึ่งเพนเดอร์ และ คณะ ได้แบ่งพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพออกเป็น 6 ด้าน คือ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านการปฏิบัติกิจกรรมและการออกกำลังกาย ด้านภาวะโภชนาการ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการความเครียด

คุณภาพชีวิตเป็นค่าที่ใช้ในเชิงเปรียบเทียบเปลี่ยนแปลงไปตามเวลา สถานที่ และการรับรู้ของแต่ละบุคคล คุณภาพชีวิตจึงเป็นการรับรู้สถานะของบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม โดยมุ่งเน้นที่ 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมทั้งนี้จะอยู่ภายใต้บริบทของวัฒนธรรม ค่านิยม และสัมพันธ์กับเป้าหมายในชีวิตของบุคคล (The WHOQOL group, 1994)

ความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ศึกษาจึงสามารถสรุปได้ดังภาพประกอบ



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

นิยามศัพท์

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลกระทำหรือเป็นการแสดงออกทางความคิด ความรู้สึกเพื่อมุ่งให้เกิดผลลัพธ์ทางบวกต่อสุขภาพเพื่อเพิ่มระดับความเป็นปกติสุขและบรรลุเป้าหมายในชีวิตของบุคคล ชุมชน และสังคม โดยประเมินได้จากแบบวัดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ผู้วิจัยได้สร้างตามแนวคิดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ และ คณะ (Pender et al., 2002) ซึ่งประกอบด้วย 6 ด้าน คือ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านการปฏิบัติกิจกรรมและการออกกำลังกาย ด้านภาวะโภชนาการ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการกับความเครียด

คุณภาพชีวิต หมายถึง การรับรู้สถานะของบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม โดยมุ่งเน้นด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ภายใต้บริบทของวัฒนธรรม ค่านิยม โดยจะสัมพันธ์กับเป้าหมายในชีวิตของบุคคล โดยประเมินได้จากแบบวัดขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ 26 ตัวชี้วัด ฉบับแปลภาษาไทย (สุวัฒน์, วิวรรธน์, วนิดา, กรองจิต และ ราณี, 2540)

ทหารกองประจำการ หมายถึง ชายไทยที่ได้รับการคัดเลือกตามพระราชบัญญัติรับราชการทหาร พุทธศักราช 2497 ให้เป็นพลทหารและเข้ามาประจำการในกองทัพ ซึ่งจะต้องเข้ามารับราชการเป็นเวลา 2 ปี หรือน้อยกว่าตามที่กฎกระทรวงกำหนด โดยเป็นเพศชาย อายุตั้งแต่ 18 ปี บริบูรณ์ และยังไม่ถึง 30 ปีบริบูรณ์ ซึ่งไม่ใช่บุคคลที่เป็นการยกเว้นตามพระราชบัญญัติรับราชการทหาร พุทธศักราช 2497 มาตรา 4 (กำลังพลทหารบก, 2547)

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ คุณภาพชีวิต และความสัมพันธระหว่างพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ ค่ายเสนาณรงค์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ความสำคัญของการวิจัย

1. เป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับหน่วยงานที่รับผิดชอบต่อกิจกรรมการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการที่จะนำไปวางแผนการสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ โดยมุ่งหวังให้ทหารกองประจำการได้มีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดเท่าที่กองทัพสามารถสนับสนุนได้
2. เป็นแนวทางในการจัดทำแผนการสอนสุขศึกษาสำหรับทหารกองประจำการในการส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ
3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในทหารกองประจำการต่อไป