

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สุขภาพเป็นพื้นฐานที่สำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล สุขภาพหมายถึง สุขภาวะที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต และทางสังคม ไม่ใช่เพียงการปราศจากโรค (ประเวศ, 2541) ปัจจุบันพบว่าภาวะสุขภาพของคนไทยมีแนวโน้มเปลี่ยนไป สาเหตุการตายของประชากรจาก โรคเนื้องอก โรกระบบไหลเวียนโลหิต โรคติดเชื้อและปรสิต และโรคของระบบหายใจ ยังเป็นสาเหตุการตาย 5 อันดับแรก ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2540 – 2544 โดยเฉพาะโรคเนื้องอกมีแนวโน้มพบมากขึ้น จาก 43.4, 48.8, 58.6, 68.9 และ 68.4 ต่อประชากรแสนคน และโรกระบบไหลเวียนโลหิตยังคงพบในอัตราค่อนข้างสูงแม้ว่ามีแนวโน้มลดลงก็ตาม คือจาก 96.8, 85.6, 68.7, 52.3 และ 56.2 ต่อประชากรแสนคน และจากปัญหาทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคเอดส์ อุบัติเหตุ และปัญหายาเสพติด จากการใช้บริการรักษาสุขภาพไม่เหมาะสม เช่น การรับประทานยาไม่ถูกต้อง การรับการรักษาที่ไม่เหมาะสม ทำให้โรคติดเชื้อคือต่อพยาธิรักษามากขึ้น เช่น วัณโรค มาเลเรีย (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9, 2544) ซึ่งการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลอาจจะเป็นปัจจัยสำคัญของการเกิดโรคหลายชนิดที่เป็นสาเหตุการเจ็บป่วยและสาเหตุการตาย ถ้าบุคคลสามารถรับฝึชชอบต่อตนเอง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสมได้ก็จะเกิดผลดี (อำนาจ, 2545)

จากปัญหาสุขภาพที่นับวันจะเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะปัญหาสุขภาพที่เกิดจากโรคที่สามารถป้องกันได้ องค์การอนามัยโลกจึงให้ความสำคัญสุขภาพในมิติใหม่คือ สุขภาพไม่ได้มีความหมายจำกัดอยู่เพียงการไม่เจ็บป่วยหรือพิการเท่านั้น หากยังครอบคลุมถึงการดำเนินชีวิตที่ยืนยาวของทุกคน โดยพิจารณาถึงปัจจัยทางร่างกาย จิตใจ สังคม สิ่งแวดล้อมและจิตวิญญาณเป็นสำคัญ ซึ่งหมายความว่าแม้แต่ผู้ป่วยเรื้อรังคนพิการรวมถึงผู้ที่มีความบกพร่องทางกายหรือทางจิต ก็ยังสามารถบรรลุถึงสุขภาวะในขอบเขต ศักยภาพของแต่ละบุคคลได้ (วิพุธ, 2544) นอกจากนี้ยังได้มีการปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์ใหม่ทางสุขภาพโดยมุ่งเน้นแนวทางและกลวิธีที่จะสร้างสุขภาวะในทุกมิติเพื่อทดแทนการระดมกำลังและทรัพยากรไปในด้านการรักษาดูแลสุขภาพที่เสื่อมสลายและทรุดโทรม อันเป็นการต่อสู้เชิงรับซึ่งต้องใช้ทรัพยากรมากกว่า แแต่กลับคุ้มทุนน้อยกว่า ด้วยเหตุนี้แนวคิดในการสร้างเสริมสุขภาพ (health promotion) จึงถูกกำหนดเป็นนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ในการรณรงค์ให้คนมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันการเจ็บป่วยจากโรคไม่ติดต่อ

เป้าหมายสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพคือการทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ กล่าวคือ เป็นการปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อเพิ่มพูนคุณภาพชีวิตของบุคคล มุ่งที่จะเพิ่มระดับความผาสุกเพื่อการมีภาวะสุขภาพดี ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ประกอบด้วยการปฏิบัติกิจกรรมที่ครอบคลุม 6 ด้านคือ 1) ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ 2) ด้านกิจกรรมทางกาย 3) ด้านโภชนาการ 4) ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล 5) ด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ และ 6) ด้านการจัดการกับความเครียด (Pender , 1996) ถ้าบุคคลสามารถปฏิบัติกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพได้ ก็จะก่อให้เกิดสุขภาพ และเมื่อบุคคลนั้นกระทำพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพจนเป็นแบบแผนในการดำรงชีวิต ก็จะทำให้บุคคลนั้นมีสุขภาพะตลอดชีวิต ซึ่งการมีสุขภาพะจะทำให้บุคคลมีชีวิตที่มีคุณภาพ มีผลผลิตในการทำงานมากขึ้น ลดการขาดงาน ลดการเจ็บป่วยและลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล (สำนักงานนโยบายและแผนสาธารณสุข, 2541)

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เป็นสถาบันการศึกษาในภาคใต้ที่มีหน้าที่ในการผลิตบัณฑิตสาขาพยาบาล โดยมีบุคลากรที่ทำงานในองค์กรที่แบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่มคือ บุคลากรสายวิชาการ ซึ่งได้แก่ คณาจารย์และพนักงานมหาวิทยาลัย และบุคลากรสายสนับสนุน ซึ่งได้แก่ ข้าราชการสาย ข ค และลูกจ้าง อาจารย์ซึ่งเป็นบุคลากรสายวิชาการ มีภารกิจที่ต้องปฏิบัติ 4 ด้าน คือ ด้านการเรียนการสอน ด้านการวิจัย ด้านการบริการวิชาการ และทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการเรียนการสอนและด้านการวิจัย ซึ่งเป็นภาระกิจหลักของอาจารย์ในสถาบันอุดมศึกษาที่เน้นวิจัย และภาระกิจทั้ง 2 ภาระกิจนี้ต้องอาศัยเวลาในการดำเนินการ บุคลากรสายสนับสนุน มีหน้าที่หลักในการสนับสนุน ส่งเสริมและอำนวยความสะดวก ให้การดำเนินการกิจต่างๆของคณะฯ เป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ ลักษณะงานของบุคลากรสายสนับสนุนประกอบไปด้วยงานต่างๆ ซึ่งลักษณะงานของหน่วยงานสนับสนุนจะมีความแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับภารกิจหลักที่ปฏิบัติ และบุคลากรสายสนับสนุนจะต้องมีความตื่นตัวและพัฒนาตนเองตลอดเวลา จากภาระงานที่เพิ่มมากขึ้น สภาพการทำงานที่รีบเร่งและแข่งขันเพื่อให้บรรลุเป้าหมายขององค์กร ทำให้บุคลากรต้องมีการปรับตัวอย่างมาก ประกอบกับบุคลากรส่วนใหญ่ของคณะฯเป็นผู้หญิง มีภาระที่ต้องดูแลความเป็นอยู่ของสมาชิกในครอบครัว จึงเป็นการยากที่จะจัดสรรเวลาให้เหมาะสมในการปฏิบัติบทบาทหน้าที่ทุกด้านให้สำเร็จลุกลงไปด้วยดีตามเป้าหมายที่มหาวิทยาลัยหรือองค์กรกำหนดไว้ จึงอาจก่อให้เกิดความเครียด วิตกกังวล ซึ่งถ้าภาวะดังกล่าวเกิดขึ้นเป็นระยะเวลาติดต่อกันนานๆ จะส่งผลกระทบต่อทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตได้ นอกจากนี้ด้วยเวลาที่จำกัดในแต่ละวัน หรือเนื่องจากความเหน็ดเหนื่อยในภาระกิจการงาน ทำให้ไม่มีเวลาในการดูแลสุขภาพและปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพตนเอง เช่น การออกกำลังกาย การพักผ่อนหย่อนใจเพื่อคลายเครียด เป็นต้น ซึ่งจะนำไปสู่ภาวะเจ็บป่วยและการเป็นโรคเรื้อรังได้ เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน ทั้งนี้เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนนโยบายด้านการสร้างเสริมสุขภาพสำหรับบุคลากร คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อันจะช่วยให้บุคลากรมีคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถปฏิบัติหน้าที่รับผิดชอบได้อย่างเต็มประสิทธิภาพและมีคุณภาพ และส่งผลให้คณะพยาบาลศาสตร์มีความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพด้านร่างกาย ได้แก่ คัดชนิดมวลกาย ความดันโลหิต สมรรถภาพทางกาย กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพจิตกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้ประยุกต์ใช้แนวคิดภาวะสุขภาพตามคำนิยามขององค์การอนามัยโลก ซึ่งหมายถึงความสมบูรณ์ ทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคมของบุคคล (ประเวศ วะสี, 2541) เป็นกรอบในการประเมินภาวะสุขภาพ และใช้แนวคิดรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender , 1996) ในการศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากร เพนเดอร์ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลไว้ว่า เป็นการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เพื่อเพิ่มระดับความเป็นอยู่ที่ดีและการมีสุขภาพดีเท่าที่จะเป็นไปได้ ถ้าบุคคลมีการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพจนกลายเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิต จะทำให้บุคคลมีภาวะสุขภาพดีตลอดช่วงชีวิต ซึ่งพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพประกอบด้วยการกระทำกิจกรรม 6 ด้านคือด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางกาย ด้านโภชนาการ ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ และด้านการจัดการกับความเครียด การที่บุคคลจะปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพหรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับภาวะสุขภาพของบุคคลนั้นๆ โดยบุคคลที่มีภาวะสุขภาพที่แข็งแรงไม่เจ็บป่วยมีแนวโน้มที่จะปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพมากกว่าบุคคลที่มีภาวะสุขภาพไม่แข็งแรงหรือเจ็บป่วย

สมมติฐานการวิจัย

1. ภาวะสุขภาพด้านร่างกายมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์
2. ภาวะสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์

นิยามศัพท์

ภาวะสุขภาพ หมายถึงความสมบูรณ์ทางร่างกาย จิตใจ และสังคมของบุคคลากรคณะพยาบาลศาสตร์ ประเมินจาก ดัชนีมวลกาย ความดันโลหิต สมรรถภาพทางกาย แบบสอบถามดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสั้น (Thai Mental Health Indicator: TMHI-15) พัฒนาโดย อภิชัยและคณะ (2547)

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมต่างๆของบุคลากร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเพิ่มระดับความเป็นอยู่ที่ดีและการมีสุขภาพดีเท่าที่จะเป็นไปได้ ประกอบด้วยการปฏิบัติกิจกรรม 6 ด้าน คือ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางกาย ด้านโภชนาการ ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการกับความเครียด ประเมินโดยแบบใช้แบบสอบถามลีลาชีวิตการส่งเสริมสุขภาพฉบับภาษาไทยของนันทวัน ซึ่งแปลจาก Health Promoting lifestyle Profile II ของ วอล์กเกอร์และคณะ (Walker, Sechrist, & Pender, 1988)

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรสายวิชาการและสายสนับสนุน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่ปฏิบัติงานอยู่ที่คณะพยาบาลศาสตร์ ในปีงบประมาณ 2548 – 2549