

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพด้านร่างกาย ได้แก่ ค้ำช้นีมวลกาย ความดันโลหิต และสมรรถภาพทางกาย ภาวะสุขภาพจิต กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

แบบวิจัย: การวิจัยเชิงบรรยาย

ระเบียบวิธีวิจัย: กลุ่มตัวอย่างคือ บุคลากรสายวิชาการและสายสนับสนุน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่ปฏิบัติงานอยู่ที่คณะพยาบาลศาสตร์ ในปีงบประมาณ 2548 – 2549 จำนวน 146 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้เครื่องมือวิทยาศาสตร์ ได้แก่ เครื่องชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดันโลหิต อุปกรณ์ในการวัดสมรรถภาพทางกาย และแบบสอบถามซึ่งประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย และแบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามดัชนีชี้วัดสุขภาพจิต และแบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพเท่ากับ 0.79 และ 0.80 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยายและการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของเพียร์สันด์

ผลการศึกษา: ผลการประเมินภาวะสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 72 คน จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 146 คน พบว่า ส่วนใหญ่มีค้ำช้นีมวลกายปกติ ร้อยละ 70.80 และมีภาวะน้ำหนักเกิน ร้อยละ 20.80 มีความดันโลหิตอยู่ในระดับปกติ ร้อยละ 86.11 สมรรถภาพทางกายโดยรวมอยู่ในระดับดีและปานกลาง ร้อยละ 43.10 และ 41.70 ตามลำดับ ภาวะสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่างบุคลากร อยู่ในระดับดีเท่ากับคนทั่วไปมากที่สุด ร้อยละ 46.60 รองลงมามีภาวะสุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป ร้อยละ 43.20 ค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างบุคลากร (N = 146 คน) โดยรวมและรายด้านเกือบทุกด้านอยู่ในระดับปานกลางยกเว้นด้านการเจริญทางจิตวิญญาณอยู่ในระดับสูง ภาวะสุขภาพกาย ได้แก่ ค้ำช้นีมวลกาย ความดันโลหิต สมรรถภาพทางกาย ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ โดยรวม แต่พบว่าภาวะสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r = 0.493, p < .01$)

สรุป: ผลการศึกษาค้นคว้านี้ให้ข้อเสนอแนะว่าควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรคณะพยาบาลศาสตร์มีการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพมากขึ้น โดยเฉพาะพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และควรมีการติดตามดูแลภาวะสุขภาพของบุคลากรอย่างต่อเนื่อง

ABSTRACT

Objectives: To determine health status and to describe health-promoting behaviors, and to examine the relationships between physical and mental health status and health promoting behaviors of staffs of faculty of nursing, Prince of Songkla University (PSU).

Study design: Descriptive research

Materials and Methods: Samples consisted of 146 staffs of faculty of nursing, PSU. Data were collected using scientific equipments (including body weight and height measures, mercury sphygmomanometer, physical fitness test equipments) and a set of questionnaire including general information, the Thai mental health indicator and health-promoting behavior questionnaire. The Cronbach's alpha coefficient of the Thai mental health indicator and health-promoting behavior questionnaire was 0.79 and 0.80 respectively. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson correlation analysis.

Results: There were 72 of 146 subjects enrolled in physical health examination. Results revealed that the majority of staffs had normal body mass index (70.80%) and normal blood pressure (70.80%). About forty three and forty two percent had overall physical fitness at a good and moderate levels. Forty seven percent had mental health status at the same level of general people. The mean scores of overall health-promoting behaviors and almost all aspects of health-promoting behaviors of staffs (N = 146) were at a moderate level except a spiritual growth aspect was at a good level. No significant relationship between health status (body mass index, blood pressure, physical performance) and health-promoting behaviors was found. There was a positive correlation between mental health status and health-promoting behaviors ($r = 0.493, p < .01$).

Conclusion: Findings from this study suggest the need to further promote and support proper health promoting practices among staffs of Faculty of Nursing, especially physical activity and health responsibility practices.