

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปราย และข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเรื่องระดับความรู้ การปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ และความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับเรื่องบุหรี่กับความรู้ เรื่องบุหรี่ปะเทศ ฐานะ ลักษณะครอบครัว ลักษณะเพื่อนฝูง ในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2535 โดยศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Research) ในกลุ่มตัวอย่าง 182 คน ซึ่งใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบ Systematic Random Sampling Technique เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามชนิดกรอกเอง และแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ปะเทศ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์ สถิติที่ใช้ได้แก่ ร้อยละ ค่ามัธยฐาน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Chi-square Test, T-test และ Odd Ratio ผลการศึกษพบว่า

1. ลักษณะทั่วไปของประชากรที่ศึกษา อัตราส่วนระหว่างเพศชายต่อหญิงเท่ากับ 5:4 อายุเฉลี่ย  $19.0 \pm 1.4$  ปี สูงสุด 27 ปี ต่ำสุด 16 ปี จากคณะต่าง ๆ ทุกคณะของมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่ร้อยละ 95 นับถือศาสนาพุทธ การศึกษาก่อนเข้ามหาวิทยาลัยส่วนใหญ่ร้อยละ 68.7 อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง บิดาและมารดาส่วนใหญ่ร้อยละ 84.1 มีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน ส่วนใหญ่ได้รับเงินจากบิดาและมารดาเป็นค่าใช้จ่าย ร้อยละ 76.9 โดยได้รับเงินเดือนมีค่ามัธยฐานเท่ากับ 2,000 บาท (ค่าเฉลี่ย  $2,391.8 \pm 1,217.5$  บาท/เดือน) อาชีพของบิดาส่วนใหญ่รับราชการ ร้อยละ 31.3 มารดาส่วนใหญ่ค้าขาย ร้อยละ 30.5 การศึกษาของบิดาส่วนใหญ่เป็นระดับปริญญาตรี ร้อยละ 29.2 มารดาส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับ ป.1-4 ร้อยละ 29.7

2. ด้านความรู้ สำหรับการตอบคำถามแบบเลือกข้อถูกที่สุด พบว่ามีผู้ตอบถูก โดยเฉลี่ย  $6.1 \pm 1.3$  ข้อ (จาก 10 ข้อ) สำหรับคำถามแบบตอบ ผิด - ถูก นั้น มีผู้ตอบถูกเฉลี่ย  $6.8 \pm 1.4$  ข้อ จาก 10 ข้อ และหากพิจารณารวมทั้ง 20 ข้อ ข้อละ 1 คะแนน พบว่ามีผู้ตอบถูกเฉลี่ย  $12.9 \pm 2.1$  คะแนน

### 3. ด้านการปฏิบัติตน

3.1 อัตราการสูบบุหรี่ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่เท่ากับร้อยละ 12.6 และอัตราการสูบบุหรี่ของนักศึกษาชายปีที่ 1 เท่ากับร้อยละ 23.2 สำหรับนักศึกษาหญิง ไม่พบว่ามี การสูบบุหรี่

3.2 สาเหตุของการไม่สูบบุหรี่ในกลุ่มนักศึกษาที่ไม่สูบบุหรี่พบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 43.1 ทราบว่าบุหรี่ทำลายสุขภาพ

3.3 สาเหตุที่ผู้เคยสูบบุหรี่แล้วเลิกสูบได้นั้น ส่วนใหญ่เนื่องจากความรู้สึก ของบุหรี่ที่มีต่อสุขภาพ ร้อยละ 56.7

3.4 ความรู้สึกของนักศึกษาเวลาอยู่ใกล้คนสูบบุหรี่พบว่าส่วนใหญ่ รู้สึกว่ามีกลิ่นเหม็น รำคาญ รังเกียจ หายใจไม่ค่อยสะดวก ร้อยละ 65.1

3.5 สำหรับกิจกรรมการเที่ยวสถานเริงรมย์นั้น พบว่ากลุ่มผู้สูบบุหรี่มี สัดส่วนสูงกว่ากลุ่มที่ไม่สูบบุหรี่ คือร้อยละ 22.7 และ 2.7 ตามลำดับ และพบว่ากลุ่มผู้สูบบุหรี่ ทำงานชมรมในมหาวิทยาลัยและเล่นกีฬาในสัดส่วนที่ต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่สูบบุหรี่ คือร้อยละ 13.5 และ 27 ตามลำดับ

3.6 ผู้ที่ชุกจุกหรือจุกใจให้เริ่มสูบบุหรี่มากที่สุด คือ เพื่อนร้อยละ 56.5

3.7 เหตุจุกใจที่อยากสูบบุหรี่ครั้งแรกสุด คือ ส่วนใหญ่อยากลองว่ารสชาติเป็นอย่างไร ร้อยละ 37.9

3.8 ยี่ห้อบุหรี่ที่ชอบ พบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 40.9 สูบบุหรี่กรองทิพย์

3.9 จำนวนที่สูบในแต่ละวันส่วนใหญ่เท่ากับ 10 มวน ค่าเฉลี่ย  $10.4 \pm 6.8$  มวน) โดยเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อหรือส่วนใหญ่เท่ากับ 36 บาท (ค่าเฉลี่ย  $101.5 \pm 122.9$  บาท) ต่อสัปดาห์

3.10 ช่วงเวลาที่ผู้สูบบุหรี่จะสูบ คือ ส่วนใหญ่มีกสูบ หลังอาหาร ร้อยละ

3.11 ส่วนใหญ่การสูบบุหรี่จะสูบบุหรี่กับเพื่อน ร้อยละ 52.4

3.12 สถานที่ที่จะสูบบุหรี่ส่วนใหญ่ ร้อยละ 52.3 จะสูบบุหรี่ในที่ลับตาคน เช่น ห้องนอน ห้องน้ำ หอพัก และไนท์บาร์เฮ้าส์อื่น ๆ

3.13 ผู้ที่ชักชวนให้กลุ่มผู้สูบบุหรี่เลิกสูบบุหรี่ส่วนใหญ่ ร้อยละ 22.7 คือเพื่อน ในกลุ่มผู้สูบบุหรี่ดังกล่าวพบว่าส่วนใหญ่ที่เคยคิดจะเลิกสูบบุหรี่มีร้อยละ 72.7 เนื่องจากทราบว่ามีผลต่อสุขภาพ โดยส่วนใหญ่เคยทดลองเลิกสูบบุหรี่แล้ว ร้อยละ 62.5 ด้วยวิธีการหยุดสูบบุหรี่ ร้อยละ 66.8 และที่หันกลับมาสูบบุหรี่อีกเนื่องจากเห็นเพื่อนสูบบุหรี่และไม่สามารถควบคุมตนเองได้

3.14 แหล่งความรู้ พบว่า ทั้งผู้สูบบุหรี่และไม่สูบบุหรี่ได้รับความรู้จากหลายแหล่ง ได้แก่ จากสถาบันการศึกษา วัด วิทยุ โทรทัศน์ และหนังสือพิมพ์ แต่ส่วนใหญ่ให้ความเห็นว่า แหล่งที่สามารถกระตุ้นให้รับรู้ได้มากที่สุด คือ จากสถาบันการศึกษา

4. การศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรต่าง ๆ กับการสูบบุหรี่และไม่สูบบุหรี่

4.1 ความรู้เรื่องเกี่ยวกับบุหรี่ พบว่าผู้สูบบุหรี่มีความรู้ความเข้าใจเรื่อง การสูบบุหรี่น้อยกว่ากลุ่มผู้ไม่สูบบุหรี่ โดยเฉพาะในเรื่องโทษของบุหรี่ที่ทำให้เป็นมะเร็ง ปอดในหญิงที่แต่งงานกับผู้สูบบุหรี่ ซึ่งมีความเสี่ยงสูงกว่าหญิงที่แต่งงานกับผู้ไม่สูบบุหรี่ บุหรี่มีสารกัมมันตภาพรังสีก่อให้เกิดโรคมะเร็ง ความเข้าใจผิดว่าบุหรี่ช่วยเพิ่มสมรรถภาพทางเพศ และการสูบบุหรี่ทำให้อ่อนหลับง่ายขึ้น

4.2 การเลี้ยงดูภายในครอบครัว พบว่าปัจจัยเสี่ยงต่อการที่จะสูบบุหรี่ คือ การที่เป็นบุคคลที่ครอบครัว บิดา มารดา ต้องการน้อย ถูกบิดา มารดา ปล่อยปละละเลยไม่สนใจมาก และการที่มีโอกาสเสนอความคิดเห็นในครอบครัวน้อย

4.3 ลักษณะความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อน พบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ คือ การที่เคยถูกเพื่อนชวนให้สูบบุหรี่, การมีเพื่อนสนิทที่ติดบุหรี่

4.4 ตัวแปรอื่น ๆ ตัวแปรอื่นที่มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มผู้สูบบุหรี่ และไม่สูบบุหรี่ คือ อายุ ของผู้สูบบุหรี่มากกว่า และเงินเดือนรวมของผู้สูบบุหรี่สูงกว่าผู้ไม่สูบบุหรี่

ผู้สูบบุหรี่

## อภิปรายผลการศึกษา

✕ ในการศึกษาคั้งนี้พบว่า กลุ่มนักศึกษาเริ่มสูบบุหรี่เมื่ออายุ  $15 + 2.7$  ปี ซึ่งตรงกับการศึกษาถึงพฤติกรรมและปัจจัยต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ ของกลุ่มนักเรียนชายระดับต่ำกว่าอุดมศึกษา ในเขตเทศบาลเมืองขอนแก่น จ.ขอนแก่น (สมชาย ชื่นตา, 2533) ซึ่งพบว่านักเรียนส่วนใหญ่เริ่มสูบบุหรี่เมื่ออายุ 16 ปี อายุดังกล่าวเป็นช่วงวัยรุ่นที่ง่ายต่อการกระตุ้นชักชวนให้เริ่มสูบบุหรี่ โดยเพื่อนรอบด้านที่สูบบุหรี่อยู่แล้ว ประกอบกับวัฒนธรรมประจำถิ่นที่ทำให้รู้สึกว่าบุหรี่เป็นของคู่กับผู้ชาย เช่น การถวายบุหรี่แก่พระ การให้ของฝากแก่ผู้ชายด้วยบุหรี่ เป็นต้น (ศรีน้อย มาศเกษม และคณะ, 2532) นอกจากนี้การโฆษณาบุหรี่ในรูปแบบต่าง ๆ ก็เป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งในการสร้างความรู้สึกอยากทดลองสูบบุหรี่ให้กับกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่ชอบทดลอง ดังนั้นกลุ่มเยาวชนดังกล่าวจึงเป็นกลุ่มเป้าหมายต่อการโฆษณาของบริษัทผู้ขายบุหรี่ โดยเฉพาะบริษัทต่างประเทศที่ใช้วิธีการโฆษณาทั้งทางตรงและทางอ้อมในรูปแบบแอมแพงต่าง ๆ เช่น เป็นสปอนเซอร์ในการแข่งขันกีฬา การผลิตสมุด ดินสอ ปากกา ยางลบ หมากฝรั่ง กระจังป้องกันลมพัด พวงกุญแจ โดยใช้ตราบุหรี่เป็นแม่แบบ เป็นต้น

ถึงแม้ปัจจุบันรัฐบาลไทยจะได้ออก พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบโดยมีเนื้อหาส่วนหนึ่ง ให้มีการควบคุมการส่งเสริมการขาย โดยมีให้มีการโฆษณาผลิตภัณฑ์ยาสูบ และไม่ให้ขายบุหรี่ในเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ก็ตาม แต่ก็ยังมั่นใจไม่ได้ว่าจะไม่มีการกระทำดังกล่าวหากรัฐบาลยังไม่สามารถสร้างกลไก ในการดำเนินการควบคุมการโฆษณาให้เป็นไปตามกฎหมาย ดังนั้น จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่รัฐบาลควรกำหนดนโยบายการควบคุมและลดการบริโภคยาสูบในกลุ่มเยาวชนให้ชัดเจนยิ่งขึ้น และควรจะประสานงานกับองค์กรเอกชน เพื่อสร้างกลไกในการควบคุมและเฝ้าระวังการขายบุหรี่ในเด็กและการโฆษณาชวนเชื่ออย่างเป็นระบบเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในเยาวชน

✕ สำหรับผลการศึกษา เรื่องอัตราการสูบบุหรี่นี้พบว่า กลุ่มนักศึกษา ปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีอัตราการสูบบุหรี่ ร้อยละ 12.6 ต่ำกว่าการสำรวจประชาชาติ เรื่องการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (ศิริวัฒน์ ทิพย์ธราดล และคณะ, 2533) ซึ่งพบว่าอัตราการสูบบุหรี่ ในกลุ่มเยาวชนอายุ 20-24 ปี มีร้อยละ 25.1 และต่ำกว่าการศึกษา

อัตราการศึกษาของนักศึกษาแพทยมหาวิทยาลัยเฮเกิน ซึ่งเท่ากับร้อยละ 22 (Ugeskr-Laeger, 1991:1207-1210)

ในการศึกษาคั้งนี้ ไม่พบนักศึกษาหญิงสูบบุหรี่เลย ซึ่งต่างจากการศึกษาอื่นที่พบว่าเพศหญิงมีการสูบบุหรี่บ้างแต่น้อยกว่าเพศชาย ทั้งนี้อาจเนื่องจากสภาพสังคมไทยมีค่านิยม ไม่นิยมให้มีการสูบบุหรี่ในเพศหญิง โดยเฉพาะหญิงที่ยังมีสถานภาพเป็นนักเรียน นักศึกษา จะไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนถ้ามีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดังนั้นกลุ่มเยาวชนเพศหญิง ในขณะนี้จึงมีอัตราการสูบบุหรี่น้อยหรืออาจไม่มีเลยในบางสถานที่

จากผลการศึกษาที่พบว่า ผู้สูบบุหรี่มีความรู้ เรื่องบุหรี่น้อยกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่นั้น เนื่องจากความรู้ เรื่องพิษภัยของบุหรี่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ โดยพฤติกรรม เป็นขั้นของความสามารถทางด้านความรู้การใช้ความคิด และพัฒนาการทางด้านสติปัญญา (cognitive domain) ซึ่งเป็นผลทำให้สามารถประเมินได้ว่าควรมีพฤติกรรมอย่างไรต่อเรื่อง การสูบบุหรี่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับการสูบบุหรี่ของ สมชัย ชื่นตา (2533) ที่พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่าการสูบบุหรี่จะเป็นสาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งปอดซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ไม่สูบบุหรี่ เป็นต้น ดังนั้นการให้ความรู้แก่นักศึกษา เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่ถูกต้องจึงเป็นเรื่องที่จำเป็นอย่างยิ่ง

อนึ่ง ความรู้ในเรื่องของการสูบบุหรี่ที่ไม่มีผลต่อการนอนหลับได้ง่ายขึ้น ซึ่ง นักศึกษาผู้สูบบุหรี่ตอบผิดมากกว่าผู้ไม่สูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญนั้น อาจเนื่องมาจากกลุ่มผู้สูบบุหรี่ตอบจากความรู้สึกของผู้มีประสบการณ์ในการติดบุหรี่แล้ว ซึ่งถ้าไม่ได้สูบบุหรี่จะรู้สึกกระวนกระวาย และนอนไม่หลับ จึงทำให้คะแนนข้อนี้ต่างกันมาก

สำหรับเนื้อหาทางด้านโรคภัยของบุหรี่ที่ควรจะสอดแทรกเข้าไปในการให้ สู้ชศึกษา ได้แก่ เรื่องซึ่งนักศึกษาทำคะแนนจากแบบทดสอบได้น้อย ซึ่งได้แก่การทำให้เกิด มะเร็งในอวัยวะต่าง ๆ เช่น ปอด กระเพาะปัสสาวะ เป็นต้น การทำให้เกิดอาการภาวะ ครรภ์เป็นพิษ ทารกในครรภ์มีน้ำหนักน้อยกว่าปกติ ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคที่สัมพันธ์กับการ สูบบุหรี่ของผู้ไม่สูบบุหรี่แต่ได้รับควันบุหรี่ ผลของบุหรี่ไม่ช่วยในการคลายความเครียด ไม่ทำ ให้เพิ่มสมรรถภาพทางเพศ และไม่ทำให้นอนหลับได้ง่ายขึ้น เป็นต้น

ส่วนแหล่งในการให้สู้ชศึกษาเกี่ยวกับเรื่องบุหรี่ แหล่งที่จะได้ผลดีที่สุดคือ การ ให้ผ่านสถาบันการศึกษาตั้งแต่ระดับอนุบาล ประถมศึกษา มัธยม และอุดมศึกษา เนื่องจาก

การปลูกฝังความคิดที่ถูกต้องนั้นต้องกระทำตั้งแต่เยาว์วัย โดยเฉพาะจะต้องทำในช่วงก่อนอายุ 16 ปี ซึ่งเป็นวัยที่ติดบุหรืมากที่สุด อย่างไรก็ตามในการศึกษานี้ยังพบว่าแหล่งความรู้ที่มาจากหลายแหล่ง เช่น จากสถาบันการศึกษา โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ วิทยุ และวัด เป็นต้น ดังนั้นการให้สุขศึกษาแก่กลุ่มเป้าหมาย ควรกระทำในหลายรูปแบบและผ่านแหล่งความรู้หลากหลายจึงจะได้ผลดีที่สุด

จากการศึกษาที่พบว่าในกลุ่มนักศึกษาที่สูบบุหรืส่วนใหญ่เคยคิดลองเลิกสูบบุหรืแล้วแต่ไม่ได้ผลนั้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะความไม่พร้อมในปัจจุบันต่าง ๆ โดยเฉพาะความรู้ในขั้นตอนของการเลิกสูบบุหรือย่างเป็นระบบ ประกอบกับในปัจจุบันรัฐบาลยังไม่มียุทธศาสตร์ที่ให้บริการในการช่วยผู้ต้องการเลิกสูบบุหรืให้สามารถงดสูบบุหรืได้อย่างมีประสิทธิภาพและครอบคลุม จึงทำให้จำนวนผู้สูบบุหรืที่ต้องการเลิกสูบบุหรืประสบความล้มเหลวในการทดลองเพื่อเลิกสูบบุหรื

จากการศึกษาการกลับมาสูบบุหรืใหม่ของผู้ที่เคยหยุดสูบบุหรืซึ่งพบว่า เนื่องจากเห็นผู้อื่นสูบและไม่สามารถควบคุมตนเองได้นั้น องค์ความรู้ที่สามารถนำไปใช้ในการลดจำนวนการสูบบุหรืได้โดยการแนะนำ ให้ผู้เริ่มงดสูบบุหรืพยายามหลีกเลี่ยง การสังคมกับผู้สูบบุหรื ประกอบกับการฝึกสมาธิและกำลังใจ เพื่อให้ผ่านช่วงวิกฤติของความพยายามเลิกสูบบุหรืในระยะแรก ๆ และถ้าหากสามารถหยุดสูบบุหรืได้เป็นเวลานาน ๆ ก็จะทำให้สามารถหยุดสูบบุหรืได้อย่างถาวรต่อไป

สำหรับกิจกรรมการเที่ยวสถานเริงรมย์ ที่พบว่าในกลุ่มผู้สูบบุหรืมีสัดส่วนสูงกว่ากลุ่มที่ไม่สูบบุหรื ในขณะที่กลุ่มไม่สูบบุหรืทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยมากกว่ากลุ่มที่สูบบุหรืนั้น เป็นสิ่งที่เตือนใจให้ผู้ปกครองและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กวัยรุ่นรวมทั้งผู้บริหารประเทศได้ตระหนักถึงคุณค่าของการใช้เวลาว่างในวัยรุ่นและภัยของสถานเริงรมย์ ซึ่งสถานเริงรมย์นั้นนอกจากจะเป็นแหล่งมั่วสุมของวัยรุ่น จนทำให้เสียการเรียนแล้วยังล่อแหลมต่อการติดบุหรื การติดยาเสพติดอื่น ๆ เช่น กัญชา เฮโรอีน เป็นต้น ดังนั้นการให้ความรักความอบอุ่นภายในครอบครัวประกอบการส่งเสริมกิจกรรมที่สร้างสรรค์งามในมหาวิทยาลัย โดยกระตุ้นให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมได้มากที่สุด รวมทั้งการมีนโยบายที่เข้มแข็งในการควบคุมสถานเริงรมย์ และอายุผู้ให้บริการอย่างจริงจังโดยมีกลไกควบคุมที่มีประสิทธิภาพโดยรัฐบาลแล้วก็น่าจะเป็นส่วนหนึ่งในการป้องกันต้นเหตุดังกล่าวข้างต้น

รายละเอียดเรื่องการเลี้ยงดูภายในครอบครัว ที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการสูบบุหรี่นั้น เป็นสิ่งที่ควรจะแนะนำให้คู่สมรสทั้งคู่ได้รับทราบ เช่น การเลี้ยงลูกโดยให้ความอบอุ่นอย่างเต็มที่ การไม่แสดงให้ลูกรู้สึกว่าถูกทอดทิ้ง การให้ลูกรู้สึกว่าเป็นที่ต้องการของบิดาและมารดา การไม่ปล่อยปละละเลยลูก และที่สำคัญต้องให้โอกาสลูกในการแสดงความคิดเห็นภายในครอบครัว

นอกจากนี้ในการศึกษาถึงพฤติกรรมและปัจจัยต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ของกลุ่มนักเรียนชายระดับต่ำกว่าอุดมศึกษา ในเขตเทศบาลเมืองขอนแก่น จ.ขอนแก่น (สมชาย ชื่นตา, 2533) พบว่า นักเรียนซึ่งพักหอพักจะมีโอกาสสูบบุหรี่มากกว่า เนื่องจากมีพฤติกรรมเอาอย่างเพื่อน ซึ่งจากการศึกษานี้ก็เช่นกัน พบว่า ผู้ที่ชักจูงหรือจูงใจให้เริ่มสูบบุหรี่คือเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับและตรงกับการศึกษาเรื่องปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยา ที่ทำนายความตั้งใจในการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายระดับอุดมศึกษา จ.ยะลา (มาลา รักษาพรหมณ์, 2526) พบว่าทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงอันได้แก่ เพื่อน ๆ มีอิทธิพลต่อการสูบบุหรี่ ซึ่งการวิเคราะห์ผลทางจิตวิทยาและพฤติกรรมนี้ อาศัยทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (A Theory of Reasoned Action) ของเอสเซน และนิสบายน์

ความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนนั้น เป็นที่น่าสังเกตว่า เพื่อนจะมีอิทธิพลอย่างมากในการชักชวนให้สูบบุหรี่และให้เลิกสูบบุหรี่ การรู้จักคบเพื่อนที่ไม่สูบบุหรี่จึงเป็นภูมิคุ้มกันต่อการติดบุหรี่ที่ตัวนี้ทั้ง ดังนั้นการปลูกฝังนิสัยในการเลือกคบเพื่อนที่ดีและไม่สูบบุหรี่ตลอดจนการรู้จักปฏิเสธในสิ่งที่ไม่ถูกไม่ควร จึงเป็นความรู้ที่ บิดา มารดา ผู้ปกครอง และอาจารย์จะต้องได้รับทราบและตระหนักถึง

สำหรับตัวแปรอื่น ๆ ที่มีผลต่อการสูบบุหรี่หรือไม่นั้น ได้แก่ เงินเดือนของนักศึกษาที่ได้รับ ในแต่ละเดือน พบว่านักศึกษาที่สูบบุหรี่ได้รับมากกว่านักศึกษาที่ไม่สูบบุหรี่นั้นเป็นความสัมพันธ์อีกข้อหนึ่งที่ควรจะแนะนำให้บิดา มารดา และผู้ปกครองได้รับทราบ เพื่อเป็นแนวทางในการใช้วิจารณญาณในการให้เงินเดือนแก่ลูกได้อย่างเหมาะสมต่อไป

## ข้อเสนอแนะ

ในปัจจุบันถึงแม้รัฐบาลไทยจะตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่ และได้ดำเนินการควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่มากขึ้น แต่ก็ยังมีจุดอ่อนอีกหลายประการที่ทำให้การดำเนินการดังกล่าวไม่บรรลุวัตถุประสงค์เท่าที่ควร เช่น การมีนโยบายการลดการสูบบุหรี่ที่ไม่ชัดเจน การประสานเครือข่ายองค์กรเอกชนเพื่อผลักดันนโยบายและการให้สูติศึกษาที่ไม่เข้มแข็ง และครอบคลุม รวมทั้งโอกาสการเข้าถึงสื่อของประชาชนที่มีปัญหาและไม่ทั่วถึง เป็นต้น ทั้งนี้จุดอ่อนดังกล่าวควรจะได้รับการปรับปรุงแก้ไข ควบคู่ไปกับการพัฒนางานควบคุมการบริโภคยาสูบ ดังข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษานี้คือ

1. รัฐบาล และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมการบริโภคยาสูบควรเร่งส่งเสริมสร้างความรู้และความตระหนักในเรื่องเกี่ยวกับบุหรี่ให้กับเยาวชนอย่างจริงจัง ในทุกระดับของสถานบันการศึกษา และนอกสถานบันการศึกษา ทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค โดยการใช้สื่อผสมผสานทั้งในด้านโทรทัศน์ วิทยุ และหนังสือพิมพ์ เป็นต้น และควรสอดแทรกสาระที่สำคัญ ๆ ดังนี้

- 1.1 พิษภัยของการสูบบุหรี่ทุกด้าน
- 1.2 ค่านิยมของการไม่สูบบุหรี่
- 1.3 แนวทางในการปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนให้สูบบุหรี่ และชักชวนไปเที่ยวสถานเริงรมย์
- 1.4 ข้อบังคับใน พรบ. ควบคุมการบริโภคยาสูบ
- 1.5 การปฏิบัติตนในระหว่างการงดเพื่อเลิกสูบบุหรี่ เช่น ให้อยู่ห่างจากผู้สูบบุหรี่ เป็นต้น
- 1.6 สิทธิของผู้ไม่สูบบุหรี่
- 1.7 การสร้างความอบอุ่นในครอบครัวและวิถีเลี้ยงดูบุตรที่ถูกต้อง เป็นต้น

2. โรงเรียนและมหาวิทยาลัยควรมีนโยบายส่งเสริมกิจกรรมที่สร้างสรรค์งามภายในโรงเรียน และในมหาวิทยาลัยให้มีมากขึ้น โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนนักศึกษาทุกคนได้มีส่วนร่วมมากขึ้น ทั้งนี้ควรมีปัจจัยในการกระตุ้นเตือนให้นักศึกษาได้ทำกิจกรรมดังกล่าวด้วย



3. ควรส่งเสริมให้มีโครงการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในสถานศึกษาระดับต่าง ๆ ที่สามารถทำได้ โดยเฉพาะในมหาวิทยาลัยเพื่อเป็นแหล่งเสริมความรู้เกี่ยวกับเรื่องบุหรี่และการให้บริการปรึกษาแนะนำการงดเพื่อเลิกสูบบุหรี่ ตลอดจนการเฝ้าระวังการสูบบุหรี่ของนักเรียนหรือนักศึกษาที่อายุต่ำกว่า 18 ปี และการโฆษณาบุหรี่ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยมีนักเรียน นักศึกษาเป็นผู้ดำเนินการภายใต้การดูแลให้คำปรึกษาของอาจารย์

4. ควรส่งเสริมการวิจัยทางด้านพฤติกรรมสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ในเยาวชนกลุ่มต่าง ๆ ให้มากขึ้น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการวางแผน ป้องกัน ควบคุม และลดการสูบบุหรี่ในกลุ่มเยาวชน ตลอดจนเป็นแนวทางในการพัฒนาและผลิตสื่อที่น่าสนใจและเข้าใจง่ายให้สอดคล้องต่อสภาพสังคมของเยาวชนในกลุ่มต่าง ๆ ต่อไป