

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง ที่มารับบริการที่ห้องตรวจกระดูกและข้อ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ จำนวน 200 ราย ผู้ศึกษาได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการบรรยายประกอบตาราง แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ปัจจัยด้านความรู้ – ความเข้าใจ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านความรู้ – ความเข้าใจ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส และศาสนา  
(n= 200 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	82	41.0
หญิง	118	59.0
อายุ (ปี)		
20-29 ปี	28	14.0
30-39 ปี	51	25.5
40-49 ปี	58	29.0
50-59 ปี	41	20.5
≥ 60 ปี	22	11.0
สถานภาพสมรส		
โสด	46	23.0
คู่	130	65.0
หม้าย	11	5.5
หย่า/ แยกกันอยู่	13	6.5
ศาสนา		
พุทธ	186	93.0
คริสต์	9	4.5
อิสลาม	5	2.5

จากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเกินครึ่งเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 59 มีอายุระหว่าง 20-71 ปี มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 43 ปี กลุ่มอายุที่พบมากที่สุดคือ กลุ่มอายุ 40-49 ปี คิดเป็นร้อยละ 29 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ คิดเป็นร้อยละ 65 นับถือศาสนาพุทธเกือบทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 93

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน และ จำนวนสมาชิกในครอบครัว (n= 200 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา	8	4.0
ประถมศึกษา	61	30.5
มัธยมศึกษา	28	14.0
อนุปริญญา / ประกาศนียบัตร	26	13.0
ปริญญาตรี	74	37.0
ปริญญาโท	3	1.5
รายได้ต่อเดือน (บาท)		
≤ 1,000	10	5.0
1,001 – 5,000	54	27.0
5,001 – 10,000	58	29.0
10,001 – 15,000	35	17.5
15,001 – 20,000	21	10.5
> 20,000	22	11.0
จำนวนสมาชิกในครอบครัว		
1 – 2 คน	29	14.5
3 – 5 คน	149	74.5
> 5 คน	22	11.0

จากตารางที่ 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีมากที่สุด คิดเป็น ร้อยละ 37.0 รองลงมาคือ ระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 30.5 มีรายได้ในช่วง 5,001-10,000 บาทต่อเดือน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 29 รองลงมาคือ มีรายได้ 1,001-5,000 บาทต่อเดือน คิดเป็น ร้อยละ 27 มีรายได้ต่อเดือนต่ำสุด 800 บาท และสูงสุด 44,640 บาท ส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกใน ครอบครัวอยู่ระหว่าง 3-5 คน คิดเป็นร้อยละ 74.5 จำนวนสมาชิกของครอบครัวสูงสุด คือ 10 คน

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน ค่าดัชนีมวลกาย และอาชีพ (n= 200 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
สมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน		
คู่ครอง	77	38.5
บุตรหลานและ/หรือญาติพี่น้อง	76	38.0
บิดามารดา	25	12.5
อยู่คนเดียว	22	11.0
ค่าดัชนีมวลกาย (BMI, กิโลกรัม/เมตร <sup>2</sup> )		
ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ (น้อยกว่า 18.5)	14	7.0
เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	134	67.0
มากกว่าเกณฑ์ปกติ (25-29)	48	24.0
อ้วน (มากกว่า 30)	4	2.0
อาชีพ		
ไม่มีอาชีพ	24	12.0
ค้าขาย	32	16.0
เกษตรกร	28	14.0
รับจ้างแบกหาม	2	1.0
รับจ้างทั่วไป	53	26.5
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	57	28.5
นักศึกษา	4	2.0

จากตารางที่ 3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่กับคู่ครองและอาศัยอยู่กับบุตรหลานและ/หรือญาติพี่น้องเป็นจำนวนที่ใกล้เคียงกัน คิดเป็นร้อยละ 38.5 และ 38 ตามลำดับ ส่วนใหญ่มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 67 รองลงมามากกว่าเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 24 กลุ่มตัวอย่างมีอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 28.5 รองลงมา คือ อาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 26.5

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะงานในอาชีพ และงานเสริมที่ทำ นอกเหนือจากงานประจำ (n= 200 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ลักษณะงานในอาชีพ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
นั่ง / ยืนอยู่กับที่	109	30.1
ก้มๆเงยๆตลอด	84	23.2
เดินตลอด	61	16.9
ยกของหนัก	48	13.3
ใช้แรงในการดึง,ลาก,ผลัก	45	12.4
งานที่มีแรงสั่นสะเทือน	15	4.1
งานเสริมที่ทำนอกเหนือจากงานประจำ		
ไม่ได้ทำงานเสริม	154	77.0
ทำงานเสริม	46	23.0
งานบ้าน	13	28.3
ค้าขาย	11	23.9
ทำสวน	9	19.5
หัตถกรรม	8	17.4
ปลูกต้นไม้	4	8.7
เล่นดนตรีไทย	1	2.2

จากตารางที่ 4 พบว่าลักษณะงานที่กลุ่มตัวอย่างทำอยู่ในทำนั่ง / ยืนอยู่กับที่มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 30.1 รองลงมา คือ ก้มๆเงยๆตลอดคิดเป็นร้อยละ 23.2 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงานเสริม คิดเป็นร้อยละ 77 งานเสริมที่ทำมากที่สุด คือ งานบ้าน คิดเป็นร้อยละ 28.3 รองลงมา คือ ค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 23.9

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการออกกำลังกาย (n= 200 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
การออกกำลังกาย		
ไม่ได้ทำ	88	44
ทำ	112	56
เดิน	29	25.9
ปั่นจักรยาน	17	15.1
วิ่ง	16	14.3
แอโรบิก	12	10.7
บริหารร่างกาย	9	8.0
ฟุตบอล	8	7.1
เทนนิส	5	4.5
แบดมินตัน	5	4.5
รำมวยจีน	2	1.8
ทำความสะอาดบ้าน	2	1.8
ว่ายน้ำ	2	1.8
ยกน้ำหนัก	2	1.8
คู่มือ/อ่านหนังสือ	2	1.8
บาสเกตบอล	1	0.9

จากตารางที่ 5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเกินครึ่งออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 56 กลุ่มตัวอย่างออกกำลังกายโดยการเดินมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.9 รองลงมาคือ ปั่นจักรยาน คิดเป็นร้อยละ 15.1

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามโรคประจำตัว และระยะเวลาที่มีอาการปวดหลังส่วนล่างครั้งแรก (n= 200 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
<b>โรคประจำตัว</b>		
ไม่มี	109	54.5
มี (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	91	45.5
กระเพาะอาหารอักเสบหรือเป็นแผล	40	43.9
ความดันโลหิตสูง	20	21.9
เบาหวาน	11	12.0
โรคหัวใจ	4	4.3
นิ่วในไต/นิ่วในท่อไต/กรวยไตอักเสบ	3	3.2
ภูมิแพ้	8	8.7
ไขมันสูง	2	2.2
เก๊าท์	2	2.2
ลมชัก	2	2.2
โรคปอด	1	1.1
หอบหืด	1	1.1
<b>ระยะเวลาที่มีอาการปวดหลังส่วนล่างครั้งแรก</b>		
1 – 8 สัปดาห์	82	41.0
9 – 16 สัปดาห์	32	16.0
17 – 24 สัปดาห์	17	8.5
> 6 เดือน – 1 ปี	20	10.0
> 1 ปี	49	24.5

จากตารางที่ 6 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเกินครึ่งไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 54.5 ในกลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัว พบว่าเป็นโรคกระเพาะอาหารอักเสบหรือเป็นแผลมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.9 รองลงมาคือ โรคความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 21.9 ระยะเวลาที่กลุ่มตัวอย่างเริ่มมีอาการปวดหลังส่วนล่างครั้งแรกมากที่สุด คือ 1-8 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 41 รองลงมา คือ > 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 24.5 ระยะเวลาที่ต่ำสุด คือ 3 สัปดาห์ ระยะเวลาที่นานที่สุด คือ 6 ปี

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุของอาการปวดหลังครั้งแรก  
ลักษณะอาการปวดหลังส่วนล่าง ได้รับการรักษาอาการปวดหลังครั้งแรก และการ  
ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันขณะที่มีอาการปวดหลัง (n= 200 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
สาเหตุของอาการปวดหลังครั้งแรก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
ยกของหนัก	85	42.5
นั่ง / เดิน / ยืนนาน	82	41.0
บิดตัว/ก้มตัว	78	39.0
ไม่ทราบสาเหตุ	30	15.0
ขับรถนาน	12	6.0
เล่นกีฬา	6	3.0
หกล้ม	3	1.5
ลักษณะอาการปวดหลังส่วนล่าง		
เป็นๆหายๆ	120	60.0
ปวดขณะทำงานถ้าหยุดทำงานแล้วดีขึ้น	53	26.5
ปวดตลอดเวลา	27	13.5
ได้รับการรักษาอาการปวดหลังครั้งแรก		
รับประทานยา	129	64.5
การนวดหลัง	15	7.5
การทำกายภาพบำบัด	9	4.5
การออกกำลังกาย	1	0.5
รับประทานยาและทำกายภาพบำบัด	24	12.0
รับประทานยาและการนวดหลัง	12	6.0
รับประทานยาและการออกกำลังกาย	7	3.5
การนวดหลังและการออกกำลังกาย	3	1.5



ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุของอาการปวดหลังครั้งแรก ลักษณะอาการปวดหลังส่วนล่าง ได้รับการรักษาอาการปวดหลังครั้งแรก และการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันขณะที่มีอาการปวดหลัง (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันขณะที่มีอาการปวดหลัง		
ทำไปพักไป	114	57.0
ทำได้ตามปกติ	83	41.5
ทำไม่ได้เลย	3	1.5

จากตารางที่ 7 พบว่า สาเหตุของอาการปวดหลังครั้งแรกที่พบมากที่สุด คือ ยกของหนัก คิดเป็นร้อยละ 42.5 รองลงมาคือ การนั่ง / เดิน / ยืนนาน และการบิดตัว/ก้มตัว คิดเป็นร้อยละ 41 และ 39 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีลักษณะอาการปวดหลังแบบเป็นๆหายๆ คิดเป็นร้อยละ 60 ส่วนใหญ่ได้รับการรักษาอาการปวดหลังครั้งแรกโดยการรับประทานยา คิดเป็นร้อยละ 64.5 ส่วนการรับประทานยาควบคู่กับการทำกายภาพบำบัด คิดเป็นร้อยละ 12 โดยส่วนใหญ่ขณะที่มีอาการปวดหลังสามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้โดยทำไปพักไป คิดเป็นร้อยละ 57

ส่วนที่ 2 ปัจจัยด้านความรู้ – ความเข้าใจ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง

ตารางที่ 8 พิสัย คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับคะแนนปัจจัยด้านความรู้ – ความเข้าใจ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ปัจจัยด้านความรู้ – ความเข้าใจ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรม	พิสัย (Range)	คะแนนเฉลี่ย (Mean)	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	ระดับ
การรับรู้ประโยชน์	17 – 28	22.95	2.61	สูง
การรับรู้อุปสรรค	7 – 21	13.79	2.80	ปานกลาง
อิทธิพลระหว่างบุคคล	15 – 28	22.31	2.71	สูง
อิทธิพลของสถานการณ์	13 – 22	17.60	1.65	ปานกลาง

จากตารางที่ 8 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนปัจจัยด้านการรับรู้ประโยชน์ (คะแนนเฉลี่ย = 22.95, คะแนนเต็ม = 28) และด้านอิทธิพลระหว่างบุคคล (คะแนนเฉลี่ย = 22.31, คะแนนเต็ม = 28) อยู่ในระดับสูง ด้านการรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (คะแนนเฉลี่ย = 13.79, คะแนนเต็ม = 24) และด้านอิทธิพลด้านสถานการณ์อยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย = 17.60, คะแนนเต็ม = 24)

### ส่วนที่ 3 พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง

ตารางที่ 9 พิสัย ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางด้านร่างกาย ด้านโภชนาการ และด้านการจัดการกับความเครียด จำแนกโดยรวมและรายด้าน

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	พิสัย (Range)	คะแนนเฉลี่ย (Mean)	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	ระดับ
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม	55 – 109	79.87	9.80	ปานกลาง
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพรายด้าน				
ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	15 – 36	28.31	3.85	สูง
กิจกรรมทางด้านร่างกาย	7 – 24	14.48	3.54	ปานกลาง
โภชนาการ	7 – 23	16.06	2.80	ปานกลาง
การจัดการกับความเครียด	12 – 28	21.02	3.33	ปานกลาง

จากตารางที่ 9 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย = 79.87, คะแนนเต็ม = 112) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับสูงในด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ (คะแนนเฉลี่ย = 28.31, คะแนนเต็ม = 36) ส่วนด้านกิจกรรมทางด้านร่างกาย (คะแนนเฉลี่ย = 14.48, คะแนนเต็ม = 24) ด้านโภชนาการ (คะแนนเฉลี่ย = 16.06, คะแนนเต็ม = 24) และด้านการจัดการกับความเครียด (คะแนนเฉลี่ย = 21.02, คะแนนเต็ม = 28) อยู่ในระดับปานกลาง

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านความรู้ – ความเข้าใจ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่เฉพาะเจาะจง และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่าง

ตารางที่ 10 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านความรู้ – ความเข้าใจ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่เฉพาะเจาะจง โดยรวมและรายด้าน กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ตัวแปร	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ
ด้านการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	.45**
ด้านการรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	.04
ด้านอิทธิพลระหว่างบุคคลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	.37**
ด้านอิทธิพลด้านสถานการณ์ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	.35**

\*\*  $p < .01$

จากตารางที่ 10 พบว่า ปัจจัยด้านการรับรู้ประโยชน์ ด้านอิทธิพลระหว่างบุคคล และด้านอิทธิพลด้านสถานการณ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านการรับรู้อุปสรรคพบว่าไม่สัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ