

บทที่ 5

สรุปอภิปรายผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive research) เพื่อศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียง อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ประชากรที่ศึกษา คือ บุคลากรฯ (บุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลแม่สะเรียง) ที่ปฏิบัติงานเป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า 6 เดือน ที่ปฏิบัติงานในช่วงเดือนมิถุนายน พ.ศ.2548 จำนวน 184 ราย คิดเป็นร้อยละ 88.89 ประกอบไปด้วย 4 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 คือผู้รักษาประกอบด้วย แพทย์ ทันตแพทย์ เภสัชกร จำนวน 12 คน กลุ่มที่ 2 คือกลุ่มพยาบาล ประกอบด้วย พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเทคนิคจำนวน 68 คน กลุ่มที่ 3 คือกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาประกอบไปด้วย เจ้าหน้าที่ เจ้าหน้าที่งาน นักเทคนิคการแพทย์ นักวิชาการ นักกายภาพบำบัด จำนวน 23 คน กลุ่มสุดท้าย คือ กลุ่มลูกจ้าง ประกอบไปด้วยลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราวจำนวน 81 คนเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 คือแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ความเพียงพอของรายได้ต่อเดือน ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน ลักษณะการปฏิบัติงาน งานที่ทำนอกเหนือจากงานประจำ และอาการไม่สุขสบายหรือมีโรคประจำตัว ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพของบุคลากร ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 1996) โดยแบบสอบถามได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้ทำการปรับปรุงแก้ไขตามข้อคิดเห็น และ ข้อเสนอแนะเพื่อให้มีความชัดเจนของเนื้อหาความเหมาะสมด้านภาษาได้ค่าความตรงของเนื้อหา (CVI:Content Validity Index) เท่ากับ 0.86 และหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (reliability) โดยนำไปใช้ในบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาล แม่ลาน้อย อำเภอแม่ลาน้อย จังหวัดแม่ฮ่องสอน จำนวน 30 คนและคำนวณหาความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.89 ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในเดือน มิถุนายน 2548 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม SPSS โดยใช้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สรุปผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มประชากรเป็นบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลแม่สะเรียง อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอนจำนวนทั้งสิ้น 184 คน ซึ่งประกอบด้วย กลุ่มผู้รักษา คือ แพทย์ ทันตแพทย์ เกษัตริกรจำนวน 12 คน กลุ่มพยาบาลคือ พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเทคนิคจำนวน 68 คน กลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาคือ เจ้าพนักงาน นักเทคนิคการแพทย์ นักวิชาการ นักกายภาพบำบัด จำนวน 23 คน กลุ่มสุดท้ายคือ กลุ่มลูกจ้าง คือลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว 81 คน

บุคลากรทั้งหมดเป็นเพศหญิงสูงถึงร้อยละ 74.5 มีอายุอยู่ในช่วง 31-40 ปีมากที่สุด ร้อยละ 38.6 และมีสถานะภาพสมรสคู่ ร้อยละ 64.1 ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี มากที่สุดร้อยละ 44 มีรายได้ต่อเดือนอยู่ระหว่าง 3,000 – 60,000 บาท รายได้ต่อเดือนเฉลี่ย 15,000 บาท มีรายได้ต่อเดือนอยู่ในช่วงมากกว่า 20,000 บาทร้อยละ 31.0 มีรายได้พอดีกับค่าใช้จ่าย ร้อยละ 41.8 และเหลือเก็บร้อยละ 15.8 และมีประสบการณ์ทำงานเฉลี่ย 9.6 ปีโดยส่วนใหญ่ มีประสบการณ์การทำงานอยู่ในช่วง 6 เดือนขึ้นไปถึง 5 ปีมากที่สุดร้อยละ 38 ทำงานตามเวลาราชการร้อยละ 55.4 ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงานนอกเหนือจากงานประจำ ร้อยละ 79.3 มีดัชนีมวลกาย(BMI) เฉลี่ย 22.50 กก./ม² และมีดัชนีมวลกายปกติร้อยละ 68.5 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 19.6 โดยเป็น โรคกระเพาะอาหารอักเสบมากที่สุดร้อยละ 5.5

กลุ่มผู้รักษา มีสถานะภาพโสด ร้อยละ 58.3 มีการศึกษาระดับปริญญาโท ร้อยละ 83.3 มีรายได้ต่อเดือน 20,000 บาทขึ้นไป ร้อยละ 83.3 และส่วนใหญ่จะมีรายได้พอดีและเหลือเก็บ ร้อยละ 50.0 มีดัชนีมวลกายปกติร้อยละ 66.7 มีโรคประจำตัวร้อยละ 25 คือ มีโรคมุมิแพ้และไชนัส มากที่สุดร้อยละ 16.7

กลุ่มพยาบาล มีสถานะภาพสมรสคู่ ร้อยละ 66.2 ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี มากที่สุดร้อยละ 91.2 มีรายได้ต่อเดือนอยู่ระหว่าง มากกว่า 20,000บาทร้อยละ 52.9 และมี รายได้พอดีกับค่าใช้จ่ายร้อยละ 67.6 ทำงานเป็นผลัดร้อยละ 67.6 มี ดัชนีมวลกายปกติร้อยละ 64.7 มีโรคประจำตัวร้อยละ 16.2 โดยมี โรคกระเพาะอาหารอักเสบมากที่สุด ร้อยละ 7.3

กลุ่มผู้สนับสนุน มีสถานะภาพสมรสคู่ ร้อยละ 60.9 จบการศึกษาในระดับปริญญาตรี มากที่สุดร้อยละ 56.5 มีรายได้ต่อเดือนอยู่ระหว่าง มากกว่า 20,000 บาท ร้อยละ 39.1 มีรายได้ ไม่เพียงพอและพอดีกับค่าใช้จ่ายร้อยละ 34.8 ร้อยละ 39.1 มีดัชนีมวลกายปกติร้อยละ 78.3 ร้อยละ 1.09 มีโรคประจำตัวคือปวดหลัง และ ปวดศรีษะ

กลุ่มลูกจ้าง มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 66.7 ส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายร้อยละ 56.8 มีรายได้ต่อเดือน น้อยกว่า 5,000 บาทและ 5,001-10,000 บาท ร้อยละ 34.6 เท่ากัน มีรายได้ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายร้อยละ 77.8 และ มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 69.1 ร้อยละ 10.87 มีโรคประจำตัวคือ ภาวะอาหารอ้วนเสวยมากที่สุด

2. พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียง

กลุ่มบุคลากรของ โรงพยาบาลแม่สะเรียงมีคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง พิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านโภชนาการ ด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการกับความเครียดมีคะแนนในระดับปานกลาง ส่วนด้านกิจกรรมทางกายมีคะแนนอยู่ในระดับน้อย เมื่อจำแนกรายกลุ่มพบว่า กลุ่มผู้รักษาและกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษา มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ทั้ง 6 ด้านอยู่ในระดับปานกลาง แต่กลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับน้อย ส่วน 5 ด้านที่เหลืออยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพพบว่ากิจกรรมด้านบวกจะปฏิบัติ นานๆครั้ง มีเพียงเรื่องการตรวจสุขภาพประจำปีทั้งการตรวจร่างกายและการตรวจทาง ห้องปฏิบัติการที่ปฏิบัติเป็นประจำ ส่วนกิจกรรมด้านลบจะไม่ปฏิบัติ แต่ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบนานๆครั้ง ด้านกิจกรรมทางกายและด้านโภชนาการจะปฏิบัติ นานๆครั้งทั้งกิจกรรมด้านบวกและด้านลบ สำหรับทางด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล กิจกรรม ด้านบวกจะปฏิบัติเป็นประจำและบ่อยครั้ง ส่วนกิจกรรมด้านลบจะปฏิบัติ นานๆครั้งและไม่ปฏิบัติ เช่น การถูกทอดทิ้งจากสมาชิกในครอบครัวและผู้อื่น ด้านการเจริญทางจิตวิญญาณก็เช่นเดียวกัน พบว่า กิจกรรมด้านบวกปฏิบัติเป็นประจำและบ่อยครั้ง มีเพียงเรื่องการปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้มี ความสงบสุขในชีวิตประจำวัน เช่น สวดมนต์ภาวนา ทำสมาธิ เข้าโบสถ์ มัสยิดที่ปฏิบัติ นานๆครั้ง ส่วนกิจกรรมด้านลบจะปฏิบัติ นานๆครั้งเช่น ไม่ค่อยยอมรับและพึงพอใจในความสำเร็จของตนเอง ด้านการจัดการกับความเครียด กิจกรรมด้านบวกจะปฏิบัติเป็นประจำและบ่อยครั้ง ส่วนกิจกรรม ด้านลบจะปฏิบัติ นานๆครั้ง เช่น ไม่สามารถยอมรับในสิ่งที่ตนเองเปลี่ยนแปลงได้ จึงส่งผลทำให้ มีคะแนนในแต่ละด้านของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพค่อนข้างกระจายทำให้กลุ่มบุคลากร โรงพยาบาลแม่สะเรียงมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

การอภิปรายผลการศึกษา

ระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวม

ผลการศึกษา พบว่า ระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมของบุคลากรฯ อยู่ในระดับปานกลาง จากเหตุผลที่ได้รับจากการศึกษาพบว่ายังมีบุคลากรจำนวนไม่น้อยที่ให้เหตุผลว่าไม่มีเวลา และได้ทุ่มเทเวลาให้กับการทำงานจนลืมนำใจสุขภาพของตนเอง บางส่วนไม่ได้ออกกำลังกาย หรือออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ บางส่วนทำงานหนักจนลืมนับประทานอาหาร ตลอดจนรับประทานอาหารไม่เป็นเวลา หรือ รับประทานอาหารที่เตรียมง่ายหรืออาหารสำเร็จรูป และมีจำนวนมากที่ทำงานหนักมีเวลาในการพักผ่อนน้อยกว่าที่ควรจะเป็น นอกจากนี้พบว่ากลุ่มบุคลากรบางราย ให้เหตุผลว่า ไม่มีเวลา และ จากภาระงานที่มาก อีกทั้งข้อจำกัดในด้านครอบครัวที่จะต้องดูแลบุตร ตลอดจนต้องใช้เวลาหลังจากเลิกงาน ทำงานบ้านทำให้เหน็ดเหนื่อยมาก ไม่มีเวลาที่จะไปออกกำลังกาย ซึ่งล้วนแต่เป็นเหตุผลที่ไม่มีเวลาเพื่อปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ด้วยเหตุดังกล่าวจึงส่งผลให้บุคลากรโรงพยาบาลมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อเมื่อพิจารณารายด้านและรายกลุ่มของบุคลากรโดยรวม ล้วนอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน เมื่อพิจารณารายละเอียดการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในแต่ละด้านค่อนข้างกระจาย ข้อความด้านบวกมีทั้งปฏิบัติเป็นประจำ บ่อยครั้ง นานๆ ครั้ง ส่วนข้อความด้านลบ มีบางส่วนปฏิบัติบางครั้ง และไม่ปฏิบัติจึงทำให้ภาพรวมของคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง และ ประชากรที่ศึกษาส่วนใหญ่เป็นกลุ่มพยาบาลและลูกจ้างที่มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับน้อย ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ สมใจ ศิริภมม (2546) ที่ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (2546) และในผลการศึกษาของสิริบูรณ์ ยาวิชัย (2545) ที่ศึกษาในบุคลากรพยาบาล แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่, ผลการศึกษาของวรรณลักษณ์ ศรีวรรณตัน (2544) ที่ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในพยาบาลประจำการ แผนกผู้ป่วยใน โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่, ผลการศึกษาของพัชรินทร์ สุริยะไชย (2544) ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรที่ปฏิบัติงานในห้องผ่าตัดและห้องฟักฟื้น โรงพยาบาลลำปาง ทั้งหมดที่ล้วนพบว่า พยาบาลมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในระดับปานกลาง

ระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรรายด้านพบว่า

บุคลากรฯ มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านโภชนาการ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านความเจริญทางจิตวิญญาณ ด้านการจัดการกับความเครียด ส่วนทางด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับน้อย ซึ่งสามารถอธิบายรายละเอียดของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในแต่ละด้านดังนี้

ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียงมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกันทั้งนี้อธิบายได้ว่าบุคลากรส่วนใหญ่ปฏิบัติงานในการให้บริการแก่ผู้มารับบริการ โดยกลุ่มผู้รักษา (แพทย์ ทันตแพทย์ เภสัชกร) กลุ่มพยาบาล (พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเทคนิค) ผู้สนับสนุนการรักษา (เจ้าหน้าที่ เจ้าพนักงาน นักเทคนิคการแพทย์ นักวิชาการ นักกายภาพบำบัด) ลูกจ้าง (ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว) ล้วนเป็นผู้ที่ให้ความรู้และคำแนะนำแก่ผู้มารับบริการอยู่ตลอดเวลา สามารถที่จะดูแลสุขภาพของตนเองได้ดีอยู่แล้ว จากแบบสอบถามพบว่าบุคลากรส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างมากที่สุดและส่วนใหญ่จะมีสถานภาพสมรสคู่ ซึ่งระบุว่า ไม่มีเวลาและมีภาระที่ต้องดูแลเอาใจใส่ครอบครัวตลอดจนต้องทำงานบ้านหลังจากกลับจากที่ทำงาน จึงไม่ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพในด้านนี้ ส่วนในเรื่องการตรวจหาความคิดปกติกของร่างกายนั้นพบว่ากลุ่มบุคลากรส่วนใหญ่ระบุว่าปฏิบัติมานานๆครั้งหรือไม่เคยปฏิบัติเลยทั้งนี้อาจเนื่องจากปัจจัยทางด้านวัฒนธรรมไทยที่สตรีจะไม่เปิดเผยหรือสัมผัสอวัยวะที่พึงสงวนโดยไม่จำเป็นแม้แต่การตรวจร่างกายก็ตาม และส่วนใหญ่ไม่ปฏิบัติเรื่องการสูบบุหรี่ การใช้สารให้โทษหรือยาบางอย่างที่ทำให้คิดและมีผลเสียต่อสุขภาพ และดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ อาจเป็นเพราะว่าบุคลากรส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากที่สุดซึ่งค่านิยมของคนไทยไม่ยอมรับการสูบบุหรี่ของสตรี และถือว่าเป็นกริยาที่ไม่เหมาะสมอีกทั้งในปัจจุบันได้มี การรณรงค์ให้มีการงดการสูบบุหรี่ ทำให้บุคลากรได้ตระหนักถึงโทษของการสูบบุหรี่มากขึ้นและนอกจากนี้บุคลากรโรงพยาบาลจัดได้ว่าเป็นบุคลากรทางด้านสุขภาพถือได้ว่าต้องเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุคคลทั่วไปในสังคมต้องมีการวางตัวที่เหมาะสมกับบทบาทหน้าที่ที่รับผิดชอบ ซึ่งถือได้ว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดและนอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มบุคลากรมีรายได้พอดีกับค่าใช้จ่ายและเหลือเก็บ ดังนั้นกลุ่มบุคลากรจึงมีรายได้อยู่ในระดับที่เหมาะสม เพนเดอร์ (Pender,1996) กล่าวว่าผู้ที่มีรายได้สูงหรือมีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมดีมีโอกาสติดต่อสื่อสารกับกลุ่มสังคมอื่นๆเพื่อเพิ่มความรู้หรือประสบการณ์ให้กับตนเองและสามารถเข้าถึงบริการทางด้านสุขภาพได้มากกว่าผู้มีรายได้น้อย

ด้านกิจกรรมทางกาย ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียงมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับน้อยเช่นเดียวกันทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มบุคลากรส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ซึ่งสังคมไทยมีวัฒนธรรมที่กำหนดให้เพศหญิงต้องเป็นผู้ที่ดูแลความเป็นอยู่ของสมาชิกในครอบครัว มีภารกิจในชีวิตประจำวันส่วนใหญ่อยู่ในบ้านและทำงานบ้าน ได้แก่ การดูแลทำความสะอาดบ้านเรือน การประกอบอาหาร ทำให้ไม่มีเวลาที่จะออกกำลังกายสม่ำเสมอ ประกอบกับลักษณะนิสัยของสังคมไทยไม่นิยม

การออกกำลังกาย (จิราภรณ์ ฉลาภูวัฒน์) และพบว่ากลุ่มบุคลากรส่วนใหญ่ที่ประกอบด้ว
 กลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างมีการปฏิบัติกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายและส่วนต่างๆของ
 ร่างกายในระดับน้อย อาจเนื่องมาจากบุคลากรทั้ง 2 กลุ่มต้องปฏิบัติงานทางด้านการบริการซึ่ง
 ลักษณะงานต้องยืน เดิน อยู่ตลอดเวลา จึงทำให้เกิดความเหนื่อยล้าจากการทำงาน หลังจากกลับจาก
 การทำงานจึงต้องการพักผ่อนมากกว่าการออกกำลังกาย จึงส่งผลกระทบต่อการจัดสรรเวลาใน
 การออกกำลังกาย ทำให้ไม่มีเวลาเท่าที่ควร ทั้งๆที่กลุ่มบุคลากรรับรู้ประโยชน์ของ
 การออกกำลังกายเป็นอย่างดี ประกอบกับอาชีพพยาบาลมีเวลาในการทำงานไม่เป็นเวลา มีเวลา
 พักผ่อนน้อยและมีภาระเกี่ยวกับครอบครัวร่วมด้วย ซึ่งส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ ทำให้
 ไม่สามารถไปออกกำลังกายสม่ำเสมอได้ นอกจากนี้พบว่ากลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้าง มีอาการ
 ไม่สบายและมีโรคประจำตัว โดยกลุ่มพยาบาลเป็นโรคกระเพาะอาหาร และมีอาการปวดหลัง
 ส่วนกลุ่มลูกจ้างเป็นโรคกระเพาะอาหาร และมีอาการปวดหลัง ซึ่งอาการไม่สบายดังกล่าว
 อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่เป็นอุปสรรคในการออกกำลังกายได้ จึงส่งผลทำให้ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรม
 สร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรทั้งสองกลุ่มนี้อยู่ในระดับน้อยซึ่งคล้ายคลึงกับผลการศึกษาของ
 วรณลักษณ์ ศรีวรรณตัน (2544) ที่ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลประจำการ
 แผนกผู้ป่วยใน โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ พบว่าพยาบาลประจำการตึกผู้ป่วยใน
 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ มีการปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ความสม่ำเสมอ
 ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย

ด้านโภชนาการ ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียงมีพฤติกรรม
 สร้างเสริมสุขภาพด้านโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากลักษณะงาน
 ที่มีปริมาณมากและข้อจำกัดด้านเวลา ทำให้ไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่สุขภาพ ซึ่งบุคลากรบางกลุ่ม
 เช่น กลุ่มพยาบาล กลุ่มลูกจ้าง ซึ่งจากข้อมูลพบว่ากลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างส่วนใหญ่ทำงาน
 เป็นผลัด ต้องรีบขึ้นปฏิบัติงานแต่เช้า และบางครั้งทำงานต่อเนื่อง ซึ่งบางคนทำงานต่อเนื่องถึง
 16 ชั่วโมงต่อวัน พอหมดหน้าที่ ก็เหน็ดเหนื่อย ต้องการพักผ่อนไม่มีเวลาที่จะปรุงอาหารเองได้
 จึงจำเป็นต้องอาศัยอาหารที่ปรุงสำเร็จและอาหารกึ่งสำเร็จรูปมารับประทาน และมีบางส่วนที่ให้
 เหตุผลว่าไม่ชอบรับประทานอาหารเช้าจะคิ่้มกาแฟมากกว่า และบางส่วนให้เหตุผลว่าไม่ชอบ
 รับประทานผักและผลไม้ ซึ่งสอดคล้องกับการกับการศึกษาของสมใจ ศิริกมล (2547),
 สุวรรณ ลัจจาช่วยชัย (2544), ยุกิน ตันอนุชิตติกุล (2544), สายทิพย์ นवलนุช (2545) ที่พบว่า
 พยาบาล มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านโภชนาการในระดับปานกลาง และสอดคล้องกับ

ผลการศึกษาของ คณิศร เต็งรัง (2542) ที่พบว่า การปฏิบัติด้านพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทาง ด้านโภชนาการของสตรีข้าราชการ โสศ อยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน

ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียง มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ก็เพราะได้ว่าบุคลากรส่วนใหญ่จะทำงานในลักษณะการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้มารับบริการและเจ้าหน้าที่อื่น ๆ เป็นการทำงานร่วมกันในทีมสหวิชาชีพ ต้องมีการติดต่อประสานงานกับหน่วยงานอื่น ดังนั้นความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งในการปฏิบัติงาน จึงส่งผลการศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพอยู่ในระดับปานกลางและเมื่อเทียบกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในด้านอื่น ๆ นั้นพบว่าค่าเฉลี่ยค่อนข้างสูงกว่าทุกด้าน นอกจากนี้พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีสถานสมรสคู่ อาจได้รับการสนับสนุนจากคู่สมรสในด้านความรัก ความเข้าใจ ซึ่งคู่สมรสเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดผูกพันและไว้วางใจมากที่สุดจึงให้ความช่วยเหลือสนับสนุนมากกว่าผู้อื่น (รุจา ภูไพบูลย์) สอดคล้องกับแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 1996) ที่กล่าวว่าคนที่บุคคลมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นจะช่วยเพิ่มความต้านทานกับความเครียดส่งผลต่อจิตใจทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความเครียดได้ ผลการศึกษารั้งนี้ขัดแย้งกับผลการศึกษาของวันทนา ขวัญเมือง (2546), วรรณลักษณ์ ศรีวรรณตัน (2544), สายทิพย์ นवलนุช (2545) ที่พบว่าพยาบาลวิชาชีพมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากบุคลากรที่ศึกษานี้มีหลายกลุ่มซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของคนอื่นที่ศึกษาเฉพาะบุคลากรที่เป็นพยาบาลเท่านั้นทำให้ได้ค่าผลที่ได้แตกต่างกัน

ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียงมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ก็เพราะได้ว่าบุคลากรมีการปฏิบัติที่แสดงออกถึงความพึงพอใจในชีวิตและมีการกำหนดจุดมุ่งหมายในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ประกอบกับกับบุคลากรส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ และมีรายได้พอดีกับค่าใช้จ่าย รวมทั้งเพียงพอและเหลือเก็บและไม่มียานอื่นนอกจากงานประจำ ทำให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างเต็มความสามารถและมีเวลาและประสบการณ์การเรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ทำให้การดำเนินชีวิตไปในทางที่ดีขึ้น มีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตการทำงานตามเป้าหมายที่วางไว้ แต่มีกลุ่มบุคลากรบางกลุ่มคือ กลุ่มพยาบาล และกลุ่มลูกจ้าง อาจเนื่องมาจากวิชาชีพด้านการบริการและลักษณะงานที่มากและต้องเผชิญกับความเจ็บป่วย ความทุกข์ทรมานของผู้มารับบริการ ประสบกับสิ่งที่ไม่สดชื่นสวยงามและต้องพบกับสภาวะอารมณ์ที่ไม่คงที่ของผู้ป่วย

และญาติ และบุคลากรในทีมสุขภาพ จึงอาจส่งผลทำให้มีพฤติกรรมด้านนี้อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งผลการศึกษานี้คล้ายคลึงกับการศึกษาของ พัชรินทร์ สุริยะไชย (2546) ที่ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในห้องผ่าตัด โรงพยาบาลลำปาง

ด้านการจัดการกับความเครียด ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียงมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียด อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ก็เพราะได้ว่า กลุ่มบุคลากรมีการปฏิบัติกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายลดความตึงเครียด มีการแสดงออกที่เหมาะสมหรือหลีกเลี่ยงต่อสถานการณ์อันก่อให้เกิดความเครียดในระดับปานกลางซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสายทิพย์ นवलนุช (2545) ที่พบว่า พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลเชิงราชประชานุเคราะห์อยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน อาจเนื่องมาจากนี้พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ สามารถปรับตัวในการเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี และสามารถจัดการกับความเครียดได้ในระดับหนึ่ง ตลอดจนมีวิธีการผ่อนคลายความเครียดโดยการปรึกษาหรือพูดคุยระบายความรู้สึกกับบุคคลที่ไว้วางใจและได้กระทำกิจกรรมที่คลายความเครียดโดยการทำงานอดิเรกต่างๆ เช่น การดูโทรทัศน์ หรือการฟังวิทยุ การปลูกต้นไม้ การออกกำลังกาย ทำให้สามารถเผชิญกับปัญหาได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่ การสร้างเสริมสุขภาพที่ดีต่อไป

ระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรเมื่อแยกตามรายกลุ่มพบว่า

บุคลากรฯ มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านโภชนาการ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านความเจริญทางจิตวิญญาณ ด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับปานกลางได้แก่ กลุ่มผู้รักษาและกลุ่มผู้สนับสนุนด้านการรักษา ส่วน ด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับน้อย คือกลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างซึ่งสามารถอธิบายรายละเอียดของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในแต่ละกลุ่มดังนี้

ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียง มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลางทุกกลุ่มทั้งนี้พบว่าบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มนี้ส่วนใหญ่จะจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีและทำงาน ตามเวลาราชการจึงอธิบายได้ว่ากลุ่มบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มนี้มีความรู้ทางด้านสุขภาพเป็นอย่างดี สามารถที่จะดูแลสุขภาพของตนเองได้ดีนอกจากนี้อาจเนื่องมาจากบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มนี้มีประสบการณ์ในเรื่องสุขภาพและมีหน้าที่ให้บริการสุขภาพโดยให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการสร้างเสริม

สุขภาพแก่ ผู้มารับบริการตลอดเวลาจึงทำให้มีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งเมื่อพิจารณารายข้อ (ตารางภาคผนวก) พบว่า **กลุ่มผู้รักษา** ส่วนใหญ่ไม่เคยสูบบุหรี่และใช้สารให้โทษหรือยาบางอย่างที่ทำให้ติดและมีผลเสียต่อสุขภาพร้อยละ 91.7 และ 83.4 ไม่เคยดื่มสุราหรือดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบ ร้อยละ 58.4 มีการปฏิบัติเป็นประจำและปฏิบัติบ่อยครั้งในการตรวจสุขภาพประจำปีทั้งการตรวจร่างกายและการตรวจทางห้องปฏิบัติการ ร้อยละ 4.17 เท่ากัน เมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพมักซื้อยามาทานเองหรือค้นหาวิธีการรักษาด้วยตนเอง ปฏิบัติบ่อยครั้งร้อยละ 50.1 **กลุ่มพยาบาล** ส่วนใหญ่ไม่เคยสูบบุหรี่และใช้สารให้โทษหรือยาบางอย่างที่ทำให้ติดและมีผลเสียต่อสุขภาพร้อยละ 95.5 และ 85.3 ไม่เคยดื่มสุราหรือดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบ ร้อยละ 45.6 มีการปฏิบัติเป็นประจำในการตรวจสุขภาพประจำปีทั้งการตรวจร่างกายและการตรวจทางห้องปฏิบัติการร้อยละ 73.5 ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้วต่อวัน เมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพมักซื้อยามาทานเองหรือค้นหาวิธีการรักษาด้วยตนเอง ปฏิบัตินานๆครั้งร้อยละ 57.4 **กลุ่มผู้สนับสนุนการรักษา** ส่วนใหญ่ไม่เคยสูบบุหรี่และใช้สารให้โทษหรือยาบางอย่างที่ทำให้ติดและมีผลเสียต่อสุขภาพร้อยละ 91.4 และ 95.7 ปฏิบัตินานๆครั้งในการดื่มสุราหรือดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบ ร้อยละ 47.8 มีการปฏิบัตินานๆครั้งในเรื่องการตรวจสุขภาพประจำปีทั้งการตรวจร่างกายและการตรวจทางห้องปฏิบัติการและตรวจสุขภาพในช่องปากประจำปีร้อยละ 47.9 เท่ากัน เมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพมักซื้อยามาทานเองหรือค้นหาวิธีการรักษาด้วยตนเอง ปฏิบัติบ่อยครั้งร้อยละ 30.4 **กลุ่มลูกจ้าง** ส่วนใหญ่ไม่เคยสูบบุหรี่และใช้สารให้โทษหรือยาบางอย่างที่ทำให้ติดและมีผลเสียต่อสุขภาพร้อยละ 75.4 และ 84.0 ปฏิบัตินานๆครั้งในการดื่มสุราหรือดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบร้อยละ 51.9 มีการปฏิบัติเป็นประจำในเรื่องการตรวจสุขภาพประจำปีทั้งการตรวจร่างกายและการตรวจทางห้องปฏิบัติการร้อยละ 50.6 และ มีการตรวจสุขภาพในช่องปากประจำปีนานๆครั้งร้อยละ 56.8 เมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพมักซื้อยามาทานเองหรือค้นหาวิธีการรักษาด้วยตนเองปฏิบัตินานๆครั้งร้อยละ 50.6 ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่ากลุ่มบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ซึ่งค่านิยมของคนไทยไม่ยอมรับการสูบบุหรี่ของสตรี และถือว่าเป็นกริยาที่ไม่เหมาะสมสำหรับสุภาพสตรีไทย อีกทั้งอาจเป็นเพราะเป็นบุคลากรทางด้านสุขภาพ ในฐานะบุคลากรในทีมสุขภาพประกอบกับมีความรู้ ความเข้าใจและสามารถปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองได้ดีในระดับหนึ่ง รวมทั้งการได้รับข้อมูลสารสนเทศทางด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่อง แต่อาจมีปัจจัยอื่นที่ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมด้านนี้ได้ครบถ้วน อีกทั้งอาจจะยังไม่มีปัญหาในเรื่องสุขภาพเด่นชัด อีกทั้งคนไทยไม่ค่อยสนใจในการดูแลสุขภาพ ถ้ายังไม่พบอาการผิดปกติก็มักจะไม่ได้ไปรับการตรวจ เพราะเกรงว่าจะเสียเวลาในการทำงาน และบางกลุ่ม

ยังให้เหตุผลในเรื่อง การตรวจหาความผิดปกติของร่างกายด้วยตนเองนั้นว่ามีความอายุไม่กล้าที่จะตรวจตนเองทั้งๆที่มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องนี้เป็นอย่างดีซึ่งการศึกษานี้ขัดแย้งกับการศึกษาของสุวรรณ ลัจจาช่วยชัย (2544) ที่ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราชที่พบว่าพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านนี้อยู่ในระดับมาก

ด้านกิจกรรมทางกาย ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียงมี พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับปานกลางคือกลุ่มผู้รักษาและกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษา ส่วนกลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างอยู่ในระดับน้อยทั้งนี้ ซึ่งเมื่อพิจารณารายชื่อ (ตารางภาคผนวก) **กลุ่มผู้รักษา** ครั้งหนึ่งมีการปฏิบัติเป็นประจำในการออกกำลังกายหรือ เล่นกีฬาจนรู้สึกเหนื่อยหรืออย่างน้อย 30 นาที ร้อยละ 50 มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในการลดการเคลื่อนไหวร่างกายลงช้าๆเมื่อต้องการหยุดออกกำลังกายร้อยละ 58.3 ครั้งหนึ่งมีการปฏิบัติหลายๆครั้ง ในเรื่องเล่นกีฬาด้วยความมุ่งมั่นให้สุขภาพดี และออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเช่น วิ่ง เดินเร็ว เต้นแอโรบิก เล่นฟุตบอลบาสเกตบอลร้อยละ 50 และไม่เคยปฏิบัติเลยในการออกกำลังกายก่อนหรือหลังรับประทานอาหารน้อยกว่า30นาที **กลุ่มผู้สนับสนุนด้านการศึกษา** มีการปฏิบัติหลายๆครั้งในเรื่องการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาจนรู้สึกเหนื่อยหรืออย่างน้อย 30 นาทีและ ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเช่น วิ่ง เดินเร็ว เต้นแอโรบิก เล่นฟุตบอล บาสเกตบอลร้อยละ 61 เท่ากัน มากกว่าครึ่งมีจำนวนครั้งในการออกกำลังกาย น้อยกว่า 3-5 ครั้งต่อสัปดาห์และในแต่ละครั้งใช้เวลาน้อยกว่า 30 นาทีร้อยละ 52.1 พบว่าครั้งหนึ่งมีการปฏิบัติเป็นประจำในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาจนรู้สึกเหนื่อยหรืออย่างน้อย 30 นาที ร้อยละ 50 มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในการลดการเคลื่อนไหวร่างกายลงช้าๆเมื่อต้องการหยุดออกกำลังกายร้อยละ 58.3 ครั้งหนึ่งมีการปฏิบัติหลายๆครั้งในเรื่องเล่นกีฬาด้วยความมุ่งมั่นให้สุขภาพดี และออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเช่น วิ่ง เดินเร็ว เต้นแอโรบิก เล่นฟุตบอลบาสเกตบอลร้อยละ 50 และ ไม่เคยปฏิบัติเลย ในการออกกำลังกายก่อนหรือหลังรับประทานอาหารน้อยกว่า30นาที **กลุ่มพยาบาล** ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเช่น วิ่ง เดินเร็ว เต้นแอโรบิก เล่นฟุตบอล บาสเกตบอล ร้อยละ 72.1 มีการปฏิบัติหลายๆครั้ง ในเรื่องเล่นกีฬาด้วยความมุ่งมั่นให้สุขภาพดีและออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาจนรู้สึกเหนื่อยหรืออย่างน้อย 30 นาทีร้อยละ 63.2 เท่ากัน **กลุ่มลูกจ้าง** มีการปฏิบัติหลายๆครั้งในการออกกำลังกายก่อนหรือหลังรับประทานอาหารน้อยกว่า 30 นาที ร้อยละ 59.3 มากกว่าครึ่งลดการเคลื่อนไหวร่างกายลงช้าๆเมื่อต้องการหยุดออกกำลังกายร้อยละ 51.9 ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากบุคลากรกลุ่มผู้รักษาและกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาส่วนใหญ่ส่วนใหญ่ทำงานในเวลาราชการ

มากกว่ากลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างทำให้สามารถจัดเวลาปฏิบัติกิจกรรมทางกาย ได้มากกว่าจึงทำให้สามารถที่จะมีเวลาที่จะออกกำลังกายได้สม่ำเสมอ อีกทั้งพบว่ากลุ่มผู้รักษา มีสถานภาพโสดมากกว่ากลุ่มอื่นๆจึง สามารถที่จะปลีกตัวไปออกกำลังกายได้ เนื่องจากไม่มีภาระทางครอบครัวที่จะต้องดูแลและนอกจากนี้พบว่ากลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้าง ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ มีการดูแลบุคคลในครอบครัว และส่วนใหญ่ต้องทำงานบ้านและส่วนใหญ่ทำงานเป็นผลัด ทำให้ไม่มีเวลาออกกำลังกาย และนอกจากนี้พบว่ากลุ่มบุคลากรบางกลุ่มมีการออกกำลังกายไม่เป็นไปตามแบบแผนการออกกำลังกาย เช่น ไม่ได้การทำ ความอบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกาย และบางคนบอกว่าออกกำลังกายไม่ครบตามเวลา และมีบางส่วนให้เหตุผลว่าไม่ชอบออกกำลังกาย ซึ่งส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมทางด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับน้อย ซึ่งแตกต่างกับกลุ่มผู้รักษาและกลุ่มผู้สนับสนุนด้านการรักษา ซึ่งการศึกษานี้ ขัดแย้งกับผลการศึกษาของ ยูพิน ตันอนุจิต (2544) ที่ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพงานผู้ป่วยหนัก โรงพยาบาลลำปาง และผลการศึกษาของ สายทิพย์ นवलนุช (2545) ที่ศึกษาในพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ที่มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับปานกลาง

ด้านโภชนาการ ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียงมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านโภชนาการ อยู่ในระดับปานกลางทุกกลุ่ม ทั้งนี้อธิบายได้ว่าบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มนี้มีความรู้ มีพื้นฐานการศึกษาด้านสุขภาพอนามัยมีการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และเพียงพอครบ 5 หมู่ แต่ไม่สม่ำเสมอเป็นประจำทุกวัน ซึ่งเพนเดอร์ได้กล่าวว่าการปัจจัยด้านเวลา ความไม่สะดวก และความยากลำบากในการกระทำกิจกรรมมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ จึงทำให้มีพฤติกรรมด้านโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งเมื่อพิจารณารายชื่อ (ตารางภาคผนวก) พบว่า **กลุ่มผู้รักษา** ส่วนใหญ่ร้อยละ 66.6 หลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ ปฏิบัติเป็นประจำในการรับประทานพืชผักผลไม้ทุกวันร้อยละ 58.3 ครั้งหนึ่งปฏิบัติบ่อยครั้งในการรับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่ ปฏิบัตินานๆครั้งในการรับประทานอาหารเช้าสุกๆดิบๆหรือของหมักดอง อาหารปนเปื้อนอัลฟาทอกซิน ร้อยละ 58.3 **กลุ่มพยาบาล** ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำในการรับประทานพืชผักและผลไม้ร้อยละ 63.2 รับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่ ร้อยละ 52.9 ปฏิบัตินานๆครั้ง ในการรับประทานอาหารเช้าสุกๆดิบๆหรือของหมักดอง อาหารปนเปื้อนอัลฟาทอกซินร้อยละ 63.2 รับประทานอาหารเช้าสำเร็จรูปร้อยละ 66.2 **กลุ่มผู้สนับสนุนการรักษา** มากกว่าครึ่งรับประทานพืชผักและผลไม้เป็นประจำร้อยละ 69.6 รับประทานอาหารเช้า 3 มื้อ ร้อยละ 52.2 ปฏิบัตินานๆครั้ง ในการรับประทานอาหารเช้าสำเร็จรูปร้อยละ 65.3

รับประทานอาหารสุกๆดิบๆหรือของหมักดอง อาหารปนเปื้อนอัลฟาทอกซินและเหล็กเลี้ยง รับประทานอาหารที่มีไขมันสูงร้อยละ 56.5 เท่ากัน กลุ่มลูกจ้าง ส่วนใหญ่รับประทานพืชผัก และผลไม้เป็นประจำร้อยละ 65.4 รับประทานอาหารครบ 3 มื้อร้อยละ 59.3 ปฏิบัติงานๆครั้ง ในการรับประทานอาหารเช้าสำเร็จร้อยละ 65.4 รับประทานอาหารสุกๆดิบๆหรือของหมักดอง อาหารปนเปื้อนอัลฟาทอกซิน ร้อยละ 61.7 หลีกเลี้ยงรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงร้อยละ 59.3 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากลักษณะงานที่มีปริมาณมาก ทำให้ไม่มีเวลาเอาใจใส่สุขภาพและบุคลากร บางกลุ่มเช่นกลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้าง ต้องรีบขึ้นปฏิบัติงานแต่เช้าและมีข้อจำกัดด้านเวลา ทำให้เห็นเหนื่อยไม่มีเวลาที่ปรุงอาหารเองได้ ทำให้ต้องซื้ออาหารที่ปรุงสำเร็จมาทาน เพราะสามารถหาซื้อได้ง่าย สะดวกรวดเร็วและอาจเนื่องมาจากมีการผลัดเปลี่ยนเวลาในการทำงาน บ่อยครั้งอาจมีผลถึงช่วงเวลาที่ไม่ว่างสัมพันธ์กับเวลาในการรับประทานอาหารเช้าในแต่ละมื้อ และส่วนใหญ่จะมีสถานภาพสมรสคู่ มีภาระที่ต้องดูแลบุตร ทำให้ต้องซื้ออาหารที่ปรุงสำเร็จมารับประทานแทน และมีบางคนที่ให้เหตุผลว่าไม่ชอบรับประทานผักจึงส่งผลทำให้พฤติกรรม ด้านนี้อยู่ในระดับปานกลาง

ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียง มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล อยู่ในระดับปานกลางทุกกลุ่มทั้งนี้ อธิบายได้ว่าบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มนี้มีการปฏิบัติกิจกรรมที่แสดงออกถึงการมีสัมพันธภาพที่ดี กับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนร่วมงาน และประชาชนทั่วไป ทำให้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และแสดงออกถึงความห่วงใยซึ่งกันและกัน และเป็นกลุ่มบุคลากรสุขภาพ เป็นอาชีพที่มีเกียรติ มีผู้ยอมรับนับถือในฐานะผู้ดูแลสุขภาพของประชาชน ตลอดจนโรงพยาบาลมีขนาดไม่ใหญ่มากนัก บุคลากรจึงคุ้นเคยกันดีจึงเป็นเรื่องง่ายที่จะมีการปฏิสัมพันธ์และประสานงานกัน จึงส่งผลการศึกษา พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพอยู่ในระดับปานกลางซึ่งเมื่อพิจารณารายชื่อ (ตารางภาคผนวก) พบว่า **กลุ่มผู้รักษา** ครั้งหนึ่งมีการปฏิบัติเป็นประจำในการแสดงความชื่นชมยกย่องในความสำเร็จของผู้อื่นร้อยละ 50 กล่าวทักทายและมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือปรึกษาเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงาน ร้อยละ 41.7 มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นร้อยละ 66.6 ไม่เคยถูกทอดทิ้งจากสมาชิกในครอบครัวและผู้อื่น ร้อยละ 58.3 ส่วนกิจกรรมที่ปฏิบัติบ่อยครั้งคือไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมของหน่วยงาน **กลุ่มพยาบาล** ครั้งหนึ่งมีการปฏิบัติเป็นประจำในการทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัวหรือเพื่อนฝูง ร้อยละ 50 ได้ปฏิบัติบ่อยครั้งในการแสดงความชื่นชมยกย่องในความสำเร็จของผู้อื่นร้อยละ 52.9 รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นร้อยละ 51.5 กล่าวทักทายและมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือ

ปรึกษาเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงานร้อยละ 50 กิจกรรมที่มีการปฏิบัติมานานๆ ครั้งคือการไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมของหน่วยงานร้อยละ 55.8 กลุ่มผู้สนับสนุนการรักษา มากกว่าครึ่งหนึ่งมีการปฏิบัติเป็นประจำในกล่าวทักทายและมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือปรึกษาเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงาน ร้อยละ 52.2 ปฏิบัติบ่อยครั้ง ในการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นร้อยละ 56.5 ได้แสดงความชื่นชมยกย่องในความสำเร็จของผู้อื่นร้อยละ 52.2 กิจกรรมที่มีการปฏิบัติมานานๆ ครั้งคือการไม่มีเวลาให้เพื่อนหรือครอบครัวร้อยละ 52.2 และไม่เคยถูกละเลยในการแสดงความห่วงใย ความรัก ความอบอุ่นแก่ผู้อื่นร้อยละ 82.7 และไม่เคยถูกละเลยในการแสดงความห่วงใย ความรัก ความอบอุ่นแก่ผู้อื่นร้อยละ 74 กลุ่มลูกจ้าง มีการปฏิบัติเป็นประจำในแสดงความชื่นชมยกย่องในความสำเร็จของผู้อื่นร้อยละ 48.2 ได้มีการกล่าวทักทายและมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือปรึกษาเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงานและการทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัวและเพื่อนฝูง ร้อยละ 45.7 เท่ากันและส่วนใหญ่ไม่เคยถูกละเลยในการแสดงความห่วงใย ความรัก ความอบอุ่นแก่ผู้อื่นร้อยละ 86.5 ไม่เคยถูกละเลยในการแสดงความห่วงใย ความรัก ความอบอุ่นแก่ผู้อื่น ร้อยละ 63 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากบุคลากรส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ ซึ่งในสังคมไทยเมื่อมีการแต่งงานแล้วจะมีลักษณะครอบครัวที่อยู่ร่วมกันจึงส่งผลให้มีสัมพันธภาพพระดับบุคคลอยู่ในระดับปานกลางและสังคมของประชาชนทางภาคเหนือ นั้น ได้มีประเพณีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ และให้ความเคารพผู้ที่มีวัยวุฒิสูงกว่าทำให้บุคลากรมีการยอมรับนับถือและให้เกียรติซึ่งกันและกันตลอดจนการทำงานในลักษณะสหวิชาชีพทำให้ต้องมีการติดต่อประสานงานในทีมสุขภาพตลอดเวลาและตลอดจนให้การบริการแก่ผู้มารับบริการจึงทำให้พฤติกรรมทางด้านนี้จึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ซึ่งการศึกษานี้ขัดแย้งกับผลการศึกษาของวันทนา ขวัญเมือง (2546), วรรณลักษณ์ ศรีวรรณตัน (2544), สายทิพย์ นवलนุช (2545) ที่ล้วนพบว่า พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ ด้านสัมพันธภาพอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเนื่อง มาจากบุคลากรที่ศึกษานี้มีอยู่หลายกลุ่มซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของคนอื่นที่ศึกษาเฉพาะบุคลากรพยาบาลเท่านั้นทำให้ได้ค่าผลที่ได้แตกต่างกัน

ด้านความเจริญทางจิตวิญญาณ ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียง มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล อยู่ในระดับปานกลางทุกกลุ่ม ทั้งนี้อธิบายได้ว่าบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มมีการปฏิบัติกิจกรรมรายข้อค่อนข้างแตกต่างกัน ดัง (ตารางภาคผนวก) พบว่า **กลุ่มผู้รักษา** ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในการอุทิศตน เวลาความสามารถ ทางด้านวิชาการ แรงงาน ในการทำกิจกรรมเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม ร้อยละ 75 ได้มีการดำเนินชีวิตในแต่ละวันอย่างกระตือรือร้น ร้อยละ 66.6 ส่วนกิจกรรมที่มี

การปฏิบัติในหลายๆครั้ง คือการปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้มีความสุขในชีวิตประจำวัน เช่น สวดมนต์ภาวนา ทำสมาธิ, เข้าโบสถ์ , มัสยิด ร้อยละ 83.4 กลุ่มบุคลากรเกินครึ่งปฏิบัติในหลายๆครั้งในการไม่ยอมรับและไม่พึงพอใจในความสำเร็จของตนเองและคิดว่าชีวิตในปัจจุบันดีเพียงพอ ไม่จำเป็นต้องมีการปรับปรุงร้อยละ 58.3 เท่ากัน **กลุ่มพยาบาล** ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในการสร้างคุณค่าในตนเองโดยการเป็นคนมีน้ำใจ ในการช่วยเหลือบุคคลอื่นเท่าที่ทำได้ ร้อยละ 72 ได้อุทิศตน เวลา ความสามารถ ทางด้านวิชาการ แรงงาน ในการทำกิจกรรมเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมร้อยละ 60.3 ส่วนกิจกรรมที่มีการปฏิบัติในหลายๆครั้งคือการไม่ยอมรับและไม่พึงพอใจในความสำเร็จของตนเองร้อยละ 57.4 ปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้มีความสุขในชีวิตประจำวัน เช่น สวดมนต์ภาวนา ทำสมาธิ เข้าโบสถ์ มัสยิด และคิดว่าชีวิตในปัจจุบันดีเพียงพอ ไม่จำเป็นต้องมีการปรับปรุงร้อยละ 54.4 เท่ากัน **กลุ่มผู้สนับสนุนการศึกษา** ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในการสร้างคุณค่าในตนเองโดยการเป็นคนมีน้ำใจ ในการให้การช่วยเหลือบุคคลอื่นเท่าที่ทำได้ ร้อยละ 69.6 มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของตนเองและมีการกระทำเพื่อให้เป้าหมายประสบความสำเร็จร้อยละ 60.9 ส่วนกิจกรรมที่มีการปฏิบัติในหลายๆครั้งคือการไม่ยอมรับและไม่พึงพอใจในความสำเร็จของตนเองร้อยละ 56.4 การปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้มีความสุขในชีวิตประจำวัน เช่น สวดมนต์ภาวนา ทำสมาธิเข้าโบสถ์ มัสยิดร้อยละ 52.2 **กลุ่มลูกจ้าง** มีการปฏิบัติบ่อยครั้งในดำเนินชีวิตในแต่ละวันอย่างกระตือรือร้นและได้อุทิศตน เวลา ความสามารถทางด้านวิชาการ แรงงาน ในการทำกิจกรรมเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมร้อยละ 50.6 เท่ากัน ได้สร้างคุณค่าในตนเองโดยการเป็นคนมีน้ำใจ ในการให้การช่วยเหลือบุคคลอื่นเท่าที่ทำได้ ร้อยละ 46.9 ส่วนกิจกรรมที่ปฏิบัติในหลายๆครั้งคือ ไม่ยอมรับและไม่พึงพอใจในความสำเร็จของตนเองร้อยละ 51.9 และคิดว่าชีวิตในปัจจุบันดีเพียงพอไม่จำเป็นต้องมีการปรับปรุงการดำเนินชีวิต ร้อยละ 45.7 ทั้งนี้ก็เพราะ ได้ว่าบุคลากรมีการปฏิบัติที่แสดงออกถึงความพึงพอใจในชีวิตและมีการกำหนดจุดมุ่งหมายในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากบุคลากรส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ และอยู่ในวัยผู้ใหญ่ มีแนวทางในการดำเนินชีวิต ประกอบกับการมีงานทำที่มั่นคง ทำให้เกิดความภูมิใจในตนเองที่สามารถดูแลตนเองและครอบครัวได้และนอกจากนี้ยังพบว่าบุคลากรที่ศึกษาทั้ง 4 กลุ่มต้องมีการปฏิบัติงานประจำและบุคลากรส่วนใหญ่ต้องดูแลบุตรและครอบครัวเป็นกิจวัตรประจำวัน จึงไม่สามารถที่จะกระทำกิจกรรมได้อย่างเต็มที่ และจะเห็นว่กิจกรรมข้อที่แต่ละกลุ่มปฏิบัติ นานๆครั้งส่วนใหญ่คือกิจกรรมที่มีการปฏิบัติในหลายๆครั้ง คือการปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้มีความสุขในชีวิตประจำวัน เช่น สวดมนต์ภาวนา ทำสมาธิ เข้าโบสถ์ มัสยิด ด้วยเหตุนี้จึงส่งผลให้การศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละกลุ่มจึงอยู่ในระดับปานกลางซึ่งผลการศึกษานี้ สอดคล้องกับการศึกษาของวรรณลักษณ์ ศรีวรรณตัน(2546)

ที่ศึกษาในพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลของพยาบาลประจำการ แผนกผู้ป่วยใน โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านความเจริญทางจิตวิญญาณ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน

ด้านการจัดการกับความเครียด ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรโรงพยาบาลแม่สะเรียง มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียด อยู่ในระดับปานกลางทุกกลุ่มทั้งนี้ อธิบายได้ว่าบุคลากรทั้ง 4 กลุ่มมีการปฏิบัติกิจกรรมรายช้อก่อนข้างแตกต่างกัน ดัง (ตารางภาคผนวก) พบว่า **กลุ่มผู้รักษา** ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติบ่อยครั้งได้ตระหนักถึงต้นเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดได้ร้อยละ 83.2 มีวิธีการแสดงออกถึงความรู้สึกไม่พึงพอใจโดยไม่ส่งผลเสียต่อตนเองร้อยละ 74.9 มีการปฏิบัติมานานๆครั้ง ในการไม่ให้อภัยหรือคลายความโกรธกับความผิดของผู้อื่นร้อยละ 66.6 **กลุ่มพยาบาล** ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติบ่อยครั้ง ในการสร้างตนเองให้มีอารมณ์ขันโดยการ ยิ้ม หัวเราะร้อยละ 60.3 และได้ตระหนักถึงต้นเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดได้ร้อยละ 57.4 มีการปฏิบัติมานานๆครั้งในการไม่ให้อภัยหรือคลายความโกรธกับความผิดของผู้อื่นร้อยละ 58.8 ไม่ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเปลี่ยนแปลงได้ร้อยละ 54.4 และไม่เคยปฏิบัติในเรื่องไม่มีการวางแผนการดำเนินชีวิตในแต่ละวันร้อยละ 47.1 **กลุ่มผู้สนับสนุนการรักษา** มีการปฏิบัติเป็นประจำในการสร้างตนเองให้มีอารมณ์ขัน โดยการยิ้ม หัวเราะร้อยละ 47.8 มากกว่าครึ่งหนึ่งมีการปฏิบัติบ่อยครั้งได้โดยตระหนักถึงต้นเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดได้ร้อยละ 56.5 กิจกรรมที่มีการปฏิบัติมานานๆครั้งคือ ไม่ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเปลี่ยนแปลงได้ร้อยละ 65.2 ส่วนกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติในเรื่องไม่มีการวางแผนการดำเนินชีวิตในแต่ละวันร้อยละ 52.2 **กลุ่มลูกจ้าง** มากกว่าครึ่งมีการปฏิบัติเป็นประจำในการทำกิจกรรมที่ป้องกันและลดความเครียด เช่น ทำสมาธิ ฟังเพลง อ่านหนังสือ เป็นต้นร้อยละ 53.1 สร้างตนเองให้มีอารมณ์ขัน โดยการยิ้ม หัวเราะร้อยละ 50.6 กิจกรรมที่มีการปฏิบัติมานานๆคือ ไม่ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเปลี่ยนแปลงได้ร้อยละ 50.6 ส่วนกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติคือ ไม่เคยให้อภัยหรือคลายความโกรธกับความผิดของผู้อื่นร้อยละ 59.2 ทั้งนี้อภิปรายได้ว่าบุคลากรมีการปฏิบัติกิจกรรมด้านการจัดการกับความเครียดเพื่อการผ่อนคลายความเครียด หรือหลีกเลี่ยงต่อสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในระดับปานกลางจากการศึกษาพบว่าบุคลากรทุกกลุ่มมีสถานภาพสมรสเป็นส่วนใหญ่และมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางด้านสัมพันธภาพที่อยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างจะสูงกว่าทุกด้าน ทำให้กลุ่มบุคลากร ได้รับการช่วยเหลือและสนับสนุนในด้านต่างๆ เช่น ด้านจิตใจ อารมณ์ สังคมและเศรษฐกิจ ส่งผลให้บุคลากรทุกกลุ่มมีการจัดการกับความเครียดได้ดีในระดับหนึ่ง และ นอกจากนี้พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่ทำงานด้านบริการที่ต้องเผชิญกับความเจ็บป่วยความทุกข์ทรมาน ประสบกับสิ่งที่ไม่

สดชื่นสวยงาม และจากสภาวะอารมณ์ของผู้ป่วยและญาติ ทำให้เกิดความเครียดเป็นบางครั้ง ร่วมด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุวรรณมา สัจจาช่วยชัย ที่ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินที่ผลการศึกษาพบว่าพยาบาลวิชาชีพมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ใน ระดับปานกลางเช่นเดียวกัน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. โดยให้บุคลากรทุกกลุ่มมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา ให้มีการจัดรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมให้บุคลากรได้มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพได้มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางกาย ด้านโภชนาการ ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ ด้านการจัดการกับความเครียด โดยเน้นกิจกรรมทางกาย ซึ่งบุคลากรมีพฤติกรรมในด้านนี้ในระดับน้อย
2. โดยการให้ความรู้ คำปรึกษา และชี้แนะในเรื่องดังกล่าว เพื่อให้บุคลากรได้ทราบถึงผลกระทบทางด้านสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นจากการไม่ตระหนักถึงผลของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ให้มีพฤติกรรมที่ดีขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างและให้การสนับสนุนเพื่อให้เกิดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ยั่งยืน
3. ในฐานะผู้นำการเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของประชาชน ควรมีการสร้างความรู้ ความเข้าใจ และทักษะด้านการสร้างเสริมสุขภาพแก่บุคลากรเพื่ออำนวยความสะดวกการสร้างเสริมสุขภาพ รวมทั้งขยายผลไปสู่ ผู้มารับบริการ และประชาชนในชุมชนต่อไป

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. สำรวจความต้องการในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลให้ครอบคลุมทุกพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมที่ช่วยสร้างเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ดีมากขึ้น
2. ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในบุคลากร โรงพยาบาล เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานและแนวทางในการสร้างเสริมสุขภาพต่อไป
3. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบริบททางสังคมกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

4. ศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงานอื่นๆต่อไป
5. ศึกษาปัญหาและอุปสรรคของการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพต่อไป

ข้อจำกัดในการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลเท่านั้น ดังนั้นผลการศึกษาจึงสามารถนำไปอ้างอิงถึงประชากรที่มีคุณสมบัติที่คล้ายคลึงกับกลุ่มประชากรที่ศึกษาเท่านั้นไม่สามารถนำไปอ้างอิงกับประชากรในกลุ่มอื่นๆได้ทั้งหมด

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved