

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กวัยเรียนเป็นประชากรกลุ่มที่มีความสำคัญไม่น้อยกว่าประชากรกลุ่มอื่นๆ ซึ่งจะเติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต การที่เด็กวัยเรียนเหล่านี้จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพได้นั้นต้องมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ สติปัญญาและสังคมที่ดี สุขภาพที่ดีจึงเป็นเป้าหมายของชีวิตและสังคม (ประเวศ วะสี , 2536) ปัญหาสุขภาพมีสาเหตุสำคัญบางประการที่ทำให้ไม่สามารถแก้ไขได้อย่างแท้จริง คือการที่ประชาชนขาดความสำนึกในการดูแลสุขภาพ ซึ่งปัญหาเหล่านี้สามารถแก้ไขได้ในระยะยาวโดยการให้ความรู้ปลูกฝังจิตสำนึกที่ดีแก่ประชาชนอย่างต่อเนื่องกว้างขวางทั้งในโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน(ขวัญชัย แสงสุวรรณ , 2545) โดยเฉพาะในนักเรียนเพื่อให้เกิดความตระหนักรับรู้ปัญหาที่จะเกิดขึ้น และเป็นการปลูกฝังจิตสำนึกให้เกิดความยั่งยืนซึ่งสามารถกระทำได้ดีในเด็ก เพราะเด็กมีความพร้อมที่จะรับรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว (เสนห์ ทิมสุขใส , 2542) โดยในเด็กแต่ละคนที่มาจากครอบครัวและสิ่งแวดล้อมต่างกัน อาจมีวิถีชีวิต ค่านิยม ความเชื่อบางอย่างที่คล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกัน ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเกิดปัญหาโรคภัยไข้เจ็บทั้งโรคติดต่อและไม่ติดต่อ ประกอบกับวัยเด็กเป็นวัยที่จะเจริญเติบโตต่อไปเป็นผู้ใหญ่และง่ายต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สอดคล้องกับสุภายิตที่ว่า “ไม้อ่อนดัดง่ายไม้แก่ดัดยาก” ดังนั้นถ้ามุ่งจะแก้ปัญหาวุฒิกรรมหรือสร้างพฤติกรรมที่ดีแก่เด็กต้องให้ความรู้ปลูกฝังเจตคติและเสริมทักษะที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง (ขวัญชัย แสงสุวรรณ , 2545)

ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ที่มีอายุในระหว่าง 9-11 ปีซึ่งส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จะมีความสนใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว อยากรู้อยากเห็น อยากร่วมส่วนร่วมอยากทำตนให้เป็นประโยชน์ มีความสามารถในการรับรู้ความสัมพันธ์ที่ซับซ้อนขึ้นสามารถแสดงความคิดเห็นและความเข้าใจ ซึ่งเกิดจากพื้นฐานของประสบการณ์ การรับรู้ การเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมของแต่ละบุคคล โดยที่เด็กช่วง 10 ปี ถือเป็นช่วงวัยแห่งเหตุผล เด็กสามารถออกความเห็นมีความสนใจต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งยาวนานและมีความตั้งใจทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี (Piaget,1969) ในเด็กอายุ 6-12 ปี เป็นช่วงแห่งการต้องการความสำเร็จ

เนื่องจากได้รับประสบการณ์ใหม่ๆและฝึกทักษะด้านต่างๆมากขึ้นทั้งในโรงเรียนและชุมชน เกิดความภาคภูมิใจในสิ่งที่ตนเองกระทำ หากเกิดการเจ็บป่วย จะส่งผลต่อการพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคมและพฤติกรรม (Kappy,1987) เช่นการเจริญเติบโตหยุดชะงัก ขาดเรียนบ่อยทำให้เรียนไม่ทันเพื่อนและเมื่อไม่สบายกายจะส่งผลทำให้อารมณ์ไม่ปกติ เกิดความเครียดตามมาได้

สถานการณ์ด้านสุขภาพและปัญหาสาธารณสุขของประเทศไทยในปัจจุบัน เป็นไปในทิศทางเดียวกับประเทศอุตสาหกรรม คือความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นเปลี่ยนจากโรคติดเชื้อมาเป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงเช่น โรคหัวใจ โรคมะเร็ง โรคความดันโลหิตสูง อุบัติเหตุ อุบัติภัยและเอดส์ ซึ่งมีแนวโน้มว่าในกลุ่มดังกล่าวจะเพิ่มความรุนแรงขึ้นในอนาคตโดยมีสาเหตุมาจากพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเป็นสำคัญ (สุชาติ โสมประยูร และคณะ , 2542) ซึ่งพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเหล่านี้เป็นพฤติกรรมที่มีอิทธิพลสูงต่อสุขภาพ หากเด็กสะสมพฤติกรรมเสี่ยงนี้ไปจนถึงวัยรุ่นใหญ่จะทำให้เป็นผู้ใหญ่ที่มีปัญหาสุขภาพได้ ดังนั้นหากมีแนวทางป้องกันไม่ให้เกิดโรคขึ้นโดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคที่เหมาะสมกับวัยแก่นักเรียน มีการส่งเสริมสุขภาพให้ความรู้ให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนส่งเสริมให้มีวิถีชีวิตและพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมก็จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

จากการศึกษาข้อมูลของกองอนามัยโรงเรียน กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขปี 2540 พบว่าเด็กระดับประถมศึกษามีปัญหาด้านสุขภาพคือเป็นโรคตาร้อยละ 12.15 และโรคผิวหนังร้อยละ 10.19 เมื่อเด็กวัยเรียนคนใดคนหนึ่งเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อมาโรงเรียนมีโอกาสจะแพร่เชื้อไปสู่เด็กคนอื่น ๆ ได้จากการเล่นคลุกคลีกัน การทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน ซึ่งก็มีผลทำให้เกิดการเจ็บป่วยขึ้น เมื่อเด็กเจ็บป่วยเหล่านั้นกลับไปบ้านย่อมมีโอกาสแพร่กระจายเชื้อสู่บุคคลอื่นในครอบครัว แพร่ขยายออกสู่ชุมชนและสังคมเป็นวงกว้างได้ง่ายและรวดเร็วขึ้น นอกจากนี้พฤติกรรมบริโภคที่ไม่ถูกต้อง เช่นรับประทานอาหารมากเกินไปความต้องการของร่างกายทำให้เด็กวัยเรียนมีภาวะโภชนาการเกินถึงร้อยละ 12 (อบเชย วงศ์ทอง , 2541) เด็กวัยเรียนส่วนใหญ่จะบริโภคอาหารที่มีส่วนประกอบของไขมัน น้ำตาล เกลือแร่ อยู่ในปริมาณสูง (วารกรณ์ ศิริสว่าง ,2541) ซึ่งเสี่ยงต่อการเกิดโรคอ้วนรวมถึงการเกิดโรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูงและโรคเรื้อรังอื่นๆ โรคอ้วนมักจะเป็นปัญหารุนแรงในเด็กโดยเฉพาะในเด็กผู้หญิง (อบเชย วงศ์ทอง ,2541) การบริโภคอาหารในเด็กเหล่านี้ส่งผลต่อปัญหาทันตสุขภาพที่เคยเป็นปัญหาที่พบมากในเขตเมือง เปลี่ยนแนวโน้มการเป็นโรคเพิ่มขึ้นในชนบทแทน ในวัยเรียนเมื่อเกิดปัญหาในกลุ่มนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงโรคเร็วกว่าวัยอื่นๆ จากผลการสำรวจภาวะทันตสุขภาพโดยสำรวจในเด็กอายุ 12 ปี พบความชุกของโรคฟันผุร้อยละ 57.3 สภาวะปริทันต์พบเหงือกอักเสบร้อยละ 76.9

โรงเรียนเป็นสถาบันทางสังคมพื้นฐานสถาบันหนึ่ง มีหน้าที่พัฒนาคน เพื่อช่วยให้คนมีศักยภาพและสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้ปกติสุข เนื่องจากโรงเรียนเป็นแหล่งรวมของศาสตร์สาขาต่างๆเป็นแหล่งผลิตเลือกสรรให้ชุมชนตามความต้องการของชุมชนรวมทั้งเป็นที่รวมของเด็กในชุมชน โรงเรียนจึงเป็นสถานที่พัฒนาคนในทุกๆด้าน แนวคิดในการพัฒนาสุขภาพเด็กควบคู่ไปกับการศึกษาจึงเกิดขึ้น โดยมุ่งหวังจะให้โรงเรียนเป็นจุดเริ่มต้นของการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องให้แก่เด็ก และให้โรงเรียนเป็นศูนย์กลางของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมและพัฒนาสุขภาพที่ดีให้กับผู้ปกครองและสมาชิกในชุมชน และเพื่อเป็นการมุ่งปรับแก้พฤติกรรมแก่เด็กให้คงทนถาวร โดยให้เด็กเห็นแบบอย่างที่ดีจากครู พ่อแม่ ผู้ปกครองตลอดจนผู้ใหญ่ในชุมชน โรงเรียนจึงเป็นสถานที่ที่เหมาะสมและสำคัญมากแห่งหนึ่งต่อการส่งเสริมสุขภาพในด้านการให้ความรู้ ปลูกฝังเจตคติและเสริมสร้างทักษะที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องสำหรับนักเรียน ครู บุคลากรของโรงเรียนและชุมชน ขวัญชัย แสงสุวรรณ (2545)

อำเภอแม่ทามีโรงเรียนประถมศึกษาจำนวน 36 โรงเรียน แต่ละโรงเรียนเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพทั้งสิ้น จากผลการตรวจเฝ้าระวังสุขภาพของนักเรียนในปีการศึกษา 2548 พบปัญหาสุขภาพของนักเรียนวัยประถมศึกษาตอนปลาย มีภาวะโภชนาการเกินร้อยละ 9.7 อนามัยส่วนบุคคลเช่นเป็นเหาร้อยละ 43.7 ปัญหาโรคฟันผุสูงสุดร้อยละ 46.8 ซึ่งปัญหาสุขภาพเหล่านี้สามารถป้องกันได้หากบุคคลมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสมเช่นการออกกำลังกายสม่ำเสมอ การรับประทานอาหารที่เหมาะสม และการมีพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคลที่ดี อย่างไรก็ตามข้อมูลที่มีอยู่จึงยังไม่สามารถสะท้อนถึงการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ของนักเรียนประถมศึกษา อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูนตามแนวคิดของเพนเดอร์ได้ครบถ้วนซึ่ง ตามแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender , 1996) กล่าวว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นกิจกรรมที่บุคคลปฏิบัติเพื่อดำรงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพและเป็นการเพิ่มระดับความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล ครอบครัว และชุมชน มุ่งส่งเสริมให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างผาสุกและได้กำหนดการประเมินพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพไว้ 6 ด้านได้แก่ ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ โภชนาการ การมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล กิจกรรมทางกาย การจัดการกับความเครียด

รัฐบาลไทยได้กำหนดนโยบายในด้านสุขภาพโดยให้มีการส่งเสริมสุขภาพซึ่งเป็นกลยุทธ์สำคัญในแผนพัฒนาสาธารณสุขฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2549) มีแนวคิดมุ่งเน้นการสร้างสุขภาพมากกว่าการซ่อมสุขภาพ มีจุดมุ่งหมายให้ประชาชนมีสุขภาพดี เป็นกิจกรรมที่ลงทุนต่ำเมื่อเทียบกับผลตอบแทนทางด้านสุขภาพที่ได้รับ สามารถนำไปใช้ได้กับประชากรในวัยต่างๆทุกกลุ่ม ทุกแห่ง ทั้งในบ้าน โรงเรียน และชุมชน เป็นกลยุทธ์ที่สำคัญในการป้องกันโรคในระดับปฐมภูมิ เนื่องจากบุคคลเป็นทรัพยากรที่สำคัญที่สุดของประเทศทั้งยังเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของสังคมการที่บุคคลจะมีวิถีชีวิตอย่างไร หรือมีพฤติกรรมสุขภาพอย่างไร ย่อมแสดงถึงวิถีชีวิตของคนในชุมชนหรือสังคมนั้นๆ และทักษะที่บุคคลใช้ในการจัดการเพื่อการดำรงชีวิตและมีนโยบายโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่เน้นให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพ (ณัฐถิตย์ ตรีเศษ ,2548) สามารถเลือกปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับวิถีชีวิต สังคมและสิ่งแวดล้อม

ดังนั้นในการศึกษาค้นคว้าวิจัยในฐานะเป็นบุคลากรทางด้านสุขภาพพบปัญหาสุขภาพของนักเรียนในอำเภอแม่ทาซึ่งเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแล้วทั้งสิ้น จึงมีความสนใจศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาว่าเป็นอย่างไร โดยใช้แนวคิด การส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender,1996) เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการจัดโครงการหรือให้สุขศึกษาสนับสนุน ให้นักเรียนมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ควรปฏิบัติ เกี่ยวกับการป้องกันปัญหาสุขภาพต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษา อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน

#### คำถามการศึกษา

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาอำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูนเป็นอย่างไร

#### นิยามศัพท์

**พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ** หมายถึง การปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันของนักเรียน เพื่อส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันตนเองจากการเจ็บป่วยและสามารถดำเนินชีวิตในสังคมอย่างเป็นสุข ประเมินโดยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดการประเมินพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

นักเรียนประถมศึกษา หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายในระดับชั้น  
ประถมศึกษาปีที่ 4-6 ในปีการศึกษา 2550 โรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการ  
ประถมศึกษาแห่งชาติ เขตอำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน

#### ขอบเขตของการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาเพื่อ ศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ  
นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-6 อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน จำนวน 360 คน รวบรวมข้อมูล  
โดยใช้แบบสอบถาม ระหว่างเดือน กรกฎาคม - กันยายน 2550

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved