

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ เพื่อหาระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองของพนักงานขับรถโดยสารรับจ้างของสหกรณ์นครลานนา เคนรถ จำกัด จังหวัดเชียงใหม่ ในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 352 คน รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคมถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2554 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย แบบสอบถามลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และแบบประเมินระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่เฉลิมพล ปัทมะโชติ (2546) ได้ดัดแปลงมาจากแบบประเมินระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองชื่อ Stroke Risks Take Test ของ British Columbia Centre for Stroke and Cerebrovascular Diseases (2003) ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านและทำการศึกษาความเชื่อมั่นและเที่ยงตรงในฉบับภาษาไทย ได้ระดับความเชื่อมั่น 0.98 ในการศึกษาครั้งนี้การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงพรรณนา โดยแจกแจงเป็นความถี่ ร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบของตาราง

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในกลุ่มระดับความเสี่ยงต่ำ ร้อยละ 86.1 รองลงมาอยู่ในกลุ่มระดับความเสี่ยงค่อนข้างต่ำ ร้อยละ 13.3 และระดับความเสี่ยงปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 0.6 กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในระดับค่อนข้างต่ำและระดับปานกลางมีปัจจัยที่เป็นพฤติกรรมเสี่ยงส่วนใหญ่เป็นการไม่ออกกำลังกาย 30 นาทีต่อครั้ง อย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ถึงร้อยละ 93.9 มีการสูบบุหรี่ร้อยละ 91.8 ดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 79.6 กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความเสี่ยงกลุ่มนี้ส่วนมากไม่ทราบเกี่ยวกับระดับโฮโมซิสเตอีน ระดับคอเลสเตอรอล และภาวะความดันโลหิตสูง ถึงร้อยละ 100 ร้อยละ 95.9 และร้อยละ 85.7 ตามลำดับ ทั้งกลุ่มที่อยู่ในระดับความเสี่ยงต่ำ ระดับค่อนข้างต่ำ และระดับปานกลางจึงควรที่จะมีป้องกัน ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เป็นปัจจัยเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคที่สูงขึ้นต่อไป เพื่อลดผลกระทบและผลเสียต่าง ๆ ที่จะเกิดจากโรคตามมา

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ ในการนำข้อมูลข่าวสารจัดโปรแกรมการให้สุศึกษาเกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมอง

1.1 การสังเกตอาการเตือนต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองเพื่อการตรวจรักษาพบแพทย์ได้อย่างทันที่

1.2 การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง เพื่อลดการเกิดระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคในระดับที่สูงมากขึ้น โดยเฉพาะการรณรงค์งดหรือลดการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์และการออกกำลังกาย

2. ควรนำเสนอผู้บริหารของสหกรณ์นครลพบุรี จำกัด เพื่อวางแผนในการดูแลด้านภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสวัสดิภาพในการขับขี่ เช่น การรณรงค์หรือมีบริการตรวจสุขภาพประจำปี

ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษารั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในพนักงานขับรถโดยสารรับจ้าง เช่น พฤติกรรมการสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น

2. ควรมีการสำรวจอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในบุคลากรกลุ่มอาชีพที่มีความเสี่ยง เช่น ผู้บริหาร พนักงานออฟฟิศ เป็นต้น เพื่อทราบระดับความเสี่ยงและหาวิธีป้องกันได้เบื้องต้นในหน่วยงาน เพื่อลดระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง อันจะมีผลต่อภาวะสุขภาพตามมา

3. แบบสอบถามที่ใช้พบว่ามีบางคำถามที่ไม่เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง เช่น ระดับโฮโมซิสเตอีน ซึ่งการตรวจวัดระดับโฮโมซิสเตอีน ถือเป็นการทดสอบที่ค่อนข้างใหม่ทั้งในในเมืองไทยและต่างประเทศ ซึ่งปัจจัยที่ทำให้โฮโมซิสเตอีนในเลือดสูงนี้ออกจากจะเกิดจากการขาดวิตามินบี 6 บี 12 และกรดโฟลิกแล้ว ยังอาจเกิดจากสาเหตุอื่นเช่นกรรมพันธุ์ ร่างกายได้รับเมธิโอนีน (จากเนื้อสัตว์ ไข่ นม ชีส) มากเกินไป การขาดการออกกำลังกาย การเป็นโรคเรื้อรังต่าง ๆ เช่น โรคไต โรคตับ เบาหวาน มะเร็ง และการได้รับยาบางชนิดเช่นยากันชัก ยาลดกรด และการได้รับสารกระตุ้น เช่น แอลกอฮอล์ กาแฟ บุหรี่ จึงมักเป็นทางเลือกในกรณีที่ไม่พบว่ามีปัจจัยเสี่ยงอื่น ๆ ในได้ชัดเจนมากขึ้น เพื่อให้ได้ข้อมูลแม่นยำและประเมินผลที่ได้แน่ชัดมากขึ้นคนทั่วไปจึงพบว่าไม่ทราบ

เกี่ยวกับภาวะโฮโมซีสเทอีนจำนวนมาก จึงควรมีการปรับเปลี่ยนแบบประเมินที่ใช้ในการศึกษาให้เหมาะสมขึ้น คือ ให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และเป็นคำถามที่สามารถประเมินคำตอบได้

4. ควรมีการศึกษาปัจจัยเสี่ยงในด้านของความเครียดเพิ่มเติม



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved