

ผลการวิจัย

การศึกษาค้นคว้านี้ เป็นการศึกษาความรู้ ทักษะ การปฏิบัติตน และกลุ่มอาการของ การหมดประจำเดือน อายุเฉลี่ยเมื่อแรกมีประจำเดือน และเมื่อหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ ความรู้ ทักษะ การปฏิบัติตน รวมทั้งความต้องการคลินิกให้คำปรึกษาและรักษาสุขภาพของสตรี วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ในจังหวัดสระบุรี

ผลของการวิจัยแบ่งเป็น 5 หมวด ดังนี้

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของประชากรที่ศึกษา

หมวดที่ 2 อายุเฉลี่ยเมื่อแรกมีประจำเดือนและอายุเฉลี่ยเมื่อหมดประจำเดือน โดยธรรมชาติ

หมวดที่ 3 กลุ่มอาการของการหมดประจำเดือนที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพในสตรี วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

หมวดที่ 4 ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติตนของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

หมวดที่ 5 ความต้องการคลินิกให้คำปรึกษา และรักษาสุขภาพของสตรีวัยเสื่อม ของระบบสืบพันธุ์

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของประชากรศึกษา

อายุ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 45-49 ปี ร้อยละ 36.7 รองลงมา ได้แก่ กลุ่มอายุ 40-44 ปี, 50-54 ปี, 55-59 ปี ร้อยละ 31.9, 21.9 และ 19.5 ตามลำดับ และมีอายุเฉลี่ย 48.3 ปี (ตารางที่ 10)

ที่อยู่อาศัย

กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล ในจำนวนที่ใกล้เคียงกันคือ ร้อยละ 49.4 และ 50.6 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

ระดับการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 79.3 รองลงมา ได้แก่ ไม่ได้เรียนหนังสือ การศึกษาระดับมัธยมศึกษา การศึกษาระดับอาชีวศึกษา/อนุปริญญา การศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า ร้อยละ 11.3, 4.5, 2.5 และ 2.4 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

สถานภาพสมรส

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 73.1 รองลงมา ได้แก่ สถานภาพหม้าย/หย่า/แยก สถานภาพโสด ร้อยละ 19.5 และ 7.4 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

อาชีพ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาชีพ รับจ้าง ร้อยละ 32.4 รองลงมา ได้แก่ ค้าขาย แม่บ้าน เกษตรกรรม รับราชการ ร้อยละ 24.2, 21.2, 16.4 และ 4.5 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

ประวัติการคลอดบุตร

กลุ่มตัวอย่างสตรีอายุ 40-59 ปี ที่เคยมีเพศสัมพันธ์ ส่วนใหญ่มีประวัติการคลอดบุตรมากกว่า 2 ครั้ง ร้อยละ 60.9 รองลงมาได้แก่มีประวัติการคลอดบุตรไม่เกินหรือเท่ากับ 2 ครั้ง ไม่เคยคลอดบุตรจำนวน ร้อยละ 31.7 และ 7.4 ตามลำดับ จำนวนการคลอดบุตรเฉลี่ย 3.12 ครั้ง (ตารางที่ 10)

ประวัติการแท้งบุตร

กลุ่มตัวอย่างสตรีอายุ 40-59 ปี ที่เคยมีเพศสัมพันธ์ ส่วนใหญ่ไม่มีประวัติการแท้งบุตร ร้อยละ 82.0 และมีประวัติการแท้งบุตร ร้อยละ 18.0 (ตารางที่ 10)

การคุมกำเนิด

กลุ่มตัวอย่างสตรีอายุ 40-49 ปี ที่อยู่กับสามี ปัจจุบันพบว่า ไม่คุมกำเนิด ร้อยละ 56.0 และคุมกำเนิด ร้อยละ 44.0 เมื่อจำแนกรายวิธีพบว่าในกลุ่มตัวอย่างที่คุมกำเนิด ส่วนใหญ่คุมกำเนิด โดยการทำหมันหญิง ร้อยละ 63.8 รองลงมา ได้แก่ ใช้ยาเม็ดคุมกำเนิด ร้อยละ 21.6 คุมกำเนิดด้วยการฉีดยา มีจำนวนเท่ากับผู้ที่คุมกำเนิดด้วยการใส่ห่วงอนามัย ร้อยละ 4 ส่วนการคุมกำเนิดด้วยวิธีอื่น ๆ ได้แก่ การใช้ถุงยางอนามัย การคุมกำเนิดด้วยวิธีธรรมชาติ การทำหมันชาย พบได้ร้อยละ 5.9 และคุมกำเนิดด้วยยาฝัง ร้อยละ 0.7 (ตารางที่ 10)

รายได้ของครอบครัวต่อเดือน

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือน อยู่ในช่วง 2,801-5,400 บาท ร้อยละ 46.6 รองลงมา ได้แก่ รายได้สูงกว่า 8,000 บาท อยู่ในช่วง 5,401-8,000 บาท และ ต่ำกว่า 2,800 บาท ร้อยละ 20.6, 16.7 และ 16.1 ตามลำดับ รายได้ของครอบครัวต่อเดือน เฉลี่ย 6452.54 บาท รายได้สูงสุด 70000 บาทต่อเดือน และรายได้ต่ำสุด 400 บาทต่อเดือน เมื่อพิจารณาถึงความเพียงพอของค่าใช้จ่ายในครอบครัวต่อเดือน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ รายได้เพียงพอไม่มีเงินเหลือเก็บ ร้อยละ 36.7 รองลงมาได้แก่ ไม่เพียงพอ เพียงพอ มีเงินเหลือเก็บ ร้อยละ 35.7 และ 21.7 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

ประวัติโรคประจำตัว

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 74.8 และมีโรคประจำตัว ร้อยละ 25.2 ในกลุ่มผู้ที่มีโรคประจำตัวพบว่า ส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 36.1 รองลงมา ได้แก่ โรคกระเพาะอาหาร โรคหัวใจ โรคเบาหวาน ร้อยละ 28.9, 22.1 และ 12.9 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

การตรวจสุขภาพประจำปี

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยรับการตรวจสุขภาพประจำปี ร้อยละ 77.9 และเคยรับการตรวจสุขภาพประจำปี ร้อยละ 22.1 เมื่อจำแนกตามประเภทการตรวจสุขภาพประจำปี พบว่า

ในกลุ่มที่เคยรับการตรวจสุขภาพประจำปี ส่วนมากรับการตรวจมะเร็งปากมดลูก ร้อยละ 70.7 รองลงมาได้แก่ ตรวจการทำงานของหัวใจ ตรวจไขมันในเลือด ตรวจมะเร็งเต้านม ร้อยละ 25.8, 17.2 และ 14.3 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือน ร้อยละ 52.9 และแหล่งที่ได้รับความรู้นั้น ส่วนใหญ่ได้รับความรู้จาก ผู้ที่เคยหมดประจำเดือนมาแล้ว ร้อยละ 71.5 รองลงมา ได้แก่ จนท.สาธารณสุข/แพทย์/พยาบาล วิทยุ/โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ และ อาสาสมัครสาธารณสุข ร้อยละ 41.3, 20.6, 13.0 และ 6.4 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

ลักษณะการมีประจำเดือน

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีประจำเดือนสม่ำเสมอ ร้อยละ 49.3 รองลงมา ได้แก่ ประจำเดือนขาดหายมากกว่า 1 ปี ประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ ร้อยละ 36.0 และ 14.7 ตามลำดับ (ตารางที่ 10)

ตารางที่ 10 แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตาม อายุ ที่อยู่อาศัย การศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ประวัติการคลอดบุตร ประวัติการแท้งบุตร การคุมกำเนิด รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ประวัติโรคประจำตัว การตรวจสุขภาพประจำปี แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน และลักษณะการมีประจำเดือน

ลักษณะประชากร	จำนวน	ร้อยละ
อายุ (ปี)		
40-44	453	31.9
45-49	378	36.7
50-54	311	21.9
55-59	277	19.5
รวม	1419	100.0
MEAN 48.3	S.D 5.8	MIN 40 MAX 59

ตารางที่ 10 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตาม อายุ ที่อยู่อาศัย การศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ประวัติการคลอดบุตร ประวัติการแท้งบุตร การคุมกำเนิด รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ประวัติโรคประจำตัว การตรวจสุขภาพประจำปี แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน และลักษณะการมีประจำเดือน

ลักษณะประชากร	จำนวน	ร้อยละ
ที่อยู่อาศัย		
ในเขตเทศบาล	701	49.4
นอกเขตเทศบาล	718	50.6
รวม	1419	100.0
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา	160	11.3
ประถมศึกษา	1125	79.3
มัธยมศึกษา	65	4.5
อาชีวฯ/อนุปริญญา	35	2.5
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	34	2.4
รวม	1419	100.0
สถานภาพสมรส		
โสด	105	7.4
หม้าย/หย่า/แยก	277	19.5
คู่	1037	73.1
รวม	1419	100.0

ตารางที่ 10 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตาม อายุ ที่อยู่อาศัย การศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ประวัติการคลอดบุตร ประวัติการแท้งบุตร การคุมกำเนิด รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ประวัติโรคประจำตัว การตรวจสุขภาพประจำปี แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน และลักษณะการมีประจำเดือน

ลักษณะประชากร	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพ		
เกษตรกรรวม	228	16.1
รับจ้าง	460	32.4
ค้าขาย	343	24.2
รับราชการ	64	4.5
แม่บ้าน	301	21.2
อื่น ๆ	23	1.6
รวม	1419	100.0
ประวัติการคลอดบุตร		
ไม่เคยผ่านการคลอดบุตร	98	7.4
1-2 ครั้ง	416	31.7
มากกว่า 2 ครั้ง	800	60.9
รวม	1314	100.0
MEAN 3.12 S.D 1.82 MIN 0 MAX 13		
ประวัติการแท้งบุตร		
ไม่เคยแท้งบุตร	1078	82.0
เคยแท้งบุตร	236	18.0
รวม	1314	100.0

ตารางที่ 10 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตาม อายุ ที่อยู่อาศัย การศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ประวัติการคลอดบุตร ประวัติการแท้งบุตร การคุมกำเนิด รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ประวัติโรคประจำตัว การตรวจสุขภาพประจำปี แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน และลักษณะการมีประจำเดือน

ลักษณะประชากร	จำนวน	ร้อยละ
การคุมกำเนิด		
ไม่คุมกำเนิด	580	56.0
คุมกำเนิด ด้วยวิธี	457	44.0
สามี	99	21.6
สามี	18	4.0
ห่วงอนามัย	18	4.0
ยาฝัง	3	.7
หมั้นหญิง	292	63.8
อื่น ๆ	27	5.9
รวม	1037	100.0
รายได้ของครอบครัวต่อเดือน (บาท)		
ต่ำกว่า 2800	228	16.1
2801-5400	662	46.6
5401-8000	237	16.7
มากกว่า 8000	292	20.6
รวม	1419	100.0

MEAN 6452.54 MEDIAN 3000 S.D 6350.43 MIN 400 MAX 70,000

ตารางที่ 10 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตาม อายุ ที่อยู่อาศัย การศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ประวัติการคลอดบุตร ประวัติการแท้งบุตร การคุมกำเนิด รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ประวัติโรคประจำตัว การตรวจสุขภาพประจำปี แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน และลักษณะการมีประจำเดือน

ลักษณะประชากร	จำนวน	ร้อยละ
ความเพียงพอของรายได้ของครอบครัวต่อเดือน		
เพียงพอมีเงินเก็บ	308	21.7
เพียงพอไม่มีเงินเก็บ	520	36.7
ไม่เพียงพอ	507	35.7
ไม่แน่นอน	84	5.9
รวม	1419	100.0
ประวัติโรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	1062	74.8
มีโรคประจำตัว ได้แก่	357	25.2
โรคความดันโลหิตสูง	129	36.1
โรคหัวใจ	79	22.1
โรคเบาหวาน	46	12.9
โรคกระเพาะอาหาร	103	28.9
รวม	1419	100.0

ตารางที่ 10 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตาม อายุ ที่อยู่อาศัย การศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ประวัติการคลอดบุตร ประวัติการแท้งบุตร การคุมกำเนิด รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ประวัติโรคประจำตัว การตรวจสุขภาพประจำปี แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน และลักษณะการมีประจำเดือน

ลักษณะประชากร	จำนวน	ร้อยละ
การตรวจสุขภาพประจำปี		
ไม่เคยรับการตรวจสุขภาพ	1105	77.9
รับการตรวจสุขภาพ ประเภท	314	22.1
มะเร็ิงปากมคลูก	222	70.7
มะเร็ิงเต้านม	45	14.3
ตรวจระดับไขมันในเส้นเลือด	54	17.2
ตรวจการทำงานของหัวใจ	81	25.8
รวม	1419	100.0
แหล่งความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน		
ไม่เคยได้รับความรู้	668	47.1
เคยได้รับความรู้ จาก	751	52.9
จนท. สาธารณสุข/แพทย์/พยาบาล	310	41.3
หนังสือพิมพ์	98	13.0
วิทยุ/โทรทัศน์	155	20.6
อาสาสมัครสาธารณสุข	48	6.4
ผู้ที่เคยหมดประจำเดือนมาแล้ว	537	71.5
ลักษณะการมีประจำเดือน		
สม่ำเสมอ	700	49.3
ไม่สม่ำเสมอ	208	14.7
ขาดหายนานเกิน 1 ปี	511	36.0
รวม	1419	100.0

หมวดที่ 2 อายุเมื่อแรกมีประจำเดือนและอายุเมื่อหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ

อายุเมื่อแรกมีประจำเดือน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีประจำเดือนครั้งแรกระหว่างอายุ 15-19 ปี ร้อยละ 64.0 รองลงมา ได้แก่ 10-14 ปี, มากกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี ร้อยละ 34.7 และ 1.3 ตามลำดับ อายุเฉลี่ยเมื่อแรกมีประจำเดือน 15.19 ปี ช่วงระยะความเชื่อมั่นของค่าเฉลี่ยอายุแรกมีประจำเดือนของประชากร พบว่าอยู่ในช่วง 15.28-15.09 ปี อายุแรกมีต่ำสุด 10 ปี อายุแรกมีประจำเดือนสูงสุด 22 ปี (ตารางที่ 11)

ตารางที่ 11 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์จำแนกตามอายุแรกมีประจำเดือน

อายุแรกมีประจำเดือน (ปี)	จำนวน	ร้อยละ
10-14	492	34.7
15-19	908	64.0
> 20	19	1.3
รวม	1419	100.0
MEAN 15.19 S.D 1.79 MIN 10 MAX 22 95% CI=15.28-15.09		

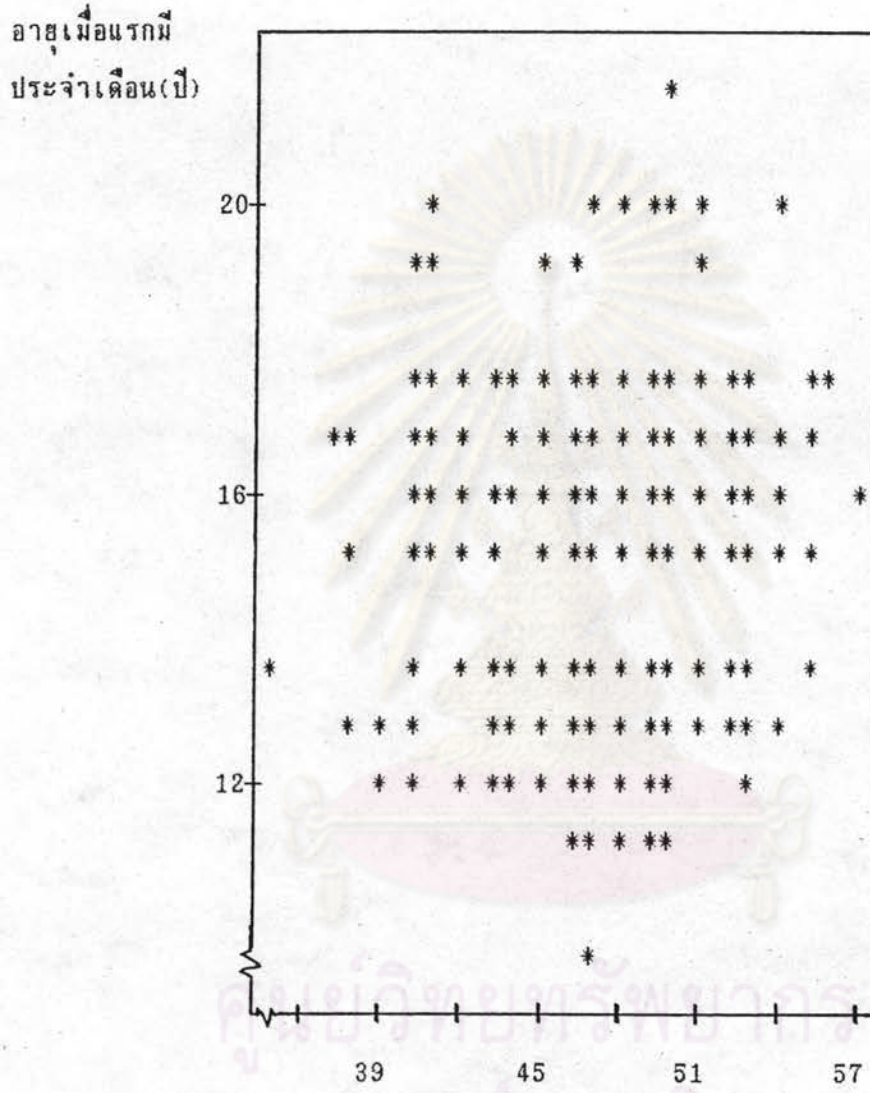
จากการวิเคราะห์อายุเมื่อหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่หมดประจำเดือนระหว่าง อายุ 45-49 ปี ร้อยละ 48.1รองลงมา ได้แก่ 50-54 ปี, 40-44 ปี, 35-40 ปี, มากกว่าหรือเท่ากับ 55 ปี ร้อยละ 34.6, 13.5, 2.0 และ 1.8 ตามลำดับ อายุเฉลี่ยเมื่อหมดประจำเดือน 47.77 ปี ช่วงระยะความเชื่อมั่นของค่าเฉลี่ยของอายุเมื่อหมดประจำเดือนอยู่ในช่วง 48.08-47.46 ปี อายุเมื่อหมดประจำเดือนต่ำสุด 35 ปี อายุเมื่อหมดประจำเดือนสูงสุด 57 ปี (ตารางที่ 12)

ตารางที่ 12 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ จำแนกตามอายุเมื่อหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ

อายุเมื่อหมดประจำเดือน โดยธรรมชาติ(ปี)	จำนวน	ร้อยละ
35-40	10	2.0
40-44	69	13.5
45-49	249	48.1
50-54	177	34.6
> 55	9	1.8
รวม	511	100.0
MEAN 47.77 S.D 3.62 MIN 35 MAX 57 95% CI= 48.08-47.46		

ความสัมพันธ์ระหว่างอายุเมื่อแรกมีประจำเดือนกับอายุเมื่อหมดประจำเดือน เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ทางสถิติ ระหว่างอายุแรกมีประจำเดือน กับอายุเมื่อหมดประจำเดือน โดยการวัดค่าสัมประสิทธิ์ของสหสัมพันธ์ (Coefficient of Correlation) พบว่า อายุเมื่อแรกมีประจำเดือนและอายุเมื่อหมดประจำเดือนไม่มีความสัมพันธ์กัน ($r = .04$) (ภาพที่ 5)

ภาพที่ 5 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอายุเมื่อแรกมีประจำเดือนกับอายุเมื่อหมดประจำเดือน โดยธรรมชาติ



อายุเมื่อหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ(ปี)

$r = .04, P > 0.05$

หมวดที่ 3 กลุ่มอาการของการหมดประจำเดือน ที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา

กลุ่มอาการของการหมดประจำเดือน ที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา เมื่อพิจารณาอาการที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ส่วนใหญ่มีอาการ ร้อนวูบวาบตามตัว ร้อยละ 52.6 รองลงมาได้แก่ หงุดหงิดง่าย นอนไม่หลับ ความจำเสื่อม มึนงง เวียนศีรษะ ร้อยละ 46.4, 37.4, 18.7 และ 16.3 ตามลำดับ (ตารางที่ 13)

ตารางที่ 13 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ จำแนกตามอาการของการหมดประจำเดือนที่เป็นปัญหาสุขภาพในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา

อาการ	จำนวน N = 1419	ร้อยละ
ร้อนวูบวาบตามตัว	746	52.6
หงุดหงิดง่าย	658	46.4
นอนไม่หลับ	530	37.4
ความจำเสื่อม	266	18.7
มึนงง เวียนศีรษะ	232	16.3
เบื่อไม่สนใจทางเพศ	162	11.4
กลิ่นปัสสาวะไม่อยู่	122	8.6
ผิวหนังแห้งและคัน	97	6.8
มีเหงื่อออกเวลากลางคืน	86	6.1
เจ็บแสบช่องคลอดเวลาร่วมเพศ	36	2.5

จากการศึกษา อาการของการหมดประจำเดือน ที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมาจำแนกตามลักษณะการมีประจำเดือนพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนสม่ำเสมอ ส่วนใหญ่มีอาการร้อนวูบวาบตามตัว ร้อยละ 48.9 รองลงมา ได้แก่ หงุดหงิดง่าย นอนไม่หลับ ความจำเสื่อม มึนงงเวียนศีรษะ ร้อยละ 43.7, 32.7, 16.9 และ 14.7 ตามลำดับ ในกลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ ส่วนใหญ่มีอาการร้อนวูบวาบตามตัว ร้อยละ 61.1 รองลงมาได้แก่ หงุดหงิดง่าย นอนไม่หลับ ความจำเสื่อม มึนงงเวียนศีรษะ ร้อยละ 55.3, 40.4, 23.1 และ 17.8 ตามลำดับ และในกลุ่มตัวอย่างที่ประจำเดือนขาดหายมากกว่า 1 ปี ส่วนใหญ่มีอาการร้อนวูบวาบตามตัว ร้อยละ 54.2 รองลงมาได้แก่ หงุดหงิดง่าย นอนไม่หลับ ความจำเสื่อม มึนงงเวียนศีรษะ ร้อยละ 46.4, 42.5, 19.6 และ 18.0 ตามลำดับ (ตารางที่ 15)

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ทางสถิติ ระหว่างอาการของการหมดประจำเดือนที่เป็นปัญหาสุขภาพในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา กับลักษณะการมีประจำเดือนพบว่าอาการที่มีความสัมพันธ์กับลักษณะประจำเดือนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) ได้แก่ อาการร้อนวูบวาบตามตัว หงุดหงิดง่าย อาการนอนไม่หลับ เบื่อไม่สนใจทางเพศ กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ มีเหงื่อออกเวลากลางคืน และอาการที่ไม่มีความสัมพันธ์กับลักษณะประจำเดือน ได้แก่ ความจำเสื่อม มึนงงเวียนศีรษะ และผิวแห้งแห้งและคัน และเจ็บช่องคลอดเวลาร่วมเพศ (ตารางที่ 14)

ตารางที่ 14 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอาการของการหมดประจำเดือนแต่ละอาการ กับลักษณะการมีประจำเดือนของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

อาการ	ลักษณะประจำเดือน			X^2	df	P-value
	สม่ำเสมอ n=700	ไม่สม่ำเสมอ n=208	ขาดหาย > 1 ปี n=511			
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)			
ร้อนวูบวาบตามตัว	342(48.9)	127(61.1)	227(54.2)	10.42933	2	.0054**
หงุดหงิดง่าย	306(43.7)	115(55.3)	237(46.4)	8.63792	2	.0133*
นอนไม่หลับ	229(32.7)	84(40.4)	217(42.5)	12.96235	2	.0015**
ความจำเสื่อม	118(16.9)	48(23.1)	100(19.6)	4.42854	2	.1092

ตารางที่ 14 (ต่อ) แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอาการของการหมดประจำเดือนแต่ละอาการ กับ
ลักษณะการมีประจำเดือนของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

อาการ	ลักษณะประจำเดือน			X ²	df	P-value
	สม่ำเสมอ n=700 จำนวน(ร้อยละ)	ไม่สม่ำเสมอ n=208 จำนวน(ร้อยละ)	ขาดหาย > 1 ปี n=511 จำนวน(ร้อยละ)			
มีนางเวียนศรีษะ	103(14.7)	37(17.8)	92(18.0)	2.70617	2	.2584
เบื่อไม่สนใจทางเพศ	67(9.6)	4(16.3)	61(11.9)	7.49160	2	.0236*
ผิวแห้งหึงและคัน	43(6.1)	14(6.7)	40(7.8)	1.32096	2	.5166
กลิ่นปัสสาวะไม่อยู่	42(6.0)	24(11.5)	56(11.0)	11.92531	2	.0026**
มีเหงื่อออกเวลา- กลางคืน	31(4.4)	16(7.7)	39(7.6)	6.46413	2	.0395*
เจ็บแสบช่องคลอด- เวลาร่วมเพศ	17(2.4)	10(4.8)	9(1.8)	5.61425	2	.0604

* Statistical Significance at $\alpha = 0.05$

** Statistical Significance at $\alpha = 0.01$

ศูนย์วิทยุโทรพยากรณ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หมวดที่ 4 ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

ความรู้เกี่ยวกับ สรีรวิทยาและโรคที่พบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงในสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อจำแนกเนื้อหาความรู้ในเรื่องเหล่านี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้ถูกต้อง ในเรื่องอาการที่แสดงว่าเข้าสู่วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ร้อยละ 67.7 รองลงมาได้แก่ สาเหตุที่สตรีวัยนี้มีลักษณะประจำเดือนขาดหาย ความรู้เรื่องอายุเมื่อหมดประจำเดือนร้อยละ 66.7 และ 58.6 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามเขตที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล ส่วนใหญ่มีความรู้เรื่องอาการที่แสดงว่าเข้าสู่วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ร้อยละ 64.3 รองลงมาได้แก่ สาเหตุที่สตรีวัยนี้มีลักษณะประจำเดือนขาดหาย อายุเมื่อหมดประจำเดือน ร้อยละ 61.9 และ 59.6 ตามลำดับ ส่วนในกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลส่วนใหญ่มีความรู้เรื่อง อาการที่แสดงว่าเข้าสู่วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ร้อยละ 70.9 รองลงมาได้แก่ สาเหตุที่สตรีวัยนี้มีลักษณะประจำเดือนขาดหายอายุเมื่อหมดประจำเดือน การออกกำลังกายในสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ร้อยละ 71.4, 70.9, 57.5 และ 50.1 ตามลำดับ (ตารางที่ 15)

ตารางที่ 15 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาล ที่ตอบข้อความถามเกี่ยวกับเนื้อหาความรู้แต่ละข้อถูกต้อง

เนื้อหาความรู้	ในเขต	นอกเขต	รวม
	n = 701 จำนวน(ร้อยละ)	n = 718 จำนวน(ร้อยละ)	N = 1419 จำนวน(ร้อยละ)
อายุเมื่อหมดประจำเดือน	418(59.6)	413(57.5)	831(58.6)
ความสามารถมีบุตรของสตรีวัยเสื่อมฯ	255(36.4)	238(33.1)	493(34.7)
การเลิกคุมกำเนิดในสตรีวัยเสื่อมฯ	20(2.9)	55(7.7)	75(5.3)
สาเหตุที่สตรีวัยนี้ประจำเดือนขาดหาย	434(61.9)	513(71.4)	947(66.7)
อาการที่แสดงว่าเข้าสู่วัยเสื่อมฯ	451(64.3)	509(70.9)	960(67.7)

ตารางที่ 15 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล ที่ตอบข้อคำถามเกี่ยวกับเนื้อหาความรู้แต่ละข้อถูกต้อง

เนื้อหาความรู้	ในเขต	นอกเขต	รวม
	n = 701 จำนวน(ร้อยละ)	n = 718 จำนวน(ร้อยละ)	N = 1419 จำนวน(ร้อยละ)
โรคที่เกิดในสตรีวัยเสื่อมฯ	177(25.2)	196(27.3)	373(26.3)
อาหารที่ควรรับประทาน	137(19.5)	188(26.2)	325(22.9)
การออกกำลังกาย	265(37.8)	360(50.1)	625(44.1)
การมีเพศสัมพันธ์	213(30.4)	345(48.1)	558(39.3)

เมื่อนำคะแนนความรู้ที่ได้จากการสัมภาษณ์มาหาค่าร้อยละ แล้วนำไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์ประเมินของกระทรวงศึกษาธิการ โดยคะแนนร้อยละ 80-100 อยู่ในเกณฑ์ดีมาก คะแนนร้อยละ 60-79 อยู่ในเกณฑ์ดี คะแนนร้อยละ 50-59 อยู่ในเกณฑ์พอใช้ คะแนนร้อยละ 0-49 อยู่ในเกณฑ์ที่ต้องแก้ไข เมื่อศึกษาเกณฑ์ความรู้ของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์จำแนกตามหมวดความรู้เรื่อง สรีรวิทยาและโรคที่พบในสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการมีเพศสัมพันธ์ และรวมความรู้ทุกเรื่อง พบรายละเอียดดังนี้

เกณฑ์ความรู้เกี่ยวกับสรีรวิทยาและโรคที่พบในวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไข ร้อยละ 45.0 รองลงมา อยู่ในเกณฑ์พอใช้ ดี ดีมาก ร้อยละ 26.1, 20.0 และ 8.9 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัยกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล ส่วนใหญ่มีความรู้ในเกณฑ์ต้องแก้ไข ร้อยละ 46.6 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ดี ดีมาก ร้อยละ 25.5, 20.5 และ 7.3 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลมีความรู้ในเกณฑ์ต้องแก้ไขร้อยละ 43.3 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ดี ดีมาก ร้อยละ 26.6, 19.5 และ 10.6 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของเกณฑ์ความรู้ กลุ่มตัวอย่างในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน ($P > 0.05$) (ตารางที่ 17)

เกณฑ์ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารการออกกำลังกายและการมีเพศสัมพันธ์กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้ที่อยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไขร้อยละ 44.0 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ดี ดีมาก ร้อยละ 29.0, 14.6 และ 12.4 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัยกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในเขตเทศบาลมีความรู้ที่อยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไขร้อยละ 49.4 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ดี ดีมาก ดี ร้อยละ 30.5, 10.3 และ 9.8 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยนอกเขตเทศบาลมีความรู้ที่อยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไข ร้อยละ 38.9 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ดี ดีมาก ร้อยละ 27.4, 19.2 และ 14.5 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของเกณฑ์ความรู้กลุ่มตัวอย่างในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) (ตารางที่ 17)

เกณฑ์ความรู้รวมทุกเรื่อง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้ที่อยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไข ร้อยละ 72.9 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์ดี พอใช้ ดีมาก ร้อยละ 12.0, 10.0 และ 5.1 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัยกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลมีความรู้ที่อยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไข ร้อยละ 78.6 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์ดี พอใช้ ดีมาก ร้อยละ 9.1, 7.4 และ 4.9 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลมีความรู้ที่อยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไขร้อยละ 67.3 รองลงมาอยู่ในเกณฑ์ดี พอใช้ ดีมาก ร้อยละ 14.8, 12.5 และ 5.4 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของเกณฑ์ความรู้กลุ่มตัวอย่างในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) (ตารางที่ 16)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 16 แสดงความแตกต่างระหว่างหมวดความรู้ของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล จำแนกตามเกณฑ์การประเมินความรู้

เกณฑ์การประเมินความรู้	ในเขต	นอกเขต	รวม	χ^2 , df, P-value
คะแนน(ร้อยละ)	n = 701	n = 718	N = 1419	
ความรู้เกี่ยวกับสรีรวิทยาและโรคที่พบ				
เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงในวัยเสื่อมฯ				
ต้องแก้ไข (0-49)	327(46.6)	311(43.3)	638(45.0)	
พอใช้ (50-59)	179(25.5)	191(26.6)	370(26.1)	
ดี (60-79)	144(20.5)	140(19.5)	284(20.0)	5.56581(df=3)
ดีมาก (80-100)	51(7.3)	76(10.6)	127(8.9)	P-value=.1348
ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร				
การออกกำลังกาย และการมีเพศสัมพันธ์ในสตรีวัยเสื่อมฯ				
ต้องแก้ไข (0-49)	346(49.4)	279(38.9)	625(44.0)	
พอใช้ (50-59)	214(30.5)	197(27.4)	411(29.0)	
ดี (60-79)	69(9.8)	138(19.2)	207(14.6)	35.43041(df=3)
ดีมาก (80-100)	72(10.3)	104(14.5)	176(12.4)	P-value <.0001
รวมความรู้ทุกเรื่อง				
ต้องแก้ไข (0-49)	551(78.6)	483(67.3)	1034(72.9)	
พอใช้ (50-59)	52(7.4)	90(12.5)	142(10.0)	
ดี (60-79)	64(9.1)	106(14.8)	170(12.0)	25.15984(df=3)
ดีมาก (80-100)	34(4.9)	39(5.4)	73(5.1)	P-value <.0001

ทัศนคติเกี่ยวกับการหมดประจำเดือน เมื่อจำแนกเป็นทัศนคติในทางบวก และทัศนคติในทางลบ ทัศนคติทางบวก ได้แก่ ผู้หญิงส่วนใหญ่รู้สึกโล่งใจเป็นอิสระและสบายขึ้นไม่วิตกกังวล หลังวัยหมดประจำเดือน ผู้หญิงวัยนี้ดูไม่แก่เหมือนสมัยก่อนเพราะรู้จักดูแลตัวเองมากขึ้น พบว่ากลุ่มตัวอย่าง เห็นด้วย ร้อยละ 80.0 และ 71.2 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล เห็นด้วย ร้อยละ 77.7 และ 57.9 ตามลำดับ ส่วนนอกเขตเทศบาลเห็นด้วย ร้อยละ 82.2 และ 84.3 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาทัศนคติทางลบ ของการหมดประจำเดือน ได้แก่ ผู้หญิงวัยหมดประจำเดือนส่วนมากจะมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ เช่น หงุดหงิด เศร้าวิตเศร้าร้าย ฝัน และการหมดประจำเดือนจะทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้ง่ายขึ้น กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วย ร้อยละ 79.9 และ 62.9 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล เห็นด้วย ร้อยละ 77.7 และ 57.8 ตามลำดับ ส่วนนอกเขตเทศบาล เห็นด้วย ร้อยละ 84.4 และ 68.0 ตามลำดับ (ตารางที่ 18)

ทัศนคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเช้า การออกกำลังกาย และการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อจำแนกเป็นทัศนคติทางบวกและทางลบ ทัศนคติทางบวกได้แก่ การรับประทานอาหารเช้า นม ผักใบเขียว และปลาเล็กปลาน้อยเพิ่มขึ้น จะทำให้ผู้หญิงวัยนี้มีสุขภาพดี และการออกกำลังกายสม่ำเสมอจะช่วยให้ผู้หญิงวัยนี้ไม่ดูแก่เร็วและสุขภาพดีขึ้นพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยร้อยละ 86.6 และ 85.1 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล เห็นด้วย ร้อยละ 81.7 และ 80.0 ตามลำดับ ส่วนนอกเขตเทศบาลเห็นด้วย ร้อยละ 90.8 และ 90.0 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาทัศนคติทางลบได้แก่ เมื่อผู้หญิงเข้าสู่วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ สามีมักมีเพศสัมพันธ์กับหญิงอื่น และผู้หญิงวัยหมดประจำเดือนไม่ควรมีเพศสัมพันธ์พบว่ากลุ่มตัวอย่างเห็นด้วย ร้อยละ 39.7 และ 44.5 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัยกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเห็นด้วย ร้อยละ 36.4 และ 44.7 ส่วนนอกเขตเทศบาล เห็นด้วยร้อยละ 42.9 และ 44.4 ตามลำดับ (ตารางที่ 17)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 17 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลและคอบเห็นด้วย จำแนกตามทัศนคติ

ทัศนคติ	ในเขต	นอกเขต	รวม
	n = 701 จำนวน(ร้อยละ)	n = 718 จำนวน(ร้อยละ)	N = 1419 จำนวน(ร้อยละ)
1. ผู้หญิงส่วนใหญ่รู้สึกโล่งใจเป็นอิสระและสบายขึ้น ไม่วิตกกังวลหลังวัยหมดประจำเดือน	545(77.7)	590(82.2)	1135(80.0)
2. ผู้หญิงวัยหมดประจำเดือนส่วนมากจะมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ เช่น หงุดหงิด เศร้าวิตเศร้าร้าย ชับ	527(75.2)	606(84.4)	1133(79.9)
3. ผู้หญิงวัยนี้ดูไม่แก่เหมือนสมัยก่อน เพราะรู้จักดูแลตัวเองมากขึ้น	406(57.9)	605(84.3)	1011(71.2)
4. เมื่อผู้หญิงเข้าสู่วัยหมดประจำเดือน สามีมักมีเพศสัมพันธ์กับหญิงอื่น	255(36.4)	308(42.9)	563(39.7)
5. การรับประทานอาหารประเภทนม ผักใบเขียว และปลาเล็กปลาน้อยเพิ่มขึ้น จะทำให้ผู้หญิงวัยนี้สุขภาพดี	573(81.7)	652(90.8)	1225(86.3)
6. การหมดประจำเดือนทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้ง่ายขึ้น	405(57.8)	488(68.0)	893(62.9)
7. การออกกำลังกายสม่ำเสมอ จะช่วยให้ผู้หญิงวัยนี้ไม่ดูแก่เร็วและสุขภาพดีขึ้น	561(80.0)	646(90.0)	1207(85.1)
8. ผู้หญิงวัยหมดประจำเดือนไม่ควรมีเพศสัมพันธ์	313(44.7)	319(44.4)	632(44.5)

เมื่อนำทัศนคติมาจำแนกคะแนนตาม Likert's scale รายละเอียดดังนี้

คำถามเชิงบวก		คำถามเชิงลบ	
เห็นด้วย	ให้คะแนน = 3	เห็นด้วย	ให้คะแนน = 1
ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน = 2	ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน = 2
ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน = 1	ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน = 3

นำคะแนนทัศนคติแบ่งเป็นระดับ โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ยจำแนกเป็น ทัศนคติระดับต่ำ คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.49 ทัศนคติระดับปานกลางคะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49 และทัศนคติระดับสูง คะแนนเฉลี่ย 2.5-3

ระดับทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างในเรื่องการหมดประจำเดือน พบว่า ส่วนใหญ่มีทัศนคติระดับปานกลาง ร้อยละ 86.7 รองลงมาได้แก่ ทัศนคติระดับสูงและระดับต่ำ ร้อยละ 11.7 และ 1.6 ตามลำดับ เมื่อจำแนกระดับทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างตามที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในเขตเทศบาล ส่วนใหญ่มีทัศนคติระดับปานกลาง ร้อยละ 86.3 รองลงมาได้แก่ ทัศนคติระดับสูงและระดับต่ำ ร้อยละ 10.7 และ 3.0 ตามลำดับ ส่วนนอกเขตเทศบาลมีทัศนคติระดับปานกลาง ร้อยละ 86.9 รองลงมาได้แก่ ทัศนคติระดับสูงและระดับต่ำ ร้อยละ 12.8 และ .3 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างระดับทัศนคติของกลุ่มตัวอย่าง ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลพบว่าระดับทัศนคติมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) (ตารางที่ 19)

ระดับทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างในเรื่องการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการมีเพศสัมพันธ์ ส่วนใหญ่มีทัศนคติระดับปานกลาง ร้อยละ 55.3 รองลงมาได้แก่ ทัศนคติระดับสูง ร้อยละ 44.6 เมื่อจำแนกระดับทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างตามที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในเขตเทศบาล ส่วนใหญ่มีทัศนคติระดับปานกลาง ร้อยละ 59.2 รองลงมาได้แก่ทัศนคติระดับสูง ร้อยละ 40.8 ส่วนนอกเขตเทศบาลมีทัศนคติระดับปานกลาง ร้อยละ 51.5 รองลงมาได้แก่ทัศนคติระดับสูง ร้อยละ 48.4 และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล พบว่า ระดับทัศนคติมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) (ตารางที่ 18)

ตารางที่ 18 แสดงความแตกต่างระหว่างทัศนคติของสตรีวัยเลื่อมของระบบสืบพันธุ์ ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาล จำแนกตามระดับทัศนคติ

	ในเขต	นอกเขต	รวม	χ^2
ระดับทัศนคติ	n = 701	n = 718	N = 1419	df
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	P-value
ทัศนคติเกี่ยวกับการหมอลประจำเดือน				
ระดับต่ำ(1.0-1.49)	21(3.0)	2(0.3)	23(1.6)	
ระดับปานกลาง(1.50-2.49)	605(86.3)	624(86.9)	1229(86.7)	
ระดับสูง(2.50-3.00)	75(10.7)	92(12.8)	167(11.7)	
				17.51878(df=2)
				P-value=.0002
ทัศนคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร				
การออกกำลังกาย และการมีเพศสัมพันธ์				
ระดับปานกลาง(1.50-2.49)	415(59.2)	371(51.6)	786(55.3)	
ระดับสูง(2.50-3.00)	286(40.8)	347(48.4)	633(44.6)	
				8.36391(df=1)
				P-value=.0049

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและการออกกำลังกาย

เมื่อจำแนกการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร พบว่า การปฏิบัติตนเรื่องการค้มนมมีการปฏิบัติถูกต้อง เพียงร้อยละ 10.0 ส่วนการสูบบุหรี่ การค้มสุรา การค้มกาแฟ มีการปฏิบัติตนถูกต้องร้อยละ 93.2, 87.5 และ 77.6 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามเขตที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลปฏิบัติตนถูกต้องในเรื่องการค้มนม เพียงร้อยละ 9.1 ส่วน

การปฏิบัติตนถูกต้องในเรื่องการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การดื่มกาแฟ ร้อยละ 90.3, 89.2 และ 72.0 ตามลำดับ ส่วนนอกเขตเทศบาล พบว่าการปฏิบัติตนถูกต้องในเรื่องการดื่มนม เพียง ร้อยละ 10.9 ส่วนการปฏิบัติตนถูกต้องในเรื่อง การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การดื่มกาแฟ ร้อยละ 96.1, 85.9 และ 83.0 ตามลำดับ

การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการออกกำลังกาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการปฏิบัติตนในเรื่องการออกกำลังกายถูกต้อง ร้อยละ 42.2 เมื่อจำแนกตามเขตที่อยู่อาศัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล มีการปฏิบัติตนเรื่องการออกกำลังกายถูกต้อง ร้อยละ 32.5 ส่วนนอกเขตเทศบาลปฏิบัติตนถูกต้อง ร้อยละ 51.7 (ตารางที่ 19)

ตารางที่ 19 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาล ที่มีการปฏิบัติตนถูกต้อง จำแนกตามเรื่องการปฏิบัติตน

การปฏิบัติตน	ในเขต	นอกเขต	รวม
	n = 701 จำนวน(ร้อยละ)	n = 718 จำนวน(ร้อยละ)	N = 1419 จำนวน(ร้อยละ)
ดื่มนม > 1 แก้ว/วัน	64(9.1)	78(10.9)	142(10.0)
สูบบุหรี่ ≤ 10 มวน/วัน	633(90.3)	690(96.1)	1323(93.2)
ดื่มกาแฟ ≤ 1 แก้ว/วัน	505(72.0)	596(83.0)	1101(77.6)
การดื่มสุราเฉพาะโอกาสพิเศษหรือไม่ดื่ม	625(89.2)	617(85.9)	1242(87.5)
การออกกำลังกาย*	228(32.5)	371(51.7)	599(42.2)

* โดสการเดิน วิ่ง เดินตามจังหวะอย่างน้อยวันละ 20 นาที สัปดาห์ละ 3 ครั้ง หรือทำงาน โดสใช้แรงงานต่อเนื่อง อย่างน้อยวันละ 20 นาที สัปดาห์ละ 3 ครั้ง

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล จำแนกตามเกณฑ์ทางปฏิบัติตน โดยแบ่งเกณฑ์การปฏิบัติตนเป็น 3 ระดับ ปฏิบัติตนถูกต้องมากกว่า ร้อยละ 50 อยู่ในเกณฑ์ดี ปฏิบัติตนถูกต้อง ร้อยละ 30-49 อยู่ในเกณฑ์พอใช้และปฏิบัติตนถูกต้องร้อยละ 0-29 อยู่ในเกณฑ์ที่ต้องแก้ไข

การปฏิบัติตนในเรื่องการรับประทานอาหารและการออกกำลังกายเมื่อจำแนกตามเกณฑ์การปฏิบัติตนพบว่า ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติตนอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ร้อยละ 75.9 รองลงมาได้แก่ การปฏิบัติตนอยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไข การปฏิบัติตนอยู่ในเกณฑ์ดี ร้อยละ 19.6 และ 4.5 ตามลำดับเมื่อจำแนกตามที่อยู่อาศัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่อยู่อาศัยในเขตเทศบาลส่วนใหญ่มีเกณฑ์การปฏิบัติตนพอใช้ ร้อยละ 76.9 รองลงมาได้แก่ การปฏิบัติตนอยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไขและเกณฑ์ดีร้อยละ 17.7 และ 5.4 ตามลำดับ ส่วนในกลุ่มนอกเขตเทศบาล พบว่า ส่วนใหญ่มีเกณฑ์การปฏิบัติตนพอใช้ ร้อยละ 74.9 รองลงมา ได้แก่การปฏิบัติตนอยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไขและดีร้อยละ 21.4 และ 3.6 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการปฏิบัติตน เกี่ยวกับการกินอาหารและการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน(ตารางที่ 20)

ตารางที่ 20 แสดงความแตกต่างระหว่างเกณฑ์การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและการออกกำลังกายของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล

	ในเขต	นอกเขต	รวม
เกณฑ์การปฏิบัติ/คะแนน (ร้อยละ)	N = 701	N = 718	N = 1419
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
ต้องแก้ไข (0-29)	124(17.7)	154(21.4)	278(19.6)
พอใช้ (30-49)	539(76.9)	538(74.9)	1077(75.9)
ดี (> 50)	38(5.4)	26(3.6)	64(4.5)

$$X^2 = 5.28543 \quad df=2 \quad P\text{-value} = .0712$$

เมื่อพิจารณาการปฏิบัติตนในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ในปัจจุบันของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อยู่กินกับสามี พบว่า ส่วนใหญ่ยังคงมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 69.2 ไม่มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 30.8 ในกลุ่มที่ยังมีเพศสัมพันธ์ พบว่า ส่วนใหญ่มีเพศสัมพันธ์น้อยกว่า 1 ครั้งต่อเดือน ร้อยละ 55.8 และมีเพศสัมพันธ์มากกว่าหรือเท่ากับ 1 ครั้งต่อเดือน ร้อยละ 44.2 (ตารางที่ 21)

ตารางที่ 21 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อยู่กับสามี จำแนกตามการมีเพศสัมพันธ์

การมีเพศสัมพันธ์	จำนวน	ร้อยละ
ยังมีเพศสัมพันธ์	718	69.2
< 1 ครั้ง/เดือน	401	55.8
> 1 ครั้ง/เดือน	317	44.2
ไม่มีเพศสัมพันธ์	319	30.8
รวม	1037	100.0

เมื่อวิเคราะห์ถึงสาเหตุของการไม่มีเพศสัมพันธ์ ของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อยู่กับสามี พบว่า เหตุผลส่วนใหญ่อยู่ทางด้านภรรยา เป็นต้นว่า ภรรยาไม่มีความต้องการทางเพศ ร้อยละ 57.7 เหตุผลอื่นทางด้านภรรยา ได้แก่ ภรรยาไม่มีความสุขจากการร่วมเพศ คิดว่าใกล้หมดประจำเดือนแล้วไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ ปัญหาสุขภาพ และเจ็บขณะร่วมเพศ เหตุผลทางสามี คือ ปัญหาสุขภาพ และไม่มีความต้องการทางเพศ (ตารางที่ 22)

ตารางที่ 22 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่อยู่กับสามี และไม่มีเพศสัมพันธ์จำแนกตามสาเหตุ

เหตุผลของการไม่มีเพศสัมพันธ์	จำนวน	ร้อยละ
ปัญหาด้านสามี		
มีปัญหาสุขภาพ	37	11.6
ไม่มีความต้องการทางเพศ	9	2.8

ตารางที่ 22(ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเด็อมของระบบสืบพันธุ์ที่อยู่กินกับสามี และ
ไม่มีเพศสัมพันธ์จำแนกตามสาเหตุ

เหตุผลของการไม่มีเพศสัมพันธ์	จำนวน	ร้อยละ
ปัญหาด้านภรรยา		
มีปัญหาสุขภาพ	18	5.6
รู้สึกเจ็บขณะร่วมเพศ	4	1.3
ไม่มีความต้องการทางเพศ	184	57.7
คิดว่าใกล้หมดประจำเดือนไม่ควรมี เพศสัมพันธ์	28	8.8
ไม่มีความสุขจากการร่วมเพศ	39	12.2
รวม	319	100.0

เมื่อเปรียบเทียบความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ ของสตรีวัยเด็อมของระบบสืบพันธุ์ที่อยู่กิน
กับสามีและยังคงมีเพศสัมพันธ์กับลักษณะการมีประจำเดือน ของสตรีดังกล่าว พบว่า มีความสัมพันธ์
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) (ตารางที่ 23)

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 23 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ และลักษณะการมีประจำเดือนของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ที่อยู่กับสามีและยังคงมีเพศสัมพันธ์

ความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์/เดือน	ลักษณะประจำเดือน		รวม จำนวน (ร้อยละ)
	สม่ำเสมอ	ไม่สม่ำเสมอและ ขาดหายเกิน 1 ปี จำนวน(ร้อยละ) จำนวน(ร้อยละ)	
< 1 ครั้ง	197 (45.6)	204 (71.3)	401 (55.8)
> 1 ครั้ง	235 (54.4)	82 (28.7)	317 (44.2)
รวม	432 (100.0)	286 (100.0)	718 (100.0)
$\chi^2 = 45.15199$ $df=1$ $P\text{-value}<.0001$			

เมื่อเปรียบเทียบความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ ในปัจจุบันกับเมื่อก่อนเข้าสู่วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ พบว่า ส่วนใหญ่มีความถี่ของการร่วมเพศลดลงจากเดิม ร้อยละ 80.2 ทั้งนี้พบว่าสาเหตุเนื่องจากภรรยาเบื่อการร่วมเพศ ร้อยละ 74.5 รองลงมาได้แก่ ภรรยาหรือสามีมีปัญหาสุขภาพ ภรรยาไม่มีความสุขจากการร่วมเพศ และภรรยามีความเจ็บปวดเวลาร่วมเพศ พบได้ ร้อยละ 11.5, 8.1 และ 5.9 ตามลำดับ (ตารางที่ 24)

ตารางที่ 24 แสดงจำนวนและร้อยละของสัตว์วัยเต็มของระบบสืบพันธุ์ที่อยู่กินกับสามี จำแนกตามความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนเข้าสู่วัยเต็มของระบบสืบพันธุ์

ความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์	จำนวน	ร้อยละ
เหมือนเดิม	205	19.8
ลดลง	832	80.2
สาเหตุ		
เจ็บเวลาร่วมเพศ	49	5.9
ภรรยาเบื่อการร่วมเพศ	620	74.5
ภรรยา/สามีมีปัญหาสุขภาพ	96	11.5
ภรรยาไม่มีความสุขจากการร่วมเพศ	67	8.1
รวม	1037	100.0

จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนเข้าสู่วัยเต็มของระบบสืบพันธุ์กับลักษณะการมีประจำเดือน พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนสม่ำเสมอมีความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์เหมือนเดิมมากที่สุด ร้อยละ 29.7 รองลงมา ได้แก่ ในกลุ่มที่มีประจำเดือนสม่ำเสมอ และขาดหายไปนานเกิน 1 ปี ร้อยละ 19.0 และ 4.4 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มที่มีความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ลดลง พบมากที่สุดในกลุ่มตัวอย่างที่ประจำเดือนขาดหายนานเกิน 1 ปี ร้อยละ 95.6 รองลงมา ได้แก่ กลุ่มที่ประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ และกลุ่มที่ประจำเดือนสม่ำเสมอ ร้อยละ 81.0 และ 70.3 ตามลำดับ เมื่อทดสอบทางสถิติพบว่าความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนเข้าสู่วัยเต็มของระบบสืบพันธุ์ มีความสัมพันธ์กับลักษณะประจำเดือนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) (ตารางที่ 25)

ตารางที่ 25 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนเข้าสู่วัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ กับลักษณะการมีประจำเดือน

ความถี่ของ การมีเพศสัมพันธ์	ลักษณะการมีประจำเดือน			รวม
	สม่ำเสมอ n = 539 จำนวน(ร้อยละ)	ไม่สม่ำเสมอ n = 158 จำนวน(ร้อยละ)	ขาดหาย > 1 ปี n = 340 จำนวน(ร้อยละ)	
เหมือนเดิม	160(29.7)	30(19.0)	15(4.4)	205(19.8)
ลดลง	379(70.3)	128(81.0)	325(95.6)	832(80.2)
	$\chi^2 = 84.72445$ $df=2$ $P<.0001$			

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หมวดที่ 5 ความต้องการคลินิกให้คำปรึกษาและรักษาสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

สตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์เมื่อมีปัญหาสุขภาพเกี่ยวกับอาการของการหมดประจำเดือน ส่วนใหญ่ปล่อยให้หายเอง ร้อยละ 44.5 รองลงมาได้แก่รับคำแนะนำและการรักษาจากเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข/แพทย์/พยาบาล รับการรักษาจากแพทย์แผนโบราณ ซึ่งมารับประทานเอง ร้อยละ 41.3 ซึ่งมารับประทานเอง รับการรักษาจากแพทย์แผนโบราณ ร้อยละ 13.5 และ 0.7 ตามลำดับ (ตารางที่ 26)

ตารางที่ 26 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ที่มีปัญหาสุขภาพเกี่ยวกับอาการของการหมดประจำเดือน จำแนกตามวิธีการรักษาสุขภาพ

วิธีการรักษาสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
ปล่อยให้หายเอง	455	44.5
รับคำแนะนำและการรักษาจากจหนท. สาธารณสุข/ แพทย์/พยาบาล	422	41.3
รับการรักษาจากแพทย์แผนโบราณ	7	.7
ซึ่งมารับประทานเอง	138	13.5
รวม	1023	100.0

เมื่อพิจารณาถึงความต้องการทางคลินิกให้คำปรึกษา และรักษาสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ส่วนใหญ่มีความต้องการคลินิกฯ ร้อยละ 80.7 โดยบริการที่ต้องการให้มี ในคลินิก ได้แก่ การตรวจมะเร็งปากมดลูก การตรวจมะเร็งเต้านม การตรวจการทำงานของหัวใจ การตรวจความแข็งแรงของกระดูก ร้อยละ 75.3, 62.4, 52.4 และ 40.0 ตามลำดับ (ตารางที่ 27)

ตารางที่ 27 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ จำแนกตามความต้องการคลินิกให้คำปรึกษาและรักษาสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

ความต้องการคลินิก	จำนวน N = 1419	ร้อยละ
ไม่ต้องการ	275	19.4
ต้องการ บริการที่ควรมี	1144	80.6
การตรวจมะเร็งปากมดลูก	1069	93.4
การตรวจมะเร็งเต้านม	885	77.4
การตรวจการทำงานของหัวใจ	744	65.0
การตรวจความแข็งแรงของกระดูก	568	49.7

จากการวิเคราะห์ความต้องการคลินิกให้คำปรึกษา และรักษาสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล พบว่า มีความต้องการคลินิกดังกล่าวถึงร้อยละ 86.6 และ 74.5 ตามลำดับ (ตารางที่ 28)

ตารางที่ 28 แสดงจำนวนและร้อยละของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์ ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล จำแนกตามความต้องการคลินิกให้คำปรึกษาและรักษาสุขภาพของสตรีวัยเสื่อมของระบบสืบพันธุ์

ความต้องการ	ในเขต	นอกเขต
	n = 701 จำนวน(ร้อยละ)	n = 718 จำนวน(ร้อยละ)
ต้องการ	522(74.5)	622(86.6)
ไม่ต้องการ	179(25.5)	96(13.4)