



บทที่ 5

## สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยเรื่อง "การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้นเองนำไปสอบถามอาสาสมัครนักเรียนชาย 148 คน อาสาสมัครนักเรียนหญิง 217 คน และผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาจำนวน 365 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

ผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบค่า "ที" ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรม SPSS<sup>X</sup> (Statistical Package for the Social Sciences Version x) ของสถาบันคอมพิวเตอร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และนำผลการวิเคราะห์ที่ได้มาเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

### สรุปผลการวิจัย

#### 1. ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา จำนวน 365 คน แบ่งเป็นอาสาสมัครนักเรียนชาย 148 คน อาสาสมัครนักเรียนหญิง 217 คน เป็นนักเรียนซึ่งกำลังเรียนอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 อาสาสมัครสาธารณสุขส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ บิดาและมารดาของอาสาสมัครสาธารณสุขส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง สำหรับรายได้เฉลี่ยของครอบครัวส่วนมากมีรายได้ประมาณ 3,000 - 4,000 บาทต่อเดือน ส่วนระดับการศึกษาของบิดาและมารดาของอาสาสมัครสาธารณสุขส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา

## 2. การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา

2.1 อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองโดยเฉลี่ยอยู่ที่ระดับดี สำหรับเรื่องที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก ได้แก่ เรื่อง การป้องกันอุบัติเหตุ และการใช้ยา ระดับดี ได้แก่ เรื่อง สุขภาพจิต อนามัยสิ่งแวดล้อม และสุขาภิบาลอาหาร โรคติดต่อ อนามัยส่วนบุคคล โภชนาการ บริการสาธารณสุขในชุมชน และการปฐมพยาบาล ระดับพอใช้ ได้แก่ เรื่อง การปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สำหรับรายชื่อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาที่มีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดีมี 33 ชื่อ จาก 105 ชื่อ ดังนี้

### อนามัยส่วนบุคคล

1. ฉันสวมรองเท้าเมื่อออกจากบ้าน
2. ฉันทำความสะอาดอวัยวะเพศทุกครั้งที่อาบน้ำหรือเข้าห้องน้ำ
3. ฉันนอนในที่อากาศถ่ายเทสะดวก
4. ฉันไม่อาบน้ำทันทีภายหลังจากเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายเสร็จโดยไม่พักผ่อน
5. ฉันไม่ดื่มน้ำชาหรือกาแฟ
6. ฉันเปลี่ยนเสื้อผ้าทันทีเมื่อเปียกชื้น

### โภชนาการ

7. ฉันไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เบียร์ ไวน์ เหล้า

### อนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาลอาหาร

8. ฉันไม่รับประทานอาหารที่ตกลงพื้น
9. ฉันล้างผักและผลไม้ให้สะอาดก่อนนำมารับประทาน
10. ฉันไม่รับประทานอาหารที่มีแมลงวันตอม
11. ฉันทิ้งขยะมูลฝอยในถังขยะหรือที่รองรับขยะ
12. ฉันไม่รับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ
13. ฉันเลือกซื้ออาหารจากร้านที่ทำสะอาดและมีภาชนะปิดมิดชิด
14. ฉันปิดกวาดเช็ดก้นบ้านเรือนให้สะอาด

การใช้ยา

15. ฉันอ่านฉลากยาก่อนหยิบมาใช้
16. ฉันไม่หยิบยามาใช้โดยการจ่าสีของยา
17. เมื่อฉันลืมรับประทานยามื้อใดมื้อหนึ่ง ฉันจะไม่รับประทานเป็น 2 เท่าในมื้อถัดไป
18. ฉันไม่ซื้อยามาหยอดเองเมื่อมีอาการตาอักเสบ
19. ฉันไม่ซื้อยามารับประทานเองตามโฆษณาในวิทยุ โทรทัศน์
20. ฉันรับประทานยาครบตามที่แพทย์สั่ง
21. ฉันไม่เก็บยาที่ใช้ภายในและภายนอกไว้รวมกัน

โรคติดต่อ

22. ฉันไม่ใช้ของร่วมกับคนอื่น
23. ฉันนอนในถุงหรือห้องที่มีมุ้งลวด

สุขภาพจิต

24. เมื่อฉันถูกพ่อแม่ดุ ฉันไม่หนีออกจากบ้าน
25. ฉันแสดงความยินดี เมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จ
26. ฉันทำจิตใจให้ร่าเริง เบิกบานและยิ้มแย้มอยู่เสมอ

การป้องกันอุบัติเหตุ

27. ฉันไม่ยืนที่บันไดรถโดยสารประจำทาง
28. ฉันปิดเตาไฟหรือเตาแก๊ซหลังจากใช้เสร็จแล้ว
29. เมื่อใช้ของมีคมเสร็จแล้วฉันเก็บไว้ที่เดิม
30. ฉันข้ามถนนตรงทางม้าลายหรือสะพานลอย
31. ฉันไม่เล่นบนถนน
32. ฉันปิดไฟฟ้าและถอดปลั๊กไฟฟ้าทุกครั้งก่อนออกจากบ้าน
33. ฉันไม่จับเครื่องใช้ไฟฟ้าขณะมือเปียก

3. การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ โดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ



ทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่เรื่อง การเข้ายา การป้องกันอุบัติเหตุ อนามัยสิ่งแวดล้อม และสุขภาพ อนามัยส่วนบุคคล บริการสาธารณสุขในชุมชน และการปฏิบัติกิจกรรม ส่งเสริมสุขภาพ ส่วนเรื่อง สุขภาพจิต โรคติดต่อ โภชนาการ และการปฐมพยาบาล อาสาสมัครสาธารณสุขดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน

3.1 รายชื่อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชายจำนวน 38 ชื่อ ได้แก่

#### อนามัยส่วนบุคคล

1. ฉันสวมรองเท้าเมื่อออกจากบ้าน
2. ฉันทำความสะอาดอวัยวะเพศทุกครั้งที่อาบน้ำหรือเข้าห้องน้ำ
3. ฉันนอนในที่อากาศถ่ายเทสะดวก
4. ฉันไม่อาบน้ำทันทีภายหลังเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายเสร็จโดยไม่พักผ่อน
5. ฉันไม่ดื่มน้ำชาหรือกาแฟ
6. ฉันบอกผู้ปกครองเมื่อฉันไม่สบาย
7. ฉันสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง
8. ฉันดูแลรักษาห้องนอนให้สะอาด
9. ฉันตัดเล็บมือเล็บเท้าให้สั้นและรักษาความสะอาด
10. ฉันส่องกระจกเพื่อสำรวจความผิดปกติของเหงือกหรือฟัน

#### โภชนาการ

11. ฉันรับประทานอาหารเป็นเวลาทุกมื้อ

#### อนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขภาพอาหาร

12. ฉันไม่รับประทานอาหารที่มีแมลงวันตอม
13. ฉันล้างผักและผลไม้ให้สะอาดก่อนนำมารับประทาน
14. ฉันทิ้งขยะมูลฝอยในถังขยะหรือที่รองรับขยะ
15. ฉันปิดกวาดเช็ดกัญบ้านเรือนให้สะอาด

16. ฉันเลือกซื้ออาหารจากร้านที่ทำสะอาดและมีภาชนะปิดมิดชิด
17. ฉันดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำดื่มสุก น้ำกรอง
18. ฉันแยกล้างภาชนะที่ใส่อาหารไม่ให้ปะปนกัน
19. ฉันไม่เลือกซื้อสินค้าที่มีของแถม

#### การใช้ยา

20. ฉันไม่หยิบยามาใช้โดยการจาสีของยา
21. ฉันอ่านฉลากยาก่อนหยิบมาใช้
22. ฉันไม่ซื้อยา โดยหน้าตัวอย่างยาเก่าไปซื้อ
23. ฉันรับประทานยาครบตามที่แพทย์สั่ง

#### โรคติดต่อ

24. ฉันใช้ผ้าปิดปากและจมูกขณะไอหรือจาม

#### สุขภาพจิต

25. เมื่อฉันไม่สบายใจฉันปรึกษาผู้ปกครอง ครู หรือเพื่อนสนิท

#### การบริการสาธารณสุขในชุมชน

26. ฉันไปรับการฉีดวัคซีนที่ศูนย์บริการสาธารณสุข

#### การป้องกันอุบัติเหตุ

27. ฉันปิดเตาไฟหรือเตาแก๊ซหลังจากใช้เสร็จแล้ว
28. เมื่อใช้ของมีคมเสร็จแล้วฉันเก็บไว้ที่เดิม
29. ฉันไม่ยืนที่บันไดรถโดยสารประจำทาง
30. ฉันข้ามถนนตรงทางม้าลายหรือสะพานลอย
31. ฉันไม่เล่นบนถนน
32. ฉันปิดไฟฟ้าและถอดปลั๊กไฟฟ้าทุกครั้งก่อนออกจากบ้าน
33. ฉันไม่จับเครื่องใช้ไฟฟ้าขณะมือเปียก
34. ฉันวางสิ่งของไว้เป็นระเบียบบนโต๊ะ
35. ฉันไม่ปีนป่ายต้นไม้และที่สูง

#### การปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

36. ฉันซึ้งน้ำหนักและวัดส่วนสูง เพื่อสังเกตความเจริญเติบโตของร่างกาย

### การปฐมพยาบาล

37. ฉันนำความรู้เรื่องการปฐมพยาบาลมาใช้กับตนเอง
38. ฉันไม่เกาหรือถูแรง ๆ บริเวณที่ถูกแมลงสัตว์กัดต่อย

3.2 รายชื่อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนอาสาสมัครชายมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่านักเรียนหญิง จำนวน 3 ข้อ ได้แก่

#### อนามัยส่วนบุคคล

1. ฉันอาบน้ำอย่างน้อยวันละครั้ง
2. ฉันบอกผู้ปกครองเมื่อฉันไม่สบาย

#### สุขภาพจิต

3. เมื่อรู้สึกผิดหวังหรือไม่สบายใจฉันชอบแยกตัวอยู่คนเดียว

### การอภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง "การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร" ผู้วิจัยนำผลการวิเคราะห์มาอภิปรายเฉพาะประเด็นที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

1. การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร อยู่ที่ระดับดี ( $\bar{X} = 3.18$ , S.D = 0.26) ทั้งนี้อาจจะเนื่องมาจากว่า

อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาได้รับการฝึกปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพอยู่เป็นประจำจนกลายเป็นนิสัย ทั้งจากการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว จากสังคมในชุมชน และจากการจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียน ดังที่ สุชาติ โสภประยูร (2526) ได้กล่าวว่า "บ้าน โรงเรียน และชุมชนต่างก็เป็นสถาบันที่ทรงอิทธิพลเป็นอย่างยิ่ง ต่อพฤติกรรมสุขภาพ โดยเด็กนักเรียนจะได้รับการฝึกฝนทักษะการปฏิบัติและนิสัยต่าง ๆ



พร้อมทั้งทัศนคติและความรู้ทั้งที่ดีและไม่ดีมาจากทางครอบครัวและสังคมในชุมชน และเด็กจะได้รับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสมจากครูในโรงเรียน" ดังจากการศึกษาของ กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ (2529) ที่พบว่า "การอบรม แนะนำ สั่งสอนของครู จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด ทั้งนี้เนื่องมาจากว่านักเรียนชั้นประถมศึกษา เป็นวัยที่อยู่ใกล้ชิดครูและเชื่อฟังครูมากที่สุด ดังนั้นเด็กนักเรียนจึงยอมรับและปฏิบัติตามคำแนะนำสั่งสอนของครูมากกว่าปัจจัยอื่น ๆ" นอกจากนี้แล้วอิทธิพลของบุคคลและสิ่งแวดล้อมนอกบ้านก็จะเริ่มมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนเพิ่มมากขึ้น และบทบาทของครอบครัวก็จะลดลงตามลำดับ

นอกจากครูแล้ว การจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียนก็นับเป็นปัจจัยหนึ่งที่มุ่งให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง ดังจุดประสงค์ในหลักสูตรชั้นประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่ระบุว่า "ให้นักเรียนมีความเข้าใจพื้นฐานและปฏิบัติตนให้ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยทั้งทางกายและทางจิตส่วนบุคคลและชุมชน" และโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขก็ได้ตระหนักถึงการดูแลสุขภาพตนเองอีกด้วย ดังจุดประสงค์ที่ระบุว่า "ให้อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนทุกคนมีความรู้ เจตคติ และทักษะในด้านอนามัยที่ดี เป็นประโยชน์ต่อครอบครัวและเป็นตัวอย่างในชุมชนสามารถเผยแพร่ความรู้ให้แก่นักเรียนอื่นทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน อีกทั้งให้นักเรียนมีส่วนร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เน้นหนักในกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัย" ซึ่งการจัดโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขก็จะเป็นการสนับสนุนงานโครงการสุขภาพในโรงเรียนเพื่อมุ่งให้นักเรียนมีการดูแลสุขภาพที่ดีได้

นักเรียนอาสาสมัครสาธารณสุข นอกจากจะได้รับการฝึกปฏิบัติทางสุขภาพให้เหมาะสมทั้งจากบ้าน โรงเรียน และชุมชน รวมทั้งจากการจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียน และการจัดโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาแล้ว อาสาสมัครสาธารณสุขทุกคนต้องมีความตระหนักดีว่าจะต้องนำเอาทักษะ การปฏิบัติที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นแบบอย่างที่ดีและจะต้องนำเอาสุขภาพนิสัยที่ดี เหล่านี้ไปเผยแพร่และถ่ายทอดให้กับนักเรียนอื่นทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา มีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดี

นอกจากการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขโดยส่วนรวมอยู่ในระดับดีแล้ว อาสาสมัครสาธารณสุขยังมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับดีมากในเรื่องการใช้ยา และการป้องกันอุบัติเหตุ ระดับพอใช้ในเรื่องการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สำหรับรายชื่อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับพอใช้ได้แก่ชื่อ จันทิมา แพทย์เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับสายตา การดื่มน้ำอัดลม การเลือกซื้ออาหารที่ไม่ใส่ซอสพลาสติก การบอกผู้ขายไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหารที่สั่งซื้อ การใช้บริการฉีดวัคซีนที่ศูนย์บริการสาธารณสุข การบันทึกสุขภาพของตนเอง การทรมัผ้าและใส่เสื้อผ้าหนา ๆ เมื่อมีไข้สูง เมื่อมีอาการข้อเคล็ดคั่นยกส่วนนั้นให้สูงขึ้นแล้วใช้น้ำแข็งประคบ ฉันทิมาใช้ยาสีฟันทาบริเวณที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก และเมื่ออุจจาระร่วงจึงงดอาหารชั่วคราว แล้วดื่มน้ำต้มสุกผสมผงน้ำตาลเกลือแร่ หรือดื่มน้ำต้มใบฝรั่ง

1.1 เรื่องการใช้ยาและการป้องกันอุบัติเหตุ โดยอาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากว่า ทั้งบ้าน โรงเรียน และชุมชนต่างให้ความสนใจ ควบคุมสุขนิสัยของเด็กในความปกครองของตนเองด้วยความเอาใจใส่เตรียมมาตรการต่าง ๆ เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นเช่น การเก็บยาไว้ในที่สูงที่เด็กหยิบไม่ถึง การติดปลั๊กไฟไว้ในที่สูง ๆ เป็นต้น ทั้งนี้เนื่องจากว่าการใช้ยาและอุบัติเหตุเป็นเรื่องที่เป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้โดยง่าย นอกจากนี้แล้วสื่อมวลชนต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ หนังสือการ์ตูนต่าง ๆ ฯลฯ ยังได้ร่วมกันรณรงค์เผยแพร่ ความรู้ความเข้าใจในเรื่องการใช้ยาและการป้องกันอุบัติเหตุกันอย่างต่อเนื่อง ตลอดจนชี้ให้เห็นถึงอันตรายต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นตามมา จึงทำให้นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญเป็นอย่างมาก ก่อให้เกิดการนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม จึงทำให้นักเรียนมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ใน เรื่องการใช้ยาและการป้องกันอุบัติเหตุในระดับดีมาก

1.2 เรื่องการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และในรายชื่อจันทิมา แพทย์เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับสายตา การดื่มน้ำอัดลม การเลือกซื้ออาหารที่ไม่ใส่ซอสพลาสติก การบอกผู้ขายไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหารที่สั่งซื้อ การใช้บริการฉีดวัคซีนที่ศูนย์บริการสาธารณสุข การบันทึกสุขภาพของตนเอง การทรมัผ้าและใส่เสื้อผ้าหนา ๆ เมื่อมีไข้สูง เมื่อมี



อาการข้อเคล็ด ฉันทกส่วนนั้นให้สูงขึ้นและใช้น้ำแข็งประคบ ฉันทกยาสีพันทาบบริเวณที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก และเมื่ออุจจาระร่วงฉันทกอาหารชั่วคราว แล้วดื่มน้ำต้มสุกผสมผงน้ำตาลเกลือแร่หรือดื่มน้ำใบฝรั่ง นักเรียนอาสาสมัครสาธารณสุขมีการปฏิบัติอยู่ในระดับพอใช้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากว่านักเรียนอาสาสมัครสาธารณสุขได้รับแต่เพียงคำแนะนำหรือคู่มือการสาธิต โดยไม่ได้รับการฝึกปฏิบัติในเรื่องดังกล่าวข้างต้นอย่างเหมาะสมเท่าที่ควรด้วยสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ไม่เอื้ออำนวยให้เด็กปฏิบัติได้ หรือจากการที่เด็กไม่สนใจหรือไม่เห็นความสำคัญของเรื่องเหล่านั้น

นอกจากนี้แล้วจากการวิจัยพบว่าบิดาและมารดาของนักเรียนอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษาเท่านั้น จึงอาจไม่ให้ความสนใจเรื่องดังกล่าวเท่าที่ควรจากการศึกษาของมูทิก้า ตรีกุลวงศ์ (2522) พบว่าบิดามารดาของนักเรียนที่มีการศึกษาต่ำจะมีความสนใจเรื่องสุขภาพของตนเองและครอบครัวน้อย เมื่อมีความสนใจน้อยจึงไม่รู้ว่าการปฏิบัติของตนเองถูกหรือผิด แต่จะกระทำไปโดยพื้นฐานความรู้ ความเชื่อ และความเคยชินที่มีอยู่เดิมจากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนดูแลสุขภาพตนเองในรายข้อข้างต้นอยู่ในระดับพอใช้

2. การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ผลการวิจัยพบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเด็กในระหว่างอายุ 11 - 13 ปี เพศหญิงกับเพศชายจะมีความแตกต่างกันในการพัฒนาด้านร่างกาย โดยที่นักเรียนหญิงจะย่างเข้าสู่วัยรุ่นก่อนนักเรียนชายประมาณ 2 ปี (สุเท เจริญสุข, 2520) และจะมีความสามารถในการจำดีกว่านักเรียนชาย ดังนั้นเมื่อนักเรียนหญิงได้รับการถ่ายทอดความรู้ ทักษะ และปฏิบัติที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพจากครูในโรงเรียน และจากครอบครัวจึงสามารถจำและนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้มากกว่านักเรียนชาย นอกจากนี้แล้วสังคมไทยยังมีทัศนคติ ค่านิยม และขนบธรรมเนียมประเพณีในส่วนที่เกี่ยวข้องกับบทบาทและลักษณะที่พึงประสงค์ของเพศชายและเพศหญิงแตกต่างกัน โดยเพศหญิงจะต้องรับบทบาทหน้าที่ในการทำงานบ้าน เช่น การดูแลรักษาความสะอาด การทำอาหาร ซักผ้า ดูแลรักษาสุขภาพของสมาชิกในครอบครัว ฯลฯ อีกทั้งเพศหญิงยังถูกคาดหวังว่าจะต้องรักษาความสะอาดของร่างกายและมีการแต่งกายที่สะอาดเรียบร้อยอยู่เสมอ จากค่านิยมทางสังคมไทยและ

บพบาทความคาดหวังดังกล่าวนี้เอง จึงทำให้เพศหญิงได้รับการเอาใจใส่ดูแล ได้รับคำตักเตือน แนะนำจากผู้ปกครองและได้รับการเคี่ยวเข็ญให้ฝึกปฏิบัติอยู่เป็นประจำตั้งแต่เยาว์วัยจนเกิดเป็น สุขนิสัยที่ดี นอกจากนี้เพศหญิงในวัยนี้เริ่มมีความสนใจที่จะเฝ้าหาความรู้ด้านสุขภาพเพิ่มเติม ทั้งนี้ เนื่องจากเป็นวัยที่เริ่มมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของร่างกาย (สุเท เจริญสุข, 2520) จึงทำให้ ความสนใจต่อรายการที่ทำให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพในสื่อมวลชนทุกแขนงเป็นอย่างมาก จาก เหตุผลดังกล่าวจึงทำให้อาสาสมัครนักเรียนหญิงมีการดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างจากอาสาสมัคร นักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีการดูแลสุขภาพ ตนเองดีกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย

#### ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. จากผลการวิจัยพบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับ พอใช้ใน เรื่อง การปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และในรายข้อการไปพบจักษุแพทย์เมื่อมีปัญหา เกี่ยวกับสายตา การดื่มน้ำอัดลม การเลือกซื้ออาหารที่ไม่ใส่ซอสพลาสติก การบอกผู้ขายไม่ให้ส่งผงชูรสในอาหารที่สั่งซื้อ การไปรับการฉีดวัคซีนที่ศูนย์บริการสาธารณสุข การบันทึก สุขภาพของตนเอง การหมั่นล้างและใส่เสื้อผ้า ฯลฯ เมื่อมีไข้สูง เมื่อมีอาการข้อเคล็ด ฉันทก ส่วนนั้นให้สูงขึ้นแล้วใช้น้ำแข็งประคบ ฉันทกใช้ยาสีฟันทาบริเวณที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก และ เมื่ออุจจาระร่วง ฉันทกอาหารชั่วคราวแล้วดื่มดื่มน้ำผสมผงน้ำตาลเกลือแร่หรือดื่มน้ำต้มใบ ฝรั่ง โดยบุคลากรที่เกี่ยวข้องซึ่งได้แก่ ครูผู้สอน ผู้บริหาร และคณะกรรมการการจัด โครงการอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน รวมทั้งผู้ปกครองจะต้องร่วมกันเน้นในเรื่อง ดังกล่าวข้างต้น และควรมีการติดตามเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด เพื่อให้อาสาสมัครสาธารณสุข มีระดับการดูแลสุขภาพในข้อเหล่านี้ให้ดียิ่งขึ้นต่อไป ส่วนรายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขใน โรงเรียนมีระดับการดูแลสุขภาพดีอยู่แล้ว ก็ควรจะพัฒนาและรักษาระดับการดูแลสุขภาพให้ดี ยิ่งขึ้นต่อไป

2. จากผลการวิจัยพบว่า อาสาสมัครนักเรียนหญิงมีการดูแลสุขภาพตนเองดีกว่า อาสาสมัครนักเรียนชาย ครู ผู้ปกครอง และคณะกรรมการจัดโครงการอาสาสมัครสาธารณสุข ควรจะให้การดูแลเอาใจใส่อาสาสมัครนักเรียนชายให้มากกว่าเดิม



3. บุคลากรในโรงเรียนเช่นผู้บริหารโรงเรียน ครู และเจ้าหน้าที่ต่าง ๆ ควรจะร่วมกันประสานงานกันอย่างจริงจังในการจัดโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน ประถมศึกษา กับคณะกรรมการจัดโครงการอาสาสมัครสาธารณสุข ควรมีการติดตามผลอย่างใกล้ชิด ประเมินผลงานและปรับปรุงโครงการอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบที่แน่นอน เพื่อให้ นักเรียนมีการดูแลสุขภาพตนเองที่ดีต่อไปในอนาคต

4. ควรมีการปรับปรุงเนื้อหาหลักสูตรและระยะเวลาในการจัดอบรมให้เหมาะสม

5. ควรมีการบรรจุตำแหน่งครูอนามัยโรงเรียนไว้ในโรงเรียนประถมศึกษาด้วย เพราะครูอนามัยมีความสำคัญมากในการที่จะเป็นผู้ติดตามประเมินผลและคอยประสานงานให้โครงการต่าง ๆ ดำเนินไปได้ด้วยดี ซึ่งปัจจุบันในโรงเรียนประถมศึกษาฯ ยังไม่มี การใช้ครูอื่น มาทำหน้าที่แทนนั้นก็ย่อมจะทำได้แต่ผลที่ออกมาอาจไม่ดีเท่าที่ควร เนื่องจากครูโรงเรียน ประถมศึกษาทุกคนมีชั่วโมงการสอนและงานส่วนมืออยู่แล้ว

#### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา
2. ควรจะได้มีการศึกษาประเมินผลโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร
3. ควรจะมีการศึกษาปัญหาและแนวทางแก้ไขการจัดและบริหารโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร
4. ควรศึกษาวิเคราะห์หลักสูตรโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา
5. ควรศึกษาเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนในโรงเรียนที่มีโครงการอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนกับนักเรียนในโรงเรียนที่ไม่มีโครงการอาสาสมัครสาธารณสุข