



สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และขอเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาสภาวะทางค่านิยมสุขภาพของนักเรียนที่เริ่มเข้าสู่ระบบประถมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนครศรีธรรมราช

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพด้านร่างกายที่เกี่ยวกับน้ำหนัก ส่วนสูง สภาวะทางโภชนาการ และโรคในเด็กของนักเรียนที่เริ่มเข้าสู่ระบบประถมศึกษา ในโรงเรียนในเขตเมือง และโรงเรียนในเขตชนบทจังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางค่านิยมสุขภาพของนักเรียน ที่เริ่มเข้าสู่ระบบประถมศึกษา จำแนกตามเพศของนักเรียน และขนาดของโรงเรียนระหว่างโรงเรียนในเขตเมือง และโรงเรียนในเขตชนบท จังหวัดนครศรีธรรมราช

สมมติฐานในการวิจัย

สภาวะทางค่านิยมสุขภาพของนักเรียนที่เริ่มเข้าเรียน ในชั้นประถมศึกษาปีที่หนึ่ง ภาคต้น จำแนกตามเพศของนักเรียน และขนาดของโรงเรียน ในโรงเรียนในเขตเมือง ดีกว่าสภาวะทางค่านิยมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนในเขตชนบท

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ตัวอย่างประชากร
ตัวอย่างประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชาย หญิง ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่หนึ่ง ภาคต้น ปีการศึกษา 2526 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 360 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 แบบบันทึกสุขภาพของนักเรียน

2.2 ระเบียบสุขภาพของนักเรียน โดยนำข้อมูลจากระเบียนสุขภาพของนักเรียน ที่โรงเรียนบันทึกไว้ มาเป็นข้อมูลเสริมในการอภิปรายผล

3. การเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ได้เริ่มปฏิบัติงาน ตั้งแต่ วันที่ 17 พฤษภาคม 2526 ซึ่งเป็นช่วง 10 วันแรกของการเปิดภาคเรียน เพื่อให้ได้ข้อมูลของนักเรียนที่เริ่มเข้าสู่ระบบประถมศึกษาอย่างแท้จริง จนกระทั่งถึงวันที่ 28 มิถุนายน 2526 รวมใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล 6 สัปดาห์

ผู้วิจัยและคณะซึ่งประกอบด้วย พยาบาลของอนามัยโรงเรียนได้เข้าปฏิบัติงานในแต่ละโรงเรียน โดยทำการตรวจสุขภาพของนักเรียนทุกค่านตามเครื่องมือการวิจัยที่สร้างขึ้น

ในการปฏิบัติงาน เพื่อเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ปฏิบัติงาน ได้จัดแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบงานแต่ละอย่างของการเก็บข้อมูลดังนี้คือ

3.1 ผู้วิจัยทำหน้าที่ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดสายตา ตรวจความสะอาดของร่างกาย และเครื่องแต่งกายของนักเรียน แล้วบันทึกผลในแบบบันทึกสุขภาพ

3.2 พยาบาลของอนามัยโรงเรียนทำหน้าที่ตรวจสุขภาพในค่าน หู ตา คอ จมูก ฟัน ผิวหนัง สภาวะทางโภชนาการ และบันทึกผลลงในแบบบันทึกสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากการวิจัย มาคำนวณหาค่าสถิติต่าง ๆ โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ ตามโปรแกรมสำเร็จรูป ทางสังคมศาสตร์ SPSS (Statistical Package for Social Sciences) ของสถาบันบริการคอมพิวเตอร์ศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข้อค้นพบจากการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

1. นักเรียนที่เริ่มเข้าสู่ระบบประถมศึกษา ในจังหวัดนครศรีธรรมราช ส่วนใหญ่มีสภาวะสุขภาพทางด้านต่าง ๆ อยู่ในระดับค่อนข้างปกติ
2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีสภาวะสุขภาพทางด้านต่าง ๆ ไม่แตกต่างกัน
3. นักเรียนที่อยู่ในโรงเรียน ซึ่งมีขนาดและที่ตั้งต่างกัน มีสภาวะสุขภาพทางด้านต่าง ๆ ไม่แตกต่างกัน
4. นักเรียนชายอายุ 6, 7, 8 ปี และนักเรียนหญิงอายุ 6, 7 ปี มีน้ำหนักเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานของขนาดสัดส่วนเด็กไทยปี 2525 - 2526 ของสำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม
5. นักเรียนชายอายุ 6, 7, 8 ปี และนักเรียนหญิงอายุ 6, 7 ปี มีส่วนสูงเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานของขนาดสัดส่วนเด็กไทยปี 2525 - 2526 ของสำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม ส่วนนักเรียนหญิงอายุ 8 ปี มีส่วนสูงเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ปกติ
6. นักเรียนเป็นโรคฟันผุมากที่สุด ซึ่งมีถึงร้อยละ 80.0 ของนักเรียนชาย และร้อยละ 58.9 ของนักเรียนหญิง ในโรงเรียนในเขตชนบท ร้อยละ 85.6 ของนักเรียนชาย และร้อยละ 82.2 ของนักเรียนหญิง ในโรงเรียนในเขตเมือง อันับรองลงมาได้แก่ โรคผิวหนัง โรคของจุกอักเสบ และการขาดสารอาหารตามลำดับ
7. นักเรียนชายในโรงเรียน ขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก ทั้งในเขตเมือง และเขตชนบท มีสภาวะสุขภาพทางด้านของจุก ฟัน ผิวหนัง และการขาดสารอาหาร ไม่ปกติมากกว่านักเรียนหญิง ในทุกขนาดของโรงเรียน ยกเว้นในโรงเรียนขนาดใหญ่ เขตเมือง ปรากฏว่านักเรียนหญิง มีสภาวะสุขภาพทางด้านฟัน ไม่ปกติมากกว่านักเรียนชาย
8. นักเรียนมีสภาวะสุขภาพ ทางด้านสายตา ตา หู ช่องปาก คอมนทอนซิล ลิ้น เหงือก เยื่อหูปาก ลักษณะผิวหนัง หนึ่งศีรษะ เล็บมือ มือ แขน/เล็บเท้า เท้า และขา อยู่ในเกณฑ์ปกติ

9. นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ทั้งในโรงเรียนในเขตเมือง และเขตชนบท มีความสะอาดของเครื่องแต่งกายอยู่ในระดับสะอาดพอใช้เป็นส่วนใหญ่

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากข้อค้นพบที่ว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิง ที่อยู่ในโรงเรียน ซึ่งมีขนาดและที่ตั้งต่างกัน มีสภาวะสุขภาพทางด้านต่าง ๆ ไม่แตกต่างกัน เมื่อได้ทำการตรวจสอบสุขภาพในด้านต่าง ๆ เช่น สายตา ตา หู ช่องปาก ทอมทอนซิล ลิ้น เหงือก เยื่อบุปาก ลักษณะผิวหนัง หนึ่งศีรษะ เล็บมือ มือ แขน เล็บเท้า เท้า และขา ยกเว้นสภาวะสุขภาพทางด้านฟัน ผิวหนัง ของจมูก และสภาวะโภชนาการ ซึ่งนักเรียนหญิงและนักเรียนชายมีความปกติ และไม่ปกติทางด้านสุขภาพเหล่านั้นต่างกัน ผลการวิจัยครั้งนี้ปรากฏว่า เพศของนักเรียนขนาดและที่ตั้งของโรงเรียน ไม่เป็นตัวแปรในเรื่องความปกติหรือไม่ปกติของสุขภาพด้านต่าง ๆ ของนักเรียน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน แต่ผลการวิจัยครั้งนี้ สนับสนุนความคิดเห็นของ จรินทร์ ชานีรัตน์ (2514 : 4-5) ซึ่งกล่าวว่า การที่บุคคลจะมีสภาวะสุขภาพที่ดี เป็นปกตินั้น ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลาย ๆ ด้าน คือ พันธุกรรม สิ่งแวดล้อม การบริโภคอาหารที่มีคุณค่าอย่างเพียงพอ และถูกต้องตามหลักอนามัย การมีสมรรถภาพทางกายดี และความเอาใจใส่ของบิดามารดา ต่อการเลี้ยงดูบุตร

เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่า เพศของนักเรียน ขนาด และที่ตั้งของโรงเรียน จึงไม่เป็นตัวแปรที่ทำให้สภาวะสุขภาพโดยทั่วไปของนักเรียนแตกต่างกัน แต่มีสุขภาพบางด้านที่เพศ และประเภทของโรงเรียนทำให้การมีความปกติหรือไม่ปกติของสภาวะสุขภาพด้านนั้น ๆ แตกต่างกัน เพราะจากผลการวิจัย พบว่า นักเรียนชายทั้งในโรงเรียน เขตเมือง และเขตชนบท มีสภาวะสุขภาพทางด้านฟัน ผิวหนัง ของจมูก และสภาวะโภชนาการ ไม่ปกติมากกว่านักเรียนหญิง ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภาพ กสิบัว (2524 : 110 - 111) ซึ่งพบว่านักเรียนชายมีสภาวะสุขภาพของคอ จมูก ผิวหนัง และผมไม่ปกติมากกว่านักเรียนหญิง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนชายมีความเอาใจใส่เรื่องสุขภาพอนามัยน้อยกว่านักเรียนหญิง

เพราะธรรมชาติของเด็กผู้ชาย ชอบวิ่งเล่น ชุกชน จึงไม่ค่อยสนใจ และเอาใจใส่ต่อสุขภาพของตนเองมากนัก

2. ข้อค้นพบจากการวิจัยที่พบว่า นักเรียนชายอายุ 6, 7, 8 ปี นักเรียนหญิงอายุ 6, 7 ปี มีน้ำหนักเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานขนาดสัดส่วนเด็กไทย ปี 2525 - 2526 ของสำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรมและนักเรียนชายอายุ 6, 7, 8 ปี นักเรียนหญิงอายุ 6, 7 ปี มีส่วนสูงเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานขนาดสัดส่วนเด็กไทย ปี 2525 - 2526 ของสำนักงานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ สอดคล้องกับผลการวิจัยของสุวิมล เทียนสุรชัยศรี (2521 : 83) ซึ่งพบว่าน้ำหนักเฉลี่ยของนักเรียนชายอายุ 9, 11 ปี และนักเรียนหญิงอายุ 10 ปี ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน น้ำหนักและส่วนสูง ของเด็กชาย หญิงไทย ซึ่งกองอนามัยโรงเรียนได้คำนวณไว้เมื่อปี พ.ศ. 2506 - 2507 และสนับสนุนผลงานวิจัยของนงลักษณ์ กิริยบุตร และคณะ (2524 : 342) ซึ่งพบว่าภาวะพร่องโภชนาการ (น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน) ของนักเรียนในช่วงอายุ 5 - 14 ปี เป็นโรคที่พบมากเป็นอันดับ 4 นอกจากนี้ยัง สอดคล้องกับความคิดเห็นของ เฮิร์ลอค (1956 : 111) ซึ่งได้กล่าวว่าการเจริญเติบโตของเด็ก มีความสัมพันธ์กับน้ำหนัก ส่วนสูง และอายุ ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่า เด็กอายุระดับเดียวกัน จะมีน้ำหนักและส่วนสูง เท่ากันทุกคน น้ำหนัก ส่วนสูงของเด็กแต่ละคนอาจแตกต่างกันบ้าง ทั้งนี้อาจเนื่องจากการเจริญเติบโต ของแต่ละบุคคล กรรมพันธุ์ เชื้อชาติ และเพศ

สาเหตุที่นักเรียนมีน้ำหนักเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานอาจเนื่องมาจาก นิสัยการบริโภค ขาดความรู้ในการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ให้เด็กบริโภคอาหาร เพียงให้ร่างกายอึด ไม่ได้คำนึงถึงคุณค่าของอาหารและความต้องการของร่างกาย ทั้งนี้เพราะ การศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว ตลอดจนการยึดมั่นในประเพณี และอิทธิพลทางศาสนา

3. ข้อค้นพบที่สำคัญจากการวิจัยคือ โรคที่พบมากที่สุด คือ โรคฟันผุ ซึ่งมีถึงร้อยละ 80.0 ของนักเรียนชาย และร้อยละ 58.9 ของนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตชนบท ร้อยละ 85.6 ของนักเรียนชาย และร้อยละ 82.2

ของนักเรียนหญิง ในโรงเรียนในเขตเมือง ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ สนับสนุนผลการวิจัยของสุวิมล เทียนสุรชัยศรี (2521 : 83) สุภาพ กสิบบัว (2524 : 109) นงลักษณ์ กীরติบุตร และคณะ (2524 : 342) นอกจากนั้นยังเป็นผลสอดคล้องกับสถิติการตรวจสุขภาพนักเรียน ของกองอนามัยโรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข (2522 : 1) และรายงานการศึกษาเกี่ยวกับโครงการอนามัยโรงเรียน ของนักศึกษาแพทย์ โรงพยาบาลรามธิบดี (2521) ซึ่งวิจัยตรงกัน และพบว่านักเรียนเป็นโรคฟันผุสูงกว่าโรคอื่น ๆ

การที่นักเรียนชายและนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตเมืองมีสภาวะสุขภาพทางค้ำฟันไม่ปกติ มากกว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตชนบท สาเหตุอาจเป็นเพราะว่านักเรียนในเขตเมือง มีโอกาสในการรับประทาน ลูกกวาด ทอฟฟี่ และขนมหวาน มากกว่านักเรียนในเขตชนบท จึงทำให้สถิติการมีฟันผุสูง

จากการวิจัยครั้งนี้ พบว่า นอกจากนักเรียนจะเป็นโรคฟันผุสูงกว่าโรคอื่น ๆ แล้ว ยังพบว่า นักเรียน มีฟันค้ำและมีคราบจับ สาเหตุอาจเนื่องจากการแปรงฟันไม่สะอาด และแปรงไม่ถูกวิธี ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนยังเรียนอยู่ในชั้นเล็ก ๆ จึงไม่มีความรู้เพียงพอ ในการรักษาสุขภาพฟันให้ดี แต่ในปัจจุบันหน่วยอนามัยโรงเรียน ได้ให้บริการแก่โรงเรียนต่าง ๆ อย่างทั่วถึง ในการตรวจรักษาและให้ความรู้แก่นักเรียน ในการรักษาสุขภาพฟัน ดังนั้นความไม่ปกติของฟันที่พบในเด็กนักเรียนชั้นเล็ก ๆ เหล่านี้ ก็จะได้รับการตรวจพบ และแก้ไขให้ดีขึ้นในโอกาสต่อไป

4. ข้อค้นพบที่น่าสนใจอีกเรื่องหนึ่งคือ ร้อยละ 13.3 ของนักเรียนชาย ร้อยละ 8.9 ของนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตชนบท และร้อยละ 13.3 ของนักเรียนชาย ร้อยละ 12.2 ของนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตเมือง มีสภาวะสุขภาพทางค้ำฟันไม่ปกติ ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลงานวิจัยของสุวิมล เทียนสุรชัยศรี (2521 : 83) นงลักษณ์ กীরติบุตร และคณะ (2524 : 342) และสอดคล้องกับรายงานการตรวจสุขภาพนักเรียนของกองอนามัยโรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข (2522 : 2) ซึ่งวิจัยเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียน พบว่านักเรียนส่วนมากจะมีความไม่ปกติทางค้ำฟันไม่ปกติ คือเป็นโรคเกดื้อน กลาก พุพอง และฟันค้ำค้ำ และสนับสนุนผลงานวิจัยของ คอริส เอส บริเยน

(Doris S. Beyan 1970 : 437-438) ซึ่งวิจัยพบว่าโรคที่พบในนักเรียน เป็นอันดับหนึ่ง คือ โรคผื่นคัน แพ้พิษ รองลงมาคือ กลาก เกสลอน

และจากการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่านักเรียนเป็นโรคพุพอง ผื่นคัน และ แพ้พิษ เป็นส่วนมาก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากขาดการเอาใจใส่ในเรื่องการรักษา ความสะอาดของร่างกาย และอาจเป็นเพราะว่านักเรียน กำลังอยู่ในวัยที่ชุมชน จึงทำให้ผู้ปกครองดูแลเกี่ยวกับความสะอาดร่างกายของนักเรียนไม่ทั่วถึง

5. ข้อค้นพบจากการวิจัยที่พบว่า ร้อยละ 24.4 ของนักเรียนชาย ร้อยละ 7.8 ของนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตชนบท และร้อยละ 23.3 ของนักเรียนชาย ร้อยละ 14.4 ของนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตเมือง มีสภาวะ สุขภาพทางด้านของจมูกไม่ปกติ ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับรายงานการตรวจ สุขภาพของนักเรียน ของกองอนามัยโรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข (2523 : 1-2) ซึ่งพบว่า นักเรียนส่วนมากจะป่วยเป็นโรคหวัด และจากการสังเกตของ ผู้วิจัย พบว่าในการตรวจสุขภาพครั้งนี้ นักเรียนจะมีของจมูก อักเสบ และมีน้ำมูก เนื่องจากเป็นหวัดเป็นส่วนมาก และข้อที่น่าสังเกตอีกอย่างหนึ่งก็คือว่า โรคหวัด มักจะพบในเด็กเล็ก เนื่องจากเด็กยังดูแลตนเองไม่ได้ และลักษณะภูมิอากาศก็เป็น ตัวแปรอีกอย่างหนึ่ง ที่มีส่วนทำให้เด็กเป็นหวัดได้ เพราะในภาคใต้มีฝนตกชุก ตลอดปี ฝนจึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ของจมูกของเด็กไม่ปกติ

6. ข้อค้นพบจากการวิจัยที่พบว่า ร้อยละ 10.0 ของนักเรียนชาย ร้อยละ 12.2 ของนักเรียนหญิง ในโรงเรียนในเขตชนบท และร้อยละ 11.1 ของนักเรียนชาย ร้อยละ 6.7 ของนักเรียนหญิงในโรงเรียนในเขตเมืองมีสภาวะ สุขภาพไม่ปกติทางด้านโภชนาการ ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนผลงานวิจัยของสุภาพ กลีบบัว (2524 : 112) ซึ่งพบว่านักเรียนมีปัญหาด้านสภาวะโภชนาการคือ น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และมีอาการแสดงซึ่งการขาดสารอาหาร

อาการที่บ่งบอกถึงการขาดสารอาหารของนักเรียนส่วนมากก็คือ ผิวหนังแห้ง แดงเป็นเกล็ดและมีอาการอักเสบที่มุมปาก ซึ่งอาการเหล่านี้เกิดจากการที่นักเรียนได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ อาจเนื่องจากว่าผู้ปกครองขาดความรู้ในเรื่องการบริโภคที่ถูกต้อง สภาพความเป็นอยู่ของสิ่งแวดล้อม ระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ และสังคม ตลอดจนการยึดมั่นในประเพณี และเจตคติเก่า ๆ ของผู้ปกครองอาจเป็นสาเหตุให้นักเรียนมีสภาวะโภชนาการ (การขาดสารอาหาร) ไม่ปกติ เพราะจากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่า อาหารกลางวันที่นักเรียนนำมารับประทาน ส่วนใหญ่จะมีกับข้าวเพียงอย่างเดียว และมีคุณค่าทางอาหารไม่ครบ

ข้อเสนอแนะ

1. โรงเรียนควรส่งเสริมให้ครูมีความสามารถในการตรวจสุขภาพนักเรียนในขั้นต้น (Screening) เพื่อครูจะได้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพของนักเรียน และสามารถถ่ายทอดความรู้ที่ถูกต้องให้กับนักเรียน ช่วยให้นักเรียนได้นำความรู้ไปใช้ซึ่งจะส่งผลถึงสภาวะสุขภาพของนักเรียนด้วย

2. จากผลการตรวจสุขภาพของนักเรียนครูและเจ้าหน้าที่อนามัยควรให้ความสนใจต่อโรคที่พบว่ามีปัญหามาก ซึ่งได้แก่ โรคฟัน โรคผิวหนัง โรคช่องจมูกอักเสบ และการขาดสารอาหาร ทางโรงเรียนควรจัดคณะเจ้าหน้าที่อนามัย เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและครู ร่วมกันให้การรักษาและแนะนำแก่นักเรียนที่เป็นโรคนี้อย่างจริงจังหาทางป้องกันไม่ให้นักเรียนเป็นโรคนี้เพิ่มขึ้นอีก และควรประเมินผลการปฏิบัติงานว่ามีประสิทธิภาพเพียงใด การรักษาหรือคำแนะนำที่ให้แก่นักเรียนได้ผลหรือไม่ หากสามารถลดจำนวนผู้เป็นโรคดังกล่าวได้ ก็จะทำให้สุขภาพของนักเรียนดีขึ้น ถ้านักเรียนมีสุขภาพดีขึ้นแล้ว ผลที่ตามมาก็คือ ประสิทธิภาพในการศึกษาจะสูงขึ้นด้วย

3. ผลจากการวิจัยในค่าน้ำหนักและส่วนสูงทำให้ทราบความจริงว่า การพัฒนาร่างกายของมนุษย์โดยเฉพาะ เกี่ยวกับน้ำหนักและส่วนสูง ฐานะทางเศรษฐกิจ

และสังคมของบุคคลมีอิทธิพลมาก นอกเหนือจากสาเหตุอื่น ๆ เช่น พันธุกรรม (Heredity) เชื้อชาติ (Race) สัญชาติ (Nationality) ครอบครัว (Family) เพศ (Sex) อายุ (Age) โรคภัยไข้เจ็บ (Disease) ภาวะโภชนาการ (Nutritional Factor) ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อมนุษย์ตั้งแตอยู่ในครรภ์มารดาจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่

ดังนั้นเพื่อให้เด็กมีพัฒนาการทางร่างกาย โดยเฉพาะเกี่ยวกับส่วนสูง และน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติและพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว จำเป็นต้องมีการแก้ไขและส่งเสริมปรับปรุงร่วมกันโดย

3.1 จัดให้มีการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงทุก ๆ เดือน (ถ้าทำได้) หรืออย่างน้อยเดือนละครั้ง เป็นการชี้แจงแสดงให้นักเรียนทราบการเปลี่ยนแปลงของน้ำหนักและส่วนสูงของเขา เพื่อให้ทราบว่าตนเองมีน้ำหนัก และส่วนสูงมากน้อยเพียงใด นักเรียนจะได้ปรับปรุงค่านอาหารและโภชนาการของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3.2 ครูควรมีบทบาทสำคัญ เพื่อช่วยเหลือแนะนำค่านสุขภาพอนามัยของนักเรียน ทางค่านน้ำหนักและส่วนสูง ถ้าเด็กคนใดมีความผิดปกติก็ควรหาทางช่วยเหลือแนะนำ เช่น ให้แพทย์ตรวจสุขภาพ หรือแจ้งให้ครูปกครองทราบ

4. ทางโรงเรียนควรจัดบริการอาหารกลางวัน ให้แก่นักเรียนโดยจัดให้เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น เพื่อให้เด็กนักเรียนได้อาหารเพียงพอทั้งปริมาณและคุณภาพ ตลอดจนสนับสนุนให้นักเรียนนำอาหารกลางวันมารับประทาน เป็นการให้โภชนศึกษาแก่นักเรียนด้วย

5. โรงเรียนควรจัดประชุมผู้ปกครอง เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ และขอความร่วมมือในการป้องกันและแก้ปัญหาในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพของเด็ก

6. หน่วยงานของสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติควรสังเกตเห็นถึงความสำคัญของสุขภาพของนักเรียนและควรจัดงบประมาณเกี่ยวกับด้านการส่งเสริมสุขภาพให้แก่เด็กเรียนอย่างเพียงพอ เช่น จัดให้มีโครงการอาหารกลางวัน อย่างทั่วถึงทุกโรงเรียน ทั้งนี้เพื่อผลผลิตของการประถมศึกษาจะได้มีคุณภาพที่ดี

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาถึงสาเหตุและตัวแปรที่ทำให้เด็กเรียนมีน้ำหนักและส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ เช่น การศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ สภาพสังคม ลักษณะนิสัยในการบริโภค เพราะสิ่งเหล่านี้อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เด็กเรียนมีน้ำหนักและส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์

2. จากการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่เป็นโรคพันธุโรคผิวหนัง โรคของจมูกอักเสบ และความบกพร่องทางทันตกรรม การจึงควรทำการศึกษาวิจัยในปัญหาเหล่านี้โดยเฉพาะ ว่ามีตัวแปรอะไรบ้างที่จะมีอิทธิพลต่อการเกิดโรค ซึ่งนอกจากตัวแปรที่พบในการศึกษากครั้งนี้