



## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่องภาวะสุขภาพและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของบุคลากร โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ ในปี พ.ศ. 2546 ระหว่างเดือนมิถุนายน 2546 – เมษายน 2547 โดยขอข้อมูลรายงานผลการตรวจสุขภาพประจำปี ของบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์จากฝ่ายทรัพยากรบุคคล และเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม บุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ที่ปฏิบัติงานไม่ต่ำกว่า 1 ปี มีจำนวน 931 คน มีบุคลากรที่ได้รับการตรวจสุขภาพจำนวน 888 คน โดยบุคลากรที่ได้รับการตรวจสุขภาพและตอบแบบสอบถามกลับมีจำนวน 820 คน คิดเป็นร้อยละ 88.1 จากการนำข้อมูลมาวิเคราะห์ สามารถสรุปผลการศึกษาได้ดังนี้

#### สรุปผลการศึกษา

##### 1. ข้อมูลทั่วไปด้านปัจจัยส่วนบุคคล

ข้อมูลของบุคลากรจำนวน 820 คน พบว่า บุคลากรเป็นเพศชายจำนวน 150 คน เพศหญิง 670 คน คิดเป็นร้อยละ 18.3 และ 81.7 จะเห็นว่าบุคลากรเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ในอัตราส่วนชายต่อหญิง คิดเป็น 1 ต่อ 4.5 เท่า บุคลากรส่วนมากอายุต่ำกว่า 35 ปี และมีอายุในช่วง 30-34 ปี คิดเป็นร้อยละ 26.6 บุคลากรส่วนมากนับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 75.2 มีสถานภาพโสดและสมรสใกล้เคียงกัน สถานภาพโสดและสมรสคิดเป็นร้อยละ 49.9 และ 46.0 ระดับการศึกษาส่วนมากจบการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 44.2 บุคลากรส่วนมากปฏิบัติงานในตำแหน่งพนักงาน คิดเป็นร้อยละ 46.8 ส่วนมากปฏิบัติงานในโรงพยาบาลมาเป็นระยะเวลา 1-5 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.2 ซึ่งมีผู้ปฏิบัติงานระยะเวลามากที่สุดคือ 33 ปี

##### 2. ข้อมูลประวัติการเจ็บป่วยในอดีตและประวัติทางพันธุกรรม

จากประวัติการเจ็บป่วยในอดีตของบุคลากรจำนวน 820 คน พบว่า บุคลากรส่วนมากมีอาการเจ็บป่วยคิดเป็นร้อยละ 51.8 โดยมีอาการเจ็บป่วยแต่ไม่ต้องมาพบแพทย์คิดเป็นร้อยละ 14.9 มีผู้เจ็บป่วยด้วยอาการปวดศีรษะมากที่สุด จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 , มีอาการ

เจ็บป่วยและต้องมาพบแพทย์คิดเป็นร้อยละ 41.6 ส่วนมากมาพบแพทย์ด้วยโรคหัวใจจำนวน 211 คน คิดเป็นร้อยละ 25.7 , มีอาการเจ็บป่วยต้องนอนโรงพยาบาลจำนวน คิดเป็นร้อยละ 5.9 มีผู้เจ็บป่วยต้องนอนโรงพยาบาลด้วยโรคเนื้องอกมากที่สุด จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0

จากประวัติเกี่ยวกับโรคประจำตัว พบว่า บุคลากรส่วนมากไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 86.2 มีผู้เป็นโรคประจำตัวร้อยละ 12.6 โรคประจำตัวที่พบมากที่สุดคือโรคภูมิแพ้ คิดเป็นร้อยละ 3.1

จากประวัติการเจ็บป่วยของญาติ พี่น้อง พบว่า ส่วนใหญ่มีประวัติการเจ็บป่วยคิดเป็นร้อยละ 57.2 โรคที่พบมากที่สุดคือความดันโลหิตสูงรองลงมาคือโรคเบาหวาน , โรคหัวใจ , โรคไขมันในเลือดสูง คิดเป็นร้อยละ 27.1 , 20.6 , 13.6 , 13.2 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบโรคอื่น ๆ อีก

### 3. ข้อมูลด้านความรู้ เจตคติ การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ

ความรู้ด้านสุขภาพจากบุคลากรจำนวน 820 คน พบว่า บุคลากรส่วนมากตอบถูกมากกว่าครึ่งในเรื่อง การบริโภคอาหารที่มีกากใยสูงจะช่วยลดการเกิดมะเร็งลำไส้ได้ คิดเป็นร้อยละ 91.3 , อาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตมีผลต่อการเกิดไขมันในเลือดสูง คิดเป็นร้อยละ 52.3 , บุหรี่มีสารกว่า 4,000 ชนิดให้โทษต่อร่างกาย คิดเป็นร้อยละ 68.6 , โรคถุงลมโป่งพองไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ คิดเป็นร้อยละ 81.1 , การติดบุหรี่เกิดจากสารนิโคติน คิดเป็นร้อยละ 93.0 , แอลกอฮอล์มีฤทธิ์กดประสาท คิดเป็นร้อยละ 82.3 , ผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์จะหน้าแดงเพราะเส้นเลือดฝอยขยายตัว คิดเป็นร้อยละ 52.4 , แอลกอฮอล์จะถูกขับออกมาทางเหงื่อและปัสสาวะ คิดเป็นร้อยละ 90.5, การออกกำลังกายแบบแอโรบิกในระยะเวลาที่นานพอ จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของปอดและหัวใจคิดเป็นร้อยละ 80.9,สาเหตุของความเครียดเกิดจากสภาพจิตใจและเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม คิดเป็นร้อยละ 74.0 , ความเครียดทำให้ร่างกายหลังกรดและน้ำย่อยในอาหารเพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ 93.6 , การฝึกสมาธิเป็นวิธีจัดการความเครียด คิดเป็นร้อยละ 96.5 , ปกติควรนอนหลับพักผ่อนอย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 97.7 , การพักผ่อนระยะเวลา 2-3 นาทีสามารถป้องกันเนื้อเยื่อถูกทำลายจากการเคลื่อนไหวได้ คิดเป็นร้อยละ 50.4

เมื่อจำแนกตามระดับคะแนนความรู้ด้านพฤติกรรมสุขภาพ พบว่า บุคลากรส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 90.8

เจตคติต่อการปฏิบัติด้านสุขภาพ พบว่า บุคลากรส่วนมากจะเห็นด้วย และเห็นด้วยอย่างยิ่งในข้อความด้านบวก ได้แก่ เรื่องการสูบบุหรี่ วันละ 1-2 มวนมีโอกาสติดบุหรี่ได้ ส่วนใหญ่เห็นด้วยร้อยละ 46.8 , เมื่อติดบุหรี่ท่านจะเลิกสูบบุหรี่ได้ยาก ส่วนใหญ่เห็นด้วยอย่างยิ่งร้อยละ

37.6 , ถ้าท่านอยากเป็นตัวอย่งที่ดีท่านต้องงดสูบบุหรี่ ส่วนใหญ่เห็นด้วยอย่างยิ่งร้อยละ 69.3 , ผลของการดื่มสุรามีทั้งต่อตนเองและครอบครัว ส่วนใหญ่เห็นด้วยอย่างยิ่งร้อยละ 58.0 , ถ้ามีความเครียดท่านมีวิธีผ่อนคลายไม่เก็บกดจนเป็น ผลเสียต่อสุขภาพ ส่วนใหญ่เห็นด้วยอย่างยิ่งร้อยละ 53.9 , การผ่อนคลายความเครียดโดยการ สวดมนต์ทำให้ความเครียดลดลง ส่วนใหญ่เห็นด้วยร้อยละ 56.8 , ผ่อนคลายความเครียดโดยไม่ใช้อารมณ์ขว้างปาสิ่งของใส่คนอื่น ส่วนใหญ่เห็นด้วยร้อยละ 45.7 , การนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอจะทำให้ท่านมีสุขภาพแข็งแรง ส่วนใหญ่เห็นด้วยอย่างยิ่งร้อยละ 48.8

เมื่อจำแนกตามระดับคะแนนด้านเจตคติ พบว่า บุคลากรส่วนมากมีเจตคติในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 74.7 และไม่มีผู้มีเจตคติในด้านลบ

การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ 6 ด้าน ได้แก่ การบริโภคอาหาร , การออกกำลังกาย , การสูบบุหรี่ , การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ , การจัดการความเครียด , การนอนหลับพักผ่อน พบว่า บุคลากรส่วนมากมีพฤติกรรมบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 71.4 , การออกกำลังกายส่วนมากอยู่ในระดับปานกลาง 43.8 , พฤติกรรมการสูบบุหรี่อยู่ในระดับดีมากคิดเป็นร้อยละ 92.7 , การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ อยู่ในระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 63.2 การจัดการความเครียดอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 68.2 และ การนอนหลับพักผ่อนอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 39.7

เมื่อรวมคะแนนระดับพฤติกรรมสุขภาพโดยรวม พบว่า บุคลากรส่วนมากมีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 79.3

#### 4. ข้อมูลปัจจัยด้านการทำงาน

จากบุคลากรจำนวน 820 คน พบว่า บุคลากรส่วนมากไม่เคยประสบอุบัติเหตุในการทำงาน คิดเป็นร้อยละ 62.3 มีผู้ที่ประสบอุบัติเหตุ จำนวน 306 คน คิดเป็นร้อยละ 37.3 โดยส่วนมากมีสาเหตุจากความประมาทของตนเอง คิดเป็นร้อยละ 59.2

ด้านสภาพการทำงาน พบว่า บุคลากรส่วนมากมีระยะเวลาในการทำงาน 6-8 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 67.9 และเห็นว่าปริมาณงานที่ได้รับเหมาะสมกับตนเอง คิดเป็นร้อยละ 88.5

สิ่งแวดล้อมในการทำงาน พบว่า ส่วนมากเห็นว่าสิ่งแวดล้อมในการทำงานด้านความร้อน , เสียง , แสงสว่าง , การระบายอากาศ , อุปกรณ์เครื่องมือ , การป้องกันเชื้อโรค มีความเหมาะสมคิดเป็นร้อยละ 80.2 , 79.8 , 88.0 , 62.5 , 80.8 , 78.5 ตามลำดับ

นอกจากนี้ พบว่า บุคลากรส่วนใหญ่เห็นว่าในหน่วยงานไม่มี การใช้สารเคมีที่เป็นอันตราย จำนวน 538 คน คิดเป็นร้อยละ 66.4 และเห็นว่ามีสารเคมีที่เป็นอันตรายแต่ไม่ระบุว่าเป็นสารเคมีใด จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 14.3 มีสารเคมีที่เป็นอันตรายได้แก่ฟอร์มาลีน , เคมีบำบัด , ปรอท , หมึกกับรีนคอมพิวเตอรฺ์/carbon ถ่ายเอกซเรย์ คิดเป็นร้อยละ 4.3 , 2.1 , 1.9 , 1.7

## 5. ข้อมูลด้านผลการตรวจสุขภาพ

จากบุคลากรจำนวน 820 คน พบว่า มีบุคลากรที่ซึ่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงเมื่อนำมาหาค่าดัชนีมวลกายพบว่าส่วนมากอยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 53.3 , อัตราการเต้นของชีพจร ส่วนมากอยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 94.0 , ความดันหัวใจบีบตัว Systolic Blood Pressure ส่วนมากอยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 88.8 , ความดันหัวใจคลายตัว Diastolic Blood Pressure ส่วนมากอยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 94.7 ผลการตรวจเอกซเรย์ ส่วนมากอยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 97.3 , ผลการตรวจร่างกายทั่วไปส่วนมากอยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 95.0 และร้อยละ 5 พบความผิดปกติ

ผลตรวจสุขภาพที่ตรวจเฉพาะบุคลากรอายุ 35 ปีขึ้นไป มีบุคลากรจำนวน 328 คน พบว่า บุคลากรที่ได้รับการตรวจสุขภาพส่วนมากมีน้ำตาลในเลือด FASTING BLOOD SUGAR อยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 92.1 , CHOLESTEROL อยู่ในเกณฑ์สูงกว่าปกติ คิดเป็นร้อยละ 48.8 , TRIGLYCERIDES อยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 80.8 , การทำงานของไต (CREATININE) อยู่ในเกณฑ์ต่ำกว่าปกติ คิดเป็นร้อยละ 52.1 , การทำงานของตับ (SGPT) อยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 72.6

จากบุคลากรที่อายุมากกว่า 35 ปี และเป็นเพศหญิงจำนวน 281 คน พบว่า มีผู้เข้ารับการตรวจมะเร็งปากมดลูกจำนวน 218 คน โดยส่วนใหญ่มีผลตรวจปกติคิดเป็นร้อยละ 84.4

บุคลากรแผนกรังสีและแผนกผู้ป่วยในชั้น 16 จำนวน 35 คน ได้รับการตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด จำนวน 34 คน ผลการตรวจพบว่า ส่วนใหญ่มีผลตรวจ Hematocrit , Hemoglobin , White Blood Cell , Red Blood Cell , Platelet Count , Neutropil , Lymphocyte , Eosinophil , Basophile อยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 85.3 , 79.4 , 97.1 , 70.6 , 100.0 , 85.3 , 97.1 , 70.6 ตามลำดับ ยกเว้นผลการตรวจ Monocyte พบว่าผลตรวจส่วนมากอยู่ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 70.6

## 6. ข้อมูลด้านความเครียด

บุคลากรจำนวน 820 คน พบว่า ส่วนใหญ่กลัวทำงานผิดพลาดระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 34.4 , กลัวไปไม่ถึงเป้าหมายระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 38.4 , ครอบครัวยังมีความขัดแย้งเรื่องเงินหรืองานในบ้านระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 27.8 , มีความกังวลกับเรื่องสารพิษระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 37.3 , รู้สึกว่าต้องแข่งขันระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 28.4 , เงินไม่พอจ่ายระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 32.1 , กล้ามเนื้อตึงปวดระดับเล็กน้อย ร้อยละ 32.9 , ปวดหัวจากความเครียดระดับเล็กน้อย , ปวดหลังระดับเล็กน้อย ร้อยละ 31.3 , ความอยากอาหารเปลี่ยนไประดับเล็กน้อย ร้อยละ 34.0 , ปวดศีรษะข้างเดียว ระดับเล็กน้อย ร้อยละ 27.7 , รู้สึกวิตกกังวลเล็กน้อย ร้อยละ 36.1 , รู้สึกคับข้องใจระดับเล็กน้อย ร้อยละ 40.6 , รู้สึกโกรธ หงุดหงิดเล็กน้อย ร้อยละ 42.2 , รู้สึกเศร้าระดับเล็กน้อย ร้อยละ 37.0 , ความจำไม่ดีระดับเล็กน้อย ร้อยละ 38.0 , รู้สึกสับสนเล็กน้อย ร้อยละ 32.7 , ตั้งสมาธิลำบากระดับเล็กน้อย ร้อยละ 32.2 , เหนื่อยง่ายระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 36.3 , เป็นหวัดบ่อยระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 38.0

เมื่อจัดระดับความเครียดพบว่าบุคลากรส่วนมากมีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 39.4

## 7. ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพกับปัจจัยด้านต่าง ๆ

จากบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์จำนวน 820 คน พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า 35 ปี จำนวน 481 คน คิดเป็นร้อยละ 58.66 , บุคลากรที่มีอายุต่ำกว่า 35 ปี มีจำนวน 339 คน คิดเป็นร้อยละ 41.34 เมื่อนำมาหาค่าความสัมพันธ์พบว่า ภาวะสุขภาพกับปัจจัยส่วนบุคคลด้าน อายุและตำแหน่ง มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ค่า  $P\text{-value} < 0.05$  เมื่อนำผลตรวจสุขภาพมาหาค่าความสัมพันธ์กับระดับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ พบว่า ภาวะสุขภาพกับปัจจัยด้านการนอนหลับพักผ่อน มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ค่า  $P\text{-value} < 0.05$  เมื่อนำผลตรวจสุขภาพมาหาค่าความสัมพันธ์ปัจจัยการทำงานด้านระยะเวลาทำงานและปริมาณงาน พบว่า ภาวะสุขภาพกับปริมาณงาน มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ค่า  $P\text{-value} < 0.05$

## อภิปรายผลการศึกษา

### 1. ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นการเก็บข้อมูลของบุคลากรทุกคน ที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ จึงพบว่าปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศพบว่าเพศหญิงมากกว่าเพศชาย อาจเนื่องมาจากบุคลากรในโรงพยาบาล บางส่วนปฏิบัติงานในตำแหน่งพยาบาล ผู้ช่วยแพทย์ ผู้ช่วยพยาบาล พนักงานผู้ช่วย ซึ่งเป็นอาชีพที่ต้องใช้ความละเอียดอ่อนในการปฏิบัติงาน คิดเป็นร้อยละ 48 บุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ส่วนมากอายุต่ำกว่า 35 ปี คิดเป็นร้อยละ 58.7 ซึ่งสอดคล้องกับการรายงานผลการตรวจร่างกายและการเฝ้าระวังโรคโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี ซึ่งพบว่าบุคลากรส่วนมากมีอายุน้อยกว่า 35 ปี ร้อยละ 77.93<sup>(64)</sup> บุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ส่วนมากปฏิบัติงานในตำแหน่งพนักงานมากที่สุด และมีอายุการทำงานเฉลี่ย 9.3 ปี ผู้ที่ปฏิบัติงานนานที่สุดคือ 33 ปี จะเห็นว่าบุคลากรในโรงพยาบาลส่วนมากจะปฏิบัติงานมานาน การปฏิบัติงานอาจมีการเปลี่ยนแผนก ดังนั้นในการตรวจสุขภาพจึงอาจจำเป็นต้องพิจารณาประวัติการปฏิบัติงานในหน่วยงานย่อยหลังด้วย

### 2. ข้อมูลด้านประวัติการเจ็บป่วยในอดีต

พบว่าบุคลากรมีประวัติการเจ็บป่วยย้อนหลัง 6 เดือน เจ็บป่วยกับไม่เจ็บป่วยใกล้เคียงกัน มีบุคลากรที่เจ็บป่วยแต่ไม่มาพบแพทย์ด้วยสาเหตุปวดศีรษะมากที่สุด อาจเห็นได้ว่าการเจ็บป่วยแต่ไม่มาพบแพทย์นั้นอาจเนื่องมาจากการเจ็บป่วยเพียงเล็กน้อย หรือเนื่องมาจากสาเหตุอื่น และบุคลากรมีส่วนน้อยที่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 13.8 ส่วนมากเป็นโรคภูมิแพ้ถึง 3.1 แต่ยังมีบุคลากรบางคนที่มีโรคประจำตัวที่รุนแรงเช่น โรคเอส แอล อี ธาลัสซีเมีย ซึ่งจากรายงานการตรวจร่างกายและเฝ้าระวังโรคของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี พบว่าบุคลากรมีโรคประจำตัวร้อยละ 52 ส่วนมากเป็นโรคโรคภูมิแพ้ร้อยละ 20 ส่วนใหญ่คิดว่ามีสิ่งคุกคามในเรื่องฝุ่น<sup>(64)</sup> บุคลากรส่วนมากเป็นโรคภูมิแพ้เช่นเดียวกับบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่าอาจมาจากสิ่งคุกคามประเภทเดียวกัน

### 3. ข้อมูลด้านการปฏิบัติงาน

พบว่าบุคลากรส่วนมากไม่เคยเกิดอุบัติเหตุในการทำงาน ร้อยละ 37.3 ซึ่งผู้ที่เคยเกิดอุบัติเหตุส่วนมากมาจากความประมาทของตนเอง แต่มีบางส่วนที่เกิดจากการขาดความรู้ความชำนาญ คิดเป็นร้อยละ 11.4 ซึ่งบุคลากรกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่ควรได้รับการอบรมเพิ่มเติม เมื่อนำมาหาความสัมพันธ์ พบว่าตำแหน่งหน้าที่ ปริมาณงานมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ค่า  $P < 0.05$  อันอาจกล่าวได้ว่าบุคลากรที่คิดว่าตนเองได้ปฏิบัติงานมากหรือน้อยไปมีผลต่อทำให้สุขภาพผิดปกติได้ บุคลากรที่มีตำแหน่งหน้าที่รังสีเทคนิค/วิศวกร/เทคนิคการแพทย์มี

ภาวะสุขภาพที่ผิดปกติมากกว่าบุคลากรในตำแหน่งอื่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สิ่งแวดล้อมการทำงาน กับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพในสถานที่ทำงานของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลศูนย์ ซึ่งผลการศึกษาพบว่าการปฏิบัติงาน ตำแหน่งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพในสถานที่ทำงานของพยาบาลวิชาชีพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ค่า  $P = 0.02, 0.000$  ตามลำดับ )

#### 4. ข้อมูลด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ

พบว่า บุคลากรส่วนมากมีความรู้ด้านสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง เจตคติอยู่ในด้านบวก พฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับดี และการปฏิบัติพฤติกรรมการออกกำลังกาย พบว่าบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ส่วนมากไม่เคยออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 40.4 และออกกำลังกายนาน ๆ ครั้ง/สัปดาห์ คิดเป็น ร้อยละ 43.8 ซึ่งเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับการศึกษาภาวะสุขภาพของพยาบาลในโรงพยาบาลเขตกรุงเทพมหานคร มีความสอดคล้องกันคือ พยาบาลผู้บริหารและพยาบาลประจำการไม่เคยออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 30.8 และออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอคิดเป็นร้อยละ 41.8<sup>(45)</sup> ส่วนพฤติกรรมด้านการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงถึงจะพบผู้ที่ทานทุกครั้งเพียงร้อยละ 1.5 และบ่อยครั้งเพียงร้อยละ 28.7 ถึงแม้จะอยู่ในเกณฑ์ต่ำ ก็นับว่ามีความสำคัญเพราะอาหารไขมันสูงเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โรคอ้วน โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ<sup>(58)</sup>

#### 5. ข้อมูลภาวะสุขภาพ

มีความแตกต่างในด้านโปรแกรมการตรวจสุขภาพ เมื่อเปรียบเทียบกับโปรแกรมการตรวจสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี ซึ่งใช้ตามพระราชกฤษฎีกาเงินสวัสดิการเกี่ยวกับการรักษาพยาบาล (ฉบับที่ 4) โดยกำหนดให้ข้าราชการและลูกจ้างที่อายุน้อยกว่า 35 ปีบริบูรณ์ เบิกค่าตรวจสุขภาพประจำปีได้ คือ Chest X-Ray , Routine urine examination , Routine stool examination , Complete Blood Count , Pap-smear , Blood group<sup>(61)</sup> ซึ่งจากโปรแกรมการตรวจสุขภาพของโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ พบว่าบุคลากรที่อายุต่ำกว่า 35 ปี มีผลการตรวจน้อยซึ่งน้อยกว่าตามที่พระราชกฤษฎีกาให้ข้าราชการเบิกได้ คือไม่มีการตรวจ Complete Blood Count เมื่อเปรียบเทียบกับโปรแกรมการตรวจของทางโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี พบว่ามีการตรวจ Complete Blood Count ให้กับบุคลากรตั้งแต่อายุ 20-60 ปี พบความผิดปกติร้อยละ 4.3 โดยส่วนมากพบความผิดปกติในกลุ่มอายุ 20-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 2 จะเห็นได้ว่าการตรวจ Complete Blood Count มีความสำคัญกับกลุ่มอายุต่ำกว่า 35 ปี ซึ่งถ้าบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์มีการตรวจ Complete Blood Count อาจทำให้ทราบผู้ที่มีผลตรวจผิดปกติและดำเนินการรักษาได้ทันที

เปรียบเทียบผลการตรวจสุขภาพของโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ กับรายงานการตรวจร่างกายและการเฝ้าระวังโรคของโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี พบว่า ผลการตรวจสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ พบผลการตรวจผิดปกติมากกว่าโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี ในการตรวจน้ำตาลในเลือด FASTING BLOOD SUGAR , Cholesterol , Triglyceride คือ บุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ตรวจ 328 คน พบว่า ผลตรวจผิดปกติ 26 , 185 , 63 คน (คิดเป็นร้อยละ 7.9 , 56.4 , 19.2 ) ตามลำดับ แต่โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี จากการตรวจ 300 คน พบผิดปกติ 13 , 28 , 22 คน ( 4.3 , 9.3 , 7.3 ) ตามลำดับ จะเห็นว่ามีค่าแตกต่างกันมากโดยเฉพาะผลการตรวจ Cholesterol

ผลการตรวจสุขภาพที่สอดคล้องใกล้เคียงกันคือผลการตรวจ Chest X-Ray โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ตรวจ 798 คน พบผลตรวจผิดปกติ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 โรงพยาบาลนพรัตนราชธานีตรวจ 790 คน พบผลตรวจผิดปกติ จำนวน 9 ราย คิดเป็นร้อยละ 1.1

เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับการศึกษาอื่น ๆ พบว่า ผลการตรวจสุขภาพของโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ที่พบว่าบุคลากรมีความผิดปกติมาก คือ ค่าดัชนีมวลกายซึ่งพบว่ามีภาวะอ้วนร้อยละ 3.5 ซึ่งเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับภาวะอ้วนจากรายงานการสำรวจสถานะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทยพบใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 4.0<sup>(62)</sup> นอกจากนี้ผลตรวจสุขภาพที่พบภาวะผิดปกติส่วนใหญ่อีกประเภทคือ ผลตรวจ Cholesterol พบว่าผิดปกติร้อยละ 56.4 โดยมี Cholesterol สูงกว่า 200 mg/dl คิดเป็นร้อยละ 48.8 ซึ่งสอดคล้องกับการสำรวจภาวะสุขภาพของประชาชนโดยการตรวจร่างกาย พ.ศ. 2539-2540 พบ Cholesterol สูงกว่า 200 mg/dl คิดเป็น 34.4<sup>(63)</sup>

เปรียบเทียบเกณฑ์ทางห้องปฏิบัติการ พบว่าโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์และโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี มีเกณฑ์ที่ใกล้เคียงกันคือ โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ มีค่า FASTING BLOOD SUGAR , Cholesterol , Triglyceride ปกติคือ 70-110 mg/dl , 150-200 mg/dl , 30-150 mg/dl ตามลำดับ ส่วนของโรงพยาบาลนพรัตนราชธานีมีค่าปกติคือ 70-100 mg/dl , 150-250 mg/dl , 30-150 mg/dl

เมื่อเปรียบเทียบผลตรวจ Cholesterol ของบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ โดยใช้เกณฑ์ของโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี คือค่าปกติเท่ากับ 150-250 mg/dl พบว่าบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ที่ได้รับการตรวจทั้งหมด 328 คน มีผล Cholesterol ปกติ 259 คน คิดเป็นร้อยละ 79.0 และผลผิดปกติพบ 69 คน คิดเป็นร้อยละ 21 ซึ่งมีผู้ที่มีค่า Cholesterol สูงกว่า 250 mg/dl จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 13.4 จะเห็นได้ว่าบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์มี Cholesterol ที่พบผลตรวจผิดปกติมากกว่าโรงพยาบาลนพรัตนราชธานีซึ่งพบเพียงร้อยละ 9.3



เมื่อเปรียบเทียบผลตรวจ Cholesterol ของบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ โดยใช้เกณฑ์ของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ คือค่าปกติเท่ากับ 150-220 mg/dl พบว่าบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์มีผล Cholesterol ปกติ จำนวน 204 คิดเป็นร้อยละ 62.2 และผลผิดปกติ จำนวน 124 คนคิดเป็นร้อยละ 37.8 จะเห็นว่าเมื่อใช้เกณฑ์ของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จากเดิมที่ผิดปกติร้อยละ 56.4 พบผลตรวจผิดปกติร้อยละ 37.8

ผลการตรวจสุขภาพเมื่อนำมาหาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพรายด้าน พบว่าภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการนอนหลับพักผ่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่  $P < 0.05$  ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาภาวะสุขภาพของพยาบาลในโรงพยาบาลเขตกรุงเทพ พบว่าภาวะสุขภาพของพยาบาลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมรับประทานอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  $P\text{-value} < 0.05$ <sup>(45)</sup>

#### 6. ข้อมูลด้านความเครียด

ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรส่วนมากมีความเครียดปานกลาง และสูงคิดเป็นร้อยละ 39.4, 38.0 ซึ่งจะเห็นว่าบุคลากรมีความเครียดปานกลางและสูงใกล้เคียงกัน ซึ่งต่างจากการศึกษาภาวะสุขภาพของพยาบาลในโรงพยาบาลเขตกรุงเทพมหานคร ที่พบว่าพยาบาลมีความเครียดจากการทำงานบ่อยครั้งคิดเป็นร้อยละ 23.9 และมีความเครียดบางครั้งคิดเป็นร้อยละ 74.6<sup>(45)</sup>

### ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

#### 1. การนำไปใช้กับหน่วยงานทรัพยากรบุคคล ในด้านการจัดโปรแกรมการตรวจสุขภาพ

ควรมีการจัดโปรแกรมการตรวจสุขภาพเพิ่มขึ้น เนื่องจาก ปัจจุบันเมื่อนำค่าดัชนีมวลกาย ความดันโลหิต การตรวจ Chest X-Ray และผลของการตรวจร่างกาย ในผู้ที่อายุต่ำกว่า 35 ปีมาพิจารณาแล้ว พบว่าบุคลากรร้อยละ 47.7% มีผลการตรวจสุขภาพที่ผิดปกติ สิ่งผิดปกตินี้อาจเป็น จุดเริ่มต้นของการเกิดโรคบางชนิดได้

สำหรับบุคลากรที่มีอายุมากกว่า 35 ปี ที่มีผลการตรวจสุขภาพผิดปกติ เช่น Fasting Blood Sugar , Cholesterol , Triglycerides , Creatinine , SGPT ควรได้รับการตรวจสุขภาพซ้ำ ภายหลังจากได้รับคำแนะนำแล้ว ส่วนบุคลากรเพศหญิงที่อายุ 35 ปีขึ้นไปหรือมากกว่าควรได้รับการตรวจเพิ่มในด้านการตรวจมะเร็งเต้านม เนื่องจากปัจจุบันมะเร็งเต้านมเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญอันดับ 2 รองจากมะเร็งปากมดลูก

สำหรับบุคลากรที่มีประวัติทางพันธุกรรม มีญาติ พี่น้องเจ็บป่วยด้วยด้วยโรคมะเร็งโรคหัวใจ ฯลฯ ควรได้รับการตรวจเพิ่มให้เหมาะกับโรค

2. การนำไปใช้ในหน่วยงานส่งเสริมสุขภาพ ในด้านการจัดกิจกรรมในการส่งเสริมและป้องกันสุขภาพ ควรจัดให้มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกับบุคลากร ทั้งบุคลากรที่มีสุขภาพปกติและบุคลากรที่มีผลตรวจสุขภาพผิดปกติ โดยบุคลากรที่มีผลตรวจสุขภาพปกติเน้นที่การป้องกันโรค และบุคลากรที่มีผลตรวจสุขภาพผิดปกติเน้นที่การรักษาเป็นหลัก เช่นในปัจจุบันทางโรงพยาบาลจัดให้มีการอบรมความรู้กับผู้มารับบริการบ่อยครั้ง อาจจัดให้มีบุคลากรเข้ารับฟังการ อบรมด้วยโดยเฉพาะผู้ที่มีผลตรวจสุขภาพผิดปกติ โดยจัดให้เป็นเวลาทำงาน

เนื่องจากการทำวิจัยครั้งนี้พบว่าบุคลากรมีความเครียด ในระดับปานกลางถึงรุนแรง คิดเป็นร้อยละ 84.1 ทางแผนกจึงควรมีการจัดการบรรยายเกี่ยวกับ เรื่องการบริหารและจัดการ ความเครียด และอาจมีการประสานกับแผนกพัฒนาทรัพยากรบุคคลในด้านการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อเป็นการผ่อนคลายความเครียด

### 3. ด้านการเฝ้าระวังโรค

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ จึงทำให้ทราบพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรว่ากลุ่มใดอยู่ในกลุ่มเสี่ยง ถึงแม้ว่าผลการตรวจสุขภาพจะแสดงค่าปกติ จึงควรมีการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพ โดยเฉพาะพฤติกรรมในด้านการออกกำลังกาย ซึ่งพบว่าบุคลากรส่วนมากไม่เคยออกกำลังกาย หรือออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ และในด้านการนอนหลับพักผ่อน ซึ่งยังพบว่าบุคลากรส่วนมากนอนหลับพักผ่อนน้อยกว่าวันละ 6 ชั่วโมง ส่วนในบุคลากรที่มีผลการตรวจสุขภาพที่ผิดปกติ ควรนำมาใช้ในการพิจารณาเพื่อปรับหน้าที่การงานให้เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ

4. การนำไปสำหรับแผนกเทคโนโลยีสารสนเทศ เนื่องจากข้อมูลในการทำวิจัยครั้งนี้ได้จัดลงในโปรแกรม Excel และวิเคราะห์ผลด้วยโปรแกรม SPSS ได้มีการจัดเก็บเป็นระบบโดยแยกในส่วนของผลการตรวจสุขภาพ ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต ประวัติการเจ็บป่วยทางพันธุกรรม ความรู้ เจตคติ การปฏิบัติ การทำงาน ซึ่งทางแผนกสามารถนำไปเขียนโปรแกรมเพื่อนำมาใช้เปรียบเทียบข้อมูลกับการตรวจสุขภาพในปีต่อ ๆ ไป และการจัดเก็บข้อมูลจะได้เป็นระบบมากขึ้น

5. การนำไปใช้ในหน่วยงานอาชีพและความปลอดภัยในการทำงาน จากการทำวิจัยยังพบว่าบุคลากร เห็นว่าในหน่วยงานของตนเองยังมีสารเคมีที่อาจได้รับอันตรายได้ ทางหน่วยงาน อาจต้องมีการตรวจสอบกลับไปยังแผนกต่าง ๆ ว่ามีสารเคมีที่อาจเป็นอันตรายหรือไม่ ถ้ามีควรรับดำเนินการแก้ไข หรือถ้าไม่พบสารเคมีในระดับที่เป็นอันตรายควรจัดการอบรมความรู้เกี่ยวกับสารเคมีและความปลอดภัยในการทำงานในโรงพยาบาล บุคลากรจะได้มีความเข้าใจและสามารถป้องกันสารเคมีได้

6. สำหรับผู้บริหาร เนื่องจากทางโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์มีการจัดอบรมสัมมาเรื่องโรคโดยบุคคลภายนอกบ่อยครั้ง แต่พบปัญหาคือบุคลากรภายในโรงพยาบาลไม่ค่อยเข้าร่วมเนื่องจาก

ตรงกับวันทำงาน ซึ่งการอบรมจะมีประโยชน์มากถ้าบุคลากรได้รับการอบรมในโรคที่เกี่ยวข้องกับแต่ละคน ประกอบกับการทำวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบภาวะสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาล ซึ่งจะสอดคล้องกับองค์ประกอบที่ 4 ในการจัดโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ( Health Promotion Hospital ) คือ ด้านการจัดการส่งเสริมสุขภาพสำหรับบุคลากร ซึ่งบุคลากรในโรงพยาบาลจัดเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาโรงพยาบาล ในการจัดโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ให้เป็นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพได้

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยสำรวจความต้องการและความพึงพอใจ ในโปรแกรมการตรวจสุขภาพของโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ เนื่องจากในการวิจัยครั้งนี้ยังพบว่าบุคลากรบางท่านมีผลการตรวจสุขภาพไม่ครบตามที่ต้องตรวจ และบางท่านมีการขอตรวจนอกจากที่ระบุในโปรแกรมการตรวจสุขภาพ
2. การเปรียบเทียบภาวะสุขภาพก่อนและหลังจากที่ได้รับคำแนะนำสุขภาพ ของบุคลากรโรงพยาบาลเซนต์หลุยส์
3. ควรมีการศึกษาภาวะสุขภาพของแพทย์และทันตแพทย์ เนื่องจากเป็นบุคลากรที่สำคัญ โดยอาจใช้เปรียบเทียบผลการตรวจสุขภาพก่อนและหลัง คือเปรียบเทียบผลการตรวจสุขภาพในปัจจุบันกับผลตรวจสุขภาพก่อนเข้าทำงาน และเปรียบเทียบผลตรวจสุขภาพในปีต่อไป หรือจัดโปรแกรมการออกกำลังกายให้แพทย์ได้เข้าร่วมและทำการวัดผลหลังการออกกำลังกาย เพื่อดูสมรรถภาพการทำงานของร่างกายและกล้ามเนื้อ