

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในสังกัดกระทรวงศึกษาธิการ และศึกษาลักษณะส่วนบุคคล ลักษณะทางบ้านและ ทางโรงเรียน ของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จากหาคำถามขนาดกลุ่มตัวอย่างที่น้อยสุดในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษานี้ คือ 2,721 คน การศึกษาครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 2,874 คน ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล จะเสนอเป็น 5 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลลักษณะส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 ข้อมูลลักษณะทางบ้าน

ส่วนที่ 3 ข้อมูลลักษณะทางโรงเรียน แบ่งออกเป็น

3.1 ข้อมูลประเภทโรงเรียนและระดับการศึกษา

3.2 ข้อมูลความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ ผู้บริหาร ครู เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของเพื่อน

ส่วนที่ 4 ข้อมูลพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน

ส่วนที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ตามลักษณะส่วนบุคคล ลักษณะทางบ้าน และทางโรงเรียน

## ส่วนที่ 1 ข้อมูลด้านลักษณะส่วนบุคคล

ตารางที่ 4.1 แสดงจำนวน และร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล (n = 2,874)

ลักษณะส่วนบุคคล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	1,055	36.7
หญิง	1,798	62.6
ไม่ตอบ	21	0.7
<b>อายุ</b>		
14 ปี	12	0.4
15 ปี	319	11.1
16 ปี	761	26.5
17 ปี	890	31.0
18 ปี ขึ้นไป	858	29.8
ไม่ตอบ	34	1.2
<i>Mean = 16.9, Median = 17, SD = 1.16, Min = 14, Max = 25</i>		
<b>การเจ็บป่วยในรอบ 6 เดือน</b>		
ไม่เจ็บป่วย	1,391	48.4
เจ็บป่วย	1,445	50.3
ไม่ตอบ	38	1.3
<b>การมีโรคประจำตัว</b>		
ไม่มี	2,365	82.3
มี	445	15.5
ไม่ตอบ	64	2.2

ตารางที่ 4.1 (ต่อ) แสดงจำนวน และร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล (n = 2,874)

ลักษณะส่วนบุคคล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>การเข้าร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพของโรงเรียน</b>		
ไม่เข้าร่วมกิจกรรม	679	23.6
เข้าร่วมเฉพาะกิจกรรมที่ถูกบังคับ	611	21.3
เข้าร่วมเฉพาะกิจกรรมที่ชอบ	819	28.5
เข้าร่วมทุกกิจกรรม	712	24.8
ไม่ตอบ	53	1.8

จากตารางที่ 4.1 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่ศึกษาในครั้งนี้อยู่เป็นนักเรียนหญิง คิดเป็นร้อยละ 62.6 อายุเฉลี่ย 16.9 ปี ต่ำสุด 14 ปี สูงสุด 25 ปี มีอายุ 17 ปีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.0 ในรอบ 6 เดือนก่อนการศึกษานี้ นักเรียนมีการเจ็บป่วย ร้อยละ 50.3 คิดเป็นอัตราส่วน 1:1 ต่อการไม่เจ็บป่วย นักเรียนที่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 15.5 นักเรียนที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพของโรงเรียนคิดเป็นร้อยละ 23.6

ตารางที่ 4.2 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนชายมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ และ ส่วนสูง (n=1,055)

อายุ(ปี)	ส่วนสูง* (คน)						ส่วนสูงเฉลี่ย(ซ.ม)	SD
	เตี้ยมาก	เตี้ย	ปกติ	ดี	สูงมาก	ไม่ตอบ		
14	-	-	-	2	5	-	168.5	6.38
				(28.6)	(71.4)			
15	-	-	10	46	73	7	169.5	5.90
			(7.4)	(33.8)	(53.7)	(5.1)		
16	1	3	36	114	121	8	170.9	6.35
	(0.4)	(1.1)	(12.7)	(40.3)	(42.8)	(2.7)		
17	-	4	61	138	97	11	170.9	5.93
		(1.3)	(19.6)	(44.4)	(31.2)	(3.5)		
18 ปีขึ้นไป	2	9	51	132	101	12	170.9	6.29
	(0.7)	(2.9)	(16.6)	(43.0)	(32.9)	(3.9)		
รวม	3	16	158	432	397	38	170.7	6.16
	(0.3)	(1.5)	(15.1)	(41.4)	(38.0)	(3.6)		

\* การประเมินส่วนสูงใช้เกณฑ์จากแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-6<sup>(23)</sup>

จากตารางที่ 4.2 พบว่านักเรียนชายมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร มีส่วนสูงเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ปกติ แต่มีนักเรียนชายที่มีส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานรวม ร้อยละ 1.8 ซึ่งแยกเป็น อายุ 16 ปี (ร้อยละ 1.5) และอายุ 18-25 ปี (ร้อยละ 3.6)

ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ และ ส่วนสูง (n=1,798)

อายุ(ปี)	ส่วนสูง* (คน)						ส่วนสูง เฉลี่ย(ซ.ม)	SD
	เตี้ยมาก	เตี้ย	ปกติ	ดี	สูงมาก	ไม่ตอบ		
14	-	-	2 (40.0)	2 (40.0)	1 (20.0)	-	155.0	4.16
15	-	1 (0.5)	30 (16.4)	69 (37.7)	75 (41.0)	8 (4.4)	160.0	5.58
16	-	5 (1.0)	78 (16.4)	222 (46.5)	152 (31.9)	20 (4.2)	160.0	5.98
17	-	12 (2.1)	145 (25.4)	233 (40.7)	165 (28.8)	17 (3.0)	159.0	5.88
18 ปีขึ้นไป	3 (0.6)	6 (1.1)	123 (22.6)	208 (38.2)	185 (34.0)	19 (3.5)	160.0	5.68
รวม	3 (0.2)	24 (1.3)	378 (21.2)	734 (41.2)	578 (32.5)	64 (3.6)	159.3	5.84

\* การประเมินส่วนสูงใช้เกณฑ์จากแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-6<sup>(23)</sup>

จากตารางที่ 4.3 พบว่านักเรียนหญิงมีส่วนสูงเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ปกติ แต่มีนักเรียนหญิงที่มีส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานรวมร้อยละ 1.6 แยกเป็น อายุ 15 ปี (ร้อยละ 0.5) อายุ 16 ปี (ร้อยละ 1.0) อายุ 17 ปี (ร้อยละ 2.1) และ อายุ 18-25 ปี (ร้อยละ 1.7)

ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนชายมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ และ น้ำหนัก (n=1,055)

อายุ (ปี)	น้ำหนัก* (คน)						น้ำหนักเฉลี่ย(ก.ก)	SD
	น้อยมาก	น้อย	ปกติ	ดี	มากเกินไป	ไม่ตอบ		
14	-	-	-	3	4	-	56.6	10.57
				(42.9)	(57.1)			
15	-	1	23	47	60	5	57.1	12.06
		(0.7)	(16.9)	(34.6)	(44.1)	(3.7)		
16	-	1	69	80	127	6	59.5	11.41
		(0.4)	(24.4)	(28.3)	(44.9)	(2.0)		
17	1	18	60	111	109	12	59.6	11.15
	(0.3)	(5.9)	(19.3)	(35.7)	(35.0)	(3.9)		
18 ปีขึ้นไป	8	18	66	115	89	11	59.0	11.09
	(2.6)	(5.9)	(21.5)	(37.5)	(29.0)	(3.5)		
รวม	9	38	218	356	389	34	60.0	11.31
	(0.9)	(3.6)	(20.9)	(34.1)	(37.2)	(3.3)		

\* การประเมินส่วนสูงใช้เกณฑ์จากแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-6<sup>(23)</sup>

จากตารางที่ 4.4 พบว่า นักเรียนชายร้อยละ 37.2 มีน้ำหนักมากเกินไป โดยนักเรียนชายที่มีน้ำหนักเกิน มากที่สุดอายุ 14 ปี (ร้อยละ 57.1) รองลงมา อายุ 16 ปี (ร้อยละ 44.9) และ 15 ปี (ร้อยละ 44.1) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ และน้ำหนัก (n=1,789)

อายุ (ปี)	น้ำหนัก* (คน)						น้ำหนักเฉลี่ย(ก.ก)	SD
	น้อยมาก	น้อย	ปกติ	ดี	มากเกินไป	ไม่ตอบ		
14	-	1 (20.0)	2 (40.0)	1 (20.0)	1 (20.0)	-	44.9	9.33
15	-	3 (1.6)	46 (25.1)	85 (46.5)	41 (22.4)	8 (4.4)	51.1	9.74
16	7 (1.5)	22 (4.6)	132 (27.7)	207 (43.4)	86 (18.0)	23 (4.8)	50.2	12.14
17	13 (2.3)	49 (8.6)	201 (35.0)	202 (35.3)	95 (16.6)	12 (2.1)	49.5	8.24
18 ปีขึ้นไป	12 (2.2)	45 (8.3)	180 (33.1)	213 (39.2)	83 (15.3)	11 (2.0)	49.3	7.87
รวม	32 (1.8)	120 (6.7)	561 (31.5)	708 (39.8)	306 (17.2)	53 (3.0)	49.8	9.62

\* การประเมินส่วนสูงใช้เกณฑ์จากแบบบันทึกการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-6<sup>(23)</sup>

จากตารางที่ 4.5 พบว่านักเรียนหญิงมีน้ำหนักมากเกินไปรวม ร้อยละ 17.2 โดยนักเรียนหญิงที่มีน้ำหนักเกินมากที่สุดอายุ 15 ปี(ร้อยละ 22.4) รองลงมาอายุ 14 และ 16 คิดเป็นร้อยละ 20.0 และ 18.0 ตามลำดับ

## ส่วนที่ 2. ข้อมูลลักษณะทางบ้าน

ตารางที่ 4.6 แสดงจำนวนและร้อยละ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะทางบ้าน (n = 2,874)

ลักษณะทางบ้าน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย</b>		
บิดาและมารดา	1,921	66.8
บิดา	329	11.4
มารดา	101	3.5
ญาติ	445	15.5
เพื่อน	32	1.1
อื่นๆ ได้แก่ ผู้อุปการะ/เจ้านาย, หอพักคนเดียว/กับพี่สาว		
อยู่หอพักกับครู/โรงเรียน	33	1.1
ไม่ตอบ	13	0.5
<b>สถานภาพสมรสของบิดา- มารดา</b>		
อยู่ร่วมกัน(คู่)	2,137	74.4
แยกกันอยู่	285	9.9
หย่า	197	6.9
หม้าย / บิดาเสียชีวิต	192	6.7
หม้าย/ มารดาเสียชีวิต	44	1.5
มารดาและบิดาเสียชีวิต	6	0.2
ไม่ตอบ	13	0.5
<b>ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว</b>		
ไม่พอใช้ เป็นหนี้	169	5.9
ไม่พอใช้ ไม่เป็นหนี้	83	2.9
พอใช้ เป็นหนี้	688	23.9
พอใช้ ไม่เป็นหนี้	1,303	45.3
พอใช้ เหลือเก็บ	591	20.6
ไม่ตอบ	40	1.4



ตารางที่ 4.6 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะ  
 ทางบ้าน (n = 2,874)

ลักษณะทางบ้าน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน</b>		
ไม่พอใช้	604	21.0
พอใช้	1,947	67.7
ไม่ตอบ	323	11.2

จากตารางที่ 4.6 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดา-มารดา (ร้อยละ 66.8) สถานะภาพสมรสของบิดา-มารดาอยู่ร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 74.4 และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวอยู่ในระดับ พอใช้ ไม่เป็นหนี้ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.3 และ ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนนั้นพอใช้ ร้อยละ 76.3

### 3. ข้อมูลลักษณะทางโรงเรียน

#### 3.1 ข้อมูลประเภทโรงเรียนและระดับการศึกษา

ตารางที่ 4.7 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามประเภทโรงเรียนและ ระดับการศึกษา (n = 2,874)

ประเภท/ ระดับการศึกษา	รัฐบาล		เอกชน		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มัธยมศึกษา	1,017	35.4	443	15.4	1,450	50.8
ชั้นปีที่ 4	317	66.9	157	33.1	474	100.0
ชั้นปีที่ 5	353	72.0	137	28.0	490	100.0
ชั้นปีที่ 6	347	70.0	149	30.0	496	100.0
อาชีวศึกษา	244	8.5	1,170	40.7	1,414	49.2
ชั้นปีที่ 1	68	15.4	374	84.6	442	100.0
ชั้นปีที่ 2	105	21.4	386	78.6	491	100.0
ชั้นปีที่ 3	71	14.8	410	85.2	481	100.0
รวม	1,261	43.9	1,613	56.1	2,864	100.0

จากตารางที่ 4.7 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมาจากโรงเรียน รัฐบาล : เอกชน คิดเป็นร้อยละ 43.9 : 56.1 โดยเป็นประเภทสามัญศึกษา : อาชีวศึกษา คิดเป็นร้อยละ 50.8 : 49.2 และจำนวนนักเรียนแต่ละชั้นปีในโรงเรียนประเภทเดียวกันมีจำนวนใกล้เคียงกัน

3.2 ข้อมูลความคิดเห็นของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ที่มีต่อผู้บริหารโรงเรียน ครูเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ และต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของเพื่อน

ตารางที่ 4.8 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ที่มีความคิดเห็นต่อลักษณะพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้บริหาร(n= 2,874)

ความคิดเห็นต่อผู้บริหาร	จำนวน (คน)					ไม่ตอบ	ค่าเฉลี่ย
	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด		
1. ผู้บริหารกำหนดกฎระเบียบพร้อมทั้งควบคุมตรวจสอบให้สถานที่ขายอาหาร ผู้ปรุงอาหาร ผู้จำหน่ายอาหาร อุปกรณ์ต่างๆ ถูกต้องตามกฎ	170	444	1219	796	199	46	3.22
มาตรฐานสุขาภิบาลอาหาร	(5.9)	(15.4)	(42.4)	(27.7)	(6.9)	(1.3)	
2. ผู้บริหารส่งเสริมให้มีระบบรักษาความปลอดภัยจากอุบัติเหตุ และอุบัติเหตุต่างๆ ทั้งภายในและ บริเวณหน้าโรงเรียน	131	418	1,177	845	285	18	3.26
	(4.6)	(14.5)	(41.0)	(29.4)	(9.9)	(0.6)	
3. ผู้บริหารสนับสนุนให้มีการแข่งขันกีฬาในโรงเรียนและระหว่างโรงเรียน	361	527	992	713	262	19	3.00
	(12.6)	(18.3)	(34.5)	(24.8)	(9.1)	(0.7)	
4. ผู้บริหารกำหนดนโยบายของโรงเรียน ให้ครูและเจ้าหน้าที่ของโรงเรียนปฏิบัติตัวเป็น แบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน เช่น ห้ามสูบบุหรี่ ห้ามดื่มสุรา	181	487	1,040	801	344	21	3.22
	(6.3)	(16.9)	(36.2)	(27.9)	(12.0)	(0.7)	
5. ผู้บริหารจัดกิจกรรมนอกสถานศึกษา ร่วมกับผู้ปกครอง ชุมชน และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข	675	840	922	332	74	31	2.40
	(23.5)	(29.2)	(32.1)	(11.6)	(2.6)	(1.1)	

จากตารางที่ 4.8 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเห็นว่า ผู้บริหารสนับสนุนกิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพในระดับปานกลางค่อนข้างมาก ยกเว้น การจัดกิจกรรมนอกสถานที่ร่วมกับผู้ปกครอง ชุมชน และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่ระบุว่าผู้บริหารมีอยู่ระดับน้อย-น้อยที่สุด

ตารางที่ 4.9 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานครที่แสดงความคิดเห็นต่อ ลักษณะพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของครู(n =2,874)

ความคิดเห็นต่อครู/ อาจารย์	จำนวน (คน)					ไม่ตอบ	ค่าเฉลี่ย
	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด		
1. ครูปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียนด้านสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย ไม่สูบบุหรี่ เป็นต้น	137 (4.8)	438 (15.2)	1,343 (46.7)	644 (22.4)	289 (10.1)	23 (0.8)	3.18
2. ครูส่งเสริมดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน	47 (1.6)	264 (9.2)	1,244 (43.3)	1,052 (36.6)	253 (8.8)	14 (0.5)	3.42
3. ครูเอาใจใส่ดูแลให้มีการตรวจสุขภาพโดยมีการบันทึกบัตรสุขภาพนักเรียน	455 (15.8)	846 (29.4)	1,061 (36.9)	402 (14.0)	92 (3.2)	18 (0.6)	2.59
4. หลักสูตรการเรียนการสอนวิชาสุขศึกษานำไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน	71 (2.5)	315 (11.0)	1,263 (43.9)	971 (33.8)	223 (7.8)	31 (1.1)	3.34

จากตารางที่ 4.9 นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเห็นว่าครูมีการส่งเสริมสุขภาพในระดับปานกลางค่อนข้างมาก ยกเว้น การเอาใจใส่ดูแลให้มีการตรวจสุขภาพโดยมีการบันทึกบัตรสุขภาพนักเรียน ซึ่งนักเรียนเกือบ ร้อยละ 50 เห็นว่าครูมีการปฏิบัติน้อย- น้อยที่สุด

ตารางที่ 4.10 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานครที่แสดงความคิดเห็นต่อลักษณะพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของเพื่อน(n =2,874)

ความคิดเห็นต่อพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพของเพื่อน	จำนวน (คน)						ค่า เฉลี่ย
	น้อย ที่สุด	น้อย	ปาน กลาง	มาก	มาก ที่สุด	ไม่ตอบ	
1. สนใจเรื่องการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง	51 (1.8)	228 (7.9)	1,307 (45.5)	839 (29.2)	206 (7.2)	243 (8.5)	3.35
2. เลือกกินอาหารที่สะอาดและมี ประโยชน์ต่อร่างกาย	27 (0.9)	204 (7.1)	1,239 (43.1)	1,095 (38.1)	278 (9.7)	31 (1.1)	3.49
3. ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	61 (2.1)	383 (13.3)	1,172 (40.8)	868 (30.2)	353 (12.3)	37 (1.3)	3.38
4. ให้ความสำคัญเมื่อท่านมีปัญหา	111 (3.9)	367 (12.8)	1,239 (43.1)	862 (30.0)	250 (8.7)	45 (1.6)	3.27
5. ใช้สารเสพติด *	1,823 (63.4)	314 (10.9)	305 (10.6)	152 (5.3)	76 (2.6)	204 (7.1)	1.63
6. สูบบุหรี่*	1,772 (61.7)	394 (13.7)	279 (9.7)	153 (5.3)	89 (3.1)	187 (6.5)	1.66
7. ดื่มสุรา*	1,674 (58.2)	449 (15.6)	345 (12.0)	154 (5.4)	75 (2.6)	177 (6.2)	1.70
8. เคยมีเพศสัมพันธ์*	1,943 (67.6)	280 (9.7)	251 (8.7)	89 (3.1)	76 (2.6)	235 (8.2)	1.51
9. ระมัดระวังเรื่องความปลอดภัยบน ท้องถนน เช่น สวมหมวกนิรภัยหรือ คาดเข็มขัดนิรภัย เมื่อใช้ยานพาหนะ	238 (8.3)	391 (13.6)	1,147 (39.9)	695 (24.2)	328 (11.4)	75 (2.6)	3.17
10. หลีกเลี่ยงการทำลายสิ่งแวดล้อม และช่วยดูแลสิ่งแวดล้อม เช่น ทิ้งขยะใน ที่รองรับ, ปลูกต้นไม้	159 (5.5)	326 (11.3)	1,182 (41.1)	804 (28.0)	350 (12.2)	53 (1.8)	3.30

\* พฤติกรรมด้านลบ

จากตาราง 4.8 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเห็นว่าเพื่อนนักเรียนมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านบวกอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างไปทางมาก ส่วนพฤติกรรมด้านลบเพื่อนมีการปฏิบัติอยู่ในระดับน้อย อย่างไรก็ตามจะเห็นว่า พฤติกรรม เคยมีเพศสัมพันธ์, ใช้สารเสพติด, ดื่มสุรา และ สูบบุหรี่ มีนักเรียนกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 5.7, 7.9, 8.0 และ 8.4 ตามลำดับเห็นว่าเพื่อนนักเรียนมีการปฏิบัติระดับมาก-มากที่สุด

#### ส่วนที่ 4. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน

ตารางที่ 4.11 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรม  
การบริโภคอาหาร (n = 2,874)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	จำนวน(คน)/ (ร้อยละ)						ค่าเฉลี่ย
	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	ไม่ตอบ	
1. กินอาหารครบ 5 หมู่	93 (3.2)	368 (12.8)	1,382 (48.1)	733 (25.5)	281 (9.8)	17 (0.6)	3.26
2. กินอาหารครบ 3 มื้อ	118 (4.1)	486 (16.9)	769 (26.8)	805 (28.0)	675 (23.5)	21 (0.7)	3.50
3. ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว	111 (3.9)	517 (18.0)	1,019 (35.5)	705 (24.5)	495 (17.2)	27 (0.9)	3.34
4. กินเนื้อปลา	129 (4.5)	554 (19.3)	1,098 (38.2)	761 (26.5)	311 (10.8)	21 (0.7)	3.20
5. กินผัก, ผลไม้	54 (1.9)	237 (8.2)	934 (32.5)	1,021 (35.5)	612 (21.3)	16 (0.6)	3.66
6. กินอาหารที่มีน้ำมันและไขมันสูง*	158 (5.5)	563 (19.6)	1,220 (42.5)	676 (23.5)	230 (8.0)	27 (0.9)	3.09
7. กินอาหารรสหวานจัด, เค็มจัด, เปรี้ยวจัด, เผ็ดจัด หรือของมกกดอง*	307 (10.7)	641 (22.3)	947 (33.0)	669 (23.3)	393 (10.2)	17 (0.6)	3.00
8. กินอาหารที่ปรุงสุก	17 (0.6)	64 (2.2)	321 (11.2)	892 (31.0)	1,562 (54.3)	18 (0.6)	4.37
9. สังเกตความสะอาดของอาหารและ ผู้ขายอาหารก่อนซื้อ	45 (1.6)	223 (7.8)	909 (31.9)	996 (34.9)	677 (23.8)	24 (0.8)	3.71
10. ล้างมือก่อนกินอาหาร	198 (6.9)	601 (20.9)	1,107 (38.5)	616 (21.4)	333 (11.6)	19 (0.7)	3.10
11. ใช้ช้อนกลางเมื่อกินอาหารร่วมกับ ผู้อื่น	394 (12.1)	644 (22.4)	971 (33.8)	546 (19.0)	342 (11.9)	22 (0.8)	2.98
12. กินอาหารจานด่วน เช่น แฮมเบอร์เกอร์, พิซซ่า*	564 (19.6)	782 (27.2)	920 (32.0)	434 (15.1)	151 (5.3)	23 (0.8)	2.59
13. อาหารที่ปรุงรสบรรจุสำเร็จรูป*	358 (12.5)	816 (28.4)	1,002 (34.9)	515 (17.9)	165 (5.7)	18 (0.6)	2.75

\*พฤติกรรมสุขภาพด้านลบ

ตารางที่ 4.11 (ต่อ) แสดงจำนวน(ร้อยละ) ในพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร (n = 2,874)

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	จำนวน(คน)/ (ร้อยละ)					ไม่ตอบ	ค่าเฉลี่ย
	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด		
14. ดื่มน้ำอัดลม *	287 (10.0)	537 (18.7)	902 (31.4)	688 (23.9)	443 (15.4)	17 (0.6)	3.16
15. ดื่มนม	151 (5.3)	381 (13.3)	930 (32.4)	742 (25.8)	615 (21.4)	55 (1.9)	3.46

\* พฤติกรรมสุขภาพด้านลบ

จากตารางที่ 4.11 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย มีพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารด้านบวกอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างไปทางมาก ยกเว้น การใช้ช้อนกลางเมื่อกินอาหารร่วมกับผู้อื่นมีการปฏิบัติในระดับปานกลางค่อนข้างไปทางน้อย ซึ่งนักเรียน ร้อยละถึง 34.5 มีการปฏิบัติน้อย- น้อยที่สุด สำหรับพฤติกรรมด้านลบนั้นนักเรียนมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางที่ค่อนข้างไปทางน้อย ยกเว้น การดื่มน้ำอัดลม การกินอาหารรสจัดและ การกินอาหารที่มีน้ำมันและไขมันสูงที่มีการปฏิบัติในระดับปานกลางค่อนข้างไปทางมาก ซึ่งพบว่านักเรียนร้อยละ 39.3, 33.5 และ 31.5 ปฏิบัติมากที่สุด ตามลำดับ

ตารางที่ 4.12 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรมการ ออกกำลังกาย (n = 2,874)

พฤติกรรมการออกกำลังกาย	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>การออกกำลังกายในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา</b>		
ออกกำลังกายสม่ำเสมอ	967	33.6
ออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ	1,316	45.9
ไม่เคยออกกำลังกาย	583	20.3
ไม่ตอบ	8	0.2
<i>สาเหตุไม่ออกกำลังกายเพราะ(ตอบมากกว่า 1 ข้อ ,n =583)</i>		
ไม่มีเวลา	352	60.4
ไม่มีสถานที่	195	33.4
ไม่มีอุปกรณ์	99	17.0
ขี้เกียจ	31	5.3
ไม่ชอบ	10	1.7
ไม่มีเพื่อน	9	1.5
แข็งแรงแล้ว/ สุขภาพไม่ดี/ อ้วน	5	0.9

จากตารางที่ 4.12 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ออกกำลังกายในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา อย่างสม่ำเสมอ คิดเป็นร้อยละ 33.6 ซึ่งร้อยละ 20.3 ไม่เคยออกกำลังกายเลย โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าไม่มีเวลา



ตารางที่ 4.13 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในการดูแลสุขภาพในรอบ 1 ปี ที่ผ่านมา (n = 2,874)

การดูแลสุขภาพ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>การตรวจสุขภาพร่างกาย</b>		
ไม่ได้ตรวจ	1,952	67.9
ตรวจ	801	27.9
ไม่ตอบ	121	4.2
<b>การตรวจสุขภาพช่องปาก</b>		
ไม่ได้ตรวจ	1,900	66.1
ตรวจ	841	29.3
ไม่ตอบ	133	4.6

จากตารางที่ 4.13 พบว่าในรอบปีที่ผ่านมา นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ได้รับการตรวจสุขภาพร่างกาย ร้อยละ 27.9 และได้รับการตรวจสุขภาพในช่องปาก ร้อยละ 29.3

ตารางที่ 4.14 แสดงจำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรมด้าน  
สุขภาพจิต(n = 2,874)

พฤติกรรมด้านสุขภาพจิต	จำนวน(คน)/ (ร้อยละ)						ค่าเฉลี่ย
	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	ไม่ตอบ	
1. มีความสุขดี	31 (1.1)	140 (4.9)	1,052 (36.6)	1,171 (40.7)	469 (16.3)	11 (0.4)	3.67
2. เป็นคนสนุกสนาน ยิ้มแย้ม ร่าเริง	10 (0.3)	69 (2.4)	711 (24.7)	1,194 (41.5)	879 (30.6)	11 (0.4)	4.00
3. มีความสนิทสนมกับพ่อ-แม่ / ผู้ปกครอง	72 (2.5)	157 (5.5)	669 (23.3)	988 (34.4)	978 (34.0)	10 (0.3)	3.92
4. มีความสนิทสนมกับเพื่อน	21 (0.7)	54 (1.9)	543 (18.9)	1,302 (45.3)	941 (32.7)	13 (0.5)	4.08
5. มีความสนิทสนมกับครู	115 (4.0)	440 (15.3)	1,508 (52.4)	658 (22.9)	143 (5.0)	12 (0.4)	3.10
6. รู้สึกตนเองด้อยกว่าผู้อื่น*	655 (22.8)	867 (30.2)	1,020 (35.5)	236 (8.2)	76 (2.6)	20 (0.7)	2.37
7. นอนไม่หลับหรือต้องใช้ยาช่วยให้หลับ*	2,160 (75.2)	297 (10.3)	203 (7.1)	97 (3.4)	73 (2.5)	44 (1.5)	1.45
8. รู้สึกโมโห หงุดหงิด จุนเจียวง่าย*	537 (18.7)	855 (29.7)	905 (31.5)	376 (13.2)	182 (6.3)	16 (0.6)	2.59
9. ชอบช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหา	69 (2.4)	271 (9.4)	1,545 (53.8)	738 (25.7)	239 (8.3)	12 (0.4)	3.00
10. ชอบทำงานคนเดียว ไม่เข้ากลุ่มกับเพื่อน*	1,306 (45.4)	791 (27.5)	524 (18.2)	141 (4.9)	82 (2.9)	30 (1.0)	1.91

\*พฤติกรรมหรือความรู้สึกด้านลบ

จากตารางที่ 4.14 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร มีพฤติกรรมด้านสุขภาพจิตด้านบวกอยู่ในระดับปานกลางที่ค่อนข้างไปทางมาก โดยที่นักเรียนส่วนมาก มีความสนิทสนมกับเพื่อน, เป็นคนสนุกสนาน ยิ้มแย้ม ร่าเริง และสนิทสนมกับพ่อ-แม่ /ผู้ปกครอง อยู่ในระดับมาก-มากที่สุด (ร้อยละ 78.0, 72.1 และ 68.4 ตามลำดับ) ส่วนพฤติกรรมด้านลบอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างไปทางน้อย อย่างไรก็ตามพบว่า ยังมีนักเรียนที่ รู้สึกโมโห หงุดหงิด จุนเจียวง่าย, รู้สึกตนเองด้อยกว่าผู้อื่น, ชอบทำงานคนเดียวไม่เข้ากลุ่ม และ นอนไม่หลับหรือต้องใช้ยานอนหลับช่วย ในระดับมาก-มากที่สุด ถึงร้อยละ 19.5, 10.8, 7.8 และ 5.9 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.15 แสดงจำนวนและร้อยละ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในเรื่องที่ทำให้เกิด ความเครียดอันดับ 1 ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา (n = 2,874)

ความเครียดอันดับ1	จำนวน(คน)	ร้อยละ
1. การเรียน	1,744	60.7
2. ปัญหาภายในครอบครัว	386	13.4
3. ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน	320	11.1
4. ไม่มีเรื่องเครียด	112	3.9
5. ปัญหาเกี่ยวกับครู	90	3.1
6. ปัญหาเรื่องความรัก(คู่รัก)	52	1.8
7. เรื่องเงิน	42	1.5
8. นอนดึก	34	1.2
9. สุขภาพ(การเจ็บป่วย, น้ำหนัก, ลิว)	8	0.3
10. เรื่องอื่นๆ ได้แก่ การทำงาน, การจราจร, กังวลเรื่องอนาคต, และ ปัญหาของบุคคลอื่น	8	0.3
11. ไม่ตอบ	72	2.5

จากตารางที่ 4.15 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา มีความเครียดบ่อย มากที่สุด จากเรื่องการเรียนรู้ คิดเป็นร้อยละ 60.2 รองลงมา เป็นเรื่องปัญหาในครอบครัว (ร้อยละ 13.4) และ ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน (ร้อยละ 11.1) ตามลำดับ ซึ่งมีนักเรียนร้อยละ 3.9 ไม่มีเรื่องเครียด

ตารางที่ 4.16 แสดงจำนวนและร้อยละ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในการใช้วิธีคลายความเครียด (n = 2,874)

วิธีคลายเครียดอันดับ 1	จำนวน(คน)	ร้อยละ
1. ฟังเพลง ร้องเพลง	1,657	57.7
2. อยู่คนเดียวเงียบๆ	300	10.4
3. ดูโทรทัศน์/ภาพยนตร์	253	8.8
4. ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา	243	8.4
5. ปรึกษานักจิตวิทยา	145	5.0
6. ไปเที่ยว	128	4.5
7. อ่านหนังสือบันเทิง	42	1.5
8. ทำลายตัวเอง/ทำลายของ/ ร้องไห้/ตะโกนดังๆ/ เดินไป-มา	23	0.8
9. กิน/ นอน/รดน้ำต้นไม้	20	0.7
10. ทำบุญ	18	0.6
11. ใช้ยานหรือสารเสพติด	8	0.3
12. เล่นเกมส์/เล่นคอมพิวเตอร์	6	0.2
Missing	31	1.0

จากตารางที่ 4.16 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ใช้วิธีคลายเครียดมากที่สุด โดยการฟังเพลง ร้องเพลง คิดเป็นร้อยละ 58.2 รองลงมา คือ อยู่คนเดียวเงียบๆ ร้อยละ 10.4 ซึ่งมีการปรึกษานักจิตวิทยาไว้ใจเพียง ร้อยละ 5.0 เท่านั้น แต่อย่างไรก็ตาม ยังมีนักเรียนที่ใช้วิธีคลายเครียดอันก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเองและสังคม คือ ทำลายตัวเอง/ทำลายของ และใช้สารเสพติด

ตารางที่ 4.17 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรมด้านความปลอดภัย (n = 2,874)

พฤติกรรมด้านความปลอดภัย	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>การประสบอุบัติเหตุในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา</b>		
ไม่เคย	2,342	81.5
เคย	487	16.9
ไม่ตอบ	45	1.6
<b>สาเหตุของอุบัติเหตุ(ตอบมากกว่า 1 ข้อ, n= 487)</b>		
รถชน/ รถเฉี่ยว	235	48.3
หกล้มและเดินชนสิ่งของ	69	14.2
ตกจากที่สูง(ตึกบันได)	32	6.8
เล่นกีฬา	26	5.3
ถูกข้อมมีคม	23	4.7
ทะเลาะวิวาท	9	1.8
สัตว์กัดและจมน้ำ	5	1.0
<b>สถานที่เกิดอุบัติเหตุ(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ , n=487)</b>		
บนท้องถนน	200	41.1
ที่บ้าน	166	34.1
ที่โรงเรียน	108	22.1
สถานที่สาธารณะอื่นๆ ได้แก่ สนามกีฬา, สถานที่ท่องเที่ยว, ห้างสรรพสินค้า, ท่าเรือ และ สะพาน	25	5.1

จากตารางที่ 4.17 พบว่าในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา นักเรียน เคยประสบอุบัติเหตุ คิดเป็นร้อยละ 16.9 โดยมีสาเหตุของอุบัติเหตุที่เกิดส่วนใหญ่จากรถชน/ รถเฉี่ยว (ร้อยละ 48.3) รองลงมา คือ หกล้ม (ร้อยละ 14.2 ) สำหรับสถานที่เกิดอุบัติเหตุมากที่สุด คือ บนท้องถนน(ร้อยละ 41.1) รองลงมา ได้แก่ ที่บ้าน(ร้อยละ 33.3) และ ที่โรงเรียน(ร้อยละ 21.6) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.18 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรมป้องกันอุบัติเหตุบนท้องถนน (n = 2,874)

พฤติกรรมด้านความปลอดภัย	จำนวน (คน)			
	ไม่เคยเลย	บางครั้ง	ทุกครั้ง	ไม่ตอบ
การข้ามถนนบนทางม้าลายหรือสะพานลอย	66 (2.3)	1,197 (42.2)	1,572 (55.4)	39 (1.4)
การสวมหมวกนิรภัยเมื่อใช้รถจักรยานยนต์	750 (26.1)	1,366 (47.5)	708 (24.6)	50 (1.7)
การใช้เข็มขัดนิรภัยเมื่อนั่งรถยนต์ด้านหน้า	336 (11.7)	1,172 (40.8)	1,328 (46.2)	38 (1.3)

จากตารางที่ 4.18 พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร มีการข้ามถนนโดยไม่ใช้ทางม้าลายหรือสะพานลอย ร้อยละ 2.3 ไม่สวมหมวกนิรภัยเมื่อใช้รถจักรยานยนต์ ร้อยละ 26.1 และ ไม่ใช้เข็มขัดนิรภัยเมื่อนั่งรถยนต์ด้านหน้า ร้อยละ 11.7

ตารางที่ 4.19 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรมด้าน  
สารเสพติด และปัญหาสังคม (n = 2,874)

พฤติกรรมด้านสารเสพติดและ ปัญหาสังคม	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>การสูบบุหรี่ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา</b>		
ไม่เคยสูบ	2,287	79.6
เคยสูบ	558	19.4
ไม่ตอบ	29	1.0
<b>เหตุผลของการสูบบุหรี่(ตอบมากกว่า 1 ข้อ,n=558)</b>		
อยากลอง	424	76.0
เพื่อนชวน	55	9.9
เครียด/ กลุ้มใจ	44	7.9
เข้าสังคม /เท่ห์/ ชอบ	25	4.5
เลียนแบบบิดา/ มารดา	13	2.3
เลียนแบบบุคคลที่ชอบ/ ดารา	13	2.3
<b>การดื่มสุราในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา</b>		
ไม่เคยดื่ม	1,417	49.3
เคยดื่ม	1,421	49.1
ไม่ตอบ	36	1.3
<b>เหตุผลของการดื่มสุรา (ตอบมากกว่า 1 ข้อ,n=1,421)</b>		
อยากลอง	774	54.5
เพื่อนชวน/ ตามเพื่อน	305	21.5
สังสรรค์/ ชอบ	249	17.5
เครียด/ กลุ้มใจ	30	2.1
บิดาให้ลอง	30	2.1
เลียนแบบบิดา/ มารดา	23	1.6
ถูกหลอก/ การไหลเวียนเลือดดี	11	0.8

ตารางที่ 4.19 (ต่อ) แสดงจำนวนและร้อยละ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรมด้าน  
สารเสพติด และปัญหาสังคม (2,874)

พฤติกรรมด้านสารเสพติดและ ปัญหาสังคม	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>การใช้จ่ายที่ผิดกฎหมายและสารเสพติด ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา</b>		
ไม่เคยใช้	2,683	95.5
เคยใช้	124	4.5
ไม่ตอบ	66	2.3
<b>เหตุผลการใช้ยาและเสพติด(ตอบมากกว่า 1 ข้อ,n=124)</b>		
อยากลอง	80	64.5
มีปัญหาในครอบครัว / กลุ่มใจ	19	15.3
เพื่อนชวน / ตามเพื่อน	18	14.5
มีปัญหาเรื่องการเรียน	5	4.0
ความสนุก	5	4.0
<b>สถานที่ที่ใช้เสพยา(ตอบมากกว่า 1 ข้อ,n=124)</b>		
บ้านเพื่อน	67	54.0
บ้านตัวเอง	43	34.7
โรงเรียน	28	22.6
ที่ลับตาคน/ ศูนย์การค้า	8	6.5
<b>การมีเพศสัมพันธ์ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา</b>		
ไม่เคย	2,561	89.1
เคย	221	7.7
ไม่ตอบ	92	3.2
<b>การป้องกันการติดเชื้อ(n=221)</b>		
ไม่ป้องกัน	124	56.1
ป้องกัน	89	40.3
<b>การคุมกำเนิด(n=221)</b>		
ไม่มีการคุมกำเนิด	75	33.9
ใช้การคุมกำเนิด	136	61.5



ตารางที่ 4.17 พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และใช้สารเสพติด ร้อยละ 19.4, 49.1 และ 4.5 ตามลำดับ โดยให้เหตุผลส่วนใหญ่ในพฤติกรรมดังกล่าว คือ อยากรอง รองลงมา เป็น เพื่อนชวนและการมีเรื่องกลุ่มใจ สำหรับพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ พบนักเรียนถึง ร้อยละ 7.7 เคยมีเพศสัมพันธ์ และ เป็นการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีการป้องกันการติดเชื้อ และ ไม่มีการคุมกำเนิด ร้อยละ 56.1 และ 33.9 ของการมีเพศสัมพันธ์ ตามลำดับ

ตารางที่ 4.20 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในพฤติกรรมด้านอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (n = 2,874)

พฤติกรรมด้านอนุรักษ์ฟื้นฟูสิ่งแวดล้อม	จำนวน (คน)						ค่าเฉลี่ย
	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	ไม่ตอบ	
1. ใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด เช่น กระดาษ, ไฟฟ้า, น้ำ	57 (2.0)	200 (7.0)	1,635 (56.9)	731 (25.4)	224 (7.8)	27 (0.9)	3.30
2. ร่วมรณรงค์พัฒนาสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน	141 (4.9)	547 (19.0)	1,602 (55.7)	448 (15.6)	111 (3.9)	25 (0.9)	2.94
3. ร่วมรณรงค์พัฒนาสิ่งแวดล้อมในชุมชน	229 (8.0)	674 (23.5)	1,457 (50.7)	392 (13.6)	96 (3.3)	26 (0.9)	2.81
4. ทิ้งขยะในที่รองรับทุกครั้ง	28 (1.0)	82 (2.9)	760 (26.4)	1,249 (43.5)	728 (25.3)	27 (0.9)	3.90
5. หลีกเลี่ยงการใช้วัสดุอุปกรณ์ที่ก่อให้เกิดมลภาวะต่อสิ่งแวดล้อม เช่น พลาสติก, สเปร์ย	115 (1.0)	386 (13.4)	1,454 (50.6)	622 (21.6)	270 (9.4)	27 (0.9)	3.19

จากตารางที่ 4.20 พบว่านักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมด้านอนุรักษ์ฟื้นฟูสิ่งแวดล้อมระดับปานกลางค่อนข้างไปทางมาก โดยที่มึนักเรียนร้อยละ 68.8 ทิ้งขยะในที่รองรับทุกครั้งมาก - มากที่สุด สำหรับพฤติกรรมที่นักเรียนมีในระดับค่อนข้างไปทางน้อย คือ การร่วมรณรงค์พัฒนาสิ่งแวดล้อมในชุมชน และ ร่วมรณรงค์พัฒนาสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ซึ่งมีนักเรียนร้อยละ 31.5 และ 23.9 มีการปฏิบัติน้อย - น้อยที่สุด ตามลำดับ

ตารางที่ 4.21 แสดงจำนวน(ร้อยละ) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร ในการปฏิบัติตาม  
สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ (n = 2,874)

การปฏิบัติ ตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	จำนวน (คน)						ค่า เฉลี่ย
	น้อย ที่สุด	น้อย	ปาน กลาง	มาก	มาก ที่สุด	ไม่ตอบ	
1. ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้ สะอาด	55 (1.9)	44 (1.5)	357 (12.4)	851 (29.6)	1,333 (46.4)	234 (8.1)	4.27
2. รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟัน ทุกวันอย่างถูกต้อง	38 (1.3)	112 (3.9)	404 (14.1)	913 (31.8)	1,177 (41.0)	230 (8.0)	4.16
3. ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหาร และหลังการขับถ่าย	152 (5.3)	259 (9.0)	822 (28.6)	774 (26.9)	655 (22.8)	212 (7.4)	3.57
4. กินอาหารสุก สะอาด ปราศจาก สารอันตรายและ หลีกเลี่ยงอาหาร รสจัด สดุดชาติ	83 (2.9)	217 (7.6)	589 (20.5)	876 (30.5)	910 (31.7)	199 (6.9)	3.86
5. งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ	115 (4.0)	110 (3.8)	241 (8.4)	409 (14.2)	1,799 (62.6)	200 (7.0)	4.37
6. สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว ให้อบอุ่น	102 (3.5)	189 (6.6)	689 (24.0)	790 (27.5)	907 (31.6)	197 (6.9)	3.83
7. ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ ประมาท	99 (3.4)	282 (9.8)	781 (27.2)	871 (30.3)	631 (22.0)	210 (7.3)	3.62
8. ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจ สุขภาพประจำปี	533 (18.5)	606 (21.1)	702 (24.4)	501 (17.4)	337 (11.7)	195 (6.8)	2.81
9. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ	34 (1.2)	90 (3.1)	518 (18.0)	885 (30.8)	1,143 (39.8)	204 (7.1)	4.13
10. มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้าง สรรค์สังคม	159 (5.5)	222 (7.7)	958 (33.3)	724 (25.2)	604 (21.0)	207 (7.2)	3.52

จากตารางที่ 4.19 พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติทุกข้อ ในระดับปานกลางค่อนข้างไป  
ทางมาก ยกเว้น การออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี ซึ่งมีนักเรียนร้อยละ 39.6 ปฏิบัติน้อย-น้อยที่สุด

## ส่วนที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานครตามลักษณะบุคคล ลักษณะทางบ้าน และลักษณะทางโรงเรียน

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยภาพรวมของนักเรียนที่ใช้เปรียบเทียบความแตกต่างและคำนวณค่า Mean Rank จากผลรวมของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านบริโภคอาหาร(15 ข้อ) ด้านสุขภาพจิต(10 ข้อ) การปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ(10 ข้อ) แต่ละข้อมีคะแนน 5 ระดับ ดังนี้ พฤติกรรมด้านบวก คือ 1 = น้อยที่สุด, 2 = น้อย, 3 = ปานกลาง, 4 = มาก, 5 = มากที่สุด ส่วนพฤติกรรมด้านลบ คือ 1= มากที่สุด, 2= มาก, 3= ปานกลาง, 4= น้อย, 5 = น้อยที่สุด แต่ละคนจะมีคะแนน ด้านโภชนาการตั้งแต่ 15 (1x15) ถึง 75 (5x15) คะแนน ด้านสุขภาพจิต 10 (1x10) ถึง 50(5x10) คะแนน และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 (1x10) ถึง 50(5x50) คะแนน สำหรับการออกกำลังกาย(3 ข้อ) แต่ละข้อมีระดับคะแนน คือ (ข้อที่ 1) 1 = ไม่เคยออกกำลังกาย, 2 = เคยออกกำลังกาย, (ข้อที่ 2) 1 = ออกกำลังกายน้อยกว่า 3 ครั้ง/ สัปดาห์, 2 = ออกกำลังกายตั้งแต่ 3 ครั้ง/ สัปดาห์ และ (ข้อที่ 3 ) 1 = ออกกำลังกายน้อยกว่า 15 นาที/ ครั้ง, 2 = ออกกำลังกายตั้งแต่ 15 นาที/ ครั้ง แต่ละคนจะมีคะแนน ตั้งแต่ 1 (1x1) ถึง 6 (2x3) คะแนน

ตารางที่ 4.22 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านต่างๆ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะบุคคล

ลักษณะส่วนบุคคล	บริโภคอาหาร	ออกกำลังกาย	สุขภาพจิต	สุขบัญญัติ แห่งชาติ
<b>เพศ<sup>a</sup></b>				
ชาย	1371.49	1382.80*	1306.88	1197.46
หญิง	1375.48	874.68	1435.33*	1301.84*
<i>p-value</i>	0.899	0.001**	<0.001**	0.001**
<b>อายุ (ปี)<sup>b</sup></b>				
14	1958.72*	1264.30	1540.91*	1629.75*
15	1474.64	1104.55	1503.05	1368.78
16	1397.80	1101.76	1406.51	1324.31
17	1341.25	1054.21	1370.81	1247.53
18 ปีขึ้นไป	1319.46	1067.88	1329.65	1163.21
<i>p-value</i>	0.003**	0.404	0.017**	<0.001**
<b>การเจ็บป่วยในรอบ 6 เดือน<sup>a</sup></b>				
ไม่เจ็บป่วย	1377.28	1088.78	1418.01*	1284.88
เจ็บป่วย	1355.19	1068.47	1344.32	1228.54
<i>p-value</i>	0.464	0.125	0.015**	0.051
<b>การมีโรคประจำตัว<sup>a</sup></b>				
ไม่มี	1355.60	1063.10	1387.59*	1253.42
มี	1348.64	1094.22	1261.61	1216.03
<i>p-value</i>	0.865	0.815	0.002**	0.343
<b>การเข้าร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพของโรงเรียน<sup>b</sup></b>				
ไม่เคยร่วมกิจกรรม	1264.04	1047.99	1279.17	1143.86
ร่วมเฉพาะกิจกรรมที่มีบังคับ	1282.62	1021.19	1311.91	1217.35
ร่วมเฉพาะกิจกรรมที่ชอบ	1382.50	1104.54	1382.36	1239.57
เข้าร่วมทุกกิจกรรมด้วยความสมัครใจ	1472.30*	1080.88	1488.05*	1386.57*
<i>p-value</i>	0.001**	0.830	0.001**	<0.001**

\* ค่าเฉลี่ยอันดับที่คะแนนสูงสุดของลักษณะนักเรียนที่มีความแตกต่างในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

\*\* มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p < 0.05$

a Mann Whitney U test

b Kruskal - Wallis H test

จากตารางที่ 4.22 พบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามลักษณะบุคคลของนักเรียน ดังนี้คือ

เพศมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมการออกกำลังกาย ด้านสุขภาพจิต และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ แต่ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยเพศชายมีการออกกำลังกายมากกว่าเพศหญิง แต่เพศหญิงมีสุขภาพจิตและการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติดีกว่าเพศชาย

อายุและการเข้าร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพของโรงเรียนมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมการบริโภคอาหาร สุขภาพจิต และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ แต่ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยนักเรียนอายุ 14 ปีมีพฤติกรรมทั้ง 3 ด้านดีกว่านักเรียนที่มีอายุมากกว่า และนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจมีพฤติกรรมทั้ง 3 ด้าน ดีกว่านักเรียนที่ไม่เคยร่วมกิจกรรม ร่วมเฉพาะกิจกรรมที่บังคับและ กิจกรรมที่ชอบ

การเจ็บป่วยและการมีโรคประจำตัวมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเฉพาะพฤติกรรมด้านสุขภาพจิตเท่านั้น ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมอีก 3 ด้าน โดยนักเรียนที่ไม่มีภาวะเจ็บป่วยหรือไม่มีโรคประจำตัวมีสุขภาพจิตดีมากกว่านักเรียนที่เจ็บป่วยหรือมีโรคประจำตัว

ตารางที่ 4.23 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านต่างๆ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะทางบ้าน

ลักษณะทางบ้าน	บริโภคอาหาร	ออกกำลังกาย	สุขภาพจิต	สุขบัญญัติ แห่งชาติ
<b>บุคคลที่ปัจจุบันอาศัยอยู่ด้วย<sup>b</sup></b>				
บิดาและมารดา	1401.17*	1097.62	1443.04*	1306.73*
บิดา	1311.81	1066.47	1361.35	1235.87
มารดา	1220.08	1102.37	1215.10	1101.48
ญาติ	1380.80	1038.01	1256.87	1157.24
เพื่อน	1346.38	1082.46	1314.85	1184.90
ผู้อุปการะ/เจ้านาย, หอพักคนเดียว/กับพี่สาว อยู่หอพักกับครู/โรงเรียน	1089.94	1067.64	1177.45	1175.73
<i>p-value</i>	0.035**	0.652	<0.001**	0.002**
<b>สถานภาพสมรสของบิดา- มารดา<sup>b</sup></b>				
อยู่ร่วมกัน(คู่)	1412.68	1090.49	1433.14	1297.82
แยกกันอยู่	1297.98	1109.45	1229.53	1178.41
หย่า	1195.06	1070.04	1229.10	1101.01
หม้าย / บิดาเสียชีวิต	1254.07	1029.68	1338.23	1195.74
หม้าย/ มารดาเสียชีวิต	1499.14	972.69	1330.36	1306.21
มารดาและบิดาเสียชีวิต	1551.67*	877.33	1911.25*	1477.00*
<i>p-value</i>	<0.001**	0.534	<0.001**	0.003**

\* ค่าเฉลี่ยอันดับที่คะแนนสูงสุดของลักษณะที่มีความแตกต่างในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

\*\* มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p < 0.05$

<sup>a</sup> Mann Whitney U test

<sup>b</sup> Kruskal - Wallis H test

ตารางที่ 4.23 (ต่อ) แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านต่างๆ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะทางบ้าน

ลักษณะทางบ้าน	บริโภคอาหาร	ออกกำลังกาย	สุขภาพจิต	สุขบัญญัติแห่งชาติ
<b>ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว<sup>b</sup></b>				
ไม่พอใช้ เป็นหนี้	1133.05	1059.50	1119.03	1086.10
ไม่พอใช้ ไม่เป็นหนี้	1188.70	1037.24	1078.27	1185.82
พอใช้ เป็นหนี้	1319.25	1096.46	1363.98	1233.91
พอใช้ ไม่เป็นหนี้	1376.06	1048.21	1389.12	1256.46
พอใช้ เหลือเก็บ	1491.20*	1135.07*	1492.13*	1339.31*
<i>p-value</i>	<0.001**	0.021**	<0.001**	0.005**
<b>ค่าใช้จ่ายที่ได้รับ/เดือน<sup>a</sup></b>				
ไม่พอใช้	1072.11	956.79	1078.52	1008.30
พอใช้	1280.51*	985.70	1295.01*	1182.36*
<i>p-value</i>	<0.001**	0.310	<0.001**	<0.001**

\* ค่าเฉลี่ยอันดับที่คะแนนสูงสุดของลักษณะที่มีความแตกต่างในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

\*\* มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p < 0.05$

<sup>a</sup> Mann Whitney U test

<sup>b</sup> Kruskal - Wallis H test

จากตารางที่ 4.23 พบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามลักษณะทางบ้าน ของนักเรียน ดังนี้คือ

บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ด้านสุขภาพจิต และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ แต่ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยนักเรียนที่อยู่กับบิดาและมารดา มีพฤติกรรมใน 3 ด้านดีกว่านักเรียนที่อยู่กับบิดาหรือ มารดาคนเดียว และการอยู่กับบุคคลอื่นๆ และเป็นที่น่าสังเกตว่า นักเรียนที่มารดาและบิดาเสียชีวิตไปแล้วมีความสนใจในการบริโภคอาหาร สุขภาพจิต และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติมากที่สุด สำหรับนักเรียนที่ได้รับค่าใช้จ่ายต่อเดือนพอใช้มีพฤติกรรมทั้ง 3 ด้านดีกว่านักเรียนที่ได้รับค่าใช้จ่ายไม่พอใช้

ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมทั้ง 4 ด้านโดยนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวพอใช้ เหลือเก็บมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้ง 4 ด้านดีที่สุด

ตารางที่ 4.24 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านต่างๆ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะทางโรงเรียน

ลักษณะทางโรงเรียน	บริโภคอาหาร	ออกกำลังกาย	สุขภาพจิต	สุขบัญญัติแห่งชาติ
<b>ประเภทสังกัด<sup>a</sup></b>				
รัฐบาล	1465.05*	1148.74*	1393.83	1350.16*
เอกชน	1318.30	1038.87	1401.30	1209.55
<i>p-value</i>	<0.001**	<0.001**	0.808	<0.001**
<b>ประเภทการศึกษา<sup>a</sup></b>				
มัธยมศึกษา	1447.97*	1180.02*	1379.20	1322.82*
อาชีวศึกษา	1314.21	979.06	1417.98	1213.69
<i>p-value</i>	<0.001**	<0.001**	0.203	<0.001**
<b>ประเภทโรงเรียน<sup>b</sup></b>				
มัธยมศึกษารัฐบาล	1489.79*	1189.25*	1384.50	1333.78
มัธยมศึกษาเอกชน	1353.07	1160.02	1367.05	1287.66
อาชีวศึกษารัฐบาล	1359.82	957.73	1434.03	1404.90*
อาชีวศึกษาเอกชน	1304.69	983.54	1414.64	1175.35
<i>p-value</i>	<0.001**	<0.001**	0.599	<0.001**
<b>ระดับชั้นการศึกษา<sup>b</sup></b>				
มัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4	1525.79*	1200.16*	1414.86	1387.62*
มัธยมศึกษาชั้นปีที่ 5	1472.90	1175.15	1378.70	1334.44
มัธยมศึกษาชั้นปีที่ 6	1349.39	1163.92	1345.49	1251.46
อาชีวศึกษาปีที่ 1	1248.03	1002.89	1436.19	1193.12
อาชีวศึกษาปีที่ 2	1316.82	989.91	1399.48	1187.92
อาชีวศึกษาปีที่ 3	1372.47	948.48	1420.12	1257.41
<i>p-value</i>	<0.001**	<0.001**	0.569	<0.001**

\* ค่าเฉลี่ยอันดับที่คะแนนสูงสุดของลักษณะนักเรียนที่มีความแตกต่างในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

\*\* มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p < 0.05$

<sup>a</sup> Mann Whitney U test

<sup>b</sup> Kruskal - Wallis H test



จากตารางที่ 4.24 พบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามลักษณะทางโรงเรียนของนักเรียน ดังนี้คือ

ลักษณะทางโรงเรียนไม่ว่าจะเป็น ประเภทสังกัด, ประเภทการศึกษา, ประเภทโรงเรียน และ ระดับชั้นการศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมการบริโภคอาหาร, การออกกำลังกาย และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ แต่ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในพฤติกรรมด้านสุขภาพจิต โดยจะเห็นว่า นักเรียนที่เรียนในโรงเรียนรัฐบาล มีพฤติกรรมทั้ง 3 ด้านดีกว่านักเรียนที่เรียนในโรงเรียนเอกชน และนักเรียนมัธยมศึกษา มีพฤติกรรมทั้ง 3 ด้าน ดีกว่านักเรียนอาชีวศึกษา เมื่อแยกออกเป็นประเภทโรงเรียนพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษา รัฐบาลมีพฤติกรรมดีที่สุดในพฤติกรรมการบริโภคและด้านการออกกำลังกาย ส่วนการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ นักเรียนอาชีวศึกษา รัฐบาลมีพฤติกรรมดีที่สุด และเมื่อแยกเป็นระดับชั้นการศึกษาแล้วนักเรียนมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 มี พฤติกรรมดีที่สุดในพฤติกรรมทั้ง 3 ด้าน