

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเรื้อรัง ของประชาชนที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป  
กรณีศึกษา หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ตำบลเมืองคง อำเภอรามัญ จังหวัดศรีสะเกษ  
Factors Associated with Health Behaviors for Chronic Disease Prevention among Adults  
Aged 35 and Over : A Case Study of Health Behavior Modification Village  
Mueang Khong, Rasi Salai, Si Sa Ket

ศรัณญา อินทร์สุข พย.บ. พรสุดารัตน์ สมจิตร สบ.  
สุภาวดี พันธุ์คำ วทบ. และ ชิราภรณ์ มูลจันทร์ สบ.  
โรงพยาบาลรามัญไชย

### บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย ด้านระดับความรู้ด้านสุขภาพ การจัดสภาพแวดล้อม ทักษะที่จำเป็นในการดูแลสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคมพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเรื้อรังของประชาชนที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 478 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเรื้อรัง มีค่าความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) อยู่ระหว่าง 0.60-1.00 เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน ตุลาคม 2568 ถึง มกราคม 2569 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยสถิติ Spearman's rank correlation coefficient กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < 0.05$

ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับการป้องกันโรคเรื้อรัง พบว่า อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 74.3 (Mean = 20.13, SD = 3.74) 2) การจัดสภาพแวดล้อมและทักษะที่จำเป็นอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 43.5 (Mean = 18.77, SD = 3.67) 3) การสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 69.5 (Mean=20.49, SD = 2.94) และ 4) พฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเรื้อรังอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 36.2 (Mean = 37.37, SD = 5.30)

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้านการป้องกันโรคเรื้อรัง พบว่า ความรู้ด้านสุขภาพ ( $r_s = 0.206$ ) การจัดสภาพแวดล้อมและทักษะที่จำเป็น ( $r_s = 0.290$ ) การสนับสนุนทางสังคม ( $r_s = 0.244$ ) และปัจจัยรวมทั้งสามด้าน ( $r_s = 0.292$ ) ล้วนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเรื้อรังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ ) ซึ่งพบว่าการจัดสภาพแวดล้อมและทักษะที่จำเป็นมีความสัมพันธ์สูงสุด ( $r_s = 0.290$ )

สรุปและขอเสนอแนะ จากการวิจัยครั้งนี้ ควรส่งเสริมการจัดสภาพแวดล้อมและพัฒนาทักษะสุขภาพของประชาชนในชุมชนให้เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ควบคู่กับการเสริมสร้างแรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว ชุมชน และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อให้ประชาชนสามารถป้องกันโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

**คำสำคัญ :** ความรู้ด้านสุขภาพ, หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ, พฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเรื้อรัง