

NS-RMUTT1-1-2-2

ผลงานวิชาการอาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตรปีการศึกษา2565

/ บทความวิจัย

วารสารพยาบาลสาธารณสุขกระทรวงสาธารณสุข
Nursing Journal of the Ministry of Public Health
 Journal of nursing and health care The Royal Medical Association of the Ministry of Public Health

DOI: 10.1002/eqe.2004

Mail Stop No. 2, May - August 2011 \$5.00 2673-2693

11月10日 星期日

— *Journal of the American Medical Association*, 1997

1994年10月

- [illegible]

สมาคมศิษย์เก่าพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข
The Nurse Alumni Association of the Ministry of Public Health

(<https://he02.tci-thaijo.org/index.php/tnaph/issue/view/17392>)

PDF (ภาษาไทย) (<https://he02.tci-thaijo.org/index.php/tnaph/article/view/252573/171576>)

Published: Aug 5, 2021

Keywords:

knowledge; health belief; prevention and control behavior; COVID-19.

Malee Geounuppakul

Faculty of Nursing, Rajamangala University of Technology Thanyaburi

Suwimon Panawatanakul

Faculty of Nursing, Rajamangala University of Technology Thanyaburi

นโยบายการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล

ประสิทธิผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมร่วมกับการมีส่วนร่วม ของครอบครัวต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้ป่วยโรคจิตเภทที่ติดบุหรี่

แพทิสสร วิเศษ* พัทธราภรณ์ ไชยสังข์** พรภิรมย์ หลงทรัพย์*** รัชพร ศรีเดช**

บทคัดย่อ

บทนำ : การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ของผู้ป่วยจิตเภทจะช่วยลดอัตราการป่วยด้วยโรคจาก
บุหรี่และลดอาการกำเริบของโรค ส่งผลให้ดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ

วัตถุประสงค์การวิจัย : ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมร่วมกับการมีส่วนร่วม
ร่วมของครอบครัว ต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้ป่วยโรคจิตเภทที่ติดบุหรี่

วิธีการวิจัย : วิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง ตัวอย่างคือผู้ป่วยจิตเภทที่ติด
บุหรี่ สุ่มด้วยวิธีจับฉลากเข้ากลุ่มทดลองและควบคุมกลุ่มละ 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
ประกอบด้วย โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมร่วมกับการมีส่วนร่วมของครอบครัว แบบประเมิน
สภาวะการติดนิโคติน แบบสอบถามการรับรู้ ความสามารถของตนเองในการเลิกสูบบุหรี่ และ
แบบสอบถามพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา และทดสอบที

ผลการวิจัย : พบว่า ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีระดับการติดนิโคตินลดลงกว่าก่อนเข้า
โปรแกรม และลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) และภายหลังเข้าร่วม
โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง และพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) และลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปผล : โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมร่วมกับการมีส่วนร่วมของครอบครัวสามารถช่วยให้ผู้ป่วย
จิตเภทที่ติดบุหรี่ลดและเลิกสูบบุหรี่ได้

คำสำคัญ : การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การมีส่วนร่วมของครอบครัว พฤติกรรมการสูบบุหรี่

*คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี, E-mail: Noppassornwishes@gmail.com

**คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

***คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

Received: December 16, 2020

Revised: September 2, 2021

Accepted: October 28, 2021

Home / Archives / ปีที่ 30 ฉบับที่ 1 (2022): มกราคม – เมษายน 2565 / บทความวิจัย

อุปสรรคและแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ที่อ้วนลงพุง

ยุภา โฟพา

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

สุวิมล แสนเวียงจันทร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

มณฑา ลัมทองกุล

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

ศิปภา ภูมิราษฎร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

กัลยกรณ์ เชยโพธิ์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

สุจิตรา หัตถ์รัชชัย

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

คำสำคัญ: พฤติกรรมสุขภาพ, อ้วน, อุปสรรค, แรงจูงใจ

บทคัดย่อ

วิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาครั้งนี้ เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพอุปสรรคและแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ที่อ้วนลงพุง ในชุมชนคลองโยง 1 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีอายุ 19 ปี ขึ้นไป อาศัยอยู่ในหมู่บ้านคลองโยง 1 มีเส้นรอบเอวเพศชาย ≥ 90 เซนติเมตร และเพศหญิง ≥ 80 เซนติเมตร คัดเลือกโดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบลูกโซ่ จำนวน 13 คน เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2561 ถึง มกราคม พ.ศ. 2562 เครื่องมือวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก กึ่งโครงสร้าง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิเคราะห์เนื้อหา

ผลศึกษา ผู้ให้ข้อมูลเป็นเพศหญิง ร้อยละ 76.92 อายุเฉลี่ย 49 ปี พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของผู้ที่อ้วนลงพุง ได้แก่ 1) ด้านการบริโภคอาหาร ได้แก่ นิยกกินอาหารหวานมัน เค็ม กินผักน้อยและนิยกกินอาหารไม่ตรงเวลา ข้ามอาหารมื้อเช้า กินอาหารมื้อดึก 2) ด้านกิจกรรมทางกาย ได้แก่ นิยกลี้นอนไหวร่างกายน้อยและไม่ต่อเนื่อง 3) ด้านการนอนหลับ ได้แก่ การนอนหลับน้อยและไม่มีคุณภาพ สำหรับอุปสรรคในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ที่อ้วนลงพุง ประกอบด้วย 2 ประเด็น ได้แก่ 1) ปัจจัยภายใน คือ ความคิดความเชื่อของบุคคล และลักษณะอาชีพของบุคคล และ 2) ปัจจัยภายนอก คือ ลักษณะครอบครัวไม่เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ส่วนแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ที่อ้วนลงพุงพบความตระหนักในภาวะสุขภาพของตนเอง ข้อค้นพบนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพในผู้ที่มีภาวะอ้วนลงพุงในชุมชน โดยให้ความสำคัญกับการสร้างความ

นโยบายการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล

บทความวิชาการ ผลิตพยาบาลอย่างไรให้ตอบโจทย์ผู้ใช้บัณฑิตในศตวรรษที่ 21 : ความท้าทายของอาจารย์พยาบาลไทย

อุมาสวรรค์ ชูหา

พัชรา สมชื่อ

สกวาดิ นาคสุขุม

ปณรดา พวงสมัย

รุ่งนภา ประยูรศิริศักดิ์

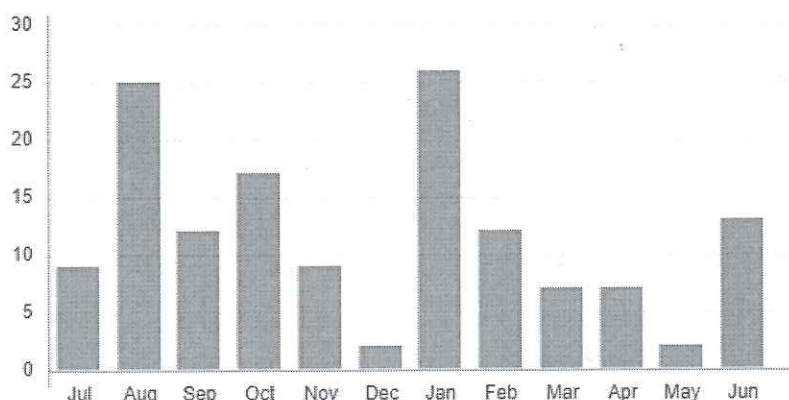
จริยา มงคลสวัสดิ์

บทคัดย่อ

การก้าวข้ามโลกปฏิวัติอุตสาหกรรมไปสู่โลกดิจิทัลเกิดการเปลี่ยนแปลงในทุกๆ มิติอย่างรวดเร็ว ความต้องการของตลาดแรงงานเปลี่ยนไป งานที่ทำซ้ำๆ หรืองาน routine work คอมพิวเตอร์สามารถทำแทนมนุษย์ได้หรือบางงาน และทำให้ดีที่ความมนุษย์เสียอีก ตลาดแรงงานจึงต้องการผู้ที่มีทักษะและสมรรถนะระดับสูง มีความสามารถเฉพาะทางมากขึ้น การจัดการเรียนรู้ในปัจจุบันเพื่อให้ได้บัณฑิตที่ตอบโจทย์ความต้องการของตลาดแรงงานและมีศักยภาพในการแข่งขันสูงนั้น จึงเป็นความท้าทายอย่างยิ่ง วิชาชีพพยาบาลเป็นอีกหนึ่งอาชีพที่ผู้ประกอบการต้องการบัณฑิตที่พร้อมใช้งานและมีทักษะในศตวรรษที่ 21 การจัดการเรียนรู้ในปัจจุบัน จึงต้องมีการปรับเปลี่ยนหลากหลายรูปแบบ เพื่อให้ได้มาซึ่งบัณฑิตที่พร้อมใช้งานหรือบัณฑิตเบ็ดเสร็จ เป็นบัณฑิต 4.0 "ดี เก่ง และมีสุข" เป็นคนที่มีศักยภาพสูงและมีทักษะชีวิตเพื่อการประกอบอาชีพ มีความคิดเชิงวิพากษ์ รู้จักแก้ไขปัญหา มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักคิดค้นนวัตกรรม รู้จักสื่อสารและมีทักษะในการทำงานร่วมกัน ซึ่งเป็นทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

คำสำคัญ : พยาบาล ผู้ใช้บัณฑิต ศตวรรษที่ 21 อาจารย์พยาบาล

Downloads



References

คณะกรรมการการศึกษาและการกีฬา สถาบันบัญญัติแห่งชาติ. การปฏิรูปอุดมศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักการพิมพ์ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา; 2561: 9-18.

ราชกิจจานุเบกษา. มาตรฐานการอุดมศึกษา พ.ศ. 2561. ค้นเมื่อ 24 ธันวาคม 2561, จาก <http://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2561/E/199/T19.PDF>

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. แผนการศึกษาแห่งชาติ (พ.ศ. 2560 – 2579). กรุงเทพฯ: พรักหวาน กราฟฟิค จำกัด, 2560: 93 – 131.

นโยบายการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล



ผลของการฝึกออกกำลังกายแบบผสมผสานต่อการลดภาวะเสี่ยงหกล้มในผู้สูงอายุ: ทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ

ยุภา โฟผา

อาจารย์ประจำ, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

พรณี บุญขรหัตถกิจ

รองศาสตราจารย์, คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี

คำสำคัญ: การฝึกการทรงตัว , ออกกำลังกายแบบผสมผสาน , ผู้สูงอายุ, การฝึกการทรงตัว ออกกำลังกายแบบผสมผสาน ผู้สูงอายุ ภาวะหกล้ม

บทคัดย่อ

ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่อยู่ในวัยที่มีความเสื่อมของร่างกายทุกระบบมักพบปัญหาภาวะหกล้มเป็นอันดับต้นๆ วิจัยนี้เป็นการศึกษาทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้ผลของการฝึกออกกำลังกายแบบผสมผสานต่อการลดภาวะหกล้มในผู้สูงอายุ สืบค้นข้อมูลงานวิจัยตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2560- 2565 ประเมินคุณภาพงานวิจัยด้วยแบบประเมินของเฮลเลอร์ และสกัดข้อมูลด้วยแบบสกัดข้อมูล ผลการสืบค้นพบงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและเป็นไปตามเกณฑ์การคัดเลือก จำนวน 10 เรื่อง วิเคราะห์ด้วยสรุปเชิงเนื้อหาเพื่อบรรยายลักษณะของการออกกำลังกายแบบผสมผสานต่อการลดภาวะเสี่ยงหกล้มในผู้สูงอายุ

ผลการศึกษา พบว่า จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 1,165 คน อายุระหว่าง 60-83 ปี สถานที่ศึกษา ได้แก่ ประเทศไทย ประเทศมาเลเซีย ประเทศโปรตุเกส ประเทศสหรัฐอเมริกา ประเทศสเปน และประเทศอิหร่าน และการฝึกออกกำลังกายแบบผสมผสานที่ได้จากการศึกษาช่วยลดความเสี่ยงการหกล้ม ได้แก่ ฝึกการทรงตัว ฝึกออกกำลังกายเสมือนจริง ฝึกรับรู้ตำแหน่งข้อต่อและการเคลื่อนไหว ฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ฝึกเวลาดบสนองด้วยตัวขึ้นการไต่ขึ้น ฝึกการทำการกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่ประสานการทำงานของสมองหรือสติปัญญาและกล้ามเนื้อ ฝึกออกกำลังกายด้วยการสั่น ฝึกแอโรบิค ฝึกทำงานสองอย่างไปพร้อมกัน ยืดกล้ามเนื้อ ฝึกการออกกำลังกายไทชิ และฝึกเดินย่ำเท้า ซึ่งช่วยส่งเสริมการทำงานเชื่อมประสานกันระหว่างระบบประสาทและระบบโครงร่างกล้ามเนื้อ

สรุป: การออกกำลังกายแบบผสมผสานส่งผลต่อการทรงตัวและมีสมรรถภาพทางกายที่ดี ช่วยลดความเสี่ยงหกล้มได้ในผู้สูงอายุ