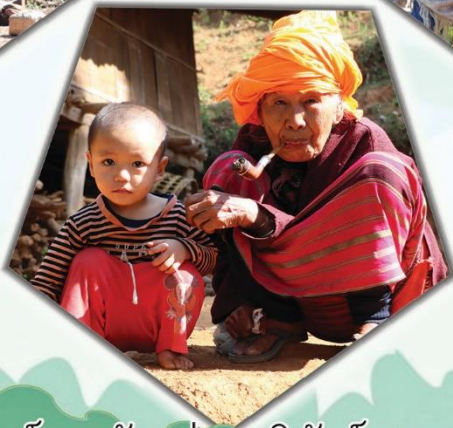




กรมอนามัย

ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

รายงานการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพ
และอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยพื้นที่หมู่บ้านพัฒนา
เพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
(หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน



ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

การสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

บรรณาธิการ

นายแพทย์สุรพันธ์ แสงสว่าง ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

ผู้เขียน

นายวันเฉลิม ฤทธิมนต์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
นางสาวปวีตรา ไพทอง	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาวอนงค์ คำตัน	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

นายวันเฉลิม ฤทธิมนต์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
----------------------	-----------------------------

ผู้ประสานงาน

นางวิชุดา จันทร์มาเมือง	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาวอนงค์ คำตัน	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

เครือข่ายสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

นายวันเฉลิม ฤทธิมนต์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	หัวหน้าโครงการ
นางวิชุดา จันทร์มาเมือง	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวปวีตรา ไพทอง	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวอนงค์ คำตัน	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวปวีณา ทองคำ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวอรพรรณ จันทะชัย	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวลัดดาวัลย์ จันทระดาราพันธ์	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นายอนุชา รักสนิห	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นายศักดิ์นคร คำภีระ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน

ที่ปรึกษา

อาจารย์ ดร. ศักดา พริ้งลำภู	สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
นางรุ่งรศมี ศรีวงศ์พันธ์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

หน่วยงานที่ร่วมการสำรวจข้อมูล

จังหวัดแม่ฮ่องสอน

อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน

- สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน
- สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านห้วยเตี๋

อำเภอปาย

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปาย
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเมืองน้อย
3. สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านผีถู

อำเภอปางมะผ้า

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปางมะผ้า
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลถ้ำลอด
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแม่ละนา
4. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาปู่ป้อม
5. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลน้ำฮูผาเสือ

จังหวัดเชียงใหม่

อำเภอเวียงแหง

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเวียงแหง
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเปียงหลวง
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านจอง
4. สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านแพกแกม

อำเภอเชียงดาว

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเชียงดาว
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแกน้อย
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอรุโณทัย
4. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาหวาย
5. สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านเมืองนะ

จังหวัดตาก

อำเภออุ้มผาง

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภออุ้มผาง
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแม่จัน

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้ดำเนินโครงการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

ขอขอบพระคุณ นายแพทย์สุรพันธ์ แสงสว่าง ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะในการสำรวจข้อมูล และสนับสนุนการดำเนินงานด้วยดีเสมอมา

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. ศักดา พริ้งล้าญ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และนางรุ่งรศมี ศรีวงศ์พันธ์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ เป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำในการสำรวจข้อมูล

ขอขอบพระคุณ ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะในการสำรวจข้อมูล และสนับสนุนการดำเนินงาน

ขอขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข,อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จากสำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านห้วยเตี๋ อำเภอมืองแม่ฮ่องสอน จังหวัดแม่ฮ่องสอน, สำนักงานสาธารณสุขอำเภอลำปาง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเมืองน้อย สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านฝั้ว อำเภอลำปาง จังหวัดแม่ฮ่องสอน , สำนักงานสาธารณสุขอำเภอลำปางมะผ้า โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลถ้ำลอด โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแม่ละนา โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาปู่ป้อม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลน้ำฮูผาเสื่อ อำเภอลำปางมะผ้า จังหวัดแม่ฮ่องสอน, สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเวียงแหง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเปียงหลวง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านจอง สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านแพกแซม อำเภอเวียงแหง จังหวัดเชียงใหม่, สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเชียงดาว โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแกน้อย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอรุณทัย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาหวาย สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ และสำนักงานสาธารณสุขอำเภออุ้มผาง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแม่จัน อำเภออุ้มผาง จังหวัดตาก ในการให้ข้อคิดเห็นข้อเสนอแนะ และมีส่วนร่วมในการสำรวจข้อมูล

ขอขอบพระคุณ ประชากรทุกกลุ่มวัยที่เป็นตัวอย่างของการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัย ฯ ครึ่งนี้ ที่ยินดีเข้าร่วมโครงการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

คณะผู้จัดทำ

บทคัดย่อสำหรับผู้บริหาร

การสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัย ในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

การสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์ข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

2. เพื่อพัฒนาชุดข้อมูลด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

ดำเนินการสำรวจข้อมูลตั้งแต่เดือนตุลาคม 2563 - กันยายน 2564 โดยศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ กรมอนามัย ร่วมด้วยหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จังหวัดแม่ฮ่องสอน (อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน ,อำเภอปาย ,อำเภอปางมะผ้า) จังหวัดเชียงใหม่ (อำเภอเชียงดาว, อำเภอเวียงแหง) และจังหวัดตาก (อำเภออุ้มผาง) กลุ่มตัวอย่าง คือ ประชากรทุกกลุ่มวัย และหลังคาเรือนในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน 48 หมู่บ้าน จำนวน 3,577 ตัวอย่าง แบ่งเป็น ประชากรแต่ละกลุ่มวัย จำนวน 2,394 ตัวอย่าง และหลังคาเรือน จำนวน 1,183 ตัวอย่าง

ผลการสำรวจแบ่งเป็น 5 กลุ่มวัยและกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี) ,กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี) ,กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี) ,กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ,กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) และกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยสรุปดังนี้

กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า หญิงตั้งครรภ์ได้รับการฝากครรภ์ครั้งแรก ≤ 12 สัปดาห์ (ร้อยละ 88.2) ได้รับการฝากครรภ์ครบ 5 ครั้งตามเกณฑ์ (ร้อยละ 98.1) หญิงหลังคลอดได้รับการดูแลครบ 3 ครั้งตามเกณฑ์ (ร้อยละ 93.8) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 75) ด้านเด็กอายุ 0 - 5 ปี พบว่า มีน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง เด็กสมส่วน (ร้อยละ 73.9) เด็กมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน (ร้อยละ 7.1) ยังเป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 9.5) ด้านการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย พบมีพัฒนาการสมวัย (ร้อยละ 97.3) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 85) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. การได้รับและกินยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก (ร้อยละ 97.6) ยังไม่เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 100)

2. ทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม (ร้อยละ 8.5) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 7)

3. จากการสำรวจข้อมูลโภชนาการ พบเด็กมีภาวะเตี้ยและค่อนข้างเตี้ยรวมกัน (ร้อยละ 16.6) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไม่เกิน (ร้อยละ 12) และยังพบปัญหาเด็กมีภาวะผอม (ร้อยละ 9.5) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไม่เกิน (ร้อยละ 5.5)

กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า ด้านน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง เด็กสมส่วน (ร้อยละ 71.8) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. กินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กที่โรงเรียนแจกให้ (ร้อยละ 49.9) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50)
2. เด็กมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน (ร้อยละ 14) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 10)
3. เด็กมีภาวะเตี้ย (ร้อยละ 21.2) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 5)
4. เด็กมีภาวะผอม (ร้อยละ 6.9) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 5)

กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า มีสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวมของตนเองอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 72.3) ไม่สูบบุหรี่หรือสูดควันบุหรี่ (ร้อยละ 89.5) ไม่ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 88) ไม่เห็นด้วยกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 53.1) ไม่เห็นด้วยการจับมือถือแขนกันในวัยรุ่นหญิงชายที่ไม่ใช่ญาติกันเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 65.1) ไม่เห็นด้วยการเผยแพร่ภาพการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 63.1) ไม่เห็นด้วยกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น (ร้อยละ 62.4) ไม่เห็นด้วยกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องที่น่าอาย (ร้อยละ 52.6) ไม่เห็นด้วยกับการไม่ใส่เสื้อชั้นในเวลาออกนอกบ้านเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 56.3) ไม่เห็นด้วยการนัดกันไปเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศสองต่อสองในเทศกาลเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 60.9) ไม่เห็นด้วยผู้หญิงสามารถแต่งงานได้หลายครั้ง (ร้อยละ 59) และเห็นด้วยชายหญิงที่เป็นสามีภรรยากันต้องจดทะเบียนสมรส (ร้อยละ 62.7) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. การควบคุมปริมาณอาหารและควบคุมรสอาหารไม่ให้หวาน มัน เค็มจัดทุกมื้อ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 34.5)
2. กินผักและผลไม้สดสะอาดเสมอ อย่างน้อยวันละครั้งก็โลกรัม 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 37.6)
3. ออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยมีเหงื่อออก 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 31.7)
4. การจัดการความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 29.5)

กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า กินผักวันละ 5 ท็อป ทุกวัน (ร้อยละ 51.5) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50) กิจกรรมทางกาย (ด้านการทำงาน การเดินทาง นันทนาการ) (ร้อยละ 73.9) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 71) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. มีค่าดัชนีมวลกายปกติ (ร้อยละ 44.5) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50)
2. มีพฤติกรรมการสุขภาพที่พึงประสงค์ (ร้อยละ 23.7) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 30)

3. มีพฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอนทุกวันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์นานอย่างน้อย 2 นาที (ร้อยละ 35.4) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 65)

กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ขึ้นไป)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า ผู้สูงอายุสามารถดูแลตัวเองได้ (ร้อยละ 60) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (ร้อยละ 8.4) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50)
2. ผู้สูงอายุมีฟันแท้ใช้งานได้น้อยกว่า 20 ซี่หรือ 4 คู่สบ (ร้อยละ 55.9) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 70)
3. ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงได้รับการดูแลตาม Care Plan (ร้อยละ 19.8) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 85)

กลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า มีการกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน (ร้อยละ 92.9) ประกอบด้วยการกำจัดขยะมูลฝอยด้วยตนเอง ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 91.6) ชุมชนมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอยของชุมชน ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 85.3) และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอย ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 67.9) การจัดการน้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน แหล่งน้ำใช้ในครัวเรือนเป็นน้ำประปาภูเขา (ร้อยละ 80.7) และแหล่งน้ำดื่มของครัวเรือนเป็นน้ำประปาภูเขา (ร้อยละ 58.7) มีการปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อนดื่ม (ร้อยละ 51.4) โดยวิธีการปรับปรุงคุณภาพน้ำส่วนใหญ่ใช้วิธีการการต้ม (ร้อยละ 80.0) และบ้านของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีส่วนใช้ (ร้อยละ 97.2) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. การจัดการขยะมูลฝอยชุมชนมีการดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย (ร้อยละ 46.5) ปัญหาอุปสรรค คือ การขาดงบประมาณสนับสนุนในการดำเนินงาน (ร้อยละ 56.2)
2. มีการระบายน้ำที่ใช้อาบหรือซักล้างจากห้องส้วม ปล่อยน้ำทิ้งลงพื้นดิน (ร้อยละ 51.1)

ข้อเสนอแนะจากผลการสำรวจ

1. ควรมีการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมกลุ่มชาติพันธุ์ทุกกลุ่มวัย ให้มีความรู้ เข้าใจ ตระหนักถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และสามารถควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่มีผลกระทบต่อสุขภาพได้ อีกทั้งต้องมีการสำรวจติดตามการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมกลุ่มชาติพันธุ์ทุกกลุ่มวัยอย่างต่อเนื่องเป็นระยะๆ ต่อไป

2. หน่วยงานทุกระดับในพื้นที่ควรมีการพัฒนาช่องทางของการเข้าถึงสื่อ เข้าถึงข้อมูล บริการที่น่าเชื่อถือ และเหมาะสมกับกลุ่มชาติพันธุ์ และกระตุ้นให้กลุ่มชาติพันธุ์เข้าถึงข้อมูลข่าวสาร และความรู้สุขภาพ จากแหล่งความรู้ที่หลากหลายและมีความน่าเชื่อถือใกล้เคียงชุมชน วิถีชีวิตของตนเอง

3. ควรมีการส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนได้บริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน โดยการเพิ่มปริมาณอาหารประเภทที่ให้พลังงาน เพิ่มโปรตีน และเพิ่มอาหารที่ให้แคลเซียม และส่งเสริมให้มีการออกกำลังกาย และแก้ปัญหาเด็กน้ำหนักน้อย ผอม เช่นการจ่ายไข่ นม และแก้ปัญหาเด็กเตี้ย (กินไข่ นม จัดให้มีสถานที่กระโดดโลดเต้น) และติดตามชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงเพื่อติดตามการเจริญเติบโตทุก 3 เดือน

4. ควรมีการส่งเสริมสุขภาพเรื้อรังอนามัยการเจริญพันธุ์ โดยการสร้างองค์ความรู้ ความเข้าใจ และความสำคัญของการคุมกำเนิดหลังแต่งงาน การตั้งครรภ์ การดูแลขณะตั้งครรภ์ คลอด หลังคลอด และประโยชน์ของยาเม็ดเสริมโอสติน ธาตุเหล็ก เป็นต้น

5. หน่วยงานทุกระดับในพื้นที่ควรมีการร่วมมือในการขับเคลื่อนการดำเนินงานการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น กลุ่มชาติพันธุ์ในพื้นที่ระดับปฐมภูมิ เป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ครั้งแรก โดยการสร้างองค์ความรู้ ทักษะคิดของการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย ควรมีช่องทางการให้คำปรึกษา ช่องทางเข้าถึงถุงยางอนามัย และการคุมกำเนิด เป็นต้น

6. ควรมีการส่งเสริมให้วัยทำงานกลุ่มชาติพันธุ์มีองค์ความรู้ และตระหนักถึงความสำคัญของการมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (พฤติกรรมกรรมการบริโภค, พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง, พฤติกรรมการนอนหลับ, พฤติกรรมการดูแลช่องปาก) หลีกเลี่ยงพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่และดื่มสุรา เพื่อป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

7. ควรกระตุ้น ส่งเสริม และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์มีบทบาทหรือเป็นสมาชิก/ร่วมกิจกรรมชมรมในชุมชนอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของตนเอง ไม่ติดบ้านไม่ติดเตียง

8. หน่วยงานสาธารณสุขและหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สนับสนุนองค์ความรู้ พัฒนาศักยภาพบุคลากร และผู้ดูแลผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง เฝ้าระวัง วิเคราะห์และประเมินความเสี่ยงด้านสุขภาพ โดยหน่วยบริการสาธารณสุขในระดับพื้นที่ และสนับสนุนให้มีการจัดทำแผนการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุรายบุคคลในชุมชน ผ่านชมรมผู้สูงอายุ

9. หน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ควรมีการสร้างองค์ความรู้ สร้างความตระหนักของการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอยภายในชุมชน กำหนดนโยบาย และแนวทางจัดการขยะมูลฝอยตั้งแต่ต้นทางอย่างชัดเจน ส่งเสริมกิจกรรมการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอยในชุมชน เช่น จัดทำโครงการหรือประสานให้มีการดำเนินโครงการที่เน้น การลดและใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย ณ แหล่งต้นกำเนิด ให้รางวัลตอบแทน ใบประกาศเกียรติคุณ หรือการส่งเสริมการขายขยะภายในชุมชน เป็นต้น และอีกทั้งควรมีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยภายในชุมชน

สารบัญ

กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อสำหรับผู้บริหาร	ข
สารบัญ	ค
สารบัญตาราง	ง
สารบัญแผนภูมิ	จ
บทที่ 1 บทนำ	1
บทที่ 2 ระเบียบวิธีการสำรวจ	6
บทที่ 3 ลักษณะประชากร สังคม และเศรษฐกิจ	14
บทที่ 4 พฤติกรรมสุขภาพ	18
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ	86
เอกสารอ้างอิง	95
ภาคผนวก	
- แผนผังหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน	97
- แบบสอบถามกลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)	99
- แบบสอบถามกลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)	103
- แบบสอบถามกลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)	107
- แบบสอบถามกลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)	109
- แบบสอบถามกลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป)	113
- แบบสอบถามกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม	119

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน	6-7
2	แสดงจำนวนประชากรแต่ละกลุ่มวัยและหลังเรือนในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน	8
3	แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน แยกเป็นรายจังหวัด	8
4	แสดงจำนวนประชากรกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มวัย แยกเป็นรายจังหวัด	9
5	แสดงจำนวนประชากรกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มวัย แยกเป็นรายอำเภอ	9
6	แสดงจำนวนหลังคาเรือน แยกเป็นรายจังหวัด	10
7	แสดงจำนวนหลังคาเรือน แยกเป็นรายอำเภอ	10
8	แสดงภาพรวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน	11
9	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์	14
10	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ และเพศ	14
11	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา	15
12	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา	15
13	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ	16
14	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ	16
15	แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้	17
16	ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุแรกสมรสของมารดา	23
17	ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุเมื่อคลอดบุตรคนแรก	23
18	ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามบุตรที่มีชีวิต	24
19	ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามบุตรที่เสียชีวิต	24
20	ร้อยละการได้รับและกินยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก ขณะฝากครรภ์ บุตรคนสุดท้าย	25
21	ร้อยละสถานที่คลอดบุตรคนสุดท้าย	26
22	ร้อยละของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	27
23	ร้อยละของการคุมกำเนิดของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบัน	28
24	ร้อยละข้อมูลทั่วไปบุตรคนสุดท้ายจำแนกตามอายุ	29
25	ร้อยละข้อมูลทั่วไปบุตรคนสุดท้ายจำแนกตามน้ำหนักแรกคลอด (กรัม)	29
26	ร้อยละผลการประเมินการเจริญเติบโตบุตรคนสุดท้าย	30
27	ร้อยละการประเมินพัฒนาการของบุตรคนสุดท้าย	31

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
28	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	35
29	ร้อยละผลการประเมินภาวะโภชนาการ	35-36
30	ร้อยละพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	36-39
31	ร้อยละพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล	40-42
32	ร้อยละกิจกรรมทางกาย	42-43
33	ร้อยละพฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม และความปลอดภัย	43-44
34	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	46
35	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผลการเรียน	47
36	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัว	47-48
37	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวม	48
38	พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์	49
39	พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์	50
40	ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภค	56
41	ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง	56-57
42	ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมกรรมการนอนหลับ	57
43	ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมกรรมการดูแลช่องปาก	57-58
44	ร้อยละสรุปพฤติกรรมที่พึงประสงค์ 4 ด้าน (พฤติกรรมกรรมการบริโภค,พฤติกรรมกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง,พฤติกรรมกรรมการนอนหลับ,พฤติกรรมกรรมการดูแลช่องปาก)	58
45	ร้อยละพฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง	59
46	ร้อยละปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ	59-60
47	ร้อยละความรู้ด้านสุขภาพ	60-61
48	แสดงการเปิดรับสื่อมวลชนของกลุ่มตัวอย่าง	61
49	แสดงการเปิดรับสื่อออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง	62
50	แสดงการเปิดรับสื่อเฉพาะกิจของกลุ่มตัวอย่าง	62
51	กลุ่มตัวอย่างมีการเปิดรับแสดงการเปิดรับสื่อบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	63
52	แสดงผลการวิเคราะห์การเปิดรับสื่อของกลุ่มตัวอย่าง	63
53	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม การเป็นสมาชิก/ร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม	67
54	ร้อยละการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ	68-69
55	ร้อยละการประเมินภาวะสุขภาพ	69-70
56	ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์	71
57	ร้อยละการคัดกรองผู้สูงอายุที่ต้องได้รับการดูแลระยะยาว	72
58	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	75
59	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว	75
60	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุสมาชิกในครัวเรือน	76

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
61	แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้	78
62	ร้อยละการจัดการขยะในครัวเรือน	80
63	ร้อยละการดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก ใช้ประโยชน์ และกำจัดขยะมูลฝอย	80-82
64	ร้อยละการใช้น้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน	82
65	ร้อยละการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน	83-84
66	ร้อยละการจัดการสิ่งปฏิกูล	84-85

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ ที่		หน้า
1	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์	20
2	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	20
3	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา	21
4	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา	21
5	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ	22
6	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ	22
7	ร้อยละการฝากครรภ์ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย	24
8	จำนวนครั้ง/อายุของการฝากครรภ์ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย	25
9	ร้อยละการได้รับการดูแลหลังคลอดตามเกณฑ์ของแม่	26
10	ร้อยละการได้รับการดูแลหลังคลอดตามเกณฑ์ของทารก	27
11	ร้อยละข้อมูลทั่วไปบุตรคนสุดท้ายจำแนกตามเพศ	28
12	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์	34
13	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	34
14	ร้อยละพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแต่ละมื้อ	36
15	ร้อยละพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	39
16	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์	45
17	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	45
18	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา	46
19	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์	53
20	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	53
21	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	54
22	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ	54
23	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามค่าดัชนีมวลกาย (BMI)	55
24	ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามโรคประจำตัว	55
25	ร้อยละความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นซึมเศร้า	60
26	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์	65
27	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	65
28	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	66
29	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ	66
30	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะครอบครัว	67
31	แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผู้ดูแลผู้สูงอายุ	68
32	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์	74
33	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	74
34	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถามในครอบครัว	77

สารบัญแผนภูมิ (ต่อ)		
แผนภูมิ		หน้า
ที่		
35	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา	77
36	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ	78
37	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพในชุมชน	79
38	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา	79

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ

ตามกฎกระทรวงแบ่งส่วนราชการกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2552 กำหนดให้กรมอนามัยมีภารกิจในการส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดี โดยมีการศึกษา วิเคราะห์ วิจัย พัฒนา และถ่ายทอดองค์ความรู้ และเทคโนโลยีด้านการส่งเสริมสุขภาพการจัดการปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อม ที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี รวมทั้งการประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ เพื่อมุ่งเน้นให้ประชาชนมีความรู้ และทักษะในการดูแลตนเอง ครอบครัว และชุมชน ตลอดจนถึงการสนับสนุนให้หน่วยงานในส่วนภูมิภาค องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชน มีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพ และจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมเพื่อส่งเสริมให้คนไทยมีสุขภาพดีถ้วนหน้า ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ เป็นหน่วยงานส่วนภูมิภาคที่สังกัดกรมอนามัยที่มีบทบาทหน้าที่เป็นศูนย์ข้อมูล และสร้างรูปแบบ แนวทางการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ พื้นที่ดำเนินงานได้แก่ พื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนชาวไทยภูเขา “แม่ฟ้าหลวง” ในพื้นที่ดำเนินงานตามแผนกองทุนพัฒนาเด็กและเยาวชนในถิ่นทุรกันดาร (กพด.) และพื้นที่โครงการรักษน้ำเพื่อพระแม่ของแผ่นดิน

การดำเนินงานในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ซึ่งพื้นที่ดังกล่าวอยู่ในความรับผิดชอบของคณะกรรมการพัฒนาเพื่อความมั่นคงในระดับพื้นที่ในเขตกองทัพภาคที่ 3 ซึ่งได้จัดทำแผนแม่บทโครงการหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดเชียงใหม่ จังหวัดแม่ฮ่องสอน และจังหวัดตาก เพื่อเสริมสร้างคนชุมชนและพื้นที่บริเวณชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ให้มีภูมิคุ้มกันตนเองในการป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านความมั่นคงในระดับพื้นที่ โดยให้คนและชุมชนสามารถดำรงชีวิตอย่างยั่งยืนภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ปัจจุบันพื้นที่ชายแดนยังมีปัญหาและภัยคุกคามด้านความมั่นคงที่ส่งผลกระทบต่อชุมชนในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในพื้นที่ภาคเหนือลักษณะพื้นที่บริเวณแนวชายแดนดังกล่าวมีสภาพภูมิประเทศเป็นภูเขาสูง สลับซับซ้อน การเดินทางยากลำบากส่งผลให้ประชากรซึ่งอาศัยอยู่ในบริเวณพื้นที่ดังกล่าวขาดโอกาสในการเข้าถึงบริการต่าง ๆ ของรัฐ ส่งผลต่อการดำรงชีพ สภาพความเป็นอยู่และคุณภาพชีวิตของประชากรจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับความช่วยเหลือจากทุกภาคส่วนในการแก้ไขและคลี่คลายประเด็นปัญหาเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของคน ชุมชน ยกระดับความเป็นอยู่และคุณภาพชีวิตของประชากรในพื้นที่ให้ดีขึ้น และมีความมั่นคงทางสุขภาพอย่างถาวร

การดำเนินงานของศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ ในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ได้มีการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ในปีงบประมาณ 2557 ที่ผ่านมาได้มีการดำเนินงานสำรวจสถานะสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมชาวไทยภูเขาในหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดแม่ฮ่องสอน จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดตาก โดยมีผลการสำรวจตามรายละเอียดดังนี้ การสำรวจดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสถานะสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมชาวไทยภูเขาในหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดแม่ฮ่องสอน จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดตาก ผลการศึกษาพบว่า **กลุ่มแม่ที่มีลูกอายุ 0 - 1 ปี** มีการฝากครรภ์ (ร้อยละ 99.4) ฝากครรภ์ครบตามเกณฑ์ (ร้อยละ 57) ฝากครรภ์ครั้งแรก อายุครรภ์น้อยกว่า 12 สัปดาห์ (ร้อยละ 59.4) ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีนขณะตั้งครรภ์ (ร้อยละ 78.8) เด็กทารกชาวไทยภูเขาส่วนใหญ่

คลอดบุตรที่โรงพยาบาลชุมชน (ร้อยละ 80.6) แม่ได้รับการดูแลหลังคลอดครบตามเกณฑ์ (ร้อยละ 40) และทารกได้รับการดูแลหลังคลอดครบตามเกณฑ์ (ร้อยละ 40.6) เด็กทารกแรกคลอดได้รับนมแม่ (ร้อยละ 97.5) **กลุ่มเด็กอายุ 0 - 5 ปี** มีน้ำหนักตามเกณฑ์ (ร้อยละ 60.5) น้ำหนักมากเกินเกณฑ์ (ร้อยละ 17.2) น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์และน้ำหนักค่อนข้างน้อย (ร้อยละ 7.4) มีส่วนสูงตามเกณฑ์ (ร้อยละ 63.1) ในเด็กอายุ 0 - 5 ปี ส่วนใหญ่แปรงฟัน (ร้อยละ 50.8) ผลการตรวจฟันของเด็กอายุ 0 - 5 ปี พบว่าไม่มีปัญหาเรื่องฟันผุ (ร้อยละ 73.5) **กลุ่มเด็กวัยเรียนอายุ 5 - 14 ปี** น้ำหนักตามเกณฑ์ เพศหญิง (ร้อยละ 40.3) เพศชาย (ร้อยละ 36.2) ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ เพศหญิง (ร้อยละ 39.7) เพศชาย (ร้อยละ 35.7) น้ำหนักตามเกณฑ์ ความสูง (สมส่วน) เพศหญิง (ร้อยละ 43.8) เพศชาย (ร้อยละ 36.2) มีปัญหาฟันผุ เพศหญิง (ร้อยละ 49.2) เพศชาย (ร้อยละ 48.3) ไม่ได้รับการเคลือบหลุมร่องฟัน เพศหญิง (ร้อยละ 37.4) เพศชาย (ร้อยละ 32.9) **กลุ่มวัยรุ่น อายุ 15 - 21 ปี** เคยมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 38.9) สำหรับการป้องกันเมื่อมีเพศสัมพันธ์ เพศชาย (ร้อยละ 30.8) เพศหญิง (ร้อยละ 19.6) ไม่ได้ป้องกัน เพศหญิง (ร้อยละ 33.6) เพศชาย (ร้อยละ 16.0) วัยรุ่นที่เคยมีเพศสัมพันธ์ ส่วนใหญ่มีการป้องกันหรือคุมกำเนิดโดยการใช้อย่างอนามัย เพศชาย (ร้อยละ 63.0) เพศหญิง (ร้อยละ 11.1) ใชยาคุมกำเนิดในเพศหญิง (ร้อยละ 14.8) **กลุ่มวัยทำงานชาวไทยภูเขา อายุ 15 - 59 ปี** เคยสูบบุหรี่และปัจจุบันยังสูบ (ร้อยละ 31.2) ไม่เคยเสพสารเสพติด (ร้อยละ 98.7) เคยมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 94) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 36.5) เพศหญิง (ร้อยละ 57.5) เคยมีเพศสัมพันธ์ ไม่ป้องกัน (ร้อยละ 72.1) **กลุ่มวัยเจริญพันธุ์อายุ 15 - 49 ปี** มีบุตรคนแรกเมื่ออายุ 10 - 19 ปี (ร้อยละ 51.5) อายุเฉลี่ยเมื่อคลอดบุตรคนแรก เท่ากับ 19.7 อายุต่ำสุดที่มีบุตรเท่ากับ 11 ปี มีการคุมกำเนิด (ร้อยละ 75.1) เคยตรวจเต้านมด้วยตนเอง (ร้อยละ 30.8) และเคยตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก (ร้อยละ 63.9) **กลุ่มผู้สูงอายุ** อาศัยอยู่กับคู่สมรส, บุตร, หลาน (ร้อยละ 90.8) โรคประจำตัวของผู้สูงอายุพบมากที่สุด คือ โรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 53.4) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 23.5) เพศหญิง (ร้อยละ 29.9) รองลงมาคือ โรคข้อเสื่อม (ร้อยละ 13.7) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 4.9) เพศหญิง (ร้อยละ 8.8) โรคเบาหวาน (ร้อยละ 9.9) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 2.5) เพศหญิง (ร้อยละ 7.4) โรคตา (ร้อยละ 2.5) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 1) เพศหญิง (ร้อยละ 1.5) ไม่แปรงฟัน (ร้อยละ 56.5) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 25.3) เพศหญิง (ร้อยละ 31.2) เคยเกิดอุบัติเหตุ (ร้อยละ 10) ส่วนใหญ่เกิดอุบัติเหตุลื่นล้ม (ร้อยละ 70.3) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 29.6) เพศหญิง (ร้อยละ 40.7) กิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุชาวไทยภูเขาส่วนใหญ่ทำได้ด้วยตนเองโดยไม่มีใครช่วยเหลือ (ร้อยละ 88.5) แบ่งเป็น เพศชาย (ร้อยละ 39.8) เพศหญิง (ร้อยละ 48.7) **กลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อมในครัวเรือน** ครัวเรือนชาวเขาส่วนใหญ่มีส้วม (ร้อยละ 91.8) บ้านไม่มีส้วม (ร้อยละ 8.2) แบ่งเป็น ใช้กับญาติ/เพื่อนบ้าน (ร้อยละ 5) และไปป่า/ทุ่ง (ร้อยละ 3.2) มีวิธีการกำจัดขยะโดยไม่ถูกวิธี (ร้อยละ 58.9) กำจัดขยะโดยวิธีเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 31.4) มีแหล่งน้ำดื่มไม่สะอาด (ร้อยละ 71.9) ส่วนใหญ่แหล่งน้ำดื่มมาจากประปาภูเขา (ร้อยละ 67.9)

เนื่องจากในปัจจุบันการดำเนินงานในพื้นที่ที่มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะทางด้านข้อมูลประชากร และด้านข้อมูลสถานะทางสุขภาพของกลุ่มเป้าหมาย จึงต้องมีการพัฒนาฐานข้อมูลด้านประชากรและด้านสุขภาพให้เป็นปัจจุบัน เพื่อให้ทราบถึงสถานการณ์สุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน และใช้เป็นแนวทางในการวางแผนการดำเนินงานให้ตรงต่อความต้องการของพื้นที่ ดังนั้น ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ ได้เล็งเห็นความสำคัญของการดำเนินงานดังกล่าว แต่ปัจจุบันยังขาดข้อมูลพื้นฐานทางด้านข้อมูลประชากรและข้อมูลสถานะสุขภาพของทุกกลุ่มวัย ในปีงบประมาณ 2564 จึงได้มีการจัดทำโครงการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัย พื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดตาก เพื่อสามารถ

นำข้อมูลพื้นฐานทางด้านข้อมูลประชากร และข้อมูลสภาวะสุขภาพของทุกกลุ่มวัย วางแผนการดำเนินงาน การส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมกับปัญหาและตรงต่อความต้องการของพื้นที่ ตลอดจน ใช้เป็นข้อเสนอแนะเชิงนโยบายต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการสำรวจ

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์ข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่ หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้าน ยามชายแดน
2. เพื่อพัฒนาชุดข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

ประชากรเป้าหมาย

ประชากรทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ประกอบด้วย

- กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)
- กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)
- กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)
- กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)
- กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป)

ขอบเขตการสำรวจ

สำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัย ประกอบด้วย กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี) ,กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี) ,กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี) ,กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ,กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) และกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม ในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน (อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน,อำเภอปาย,อำเภอปางมะผ้า) จังหวัดเชียงใหม่ (อำเภอเชียงดาว,อำเภอเวียงแหง) และจังหวัดตาก (อำเภออุ้มผาง)

ระยะเวลาการสำรวจ

ตั้งแต่เดือนตุลาคม 2563 – กันยายน 2564

หน่วยงานร่วมดำเนินการ

จังหวัดแม่ฮ่องสอน

อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน
2. สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านห้วยเตี๋

อำเภอปาย

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปาย
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเมือมน้อย
3. สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านผีลู่

อำเภอปางมะผ้า

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปางมะผ้า
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลถ้ำลอด
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแม่ละนา
4. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาปู่ป้อม
5. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลน้ำฮูผาเสื่อ

จังหวัดเชียงใหม่

อำเภอเวียงแหง

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเวียงแหง
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเปียงหลวง
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านจอง
4. สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านแพกแซม

อำเภอเชียงดาว

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเชียงดาว
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแกน้อย
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอรุณทัย
4. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาหวาย
5. สถานบริการสาธารณสุขชุมชนบ้านเมืองนะ

จังหวัดตาก

อำเภออุ้มผาง

1. สำนักงานสาธารณสุขอำเภออุ้มผาง
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแม่จัน

คำนิยามการสำรวจ

1. การส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง สร้างเสริม สนับสนุนด้านสุขภาพแก่ประชากรกลุ่มชาติพันธุ์ ทุกกลุ่มวัยที่อาศัยอยู่ในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

2. อนามัยสิ่งแวดล้อม หมายถึง การจัดการขยะในครัวเรือน การจัดการน้ำสำหรับการอุปโภคบริโภค ในครัวเรือน การจัดการน้ำเสียในครัวเรือน และการจัดการสิ่งปฏิกูลในครัวเรือน

3. กลุ่มชาติพันธุ์ หมายถึง กลุ่มชาติพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ในจังหวัด แม่ฮ่องสอน (อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน, อำเภอปาย, อำเภอปางมะผ้า) จังหวัดเชียงใหม่ (อำเภอเชียงดาว, อำเภอเวียงแหง) และจังหวัดตาก (อำเภออุ้มผาง) เช่น กลุ่มชาติพันธุ์กะเหรี่ยง(ปกากะญอ), กลุ่มชาติพันธุ์ ลาหู่(มูเซอ), กลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่, กลุ่มชาติพันธุ์ลีซู(ลีซอ) และกลุ่มชาติพันธุ์จีนยูนนาน เป็นต้น

4. ประชากรทุกกลุ่มวัย หมายถึง ประชากรทุกกลุ่มวัยที่อาศัยอยู่ในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคง พื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ประกอบด้วย

- กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)
- กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)
- กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)

- กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)
- กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป)

5. พื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน หมายถึง หมู่บ้านที่อยู่ในความรับผิดชอบของคณะกรรมการพัฒนาเพื่อความมั่นคงในระดับพื้นที่ในเขตกองทัพภาคที่ 3 จำนวน 48 หมู่บ้าน ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน (อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน, อำเภอปาย, อำเภอปางมะผ้า) จังหวัดเชียงใหม่ (อำเภอเชียงดาว, อำเภอเวียงแหง) และจังหวัดตาก (อำเภออุ้มผาง)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการสำรวจ

1. มีชุดข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน
2. สามารถนำข้อมูลพื้นฐานทางด้านข้อมูลประชากร และข้อมูลสภาวะสุขภาพของทุกกลุ่มวัยในการวางแผนการดำเนินงานการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมให้ตรงต่อความต้องการของพื้นที่และใช้เป็นข้อเสนอแนะเชิงนโยบายต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่

กรอบเนื้อหารายงาน

รายงานสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัย พื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดนนี้ประกอบด้วยเนื้อหาทั้งหมด 5 บท ดังต่อไปนี้

บทที่ 1 บทนำ กล่าวถึงความเป็นมาและความสำคัญ วัตถุประสงค์ของการสำรวจ ประชากรเป้าหมายขอบเขตการสำรวจ ระยะเวลาการสำรวจ หน่วยงานร่วมดำเนินการ คำนียามการสำรวจ และประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการสำรวจ

บทที่ 2 ระเบียบวิธีการสำรวจ ประกอบด้วย รูปแบบการสำรวจ พื้นที่สำรวจ ประชากรเป้าหมายกลุ่มตัวอย่าง การกำหนดขนาดตัวอย่าง การสุ่มตัวอย่าง วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจ การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

บทที่ 3 ลักษณะประชากร สังคม และเศรษฐกิจ ของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย กลุ่มชาติพันธุ์ เพศ อายุ การศึกษา ศาสนา สถานภาพสมรส และอาชีพ

บทที่ 4 พฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วย ผลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพของแต่ละกลุ่มวัยที่ได้จากแบบสอบถาม ได้แก่กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี) ,กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี) ,กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี) ,กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ,กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) และกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม

บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ ประกอบด้วย สรุปผลการสำรวจ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ข้อเสนอแนะจากผลการสำรวจ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต และข้อจำกัดของการสำรวจ

บทที่ 2

ระเบียบวิธีการสำรวจ

บทนี้จะกล่าวถึง ระเบียบวิธีการสำรวจ ประกอบด้วย รูปแบบการสำรวจ พื้นที่สำรวจ ประชากร เป้าหมาย กลุ่มตัวอย่าง การกำหนดขนาดตัวอย่าง การสุ่มตัวอย่าง วิธีการคัดเลือกตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจ การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

รูปแบบการสำรวจ

การสำรวจครัวเรือนแบบภาคตัดขวาง (cross – sectional household survey) โดยการเก็บข้อมูลประชากรทุกกลุ่มวัยและด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดตาก

พื้นที่การสำรวจ

สำรวจในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน (อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน, อำเภอปาย, อำเภอปางมะผ้า) จังหวัดเชียงใหม่ (อำเภอเชียงดาว, อำเภอเวียงแหง) และจังหวัดตาก (อำเภออุ้มผาง)

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

จังหวัด	อำเภอ	ตำบล	หมู่บ้าน
แม่ฮ่องสอน	ปางมะผ้า	นาปู่ป้อม	- บ้านปางตอง
			- บ้านปางบอน
			- บ้านอาโจ้ (บ้านยามฯ)
			- บ้านปุยยาม
			- บ้านดอยคู
			- บ้านโถ้งนา
			- บ้านซอแปะ
			- บ้านโถ้งหลวง
			- บ้านป่าโหล
			- บ้านปางคอง (บ้านยามฯ)
		ปางมะผ้า	- บ้านปางคายน้อย
			- บ้านน้ำจาง
			- บ้านยาป่าแหน
			- บ้านผาแดง
			- บ้านไม้ลั่น
			- บ้านห้วยเฮี้ยะ
			- บ้านผาเผือก

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน (ต่อ)

จังหวัด	อำเภอ	ตำบล	หมู่บ้าน
แม่ฮ่องสอน	ปางมะผ้า	ถ้ำลอด	- บ้านแสนคำลือ
			- บ้านแอโก้
			- บ้านห้วยแห้ง
			- บ้านห้วยกลาง
			- บ้านแอลา
	ปาย	แม่นาเติง	- บ้านผีลู่
			- บ้านในของ
			- บ้านน้ำปาลามุง
		เวียงเหนือ	- บ้านเมืองน้อย
			- บ้านปายสองแ่ง
			- บ้านห้วยปาย
			- บ้านดอยผักกูด (บ้านยามฯ)
			- บ้านห้วยหก
			- บ้านป่าซาง
เชียงใหม่	เมือง	ผาบ่อง	- บ้านแม่ส่วยฮู (บ้านยามฯ)
	เวียงแหง	เปียงหลวง	- บ้านหลักแตง
			- บ้านห้วยไคร้
			- บ้านแพกแซม
			- บ้านหินแตว
			- บ้านเปียงหลวง
	เชียงดาว	เมืองแหง	- บ้านนามน
		เมืองนะ	- บ้านเมืองนะ
			- บ้านแกน้อย
			- บ้านห้วยลึก
			- บ้านไชยา
ตาก	อุ้มผาง	แม่จัน	- บ้านอรุโณทัย
			- บ้านหนองเขียว
			- บ้านเจียจันทร์
			- บ้านมะโอะไค๊ะ (บ้านยามฯ)

ประชากรเป้าหมาย

ประชากรทุกกลุ่มวัยและหลังคาเรือนในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 48 หมู่บ้าน

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนประชากรแต่ละกลุ่มวัยและหลังคาเรือนในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

จังหวัด	กลุ่มวัย					รวม ทุกกลุ่มวัย	หลังคาเรือน
	0-5 ปี	6-14 ปี	15-19 ปี	20-59 ปี	60 ปีขึ้นไป		
เชียงใหม่	1,356	3,519	8,952	11,049	1,677	19,602	8,952
แม่ฮ่องสอน	753	1,262	3,729	4,808	907	8,533	3,729
ตาก	34	24	65	65	9	156	65
รวม	2,143	4,805	12,746	15,922	2,593	28,291	12,746

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ในครั้งนี้ มีกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 3,577 ตัวอย่าง แบ่งเป็น ประชากรแต่ละกลุ่มวัย จำนวน 2,394 ตัวอย่าง และหลังคาเรือน จำนวน 1,183 ตัวอย่าง

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน แยกเป็นรายจังหวัด

จังหวัด	0-5 ปี	6-14 ปี	15-19 ปี	20-59 ปี	60 ปี ขึ้นไป	รวม ทุกกลุ่มวัย	หลังคา เรือน	รวมทั้งหมด (หลังคาเรือน+กลุ่มวัย)
เชียงใหม่	81	207	118	648	103	1,157	789	1,946
แม่ฮ่องสอน	96	162	96	612	115	1,081	329	1,410
ตาก	34	24	24	65	9	156	65	214
รวม	211	393	238	1,325	227	2,394	1,183	3,577

กำหนดขนาดตัวอย่าง

การกำหนดขนาดตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นกลุ่มตัวอย่างแบบทราบบจำนวนประชากร โดยประชากรทุกกลุ่มวัยที่อาศัยอยู่จริงในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน จำนวน 28,291 คน (แหล่งข้อมูลจากการสำรวจข้อมูลประชากรทุกกลุ่มวัยของหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปางมะผ้า สำนักงานสาธารณสุขอำเภอบางปาย จังหวัดแม่ฮ่องสอน, สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเวียงแหง สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ และสำนักงานสาธารณสุขอำเภออุ้มผาง จังหวัดตาก, 2563) โดยใช้สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างดังนี้

คำนวณจากสูตรของ ทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane) โดยใช้ความคลาดเคลื่อนที่เกิดขึ้นจากการสุ่มตัวอย่างโดยกำหนดเป็น 0.03 และ + ความคลาดเคลื่อนในการเก็บข้อมูล 10% ดังนี้

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนที่เกิดขึ้นจากการสุ่มตัวอย่างโดยกำหนดเป็น 0.03

การคำนวณหาประชากรกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มวัย เพื่อคิดหาสัดส่วนแยกเป็นรายจังหวัด โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนประชากรกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มวัย แยกเป็นรายจังหวัด

จังหวัด	จำนวนประชากร	สูตรคำนวณ	จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ได้	+ความคลาดเคลื่อนในการเก็บข้อมูล 10%
เชียงใหม่	19,602	$n = \frac{19,602}{1 + (19,602 \times (0.03)^2)}$	1,052	1,157
แม่ฮ่องสอน	8,533	$n = \frac{8,533}{1 + (8,533 \times (0.03)^2)}$	983	1,081
ตาก	156	ใช้ตัวอย่างเต็มจำนวน 100%	156	156
รวม	28,291		2,191	2,394

การคำนวณหาประชากรกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มวัย เพื่อคิดหาสัดส่วนแยกเป็นรายอำเภอ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 5 แสดงจำนวนประชากรกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มวัย แยกเป็นรายอำเภอ

จังหวัด	อำเภอ	สัดส่วนกลุ่มวัย					รวม
		0-5 ปี	6-14 ปี	15-19 ปี	20-59 ปี	60 ปีขึ้นไป	
เชียงใหม่	เชียงดาว	57	142	75	419	65	758
	เวียงแหง	24	65	43	229	38	399
	รวม	81	207	118	648	103	1,157
แม่ฮ่องสอน	ปางมะผ้า	59	110	70	368	70	677
	ปาย	37	51	22	206	36	352
	เมือง	0	1	4	38	9	52
	รวม	96	162	96	612	115	1,081
ตาก	อุ้มผาง	34	24	24	65	9	156
	รวม	34	24	24	65	9	156
รวมทุกจังหวัด		211	393	238	1,325	227	2,394

ดังนั้นการเก็บข้อมูลประชากรแต่ละกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ในครั้งนี้มีขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 2,394 ตัวอย่าง

การคำนวณจำนวนหลังคาเรือนทั้งหมดเพื่อใช้ในการสำรวจข้อมูลอนามัยสิ่งแวดล้อมในครัวเรือน โดยมีรายละเอียดดังนี้

คำนวณจากสูตรของ ทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane) โดยใช้ความคลาดเคลื่อนที่เกิดขึ้นจากการสุ่มตัวอย่างโดยกำหนดเป็น 0.03 และ + ความคลาดเคลื่อนในการเก็บข้อมูล 10% ดังนี้

$$n = \frac{12,746}{1 + (12,746 \times (0.03)^2)}$$

$$n = 1,124$$

การคำนวณจำนวนหลังคาเรือน เพื่อคิดหาสัดส่วนแยกเป็นรายจังหวัด โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 6 แสดงจำนวนหลังคาเรือน แยกเป็นรายจังหวัด

จังหวัด	หลังคาเรือน	สัดส่วน	หมายเหตุ
เชียงใหม่	8,952	789	จังหวัดตากมีการเก็บข้อมูลสิ่งแวดล้อมทุกหลังคาเรือน 100%
แม่ฮ่องสอน	3,729	329	
ตาก	65	65	
รวม	12,746	1,183	

การคำนวณจำนวนหลังคาเรือน เพื่อคิดหาสัดส่วนแยกเป็นรายอำเภอ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 7 แสดงจำนวนหลังคาเรือน แยกเป็นรายอำเภอ

จังหวัด	อำเภอ	หลังคาเรือน	สัดส่วน
เชียงใหม่	เชียงดาว	5,488	484
	เวียงแหง	3,464	305
	รวม	8,952	789
แม่ฮ่องสอน	ปางมะผ้า	2,252	199
	ปาย	1,472	126
	เมือง	50	4
	รวม	3,729	329
ตาก	อุ้มผาง	65	65
รวม		65	65
รวมทุกจังหวัด		12,746	1,183

ดังนั้นการเก็บข้อมูลอนามัยสิ่งแวดล้อมในหลังคาเรือนในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ในครั้งนี้มีขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 1,183 ตัวอย่าง

การสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ในครั้งนี้ มีกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 3,577 ตัวอย่าง แบ่งเป็น สํารวจข้อมูลประชากรแต่ละกลุ่มวัย จำนวน 2,394 ตัวอย่าง และสำรวจข้อมูลอนามัยสิ่งแวดล้อม จำนวน 1,183 ตัวอย่าง

ตารางที่ 8 แสดงภาพรวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม
ทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.)
และหมู่บ้านยามชายแดน

จังหวัด	อำเภอ	0-5 ปี	6-14 ปี	15-19 ปี	20-59 ปี	60 ปี ขึ้นไป	รวมทุก กลุ่มวัย	หลัง คาเรือน	รวม ทั้งหมด
เชียงใหม่	เชียงดาว	57	142	75	419	65	758	484	1,242
	เวียงแหง	24	65	43	229	38	399	305	704
	รวม	81	207	118	648	103	1,157	789	1,946
แม่ฮ่องสอน	ปางมะผ้า	59	110	70	368	70	677	199	876
	ปาย	37	51	22	206	36	352	126	478
	เมือง	0	1	4	38	9	52	4	56
	รวม	96	162	96	612	115	1,081	329	1,410
ตาก	อุ้มผาง	34	24	24	65	9	156	65	221
	รวม	34	24	24	65	9	156	65	221
รวมทุกจังหวัด		211	393	238	1,325	227	2,394	1,183	3,577

การสุ่มตัวอย่าง

เลือกการสุ่มตัวอย่างวิธีแบบบังเอิญ (Accidental Sampling) เป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามสะดวก (Convenience Sampling) ผู้ศึกษาอาจเลือกบุคคลที่อยู่ใกล้ที่สุดเป็นตัวอย่าง เพื่อให้ได้จำนวนตามต้องการโดยไม่มีหลักเกณฑ์ กลุ่มตัวอย่างจะเป็นใครก็ได้ที่สามารถให้ข้อมูลได้

วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

เกณฑ์คัดเข้า Inclusion criteria

1. แม่อายุ 15 - 59 ปี ที่มีบุตรอายุแรกเกิด - 5 ปี, วัยเรียนอายุ 6 - 14 ปี, วัยรุ่นอายุ 10 - 19 ปี, วัยทำงานอายุ 15 - 59 ปี และวัยผู้สูงอายุ อายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่จริงในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

- ยินดีเข้าร่วมโครงการ
- สื่อสารภาษาไทยได้ในระดับพอใช้

เกณฑ์คัดออก Exclusion criteria

- กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจออกจากโครงการ
- กลุ่มตัวอย่างไม่สามารถปฏิบัติตามข้อกำหนดของโครงการวิจัย
- กลุ่มตัวอย่างย้ายที่อยู่ออกจากพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจ

เครื่องมือที่ใช้ในการสำรวจข้อมูล ได้ใช้แบบสอบถามข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัย พื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ประกอบด้วย

- แบบสอบถามกลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
 - ส่วนที่ 2 ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก
 - ส่วนที่ 3 ข้อมูลการประเมินการเจริญเติบโตเด็กแรกเกิด - 5 ปี

2. แบบสอบถามกลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
 - ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
 - ส่วนที่ 3 พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล
 - ส่วนที่ 4 กิจกรรมทางกาย
 - ส่วนที่ 5 พฤติกรรมอนามัยสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย
3. แบบสอบถามกลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
 - ส่วนที่ 2 พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
 - ส่วนที่ 3 พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์
4. แบบสอบถามกลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
 - ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภค
 - ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง และการนอนหลับ
 - ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการดูแลช่องปาก
 - ส่วนที่ 5 พฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง
 - ส่วนที่ 6 ปัจจัยเสี่ยงสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ
 - ส่วนที่ 7 สุขภาพจิต
 - ส่วนที่ 8 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ
 - ส่วนที่ 9 พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารจากสื่อต่างๆ
5. แบบสอบถามกลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป)
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
 - ส่วนที่ 2 การดูแลสุขภาพ
 - ส่วนที่ 3 การประเมินภาวะสุขภาพ
 - ส่วนที่ 4 พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
 - ส่วนที่ 5 การคัดกรองผู้สูงอายุที่ต้องได้รับการดูแลระยะยาว
6. แบบสอบถามกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
 - ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการขยะในครัวเรือน
 - ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับน้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน
 - ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน
 - ส่วนที่ 5 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการสิ่งปฏิกูลในครัวเรือน

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มเป้าหมาย

วิธีการสำรวจข้อมูลประกอบด้วย การสอบถามแบบพบหน้า ผู้สอบถามจะดำเนินการตามขั้นตอนการชี้แจงและขอความยินยอมจากผู้สอบถามและให้คำแนะนำตามเอกสารคำแนะนำแจ้งข้อมูลแก่ผู้ถูกสอบถาม หรือผู้ให้ความยินยอมจนเป็นที่เข้าใจและยินยอมให้สอบถาม เมื่อกลุ่มตัวอย่างตกลงตอบแบบสอบถาม ท่านจะได้ปฏิบัติดังนี้ ให้ข้อมูลตามแบบสอบถามซึ่งมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรืออาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเป็นผู้สื่อสาร ใช้เวลาประมาณ 20 นาที ในการสอบถามข้อมูล โดยแบบสอบถามข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจาก

พระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ประกอบด้วย แบบสอบถามย่อยแต่ละกลุ่มวัยและกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อมจำนวน 6 ชุด ดังนี้

1. แบบสอบถามกลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)
2. แบบสอบถามกลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)
3. แบบสอบถามกลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)
4. แบบสอบถามกลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)
5. แบบสอบถามกลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป)
6. แบบสอบถามกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้รับผิดชอบดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ผู้รับผิดชอบประสานงานกับหน่วยงานสาธารณสุข ได้แก่ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ที่อยู่ในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ในการขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างในการเก็บรวบรวมข้อมูล และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเก็บข้อมูล

2. ผู้รับผิดชอบชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเก็บข้อมูล และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามกลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี) ,แบบสอบถามกลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี) , แบบสอบถามกลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี) ,แบบสอบถามกลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ,แบบสอบถามกลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) และแบบสอบถามกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม ให้กับทีมผู้สอบถามข้อมูลซึ่งเป็นเจ้าหน้าที่สาธารณสุขของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

3. ผู้สอบถามข้อมูล และทีมแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจตอบแบบสอบถาม ได้แก่ ประชากรทุกกลุ่มวัยที่อาศัยอยู่จริงในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

4. ผู้สอบถามข้อมูลดำเนินการเก็บข้อมูล

- ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเก็บข้อมูล และวิธีการเก็บข้อมูลพร้อมชี้แจงการพิทักษ์สิทธิ

- ดำเนินการแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่าง

กรณี

- กลุ่มตัวอย่างอ่านเขียนภาษาไทยได้ ให้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง

- กลุ่มตัวอย่างอ่านเขียนภาษาไทยไม่ได้ ให้ล่ามเป็นผู้แปลและอ่านแบบสอบถามให้ฟังและ

กลุ่มตัวอย่างเลือกตอบด้วยตนเอง

- กลุ่มตัวอย่างดำเนินการตอบแบบสอบถาม ใช้เวลาโดยประมาณรายละ 20 นาที

- เก็บแบบสอบถาม หลังจากกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว

5. ผู้รับผิดชอบตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูล

6. นำข้อมูลที่ได้มารวบรวมแล้วนำมาวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์ทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป (SPSS) โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistics) ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นต้น

บทที่ 3

ลักษณะทางประชากร สังคม และเศรษฐกิจ

บทนี้กล่าวถึงลักษณะทางประชากร สังคม และเศรษฐกิจ ของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ซึ่งมีความสัมพันธ์กับสุขภาพลักษณะเหล่านี้ได้แก่ กลุ่มชาติพันธุ์ เพศ อายุ การศึกษา ศาสนา สถานภาพสมรส และอาชีพ เป็นต้น

1. กลุ่มชาติพันธุ์ (N=3,945)

ตารางที่ 9 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์

กลุ่มชาติพันธุ์	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
กะเหรี่ยง	628	15.9
ลาหู่ (มูเซอ)	1,457	36.9
ลีซู (ลีซอ)	193	4.9
ไทใหญ่	1,087	27.6
จีนยูนาน	580	14.7

กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ลาหู่(มูเซอ) (ร้อยละ 36.9) รองลงมาได้แก่ กลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ (ร้อยละ 27.6) และกลุ่มชาติพันธุ์กะเหรี่ยง (ร้อยละ 15.9) ตามลำดับ

2. โครงสร้างอายุ เพศ ของตัวอย่างที่สำรวจ (N=3,570)

ตารางที่ 10 ร้อยละของตัวอย่างจำแนกตามอายุ และเพศ

อายุ	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
6-14 ปี	227	15.4	253	12.1	480	13.4
15-19 ปี	119	8.1	202	9.7	321	9.0
20-29 ปี	225	15.2	398	19.0	623	17.5
30-44 ปี	425	28.8	693	33.1	1,118	31.3
45-59 ปี	339	22.9	377	18.0	716	20.0
60-69 ปี	102	6.9	107	5.1	209	5.9
70-79 ปี	25	1.7	46	2.2	71	2.0
80 ปีขึ้นไป	16	1.0	16	0.8	32	0.9

กลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชาย (ร้อยละ 41.4) และเพศหญิง (ร้อยละ 58.6) ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 30 - 44 ปี (ร้อยละ 31.3) รองลงมาได้แก่ ช่วงอายุ 45 - 59 ปี (ร้อยละ 20) และช่วงอายุ 20 - 29 ปี (ร้อยละ 17.5) ตามลำดับ

3. ระดับการศึกษา (N=1,387)

ตารางที่ 11 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ได้เรียนหนังสือ	475	34.3
ประถมศึกษา	379	27.3
มัธยมศึกษาตอนต้น	248	17.9
มัธยมศึกษาตอนปลาย	220	15.9
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)	16	1.2
ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)	11	0.7
ปริญญาตรี	32	2.3
ปริญญาโท	6	0.4

กลุ่มตัวอย่าง ไม่ได้เรียนหนังสือ (ร้อยละ 34.3) รองลงมาได้แก่ ระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 27.3) และระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 17.9) ตามลำดับ

4. ศาสนา (N=1,845)

ตารางที่ 12 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา

ศาสนา	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
พุทธ	1,412	76.5
คริสต์	378	20.5
นับถือผี/สิ่งศักดิ์	53	2.9
อิสลาม	2	0.1

กลุ่มตัวอย่าง นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 76.5) รองลงมาได้แก่ นับถือศาสนาคริสต์ (ร้อยละ 20.5) และนับถือผี/สิ่งศักดิ์ (ร้อยละ 2.9) ตามลำดับ

5. สถานภาพ (N=438)

ตารางที่ 13 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ

สถานภาพ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
โสด	7	1.6
อยู่ด้วยกัน	337	77.0
แยกกันอยู่	19	4.3
หย่า	5	1.1
หม้าย	70	16.0

กลุ่มตัวอย่าง มีสถานภาพอยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 77) รองลงมาได้แก่ สถานภาพหม้าย (ร้อยละ 16) และสถานภาพแยกกันอยู่ (ร้อยละ 4.3) ตามลำดับ

6. อาชีพ (N=3,260)

ตารางที่ 14 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	38	1.2
พนักงาน/ลูกจ้างเอกชน	30	1.0
ค้าขาย/ประกอบธุรกิจส่วนตัว	146	4.5
เกษตรกร	1,539	47.2
รับจ้างทั่วไป	857	26.3
นักเรียน/นิสิต/นักศึกษา	498	15.3
พ่อบ้าน/แม่บ้าน	97	3.0
ว่างงาน/ไม่มีงานทำ	45	1.2
อื่นๆ	10	0.3

กลุ่มตัวอย่าง ประกอบอาชีพเกษตรกร (ร้อยละ 47.2) รองลงมาได้แก่ รับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 26.3) และนักเรียน/นิสิต/นักศึกษา (ร้อยละ 15.3) ตามลำดับ

7. รายได้ (N=1,176)

ตารางที่ 15 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้

รายได้เฉลี่ย	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 5,000 บาท	529	45.0
5,001 – 10,000 บาท	455	38.7
10,001 – 15,000 บาท	117	10.0
15,001 – 20,000 บาท	52	4.4
20,001 – 25,001 บาท	17	1.4
25,001 – 30,000 บาท	6	0.5
(Mean = 7,303.29 , S.D. =5,265.50)		

กลุ่มตัวอย่าง มีรายได้อยู่ในช่วงน้อยกว่า 5,000 บาท (ร้อยละ 45) รองลงมาได้แก่ ช่วง 5,001 – 10,000 บาท (ร้อยละ 38.7) และช่วง 10,001 – 15,000 บาท (ร้อยละ 10) ตามลำดับ โดยมีรายได้เฉลี่ยเท่ากับ 7,303.29 บาท และกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้สูงสุดเท่ากับ 30,000 บาท

บทที่ 4

ผลการสำรวจ

บทนี้กล่าวถึง ผลการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน ประกอบด้วย

1. กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)
2. กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)
3. กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)
4. กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)
5. กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป)
6. กลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม

ส่วนที่ 1 กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี) (N=211)

สรุป

กล่าวถึงข้อมูลกลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี) ประกอบด้วย อนามัยแม่และอนามัยเด็กสรุปได้ดังนี้

อนามัยแม่

1. เกือบครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา มีอายุแรกสมรสต่ำกว่า 20 ปี กล่าวคืออยู่ในช่วงอายุ 15 - 19 ปี (ร้อยละ 49.3) และในช่วงอายุ 20 - 24 ปี (ร้อยละ 27) มีอายุแรกสมรสต่ำสุด คือ 12 ปี และมากที่สุดคือ 37 ปี ซึ่งจะสัมพันธ์กับอายุเมื่อคลอดบุตรคนแรกกล่าวคือ คลอดบุตรคนแรกในช่วงอายุ 15 - 19 ปี (ร้อยละ 39.8) ช่วงอายุ 20 - 24 ปี (ร้อยละ 36.5) และช่วงอายุ 25 - 29 ปี (ร้อยละ 13.7) ตามลำดับ โดยอายุเมื่อคลอดบุตรคนแรกต่ำที่สุดเท่ากับ 12 ปี และมากที่สุดเท่ากับ 47 ปี

2. มีบุตรที่มีชีวิต (ร้อยละ 99.1) โดยมีบุตรแล้วอย่างน้อย 1 - 2 คน (ร้อยละ 96.7) มีบุตรที่เสียชีวิต (ร้อยละ 6.6)

3. ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย ได้รับการฝากครรภ์ (ร้อยละ 98.6) ส่วนใหญ่ฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (ร้อยละ 65.9) รองลงมาคือโรงพยาบาลของรัฐ (ร้อยละ 27.9) โรงพยาบาลเอกชน/คลินิก (ร้อยละ 4.3) ตามลำดับ

4. ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย ได้รับการฝากครรภ์ครั้งแรก (ร้อยละ 88.2) และฝากครรภ์ครบ 5 ครั้งตามเกณฑ์ (ร้อยละ 98.1)

5. ได้รับและกินยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก (ร้อยละ 97.6) กินทุกวัน (ร้อยละ 85.3) มีกลุ่มตัวอย่างกินบ้าง ไม่กินบ้าง (ร้อยละ 11.4)

6. คลอดบุตรคนสุดท้ายที่โรงพยาบาลของรัฐ (ร้อยละ 85.3) คลอดที่บ้าน (ร้อยละ 6.6) โดยคลอดกับหมอตำแยที่ผ่านการอบรมผดุงครรภ์โบราณ (ร้อยละ 71.4)

7. การดูแลหลังคลอดโดยเป็นการดูแลภายใน 7 วันแรกหลังคลอด (ร้อยละ 91.5) ภายใน 8 - 14 วันหลังคลอด (ร้อยละ 90.5) และภายใน 42 วันหลังคลอด (ร้อยละ 93.8) ทารกหลังคลอดได้รับการดูแลภายใน 7 วันแรกหลังคลอดตามเกณฑ์ (ร้อยละ 91.9) ภายใน 8 - 14 วันหลังคลอด (ร้อยละ 90) และภายใน 42 วันหลังคลอด (ร้อยละ 93.4)

8. เด็กได้รับนมแม่ (ร้อยละ 97.2) โดยได้นมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน (ร้อยละ 87.8) กลุ่มตัวอย่างให้นมแม่ไม่ถึง 6 เดือน (ร้อยละ 12.2) เนื่องจากต้องไปทำงาน (ร้อยละ 56) และน้ำนมมีน้อย (ร้อยละ 44)

9. คุมกำเนิด (ร้อยละ 85.8) ส่วนใหญ่เป็นการใช้วิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราว เรียงตามลำดับ ได้แก่ ยาฉีดคุมกำเนิด (ร้อยละ 56.9) ยาเม็ดคุมกำเนิด (ร้อยละ 30.9) พบการใช้วิธีฝังคุมกำเนิดและถุงยางอนามัยในสัดส่วนที่เท่ากันคือ (ร้อยละ 2.2) เกินครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา รับบริการคุมกำเนิดที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล (ร้อยละ 55.2) รองลงมาคือโรงพยาบาลรัฐ (ร้อยละ 28.7) ในการนี้พบการคุมกำเนิดด้วยวิธีการเพียงชนิดเดียวคือ การทำหมันหญิง (ร้อยละ 7.3) ไม่พบการทำหมันชาย ในสามีของกลุ่มตัวอย่าง

อนามัยเด็ก

บุตรคนสุดท้องของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เป็นเพศชายและเพศหญิง อยู่ในสัดส่วนใกล้เคียงกัน กล่าวคือ เป็นเพศชาย (ร้อยละ 50.2) เพศหญิง (ร้อยละ 49.8) มีอายุอยู่ในช่วงแรกเกิด - 2 ปี (ร้อยละ 63.9) รองลงมาคือ ช่วงอายุ 3 - 4 ปี (ร้อยละ 30.4)

1. น้ำหนักเมื่อแรกคลอด อยู่ในช่วง 2,500 - 2,990 กรัม (ร้อยละ 41.7) และช่วง 3,000 - 3,490 กรัม (ร้อยละ 39.8) พบน้ำหนักแรกเกิดต่ำกว่าเกณฑ์ 2,500 กรัม (ร้อยละ 8.5)

2. น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ 77.7) พบเด็กน้ำหนักน้อยและค่อนข้างน้อยกว่าเกณฑ์รวมกัน (ร้อยละ 15.6) และน้ำหนักมากและมากกว่าเกณฑ์รวมกัน (ร้อยละ 6.7)

3. ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ 78.2) พบเด็กเตี้ยและค่อนข้างเตี้ยรวมกัน (ร้อยละ 16.6)

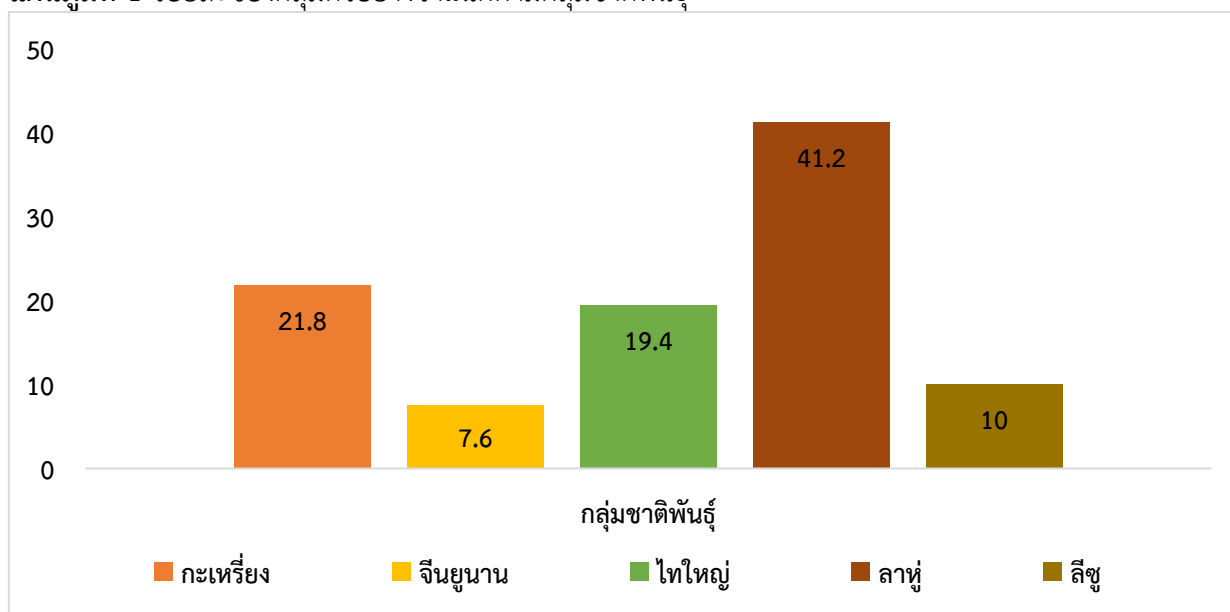
4. น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (สมส่วน) (ร้อยละ 73.9) พบเด็กอ้วนและเริ่มอ้วนรวมกัน (ร้อยละ 7.1)

5. เคยได้รับการตรวจคัดกรองพัฒนาการ (ร้อยละ 88.2) ส่วนใหญ่ตรวจโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (ร้อยละ 94.1) พบว่าพัฒนาการสมวัย (ร้อยละ 97.3) และไม่สมวัย (ร้อยละ 2.7) ในรายที่ผิดปกติได้รับการกระตุ้นพัฒนาการ (ร้อยละ 80) ไม่ได้รับการกระตุ้น (ร้อยละ 20)

1. ข้อมูลทั่วไป (มารดาที่มีบุตรอายุแรกเกิด - 5 ปี)

1.1 กลุ่มชาติพันธุ์

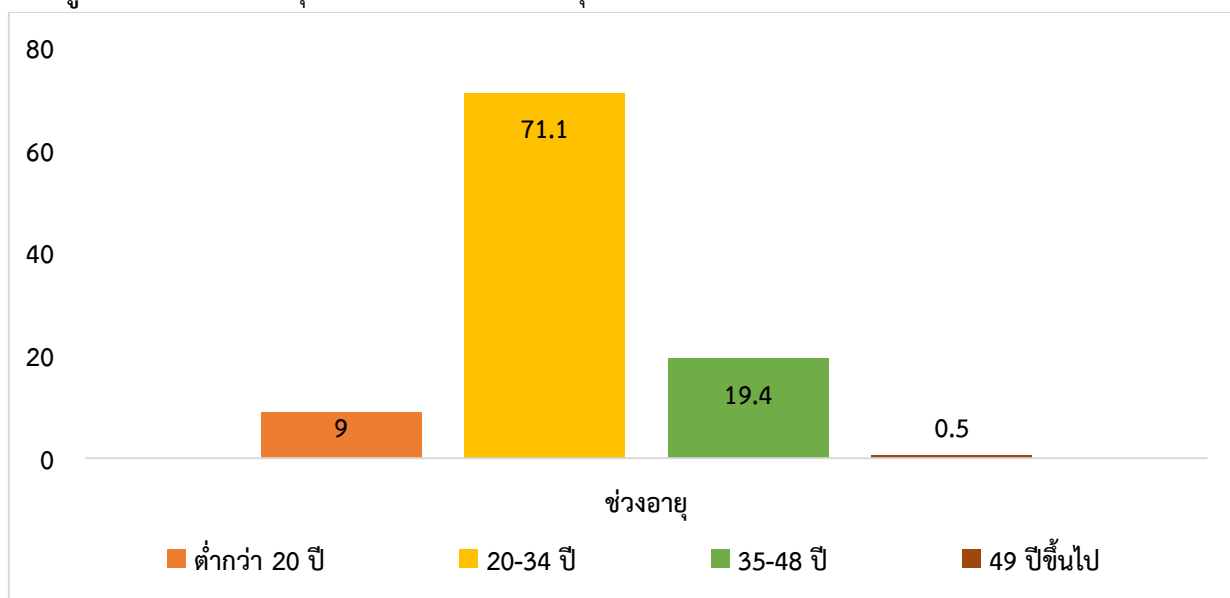
แผนภูมิที่ 1 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์



กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ลาหู่(มูเซอ) (ร้อยละ 41.2) รองลงมาได้แก่ กลุ่มชาติพันธุ์กระเหรี่ยง (ร้อยละ 21.8) และกลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ (ร้อยละ 19.4) ตามลำดับ

1.2 อายุ

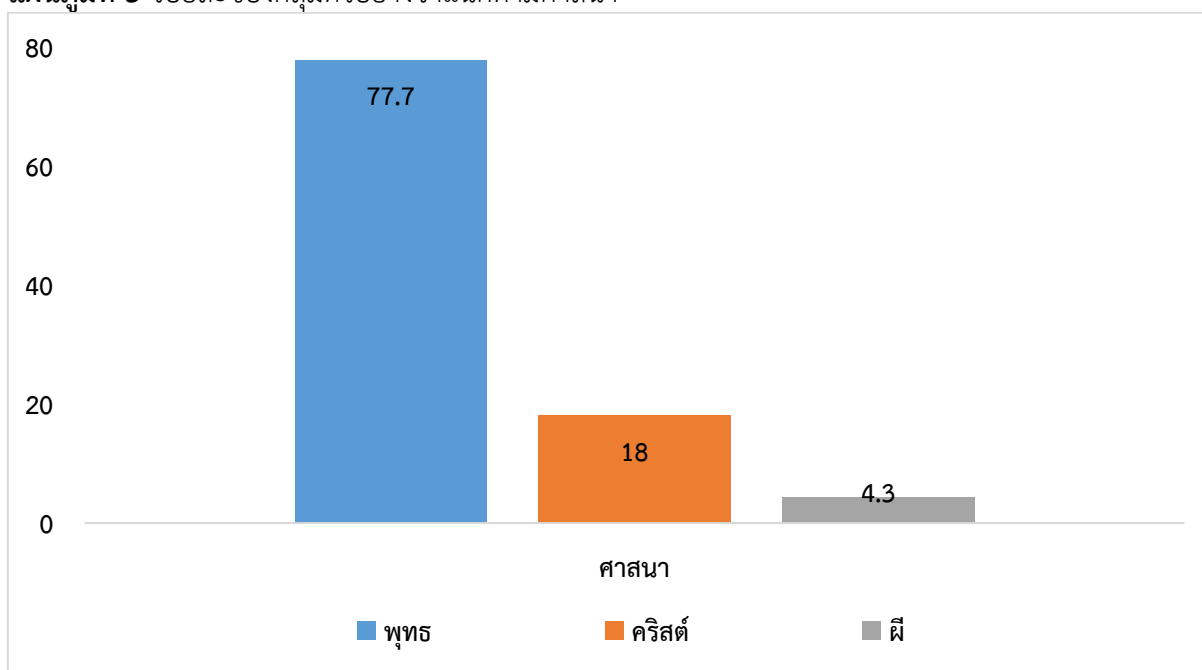
แผนภูมิที่ 2 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ



กลุ่มตัวอย่าง มีอายุอยู่ในช่วง 20 - 34 ปี (ร้อยละ 71.1) รองลงมาได้แก่ อายุช่วง 35 - 48 ปี (ร้อยละ 19.4) และอายุต่ำกว่า 20 ปี (ร้อยละ 9) ตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่าง มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 28.29 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 6.89 อายุมากที่สุด 49 ปี และอายุน้อยสุด 16 ปี

1.3 ศาสนา

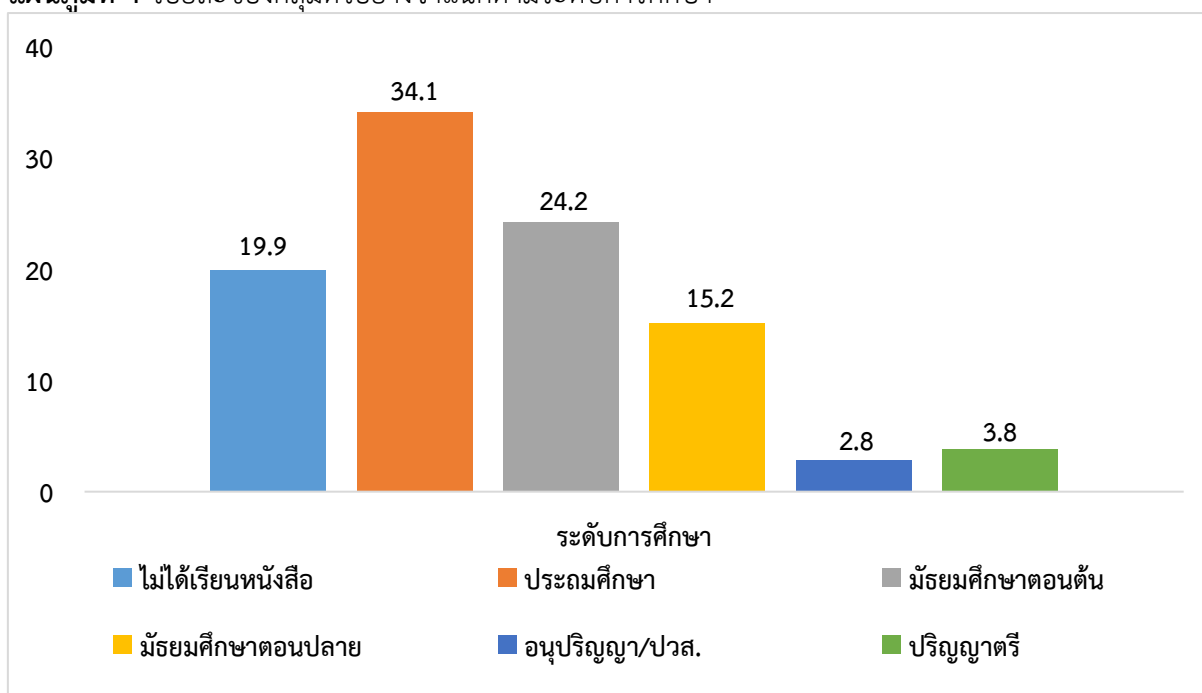
แผนภูมิที่ 3 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา



กลุ่มตัวอย่าง นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 77.7) รองลงมาได้แก่ นับถือศาสนาคริสต์ (ร้อยละ 18) และนับถือผี (ร้อยละ 4.3) ตามลำดับ

1.4 ระดับการศึกษา

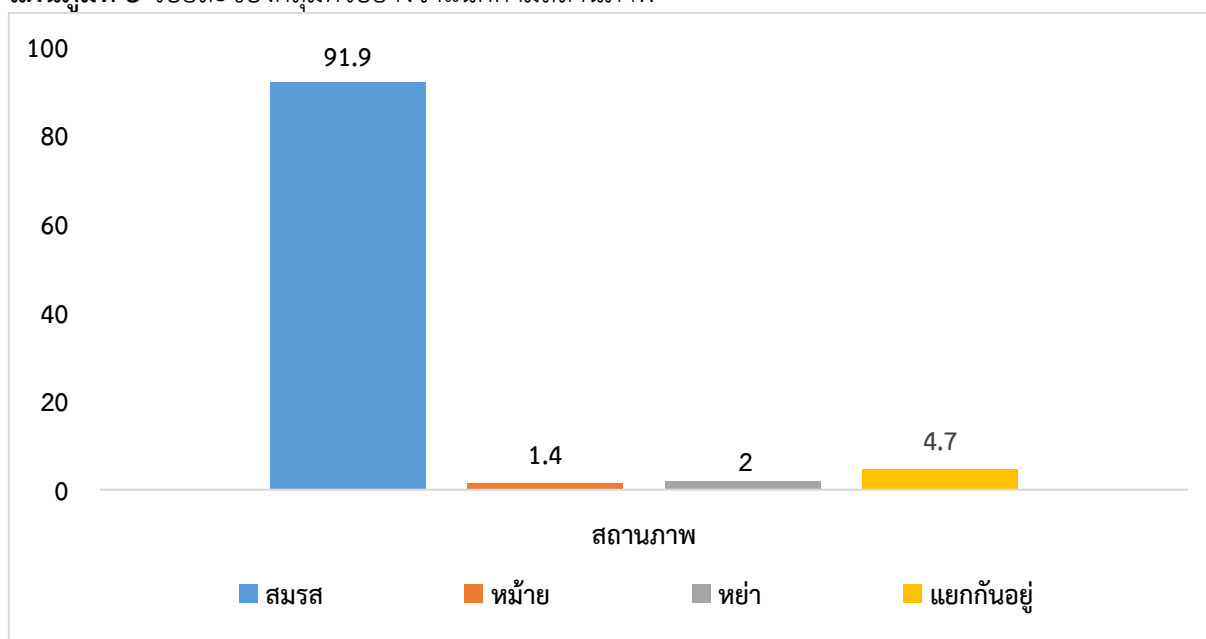
แผนภูมิที่ 4 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา



กลุ่มตัวอย่าง จบการศึกษาในระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 34.1) รองลงมาได้แก่ ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 24.2) และไม่ได้เรียนหนังสือ (ร้อยละ 19.9) ตามลำดับ

1.5 สถานภาพ

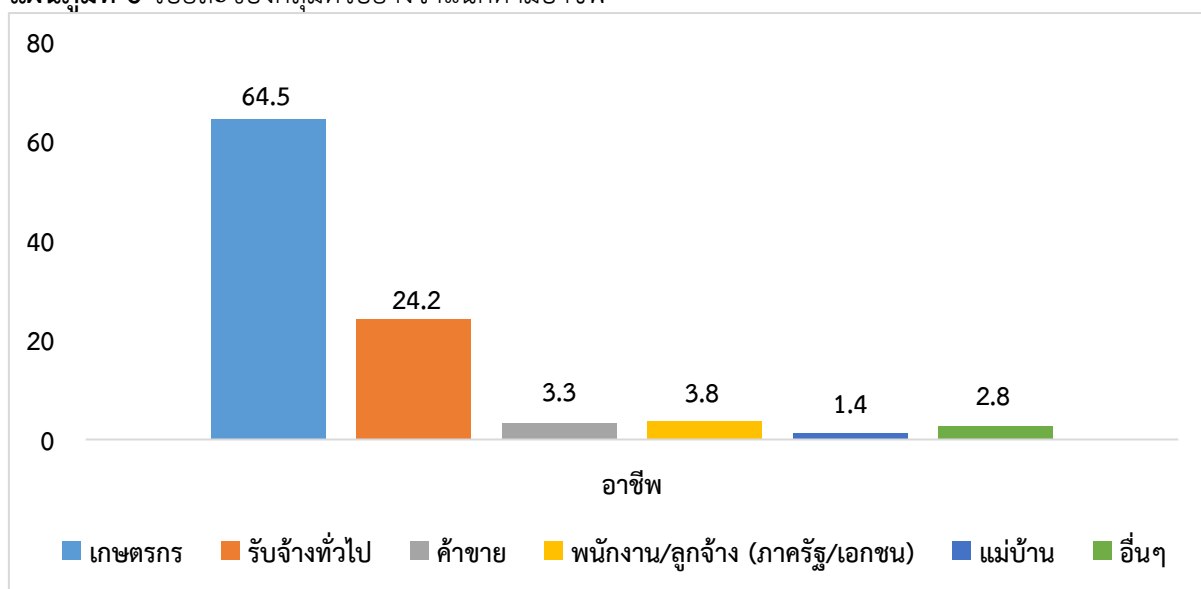
แผนภูมิที่ 5 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ



กลุ่มตัวอย่าง มีสถานภาพสมรส (ร้อยละ 91.9) รองลงมาได้แก่ สถานภาพแยกกันอยู่ (ร้อยละ 4.7) และสถานภาพหย่า (ร้อยละ 2) ตามลำดับ

1.6 อาชีพ

แผนภูมิที่ 6 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ



กลุ่มตัวอย่าง ประกอบอาชีพเกษตรกร (ร้อยละ 64.5) รองลงมาได้แก่ รับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 24.2) และพนักงาน/ลูกจ้าง (ภาครัฐ/เอกชน) (ร้อยละ 3.8) ตามลำดับ

2. ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก (การฝากครรภ์ การดูแลหลังคลอด และการคุมกำเนิด)

2.1 ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ 16 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุแรกสมรสของมารดา

ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
อายุแรกสมรส		
10 - 14 ปี	10	4.7
15 - 19 ปี	104	49.3
20 - 24 ปี	57	27.0
25 - 29 ปี	28	13.3
30 - 34 ปี	10	4.7
35 ปีขึ้นไป	2	1.0
(Mean = 20.0 , S.D. = 4.62 , Max = 37 , Min = 12)		

กลุ่มตัวอย่าง มีอายุแรกสมรสอยู่ในช่วง 15 - 19 ปี (ร้อยละ 49.3) รองลงมาได้แก่ ช่วงอายุ 20 - 24 ปี (ร้อยละ 27) และช่วงอายุ 25 - 29 ปี (ร้อยละ 13.3) มีค่าเฉลี่ยอายุแรกสมรสเท่ากับ 20 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.62 อายุมากที่สุด 37 ปี และอายุน้อยสุด 12 ปี

ตารางที่ 17 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุเมื่อคลอดบุตรคนแรก

ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
อายุเมื่อคลอดบุตรคนแรก		
10 - 14 ปี	2	1.0
15 - 19 ปี	84	39.8
20 - 24 ปี	77	36.5
25 - 29 ปี	29	13.7
30 - 34 ปี	13	6.2
35 ปีขึ้นไป	6	2.8
(Mean = 21.63 , S.D. = 5.13 , Max = 47 , Min = 14)		

กลุ่มตัวอย่าง มีอายุเมื่อคลอดบุตรคนแรกอยู่ในช่วงอายุ 15 - 19 ปี (ร้อยละ 39.8) รองลงมาได้แก่ ช่วงอายุ 20 - 24 ปี (ร้อยละ 36.5) และช่วงอายุ 25 - 29 ปี (ร้อยละ 13.7) มีอายุเฉลี่ยเมื่อคลอดบุตรคนแรกเท่ากับ 21.63 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 5.13 อายุมากที่สุด 47 ปี และอายุน้อยสุด 14 ปี

ตารางที่ 18 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามบุตรที่มีชีวิต

ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
บุตรที่มีชีวิต		
ยังไม่มีบุตร	2	0.9
1 - 2 คน	204	96.7
3 - 4 คน	5	2.4
5 คนขึ้นไป	0	0
(Mean = 2 , S.D. = 0.24 , Max = 3 , Min = 0)		

กลุ่มตัวอย่าง มีบุตรที่มีชีวิตจำนวน 1 - 2 คน (ร้อยละ 96.7) บุตรที่มีชีวิตเฉลี่ย 2 คน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.24 มีบุตรที่มีชีวิตมากที่สุด 3 คน ทั้งนี้พบกลุ่มตัวอย่างยังไม่มีบุตร ร้อยละ 0.9

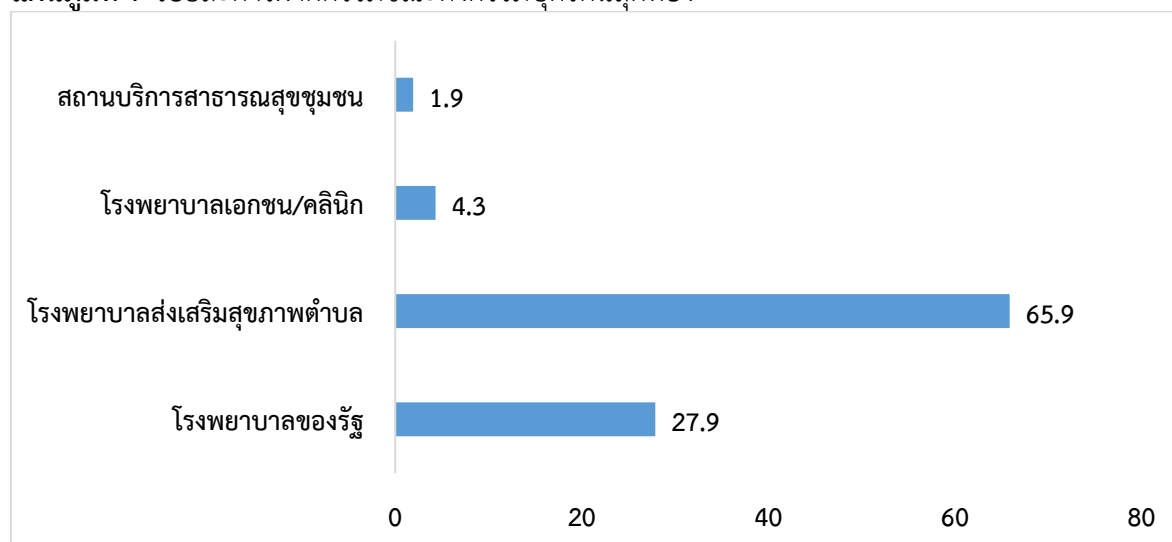
ตารางที่ 19 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามบุตรที่เสียชีวิต

ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
บุตรที่เสียชีวิต		
ไม่มีบุตรเสียชีวิต	197	93.4
1 - 2 คน	14	6.6
3 - 4 คน	0	0
5 คนขึ้นไป	0	0
(Mean = 0.08 , S.D. = 0.34 , Max = 2 , Min = 0)		

กลุ่มตัวอย่าง ไม่มีบุตรเสียชีวิต (ร้อยละ 93.4) มีบุตรเสียชีวิตเฉลี่ย 0.08 คน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.34 และมีบุตรที่เสียชีวิตมากที่สุด 2 คน

2.2 การฝากครรภ์ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย

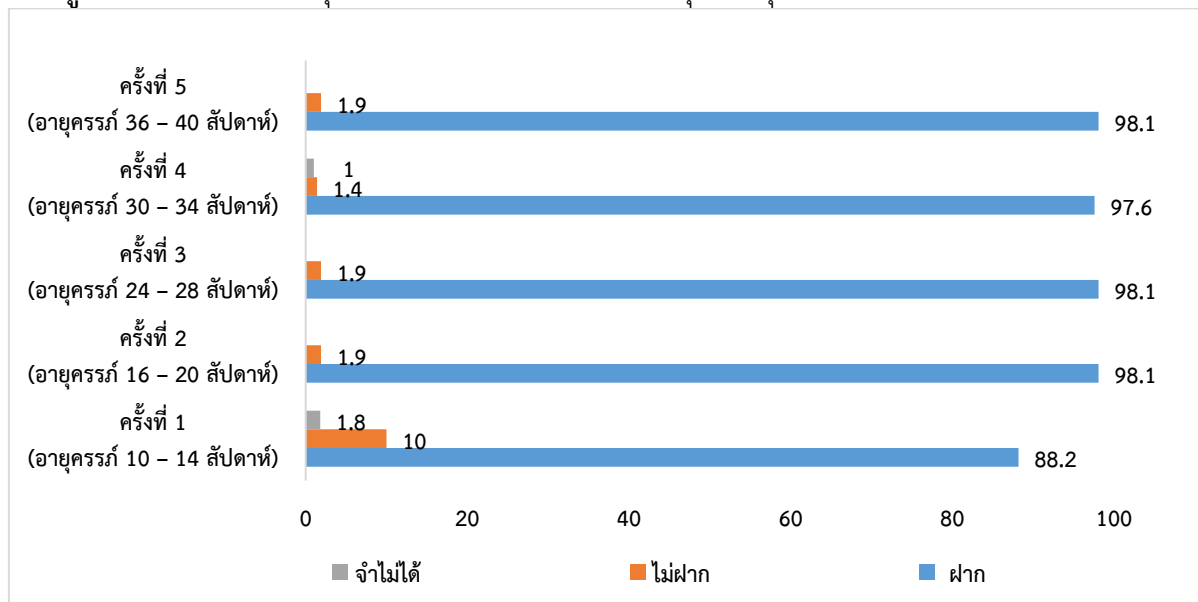
แผนภูมิที่ 7 ร้อยละการฝากครรภ์ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย



กลุ่มตัวอย่าง ฝากครรภ์ (ร้อยละ 98.6) ส่วนใหญ่ฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (ร้อยละ 65.9) โรงพยาบาลของรัฐ (ร้อยละ 27.9) และโรงพยาบาลเอกชน/คลินิก (ร้อยละ 4.3) ตามลำดับ

2.3 จำนวนครั้ง/อายุของการฝากครรภ์ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย

แผนภูมิที่ 8 จำนวนครั้ง/อายุของการฝากครรภ์ขณะตั้งครรภ์บุตรคนสุดท้าย



กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ได้รับการฝากครรภ์ครั้งแรก (ร้อยละ 88.2) และฝากครรภ์ครบ 5 ครั้ง ตามเกณฑ์ (ร้อยละ 98.1)

2.4 การได้รับและกินยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก ขณะฝากครรภ์บุตรคนสุดท้าย

ตารางที่ 20 ร้อยละการได้รับและกินยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก ขณะฝากครรภ์บุตรคนสุดท้าย

ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก		
ได้รับ	206	97.6
ไม่ได้รับ	5	2.4
การกินยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก		
กินทุกวัน	180	85.3
กินบ้าง ไม่กินบ้าง	24	11.4
ไม่กินเลย	7	3.3

กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก (ร้อยละ 97.6) โดยกินทุกวัน (ร้อยละ 85.3) กินบ้าง ไม่กินบ้าง (ร้อยละ 11.4)

2.5 สถานที่คลอดบุตรคนสุดท้าย

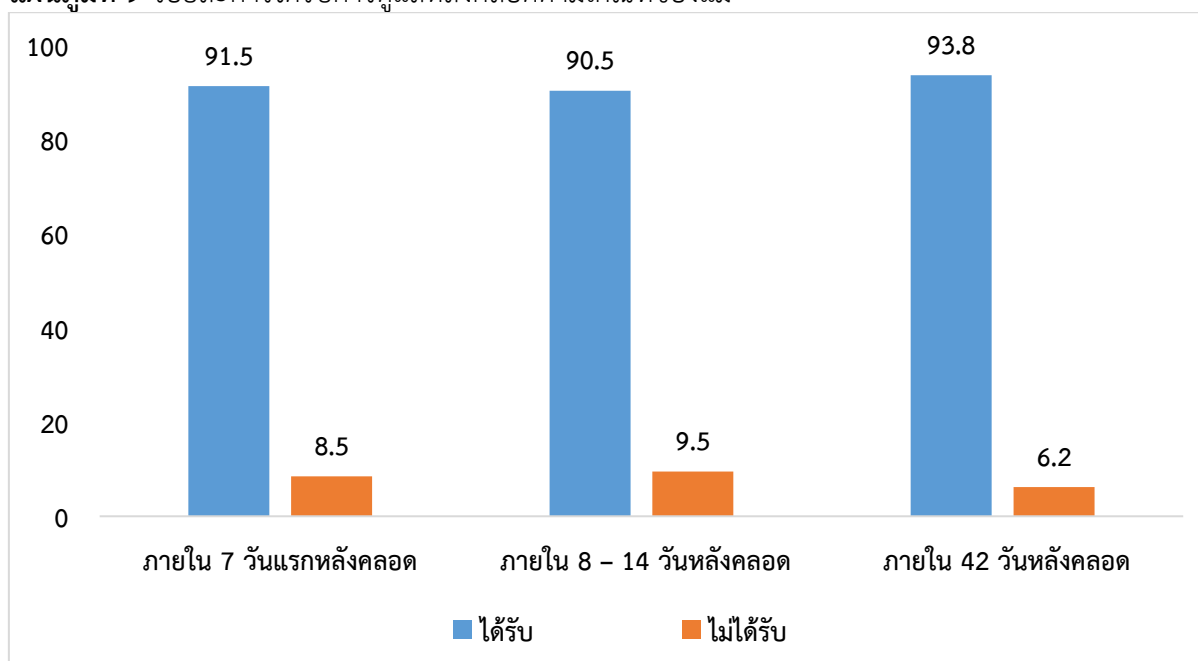
ตารางที่ 21 ร้อยละสถานที่คลอดบุตรคนสุดท้าย

ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
สถานที่คลอด		
โรงพยาบาลของรัฐ	180	85.3
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	12	5.7
โรงพยาบาลเอกชน/คลินิก	5	2.4
คลอดที่บ้าน	14	6.6
ผู้ทำคลอดที่บ้าน		
หมอดำแย้ที่ผ่านการอบรมผดุงครรภ์โบราณ	10	71.4
หมอดำแย้ประจำหมู่บ้าน	4	28.6

กลุ่มตัวอย่าง คลอดบุตรในโรงพยาบาลของรัฐ (ร้อยละ 85.3) คลอดที่บ้าน (ร้อยละ 6.6) และคลอดโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (ร้อยละ 5.7) สำหรับการคลอดที่บ้านส่วนใหญ่คลอดกับหมอดำแย้ที่ผ่านการอบรมผดุงครรภ์โบราณ (ร้อยละ 71.4)

2.6 การได้รับการดูแลหลังคลอดตามเกณฑ์ของแม่และทารก

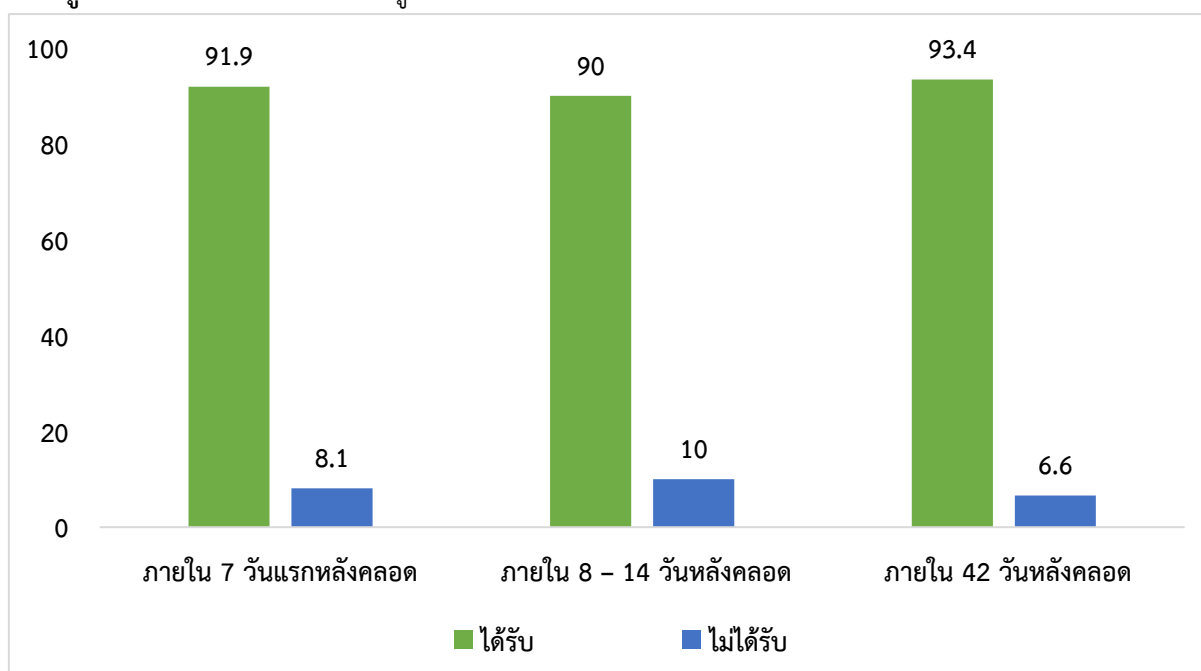
แผนภูมิที่ 9 ร้อยละการได้รับการดูแลหลังคลอดตามเกณฑ์ของแม่



กลุ่มตัวอย่าง ได้รับการดูแลหลังคลอดภายใน 7 วันแรกหลังคลอดตามเกณฑ์ (ไม่นับการดูแลที่อยู่ในโรงพยาบาล กรณีที่คลอดที่โรงพยาบาล) (ร้อยละ 91.5) ได้รับการดูแลภายใน 8 -14 วันหลังคลอด (ร้อยละ 90.5) และได้รับการดูแลภายใน 42 วันหลังคลอด (ร้อยละ 93.8)

2.7 การได้รับการดูแลหลังคลอดตามเกณฑ์ของทารก

แผนภูมิที่ 10 ร้อยละการได้รับการดูแลหลังคลอดตามเกณฑ์ของทารก



ทารกได้รับการดูแลภายใน 7 วันแรกหลังคลอด (ไม่นับการดูแลที่อยู่ในโรงพยาบาล ในกรณีที่คลอดที่โรงพยาบาล) (ร้อยละ 91.9) ภายใน 8 -14 วันหลังคลอด (ร้อยละ 90) และภายใน 42 วันหลังคลอด (ร้อยละ 93.4) ตามลำดับ

2.8 การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ตารางที่ 22 ร้อยละของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่		
เลี้ยง	205	97.2
ไม่ได้เลี้ยง	6	2.8
ระยะเวลาให้นมแม่		
ให้นมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	180	87.8
ให้นมแม่ไม่ถึง 6 เดือน	25	12.2
เหตุผลที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ครบ 6 เดือน		
แม่ต้องไปทำงาน	14	56.0
น้ำนมมีน้อย	11	44.0

กลุ่มตัวอย่าง เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ร้อยละ 97.2) โดยให้นมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน (ร้อยละ 87.8) ให้นมแม่ไม่ถึง 6 เดือน (ร้อยละ 12.2) เหตุผลที่กลุ่มตัวอย่างไม่ได้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ครบ 6 เดือน คือแม่ต้องไปทำงาน (ร้อยละ 56) และน้ำนมมีน้อย (ร้อยละ 44)

2.9 การคุมกำเนิดของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบัน

ตารางที่ 23 ร้อยละของการคุมกำเนิดของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบัน

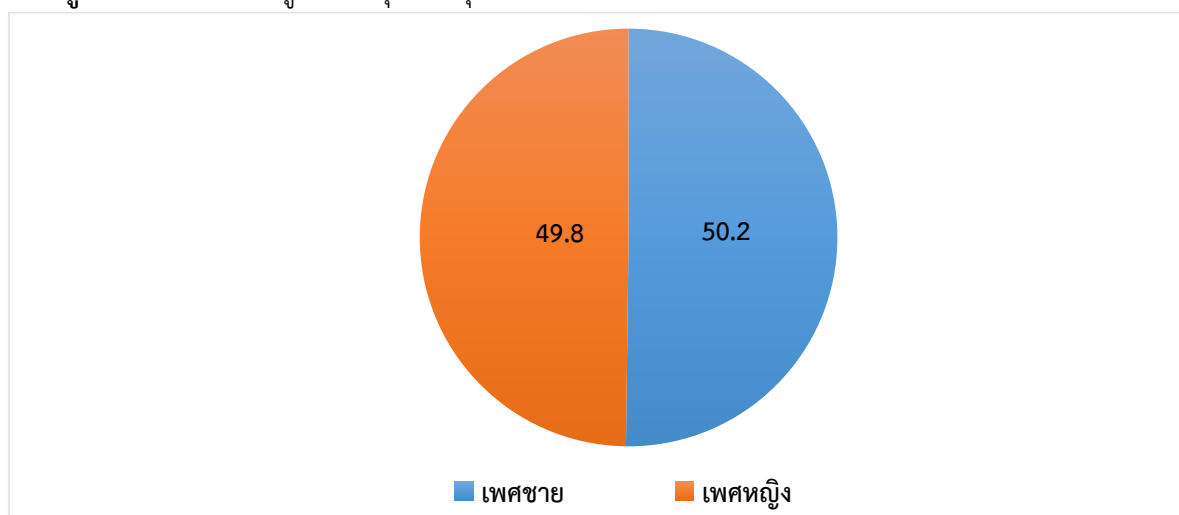
ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การคุมกำเนิด		
คุม	181	85.8
ไม่คุม	30	14.2
วิธีการคุมกำเนิด		
ยาเม็ด	56	31.0
ยาฉีด	103	56.9
ยาฝัง	4	2.2
ถุงยางอนามัย	4	2.2
หมันหญิง	14	7.7
สถานที่รับบริการคุมกำเนิด		
โรงพยาบาลของรัฐ	52	28.7
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	100	55.3
โรงพยาบาลเอกชน/คลินิก	18	9.9
สถานบริการสาธารณสุขชุมชน	11	6.1

กลุ่มตัวอย่าง คุมกำเนิด (ร้อยละ 85.8) จำแนกเป็น ยาฉีดคุมกำเนิด (ร้อยละ 56.9) ยาเม็ดคุมกำเนิด (ร้อยละ 31) หมันหญิง (ร้อยละ 7.7) โดยบริการคุมกำเนิดที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (ร้อยละ 55.3) โรงพยาบาลของรัฐ (ร้อยละ 28.7)

3. ข้อมูลการประเมินการเจริญเติบโตเด็กแรกเกิด - 5 ปี ของบุตรคนสุดท้อง

3.1 ข้อมูลทั่วไป

แผนภูมิที่ 11 ร้อยละข้อมูลทั่วไปบุตรคนสุดท้องจำแนกตามเพศ



บุตรคนสุดท้องของกลุ่มตัวอย่าง เป็น เพศชาย (ร้อยละ 50.2) และเพศหญิง (ร้อยละ 49.8)

ตารางที่ 24 ร้อยละข้อมูลทั่วไปบุตรคนสุดท้องจำแนกตามอายุ

ข้อมูลการประเมินการเจริญเติบโตเด็กแรกเกิด - 5 ปี	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
อายุบุตร (ช่วงอายุ)		
0 - 11 เดือน	94	44.5
1 - 2 ปี	41	19.4
3 - 4 ปี	64	30.4
5 ปี	12	5.7

(Mean = 1.92 , S.D. = 1.48 , Max = 5 , Min = 0.1)

บุตรคนสุดท้องของกลุ่มตัวอย่าง อยู่ในช่วงอายุแรกเกิด - 11 เดือน (ร้อยละ 44.5) รองลงมาได้แก่ ช่วงอายุ 3 - 4 ปี (ร้อยละ 30.4) และช่วงอายุ 1 - 2 ปี (ร้อยละ 19.4) มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 1.92 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.48 อายุมากที่สุด เท่ากับ 5 ปี และอายุน้อยที่สุด เท่ากับ 1 เดือน

ตารางที่ 25 ร้อยละข้อมูลทั่วไปบุตรคนสุดท้องจำแนกตามน้ำหนักแรกคลอด (กรัม)

ข้อมูลการประเมินการเจริญเติบโตเด็กแรกเกิด - 5 ปี	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
น้ำหนักแรกคลอด (กรัม)		
น้อยกว่า 2,490 กรัม	18	8.5
2,500 - 2,990 กรัม	88	41.7
3,000 - 3,490 กรัม	84	39.8
4,000 กรัมขึ้นไป	21	10.0

(Mean = 2.968.5 , S.D. = 417.23 , Max = 4,455 , Min = 1,500)

น้ำหนักแรกคลอดของบุตรคนสุดท้อง อยู่ในช่วง 2,500 - 2,990 กรัม (ร้อยละ 41.7) รองลงมาได้แก่ ช่วง 3,000 - 3,490 กรัม (ร้อยละ 39.8) และช่วง 4,000 กรัมขึ้นไป (ร้อยละ 10) มีน้ำหนักแรกเกิดเฉลี่ย 2,968.5 กรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 417.23 น้ำหนักแรกคลอดมากที่สุด 4,455 กรัม และน้ำหนักแรกคลอดน้อยสุด 1,500 กรัม

3.2 ผลการประเมินการเจริญเติบโต

ตารางที่ 26 ร้อยละผลการประเมินการเจริญเติบโตบุตรคนสุดท้าย

ข้อมูลการประเมินการเจริญเติบโตเด็กแรกเกิด - 5 ปี	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ผลการประเมินการเจริญเติบโต		
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ		
น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์	19	9.0
น้ำหนักค่อนข้างน้อย	14	6.6
น้ำหนักตามเกณฑ์	164	77.7
น้ำหนักค่อนข้างมาก	4	2.0
น้ำหนักมากเกินไป	10	4.7
ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ		
เตี้ย	17	8.1
ค่อนข้างเตี้ย	18	8.5
ส่วนสูงตามเกณฑ์	165	78.2
ค่อนข้างสูง	5	2.4
สูงกว่าเกณฑ์	6	2.8
น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง		
ผอม	20	9.5
ค่อนข้างผอม	11	5.2
สมส่วน	156	73.9
ท้วม	9	4.3
เริ่มอ้วน	8	3.8
อ้วน	7	3.3

การเจริญเติบโตบุตรคนสุดท้าย มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ 77.7) ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ 78.2) และ สมส่วน (ร้อยละ 73.9)

3.3 การประเมินพัฒนาการของบุตรคนสุดท้าย

ตารางที่ 27 ร้อยละการประเมินพัฒนาการของบุตรคนสุดท้าย

ข้อมูลการประเมินการเจริญเติบโตเด็กแรกเกิด - 5 ปี	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การตรวจพัฒนาการ		
เคย	186	88.2
ไม่เคย	25	11.8
ผู้ตรวจพัฒนาการ		
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล)	175	94.1
พนักงานสาธารณสุขชุมชน (สถานบริการสาธารณสุขชุมชน)	11	5.9
ผลการตรวจพัฒนาการ		
สมวัย	181	97.3
ไม่สมวัย	5	2.7
การกระตุ้นพัฒนาการในรายที่ผิดปกติ		
กระตุ้น	4	80.0
ไม่ได้รับการกระตุ้น	1	20.0

พัฒนาการของบุตรคนสุดท้าย เคยได้รับการตรวจพัฒนาการ (ร้อยละ 88.2) ได้รับการตรวจจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (ร้อยละ 94.1) พัฒนาการสมวัย (ร้อยละ 97.3) ได้รับการกระตุ้นพัฒนาการในรายที่ผิดปกติ (ร้อยละ 80) และไม่ได้รับการกระตุ้นพัฒนาการ (ร้อยละ 20)

ส่วนที่ 2 กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 – 14 ปี) (n=393)

สรุป

กล่าวถึงข้อมูลกลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี) ประกอบด้วย การเจริญเติบโต พฤติกรรมบริโภคอาหาร พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล กิจกรรมทางกาย และพฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย สรุปได้ดังนี้

1. การเจริญเติบโต พบว่าการเจริญเติบโตด้านน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ เด็กมีน้ำหนักน้อย (ร้อยละ 9.4) ด้านส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ พบเด็ก เตี้ย (ร้อยละ 21.2) และค่อนข้างเตี้ย (ร้อยละ 8.4) ด้านน้ำหนักตามเกณฑ์ ส่วนสูง เด็กมีภาวะผอม (ร้อยละ 6.9) อยู่ในภาวะเริ่มอ้วน (ร้อยละ 7.6) และอ้วน (ร้อยละ 6.4)

2. พฤติกรรมบริโภคอาหาร พบว่า เด็กนักเรียนกินอาหารมื้อเช้าทุกวัน (ร้อยละ 71) โดยมื้อกลางวัน นักเรียนกินผัก (ร้อยละ 81.7) กินเนื้อสัตว์ (ร้อยละ 92.6) ทั้งวันนักเรียนกินผลไม้ (ร้อยละ 73.5) ไม่กินผลไม้ (ร้อยละ 26.5) กินไข่ (ร้อยละ 79.4) ไม่กินไข่ (ร้อยละ 20.6) ดื่มนม (ร้อยละ 85) ไม่ดื่มนม (ร้อยละ 15) โดยในสัปดาห์ที่ผ่านมา มีนักเรียน

- ไม่ได้กินอาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก เช่น เลือดหมู เลือดไก่ ไข่แดง เครื่องในสัตว์ (ร้อยละ 22.6)
- ไม่ได้กินอาหารทะเล เช่น ปลาทู ปลากระตัก กุ้ง ปลาหมึก หอย สาหร่าย (ร้อยละ 39.7)
- ไม่ได้กินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก ที่โรงเรียนแจกให้ (ร้อยละ 50.1)
- เติมนมเครื่องปรุงรส (ร้อยละ 49.1)
- หยิบอาหารที่หล่นลงบนพื้นขึ้นมากินต่อเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 43.5)
- ไม่กินอาหารประเภทเนื้อสัตว์ทั้งสุกกึ่งดิบ (ร้อยละ 87) แต่ยังคงมีนักเรียนบางส่วนกิน (ร้อยละ 1.3)
- ไม่ดื่มน้ำอัดลม เช่น โค้ก เป๊ปซี่ น้ำเขียว น้ำแดง สไปรท์ (ร้อยละ 15.8) ส่วนใหญ่ดื่ม 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 63.4)
- ไม่ดื่มน้ำผลไม้ น้ำหวาน นมปรุงแต่งรส (ร้อยละ 19.1) ส่วนใหญ่ ดื่ม 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 69.7)
- ไม่กินขนมหวาน น้ำหวาน น้ำอัดลม หลัง 6 โมงเย็น (ร้อยละ 27) ส่วนใหญ่กิน 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 58.5)
- ไม่กินลูกอม (ร้อยละ 17.6) ส่วนใหญ่กิน 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 58.2)
- ไม่กินขนมถุงกรอบกรอบ (ร้อยละ 12) ส่วนใหญ่กิน 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 46.5) กิน 4-6 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 29.5)

3. พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล

- นักเรียนแปรงฟันทุกวัน (ร้อยละ 66.9) โดยนักเรียนที่แปรงฟัน แปรงฟันในตอนเช้ามากที่สุด (ร้อยละ 90.2) ตอนกลางวัน (ร้อยละ 32.8) และก่อนนอน (ร้อยละ 56.1)
- นักเรียนอาบน้ำวันละ 1 ครั้ง (ร้อยละ 69)
- นักเรียนทำความสะอาดอวัยวะเพศด้วยการฟอกสบู่ทุกครั้งที่อาบน้ำ (ร้อยละ 92.1)
- สระผมทุกวัน (ร้อยละ 40) และสระผม 1 ครั้งต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 28)
- นักเรียนดูแลเล็บมือ เล็บเท้าให้สั้นและสะอาดอยู่เสมอ (ร้อยละ 41.7)
- นักเรียนสวมใส่เสื้อผ้าที่ซักสะอาดและเปลี่ยนทุกวัน (ร้อยละ 97.2)
- นักเรียนใช้ผ้าปิดปาก ปิดจมูกทุกครั้งไอหรือจาม (ร้อยละ 75.6) มีนักเรียนที่ไม่ใช้ผ้าปิดจมูก (ร้อยละ 24.4)
- นักเรียนล้างมือด้วยสบู่ ก่อนกินอาหารทุกครั้ง (ร้อยละ 85.2) ในนักเรียนที่ล้างมือ มีการล้างมือตามวิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน (ร้อยละ 22.7)

- นักเรียนล้างมือด้วยสบู่หลังการใช้ส้วมทุกครั้ง (ร้อยละ 79.6) ในนักเรียนที่ล้างมือ มีการล้างมือตามวิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน (ร้อยละ 25.6)
- นักเรียนใช้ช้อนกลางเมื่อกินอาหารร่วมกับคนอื่นทุกครั้ง (ร้อยละ 66.9) และไม่ใช่ (ร้อยละ 33.1)
- นักเรียนใช้แก้วน้ำส่วนตัวที่โรงเรียนทุกครั้ง (ร้อยละ 73.3) และไม่ใช่ (ร้อยละ 26.7)
- นักเรียนขับถ่ายอุจจาระในส้วมทุกครั้ง (ร้อยละ 96.2)
- โดยเฉลี่ยนักเรียนนอนหลับวันละ 9 ชั่วโมง มากที่สุด 16 ชั่วโมง และน้อยที่สุด 6 ชั่วโมง
- ใน 1 วัน นักเรียนใช้คอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์มือถือถือ แท็บเล็ต หรือไม้และถ้าใช้ต่อเนื่องกัน 2 ชั่วโมงขึ้นไป (ร้อยละ 26.7)

4. กิจกรรมทางกาย

ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนทำกิจกรรมทางกายจนรู้สึกเหนื่อยหรือหอบ (ร้อยละ 89.3) โดยรูปแบบกิจกรรมที่ทำมากที่สุด วิ่งเล่น/วิ่งไล่จับ (ร้อยละ 84.6) มีการออกกำลังกาย 3-5 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 65.0) น้อยกว่า 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 31) โดยระยะเวลาออกกำลังกาย 30-60 นาที/วัน (ร้อยละ 58.4) และน้อยกว่า 30 นาที/วัน (ร้อยละ 35.9)

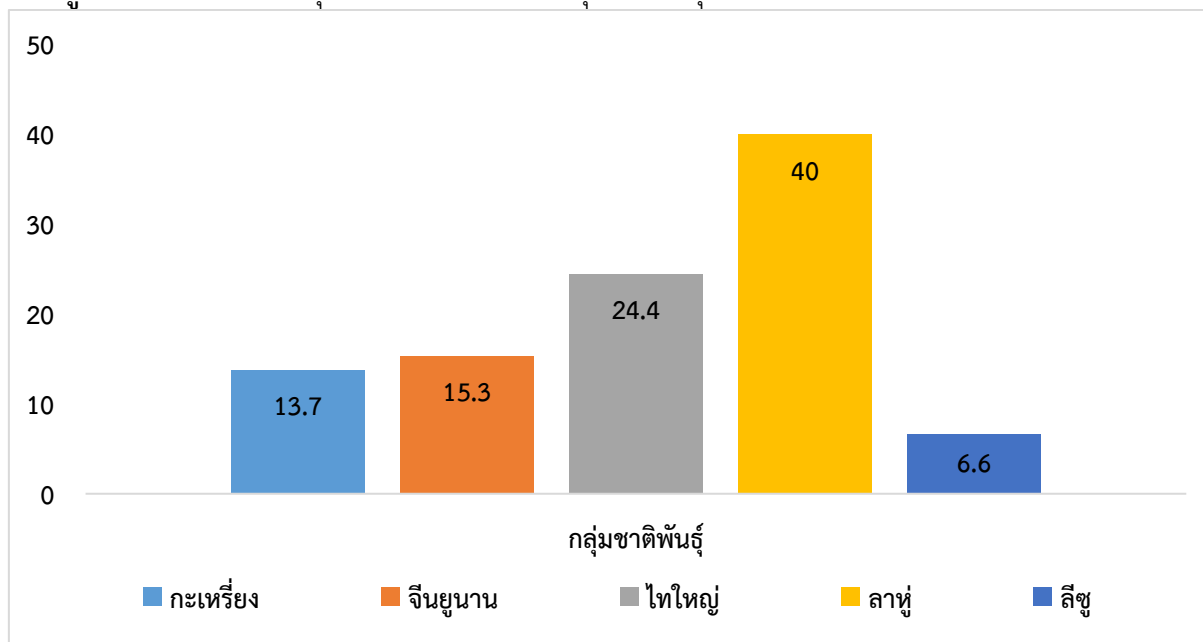
5. พฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม และความปลอดภัย

- นักเรียนทิ้งขยะลงถังขยะทุกครั้ง (ร้อยละ 89.3) คัดแยกขยะก่อนทิ้งทุกครั้ง (ร้อยละ 63.1)
- ขณะขับขี/ซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ นักเรียนไม่สวมหมวกกันน็อค (ร้อยละ 30.3) และสวมหมวกกันน็อค เป็นบางครั้ง (ร้อยละ 44.0)
- นักเรียนว่ายน้ำเป็น (ร้อยละ 26.2)

1. ข้อมูลทั่วไป

1.1 กลุ่มชาติพันธุ์

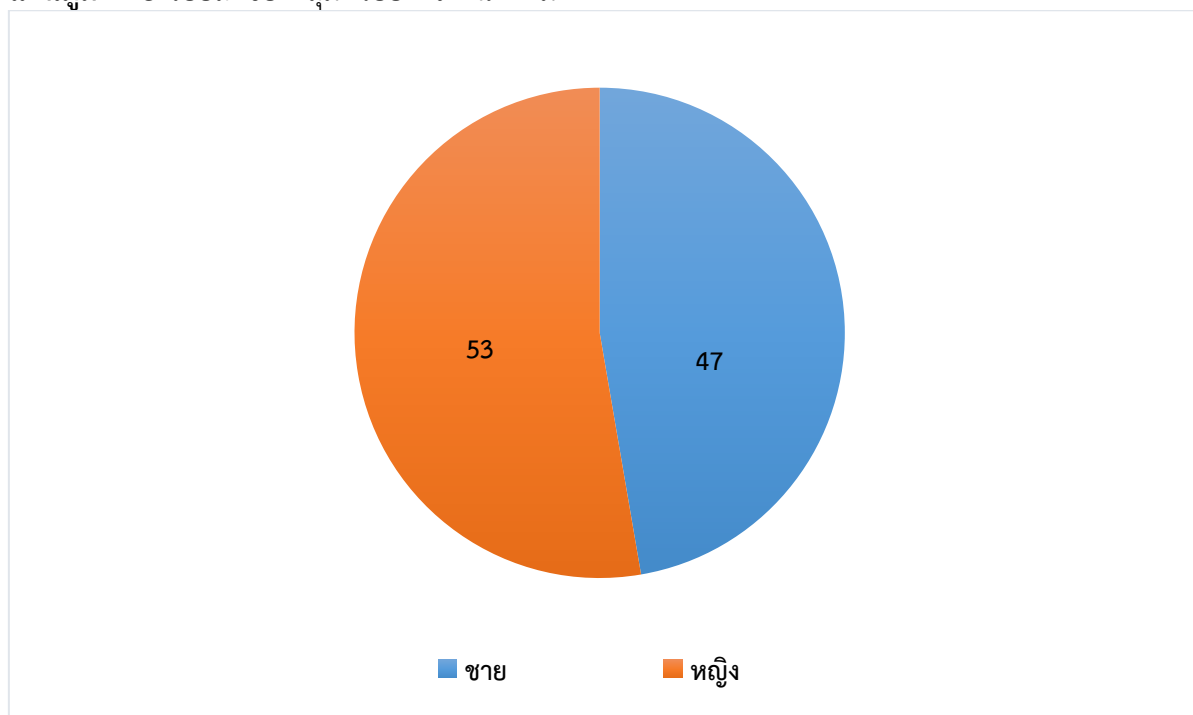
แผนภูมิที่ 12 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์



กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ลาหู่(มุเซอ) (ร้อยละ 40) รองลงมาได้แก่ กลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ (ร้อยละ 24.4) และกลุ่มชาติพันธุ์จีนยูนาน (ร้อยละ 15.3) ตามลำดับ

1.2 เพศ

แผนภูมิที่ 13 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ



กลุ่มตัวอย่าง เป็น เพศหญิง (ร้อยละ 53) และเพศชาย (ร้อยละ 47)

1.3 อายุ

ตารางที่ 28 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

ข้อมูลทั่วไป	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ช่วงอายุ (ปี)		
6 - 8 ปี	118	30.0
9 - 11 ปี	140	35.6
12 - 14 ปี	135	34.4

(Mean = 10.06 , S.D. = 2.49, Max = 14.0, Min = 6.0)

กลุ่มตัวอย่าง มีอายุในช่วงอายุ 9 - 11 ปี (ร้อยละ 35.6) รองลงมาได้แก่ ช่วงอายุ 12 - 14 ปี (ร้อยละ 34.4) และช่วงอายุ 6 - 8 ปี (ร้อยละ 30) มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 10.06 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.49 อายุมากที่สุด 14 ปี และอายุน้อยสุด 6 ปี

1.4 ผลการประเมินภาวะโภชนาการ

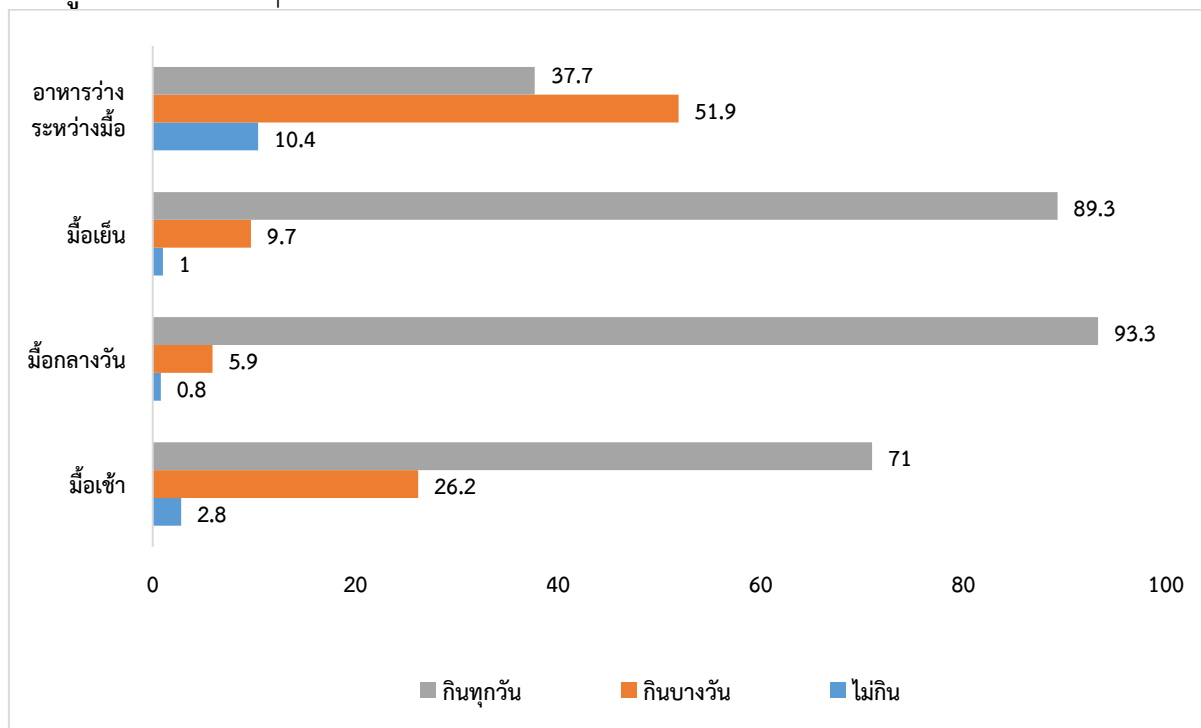
ตารางที่ 29 ร้อยละผลการประเมินภาวะโภชนาการ

การประเมินภาวะโภชนาการ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ		
น้อยกว่าเกณฑ์	37	9.4
ค่อนข้างน้อย	27	6.9
น้ำหนักตามเกณฑ์	297	75.6
น้ำหนักค่อนข้างมาก	13	3.3
น้ำหนักมากกว่าเกณฑ์	19	4.8
ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ		
เตี้ย	83	21.2
ค่อนข้างเตี้ย	33	8.4
สูงตามเกณฑ์	254	64.6
ค่อนข้างสูง	13	3.3
สูง	10	2.5
น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง		
ผอม	27	6.9
ค่อนข้างผอม	13	3.3
สมส่วน	282	71.8
ท้วม	16	4.0
เริ่มอ้วน	30	7.6
อ้วน	25	6.4

กลุ่มตัวอย่าง มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ 75.6) ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (ร้อยละ 64.6) และ สมส่วน (ร้อยละ 71.8)

2. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

แผนภูมิที่ 14 ร้อยละพฤติกรรมการบริโภคอาหารแต่ละมื้อ



กลุ่มตัวอย่าง กินอาหารมือเช้าทุกวัน (ร้อยละ 71) กินอาหารมือกลางวันทุกวัน (ร้อยละ 93.3) กินอาหารมือเย็นทุกวัน (ร้อยละ 89.3) กินอาหารว่างระหว่างมือทุกวัน (ร้อยละ 37.7)

ตารางที่ 30 ร้อยละพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
มือกลางวันเมื่อวานหรือวันนี้ นักเรียนกินผัก		
ไม่กิน	72	18.3
ไม่ชอบรูปร่างของผัก	11	15.3
ไม่ชอบรสชาติ (ขม)	29	40.3
ถูกบังคับให้กินเมื่ออยู่บ้าน	4	5.6
ไม่ชอบสีของผัก (สีเขียว)	13	18.0
ไม่เคยกินตั้งแต่เด็ก	5	6.9
ไม่ชอบกลิ่น (ฉุน กลิ่นแรง กลิ่นเหม็น)	10	13.9

ตารางที่ 30 ร้อยละพฤติกรรมการบริโภคอาหาร (ต่อ)

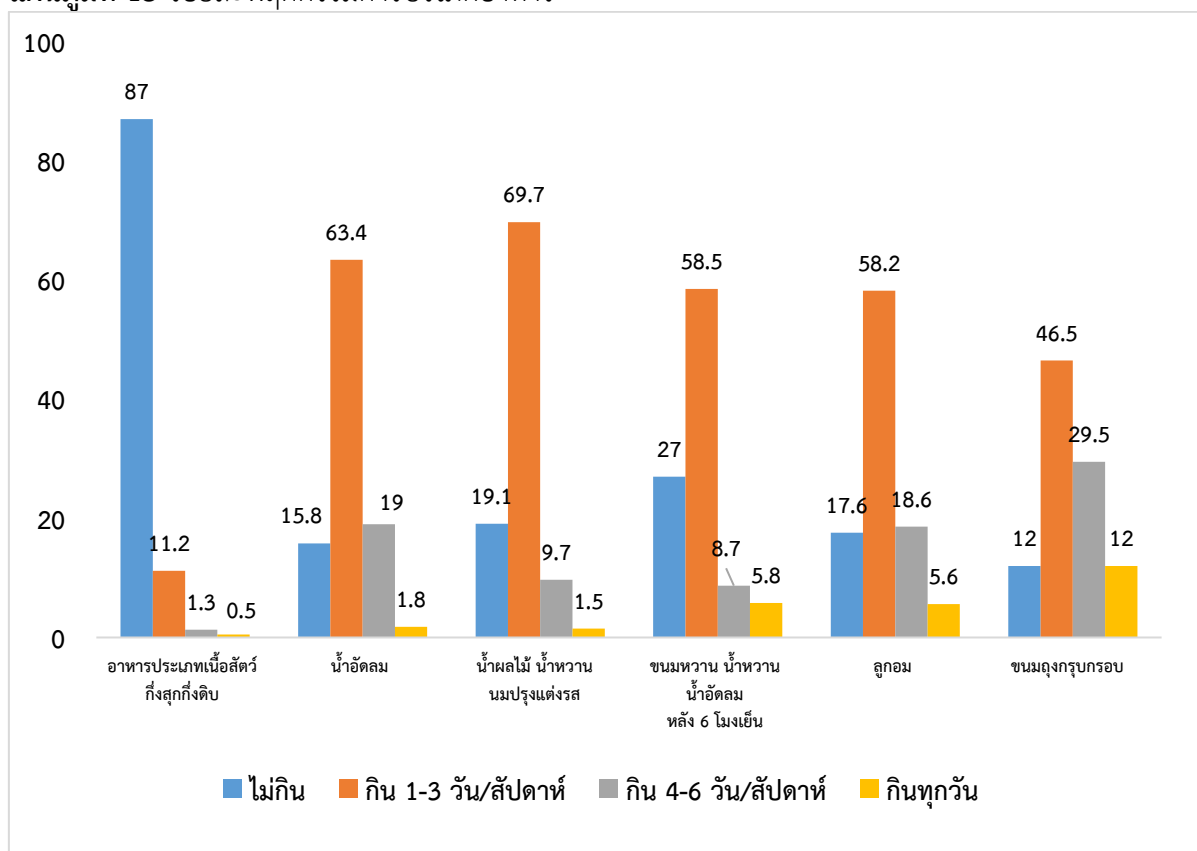
พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
มื้อกลางวันเมื่อวานหรือวันนี้ นักเรียนกินผัก		
กิน	321	81.7
น้อยกว่าหนึ่งช้อนกินข้าว	11	3.4
หนึ่งช้อนกินข้าว	50	15.6
สองช้อนกินข้าว	66	20.6
สามช้อนกินข้าว	44	13.7
สี่ช้อนกินข้าว	62	19.3
มากกว่าสี่ช้อนกินข้าว	88	27.4
มื้อกลางวันเมื่อวานหรือวันนี้ กินเนื้อสัตว์		
ไม่กิน	29	7.4
กิน	364	92.6
สองช้อนกินข้าว	36	9.9
สามช้อนกินข้าว	117	32.1
สี่ช้อนกินข้าว	66	18.1
ห้าช้อนกินข้าว	64	17.6
หกช้อนกินข้าว	81	22.3
เมื่อวานนี้ (ทั้งวัน) นักเรียนกินอาหารต่อไปนี้		
ผลไม้		
ไม่กิน	104	26.5
กิน	289	73.5
มือเช้า	18	6.3
มือว่างเช้า	38	13.1
มือกลางวัน	155	53.6
มือว่างบ่าย	42	14.5
มือเย็น	36	12.5
ไข่		
ไม่กิน	81	20.6
กิน	312	79.4
1 ฟอง	221	70.8
2 ฟอง	74	23.7
มากกว่า 2 ฟอง	17	5.5

ตารางที่ 30 ร้อยละพฤติกรรมการบริโภคอาหาร (ต่อ)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
เมื่อวานนี้ (ทั้งวัน) นักเรียนกินอาหารต่อไปนี้		
นม		
ไม่ดื่ม	59	15.0
ดื่ม	334	85.0
1 กล่อง/แก้ว/ขวด/ถุง	236	70.7
2 กล่อง/แก้ว/ขวด/ถุง	92	27.5
> 2 กล่อง/แก้ว/ขวด/ถุง	6	1.8
ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินอาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก เช่น เลือดหมู เลือดไก่ ไข่แดง เครื่องในสัตว์		
ไม่กิน	89	22.6
กิน 1 วัน/สัปดาห์	143	36.4
กิน 2 วัน/สัปดาห์	98	24.9
กิน 3 วัน/สัปดาห์	38	9.7
กินมากกว่า 3 วัน/สัปดาห์	25	6.4
ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินอาหารทะเล เช่น ปลาทู ปลากระตัก กุ้ง ปลาหมึก หอย สาหร่าย		
ไม่กิน	156	39.7
กิน 1 วัน/สัปดาห์	153	38.9
กิน 2 วัน/สัปดาห์	71	18.1
กิน 3 วัน/สัปดาห์	9	2.3
กินมากกว่า 3 วัน/สัปดาห์	4	1.0
ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กที่โรงเรียนแจกให้		
ไม่กิน	197	50.1
กิน	196	49.9
เวลากินอาหาร นักเรียนเติมเครื่องปรุงรส		
ไม่เติม	200	50.9
เติม	193	49.1
เมื่อนักเรียนทำของกินหล่นลงบนพื้น (ดิน/ ปูน)		
นักเรียนหยิบขึ้นมากินต่อ		
ไม่กินเลย	222	56.5
กินบางครั้ง	171	43.5

กลุ่มตัวอย่าง กินผัก (ร้อยละ 81.7) กินผักมากกว่าสีซ้อนกินข้าว (ร้อยละ 27.4) ไม่กินผัก (ร้อยละ 18.3) สาเหตุที่ไม่กินผักส่วนใหญ่ไม่ชอบรสชาติ (ขม) (ร้อยละ 40.3) และกินเนื้อสัตว์ (ร้อยละ 92.6) กินผลไม้ (ร้อยละ 73.5) กินไข่ (ร้อยละ 79.4) ส่วนใหญ่กินไข่ 1 ฟอง (ร้อยละ 70.8) และดื่มนม (ร้อยละ 85) ส่วนใหญ่ดื่มจำนวน 1 กล่อง/แก้ว/ขวด/ถุง (ร้อยละ 70.7) กินอาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก เช่น เลือดหมู เลือดไก่ ไข่แดง เครื่องในสัตว์ 1 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 36.4) ไม่กินอาหารทะเล เช่น ปลาทุ ปลากระตัก กุ้ง ปลาหมึก หอย สหรัย (ร้อยละ 39.7) และกินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กที่โรงเรียนแจกให้ (ร้อยละ 49.9) ไม่เติมเครื่องปรุงรส (ร้อยละ 50.9) และเมื่อทำของกินหล่นลงบนพื้น (ดิน/ ปูน) ไม่หยิบขึ้นมากินต่อเลย (ร้อยละ 56.5)

แผนภูมิที่ 15 ร้อยละพฤติกรรมบริโภคอาหาร



กลุ่มตัวอย่าง ไม่กินอาหารประเภทเนื้อสัตว์กึ่งสุกกึ่งดิบ เช่น ลาบดิบ หลู้ ก้อย ชกเล็ก (ร้อยละ 87) ดื่มน้ำอืดลม เช่น โฉก เป๊ปซี่ น้ำเขียว น้ำแดง สไปรต์ 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 63.4) ดื่มน้ำผลไม้ น้ำหวาน นมปรุงแต่งรส 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 69.7) กินขนมหวาน น้ำหวาน น้ำอืดลม หลัง 6 โมงเย็น 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 58.5) กินลูกอม 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 58.2) และกินขนมถุงกรอบกรอบ 1-3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 46.5)

3. พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล

ตารางที่ 31 ร้อยละพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล

พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียนแปรงฟัน		
ไม่แปรงฟัน	6	1.5
แปรงบางวัน	124	31.6
แปรงทุกวัน	263	66.9
แปรงฟันช่วงเวลาใด		
แปรงตอนเช้า	349	90.2
แปรงตอนกลางวัน	127	32.8
แปรงก่อนนอน	217	56.1
นักเรียนอาบน้ำ		
ไม่ได้อาบน้ำทุกวัน	10	2.5
วันละ 1 ครั้ง	271	69.0
วันละ 2 ครั้ง	104	26.5
วันละ 3 ครั้ง	8	2.0
นักเรียนทำความสะอาดอวัยวะเพศด้วยการฟอกสบู่ทุกครั้ง ที่อาบน้ำ		
ใช่	362	92.1
ไม่ใช่	31	7.9
ใน 1 สัปดาห์ นักเรียนสระผม		
ไม่สระผม	2	0.5
หนึ่งครั้ง	110	28.0
สองครั้ง	57	14.5
สาม - หก ครั้ง	67	17.0
สระทุกวัน	157	40.0
ใน 1 สัปดาห์ นักเรียนดูแลเล็บมือ เล็บเท้า ให้สั้น และ สะอาดอยู่เสมอ		
ไม่เคย	10	2.5
หนึ่งครั้ง	164	41.7
สองครั้ง	89	22.6
สาม - หก ครั้ง	64	16.4
ทุกวัน	66	16.8
นักเรียนสวมใส่เสื้อผ้าที่ซักสะอาด และเปลี่ยนทุกวัน		
ใช่	382	97.2
ไม่ใช่	11	2.8

ตารางที่ 31 ร้อยละพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล (ต่อ)

พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียนใช้ผ้าปิดปาก ปิดจมูก ทุกครั้งที่ไอหรือจาม		
ใช่	297	75.6
ไม่ใช่	96	24.4
นักเรียนล้างมือด้วยสบู่ ก่อนกินอาหารทุกครั้ง		
ใช่	335	85.2
ไม่ใช่	58	14.8
ล้างแค่ให้น้ำผ่านมือ	81	24.2
ล้างตามวิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน	76	22.7
ล้างตามที่ถนัด	178	53.1
นักเรียนล้างมือด้วยสบู่ หลังการใช้ส้วมทุกครั้ง		
ใช่	313	79.6
ไม่ใช่	80	20.4
ล้างแค่ให้น้ำผ่านมือ	67	21.4
ล้างตามวิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน	80	25.6
ล้างตามที่ถนัด	166	53.0
นักเรียนใช้ช้อนกลางเมื่อกินอาหารร่วมกับคนอื่นทุกครั้ง		
ใช่	263	66.9
ไม่ใช่	130	33.1
นักเรียนใช้แก้วน้ำส่วนตัวที่โรงเรียนทุกครั้ง		
ใช่	288	73.3
ไม่ใช่	105	26.7
นักเรียนขับถ่ายอุจจาระในส้วมทุกครั้ง		
ใช่	378	96.2
ไม่ใช่	15	3.8
นักเรียนขับถ่ายอุจจาระทุกวัน		
ใช่	321	81.7
ไม่ใช่	72	18.3
นอนหลับ (ชั่วโมง)		
(Mean = 9.13 , S.D. = 1.098 , Max = 16.0 , Min = 6.0)		

ตารางที่ 31 ร้อยละพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล (ต่อ)

พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ใน 1 วัน นักเรียนใช้คอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ตหรือไม่และถ้าใช้ต่อเนื่องกันนานเท่าไร		
ไม่เคยใช้	70	17.8
ใช้น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	119	30.3
ใช้ 1 - 2 ชั่วโมง	99	25.2
ใช้ 2 ชั่วโมงขึ้นไป	105	26.7
กลุ่มตัวอย่าง แปรังพันทุกวัน (ร้อยละ 66.9) แบ่งเป็น ตอนเช้า (ร้อยละ 90.2) ก่อนนอน (ร้อยละ 56.1) กลางวัน (ร้อยละ 32.8) นักเรียนส่วนใหญ่อาบน้ำ วันละ 1 ครั้ง (ร้อยละ 69) โดยทำความสะอาดอวัยวะเพศด้วยการฟอกสบู่ทุกครั้งที่อาบน้ำ (ร้อยละ 92.1) สระผมทุกวัน (ร้อยละ 40) ดูแลเล็บมือ เล็บเท้าให้สั้นและสะอาดอยู่เสมอสัปดาห์ละ 1 ครั้ง (ร้อยละ 41.7) สวมใส่เสื้อผ้าที่ซักสะอาดและเปลี่ยนทุกวัน (ร้อยละ 97.2) ใช้ผ้าปิดปากปิดจมูกทุกครั้งไอหรือจาม (ร้อยละ 75.6) ล้างมือด้วยสบู่ก่อนกินอาหารทุกครั้ง (ร้อยละ 85.2) ล้างมือด้วยสบู่หลังการใช้ส้วมทุกครั้ง (ร้อยละ 79.6) ใช้ช้อนกลางเมื่อกินอาหารร่วมกับคนอื่นทุกครั้ง (ร้อยละ 66.9) ใช้แก้วน้ำส่วนตัวที่โรงเรียนทุกครั้ง (ร้อยละ 73.3) มีการขับถ่ายอุจจาระในส้วมทุกครั้ง (ร้อยละ 96.2) ขับถ่ายอุจจาระทุกวัน (ร้อยละ 81.7) นอนหลับเฉลี่ยวันละ 9 ชั่วโมง และส่วนใหญ่ใน 1 วันใช้คอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต น้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 30.3)		

4. กิจกรรมทางกาย

ตารางที่ 32 ร้อยละกิจกรรมทางกาย

กิจกรรมทางกาย	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนทำกิจกรรมทางกายจนรู้สึกเหนื่อยหรือหอบ (สังเกตได้จากหัวใจเต้นแรงขึ้น หายใจเร็วขึ้น หรือหายใจถี่ขึ้น)		
ทำ	351	89.3
ไม่ทำ	42	10.7
รูปแบบกิจกรรมทางกายที่ทำ		
วิ่งเล่น/วิ่งไล่จับ	297	84.6
เดินเร็ว	65	18.5
กระโดด	117	33.3
ปั่นจักรยาน	75	21.4
ว่ายน้ำ	14	4.0
ฟุตบอล	85	24.2
บาสเกตบอล	4	1.1
วอลเลย์บอล	58	16.5

ตารางที่ 32 ร้อยละกิจกรรมทางกาย (ต่อ)

กิจกรรมทางกาย	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียนทำกิจกรรมทางกาย ที่วันต่อสัปดาห์		
น้อยกว่า 3 วัน/สัปดาห์	109	31.0
3 - 5 วัน/สัปดาห์	228	65.0
6 - 7 วัน/สัปดาห์	14	4.0
ระยะเวลาที่ทำกิจกรรมทางกาย วันละกี่นาที		
น้อยกว่า 30 นาที/วัน	126	35.9
31 - 60 นาที/วัน	205	58.4
มากกว่า 60 นาที/วัน	20	5.7

กลุ่มตัวอย่าง ทำกิจกรรมทางกายจนรู้สึกเหนื่อยหรือหอบ (สังเกตได้จากหัวใจเต้นแรงขึ้น หายใจเร็วขึ้น หรือหายใจถี่ขึ้น) (ร้อยละ 89.3) รูปแบบกิจกรรมทางกายที่ทำส่วนใหญ่เป็นการวิ่งเล่น/วิ่งไล่จับ (ร้อยละ 84.6) รองลงมาเป็นการเล่นกระโดด (ร้อยละ 33.3) ซึ่งทำกิจกรรมทางกาย 3 - 5 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 65.0) ระยะเวลาที่ทำกิจกรรมทางกาย 31 - 60 นาที/วัน (ร้อยละ 58.4)

5. พฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม และความปลอดภัย

ตารางที่ 33 ร้อยละพฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม และความปลอดภัย

พฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม และความปลอดภัย	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนทิ้งขยะลงถังขยะทุกครั้ง		
ใช่	351	89.3
ไม่ใช่	42	10.7
ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนคัดแยกขยะก่อนทิ้งทุกครั้ง		
ใช่	248	63.1
ไม่ใช่	145	36.9
นักเรียนสวมหมวกกันน็อค ขณะขี่/ซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์		
ไม่เคยขี่/ซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์	87	22.1
ไม่เคยสวมหมวกกันน็อค	119	30.3
สวมหมวกกันน็อคเป็นบางครั้ง	173	44.0
สวมหมวกกันน็อคทุกครั้ง	14	3.6
นักเรียนว่ายน้ำ		
ว่ายน้ำไม่เป็น	226	57.5
ว่ายน้ำไม่เป็น แต่สามารถลอยตัวโดยไม่ใช้อุปกรณ์ได้	64	16.3
ว่ายน้ำเป็น	103	26.2

กลุ่มตัวอย่าง ทั้งชายและหญิงทุกคน (ร้อยละ 89.3) คัดแยกขยะก่อนทิ้งทุกครั้ง (ร้อยละ 63.1) สวมหมวกกันน็อคขณะขับขี่/ซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ เป็นบางครั้ง (ร้อยละ 44) และว่ายนํ้าไม่เป็น (ร้อยละ 57.5) ว่ายนํ้าเป็น (ร้อยละ 26.2)

ส่วนที่ 3 กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 – 19 ปี) (n=458)

สรุป

กล่าวถึงข้อมูลกลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี) ประกอบด้วย ผลการเรียนรู้ การพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์กับในครอบครัว การประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวม พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ และพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ สรุปได้ดังนี้

1. ผลการเรียนรู้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีผลการเรียนล่าสุดอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 76) และกลุ่มตัวอย่างมีความพอใจกับผลการเรียนข้างต้นในระดับพอใจมาก (ร้อยละ 70.5)

2. การพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว พบว่า กลุ่มตัวอย่างพักอาศัยอยู่กับบิดา/มารดา (ร้อยละ 90.4) ผู้ปกครองเป็นบุคคลที่มีความสำคัญหรือมีความหมายในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างในระดับมาก (ร้อยละ 52.6) รองลงมาได้แก่ระดับมากที่สุด (ร้อยละ 44.5) ความสัมพันธ์ในครอบครัวระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับพ่อแม่พี่น้องรักใคร่กันดี (ร้อยละ 58.1) และกลุ่มตัวอย่างพึงพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ในปัจจุบันระดับพอใจมาก (ร้อยละ 68.3)

3. การประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวม พบว่า ใน 1 เดือนที่ผ่านมากลุ่มตัวอย่างประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวมของตนเองอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 72.3) รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ร้อยละ 21.2) ตามลำดับ

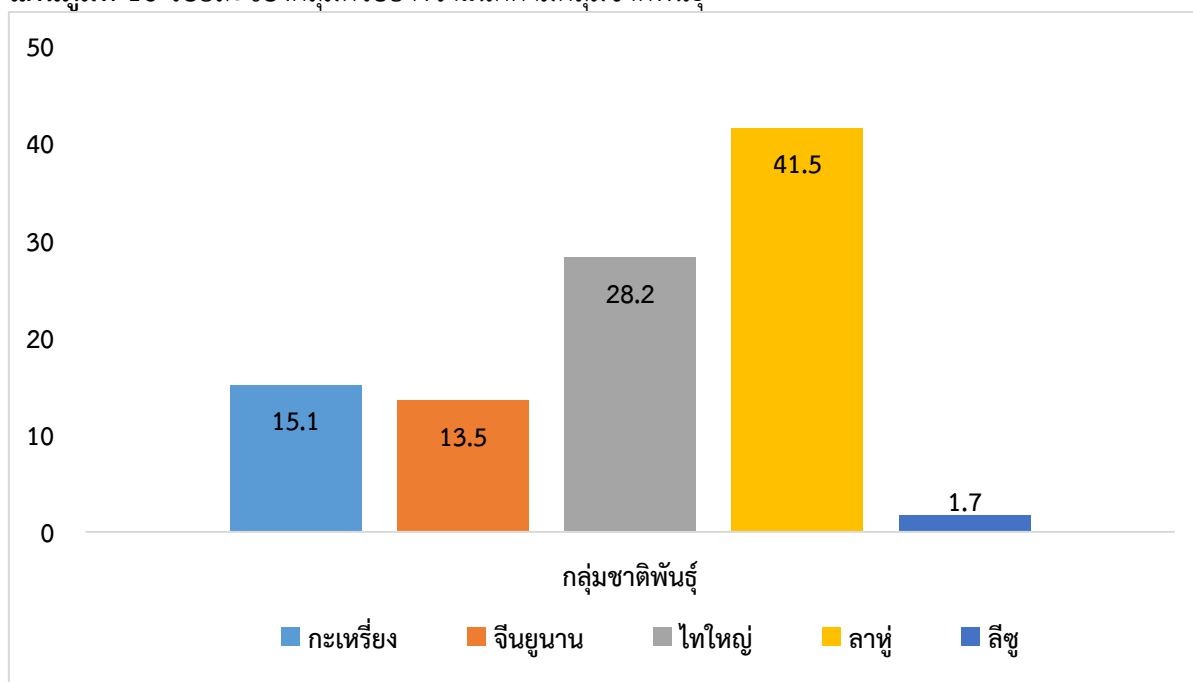
4. พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการควบคุมปริมาณอาหารและควบคุมรสอาหารไม่ให้หวาน มัน เค็มจัด ทุกมื้อ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 34.5) กินผักและผลไม้สดสะอาดเสมออย่างน้อยวันละครึ่งกิโลกรัม 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 37.6) ออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยมีเหงื่อออก 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 31.7) มีการจัดการความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 29.5) ไม่ได้สูบบุหรี่หรือสูดควันบุหรี่ (ร้อยละ 89.5) และไม่ได้ดื่มสุรา หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 88)

5. พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่ พบว่า ไม่เห็นด้วยกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 53.1) ไม่เห็นด้วยการจับมือถือแขนกันในวัยรุ่นหญิงชายที่ไม่ใช่ญาติกันเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 65.1) เห็นด้วยที่ผู้หญิงไม่ควรแสดงท่าทีว่าชอบผู้ชายก่อน (ร้อยละ 41.3) ไม่เห็นด้วยกับการดูคลิปวิดีโอโป๊ในวัยรุ่น (ร้อยละ 63.1) ไม่เห็นด้วยการเผยแพร่ภาพการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 61.8) ไม่เห็นด้วยกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น (ร้อยละ 62.4) ไม่เห็นด้วยกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องที่น่าอาย (ร้อยละ 52.6) ไม่เห็นด้วยกับการไม่ใส่เสื้อชั้นในเวลาก่อนนอนเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 56.3) เห็นด้วยการแอบดูคนอาบน้ำเป็นการกระทำที่น่าอาย (ร้อยละ 37.1) ไม่เห็นด้วยการนัดกันไปเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศสองต่อสองในเทศกาลเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 60.9) ไม่เห็นด้วยที่ผู้หญิงสามารถแต่งงานได้หลายครั้ง (ร้อยละ 59.0) เห็นด้วยชายหญิงที่เป็นสามีภรรยาจำเป็นต้องจดทะเบียนสมรส (ร้อยละ 62.7)

1. ข้อมูลทั่วไป

1.1 กลุ่มชาติพันธุ์

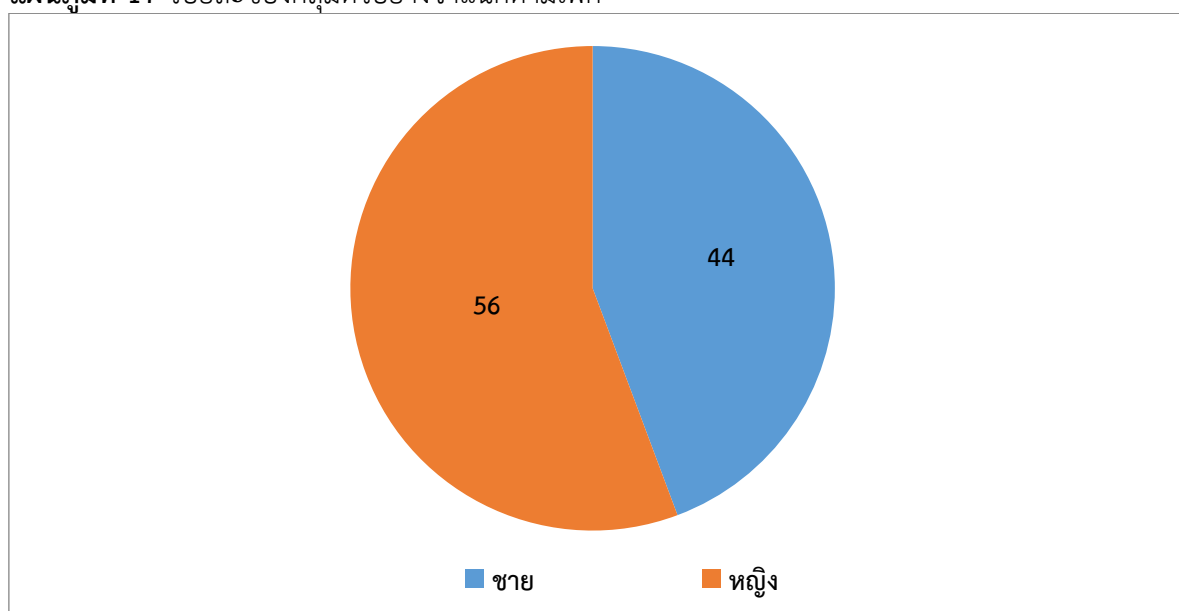
แผนภูมิที่ 16 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์



กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ลาหู่(มุเซอ) (ร้อยละ 41.5) รองลงมาได้แก่กลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ (ร้อยละ 28.2) และกลุ่มชาติพันธุ์กระเหรี่ยง (ร้อยละ 15.1) ตามลำดับ

1.2 เพศ

แผนภูมิที่ 17 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ



กลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชาย (ร้อยละ 44) และเพศหญิง (ร้อยละ 56)

1.3 อายุ

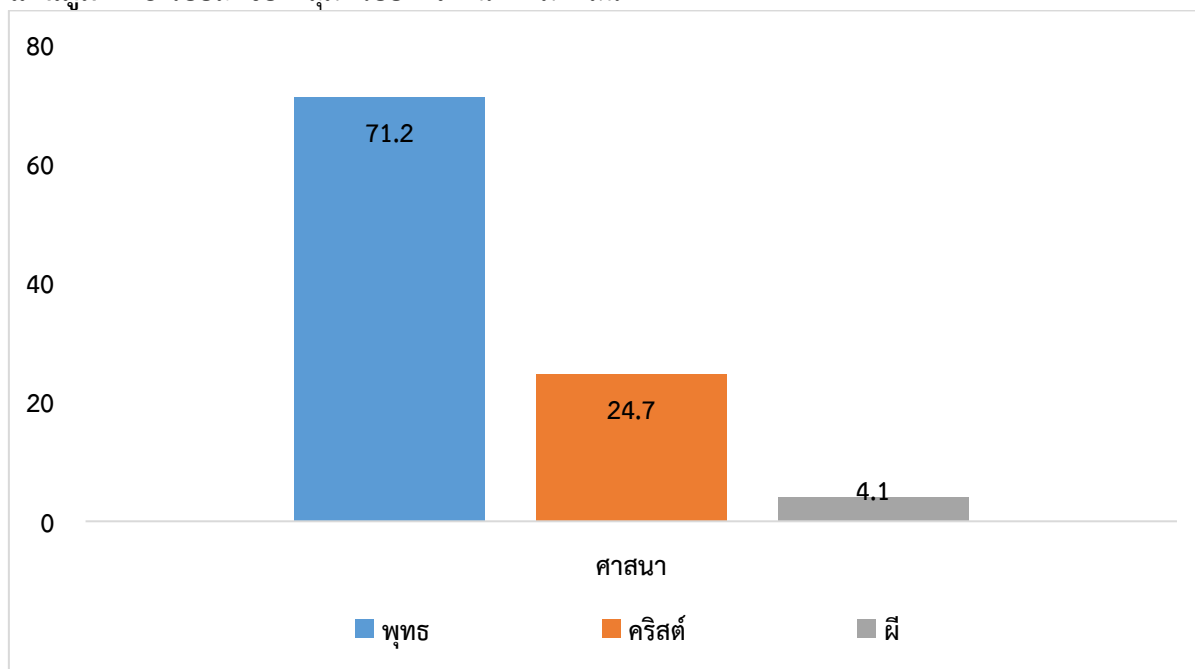
ตารางที่ 34 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

ข้อมูลทั่วไป	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ช่วงอายุ(ปี)		
10 - 14 ปี	302	65.9
15 - 19 ปี	156	34.1
(Mean = 13.6 , S.D. = 2.77, Max = 19 , Min = 10)		

กลุ่มตัวอย่าง มีอายุอยู่ในช่วง 10 - 14 ปี (ร้อยละ 65.9) และช่วง 15 - 19 ปี (ร้อยละ 34.1) มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 13.6 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.77 อายุมากที่สุด 19 ปี และอายุน้อยสุด 10 ปี

1.4 ศาสนา

แผนภูมิที่ 18 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา



กลุ่มตัวอย่าง นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 71.2) รองลงมาได้แก่นับถือศาสนาคริสต์ (ร้อยละ 24.7) และนับถือผี (ร้อยละ 4.1) ตามลำดับ

1.5 ผลการเรียนรู้

ตารางที่ 35 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผลการเรียนรู้

ผลการเรียนรู้	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ผลการเรียนรู้ล่าสุด		
ดีมาก	24	5.2
ดี	348	76.0
พอใช้	77	16.8
ไม่ค่อยดี	9	2.0
พอใจกับผลการเรียนรู้ข้างต้น		
พอใจมากที่สุด	35	7.6
พอใจมาก	323	70.5
เฉยๆ	90	19.7
ไม่พอใจมาก	10	2.2
ไม่พอใจมากที่สุด	0	0.0

กลุ่มตัวอย่าง มีผลการเรียนรู้ล่าสุดอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 76) และมีความพอใจกับผลการเรียนรู้ข้างต้นในระดับพอใจมาก (ร้อยละ 70.5)

1.6 การพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัว

ตารางที่ 36 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัว

การพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัว	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ปัจจุบันพักอาศัยอยู่กับบิดา/มารดา		
ใช่	414	90.4
ไม่ใช่	44	9.6
ผู้ปกครองเป็นบุคคลที่มีความสำคัญหรือมีความหมายในชีวิต		
สำคัญมากที่สุด	204	44.5
สำคัญมาก	241	52.6
สำคัญปานกลาง	10	2.2
สำคัญน้อย	3	0.7
สำคัญน้อยที่สุด	0	0.0
ความสัมพันธ์ในครอบครัว ระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับพ่อแม่พี่น้อง		
รักใคร่กันดีมาก	147	32.1
รักใคร่กันดี	266	58.1
ดีบ้างไม่ดีบ้าง	43	9.4
ส่วนใหญ่ไม่ดี	1	0.2
แย่มากๆ	1	0.2

ตารางที่ 36 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัว (ต่อ)

การพักอยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัว	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
พึงพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ของกลุ่มตัวอย่าง		
พอใจมากที่สุด	87	19.0
พอใจมาก	313	68.3
เฉยๆ	49	10.7
ไม่พอใจมาก	7	1.6
ไม่พอใจมากที่สุด	2	0.4

กลุ่มตัวอย่าง พักอาศัยอยู่กับบิดา/มารดา (ร้อยละ 90.4) ผู้ปกครองเป็นบุคคลที่มีความสำคัญหรือมีความหมายในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างในระดับมาก (ร้อยละ 52.6) ความสัมพันธ์ในครอบครัวระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับพ่อแม่พี่น้องรักใคร่กันดี (ร้อยละ 58.1) และพึงพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ในปัจจุบันระดับพอใจมาก (ร้อยละ 68.3)

1.7 การประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวม

ตารางที่ 37 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวม

การประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวม	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ใน 1 เดือนที่ผ่านมา กลุ่มตัวอย่างประเมินสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวมของตนเอง		
ดีมาก	97	21.2
ดี	331	72.3
ปานกลาง	30	6.5
ไม่ดี	0	0
ไม่ดีเลย	0	0

กลุ่มตัวอย่าง มีสุขภาพทางร่างกายจิตใจอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 72.3) รองลงมาได้แก่ มีสุขภาพทางร่างกายจิตใจอยู่ในระดับดีมาก (ร้อยละ 21.2) และมีสุขภาพทางร่างกายจิตใจอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 6.5) ตามลำดับ

2. พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

ตารางที่ 38 พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

ข้อปฏิบัติ	ภาพรวม									
	ไม่ได้ปฏิบัติ		1-2 วัน/สัปดาห์		3 วัน/สัปดาห์		4-5 วัน/สัปดาห์		6-7 วัน/สัปดาห์	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. มีการควบคุมปริมาณอาหารและควบคุมรสอาหารไม่ให้หวาน มัน เค็มจัด ทุกมื้อ	108	23.6	76	16.6	158	34.5	89	19.4	27	5.9
2. กินผักและผลไม้สดสะอาดเสมออย่างน้อยวันละครั้งกิโลกรัม	34	7.4	126	27.5	172	37.6	106	23.1	20	4.4
3. ออกกำลังกาย หรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยมีเหงื่อออก	30	6.6	103	22.5	145	31.7	144	31.4	36	7.9
4. มีการจัดการความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ	83	18.1	99	21.6	135	29.5	90	19.7	51	11.1
5. สูบ หรือ สูดควันบุหรี่	410	89.5	17	3.7	11	2.4	7	1.5	13	2.8
6. ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	403	88.0	35	7.6	11	2.4	7	1.5	2	0.4

กลุ่มตัวอย่าง มีการควบคุมปริมาณอาหารและควบคุมรสอาหารไม่ให้หวาน มัน เค็มจัด ทุกมื้อ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 34.5) กินผักและผลไม้สดสะอาดเสมอ อย่างน้อยวันละครั้งกิโลกรัม 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 37.6) ออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยมีเหงื่อออก 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 31.7) มีการจัดการความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 29.5) ไม่ได้สูบหรือสูดควันบุหรี่ (ร้อยละ 89.5) และไม่ได้ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 88)

3. พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์

ตารางที่ 39 พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์

พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์	ภาพรวม							
	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง		ไม่เห็นด้วย		เห็นด้วย		เห็นด้วยอย่างยิ่ง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ	128	27.9	243	53.1	81	17.7	6	1.3
2. การจับมือถือแขนกันในวัยรุ่นหญิงชายที่ไม่ใช่ญาติกันเป็นเรื่องปกติ	89	19.4	298	65.1	65	14.2	6	1.3
3. ผู้หญิงไม่ควรแสดงท่าทีว่าชอบผู้ชายก่อน	91	19.9	169	36.9	189	41.3	9	2.0
4. การดูคลิปวิดีโอโป๊ในวัยรุ่น	129	28.2	289	63.1	37	8.1	3	0.7
5. การเผยแพร่ภาพการมีเพศสัมพันธ์	154	33.6	283	61.8	18	3.9	3	0.7
6. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น	132	28.8	286	62.4	35	7.6	5	1.1
7. การประสบความสำเร็จใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องที่น่าอาย	90	19.7	241	52.6	118	25.8	9	2.0
8. การไม่ใส่เสื้อชั้นในเวลาออกนอกบ้านเป็นเรื่องปกติ	124	27.1	258	56.3	68	14.8	8	1.7
9. การแอบดูคนอาบน้ำเป็นการกระทำที่น่าอาย	139	30.3	102	22.3	170	37.1	47	10.3
10. การนัดกันไปเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศสองต่อสองในเทศกาลเป็นเรื่องปกติ	98	21.4	279	60.9	75	16.4	6	1.3
11. ผู้หญิงสามารถแต่งงานได้หลายครั้ง	83	18.1	270	59.0	101	22.1	4	0.9
12. ชายหญิงที่เป็นสามีภรรยาจะต้องจดทะเบียนสมรส	40	8.7	70	15.3	287	62.7	61	13.3

กลุ่มตัวอย่าง ไม่เห็นด้วยกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 53.1) ไม่เห็นด้วยกับการจับมือถือแขนกันในวัยรุ่นหญิงชายที่ไม่ใช่ญาติกันเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 65.1) เห็นด้วยที่ผู้หญิงไม่ควรแสดงท่าทีว่าชอบผู้ชายก่อน (ร้อยละ 41.3) ไม่เห็นด้วยกับการดูคลิปวิดีโอโป๊ในวัยรุ่น (ร้อยละ 63.1) ไม่เห็นด้วยกับการเผยแพร่ภาพการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 61.8) ไม่เห็นด้วยกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น (ร้อยละ 62.4) ไม่เห็นด้วยกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องที่น่าอาย (ร้อยละ 52.6) ไม่เห็นด้วยกับการไม่ใส่เสื้อชั้นในเวลาออกนอกบ้านเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 56.3) เห็นด้วยการแอบดูคนอาบน้ำเป็นการกระทำที่น่าอาย (ร้อยละ 37.1) ไม่เห็นด้วยการนัดกันไปเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศสองต่อสองในเทศกาลเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 60.9) ไม่เห็นด้วยที่ผู้หญิงสามารถแต่งงานได้หลายครั้ง ร้อยละ 59.0 เห็นด้วยชายหญิงที่เป็นสามีภรรยาจะต้องจดทะเบียนสมรส (ร้อยละ 62.7)

ส่วนที่ 4 กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี) (n=1,480)

สรุป

กล่าวถึงข้อมูลกลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ประกอบด้วย พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง พฤติกรรมการนอนหลับ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ พฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง การประเมินสุขภาพจิต ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารจากสื่อต่างๆ

1. พฤติกรรมการบริโภค ใน 1 สัปดาห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างกินอาหารกลุ่มผัก วันละ 5 ท็อปปี (1 ท็อปปี = 3 ช้อนกินข้าว) ส่วนใหญ่กินทุกวัน (ร้อยละ 51.5) ไม่กินผักเลย (ร้อยละ 0.5) กลุ่มตัวอย่างเติมเครื่องปรุงรสเค็มเพิ่มในอาหารที่กิน ส่วนใหญ่เติมเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 72) เติมทุกครั้ง (ร้อยละ 7.8) และดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ส่วนใหญ่ดื่มประมาณ 1 - 3 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 45.3) ดื่มทุกวัน (ร้อยละ 11.4)

2. พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง ใน 1 สัปดาห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการขยับร่างกายจนเหนื่อยกว่าปกติ (รวมการทำงาน การเดินทาง การประกอบอาชีพ กิจกรรมเพื่อความบันเทิง และการออกกำลังกาย เช่น การเดิน ปั่นจักรยาน การทำงานบ้าน) โดยรวมเป็นเวลาส่วนใหญ่มากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 73.9) น้อยกว่า 150 นาทีต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 26.1) กลุ่มตัวอย่างนั่งหรือเอนกายติดต่อกันนาน 2 ชั่วโมงขึ้นไป โดยไม่รวมการนอนส่วนใหญ่ประมาณ 0 - 2 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 44.8) ประมาณ 6 - 7 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 15.7)

3. พฤติกรรมการนอนหลับ ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา พบว่ากลุ่มตัวอย่างนอนหลับ 7 - 9 ชั่วโมง ส่วนใหญ่นอนประมาณ 6 - 7 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 51.7) ประมาณ 0 - 2 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 13.2)

4. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก พบว่า กลุ่มตัวอย่างแปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที (ร้อยละ 35.4) ไม่แปรงฟันก่อนนอนเลย (ร้อยละ 10.5) และในปีที่ผ่านมากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ไปรับบริการทันตกรรม (ร้อยละ 73.2) และมีกลุ่มตัวอย่างที่ไปรับบริการทันตกรรมเพียง (ร้อยละ 26.8) ได้แก่ ไปรับบริการตรวจช่องปาก รองลงมาได้แก่ อุดฟันและขูดหินปูน ตามลำดับ

สรุปพฤติกรรมที่พึงประสงค์ 4 ด้าน (พฤติกรรมการบริโภค, พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง, พฤติกรรมการนอนหลับ, พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ไม่ผ่าน (พฤติกรรมไม่ผ่านข้อใดข้อหนึ่งหรือมากกว่า 1 ข้อขึ้นไป) (ร้อยละ 76.3) มีกลุ่มตัวอย่างผ่าน (มีพฤติกรรมผ่านทั้ง 4 ข้อ) (ร้อยละ 23.7)

5. พฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง ใน 1 เดือนที่ผ่านมา พบว่า กลุ่มตัวอย่างไม่สูบบุหรี่ (ร้อยละ 79.5) สูบมวนแรกหลัง 1 ชั่วโมงขึ้นไปหลังตื่นนอน (ร้อยละ 10.1) กลุ่มตัวอย่างไม่ดื่มเบียร์เกิน 4 กระป๋องหรือ 2 ขวดใหญ่หรือสุราเกินครึ่งขวดแบบขึ้นไปเลย (ร้อยละ 47.5) ดื่มทุกวันหรือเกือบทุกวัน (ร้อยละ 15.3)

6. ปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ พบว่า หากพื้นที่ ที่กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่มีค่ามลพิษทางอากาศเกินค่ามาตรฐานหรือมีฝุ่นละอองมาก พบว่าส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างสวมหน้ากากป้องกันก่อนออกจากบ้านเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 67.5) ไม่เคยเลย (ร้อยละ 4.1) กลุ่มตัวอย่างมีการคัดแยกขยะก่อนทิ้งลงถังเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 65.1) มีการคัดแยกทุกครั้ง (ร้อยละ 13.8) และกลุ่มตัวอย่างมีการล้างมือหลังการใช้ส้วม พบว่าส่วนใหญ่ล้างด้วยสบู่และน้ำเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 71.2) ไม่ล้างเลย (ร้อยละ 3.7)

7. การประเมินสุขภาพจิต พบว่า กลุ่มตัวอย่างไม่มีความเสี่ยงหรือไม่มีแนวโน้มที่จะเป็นซึมเศร้า (ร้อยละ 87.7) และมีความเสี่ยงหรือมีแนวโน้มที่จะเป็นซึมเศร้า (ร้อยละ 12.3)

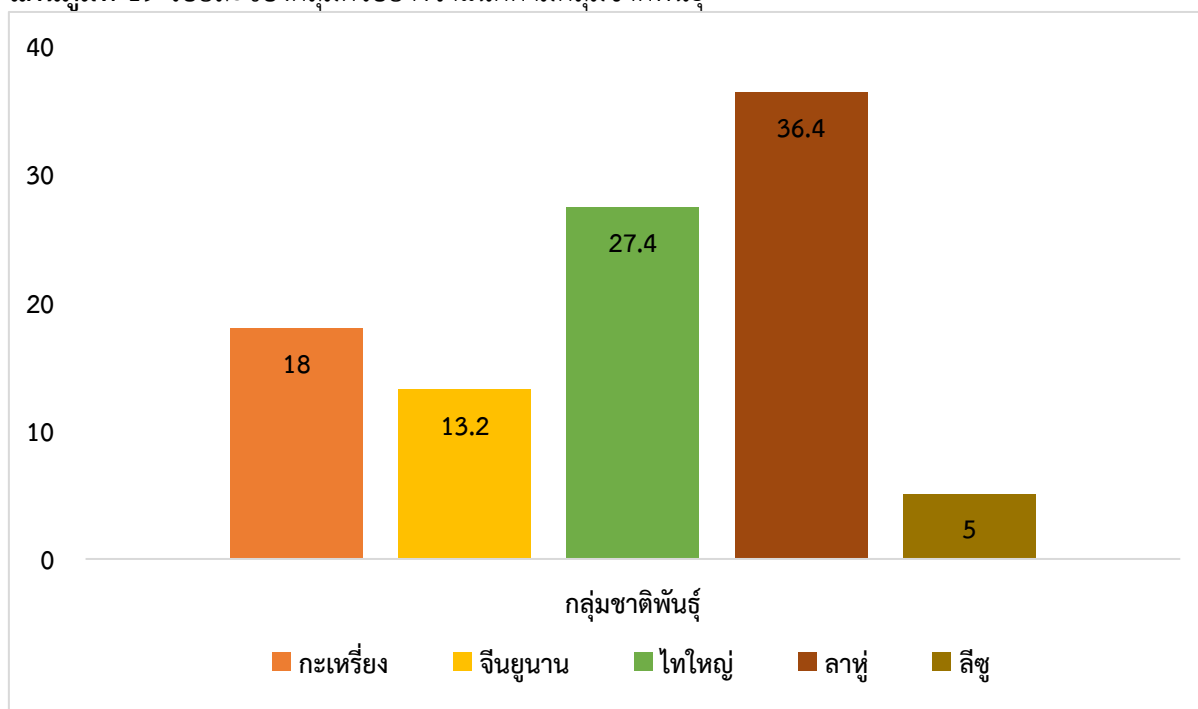
8. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างคิดว่าตนเองสามารถค้นหาข้อมูลที่ทำให้สุขภาพแข็งแรง เช่น การออกกำลังกาย การกินอาหารที่เหมาะสมได้ในระดับง่าย (ร้อยละ 75.3) ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างคิดว่าตนเองเข้าใจคำเตือนเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ เช่น ทำไม่ต้องมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ทำไม่ห้ามสูบบุหรี่หรือทำไม่สมควรดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไปในระดับง่าย (ร้อยละ 75) และกลุ่มตัวอย่างคิดว่าการซักถามข้อมูลเกี่ยวกับการทำให้สุขภาพแข็งแรงจากอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม./อสส/อสค.) ได้ระดับง่าย (ร้อยละ 78.2)

9. พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารจากสื่อต่างๆ พบว่า ภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีการเปิดรับสื่ออยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.37 (ร้อยละ 47.40) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยของการเปิดรับสื่อสูงสุดคือ สื่อบุคคล อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.33 (ร้อยละ 66.66) รองลงมาคือ สื่อออนไลน์ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.17 (ร้อยละ 43.35) และสื่อมวลชน อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.07 (ร้อยละ 41.46) และการเปิดรับสื่อต่ำสุดคือ สื่อเฉพาะกิจ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.91 (ร้อยละ 38.14)

1. ข้อมูลทั่วไป

1.1 กลุ่มชาติพันธุ์

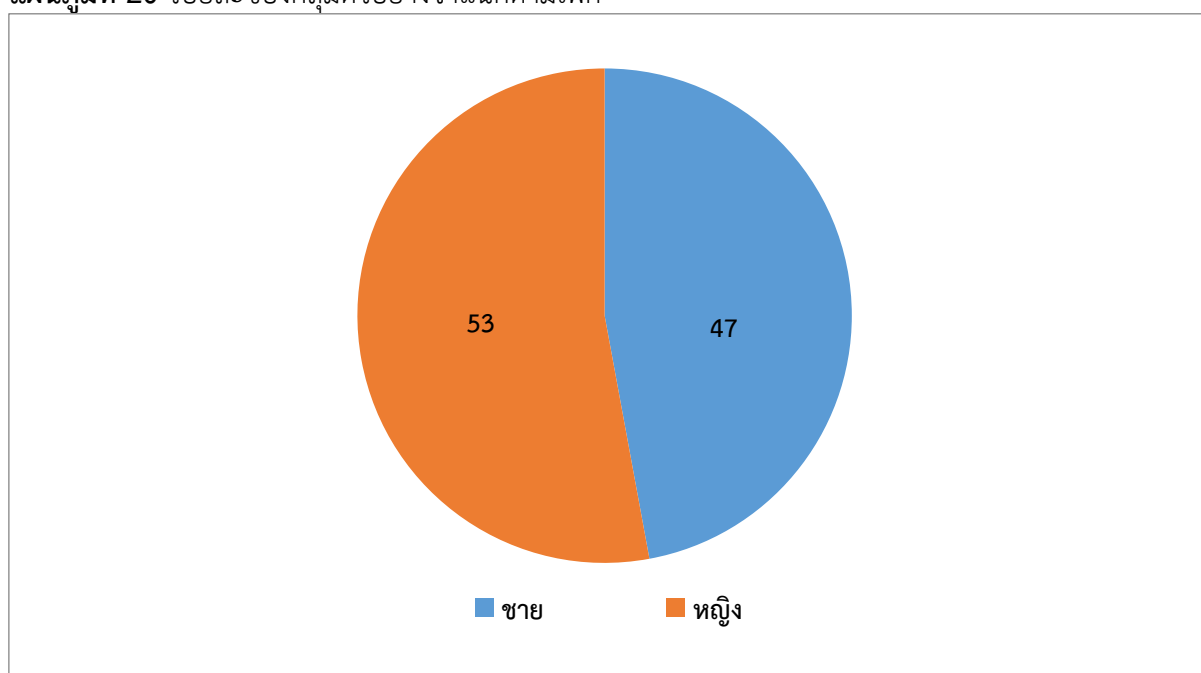
แผนภูมิที่ 19 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์



กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ลาหู่(มูเซอ) (ร้อยละ 36.4) รองลงมาได้แก่ กลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ (ร้อยละ 27.4) และกลุ่มชาติพันธุ์กระเหรี่ยง (ร้อยละ 18) ตามลำดับ

1.2 เพศ

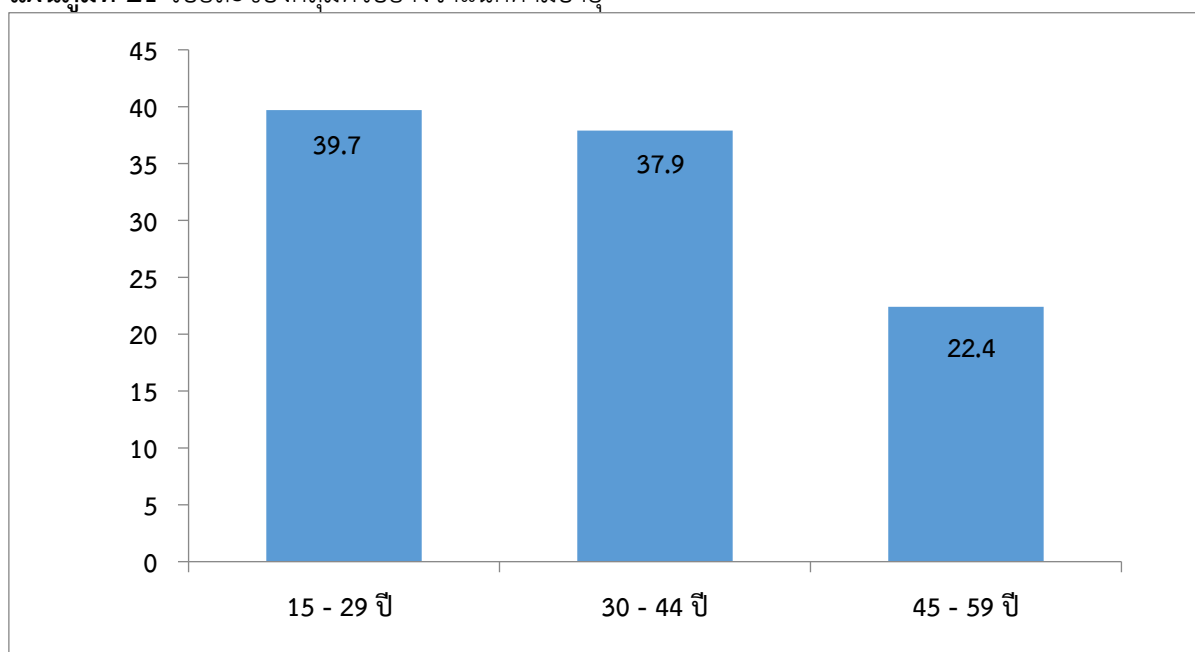
แผนภูมิที่ 20 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ



กลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชาย (ร้อยละ 47) และเพศหญิง (ร้อยละ 53)

1.3 อายุ

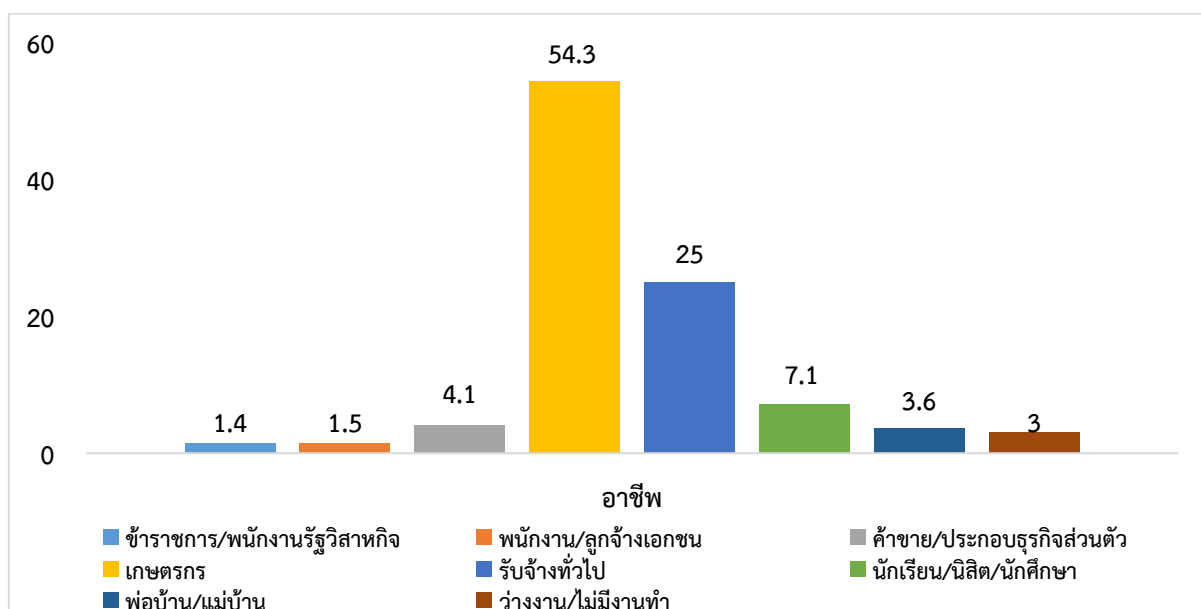
แผนภูมิที่ 21 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ



กลุ่มตัวอย่าง มีอายุอยู่ในช่วง 15 - 29 ปี (ร้อยละ 39.7) รองลงมาได้แก่ช่วงอายุ 30 - 44 ปี (ร้อยละ 37.9) และช่วงอายุ 45 - 59 ปี (ร้อยละ 22.4) ตามลำดับ ซึ่งทั้ง 3 ช่วงมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 33.56 ปี

1.4 อาชีพ

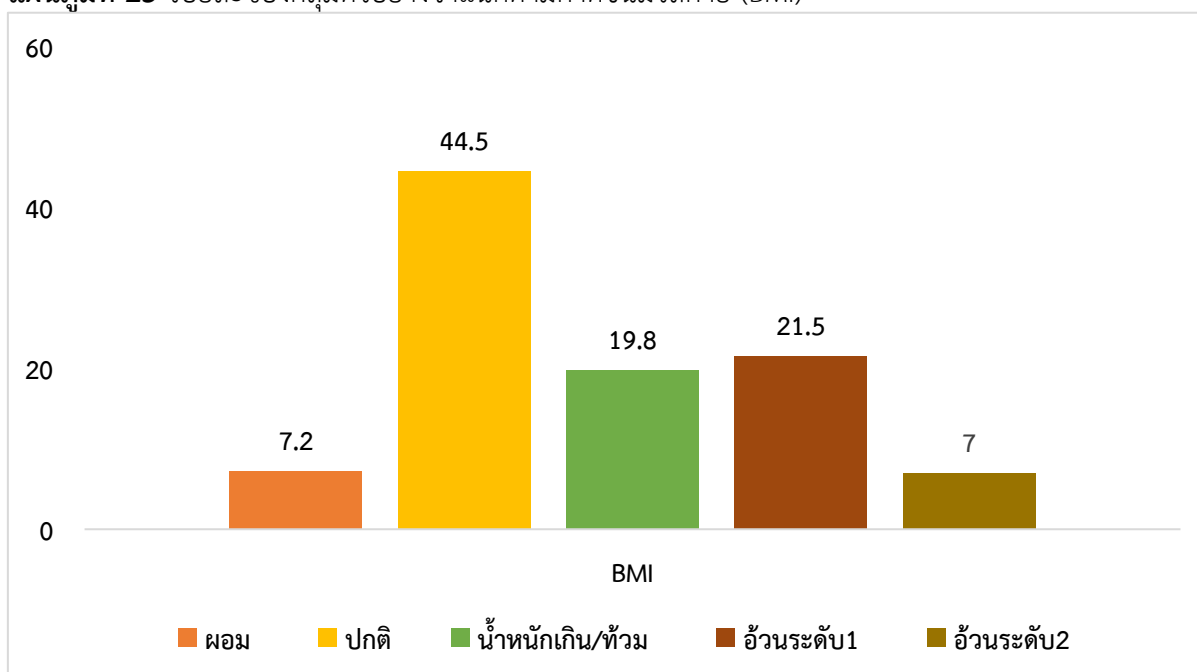
แผนภูมิที่ 22 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ



กลุ่มตัวอย่าง ประกอบอาชีพเกษตรกร (ร้อยละ 54.3) รองลงมาได้แก่ รับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 25) และนักเรียน/นิสิต/นักศึกษา (ร้อยละ 7.1) ตามลำดับ

1.5 ดัชนีมวลกาย (BMI)

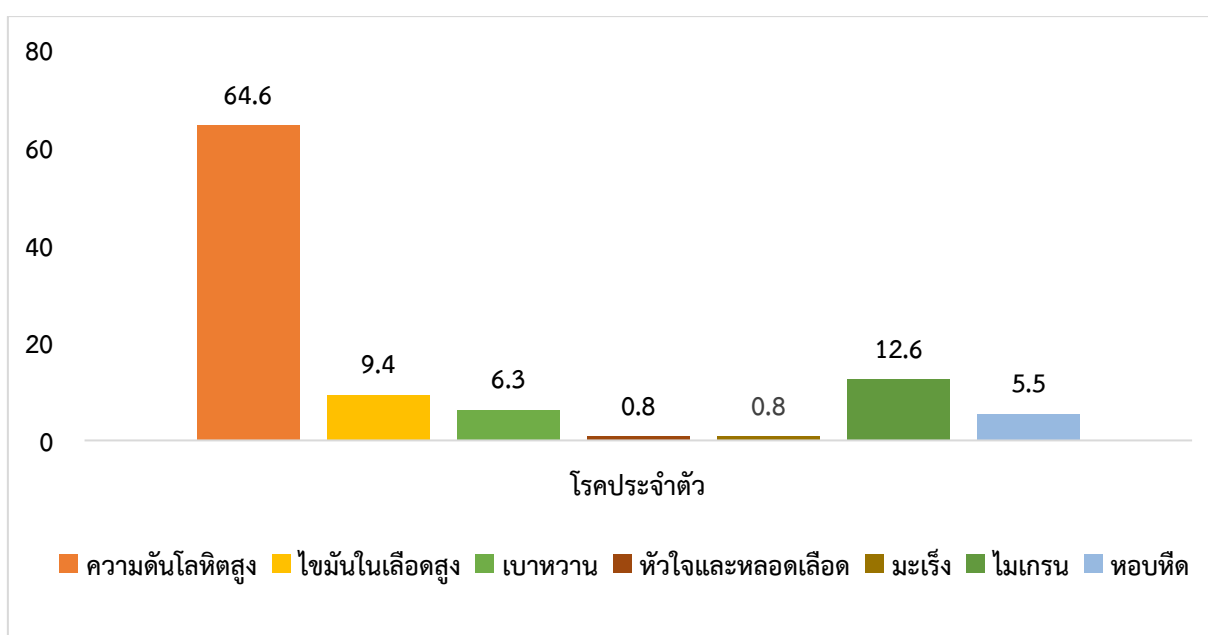
แผนภูมิที่ 23 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามค่าดัชนีมวลกาย (BMI)



กลุ่มตัวอย่าง มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ปกติ (18.50 - 22.99 กิโลกรัม/เมตร²) (ร้อยละ 44.5) รองลงมาได้แก่ อ้วนระดับ 1 (25.0 - 29.9 กิโลกรัม/เมตร²) (ร้อยละ 21.5) และน้ำหนักเกิน/ท้วม (23.00 - 24.99 กิโลกรัม/เมตร²) (ร้อยละ 19.8) ตามลำดับ

1.6 โรคประจำตัว

แผนภูมิที่ 24 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามโรคประจำตัว



กลุ่มตัวอย่าง เป็นโรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 64.6) รองลงมาได้แก่ โรคไมเกรน (ร้อยละ 12.6) และโรคไขมันในเลือดสูง (ร้อยละ 9.4) ตามลำดับ

2. พฤติกรรมการบริโภค

ตารางที่ 40 ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมการบริโภค

พฤติกรรมการบริโภค	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ใน 1 สัปดาห์ ท่านกินอาหารกลุ่มผัก วันละ 5 ทัพพี (1 ทัพพี = 3 ช้อนกินข้าว)		
กินทุกวัน	762	51.5
ประมาณ 4 - 5 วันต่อสัปดาห์	432	29.2
ประมาณ 1 - 3 วันต่อสัปดาห์	278	18.8
ไม่กินเลย	8	0.5
ใน 1 สัปดาห์ ท่านเติมเครื่องปรุงรสเค็มเพิ่มในอาหารที่กิน		
เติมเครื่องปรุงรสเค็มทุกครั้ง	116	7.8
เติมเครื่องปรุงรสเค็มบางครั้ง	1,065	72.0
ไม่เติมเครื่องปรุงรสเค็มเลย	299	20.2
ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน		
ดื่มทุกวัน	168	11.4
ประมาณ 4 - 5 วันต่อสัปดาห์	378	25.5
ประมาณ 1 - 3 วันต่อสัปดาห์	670	45.3
ไม่ดื่มเลย	264	17.8

กลุ่มตัวอย่าง กินอาหารกลุ่มผัก วันละ 5 ทัพพี (1 ทัพพี = 3 ช้อนกินข้าว) ทุกวัน (ร้อยละ 51.5) เติมเครื่องปรุงรสเค็มเพิ่มในอาหารที่กิน ส่วนใหญ่เป็นบางครั้ง (ร้อยละ 72) และดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ส่วนใหญ่ดื่มประมาณ 1 - 3 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 45.3)

3. พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง

ตารางที่ 41 ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง

พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
โดยปกติแล้ว ท่านมีการขยับร่างกายจนเหนื่อยกว่าปกติ (รวมการทำงาน การเดินทาง การประกอบอาชีพ กิจกรรมเพื่อความบันเทิง และการออกกำลังกาย เช่น การเดิน ปั่นจักรยาน การทำงานบ้าน)		
น้อยกว่า 150 นาทีต่อสัปดาห์	387	26.1
มากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์	1,093	73.9

ตารางที่ 41 ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมเคลื่อนไหวก่อนนอน (ต่อ)

พฤติกรรมเคลื่อนไหวก่อนนอน	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมาท่านนั่งหรือเอนกายติดต่อกันนาน 2 ชั่วโมงขึ้นไป โดยไม่รวมการนอน		
ประมาณ 6 - 7 วันต่อสัปดาห์	233	15.7
ประมาณ 3 - 5 วันต่อสัปดาห์	584	39.5
ประมาณ 0 - 2 วันต่อสัปดาห์	663	44.8

กลุ่มตัวอย่าง มีการขยับร่างกายจนเหนื่อยกว่าปกติ (รวมการทำงาน การเดินทาง การประกอบอาชีพ กิจกรรมเพื่อความบันเทิง และการออกกำลังกาย เช่น การเดิน ปั่นจักรยาน การทำงานบ้าน) โดยรวมเป็นเวลาส่วนใหญ่มากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 73.9) และนั่งหรือเอนกายติดต่อกันนาน 2 ชั่วโมงขึ้นไป โดยไม่รวมการนอนส่วนใหญ่ประมาณ 0 - 2 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 44.8)

4. พฤติกรรมการนอนหลับ

ตารางที่ 42 ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมการนอนหลับ

พฤติกรรมการนอนหลับ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ท่านนอนหลับ 7-9 ชั่วโมง		
ประมาณ 6 - 7 วันต่อสัปดาห์	765	51.7
ประมาณ 3 - 5 วันต่อสัปดาห์	519	35.1
ประมาณ 0 - 2 วันต่อสัปดาห์	196	13.2

กลุ่มตัวอย่าง นอนหลับ 7 - 9 ชั่วโมง ส่วนใหญ่นอนประมาณ 6 - 7 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 51.7)

5. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก

ตารางที่ 43 ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
แปรงฟันก่อนนอน		
ไม่แปรงฟันเลย	156	10.5
แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที	523	35.4
แปรงฟันก่อนนอนบางวัน	480	32.4
แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน แต่ไม่ถึง 2 นาที	321	21.7

ตารางที่ 43 ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมการดูแลช่องปาก (ต่อ)

พฤติกรรมการดูแลช่องปาก	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ในปีที่ผ่านมาไปรับบริการทันตกรรม		
ไม่ไป	1,083	73.2
ไป	397	26.8
ไปรับบริการตรวจช่องปาก	207	52.1
อุดฟัน	192	48.4
ขูดหินปูน	174	43.8
ถอนฟัน	79	19.9
รักษารากฟัน	9	2.3
ใส่ฟันปลอม	7	1.8
ผ่าฟันคุด	8	2.0

กลุ่มตัวอย่าง แปร่งฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที (ร้อยละ 35.4) ในปีที่ผ่านมาส่วนใหญ่ไม่ไปรับบริการทันตกรรม (ร้อยละ 73.2) มีไปรับบริการทันตกรรมเพียง (ร้อยละ 26.8) ส่วนใหญ่ไปรับบริการตรวจช่องปาก รองลงมาได้แก่ อุดฟัน และขูดหินปูน ตามลำดับ

6. สรุปพฤติกรรมที่พึงประสงค์ 4 ด้าน

ตารางที่ 44 ร้อยละสรุปพฤติกรรมที่พึงประสงค์ 4 ด้าน (พฤติกรรมการบริโภค,พฤติกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง,พฤติกรรมนอนหลับ,พฤติกรรมการดูแลช่องปาก)

พฤติกรรมที่พึงประสงค์ 4 ด้าน	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ผ่าน (มีพฤติกรรมผ่านทั้ง 4 ข้อ)	351	23.7
ไม่ผ่าน (พฤติกรรมไม่ผ่านข้อใดข้อหนึ่งหรือมากกว่า 1 ข้อขึ้นไป)	1,129	76.3

สรุปพฤติกรรมที่พึงประสงค์ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ไม่ผ่าน (พฤติกรรมไม่ผ่านข้อใดข้อหนึ่งหรือมากกว่า 1 ข้อขึ้นไป) (ร้อยละ 76.3) ผ่านเพียง (มีพฤติกรรมผ่านทั้ง 4 ข้อ) (ร้อยละ 23.7)

7. พฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง

ตารางที่ 45 ร้อยละพฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง

พฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ใน 1 เดือนที่ผ่านมาท่านสูบบุหรี่		
ไม่สูบ	1,176	79.5
สูบบุหรี่ในช่วง 30 นาทีถึง 1 ชั่วโมงหลังตื่นนอน	154	10.4
สูบบุหรี่หลัง 1 ชั่วโมงขึ้นไปหลังตื่นนอน	150	10.1
ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ดื่มเบียร์เกิน 4 กระป๋องหรือ 2 ขวดใหญ่หรือสุราเกินครึ่งขวดแบบขึ้นๆลงๆ		
ไม่เคยเลย	703	47.5
เดือนละ 1 - 4 ครั้ง	551	37.2
ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	226	15.3

กลุ่มตัวอย่าง ไม่สูบบุหรี่ (ร้อยละ 79.5) และไม่ได้ดื่มเบียร์เกิน 4 กระป๋องหรือ 2 ขวดใหญ่หรือสุราเกินครึ่งขวดแบบขึ้นๆลงๆเลย (ร้อยละ 47.5)

8. ปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ

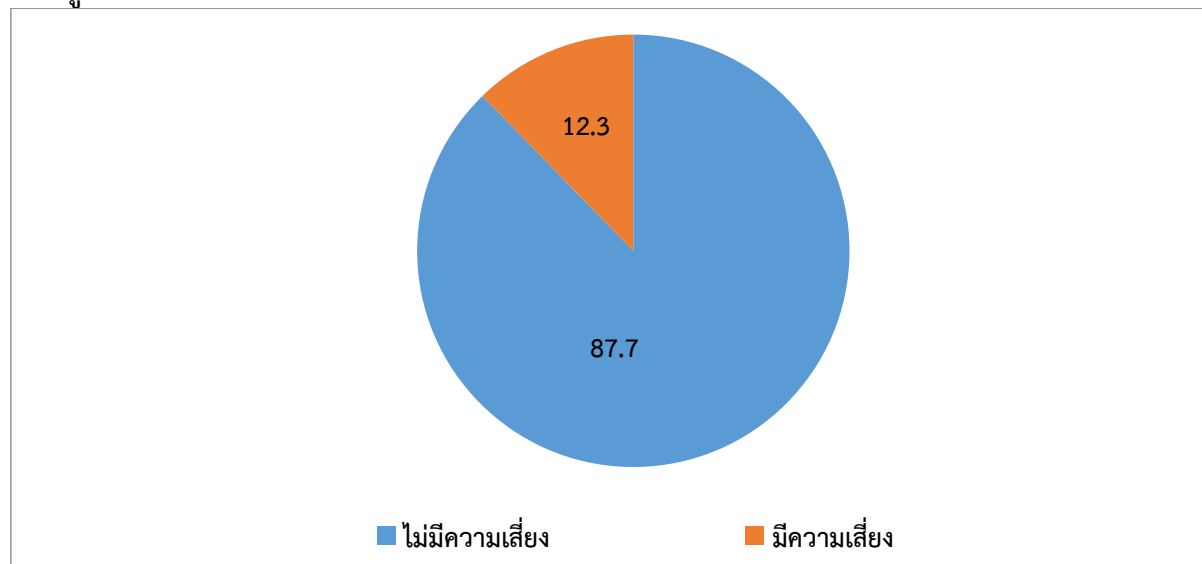
ตารางที่ 46 ร้อยละปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ

ปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
หากพื้นที่ที่ท่านอยู่มีค่ามลพิษทางอากาศเกินค่ามาตรฐาน หรือมีฝุ่นละอองมาก ท่านสวมหน้ากากป้องกันก่อนออกจากบ้านทุกครั้ง		
ทุกครั้ง	420	28.4
บางครั้ง	1,000	67.5
ไม่เคยเลย	60	4.1
มีการคัดแยกขยะก่อนทิ้งลงถัง		
มีการคัดแยกทุกครั้ง	204	13.8
มีการคัดแยกบางครั้ง	963	65.1
ไม่มีการคัดแยกขยะ	313	21.1
ล้างมือหลังการใช้ส้วม		
ไม่ล้างเลย	55	3.7
ล้างด้วยสบู่และน้ำบางครั้ง	1,054	71.2
ล้างด้วยสบู่และน้ำทุกครั้ง	371	25.1

กลุ่มตัวอย่าง สวมหน้ากากป้องกันก่อนออกจากบ้านเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 67.5) คัดแยกขยะก่อนทิ้งลงถังเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 65.1) และล้างมือหลังการใช้ส้วม ส่วนใหญ่ล้างด้วยสบู่และน้ำเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 71.2)

9. ประเมินสุขภาพจิต

แผนภูมิที่ 25 ร้อยละความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นซึมเศร้า



กลุ่มตัวอย่าง ไม่มีความเสี่ยงหรือไม่มีแนวโน้มที่จะเป็นซึมเศร้า (ร้อยละ 87.7) และมีความเสี่ยงหรือแนวโน้มที่จะเป็นซึมเศร้า (ร้อยละ 12.3)

10. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ตารางที่ 47 ร้อยละความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
สามารถค้นหาข้อมูลที่ทำให้สุขภาพแข็งแรง เช่น การออกกำลังกาย		
การกินอาหารที่เหมาะสม		
ง่ายมาก	176	11.9
ง่าย	1,114	75.3
ยาก	141	9.5
ยากมาก	12	0.8
ทำไม่ได้เลย	37	2.5
เข้าใจคำเตือนเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ		
ง่ายมาก	214	14.5
ง่าย	1,110	75.0
ยาก	111	7.5
ยากมาก	7	0.5
ทำไม่ได้เลย	38	2.5

ตารางที่ 47 ร้อยละความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ต่อ)

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ซักถามข้อมูลเกี่ยวกับการทำให้สุขภาพแข็งแรงจากอาสาสมัคร		
สาธารณสุข (อสม./อสส/อสค.)		
ง่ายมาก	178	12.0
ง่าย	1,157	78.2
ยาก	88	5.9
ยากมาก	10	0.7
ทำไม่ได้เลย	47	3.2

กลุ่มตัวอย่าง คิดว่าตนเองสามารถค้นหาข้อมูลที่ทำให้สุขภาพแข็งแรง เช่น การออกกำลังกาย การกินอาหารที่เหมาะสมได้ในระดับง่าย (ร้อยละ 75.3) คิดว่าตนเองเข้าใจคำเตือนเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ เช่น ทำไมต้องมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ทำไมห้ามสูบบุหรี่ หรือทำไมไม่ควรดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไป ในระดับง่าย (ร้อยละ 75) และคิดว่าการซักถามข้อมูลเกี่ยวกับการทำให้สุขภาพแข็งแรงจากอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม./อสส/อสค.) ได้ระดับง่าย (ร้อยละ 78.2)

11. พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารจากสื่อต่างๆ

ตารางที่ 48 แสดงการเปิดรับสื่อมวลชนของกลุ่มตัวอย่าง

ประเภทสื่อ	ค่าเฉลี่ย	ระดับการเปิดรับ	ร้อยละ
โทรทัศน์	3.54	มาก	70.81
วิทยุ	1.96	น้อย	39.19
หนังสือพิมพ์	1.42	น้อยที่สุด	28.44
นิตยสาร	1.37	น้อยที่สุด	27.39
รวม	2.07	น้อย	41.46

กลุ่มตัวอย่างมีการเปิดรับสื่อมวลชน อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.07 (ร้อยละ 41.46) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยของการเปิดรับสื่อมวลชนสูงสุดคือ โทรทัศน์ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.54 (ร้อยละ 70.81) รองลงมาคือ วิทยุ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.96 (ร้อยละ 39.19) และหนังสือพิมพ์ อยู่ในระดับน้อยที่สุด มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.42 (ร้อยละ 28.44) และการเปิดรับสื่อมวลชนต่ำสุดคือ นิตยสาร อยู่ในระดับน้อยที่สุด มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.37 (ร้อยละ 27.39)

ตารางที่ 49 แสดงการเปิดรับสื่อออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง

ประเภทสื่อ	ค่าเฉลี่ย	ระดับการเปิดรับ	ร้อยละ
เว็บไซต์ (Website)	2.03	น้อย	40.59
เฟซบุ๊ก (Facebook)	2.69	ปานกลาง	53.75
ทวิตเตอร์ (Twitter)	1.68	น้อย	33.61
ยูทูบ (Youtube)	2.58	ปานกลาง	51.62
อินสตาแกรม (Instagram)	1.75	น้อย	35.04
ไลน์ (Line)	2.27	น้อย	45.47
รวม	2.17	น้อย	43.35

กลุ่มตัวอย่างมีการเปิดรับสื่อออนไลน์ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.17 (ร้อยละ 43.35) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยของการเปิดรับสื่อออนไลน์สูงสุดคือ เฟซบุ๊ก (Facebook) อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.69 (ร้อยละ 53.75) รองลงมาคือ ยูทูบ (Youtube) อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.58 (ร้อยละ 51.62), ไลน์ (Line) อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.27 (ร้อยละ 45.47), เว็บไซต์ (Website) อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.03 (ร้อยละ 40.59) และอินสตาแกรม (Instagram) อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.75 (ร้อยละ 35.04) และการเปิดรับสื่อออนไลน์ต่ำสุดคือ ทวิตเตอร์ (Twitter) อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.68 (ร้อยละ 33.61)

ตารางที่ 50 แสดงการเปิดรับสื่อเฉพาะกิจของกลุ่มตัวอย่าง

ประเภทสื่อ	ค่าเฉลี่ย	ระดับการเปิดรับ	ร้อยละ
เสียงตามสาย	3.13	ปานกลาง	62.65
แผ่นพับ/โบรชัวร์	1.58	น้อย	31.63
โปสเตอร์/บอร์ด/ภาพพลิก	1.53	น้อย	30.61
วิดีโอ (VDO)/คลิป (Clip)	1.74	น้อย	34.85
งานนิทรรศการ/กิจกรรม	1.55	น้อย	30.95
รวม	1.91	น้อย	38.14

กลุ่มตัวอย่างมีการเปิดรับสื่อเฉพาะกิจ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.91 (ร้อยละ 38.14) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยของการเปิดรับสื่อเฉพาะกิจสูงสุดคือ เสียงตามสาย อยู่ในระดับปานกลางมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.13 (ร้อยละ 62.65) รองลงมาคือ วิดีโอ (VDO)/คลิป (Clip) อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.74 (ร้อยละ 34.85), แผ่นพับ/โบรชัวร์ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.58 (ร้อยละ 31.63), งานนิทรรศการ/กิจกรรม อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.55 (ร้อยละ 30.95) และการเปิดรับสื่อเฉพาะกิจต่ำสุดคือ โปสเตอร์/บอร์ด/ภาพพลิก อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.53 (ร้อยละ 30.61)

ตารางที่ 51 กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปิดรับแสดงการเปิดรับสื่อบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ประเภทสื่อ	ค่าเฉลี่ย	ระดับการเปิดรับ	ร้อยละ
คนในครอบครัว และญาติพี่น้อง	3.46	ปานกลาง	69.30
เพื่อน/เพื่อนบ้าน	3.21	ปานกลาง	64.26
หมอ/เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	3.43	ปานกลาง	68.55
ผู้นำชุมชน/อสม.	3.23	ปานกลาง	64.51
รวม	3.33	ปานกลาง	66.66

กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปิดรับสื่อบุคคล อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.33 (ร้อยละ 66.66) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยของการเปิดรับสื่อบุคคลสูงสุดคือ คนในครอบครัวและญาติพี่น้อง อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.46 (ร้อยละ 69.30) รองลงมาคือ หมอ/เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.43 (ร้อยละ 68.55), ผู้นำชุมชน/อสม. อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.23 (ร้อยละ 64.51) และการเปิดรับสื่อบุคคลต่ำสุดคือ เพื่อน/เพื่อนบ้าน อยู่ในระดับปานกลางมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.21 (ร้อยละ 64.26)

ตารางที่ 52 แสดงผลการวิเคราะห์การเปิดรับสื่อของกลุ่มตัวอย่าง

ประเภทสื่อ	ค่าเฉลี่ย	ระดับการเปิดรับ	ร้อยละ
สื่อมวลชน	2.07	น้อย	41.46
สื่อออนไลน์	2.17	น้อย	43.35
สื่อเฉพาะกิจ	1.91	น้อย	38.14
สื่อบุคคล	3.33	ปานกลาง	66.66
รวม	2.37	น้อย	47.40

กลุ่มตัวอย่างที่มีการเปิดรับสื่อ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.37 (ร้อยละ 47.40) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยของการเปิดรับสื่อสูงสุดคือ สื่อบุคคล อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.33 (ร้อยละ 66.66) รองลงมาคือ สื่อออนไลน์ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.17 (ร้อยละ 43.35) และสื่อมวลชน อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.07 (ร้อยละ 41.46) และการเปิดรับสื่อต่ำสุดคือ สื่อเฉพาะกิจ อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.91 (ร้อยละ 38.14)

ส่วนที่ 5 กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ขึ้นไป) (n=227)

สรุป

กล่าวถึงข้อมูลกลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ขึ้นไป) ประกอบด้วย การร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม การได้รับการดูแล ภาวะสุขภาพ การประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL) การได้รับการวางแผนการดูแลสุขภาพ (Care Plan) และพฤติกรรมสุขภาพ สรุปได้ดังนี้

1. การร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่ ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม (ร้อยละ 74.0)

2. การได้รับการดูแล พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่ดูแลตัวเองได้ (ร้อยละ 60) รองลงมาคือ ลูกหลานดูแล (ร้อยละ 43.6) และญาติดูแล (ร้อยละ 0.4) ตามลำดับ

3. โรคประจำตัวที่วินิจฉัยโดยแพทย์หรือเจ้าหน้าที่ พบว่า กว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 50.7) มีโรคประจำตัว ซึ่งโรคประจำตัวที่พบมากที่สุดคือ โรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 72.5) รองมาได้แก่ โรคเบาหวาน (ร้อยละ 18.3) และโรคกระดูกและข้อเสื่อม (ร้อยละ 3.8) ตามลำดับ

4. การประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL) ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มติดสังคม (ร้อยละ 73.1) รองลงมาคือกลุ่มติดบ้าน (ร้อยละ 26.9) และยังไม่พบว่ามีกลุ่มติดเตียง

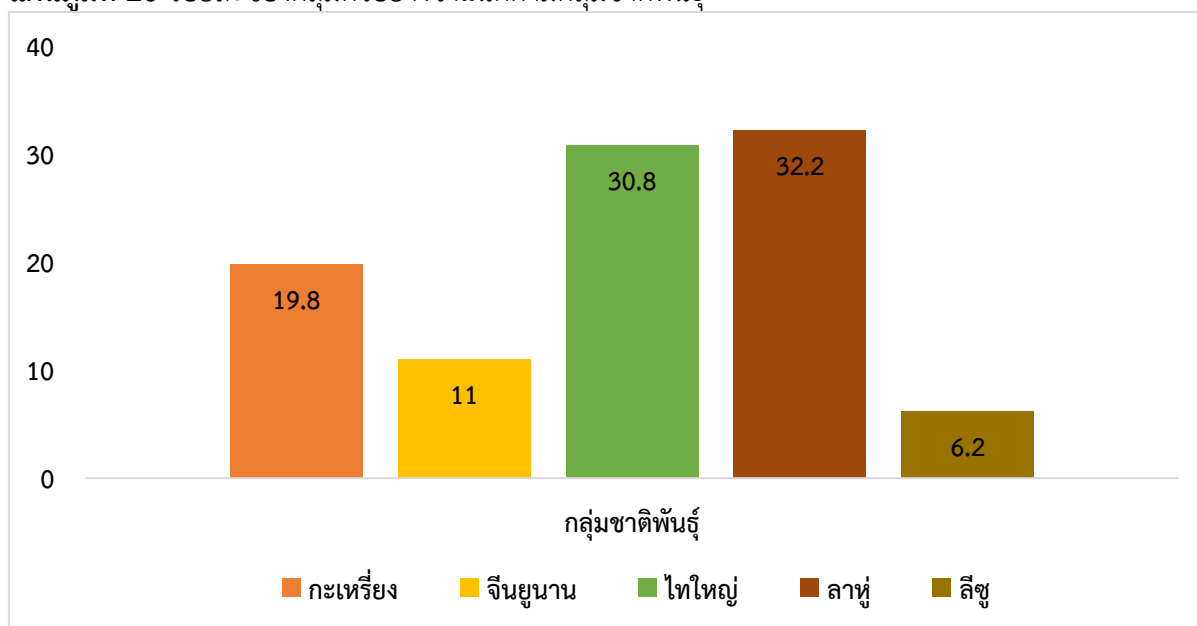
5. การได้รับการวางแผนการดูแลสุขภาพ (Care Plan) ส่วนใหญ่ไม่ได้รับการวางแผนการดูแล (ร้อยละ 80.2) และได้รับการวางแผนการดูแล (ร้อยละ 19.8)

6. พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 5 ด้าน ประกอบด้วย (1) ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน ครั้งละ 15 - 30 นาที (2) รับประทานอาหาร ผลไม้ต่อสัปดาห์ (3) ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว (4) สูบบุหรี่/สูบบุหรี่ (5) ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ยาตอง โดยสรุปแล้วผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ผ่านทั้ง 5 ข้อ มีเพียง (ร้อยละ 8.4)

1. ข้อมูลทั่วไป

1.1 กลุ่มชาติพันธุ์

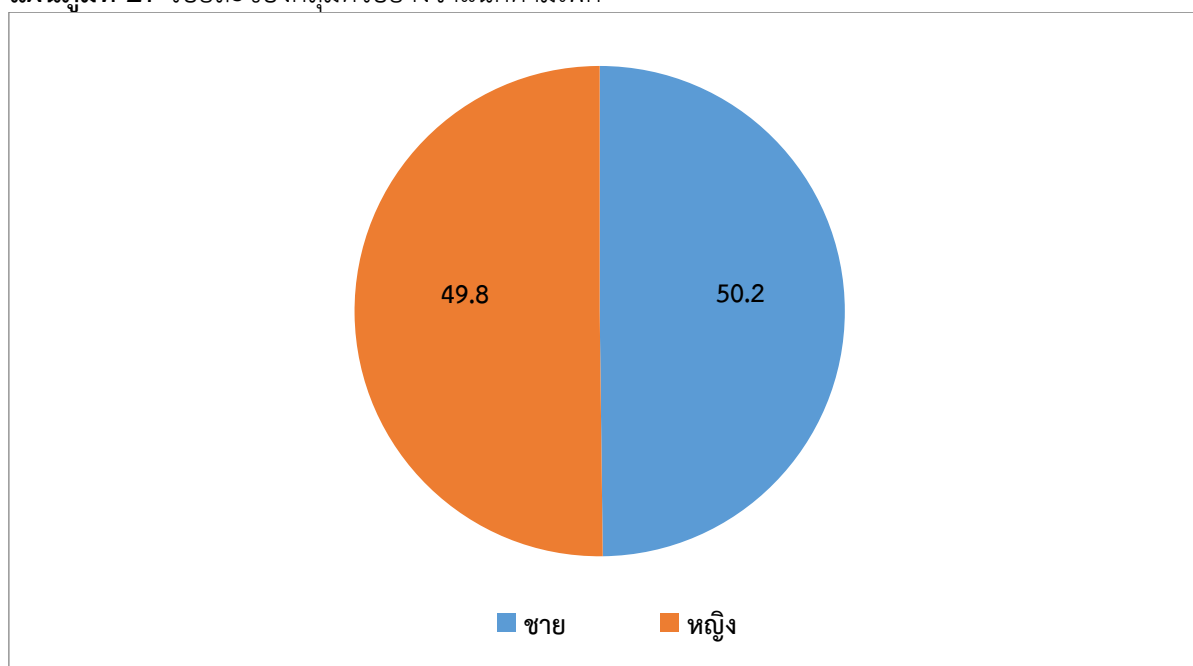
แผนภูมิที่ 26 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์



กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ลาหู่(มุเซอ) (ร้อยละ 32.2) รองลงมาได้แก่ กลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ (ร้อยละ 30.8) และกลุ่มชาติพันธุ์กระเหรี่ยง (ร้อยละ 19.8) ตามลำดับ

1.2 เพศ

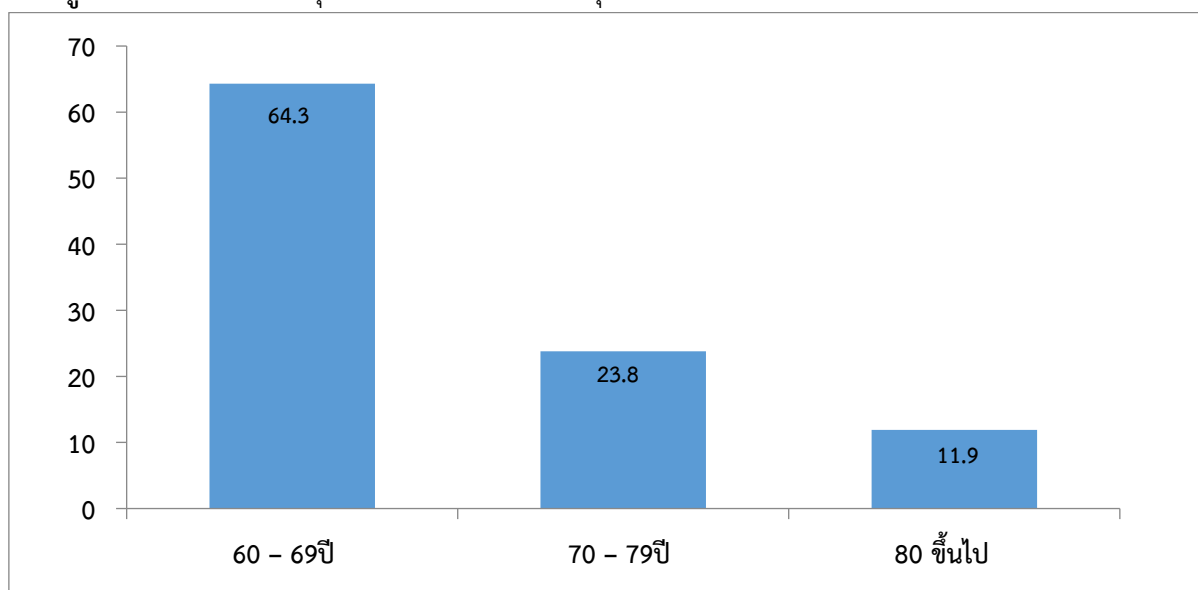
แผนภูมิที่ 27 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ



กลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชาย (ร้อยละ 50.2) และเพศหญิง (ร้อยละ 49.8)

1.3 อายุ

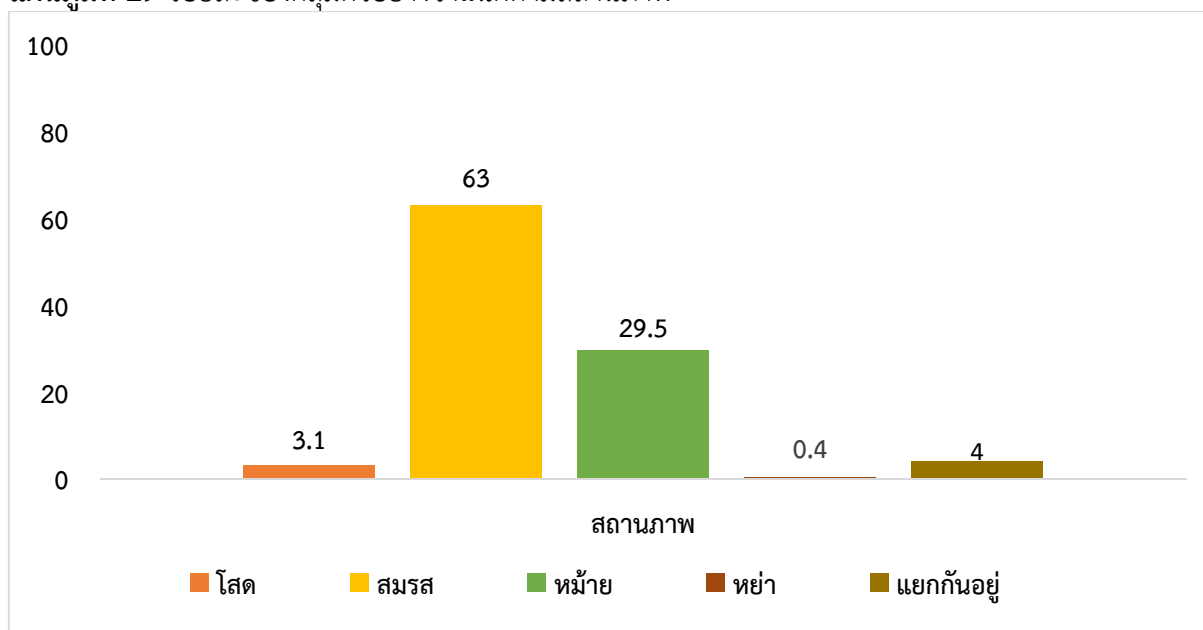
แผนภูมิที่ 28 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ



กลุ่มตัวอย่าง มีอายุอยู่ในช่วง 60 – 69 ปี (ร้อยละ 64.3) ช่วงอายุ 70 – 79 ปี (ร้อยละ 23.8) และ ช่วงอายุ 80 ขึ้นไป (ร้อยละ 11.9) ซึ่งทั้ง 3 ช่วงอายุเฉลี่ยเท่ากับ 69.05 ปี

1.4 สถานภาพ

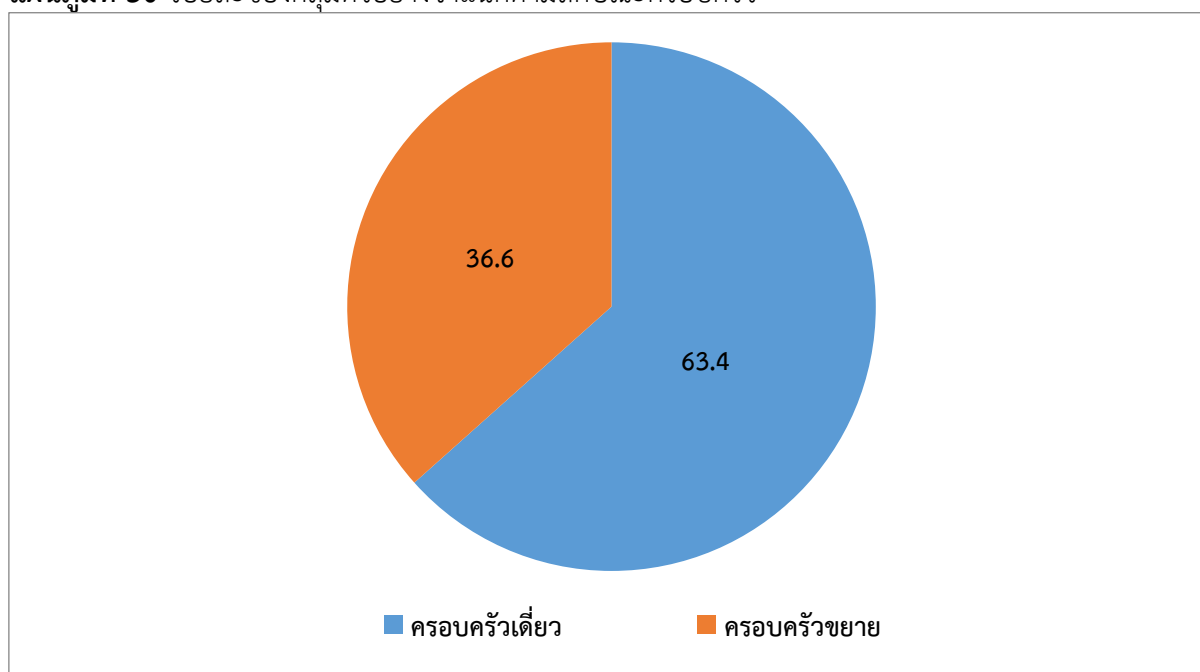
แผนภูมิที่ 29 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ



กลุ่มตัวอย่าง มีสถานภาพสมรส (ร้อยละ 63) รองลงมาได้แก่ สถานภาพหย่า (ร้อยละ 29.5) และ สถานภาพแยกกันอยู่ (ร้อยละ 4) ตามลำดับ

1.5 ลักษณะครอบครัว

แผนภูมิที่ 30 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะครอบครัว



ลักษณะครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง อาศัยในครอบครัวที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยว (ร้อยละ 63.4) และลักษณะครอบครัวขยาย (ร้อยละ 36.6)

1.6 การเป็นสมาชิก/ร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม

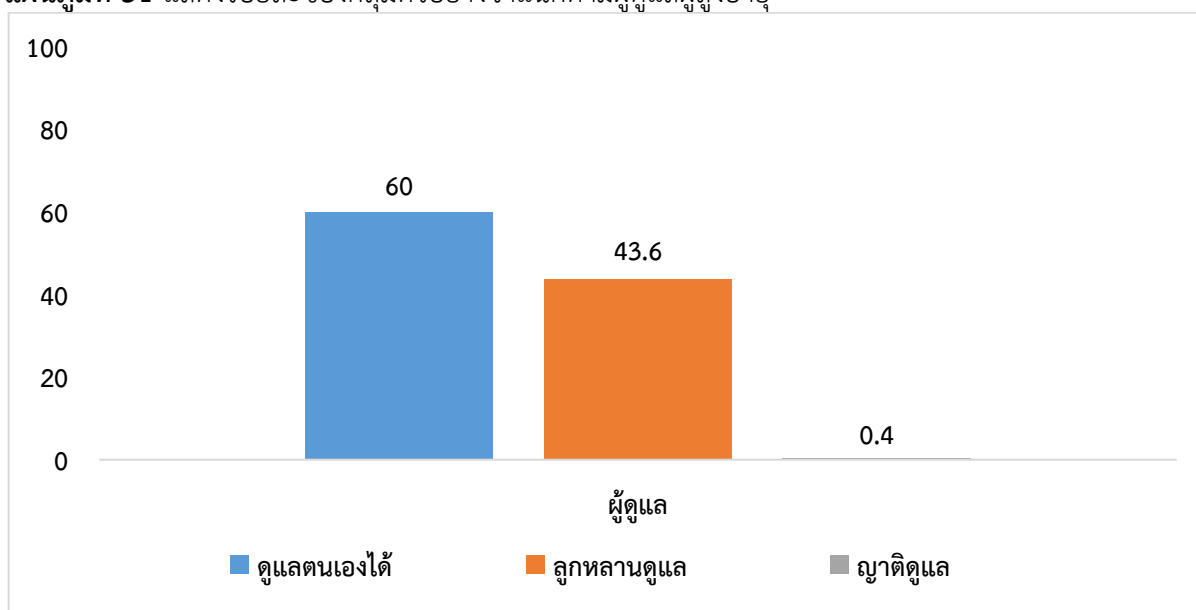
ตารางที่ 53 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม การเป็นสมาชิก/ร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม

การเป็นสมาชิก/ร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การเป็นสมาชิก/ร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม		
ไม่ได้เป็นสมาชิก	168	74.0
กลุ่มการเงิน	22	9.7
กลุ่มออกกำลังกาย	7	3.1
กลุ่มอาชีพ	3	1.3
กลุ่มดนตรี	1	0.4
กลุ่มปฏิบัติธรรม	26	11.5

กลุ่มตัวอย่าง ไม่ได้เป็นสมาชิก /ร่วมกิจกรรมชมรม/กลุ่ม (ร้อยละ 74.0) รองลงมาได้แก่ กลุ่มปฏิบัติธรรม (ร้อยละ 11.5) และกลุ่มการเงิน (ร้อยละ 9.7) ตามลำดับ

1.7 ผู้ดูแลท่าน

แผนภูมิที่ 31 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผู้ดูแลผู้สูงอายุ



การดูแลผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุดูแลตัวเองได้ (ร้อยละ 60) รองลงมาได้แก่ลูกหลานดูแล (ร้อยละ 43.6) และญาติดูแล (ร้อยละ 0.4) ตามลำดับ

2. การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 54 ร้อยละการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การตรวจสุขภาพประจำปี		
ไม่ได้ตรวจ	69	30.4
ตรวจ	158	69.6
โรคประจำตัวที่วินิจฉัยโดยแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข		
มี	115	50.7
ไม่มี	112	49.3
ประเภทโรคประจำตัว		
ความดันโลหิตสูง	95	72.5
เบาหวาน	24	18.3
โรคกระดูกและข้อเสื่อม	5	3.8
ไขมันในเส้นเลือด	4	3.1
กระดูกพรุน	2	1.5
โรคหัวใจ	1	0.7

ตารางที่ 54 ร้อยละการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ (ต่อ)

การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การดูแลตนเองเมื่อมีปัญหาสุขภาพ		
พบแพทย์ตามนัด	106	92.2
รักษาโดยวิธีแพทย์แผนไทย	4	3.5
ซื้อยากินเอง	4	3.5
รักษาโดยแพทย์พื้นบ้าน	1	0.9
พฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอน		
แปรงฟันก่อนนอน	93	41.0
ไม่แปรงฟันก่อนนอน	134	59.0

กลุ่มตัวอย่าง ไปรับการตรวจสุขภาพประจำปี (ร้อยละ 69.6) ได้วินิจฉัยโรคประจำตัวโดยแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข (ร้อยละ 50.7) โรคประจำตัวที่พบบ่อยคือ โรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 72.5) โรคเบาหวาน (ร้อยละ 18.3) โรคกระดูกและข้อเสื่อม (ร้อยละ 3.8) การดูแลตนเองของผู้กลุ่มตัวอย่าง ไปพบแพทย์ตามนัด (ร้อยละ 92.2) รักษาโดยวิธีแพทย์แผนไทยและซื้อยากินเอง (ร้อยละ 3.5) และแปรงฟันก่อนนอน (ร้อยละ 41)

3. การประเมินภาวะสุขภาพ

ตารางที่ 55 ร้อยละการประเมินภาวะสุขภาพ

การประเมินภาวะสุขภาพ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL)		
กลุ่มติดสังคม (12 คะแนนขึ้นไป)	166	73.1
กลุ่มติดบ้าน (5 - 11 คะแนน)	61	26.9
กลุ่มติดเตียง (0 - 4 คะแนน)	0	0.0
ประเภทผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง		
กลุ่ม 1 เคลื่อนไหวได้บ้างและอาจมีปัญหาการกินหรือขับถ่ายแต่ไม่มีภาวะสับสนทางสมอง	196	86.3
กลุ่ม 2 เหมือนกลุ่ม 1 แต่มีภาวะสับสนทางสมอง	29	12.8
กลุ่ม 3 เคลื่อนไหวเองไม่ได้และอาจมีปัญหาการกินหรือการขับถ่ายหรือมีอาการเจ็บป่วยรุนแรง	2	0.9
กลุ่ม 4 เหมือนกลุ่ม 3 และมีอาการเจ็บป่วยรุนแรงหรืออยู่ในระยะสุดท้ายของชีวิต	0	0.0

ตารางที่ 55 การประเมินภาวะสุขภาพ (ต่อ)

การประเมินภาวะสุขภาพ	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การดูแลสุขภาพอายุรายบุคคล (Care Plan)		
ไม่มี	182	80.2
มี	45	19.8
การประเมินข้อเข่าเสื่อม		
เป็นโรคข้อเข่าเสื่อมระดับรุนแรง	8	3.5
มีอาการโรคข้อเข่าเสื่อมระดับปานกลาง	75	33.0
เริ่มมีอาการข้อเข่าเสื่อม	60	26.5
ยังไม่พบอาการผิดปกติ	84	37.0
แบบทดสอบสมอง (AMT)		
การรู้คิดปกติ (ตอบถูก 7 ข้อขึ้นไป)	162	71.4
การรู้คิดผิดปกติ (ตอบถูก < 7 ข้อ)	65	28.6
ภาวะโภชนาการ		
ผอม	41	18.1
ปกติ	116	51.1
น้ำหนักเกิน	42	18.5
โรคอ้วน	25	11.0
โรคอ้วนอันตราย	3	1.3
ภาวะอ้วนลงพุง		
เกิน	57	25.1
ไม่เกิน (รอบเอวชาย < 90, หญิง < 80 ซม.)	170	74.9
ภาวะซึมเศร้า		
ปกติ	215	94.7
เสี่ยง	12	5.3
ด้านพันธุกรรม		
พันแท้ใช้งานมากกว่า 20 ซี	127	55.9
พันแท้ใช้งานน้อยกว่า 20 ซี	100	44.1

การประเมินภาวะสุขภาพ พบว่า การประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL) แยกเป็น กลุ่มติดสังคม (ร้อยละ 73.1) กลุ่มติดบ้าน (ร้อยละ 26.9) ประเภทผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงพบมากในกลุ่ม 1 เคลื่อนไหวได้บ้างและอาจมีปัญหาด้านการกินหรือขับถ่ายแต่ไม่มีภาวะสับสนทางสมอง (ร้อยละ 86.3) การดูแลสุขภาพอายุรายบุคคล (Care Plan) ไม่มีการดูแล (ร้อยละ 80.2) การประเมินข้อเข่าเสื่อมยังไม่พบอาการผิดปกติ (ร้อยละ 37.0) และการทดสอบสภาพสมอง: Abbreviated Mental Test (AMT) ส่วนใหญ่มีการรู้คิดปกติ (ร้อยละ 71.4) กลุ่มตัวอย่างมีภาวะโภชนาการปกติ (ร้อยละ 51.1) ไม่มีภาวะอ้วนลงพุง (รอบเอวชาย < 90, หญิง < 80 ซม.) (ร้อยละ 74.9) ไม่มีภาวะซึมเศร้า (ร้อยละ 94.7) และมีพันแท้ใช้งานมากกว่า 20 ซี (ร้อยละ 55.9)

4. พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

ตารางที่ 56 ร้อยละพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันครั้งละ 15 - 30 นาที		
ไม่เคย	115	50.7
บางครั้ง (น้อยกว่า 3 วันต่อสัปดาห์)	91	40
เป็นประจำ (3 - 7 วันต่อสัปดาห์)	21	9.3
รับประทานผัก ผลไม้ต่อสัปดาห์		
ไม่เคย (1 - 2 วัน)	19	8.3
บางครั้ง (3 - 5 วัน)	145	63.9
เป็นประจำ (ทุกวัน)	63	27.8
ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว		
ไม่เคย	13	5.7
บางครั้ง	157	69.2
เป็นประจำ	57	25.1
สูบบุหรี่/สูบบุหรี่		
ไม่เคย	173	76.2
บางครั้ง	32	14.1
เป็นประจำ	22	9.7
ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ยาโดงเหล้า		
ไม่เคย	163	71.8
บางครั้ง	59	26.0
เป็นประจำ	5	2.2
สรุปผลพฤติกรรมที่พึงประสงค์		
ผ่าน (มีพฤติกรรมผ่านทั้ง 5 ข้อ)	19	8.4
ไม่ผ่าน (พฤติกรรมไม่ผ่านข้อใดข้อหนึ่งหรือมากกว่า 1 ข้อขึ้นไป)	208	91.6

กลุ่มตัวอย่าง ไม่เคยออกกำลังกาย (ร้อยละ 50.7) รับประทานผัก ผลไม้เป็นบางครั้ง (3 - 5 วัน) (ร้อยละ 63.9) ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว เป็นบางครั้ง (ร้อยละ 69.2) ในปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างไม่เคยสูบบุหรี่/สูบบุหรี่ (ร้อยละ 76.2) และในปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างไม่เคยดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ยาโดงเหล้า (ร้อยละ 71.8)

สรุปผลพฤติกรรมที่พึงประสงค์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ไม่ผ่าน (พฤติกรรมไม่ผ่านข้อใดข้อหนึ่งหรือมากกว่า 1 ข้อขึ้นไป) (ร้อยละ 91.6) มีกลุ่มตัวอย่างผ่าน (มีพฤติกรรมผ่านทั้ง 5 ข้อ) (ร้อยละ 8.4)

5. การคัดกรองผู้สูงอายุที่ต้องได้รับการดูแลระยะยาว

ตารางที่ 57 ร้อยละการคัดกรองผู้สูงอายุที่ต้องได้รับการดูแลระยะยาว

การคัดกรองผู้สูงอายุที่ต้องได้รับการดูแลระยะยาว	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ด้านที่ 1 สังคม (การอยู่อาศัย ที่อยู่อาศัย รายได้)		
การอยู่อาศัย หรือ ผู้ดูแลเมื่อเจ็บป่วย		
อยู่คนเดียว หรือ ไม่มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย	18	7.9
ไม่ได้อยู่คนเดียว หรือ มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย	209	92.1
ลักษณะที่อยู่อาศัย		
มั่นคงแข็งแรง หรือ ไม่มั่นคงแต่ไม่มีผลต่อความปลอดภัยในชีวิตและสุขภาพ	216	95.2
ไม่มีที่อยู่อาศัย หรือ มีที่อยู่อาศัยแต่ไม่ปลอดภัยต่อชีวิตและสุขภาพ	11	4.8
ความเพียงพอของรายได้ในการดำรงชีวิตประจำวัน		
เพียงพอ	150	66.1
ไม่เพียงพอ	77	33.9
ด้านที่ 2 ความสามารถในการมองเห็นและการได้ยิน		
ความสามารถในการมองเห็น		
ชัดเจน โดยไม่ต้องใส่แว่น	111	48.9
ชัดเจน แต่ต้องใส่แว่น	22	9.7
ไม่ชัดเจน แต่ไม่มีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน	73	32.2
ไม่ชัดเจนและมีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน	18	7.9
ไม่เห็นเลย	3	1.3
ความสามารถในการได้ยิน		
ชัดเจน โดยไม่ต้องใช้เครื่องช่วยฟัง	137	60.4
ชัดเจน แต่ต้องใช้เครื่องช่วยฟัง	7	3.0
ไม่ชัดเจน แต่ไม่มีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน	66	29.1
ไม่ชัดเจนและมีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน	17	7.5
ไม่ชัดเลย	0	0

การคัดกรองผู้สูงอายุที่ต้องได้รับการดูแลระยะยาว พบว่า ไม่ได้อยู่คนเดียว หรือ มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย (ร้อยละ 92.1) ลักษณะที่อยู่อาศัยมั่นคงแข็งแรง หรือ ไม่มั่นคงแต่ไม่มีผลต่อความปลอดภัยในชีวิตและสุขภาพ (ร้อยละ 95.2) ความเพียงพอของรายได้ในการดำรงชีวิตประจำวัน (ร้อยละ 66.1) ความสามารถในการมองเห็นชัดเจนโดยไม่ต้องใส่แว่น (ร้อยละ 48.9) และความสามารถในการได้ยินชัดเจนโดยไม่ต้องใช้เครื่องช่วยฟัง (ร้อยละ 60.4)

ส่วนที่ 6 กลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม (n=1,176)

สรุป

กล่าวถึงข้อมูลกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย การจัดการขยะในครัวเรือน น้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน การจัดการน้ำเสียในครัวเรือน และการจัดการสิ่งปฏิกูล สรุปได้ดังนี้

1. การจัดการขยะในครัวเรือน ในเรื่องการดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย พบว่า ชุมชนมีการดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย (ร้อยละ 46.5) ปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย คือ การขาดงบประมาณสนับสนุนในการดำเนินงาน (ร้อยละ 56.2) ขาดองค์ความรู้ด้านลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอยรวมทั้งการจัดการขยะมูลฝอย (ร้อยละ 19.3) ขาดนโยบาย และแนวทางจัดการขยะมูลฝอยตั้งแต่ต้นทาง (ร้อยละ 16.3) และไม่ได้ได้รับความร่วมมือจากประชาชน (ร้อยละ 8.2) ด้านการกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน พบว่า ส่วนใหญ่มีการกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน (ร้อยละ 92.9) แบ่งเป็น การกำจัดขยะมูลฝอยด้วยตนเอง ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 91.6) ชุมชนมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอยของชุมชน ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 85.3) และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอย ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 67.9)

2. น้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน พบว่า แหล่งน้ำใช้ในครัวเรือน และแหล่งน้ำดื่มของครัวเรือนเป็นน้ำประปาภูเขา คิดเป็น (ร้อยละ 80.7), (ร้อยละ 58.77) ตามลำดับ ซึ่งส่วนใหญ่มีการปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อนดื่ม (ร้อยละ 51.4) โดยวิธีการปรับปรุงคุณภาพน้ำ ส่วนใหญ่ใช้วิธีการการต้ม (ร้อยละ 80)

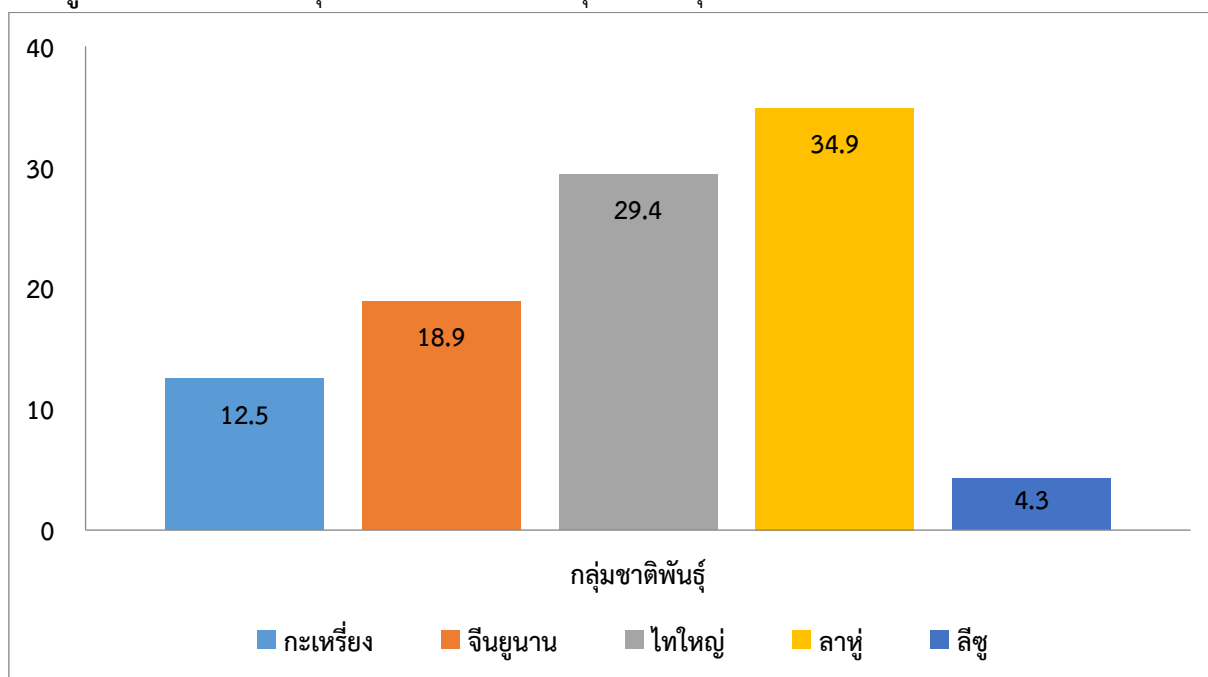
3. การจัดการน้ำเสียในครัวเรือน พบว่า ส่วนใหญ่มีระยะห่างระหว่างบ้านพักอาศัยกับแม่น้ำลำห้วยคลอง มากกว่า 5 กิโลเมตร (ร้อยละ 41.9) ลักษณะที่อยู่อาศัยบ้านชั้นเดียวไม่มีใต้ถุน (ร้อยละ 67.8) การจัดการน้ำเสียจากห้องครัว ส่วนใหญ่จะเทลงใต้ถุนบ้านและซึมลงดิน (ร้อยละ 35.5) ส่วนการระบายน้ำที่ใช้อาบหรือซักล้างจากห้องส้วม ส่วนใหญ่ปล่อยน้ำทิ้งลงพื้นดิน (ร้อยละ 51.1) ด้านการมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูแหล่งน้ำ ส่วนใหญ่เคยมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูแหล่งน้ำ (ร้อยละ 70.2) และสภาพปัญหาเกี่ยวกับทรัพยากรน้ำ พบว่า ส่วนใหญ่พบน้ำไม่เพียงพอเพื่อการเกษตร (ร้อยละ 51.7) ขาดแคลนแหล่งน้ำเพื่อการอุปโภคบริโภค (ร้อยละ 24.2) และคุณภาพน้ำดื่มไม่ได้มาตรฐาน (ร้อยละ 16.2)

4. การจัดการสิ่งปฏิกูล พบว่า บ้านของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีส้วมใช้ (ร้อยละ 97.2) ไม่มีส้วม (ร้อยละ 2.8) กรณีไม่มีส้วมใช้กับญาติ/เพื่อนบ้าน (ร้อยละ 63.6) ชนิดของส้วมพบชนิดแบบนั่งยอง (ร้อยละ 67) ซึ่งส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาส้วมราดไม่ลง (ร้อยละ 91) ส่วนค่าใช้จ่ายในการแก้ปัญหาส้วมราดไม่ลง พบว่ามีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 477 บาท ราคาสูงสุด 600 บาท ราคาต่ำสุด 300 บาท

1. ข้อมูลทั่วไป

1.1 กลุ่มชาติพันธุ์

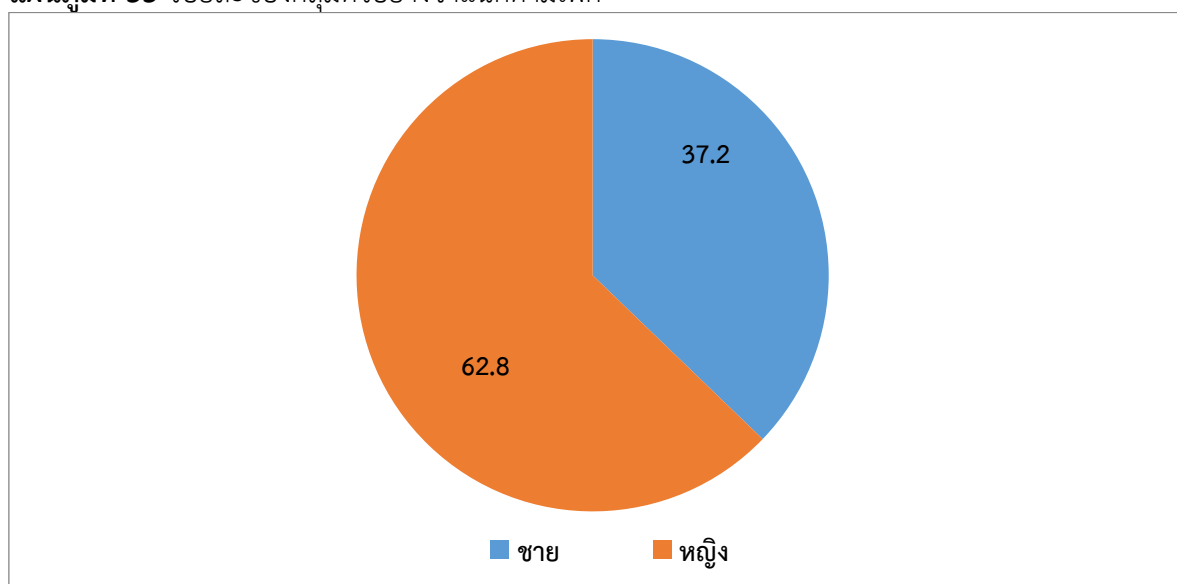
แผนภูมิที่ 32 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มชาติพันธุ์



กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ลาหู่(มุเซอ) (ร้อยละ 34.9) รองมาได้แก่ กลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ (ร้อยละ 29.4) กลุ่มชาติพันธุ์จีนยูนาน (ร้อยละ 18.9) ตามลำดับ

1.2 เพศ

แผนภูมิที่ 33 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ



กลุ่มตัวอย่าง เป็น เพศชาย (ร้อยละ 37.2) และเพศหญิง (ร้อยละ 62.8)

1.3 อายุ

ตารางที่ 58 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

ข้อมูลทั่วไป	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ช่วงอายุ (ปี)		
ต่ำกว่า 15 ปี	9	0.8
15 - 29 ปี	270	23.0
30 - 44 ปี	453	38.5
45 - 59 ปี	359	30.5
60 ปีขึ้นไป	85	7.2
(Mean = 39.93 , S.D. = 13.48 , Max = 89 , Min = 12)		

กลุ่มตัวอย่าง มีอายุอยู่ในช่วง 30 - 44 ปี (ร้อยละ 38.5) ช่วงอายุ 45 - 59 ปี (ร้อยละ 30.5) ช่วงอายุ 15 - 29 ปี (ร้อยละ 23) มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 39.93 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 13.48 อายุมากที่สุด 89 ปี และมีอายุน้อยสุด 12 ปี

1.4 จำนวนสมาชิกในครอบครัว

ตารางที่ 59 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว

จำนวนสมาชิกในครอบครัว	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนสมาชิกในครัวเรือน		
1 - 5 คน	918	78.1
6 - 10 คน	252	21.4
11 คนขึ้นไป	6	0.5
(Mean = 4.39, S.D. = 1.72 , Max = 14 , Min = 0)		

จำนวนสมาชิกในครอบครัว พบว่า จำนวน 1 - 5 คน (ร้อยละ 78.1) จำนวน 6 - 10 คน (ร้อยละ 21.4) และจำนวน 11 คนขึ้นไป (ร้อยละ 0.5) จำนวนสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ยเท่ากับ 4.39 คน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.72 และจำนวนสมาชิกมากที่สุด 14 คน

1.5 อายุสมาชิกในครัวเรือน

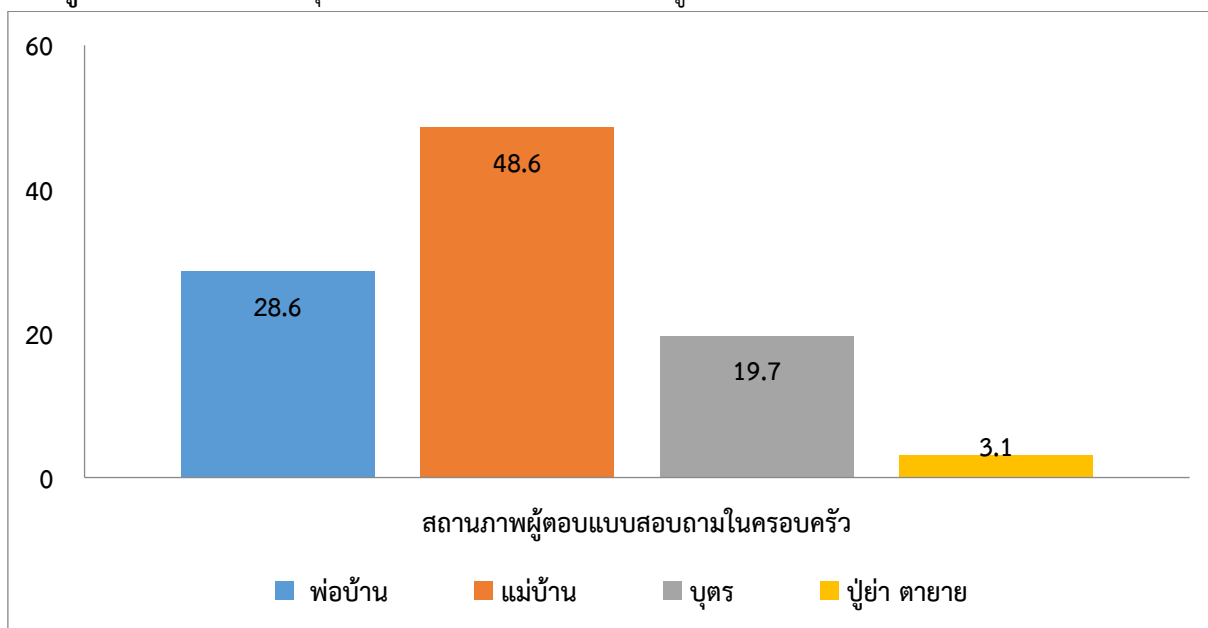
ตารางที่ 60 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุสมาชิกในครัวเรือน

อายุสมาชิกในครัวเรือน	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
อายุ 0 - 4 ปี		
ไม่มี	854	72.6
1 คน	270	23
2 คน	52	4.4
(Mean = 0.31 , S.D. = 0.55 , Max = 2 , Min = 0)		
อายุ 5 - 9 ปี		
ไม่มี	840	71.4
1 คน	268	22.8
2 คน	62	5.3
3 คน	6	0.5
(Mean = 0.34 , S.D. = 0.60 , Max = 3 , Min = 0)		
อายุ 10 - 14 ปี		
ไม่มี	691	58.8
1 คน	327	27.8
2 คน	133	11.3
3 คน	19	1.6
4 คน	6	0.5
(Mean = 0.57, S.D. = 0.79 , Max = 4 , Min = 0)		
อายุ 15 - 59 ปี		
ไม่มี	34	2.9
1 - 5 คน	1,105	94
6 - 10 คน	37	3.1
(Mean = 2.79 , S.D. = 1.40 , Max = 10 , Min = 0)		
อายุ 60 ปีขึ้นไป		
ไม่มี	823	70
1 - 5 คน	352	29.9
มากกว่า 5 คน	1	0.1
(Mean = 0.41 , S.D. = 0.74 , Max = 7 , Min = 0)		

อายุสมาชิกในครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ช่วงอายุ 0 - 4 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.55 มากสุด 2 คน ช่วงอายุ 5 - 9 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.34 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.60 มากสุด 3 คน ช่วงอายุ 10 - 14 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.79 มากสุด 4 คน ช่วงอายุ 15 - 59 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.79 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.40 มากสุด 10 คน และช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.74 มากสุด 7 คน

1.6 สถานภาพผู้ตอบแบบสอบถามในครอบครัว

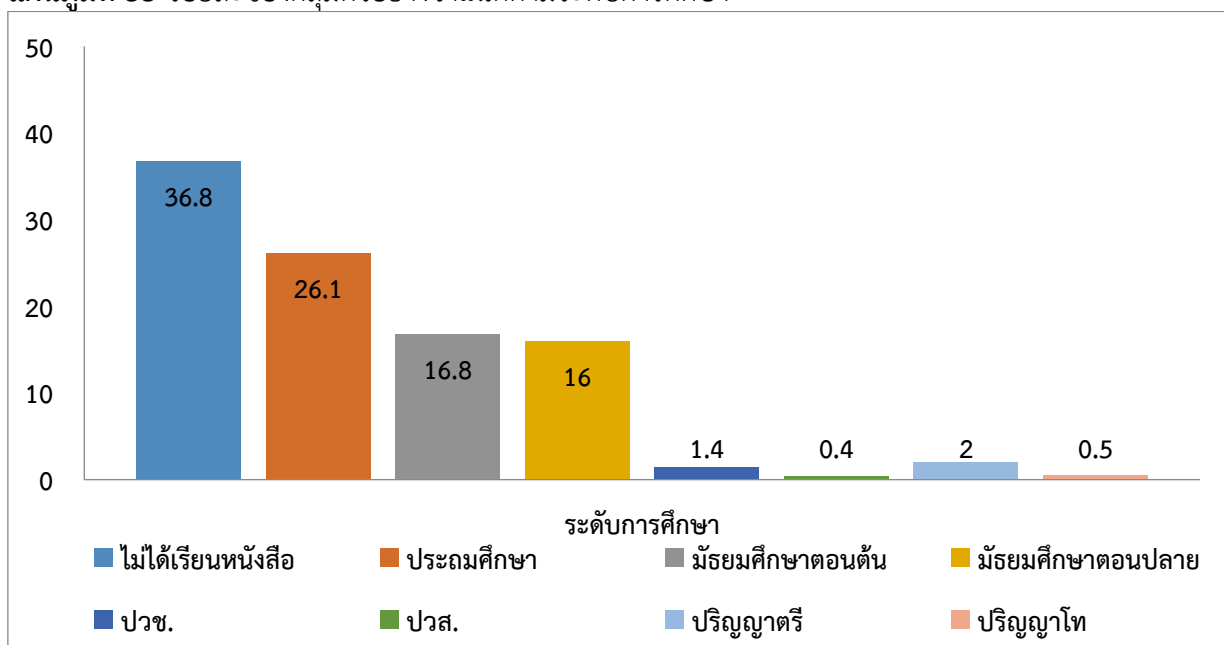
แผนภูมิที่ 34 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถามในครอบครัว



สถานภาพผู้ตอบแบบสอบถามในครอบครัว พบว่า เป็นแม่บ้าน (ร้อยละ 48.6) รองลงมาได้แก่ พ่อบ้าน (ร้อยละ 28.6) และบุตร (ร้อยละ 19.7) ตามลำดับ

1.7 ระดับการศึกษา

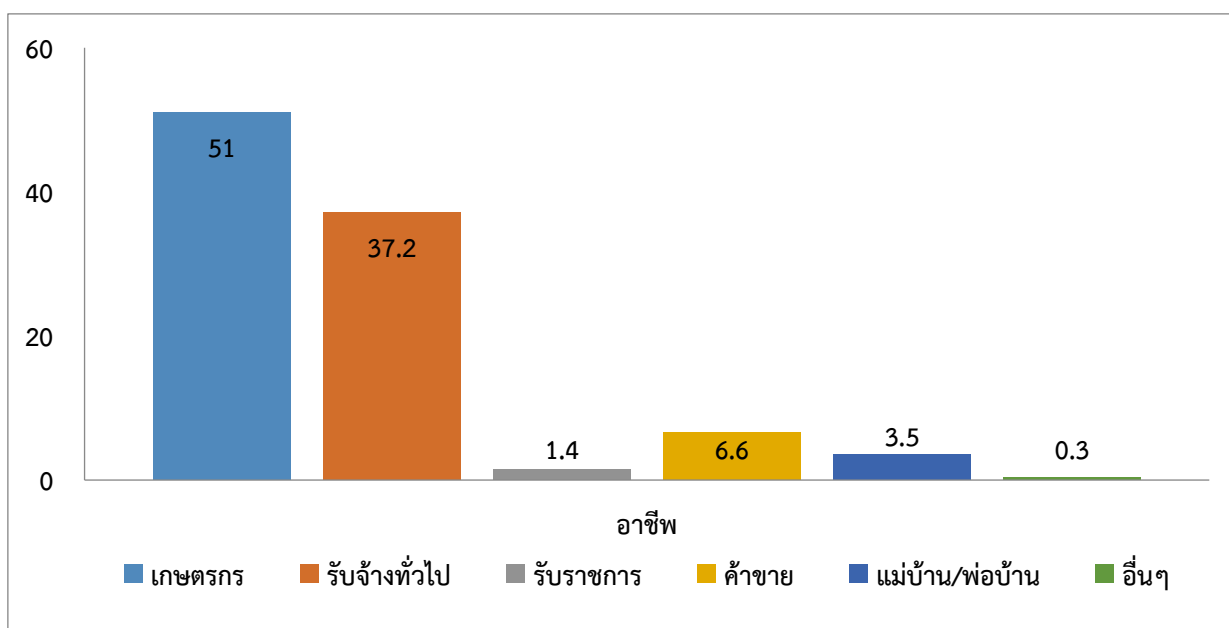
แผนภูมิที่ 35 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา



กลุ่มตัวอย่าง ไม่ได้เรียนหนังสือ (ร้อยละ 36.8) รองลงมาได้แก่ ระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 26.1) และมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 16.8) ตามลำดับ

1.8 อาชีพ

แผนภูมิที่ 36 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ



กลุ่มตัวอย่าง ประกอบอาชีพเกษตรกร (ร้อยละ 51) รองลงมาได้แก่ รับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 37.2) และ ค้าขาย (ร้อยละ 6.6) ตามลำดับ

1.9 รายได้

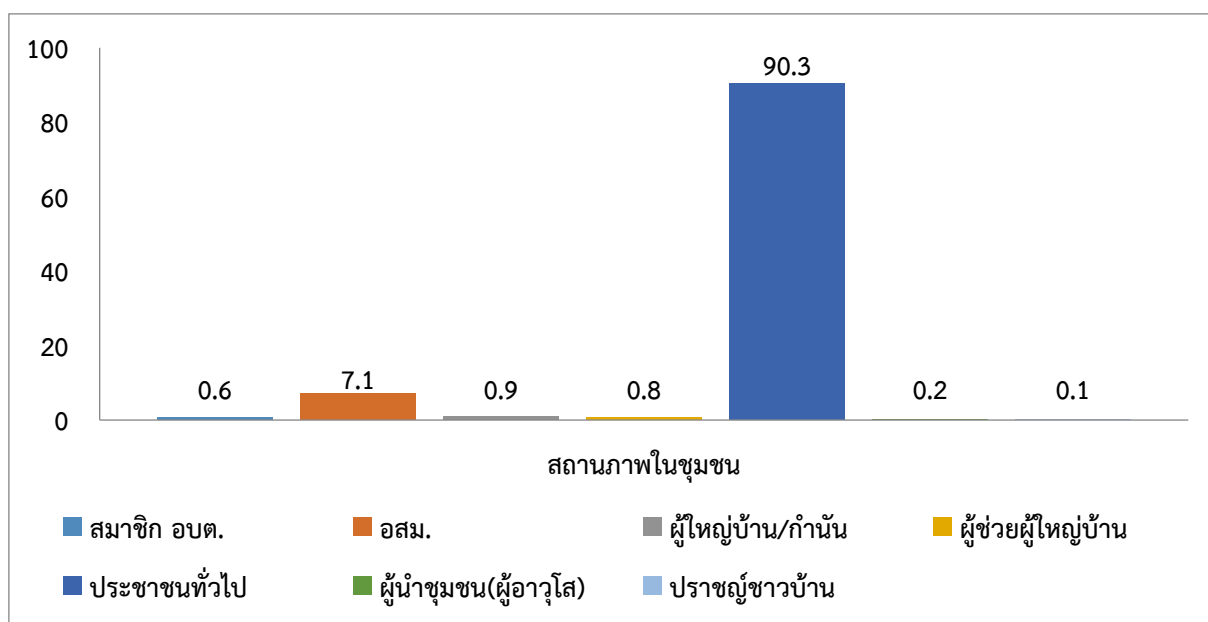
ตารางที่ 61 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้

รายได้	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
รายได้เฉลี่ย		
น้อยกว่า 5,000 บาท	529	45
5,001 - 10,000 บาท	455	38.7
10,001 - 15,000 บาท	117	9.9
15,001 - 20,000 บาท	52	4.4
20,001 - 25,001 บาท	17	1.4
25,001 - 30,000 บาท	6	0.5
(Mean = 7,303.29 , S.D. = 5,265.50 , Max = 30,000 , Min = 0)		

กลุ่มตัวอย่าง มีรายได้อยู่ในช่วงน้อยกว่า 5,000 บาท (ร้อยละ 45) ช่วง 5,001 - 10,000 บาท (ร้อยละ 38.7) และช่วง 10,001 - 15,000 บาท (ร้อยละ 9.9) มีรายได้เฉลี่ยเท่ากับ 7,303.29 บาท และมีรายได้สูงสุด 30,000 บาท

1.10 สถานภาพในชุมชน

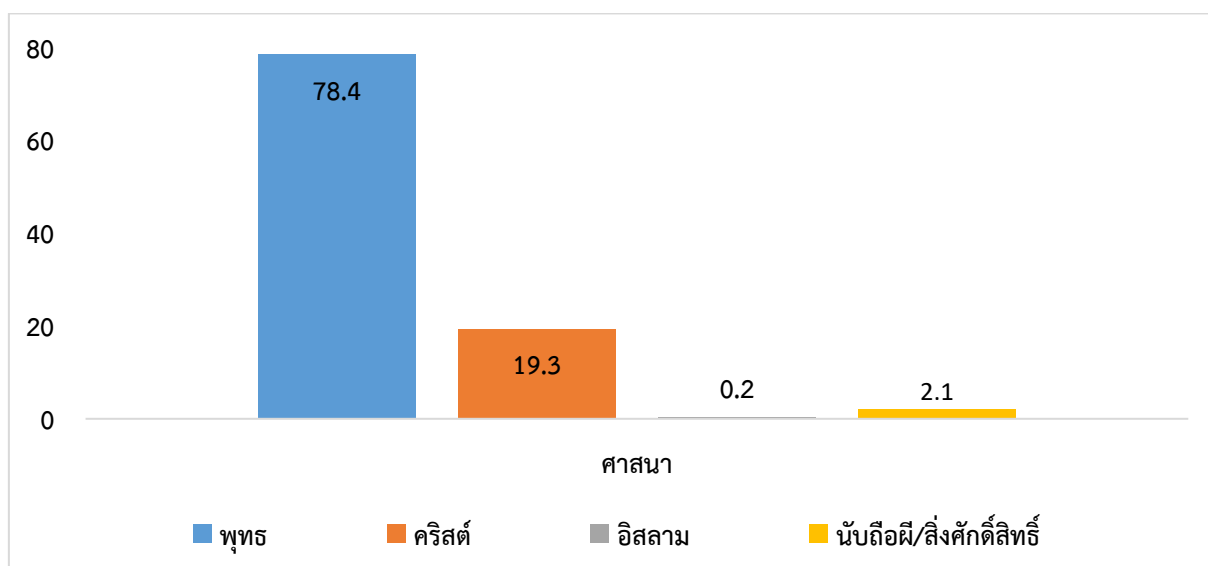
แผนภูมิที่ 37 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพในชุมชน



สถานภาพในชุมชน กลุ่มตัวอย่าง มีสถานภาพเป็นประชาชนทั่วไป (ร้อยละ 90.3) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) (ร้อยละ 7.1) และผู้ใหญ่บ้าน/กำนัน (ร้อยละ 0.9)

1.11 ศาสนา

แผนภูมิที่ 38 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา



กลุ่มตัวอย่าง นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 78.4) รองลงมาได้แก่ ศาสนาคริสต์ (ร้อยละ 19.3) และนับถือผี/สิ่งศักดิ์สิทธิ์ (ร้อยละ 2.1) ตามลำดับ

2. ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการขยะในครัวเรือน

ตารางที่ 62 ร้อยละการจัดการขยะในครัวเรือน

ประเภทขยะในครัวเรือน	Mean	Max	Min
ขยะอินทรีย์	1.32	10	0
ขยะรีไซเคิล			
พลาสติก	4.95	50	0
ขวดแก้ว	0.77	36	0
กระดาษ	0.94	20	0
อะลูมิเนียม	0.07	11	0
เหล็ก ทองแดง สังกะสี	0.06	14	0
ขวดน้ำ	1.33	21	0
ขยะทั่วไป	2.81	50	0
ขยะอันตราย	0.64	10	0

กลุ่มตัวอย่าง มีการจัดการขยะอินทรีย์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.32 กิโลกรัม/ลิตร : วัน และจัดการสูงสุด 10 กิโลกรัม/ลิตร : วัน มีการจัดการขยะรีไซเคิล โดยแบ่งเป็น พลาสติก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.95 ชิ้น/วัน จัดการสูงสุด 50 ชิ้น/วัน ขวดแก้ว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.77 ชิ้น/วัน จัดการสูงสุด 36 ชิ้น/วัน กระดาษ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.94 กิโลกรัม/วัน จัดการสูงสุด 20 ชิ้น/วัน อะลูมิเนียม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.07 ชิ้น/วัน จัดการสูงสุด 11 ชิ้น/วัน เหล็ก ทองแดง สังกะสี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.06 ชิ้น/วัน จัดการสูงสุด 16 ชิ้น/วัน และขวดน้ำ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.33 ชิ้น/วัน จัดการสูงสุด 21 ชิ้น/วัน มีการจัดการขยะทั่วไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.81 ชิ้น/กิโลกรัม:วัน จัดการสูงสุด 50 ชิ้น/กิโลกรัม:วัน และมีการจัดการขยะอันตราย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.64 ชิ้น และจัดการสูงสุด 10 ชิ้น

3. การดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย

ตารางที่ 63 ร้อยละการดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก ใช้ประโยชน์ และกำจัดขยะมูลฝอย

การดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ชุมชนดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย		
มี	547	46.5
ไม่มี	629	53.5
ปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย		
ขาดนโยบาย และแนวทางจัดการขยะมูลฝอยตั้งแต่ต้นทาง	192	16.3
ขาดองค์ความรู้ด้านลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย รวมทั้งการจัดการขยะมูลฝอย	227	19.3
ขาดงบประมาณสนับสนุนในการดำเนินงาน	660	56.2
ไม่ได้รับความร่วมมือจากประชาชน	97	8.2

ตารางที่ 63 ร้อยละการดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก ใช้ประโยชน์ และกำจัดขยะมูลฝอย (ต่อ)

การดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
สถานที่กำจัดขยะมูลฝอย ภายในชุมชน		
มี	742	63.0
ไม่มี สถานที่กำจัดขยะมูลฝอยของตนเอง	111	9.5
ไม่มี สถานที่กำจัดขยะมูลฝอยของตนเองและไม่มีบริการเก็บขนและกำจัด	323	27.5
ขยะ		
กรณีมีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอย		
อยู่ในพื้นที่ของท่าน	699	94.2
อยู่ในพื้นที่ท้องถิ่นอื่น	43	5.8
ในพื้นที่ชุมชน มีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยของเอกชนหรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น		
มี	530	45.1
ไม่มี	646	54.9
การกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน		
มี	1,093	92.9
ไม่มี	83	7.1
การกำจัดขยะมูลฝอยด้วยตนเอง		
การเทกอง / การเผากลางแจ้ง	748	91.6
การฝังกลบโดยใช้ดินกลบทับเป็นครั้งคราว	51	6.3
เตาเผา	17	2.1
ชุมชนมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอยของชุมชนเอง		
การเทกอง / การเผากลางแจ้ง	450	85.3
การฝังกลบโดยใช้ดินกลบทับเป็นครั้งคราว	64	12.4
การฝังกลบทุกวัน	9	1.7
เตาเผา	4	0.6
องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอย		
การเทกอง / การเผากลางแจ้ง	423	67.9
การฝังกลบโดยใช้ดินกลบทับเป็นครั้งคราว	101	16.2
การฝังกลบทุกวัน	52	8.4
เตาเผา	47	7.5

การดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก ใช้ประโยชน์ และกำจัดขยะมูลฝอย พบว่า ชุมชนมีการดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย (ร้อยละ 46.5) ปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย คือการขาดงบประมาณสนับสนุนในการดำเนินงาน (ร้อยละ 56.2) มีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยภายในชุมชน (ร้อยละ 63.0) กรณีมีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยอยู่ในพื้นที่ของกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 94.20) ในพื้นที่ชุมชนไม่มีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยของเอกชนหรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (ร้อยละ 54.9) มีการกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน (ร้อยละ 92.9) การกำจัดขยะมูล

ฝอยด้วยตนเอง โดยใช้วิธีการเทกอง / การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 91.67) ชุมชนมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอยของชุมชนเอง โดยใช้วิธีการเทกอง / การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 85.38) และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอย โดยใช้วิธีการเทกอง / การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 67.90)

4. ข้อมูลเกี่ยวกับน้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน

ตารางที่ 64 ร้อยละการใช้น้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน

ข้อมูลเกี่ยวกับน้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
แหล่งน้ำใช้ในครัวเรือน		
น้ำประปาผิวดิน	56	4.8
น้ำประปาบาดาล	46	3.9
น้ำประปาภูเขา	949	80.7
น้ำฝน	105	8.9
คู, คลอง, แม่น้ำ	20	1.7
แหล่งน้ำดื่มของครัวเรือน		
น้ำประปาผิวดิน	39	3.3
น้ำประปาบาดาล	69	5.8
น้ำประปาภูเขา	697	58.7
น้ำฝน	20	1.7
น้ำบรรจุขวด (มี อย.)	356	30.2
น้ำบรรจุขวด (ไม่มี อย.)	3	0.3
การปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อนดื่ม		
ทำ	605	51.4
ไม่ทำ	571	48.6
วิธีการปรับปรุงคุณภาพน้ำ		
เครื่องกรองน้ำ	82	13.5
ต้ม	484	80.0
กรอง ระบุวัสดุกรอง	39	6.5

การใช้น้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน พบว่า แหล่งน้ำใช้ในครัวเรือน เป็นน้ำประปาภูเขา (ร้อยละ 80.7) แหล่งน้ำดื่มของครัวเรือน เป็นน้ำประปาภูเขา (ร้อยละ 58.77) มีการปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อนดื่ม (ร้อยละ 51.4) โดยใช้วิธีการปรับปรุงคุณภาพน้ำ ด้วยการต้ม (ร้อยละ 80)

5.ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน
ตารางที่ 65 ร้อยละการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน

ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ระยะห่างระหว่างบ้านพักอาศัย กับแม่น้ำ ลำห้วยคลอง		
น้อยกว่า 1 กิโลเมตร	378	32.1
1 - 2 กิโลเมตร	197	16.8
3 - 5 กิโลเมตร	108	9.2
มากกว่า 5 กิโลเมตร	493	41.9
ลักษณะที่อยู่อาศัย		
บ้านชั้นเดียวไม่มีใต้ถุน	797	67.8
บ้านชั้นเดียวมีใต้ถุน	289	24.5
บ้านสองชั้น	90	7.7
ระยะเวลาที่ครอบครัวย้ายอยู่ในชุมชน (Mean = 23.17 , S.D. = 11.22 , Max = 74 , Min = 1)		
การจัดการน้ำเสียจากห้องครัว		
มีท่อระบายสู่บ่อเกรอะ/บ่อซึม	300	25.5
มีท่อระบายออกจากตัวบ้านไปรวมกับเพื่อนบ้าน	74	6.3
มีท่อระบายออกจากตัวบ้านลงสู่แม่น้ำ	27	2.3
มีรางระบายซึมลงดินบริเวณบ้าน	357	30.4
เทลงใต้ถุนบ้านและซึมลงดิน	418	35.5
บริเวณบ้าน และใต้ถุนบ้านมีน้ำขัง		
ไม่มีน้ำขัง	916	77.9
มี เล็กน้อย ไม่ก่อให้เกิดปัญหา	255	21.7
มี เล็กน้อย ก่อให้เกิดปัญหาระบุปัญหา	1	0.1
มี มาก ไม่ก่อให้เกิดปัญหา	4	0.3
การระบายน้ำที่ใช้อาบ หรือซักล้างจากห้องส้วม		
ปล่อยน้ำทิ้งลงท่อระบายน้ำของชุมชน	92	7.8
ปล่อยน้ำทิ้งลงแม่น้ำ/แหล่งน้ำธรรมชาติ	20	1.7
ปล่อยน้ำทิ้งลงพื้นดิน	601	51.1
ปล่อยทิ้งลงรางระบายน้ำ และไหลซึมลงพื้นดิน	463	39.4
การมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูแหล่งน้ำ		
เคย	825	70.2
ไม่เคย	351	29.8

ตารางที่ 65 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน (ต่อ)

ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
หน่วยงานที่เข้าร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูแหล่งน้ำ		
เข้าร่วมประชุมจัดโดยชุมชนหรือหน่วยงาน	509	61.7
เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาหรือปรับปรุงแหล่งน้ำดื่มมาใช้	316	38.3
สภาพปัญหาเกี่ยวกับทรัพยากรน้ำ		
น้ำไม่เพียงพอเพื่อการเกษตร	608	51.7
ขาดแคลนแหล่งน้ำเพื่อการอุปโภคบริโภค	285	24.3
แหล่งน้ำ มีขยะ มีกลิ่นเหม็น	35	3.0
น้ำแล้ง	57	4.8
คุณภาพน้ำดื่มไม่ได้มาตรฐาน	191	16.2

การจัดการน้ำเสียในครัวเรือน พบว่า ระยะห่างระหว่างบ้านพักอาศัยกับแม่น้ำ ลำห้วยคลอง มากกว่า 5 กิโลเมตร (ร้อยละ 41.9) ลักษณะที่อยู่อาศัยบ้านชั้นเดียวไม่มีใต้ถุน (ร้อยละ 67.8) ระยะเวลาที่ครอบครัวยอาศัยอยู่ในชุมชน เฉลี่ยเท่ากับ 23.17 ปี อาศัยอยู่นานสุด 74 ปี และอาศัยอยู่น้อยสุด 1 ปี การจัดการน้ำเสียจากห้องครัว เทลงใต้ถุนบ้านและซึมลงดิน (ร้อยละ 35.5) บริเวณบ้านและใต้ถุนบ้านไม่มีน้ำขัง (ร้อยละ 77.9) การระบายน้ำที่ใช้อาบหรือซักล้างจากห้องส้วม ปล่อยน้ำทิ้งลงพื้นดิน (ร้อยละ 51.1) การมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูแหล่งน้ำ (ร้อยละ 70.2) หน่วยงานที่เข้าร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูแหล่งน้ำ เข้าร่วมประชุมจัดโดยชุมชนหรือหน่วยงาน (ร้อยละ 61.70) และสภาพปัญหาเกี่ยวกับทรัพยากรน้ำ พบน้ำไม่เพียงพอเพื่อการเกษตร (ร้อยละ 51.7) ตามลำดับ

6. ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการสิ่งปฏิกูล

ตารางที่ 66 ร้อยละการจัดการสิ่งปฏิกูล

ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการสิ่งปฏิกูล	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
การมีส้วม		
มี	1,143	97.2
ไม่มี	33	2.8
กรณีไม่มีส้วม		
ใช้กับญาติ/เพื่อนบ้าน	21	63.6
ไปป่า/ทุ่ง	12	36.4

ตารางที่ 66 ร้อยละการจัดการสิ่งปฏิกูล (ต่อ)

ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการสิ่งปฏิกูล	ภาพรวม	
	จำนวน	ร้อยละ
ชนิดของส้วม		
นั่งราบ	74	6.5
นั่งยอง	766	67.0
ทั้ง 2 ชนิด	303	26.5
ระยะเวลาการสร้างส้วม		
(Mean = 16.17 , S.D. = 9.79 , Max = 68 , Min = 1)		
ปัญหาส้วมราดไม่ลง		
ไม่มีปัญหา	1,040	90.99
มีปัญหา ทุกปี	28	2.45
มีปัญหา ทุก 2 ปี	31	2.71
มีปัญหา ทุก 3 ปี	44	3.85
ค่าใช้จ่ายในการแก้ปัญหาส้วมราดไม่ลง		
(Mean = 477.00 , S.D. = 125.33 , Max = 600 , Min = 300)		

การจัดการสิ่งปฏิกูล พบว่า บ้านของกลุ่มตัวอย่างมีส่วนร่วมใช้ (ร้อยละ 97.2) ไม่มีส้วม (ร้อยละ 2.8) กรณีไม่มีส้วมใช้กับญาติ/เพื่อนบ้าน (ร้อยละ 63.64) ระยะเวลาการสร้างส้วม เฉลี่ย 16.17 ปี ระยะเวลาสูงสุด 68 ปี ระยะเวลาต่ำสุด 1 ปี ชนิดของส้วมพบชนิดแบบนั่งยอง (ร้อยละ 67.02) ไม่มีปัญหาส้วมราดไม่ลง (ร้อยละ 90.99) และค่าใช้จ่ายในการแก้ปัญหาส้วมราดไม่ลง เฉลี่ยเท่ากับ 477 บาท ราคาสูงสุด 600 บาท และราคาต่ำสุด 300 บาท

บทที่ 5

สรุปและข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์ข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

2. เพื่อพัฒนาชุดข้อมูลด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมทุกกลุ่มวัยในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

ดำเนินการสำรวจข้อมูลตั้งแต่เดือนตุลาคม 2563 - กันยายน 2564 โดยเครือข่ายหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน

ผลการสำรวจแบ่งเป็น 5 กลุ่มวัยและกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี) ,กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี) ,กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี) ,กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ,กลุ่มวัยผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) และกลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยสรุปดังนี้

กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า หญิงตั้งครรภ์ได้รับการฝากครรภ์ครั้งแรก ≤ 12 สัปดาห์ (ร้อยละ 88.2) ได้รับการบริการฝากครรภ์ครบ 5 ครั้งตามเกณฑ์ (ร้อยละ 98.1) หญิงหลังคลอดได้รับการดูแลครบ 3 ครั้งตามเกณฑ์ (ร้อยละ 93.8) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 75) ด้านเด็กอายุ 0 - 5 ปี พบว่า มีน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง เด็กสมส่วน (ร้อยละ 73.9) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 62) เด็กมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน (ร้อยละ 7.1) ยังเป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 9.5) ด้านการประเมินพัฒนาเด็กปฐมวัย พบมีพัฒนาการสมวัย (ร้อยละ 97.3) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 85) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. การได้รับและกินยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก (ร้อยละ 97.6) ยังไม่เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 100)

2. ทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม (ร้อยละ 8.5) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 7)

3. จากการสำรวจข้อมูลโภชนาการ พบเด็กมีภาวะเตี้ยและค่อนข้างเตี้ยรวมกัน (ร้อยละ 16.6) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไม่เกิน (ร้อยละ 12) และยังพบปัญหาเด็กมีภาวะผอม (ร้อยละ 9.5) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไม่เกิน (ร้อยละ 5.5)

กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า ด้านน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง เด็กสมส่วน (ร้อยละ 71.8) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. กินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กที่โรงเรียนแจกให้ (ร้อยละ 49.9) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50)

2. เด็กมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน (ร้อยละ 14) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 10)
3. เด็กมีภาวะเตี้ย (ร้อยละ 21.2) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 5)
4. เด็กมีภาวะผอม (ร้อยละ 6.9) ยังสูงกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ไม่เกิน (ร้อยละ 5)

กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 - 19 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า มีสุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวมของตนเองอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 72.3) ไม่สูบบุหรี่หรือสูดควันบุหรี่ (ร้อยละ 89.5) ไม่ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 88.0) ไม่เห็นด้วยกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 53.1) ไม่เห็นด้วยการจับมือถือแขนกันในวัยรุ่นหญิงชายที่ไม่ใช่ญาติกันเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 65.1) ไม่เห็นด้วยการเผยแพร่ภาพการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 63.1) ไม่เห็นด้วยกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น (ร้อยละ 62.4) ไม่เห็นด้วยกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องที่น่าอาย (ร้อยละ 52.6) ไม่เห็นด้วยกับการไม่ใส่เสื้อชั้นในเวลาออกนอกบ้านเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 56.3) ไม่เห็นด้วยการนัดกันไปเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศสองต่อสองในเทศกาลเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 60.9) ไม่เห็นด้วยผู้หญิงสามารถแต่งงานได้หลายครั้ง (ร้อยละ 59.0) และเห็นด้วยชายหญิงที่เป็นสามีภรรยาจำเป็นต้องจดทะเบียนสมรส (ร้อยละ 62.7) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. การควบคุมปริมาณอาหารและควบคุมรสอาหารไม่ให้หวาน มัน เค็มจัดทุกมื้อ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 34.5)
2. กินผักและผลไม้สดสะอาดเสมอ อย่างน้อยวันละครึ่งกิโลกรัม 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 37.6)
3. ออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยมีเหงื่อออก 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 31.7)
4. การจัดการความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ 3 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 29.5)

กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า กินผักวันละ 5 ท็อปส์ ทุกวัน (ร้อยละ 51.5) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50) กิจกรรมทางกาย (ด้านการทำงาน การเดินทาง นันทนาการ) (ร้อยละ 73.9) เป็นไปตามเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 71) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. มีค่าดัชนีมวลกายปกติ (ร้อยละ 44.5) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50)
2. มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (ร้อยละ 23.7) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 33)
3. มีพฤติกรรมการแปร่งฟันก่อนนอนทุกวันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์นานอย่างน้อย 2 นาที (ร้อยละ 35.4) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 65)

กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ขึ้นไป)

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า ผู้สูงอายุสามารถดูแลตัวเองได้ (ร้อยละ 60) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (ร้อยละ 8.4) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50)
2. ผู้สูงอายุมีฟันแท้ใช้งานได้น้อย 20 ซี่หรือ 4 คู่สบ (ร้อยละ 55.9) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 70)

3. ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงได้รับการดูแลตาม Care Plan (ร้อยละ 19.8) ยังต่ำกว่าเป้าหมายกรมอนามัยที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 85)

กลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม

การดำเนินงานในพื้นที่ดังกล่าวพบว่า มีการกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน (ร้อยละ 92.9) ประกอบด้วย การกำจัดขยะมูลฝอยด้วยตนเอง ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 91.6) ชุมชนมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอยของชุมชน ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 85.3) และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอย ใช้วิธีการเทกอง/การเผากลางแจ้ง (ร้อยละ 67.9) การจัดการน้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน แหล่งน้ำใช้ในครัวเรือนเป็นน้ำประปาภูเขา (ร้อยละ 80.7) และแหล่งน้ำดื่มของครัวเรือนเป็นน้ำประปาภูเขา (ร้อยละ 58.7) มีการปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อนดื่ม (ร้อยละ 51.4) โดยวิธีการปรับปรุงคุณภาพน้ำส่วนใหญ่ใช้วิธีการการต้ม (ร้อยละ 80.0) และบ้านของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีส่วนใช้ (ร้อยละ 97.2) แต่จากผลการสำรวจข้อมูลยังพบประเด็นปัญหาของพื้นที่ ที่จะต้องได้รับการแก้ไข ได้แก่

1. การจัดการขยะมูลฝอยชุมชนมีการดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย (ร้อยละ 46.5) ปัญหาอุปสรรค คือ การขาดงบประมาณสนับสนุนในการดำเนินงาน (ร้อยละ 56.2)
2. มีการระบายน้ำที่ใช้อาบหรือซักล้างจากห้องส้วม ปล่อยน้ำทิ้งลงพื้นดิน (ร้อยละ 51.1)

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

กลุ่มวัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด - 5 ปี)

1. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

1.1 ส่งเสริมเรื่องอนามัยการเจริญพันธุ์วัยรุ่น โดยเฉพาะความรู้ ความเข้าใจ และความสำคัญของการใช้วิธีคุมกำเนิดหลังแต่งงานเพื่อชะลอการมีบุตรในอายุที่เหมาะสมหรือหลังคลอดเพื่อเว้นระยะการมีบุตรเนื่องจากส่วนใหญ่มีอายุแรกสมรสต่ำ และมีบุตรเลย ส่งผลถึงน้ำหนักแรกแรกเกิดของเด็ก และการได้รับนมแม่อย่างเต็มที่

1.2 พัฒนาศาสมารถของผดุงครรภ์โบราณที่ผ่านการอบรมแล้วอย่างต่อเนื่อง ทั้งความรู้ และทักษะการดูแลขณะตั้งครรภ์ คลอด หลังคลอด และการทำคลอดที่ปลอดภัยจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 รวมถึงอบรมหมอด้ายที่ยังไม่ผ่านการอบรมเป็นผดุงครรภ์โบราณพิจารณาเรื่องการอบรมฟื้นฟูและอบรมทดแทนเพื่อปิดช่องว่างของการคลอดนอกสถานบริการให้ปลอดภัย

1.3 เตรียมการและให้คำแนะนำนมแม่ สำหรับหญิงตั้งครรภ์ ควรให้คำแนะนำแต่เนิ่นๆเพื่อรับมือกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นจากการให้นมแม่เนื่องจากพบว่า มีเด็กบางส่วนไม่ได้รับนมแม่จากการที่แม่มีน้ำนมไม่เพียงพอ

1.4 เน้นย้ำหญิงตั้งครรภ์ เรื่องความสำคัญและผลประโยชน์ของยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก เนื่องจากพบข้อมูลกลุ่มตัวอย่างยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก ไม่สม่ำเสมอ

1.5 เตรียมการให้ข้อมูลและแนะนำเรื่องการใช่วิธีคุมกำเนิดสำหรับหญิงตั้งครรภ์แต่เนิ่นๆและเน้นย้ำความสำคัญของการใช่วิธีคุมกำเนิดหลังคลอด ขณะเยี่ยมหลังคลอด และให้ข้อมูล เพื่อสร้างการเข้าถึงและรับรู้เรื่องความสำคัญของการคุมกำเนิดและวิธีใช้วิธีคุมกำเนิดแต่ละประเภทโดยเฉพาะการคุมกำเนิดชนิดถาวรในผู้ที่มีบุตรเพียงพอแล้ว (ประเด็นนี้สำคัญมากเพราะมีหญิงตั้งครรภ์บางส่วนคลอดที่บ้านอาจเข้าไม่ถึงบริการคุมกำเนิด)

2. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

2.1 วางระบบบริการอนามัยแม่และเด็กที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบลให้สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ และกลุ่มเป้าหมาย ที่มีความหลากหลายของแต่ละชนเผ่า

2.2 มีนโยบายหรือสนับสนุน การพัฒนาความสามารถ (Build capability) ของผดุงครรภ์โบราณอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ

2.3 ติดตามเยี่ยมเสริมพลังและให้ข้อเสนอแนะทางวิชาการต่อสถานบริการในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ

ข้อเสนอเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพอย่างยั่งยืนเพื่อลดการขาดอาหารแบบเรื้อรัง (เตี้ย) ในเด็กปฐมวัยสำหรับหน่วยงานสาธารณสุขและเครือข่ายความร่วมมือในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดน (พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ

1. หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล/โรงพยาบาล)

1.1 ศึกษาปัจจัยกำหนดสุขภาพ (Determinant of Health) และปัจจัยสังคมกำหนดสุขภาพ (Social Determinant of Health) เพื่อวิเคราะห์สาเหตุโดยตรงและโดยอ้อม ที่ส่งผลให้เด็กขาดอาหารเรื้อรัง จากข้อมูลที่พบว่ามีเด็กเตี้ยและเริ่มเตี้ยในระดับสูง

1.2 รวบรวมข้อมูล (เชิงปริมาณ/เชิงคุณภาพ) จัดทำเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ เพื่อจัดทำเป็นข้อเสนอพัฒนา (Recommendation Policy Development) เสนอต่อองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อจัดทำเป็นวาระพัฒนาตำบล

1.3 ส่งเสริมเฝ้าระวังสุขภาพตั้งแต่เด็กอยู่ในครรภ์มารดาจนปฐมวัย

1.4 กำหนดมาตรการการปกป้องเด็กปกติ เฝ้าระวังเด็กเริ่มเตี้ย และดูแลเด็กเตี้ย

1.5 ใช้สื่อเทคโนโลยี เช่น Platform ส่งต่อข้อมูลประเมินน้ำหนัก ส่วนสูง แผลผล และการดูแลให้ครอบครัว

1.6 สร้างระบบประเมินและติดตามประเมินผล (Intensive Evaluation) เพื่อการพัฒนาและแก้ไขปัญหายั่งยืน

2. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

นำประเด็นปัญหาเด็กเตี้ย เป็นข้อบัญญัติ หรือเทศบัญญัติ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเกี่ยวกับการพัฒนางานอนามัยแม่และเด็ก ในหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดน (พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ มีดังนี้

1. มาตรการระยะเร่งด่วน เป็นประเด็นลดการขาดอาหารแบบเรื้อรัง (เตี้ย) ในเด็กปฐมวัยที่สูงถึง (ร้อยละ 16.6) สำนักงานเขตสุขภาพที่ 1 ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ และศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก

1.1 ควรเร่งรัดมาตรการการแก้ไขปัญหา (Intervention) ที่มีอยู่ให้เหมาะสมสอดคล้องกับบริบท

1.2 ควรแสวงหาความร่วมมือและขับเคลื่อนกับหน่วยงาน องค์กรที่เกี่ยวข้อง นอกเหนือจากงานสาธารณสุข (Non Health sector)

2. มาตรการระยะกลางและระยะยาว กรมอนามัย และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควร

2.1 ควรร่วมทบทวนและปรับแนวทาง/กลยุทธ์ขับเคลื่อนนโยบายอนามัยแม่และเด็ก ให้เป็นเครื่องมือที่มีความยืดหยุ่นเหมาะสมและเป็นไปได้ เพื่อเป็นพลังให้เกิดการสร้างวิถีคิดและวิถีทำงานใหม่ที่เหมาะสมสอดคล้องตามสภาพปัญหาในบริบทของพื้นที่

2.2 ควรเพิ่มสมรรถนะแก่แพทย์ บุคลากรสาธารณสุขหรือผู้ปฏิบัติงานอนามัยแม่และเด็กในพื้นที่ให้มีความเข้าใจถึงกลุ่มชาติพันธุ์บนพื้นที่สูงอย่างแท้จริง

2.3 ควรจัดการความรู้ เพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และถ่ายทอดผลการดำเนินงานระหว่างจังหวัด ที่ดำเนินงานในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดน (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ

กลุ่มวัยเรียน (อายุ 6 – 14 ปี)

1. หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล/โรงพยาบาล)

1.1 หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ ร่วมมือกับผู้ปกครองกับ โรงเรียน ผู้ปกครอง ส่งเสริมให้เด็กวัยเรียน ได้บริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน โดยการเพิ่มปริมาณอาหารประเภทที่ให้พลังงาน เพิ่มโปรตีน และเพิ่มอาหารที่ให้แคลเซียม ให้มีการบริโภคที่เพียงพอและเหมาะสมกับเด็ก ส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายหรือมีกิจกรรมทางกาย จน ”เหนื่อยหรือหอบ” ทุกวัน วันละ 60 นาที สัปดาห์ละ 15 - 20 นาที เพื่อกระตุ้นการสร้างกระดูก และกระตุ้นความอยากอาหาร รวมถึงส่งเสริมให้มีการนอนหลับพักผ่อน ให้เพียงพอ 9 - 11 ชั่วโมง ซึ่งจะทำให้เด็กมีการเจริญเติบโตเต็มศักยภาพและเพิ่มความสูงได้

1.2 จัดให้มีสื่อความรู้ด้านสุขภาพ เช่น การกิน การออกกำลังกาย พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล พฤติกรรมด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม และความปลอดภัย ที่ถูกต้อง เหมาะสม สอดคล้องกับบริบทวิถีชีวิตของ นักเรียนกลุ่มชาติพันธุ์ ที่สามารถนำไปปฏิบัติตามได้

2. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

ผลักดันให้ใช้งบประมาณจากกองทุนสุขภาพตำบล แก้ปัญหาเด็กน้ำหนักน้อย ผอม เช่น การจ่ายไข่ นม และแก้ปัญหาเด็กเตี้ย (กินไข่ นม จัดให้มีสถานที่กระโดดโลดเต้น) และติดตามชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงเพื่อติดตาม การเจริญเติบโตทุก 3 เดือน

3. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

3.1 ให้มีนโยบาย “กระโดด โลดเต้น เล่นสร้างชาติ” ส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนมีการเล่น ออกกำลังกาย หรือมีกิจกรรมทางกายทั้งในที่ร่ม และกลางแจ้ง

3.2 เร่งรัดการจ่ายวิตามินเสริมธาตุเหล็ก ในเด็กนักเรียนโดยผ่านโรงเรียน ซึ่งเป็นสิทธิประโยชน์อันพึงได้ตามหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า และประชาสัมพันธ์สิทธิประโยชน์ของเด็กนักเรียนทางสื่อทุกระบบ

3.3 พัฒนาระบบการเรียนรู้ แบบ Active learning ที่บูรณาการงานด้านสุขภาพเข้ากับวิชาเรียน

4. กรมอนามัยและสำนักงานเขตสุขภาพที่ 1

4.1 แสวงหาความร่วมมือและขับเคลื่อนกับหน่วยงาน องค์กรที่เกี่ยวข้อง นอกเหนือจากงานสาธารณสุข (Non Health sector)

4.2 ทบทวนและปรับแนวทาง/กลยุทธ์ขับเคลื่อนนโยบายวัยเรียน ให้มีความยืดหยุ่นเหมาะสม สอดคล้องตามสภาพปัญหาในบริบทของพื้นที่

กลุ่มวัยรุ่น (อายุ 10 – 19 ปี)

1. หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล/โรงพยาบาล)

การส่งเสริม สร้างความรู้ ความเข้าใจ สร้างทัศนคติ และให้ความสำคัญของการมีพฤติกรรมทางเพศ ที่พึงประสงค์ การตั้งครกในวัยรุ่น การคุมกำเนิด และการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (อาหาร อารมณ์ ออกกำลังกาย งดการสูบบุหรี่ งดดื่มสุรา) ในวัยรุ่นให้มีความเหมาะสมและสอดคล้องตามบริบท วัฒนธรรม ของพื้นที่

2. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น

2.1 ควรมีการก่อตั้งชมรมเยาวชนแกนนำในพื้นที่ เพื่อแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การจัดกิจกรรมต่างๆเพื่อห่างไกลยาเสพติด โดยให้ท้องถิ่นและชุมชนสามารถบริหารจัดการได้ด้วยตัวเอง

2.2 ผลักดันในพื้นที่ให้มีการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของวัยรุ่นโดยอ้างอิงข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ และพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ของวัยรุ่นกลุ่มชาติพันธุ์บนพื้นที่สูง

3. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

มีนโยบายและผลักดันพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ในการขับเคลื่อนการดำเนินงานในวัยรุ่นกลุ่มชาติพันธุ์บนพื้นที่สูงให้มากขึ้น

4. กรมอนามัยและสำนักงานเขตสุขภาพที่ 1

4.1 แสวงหาความร่วมมือและขับเคลื่อนกับหน่วยงาน องค์กรที่เกี่ยวข้อง นอกเหนือจากงานสาธารณสุข (Non Health sector)

4.2 ทบทวนและปรับแนวทาง/กลยุทธ์ขับเคลื่อนนโยบายวัยรุ่น ให้มีความยืดหยุ่นเหมาะสม สอดคล้องตามสภาพปัญหาในบริบทของพื้นที่

กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 - 59 ปี)

1. หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล/โรงพยาบาล)

1.1 การส่งเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ด้วยการสร้างความรู้ ความเข้าใจ และความสำคัญของการมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (พฤติกรรมการบริโภค, พฤติกรรมเคลื่อนไหวออกแรง, พฤติกรรมนอนหลับ, พฤติกรรมการดูแลช่องปาก) หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และดื่มสุรา ให้มีความเหมาะสม และสอดคล้องตามบริบท วัฒนธรรมของพื้นที่

1.2 จัดให้มีสื่อความรู้ด้านสุขภาพ เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (พฤติกรรมการบริโภค การออกกำลังกาย การนอนหลับ และการดูแลสุขภาพช่องปาก) เหมาะสม สอดคล้องกับบริบทวิถีชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์ ที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

2. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น

ผลักดันการสนับสนุนงบประมาณในการจัดทำโครงการหรือกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับวัยทำงานกลุ่มชาติพันธุ์บนพื้นที่สูงมีความสอดคล้องกับบริบท วัฒนธรรมของพื้นที่ โดยการขับเคลื่อนการดำเนินงานแบบบูรณาการแบบมีส่วนร่วมระหว่างหน่วยงานของรัฐและประชาชน

3. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

3.1 มีนโยบาย การส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ อย่างต่อเนื่อง และมีการติดตามเยี่ยมเสริมพลัง และให้ข้อเสนอแนะทางวิชาการต่อพื้นที่อย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ

3.2 ผลักดันให้หน่วยงานในพื้นที่ มีการจัดทำฐานข้อมูลภาวะสุขภาพของประชากรกลุ่มวัยวัยทำงานอย่างต่อเนื่องเพื่อให้ทราบถึงสถานการณ์ภาวะสุขภาพอย่างต่อเนื่อง และใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาของพื้นที่ได้ตรงตามความต้องการของพื้นที่

4. กรมอนามัยและสำนักงานเขตสุขภาพที่ 1

4.1 แสวงหาความร่วมมือและขับเคลื่อนกับหน่วยงาน องค์กรที่เกี่ยวข้อง นอกเหนือจากงานสาธารณสุข (Non Health sector)

4.2 ทบทวนและปรับแนวทาง/กลยุทธ์ขับเคลื่อนนโยบายวัยทำงาน ให้มีความยืดหยุ่นเหมาะสม สอดคล้องตามสภาพปัญหาในบริบทของพื้นที่

กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ขึ้นไป)

1. หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล/โรงพยาบาล)

1.1 ส่งเสริมให้ผู้ดูแลหรือผู้ใกล้ชิด มีทักษะในการประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL) และสามารถเฝ้าระวังได้

1.2 พัฒนาสื่อที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุในการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองที่ถูกต้องและความรอบรู้ ด้านสุขภาพ

1.3 พัฒนานองค์ความรู้ที่จำเป็นและเข้าใจง่ายในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแก่ญาติหรือผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุ

1.4 บูรณาการความเชื่อตามวิถีชีวิตดั้งเดิมร่วมกับหลักการทางวิชาการ เพื่อให้เห็นประโยชน์ทั้ง ผู้รับบริการและผู้ให้บริการ นำไปสู่ความต่อเนื่องและยั่งยืน

2. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

หนุนเสริมให้ทุกภาคส่วนได้มีการเตรียมความพร้อมรองรับสังคมสูงอายุในทุกช่วงวัย โดยเน้นการทำงาน ในแบบบูรณาการทุกภาคส่วน

3. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

3.1 พัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน และสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ

3.2 ผลักดันให้หน่วยงานในพื้นที่ มีการจัดทำฐานข้อมูลกลุ่มประชากรเฉพาะในพื้นที่ เพื่อให้เห็นความแตกต่างของสถานการณ์ในพื้นที่

4. กรมอนามัยและสำนักงานเขตสุขภาพที่ 1

4.1 แสวงหาความร่วมมือและขับเคลื่อนกับหน่วยงาน องค์กรที่เกี่ยวข้อง นอกเหนือจากงานสาธารณสุข (Non Health sector)

4.2 ทบทวนและปรับแนวทาง/กลยุทธ์ขับเคลื่อนนโยบายวัยสูงอายุ ให้มีความยืดหยุ่นเหมาะสม สอดคล้องตามสภาพปัญหาในบริบทของพื้นที่

กลุ่มอนามัยสิ่งแวดล้อม

1. หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล/โรงพยาบาล)

1.1 การส่งเสริมให้ประชาชนในชุมชนมีการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในครัวเรือน (การจัดการขยะ การจัดการคุณภาพน้ำอุปโภคบริโภค และการจัดการสิ่งปฏิกูล) ได้ด้วยตัวเอง และควบคุมหรือกำจัดปัจจัย สิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ เพื่อป้องกันโรคที่เกิดจากอนามัยสิ่งแวดล้อม เช่น โรคไข้เลือดออก โรคอุจจาระร่วง เป็นต้น

1.2 ส่งเสริมให้มีการสื่อสาร และขับเคลื่อนความรู้ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมที่มีความเหมาะสม สำหรับ ประชาชน ชุมชน และท้องถิ่นในกลุ่มพื้นที่เฉพาะ/พื้นที่ทุรกันดาร/พื้นที่ พมพ.

2. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

2.1 ควรมีการเสริมสร้างศักยภาพและพัฒนาขีดความสามารถองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และ ภาควิชาในพื้นที่จะให้มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านพัฒนาการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะประเด็น

การจัดการขยะ การจัดการคุณภาพน้ำอุปโภคบริโภค และการจัดการสิ่งปฏิกูลที่มีความเหมาะสมกับบริบทพื้นที่ เพื่อให้ท้องถิ่นและชุมชนสามารถบริหารจัดการได้ด้วยตัวเอง

2.2 ส่งเสริมให้เกิดองค์ความรู้และพัฒนาเทคโนโลยีที่มีความเหมาะสมในการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในกลุ่มพื้นที่เฉพาะ/พื้นที่ทุรกันดาร/พื้นที่ พมพ. ในระยะยาว โดยเน้นองค์ประกอบส่วนท้องถิ่นและชุมชนเป็นฐาน

2.3 ควรจัดให้มีการสนับสนุนและจัดสรรทรัพยากรที่จำเป็น (บุคลากร งบประมาณ เทคโนโลยี) ด้านการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมให้กับหน่วยงานในพื้นที่

3. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

3.1 มีนโยบายการพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมในครัวเรือนที่เป็นมิตรต่อสุขภาพ

3.2 ผลักดันให้หน่วยงานในพื้นที่ มีการจัดทำฐานข้อมูลอนามัยสิ่งแวดล้อมเพื่อให้ทราบถึงสถานการณ์ภาวะสุขภาพอย่างต่อเนื่องและใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาของพื้นที่ได้ตรงตามความต้องการของพื้นที่

4. กรมอนามัยและสำนักงานเขตสุขภาพที่ 1

4.1 แสวงหาความร่วมมือและขับเคลื่อนกับหน่วยงาน องค์กรที่เกี่ยวข้อง นอกเหนือจากงานสาธารณสุข (Non Health sector)

4.2 ทบทวนและปรับแนวทาง/กลยุทธ์ขับเคลื่อนนโยบายอนามัยสิ่งแวดล้อม ให้มีความยืดหยุ่นเหมาะสมสอดคล้องตามสภาพปัญหาในบริบทของพื้นที่

ข้อเสนอแนะจากผลการสำรวจ

1. ควรมีการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมกลุ่มชาติพันธุ์ทุกกลุ่มวัย ให้มีความรู้ เข้าใจ ตระหนักถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ และสามารถควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่มีผลกระทบต่อสุขภาพได้ อีกทั้งต้องมีการสำรวจติดตามการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมกลุ่มชาติพันธุ์ทุกกลุ่มวัย อย่างต่อเนื่องเป็นระยะๆ ต่อไป

2. หน่วยงานทุกระดับในพื้นที่ควรมีการพัฒนาช่องทางของการเข้าถึงสื่อ เข้าถึงข้อมูล บริการที่น่าเชื่อถือ และเหมาะสมกับกลุ่มชาติพันธุ์ เพื่อกระตุ้นให้กลุ่มชาติพันธุ์เข้าถึงข้อมูลข่าวสารและความรู้สุขภาพจากแหล่งความรู้ที่หลากหลายและมีความน่าเชื่อถือใกล้เคียงชุมชน วิถีชีวิตของตนเอง

3. ควรมีการส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนได้บริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน โดยการเพิ่มปริมาณอาหารประเภทที่ให้พลังงาน เพิ่มโปรตีน และเพิ่มอาหารที่ให้แคลเซียม และส่งเสริมให้มีการออกกำลังกาย และแก้ปัญหาเด็กน้ำหนักน้อย ผอม เช่นการจ่ายไข่ นม และแก้ปัญหาเด็กเตี้ย (กินไข่ นม จัดให้มีสถานที่กระโดดโลดเต้น) และติดตามชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงเพื่อติดตามการเจริญเติบโตทุก 3 เดือน

4. ควรมีการส่งเสริมสุขภาพเรื่องอนามัยการเจริญพันธุ์ โดยการสร้างองค์ความรู้ ความเข้าใจ และความสำคัญของการคุมกำเนิดหลังแต่งงาน การตั้งครรภ์ การดูแลขณะตั้งครรภ์ คลอด หลังคลอด และประโยชน์ของยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก เป็นต้น

5. หน่วยงานทุกระดับในพื้นที่ควรมีการร่วมมือในการขับเคลื่อนการดำเนินงานการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น กลุ่มชาติพันธุ์ในพื้นที่ระดับปฐมภูมิ เป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ครั้งแรก ด้วยการสร้างองค์ความรู้ ทักษะคิดของการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย ช่องทางการให้คำปรึกษา ช่องทางเข้าถึงถุงยางอนามัยและการคุมกำเนิด เป็นต้น

6. ควรมีการส่งเสริมให้วัยทำงานกลุ่มชาติพันธุ์มีองค์ความรู้ และตระหนักถึงความสำคัญของการมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (พฤติกรรมบริโภค, พฤติกรรมเคลื่อนไหวก่อนออกกำลังกาย, พฤติกรรมนอนหลับ, พฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก) หลีกเลี่ยงพฤติกรรมสูบบุหรี่และดื่มสุรา เพื่อป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

7. ควรกระตุ้น ส่งเสริม และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์มีบทบาทหรือเป็นสมาชิก/ร่วมกิจกรรมชมรมในชุมชนอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของตนเอง ไม่ติดบ้านไม่ติดเตียง

8. หน่วยงานสาธารณสุขและหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สนับสนุนองค์ความรู้ พัฒนาศักยภาพบุคลากรและผู้ดูแลผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง เฝ้าระวัง วิเคราะห์และประเมินความเสี่ยงด้านสุขภาพโดยหน่วยบริการสาธารณสุขในระดับพื้นที่ และสนับสนุนให้มีการจัดทำแผนการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุรายบุคคลในชุมชน ผ่านชมรมผู้สูงอายุ

9. หน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ควรมีการสร้างองค์ความรู้สร้างความตระหนักของการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะภายในชุมชน กำหนดนโยบาย และแนวทางการจัดการขยะมูลฝอยตั้งแต่ต้นทางอย่างชัดเจน ส่งเสริมกิจกรรมการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอยในชุมชน เช่น จัดทำโครงการหรือประสานให้มีการดำเนินโครงการที่เน้น การลดและใช้ประโยชน์ขยะชุมชน ณ แหล่งกำเนิด ให้รางวัลตอบแทน ใบประกาศเกียรติคุณ หรือการ ส่งเสริมการขายขยะภายในชุมชน เป็นต้นและอีกทั้งควรมีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยภายในชุมชน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

1. การศึกษาและวิเคราะห์ปัจจัยพื้นฐาน เช่น วัฒนธรรม ศาสนา ภาษา ที่มีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มชาติพันธุ์

2. ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัจจัยหรืออุปสรรคต่อการเปิดรับเข้าถึง เข้าใจข่าวสารด้านสุขภาพจากสื่อต่างๆ ของกลุ่มชาติพันธุ์ เพื่อยกระดับความรู้ด้านสุขภาพให้มีประสิทธิภาพ

3. ควรมีการสำรวจข้อมูลด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมอย่างต่อเนื่องเพื่อพัฒนาฐานข้อมูลด้านประชากรและด้านสุขภาพให้เป็นปัจจุบัน และเพื่อให้ทราบถึงสถานการณ์สุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม

ข้อจำกัดของการสำรวจ

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ที่หลากหลายชนเผ่า และส่วนใหญ่พบว่า อ่าน เขียน ภาษาไทย ไม่ได้ โดยเฉพาะวัยทำงานตอนปลาย และวัยผู้สูงอายุ จึงต้องมีล่ามแต่ละชนเผ่าในการสอบถาม

2. ผู้สอบถามหรือล่าม ต้องเป็นบุคคลเฉพาะ ที่เข้าใจคำถามด้านสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ในแบบสอบถามและสามารถสื่อสารภาษาชนเผ่าได้ ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เป็นต้น เนื่องจากถ้าหากใช้ล่ามที่เป็นชาวบ้านอาจจะสื่อสารคำถามที่เกี่ยวกับด้านสุขภาพไม่ชัดเจนและอาจจะได้คำตอบที่ไม่ตรงกับความต้องการในแบบสอบถาม

3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ที่เป็นผู้สอบถามมีจำนวนจำกัด และมีภาระงานหน้าที่รับผิดชอบในหลายด้าน จึงจำเป็นต้องเร่งดำเนินงานที่เร่งด่วนก่อน

4. เนื่องด้วยการแพร่ระบาดของโรคไวรัสโคโรนา 2019 จึงทำให้มีอุปสรรคในการเดินทางเข้าทางพื้นที่ในการติดต่อประสานงาน การสำรวจข้อมูล และการติดตามการดำเนินงานในพื้นที่ เป็นต้น

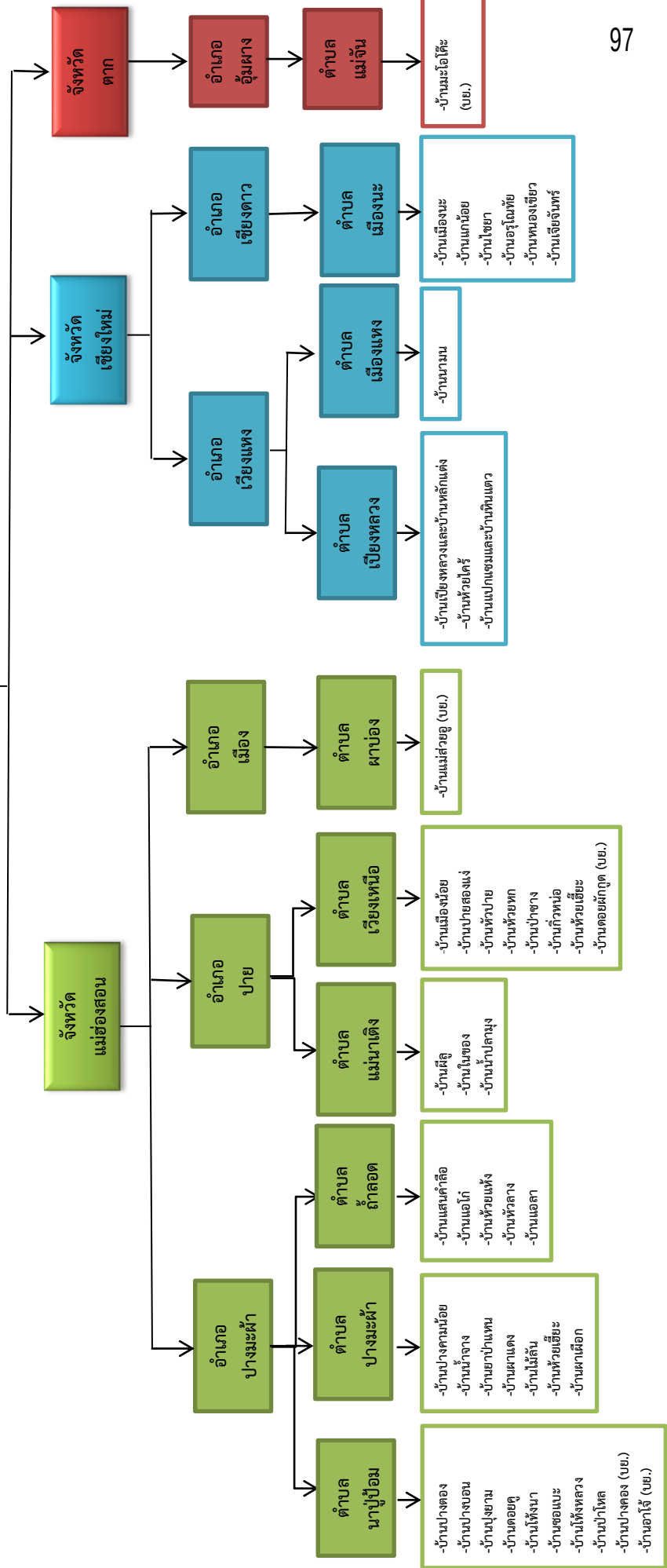
5. ต้องใช้เวลาในการเก็บข้อมูลเป็นเวลานานเนื่องจากประชาชนส่วนใหญ่ติดภารกิจในช่วงเวลากลางวันจากการประกอบอาชีพ โดยเฉพาะวัยทำงานและผู้สูงอายุตอนต้น จึงต้องมีการปรับเวลาการเก็บข้อมูลเป็นช่วงเวลาเย็นแทน

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข.(2563).ระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพ ปี 2563.
- กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2559).ทำเนียบชุมชนบนพื้นที่สูง ครอบคลุมพื้นที่ 20 จังหวัด ของประเทศไทย.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2563).ระบบสารสนเทศสนับสนุนด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม (DOH Dashboard).
- เบญจพรรณ อิติเลิศเดชา และคณะ.(2560).การพัฒนาสำหรับอาหาร เพื่อสุขภาพสำหรับเด็กปฐมวัย กรณีศึกษา ศูนย์เด็กเล็ก ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี.
- ปิยฉัตร ดีสุวรรณ และคณะ.(2563).การพัฒนาเมนูอาหารพื้นบ้านยอดนิยมตามหลักโภชนาการเพื่อเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุเขตภาคเหนือตอนบน.
- พิมพ์ชนก นิมละมูล และคณะ.(2560).ประสบการณ์การตั้งครรภ์และการคลอดของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นชาติพันธุ์วิชัย เอกพลากร และคณะ.(2557).รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5.
- วิมล โรมา และชายชล คล้อยเอี่ยม.สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.(2562).รายงานการสำรวจความรู้ด้านสุขภาพของประชาชนไทย อายุ 15 ปีขึ้นไป.
- ศูนย์อนามัยพื้นที่สูง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2557).รายงานการสำรวจสภาวะสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมชาวไทยภูเขาในหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดแม่ฮ่องสอน จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดตาก.
- ศูนย์อนามัยพื้นที่สูง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2559).การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุชาวไทยภูเขาเผ่ากะเหรี่ยงในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนตามแนวทางพระราชทานพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ จังหวัดแม่ฮ่องสอน.
- ศูนย์อนามัยพื้นที่สูง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2559).การจัดการขยะมูลฝอยของชุมชนชาวไทยภูเขาเผ่ากะเหรี่ยงในพื้นที่หมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงและหมู่บ้านชายแดน จังหวัดเชียงใหม่.
- ศูนย์อนามัยพื้นที่สูง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2559).โครงการวิจัย การขยายผลการถ่ายทอดองค์ความรู้เครื่องกรองน้ำครัวเรือนระบบทรายกรองช้า.
- ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2564).ระบบสารสนเทศสนับสนุนด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม (HHDC Dashboard).
- ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2561).การพัฒนานวัตกรรมเครื่องมือประเมินและส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) กลุ่มชาติพันธุ์บนพื้นที่สูง ชาวไทยภูเขาเผ่ากะเหรี่ยง.
- สำนักผู้สูงอายุ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2563).รายงานประจำปี 2563 ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีดูแลตนเองได้ และมีคุณภาพที่ดี.
- สม จะเปา.(2560).การเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์คะฉิ่น บ้านใหม่สามัคคี ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่.
- อำนวย มณีศรีวงศ์กุล.(2548).การกำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรยามาเน่ : ที่มาและการนำไปใช้.มนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์, 22(4),88-95.

ภาคผนวก

แผนผังหมู่บ้านพัฒนาเพื่อความมั่นคงพื้นที่ชายแดนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (หมู่บ้าน พมพ.) และหมู่บ้านยามชายแดน



แบบสอบถาม

แบบสอบถามอนามัยแม่และเด็ก (อายุแรกเกิด – 5 ปี)

บ้านเลขที่.....หมู่.....ถนน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 ผู้สัมภาษณ์วันเดือนปีที่สัมภาษณ์

- กลุ่มชาติพันธุ์ ☐ 1.กะเหรี่ยง ☐ 2. ม้ง ☐ 3.ลาหู่ (มูเซอ) ☐ 4.ลีซู (ลีซอ)
☐ 5.อาข่า (อิกอ) ☐ 6. เมี่ยน (เย้า) ☐ 7.ไทใหญ่ ☐ 8.จีนฮ่อ (จีนยูนนาน)
☐ 9.ลัวะ ☐ 10.ปะหลอง (ดาระอั้ง) ☐ 11.อื่น ๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป (ข้อมูลมารดาที่มีบุตรอายุแรกเกิด – 5 ปี)

1. อายุ..... ปี (อายุเต็มปี)

2. นับถือศาสนา/สิ่งนับถือ

- () 1. พุทธ () 2. คริสต์ () 3. อิสลาม () 4. นับถือผี
 () 5. ศาสนาอื่น ๆ ระบุ.....

3. การศึกษาสูงสุด

- () 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ () 2. ประถมศึกษา
 () 3. มัธยมศึกษาตอนต้น/ปวช. () 4. มัธยมศึกษาตอนปลาย
 () 5. อนุปริญญา/ปวส. () 6. ปริญญาตรี
 () 7. ออกจากโรงเรียนกลางคัน ระบุระดับชั้น.....

4. สถานภาพสมรส

- () 1. อยู่กินกับสามี () 2. หม้าย () 3. หย่า () 4. แยกกันอยู่

5. อาชีพ

- () 1. เกษตรกร () 2. รับจ้างทั่วไป/กรรมกร () 3. ค้าขาย
 () 4. พนักงาน/ลูกจ้าง (ภาครัฐ/เอกชน) () 5. รับราชการ
 () 6. แม่บ้าน () 7. อื่น ๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 2 ข้อมูลอนามัยแม่และเด็ก (การฝากครรภ์ การดูแลหลังคลอด และการคุมกำเนิด)

2.1 อายุแรกสมรส ปี

2.2 อายุเมื่อคลอดบุตรคนแรก ปี

2.3 จำนวนบุตรเกิดรอด

2.3.1 ที่ปัจจุบันยังมีชีวิตอยู่..... คน

2.3.2 ที่ปัจจุบันเสียชีวิตไปแล้ว..... คน

2.4 ขณะตั้งครรภ์ลูกคนสุดท้าย ท่านได้ฝากครรภ์หรือไม่

() 1. ไม่ฝาก (ข้ามไปตอบข้อ 2.6)

() 2. ฝาก (สถานที่ฝากครรภ์)

- ☐ 1. โรงพยาบาลของรัฐ ☐ 2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล(รพ.สต.)
☐ 3. โรงพยาบาลเอกชน/คลินิก ☐ 4. สถานบริการสาธารณสุขชุมชน (สสช.)
☐ 5. อื่น ๆ ระบุ.....

2.6 ท่านฝากครรภ์เมื่ออายุครรภ์ ต่อไปนี้หรือไม่

(ดูจากสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก-สมุดสีชมพูประกอบ)

ครั้ง	อายุครรภ์	ฝาก	ไม่ฝาก	จำไม่ได้
ครั้งที่ 1	อายุครรภ์ 10 – 14 สัปดาห์ (อายุครรภ์น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3 เดือน)	1. ☐	2. ☐	3. ☐
ครั้งที่ 2	อายุครรภ์ 16 – 20 สัปดาห์ (อายุครรภ์ 4 เดือนครึ่ง)	1. ☐	2. ☐	3. ☐
ครั้งที่ 3	อายุครรภ์ 24 – 28 สัปดาห์ (อายุครรภ์ 6 เดือนครึ่ง)	1. ☐	2. ☐	3. ☐
ครั้งที่ 4	อายุครรภ์ 30 – 34 สัปดาห์ (อายุครรภ์ 8 เดือน)	1. ☐	2. ☐	3. ☐
ครั้งที่ 5	อายุครรภ์ 36 – 40 สัปดาห์ (อายุครรภ์ 9 เดือนขึ้นไป)	1. ☐	2. ☐	3. ☐

2.7 ขณะฝากครรภ์ ท่านได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก หรือไม่

() 1. ไม่ได้รับ (ข้ามไปตอบข้อ 2.8)

() 2. ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็กและกรดโฟลิก

หากได้รับยา ท่านรับประทานอย่างไร

() 1. กินทุกวัน หรือสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

() 2. กินบ้าง ไม่กินบ้าง

() 3. ไม่กินเลย

2.8 สถานที่คลอด

() 1. โรงพยาบาลของรัฐ

() 2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (สถานีอนามัยเดิม)

() 3. โรงพยาบาลเอกชน/คลินิก

() 4. สถานบริการสาธารณสุขชุมชน (สสช.)

() 5. อื่น ๆ ระบุ.....

() 6. คลอดที่บ้าน (ถามต่อข้อ 2.9)

2.9 หากคลอดที่บ้าน ใครเป็นผู้ทำคลอด

() 1. หมอตำแยที่ผ่านการอบรมผดุงครรภ์โบราณมาแล้ว

() 2. หมอตำแยประจำหมู่บ้าน

() 3. สามี หรือญาติ

() 4. อื่นๆ ระบุ.....

2.10 การได้รับการดูแลหลังคลอดตามเกณฑ์ ของแม่และลูก

ระยะเวลาการได้รับการดูแล	แม่	ลูก
1. ภายใน 7 วันแรกหลังคลอด (ไม่นับการดูแลที่อยู่ในรพ.ในกรณีที่คลอดที่ รพ.)	() 1.ไม่รับ () 2.ไม่ได้รับ	() 1.ไม่รับ () 2.ไม่ได้รับ
2. ภายใน 8 – 14 วัน หลังคลอด	() 1.ไม่รับ () 2.ไม่ได้รับ	() 1.ไม่รับ () 2.ไม่ได้รับ
3. ภายใน 42 วันหลังคลอด	() 1.ไม่รับ () 2.ไม่ได้รับ	() 1.ไม่รับ () 2.ไม่ได้รับ

2.11 ลูกของท่านได้รับการเลี้ยงดูด้วยนมแม่หรือไม่

- () 1. ไม่ได้ให้นมแม่ เนื่องจาก.....
- () 2. ได้รับนมแม่
- () 1. ให้นมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน
- () 2. ให้นมแม่ไม่ถึง 6 เดือน ได้รับ.....เดือน เนื่องจาก
- () 1. แม่ต้องไปทำงาน
- () 2. นำนมมีน้อย
- () 3. อื่น ๆ ระบุ.....

2.12 ขณะนี้ท่านคุมกำเนิดหรือไม่

- () 1. ไม่ได้คุมกำเนิด เนื่องจาก.....
- () 2. คุมกำเนิด ด้วยวิธี (ถามต่อข้อ 3)
- () 1. ยาเม็ด () 2. ยาฉีด () 3. ยาฝัง () 4. ห่วงอนามัย
- () 5. ถุงยางอนามัย () 6. หมันหญิง () 7. หมันชาย () 8. นักระยะปลอดภัย
- () 9. วิธีอื่นๆระบุ.....

3. ท่านรับบริการคุมกำเนิดจาก

- () 1. โรงพยาบาลของรัฐ () 2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล(รพ.สต.)
- () 3. โรงพยาบาลเอกชน/คลินิก () 4. สถานบริการสาธารณสุขชุมชน (สสช.)
- () 5. อื่น ๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 3 ข้อมูลการประเมินการเจริญเติบโตเด็กแรกเกิด - 5 ปี (สอบข้อมูลลูกคนสุดท้าย)

3.1 เพศ () 1. ชาย () 2. หญิง

3.2 ปัจจุบันอายุ.....เดือน/ปี

3.3 น้ำหนักแรกคลอดกรัม

3.4 การประเมินการเจริญเติบโต (ดูจากสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก-สมุดสีชมพูประกอบ)

1. น้ำหนัก และส่วนสูงปัจจุบัน

น้ำหนักกิโลกรัม

ส่วนสูง.....เซนติเมตร

2. ผลการประเมินการเจริญเติบโต

2.1 น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

- () 1. น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ () 2. น้ำหนักค่อนข้างน้อย
- () 3. น้ำหนักตามเกณฑ์ () 4. น้ำหนักค่อนข้างมาก
- () 5. น้ำหนักมากเกินไป

2.2 ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

- () 1. เตี้ย () 2. ค่อนข้างเตี้ย
- () 3. ส่วนสูงตามเกณฑ์ () 4. ค่อนข้างสูง
- () 5. สูงกว่าเกณฑ์

2.3 น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

- () 1. ผอม () 2. ค่อนข้างผอม
- () 3. สมส่วน () 4. ท้วม
- () 5. เริ่มอ้วน () 6. อ้วน

3.5 ลูกของท่านเคยได้รับการประเมินพัฒนาการหรือไม่

(ดูจากสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก-สมุดสีชมพูประกอบ)

() 1. ไม่เคย

() 2. เคย (หากเคย ถามต่อข้อ 2.1)

2.1 ตรวจประเมินโดย

() 1. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข (รพ.สต.)

() 2. พนักงานสาธารณสุขชุมชน (สสช.)

() 3. ครูอาสาสมัคร (กศน.)

() 4. อื่นๆระบุ.....

2.2 ผลการตรวจ

() 1. สมวัย

() 2. ไม่สมวัย (หากไม่สมวัย ถามต่อข้อ 2.3)

2.3 เด็กได้รับการแก้ไขพัฒนาการหรือไม่

() 1. ได้รับการแก้ไข

() 2. ไม่ได้รับการแก้ไข

แบบสอบถามอนามัยวัยเรียน อายุ 6-14 ปี

กลุ่มชาติพันธุ์เผ่า.....
 หมู่บ้าน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 ผู้สัมภาษณ์.....วัน/เดือน/ปีที่สัมภาษณ์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง
 2. วันเดือนปีเกิด วันที่.....เดือน..... พ.ศ. อายุ.....ปี

การตรวจร่างกาย โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ณ วันที่สัมภาษณ์

3. น้ำหนัก.....กิโลกรัม (ทศนิยม 1 ตำแหน่ง)
 4. ส่วนสูง.....เซนติเมตร (ทศนิยม 1 ตำแหน่ง)

ผลการประเมินภาวะโภชนาการ

น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

- ☐ 1. ผอม ☐ 2. ค่อนข้างผอม ☐ 3. สมส่วน ☐ 4. ท้วม ☐ 5. เริ่มอ้วน ☐ 6. อ้วน

ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

- ☐ 1. เตี้ย ☐ 2. ค่อนข้างเตี้ย ☐ 3. สูงตามเกณฑ์ ☐ 4. ค่อนข้างสูง ☐ 5. สูง

น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

- ☐ 1. น้อยกว่าเกณฑ์ ☐ 2. ค่อนข้างน้อย ☐ 3. น้ำหนักตามเกณฑ์
☐ 4. น้ำหนักค่อนข้างมาก ☐ 5. น้ำหนักมากเกินไป

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

1. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินอาหารมื้อใดต่อไปนี้บ้าง

- 1.1 มื้อเช้า ☐ 0. ไม่กิน ☐ 1. กินเป็นบางวัน ☐ 2. กินทุกวัน

เหตุผลที่นักเรียนที่ไม่กินอาหารเช้าหรือกินเป็นบางวัน (เลือกที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด 1 ข้อ)

- ☐ 1. ตื่นสาย ☐ 2. ไม่หิว ☐ 3. ไม่อยากกิน ☐ 4. ไม่มีเงินซื้ออาหารเช้า
☐ 5. ผู้ปกครองไม่ได้จัดเตรียมอาหารไว้ให้ ☐ 6. อื่นๆ ระบุ.....

- 1.2 มื้อกลางวัน ☐ 0. ไม่กิน ☐ 1. กินเป็นบางวัน ☐ 2. กินทุกวัน

- 1.3 มื้อเย็น ☐ 0. ไม่กิน ☐ 1. กินเป็นบางวัน ☐ 2. กินทุกวัน

- 1.4 อาหารว่างระหว่างมื้อ ☐ 0. ไม่กิน ☐ 1. กินเป็นบางวัน ☐ 2. กินทุกวัน

2. มื้อกลางวันเมื่อวานหรือวันนี้ นักเรียนกินผัก หรือไม่

- ☐ 0. ไม่กิน ให้ระบุเหตุผลที่ไม่กินผัก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1. ไม่ชอบรูปร่างของผัก ไม่น่ากิน (ผักและ ขึ้นใหญ่เกินไป)
☐ 2. ไม่ชอบรสชาติ (ขม) ☐ 3. ถูกบังคับให้กินเมื่ออยู่บ้าน
☐ 4. ไม่ชอบสีของผัก (สีเขียว) ☐ 5. ไม่เคยกินตั้งแต่เด็ก
☐ 6. ไม่ชอบกลิ่น (ฉุน กลิ่นแรง กลิ่นเหม็น) ☐ 7. อื่นๆ ระบุ.....

- ☐ 1. กิน ถ้า กิน ให้ระบุปริมาณที่กิน

- ☐ 1. น้อยกว่าหนึ่งช้อนกินข้าว ☐ 2. หนึ่งช้อนกินข้าว ☐ 3. สองช้อนกินข้าว
☐ 4. สามช้อนกินข้าว ☐ 5. สี่ช้อนกินข้าว ☐ 6. มากกว่าสี่ช้อนกินข้าว

3. มื้อกลางวันเมื่อวานหรือวันนี้ นักเรียนกินเนื้อสัตว์หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน ถ้า กิน ให้ระบุปริมาณที่กิน

☐ 1. สองชิ้นกินข้าว

☐ 2. สามชิ้นกินข้าว

☐ 3. สี่ชิ้นกินข้าว

☐ 4. ห้าชิ้นกินข้าว

☐ 5. หกชิ้นกินข้าว

4.เมื่อวานนี้ (ทั้งวัน) นักเรียนกินอาหารต่อไปนี้อหรือไม่ ถ้ากิน นักเรียนกินในปริมาณเท่าใด

4.1 ผลไม้ ☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน มื้อที่กิน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() 1. มื้อเช้า () 2. มื้อว่างเช้า () 3. มื้อกลางวัน () 4. มื้อว่างบ่าย () 5. มื้อเย็น

4.2 ไข่ ☐ 0. ไม่กิน ☐ 1. กิน จำนวนที่กิน.....ฟอง

4.3 นม

☐ 0. ไม่ดื่ม ☐ 1. ดื่ม..... จำนวนที่ดื่ม.....กล่อง/แก้ว/ขวด/ถุง

5. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินอาหารที่เป็นแหล่งธาตุเหล็ก เช่น เลือดหมู เลือดไก่ ไข่แดง เครื่องในสัตว์หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน 1 วัน/สัปดาห์

☐ 2. กิน 2 วัน/สัปดาห์

☐ 3. กิน 3 วัน/สัปดาห์

☐ 4. กินมากกว่า 3 วัน/สัปดาห์

6. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินอาหารทะเล เช่น ปลาทู ปลากระตัก กุ้ง ปลาหมึก หอย สาหร่าย หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน 1 วัน/สัปดาห์

☐ 2. กิน 2 วัน/สัปดาห์

☐ 3. กิน 3 วัน/สัปดาห์

☐ 4. กินมากกว่า 3 วัน/สัปดาห์

7. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก ที่โรงเรียนแจกให้หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน

8. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินอาหารประเภทเนื้อสัตว์กึ่งสุกกึ่งดิบ เช่น ลาบดิบ หลู้ ก้อย ชกเล็ก หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน 1-3 วัน/สัปดาห์

☐ 2. กิน 4-6 วัน/สัปดาห์

☐ 3. กินทุกวัน

9. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนดื่มน้ำอัดลม เช่น โค้ก เป๊ปซี่ น้ำเขียว น้ำแดง สไปรท์ หรือไม่

☐ 0. ไม่ดื่ม

☐ 1. ดื่ม 1-3 วัน/สัปดาห์

☐ 2. ดื่ม 4-6 วัน/สัปดาห์

☐ 3. ดื่มทุกวัน

10. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนดื่มน้ำผลไม้ น้ำหวาน นมปรุงแต่งรส หรือไม่

☐ 0. ไม่ดื่ม

☐ 1. ดื่ม 1-3 วัน/สัปดาห์

☐ 2. ดื่ม 4-6 วัน/สัปดาห์

☐ 3. ดื่มทุกวัน

11. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินขนมหวาน น้ำหวาน น้ำอัดลม หลัง 6 โมงเย็น หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน 1-3 วัน/สัปดาห์

☐ 2. กิน 4-6 วัน/สัปดาห์

☐ 3. กินทุกวัน

12. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินลูกอม หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน 1-3 วัน/สัปดาห์

☐ 2. กิน 4-6 วัน/สัปดาห์

☐ 3. กินทุกวัน

13. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนกินขนมถุงกรอบกรอบ หรือไม่

☐ 0. ไม่กิน

☐ 1. กิน 1-3 วัน/สัปดาห์

☐ 2. กิน 4-6 วัน/สัปดาห์

☐ 3. กินทุกวัน

14. เวลากินอาหาร นักเรียนเติมเครื่องปรุงรสหรือไม่

☐ 0. ไม่เติม

☐ 1. เติม..... (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() 1. น้ำตาล () 2. น้ำปลา/ซอส () 3. เครื่องปรุงอื่นๆระบุ.....

15. เมื่อนักเรียนทำของกินหล่นลงบนพื้น (ดิน/ ปูน) นักเรียนหยิบขึ้นมากินต่อหรือไม่

☐ 0. ไม่กินเลย

☐ 1. กินบางครั้ง

☐ 2. กินทุกครั้ง

ส่วนที่ 3: พฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล

1. นักเรียนแปรงฟันหรือไม่ ☐ 0 ไม่แปรง ☐ 1 แปรงบางวัน ☐ 2 แปรงทุกวัน
แปรงฟันช่วงเวลาใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) () แปรงตอนเช้า () แปรงตอนกลางวัน () แปรงก่อนนอน
2. นักเรียนอาบน้ำบ่อยครั้งแค่ไหน
☐ 0. ไม่ได้อาบน้ำทุกวัน ☐ 1. วันละ 1 ครั้ง ☐ 2. วันละ 2 ครั้ง ☐ 3. วันละ 3 ครั้ง
3. นักเรียนทำความสะอาดอวัยวะเพศด้วยการฟอกสบู่ทุกครั้งที่อาบน้ำ
☐ 0. ไม่ใช่ ☐ 1. ใช่
4. ใน 1 สัปดาห์ นักเรียนสระผมหรือไม่ ถ้าสระ ให้ระบุว่ามีกี่ครั้ง
☐ 0. ไม่สระผม ☐ 1. ครั้งหนึ่ง ☐ 2. สองครั้ง ☐ 3. สาม - หก ครั้ง ☐ 4. สระทุกวัน
5. ใน 1 สัปดาห์ นักเรียนดูแลเล็บมือ เล็บเท้า ให้สั้น และสะอาดอยู่เสมอ หรือไม่
☐ 0. ไม่เคย ☐ 1. ครั้งหนึ่ง ☐ 2. สองครั้ง ☐ 3. สาม - หก ครั้ง ☐ 4. ทุกวัน
6. นักเรียนสวมใส่เสื้อผ้าที่ซักสะอาด และเปลี่ยนทุกวัน
☐ 0. ไม่ใช่ ☐ 1. ใช่
7. นักเรียนใช้ผ้าปิดปากปิดจมูกทุกครั้ง ไอหรือจาม
☐ 0. ไม่ใช่ ☐ 1. ใช่
8. นักเรียนล้างมือด้วยสบู่ ก่อนกินอาหาร ทุกครั้ง
☐ 0. ไม่ใช่
☐ 1. ใช่ โดยการ ...
() 1. ล้างแค่ให้น้ำผ่านมือ () 2. ล้างตามวิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน () 3. ล้างตามที่นัด
9. นักเรียนล้างมือด้วยสบู่ หลังการใช้ส้วม ทุกครั้ง
☐ 0. ไม่ใช่
☐ 1. ใช่ โดยการ
() 1. ล้างแค่ให้น้ำผ่านมือ () 2. ล้างตามวิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน () 3. ล้างตามที่นัด
10. นักเรียนใช้ช้อนกลางเมื่อกินอาหารร่วมกับคนอื่นทุกครั้ง
☐ 0. ไม่ใช่ ☐ 1. ใช่
11. นักเรียนใช้แก้วน้ำส่วนตัวที่โรงเรียน ทุกครั้ง
☐ 1. ใช่ ☐ 0. ไม่ใช่ นักเรียนใช้....
() 1. แก้วที่วางอยู่บริเวณถังน้ำเย็น/คูเลอรร์ ซึ่งมีการใช้ซ้ำ
() 2. ใช้แก้วร่วมกับเพื่อน () 3. ซื้อมาใหม่เป็นขวดหรือแก้ว
12. นักเรียนขบถายูจาจาระในส้วมทุกครั้ง
☐ 0. ไม่ใช่ ☐ 1. ใช่
13. นักเรียนขบถายูจาจาระทุกวัน ☐
☐ 0. ไม่ใช่ ☐ 1. ใช่
14. ส่วนใหญ่ นักเรียนเข้านอนเวลาน. และตื่นนอนเวลาน. นอนหลับ.....ชั่วโมง
15. ใน 1 วัน นักเรียนใช้คอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต หรือไม่และถ้าใช่ ใช้ต่อเนื่องกันนานเท่าไร
☐ 0. ไม่เคยใช้ ☐ 1. ใช้น้อยกว่า 1 ชั่วโมง ☐ 2. ใช้ 1-2 ชั่วโมง ☐ 3. ใช้ 2 ชั่วโมงขึ้นไป

ส่วนที่ 4: กิจกรรมทางกาย

1. ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนทำกิจกรรมทางกายจนรู้สึกเหนื่อยหรือหอบ (สังเกตได้จากหัวใจเต้นแรงขึ้น หายใจเร็วขึ้น หรือหายใจถี่ขึ้น) หรือไม่

☐ 0. ไม่ทำ

☐ 1. ทำ ...รูปแบบกิจกรรมทางกายที่ทำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1. วิ่งเล่น/วิ่งไล่จับ

☐ 2. เดินเร็ว

☐ 3. กระโดด

☐ 4. ปั่นจักรยาน

☐ 5. วาดน้ำ

☐ 6. ฟุตบอล

☐ 7. บาสเกตบอล

☐ 8. วอลเลย์บอล

☐ 9. อื่นๆ ระบุ.....

.....นักเรียนทำกิจกรรมทางกาย กี่วันต่อสัปดาห์

☐ 1. น้อยกว่า 3 วัน/สัปดาห์

☐ 2. 3-5 วัน/สัปดาห์

☐ 3. 6-7 วัน/สัปดาห์

.....ระยะเวลาที่ทำกิจกรรมทางกาย วันละกี่นาที

☐ 1. น้อยกว่า 30 นาที/วัน

☐ 2. 31-60 นาที/วัน

☐ 3. มากกว่า 60 นาที/วัน

แบบสอบถามอนามัยวัยรุ่น (ช่วงอายุ 10 - 19 ปี)

กลุ่มชาติพันธุ์.....
 บ้านเลขที่..... หมู่..... ถนน..... ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด.....
 ผู้สัมภาษณ์..... วันเดือนปีที่สัมภาษณ์.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดเติมข้อมูลลงในช่องว่างหรือใส่ ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับท่าน

- เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
- อายุ.....ปี
- ผลการเรียนของท่านล่าสุด ☐ 1. ดีมาก ☐ 2. ดี ☐ 3. พอใช้ ☐ 4. ไม่ค่อยดี
- ท่านพอใจกับผลการเรียนข้างต้นอย่างไร
☐ 1. พอใจมากที่สุด ☐ 2. พอใจมาก ☐ 3. เฉย ๆ
☐ 4. ไม่พอใจมาก ☐ 5. ไม่พอใจมากที่สุด
- นับถือศาสนา ☐ 1. พุทธ ☐ 2. คริสต์ ☐ 3. อิสลาม ☐ 4. อื่นๆ
- ปัจจุบันท่านพักอาศัยอยู่กับบิดา/มารดาใช่หรือไม่
☐ 1. ใช่ ☐ 2. ไม่ใช่ (พักอยู่กับใคร.....)
- ผู้ปกครองของท่านเป็นบุคคลที่มีความสำคัญหรือมีความหมายในชีวิตของท่านขนาดไหน
☐ 1. สำคัญมากที่สุด ☐ 2. สำคัญมาก ☐ 3. สำคัญปานกลาง
☐ 4. สำคัญน้อย ☐ 5. สำคัญน้อยที่สุด
- ท่านคิดว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัว ระหว่างท่านกับพ่อแม่พี่น้องของท่านเป็นอย่างไร
☐ 1. รักใคร่กันดีมาก ☐ 2 รักใคร่กันดี ☐ 3. ดีบ้างไม่ดีบ้าง
☐ 4. ส่วนใหญ่ไม่ดี ☐ 5. แย่มากๆ
- ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านประเมินว่า สุขภาพทางร่างกายจิตใจโดยรวมของตนเอง เป็นอย่างไร
☐ 1. ดีมาก ☐ 2. ดี ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. ไม่ดี ☐ 5. ไม่ดีเลย
- ท่านพึงพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ของท่านในปัจจุบันหรือไม่
☐ 1. พอใจมากที่สุด ☐ 2. พอใจมาก ☐ 3. เฉย ๆ
☐ 4. ไม่พอใจมาก ☐ 5. ไม่พอใจมากที่สุด

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (อ้างอิงจาก 3อ2ส)

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ☐ ของแต่ละข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านในช่วงปัจจุบันนี้

ข้อปฏิบัติ	ความถี่				
	6-7 วัน/ สัปดาห์	4-5 วัน/ สัปดาห์	3 วัน/ สัปดาห์	1-2 วัน/ สัปดาห์	ไม่ได้ ปฏิบัติ
1. ท่านมีการควบคุมปริมาณอาหารและควบคุมรสอาหารไม่ให้หวาน มัน เค็มจัดทุกมื้อ บ่อยแค่ไหน					
2. ท่านกินผักและผลไม้สด สะอาดเสมออย่างน้อยวันละครึ่ง กิโลกรัม บ่อยแค่ไหน					
3. ท่านออกกำลังกาย หรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยมีเหงื่อออก บ่อยแค่ไหน					
4. ท่านมีการจัดการความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ บ่อยแค่ไหน					
5. ท่านสูบบุหรี่ หรือ สูดควันบุหรี่ บ่อยแค่ไหน					
6. ท่านดื่มสุรา หรือ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ บ่อยแค่ไหน					

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ (อ้างอิงจาก แบบประเมินพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ของศูนย์สุขภาพจิตที่1-15 กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข)

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยมากนักน้อยเพียงใดต่อค่านิยมและพฤติกรรมของวัยรุ่นไทยในสังคมปัจจุบัน

ค่านิยมและพฤติกรรมของวัยรุ่นไทย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	เห็น ด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ				
2. การจับมือถือแขนกันในวัยรุ่นหญิงชายที่ไม่ใช่ญาติกันเป็นเรื่องปกติ				
3. ผู้หญิงไม่ควรแสดงท่าทีว่าชอบผู้ชายก่อน				
4. การดูคลิปวิดีโอโป๊ในวัยรุ่น				
5. การเผยแพร่ภาพการมีเพศสัมพันธ์				
6. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น				
7. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องที่น่าอาย				
8. การไม่ใส่เสื้อชั้นในเวลาออกนอกบ้านเป็นเรื่องปกติ				
9. การแอบดูคนอาบน้ำเป็นการกระทำที่น่าอาย				
10. การนัดกันไปเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศสองต่อสองในเทศกาลเป็นเรื่องปกติ				
11. ผู้หญิงสามารถแต่งงานได้หลายครั้ง				
12. ชายหญิงที่เป็นสามีภรรยาจำเป็นต้องจดทะเบียนสมรส				

แบบสอบถามเลขที่.....

แบบสอบถามอนามัยวัยทำงาน (15 – 59 ปี)

กลุ่มชาติพันธุ์.....
 บ้านเลขที่.....หมู่.....ถนน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 ผู้สัมภาษณ์.....วันเดือนปีที่สัมภาษณ์.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

อายุ..... ปี

เพศ ☐ 1.ชาย☐ 2.หญิง☐ 3.ไม่ระบุอาชีพหลัก ☐ 1.ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ☐ 2.พนักงาน/ลูกจ้างเอกชน☐ 3.ค้าขาย/ประกอบธุรกิจส่วนตัว☐ 4.เกษตรกร☐ 5.รับจ้างทั่วไป☐ 6.นักเรียน/นิสิต/นักศึกษา☐ 7.พ่อบ้าน/แม่บ้าน☐ 8.ว่างงาน/ไม่มีงานทำ☐ 9.อื่นๆ.....

น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร รอบเอว.....เซนติเมตร

โรคประจำตัว (จากการวินิจฉัยของแพทย์)

☐ 1.ไม่มีโรคประจำตัว☐ 2.ความดันโลหิตสูง☐ 3.ไขมันในเลือดสูง☐ 4.โรคเบาหวาน☐ 5.โรคหัวใจและหลอดเลือด☐ 6.โรคมะเร็ง☐ 7.โรคไต☐ 8.โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (ถุงลมโป่งพอง)☐ 9.อื่นๆ.....

ส่วนที่ 2 ชุดคำถามประเมินพฤติกรรมการบริโภค

1. ใน 1 สัปดาห์ ท่านกินอาหารกลุ่มผัก วันละ 5 ทัพพี บ่อยเพียงใด (1 ทัพพี = 3 ช้อนกินข้าว)

☐ 1.กินทุกวัน☐ 2.ประมาณ 4-5 วันต่อสัปดาห์☐ 3.ประมาณ 1-3 วันต่อสัปดาห์☐ 4.ไม่กินเลย

2. ใน 1 สัปดาห์ ท่านเติมเครื่องปรุงรสเค็มเพิ่มในอาหารที่กินบ่อยเพียงใด

☐ 1.เติมเครื่องปรุงรสเค็มทุกครั้ง☐ 2.เติมเครื่องปรุงรสเค็มบางครั้ง☐ 3.ไม่เติมเครื่องปรุงรสเค็มเลย

3. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน บ่อยเพียงใด

☐ 1.ดื่มทุกวัน☐ 2.ประมาณ 4-5 วันต่อสัปดาห์☐ 3.ประมาณ 1-3 วันต่อสัปดาห์☐ 4.ไม่ดื่มเลย

ส่วนที่ 3 ชุดคำถามประเมินพฤติกรรมเคลื่อนไหวก่อนออกกำลังกาย

4. โดยปกติแล้ว ท่านมีการขยับร่างกายจนเหนื่อยกว่าปกติ (รวมการทำงาน การเดินทาง การประกอบอาชีพ กิจกรรมเพื่อความบันเทิง และการออกกำลังกาย เช่น การเดิน ปั่นจักรยาน การทำงานบ้าน) โดยรวมเป็นเวลาเท่าใด ใน 1 สัปดาห์

- ☐ 1.น้อยกว่า 150 นาทีต่อสัปดาห์
☐ 2.มากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์

5. ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมาท่านนั่งหรือเอนกายติดต่อกันนาน 2 ชั่วโมงขึ้นไป โดยไม่รวมการนอนหลับคิดเป็นกี่วันใน 1 สัปดาห์

- ☐ 1.ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์ ☐ 2.ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
☐ 3.ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์

6. ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ท่านนอนหลับ 7-9 ชั่วโมง คิดเป็นกี่วันใน 1 สัปดาห์

- ☐ 1.ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์ ☐ 2.ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
☐ 3.ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์

ส่วนที่ 4 ชุดคำถามประเมินพฤติกรรมดูแลช่องปาก

7. ท่านแปรงฟันก่อนนอนหรือไม่ อย่างไร

- ☐ 1.ไม่แปรงฟันเลย ☐ 3.แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที
☐ 2.แปรงฟันก่อนนอนบางวัน ☐ 4.แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน แต่ไม่ถึง 2 นาที

8. ในปีที่ผ่านมาท่านไปรับบริการทันตกรรมหรือไม่ ถ้าไป ท่านไปรับบริการทันตกรรมอะไร

- ☐ 1.ไม่ไป ☐ 2.ไป โดยไปรับบริการทันตกรรมดังต่อไปนี้ (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)
☐ ไปรับบริการตรวจสุขภาพช่องปาก ☐ อุดฟัน ☐ ขูดหินปูน
☐ รักษาโรคฟัน ☐ ใส่ฟันปลอม ☐ ผ่าฟันคุด ☐ อื่นๆ
☐ ระบุ.....

ส่วนที่ 5 ชุดคำถามประเมินพฤติกรรมเสี่ยงโรคมะเร็ง

9. ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านสูบบุหรี่หรือไม่อย่างไร

- ☐ 1.ไม่สูบ ☐ 2.สูบบุหรี่ในช่วง 30 นาทีถึง 1 ชั่วโมงหลังตื่นนอน
☐ 3.สูบบุหรี่หลัง 1 ชั่วโมงขึ้นไปหลังตื่นนอน

10. ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านดื่มเบียร์ 4 กระป๋องหรือ 2 ขวดใหญ่ หรือสุราเกิน 1/2 แก้วขึ้นไปหรือไม่

- ☐ 1.ไม่เคยเลย ☐ 2.เดือนละ 1-4 ครั้ง
☐ 3.ทุกวันหรือเกือบทุกวัน

ส่วนที่ 6 ชุดคำถามประเมินปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ

11. หากพื้นที่ ที่ท่านอยู่มีค่ามลพิษทางอากาศเกินค่ามาตรฐาน หรือมีฝุ่นละอองมาก ท่านสวมหน้ากากป้องกันก่อนออกจากบ้าน ทุกครั้ง หรือไม่

- ☐ 1.ทุกครั้ง ☐ 2.บางครั้ง
☐ 3.ไม่เคยเลย

12. ท่านมีการคัดแยกขยะก่อนทิ้งลงถังหรือไม่

- ☐ 1. มีการคัดแยกทุกครั้ง ☐ 2. มีการคัดแยกบางครั้ง
☐ 3. ไม่มีการคัดแยกขยะ

13. ท่านล้างมือหลังการใช้ส้วมหรือไม่ อย่างไร

- ☐ 1. ไม่ล้างเลย ☐ 2. ล้างด้วยสบู่และน้ำบางครั้ง
☐ 3. ล้างด้วยสบู่และน้ำทุกครั้ง

ส่วนที่ 7 ชุดคำถามประเมินสุขภาพจิต

14. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่

- ☐ 1. มี ☐ 2. ไม่มี

15. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึก เบื่อทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่

- ☐ 1. มี ☐ 2. ไม่มี

ส่วนที่ 8 ชุดคำถามประเมินความรู้ด้านสุขภาพ

16. ท่านคิดว่าตนเองสามารถค้นหาข้อมูลทำให้สุขภาพแข็งแรง เช่น การออกกำลังกาย การกินอาหารที่เหมาะสมได้ระดับใด

- ☐ 1. ง่ายมาก ☐ 2. ง่าย ☐ 3. ยาก
☐ 4. ยากมาก ☐ 5. ทำไม่ได้เลย

17. ท่านคิดว่า ตนเองเข้าใจคำเตือนเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพระดับใด เช่น ทำไมต้องมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ทำไมห้ามสูบบุหรี่ หรือทำไมไม่ควรดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไป

- ☐ 1. ง่ายมาก ☐ 2. ง่าย ☐ 3. ยาก
☐ 4. ยากมาก ☐ 5. ทำไม่ได้เลย

18. ท่านคิดว่า ท่านซักถามข้อมูลเกี่ยวกับการทำให้สุขภาพแข็งแรงจากอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม./อสส./อสค.) ได้ระดับใด

- ☐ 1. ง่ายมาก ☐ 2. ง่าย ☐ 3. ยาก
☐ 4. ยากมาก ☐ 5. ทำไม่ได้เลย

ส่วนที่ 9 พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารจากสื่อต่างๆ

โดยเฉลี่ยต่อหนึ่งเดือน ท่านเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม จากสื่อต่อไปนี้อย่างไร

สื่อที่เปิดรับ	ลักษณะการเปิดรับสื่อ				
	5	4	3	2	1
	เป็นประจำ (7 ครั้งขึ้นไป)	บ่อยครั้ง (5-6 ครั้ง/ เดือน)	บางครั้ง (3-4 ครั้ง/ เดือน)	นาน ๆ ครั้ง (1-2 ครั้ง/ เดือน)	ไม่ได้เปิดรับ
1. สื่อมวลชน					
1.1 โทรทัศน์					
1.2 วิทยู					
1.3 หนังสือพิมพ์					
1.4 นิตยสาร					

สื่อที่เปิดรับ	ลักษณะการเปิดรับสื่อ				
	5	4	3	2	1
	เป็นประจำ (7 ครั้งขึ้นไป)	บ่อยครั้ง (5-6 ครั้ง/เดือน)	บางครั้ง (3-4 ครั้ง/เดือน)	นาน ๆ ครั้ง (1-2 ครั้ง/เดือน)	ไม่ได้เปิดรับ
2. สื่อออนไลน์					
2.1 Website (เว็บไซต์)					
2.2 Facebook (เฟซบุ๊ก)					
2.3 Twitter (ทวิตเตอร์)					
2.4 Youtube (ยูทูบ)					
2.5 Instagram (อินสตาแกรม)					
2.6 Line (ไลน์)					
3. สื่อเฉพาะกิจ					
3.1 เสี่ยงตามสาย					
3.2 แผนพับ/โบรชัวร์					
3.3 โปสเตอร์/บอร์ด/ภาพพลิก					
3.4 วิดีโอ (VDO)/คลิป (Clip)					
3.5 งานนิทรรศการ/กิจกรรม					
4. สื่อบุคคล					
4.1 คนในครอบครัว และญาติ พี่น้อง					
4.2 เพื่อน/เพื่อนบ้าน					
4.3 หมอ/เจ้าหน้าที่สาธารณสุข					
4.4 ผู้นำชุมชน/อสม.					

แบบสัมภาษณ์เลขที่.....

แบบสอบถามอนามัยผู้สูงอายุ

กลุ่มชาติพันธุ์.....
 บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ถนน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 ผู้สัมภาษณ์.....วันเดือนปีที่สัมภาษณ์.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

- 1.1 เพศ ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง
- 1.2 อายุ.....ปี ☐ 1. 60- 69 ปี ☐ 2. 70-79 ปี ☐ 3. 80 ปีขึ้นไป
- 1.3 สถานภาพสมรส
- ☐ 1. โสด ☐ 2. คู่อยู่ด้วยกัน ☐ 3. คู่แยกกันอยู่ ☐ 4. หย่า ☐ 5. หม้าย ☐ 6. อื่นๆระบุ.....
- 1.4 ลักษณะครอบครัว ☐ 1. ครอบครัวเดี่ยว ☐ 2. ครอบครัวขยาย
- 1.5 ปัจจุบันท่านเป็นสมาชิกชมรม/กลุ่ม และเข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุดคือ
- ☐ 1. กลุ่มออกกำลังกาย (รำกระบอง รำวงย้อนยุค) ☐ 2. กลุ่มอาชีพ (หัตถกรรมพื้นบ้าน)
- ☐ 3. กลุ่มปฏิบัติธรรม ☐ 4. กลุ่มดนตรี ☐ 5. กลุ่มการเงิน (กลุ่มออมทรัพย์ กลุ่มฌาปนกิจสงเคราะห์)
- ☐ 6. ไม่ได้เป็นสมาชิกกลุ่ม ☐ 7. อื่นๆระบุ.....
- 1.6 ผู้ดูแลท่าน
- ☐ 1. ดูแลตนเองได้ ☐ 2. ลูกหลานดูแล ☐ 3.ญาติดูแล (ระบุ.....)

ส่วนที่ 2 การดูแลสุขภาพ

- 2.1 ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมาท่านได้ไปรับการตรวจสุขภาพประจำปีบ้างหรือไม่
- ☐ 1. ไม่ได้ตรวจ
- ☐ 2. ตรวจ (วัดความดันโลหิต ตรวจปัสสาวะ อุจจาระ และเลือดจากเส้นเลือด)
- 2.2 ท่านมีโรคประจำตัวที่วินิจฉัยโดยแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรือไม่
- ☐ 1. ไม่มี
- ☐ 2. มี (ระบุ)

(1)โรคประจำตัวที่เป็น (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|--|
| ☐ 1. ความดันโลหิตสูง | ☐ 5. โรคกระดูกและข้อเสื่อม |
| ☐ 2. เบาหวาน | ☐ 6. ภาวะถุงพรุณ |
| ☐ 3. โรคหัวใจ | ☐ 7. ไชมันในเส้นเลือด |
| ☐ 4. มะเร็ง | ☐ 8. อื่น ๆ ระบุ..... |

(2)ท่านดูแลตนเองอย่างไร

- | | |
|--|--|
| ☐ 1. รักษาโดยวิธีแพทย์แผนไทย | ☐ 3. พบแพทย์ตามนัด |
| ☐ 2. ซื้อยากินเอง | ☐ 4. รักษาโดยแพทย์พื้นบ้าน |
| ☐ 5. รักษาเอง ระบุ..... | ☐ 6. อื่น ๆ ระบุ |

- 2.3 มีพฤติกรรมการเล่นกีฬาหรือนอนหรือไม่ว่าง ☐ 1. มี ☐ 2. ไม่มี

ส่วนที่ 3 การประเมินภาวะสุขภาพ

3.1 การประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL) (สอบถามเจ้าหน้าที่ หรือดูจากสมุดบันทึกสุขภาพ)
☐ 1.กลุ่มติดสังคม (ตั้งแต่ 12 คะแนนขึ้นไป) ☐ 2.กลุ่มติดบ้าน (5 -11 คะแนน) ☐ 3.กลุ่มติดเตียง (0 -4 คะแนน)

3.2 ประเมินผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง (สอบถามเจ้าหน้าที่)

- ☐ 1.กลุ่มที่1 เคลื่อนไหวได้บ้าง และอาจมีปัญหาการกินหรือการขับถ่ายแต่ไม่มีภาวะสับสนทางสมอง
☐ 2.กลุ่มที่2 เหมือนกลุ่มที่ 1 แต่มีภาวะสับสนทางสมอง
☐ 3.กลุ่มที่3 เคลื่อนไหวเองไม่ได้ และอาจมีปัญหาการกินหรือการขับถ่าย หรือมีอาการเจ็บป่วยรุนแรง
☐ 4.กลุ่มที่4 เหมือนกลุ่มที่ 3 และมีอาการเจ็บป่วยรุนแรงหรืออยู่ในระยะสุดท้ายของชีวิต

3.3 มีแผนการดูแลสุขภาพอายุรายบุคคล (Care Plan)

- ☐ มี ☐ ไม่มี

3.4 มีพื้นที่ใช้งาน ชี่ หรือ คู่สับ

3.5 ประเมินข้อเข้าเสื่อม

- ☐ เป็นโรคข้อเข้าเสื่อมระดับรุนแรง ☐ มีอาการโรคข้อเข้าเสื่อมระดับปานกลาง
☐ เริ่มมีอาการข้อเข้าเสื่อม ☐ ยังไม่พบอาการผิดปกติ

3.6 แบบทดสอบสภาพสมอง: Abbreviated Mental Test (AMT) (สอบถามเจ้าหน้าที่ หรือดูจากสมุดบันทึกสุขภาพ)

- ☐ 1. การรู้คิดปกติ (ตอบถูก 7 ข้อขึ้นไป) ☐ 2. การรู้คิดผิดปกติ (ตอบถูก < 7 ข้อ)

3.7 ภาวะโภชนาการ

ชั่งน้ำหนัก.....กิโลกรัม วัดส่วนสูง.....ซม. BMI =

- ☐ 1.ผอม (BMIน้อยกว่า 18.5) ☐ 2.ปกติ (BMI18.5 – 22.9)
☐ 3.น้ำหนักเกิน (BMI23.0 – 24.9)
☐ 4.โรคอ้วน (BMI 25.0 – 29.9) ☐ โรคอ้วนอันตราย (BMI มากกว่า30.0)

3.8 ภาวะอ้วนลงพุง รอบเอว.....ซม.

- ☐ 1.เกิน
☐ 2.ไม่เกิน (ชายรอบเอวน้อยกว่า 90 ซม. หญิงรอบเอวน้อยกว่า 80 ซม.)

3.9 ประเมินภาวะซึมเศร้า

- ☐ 1 ปกติ ☐ 2. มีความเสี่ยงภาวะซึมเศร้า (แปลผลตอบข้อ 1 ทั้ง 2 ข้อไม่มีภาวะซึมเศร้า)

(1) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ท่านรู้สึกหดหู่ เศร้า หรือท้อแท้ สิ้นหวังหรือไม่

- ☐ 1. ไม่มี ☐ 2. มี

(2) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ท่านรู้สึกเบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลินหรือไม่

- ☐ 1. ไม่มี ☐ 2. มี

ส่วนที่ 4 ด้านพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

4.1 ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันครั้งละ 15-30 นาที

- ☐ 1. ไม่เคย ☐ 2. บางครั้ง(น้อยกว่า 3 วัน ต่อสัปดาห์) ☐ 3. เป็นประจำ (3-7 วัน ต่อสัปดาห์)

4.2 รับประทานผัก ผลไม้ ต่อสัปดาห์

- ☐ 1.ไม่เคย (1-2 วัน) ☐ 2. บางครั้ง (3-5 วัน) ☐ 3. เป็นประจำ (ทุกวัน)

4.3 ทานดื่มน้ำอย่างน้อย วันละ 8 แก้ว

- ☐ 1.ไม่เคย ☐ 2. บางครั้ง ☐ 3. เป็นประจำ

4.4 ปัจจุบันท่านสูบบุหรี่ / สูบยาเส้นหรือไม่

- ☐ 1. ไม่สูบหรือเลิกสูบแล้ว.....ปี ☐ 2. สูบบางครั้ง ☐ 3. สูบเป็นประจำ

4.5 ปัจจุบันท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ยาตองเหล้าหรือไม่

- ☐ 1. ไม่เคย ☐ 2. บางครั้ง ☐ 3. เป็นประจำ

สรุปผล พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (ตอบข้อ 1 ทั้ง 5 ข้อ)

- ☐ ผ่าน (มีพฤติกรรมผ่านทั้ง 5 ข้อ) ☐ ไม่ผ่าน (พฤติกรรมไม่ผ่าน ข้อใดข้อหนึ่งหรือมากกว่า 1 ข้อขึ้นไป)

ส่วนที่ 5 การคัดกรองผู้สูงอายุที่ต้องได้รับการดูแลระยะยาว

ด้านที่ 1 สังคม (การอยู่อาศัย ที่อยู่อาศัย รายได้)

5.1 การอยู่อาศัย หรือ ผู้ดูแลเมื่อเจ็บป่วย

- ☐ 1 อยู่คนเดียว หรือ ไม่มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย ☐ 2 ไม่ได้อยู่คนเดียว หรือ มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย

5.2 ลักษณะที่อยู่อาศัย

- ☐ 1 มั่นคงแข็งแรง หรือ ไม่มั่นคงแต่ไม่มีผลต่อความปลอดภัยในชีวิตและสุขภาพ
☐ 2 ไม่มีที่อยู่อาศัย หรือ มีที่อยู่อาศัยแต่ไม่ปลอดภัยต่อชีวิตและสุขภาพ

5.3 ความเพียงพอของรายได้ในการดำรงชีวิตประจำวัน

- ☐ 1 เพียงพอ
☐ 2 ไม่เพียงพอ

ด้านที่ 2 ความสามารถในการมองเห็นและการได้ยิน

5.4 ความสามารถในการมองเห็น

- ☐ 1 ชัดเจน โดยไม่ต้องใส่แว่น
☐ 2 ชัดเจน แต่ต้องใส่แว่น
☐ 3 ไม่ชัดเจน แต่ไม่มีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน
☐ 4 ไม่ชัดเจนและมีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน
☐ 5 ไม่เห็นเลย

5.5 ความสามารถในการได้ยิน

- ☐ 1 ชัดเจน โดยไม่ต้องใช้เครื่องช่วยฟัง
☐ 2 ชัดเจน แต่ต้องใช้เครื่องช่วยฟัง
☐ 3 ไม่ชัดเจน แต่ไม่มีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน
☐ 4 ไม่ชัดเจนและมีปัญหาในการทำกิจกรรมประจำวัน
☐ 5 ไม่เห็นเลย

การประเมินความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน (ADL: Activity Daily Loss)

กิจวัตรประจำวัน	คะแนน	การปฏิบัติได้	วันที่	วันที่
1.การรับประทานอาหาร (Feeding)	0 คะแนน	ไม่สามารถตักเข้าปากได้		
	1 คะแนน	ตักได้เอง แต่มีคนช่วย		
	2 คะแนน	ตักได้เองเป็นปกติ		
2.การล้างหน้า หวีผม แปรงฟัน โกนหนวด	0 คะแนน	ต้องการความช่วยเหลือ		
	1 คะแนน	ทำเองได้		
3.ลุกนั่งจากที่นอนหรือเตียง (Transfer)	0 คะแนน	ไม่สามารถนั่งได้		
	1 คะแนน	ต้องใช้คนช่วยพยุง		
	2 คะแนน	ต้องช่วยพยุงเล็กน้อย		
	3 คะแนน	ทำได้เอง		
4.การใช้ห้องน้ำ (Toilet)	0 คะแนน	ช่วยตัวเองไม่ได้		
	1 คะแนน	ทำได้เอง		
	2 คะแนน	ช่วยตัวเองได้ดี		
5.การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน	0 คะแนน	เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้		
	1 คะแนน	ต้องใช้รถเข็น		
	2 คะแนน	ต้องมีคนพยุง		
	3 คะแนน	เคลื่อนที่ได้เอง		
6.การสวมใส่เสื้อผ้า (Dressing)	0 คะแนน	ต้องมีคนสวมใส่ให้		
	1 คะแนน	ช่วยตัวเองได้ 50 %		
	2 คะแนน	ช่วยตัวเองได้ดี		
7.การขึ้นลงบันได 1 ชั้น (Stair)	0 คะแนน	ไม่สามารถทำได้		
	1 คะแนน	ต้องการคนช่วย		
	2 คะแนน	ขึ้นลงได้เอง		
8.การอาบน้ำ (Bathing)	0 คะแนน	ต้องมีคนช่วยหรือทำให้		
	1 คะแนน	อาบน้ำเอง		
9.การกลั้นถ่ายอุจจาระ (Bowel)	0 คะแนน	กลั้นไม่ได้หรือต้องสวนเสมอ		
	1 คะแนน	กลั้นไม่ได้บางครั้ง		
	2 คะแนน	กลั้นได้ปกติ		
10.การกลั้นปัสสาวะ (Bladder)	0 คะแนน	กลั้นไม่ได้ หรือใส่สายสวน		
	1 คะแนน	กลั้นไม่ได้บางครั้ง		
	2 คะแนน	กลั้นได้ปกติ		
	คะแนนรวม			
	อยู่ในกลุ่ม			

การคัดกรองโรคข้อเข่าเสื่อม

แบบประเมินระดับความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม (Oxford Knee Score)

คำชี้แจง โปรดเลือกหัวข้อที่ตรงกับอาการที่เกิดขึ้นกับตัวท่านมากที่สุดในช่วงเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา

1. ให้ท่านบรรยายลักษณะอาการเจ็บปวดเข่าของท่าน

- ☐ 0 - ไม่มีอาการปวดเข่า
- ☐ 1 - อาการปวดเล็กน้อย เฉพาะเวลาขยับตัวหรืออยู่ในบางท่าเท่านั้น
- ☐ 2 - หลังใช้งานนาน อาการปวดเข่ามากขึ้น พักแล้วดีขึ้น เป็นๆหายๆ
- ☐ 3 - อาการปวดเพิ่มมากขึ้น ปวดนานขึ้น
- ☐ 4 - อยู่เฉยๆก็ปวดมาก ขยับไม่ได้

2. ท่านมีปัญหาเรื่องเข่าในการทำกิจวัตรประจำวันด้วยตัวเองหรือไม่ เช่น การยืนอาบน้ำ เป็นต้น

- ☐ 0 - ไม่มีปัญหา
- ☐ 1 - มีอาการปวดเข่า/ข้อเข่าฝืด/ตึงขัดเล็กน้อย แต่น้อยมาก
- ☐ 2 - มีอาการปวดเข่า/ข้อเข่าฝืด/ตึงขัดเล็กน้อย บ่อยครั้ง
- ☐ 3 - เริ่มมีปัญหา ทำด้วยความยากลำบาก
- ☐ 4 - ไม่สามารถทำได้

3. ท่านมีปัญหาเรื่องเข่า เมื่อก้าวขึ้นลงรถ หรือรถประจำทางหรือไม่

- ☐ 0 - ไม่มีอาการใดๆ
- ☐ 1 - มีอาการปวดเข่า/ข้อเข่าฝืดเล็กน้อย แต่ก้าวขึ้นลงได้ปกติ
- ☐ 2 - มีอาการปวดเข่า/ข้อเข่าฝืด ก้าวขึ้นลงได้ช้ากว่าปกติ
- ☐ 3 - มีอาการปวดเข่ามาก/ข้อเข่าฝืด ก้าวขึ้นลงได้ด้วยความลำบาก
- ☐ 4 - ไม่สามารถทำได้

4. ระยะเวลาที่ท่านเดินได้มากที่สุดก่อนที่จะมีอาการปวดเข่า

- ☐ 0 - เดินได้เกิน 1 ชั่วโมง โดยไม่มีอาการอะไร
- ☐ 1 - เดินได้ 16-60 นาที เริ่มมีอาการปวด
- ☐ 2 - เดินได้เพียง 5-15 นาที เริ่มมีอาการปวด
- ☐ 3 - เดินได้แค่รอบบ้านเท่านั้น เริ่มมีอาการปวด
- ☐ 4 - ทำไม่ได้และเดินไม่ไหว

7. ท่านสามารถนั่งลงคุกเข่าและลุกขึ้นได้หรือไม่

- ☐ 0 - ลุกได้ง่าย
- ☐ 1 - ลุกได้ ลำบากเล็กน้อย
- ☐ 2 - ลุกได้แต่ยากขึ้น
- ☐ 3 - ลุกได้แต่ยากลำบากมาก
- ☐ 4 - ลุกไม่ไหว

8. ท่านเคยมีปัญหาปวดเข่าในขณะขึ้นลงบันไดหรือไม่

- ☐ 0 - ไม่เคย
- ☐ 1 - ใน 1 เดือนมี 1-2 ครั้ง
- ☐ 2 - บางคืน
- ☐ 3 - ส่วนมาก
- ☐ 4 - ทุกคืน

9. ในขณะที่คุณทำงาน/ทำงานบ้าน ท่านมีอาการปวดเข่าหรือไม่

- ☐ 0 - ไม่มี
- ☐ 1 - น้อยมาก
- ☐ 2 - บางครั้ง
- ☐ 3 - ส่วนมาก
- ☐ 4 - ตลอดเวลา

10. ท่านเคยมีความรู้สึกว้าวุ่นของเข่าหรือขาของท่านทรุดลงทันทีหรือหมดแรงทันทีจนตัวทรุดลง

- ☐ 0 - ไม่เคย
- ☐ 1 - ในช่วงแรกที่ก้าวเดิน เท่านั้น
- ☐ 2 - บางครั้ง
- ☐ 3 - ส่วนมาก
- ☐ 4 - ตลอดเวลา

5. หลังทานอาหารเสร็จ ในขณะที่ลุกขึ้นจากเก้าอี้ นั่ง เข้า ของท่านมีอาการอย่างไร

- ☐ 0 - ไม่มีอาการ
☐ 1 - มีอาการปวดเข่า/ข้อเข่าฝืดเล็กน้อย
☐ 2 - มีอาการปวดเข่า/ข้อเข่าฝืดปานกลาง
☐ 3 - มีอาการปวดเข่ามาก/ข้อเข่าฝืด ลุกขึ้นยืนได้ด้วย

ความลำบาก

- ☐ 4 - ปวดมาก ไม่สามารถลุกขึ้นได้

6. ท่านต้องเดินโยกตัว(เดินกระเผลกกระเผลก) เพราะ อาการที่เกิดจากเข่าของท่าน หรือไม่

- ☐ 0 - ไม่เคย
☐ 1 - ในช่วง 2-3 ก้าวแรก ที่ออกเดินเท่านั้น
☐ 2 - เป็นบางครั้ง
☐ 3 - เป็นส่วนใหญ่
☐ 4 - ตลอดเวลา

11. ท่านสามารถไปซื้อของใช้ต่างๆได้ด้วยตัวท่านเอง

- ☐ 0 - ได้เป็นปกติ
☐ 1 - ไปได้ เริ่มมีอาการปวดเข่า/ตึงเข่าเล็กน้อย
☐ 2 - ไปได้ เริ่มมีอาการปวดเข่า/ตึงเข่ามากขึ้น
☐ 3 - พอไปได้ แต่ด้วยความยากลำบากมาก
☐ 4 - ไปไม่ไหว

12. ท่านสามารถเดินลงบันไดได้หรือไม่

- ☐ 0 - เดินลงได้ เป็นปกติ
☐ 1 - เดินลงได้ เริ่มมีอาการปวดเข่า/ตึงเข่าเล็กน้อย
☐ 2 - เดินลงได้ เริ่มมีอาการปวดเข่า/ตึงเข่ามากขึ้น
☐ 3 - เดินลงได้ด้วยความยากลำบากมาก
☐ 4 - เดินลงไม่ได้

การทดสอบสภาพสมอง(Abbreviated mental Test : AMT)

ข้อ	คำถาม	คำตอบ	ผิด	ถูก
1	อายุ เท่าไร			
2	ขณะนี้ เวลา...อะไร			
3	ที่อยู่ปัจจุบันของท่าน คือ			
4	ปีนี้...ปีอะไร			
5	สถานที่ตรงนี้เรียกว่า อะไร			
6	คนนี้ คือใคร (ชี้คนที่สัมภาษณ์) และ คนนี้ คือใคร (ชี้ที่คนใกล้ๆ : ญาติ)			
7	วัน เดือน ปี เกิดของท่านคือ			
8	เหตุการณ์ 14 ตุลา หรือวันมหาวิโยค เกิดในปี พ.ศ. อะไร			
9	พระมหากษัตริย์องค์ปัจจุบันมีพระนามว่าอะไร			
10	ให้นับถอยหลัง จาก 20 จนถึง 1			

การแปลผล ถ้าตอบ “ถูก” ≤ 7 ข้อ แสดงว่า การรู้คิดผิดปกติ ให้ส่งต่อบุคลากรทางสุขภาพ

แบบสอบถามเลขที่.....

แบบสอบถามอนามัยสิ่งแวดล้อม

กลุ่มชาติพันธุ์.....
 บ้านเลขที่.....หมู่.....ถนน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 ผู้สัมภาษณ์.....วันเดือนปีที่สัมภาษณ์.....

ตอนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่กำหนดไว้

1. เพศ ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง
2. อายุ (เต็มปี) (ผู้ตอบแบบสอบถาม).....ปี
3. จำนวนสมาชิกในครัวเรือน คน
4. อายุสมาชิกในครัวเรือน

☐ 1. 0- 4 ปีคน	☐ 2. 5-9 ปี.....คน
☐ 3. 10 -14 ปี.....คน	☐ 4. 15-59 ปี.....คน
☐ 5. 60 ปี ขึ้นไป.....คน	
5. สถานภาพผู้ตอบแบบสอบถามในครอบครัว

☐ 1. พ่อบ้าน	☐ 2. แม่บ้าน	☐ 3. บุตร
☐ 4. ปู่ย่า ตายาย	☐ 5. อื่นๆ.....	
6. ระดับการศึกษา

☐ 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ	☐ 2. ประถมศึกษา.....
☐ 3. มัธยมศึกษาตอนต้น.....	☐ 4. มัธยมศึกษาตอนปลาย.....
☐ 5. ปวช. สาขา.....	☐ 6. ปวส. สาขา.....
☐ 7.ปริญญาตรีสาขา.....	☐ 8.ปริญญาโท สาขา.....
☐ 9. อื่นๆ.....	
7. อาชีพ

☐ 1. เกษตรกรรม	☐ 2. รับจ้างทั่วไป
☐ 3. รับราชการ	☐ 4. ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว
☐ 5. แม่บ้าน/พ่อบ้าน	☐ 6. อื่นๆ (ระบุ).....
8. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของทุกคนในครัวเรือนรวมกัน.....บาท
9. สถานภาพในชุมชน

☐ 1. สมาชิกอบต.	☐ 2. อสม.
☐ 3. ผู้ใหญ่บ้าน/กำนัน	☐ 4. ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
☐ 5. ประชาชนทั่วไป	☐ 6. ผู้นำชุมชน (ผู้อาวุโส)
☐ 7. ปราชญ์ชาวบ้าน	☐ 8. อื่นๆ (ระบุ).....
10. ศาสนาหรือการนับถือ

☐ 1. ศาสนาพุทธ	☐ 2. ศาสนาคริสต์
☐ 3. ศาสนาอิสลาม	☐ 4. นับถือสิ่งศักดิ์สิทธิ์/ผี
☐ 5. อื่น ๆ	

ตอนที่ 2: ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการขยะในครัวเรือน

1. ขยะอินทรีย์ ได้แก่ เศษอาหาร เศษผัก ใบไม้ จำนวน.....กิโลกรัม/ลิตร : วัน

2. ขยะรีไซเคิล ได้แก่

พลาสติก จำนวน.....ชิ้น/วัน ขวดแก้ว.....ชิ้น/วัน

กระดาษ จำนวน.....ก.ก./วัน อลูมิเนียม.....ชิ้น/วัน

เหล็ก ทองแดง สังกะสี จำนวน.....ชิ้น/วัน ขวดน้ำ.....ชิ้น/วัน

3. ขยะทั่วไป ได้แก่ ถุงพลาสติก กล่องโฟม จำนวน.....ชิ้น/กิโลกรัม:วัน

4. ขยะอันตราย ได้แก่ กระป๋องสเปรย์ ขวดน้ำยาทำความสะอาด กระป๋องสี ทินเนอร์ หลอดไฟ แบตเตอรี่ โทรศัพท์ แบตเตอรี่รถยนต์ ถ่านไฟฉาย น้ำมันเครื่อง จำนวน.....ชิ้น

5. การดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย

5.1 ในพื้นที่ของท่านมีการดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอยหรือไม่

☐ มี

☐ ไม่มี

5.2 ปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมด้านการลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ ขาดนโยบาย และแนวทางในการจัดการขยะมูลฝอยตั้งแต่ต้นทาง

☐ ขาดองค์ความรู้ด้านลด คัดแยก และใช้ประโยชน์ขยะมูลฝอย รวมทั้งการจัดการขยะมูลฝอย

☐ ขาดงบประมาณสนับสนุนในการดำเนินงาน

☐ ไม่ได้ได้รับความร่วมมือจากประชาชน

☐ อื่น ๆ.....

6. ชุมชนของท่านมีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยหรือไม่

☐ มี

☐ อยู่ในพื้นที่ของท่าน

☐ อยู่ในพื้นที่ท้องถิ่นอื่น (ระบุ).....

☐ ไม่มี สถานที่กำจัดขยะมูลฝอยของตนเอง แต่นำไปกำจัดร่วมกับ.....

☐ ไม่มี สถานที่กำจัดขยะมูลฝอยของตนเองและไม่บริการเก็บขนและกำจัดขยะ

7. ในพื้นที่ของท่าน มีสถานที่กำจัดขยะมูลฝอยของเอกชนหรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นหรือไม่

☐ ไม่มี

☐ มี

8. วิธีการกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน

☐ ไม่มี การกำจัดขยะมูลฝอยในชุมชน

☐ กำจัดขยะมูลฝอยด้วยตนเอง โดยใช้วิธีการ

☐ การเทกอง / การเผากลางแจ้ง

☐ การฝังกลบโดยใช้ดินกลบทับเป็นครั้งคราว

☐ การฝังกลบทุกวัน

☐ เตาเผา

☐ ชุมชนมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอยของชุมชนเอง โดยใช้วิธีการ

☐ การเทกอง / การเผากลางแจ้ง

☐ การฝังกลบโดยใช้ดินกลบทับเป็นครั้งคราว

☐ การฝังกลบทุกวัน

☐ เตาเผา

☐ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นมีระบบเก็บรวบรวมขยะมูลฝอย โดยใช้วิธีการ

☐ การเทกอง / การเผากลางแจ้ง

☐ การฝังกลบโดยใช้ดินกลบทับเป็นครั้งคราว

☐ การฝังกลบทุกวัน

☐ เตาเผา

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับน้ำในการอุปโภคบริโภคในครัวเรือน

1. แหล่งน้ำใช้ในครัวเรือน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1. น้ำประปาผิวดิน

☐ 2. น้ำประปาบาดาล

☐ 3. น้ำประปาภูเขา

☐ 4. น้ำฝน

☐ 5. คู, คลอง, แม่น้ำ

☐ 6. อื่นๆ ระบุ.....

2. แหล่งน้ำดื่มของครัวเรือน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1. น้ำประปาผิวดิน

☐ 2. น้ำประปาบาดาล

☐ 3. น้ำประปาภูเขา

☐ 4. น้ำฝน

☐ 5. น้ำบรรจุขวด (มี อย.)

☐ 6. น้ำบรรจุขวด (ไม่มี อย.)

☐ 7. อื่นๆ ระบุ.....

3. การปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อนดื่ม

☐ 1. ไม่ทำ เหตุผล.....

☐ 2. ทำ

โดย ☐ เครื่องกรองน้ำ

☐ ต้ม

☐ กรอง ระบุวัสดุกรอง.....

☐ อื่นๆระบุ.....

ตอนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการน้ำเสียในครัวเรือน

1. ระยะห่างระหว่างบ้านพักอาศัย กับแม่น้ำ ลำห้วย คลอง : กิโลเมตร(โดยการประมาณการของผู้สัมภาษณ์)

☐ 1. น้อยกว่า 1 กิโลเมตร

☐ 2. 1- 2 กิโลเมตร

☐ 3. 3- 5 กิโลเมตร

☐ 4. มากกว่า 5 กิโลเมตร

2. ลักษณะที่อยู่อาศัย

☐ 1. บ้านชั้นเดียวไม่มีใต้ถุน

☐ 2. บ้านชั้นเดียวมีใต้ถุน

☐ 3. บ้านสองชั้น

☐ 4. อื่น ๆ ระบุ.....

3. ระยะเวลาที่ครอบครัวอาศัยอยู่ในชุมชน.....ปี

4. บ้านของท่านมีการจัดการน้ำเสียจากห้องครัวในลักษณะใด

☐ 1. มีท่อระบายสู่บ่อเกรอะ/บ่อซึม

☐ 2. มีท่อระบายออกจากตัวบ้านไปรวมกับเพื่อนบ้าน

☐ 3. มีท่อระบายออกจากตัวบ้านลงสู่แม่น้ำ

☐ 4. มีรางระบายซึมลงดินบริเวณบ้าน.

☐ 5. เทลงใต้ถุนบ้านและซึมลงดิน

☐ 6. อื่นๆ ระบุ

5. บริเวณ และใต้ถุนบ้านของท่านมีน้ำขังหรือไม่ (ให้ผู้สัมภาษณ์สังเกต)

☐ 1. ไม่มีน้ำขัง

☐ 2. มี เล็กน้อย ไม่ก่อให้เกิดปัญหา

☐ 3. มี เล็กน้อย ก่อให้เกิดปัญหาระบุปัญหา.....

- ☐ 4.มี มาก ไม่ก่อให้เกิดปัญหา
- ☐ 5.มี มาก ก่อให้เกิดปัญหาระบบปัญหา.....
6. บ้านของท่านมีการระบายน้ำที่ใช้อาบ หรือชักล้างจากห้องส้วมในลักษณะใด
- ☐ 1.ปล่อยน้ำทิ้งลงท่อระบายน้ำของชุมชน
- ☐ 2.ปล่อยน้ำทิ้งลงแม่น้ำ/แหล่งน้ำธรรมชาติ
- ☐ 3.ปล่อยน้ำทิ้งลงพื้นดิน
- ☐ 4. ปล่อยทิ้งลงรางระบายน้ำ และไหลซึมลงพื้นดิน
- ☐ 5. อื่นๆ ระบุ
7. ท่านเคยมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูแหล่งน้ำ หรือไม่
- ☐ 1. ไม่เคย
- ☐ 2. เคย มีส่วนร่วมดังนี้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ☐ เข้าร่วมประชุมจัดโดยชุมชนหรือหน่วยงาน
- ☐ เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาหรือปรับปรุงแหล่งน้ำดื่ม น้ำใช้
- ☐ อื่นๆ ระบุ.....
8. ในพื้นที่ของท่านมีสภาพปัญหาเกี่ยวกับทรัพยากรน้ำด้านใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ☐ น้ำไม่เพียงพอเพื่อการเกษตร ☐ ขาดแคลนแหล่งน้ำเพื่อการอุปโภคบริโภค
- ☐ แหล่งน้ำ มีขยะ มีกลิ่นเหม็น ☐ น้ำท่วม ☐ น้ำแล้ง
- ☐ คุณภาพน้ำดื่มไม่ได้มาตรฐาน ☐ อื่น ๆ ระบุ).....

ตอนที่ 5 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการสิ่งปฏิกูล

1. บ้านของท่านมีส่วนใช้หรือไม่
- ☐ 1. ไม่มี **ปฏิบัติอย่างไร** (ข้ามไปตอบข้อ 4)
- ☐ 1.1 ใช้กับญาติ/เพื่อนบ้าน ☐ 1.2 ไปป่า/ทุ่ง ☐ 3. อื่น ๆ (ระบุ
- ☐ 2. มี สร้างมาแล้วกี่ปี.....
- ระบุชนิดส้วม**
- ☐ 2.1 นั่งยอง ☐ 2.2นั่งราบ
- ☐ 2.3 มีทั้ง 2 ชนิด ☐ 2.4 อื่น ๆ ระบุ.....
2. บ้านของท่านมีปัญหาส้วมราดไม่ลงหรือไม่
- ☐ 1. ไม่มีปัญหา
- ☐ 2. มีปัญหา ทุกปี
- ☐ 3.มีปัญหา 2 ปี ครั้ง
- ☐ 4.มีปัญหา 3 ปี ครั้ง
- ☐ 5.อื่นๆ ระบุ
- กรณีที่มีปัญหาราดไม่ลง** หากมีปัญหาท่านมีวิธีแก้ไขอย่างไร.....
- มีค่าใช้จ่ายหรือไม่** ระบุจำนวนเงินที่ใช้จ่ายต่อครั้ง.....

