

สถานการณ์สุขาภิบาลอาหาร ของโรงอาหารในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร
จ.พิษณุโลก 2558

Situation of Food Sanitation of Cafeteria in the Sirindhorn College of
Public Health, Phitsanulok, 2015

จุฑามาส ชัยมงคล¹ อภิรักษ์ ตันกุลละ¹ ปฐม จุจันทร์²
Juthamas chaimongkol Apirak tankura Pathom Jujun

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงสถานการณ์สุขาภิบาลอาหารของร้านจำหน่ายอาหารและโรงอาหารในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey research) ทั้งด้านกายภาพ ด้านชีวภาพและด้านเคมี ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ โรงอาหาร 2 โรงอาหาร และร้านจำหน่ายอาหารจำนวน 12 ร้าน ที่จำหน่ายในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จ.พิษณุโลก ในปี พ.ศ. 2558

ผลการศึกษาพบว่า การประเมินทางด้านกายภาพของโรงอาหาร พบว่า เกณฑ์ด้านสถานที่ที่รับประทาน อาหารและบริเวณทั่วไป เรื่อง ความสะอาด เป็นระเบียบ และโต๊ะเก้าอี้ สะอาดแข็งแรง จัดเป็นระเบียบ ไม่ผ่านการประเมินมากที่สุด ร้อยละ 100 ส่วนร้านจำหน่ายอาหาร พบว่า ร้านจำหน่ายอาหารไม่ผ่านการประเมิน เรื่อง การระบายอากาศรวมทั้งกลิ่น คิว้น จากการประกอบอาหารการใช้อ่างล้างภาชนะที่มีท่อระบายน้ำที่ใช้การได้อย่างน้อย 2 อ่าง ผู้ปรุงจะต้องมีหลักฐานการตรวจสุขภาพในปีนั้นให้ตรวจสอบได้ คิดเป็นร้อยละ 100 และเรื่องการแยกอาหารสด ผลไม้ และอาหารแห้ง ร้อยละ 54.54 ด้านชีวภาพ พบว่า มีการปนเปื้อนเชื้อโคลิฟอร์มแบคทีเรียในน้ำดื่ม ร้อยละ 100 มีการปนเปื้อนเชื้อโคลิฟอร์มแบคทีเรียรวมทั้งหมดร้อยละ 71.82 โดยพบการปนเปื้อนในภาชนะอุปกรณ์ มากที่สุดร้อยละ 80.39 รองลงมาคือ มือผู้สัมผัสอาหารและอาหาร ร้อยละ 66.67 และ 63.41 ตามลำดับ มีการปนเปื้อนเชื้อไวรัสโอ สปีชีส์ รวมทั้งหมดร้อยละ 33.64 โดยพบการปนเปื้อนในอาหารมากที่สุดร้อยละ 58.54 รองลงมาคือ ภาชนะอุปกรณ์และมือผู้สัมผัส อาหาร ร้อยละ 23.53 และ 5.56 ตามลำดับ และด้านเคมี พบว่ามีการปนเปื้อนของฟอร์มาลีนในอาหารจำนวน 4 ร้าน ร้อยละ 57.14 ดังนั้นเพื่อความปลอดภัยของผู้บริโภค ผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวกับการจัดบริการอาหารควรมีการเข้มงวดและมีการตรวจสอบให้ปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลอาหารอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการเฝ้าระวังการปนเปื้อนของเชื้อโรคในน้ำบริโภค อาหาร ภาชนะอุปกรณ์ และมือผู้สัมผัสอาหาร ตลอดจนควรมีการจัดสภาพแวดล้อมต่างๆ ของร้านอาหารให้ถูกสุขลักษณะ เพื่อเป็นการคุ้มครองสิทธิและผลประโยชน์ของผู้บริโภค

คำสำคัญ สุขาภิบาลอาหาร, สถานการณ์สุขาภิบาลอาหาร, สอรร 7, โรงอาหาร

1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จ พิษณุโลก นักศึกษาสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตชั้นปี ๔

2.วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จ พิษณุโลก อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The purpose of this research was to study food sanitation situation of Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok. It was a research that surveys about physical biological and chemical contamination. The population and sample were 2 canteens and 12 food shops in Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok in 2015.

The results were as follows: Physical property of the canteen found that cleanliness and tidiness of tables or chairs could not pass the evaluation with a score of 100 percent. On the other hand, food area found out their shops could not pass the evaluation. Biological property saw that 100 percent the highest coliform bacteria contamination could be found in water. Container equipment obtained the highest contamination rate with 80.39 percent which was followed by water with 71.82 percent, food handlers got 66.67 percent, and food with 63.41 percent

respectively. The *Vibrio* species contamination mean percentage was 33.64 percent. It also obtained contamination percentages such as 58.54 percent in food, 23.53 percent in container equipments and 5.56 percent in food handlers respectively. Chemical property also found that there was formalin contamination in food 4 shops which is 57.14 percent in number. For the safety of the consumers, Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok should urge the management of these shops to regularly check for proper food sanitation. This will include careful handling of bacterial contamination in water, food, container equipments, and food handlers as well as the hygienic surrounding that will protect the benefits and rights of the consumers.

Key words Food sanitation, Food sanitation situation, Sanitation index , Cafeteria

การศึกษาการจัดการมูลฝอยติดเชื้อในโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

A Study of Infectious Waste Management in Nakhon Thai Crown Prince Hospital, Phitsanuloke

สายยันต์ ชัดมโน¹

Saiyun Kadmano¹

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและประเมินกระบวนการจัดการมูลฝอยติดเชื้อโดยภาพรวมของโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชนครไทย จังหวัดพิษณุโลก และของแต่ละแผนกในโรงพยาบาล เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานตามกฎหมายกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2545 โดยใช้แบบประเมิน และข้อมูลจากบุคลากรผู้รับผิดชอบในการจัดการมูลฝอยติดเชื้อในภาพรวมของโรงพยาบาลจำนวน 4 คนและบุคลากรผู้รับผิดชอบในการจัดการมูลฝอยติดเชื้อของแต่ละแผนกที่มีก่อให้เกิดมูลฝอยติดเชื้อจำนวน 12 แผนกๆละ 1 คน รวมทั้งหมด 12 คนโดยใช้แบบสอบถาม และศึกษาองค์ประกอบของมูลฝอยติดเชื้อ ปริมาณและอัตราการเกิดมูลฝอยติดเชื้อของแต่ละแผนกในโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชนครไทย จังหวัดพิษณุโลก เก็บข้อมูลแบบสำรวจ ระหว่าง สิงหาคม ๒๕๕๘-ธันวาคม ๒๕๕๘ ผลการวิจัยสรุปว่าระบบการจัดการมูลฝอยติดเชื้อของโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชนครไทย จังหวัดพิษณุโลก ในปัจจุบัน มีรูปแบบที่เหมาะสมทั้งการคัดแยก การเก็บรวบรวม การขนส่ง การเคลื่อนย้ายเพื่อนำไปกำจัด ในส่วนของการประเมินกระบวนการจัดการมูลฝอยติดเชื้อโดยภาพรวมของโรงพยาบาล เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานตามกฎหมายกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2545 พบว่าโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชนครไทยผ่านเกณฑ์การประเมิน (ร้อยละ 83.3) และในส่วนของการประเมินจัดการมูลฝอยติดเชื้อในแต่ละแผนกของโรงพยาบาล เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานตามกฎหมายกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2545 รวมทั้งหมด 12 แผนก พบว่าผ่านเกณฑ์การประเมิน (ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80) ทั้งหมดทุกแผนกและในส่วนององค์ประกอบมูลฝอยติดเชื้อของโรงพยาบาลที่พบมากที่สุดคือ ผ้าก๊อช (ร้อยละ 27.5) สำหรับปริมาณมูลฝอยติดเชื้อ แผนกที่มีปริมาณมากที่สุด คือหอผู้ป่วยชาย 129.9 กิโลกรัม/สัปดาห์ เมื่อจำแนกเป็นรายวันพบว่าวันที่มีปริมาณมูลฝอยติดเชื้อมากที่สุดคือ วันพุธ 83.8 กิโลกรัม/วัน ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่ากระบวนการจัดการมูลฝอยติดเชื้อโดยภาพรวมและของแต่ละแผนกในโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชนครไทย มีความเหมาะสมเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานตามกฎหมายกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2545 ดังนั้นโรงพยาบาลจึงควรดำเนินงานตามมาตรฐานที่ได้กำหนดต่อไปอย่างเคร่งครัดตลอดจนพัฒนากระบวนการจัดการมูลฝอยติดเชื้อทั้งระบบสู่ความเป็นมาตรฐานที่ดียิ่งขึ้นต่อไป

คำสำคัญ ขยะติดเชื้อ การจัดการ โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชนครไทย

¹วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก นักศึกษาสาธารณสุขชุมชน

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This research aims to study and evaluate the management of infectious waste in Nakhon Thai Crown Prince Hospital, the evaluation process compared to standard health regulations by 2002. This research used a survey, questionnaires and observation forms in collecting data from personnel responsible for handling infectious waste in the hospital for 4 peoples and the personnel responsible for handling infectious waste for 12 peoples. The sample are collected during September 1st, 2014-December 31th, 2015. The result of the study that Crown Prince Hospital Nakhon Thai passed the evaluation criteria 83.3 % and the rate of infectious waste management in each department of the hospital compared to standard health regulations 2002 with a total of 12 departments that pass the evaluation criteria. (Not less than 80 percent). The

composition of infectious waste is the hospital gauze (27.5 %) and a quantity of infectious waste, the departments with the most quantity is male ward 129.9 kg / week. The quantity of infectious waste is the most on Wednesdays, 83.8 kg / day. The results of this study show that, the infectious waste management as a whole and for each department in the hospital, Nakhon Thai Crown Prince are suitable as a benchmark by the 2002 health regulations. The hospitals should implement the standards that were set following a strict development process, as well as infectious waste management system to a better standard

Key word Infectious waste, nakornthai crown prince hospital , disposal

¹ Sirindhorn Colleague of Public Health, Community Health Student 4 years

หมอนสามเหลี่ยม Fix ช่วยพลิก 30 องศา
นวัตกรรมทางการพยาบาล, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น
Triangle cushion for 30 degrees flipping
The innovative of Nursing, Boromrajonani College of Nursing Khon Kaen

ชนาพร ปิ่นสุวรรณ, ชานิลนา หาญละคร, ฐิตียา ปานบุญ และนันทวัฒน์ กุลโคก

อาจารย์ที่ปรึกษางานนวัตกรรม: นางรุ่งทิพย์ พรหมบุตร

Chanaporn Pinsuwan, Chanilna Hanlakorn, Thitiya Panboon and Nontawat Golkhok

Research Advisor: Mrs.Rungthip Phombut

บทคัดย่อภาษาไทย

นวัตกรรมหมอนสามเหลี่ยม Fix ช่วยพลิก 30 องศา มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการพลิกตะแคงตัวผู้ป่วยและป้องกันการเกิดแผลกดทับในผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดแผลกดทับในผู้ป่วยติดเตียง นวัตกรรมหมอนสามเหลี่ยม Fix ช่วยพลิก 30 องศา ประกอบไปด้วย หมอนหุ้มหนังเทียม ขนาดทำมุม 30 องศา กับแนวราบ $0.3 \times 0.8 \times 0.125$ เมตร บริเวณฐานเย็บติดตีนตุ๊กแกตามแนวซิป ผ้า ขวาง ขนาด 1×1.6 เมตร เย็บติดตีนตุ๊กแก และผ้ารองคลุมหมอน ขนาด 1×1.6 เมตร วิธีการใช้งาน นวัตกรรม คือ นำผ้าขวางที่เย็บติดตีนตุ๊กแก ปูแทนผ้าขวางเตียงของผู้ป่วย นำผ้ารองคลุมหมอนปูทับผ้า ขวางที่เย็บติดตีนตุ๊กแก และนำหมอนไปหนุนด้านหลังตัวผู้ป่วยขณะที่ผู้ป่วยพลิกตะแคงตัว โดยให้หมอน วางอยู่บนผ้าขวางและอยู่ใต้ผ้ารองคลุมหมอน ปรับตำแหน่งให้หมอนรองรับแผ่นหลังของผู้ป่วยตั้งแต่ บริเวณไหล่ถึงสะโพก โดยให้ตีนตุ๊กแกบริเวณฐานหมอนยึดติดกับตีนตุ๊กแกบนผ้าขวาง และได้นำ นวัตกรรมไปใช้ทดสอบประสิทธิภาพในกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยติดเตียง จำนวน 3 ราย เป็นระยะเวลา 7 วัน โดยมีการติดตามผลการทดลองใช้นวัตกรรมในผู้ป่วยทุกวัน ทั้งประสิทธิภาพในการพลิกตะแคงตัว คือ การป้องกันผู้ป่วยพลิกตัวกลับมาในท่านอนหงายก่อน 2 ชั่วโมง ประสิทธิภาพในการป้องกันการเกิดแผล กดทับ คือ การเกิดแผลกดทับในผู้ป่วย และการใช้แบบประเมินความพึงพอใจของผู้ป่วยและผู้ดูแล ผู้ป่วยในการทดลองใช้นวัตกรรม ความพึงพอใจของผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยที่มีต่อนวัตกรรมและความพึง พอใจของผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยที่มีต่อการใช้นวัตกรรม

ผลการใช้นวัตกรรมหมอนสามเหลี่ยม Fix ช่วยพลิก 30 องศา พบว่าประสิทธิภาพในการพลิก ตะแคงตัวผู้ป่วยก่อนและระหว่างการทดลองใช้นวัตกรรม ผู้ป่วยทั้ง 3 ราย สามารถอยู่ในท่าพลิกตะแคง ตัวได้นานขึ้นประมาณ 2 เท่า โดยใช้หมอนสามเหลี่ยม Fix ช่วยพลิก 30 องศา ในการพยุงหลังผู้ป่วยซึ่ง สามารถทำให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าพลิกตะแคงโดยไม่กลับไปอยู่ในท่านอนหงายได้มากที่สุด คือ มากกว่าหรือ เท่ากับ 2 ชั่วโมง และต่ำสุดคือ 30 นาที และผลการเปรียบเทียบการเกิดแผลกดทับก่อนและหลังการ ทดลองใช้นวัตกรรมพบว่าในผู้ป่วยทั้ง 3 ราย ไม่พบการเกิดแผลกดทับ แสดงว่า การใช้นวัตกรรมไม่ทำ ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของระดับแผลกดทับในผู้ป่วยทั้ง 3 ราย การประเมินความพึงพอใจของผู้ป่วย และผู้ดูแลผู้ป่วยต่อนวัตกรรม ผู้ป่วยมีระดับความพึงพอใจต่อนวัตกรรมในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.78 จาก 5 และผู้ดูแลผู้ป่วยมีระดับความพึงพอใจต่อนวัตกรรมในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.67 การประเมิน ความพึงพอใจของผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยต่อการใช้นวัตกรรม ผู้ป่วยมีระดับความพึงพอใจต่อการใ้ งานนวัตกรรมในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.50 และผู้ดูแลผู้ป่วยมีระดับความพึงพอใจต่อการใช้นา นวัตกรรมในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.58

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The innovative of triangle cushion for 30 degrees flipping are intended to enhance patient's side flipping and prevent bedridden patients from pressure ulcers. This innovative composed of, first, artificial leather pillow, which inclined 30 degrees to the horizontal; sizing at 0.3x0.8x0.125 meters. Second, at the pillow base, the stitched Velcro tape along the zipper line. Third, the stitched transverse cloth size 1x1.6 meters along the Velcro tape. And last, a cover cloth sizing at 1x1.6 meter. Usage of the innovative can be done as following steps, first, take a transverse cloth with stitched Velcro tape coverings across the patient bed. Then bring covered cloth cover on top. After that, bring triangle cushion beside the patient while the patient flipping the side. Then pillow must be placed on transverse cloth and cover by the covering cloth. And last, put the triangle cushion in the position to support the back of the patient; from shoulder to hip, in which the Velcro tape at the pillow base must attaches with Velcro tape on a transverse cloth. This innovative have been testing usage quality with 3 real cases of bedridden patient in the period of 7 days. The method is everyday cases followed up by determining the flipping efficiency, which is preventing patients from turning back to the supine position before two hours, and the efficiency of the pressure ulcers prevention in patients. In addition, the researcher have been including the patients and caregivers' satisfaction evaluation to the innovative trial, which evaluate in field of the satisfaction of patients and caregivers to innovative, and satisfaction of patients and caregivers innovative usable.

Results of the innovations found that in efficiency of patients flipping side before and during the trial criterion, the 3 patients be able to stay in flipped side position longer than before twice and this enhance preventing the patient, in the flipped side position, to turning back to the supine position. The study shows that hour number of patients turning back is greater than or equal to a maximum of two hours, and a minimum hour number is 30 minutes. The comparison of incidence of pressure ulcers before and after the innovative trial had found that, in the 3 patients have no pressure ulcers. Therefore, these study show that the innovation help to decrease the causing of pressure ulcers. The satisfaction evaluation of patients and caregivers to innovation show that patients are satisfied at the highest level at the average of 4.78 out of 5 and caregivers are satisfied at the highest level at the average of 4.67 out of 5. The satisfaction evaluation of patients and caregivers to the innovation usage show that patients are satisfied at high level at the average of 4.50 out of 5, and caregivers are satisfied at the highest level at the average of 4.58 out of 5.

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการผัดนัดและตัวชี้วัดทางคลินิกของการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์สุขภาพชุมชนร่วมใจ โรงพยาบาลวังทอง
Missed Appointment and Clinical Indicators of Diabetes Mellitus Care among the Diabetes Mellitus Patient in Ruamjai Primary Care Unit, Wangtong Hospital

กรรณิการ์ คำจิตตะ¹

kannika Kamjitta¹

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการผัดนัดและตัวชี้วัดทางคลินิกของการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในศูนย์สุขภาพชุมชนร่วมใจ โรงพยาบาลวังทอง พื้นที่ศึกษาคือศูนย์สุขภาพชุมชนร่วมใจ โรงพยาบาล วังทอง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Krejcie and Morgan ได้กลุ่มตัวอย่างผู้ป่วย จำนวน 200 คน ที่มารับการรักษาต่อเนื่องในศูนย์สุขภาพชุมชนร่วมใจ โรงพยาบาลวังทอง โดยศึกษาจากแบบบันทึกข้อมูลเวชระเบียนผู้ป่วย วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ซึ่งจำแนกตามอัตราการผัดนัดวิเคราะห์โดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการผัดนัดและตัวชี้วัดทางคลินิกของการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน วิเคราะห์โดยหาค่าความสัมพันธ์ไค-สแควร์(chi-square)ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการตรงตามนัดร้อยละ 43.5 ผู้ป่วยเบาหวานผัดนัดบางครั้งร้อยละ 28 และผู้ป่วยผัดนัดเป็นประจำร้อยละ 28.5 โดยพบว่าค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือด (FBS),ค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือดที่ปลายนิ้ว (DTX) และระดับน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1C) มีความสัมพันธ์กับการผัดนัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value < 0.005)

คำสำคัญ: ผู้ป่วยผัดนัด ผู้ป่วยเบาหวาน FBS DTX HbA1C

¹ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This study aimed to determine the missed appointment and relationship with clinical indicators of diabetes mellitus care among DM patients in Ruamjai Primary care unit, Wangtong Hospital. The sample size determined by a formula of Krejcie and Morgan, total population were used from medical record. The results were analyzed by descriptive statistics included frequency, percentage and the analytic statistic by Chi-square. Of the total 200 patients, 43.5 % of the subjects did not miss any appointment, 28 % missed 1-30 % and 28.5 % missed more than 30 %. Frequently missed appointment were significantly associated with increase FBS, DTX and HbA1C (p-value < 0.005)

Key words: Missed appointment, diabetes mellitus, FBS, DTX, HbA1C

¹ Sirindhorn College of Public Health, Phitsanuloke

นวัตกรรม เมนูคู่ชีวิต

Menu of Life Innovation

รุจิรา นึกชัยภูมิ, ขวัญฤทัย ใจปันทา, พัชรพร ศรีวิลัย, ชุติมณฑน์ ลิอินทร์ และวีระชัย โพธิ์คำมา
Rujira Nuekchaiyaphum, Kwanruthai Jaipanta, Patcharaporn Srivilai, Chutimon Liin
and Weerachai pocomema

บทคัดย่อภาษาไทย

ปัจจุบันสถานการณ์ของโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นปัญหาสำคัญทางสาธารณสุขและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ผู้ป่วยเหล่านี้จำเป็นต้องได้รับยาเพื่อใช้รักษาโรคอย่างสม่ำเสมอ ระหว่างการฝึกปฏิบัติงานภาคชุมชนของนักศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงสาธารณสุขศาสตรสาขาคณะเทคนิคเภสัชกรรม ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ที่หมู่บ้านบ่อแก้ว ตำบลไทรย้อย อำเภอเด่นชัย จังหวัดแพร่ พบว่าประชากรจำนวนมากป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง และมีพฤติกรรมการใช้ยาที่ไม่เหมาะสม คณะผู้วิจัยจึงจัดทำนวัตกรรม “เมนูคู่ชีวิต” มีวัตถุประสงค์ เพื่อเป็นเครื่องมือช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยา และให้กลุ่มผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในหมู่บ้านบ่อแก้ว เป็นผู้ทดลองใช้ เมนูคู่ชีวิต เป็นเวลา 1 สัปดาห์ พบว่าผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมีระดับความพึงพอใจต่อนวัตกรรมอยู่ในระดับมาก และผลการใช้นวัตกรรมในการส่งเสริมพฤติกรรมการใช้ยาที่ถูกวิธีอยู่ในระดับมาก คือ สามารถใช้ยาได้ถูกวิธีอยู่เป็นประจำ แสดงให้เห็นว่านวัตกรรม “เมนูคู่ชีวิต” จะสามารถส่งเสริมให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาของผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังให้ดีขึ้นได้

คำสำคัญ: โรคเรื้อรัง, โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูง, พฤติกรรมการใช้ยา

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

At present, the chronic disease is a major public health problem and it is increasing steadily. The patients have to receive long-term medication for the proper treatment. During the field training at Bokeaw village, Sriyoi sub-district, Denchai Distric, Phrae Province, the second-year Diploma of Public Health Program (Technical Pharmacy) students found that many people with chronic disease such as diabetes mellitus and hypertension and they had unsuitable medication use behavior. To solve this problem, the public health innovation “Menu of Life Innovation” was created. The aim of this innovation was to modify medication use behavior of chronic disease patients by using Medication Diary. After an innovation had been created, the patients were received education about correct medication use. The chronic disease patients from Bokeaw village were chosen to use the Medication Diary for a week. The result showed that the satisfaction level of the innovation “Medication Diary” was good and the effectiveness of the innovation in term of medication use behavior is good, the patients can always use and store the medicines in the right method. The Medication Diary, therefore, helped to modify the unsuitable medication use and storage behavior in chronic disease patients.

Keyword: Chronic disease, Diabetes mellitus, Hypertension, Medication uses

Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok

นวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่า Innovation Herbal fabric fasteners for knee pain

เรณูกา เลาวี้อ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ(1)เพื่อประดิษฐ์นวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่า(2)เพื่อประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้งานนวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรในผู้ใช้งานที่มีภาวะปวดเข่า การวิจัย นี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชาฝึกประสบการณ์วิชาชีพเภสัชกรรมไทย จัดทำโดยนักศึกษา ชั้นปีที่ 3 สาขาการแพทย์แผนไทย วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก กลุ่มตัวอย่างเลือกแบบเจาะจงโดยเลือกจากประชาชนที่มีอาการปวดเข่าจำนวน 15 ราย ระยะเวลาในการทาวิจัย 3 เดือน ตั้งแต่วันที่ 8 มกราคม พ.ศ.2559 – 29 เมษายน พ.ศ.2559 ณ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก และแบบวัดความพึงพอใจต่อการใช้งานโปรแกรมสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า จากการคัดกรองผู้ใช้งานที่จะใช้นวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรบรรเทาอาการปวดเข่าพบว่า มีเพศชาย 2 คน คิดเป็น 13.3% เพศหญิง 13 คน คิดเป็น 86.7% อายุ 16-32 ปี 7 คน คิดเป็น 46.7% และมากกว่า 32 ปี ขึ้นไป 8 คน คิดเป็น 53.3% วุฒิกการศึกษา อยู่ในระดับประถมศึกษา 3 คน คิดเป็น 20.0%,มัธยมศึกษา 7 คน คิดเป็น 46.7% และปริญญาตรี 5 คน คิดเป็น 33.3% อาชีพอื่นๆ 15 คน คิดเป็น 100% ได้แก่ แม่ค้า,แม่บ้าน,ข้าราชการและนักศึกษา และ จากการทำแบบสอบถามความพึงพอใจของผู้ใช้นวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรช่วยบรรเทาอาการปวดเข่าพบว่าความพึงพอใจในด้านต่างๆ ดังนี้

1. ด้านคุณภาพการผลิต นวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรช่วยบรรเทาอาการปวดเข่า มีระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด คือการออกแบบนวัตกรรมเหมาะสมกับการใช้งานดี จากผลพบว่าได้ค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.60$) และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($SD = 0.73$)

2. ด้านประสิทธิภาพของนวัตกรรม นวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรช่วยบรรเทาอาการปวดเข่ามีระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด คือมีความสะดวกต่อการเคลื่อนย้าย จากผลพบว่าได้ค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.87$) และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($SD = 0.63$)

3. ด้านประโยชน์การใช้งาน นวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรช่วยบรรเทาอาการปวดเข่ามีระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด มีระดับการประเมินความพึงพอใจอยู่เท่ากัน คือนวัตกรรมผ้ารัดเข่าสมุนไพรช่วยบรรเทาอาการปวดเข่าได้และสามารถนวัตกรรมการผ้ารัดเข่าสมุนไพรช่วยบรรเทาอาการปวดเข่าไปใช้กับผู้ใช้งานได้จากผลพบว่าได้ค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.67$) และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($SD = 0.67$)

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

Abstract

The objectives of this research are (1) To create Innovation Herbal fabric fasteners for knee pain (2) To user satisfaction survey in users who have knee pain. This research is a part of professional field training in Thai pharmacy. Submitted by third year student in bachelor of Thai traditional medicine, Sirindhorn College of Public health Phitsanulok.

Purposive sampling by select 15 people from population who have knee pain. Duration of this research is 8th of January 2016 - 29th of April 2016 at Sirindhorn College of Public health Phitsanulok. The statistics used in data analysis were standard deviation and t-test

The research found that From the screening of user to use Innovation Herbal fabric fasteners for knee pain found 2 male was 13.3%, 13 female was 86.7%. Age 16-32 years old had 7 people was 46.7% and more than 32 years old had 8 people was 53.3%. Education background

were primary education had 3 people was 20.0%, high school education had 7 people was 46.7% and bachelor's degree had 5 people was 33.3%. Others occupation had 15 people was 100% were merchant, housewife, officer and student. From user satisfaction survey of Innovation Herbal fabric fasteners for knee pain found that satisfaction in various fields thus

1. Quality Satisfaction levels of Innovation Herbal fabric fasteners for knee pain are at the highest level in suitable for use, from the result found that get mean ($\bar{x} = 4.60$) and get standard deviation (SD=0.73)

2. Efficacy Satisfaction levels of Innovation Herbal fabric fasteners for knee pain are at the highest level in portable, from the result found that get mean ($\bar{x} = 4.87$) and get standard deviation (SD=0.63)

3. Intended use Satisfaction levels of Innovation Herbal fabric fasteners for knee pain are at the highest level in relieve knee pain and can be used with user at the same result , from the result found that get mean ($\bar{x} = 4.67$) and get standard deviation (SD=0.6)

Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok

ยืดเหยียดคลายปวด นวดเท้าสบาย Stretching a foot massage to relieve pain.

จุฑารัตน์ มาหลิน¹, จุฑารัตน์ ไชยรักษา¹, วณิดา จำปาโพธิ์¹, อินทอร ชัยศรี¹,
กรรณิการ์ จันทเทพ¹ และ อมรรัตน์ อัครเศรษฐสกุล²
.Jutharat Malin¹, Chutharat Chairaksa¹, Wanida Champapho¹, Inthuan Chaisorn¹,
Kannika Chantatep¹ and Amornrat Akkarasetsakul²

บทคัดย่อภาษาไทย

จากการสำรวจปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลหนองไผ่ อ.เมือง จ.อุดรธานี เบื้องต้นพบว่าผู้สูงอายุมีโรคประจำตัวคือเบาหวาน และมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย และเท้าชา คิดเป็น 26% จึงทำการศึกษา และจัดทำนวัตกรรมยืดเหยียดคลายปวด นวดเท้าสบาย มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรเทาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย เสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ลดอาการเท้าชา และนำของใช้ที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ ด้วยการออกกำลังกายโดยการใช้การเหยียบย่ำบนไม้อัดบุแผ่นฟองน้ำใส่เม็ดมะขาม และการใช้ยางรัดของถักให้เป็นโซ่ผูกกับไม้อัดใช้ดึงให้ยืดออกทั้งสองข้าง นำไปให้ผู้สูงอายุที่มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย และเท้าชา จำนวน 33 คน ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อการใช้นวัตกรรมยืดเหยียดคลายปวด นวดเท้าสบายโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($X=3.99$, $SD=0.16$) มีความพึงพอใจเกี่ยวกับความเหมาะสมของนวัตกรรม ขนาด รูปร่าง และนวัตกรรมมีความเรียบง่าย นำใช้ สูงที่สุด($X= 4.18$, $SD=0.13$ และ $X=4.18$, $SD=0.18$ ตามลำดับ) จากผลการศึกษาพบว่านวัตกรรม ยืดเหยียดคลายปวด นวดเท้าสบาย ผู้ใช้มีความพึงพอใจ สะดวกเรียบง่าย ราคาถูก สามารถนำไปใช้ได้กับทุกวัยที่มีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อข้อเข่าและใน การพัฒนาคือปรับความยาวของระดับยางยืด และเพิ่มความหนาของฟองน้ำ

คำสำคัญ: ยืดเหยียด, นวดเท้า

¹ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรธานี

² อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Elderly health survey in Nongphai, Muang, Udonthani province found that elderly people with underlying diseases of diabetes, body aches and feet aches obtained 26% of the total percentage. These are the source of innovative ideas, prepared with the aim to reduce body aches, foot aches, strengthen the muscles and The use of existing benefits. The innovation using the tread rubber lining on plywood put tamarind trees, and the use of elastic knitted into a chain tied to the plywood using a stretched either side. The sample group was 33 ageing in Nongphai subdistrict. The result of this study were; the level of satisfaction to innovative activated, showed that the sample satisfied the high level ($X = 3.99$, $SD = 0.16$), the level of satisfied with the innovation of it's shape and features. Furthermore, The numbers showed high result ($X = 4.18$, $SD = 0.13$ and $X = 4.18$, $SD = 0.18$), the level of satisfied with the suitability of innovative shapes are simple, innovative and highest use ($X = 4.18$, $SD = 0.13$ and $X = 4.18$, $SD = 0.18$) The study found that innovation. Stretching to relieve foot pain with user satisfaction, simple, convenient, inexpensive and can be used for all ages, with muscle aches feedback in the development of the length of the elastic. And increasing the thickness of the sponge

Key words: Stretching, foot massage.

¹ Student nurse, Nursing college Udonthani

² Advisor

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณรในชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1 –3 โรงเรียนวิเวกธรรมประสิทธิ์วิทยา วัดธาตุ (พระอารามหลวง)
จังหวัดขอนแก่น

Factors related to oral health care behavior of novice in Mathayomsuksa
1 to 3 years Wiwektham Prasitwitthaya School Wat That (Royal Temple),
Khon Kaen province

วันเฉลิม รัตพร ปนัดดา ถิ่นวาปี ธนาธร สายทรัพย์ อัญชญา ปุณช์ชัย พิมพัชฌา วงษ์พรม สุพัตรา วัฒนเสน
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของสามเณร ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่1 –3 โรงเรียนวิเวกธรรมประสิทธิ์วิทยา วัดธาตุ (พระอารามหลวง) จังหวัดขอนแก่น กลุ่มประชากรเป็นสามเณร จำนวน 73 รูป เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามวัดด้าน 1) ปัจจัยนำ ด้านความรู้เกี่ยวกับสุขภาพช่องปาก ด้านเจตคติ 2) ปัจจัยเอื้อ ด้านการเข้าถึงบริการทันตกรรมและการมีอุปกรณ์ดูแลรักษาช่องปาก 3) ปัจจัยเสริม ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมและการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากและ 4) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 0.70. - 0.71. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ใช้สถิติ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ 0.05

ผลการศึกษาพบว่าสามเณรมีปัญหาสุขภาพช่องปากในรอบปีที่ผ่านมา ร้อยละ 71.2 สามเณรไม่เคยรับการ รักษาทางทันตกรรมในรอบปีที่ผ่านมา ร้อยละ 60.3 หนึ่งในสามของสามเณรมีการแปรงฟันเป็นประจำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ด้านสัมพันธ์ของตัวแปร พบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปาก มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก (r = 0.457, p-value <0.001) การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก (r = 0.331,p-value=0.004) และความรู้ มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก (r = 0.683,p-value<0.001) การศึกษาครั้งนี้ มีข้อเสนอให้ทันตบุคลากรและผู้ที่เกี่ยวข้องควรมีการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก การถวายเป็นบุญในช่องทางต่างๆ และให้บริการทันตกรรมเชิงรุกในกลุ่มสามเณร

คำสำคัญ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากสามเณร

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This survey research aimed to investigate oral health care and factors related to oral health care behavior of novices in Muttayomsuksa1 to 3 years at Wiwektham Prasitwitthaya School Wat That (Royal Temple), Khon Kaen province. The population of this study included 73 novices in the school. Data were collected using the questionnaire measuring 1) the predisposing factors covering knowledge about oral health care and attitude information, 2) enabling factors covering information of dental accessibility and oral health care devices,3) reinforcing factors covering social support and information about oral health care and 4) oral health behavior. Reliabilities of the questionnaires were 0.70. – 0.71. The collected data were analyzed by descriptive statistics and expressed as frequency, percentage, mean, and standard deviation. The Pearson Correlation

Coefficient was used for analysis for the associated correlation between the factors and oral health behavior. The level of significance for all statistical tests was set at 0.05.

The study showed recent years the subjects had oral health problems at 71.2%, and they had not been given any the dental treatment at 60.3%. One third of novices had regular tooth brushing twice a day. Receiving the information about oral health care had a positive correlation with the oral health care behavioral a fair level ($r = 0.457$, $p\text{-value} < 0.001$) receiving the social support had a positive correlation with the oral health care behavioral a fair level ($r = 0.331$, $p\text{-value} = 0.004$) and knowledge had a positive correlation with the oral health care behavioral a fair level ($r = 0.683$, $p\text{-value} < 0.001$).

This study suggests that dental personal and stakeholders should promote the oral health and provide novices knowledge from various channels and proactive service.

Key Word: Predisposing factors, Enabling factors, Reinforcing factors and Oral health care behavior, Novice

การศึกษาคุณสมบัติต้านอนุมูลอิสระและฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อจุลินทรีย์ ที่ก่อโรคบนผิวหนังบางชนิดจากสารสกัดดาหลา

Antioxidant and Anti – Microbial of Crude Extract on Some Microbes Causing Skin Disease from *Etlingera elatior* [Jack] R. M. Smith

บุรินทร์ วงษ์สุวรรณ สุฮัยลา สะมะแอ และเบญจวรรณ พูนธนานิวัฒน์กุล

Burin Wongsuwat, Suhila Samaae, Suhaila Samaae and Benjawan Poonthananiwatkul

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้วิธีการ Agar Well Diffusion Test ทำการทดลอง 3 ชุดแล้วนำมาหาค่า Minimal Inhibitory Concentration (MIC) โดยวิธี Broth Dilution Test และนำมาหาค่า Minimal Bactericidal Concentration (MBC) และหาค่า EC50 ด้วยวิธี DPPH assay ค่า EC50 เปรียบเทียบกับ Vitamin C ซึ่งเป็นสารมาตรฐาน พบว่าสารสกัดจากใบดาหลามีความสามารถในการต้านอนุมูลอิสระสูงสุดโดยให้ค่า EC50 เท่ากับ 4.00 µg/ml รองลงมาคือ สารสกัดจากดอกดาหลาและสารสกัดจากเหง้าดาหลา ให้ค่า EC50 เท่ากับ 7.89 และ 33.59 µg/ml ตามลำดับ สำหรับสารมาตรฐาน Vitamin C ให้ค่า EC50 เท่ากับ 2.75 µg/ml ทดสอบฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรียด้วยวิธี Disc Diffusion Method พบว่าสารสกัดจากดอกและเหง้าดาหลาไม่มีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อ *S. aureus* และ *C. albicans* และสารสกัดจากใบดาหลามีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญของเชื้อ *S. aureus* โดยให้ค่า Inhibition Zone อยู่ในช่วง 10.34 ± 0.58 mm. แต่ไม่มีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญของเชื้อ *C. albicans* ค่า MIC เท่ากับ 31.25 mg/ml และค่า MBC เท่ากับ 125 mg/ml เมื่อเปรียบเทียบกับค่า MIC ของสารสกัดจากใบดาหลากับยามาตรฐาน พบว่า สารสกัดจากใบดาหลามีฤทธิ์ในการยับยั้งได้ผลดีเท่ากับยามาตรฐาน Vancomycin ส่วนค่า MBC เมื่อเปรียบเทียบกัน พบว่าสารสกัดจากใบดาหลามีค่ามากกว่า 4 เท่าของยามาตรฐาน Vancomycin แสดงว่ายามาตรฐาน Vancomycin มีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อได้ดีกว่าสารสกัดจากใบดาหลา ส่วน Dimethyl Sulfoxide (DMSO) ไม่มีค่า MIC และ MBC เนื่องจากไม่มีฤทธิ์ยับยั้งแต่เป็นตัวควบคุมเชิงลบในการทดลองหาค่า MIC

คำสำคัญ: อนุมูลอิสระ, สารสกัดหยาบ, *Staphylococcus aureus*, *Candida albicans*

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา

บทคัดย่ออังกฤษ

This research aimed to explore antioxidant and inhibitory-activities of *Etlingera elatior* flower, leaf and stalk extracts on *Staphylococcus aureus* and *Candida albicans* causing dermatitis. This study is experimental research using Agar Well Diffusion Test based on triplicate testing and DPPH method assay presented as EC50 Minimal Inhibitory Concentration (MIC) by using a Broth dilution test and Minimal Bactericidal Concentration (MBC) were calculated in this study. EC50 value with the DPPH method, assay in comparison with Vitamin C, which is standard. The results of this study found that leaf extract had the highest EC50 value (4.00 µg/ml) when compared with EC50 of vitamin C (2.75 µg/ml) while rhizome extract and stalk extract showed EC50 values as 7.89 µg/ml, 33.59 µg/ml, respectively. With Disc Diffusion Method, flower extracts and stalk extracts had no anti - bacterial activities on *S. aureus* and *C. albicans* whereas leaf extracts showed the anti-bacterial activities. Leaf extracts had only anti - bacterial activities for *S. aureus* not for *C. albicans*. Diameter of Inhibition zone values were measured at 10.34 ± 0.58 mm, MIC value was at 31.25 mg/ml and the MBC value was at 125 mg/ml In comparison with vancomycin standard, MIC

values, these results also indicated that leave extracts had equal MIC value with vancomycin as well as had higher four - fold MBC value compared with vancomycin.

Keywords: Free radical, Crude Extract , Staphylococcus aureus, Candida albicans

Sirindhorn College of Public Health, Yala

ศูนย์พัฒนาเด็กบ้านสวนยิ้มใส ห่างไกลฟันผุ

Give kids a bright smile

ภคนิรินธร ทรงศิลป์สะอาด¹, กัลยา นกเล็ก¹, ธิตติยา พารา¹, นวพร คำมี¹, นิรัชรินทร์ ทองดี¹, และวริศรา กาศักดิ์¹
Paknirin Songsilsa-ard¹, Kunlaya Noklek¹, Thittiya Para¹, Nawaporn Kamme¹,
Niratcharin Thongdee¹ and Waritsara Kasak¹

บทคัดย่อภาษาไทย

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้เด็กเล็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองบ้านสวน อ. เมือง จ. ชลบุรี มีทันตสุขภาพที่ดี มีเด็กอายุ 2-5 ปี จำนวน 15 คน ผู้ดูแลเด็กจำนวน 8 คนเข้าร่วมโครงการในเดือน กุมภาพันธ์ถึงเมษายน 2559 กิจกรรมได้แก่ การจัดเมนูอาหาร การสาธิตและฝึกปฏิบัติแปรงฟัน การฝึกตรวจความสะอาดหลังแปรงฟัน และการให้ทันตสุขศึกษาแก่ผู้ดูแลเด็กโดยใช้นวัตกรรม “แบบเรียนสำเร็จรูป เรื่อง ฟ.ฟันของเรา” ร่วมกับการใช้ “กล่องนิทานหรรษา” ในการถ่ายทอดความรู้และสร้างทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับสุขภาพช่องปากให้กับเด็ก ประเมินผลด้วยแบบทดสอบความรู้ แบบบันทึกการตรวจความสะอาด แบบสังเกตทักษะการแปรงฟัน นอกจากนี้ยังมีการสนทนากลุ่มเพื่อพัฒนางานทันตสุขภาพ ผลการดำเนินโครงการพบว่า ร้อยละ 80 ของผู้ดูแลเด็กมีความรู้ด้านทันตสุขภาพในระดับดีขึ้นไป ร้อยละ 87.5 มีทักษะในการสอนแปรงฟัน ร้อยละ 100 มีทักษะในการตรวจความสะอาดและสามารถถ่ายทอดความรู้ด้านทันตสุขภาพให้แก่เด็กโดยใช้นวัตกรรมแบบเรียนสำเร็จรูปได้ ร้อยละ 70 ของเด็กแปรงฟันหลังอาหารกลางวันสะอาดเพิ่มมากขึ้น โดยผู้ดูแลเด็กควบคุมเด็กและตรวจความสะอาดหลังให้เด็กทุกคน ผลการสนทนากลุ่ม พบว่าศูนย์พัฒนาเด็กเล็กปรับความถี่ในการทานอาหารว่างลงจาก 3 ครั้งเหลือ 2 ครั้ง และได้นำเรื่องการปรับเมนูอาหารให้คณะผู้บริหารโรงเรียนพิจารณาลดอาหารว่างประเภทแป้งและน้ำตาล

คำสำคัญ: เด็กก่อนวัยเรียน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ทันตสุขภาพ

¹ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The objective of this project was to establish healthy oral habits and good oral health in young children. The project was provided in the Bansuan child development center, Chonburi. There were fifteen children aged two to five years old and eight caregivers participated in this program in February to April 2016. All activities were oral health education, healthy lunch menu, brushing teeth demonstration and practice, as well as training for checking cleanliness after brushing. In addition, the project empowered caregivers to teach young children taking care of their teeth by using our innovation, the lesson toolbox. Moreover, this innovation involved a funny story box which used for a story telling to create good attitudes about oral health care for children. Also, a focus group discussion was held in this program. The study found that eighty percent of caregivers had oral health knowledge at a good level and above. Eighty-seven percent of them had good skills in teaching children brushed their teeth. And all caregivers can check cleanliness after brushing correctly. All children brushed their teeth after lunch under supervision of caregivers. Resulted from focus group discussion, this center decreased snack times from three to two times a day. Also, reducing carbohydrate and sugar in snack menu was in the process of consideration from the board of directors.

Key words: preschool children, child development center, oral health

¹ Sirindhorn College of Public Health, Chonburi

ยิ้มสดใส สุขวัย ใสใจสุขภาพช่องปาก

Healthy smile for long life

นุชนารถ พิพัฒน์สกุลภาคย์¹, กนกพรรณ วรรณรังสี¹, จิระเวช ช่างชัย¹, จุฑารัตน์ วรรณชุน¹,
ฐิติพร มังคลาด¹, ปณิสรา โสภา¹ และวารีย์ ไชโย¹

Nutchunat Pipathsakulpak¹, Kanokpan Wannarangsri¹, Jirawech Chaungchai¹, Chutarat Worachun¹,
Titiporn Mangkalad¹, Panisara sopa¹ and Waree Chaiyo¹

บทคัดย่อภาษาไทย

โครงการนี้จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใส่ใจในการดูแลสุขภาพช่องปากและมีการดูแลทันตสุขภาพที่ดี โดยจัดทำขึ้นที่ตำบลหนองข้างคอก อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ในเดือนมีนาคม - เมษายน พ.ศ. 2559 มีผู้สูงอายุเข้าร่วมโครงการจำนวน 30 คน กิจกรรมในโครงการมุ่งเน้นการสอนให้ผู้สูงอายุสามารถทำความสะอาดช่องปากได้อย่างเหมาะสม ผู้ดำเนินโครงการจึงสร้างนวัตกรรมน้ำยาบ้วนปากจากใบฝรั่ง การดำเนินโครงการได้มีการสอนทำน้ำยาบ้วนปากจากใบฝรั่งให้กับผู้สูงอายุร่วมกับการสอนการดูแลสุขภาพช่องปากด้วยวิธีต่างๆ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา ในช่วงสุดท้ายของการดำเนินโครงการได้มีการไปเยี่ยมบ้านและผลการสำรวจพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในน้ำยาบ้วนปากจากใบฝรั่งในระดับมาก โดยมีความพึงพอใจในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านการหาวัตถุดิบในการทำน้ำยาบ้วนปากได้ง่ายเนื่องจากชุมชนหนองข้างคอกแห่งนี้แหล่งปลูกฝรั่งที่มีชื่อเสียงของจังหวัดชลบุรี ด้านสรรพคุณในการลดกลิ่นปาก ด้านการใช้งานที่ง่ายไม่ระคายเคืองในช่องปากและสามารถลดเหงือกอักเสบได้อย่างไรก็ตาม การศึกษาครั้งนี้จัดทำในช่วงเวลาสั้นๆ จึงควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติม เพื่อให้เกิดการนำผลผลิตจากชุมชนมาพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพในการส่งเสริมสุขภาพช่องปากสำหรับผู้สูงอายุต่อไป

คำสำคัญ: การทำความสะอาดช่องปาก, นวัตกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก, น้ำยาบ้วนปากจากใบฝรั่ง

¹ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The objective of this project was to promote oral health awareness and teach good oral hygiene in elderly. This program was held in Nongkangkok District, Muang, Chonburi. In March – April 2016. There were thirty elderly people participated in the program. The activities focused on oral hygiene instruction. We invented three innovations to support healthy smiles for them. These innovations included guava-leaf mouthwash. Also, we demonstrated and practiced mixing guava-leaf mouthwash with the teaching of oral health care in different ways. Data were analyzed with descriptive statistics. At the end of the program, we visited the participants' homes. We found that elderly people satisfied with using mouthwash at the high level. The most satisfied reason included guava was a very famous product of this community, so it was easy to find. Also, people felt that this mouthwash can reduce bad breath, be easy to use, not irritate oral cavity and decrease gum disease. However, the data was collected after using mouthwash for a short period. Therefore, the further research could be continued in order to improve this local raw material from the community to be a quality product, and utilize for oral health promotion in elderly.

Keywords: oral hygiene instruction, innovations to support healthy smiles, guava-leaf mouthwash

¹ Sirindhorn College of Public Health, Chonburi

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพของคนเก็บขยะในสถานที่กำจัดมูลฝอย องค์การบริหารส่วนจังหวัด นนทบุรี

Factors Associated with Health Status of the Garbage Collection Personnels at Nonthaburi's Garbage Landfill Facility.

สุพัตรา พิมพา¹ และจุฑามาศ สุขสวัสดิ์²
Supattra Pimpa¹ and Jutamad Suksawad²

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคลของคนเก็บขยะ และศึกษาภาวะสุขภาพของคนเก็บขยะ สถานที่กำจัดมูลฝอย องค์การบริหารส่วนจังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ คนเก็บขยะ ในสถานที่กำจัดมูลฝอย องค์การบริหารส่วนจังหวัดนนทบุรี ทั้งเพศหญิงและเพศชาย อายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 175 คนได้จากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ ระยะเวลาในการทำงาน (ปี) จำนวนชั่วโมงในการทำงาน แบบสอบถามตอนที่ 2 เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วย พฤติกรรมการป้องกันโรค พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามตอนที่ 2 เท่ากับ .85 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย การคำนวณค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคลด้านการป้องกันตนเองโดยรวมอยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวม (\bar{X} = 2.14) ซึ่งมีพฤติกรรมสวมใส่เสื้อแขนยาวคลุมถึงข้อมือ ในขณะที่ปฏิบัติงานจัดเก็บขยะ อยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย (\bar{X} = 3.58) ในเรื่องของ การสวมใส่แว่นตาที่ใช้สำหรับป้องกันแสงแดด ในขณะที่ปฏิบัติงานจัดเก็บขยะ อยู่ในระดับน้อยที่สุด ค่าเฉลี่ย (\bar{X} = 1.10) ในด้านการส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (\bar{X} = 3.35) ซึ่งมีพฤติกรรมการกินอาหารครบ 3 มื้อในแต่ละวัน อยู่ในระดับดีมาก ค่าเฉลี่ย (\bar{X} = 4.59) โดยในเรื่องของการไม่ดื่มสุรา หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์อื่นๆ อยู่ในระดับน้อย (\bar{X} = 2.36)

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า นักสาธารณสุขที่รับผิดชอบงานด้านภาวะสุขภาพ ควรให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพแก่คนเก็บขยะ และควรส่งเสริมการป้องกันตนเอง เช่น การใส่แว่นกันแดด และงดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

คำสำคัญ : ปัจจัย ภาวะสุขภาพ คนเก็บขยะ กำจัดมูลฝอย

¹วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนาภิเษก จังหวัดนนทบุรี
²โรงพยาบาลวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This research aims to study the behavior of the individual health scavenger, educational and health status of the collectors & solid waste disposal site Administration jobs. The sample had 175 people from a simple random sampling. That include scavengers at the solid waste disposal site & administration jobs both male and female age 18 years and over. The tools for collecting data were divided into two stages. The first collected personal data which included gender, age, marital status, education level, income, the length of time in operation (years) and the number of hours of work. The second questionnaire collected data about health habits that included preventive behaviors, and behavioral health. The confidence result of the second was at 85. The statistics used for data analysis are percentages, mean and standard deviation.

The results showed that the behavior of individual health protection was at a low level overall. The average total was 2.14. When performing garbage collection, a shirt with long sleeves

that cover the wrists is needed and was good at 3.58. The use of sunglasses for eye protection from the sun is also required while performing garbage collection. The lowest was at 1.10. Overall health had an average of 3.35. The eating behavior of three meals each day is at an excellent average of 4.59. Binging or the use of alcoholic beverages is at a low level of 2.36

The results indicated that those responsible for public health should be knowledgeable about the health of the garbage collector, and should promote health protection, such as wearing sunglasses, and drinking non-alcoholic beverages.

Keywords: factor Health Trash keeper waste disposal

¹KANCHANABHISHEK INSTITUTE OF MEDICAL AND PUBLIC HEALTH TECHNOLOGY NONTHABURI

²WANGNOI HOSPITAL AYUTTHAYA

การศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และ
สาธารณสุข กาญจนภิเษก อำเภอน้อย จังหวัดนonthaburi

The Study of Exercise Behaviors of Students in Kanchanabhishek Institute of
Medical and Public Health Technology AmphoeSaiNoi, Changwat Nonthaburi

สุกุนา ใจปัดชา1 และลลิตา ท้าวกัลยา 2

Sakuna Jaipatcha 1 and Lalita Thawgunlaya 2

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก อำเภอน้อย จังหวัดนonthaburi กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้แก่นักศึกษาทุกหลักสูตรของวิทยาลัย ที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2558 จำนวน 238 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามโดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลและพฤติกรรมการออกกำลังกาย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การคำนวณค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการออกกำลังกาย จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลด้วยสถิติ independent t-test และสถิติ One way ANOVA ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยใช้วิธีของแอลเอสดี (LSD Method) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลและพฤติกรรม การออกกำลังกายด้วยการทดสอบไคสแควร์ (chi square)

ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก มีพฤติกรรม การออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($= 2.64$) ปัจจัยด้าน เพศและโรคประจำตัว ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรม การออกกำลังกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนปัจจัยด้านดัชนีมวลกายและสาขาที่ศึกษาที่แตกต่างกันมีพฤติกรรม การออกกำลังกายไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ในขณะที่ปัจจัยด้านเพศมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุขกาญจนภิเษก อย่างมีนัยสำคัญ ส่วน ปัจจัยด้านดัชนีมวลกาย สาขาที่ศึกษา และโรคประจำตัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ระดับ นัยสำคัญทางสถิติ 0.05

คำสำคัญ : การออกกำลังกาย นักศึกษา วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก

1 โรงพยาบาลสกลนคร

2 วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก จังหวัดนonthaburi

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This research aims to study the health of college students, medical technology and health Kan Rd Noi district, Nonthaburi samples used in this study were all students of the college's curriculum. Who are studying in the 2558 academic year, 238 of which have come from a sample Simple (Simple Random Sampling) were used in this research. The questionnaire is divided into two parts: personal factors and exercise behavior. The statistical analysis was used to calculate the frequency, percentage, average and standard deviation. Comparative analysis of different types of exercise behavior by individual factors with statistical independent t-test and statistical One way ANOVA test the difference of the average income is coupled by means of lysergic acid diethylamide (LSD Method) analysis. the relationship of individual factors and exercise behavior with the test chi (chi square).

The research found that college students, medical technology and health Kan Rd behavior overall fitness is moderate ($= 2.64$), gender and underlying factors. Different exercise habits vary significantly. The factors, body mass index and field studies on different exercise behavior is no

different at significance level of 0.05, while the gender relation to the exercise behavior of college students in medical technology. Health and Kan Rd. Significantly The factors, body mass index, education, and medical fields, no relation to the exercise behavior at the level of statistical significance 0.05.

Keywords: Exercise Behavior, Students, Kanchanabhishek Institute of Medical and Public Health Technology

1 Sakon Nakhon Hospital

2Kanchanabhishek Institute of Medical and Public Health Technology Nonthaburi

การศึกษาคุณภาพข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้ม
โรงพยาบาลในพื้นที่รับผิดชอบสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 5 ราชบุรี
The quality of the standard data structure medical and health hospitals
(43 standard Folders) in the National Health Security office zone 5
Ratchaburi

สุกานดา สุขศาลา¹ และธนาพร ดั่งสูงเนิน²
Sukanda Sooksala¹ and Thanaporn Duangsoongneon²

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการจัดทำคุณภาพข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้มโรงพยาบาลศูนย์ในพื้นที่รับผิดชอบสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 5 ราชบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบในการบันทึกและตรวจสอบคุณภาพข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้ม ประกอบด้วย โรงพยาบาลศูนย์ราชบุรี จังหวัดราชบุรี โรงพยาบาลศูนย์เจ้าพระยายมราช จังหวัดสุพรรณบุรี โรงพยาบาลทั่วไปสมุทรสาคร (โรงพยาบาลทั่วไปที่ได้รับการยกฐานะเป็นโรงพยาบาลศูนย์) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก และแบบตรวจสอบคุณภาพข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานทางด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้ม ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (content analysis) ทำการตีความ สร้างข้อสรุปจากข้อมูล วิเคราะห์ โดยมองหาความหมาย ความคล้ายคลึง ความแตกต่าง และนำเสนอผลการศึกษาแบบพรรณนาวิเคราะห์

ผลการวิจัยพบว่า บุคลากรที่มีความรู้ในสาขาทางการแพทย์และมีประสบการณ์ในการจัดทำข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้ม จะทำให้ข้อมูลมีคุณภาพโดยกระบวนการจัดทำข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้มให้มีคุณภาพควรมีลักษณะดังนี้ 1) หน่วยงานของแต่ละแผนกที่ทำกรบันทึกข้อมูลต้องมีความเข้าใจในการบันทึกข้อมูล และต้องบันทึกข้อมูลแบบ Real time 2) ผู้รับผิดชอบในการจัดทำข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้ม ต้องมีความถี่ในการตรวจสอบข้อมูลหลายครั้งต่อเดือน และทำการปรับแก้ข้อมูลไปพร้อมกัน ปัจจัยสนับสนุนกระบวนการจัดทำข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้มโรงพยาบาลศูนย์ในพื้นที่รับผิดชอบสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 5 ราชบุรี ได้แก่ ระบบเทคโนโลยีและสารสนเทศของโรงพยาบาลที่ดีและทันสมัย การได้รับการฝึกอบรม นโยบายในการบริหารงานด้านการจัดสรรทรัพยากรบุคคล มีส่วนสนับสนุนการจัดทำข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้มให้มีคุณภาพ เป็นผลทำให้คุณภาพข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานทางด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้มด้านความถูกต้องมากกว่าร้อยละ 90 ความซ้ำซ้อนน้อยกว่าร้อยละ 5 และสามารถส่งข้อมูลได้ทันเวลามากกว่าร้อยละ 80
คำสำคัญ: คุณภาพข้อมูล/ข้อมูลโครงสร้างมาตรฐานทางด้านการแพทย์และสุขภาพ 43 แฟ้ม/โรงพยาบาลศูนย์/สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 5

¹วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก จังหวัดนนทบุรี

²โรงพยาบาลสระบุรี

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This research aims to study the process of the data quality standards of the 43 files in the tertiary medical health care centers in the National Health Security Office zone 5 Ratchaburi. The samples used in this study were the officers in charge of recording and monitoring the quality of the data structure or the 43 medical and health files at the Ratchaburi hospital, the Chaophrayayommarat Hospital in Suphanburi province, and General Hospital SamutSakhon (Included because it is part of the National Health Security Office). The tools used to collect the

information were in-depth interviews and a data standard monitoring record to determine the quality of the 43 medical and health files. The conclusions were derived by analyzing the data by looking for similarities and discrepancies in the interviews and the data standard monitoring record.

The research found that personnel with knowledge and experience in the medical field for preparing and inputting data have the highest quality of data input. For good quality of standard data structure inputting for the 43 medical and health files should include: First, someone who understands the information must input it into the system and save the data in real time. Second, another person will run the data processing program and will correct the errors that are found. This person also determines when the process will be run during the month. Other factors that support the preparation of the information technology and information systems are the modernization of the hospitals, training of personnel, and the policies of the human resources department. All these steps contribute to the preparation of the standard data structure for the quality of the 43 medical and health files. As a result, data quality has an accuracy of more than 90% with less than 5% duplication and on-time delivery is more than 80%.

Key words: quality of information / the standard data structure medical and health (43 standard Folders) hospitals / the tertiary medical health care centers / the National Health Security office zone 5 Ratchaburi

1Kanchanabhisek Institute of Medical and Public Health Technology

2saraburi hospital

นวัตกรรมกระบอกดูดหัวนม Syringe Nipple Pump

กัญฐิมา ไชแสงจันทร์¹ จันทรสาร กรคนที² ทิชาภรณ์ พลแก้ว³ ภาณุพงศ์ แดงนา⁴ และ วณิดา อ่อนมิ่ง⁵
Kanthima Khaisaengjan¹ Jantrasorn Kornkhonthee² Tichaporn Polkaew³
Panupong Danger⁴ and Ms.Wanida Onming⁵

บทคัดย่อภาษาไทย

น้ำนมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดของทารกที่อุดมไปด้วยสารอาหารเพื่อพัฒนาการที่ดีของทารก ปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการให้นมบุตรที่พบในหญิงหลังคลอด ณ แผนกหญิงหลังคลอด โรงพยาบาลอุดรธานี คือ อาการหัวนมบวมและบอด จากการแก้ปัญหาดังกล่าวที่ผ่านมาได้มีผู้คิดค้นสิ่งประดิษฐ์โดยนำกระบอกฉีดยามาตัดจุกปลายมาใช้ในการดึงหัวนมบวม/หัวนมบอด แต่อย่างไรก็ตามยังคงพบปัญหาตามมาภายหลังการใช้ คือ พบว่าเป็นรอยจ้ำเลือดและมีอาการเจ็บรอบบริเวณที่เป็นขอบในการดึงให้หัวนมข้างที่บวมหรือบอดออกมา เหตุผลดังกล่าวคณะผู้จัดทำผลงานนวัตกรรม ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการบรรเทาอาการเจ็บและรอยจ้ำเลือดที่เกิดขึ้นเป็นสำคัญ จึงได้จัดทำนวัตกรรม “Syringe Nipple Pump” นี้ขึ้นมา การดำเนินการตามกระบวนการ PDCA โดยมีการวางแผนระดมความคิดร่วมกันโดยนำปัญหาที่พบมาคิดขึ้นงานนวัตกรรม สร้างนวัตกรรมตามที่วางแผนออกแบบไว้โดยใช้เส้นยางปิดรอบกระบอกฉีดยาที่ถูกตัดขอบ หลังจากนั้นนำผลงานที่ประดิษฐ์ไปทดลองใช้กับหญิงหลังคลอดที่มีปัญหาหัวนมบวมหรือหัวนมบอด จำนวน 10 ราย และประเมินความพึงพอใจต่อการใช้นวัตกรรม และนำมาพัฒนาตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาจนได้ชิ้นงานที่มีประสิทธิภาพและผู้ใช้เกิดความพึงพอใจ

คำสำคัญ: หัวนมสั้น, หัวนมบอด, ดูดนมแม่

¹ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรธานี

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Breast milk is the best food for infants that had a rich nutrients for child development. The main breast feeding's problem that found in postpartum women at Udonthani Hospital was flat nipples or inverted nipples. The previous study found that syringe that cut the top of it can pull the flat nipples or inverted nipples. The limitations of the syringe intention were a bruise marks, blood and pain around the nipple area because of the pressure that pull nipple out.

In this study, we tried to solve those problems by creating an innovation that can relieve pain and bruising from pulling around the flat nipples or inverted nipples. Method: Plan-Do-Check-Act was used. Plan : Brainstorming to find the way to solve these common health problems. Do : the innovation was created by covering the cut syringe with the rubber band. Check : applied the innovation with the postpartum mothers with flat nipples or inverted nipples.

Act : satisfaction survey and the result of pain and bruising was evaluated after using the syringe nipple pump.

Key words: flat nipples, inverted nipples, breast feeding

¹ Boromarajonani College of Nursing Udonthani

ผลของการฝึกโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยการเดินบาสะโล๊ปประยุกต์ต่อการทรงตัว ของผู้สูงอายุ ชุมชนวัดจันทร์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

The result of Paslop training program with balancing of the elders In Watchan community, Muang district, Phitsanulok Province

ปฎิยุทธ์ อูปพงษ์* ชรินทร์น มุ่งวิชา และคณะ* ดวงพร หุ่นตระกูล **

Patiyut Aupamong* Charinrat Mungwicha and others* Duangporn Hoontrakul **

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบกลุ่มเดียวทดสอบซ้ำ (One-group Repeated Measurement design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกโปรแกรมการเดินบาสะโล๊ปประยุกต์ต่อการทรงตัวของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตชุมชนวัดจันทร์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 30 คน โดยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วย 1) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือโปรแกรมการเดินบาสะโล๊ปประยุกต์ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน 2) เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ แบบประเมินการทรงตัวของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบทดสอบการทรงตัว Berg balance Scale และ Time up to go test ซึ่งได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.94 และ 0.97 ตามลำดับ โดยกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมโปรแกรมการเดินบาสะโล๊ปประยุกต์ เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ One-way ANOVA

ผลการวิจัย การเปรียบเทียบของคะแนนการทรงตัวก่อนทดลองของกลุ่มตัวอย่าง ภายหลังก้าวที่ 4 และภายหลังก้าวที่ 6 พบว่าภายหลังก้าวที่ 4 และภายหลังก้าวที่ 6 ค่าของคะแนนเฉลี่ยการทรงตัวดีกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่คะแนนเฉลี่ยการทรงตัวภายหลังก้าวที่ 6 ดีกว่าภายหลังก้าวที่ 4 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้พบว่าระยะเวลาเฉลี่ยการทรงตัวภายหลังก้าวที่ 6 ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างน้อยกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ น้อยกว่าภายหลังก้าวที่ 4 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ผลการทดลองแสดงว่าโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยการเดินบาสะโล๊ปประยุกต์ที่คณะผู้วิจัยจัดทำสามารถส่งเสริมการทรงตัวของผู้สูงอายุได้

คำสำคัญ: โปรแกรมการออกกำลังกายด้วยการเดินบาสะโล๊ปประยุกต์, การทรงตัวของผู้สูงอายุ

* นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พุทธชินราช

** RN, Ph.D.

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This research is on group repeated Quasi Experimental research to study the result of Paslop training program to the balance of 30 elders selected using predetermined criteria in Watchan community Phitsanulok province. Researching tools are the Paslop training program that was investigated from 3 professors of Paslop exercise and the collecting tool consist of personal information, Berg Balance Scale and Time Up and Go Test. The reliability of Berg Balance Scale is 0.94 and Time Up and Go Test is 0.97. The total time of Paslop program for 6 weeks, 3 time per week and 30 minutes per time. Data was analyzed by One-way ANOVA

From Researching Found, compare of balance scale can be sort as before research, 4 weeks after then, and 6 weeks after research. The finding indicated that after 4th and 6th weeks average balance overall improved from before experiment was statistically significant at .05 level, but balance scale of week 6th are higher than week 4 was insignificant at .05 level. Addition, the

result after week 6 average time also less than from before experiment was statistically significant at .05 level, and less than week 4 was insignificant at .05 level.

Conclusion: The result indicate the Paslop program can be health promotion balance of the elders.

Keywords: The Paslop program, Balance of the elders

* The 3rd year nursing students of Boromarajonani College of Nursing Buddhachinaraj

** RN, Ph.D.

ผลของสารสกัดพิกัดตรีภาพพิษต่อเชื้อรา *Trichophyton rubrum*
และ *Candida albicans* ที่ก่อโรคผิวหนัง

Effects of Pikut Trii-kalpis Extract on *Trichophyton rubrum*
and *Candida albicans* Causing Dermatitis

พโนมล ชมโฉม ชูชัยลา สมะมะแอ โรสนานี เหมตระกุลวงศ์ และเบญจวรรณ พูนธนานิวัฒน์กุล
Phanomon Chomchom, Suhila Samaae, Rosenanee Hemtrakoonwong and Benjawan
Poonthananiwatkul

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยได้ใช้วิธีการ Agar Well Diffusion Test ทำการทดลอง 3 ชุดแล้วนำมาหาค่า Minimal Inhibitory Concentration (MIC) โดยวิธี Broth Dilution Test และนำมาหาค่า Minimal Fungicidal Concentration (MFC) พบว่า สารสกัดหยาบด้วยเอทานอลจากพิกัดตรีภาพพิษไม่มีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อ *Trichophyton rubrum* แต่มีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อ *Candida albicans* โดยให้ค่า Inhibition Zone เท่ากับ 19.67 ± 0.58 mm ค่า MIC เท่ากับ 4 mg/ml และค่า MFC เท่ากับ 256 mg/ml เมื่อเปรียบเทียบกับพิกัดตรีภาพพิษกับยามาตรฐาน พบว่า ค่า MIC สารสกัดพิกัดตรีภาพพิษมีค่ามากกว่า 2 เท่าของยามาตรฐาน Ketoconazole (MIC: 2) และมีค่าเท่ากับยามาตรฐาน Salicylic Acid (MIC: 4) แสดงว่ายามาตรฐาน Ketoconazole มีฤทธิ์ในการยับยั้งได้ผลดีกว่าสารสกัดพิกัดตรีภาพพิษ แต่สารสกัดพิกัดตรีภาพพิษมีฤทธิ์ในการยับยั้งได้ผลดีเท่ากับยามาตรฐาน Salicylic Acid ส่วนค่า MFC เมื่อเปรียบเทียบกัน พบว่าสารสกัดพิกัดตรีภาพพิษมีค่ามากกว่า 4 เท่าของยามาตรฐาน Ketoconazole (MFC: 64) และมากกว่า 8 เท่าของยามาตรฐาน Salicylic Acid (MFC: 32) แสดงว่ายามาตรฐาน Ketoconazole และ Salicylic Acid มีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อได้ดีกว่าสารสกัดพิกัดตรีภาพพิษ ส่วน Dimethyl Sulfoxide (DMSO) ไม่มีค่า MIC และ MFC เนื่องจากไม่มีฤทธิ์ยับยั้งแต่เป็นตัวควบคุมเชิงลบในการทดลองหาค่า MIC

คำสำคัญ: พิกัดตรีภาพพิษ ยาสมุนไพรรักษาโรคผิวหนัง *Trichophyton rubrum* และ *Candida albicans*

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This research aimed to explore inhibitory activities of Pikut tri-kalpis recipe on *Trichophyton rubrum* and *Candida albicans* causing dermatitis. This study was experimental research using Agar Well Diffusion Test based on triplicate testing. Minimal Inhibitory Concentration (MIC) by using a Broth dilution test and Minimal Fungicidal Concentration (MFC) were calculated in this study. The results were found that crude ethanol extracts of Pikut tri-kalpis recipe had no inhibitory activities on *Trichophyton rubrum* while the remedy affected on *Candida albicans*. Diameter of Inhibition zone values were measured at 19.67 ± 0.58 mm, MIC value was at 4 mg/ml and the MFC value was at 256 mg/ml. In comparison with two standard medicines MIC values, these results also indicated that Pikut tri-kalpis remedy had higher two-fold MIC value compared with ketoconazole and had equal MIC value with salicylic acid. This meant that the Pikut tri-kalpis recipe had less inhibitory activity than ketoconazole whereas had equal inhibitory activity with salicylic acid. In addition, MFC values compared with ketoconazole and salicylic acid, the recipe had higher four-fold MFC value compared with ketoconazole and higher eight-fold MFC value with salicylic acid. As results, the Pikut tri-kalpis remedy had less fungicidal activity than both ketoconazole and salicylic acid.

Key words: Píkut tri-kálpis recipe, Thai herbal remedy, dermatitis, Trichophyton rubrum, Candida albicans

Sirindhorn College of Public Health, Yala

พฤติกรรมการณ์ดูแลทันตสุขภาพของนักศึกษา
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น
Behavior in Oral Health Care of Students
at Sirindhorn College of Public Health, Khon Kaen Province

เกียรติศักดิ์ มั่นเหมาะ,¹ ชมพูนุช ผ่องแผ้ว,² นิตยา สุขแสวง,³
ประนัดดา โพธิ์ปักขา,⁴ พิรงศ์รอง สามม⁵ และอัจฉรา โยธีกไกร⁶

Keadtisuk Munmor, 1 Chompunuch Phongphaew, 2 Nittaya Suksawang, 3

Pranadda Phopakkhaha, 4 Pirongrong Sapom 5 and Atchara Yothikai 6

บทคัดย่อภาษาไทย

วัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาพฤติกรรมการณ์ดูแลทันตสุขภาพของนักศึกษา รูปแบบการศึกษาเป็นแบบภาคตัดขวาง การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาทั้งกลุ่มประชากร คือ นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น ชั้นปีที่ 1 และ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 273 คน จาก 4 หลักสูตร (หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สาธารณสุขศาสตร์(เทคนิคเภสัชกรรม) และหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สาขาวิชาปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์) เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมการณ์ดูแลทันตสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพถูกต้องมากที่สุดประเด็น “การสูบบุหรี่ทำให้เกิดคราบหินปูน” ร้อยละ 92.3 และน้อยที่สุดในประเด็น “การใช้น้ำยาบ้วนปากให้ผลเท่ากับการแปรงฟัน” ร้อยละ 22.0ทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ พบว่า เห็นด้วยอย่างยิ่ง มากที่สุดในประเด็น “ท่านคิดว่าการมีโรคในช่องปากทำให้มีกลิ่นปาก” ร้อยละ 34.1 และเห็นด้วยอย่างยิ่งน้อยที่สุดในประเด็น “ท่านคิดว่าการแปรงฟันแรงๆ สามารถกำจัดหินปูนได้” “ท่านคิดว่าเมื่อเป็นโรคฟันผุแล้วต้องถอนฟันอย่างเดียว” “ท่านคิดว่าการแปรงฟันเป็นเรื่องลำบาก” คิดเป็น ร้อยละ 2.6 เท่ากัน สำหรับการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ พบว่าปฏิบัติเป็นประจำมากที่สุด ในประเด็น “ท่านแปรงฟันหลังตื่นนอนและก่อนเข้านอนทุกครั้ง” ร้อยละ 86.4 ปฏิบัติเป็นประจำน้อยที่สุดในประเด็น “ท่านสูบบุหรี่” ร้อยละ 5.9 โดยสรุป นักศึกษาทั้งสองชั้นปีมีความรู้ที่ถูกต้องในแต่ละประเด็นมากน้อยแตกต่างกันทัศนคติส่วนใหญ่เห็นด้วยในเรื่องที่ถูกต้องและไม่เห็นด้วยในเรื่องที่ไม่ถูกต้อง สำหรับการปฏิบัติ แม้จะปฏิบัติถูกต้องเป็นประจำในบางเรื่อง แต่ยังมีหลายอย่างที่ปฏิบัติไม่ถูกต้องอยู่เป็นประจำ

คำสำคัญ: พฤติกรรมการณ์ดูแลทันตสุขภาพ นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร

¹⁻⁶ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The aim this cross-sectional study was to study the oral health care behavior of the total population students, first and second Year, from 4 programs (Bachelor of Public Health Program in Community Health, Bachelor of Public Health Program in Dental Public Health, Diploma of Public Health Program (Technical Pharmacy) and Diploma of Emergency Medical Technician Program). Questionnaires were used to collect information on oral health behaviors . Data were analyzed using descriptive statistics. The study found that 92.3 percent had accurate score knowledge of oral health care, issue “Smoking causes dental plaque“ whereas the lowest (22.0 %) knew “Using mouthwash is effective brushing“. For attitude about oral health care, 34.1 percent, most strongly agreed with “Having oral disease causes halitosis” and the lowest (2.6 %) agreed with “brushing harder can remove dental plaque“, “Treatment of tooth decay is tooth removal only “ “brushing is difficult“. And oral practice (86.4 %) most regularly brushed their teeth after waking up and before going to bed every time. There were only 5.9 percent smoking. In summary, the both year

students had accurate score knowledge very differently in each issue. For attitude, most agreed with the correct issues and opposed the incorrect. Although the oral practice was done correctly in some issues, there were many that do not perform properly on a regular basis.

Key words: Behavior in Oral Health Care, Students of Sirindhorn College of Public Health

¹⁻⁶ Sirindhorn College of Public Health, Khon Kaen

ความรู้ ทักษะ การปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

Knowledge Attitude and Practice regarding Oral Health Care of Students Year 1 and 2 at Sirindhorn College of Public Health, Khon Kaen Province

ธัญลักษณ์ กัณหาสิ,1 รัชนิกร เครือขารี,2 วิศรุต ทองวรรณ,3

สิริพิมพ์ พิมพากรณ์,4 ธนภรณ์ เพยศิริ 5 และอนันท์ ปณิสอน 6

Tanyalak Kanharee,1 Ratchaneekon Khueacharee,2 Vitsarud Thongwan,3

Siripim Pimpaporn,4 Thanaporn Poeisiri 5 and Arnon Panison 6

บทคัดย่อภาษาไทย

วัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 รูปแบบการศึกษาเป็นแบบภาคตัดขวาง การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาทั้งกลุ่มประชากร คือ นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น ชั้นปีที่ 1 และ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 273 คน จาก 4 หลักสูตร คือ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงสาธารณสุขศาสตร์(เทคนิคเภสัชกรรม) และ หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สาขาวิชาปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ เก็บข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถาม ประกอบด้วย ข้อมูลด้านความรู้ ทักษะ การปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ คุณภาพเครื่องมือด้านความรู้ มีค่าความเชื่อมั่น 0.618 ค่าความยากง่ายอยู่ระหว่าง 0.59-0.86 ด้านทัศนคติ มีค่าความเชื่อมั่น 0.849 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าความถี่และร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั้ง 4 หลักสูตร มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพอยู่ในระดับสูง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.3 มีทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 55.3 มีการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.0 นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ทั้ง 4 หลักสูตร มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ อยู่ในระดับสูง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 64.2 มีทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 39.6 มีการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 59.1 โดยสรุป นักศึกษาทั้งสองชั้นปีมีค่าคะแนนอยู่ในระดับเดียวกันทุกด้าน คือ ส่วนใหญ่มีความรู้ อยู่ระดับสูง ทักษะอยู่ในระดับปานกลาง และการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

คำสำคัญ: การดูแลทันตสุขภาพ ความรู้ ทักษะ การปฏิบัติตัว

1-6 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The purpose of the cross-sectional study was to identify the knowledge, attitudes and practices regarding oral health care. This study examined the entire population from students of Year 1 and Year 2 from 4 programs Include Bachelor of Public Health Program in Community Health, Bachelor of Public Health Program in Dental Public Health, Diploma of Public Health Program (Technical Pharmacy) and Diploma of Emergency Medical Technician Program. The quality of the questionnaire regarding knowledge part, the reliability was 0.618 and the difficulty index was between 0.59 to 0.86. For attitude part, the reliability was 0.849. Descriptive statistics was employed for data analysis, such as, Frequency, Percentage. The result showed that 69.3 percent of the first year students of the 4 programs had knowledge about oral health care at a high level, 55.3 percent had attitudes about oral health care at a moderate level, and 57.0 percent practiced about oral health care at a moderate level. The second year students of the 4 programs,

knowledge about oral health care at a high level accounted for 64.1 percent, attitudes about oral health care at a moderate level, 67.9 percent, and practice at a moderate level, 65.7 percent. In conclusion, both grade students had scored at the same level in all issues, knowledge at a high level, attitude and practice at a moderate level

Key words: Oral Health Care, Knowledge, Attitude, Practice

1-6 Sirindhorn College of Public Health, Khon Kaen Province

การรักษาโรคซางตามแบบภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน ด้วยวิธีการกวาดยา : กรณีศึกษา
หมอวิชาญ เอกเจริญโฮสธ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม
Thai Folk Medicine Wisdom in Treatment of Follicular Pharyngitis Using
Finger Method A Case Study of Wichan Akecharoenosod Sampran
District Nakornpathom Province.

ปัทมา ทองธรรมชาติ¹ รัตนา ทัดเกษร¹ และนพมาศ เครือสุวรรณ¹

Patama Thongtammachat¹ Rattana Thatkesorn¹ and Noppamas Khreuasuwana¹

1ภาควิชาการแพทย์แผนไทย สาขาแพทย์แผนไทยบัณฑิต วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข

กาญจนภิเษก จังหวัดนนทบุรี 11150

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านหมอวิชาญ เอกเจริญโฮสธ รักษาโรคซางด้วยวิธีการกวาดยา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ความรู้ด้านภูมิปัญญาพื้นบ้านในด้านการรักษาโรคซาง ใช้การศึกษาโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth interview) เก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนกันยายน 2558 ถึงเดือนพฤศจิกายน 2558 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ผลการศึกษาพบว่า ด้านการรวบรวมองค์ความรู้หมอพื้นบ้านในการรักษาโรคซาง รูปแบบของผู้ป่วยที่มารับการรักษาที่หมอวิชาญ เอกเจริญโฮสธ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ เด็กและผู้ใหญ่ การรักษาทั้งในเด็กและผู้ใหญ่มีการใช้ยาสมุนไพรในการกวาดยาตัวรับเดียวกันในแต่ละอาการ แต่มีความแตกต่างคือหากถ้าเป็นเด็กที่มาด้วยอาการนอนสะดุ้งกลางคืนนอนไม่หลับร้องไห้จะมีการผูกข้อมือข้างขวาด้วยสายสิญจน์เพื่อเรียกขวัญก่อน แล้วจึงทำการกวาดยา ขั้นตอนการรักษา คือ นำตำรับยาสมุนไพรที่เตรียมไว้กวาดลงบริเวณโคนลิ้น และส่วนวิธีการรักษาของหมอมีการซักประวัติและสังเกตอาการของผู้ป่วย ทำการตรวจร่างกาย ทำการรักษาด้วยวิธีการกวาดยา ให้คำแนะนำและข้อปฏิบัติตัวแก่ผู้ป่วยและการประเมินผลการรักษา พบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มารับการรักษามีอาการดีขึ้นโดยประเมินจากการสังเกตในการกวาดยาในครั้งถัดไป

คำสำคัญ : ภูมิปัญญา การอนุรักษ์ การสืบทอด หมอพื้นบ้าน โรคซาง

¹ วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก จังหวัดนนทบุรี

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This research aimed to study Mr. Wichan Akecharoenosod's Thai folk medicine wisdom that is currently used to treat follicular Pharyngitis in Sampran District Nakornpathom Province. This was a qualitative study using in-depth interview and thematic analysis. The results showed that Mr. Wichan's have 2 groups of treatment, child and adult. In each symptom the treatment in both child and adult also use the same medicine by finger method. In case of the child cannot sleep normally during night or crying, the healer will bind a thread at the right wrist of the child before the method to heal the soul patient. The healer will using his finger, put the medicine on it and swab on the patient's tongue. In every case, the healer will ask information about the illness, observe, examination, do the swab, give advise and assessment the treatment. Most of the patient were healed by assessment from the next follow up.

Keywords : wisdom folk medicine follicular Pharyngitis

¹ Kanchanabhisek Institute of Medical and Public Health Technology

ผลของสารสกัดตะลิงปลิงต่อเชื้อก่อโรคสิว
Propionibacterium acnes* และ *Staphylococcus aureus
Effect of *Averrhoa bilimbi* Linn. Crude Extracts on *Propionibacterium*
acnes* and *Staphylococcus aureus

วรัญญา อรุณทยานันท์¹ ปริฉัตร ปักซี่¹ และชัตติยา ขยันการนาวิ¹
 Warunya Arunotayanun¹ Parichat Puksee¹ and Khattiya Khayankannawee¹

บทคัดย่อภาษาไทย

ตะลิงปลิงเป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการรักษาสิวตามตำรายาไทย แต่ยังคงขาดหลักฐานการศึกษาเชิงวิทยาศาสตร์ งานวิจัยนี้จึงสนใจศึกษาข้อมูลทางพฤกษเคมีและฤทธิ์ของสารสกัดจากใบและผลตะลิงปลิงในการยับยั้งเชื้อก่อโรคสิว *Propionibacterium acnes* และ *Staphylococcus aureus* การทดลองทำสกัดใบและผลของตะลิงปลิงด้วยตัวทำละลาย 3 ชนิดคือคลอโรฟอร์ม, เอทิลอะซิเตท และเอทานอล โดยสกัดแบบต่อเนื่องด้วยเครื่องสกัดซอท์กเล็ท แล้วจึงนำไปศึกษาพฤกษเคมีและฤทธิ์ของสารสกัดจากใบและผลตะลิงปลิงในการยับยั้งเชื้อ ผลการศึกษาพบสารในกลุ่มอัลคาลอยด์ แทนนินและโพลีฟีนอล ในสารสกัดทุกชนิด พบสารในกลุ่มฟลาโวนอยด์ ในสารสกัดเอทานอลจากส่วนใบและผลของตะลิงปลิง และพบสารในกลุ่มซาโปนิน ในสารสกัดคลอโรฟอร์มและเอทิลอะซิเตทของใบตะลิงปลิง ผลการศึกษาค่าความเข้มข้นต่ำสุดที่สามารถยับยั้งการเจริญของเชื้อ *Propionibacterium acnes* และ *Staphylococcus aureus* โดยวิธี broth dilution (Minimum Inhibitory Concentration: MIC) พบว่าสารสกัดของใบและผลตะลิงปลิงโดยตัวทำละลายทุกชนิดที่ความเข้มข้น 1-512 µg/ml ไม่สามารถยับยั้งการเจริญของเชื้อได้ เป็นที่น่าสนใจว่าฤทธิ์ในการรักษาสิวของตะลิงปลิงตามตำรายาไทย อาจเกิดจากกลไกอื่น ๆ ที่นอกเหนือจากการยับยั้งเชื้อก่อโรค เช่น ฤทธิ์ต้านการอักเสบ เป็นต้น ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาเพิ่มเติมต่อไป

คำสำคัญ: ตะลิงปลิง, สิว, *Propionibacterium acnes*, *Staphylococcus aureus*

1วิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Averrhoa bilimbi Linn. has been documented as a herbal remedy for acne treatment in Thailand, however, very few scientific studies on this plant has been found. This research aimed to screen phytochemical constituents of *Averrhoa bilimbi* Linn. crude extracts and the antibacterial activities on *Propionibacterium acnes* and *Staphylococcus aureus*. In this study, three solvents including chloroform, ethyl acetate and ethanol were used to extract leaves and fruits of *Averrhoa bilimbi* Linn. continuously applying soxhlet apparatus. Phytochemical screening and antibacterial activity study of crude extracts were conducted. Alkaloids, tannins and polyphenols were found in all extracts while flavonoids were discovered in ethanolic extracts and saponins were observed in chloroform and ethyl acetate extracts of *Averrhoa bilimbi* Linn. leaves. An antibacterial activity study using broth dilution technique demonstrated that all extracts possessed poor activities on *Propionibacterium acnes* and *Staphylococcus aureus* with minimum inhibitory concentrations (MIC) greater than 512 µg/ml in all tests. It could be suggested that an anti-acne activity of *Averrhoa bilimbi* Linn., according to Thai traditional use, might result from others mechanisms, for example, anti-inflammatory activity which should be investigated in further research.

Keywords: *Averrhoa bilimbi* Linn., acne, *Propionibacterium acnes*, *Staphylococcus aureus*

Kanchanabhisek Institute of Medical and Public Health Technology

นวัตกรรม:มัทจักรรย์หลอดด้ายนวดเท้า Spool of Thread as Foot Massage

ฐิติชญา ขำสุวรรณ นพลักษณ์ เพชรพรหม จิรวดี ยังเหม็น วรพล พ่วงศรี ดาราลักษณ์ โนนายะ นพเก้า กาศทิพย์
ศุภาพิชญ์ ชัยดิษฐ์ สุริยา แป้นทับ สุจิตรา ทัดเที่ยง มณฑนา อัจฉริยศักดิ์ชัย
Thitichaya Khamsuwan Noppalak Petpan Jirawadee Yangmen Worapol Pongson
Daraluke Nothaya Noppgao Gardthip Supapit Chaidid Suriya Pantub
Sujittra Thadteang Monthana Adjariyasakchai

บทคัดย่อภาษาไทย

ผู้สูงอายุเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานานจะส่งผลให้มีความเสี่ยงสูงต่อการทำลายหลอดเลือดแดงส่วนปลายและระบบประสาทโดยเฉพาะที่เท้า การกดนวดเท้าจะช่วยกระตุ้นการรับรู้ความรู้สึกสัมผัสของระบบประสาทส่วนปลายให้ดีขึ้น การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างนวัตกรรมหลอดด้ายนวดเท้าช่วยในการฟื้นฟูเส้นประสาทส่วนปลายที่เสื่อมและเพิ่มการไหลเวียนเลือดที่เท้า โดยนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุเบาหวานจำนวน 3 คนที่ชุมชนมหานุกาฬ จังหวัดพิษณุโลกและประเมินผลโดยวัดความพึงพอใจของผู้ใช้ ขั้นตอนการดำเนินงานประกอบด้วย 1) แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้สูงอายุเบาหวาน เจ้าหน้าที่ช่างในการออกแบบและประยุกต์วัสดุที่เหลือใช้ 2) สร้างนวัตกรรมหลอดด้ายกดนวดเท้าโดยการเชื่อมหลอดด้าย แผ่นไม้ ลวด เข้าด้วยกัน 3) ทดลองใช้โดยวางเท้าไปที่หลอดด้ายกดนวดเท้า เมื่อมีการขยับเท้าจะเป็นการนวดฝ่าเท้าและจะเกิดแรงกดที่ฝ่าเท้า 4) ประเมินผลหลังจากใช้งาน 2 สัปดาห์โดยวัดความพึงพอใจของผู้ใช้

ผลการศึกษาพบว่าความพึงพอใจของผู้สูงอายุเบาหวานอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 3 ด้าน 1) ความสะดวก 2) ความปลอดภัย 3) ความมั่นคง ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าหลอดด้ายกดนวดเท้าอาจจะช่วยกระตุ้นการรับรู้สัมผัสได้ฝ่าเท้าและกระตุ้นการไหลเวียนเลือดให้ดีขึ้น ส่งผลให้บรรเทาอาการขาได้ นวัตกรรมนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับผู้สูงอายุเบาหวานในชุมชนอื่นๆ

คำสำคัญ: นวดเท้า

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Elders with uncontrolled blood sugar level will be at high risk for peripheral and vascular neuropathy, particularly in their foot. Foot massage can improve the peripheral sensory nervous system. The purpose of this study is to develop an innovative spool of thread as foot massage. It aims to improve the impaired peripheral nerve circulation. Samples used were three elders with diabetes living in Mahanupap community, Pitsanuloke province. The evaluation made showed a satisfied result. The study process were composed of 4 steps: 1) meeting between the elders with diabetes and an expert technician, 2) making of the spool of thread for foot massage, 3) application of the spool of thread as foot massage to the respondents, and 4) satisfactory evaluation of the process made.

The results showed that the satisfactory levels were at it's highest level including convenience, safety, and stability. This study showed that the spool of thread for foot massage can improve the peripheral sensory nerve and an individual's blood circulation. The activity made can help reduce numbness. Therefore, this innovative spool of thread can be applied to elders with diabetes in other communities.

Key word: Foot Massage

ความสัมพันธ์ระหว่างดัชนีมวลกาย (BMI) กับการเกิดโรคเหงือกอักเสบ ของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

The Relationship between Body Mass Index and Gingival disease In The Second - Year Students in Sirindhorn College of Public Health Khon Kaen

ชนิษฐา สอนพรหม¹, วรวิช จิระดำรง¹ และคณะ
Khanittha Sornprom¹, Worawit Chiradamrong¹, et al.

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษาเชิงวิเคราะห์ภาคตัดขวางนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของโรคเหงือกอักเสบและค้นหาความสัมพันธ์ระหว่างดัชนีมวลกายกับโรคเหงือกอักเสบ ในนักศึกษาชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2558 ทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นตามหลักสูตรที่ศึกษาออกเป็น 4 กลุ่ม คือ นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต(สบ.)สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน และสาขาวิชาทันตสาธารณสุข หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) เทคนิคเภสัชกรรม และปฏิบัติการฉุกเฉินทางการแพทย์ หาดัชนีส่วนค่าถ่วงน้ำหนักของแต่ละหลักสูตรและนำอัตราส่วนรวมค่าถ่วงน้ำหนักหารด้วยขนาดของกลุ่มตัวอย่าง และนำค่าที่ได้ไปคูณกับอัตราส่วนได้เป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างของแต่ละหลักสูตร ทำการสุ่มตัวอย่างนักศึกษาแต่ละหลักสูตรได้จำนวนดังนี้ หลักสูตร สบ.สาธารณสุขชุมชน จำนวน 18 คน สบ.ทันตสาธารณสุข จำนวน 25 คน ปวส.ส.เทคนิคเภสัชกรรม จำนวน 21 คน และ ปวส.ปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ จำนวน 16 คน เก็บข้อมูลทั่วไปและข้อมูลดัชนีมวลกาย โดยใช้แบบสอบถามซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ (IOC=0.80) แบบสอบถามมีค่า Cronbach's Alpha Coefficient 0.85 เก็บข้อมูลการตรวจสุขภาพช่องปากโดยนักศึกษาศาสาตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 3 จำนวน 2 คน ซึ่งผ่านการปรับมาตรฐานการตรวจกับทันตแพทย์ ตรวจด้วยดัชนี CPI ตามเกณฑ์ขององค์การอนามัยโลก (WHO oral health survey, 1997) มีความสอดคล้องภายในผู้ตรวจอยู่ในระดับสูง (Kappa Statistics ; K =0.8 และ 0.75) และค่าความสอดคล้องระหว่างผู้ตรวจเป็น 0.8 (K =0.8) เก็บข้อมูลเดือนตุลาคม 2558 ผลการศึกษาพบในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 80 คน แบ่งเป็นเพศหญิง 53 คน(ร้อยละ 66.25) เพศชาย 27 คน (ร้อยละ 33.75) ความชุกโรคเหงือกอักเสบร้อยละ 98.8 และการศึกษาไม่พบความแตกต่างของสภาวะเหงือกอักเสบในผู้ที่มีดัชนีมวลกายปกติ และไม่ปกติ (P-value =0.92) อย่างไรก็ตามการศึกษานี้เป็นการศึกษาแบบตัดขวางไม่สามารถอธิบายความสัมพันธ์เชิงเหตุและผลของปัจจัยที่ศึกษาได้ ซึ่งถือเป็นข้อจำกัดในการศึกษา ในอนาคตควรทำการศึกษาแบบไปข้างหน้า และควรศึกษาถึงปัจจัยอื่นๆที่อาจส่งผลกับการเกิดโรคเหงือกอักเสบ

คำสำคัญ :โรคเหงือกอักเสบ, ดัชนีมวลกาย, นักศึกษา

1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This Cross-sectional analytical study was to investigate prevalence of gingivitis and to find the relationship between body mass index (BMI) and gingivitis among 2nd year students in Sirindhorn College of Public Health Khon Kaen, Khon Kaen Province. Stratified sampling in 4 groups including students of Bachelor of public health (Community public health), Bachelor of public health (Dental public health), Diploma of Public Health (Pharmacy Technique) and Diploma of Emergency Medical Operation. Then calculated of the weighted ratio of each course, measure total of weighted ratio to divide with sample size and the value is multiplied by the ratio. Each value is the number of sample size of students from each course and sampling of sample size in each

course. including students of Bachelor of public health (Community public health) 18 peoples, Bachelor of public health (Dental public health) 25 peoples, Diploma of Public Health (Pharmacy Technique) 21 peoples and Diploma of Emergency Medical Operation 16 peoples. Data were collected using questionnaires, which Cronbach's Alpha Coefficient was 0.85. Oral examinations were examined by 2 calibrated 3th years students who studied in bachelor of Public Health (Dental Public Health), using CPI index of WHO oral health survey guideline, 1997. Internal oral examination consistency was high (Kappa Statistics ; $K = 0.8$ and 0.75). External oral examination consistency was 0.8 ($K = 0.8$). Data were conducted in October, 2015. The results showed that sample size 80 peoples including 53 females (66.25%) and 27 males (33.756%). Prevalence of gingivitis was 98.8% .There was no difference between gingivitis between participants who had abnormal BMI and normal BMI (P -value=0.92) .This study was a cross-sectional study, So can't interpret causal relationship of variables, that is a restriction of this study. In the future cohort study can reduce this problem and should study other factors that could affect the occurrence of gingivitis.

Keywords : Gingivitis ,Body Mass Index, student

1Sirindhorn College of Public Health, Khonkaen

นวัตกรรม เก้าอี้ส่งเสริมสุขภาพ Innovation chair of health promotion

นุศรา ศรีธียาง¹, วันวิสาข์ เทียมเย็น¹, ปฐมพงษ์ กันธิยะ¹
Nussara Sritiyuang¹ Wanwisa Tiemyem¹ Patompong Kanthiya¹

บทคัดย่อภาษาไทย

ประเทศไทยกำลังจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีมากถึงร้อยละ 20 ในปี 2564 หรือในอีกเพียง 7 ปีข้างหน้า ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีปัญหาในด้านสุขภาพอนามัย ปัญหาด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจเพิ่มมากขึ้นกว่าวัยอื่นๆ ปัญหาด้านสุขภาพที่เกิดขึ้น เนื่องจากผู้สูงอายุอยู่ในวัยชรา เซลล์ เนื้อเยื่อ อวัยวะต่างๆ เสื่อมลงตามธรรมชาติ ทำให้เกิดโรคการเสื่อมของอวัยวะต่างๆ เกิดภาวะสมรรถภาพถดถอย ไร้แรงงาน หรือไร้สมรรถภาพ (Disability) เช่น โรคกระดูกเสื่อม โรคข้อเสื่อม หรือความจำ สติปัญญาเสื่อมถอย สับสนง่าย เกิดการทรงตัวไม่ดี เชื่องช้า ล้มได้ง่าย กระดูกหักง่าย เกิดโรคขาดสารอาหารได้ง่ายจากการเสื่อมสภาพของเหงือกและฟัน

วิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) หรือนวัตกรรมเก้าอี้เสริมสุขภาพนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ โดยผู้ทดลองใช้คือ ผู้สูงอายุบ้านม่วงหอม หมู่ที่ 5 ตำบลแก่งโสภา อำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 10 คน ผลการประเมินจากการสัมภาษณ์พบว่า ผู้ทดลองใช้นวัตกรรมรู้สึกว่ามีอาการยึดของกล้ามเนื้อแขน ขา ช่วยบริหารกล้ามเนื้อแขนและขาได้ดี นอกจากนี้ผู้นำชุมชนยังมีความสนใจ เพื่อนำไปเป็นต้นแบบประยุกต์ใช้วัสดุอุปกรณ์จากภายในชุมชนให้เหมาะสมและเกิดประโยชน์แก่ประชาชนในชุมชน โดยจากการตอบรับของคนในชุมชน แสดงให้เห็นว่า เราสามารถประยุกต์ใช้หลักการออกกำลังกายและวัสดุอุปกรณ์ที่มีอยู่ในชุมชนให้เกิดประโยชน์ในงานส่งเสริมสุขภาพได้ ทั้งนี้หากนำมาใช้ในอนาคตต้องมีการศึกษาและพัฒนาเพื่อความเหมาะสมต่อไป

คำสำคัญ: นวัตกรรมเก้าอี้เสริมสุขภาพ, บริหารกล้ามเนื้อ

1ภาควิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Thailand is becoming " Complete Aged Society " that the population aged 60 years and will increase to 20 percent in 2564 or in next 7 years. The elderly have health, social and economic problems more than other ages. Health problems of elderly occurs because of the elderly in old age. The aging of cells, tissues and organs are deteriorate naturally cause of degeneration diseases of organs and disability such as osteoarthritis, alzheimer, easily confused, loss of balance, slow motion, easily fall, fracture and malnutrition from the deterioration of gums and teeth. The aim of this action research is to promote exercise for the elderly. The group trial were 10 elderlys from Ban Muang Hom, Village No.5, Kaeng Sopha Sub-district, Wang Thong district, Phitsanulok. The results of interviews found the trials feel the muscles have been stretched. It also helps exercise arms and legs as well. In addition, the community leaders are interested in using this innovation chair of health promotion as a model to apply materials within community to be appropriate and beneficial to the people in the community. In conclusion, the exercises and materials within community can be applied to promote health. In the future, innovation chair of health promotion should be more studied and developed appropriately.

Keyword : Innovation chair of health promotion, Exercise

1Public Health Program in Dental Public Health students

เหยียดขยาย คลายเกร็ง Stretch finger's spasm

ปิยวรรณ ราชพลแสน, ผกามาศ ศรียา, ภูติศ แก้วศิริ, มินตรา สีหานาวี, ระพีพรรณ พันธุระศรี
Piyawan Rachpornasasn, Pakamard Sriya, Poodid Keawsiri, Mintra Seehanawee, Rapeeporn
Panthuerasri

บทคัดย่อภาษาไทย

จากการสำรวจสภาพปัญหาผู้ป่วยอัมพาตในชุมชนบ้านหนองไผ่ ตำบลหนองไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี พบผู้ป่วยอัมพาตชายวัยกลางคน แขน ขาอ่อนแรงไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ โดยขาด้านขวาไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ ขาด้านซ้ายสามารถยกขึ้นได้ ส่วนแขนทั้งสองข้างสามารถยกขึ้นเองได้ แต่พบว่าบริเวณนิ้วมือทั้งสองข้างหดเกร็งตัว ไม่สามารถหยิบจับสิ่งของได้

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าผู้ป่วยอัมพาตที่มีอาการหดเกร็งของข้อมือและนิ้วมือที่มีการงอเข้าตลอดเวลา หากอยู่ในท่านั้นเป็นเวลานานจะเกิดการหดสั้นของเอ็นนิ้วมือ ข้อมือ ทำให้ข้อนิ้วติดแข็ง ส่งผลให้ผู้ป่วยไม่สามารถใช้ข้อนิ้วนั้นได้ถาวร และมีอาการเจ็บปวด ดังนั้นสมาชิกกลุ่มจึงได้คิดค้นประดิษฐ์นวัตกรรม “เหยียดขยาย คลายเกร็ง” ซึ่งจะช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ลดอาการเกร็งของเส้นเอ็น และข้อนิ้วมือให้อยู่ในท่าที่เหมาะสม ซึ่งการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ลดอาการเกร็งของเส้นเอ็น และข้อนิ้วมือเป็นขั้นเริ่มต้นก่อนการฝึกการบริหารนิ้วมือ และข้อมือให้สามารถกลับมาใช้งานได้อีกครั้ง

ผลการทดลองใช้นวัตกรรมเป็นระยะเวลา 1 สัปดาห์ โดยการประเมินผลแบ่งออกเป็น 2 ด้าน คือด้านประสิทธิภาพ และด้านความพึงพอใจ พบว่าด้านประสิทธิภาพ พบว่าข้อนิ้วมือของผู้ป่วยข้างที่ใช้ชิ้นงานนวัตกรรม มีการเกร็งที่บริเวณข้อนิ้วลดลงเมื่อเทียบกับข้างที่ไม่ได้ใช้ สามารถเหยียดข้อนิ้วออกได้ง่ายขึ้น ด้านความพึงพอใจ โดยประเมินจากแบบประเมินความพึงพอใจจากผู้ดูแลผู้ป่วย 4 ด้านคือ ลดปัญหาการเกร็งที่บริเวณนิ้วมือ ด้านความปลอดภัยต่อการติดตามภาวะแทรกซ้อนหลังการใช้นวัตกรรม ด้านวัสดุอุปกรณ์ในการทำนวัตกรรมหาได้ง่ายในชุมชน และด้านวิธีการใช้งานที่ง่าย ไม่ซับซ้อน พบว่ามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ : ผู้ป่วยอัมพาต

นักศึกษาวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรธานี

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

An empirical survey regarding problems among paralyzed patients in Ban Nong Phai community, Nong Phai district, Udon Thani province found a middle aged man who has limitation of ability in terms of self-care because he been suffering from weakness of the limb. He can move his left leg with limitation but his right leg is completely unmovable. Moreover, it was found that he has fingers spasms for both arms which resulted in the lack of ability to pick or catch things

A literature review indicated that paralyzed patients have specific problems with fingers spasms almost all the time which resulted in shortening of finger's tendon and leading to stiffness of finger's joint. As a result, the patient can not use the organ permanently and has a great deal of pain. Therefore, our group decided to invent this innovation “Yerd Kayai Klai Greng” which aims to decrease the spasm of patient's tendon and increase muscle relaxation. Additionally, it will help to set the patient's fingers in the right position. Increasing muscle relaxation and decreasing tendon spasm are believed to be the initial step for finger and wrist exercise.

There are 2 aspects related to the evaluation and results of using this innovation for 1 week which are efficiency aspect and satisfaction aspect. Referring the efficiency aspect, it was found that the finger's spasm of the hand that was used the innovation decreased in comparison with the other

hand that was not used to the innovation. Regarding the satisfaction aspect, the evaluation was administered using the 4-aspects satisfaction questionnaire consisting of the helpfulness of the innovation to decrease the finger spasm, the safety and complication of using the innovation, the access to local materials for creating the innovation by oneself, and the convenience of using the innovation. Overall satisfaction was indicated at high level.

Key word : paralyzed patients

Boromarajonani College of nursing Udonthani

การดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนในเขตเทศบาลนครขอนแก่น

Knowledge, Attitude and Behavior of oral health care among secondary school

กชกร เอี่ยมวงศ์ และคณะ
Kotchakorn Eiamwong et al.

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยเชิงสำรวจนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนในเขตเทศบาลนครขอนแก่น จำนวน 39 คน สุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับ อยู่ระหว่าง 0.58 - 0.68 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และสูงสุด และสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สเปียร์แมน

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.4 (ค่าเฉลี่ย = 2.23 ,SD.= 0.63) โดยข้อคำถามความรู้ที่ตอบถูกน้อยที่สุด คือ การแปรงฟันอย่างน้อย 1 นาที เพื่อให้มีประสิทธิภาพในการป้องกันฟันผุ ร้อยละ 87.2 ในส่วนของทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากพบว่าส่วนใหญ่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.4 (ค่าเฉลี่ย = 32.13 ,SD.= 3.80) โดยด้านทัศนคติที่ส่วนใหญ่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ได้แก่ ทัศนคติที่ว่า “การมีกลิ่นปาก บ่งบอกถึงการมีสุขภาพช่องปากที่ไม่ดี” ร้อยละ 38.5 ไม่จิ้มฟันสามารถกำจัดเศษอาหารได้ดีกว่าการใช้แปรงสีฟัน ร้อยละ 53.8 ถ้าฉันกินผลไม้ที่มีน้ำหรือเส้นใยมาก จะช่วยทำความสะอาดฟันได้ ไม่แน่ใจ ร้อยละ 59.0 สำหรับด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากพบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 100 (ค่าเฉลี่ย = 24.95 , SD = 2.67) โดยพบว่าที่ปฏิบัติเป็นประจำสูงสุด คือ ทำแปรงฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ ร้อยละ 48.7 บ่อยครั้ง คือ ทำนมลูกอม ทอฟฟี่ ในระหว่างเรียน อ่านหนังสือ หรือในเวลาว่าง และทำฟันใช้ฟันในการกัด ฉีก อาหาร หรือเปิดภาชนะแข็งๆ ร้อยละ 51.3 บางครั้ง คือ ทำน้ำยาบ้วนปาก ร้อยละ 59.0 ไม่เคย คือ ทำไหมขัดฟัน ร้อยละ 53.8 ผลการทดสอบความสัมพันธ์ พบว่า ความรู้ มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความผิดพลาดไม่เกินร้อยละ 5 ($r = -0.323$, $p\text{-value} = 0.045$) โดยที่ทัศนคติไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากแต่อย่างใด ($r = 0.071$, $p\text{-value} = 0.669$)

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The objective of this research is study about knowledge, Attitude and Behavior of oral health care, The relationship between knowledge and behavior of oral health care, And the relationship between attitude and behavior of oral health care among secondary school students in Khon Kaen municipality school. Sample group is 39 peoples, by sampling system. The instrument used was a questionnaire. Reliability of whole version between the 0.58 - 0.68 were analyzed by percentage, mean, standard deviation, minimum and maximum. And coefficient of correlation statistics and spears correlation coefficient.

The most of sample group has the knowledge score of oral health care in moderate 56.4 percentage , The question and answer being less knowledge that “brushing your teeth at least 1 minutes to provide the effective in preventing tooth decay” 87.2 percentage, The attitudes of oral health care in moderate 56.4 percentage ($x = 32.13$, $SD = 3.80$), The attitude of most agree with,

including the attitude that "having bad breath, indicating poor oral health" 38.5 percentage, "Tooth pick can get rid of the food better than using a toothbrush" 53.8 Percentage, "If I eat fruits with water or fiber, helps clean teeth" be not sure 59.0 percentage. The behavior of oral health care in moderate 100 percentage ,It was found that the most is routinely practiced is "brush your teeth with fluoride toothpaste" 48.7 percentage, Often is "You eat candy toffee during studying, reading a book, or in your free time" and "You use your teeth to bite, rip, food, or open containers hard" 51.3 percentage, Sometimes is " You use mouthwash" 59.0 Percentage, Never is "You floss" 53.8 percentage, The results of tested relations shows that knowledge, negatively correlated moderately with behavior of oral health care significantly at error does not exceeding 5 ($r = - 0.323$ $p\text{-value} = 0.045$) and the relationship between attitude and behavior in oral health care founded relationship was not difference statistically significant at the error does not exceed 5 percentage($r = 0.071$, $p\text{-value} = 0.669$)

ประสิทธิผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อการเรียนรู้เพศศึกษาต่อการป้องกันพฤติกรรม
เสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3 โรงเรียน
แห่งหนึ่งในจังหวัดตรัง

The Effectiveness of Life Skill Program on Sex Education for Preventing
High Risk Premature Sexual Behavior among Mathayomsuksa 3 Students:
A Case Study of One School in Trang Province

จารุวรรณ มะลัยคำ¹ เทพพนม กิตติสุนทรโรภาศ¹ หาญ ยูมังกูร¹ อรรคเดช บัวบาล¹
และกรรณิกา เรืองเดช ชาวสวนศรีเจริญ²

Jaruwan Malaikham¹, Teppanom Kittisoonthrophart¹, Han Yumangkoon¹, Aukadech Bourbal¹
& Kannika Ruangdej Chaosuansreecharoen²

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนหลัง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของ
โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อการเรียนรู้เพศศึกษาต่อความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา การรับรู้ความสามารถแห่งตน ทักษะชีวิต
และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนแห่ง
หนึ่งในจังหวัดตรัง จำนวน 46 คน สุ่มเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 23 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 23 คน เครื่องมือที่ใช้
ในการวิจัย ประกอบด้วย โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อการเรียนรู้เพศศึกษาจำนวน 4 กิจกรรม เป็นเวลา 4 สัปดาห์ๆ ละ 1
ชั่วโมง การเรียนรู้แบบร่วมมือจำนวน 8 กิจกรรม โดยดำเนินกิจกรรม 4 สัปดาห์ๆ ละ 60 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการ
เก็บรวบรวมข้อมูล คือแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย
ก่อนและหลังการทดลองด้วย Dependent t-test และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วย
Independent t-test

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาของกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่า (Mean=
14.57, SD= 2.27) ก่อนทดลอง (Mean = 11.30, SD = 2.27) อย่างมีนัยสำคัญ $p < .001$ คะแนนเฉลี่ยการรับรู้
สมรรถนะแห่งตนในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของกลุ่มทดลองสูงกว่า (Mean=
6.84, SD= 1.22) หลังการทดลอง (Mean = 6.11, SD = 1.14) อย่างมีนัยสำคัญ $p = .05$ ขณะที่คะแนนเฉลี่ยการ
รับรู้สมรรถนะแห่งตนในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของกลุ่มทดลอง (Mean=
6.84, SD= 1.22) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (Mean= 5.86, SD= 1.65) อย่างมีนัยสำคัญ $p = .03$ ส่วนคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตใน
การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่า (Mean=
3.63, SD= 0.26) ก่อนทดลอง (Mean = 3.48, SD= 0.23) อย่างมีนัยสำคัญ $p = .005$ และคะแนนเฉลี่ยการป้องกัน
พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของกลุ่มทดลองสูงกว่า (Mean= 3.83, SD= 0.54) กลุ่มควบคุม
(Mean = 3.40, SD= 0.56) อย่างมีนัยสำคัญ $p = .01$ จากผลการศึกษานี้ยังสรุปได้ว่าโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อการ
เรียนรู้เพศศึกษาสามารถพัฒนาความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา การรับรู้สมรรถนะแห่งตน ทักษะชีวิตและการป้องกัน
พฤติกรรมเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

คำสำคัญ: ทักษะชีวิต, เพศศึกษา, การรับรู้สมรรถนะแห่งตน, การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร, นักเรียนระดับ
มัธยมศึกษาตอนต้น

1นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

2อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The quasi-experimental research with two group pre-posttest designs was carried out with the objectives to evaluate effectiveness of life skill program on sex education for preventing high risk premature sexual behavior among Mathayomsuksa 3 students: a case study of one school in Trang Province. Forty six Mathayomsuksa 3 students of one school in Trang Province were randomly selected to experimental and control groups with 23 students for each group. The intervention program was life skill program including 4 actives. Four life skill activities were implemented for 4 weeks and 60 minutes/week. This research used a questionnaire as an instrument for data collection. The statistics were mean, standard deviation, dependent t-test and Independent t-test.

The study found that average knowledge score on sex education among experimental group of posttest (Mean= 14.57, SD= 2.27) was significant higher than pretest score (Mean= 11.30, SD= 2.27) at $p < .001$. The average self-efficacy score on preventing high risk premature sexual behavior among experimental group of posttest score (Mean = 6.84, SD = 1.22) was significant higher than pretest score (Mean= 6.11, SD= 1.14) at $p = .05$ while the average self-efficacy score on preventing high risk premature sexual behavior among experimental group (Mean= 6.84, SD = 1.22) was significant higher than score of control group (Mean= 5.86, SD= 1.65) at $p = .03$. The average score on life skill among experimental group (Mean= 3.63, SD= 0.26) was significant higher than score of control group (Mean= 3.48, SD= 0.23) at $p = .001$. The average score on preventing high risk premature sexual behavior among experimental group (Mean= 3.83, SD= 0.54) was significant higher than score of control group (Mean= 3.40, SD= 0.56) at $p = .01$. Based on the results of the current study, the life skill program on sex education can provide effectiveness to improve sex educational knowledge, self-efficacy, life skill and prevention of high risk premature sexual behavior among junior high school student.

Key words: Life skills, Sex education, Self-efficacy, Premature Sexual Behavior, Junior High School Students

1Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

2Advisor, Sirindhorn College of Public Health, Trang

ผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบร่วมมือต่อทัศนคติทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง
และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

Effects of Cooperative Learning Program towards Learning Attitude, Self-
esteem and Achievement Motivation among First Year Undergraduate
Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

ศิริวิทย์ ธรรมกร่าง¹ ศิริินภา ศิริเลี้ยง¹ นิภาวรรณ ถิตยรัศมี¹ วรางคณา พับโพธิ์¹
พีรศักดิ์ คุณวงศ์¹ และกรรณิกา เรืองเดช ชาวสวนศรีเจริญ²

Sirawit Thammakrang¹, Nipawan Thitradsamee¹, Peerasak Koonnawong¹, Warangkana Pubpo¹,
Sirinapa Sirileang¹ & Kannika Ruangdej Chaosuansreecharoen²

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบหนึ่งกลุ่มวัดก่อนหลัง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบร่วมมือต่อทัศนคติทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 หลักสูตรทันตสาธารณสุข จำนวน 34 คน ในภาคการศึกษา 1 ปีการศึกษา 2558 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย โปรแกรมการเรียนรู้แบบร่วมมือจำนวน 8 กิจกรรม โดยดำเนินกิจกรรม 4 สัปดาห์ๆ ละ 120 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองด้วย Dependent t-test

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านทัศนคติทางการเรียนหลังการทดลองสูงกว่า (M= 4.51, SD= 0.55) ก่อนทดลอง (Mean = 3.96, SD = 0.98) อย่างมีนัยสำคัญ $p = .008$ คะแนนเฉลี่ยด้านการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลองสูงกว่า (Mean = 3.94, SD= 0.36) ก่อนทดลอง (Mean= 3.43, SD= 0.32) อย่างมีนัยสำคัญ $p < .001$ และคะแนนเฉลี่ยด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการทดลองสูงกว่า (Mean= 4.09, SD= 0.39) ก่อนทดลอง (Mean= 3.83, SD= 0.37) อย่างมีนัยสำคัญ $p = .001$ ดังนั้นโปรแกรมการเรียนรู้แบบร่วมมือมีประสิทธิผลในการพัฒนาทัศนคติทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

คำสำคัญ: การเรียนรู้แบบร่วมมือ, ทัศนคติทางการเรียน, การเห็นคุณค่าในตนเอง, แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน, นักศึกษาระดับปริญญาตรี

¹นักศึกษาวินิจฉัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

²อาจารย์ที่ปรึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The present quasi-experimental research with one group pre-posttest design was carried out with the objectives to evaluate effectiveness of cooperative learning program towards learning attitude, self-esteem and achievement motivation among first year undergraduate of Sirindhorn College of Public Health, Trang. The study was carried on 34 first-year students of Bachelor of Public Health Program in Dental Public Health during academic year of 1/2558. The intervention program was cooperative learning program including 8 actives. Eight cooperative learning activities were implemented for 4 weeks and 120 minutes per week. This research used a questionnaire as an instrument for data collection. The statistics were mean, standard deviation, and dependent t-test. The study found that average learning attitude score of posttest (Mean= 4.51, SD= 0.55) was

significant higher than pretest score (Mean= 3.96, SD= 0.98) at $p = .008$. . The average self-esteem score of posttest (Mean = 3.94, SD = 0.36) was significant higher than pretest score (Mean= 3.43, SD= 0.32) at $p < .001$. The average achievement motivation score of posttest (Mean= 4.09, SD= 0.39) was significant higher than pretest (Mean= 3.83, SD= 0.37) at $p = .001$. Based on the results, the cooperative learning program has effectiveness to improve learning attitude, self-esteem and achievement motivation for undergraduate student.

Key words: Cooperative Learning, Learning Attitude, Self-esteem, Achievement Motivation, Undergraduate student

¹ Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

² Advisor, Sirindhorn College of Public Health, Trang

ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาประยุกต์ใช้ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อ
พฤติกรรมการป้องกันไข้เลือดออกสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
ตำบลควนปริง อำเภอเมือง จังหวัดตรัง

The Effectiveness of Health Education Program modified Health Belief
Model on Dengue Hemorrhagic Fever Prevention Behaviors among
Pratomsuksa 6 Students in Tambon Khunpring, Amphoe Muang,
Changwat Trang

ปรียาภรณ์ ชมมะลัง¹, สุพัตรา สวัสดิ์ดารา², สุธาสิณี นิลคำ³, ญัฐการ์ณ เพชรรัตน์¹,
ฐิติพันธุ์ พันมี¹, กรรณิกา เรืองเดช ชาวสวนศรีเจริญ²

Preeyaporn Chommalang¹ Suphattra Sawatdara¹ Suthasinee Ninkham¹ Nuthakan Petcharut¹
Thitipan Panmee¹ & Kannika Ruangdej Chaosuanreecharoen²

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนหลัง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาประยุกต์ใช้ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อการรับรู้ความรุนแรง การรับรู้โอกาสเสี่ยง, การรับรู้อุปสรรคการป้องกัน, การรับรู้ประโยชน์การป้องกัน และพฤติกรรมการป้องกันโรคไข้เลือดออกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตำบลควนปริง อำเภอเมือง จังหวัดตรัง กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 56 คน สุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 28 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 28 คน เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือโปรแกรมสุขศึกษาประยุกต์ใช้ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ จำนวน 4 กิจกรรม ระยะเวลาดำเนินการ 4 สัปดาห์ๆ ละ 2 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติ Dependent t-test และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติ Independent t-test

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความรุนแรง, การรับรู้โอกาสเสี่ยง, การรับรู้อุปสรรคการป้องกัน, การรับรู้ประโยชน์การป้องกัน และพฤติกรรมการป้องกันโรคไข้เลือดออกของกลุ่มทดลองหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ $p < .05$ และคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความรุนแรง, การรับรู้โอกาสเสี่ยง, การรับรู้อุปสรรคการป้องกัน, การรับรู้ประโยชน์การป้องกัน และพฤติกรรมการป้องกันโรคไข้เลือดออกของกลุ่มทดลอง สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ $p < .05$ สรุปว่าโปรแกรมสุขศึกษาประยุกต์ใช้ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพสามารถพัฒนาการรับรู้ความรุนแรง การรับรู้โอกาสเสี่ยง, การรับรู้อุปสรรคการป้องกัน, การรับรู้ประโยชน์การป้องกัน และพฤติกรรมการป้องกันโรคไข้เลือดออกของนักเรียนชั้นประถมศึกษา

คำสำคัญ: โปรแกรมสุขศึกษา, ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ, ไข้เลือดออก, นักเรียนระดับประถมศึกษา

1นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

2อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The quasi-experimental research with two group pre-posttest designs was carried out with the objectives to evaluate effectiveness of health education program modified health belief model on perceived severity, perceived susceptibility, perceived barrier, perceived benefit, and preventive behaviors of dengue hemorrhagic fever among pratomsuksa 6 students in Tambon Khunpring, Amphoe Muang, Changwat Trang. Seventy pratomsuksa 6 students in Tambon Khunpring, Amphoe Muang, Changwat Trang were randomly selected into experimental group (40 students) and control

group (28 students). The intervention program was health education program modified health belief model including 4 activities. The interventions were implemented for 4 weeks and 120 minutes/week. This research used a questionnaire as an instrument for data collection. The statistics were mean, standard deviation, dependent t-test and Independent t-test.

The study found that the average score of posttest on perceived severity, perceived susceptibility, perceived barrier, perceived benefit, and preventive behaviors of dengue hemorrhagic fever among experimental group was significant higher than those pretest scores at $p < .05$. The average score on perceived severity, perceived susceptibility, perceived barrier, perceived benefit, and preventive behaviors of dengue hemorrhagic fever among experimental group was significant higher than those scores of control group at $p < .05$. Based on the results of current study, the effectiveness of health education program modified health belief model provides effectiveness to improve perceived severity, perceived susceptibility, perceived barrier, perceived benefit, and preventive behaviors of dengue hemorrhagic fever among elementary school students.

Key words: Health Education Program, Health Belief Model, Dengue Hemorrhagic Fever, Senior High School Students

1 Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

2 Advisor

การยอมรับการใช้ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์ของผู้รับบริการในโรงพยาบาลก้นตั่ง จังหวัดตรัง

Usage Acceptance of Herbal Medicine Prescribed by Physician among Clients of Khuntang Hospital

กุลพัทธ์ มณี¹ ขวลา ยิ่งทวีศักดิ์¹ ธนพร สนวนทอง¹ พิชามณูชู้ บุญตา¹ สุมามาล เสาวรสี¹,
กรรณิกา เรืองเดช ชาวสวนศรีเจริญ²

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้มีรูปแบบการวิจัยเชิงบรรยายแบบภาคตัดขวาง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการยอมรับการใช้ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์ของผู้รับบริการโรงพยาบาลก้นตั่ง จังหวัดตรัง และเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการยอมรับการใช้ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์ในโรงพยาบาลก้นตั่ง จังหวัดตรัง กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลก้นตั่ง จำนวน 383 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบไคสแควร์ และการทดสอบสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลก้นตั่งมีการยอมรับการใช้ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์อยู่ในระดับมาก ($M = 3.61$, $SD = 0.78$) ปัจจัยรายได้เฉลี่ยต่อเดือน สรรพคุณของยาสมุนไพร ค่าใช้จ่ายในการรักษา ประสิทธิภาพของการรักษา ผลข้างเคียง การตอบสนองความต้องการของผู้รับบริการ รูปแบบผลิตภัณฑ์ ประสิทธิภาพการใช้ยาและการได้รับการสนับสนุนการใช้ยาในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับการยอมรับการใช้ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ส่วนเพศ อายุ ระดับการศึกษาและอาชีพ ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับการยอมรับการใช้ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์ ดังนั้นควรมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับยาสมุนไพรด้านสรรพคุณของยาสมุนไพร ค่าใช้จ่ายในการรักษา ประสิทธิภาพของการรักษาและผลข้างเคียง เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวยอมรับการใช้ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์มากขึ้น เป็นการประหยัดงบประมาณในการสั่งซื้อยาแผนปัจจุบันและส่งเสริมการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่สามารถผลิตได้ในประเทศ

คำสำคัญ: การยอมรับการใช้ยาสมุนไพร, ยาสมุนไพรที่สั่งจ่ายโดยแพทย์, โรงพยาบาล

¹นักศึกษาวិทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

²อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The cross-sectional descriptive studies aimed to investigate level of usage acceptance of herbal medicines prescribed by physician and to explore factors associated with usage acceptance of herbal medicine prescribed by physician among clients of Khuntang hospital. Samples were 383 out-patients of Khuntang hospital and using questionnaire for data collection. The data were statistically analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, chi-square and Pearson product moment correlation.

The study found that the level of usage acceptance of herbal medicines prescribed by physician among clients of Khuntang hospital was high ($M = 3.61$, $SD = 0.78$). The factors were significantly associated with usage acceptance of herbal medicines prescribed by physician at p -value $< .05$ including average income per month, properties of herbal medicine, cost of treatment, effectiveness of treatment, response to patients' need, herbal usage experience, family support. However, sex, age, educational level and occupation were not significantly. Thus, health education

program regarding to herbal medicine might be necessary for people about physiological effect of herbal medicine, cost of treatment, and effective of treatment and adverse effect to increase usage acceptance of herbal medicine prescribed by physician. So that, lead to decrease budget for medicine and improve herbal product use.

Key words: Usage Acceptance, Herbal Medicine Prescribed by Physician, Hospital

¹ Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

² Advisor

การศึกษาภาวะโภชนาการเกินในนักเรียนชั้นประถมศึกษาของโรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง

The Study of Metabolic Syndrome Prevalence of Elementary Students of Watkhuawisat School, Muang District, Trang Province

ศิตาพร ผ่องใส¹, กมลชนก ตันติพัฒนะมนตรี¹, สุประภา ยะรังษี¹, สถาพร กวยกิจรุ่งเรือง¹, พุทธิคม มาพงษ์¹
กรรณิกา เรืองเดช ชาวสวนศรีเจริญ²

Sitaporn Pongsai¹, Kamolchanok Tantipattanamontree¹, Suprapha Yarangsi¹, Sathaporn
Kuaikitrungrueang¹, Phutthikom Mapong¹, Kannika Ruangdej Chaosuansreecharoen²

บทคัดย่อภาษาไทย

การวิจัยครั้งนี้ มีรูปแบบการวิจัยเชิงบรรยายแบบภาคตัดขวาง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการเกินกับปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย ความตระหนักเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย และพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง จำนวน 116 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่สร้างโดยนักวิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและการทดสอบไคส-แควร์ ผลการศึกษาภาวะโภชนาการส่วนใหญ่คือ อ้วน ร้อยละ 34.5 (จำนวน 40 คน) ท้วมและเริ่มอ้วน ร้อยละ 32.8 (จำนวน 38 คน) พฤติกรรมการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกายมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง อย่างมีนัยสำคัญ $p\text{-value} < .05$ ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับภาวะโภชนาการเกิน คือ เพศ ระดับชั้นที่ศึกษา จำนวนเงินที่ได้รับต่อวัน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย และความตระหนักเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย ดังนั้นโรงเรียนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องดำเนินโปรแกรมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกายให้กับนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

คำสำคัญ: ภาวะโภชนาการเกิน, พฤติกรรมการบริโภค, พฤติกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย, นักเรียนประถมศึกษา

1นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

2อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The cross-sectional descriptive studies study aimed to investigate the prevalence of metabolic syndrome among elementary students of Watkhuawisat School, Muang District, Trang Province and to explore factors associated with metabolic syndrome among elementary students of Watkhuawisat School, Muang District, Trang Province. Samples were 116 students with grade 4-6 students of Watkhuawisat School, Muang District, Trang Province. This research used a questionnaire constructed by researchers as an instrument for data collection. The statistics were frequency, percentage, mean, standard deviation and chi-square test

The study found that 34.7% of students (40 students) were obesity and 32.8% (38 students) were fat or getting fat. The behaviors of food consuming and body movement were significant associated with metabolic syndrome among elementary students of Watkhuawisat School, Muang District, Trang Province ($p\text{-value} < .05$). The factors were not significant associated with metabolic syndrome among elementary students of Watkhuawisat School, Muang District,

Trang Province including sex, educational level, income per day, knowledge about food consuming and body movement and attitude towards food consuming and body movement. Thus, school or related organizations should implement behavior changing program regarding food consuming and body movement for overweight students.

Key words: Metabolic Syndrome, Food Consuming Behavior, Body Movement, Elementary Student

1 Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

2 Advisor

นวัตกรรม โปรแกรมออกกำลังกายด้วยยางยืด

Innovation: The exercises with elastic band program

จิตตินันท์ เกตุแก้ว¹, ณัฐสุดา เพชรมาก¹, วินิจ สलगสิงห์¹ จันทิมา ลิมหัน²

Jittinan Ketkaew¹, Natsuda Phetmak¹, Vinit Salangsing¹, Jantima Lymhan²

บทคัดย่อภาษาไทย

จุดมุ่งหมายของนวัตกรรมนี้ เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ระบบประสาท กล้ามเนื้อ รวมถึงการเพิ่มความกระฉับกระเฉง คล่องแคล่วว่องไวในการเคลื่อนไหวของร่างกาย โปรแกรมการออกกำลังกายด้วยยางยืด หมายถึง ทำกายบริหารร่างกายด้วยยางยืดที่มีผลต่อการพัฒนากล้ามเนื้อหลักที่เป็นโครงสร้างพื้นฐานสำคัญของร่างกาย ตั้งแต่ร่างกายส่วนบนถึงส่วนล่าง จำนวน 10 ท่าประกอบด้วย ท่าที่ 1 แขนเหยียดให้เฉียดฟ้า (ทำสลับข้างซ้าย-ขวาเท่ากับ 1 ครั้ง) ท่าที่ 2 แขนเหยียดเป็นเส้นตรง ท่าที่ 3 ดึงแขนจนศอกตั้ง ท่าที่ 4 ดึงหลังเพิ่มพลังแขน ท่าที่ 5 ฝึกลี้ออกข้าง ท่าที่ 6 แตะเข่าหน้า - หลัง ท่าที่ 7 ชักดาบ ซ้าย-ขวา ท่าที่ 8 ต้นหญ้าลูกลม ท่าที่ 9 ย่อ ยืด ยืน ท่าที่ 10 ยก-เหยียด-เหยียบ ทุกท่าทำซ้ำ 8-10 ครั้ง ซึ่งในแต่ละท่า จะมีการใช้ แขน ขา ต้นขา หัวเข่า ลำตัว คอ ฯลฯ ในการช่วยร่วมกับการใช้ยางยืดและมีการกำหนดลมหายใจเข้าออกในแต่ละท่า โดยยางยืดทำมาจากยางในรถจักรยานยนต์ ที่ผ่านการทดสอบความยืดหยุ่น แล้วนำมาตัดเป็นเส้นยาวๆที่มีความหนาประมาณ 2 - 3 เซนติเมตร เพื่อใช้ในการออกกำลังกาย จากการทดลองโปรแกรมการออกกำลังกายกับนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาหลักสูตร ส.บ.สาธารณสุขชุมชน หลักสูตร ส.บ.ทันตสาธารณสุข หลักสูตร ปวส.ปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ หลักสูตร ปวส.เทคนิคเภสัชกรรมชั้นปีที่ 1 จำนวน 10 คน มีอายุในช่วง 18-20 ปี โดยให้กลุ่มตัวอย่างได้ทำการออกกำลังกายด้วยยางยืดทั้งหมด 10 ท่า พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อนวัตกรรม ในด้านคุณสมบัติของยางยืด ความเหมาะสมและความปลอดภัยในการใช้งานอยู่ในระดับมาก มีคะแนนเฉลี่ย 3.6 และด้านโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยยางยืดอยู่ในระดับมาก มีคะแนนเฉลี่ย 3 นวัตกรรมนี้ถือได้ว่าเป็นนวัตกรรมที่สามารถใช้ประโยชน์ได้โดยตรงในชีวิตประจำวันกลุ่มตัวอย่างที่ทำการทดลองโปรแกรมการออกกำลังกายได้ให้ความสนใจเนื่องจากยางยืดที่ใช้ในการออกกำลังกายมีความสะดวกในการใช้งานและมีราคาต้นทุนเพียงเส้นละ 5 บาท แต่สามารถให้ประสิทธิภาพในการออกกำลังกายเทียบเท่ากับการออกกำลังกายอื่นๆ

1นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

2อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The exercise with elastic band program aims to promote physical exercise and to enhance the strength of muscle, neuro muscular system and effectiveness of body movement. The exercise with elastic band program means physical exercising with elastic band which can improve strength of core muscles both upper and lower parts of the body by using 10 exercise positions. Each exercise position requires the movements of arms, legs, thigh, knees, neck and trunk cooperate with using the elastic band and breathing exercise. The elastic band was made from an inner tube of a motorcycle tire which passed the flexibility test. The good quality inner tubes were cut into long pieces and 2 to 3 cm thick. The exercise with elastic band program was experimented in the 10 participants, age between 18 to 20 years old who are studying at the Sirindhorn college public health, Trang regarding public community health, dental public health, pharmacy technique, diploma of emergency medical operation programs. The 10 participants were assigned 10 exercise positions by using elastic band. The study found that the participant satisfaction towards the exercise with elastic band program regarding safety of using elastic band for exercise, elasticity and appropriateness of the elastic band were high: 60 percent. This innovation can be applied to

everyday life because it is convenient to use. The participants felt interested in using the elastic band for their exercises. Furthermore, the elastic band is low cost which is only 5 Thai Baht per a band; however its efficiency is equal to other exercises.

1 Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

2 Advisor

นวัตกรรมเรียกหาจุกนม

Innovation: The calling for nipple

แพรววนิช อิมเอ็บ¹, สุธิดา เพชรฤทธิ์¹, พีรดา ไชยเกษร¹, จิตรา จันทาวุฒิ¹, จันทิมา ลิมหัน²,
Prawwanich Imaeb¹, Suthida Phetrit¹, Peerada Chaikesorn¹, Jittra Juntawut¹,
and Juntuma Limhun²

บทคัดย่อภาษาไทย

ในปัจจุบันพบว่าผู้หญิงมีปัญหาเรื่องหัวนมบอดถึง 1 ใน 10 คน นอกจากจะไม่สวยงามแล้วยังส่งผลให้ ผู้หญิงที่ตั้งครรภ์มีปัญหาเรื่องการให้นมบุตรอีกด้วย เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าวพบว่ามีจำหน่ายชุดดึงหัวนม (Nipple niplette) ที่ราคาสูงตั้งแต่ 2,100 ถึง 3,500 บาท ซึ่งค่อนข้างแพง จากปัญหาข้างต้นที่กล่าวมานี้ทางกลุ่มจึงได้จัดทำเรียกหาจุกนมเป็นอุปกรณ์ที่ช่วยเรื่องการดึงหัวนมในราคาถูก ทั้งยังช่วยในการบริหารหัวนม นวัตกรรมนี้มีส่วนประกอบ ดังนี้ หลอดฉีดยา ชุดให้น้ำเกลือ scalp vein set กาวร้อน สายดูดเสมหะ มีขั้นตอนการทำดังนี้ ตัดสายชุดให้น้ำเกลือห่างจากกระเปาะ 4.5 เซนติเมตรและตัดกระเปาะด้านที่ ติดกับสายจากโคนกระเปาะ 2.5 เซนติเมตร ตัดสายดูดเสมหะยาว 2 เซนติเมตรและตัดสาย Scalp vein set เอาเฉพาะส่วนที่มีฝาปิดมาหยอดกาวร้อนส่วนที่ท้าย ใช้เข็มเจาะรูจากนั้นจึงนำทั้งสามส่วนมาประกอบเข้าด้วยกันโดยเชื่อมด้วยกาวร้อนเป็นอันเสร็จสมบูรณ์ วิธีการใช้โดยนำกระบอกฉีดยาต่อกับตัวอุปกรณ์ จากนั้น นำส่วนกระเปาะวางครอบหัวนมแล้วค่อยๆดึงกระบอกฉีดยาออก จากนั้นปิดจุกกลม มีการนำนวัตกรรมไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างสตรีที่มีหัวนมบอดหรือสั้นอายุระหว่าง 19-24 ปี 5 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก 60 เปอร์เซ็นต์ สามารถเรียนรู้และนำไปใช้ได้จริง มีความเหมาะสมที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน มีความสะดวกในการใช้งานและประหยัดเวลา มีความปลอดภัย หัวนมขึ้นได้จริง อุปกรณ์ที่นำมาใช้มีความคิดสร้างสรรค์ ทั้งนี้ข้อดีของนวัตกรรมนี้คือสามารถใช้งานได้จริง สะดวกและสามารถทำเองได้ที่บ้านไม่จำเป็นต้อง ตั้งแต่ขั้นตอนการทำจนถึงวิธีการปฏิบัติรวมไปถึงช่วยบริหารหัวนม ข้อเสนอแนะจากการศึกษาครั้งนี้ หากมีการพัฒนาในส่วนที่ครอบหัวนมให้มีขนาดเหมาะสมกับหัวนม จากเดิมที่มีขนาดใหญ่เกินไปทำให้รังฐานนมเข้าไปด้วยจึงทำให้หลุดง่าย จะทำให้ไม่รังฐานนมขึ้นไป และใช้งานได้สะดวกมากยิ่งขึ้น

คำสำคัญ : จุกนม หัวนมบอดหรือสั้น ให้นมบุตร

¹ นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

² อาจารย์ที่ปรึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

1 of 10 women have inverted nipples problem. This is not only affecting nipple appearance, but also breastfeeding. To resolve such issues, several nipple niplette brands are sold in the market however the prices range can be from 2,100 to 3,500 THB which is too expensive. From these problems, we were developed the cheaper device which can help to treat inverted and short nipples by pulling the nipples up. The materials consist of syringe, scalp vein set, IV set, permanent adhesive and suction tube. The calling for nipple device can be innovated by cutting the scalp vein set from the bulb side in to 4.5 cm long, and cutting the bulb in to 2.5 cm long. The suction tube was cut in to 2 cm long. The scalp vein set was cut and adhered to the lid part at the end of the section and punched a small hole by using a needle. Then, all three parts were connected together by using permanent adhesive. To use the innovation, the user connects the device with the syringes, then place the bulb to cover the nipple and pull the syringe out. The innovation was experimented in 5 women with inverted or short nipples who age between 19 to 24 years old. It is found that 60 percent of participants have high satisfaction level. The advantages of this innovation are usable in daily life, convenient, and safe to use at home. It is easy to use, saving

time, safe and effective regarding resolving inverted and short nipples. The limitation of this innovation is that the nipple cover is too large which may pull nipple base into the innovation which causes ineffective result. It is suggested that the size of nipple shield should be larger; therefore it could be more fit with the nipples.

Keywords : nipple , inverted nipple , breastfeeding

¹ Students, Sirindhorn College of Public Health, Trang

² Advisor, Sirindhorn College of Public Health, Trang

เครื่องสแกนหาเส้นเลือด

Innovation: Vein scanner

รุจิรดา พุทธิตรีภูมิ¹, วณิดา สุขรัตน์, ทิฆัมพร¹ สองพัง¹, จันทิมา ลิมหัน²

Rujirada Puttittrepeum¹, Wanida Sukrat¹, Tikamporn Songpang¹, Jantima Lymhan²

บทคัดย่อภาษาไทย

วัตถุประสงค์ของการศึกษานี้เพื่อออกแบบและพัฒนาอุปกรณ์ที่สามารถช่วยให้สามารถมองเห็นเส้นเลือดได้ชัดเจนยิ่งขึ้นและราคาประหยัด โดยเพิ่มจำนวนของหลอดไฟจาก 4 หลอด เป็น 8 หลอด และเพิ่มขนาดความสว่างของหลอดไฟจาก 9 วัตต์ เป็น 12 วัตต์ โดยมีวัสดุอุปกรณ์ ดังนี้ กรอบใสวงจรถ่วง , หลอดไฟ LED สีแดง ขนาด 12 วัตต์ , ถ่าน AA ขนาด 9 โวลต์ , กระดาษทราย , สีอะคริลิก , ฟู่กันและน้ำยาทาเล็บชนิดใส ซึ่งวิธีการทำนั้นคือติดตั้งวงจรถ่วงไฟเข้ากับกรอบใสวงจรถ่วงและนำหลอดไฟทั้ง 8 หลอด มาต่อเข้ากับกรอบใสวงจรถ่วงไฟที่ทำการติดตั้งวงจรถ่วงไฟ จากนั้นทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของชิ้นงาน ลักษณะการใช้งานของเครื่องสแกนหาเส้นเลือดนั้นมีความสะดวกและง่ายต่อการใช้งาน โดยเลื่อนสวิตช์ที่อยู่บริเวณด้านหลังของตัวเครื่องขึ้น เพื่อให้เกิดแสงสีแดงบริเวณหลอดไฟ จากนั้นนำเครื่องสแกนหาเส้นเลือดนั้นมาวางไว้บนผิวหนังหรือบริเวณที่ต้องการหาเส้นเลือด โดยที่มีมืออีกข้างยังคงถือเครื่องสแกนหาเส้นเลือดนั้นอยู่ และมองหาเส้นเลือดจากช่องว่างระหว่างหลอดไฟทั้ง 4 หลอด ซึ่งช่องว่างนี้จะมีลักษณะเป็นสี่เหลี่ยมอยู่บริเวณด้านบนของเครื่องสแกนหาเส้นเลือด โดยที่จะสามารถมองเห็นเส้นเลือดเป็นสีดำ ใช้เวลาในการหาเส้นเลือดประมาณ 2 นาที ซึ่งจากการทดลองในกลุ่มของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง จำนวน 20 คน พบว่ามีความพึงพอใจมาก ซึ่งสามารถนำไปใช้ได้จริง แต่ยังมีข้อจำกัดคือมองเห็นเส้นเลือดไม่ค่อยชัดในบางคนและยังมีการระคายเคืองกับผิวหนัง

1นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

2อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The study objective was to design and develop a vein scanner with high ability to see veins and lower cost than market price and economic efficiency comparable. The Vein scanner was developed for a person who requires blood transfusion and/or blood test. Venipuncture may be difficult for some clients, for example, high body weight and small size of blood vessels regarding in people who are not regularly exercise their arms. Physically, using needles to seek their veins several times can cause injury. Psychologically, the clients may fear of venipuncture. It was developed by adding up light tubes from 4 to 8 tubes. Brightness of the light bulb was increased from 9 to 12 watts. Materials for the machine are the transparent circuit frame, 12 watts LED red light bulbs, AA size 9 volt battery, sandpaper, acrylic color, transparent nail polish and brush. To develop the machine, the electricity circuit was attached to the transparent circuit. Then, the 8 light bulbs were connected to the prepared electric circuit. The final step is checking the quality of the machine. The machine is convenient and easy to use. It works by turning on the switch on the back of the machine which the machine will show red lights. The examiner put the machine on to the skin or other areas which require venipuncture. The examiner should hold the machine in one hand and looks for veins within the gap between the 4 light bulbs which located on the top of the machine. Client's veins will appear within 2 minutes. The experiment was conducted in 20 participants at the Sirindhorn College of public health, Trang province. The experiment results

showed great satisfaction and this innovation can be used in clinical practice. However, the two limitations of this innovation are unable to see some vessels clearly and skin irritation.

1 Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

2 Advisor

เครื่องวัดความดันโลหิตสัญญาณเสียง Sound Sphygmomanometer

นฤเบศร์ ฉิมกล่อม¹, ภาคภูมิ สุภานันท์¹, ชนิภรณ์ กองถวิล¹, จันทิมา ลิมหัน²

Narubate Chimklom¹, Pakpoom Supanunt¹, Chaniporn Kongthawil¹, Jantima Lymhan ²

บทคัดย่อภาษาไทย

เครื่องวัดความดันโลหิตสัญญาณเสียงนี้เป็นนวัตกรรมที่มีการพัฒนาจากนวัตกรรมของนายหาญ ยูมังกูล และคณะ ซึ่งมีข้อจำกัดในเรื่องของเสียงที่ฟังไม่ชัด ไม่สม่ำเสมอ มีการเชื่อมต่อที่ยุ่งยาก เคลื่อนย้ายไม่สะดวก จึงได้มีการพัฒนานวัตกรรมชุดนี้ใหม่ให้ลดข้อจำกัดข้างต้น โดยมีวัสดุอุปกรณ์ดังนี้ หูฟัง (Stethoscope) ชุดลำโพงชุดเล็ก ที่ชาร์ตแบตเตอรี่ แท่งพลาสติก ชุดไมค์ แผงวงจรชุดไมค์ แบตเตอรี่ โดยมีวิธีการทำ คือ การนำหูฟังและอุปกรณ์ขยายเสียงมาทำการศึกษารูปแบบประกอบต่างๆและการการใช้งานของเครื่องมือเสร็จแล้วทำการตัด Stethoscope ในส่วนที่เป็นหูฟังออกแล้วทำการใส่ชุดไมค์รับสัญญาณเข้ากับด้านที่ถูกตัดออกของ Stethoscope เพื่อเปลี่ยนตัวกระจายเสียงจากนั้นจึงต่อสายเข้ากับแผงวงจรกับลำโพงตัวปล่อยสัญญาณแล้วนำไปทดลองกับกลุ่มเป้าหมาย โดยมีวิธีการใช้งานดังนี้ คือ สามารถนำนวัตกรรมไปใช้งานในการวัดความดันโลหิตโดยใช้ควบคู่กับเครื่องวัดความดันชนิดแบบปรอททำการเปิดเสียงที่ด้านหลังของลำโพงแล้วใช้หูฟังทำการตัดแปลงเพื่อที่จะใช้งานต่อเข้ากับตัวลำโพงด้านหลังด้วยเพื่อจะทำให้ได้ยินเสียงของ Systolic กับ Diastolic ในการวัดค่าความดันที่แปลผลออกมาจากลำโพงได้ และยังสามารถนำหูฟังที่ต่อกับลำโพงนั้นไปใช้ฟังเสียงของชีพจรได้อีกด้วยและได้นำนวัตกรรมนี้ไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างทั้ง 10 คน จากการทดลองใช้นวัตกรรมพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก จะมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุดคือ ๔.๕๐ , ๔.๓๐ , ๔.๐๐ และ ๓.๕๐ ตามลำดับดังนี้ สามารถเคลื่อนย้ายได้ง่าย มีความแปลกใหม่ ใช้ได้ง่าย สามารถอ่านค่าเครื่องวัดความดันได้ชัดเจนและนวัตกรรมมีเสียงดังชัดเจน ซึ่งข้อดีของนวัตกรรมนี้คือสามารถที่จะได้ยินเสียงชีพจรได้ชัดเจนโดยไม่ต้องใช้หูฟังเสียบที่หูเพื่อลดค่าความผิดพลาดจากการฟังของผู้วัด แต่ข้อจำกัด คือ ในกลุ่มตัวอย่างบางรายมีชีพจรที่เบาจึงจำเป็นที่จะต้องหาชีพจรให้ดี เพราะจะทำให้ได้ยินเสียงชีพจรได้ไม่ชัดเจน

1นักศึกษาวชิการาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

2อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The Enhanced sound sphygmomanometer was developed from the innovation of Mr. Han Yumangkoon and colleagues which has several limitations, namely, unclear and unstable sound, complications of device connection and inconvenience to move. This innovation was intended to improve the new Enhanced sound sphygmomanometer in order to reduce limitations above. Materials are a stethoscope, a speaker set, a battery charger, plastic rods, a series of circuit plan, a microphone, and batteries. The Enhanced Sound Sphygmomanometer was studied regarding the components of headset and amplifier devices. The metal chestpiece of the stethoscope was cut off, then the stethoscope was connected to the microphone which already connected to the receiver pack. This process aimed to change the broadcast. The Enhanced Sound Sphygmomanometer was plugged into a circuit and speakers before experimenting it with the participants. The Enhanced Sound Sphygmomanometer can be used with a clinical mercury sphygmomanometer. This innovation works by turning on the sound button on the back of the speaker. Then, the modified headphones were connected to the speakers in order to maximize diastolic and systolic sound volume. Therefore, the innovation can be used to detect the abnormal sound. This innovation also can be used to detect abnormal pulse. This innovation was experimented in 10 participants. The results showed high satisfaction which average scores were

4.50, 4.30, 4.00 and 3.50 respectively. This innovation is easy to move and extraordinary. The advantage of this innovation is enhancing the ability to hear pulses clearly without using headphones. It can reduce hearing errors from listening through headphones. The limitation of The Enhanced Sound Sphygmomanometer is less capability to detect pulse sound in the low pulse pressure cases. Hence, it needs to seek for the precise pulse areas in order to examine the client's pulses correctly.

1 Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

2 Advisor

เกมส์บิงโก ผื่นแพ้ยา Drug Eruption Bingo

ณัฐกฤตา จันทาทอง, ธวัลรัตน์ หลวงธิดา, ปรัชญา สัสดี, พัชราภรณ์ ยิ้มสงวน, สุขุมภรณ์ ศรีวิศิษฐ์
Natkitta Jantatong, Thawanrat Laungthija, Parichaya Sadsadee,
Patcharaporn Yimsanguan, Sukhumaphorn Sriwisit

บทคัดย่อภาษาไทย

อาการผื่นแพ้ยาต่าง ๆ จากการใช้ยาที่มีผลกระทบต่อร่างกายโดยตรง สามารถก่อให้เกิดอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา หรือผื่นแพ้ยาได้ ซึ่งนักศึกษาชั้นสาธาณสุขจะต้องมีความรู้ เรื่อง ผื่นแพ้ยา ดังนั้นจึงมีการพัฒนา นวัตกรรม เกมส์บิงโก ผื่นแพ้ยา (Drug Eruption Bingo) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนา นวัตกรรม เป็นสื่อให้ความรู้เรื่อง ผื่นแพ้ยาสำหรับการเรียนการสอนของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่ม อย่างง่ายของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง ปีการศึกษา 2558 จำนวน 90 คน เก็บรวบรวม ข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบและแบบประเมินความพึงพอใจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Paired Samples T-Test

ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจ เรื่องผื่นแพ้ยา Drug Eruption Bingo ก่อนการใช้ นวัตกรรมต่ำกว่าหลังการใช้ นวัตกรรม ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนี้ หลักสูตรสาธาณสุขชุมชน (4.08 ± 2.34 และ 6.05 ± 1.80) หลักสูตรทันตสาธารณสุข (4.69 ± 1.69 และ 6.47 ± 1.57) หลักสูตรเทคนิคเภสัชกรรม (2.73 ± 1.68 และ 5.09 ± 1.38) และหลักสูตรปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ (2.78 ± 1.86 และ 4.78 ± 1.30) ตามลำดับ โดยมีระดับความพึงพอใจในระดับมากที่สุด ด้านประโยชน์ต่อนักศึกษาทางด้านสาธารณสุข (4.61 ± 0.61) รองลงมา คือ ด้านเนื้อหาเกี่ยวกับภาพมีความสอดคล้องกัน (4.55 ± 0.59) และด้านเนื้อหาสอดคล้องกับ ภาพประกอบ (4.53 ± 0.56) ตามลำดับ ในภาพรวม นักศึกษามีระดับความพึงพอใจในระดับมาก (4.40 ± 0.64)

ผลการพัฒนา นวัตกรรมครั้งนี้ สามารถนำมาใช้เป็นสื่อให้ความรู้เรื่อง ผื่นแพ้ยา สำหรับการเรียนการสอน ของนักศึกษาด้านสาธารณสุข และปรับปรุงสื่อให้เป็นภาษาไทยเพื่อนำไปให้ความรู้แก่บุคลากรสาธารณสุข และผู้มารับ บริการในโรงพยาบาลต่อไปได้

คำสำคัญ: ผื่นแพ้ยา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The unusual symptoms are from drug use that affects directly to the body and make Adverse Drug Reaction (ADR) or Drug Eruption. Public health students should have the knowledge of drug eruption so that drug eruption bingo was developed. This study aimed to develop innovation as a learning aid on the knowledge of drug eruption for students of Sirindhorn College of Public Health, Trang. The samples were randomly selected from 90 of 297 students who consisted of Community Public Health, Dental Public Health, Pharmacy Technique and Emergency Medical Operation from Sirindhorn College of Public Health, Trang in the academic year 2015. Data were collected by the test and satisfaction survey questionnaire and analyzed by mean, standard deviation and Paired Samples T-Test.

The findings showed that most students had statistically significant lower knowledge and understanding in pre-test than in post-test of drug eruption bingo as curriculums following: Community Public Health (4.08 ± 2.34 and 6.05 ± 1.80), Dental Public Health (4.69 ± 1.69 and 6.47 ± 1.57), Pharmacy Technique (2.73 ± 1.68 and 5.09 ± 1.38) and Emergency Medical Operation (2.78 ± 1.86 and 4.78 ± 1.30), respectively. Moreover, the satisfaction was the high level in the use for

public health students (4.61 ± 0.61) and the relevance between contexts and pictures (4.55 ± 0.59), respectively. Overall, students had the high level of satisfaction (4.40 ± 0.64).

The effects of innovation development could be a learning aid on the knowledge of drug eruption for students of Sirindhorn College of Public Health, Trang, and improve as a Thai learning aid for public health officers and hospital customers appropriately.

Keyword: Drug Eruption

นวัตกรรม: เกมรู้ทันไม่ท้องต้องลองขึ้นบันได

Innovation: Snake and ladder for contraception knowledge

ทิตยา ขวัญดี¹, นาทยา ยอดพรหม¹, สลิลทิพย์ น่วมเกิด¹, ปัญจมา วิบุรณ์กาญจน์¹, และ จิตติมา กาลเนากุล²

Titiya Kwandee¹, Nataya Yodprom¹, Panjama Wiboonkan¹, Salintip Nouamkoed¹,

and Jittima Kalnaowakun²

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อออกแบบและพัฒนาเกมซึ่งเป็นการศึกษาที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พึงประสงค์ที่เกิดกับผู้หญิงที่อายุ 15-19 ปี นวัตกรรมที่ถูกพัฒนาขึ้นนี้เรียกว่า “เกมรู้ทันไม่ท้องต้องลองขึ้นบันได” เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อายุ 13-15 ปี โรงเรียนเทศบาล 2 (วัดกะพังสุรินทร์) ตำบลทับเที่ยง อำเภอเมือง จังหวัดตรัง จำนวน ๒๓ คน โดยใช้แบบทดสอบความรู้และแบบประเมินความพึงพอใจในการใช้นวัตกรรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ paired t-test ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พึงประสงค์ก่อนทดลองใช้นวัตกรรม ร้อยละ 10.35 ± 1.03 และหลังใช้นวัตกรรม ร้อยละ 11.22 ± 0.90 โดยคะแนนความรู้หลังใช้นวัตกรรมสูงกว่าก่อนใช้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.001$) มีระดับความพึงพอใจในระดับมากที่สุดร้อยละ 91.30 ระดับความพึงพอใจระดับมากร้อยละ 8.69 มีระดับความพึงพอใจมากที่สุดในเรื่อง วิธีการเล่นและกติกาในการเล่นเข้าใจง่าย (4.91 ± 0.29) รองลงมา คือ มีเนื้อหาที่ครอบคลุมความเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ ทักษะการปฏิเสธ วิธีการคุมกำเนิด และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (4.83 ± 0.39) ผลการพัฒนานวัตกรรมครั้งนี้ สามารถนำมาใช้เป็นสื่อให้ความรู้เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พึงประสงค์แก่ผู้ที่อยู่ในกลุ่มก่อนกลุ่มเสี่ยง และสามารถปรับใช้เป็นสื่อในวิชาเรียนเกี่ยวกับเพศศึกษา เพื่อความสนุกสนานในการเรียนและทำให้เข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้น

คำสำคัญ : เกมให้ความรู้ แม่วัยใส การคุมกำเนิด

1นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

2อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

The study was to design and develop an educational game focusing on a prevention of unwanted sexual intercourse behaviors among 15 to 19 year-old adolescent girls, game: Snake and ladder for contraception knowledge. Data collection was conducted in Wat Kra Pang Surin School, Trang province. Twenty-three Wat Kra Pang Surin School students aged 13-15 years were purposively recruited. The research instruments were employed for data collection including: knowledge test; and a satisfaction questionnaire. Data were analyzed using percentage, mean, and standard deviation, and paired t-test. The results revealed that after intervention, scores of knowledgeable about prevention of unwanted sexual intercourse behaviors were significantly higher than those before intervention at the 0.05 level ($P\text{-value}=0.001$). Before intervention, $10.35 \pm 1.03\%$ of samples were knowledgeable about prevention of unwanted sexual intercourse behaviors, whereas $11.22 \pm 0.90\%$ of them were found in after intervention. Most of them (91.30%) were satisfied with this innovation at the highest level. The highest level of satisfaction item was “the rules to play the game are easy to understand” (4.91 ± 0.29), followed by having useful knowledge and increasing comprehension about risks of sexual intercourse, refusal skills, contraceptive methods and sexually transmitted infection (4.83 ± 0.39). The results of this innovation can be used as a media awareness to educate, to prevent unwanted sexual intercourse

for those in high risk groups and can be used as a medium of learning about sex education for increasing fun in learning and make content easier to understand.

Keywords: game to educate, teen pregnancy, contraception.

1 Students of Sirindhorn College of Public Health, Trang

2 Advisor

เครื่องมือช่วยอ่านฉลาก GDA สัญญาณไฟจราจร (Color-coded GDA) Color-coded Guideline Daily Amount Label (Color-coded GDA Label)

ปาจริย์ แซ่ไซ สุพิชชา ระไพพรมาราช อรพินธุ์ เพียรรุ่งเรือง
Pajaree Kaekai Supitcha Rawaiphrommarat Aurapin Phianrungrueang

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อสร้างเครื่องมือช่วยอ่านฉลาก GDA สัญญาณไฟจราจร 2) เพื่อศึกษาผลการให้ความรู้การอ่านฉลากโภชนาการโดยใช้เครื่องมือช่วยอ่านฉลาก GDA สัญญาณไฟจราจร ประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้เป็นนักเรียนโรงเรียนบ้านเขาสมอแดง (รัฐศิริวัฒน์อุปถัมภ์) อำเภอวังทอง จังหวัดพิษณุโลก จำนวนทั้งหมด 326 คน กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ปีการศึกษา 2558 ภาคเรียนที่ 2 โรงเรียนบ้านเขาสมอแดง จำนวน 94 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการสุ่มอย่างง่ายได้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 47 คน กลุ่มทดลองให้ความรู้โดยใช้เครื่องมือช่วยอ่านฉลาก GDA สัญญาณไฟจราจร และกลุ่มควบคุมให้ความรู้โดยบรรยายตามแผนการสอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ เครื่องมือช่วยอ่านฉลาก GDA สัญญาณไฟจราจร และแผนการสอน 2) แบบทดสอบก่อนและหลังการให้ความรู้การอ่านฉลากโภชนาการ (GDA) การวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ Paired t-test และ Independent t-test

ผลการศึกษา พบว่า ได้เครื่องมือช่วยอ่านฉลาก GDA สัญญาณไฟจราจร และเมื่อนำไปใช้ในโครงการอบรมเครื่องมือช่วยอ่านฉลาก GDA สัญญาณไฟจราจร เปรียบเทียบกับการให้ความรู้แบบปกติ พบว่า 1) คะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการให้ความรู้ของกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) คะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการให้ความรู้ของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) คะแนนเฉลี่ยก่อนการให้ความรู้ของทั้ง 2 กลุ่ม ไม่แตกต่างกัน และหลังการให้ความรู้ของทั้ง 2 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 4) ผลต่างค่าเฉลี่ยคะแนนหลังและก่อนการให้ความรู้ (d) ของกลุ่มทดลอง เท่ากับ 2.13 ส่วนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 0.17 ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ ฉลาก GDA ฉลากสัญญาณไฟจราจร โภชนาการ

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This study Objective 1) to create a tool to help readers GDA labeling traffic light 2) To evaluate the knowledge of reading nutrition labels using GDA labels to traffic lights. The population in this research is a home school student, he's rocking anchor. (Streaks Siriwat Foster) Wang Thong District, Phitsanulok total 326 samples were the students who are studying in grade at 4-6 Year 2558 Semester 2 Ban Khao Samo rocking number 94 were divided into two groups: the experimental group. and Random simple experimental group and a control group of 47 was used in this study were 1) the tools used in the trial, including tools to help read the label GDA traffic lights and lesson plans, 2) The tests before and after educating reading nutrition labels (GDA). Data analysis Using descriptive statistics such as frequency, percentage, average, and standard deviation. Inferential statistics include Paired t-test and Independent t-test.

The results showed that the GDA labeling tool helps read traffic lights. And when applied in training tools to help read the label GDA traffic lights. Compared to educating normally found 1) Average pre and post knowledge of group differences are statistically significant at the .01 level. 2) Average before and after the knowledge of the group. controls did not differ significantly at the

statistical level. 01 3) Average pre-knowledge of the two groups did not differ. And the knowledge of the two groups differ significantly statistical level. 01 4) The difference between the average rate and a prior knowledge (d) of the experimental group was 2.13 while the control group was. 0.17 This difference is statistically significant at the .01 level.

Label, Color-coded Guideline Daily Amount Label, nutrition

โครงการนวัตกรรม การสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโดยผสมผสานเพลงพื้นบ้าน (อีแซว) Innovation project Promoting healthy aging by incorporating folk songs

นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ ๒* อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลชุมชน *
2nd year Bachelor of Nursing students* Professor Department of Nursing *

บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาผลของการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโดยใช้นวัตกรรมเพลงพื้นบ้าน (เพลงอีแซว) และบูรณาการรายวิชาการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคกับวิชาการปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ ๑ และเผยแพร่แนวคิดนวัตกรรมเพลงพื้นบ้านในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุซึ่งเป็นการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมไทยเพลงพื้นบ้าน การดำเนินการวิจัย โดยศึกษาแบ่งออกเป็น ๒ ส่วน ส่วนที่ ๑. ศึกษาความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่าง คัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เป็นผู้สูงอายุของตำบลสนามชัย อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ทั้งสิ้นจำนวน ๘๐ คน และส่วนที่ ๒ กลุ่มตัวอย่างถูกคัดเลือกจากผู้สูงอายุของตำบลสนามชัยที่ยินยอมเข้าร่วมการสนทนากลุ่ม ทั้งสิ้น ๑๐ คน การสนทนากลุ่ม (Focus group) โดยแยกการสนทนากลุ่ม ใช้เวลาประมาณ ๔๕ - ๖๐ นาที โดยใช้การบันทึกเทปในระหว่างการสนทนา การจดบันทึกและสังเกตพฤติกรรมโดยมีผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้ดำเนินการสนทนากลุ่ม การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น ๓ ส่วน คือ ๑. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ๒. แบบสอบถามความพึงพอใจโดยแบบวัดความพึงพอใจผ่านการทดสอบความตรงและความเที่ยงได้ค่าความเที่ยงของเครื่องมือ เท่ากับ ๐.๘๒ และ ๓. การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis)

ผลการวิจัยพบว่า

๑. ผลการประเมินความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายต่อการสร้างเสริมสุขภาพผ่านบทเพลงพื้นบ้านอยู่ในระดับดีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ ๙๓

๒. ผลการสนทนากลุ่มเป้าหมายมีความคิดเห็นโดยสรุปเป็น ๔ ประเด็นได้ว่า

- ๒.๑ โครงการเกิดประโยชน์และสร้างคุณค่าต่อนักศึกษาผู้สูงอายุและสังคม
- ๒.๒ ผู้สูงอายุสามารถจดจำเนื้อหาการสร้างเสริมสุขภาพได้โดยง่ายและทำให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดี ผู้สูงอายุและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องมีความรู้ความเข้าใจในการสร้างเสริมสุขภาพ
- ๒.๓ ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าของศิลปะเพลงพื้นบ้าน
- ๒.๔ เป็นการสร้างเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นแกนนำในการใช้เพลงพื้นบ้านเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ
- ๒.๕ มีสื่อนวัตกรรมเพลงพื้นบ้านด้านส่งเสริมสุขภาพนำไปใช้ได้จริงในผู้สูงอายุของจังหวัด

สุพรรณบุรี

คำสำคัญ: การสร้างเสริมสุขภาพ, ผู้สูงอายุ, เพลงพื้นบ้าน

*วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

This study is a qualitative research. To study the effect of the health of the elderly using innovative folk music. Folk songs were integration courses for health promotion and disease prevention programs to nurse students who have health problems and first published in innovative folk songs promoting healthy aging, which is a cultural folk songs of Thailand. The study is divided into two parts. Part 1 was the satisfaction of the sample. Specific selection of the elderly of the parish Sanamchai Muang Suphan Buri. A total of 80 people and Part 2. The samples were selected by the elders of the district court victory that participated in the focus group were 10 focus groups separated by group discussion. It takes about 45-60 minutes, using a tape recorder to take notes during the conversation and observation by a research assistant who conducted a focus group. Data

analysis was divided into three parts: 1. Overview 2. Satisfaction questionnaire, by a measure of satisfaction, tested the validity and reliability is the reliability of 0.82 and three content analysis.

The research found that;

1. Assessment of the satisfaction of the audience on health promotion through folk songs at a good level and above. 93 percent.

2. Results of the focus group discussion with comments conclusion is that the four issues.

2.1 The benefit and value to students, senior citizens and society.

2.2 Seniors Health Promotion recognizes content easily and cause the atmosphere. better learning The elderly and those who are involved with cognitive health.

2.3 The elderly can easily memorize the contents of health promotion knowledge and understanding of health promotion.

2.4 Promoting the elderly as leaders in using folk songs to enhance health.

2.5 The innovative folk music is an innovative media folk songs promoting the quality of practical importance.

Keywords: health promotion, the elderly, folk songs.

* Borommarajonani College of Nursing, Suphanburi.

ปูนหอย น้อยหน้า ฆ่าลูกน้ำยุง Shell, Dried Turmeric, and Custard Apple

ทวีทรัพย์ จูมศิลป์¹ ทิพวัลย์ โสมณวัฒน์¹ สอาด มุ่งสิน²

Taweepup Joomsil1 Tippawan Sommanawat1 Sa-ard mongsin2

บทคัดย่อภาษาไทย

การใช้ทรายอะเบทเพื่อกำจัดลูกน้ำยุงเป็นวิธีการที่องค์การอนามัยโลกแนะนำแต่ก็เป็นวิธีการที่มีค่าใช้จ่ายสูง และอาจก่อให้เกิดปัญหามลพิษและสารเคมีตกค้างในระยะยาว การเลือกใช้สมุนไพรฆ่าลูกน้ำยุงน่าจะเป็นทางเลือกที่ประหยัดและปลอดภัย การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิภาพในการกำจัดลูกน้ำยุงของสมุนไพร และวัตถุดิบพื้นบ้าน ได้แก่ เมล็ดน้อยหน้า เปลือกหอยแครง และขมิ้นชัน ทีมวิจัยได้ทำการผสมวัตถุดิบทั้งสามในสัดส่วนต่างๆ และนำไปทดสอบประสิทธิภาพในการกำจัดลูกน้ำยุง ผลการศึกษพบว่า สูตรที่เหมาะสมในการฆ่าลูกน้ำยุง คือใช้ปูนเปลือกหอย 3 กรัม เมล็ดน้อยหน้าบด 1 กรัม ในน้ำ 5 ลิตร สามารถฆ่าลูกน้ำยุงตายหมดในเวลา 12 ชั่วโมง ดังนั้นจึงควรเผยแพร่สู่สาธารณะและส่งเสริมการนำไปใช้ให้แพร่หลาย เพื่อลดการใช้สารเคมีในการกำจัดลูกน้ำยุง

คำสำคัญ : ลูกน้ำยุง สมุนไพร ภูมิปัญญาท้องถิ่น นวัตกรรม

1 นักศึกษายาบาลศาสตร์บัณฑิต ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สรรพสิทธิประสงค์

2 อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Abstract ABATE larvicide for controlling mosquito larvae is presently suggested by WHO; however, this has high cost and, in long term, may lead to chemical pollution. The utilization of local herbs is alternative and safe. This study was a quasi-experimental research, aiming to investigate the potential of three local herb (seed of custard apple, shell flour, and dried turmeric) to control and kill mosquito larvae. Several blending of three raw material in particular proportions were tested the potential to kill mosquito larvae. Finally, researcher team found that, the blending of 3 gram of shell flour and 1 gram of ground seed, in 5 liters of water was the best proportion that killed mosquito larvae in 12 hours. This finding should be informed to public and the application should be promote so that chemical substance to control larvae will be decreased.

Keywords : mosquito larvae, herb, local wisdom, innovation

1 4th year nursing student. Boromarajonani College of Nursing Sanpasithiprasong.

2 Advisor

เครื่องสั่นสะเทือน หมุนเวียนโลหิต Vibrator for Blood circulation

ฐิรวัดน์ แสงสุข¹ ชาญชัย เหลาสาร¹ ชิดชนก ซ่อมวงษ์¹ จรูญศรี มีหนองหว้า²

Thirawat Saengsook¹ Chanchai Laosarn¹ Chidchanok Somwong¹ Jaroonsree Meenongwah²

บทคัดย่อภาษาไทย

การนวดเท้าให้ผู้ป่วยเบาหวานช่วยเพิ่มการไหลเวียนโลหิตและลดอาการชาในบริเวณปลายเท้าได้ ทีมวิจัยจึงได้พัฒนานวัตกรรมเครื่องสั่นสะเทือนที่ผลิตจากลูกกลิ้งในน้ำยาระงับกลิ่นกาย ใช้มอเตอร์กระตุ้นให้เกิดการสั่นสะเทือนของลูกกลิ้ง ทีมวิจัยใช้เวลาสองเดือนในการศึกษาและสร้างนวัตกรรม จากนั้นนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีอาการชาบริเวณปลายเท้ามากกว่า 8 จุด จำนวน 20 คน โดยให้ผู้ป่วยนั่งบนเก้าอี้และวางเท้าบนเครื่องสั่นสะเทือนวันละ 1 ครั้งๆ ละ 30 นาที เป็นระยะเวลาติดต่อกัน 5 วัน ทำการตรวจฝ่าเท้าจากการประเมิน microfilament ก่อนและหลังการนวด และประเมินความพึงพอใจหลังการใช้ 1 เดือน เมื่อใช้แบบประเมินความพึงพอใจหลังการใช้นวัตกรรม พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานมีความพึงพอใจมากที่สุด ด้านการรับรู้ความรู้สึกของฝ่าเท้าดีขึ้น ($=4.57$) ด้านความรู้สึกล่อนคลายกล้ามเนื้อฝ่าเท้าและกล้ามเนื้อน่อง ($=4.48$) ดังนั้นควรนำนวัตกรรมนี้ไปใช้กับผู้ป่วยที่มีอาการชาปลายเท้าเพื่อกระตุ้นการไหลเวียนโลหิต และควรทำการศึกษาระยะเวลาและความถี่ของการใช้ที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายต่างๆ

คำสำคัญ : การดูแลเท้า ผู้ป่วยเบาหวาน การนวดเท้า นวัตกรรม

1 นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สรรพสิทธิประสงค์

2 อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Foot massage among diabetics can improve blood circulation and minimize foot numbness. Study team attempted to develop foot vibrator, using roller ball of deodorant. A small motor was used to vibrate roller balls. The team spent 2 months for developing the vibrator; then, this machine was tested by 20 type-II diabetes whom foot numbness over 8 areas were found. The patients were asked to sit on a chair and place their feet on the vibrator 30 minute a day and 5 day continuously. Foot microfilament was examine before and after experiment; also satisfaction was asked. The finding showed that, the patients as users reported a high satisfaction toward foot vibrator because of foot sensitivity improvement ($=4.57$), and muscle relaxation ($=4.48$). Accordingly, there is suggestion to use the vibrator for patients to stimulate blood circulation and decrease numbness. Also, time and frequency of vibration appropriate for particular target group should be further studied.

Keywords : foot care, diabetic, foot massage, innovation

1 4th year nursing student. Boromarajonani College of Nursing Sanpasithiprasong.

2 Advisor

ที่นอนลมยางในรถ ลดแผลกดทับ

Medical Air Mattress Made from Motorcycle Tires, Reducing Bedsores

พีรพัทธ์ อยู่คง¹ ภาณุวัฒน์ วงศ์อุตดี¹ มนัส แสงชาติ¹ สำเร็จ เทียนทอง²

Phiraphat Youkhong¹ Manas Seangchat¹ Panuwat Wonguddee¹ Samrej Tienthong²

บทคัดย่อภาษาไทย

ที่นอนลม (alpha bed) เป็นอุปกรณ์ทางการแพทย์ที่ช่วยป้องกันปัญหาแผลกดทับในผู้ป่วยติดเตียงอย่างไรก็ตามที่นอนลมยังเป็นอุปกรณ์ที่มีราคาแพง ดังนั้นจึงมีนักพัฒนานวัตกรรมพยายามนำเอาวัสดุเหลือใช้ในท้องถิ่นมาประดิษฐ์ที่นอนลมราคาประหยัด การวิจัยนี้เป็นการประเมินประสิทธิผลของที่นอนลมที่ประดิษฐ์จากยางในรถจักรยานยนต์ที่วางเรียงกันเป็นที่นอนและใช้ปั๊มลมช่วยปรับแรงดันและสลับลม ทีมวิจัยมีกระบวนการพัฒนาที่นอนลมประกอบด้วย การทบทวนวรรณกรรม การออกแบบและสร้างที่นอนลม จากนั้นนำไปสาธิตการใช้งานให้กับพยาบาลหอผู้ป่วยในจำนวน 30 คนดู และให้ตอบแบบ ประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งาน ผลการศึกษาพบว่าพยาบาลมีระดับคะแนนความพึงพอใจมากที่สุด คือ อุปกรณ์มีความปลอดภัย ($=4.20$ S.D.=.40) และ มีการเลือกใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า ($=4.17$ S.D.=.37) และระดับน้อยที่สุด คือ มีความสะดวกต่อการเคลื่อนย้าย ($=2.57$ S.D.=.26) อย่างไรก็ตามมีข้อเสนอแนะบางประการ เช่น ควรทำการปรับปรุงลอนยางให้ชิดกันมากขึ้น ผ้าควรทำจากวัสดุที่ระบายอากาศได้ดีและศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักตัวของผู้ป่วยกับแรงดันของลม

คำสำคัญ : ที่นอนลม แผลกดทับ นวัตกรรม วัสดุเหลือใช้

1 นักศึกษาศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สรรพสิทธิประสงค์

2 อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Alpha bed is a medical mattress used for preventing bedsores among immobile patients; however, such material is expensive. Accordingly, some innovators attempt to find recycled items for economized alpha bed. This study aimed to evaluate the effectiveness of motorcycle-tire alpha bed with pressure controlled by recycled pump. Inventor team developed the mattress by several steps; literature review, design, and creation. After that, demonstration of developed alpha bed was presented to 30 nurses, and those were asked to complete satisfaction questionnaire. The findings revealed that, nurses felt highly satisfied by safety material ($=4.20$ S.D.=.40), and worthwhile selection ($=4.17$ S.D.=.37); meanwhile, a low satisfaction on convenient mobilization ($=2.57$ S.D.=.26). In addition, there were some suggestions; tires should be placed as close alignment; high ventilation should be concerned for bedcover; correlation of patients' weight and pressure should be further studied.

Key words : air mattress, bedsores, innovation, recycle material

14th year nursing student. Boromarajonani College of Nursing Sanpasithiprasong.

2 Advisor

การพัฒนานวัตกรรมกล่องฉีดยาปลอดภัยโดยใช้เทคนิคสวมปลอกเข็มด้วยมือเดียว Development of Safety Injection Box Innovation Based on One-Hand Technique

แคทเธีย พลอยวงษ์ไทย¹, จตุพร จันเขียว¹, จักรพงษ์ เพ็ญพิมพ์¹, จารุวรรณ ดวงคำ¹,
จิตติมา พลคำ¹, จิตลดา คำไย¹, จุฑามาศ ทองน้อย¹, เจติยา สุทธิ¹,

Kattareeya Ployvongthai¹, Jatubhorn Jankhiew¹, Jakraphong Phenphim¹, Jaruwan Duangkam¹,
Jittima Pholkam¹, Jitlada Kamyai¹, Jutamas Thongnoi¹, Chetiya Suttho¹,

บทคัดย่อภาษาไทย

การทำหัตถการของบุคลากรทางการแพทย์ส่วนใหญ่มักเกี่ยวข้องกับการทำหัตถการที่ต้องใช้เข็มหรือของมีคม หากขาดความระมัดระวัง รีบเร่ง หรือขาดความชำนาญในการปฏิบัติ จะทำให้บุคลากรสาธารณสุขเสี่ยงต่อการได้รับอุบัติเหตุเข็มทิ่มตำและเกิดบาดแผลขึ้นขณะปฏิบัติงาน การได้รับอุบัติเหตุมีบาดแผลที่ผิวหนังจะเป็นทางให้เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย หากอุปกรณ์ปนเปื้อนเลือด/สารคัดหลั่งของผู้ป่วยอาจส่งผลให้มีโอกาสเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อผ่านทางเลือด/สารคัดหลั่ง เช่น เชื้อไวรัสเอชไอวี และเชื้อไวรัสตับอักเสบบีและซีจากผู้ป่วยสู่บุคลากรสาธารณสุขได้ ซึ่งส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจของบุคลากรสาธารณสุขเองและยังเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ การศึกษาเชิงปฏิบัติการครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อผลิตนวัตกรรมกล่องฉีดยาปลอดภัยที่สามารถลดอุบัติเหตุจากเข็มทิ่มตำและของมีคมบาดของบุคลากรสาธารณสุข เพื่อให้บุคลากรสาธารณสุขมีความสะดวกในการหักหลอดยา การฉีดยา และการเจาะเลือด และเพื่อผลิตนวัตกรรมป้องกันอุบัติเหตุจากเข็มทิ่มตำและของมีคมบาดจากวัสดุเหลือใช้มาใช้ประโยชน์อย่างคุ้มค่าและมีประสิทธิภาพ การศึกษาครั้งนี้ได้ประยุกต์เทคนิคสวมปลอกเข็มด้วยมือเดียว (One-Hand Technique) มาเป็นแนวทางในการผลิตนวัตกรรม กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ จำนวน 30 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจสำหรับผู้ใช้นวัตกรรมกล่องฉีดยาปลอดภัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการศึกษาพบว่า ขั้นตอนการทำงานนวัตกรรมกล่องฉีดยาปลอดภัยประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การออกแบบนวัตกรรม, ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบโมเดลของนวัตกรรม, ขั้นตอนที่ 3 จัดทำนวัตกรรม, ขั้นตอนที่ 4 การนำนวัตกรรมให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลของนวัตกรรม และการปรับปรุงแก้ไขนวัตกรรม, ขั้นตอนที่ 5 การจัดทำนวัตกรรมเพื่อสะดวกต่อการใช้งาน, ขั้นตอนที่ 6 การนำนวัตกรรมไปทดลองใช้ ผลการใช้นวัตกรรมกล่องฉีดยาปลอดภัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจในนวัตกรรมกล่องฉีดยาปลอดภัยโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($M = 3.75$, $SD = 0.50$) และมีความพึงพอใจในนวัตกรรมกล่องฉีดยาปลอดภัยแต่ละด้านอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีความพึงพอใจด้านความคิดสร้างสรรค์ ($M = 3.80$, $SD = 0.58$) ด้านประโยชน์ ($M = 3.79$, $SD = 0.42$) และ ด้านความคุ้มค่าประหยัด ($M = 3.66$, $SD = 0.47$) มากที่สุดตามลำดับ ดังนั้นการใช้กล่องฉีดยาปลอดภัยในการทำหัตถการสามารถช่วยลดอุบัติเหตุจากการโดนเข็มทิ่มตำและของมีคมบาดเนื่องจากกล่องฉีดยาปลอดภัยประกอบด้วยช่องสวมปลอกเข็มโดยใช้หลักการสวมปลอกเข็มด้วยมือเดียว (One-Hand Technique) และช่องหักหลอดยา นอกจากนี้กล่องฉีดยาปลอดภัยยังมีช่องเก็บกระบอกฉีดยา เข็ม สำลีแอลกอฮอล์ หลอดบรรจุเลือดและสายรัดทูนิกเก็ต ทำให้สะดวกต่อการจัดเตรียมอุปกรณ์ในการไปเจาะเลือดและ/หรือฉีดยา และมีอุปกรณ์รองรับของมีคมที่มีขนาดกะทัดรัด สามารถนำไปทิ้งได้สะดวก อีกทั้งกล่องฉีดยาปลอดภัยสามารถวางบนรถหัตถการหรือนำไปฉีดยาหรือเจาะเลือดที่เตียงผู้ป่วยเป็นรายบุคคลได้ การศึกษาครั้งนี้มีข้อเสนอแนะ คือ วัสดุที่ใช้ในการผลิตกล่องฉีดยาปลอดภัยควรเป็นสแตนเลสหรือพลาสติกเพื่อให้มีน้ำหนักเบาและง่ายต่อการทำความสะอาด และอุปกรณ์ใส่ดินน้ำมันควรมีขนาดเล็กแยกใช้กับผู้ป่วยเป็นรายบุคคลเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

คำสำคัญ : ฉีดยา, การสวมปลอกเข็มด้วยมือเดียว, ปลอดภัย, นวัตกรรม

1นักศึกษพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สรรพสิทธิประสงค์

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Most medical procedures are relevant to injection and blood drawing. If health providers are careless, rush in practice, and inexperience, they will be vulnerable to needle stick and sharp injuries. Unsafe injection practices put healthcare providers at risk of infectious and adverse events. If the unsafe injection is blood contaminated, it can transmit various blood borne pathogens, such as HIV, Hepatitis B and C. The adverse events affect physical and mental health, and also a major public health problem. The Safety Injection Box aimed to reduce needle stick injury, to prevent injury from broken glass ampoule when preparing injection, and to create a safety injection box made of recycled material. The concept of one hand technique was applied in creating the Safety Injection Box. The Safety Injection Box was made of recycled plaswood, and it contains the slots of cutting glass ampule, syringes with one hand injection, capillary tubes, clay, blood tubes, broken glass ampule, and tray for injection and blood drawing. The process innovation includes (1) designing safety injection box, (2) mocking up the model of safety injection box, (3) developing the safety injection box, (4) validating and refining the safety injection box followed the nursing experts' recommendations, (5) adjusting the safety injection box, and (6) trying-out the innovation. The Satisfaction of Innovative Use Questionnaire was used for collecting data from 30 nursing students. Descriptive statistics was used to analyze data. Results showed that the nursing students overall highly satisfied in using the Safety Injection Box (M= 3.75, SD= 0.50). They also highly satisfied in creative thinking (M= 3.80, SD= 0.58), benefits (M= 3.79, SD= 0.42), and cost-saving (M= 3.66, SD= 0.47) of the innovation. Henceforth, the Safety Injection Box can help reduce the risk of needle stick and sharp injuries because it has the slots of recapping used needle with one hand technique, and the slots of collecting cut glass ampule. Moreover, it has a tray containing syringes, needles, alcohol cotton ball, blood tube and tourniquet for injection and/or blood drawing. It also has a compact drawer for keeping used needles and broken glass ampule that can be simply taken away. Furthermore, it can be put on a treatment cart, or taken to patients' bed for individual injection or blood draw. This study recommends for future research in changing materials from plaswood to plastic or stainless steel that would be easy to clean. Moreover, small clay should be used with patients individually in order to prevent cross infection.

Key words: Injection, one hand technique, Safety, Innovation

1Boromarajonani College of Nursing Sanpasithiprasong

การรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซินของประชาชนกรณีศึกษา ชุมชนการเคหะในเขตเทศบาลนครยะลา อำเภอเมือง จังหวัดยะลา

The Perceptions of People on the Risk of Aflatoxin: A case Study of Kaeha in Yala Municipality Muang District, Yala Province

ณัฐพล คงบุญมี¹ อัญชลี พงศ์เกษร² กมลวรรณ วณิชชานนท์³ และชูชัยลา สมะมะแอ⁴

Nattapon Kongboonmee 1 Anchalee Pongkaset 2

Kamonwan Wanitchanon 3 Suhaila Samaae 4

บทคัดย่อภาษาไทย

ปัจจุบันการอุปโภคและบริโภคเข้าถึงผู้คนเป็นไปอย่างกว้างขวางโดยเฉพาะการตอบสนองการบริโภคด้านอาหารการกินในส่วนนี้ถ้าผู้คนละเลยในเรื่องความปลอดภัยอาจเกิดอันตรายที่มาจากอาหารได้ เช่น สารเชื้อราอะฟลาทอกซิน ซึ่งส่งผลให้เกิดการเจ็บป่วยได้ โดยเฉพาะถ้ามีการรับรู้ความเสี่ยงที่อยู่ในระดับต่ำ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซินและศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซิน การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ กลุ่มตัวอย่างคือประชาชนที่อาศัยในชุมชนการเคหะ เขตเทศบาลนครยะลาอำเภอเมืองจังหวัดยะลาซึ่งมีจำนวนประชากร 173 คน ครัวเรือนโดยใช้การสุ่มอย่างง่ายเครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม ทั้งหมด 4 ตอน คือ ข้อมูลทั่วไป, แบบสอบถามวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสารอะฟลาทอกซิน, แบบสอบถามเกี่ยวกับทัศนคติต่อการป้องกันสารอะฟลาทอกซิน และแบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซิน โดยผ่านการพิจารณาจริยธรรม วสส.ยะลา สถิติที่ใช้ คือ ร้อยละ, ค่าเฉลี่ย, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน, Chi – square Test, Pearson's Correlation Coefficient

จากการศึกษาพบว่าประชาชนส่วนใหญ่มีระดับการรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซิน อยู่ในในระดับสูงร้อยละ 83.1 ประชาชนมีการรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซินที่ถูกต้อง ซึ่งพบว่าความรู้และทัศนคติมีการรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซิน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 นอกจากนี้การได้รับข้อมูลข่าวสารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แพศอายุ ระดับการศึกษาและอาชีพ ไม่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้ความเสี่ยงจากพิษของสารอะฟลาทอกซิน

คำสำคัญ: การรับรู้ความเสี่ยง, สารอะฟลาทอกซิน

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

Currently, dramatic rises in consumption is widely in many parts of Thailand in particular of food consumption. If people unfit for consumption or have low perception level of food safety, hazards may be caused by food, such as aflatoxin, that they may ill. This study is observational study and the purposes of this study were to explore people perceptions and factors that correlated with the risks of causing aflatoxin. Samples were 173 people lived in Kaeha, Yala Municipality, Muang District, Yala Province. Simple Random Sampling was used and questionnaire. Four sections of the questionnaire consists of personal information, aflatoxin knowledge, attitudes on how to protect aflatoxin from food, and perceptions of the risks of aflatoxin was applied in this study as tools. Percentage, average, standard deviation, chi – square test, Pearson's correlation coefficient were statistically analyzed. This study was approved by ethical SCPH Yala committee.

The findings showed that perception value towards the risk of causing aflatoxin was at appropriate level (83.1 per cent) and most of the groups were sample who had high perception level. Both factors that correlated significantly with perception of the risk of aflatoxin were

knowledge and attitude at the 0.01. In addition, information sources were also related to the perception of the risk of aflatoxin with statistical significant at the 0.05. However, gender, education gained level and careers were not associated with perception on aflatoxin risks

Key words: Perception, Aflatoxin

Sirindhorn College of Public Health, Yala
