



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง "การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข ในโรงเรียนประถมศึกษา" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา ตามตัวแปรเพศ ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้นเองมาสอบถามยังกลุ่มประชากรอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน ซึ่งมีทั้งสิ้น 365 คน แบ่งเป็น เพศชาย 148 คน เพศหญิง 217 คน และผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาจำนวน 365 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

ในการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSSx (Statistical Package for the Social Sciences Version X) ของสถาบันบริการคอมพิวเตอร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 4 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน
- ตอนที่ 2 การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา
- ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา ตามตัวแปรเพศ
- ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลทั่วไปของนักเรียนอาสาสมัครสาธารณสุข ในโรงเรียนประถมศึกษา มาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของข้อมูลเป็นรายข้อ ปรากฏผลดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและค่าร้อยละตามเพศของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับชั้น ศาสนา อาชีพหลักของบิดา มารดา รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน ระดับการศึกษาสูงสุดของบิดา และระดับการศึกษาสูงสุดของมารดา

รายการ	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		รวม (N = 365)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ระดับชั้นของอาสาสมัคร สาธารณสุข						
ป. 4	40	27.0	70	32.3	110	30.1
ป. 5	56	37.8	70	19.2	126	34.5
ป. 6	52	35.1	77	35.5	129	35.3
2. ศาสนา						
พุทธ	130	87.8	190	87.6	320	87.7
คริสต์	-	-	2	0.9	2	0.5
อิสลาม	18	12.2	25	11.5	43	11.8

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		รวม (N = 365)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	-----					
3. อาชีพหลักของบิดา						
รับราชการ	16	10.8	23	10.6	39	10.7
รับจ้าง	88	59.5	129	59.4	217	59.5
ค้าขายหรือธุรกิจส่วนตัว	43	29.1	62	28.6	105	28.8
อื่น ๆ	1	0.7	3	1.4	4	1.1
4. อาชีพหลักของมารดา						
รับราชการ	11	7.4	13	6.0	24	6.6
รับจ้าง	61	41.2	83	38.2	144	39.5
ค้าขายหรือธุรกิจส่วนตัว	51	34.5	71	32.7	122	33.4
อื่น ๆ	25	16.9	50	23.0	75	20.5
5. รายได้เฉลี่ยของครอบครัว						
ต่อเดือน						
1,000-2,000 บาท/เดือน	36	24.3	50	23.0	86	23.6
2,000 บาทขึ้นไป-3,000 บาท/เดือน	36	24.3	47	21.7	83	22.7
3,000 บาทขึ้นไป-4,000 บาท/เดือน	26	17.6	39	18.0	65	17.8
4,000 บาทขึ้นไป	50	33.8	81	37.3	131	35.9

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		รวม (N = 365)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	-----					
6. ระดับการศึกษาสูงสุดของบิดา						
ประถมศึกษา	99	66.9	132	60.8	231	63.3
มัธยมศึกษา	29	19.6	56	25.8	85	23.3
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	10	6.8	15	6.9	25	6.8
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	10	6.8	14	6.5	24	6.6
7. ระดับการศึกษาสูงสุดของมารดา						
ประถมศึกษา	112	75.7	168	77.4	280	76.7
มัธยมศึกษา	21	14.2	32	14.7	53	14.5
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	5	3.4	6	2.8	11	3.0
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	10	6.8	11	5.1	21	5.8

จากตารางที่ 2 จะเห็นได้ว่าอาสาสมัครสาธารณสุขที่ตอบแบบสอบถามมีจำนวนทั้งสิ้น 365 คน แบ่งเป็นชาย 148 คน หญิง 217 คน อาสาสมัครสาธารณสุขส่วนมากกำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 คิดเป็นร้อยละ 35.3 รองลงมากำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 34.5 ส่วนการนับถือศาสนานั้นพบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 87.7 รองลงมานับถือศาสนาอิสลามร้อยละ 11.8 อาชีพหลักของบิดาอาสาสมัครสาธารณสุขส่วนใหญ่นับถืออาชีพรับจ้างร้อยละ 59.5 รองลงมาคืออาชีพค้าขายหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 28.8 ส่วนอาชีพหลักของมารดาอาสาสมัครสาธารณสุข

ส่วนมากมีอาชีพรับจ้างคิดเป็นร้อยละ 39.5 รองลงมามีอาชีพค้าขายหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 33.4

ครอบครัวของอาสาสมัครสาธารณสุขโดยส่วนรวมมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนตั้งแต่ 4,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 35.9 รองลงมามีรายได้อยู่ระหว่าง 1,000-2,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 23.6 ในด้านการศึกษานั้นบิดาและมารดาของอาสาสมัครสาธารณสุขโดยส่วนใหญ่จบ การศึกษาชั้นประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 63.3 และ 76.7 ตามลำดับ รองลงมาบิดาและ มารดาของอาสาสมัครสาธารณสุขจบชั้นมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 23.3 และ 14.5 ตามลำดับ มีเพียงร้อยละ 6.6 และร้อยละ 5.8 เท่านั้นที่บิดาและมารดาของอาสาสมัครสาธารณสุขมี ระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตอนที่ 2 การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร**

ผู้วิจัยนำข้อมูลการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขมาหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายชื่อ รายเรื่อง และโดยส่วนรวม ปรากฏผลดังตารางที่ 3 ถึงตารางที่ 13

**ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับอนามัยส่วนบุคคลของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร**

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	ฉันสวมรองเท้าเมื่อออกจากบ้าน	3.87	0.41	ดีมาก
2.	ฉันทำความสะอาดอวัยวะเพศทุกครั้ง อาบน้ำหรือเข้าห้องน้ำ	3.79	0.50	ดีมาก
3.	ฉันนอนในที่อากาศถ่ายเทสะดวก	3.75	0.59	ดีมาก
4.	ฉันอาบน้ำทันทีที่ภายหลังเล่นกีฬาหรือ ออกกำลังกายเสร็จโดยไม่พักผ่อน *	3.57	0.74	ดีมาก
5.	ฉันดื่มน้ำชาหรือกาแฟ*	3.52	0.59	ดีมาก
6.	ฉันเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที เมื่อเปียกชื้น	3.50	0.73	ดีมาก
7.	ฉันดูแลรักษาห้องนอนให้สะอาด	3.43	0.79	ดี
8.	ฉันบอกผู้ปกครองเมื่อฉันไม่สบาย	3.43	0.82	ดี
9.	เมื่อเป็นหวัด ฉันพักผ่อนให้มาก ๆ	3.40	0.78	ดี

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		สาธารณสุขทั้งหมด		
		(N = 365)		
		$\bar{X}$	S.D	
10.	ฉันอ่านหนังสือในที่แสงสว่างไม่เพียงพอ*	3.37	0.79	ดี
11.	ฉันหลีกเลี่ยงไม่อยู่ใกล้คนที่สูบบุหรี่	3.37	0.83	ดี
12.	ฉันล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	3.35	0.84	ดี
13.	ฉันอาบน้ำอย่างน้อยวันละครั้ง	3.33	1.02	ดี
14.	ฉันสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง	3.32	0.81	ดี
15.	ฉันนั่งคูโทรศัพท์มือถือเพื่อเห็นได้ชัด*	3.31	0.88	ดี
16.	ฉันท้องผูก*	3.26	0.59	ดี
17.	ฉันพักสายตาโดยการหลับตา	3.24	0.82	ดี
18.	ฉันหลีกเลี่ยงจากเสียงอีกทีหรือ เสียงที่ดังมาก ๆ	3.16	0.86	ดี
19.	ฉันแปรงฟันหลังรับประทานอาหาร	3.13	0.91	ดี
20.	ฉันส่องกระจกเพื่อสำรวจความผิดปกติ ของเหงือกและฟัน	3.11	0.90	ดี
21.	ฉันตัดเล็บมือเล็บเท้าให้สั้นและรักษา ความสะอาด	3.07	0.81	ดี
22.	ฉันใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหาร ร่วมกัน	3.02	1.02	ดี
23.	ฉันนั่งหลังงอ*	2.89	0.76	ดี
24.	ฉันใช้แก้วน้ำส่วนตัวไม่ปะปนกับคนอื่น	2.88	1.09	ดี
25.	ฉันเข้าอนด็อก*	2.60	0.78	ดี

## ตารางที่ 3 (ต่อ)

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		สาธารณสุขทั้งหมด		
		(N = 365)		
		$\bar{X}$	S.D	
26.	ฉันให้ทันตแพทย์ตรวจฟันปีละครั้ง	2.28	1.06	พอใช้
27.	ฉันไปพบจักษุแพทย์เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับ สายตา	1.87	1.06	พอใช้
	รวม	3.22	0.29	ดี

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 3 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องอนามัยส่วนบุคคล โดยส่วนรวมมี  
การดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อปรากฏว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแล  
สุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก ได้แก่ข้อ 1, 2, 3, 4, 5 และ 6 ระดับดีได้แก่ข้อ  
7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 21, 22, 23, 24,  
และ 25 ระดับพอใช้ได้แก่ข้อ 26, 27



ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับโภชนาการ  
ของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	ฉันดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เบียร์ ไวน์ เหล้า*	3.89	0.39	ดีมาก
2.	ฉันตื่นนอนสะอาดอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว	3.39	0.87	ดี
3.	ฉันรับประทานอาหารเป็นเวลาทุกมื้อ	3.36	0.86	ดี
4.	ฉันซื้ออาหารพวกหีบห่อ แพงลอย ข้างถนน*	3.20	0.71	ดี
5.	ฉันไม่รับประทานอาหารมือเข้า*	3.17	0.99	ดี
6.	ฉันดื่มนม	3.16	0.91	ดี
7.	ฉันรับประทานอาหารที่ชอบโดยไม่ คำนึงถึงคุณค่าหรือประโยชน์*	3.13	0.84	ดี
8.	ฉันรับประทานอาหารครบทั้ง 5 หมู่ใน แต่ละวัน	3.10	0.88	ดี
9.	ฉันรับประทานขนมสำเร็จรูปแปรรูป โดยไม่ดื่มให้สุกก่อน*	3.02	0.64	ดี
10.	ฉันรับประทานผลไม้ดอง*	2.82	0.63	ดี
11.	ฉันเคยแวะรับประทานอาหาร*	2.76	0.77	ดี
12.	ฉันรับประทานอาหารรสจัด*	2.75	0.86	ดี

## ตารางที่ 4 (ต่อ)

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
13.	ฉันรับประทานทอฟฟี่ ลูกกวาด และ ชอคโกแลต*	2.62	0.76	ดี
14.	ฉันดื่มให้อัลคอล์ม*	2.44	0.79	พอใช้
	รวม	3.06	0.38	ดี

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 4 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องโภชนาการ โดยส่วนรวมมีการ  
ดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่  
ที่ระดับดีทุกข้อ ยกเว้นข้อ 1 ที่อาสาสมัครสาธารณสุขดูแลสุขภาพตนเองที่ระดับดีมาก และ  
ข้อ 14 ที่อาสาสมัครสาธารณสุขดูแลสุขภาพตนเองที่ระดับพอใช้

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับอนามัย  
สิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาลอาหารของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
สังกัดกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	ฉันรับประทานอาหารที่ตกลงพื้น*	3.92	0.30	ดีมาก
2.	ฉันล้างผักและผลไม้ให้สะอาดก่อนนำมา รับประทาน	3.78	0.49	ดีมาก
3.	ฉันรับประทานอาหารที่มีแมลงวันตอม*	3.76	0.50	ดีมาก
4.	ฉันทิ้งขยะมูลฝอยในถังขยะหรือที่รอง รับขยะ	3.68	0.58	ดีมาก
5.	ฉันรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ*	3.57	0.61	ดีมาก
6.	ฉันเลือกซื้ออาหารจากร้านที่ทำสะอาด และมีภาชนะปิดมิดชิด	3.53	0.71	ดีมาก
7.	ฉันปิดกวาดเช็ดถูบ้านเรือนให้สะอาด	3.51	0.69	ดีมาก
8.	ฉันดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำต้มสุก น้ำกรอง	3.36	0.87	ดี
9.	ฉันแยกล้างภาชนะที่ใส่อาหารไม่ให้ ปะปนกัน	3.24	0.94	ดี
10.	ฉันเลือกซื้ออาหารที่มีสีสวย ๆ น่า รับประทาน*	3.09	0.70	ดี

## ตารางที่ 5 (ต่อ)

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		สาธารณสุขทั้งหมด		
		(N = 365)		
		$\bar{X}$	S.D.	
11.	ฉันรับประทานอาหารที่ใส่ผงกรอบ เช่น ลูกชิ้นปิ้งบอง หมูยอ ทับทิมกรอบ*	3.07	0.73	ดี
12.	ฉันเลือกซื้อสินค้าที่มีของแถม*	2.88	0.72	ดี
13.	ฉันไม่สั่งน้ำจิ้มและบัวหน้าลายลงพื้น	2.61	1.15	ดี
14.	ฉันเลือกซื้ออาหารที่ไม่ใส่ซอพลาสติก	2.45	0.88	พอใช้
15.	ฉันบอกผู้ขายไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหาร ที่สั่งซื้อ	2.36	1.05	พอใช้
	รวม	3.25	0.32	ดี

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 5 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องอนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาล  
อาหาร โดยส่วนรวมมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพ  
ตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก ได้แก่ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 6 และ 7 ระดับดีได้แก่ข้อ  
8, 9, 10, 11, 12 และ 13 ระดับพอใช้ได้แก่ข้อ 14 และ 15

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับการใช้ยา  
ของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
		1.	ฉันอ่านฉลากยาก่อนหยิบมาใช้	
2.	ฉันหยิบยามาใช้โดยการจ่ายของยา*	3.76	0.53	ดีมาก
3.	เมื่อฉันสัมผัสประทานยามี้อเคมือหนึ่ง ฉันจะรับประทานเป็น 2 เท่าในมือ ถัดไป*	3.75	0.60	ดีมาก
4.	ฉันซื้อยามาหยอดเองเมื่อมีอาการ ตาอักเสบ*	3.75	0.57	ดีมาก
5.	ฉันซื้อยามารับประทานเองตามโฆษณา ในวิทยุ โทรทัศน์ หรือหนังสือพิมพ์*	3.73	0.56	ดีมาก
6.	ฉันรับประทานยาครบตามที่แพทย์สั่ง	3.71	0.57	ดีมาก
7.	ฉันเก็บยาที่ใช้ภายในและภายนอกไว้ รวมกัน*	3.64	0.79	ดีมาก
8.	เมื่อฉันปวดศีรษะ ฉันกินยาแก้ปวด โดยไม่ปรึกษาแพทย์*	3.32	0.27	ดี
9.	ฉันเสือกทิ้งยาที่มีสีเปลี่ยนไปจากเดิมหรือ เสื่อมคุณภาพ	2.92	1.24	ดี

## ตารางที่ 6 (ต่อ)

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		(N = 365)		
		$\bar{X}$	S.D	
10.	เงินซื้อยาโดยหน้าตัวอย่างยาเก่าไปซื้อ*	2.81	1.06	ดี
	รวม	3.52	0.31	ดีมาก

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 6 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องการใช้จ่าย โดยส่วนรวมมีการดูแล  
สุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพ  
ตนเองที่ระดับดีมาก ได้แก่ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 6 และ 7 ระดับดีได้แก่ข้อ 8, 9  
และ 10

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับเรื่องโรคติดต่อของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
		1.	ฉันใช้ของร่วมกับคนอื่น*	
2.	ฉันนอนในมุ้งหรือห้องที่มีมุ้งลวด	3.56	0.94	ดีมาก
3.	ฉันใช้ผ้าปิดปากและจมูกขณะไอหรือจาม	3.41	0.83	ดี
4.	ฉันไม่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่เป็นโรคติดต่อ	2.83	1.21	ดี
5.	ฉันไม่คลุกคลีกับเพื่อนที่เป็นเหา	2.65	1.14	ดี
	รวม	3.25	0.56	ดี

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 7 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องโรคติดต่อ โดยส่วนรวมมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก ได้แก่ข้อ 1 และ 2 ระดับดีได้แก่ข้อ 3, 4 และ 5

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับเรื่อง  
สุขภาพจิตของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	นักเรียนทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	เมื่อฉันถูกพ่อแม่ดู ฉันหนีออกจากบ้าน*	3.90	0.42	ดีมาก
2.	ฉันแสดงความยินดีเมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จ	3.56	0.61	ดีมาก
3.	ฉันทำจิตใจให้ร่าเริงเบิกบานและยิ้ม แย้มอยู่เสมอ	3.51	0.65	ดีมาก
4.	ฉันแสดงอารมณ์รุนแรงเมื่อเกิดความ ไม่พอใจ เช่น ขว้างปาสิ่งของ ร้องไห้ กระแทกเท้า*	3.08	0.81	ดี
5.	เมื่อฉันไม่สบายใจฉันปรึกษาผู้ปกครอง ครู หรือเพื่อนสนิท	2.99	0.99	ดี
6.	ฉันฝึกทาสมาธิ	2.98	0.91	ดี
7.	เมื่อรู้สึกผิดหวังหรือไม่สบายใจฉันชอบ แยกตัวอยู่คนเดียว*	2.87	1.08	ดี
	รวม	3.27	0.39	ดี

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง



จากตารางที่ 8 จะเห็นว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยส่วนรวมมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่  
ระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพ  
ตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก ได้แก่ข้อ 1, 2 และ 3 ระดับดี ได้แก่ข้อ 4, 5, 6 และ 7



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับการใช้บริการ  
 สาธารณสุขในชุมชนของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด  
 กรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	เมื่อฉันเจ็บป่วยเล็กน้อยฉันปล่อยให้ อาการเจ็บป่วยหายไปเอง*	3.19	0.96	ดี
2.	ฉันไปพบแพทย์เมื่อมีอาการป่วยหนัก มากเท่านั้น*	2.61	1.22	ดี
3.	ฉันไปรับการฉีดวัคซีนที่ศูนย์บริการ สาธารณสุข	2.48	0.98	พอใช้
	รวม	2.76	0.70	ดี

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 9 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องการบริการสาธารณสุขในชุมชน  
 โดยส่วนรวมมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายชื่ออาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพ  
 ตนเองอยู่ที่ระดับดี ได้แก่ข้อ 1 และ 2 ระดับพอใช้ ได้แก่ข้อ 3

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับการ  
ป้องกันอุบัติเหตุของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด  
กรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	ฉันยืนที่บ้านใครก็ได้สารประจำทาง*	3.72	0.56	ดีมาก
2.	ฉันปิดเตาไฟหรือเตาแก๊สหลังจากใช้ เสร็จแล้ว	3.72	0.69	ดีมาก
3.	เมื่อใช้ของมีคมเสร็จแล้วฉันเก็บไว้ที่เดิม	3.70	0.56	ดีมาก
4.	ฉันข้ามถนนตรงทางม้าลายหรือสะพานลอย	3.70	0.58	ดีมาก
5.	ฉันเล่นบนถนน*	3.67	0.66	ดีมาก
6.	ฉันปิดไฟฟ้าและถอดปลั๊กไฟฟ้าทุกครั้งก่อน ออกจากบ้าน	3.60	0.63	ดีมาก
7.	ฉันจับเครื่องใช้ไฟฟ้าขณะมือเปียก*	3.59	0.66	ดีมาก
8.	ฉันเป็นป้ายต้นไม้และที่สูง*	3.43	0.74	ดี
9.	ฉันวางสิ่งของไว้เป็นระเบียบไม่เกะกะ	3.36	0.79	ดี
10.	ฉันไม่ปิดผาภาชนะก่อนยกลงจากเตาไฟ*	3.20	0.92	ดี
	รวม	3.58	0.34	ดีมาก

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 10 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องการป้องกันอุบัติเหตุ โดยส่วนรวมมี  
การดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดีมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตน  
เองที่ระดับดีมาก ได้แก่ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 6 และ 7 ระดับดี ได้แก่ข้อ 8, 9 และ 10



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเอง เกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	ฉันขี้ง่วงหน้าหนักและวัดส่วนสูงเพื่อสังเกต ความเจริญเติบโตของร่างกาย	2.93	0.89	ดี
2.	ฉันบันทึกประวัติสุขภาพของตัวเอง	2.02	1.02	พอใช้
	รวม	2.48	0.74	พอใช้

จากตารางที่ 11 จะเห็นว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยส่วนรวมมีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับพอใช้

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพตนเองที่ระดับดีได้แก่ข้อ 1 ระดับพอใช้ได้แก่ข้อ 2

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับการ  
 ปรุหมพยาบาลเมื่อเจ็บป่วยของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
 สังกัดกรุงเทพมหานคร

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		(N = 365)		
		$\bar{X}$	S.D	
1.	เมื่อสิ่งแปลกปลอมเข้าตาฉันลืมตาดูหน้า สะอาด	3.45	0.73	ดี
2.	ฉันนำความรู้เรื่องการปรุหมพยาบาลมาใช้ กับตนเอง	3.21	0.86	ดี
3.	เมื่อมีบาดแผล ฉันล้างแผลด้วยน้ำสะอาด	3.16	0.92	ดี
4.	ฉันเกาหรือถูแรง ๆ บริเวณที่ถูกแมลง กัดต่อย*	2.96	0.98	ดี
5.	ฉันลดไข้โดยการเช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดา	2.75	0.95	ดี
6.	เมื่อมีบาดแผลฟกช้ำ ฉันใช้ผ้าเย็บประคบ บริเวณนั้นทันทีที่บาดเจ็บ	2.66	1.01	ดี
7.	เมื่อเสียดกาเดาออก ฉันเอาผ้าห่อ น้ำแข็งวางไว้ที่บริเวณคั้งจุมุก	2.64	1.15	ดี
8.	เมื่อมีอาการหน้ามืดหรือเวียนศีรษะ ฉันรีบนั่งลงและสูดหายใจยาว ๆ	2.58	1.06	ดี
9.	ฉันใช้ยาสีพันทาบริเวณที่ถูกไฟไหม้หรือ น้ำร้อนลวก*	2.38	1.08	พอใช้
10.	ฉันหมั่นล้างและใส่เสื้อผ้า ๆ เมื่อใช้ขึ้นสูง*	2.25	1.02	พอใช้

## ตารางที่ 12 (ต่อ)

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
11.	เมื่ออุจจาระร่วง ฉันทดอาหารชั่วคราว แล้วดื่มน้ำต้มสุกผสมผงน้ำตาลเกลือแร่ หรือดื่มน้ำต้มใบฝรั่ง	2.04	1.08	พอใช้
12.	เมื่อมีอาการข้อเคล็ดฉันทนยกลงน้ำหนักให้สูง ขึ้นแล้วใช้น้ำแข็งประคบ	2.02	0.97	พอใช้
	รวม	2.68	0.42	ดี

\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 12 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ในเรื่องการปฐมพยาบาล โดยส่วนรวมมี  
การดูแลสุขภาพตนเองอยู่ที่ระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพ  
ตนเองที่ระดับดี ได้แก่ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 และ 8 ระดับพอใช้ ได้แก่ข้อ  
9, 10, 11 และ 12

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการดูแลสุขภาพของตนเองของ  
อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร  
โดยส่วนรวม

ลำดับที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร สาธารณสุขทั้งหมด (N = 365)		ระดับ การดูแลสุขภาพ
		$\bar{X}$	S.D	
1.	การป้องกันอุบัติเหตุ	3.58	0.34	ดีมาก
2.	การใช้จ่าย	3.52	0.31	ดีมาก
3.	สุขภาพจิต	3.27	0.39	ดี
4.	อนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาลอาหาร	3.25	0.32	ดี
5.	โรคติดต่อ	3.25	0.56	ดี
6.	อนามัยส่วนบุคคล	3.22	0.29	ดี
7.	โภชนาการ	3.06	0.38	ดี
8.	บริการสาธารณสุขในชุมชน	2.76	0.70	ดี
9.	การปฐมพยาบาล	2.68	0.42	ดี
10.	การปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ	2.48	0.74	พอใช้
	รวม	3.18	0.26	ดี

จากตารางที่ 13 จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยส่วนรวมพบว่าการดูแลสุขภาพตนเอง  
ที่ระดับดี



เมื่อพิจารณาเป็นรายเรื่องพบว่า เรื่องที่อาสาสมัครสาธารณสุขมีการดูแลสุขภาพ  
ตนเองที่ระดับดีมาก ได้แก่เรื่อง การป้องกันอุบัติเหตุ และการใช้ยา ระดับดีได้แก่เรื่อง  
อนามัยส่วนบุคคล โภชนาการ อนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาลอาหาร โรคติดต่อ  
สุขภาพจิต บริการสาธารณสุขในชุมชน และการปฐมพยาบาล ระดับพอใช้ได้แก่เรื่อง  
การปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา ตามตัวแปรเพศ**

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา มาหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard  
deviation) และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) เป็นรายข้อ รายเรื่อง  
และโดยส่วนรวม ปรากฏผลดังตารางที่ 14 ถึงตารางที่ 24

ตารางที่ 14 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศในเรื่องอนามัยส่วนบุคคล

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		=====	=====	=====	=====	
1.	ฉันสวมรองเท้าเมื่อออกจากบ้าน	3.76	0.54	3.94	0.26	-3.71*
2.	ฉันทำความสะอาดอวัยวะเพศทุก ครั้งที่อาบน้ำหรือเข้าห้องน้ำ	3.70	0.60	3.85	0.41	-2.57*
3.	ฉันนอนในที่อากาศถ่ายเทสะดวก	3.65	0.72	3.82	0.48	-2.47*
4.	ฉันอาบน้ำอย่างน้อยวันละครั้ง	3.47	0.96	3.24	1.13	2.17*
5.	ฉันอาบน้ำทันทีที่ภายหลังเล่นกีฬา หรือออกกำลังกายเสร็จโดยไม่ พักผ่อน**	3.45	0.88	3.65	0.62	-2.35*
6.	เมื่อเป็นหวัด ฉันพักผ่อนให้มาก ๆ	3.44	0.75	3.37	0.80	0.79
7.	ฉันดื่มน้ำชาหรือกาแฟ**	3.43	0.62	3.58	0.56	-2.44*

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง		t
		(N = 148)		(N = 217)		
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
8.	ฉันเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที เมื่อเปียก ชื้น	3.43	0.76	3.54	0.71	-1.43
9.	ฉันล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	3.34	0.86	3.35	0.82	-0.14
10.	ฉันอ่านหนังสือในที่แสงสว่างไม่ เพียงพอ**	3.33	0.78	3.39	0.80	-0.72
11.	ฉันบอกผู้ปกครองเมื่อฉันไม่สบาย	3.31	0.87	3.51	0.77	2.31*
12.	ฉันนั่งดูโทรทัศน์ใกล้จอเพื่อ เห็นได้ชัด**	3.30	0.90	3.31	0.86	-0.10
13.	ฉันหลีกเลี่ยงไม่อยู่กับคนที่สูบบุหรี่	3.28	0.93	3.43	0.75	-1.62
14.	ฉันสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง	3.21	0.80	3.40	0.81	-2.24*
15.	ฉันพักสายตาโดยการหลับตา	3.16	0.86	3.29	0.79	-1.52
16.	ฉันหลีกเลี่ยงเสียงจากเสียงอึกทึก หรือเสียงที่ดังมาก ๆ	3.15	0.84	3.17	0.87	-0.29
17.	ฉันดูแลรักษาห้องนอนให้สะอาด	3.13	0.89	3.63	0.65	-5.74*
18.	ฉันเบร้งฟันหลังรับประทานอาหาร	3.09	0.91	3.17	0.91	-0.81
19.	ฉันตัดเล็บมือเล็บเท้าให้สั้นและ รักษาความสะอาด	2.97	0.77	3.15	0.83	-2.12*

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง		t
		(N = 148)		(N = 217)		
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
20.	ฉันใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกัน	2.92	0.07	3.09	0.98	-1.60
21.	ฉันนั่งหลังอ**	2.89	0.76	2.88	0.76	0.09
22.	ฉันส่องกระจกเพื่อสำรวจความผิดปกติของเหงือกและฟัน	2.88	0.96	3.27	0.83	-4.01*
23.	ฉันใช้แก้วน้ำส่วนตัวไม่ปะปนกับคนอื่น	2.82	1.12	2.92	1.07	-0.80
24.	ฉันเข้านอนตึก**	2.53	0.79	2.65	0.77	-1.35
25.	ฉันห้องผูก**	2.28	0.55	3.24	0.62	0.77
26.	ฉันให้ทันตแพทย์ตรวจฟันปีละครั้ง	2.21	1.07	2.33	1.05	-1.08
27.	ฉันไปพบจักษุแพทย์เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับสายตา	1.85	1.05	1.88	1.07	-0.29
	รวม	3.15	0.31	3.26	0.27	-3.69*

\* P < .05 (t  $\infty$  =  $\pm$  1.96)

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 14 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล  
พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครสาธารณสุขนักเรียนหญิง  
มีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครสาธารณสุขนักเรียนชาย

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถม-  
ศึกษาดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ข้อ 1, 2, 3,  
4, 5, 7, 11, 14, 17, 19 และ 22 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูง  
กว่าอาสาสมัครนักเรียนชายเกือบทุกข้อยกเว้นข้อ 11 ที่อาสาสมัครนักเรียนชายมีค่าเฉลี่ยของการ  
ปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนหญิง ส่วนข้ออื่น ๆ อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 15 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องโภชนาการ

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	ฉันดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เบียร์ ไวน์ เหล้า**	3.84	0.48	
2.	ฉันดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว	3.35	0.92	3.41	0.83	-0.68
3.	ฉันรับประทานอาหารเป็นเวลา ทุกมื้อ	3.24	0.91	3.44	0.83	-2.12*
4.	ฉันซื้ออาหารพวกหยาบเร่ แฉงลอย ข้างถนน**	3.24	0.73	3.16	0.69	1.08
5.	ฉันรับประทานแต่ละอาหารที่ชอบ โดยไม่คำนึงถึงคุณค่าหรือ ประโยชน์**	3.17	0.82	3.10	0.85	0.75
6.	ฉันดื่มนม	3.11	0.94	3.18	0.89	-0.71
7.	ฉันไม่รับประทานอาหารมื้อเช้า**	3.08	1.09	3.23	0.92	-1.32
8.	ฉันรับประทานอาหารครบทั้ง 5 หมู่ในแต่ละวัน	3.06	0.92	3.13	0.86	-0.72
9.	ฉันรับประทานขนมี่สำเร็จรูป เบส่า ๆ โดยไม่ดื่มให้สุกก่อน**	2.96	0.61	3.05	0.66	-1.24
10.	ฉันรับประทานผลไม้ดอง**	2.88	0.61	2.77	0.64	1.65

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		11.	ฉันรับประทานอาหารรสจัด**	2.76	0.79	
12.	ฉันเคยขมะรับประทานอาหาร**	2.71	0.82	2.79	0.73	-1.00
13.	ฉันรับประทานทอฟฟี่ ลูกกวาด และชอคโกแลต**	2.57	0.75	2.64	0.77	-0.87
14.	ฉันดื่มน้ำอัดลม**	2.44	0.77	2.43	0.81	0.07
	รวม	3.03	0.38	3.07	0.38	-1.02

\*  $P < .05$  ( $t_{\alpha} = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 15 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่อง  
โภชนาการ พบว่า ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาดูแล  
สุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมี  
ค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย คือข้อ 3 ส่วนข้ออื่น ๆ อาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาไม่มีการดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 16 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องอนามัยสิ่งแวดล้อม  
และสุขาภิบาลอาหาร

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	นักเรียนชาย (N = 148)		นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	ฉันรับประทานอาหารที่ตกลงพื้น**	3.89	0.37	
2.	ฉันรับประทานอาหารที่มีแมลงวัน ตอม**	3.66	0.61	3.83	0.39	-3.03*
3.	ฉันล้างผักและผลไม้ให้สะอาด ก่อนนำมารับประทาน	3.64	0.61	3.88	0.37	-4.28*
4.	ฉันทิ้งขยะมูลฝอยในถังขยะหรือ ที่รองรับขยะ	3.55	0.66	3.76	0.49	-3.22*
5.	ฉันรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ**	3.51	0.63	3.62	0.60	-1.70
6.	ฉันปิดกวาด เช็ดถูบ้าน เรือน้ำให้ สะอาด	3.35	0.75	3.62	0.62	-3.61*
7.	ฉันเลือกซื้ออาหารจากร้านที่ทำ สะอาดและมีภาชนะปิดมิดชิด	3.32	0.81	3.67	0.59	-4.57*
8.	ฉันดื่มน้ำสะอาด เช่น น้ำต้มสุก น้ำกรอง	3.18	0.96	3.49	0.79	-3.35*
9.	ฉันแยกล้างภาชนะที่ใส่อาหารไม่ ให้ปะปนกัน	3.11	0.97	3.33	0.89	-2.25*
10.	ฉันเลือกซื้ออาหารที่มีสีสวย ๆ**	3.07	0.76	3.11	0.66	-0.56



ตารางที่ 16 (ต่อ)

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		11.	ฉันรับประทานอาหารที่ใส่ผง กรอบ เช่น ลูกชิ้นปิ้งปอง หมูยอ ทับทิมกรอบ**	3.05	0.74	
12.	ฉันเลือกซื้อสินค้าที่มีของแถม**	2.77	0.74	2.94	0.70	-2.19*
13.	ฉันไม่สั่งน้ำจิ้มและบ้านน้ำลาย ลงพื้น	2.63	1.07	2.59	1.19	0.31
14.	ฉันเลือกซื้ออาหารที่ไม่ใส่ซอส พลาสติก	2.49	0.91	2.42	0.86	0.71
15.	ฉันบอกผู้ขายไม่ให้ใส่ผงชูรสใน อาหารที่สั่งซื้อ	2.25	1.02	2.44	1.06	-1.72
	รวม	3.16	0.37	3.32	0.27	-4.29*

\*  $P < .05$  ( $t_{\alpha} = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 16 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
 สาธารณชนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องอนามัย  
 สิ่งแวดล้อมและสุขภาพอาหารโดยส่วนรวมพบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  
 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายชื่อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ข้อ  
2, 3, 4, 6, 7, 8, 9 และ 12 ส่วนข้ออื่น ๆ อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 17 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องการใช้ยา

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	ฉันซื้อยามารับประทานเองตาม โฆษณาในวิทยุ โทรทัศน์ หรือ หนังสือพิมพ์**	3.73	0.58	
2.	ฉันซื้อยามาหยอดเองเมื่อมีอาการ ตาอักเสบ**	3.70	0.64	3.79	0.51	-1.47
3.	เมื่อฉันสัมผัสรับประทานยาเม็ด มือหนึ่ง ฉันจะรับประทานเป็น 2 เท่าในมือถัดไป**	3.70	0.64	3.78	0.57	-1.19
4.	ฉันหยิบยามาใช้โดยการจาสี ของยา**	3.68	0.64	3.82	0.42	-2.41*
5.	ฉันอ่านฉลากยาก่อนหยิบมาใช้	3.67	0.60	3.86	0.41	-3.41*
6.	ฉันซื้อยาโดยนำตัวอย่างยาเก่า ไปซื้อ**	2.65	1.08	2.91	1.04	-2.34*
7.	ฉันรับประทานยาครบตามที่ แพทย์สั่ง	3.63	0.64	3.76	0.52	-2.08*
8.	ฉันเก็บยาที่ใช้ภายในและภาย นอกไว้รวมกัน	3.59	0.87	3.68	0.73	-1.08

## ตารางที่ 17 (ต่อ)

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง		t
		(N = 148)		(N = 217)		
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
9.	เมื่อฉันปวดศีรษะ ฉันกินยาแก้ปวด โดยไม่ปรึกษาแพทย์**	3.36	0.89	3.29	0.85	0.78
10.	ฉันเสื่อกยาที่มีสีเบ้สียไปจาก เดิมหรือเสื่อมคุณภาพทั้ง	2.84	1.24	2.97	1.24	-0.97
	รวม	3.45	0.34	3.56	0.28	-3.10*

\*  $P < .05$  ( $t_{\alpha} = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 17 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องการใช้ยา  
โดยส่วนรวมพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียน  
หญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ข้อ  
4, 5, 6 และ 7 ส่วนข้ออื่น ๆ อาสาสมัครสาธารณสุขดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 18 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องโรคติดต่อ

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	ฉันใช้ของร่วมกับคนอื่น**	3.78	0.53	
2.	ฉันนอนในมุ้งหรือห้องที่มีมุ้งลวด	3.46	1.01	3.62	0.89	-1.51
3.	ฉันใช้ผ้าปิดปากและจมูกขณะไอ หรือจาม	3.29	0.82	3.48	0.83	-2.19*
4.	ฉันไม่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่เป็น โรคติดต่อ	2.80	.123	2.85	1.19	-0.34
5.	ฉันไม่คลุกคลีกับเพื่อนที่เป็นเหา	2.61	1.24	2.68	1.08	-0.55
	รวม	3.19	0.61	3.29	0.53	-1.62

\*  $P < .05$  ( $t_{\alpha} = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 18 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่อง  
โรคติดต่อ โดยส่วนรวมพบว่าไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
ดูแลสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของ  
การปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย คือ ข้อที่ 3 ส่วนข้ออื่น ๆ อาสาสมัครสาธารณสุขใน  
โรงเรียนมีการดูแลสุขภาพไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 19 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องสุขภาพจิต

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	เมื่อฉันถูกพ่อแม่ดู ฉันหนีออกจาก บ้าน**	3.87	0.51	
2.	ฉันแสดงความยินดีเมื่อเพื่อน ประสบความสำเร็จ	3.53	0.63	3.64	0.59	-1.69
3.	ฉันทำจิตใจให้ร่าเริงเบิกบาน และยิ้มแย้มอยู่เสมอ	3.46	0.63	3.54	0.66	-1.12
4.	ฉันแสดงอารมณ์รุนแรงเมื่อเกิด ความไม่พอใจ เช่น ขว้างปา สิ่งของ ร้องไห้ กระแทกเท้า**	3.13	0.76	3.05	0.84	0.85
5.	เมื่อรู้สึกผิดหวังหรือไม่สบายใจ ฉันชอบแยกตัวอยู่คนเดียว**	3.03	1.01	2.76	1.12	2.42*
6.	ฉันฝึกทำสมาธิ	2.95	0.88	3.00	0.92	-0.49
7.	เมื่อฉันไม่สบายใจฉันปรึกษา ผู้ปกครอง ครู หรือเพื่อนสนิท	2.80	1.02	3.11	0.97	-2.91*
	รวม	3.25	0.36	3.29	0.40	-0.83

\* P < .05 (t  $\alpha = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 19 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องสุขภาพจิต  
โดยส่วนรวมพบว่าไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
ดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือข้อ 5 และ 7 โดย  
อาสาสมัครนักเรียนชายมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนหญิง และอาสาสมัคร  
นักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชายตามลำดับ ส่วนข้ออื่น ๆ  
อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนมีการดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 20 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องการบริการ  
สาธารณสุขในชุมชน

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	เมื่อฉันเจ็บป่วยเล็กน้อยฉันปล่อยให้ อาการเจ็บป่วยหายไปเอง**	3.10	1.02	
2.	ฉันไปพบแพทย์เมื่อมีอาการป่วย หนักมากเท่านั้น**	2.56	1.21	2.64	1.23	-0.61
3.	ฉันไปรับการฉีดวัคซีนที่ศูนย์ บริการสาธารณสุข	2.31	0.98	2.60	0.97	-2.82*
	รวม	2.66	0.69	2.83	0.71	-2.30*

\*  $P < .05$  ( $t_{\alpha} = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 20 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่อง  
การบริการสาธารณสุขในชุมชน โดยส่วนรวมพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย



เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ข้อ 3 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย ส่วนข้ออื่น ๆ อาสาสมัครสาธารณสุขดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 21 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องการป้องกันอุบัติเหตุ

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง		t
		(N = 148)		(N = 217)		
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
1.	ฉันปิดเตาไฟหรือเตาแก๊สหลัง จากใช้เสร็จแล้ว	3.61	0.79	3.79	0.60	-2.35*
2.	เมื่อใช้ของมีคมเสร็จแล้วฉันเก็บ ไว้ที่เดิม	3.60	0.64	3.77	0.49	-2.79*
3.	ฉันยืนที่บันไดรถโดยสาร ประจำทาง**	3.57	0.61	3.82	0.50	-4.16*
4.	ฉันข้ามถนนตรงทางม้าลายหรือ สะพานลอย	3.57	0.68	3.79	0.47	-3.31*
5.	ฉันเล่นบนถนน**	3.55	0.74	3.75	0.58	-2.75*
6.	ฉันปิดไฟฟ้าและถอดปลั๊กไฟฟ้า ทุกครั้งก่อนออกจากบ้าน	3.53	0.74	3.75	0.53	-3.10*
7.	ฉันจับเครื่องใช้ไฟฟ้าขะมือ เปียก**	3.51	0.71	3.65	0.61	-2.06*
8.	ฉันวางสิ่งของไว้เป็นระเบียบ ไม่เกะกะ	3.24	0.78	3.44	0.79	-2.32*
9.	ฉันปีนป่ายต้นไม้และที่สูง**	3.19	0.79	3.58	0.66	-4.88*

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		t
		(N = 148)		(N = 217)		
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
10.	ฉันไม่ปิดฝาภาชนะก่อนยกลง จากเตาไฟ**	3.11	0.92	3.26	0.91	-1.51
	รวม	3.45	0.37	3.66	0.28	-5.91*

\*  $P < .05$  ( $t_{\infty} = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 21 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องการ  
ป้องกันอุบัติเหตุ โดยส่วนรวมพบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดย  
อาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
ดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกข้อ โดยอาสาสมัคร  
นักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย ยกเว้นข้อ 10  
อาสาสมัครสาธารณสุขดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 22 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่อง การปฏิบัติ  
กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	ฉันซึ่่งน้ำพริกและวัดส่วนสูงเพื่อ สังเกตความเจริญเติบโตของ ร่างกาย	2.68	0.95	
2.	ฉันบันทึกสุขภาพของตัวเอง	1.97	1.04	2.05	1.01	-0.76
	รวม	2.33	0.75	2.58	0.73	-3.17*

\*  $P < .05$  ( $t_{\alpha} = \pm 1.96$ )

จากตารางที่ 22 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องการ  
ปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยส่วนรวมพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย  
เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
ดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ข้อ 1 โดยอาสาสมัคร  
นักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย ส่วนข้อ 2 อาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 23 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศในเรื่องการปฐมพยาบาล

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	เมื่อสิ่งแปลกปลอมเข้าตา ล้างตาในน้ำสะอาด	3.44	0.75	
2.	เมื่อมีบาดแผล ฉีดล้างแผลด้วย น้ำสะอาด	3.16	0.93	3.17	0.91	-0.04
3.	ฉันทาความรู้เรื่องการปฐม พยาบาลมาใช้กับตนเอง	3.09	0.92	3.29	0.81	-2.20*
4.	ฉันเกาหรือถูแรง ๆ บริเวณที่ ถูกแมลงสัตว์กัดต่อย**	2.81	0.99	3.07	0.97	-2.48*
5.	ฉันลดไข้โดยการเช็ดตัวด้วยน้ำ ธรรมดา	2.77	1.02	2.74	0.91	0.28
6.	เมื่อมีบาดแผลพอกซ้ำ ฉันใช้ผ้า เย็บประคบบริเวณนั้นทันทีที่ บาดเจ็บ	2.73	0.98	2.61	1.03	1.13
7.	เมื่อมีอาการหน้ามืดหรือเวียน ศีรษะ ฉันรีบนั่งลงและสูดหายใจ ยาว ๆ	2.64	1.04	2.54	1.07	0.91

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		8.	เมื่อเสื่อตากแดดออก ฉันเอาผ้า ห่อน้ำแข็งวางไว้ที่บริเวณคั้งจมูก	2.63	1.15	
9.	ฉันใช้ยาสีฟันทาบริเวณที่ถูกไฟ ไหม้หรือน้ำร้อนลวก**	2.45	1.09	2.33	1.07	1.09
10.	ฉันห่มผ้าและใส่เสื้อหนา ๆ เมื่อ ใช้ขึ้นสูง**	2.27	1.02	2.23	1.02	0.38
11.	เมื่อมีอาการข้อเคล็ดฉันยกสวาง ขึ้นให้สูงขึ้นแล้วใช้น้ำแข็งประคบ	2.06	0.91	1.91	0.95	0.68
12.	เมื่อมีอาการระแวง ฉันงดอาหาร ชั่วคราวแล้วดื่มน้ำต้มสุกผสมผง น้ำตาลเกลือแร่ หรือดื่มน้ำต้ม ใบฝรั่ง	1.99	1.06	2.07	1.09	-0.66
	รวม	2.67	0.43	2.68	0.41	-0.14

\*  $P < .05$  ( $t_{\infty} = \pm 1.96$ )

\*\* การดูแลสุขภาพของตนเองที่ไม่ถูกต้อง

จากตารางที่ 23 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ ในเรื่องการ  
ปฐมพยาบาล โดยส่วนรวมพบว่าไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายข้อที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
ดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือข้อ 3 และข้อ 4 โดย  
อาสาสมัครนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย ส่วนข้ออื่น ๆ  
พบว่าอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาดูแลสุขภาพไม่แตกต่างกัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 24 การเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ โดยส่วนรวม

ลำดับ ที่	การดูแลสุขภาพตนเอง	อาสาสมัคร นักเรียนชาย (N = 148)		อาสาสมัคร นักเรียนหญิง (N = 217)		t
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
		1.	การใช้ยา	3.45	0.34	
2.	การป้องกันอุบัติเหตุ	3.45	0.37	3.66	0.28	-5.91*
3.	สุขภาพจิต	3.25	0.36	3.29	0.40	-0.83
4.	โรคติดต่อ	3.19	0.61	3.29	0.53	-1.62
5.	อนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขาภิบาล					
	อาหาร	3.16	0.37	3.32	0.27	-4.29*
6.	อนามัยส่วนบุคคล	3.15	0.31	3.26	0.27	-3.29*
7.	โภชนาการ	3.03	0.38	3.07	0.38	-1.02
8.	การปฐมพยาบาล	2.67	0.43	2.68	0.44	-0.14
9.	บริการสาธารณสุขในชุมชน	2.66	0.69	2.83	0.71	-2.30*
10.	การปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ	2.33	0.75	2.58	0.73	-3.17*
	รวม	3.12	0.27	3.22	0.23	-3.76*

\* P < .05 (t  $\alpha$  = ± 1.96)



จากตารางที่ 24 เมื่อเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของอาสาสมัคร  
สาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศ โดยส่วนรวม  
พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยอาสาสมัครนักเรียนหญิงมี  
ค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติสูงกว่าอาสาสมัครนักเรียนชาย

เมื่อพิจารณาเป็นรายเรื่องพบว่า เรื่องที่อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียน  
ประถมศึกษาดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ เรื่อง  
การช้ยา การป้องกันอุบัติเหตุ อนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขภาพโภชนาการ อนามัยส่วนบุคคล  
บริการสาธารณสุขในชุมชน และการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ส่วนเรื่องสุขภาพจิต โรคติดต่อ  
โภชนาการ และการปฐมพยาบาล อาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาดูแลสุขภาพ  
สุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษา  
สังกัดกรุงเทพมหานคร

นักเรียนอาสาสมัครสาธารณสุขในโรงเรียนประถมศึกษาทุกคนต้องการให้มีการจัด  
อบรมอาสาสมัครสาธารณสุขต่อไปเรื่อย ๆ เพราะสามารถนำความรู้ที่ได้มาใช้ให้เป็นประโยชน์  
กับตนเอง เพื่อนนักเรียน ครอบครัว และนำไปเผยแพร่ให้ผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย