



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้สำรวจเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ มโนทัศน์ทางสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียน ทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ พบว่ามีเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

#### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

พัชรา กาญจนารัตน์ และคณะ (2520: 155-156) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาโครงการสุขภาพและเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ในอำเภอแก่งคอย จังหวัดสระบุรี" เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบันและปัญหาในการจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียน และเพื่อเปรียบเทียบความรู้และทัศนคติทางสุขภาพ ตลอดจนสุขปฏิบัติของนักเรียน ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลอำเภอแก่งคอย โดยให้ครูสอนสุขศึกษา และนักเรียนที่คัดเลือกเป็นตัวอย่างประชากร ตอบแบบสอบถามโครงการสุขภาพในโรงเรียน และแบบสำรวจความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติตนทางสุขภาพตามลำดับ ผลการศึกษาในส่วนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ที่โรงเรียนในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลมีความรู้ทางสุขภาพแตกต่างกัน ความรู้ทางสุขภาพของนักเรียนในเขตเทศบาลดีกว่านักเรียนนอกเขตเทศบาล ทัศนคติทางสุขภาพของนักเรียนในเขตเทศบาล ถูกต้องมากกว่านักเรียนนอกเขตเทศบาล ในด้านการปฏิบัติตนทางสุขภาพของนักเรียนพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนนอกเขตเทศบาล มีการปฏิบัติตนทางสุขภาพถูกต้องมากกว่านักเรียนที่โรงเรียนในเขตเทศบาล ส่วนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล โดยเฉลี่ยแล้วมีการปฏิบัติตนทางด้านสุขภาพถูกต้อง

ปิยวรรณ วิรัชชัย (2521: 62-69) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาความเชื่อเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กและสุขภาพอนามัยของเด็กก่อนวัยเรียน" เพื่อหาความสัมพันธ์ของความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลของมารดาในการเลี้ยงดูเด็ก กับสุขภาพของเด็กก่อนวัยเรียนในเขตการศึกษา 5 กลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาและเด็กก่อนวัยเรียนกลุ่มละ 150 คน ในจังหวัดราชบุรี กาญจนบุรี และ

ประจวบศิริพันธ์ โดยใช้แบบสอบถามความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลของมารดาในการเลี้ยงดูเด็ก และแบบตรวจสุขภาพเด็กก่อนวัยเรียน เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการศึกษาพบว่าความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลของมารดาในการเลี้ยงดูเด็ก มีความสัมพันธ์กับสุขภาพของเด็กก่อนวัยเรียน กลุ่มเด็กก่อนวัยเรียนที่มารดามีความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลในการเลี้ยงดูเด็คน้อย มีสุขภาพดีกว่ากลุ่มเด็กก่อนวัยเรียนที่มารดามีความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลในการเลี้ยงดูเด็กมาก ทั้งในด้านความสะอาดและความสมบูรณ์ของร่างกาย นอกจากนี้ยังพบว่าความเชื่อของมารดาในการเลี้ยงดูเด็ก ขึ้นอยู่กับระดับการศึกษาอาชีพของมารดา อาชีพของบิดา และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

สุวิมล เทียนสุรชัยศรี (2521: 83) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น ในอำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี" เพื่อสำรวจสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น ในอำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี โดยพยาบาลทำการตรวจสุขภาพนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 369 คน ผลการศึกษาพบว่า โดยเฉลี่ยแล้วกลุ่มตัวอย่างมีสภาวะสุขภาพค่อนข้างดี นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 มีสภาวะสุขภาพดีกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ปัญหาสุขภาพที่พบมากที่สุดคือฟันผุ เก้ลื้อน และเหาตามลำตัว นักเรียนระดับชั้นเรียนต่างกัน โอกาสในการมีความปกติของหนังศีรษะ สายตา ช่องจมูก ฟัน และความสะอาดของร่างกายแตกต่างกันในบางระดับชั้นเรียนเท่านั้น นักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีโอกาสในการมีความสะอาดของผผ ดวงตา สูงกว่า แต่มีโอกาสนในการมีความสะอาดของเครื่องแต่งกายต่ำกว่านักเรียนในโรงเรียนสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด

สมชัย พุกภาษาสววย และคณะ (2523: 110-112) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สภาพเกี่ยวกับสุขภาพนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7" เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพกับผลการเรียน และเปรียบเทียบสภาวะสุขภาพของนักเรียนที่อยู่ในเมืองและนอกเมือง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ในเขตการศึกษา 6 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้เครื่องมือทดสอบของกรมพลศึกษาในการวัดสายตา วัดระดับการฟังของหู วัดส่วนสูงและชั่งน้ำหนัก ส่วนการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนใช้แบบสอบถามมาตรฐาน ของสถาบันทดสอบมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร ผลการศึกษาพบว่า เมื่อแบ่งสภาพการฟังเป็น 4 กลุ่มคือ ดีมาก ปกติ ผิดปกติ และผิดปกติมาก นักเรียนที่มีสภาพการฟังปกติ และผิดปกติมากจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาไทย และคณิตศาสตร์ไม่แตกต่างกัน แต่แตกต่างกันในวิชาสังคมศึกษา กลุ่มนักเรียนที่มีสภาพการฟังผิดปกติมากจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์น้อยกว่านักเรียนกลุ่มอื่น นักเรียนที่มีสภาพการฟัง

ผิดปกติจะมีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนวิชาภาษาไทยสูงกว่ากลุ่มอื่น แม้แต่ในวิชาสังคมศึกษาก็มีลักษณะคล้ายคลึงกัน และเมื่อแบ่งสภาพสายตาเป็น 3 กลุ่มคือ ปกติ ผิดปกติ และผิดปกติมาก พบว่ากลุ่มนักเรียนที่มีสายตาผิดปกติ จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มนักเรียนที่มีสายตาปกติ กลุ่มนักเรียนที่มีสายตาผิดปกติมากจะมีผลสัมฤทธิ์ในวิชาภาษาไทย และคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มอื่น เมื่อเปรียบเทียบสภาวะสุขภาพของนักเรียนที่อยู่ในเมืองและนอกเมืองพบว่า นักเรียนที่อยู่ในเมืองมีน้ำหนักและอัตราความสูงมากกว่านักเรียนที่อยู่นอกเมือง

ไพบูลย์ โล่ห์สุนทร และคณะ (2524: 1142-1147) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ทางด้านอนามัยและการปฏิบัติตนทางด้านอนามัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษา" เพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นก่อนดำเนินการทดลองศึกษาผลของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอนามัย ทางด้านความรู้และการปฏิบัติภายหลังโปรแกรมการสอนสุขศึกษาและการเฝ้าระวังสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3, 4, 5 และ 6 จำนวน 320 คน จากโรงเรียนประถมศึกษา 3 แห่ง ในเขตอำเภอพานทอง จังหวัดชลบุรี การวัดความรู้ทางด้านสุขภาพของนักเรียนกระทำโดยใช้แบบทดสอบชนิดปรนัย 4 ตัวเลือก เนื้อหาประกอบด้วยเรื่องอนามัยทั่วไป ได้แก่ สุขาภิบาลส่วนบุคคล สุขภาพของฟัน สุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม โภชนาการและเนื้อหาเกี่ยวกับโรคต่างๆ ที่เป็นปัญหาสุขภาพของชุมชน ส่วนการวัดการปฏิบัติตนทางด้านอนามัยของนักเรียน กระทำโดยการตรวจความสะอาดเล็บมือ ศีรษะ ร่างกายและเสื้อผ้าของนักเรียนโดยพยาบาลสาธารณสุข แล้วให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ผลการศึกษาพบว่า ความรู้ทางด้านอนามัยของนักเรียนเพิ่มขึ้นตามชั้นเรียนที่สูงขึ้น ส่วนการปฏิบัติตนทางด้านอนามัยในเรื่องการรักษาความสะอาดของตนเอง ไม่แตกต่างกันในระดับชั้นต่าง ๆ และความรู้และการปฏิบัติตนทางด้านอนามัยของนักเรียนไม่มีความสัมพันธ์กัน

สุภาพ กลีบบัว (2524: 106-110) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ด้านอนามัย และสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับความรู้ด้านอนามัยและสำรวจสภาวะสุขภาพของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 640 คน จากโรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบความรู้ด้านอนามัยชนิดปรนัยแบบเลือกตอบ และแบบบันทึกการตรวจสุขภาพนักเรียน ผลการศึกษาพบว่าโดยเฉลี่ยแล้ว นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความรู้ด้านอนามัยอยู่ในระดับปานกลาง นักเรียนชายมีความรู้ต่ำกว่านักเรียนหญิง ความรู้ด้านอนามัยมีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพ จำนวนร้อยละของนักเรียนชายที่มีสภาวะสุขภาพไม่ปกติมีมากกว่านักเรียนหญิง โดยเฉพาะสภาวะสุขภาพของคอและจมูกกับสภาวะสุขภาพของผิวหนังและผม นักเรียนกลุ่มที่บิดามารดา

มีการศึกษาในระดับชั้นสูงกว่าประถมศึกษาปีที่ 4 จะมีความรู้ด้านอนามัยมากกว่านักเรียนกลุ่มที่ บิดามารดาไม่ได้เรียนหนังสือ นักเรียนที่มารดามีอาชีพรับราชการมีความรู้ด้านอนามัยมากกว่า นักเรียนที่มารดามีอาชีพค้าขายและรับจ้าง ส่วนอาชีพของบิดาที่แตกต่างกันไม่ทำให้ความรู้ด้าน อนามัยของนักเรียนต่างกัน สำหรับสภาวะสุขภาพของนักเรียนพบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีปัญหา ในเรื่องสภาวะสุขภาพของเหงือกและฟันไม่ปกติมากที่สุด รองลงมาคือปัญหาด้านสภาวะโภชนาการ ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสภาวะสุขภาพของนักเรียนได้แก่ เพศของนักเรียน ระดับการศึกษาของบิดา และมารดา ส่วนอาชีพของบิดาและมารดา พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพของนักเรียน

อรรรรณ หุ่นดี (2526: 96-100) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สภาวะสุขภาพของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี" เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพของนักเรียนเมื่อเริ่มเข้า ชั้นเรียนและก่อนจบชั้นประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 360 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกสุขภาพนักเรียน แบบ สอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับประวัตินักเรียน แบบสอบถามการให้บริการสุขภาพโดยเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข และแบบสอบถามการตรวจสุขภาพโดยครู ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษา ในอำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี มีสภาวะสุขภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างดี โรคที่พบที่นักเรียน เป็นมากที่สุดได้แก่ ฟันผุเหงือกอักเสบ โรคระบบทางเดินอาหาร ตามลำดับ นักเรียนชายและ นักเรียนหญิงมีสภาวะสุขภาพไม่แตกต่างกัน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีสภาวะสุขภาพดีกว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีสภาวะสุขภาพดีกว่านักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ และนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษาท้องถิ่นตามลำดับ

จินดา วงศ์สวัสดิ์ (2528: 57-58) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาเปรียบเทียบ พฤติกรรมสุขภาพ ตามการรายงานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างโรงเรียนใน โครงการสุขศึกษาสายการศึกษา กับโรงเรียนอื่นในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา" กลุ่มตัวอย่างเป็น นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 477 คน จากโรงเรียน 10 แห่ง เก็บรวบรวมข้อมูลโดย ใช้แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพ ด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียน ชาย ในโรงเรียนอื่นมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพมากกว่านักเรียนในโรงเรียนโครงการสุขศึกษาสาย การศึกษา นักเรียนในโรงเรียนทั้งสองประเภท มีทัศนคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพแตกต่างกันในบางเรื่องแต่เมื่อพิจารณาโดยรวมแล้วพบว่าพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนทั้งสอง ประเภท ทั้งด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน

วิมา ทองวิเศษสุข (2528: 75-80) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการให้การเสริมแรงทางบวกต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4" เพื่อศึกษาผลของการให้การเสริมแรงทางบวกด้วยวิธีการให้คำชมเชย การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการให้เบี่ยงเบนการ ต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพด้านทัศนคติ และด้านการปฏิบัติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 193 คนจากโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี 4 แห่ง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านความรู้ ด้านทัศนคติ และด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย บันทึกการสอนและอุปกรณ์ที่ใช้ในการเสริมแรงทางบวก ได้แก่ ตราขงรูปดาว เครื่องเขียน อุปกรณ์เครื่องใช้ อาหารและขนม หนังสือการ์ตูน พร้อมทั้งรายการสิ่งแลกเปลี่ยนและอัตราแลกเปลี่ยนด้วยเบี่ยงเบนการ หลังจากดำเนินการทดลองแล้วพบว่า พฤติกรรมสุขภาพด้านทัศนคติและด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่ได้รับการเสริมแรงทางบวกทั้ง 3 วิธีดังกล่าว และของนักเรียนกลุ่มที่ไม่ให้การเสริมแรงดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ( $P < .001$ ) ในด้านทัศนคติพบว่า นักเรียนชายมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่านักเรียนหญิงในกลุ่มให้คำชมเชย และกลุ่มให้ข้อมูลย้อนกลับ แต่มีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนหญิงในกลุ่มให้เบี่ยงเบนการทั้งก่อนและหลังการทดลอง ส่วนในด้านการปฏิบัติพบว่า การให้เสริมทั้ง 3 วิธีมีผลให้นักเรียนชายมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่านักเรียนหญิงที่อยู่ในกลุ่มเดียวกัน การปฏิบัติของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันในกลุ่มให้คำชมเชยและกลุ่มไม่ให้การเสริมแรง ส่วนกลุ่มให้ข้อมูลย้อนกลับและกลุ่มให้เบี่ยงเบนการไม่แตกต่างกัน เมื่อมีการติดตามผลหลังการทดลอง 1 เดือน พบว่านักเรียนมีคะแนนปฏิบัติต่ำลงเกือบเท่าก่อนการทดลอง แต่โดยเฉลี่ยแล้วนักเรียนหญิงยังคงมีการปฏิบัติได้ดีกว่านักเรียนชาย

สมปอง ยวงสอาด (2528: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "เจตคติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีต่อการดูแลสุขภาพ" เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบเจตคติในการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามตัวแปรเพศนักเรียน การศึกษา อาชีพ และรายได้ของผู้ปกครอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 12 จำนวน 850 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามเจตคติที่มีต่อการดูแลสุขภาพของตนเอง ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพของตนเอง นักเรียนหญิงมีเจตคติต่อการดูแลสุขภาพของตนเองดีกว่านักเรียนชาย การศึกษา อาชีพและรายได้ที่แตกต่างกันของผู้ปกครอง ไม่ทำให้เจตคติต่อการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนแตกต่างกัน

กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กระทรวงศึกษาธิการ (2529: 89-94) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพดีถ้วนหน้า เมื่อปี 2543: ศึกษาเฉพาะนักเรียนระดับประถมศึกษา" เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการปฏิบัติในชีวิตประจำวันของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 1,600 คน จากโรงเรียน 64 แห่ง ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้เครื่องมือที่สร้างขึ้น ทำการสำรวจ สังเกต และสัมภาษณ์นักเรียนทีละคน เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติในเรื่องการรักษาความสะอาดของร่างกาย การรับประทานอาหาร การป้องกันโรคและการรักษาโรค การออกกำลังกายและการพักผ่อน การขับถ่าย และการป้องกันอุบัติเหตุ ผลการศึกษาพบว่าโดยเฉลี่ยแล้วนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติในแต่ละเรื่องถูกต้อง แต่เมื่อพิจารณาระดับพฤติกรรมสุขภาพในแต่ละด้านโดยเทียบเกณฑ์ที่กำหนดไว้พบว่าอยู่ในระดับที่ต้องปรับปรุงแก้ไขระหว่างร้อยละ 40 - 45 โดยเฉพาะพฤติกรรมด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย และการป้องกันอุบัติเหตุอยู่ในเกณฑ์ไม่น่าพอใจ

ปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติตนในเรื่องสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา พบว่า มารดา บิดา ญาติ ผู้ปกครอง เป็นผู้มีบทบาทสำคัญรองลงมาจากกรอบแนะนำสั่งสอนของครูใน หุกา เรื่อง ส่วนปัจจัยในทางลบซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการไม่ปฏิบัติตนในเรื่องสุขภาพได้แก่ การไม่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติ ความเคยชิน การขาดสิ่งอำนวยความสะดวก ตามลำดับ นอกจากนี้ เป็นปัจจัยที่เกิดจากความเชื่อ ค่านิยมที่ไม่ถูกต้อง ความยากจน และขาดการส่งเสริมจากครูและผู้ปกครอง

พฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติตนของนักเรียนในแต่ละภาค มีความแตกต่างกันในทุกเรื่อง โดยนักเรียนภาคกลางมีการปฏิบัติในแต่ละเรื่องทีกล่าวมาถูกต้องมากที่สุด ยกเว้นเรื่องการขับถ่าย นักเรียนภาคเหนือมีการปฏิบัติถูกต้องมากกว่าทุกภาค ส่วนนักเรียนในภาคใต้มีการปฏิบัติในแต่ละเรื่องทีกล่าวมา ไม่ถูกต้องมากที่สุด ยกเว้นเรื่องการรับประทานอาหาร นักเรียนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือปฏิบัติไม่ถูกต้องมากที่สุด สำหรับพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติตนของนักเรียนในเขตเมือง กับเขตชนบท พบว่ามีความแตกต่างกัน โดยนักเรียนในเขตเมืองมีการปฏิบัติตนดีกว่านักเรียนในเขตชนบท

เจลา เพียรชอบ (2529: 42-53) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร" เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามตัวแปรเพศและสังกัดของโรงเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร และโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 600 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานครดูแลสุขภาพตนเองโดยส่วนรวมอยู่ในเกณฑ์ดี การดูแลสุขภาพตนเองระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงแตกต่างกัน โดยนักเรียนหญิงดูแลสุขภาพตนเองดีกว่านักเรียนชาย นักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานครดูแลสุขภาพตนเองดีกว่านักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร

พจนา โพธิเวชกุล และคณะ (2530: 122-126) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "โครงการอบรมผู้นำนักเรียนฝ่ายส่งเสริมอนามัย โรงเรียนวัดพระพุทธรบาท อำเภอพระพุทธรบาท จังหวัดสระบุรี" ซึ่งเป็นงานหนึ่งในโครงการ ผู้นำนักเรียนฝ่ายส่งเสริมอนามัย ของกองอนามัยโรงเรียนกระทรวงสาธารณสุข เพื่อที่จะเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างความรู้ก่อนและหลังการฝึกอบรม ผู้นำนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 ในโรงเรียนดังกล่าว จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยแบบสำรวจข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามเกี่ยวกับสุขนิสัยในการปฏิบัติตนและแบบทดสอบเกี่ยวกับความรู้ด้านอนามัยของผู้นำนักเรียนก่อนและหลังการอบรม ผลการศึกษาพบว่า โดยเฉลี่ยแล้วผู้นำนักเรียนมีสุขนิสัยในการปฏิบัติตน ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกายและสิ่งแวดล้อม ด้านการปฏิบัติตนเวลาไอหรือจาม และด้านการปฏิบัติตนก่อนรับประทานอาหาร ถูกต้อง สำหรับความรู้ด้านสุขภาพอนามัย เมื่อพิจารณาโดยรวมพบว่าความรู้ด้านสุขภาพอนามัยของผู้นำนักเรียนภายหลังการอบรมแล้ว สูงขึ้นกว่าก่อนการอบรม

รัชนิวรรณ จินธรรม (2531: 135-138) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "มโนทัศน์ทางสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา" เพื่อเปรียบเทียบมโนทัศน์ทางสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ และวิชาเอก รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมโนทัศน์ทางสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองของนักศึกษากลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ระดับประกาศนียบัตรวิชาการชั้นสูงในวิทยาลัยพลศึกษา 5 แห่ง ซึ่งเปิดสอนทั้งวิชาเอกพลศึกษาและวิชาเอกสุขศึกษา จำนวน 436 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม

ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษามีมีโนทัศน์ทางสุขภาพ และการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับดี เมื่อศึกษาเปรียบเทียบพบว่านักศึกษาหญิงมีมีโนทัศน์ทางสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองดีกว่านักศึกษาชาย นักศึกษาวิชาเอกสุขภาพศึกษามีมีโนทัศน์ทางสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองดีกว่านักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา และพบว่ามีโนทัศน์ทางสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษามีความสัมพันธ์กัน

#### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

ซาเยห์ และเดนนิส (Sayegh and Dennis 1965: 81-90) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการเสริมประสบการณ์เพื่อพัฒนาพฤติกรรมในเด็กเล็ก" (The Effect of Supplementary Experiences upon the Behavioral Development of Infants in Institutions) พบว่าเมื่อจัดสิ่งแวดล้อมที่ดีให้เด็กในกลุ่มที่ขาดประสบการณ์แล้วทำการทดสอบ ปรากฏว่าเด็กกลุ่มดังกล่าวมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ เพิ่มขึ้น ผลการศึกษาเป็นการยืนยันว่า การขาดสิ่งเร้าที่ดีและมีคุณค่าในช่วงชีวิตวัยตอนต้น จะทำให้พัฒนาการของเด็กช้ากว่าปกติ แต่สิ่งที่ดีขาดไปนั้น สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ ด้วยการจัดสภาพแวดล้อมที่มีคุณค่าให้

เบิทท์ (Beitg 1976: 32-34) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การประเมินภาวะสุขภาพนักเรียนระดับมัธยมศึกษา" (Health Appraisal in Secondary School) โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน 190 คน ในรัฐแคนซัส ใช้แบบสอบถามให้ผู้ตอบตอบว่า "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" ในเรื่องเกี่ยวกับอาการแพ้ สุขภาพของหู คอ จมูก ปาก ระบบหัวใจ ระบบทางเดินอาหาร ระบบย่อยอาหาร ระบบขับถ่าย ระบบสืบพันธุ์ รูปร่าง การเข้าสังคมและอารมณ์ แล้วคัดเลือกกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหา ที่ได้จากแบบสอบถามมาให้แพทย์ตรวจอีกครั้งหนึ่ง ผลการวิจัยพบว่าการตอบแบบสอบถามของนักเรียนกับการตรวจของแพทย์ได้ผลใกล้เคียงกัน และการประเมินภาวะสุขภาพของนักเรียนโดยการตอบแบบสอบถามนั้น จัดเป็นวิธีการที่ดีวิธีหนึ่งในการสำรวจปัญหาสุขภาพของนักเรียน เนื่องจากค่าใช้จ่ายไม่มาก และครูสุขภาพหรือพยาบาลก็สามารถทำได้

บาร์บารา, ดอนน่า และเชอร์เรลล์ (Barbara, Donna and Sherrell 1977: 475-477) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ผลการสอนโภชนศึกษาในนักเรียนประถมศึกษาระดับ 5" (The Effect of Nutrition Education on Dietary Habit of Fifth-Grade) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินผลการสอนโภชนศึกษาในนักเรียนชั้นประถมศึกษาระดับ 5 เพื่อนำ



มาพัฒนาการสอนโภชนาการให้มีประสิทธิภาพ และเพื่อให้นักเรียนเข้าใจและตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่ร่างกายต้องการ ตลอดจนรู้จักควบคุมการบริโภคอาหารให้เหมาะสมกับน้ำหนักของร่างกาย ใช้แบบทดสอบและแบบบันทึกการบริโภคอาหารภายใน 1 วัน เป็นเครื่องมือในการวิจัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 45 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 23 คน และกลุ่มทดลอง 22 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนทั้งสองกลุ่มมีความรู้ก่อนการสอนโภชนาการไม่แตกต่างกัน และเมื่อทำการทดสอบภายหลังการสอนโภชนาการพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้มากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม สำหรับผลการควบคุมการบริโภคอาหารใน 1 วัน พบว่านักเรียนทั้งสองกลุ่มมีการควบคุมอาหารไม่แตกต่างกัน

ดันน์ (Dunn 1980: 3433-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจตนเกี่ยวกับสุขภาพ (Health Locus of Control) และค่านิยมทางสุขภาพต่อความรู้และทัศนคติในการดูแลตนเองทางการแพทย์ ของนักศึกษาวิชาเอกสุขภาพระดับปริญญาตรีและสูงกว่าปริญญาตรีในโอเรกอน" (The Relationship of Health Locus of Control and Health Value to Medical Self - Care Knowledge and Attitudes of Undergraduate and Graduate Health Education Major in Oregon) โดยใช้แบบสอบถาม 5 ตอน ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักศึกษา, ค่านิยมทางสุขภาพ, ความเชื่ออำนาจตนเกี่ยวกับสุขภาพ, ทัศนคติในการดูแลสุขภาพตนเอง, และความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิชาเอกสุขภาพระดับปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 148 คน ในมหาวิทยาลัย 3 แห่งในโอเรกอน ผลการวิจัยพบว่า ความรู้และทัศนคติในการดูแลสุขภาพตนเองทางการแพทย์มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เพศ, เชื้อชาติ, สถานะทางครอบครัว, พื้นฐานทางวิชาการ, การรับรู้ในความสามารถทางวิชาการของตนเอง มีผลต่อความรู้และทัศนคติในการดูแลสุขภาพตนเองทางการแพทย์ของนักศึกษา และพบว่าความสามารถด้านวิชาการเป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุดในการพยากรณ์ความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเอง

ฮาร์ท และ เบอห์ (Hart and Behr 1980: 570-575) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการให้ความรู้ร่วมกับการให้การสนับสนุนจากบิดาหรือมารดาต่อภาวะทันตสุขภาพของเด็ก" (The Effects of Educational Intervention and Parental Support on Dental Health) โดยศึกษาในนักเรียนประถมศึกษา อายุ 12 ปี ศึกษาเปรียบเทียบในนักเรียน 3 กลุ่มคือ กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม และกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุมไม่ได้ให้ทันตสุขศึกษาและแรงสนับสนุนจากบิดาหรือมารดา นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับทันตสุขศึกษาเพียงอย่างเดียว

กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับทัศนศึกษาและแรงสนับสนุนจากบิดาหรือมารดา ผลปรากฏว่าในระยะทดลอง ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติด้านทัศนสุขภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความรู้และทัศนคติของกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่การปฏิบัติด้านทัศนสุขภาพของกลุ่มทดลองที่ 1 เท่านั้นที่สูงกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนการปฏิบัติของกลุ่มทดลองที่ 2 ไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม และพบว่าทั้งความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติด้านทัศนสุขภาพระหว่างกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่มไม่แตกต่างกัน ระยะหลังการทดลอง 2 เดือน เมื่อทำการทดสอบพบว่า ความรู้ด้านทัศนสุขภาพของกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม ยังคงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความรู้ด้านทัศนสุขภาพของกลุ่มทดลองที่ 2 ยังคงมากกว่ากลุ่มควบคุม และมากกว่ากลุ่มทดลองที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความรู้ด้านทัศนสุขภาพของกลุ่มทดลองที่ 1 ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่ความรู้ด้านทัศนสุขภาพของกลุ่มทดลองที่ 2 ไม่ลดลง แผ่นคราบจุลินทรีย์เพิ่มขึ้นทั้ง 3 กลุ่ม แต่กลุ่มควบคุมเท่านั้นที่เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จุดฟันผุที่เพิ่มขึ้นมีเฉพาะกลุ่มทดลองที่ 1 เท่านั้นที่เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 การเพิ่มขึ้นของแผ่นคราบจุลินทรีย์และจุดฟันผุไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ คะแนนการปฏิบัติและทัศนคติด้านทัศนสุขภาพระหว่างกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มไม่แตกต่างกัน

บรีสเซิล (Breazeale 1985: 901-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การพัฒนาความคิดรวบยอดเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ" (Development of Concepts about Food and Nutrition) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดรวบยอดเกี่ยวกับเรื่องอาหารและโภชนาการของเด็กและวัยรุ่น และศึกษาว่าความคิดรวบยอดนี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอนุบาล นักเรียนเกรด 5 และนักเรียนเกรด 10 รวม 90 คน จากโรงเรียนชานเมืองแถบอ่าวซานฟรานซิสโก 37 แห่ง ดำเนินการวิจัยโดยให้กลุ่มตัวอย่างจัดแบ่งประเภทรูปภาพอาหารจำนวน 46 รูป โดยแบ่งเป็นประเภทอาหารที่ชอบ อาหารที่ไม่ชอบ อาหารที่คิดว่าดี อาหารที่คิดว่าไม่ดี อาหารที่ทำให้อ้วนและอาหารที่ทำให้ไม่อ้วน พร้อมทั้งให้เหตุผลในการแยกประเภทอาหาร โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล ผลการวิจัยพบว่า การจัดแบ่งประเภทอาหารแตกต่างกันตามอายุอย่างมีนัยสำคัญ ระดับชั้นไม่ใช่ตัวแปรสำคัญที่ทำให้เหตุผลในการเลือกอาหารแตกต่างกัน

### สรุปเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องพฤติกรรมสุขภาพ ทั้งในประเทศและต่างประเทศสรุปได้ว่า สิ่งแวดล้อมภายในบ้าน โดยเฉพาะการเลี้ยงดูของมารดา มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของเด็กก่อนวัยเรียนอย่างมาก ประสบการณ์ที่สถานศึกษาจัดให้นักเรียนได้เกิดการเรียนรู้ ทำให้พฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ดังผลการวิจัยที่พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนที่จะสำเร็จจากสถานศึกษา แตกต่างจากนักเรียนที่เพิ่งเริ่มเข้าเรียน และพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองให้สูดศึกษาแตกต่างกัน มีการวิจัยที่พบว่าการประเมินสภาวะสุขภาพของนักเรียนโดยให้นักเรียนตอบแบบสอบถาม จัดเป็นวิธีการที่ดีวิธีหนึ่งในการสำรวจปัญหาสุขภาพของนักเรียน เนื่องจากค่าใช้จ่ายไม่มาก ครูสูดศึกษาหรือพยาบาลก็สามารถทำได้ และเมื่อเปรียบเทียบกับ การตรวจสอบสภาวะสุขภาพของนักเรียน โดยการตรวจของแพทย์พบว่า ได้ผลใกล้เคียงกัน การวิจัยโดยส่วนรวมพบว่า นักเรียนชายมีสภาวะสุขภาพไม่แตกต่างจากนักเรียนหญิง แต่มีพฤติกรรมสุขภาพบางด้านที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะด้านการปฏิบัติ นักเรียนหญิงจะปฏิบัติตนทางสุขภาพได้ดีและถูกต้องมากกว่านักเรียนชาย ความแตกต่างของพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนจากงานวิจัยที่กล่าว นอกจากพบว่ามาจากเพศของนักเรียนแล้ว ยังมีการวิจัยที่พบว่ามาจากความต่างกันของอายุ สถานภาพและบทบาททางสังคมของบิดามารดา นอกจากนี้ยังพบว่า ภูมิภาค เขตที่ตั้งโรงเรียน สังกัดของโรงเรียน เป็นตัวแปรสำคัญที่ทำให้พฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนแตกต่างกันได้