

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ กับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จากกลุ่มตัวอย่างพยาบาลประจำการ จำนวน 395 คน ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์ความถี่ และร้อยละ

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ กับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ปัจจัยที่สามารถร่วมกันพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาล เอกชน เขตกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 3)

การศึกษาข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ข้อมูลด้านอายุ สถานภาพสมรส ลักษณะการทำงานหมุนเวียนแบบผลัด มีระดับการวัดข้อมูลเป็นนามบัญญัติ จึงได้นำมาจัดกลุ่ม เพื่อศึกษาลักษณะการกระจายข้อมูลตามกลุ่ม และศึกษาข้อมูลเบื้องต้นโดยใช้การแจกแจงความถี่ และร้อยละ ได้ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3 จำนวน และร้อยละ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ สถานภาพสมรส ลักษณะการทำงานหมุนเวียนแบบผลัด (N=395)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อายุ (อายุเฉลี่ย 33.60 ปี SD = 7.59 อายุต่ำสุด 19 ปี สูงสุด 58 ปี)		
ต่ำกว่า 30 ปี	181	45.83
31-40 ปี	137	34.68
41-50 ปี	67	16.96
>50 ปีขึ้นไป	10	2.53
สถานภาพสมรส		
สมรส	165	41.77
โสด	218	55.19
หม้าย/แยก/หย่าร้าง	12	3.04
ลักษณะการปฏิบัติงาน		
เฉพาะเวรเช้า	146	36.96
เป็นผลัดหมุนเวียน เวรเช้า เวรบ่าย เวรดึก	249	63.04
ผลัดการปฏิบัติงาน		
ผลัดละ 8 ชั่วโมง	303	76.71
ผลัดละ 12 ชั่วโมง	63	15.95
อื่นๆ	29	7.34

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>การปฏิบัติงานในเวรตึกติดต่อกันมากกว่า 3 เหวรขึ้นไป</b>		
เคย	201	50.89
ไม่เคย	194	49.11
<b>การปฏิบัติงานยามวิกาล (บ่าย-ดึก)</b>		
ปฏิบัติงานผลัดบ่าย	139	35.19
ปฏิบัติงานผลัดดึก	119	30.13
ไม่ต้องปฏิบัติงานยามวิกาล	137	34.68
<b>ปฏิบัติงานมากกว่า 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์</b>		
เคย	356	90.13
ไม่เคย	39	9.87

จากตารางที่ 3 การศึกษาข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างพยาบาลประจำการ โรงพยาบาล เอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จากกลุ่มตัวอย่าง 395 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีอายุต่ำกว่า 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 45.83 มีสถานภาพโสดมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 55.19 ปฏิบัติงานเป็นผลัดหมุนเวียน เหวรเช้า เหวรบ่าย เหวรดึก มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 63.04 มีการปฏิบัติงานผลัดละ 8 ชั่วโมงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76.71 ปฏิบัติงาน ยามวิกาล ในผลัดบ่ายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.19 เคยปฏิบัติงานในเวรตึกติดต่อกันมากกว่า 3 เหวรขึ้นไปมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.89 และเคยปฏิบัติงานมากกว่า 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 90.13

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร

## 2.1 สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 4 - 9)

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ  
โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายด้าน (N = 395)

สุขภาวะของพยาบาลประจำการ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
สุขภาวะทางอารมณ์	4.17	0.67	ดี
สุขภาวะทางกาย	4.03	0.51	ดี
สุขภาวะทางจิตวิญญาณ	3.61	0.60	ดี
สุขภาวะทางจิตใจ	3.56	0.77	ดี
สุขภาวะทางสังคม	3.35	0.73	ปานกลาง
รวม	3.74	0.47	ดี

จากตารางที่ 4 พบว่าสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.74$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ สุขภาวะทางอารมณ์ ( $\bar{X} = 4.17$ ) รองลงมา ได้แก่ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และสุขภาวะทางจิตใจ ( $\bar{X} = 4.03, 3.61,$  และ  $3.56$  ตามลำดับ) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ สุขภาวะทางสังคม ( $\bar{X} = 3.35$ )

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสุขภาวะ ด้านสุขภาวะทางอารมณ์ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็น รายข้อ (N = 395)

สุขภาวะทางอารมณ์	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ไม่ร้องไห้เมื่อผู้ป่วยที่ดูแลถึงแก่กรรม	4.45	0.76	ดี
ไม่ระบายอารมณ์ใส่ผู้อื่น สนใจความรู้สึกของผู้อื่น	4.36	0.84	ดี
ไม่มีอาการหงุดหงิด ฉุนเฉียวได้ง่าย	4.09	0.87	ดี
ไม่แสดงออก หรือตอบโต้ต่อสถานการณ์ต่างๆ ในลักษณะที่เกินกว่าเหตุ	4.06	0.90	ดี
ไม่มีอาการอารมณ์เสื่อง่าย	3.92	0.96	ดี
<b>รวม</b>	<b>4.17</b>	<b>0.67</b>	<b>ดี</b>

จากตารางที่ 5 พบว่าสุขภาวะด้านสุขภาวะทางอารมณ์ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม อยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 4.17$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับดี ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ไม่ร้องไห้เมื่อผู้ป่วยที่ดูแลถึงแก่กรรม ( $\bar{X} = 4.45$ ) รองลงมาคือ ไม่ระบายอารมณ์ใส่ผู้อื่น สนใจความรู้สึกของผู้อื่น ( $\bar{X} = 4.36$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ไม่มีอาการอารมณ์เสื่อง่ายขึ้น มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ( $\bar{X} = 3.92$ )

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสุขภาวะ ด้านสุขภาวะทางกาย ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

สุขภาวะทางกาย	$\bar{X}$	SD	ระดับ
น้ำหนักไม่เพิ่มขึ้นหรือลดลงมากกว่า 5 กิโลกรัม ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา	4.26	1.03	ดี
ไม่มีอาการท้องผูกหรือท้องร่วงโดยไม่มีสาเหตุ	4.22	0.99	ดี
ไม่มีอาการใช้หวัด	3.99	1.07	ดี
ไม่มีอาการเบื่ออาหาร	3.97	0.96	ดี
ไม่มีอาการอ่อนเพลียไม่มีแรง	3.77	1.19	ดี
ไม่มีอาการปวดศีรษะ	3.51	1.09	ดี
ไม่มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย	3.35	1.23	ปานกลาง
ไม่รู้สึกอ่อนเพลียหรือง่วงนอน เนื่องจากนอนไม่หลับ หรือพักผ่อนไม่เพียงพอ	3.02	1.11	ปานกลาง
รวม	4.03	0.51	ดี

จากตารางที่ 6 พบว่าสุขภาวะด้านสุขภาวะทางกาย ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 4.03$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับดี คือ น้ำหนักไม่เพิ่มขึ้นหรือลดลงมากกว่า 5 กิโลกรัม ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ( $\bar{X} = 4.26$ ) รองลงมา คือ ไม่มีอาการท้องผูกหรือท้องร่วงโดยไม่มีสาเหตุ ( $\bar{X} = 4.22$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ ไม่รู้สึกอ่อนเพลียหรือง่วงนอน เนื่องจากนอนไม่หลับ หรือพักผ่อนไม่เพียงพอ ( $\bar{X} = 3.02$ )

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสุขภาวะ ด้านสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นราย ข้อ (N = 395)

สุขภาวะทางจิตวิญญาณ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
รู้สึกยินดีเมื่อผู้ร่วมงานประสบความสำเร็จ	4.05	0.81	ดี
มีความสุขในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน	3.65	0.79	ดี
พอใจกับชีวิตที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	3.57	0.83	ดี
ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาเมื่อมีโอกาส	3.56	0.84	ดี
พยายามทำสมาธิหรือปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาที่มุ่งให้จิตใจสงบ	3.21	0.95	ปานกลาง
รวม	3.61	0.60	ดี

จากตารางที่ 7 พบว่าสุขภาวะด้านสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.61$ ) เมื่อพิจารณาเป็นราย ข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับดี คือ รู้สึกยินดีเมื่อผู้ร่วมงานประสบความสำเร็จ ( $\bar{X} = 4.05$ ) รองลงมา อยู่ในระดับดี คือ มีความสุขในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน พพอใจกับชีวิตที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน และปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาเมื่อมีโอกาส ( $\bar{X} = 3.65, 3.57, \text{ และ } 3.56$  ตามลำดับ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ พยายามทำสมาธิหรือปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาที่มุ่งให้จิตใจสงบ ( $\bar{X} = 3.21$ )

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสภาวะ ด้านสภาวะทางจิตใจ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

สภาวะทางจิตใจ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ใช้สติในการแก้ไขปัญหาต่างๆ	3.88	0.72	ดี
ไม่รู้สึกลับสนจนไม่รู้จะทำสิ่งใดก่อน	3.77	1.06	ดี
ไม่รู้สึคว่าปัญหาต่างๆประดังทับถมเข้ามามากเกินไปกว่าที่จะรับไหว	3.73	1.10	ดี
มีสมาธิในการทำงาน	3.71	0.76	ดี
ไม่รู้สึกกังวลใจจนนอนไม่หลับ	3.62	1.15	ดี
ไม่รู้สึกรับความกดดันจากสิ่งต่างๆ	3.31	1.14	ปานกลาง
ไม่รู้สึกรีดหรือวิตกกังวล	3.23	0.95	ปานกลาง
ไม่รู้สึเหนื่อยหน่าย	3.21	1.18	ปานกลาง
รวม	3.56	0.77	ดี

จากตารางที่ 8 พบว่าสภาวะด้านสภาวะทางจิตใจ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.56$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับดี คือ ใช้สติในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ( $\bar{X} = 3.88$ ) รองลงมา อยู่ในระดับดี คือ ไม่รู้สึกลับสนจนไม่รู้จะทำสิ่งใดก่อน ( $\bar{X} = 3.77$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ ไม่รู้สึกเหนื่อยหน่าย ( $\bar{X} = 3.21$ )



ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสุขภาวะ ด้านสุขภาวะทางสังคม ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

สุขภาวะทางสังคม	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ช่วยเหลือ/ให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น อย่างสม่ำเสมอเมื่อมีโอกาส	3.71	0.83	ดี
จะเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มของชุมชน หรือหน่วยงาน ทุกครั้งที่สามารถทำได้	3.27	0.88	ปานกลาง
มีส่วนร่วมในการทำประโยชน์ให้กับสังคมหรือ องค์กรอย่างสม่ำเสมอ	3.25	0.83	ปานกลาง
เมื่อมีกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมจะไม่พลาด ที่จะเข้าร่วมกิจกรรม	3.17	0.84	ปานกลาง
รวม	3.35	0.73	ปานกลาง

จากตารางที่ 9 พบว่าสุขภาวะด้านสุขภาวะทางสังคม ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.35$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับดี คือ ช่วยเหลือ/ให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นอย่างสม่ำเสมอเมื่อมีโอกาส ( $\bar{X} = 3.71$ ) รองลงมา อยู่ในระดับปานกลาง คือ จะเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มของชุมชน หรือหน่วยงาน ทุกครั้งที่สามารถทำได้ ( $\bar{X} = 3.27$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ เมื่อมีกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมจะไม่พลาดที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ( $\bar{X} = 3.17$ )

2.2 พฤติกรรมสุขภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขต กรุงเทพมหานคร มีผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้ (ตารางที่ 10 - 16)

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมสุขภาพ ของพยาบาล ประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายด้าน (N = 395)

พฤติกรรมสุขภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	3.95	0.52	ดี
โภชนาการ	3.91	0.59	ดี
การพัฒนาทางจิตวิญญาณ	3.89	0.52	ดี
ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	3.82	0.52	ดี
การจัดการความเครียด	3.56	0.48	ดี
กิจกรรมทางด้านร่างกาย	3.25	0.68	ปานกลาง
รวม	3.73	0.40	ดี

จากตารางที่ 10 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขต กรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.73$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ( $\bar{X} = 3.95$ ) รองลงมาได้แก่ ด้านโภชนาการ ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และด้านการจัดการความเครียด ( $\bar{X} = 3.91, 3.89, 3.82,$  และ  $3.56$  ตามลำดับ) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านกิจกรรมทางด้านร่างกาย ( $\bar{X} = 3.25$ )

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	$\bar{X}$	SD	ระดับ
พูดคุยกับเพื่อนร่วมงานอย่างมีเหตุผล	4.28	0.64	ดี
ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น	4.26	0.67	ดี
ยอมรับความเป็นจริงเสมอ	4.22	0.69	ดี
สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลในที่ทำงานได้ทุกระดับ	4.16	0.75	ดี
ยอมรับสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง	3.96	0.73	ดี
ไม่ใช้อารมณ์ในการตัดสินใจมากกว่าใช้เหตุผล	3.86	0.81	ดี
ไม่แยกตัวอยู่คนเดียวเมื่อเกิดปัญหา	3.46	0.96	ดี
ไม่แสดงอาการหงุดหงิดไม่พอใจผู้อื่นเมื่อไม่ได้ตั้งใจ	3.42	0.80	ดี
รวม	3.95	0.52	ดี

จากตารางที่ 11 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.95$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับดี ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ พูดคุยกับเพื่อนร่วมงานอย่างมีเหตุผล ( $\bar{X} = 4.28$ ) รองลงมา คือ ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น ยอมรับความเป็นจริงเสมอ และสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลในที่ทำงาน ได้ทุกระดับ ( $\bar{X} = 4.26, 4.22,$  และ  $4.16$  ตามลำดับ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับดี คือ ไม่แสดงอาการหงุดหงิดไม่พอใจผู้อื่น เมื่อไม่ได้ตั้งใจ ( $\bar{X} = 3.42$ )

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านโภชนาการ ของ  
 พยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ  
 (N = 395)

โภชนาการ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ไม่ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	4.48	0.77	ดี
ไม่รับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์สุกๆ ดิบๆ หรือลวก ประเภทจิ้มจุ่ม ลาบ ก้อย	4.37	0.86	ดี
รับประทานอาหารที่มีกากใย เช่น ผักใบเขียว ผลไม้เป็นประจำ	3.96	0.93	ดี
รับประทานอาหารครบทั้ง 5 หมู่	3.78	0.99	ดี
ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว (1.5 - 2 ลิตร)	3.77	0.99	ดี
รับประทานอาหารหลากหลาย สลับสับ เปลี่ยนไปเรื่อยๆ	3.69	0.89	ดี
รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ ใน 1 วัน	3.65	1.20	ดี
ดื่มนมหรือผลิตภัณฑ์จากนม	3.59	1.14	ดี
<b>รวม</b>	<b>3.91</b>	<b>0.59</b>	<b>ดี</b>

จากตารางที่ 12 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพ ด้านโภชนาการ ของพยาบาลประจำการ  
 โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.91$ ) เมื่อพิจารณาเป็นราย  
 ข้อ พบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับดี ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ไม่ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
 ( $\bar{X} = 4.48$ ) รองลงมาคือ ไม่รับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์สุกๆ ดิบๆ หรือลวก รับประทาน  
 อาหารที่มีกากใย รับประทานอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ( $\bar{X} = 4.37, 3.96,$  และ  $3.78$  ตามลำดับ) ส่วน  
 ข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับดี คือ ดื่มนมหรือผลิตภัณฑ์จากนม ( $\bar{X} = 3.59$ )

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

การพัฒนาทางจิตวิญญาณ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
มีสติในการทำงาน	4.24	0.64	ดี
ให้เวลากับตัวเองเพื่อการพัฒนาการกระทำของตน	3.98	0.68	ดี
พยายามฝึกการควบคุมอารมณ์ของตน	3.90	0.87	ดี
สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์วิกฤติ	3.84	0.70	ดี
ยอมรับและปรับตัวได้ดีในสังคมการทำงานที่มีการแข่งขัน	3.84	0.74	ดี
อ่านหนังสือที่ให้ข้อคิดในการปฏิบัติตนที่เหมาะสม	3.53	0.96	ดี
รวม	3.89	0.52	ดี

จากตารางที่ 13 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.89$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับดี ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ มีสติในการทำงาน ( $\bar{X} = 4.24$ ) รองลงมาคือ ให้เวลากับตัวเองเพื่อการพัฒนาการกระทำของตน พยายามฝึกการควบคุมอารมณ์ของตน และสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์วิกฤติ ( $\bar{X} = 3.98, 3.90,$  และ  $3.84$  ตามลำดับ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับดี คือ อ่านหนังสือที่ให้ข้อคิดในการปฏิบัติตนที่เหมาะสม ( $\bar{X} = 3.53$ )

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ดูแลสุขอนามัยส่วนตัวอย่างสม่ำเสมอ เช่น รักษาความสะอาดร่างกาย ปากและฟัน	4.66	0.53	ดี
ล้างมือให้สะอาดก่อนและหลังรับประทานอาหาร	4.38	0.76	ดี
ตรวจสุขภาพกับแพทย์อย่างน้อยปีละครั้ง	4.24	1.21	ดี
ไปพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง	3.95	1.10	ดี
ดูแลสุขภาพตนเองให้ดีอยู่เสมอ	3.89	0.81	ดี
แสวงหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ	3.71	0.80	ดี
ไปพบแพทย์ทุกครั้งเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	2.95	1.00	ปานกลาง
ไม่ซื้อยารับประทานเองเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	2.77	1.12	ปานกลาง
รวม	3.82	0.52	ดี

จากตารางที่ 14 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.82$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับดี ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ดูแลสุขอนามัยส่วนตัวอย่างสม่ำเสมอ เช่น รักษาความสะอาดร่างกาย ปากและฟัน ( $\bar{X} = 4.66$ ) รองลงมา คือ ล้างมือให้สะอาดก่อนและหลังรับประทานอาหารทุกครั้ง ตรวจสุขภาพกับแพทย์อย่างน้อยปีละครั้งแม้ไม่เจ็บป่วย และไปพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง ( $\bar{X} = 4.38, 4.24,$  และ  $3.95$  ตามลำดับ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ไม่ซื้อยารับประทานเองเมื่อมีอาการเจ็บป่วยเล็กน้อย ( $\bar{X} = 2.77$ )

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการจัดการความเครียด ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

การจัดการความเครียด	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ไม่ดื่มสุราเพื่อลดความเครียด	4.70	0.68	ดีมาก
ผ่อนคลายความเครียดโดยการพักผ่อนตามความเหมาะสม เช่น ดูหนัง ฟังเพลง ท่องเที่ยว นอนหลับ เล่นกีฬา	4.11	0.91	ดี
ลดความเครียดด้วยการทำงานอดิเรก	3.71	0.97	ดี
มีความทุกข์หรือไม่สมหวังจะไม่โทษเคราะห์กรรม	3.61	0.97	ดี
แบ่งเวลาในการทำงาน และให้เวลากับครอบครัวได้อย่างเหมาะสม	3.52	0.96	ดี
เมื่อไม่สบายใจหรือมีปัญหาเรื่องงานจะไม่เก็บความทุกข์ไว้คนเดียว	3.52	1.03	ดี
พูดเรื่องไม่สบายใจ หรือระบายความเครียดกับเพื่อนร่วมงานเสมอ	3.12	0.89	ดี
จัดการความเครียดด้วยการสวดมนต์ หรือนั่งสมาธิ	2.95	1.10	ปานกลาง
สวดมนต์หรือทำสมาธิเป็นประจำเพื่อทำจิตใจให้สงบ	2.82	1.10	ปานกลาง
<b>รวม</b>	<b>3.56</b>	<b>0.48</b>	<b>ดี</b>

จากตารางที่ 15 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการจัดการความเครียด ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.56$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับดีมาก คือ ไม่ดื่มสุราเพื่อลดความเครียด ( $\bar{X} = 4.70$ ) รองลงมา อยู่ในระดับดี คือ ผ่อนคลายความเครียดโดยการพักผ่อนตามความเหมาะสม ลดความเครียดด้วยการทำงานอดิเรก และ มีความทุกข์หรือไม่สมหวังจะไม่โทษเคราะห์กรรม ( $\bar{X} = 4.11, 3.71,$  และ  $3.61$  ตามลำดับ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ สวดมนต์หรือทำสมาธิเป็นประจำ เพื่อทำจิตใจให้สงบ ( $\bar{X} = 2.82$ )

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางด้านร่างกาย ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

กิจกรรมทางด้านร่างกาย	$\bar{X}$	SD	ระดับ
หลังจากออกกำลังกายแล้ว จะนั่งพักให้หายเหนื่อย แล้วจึงอาบน้ำ ชำระร่างกาย	3.73	1.08	ดี
ออกกำลังกายระหว่างปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน เช่น เดินขึ้นลงบันไดแทนการใช้ลิฟต์ ถ้าจำนวนชั้นไม่มากเกินไป	3.66	1.03	ดี
ใช้วิธีเดินแทนการนั่งรถ ในระยะทางสั้นๆ	3.62	1.08	ดี
หยุดออกกำลังกายทันทีเมื่อมีอาการใจสั่น หน้ามืด แน่นหน้าอก	3.58	1.44	ดี
แม้ไม่มีเวลาออกกำลังกาย ใช้วิธีการทำงานบ้านแทน	3.27	1.08	ปานกลาง
ก่อนเริ่มและหยุดออกกำลังกายทุกครั้งใช้วิธีการผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อให้ร่างกายมีความยืดหยุ่น และกลับสู่สภาวะปกติ	3.23	1.10	ปานกลาง
เมื่อรู้สึกไม่สบาย จะออกกำลังกายพอประมาณ เพื่อให้ร่างกายรู้สึกสดชื่น	2.58	1.09	ปานกลาง
ออกกำลังกายอย่างน้อย 3-4 ครั้ง/สัปดาห์ (ครั้งละไม่น้อยกว่า 20 นาที)	2.35	0.95	ไม่ค่อยดี
รวม	3.25	0.68	ปานกลาง



จากตารางที่ 16 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางด้านร่างกาย ของพยาบาล  
 ประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.25$ )  
 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับดี คือ หลังจากออกกำลังกายแล้ว  
 จะนั่งพักให้หายเหนื่อย แล้วจึงอาบน้ำชำระร่างกาย ( $\bar{X} = 3.73$ ) รองลงมา อยู่ในระดับดี คือ ออก  
 กกำลังกายระหว่างปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน เช่น เดินขึ้นลงบันไดแทนการใช้ลิฟต์ถ้าจำนวนชั้นไม่  
 มากเกินไป ใช้วิธีเดินแทนการนั่งรถ ในระยะทางสั้นๆ และ หยุดออกกำลังกายทันทีเมื่อมีอาการใจ  
 สั่น หน้ามืด แน่นหน้าอก ( $\bar{X} = 3.66, 3.62,$  และ  $3.58$  ตามลำดับ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ใน  
 ระดับไม่ค่อยดี คือ ทำนออกกำลังกายอย่างน้อย 3-4 ครั้ง/สัปดาห์ (ครั้งละไม่น้อยกว่า 20 นาที)  
 ( $\bar{X} = 2.35$ )

## 2.2 ความเสี่ยงทางสุขภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 17 – 21)

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเสี่ยงทางสุขภาพ ของพยาบาล  
ประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายด้าน  
(N = 395)

ความเสี่ยงทางสุขภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ด้านกายภาพ	1.84	0.68	ต่ำ
ด้านชีวภาพ	1.81	0.60	ต่ำ
ด้านจิตสังคม	1.79	0.51	ต่ำ
ด้านสารเคมี	1.27	0.41	ต่ำ
รวม	1.62	0.44	ต่ำ

จากตารางที่ 17 พบว่าความเสี่ยงทางสุขภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาล  
เอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ ( $\bar{X} = 1.62$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน  
พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับต่ำ ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ความเสี่ยงด้านกายภาพ ( $\bar{X} = 1.84$ )  
รองลงมา คือ ความเสี่ยงด้านชีวภาพ และด้านจิตสังคม ( $\bar{X} = 1.81$ , และ 1.79 ตามลำดับ) และ  
ด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านสารเคมี ( $\bar{X} = 1.27$ )

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านกายภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็น รายข้อ (N = 395)

ความเสี่ยงทางสุขภาพด้านกายภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ใช้มือเปล่าในการหักหลอดยา	2.32	1.33	ต่ำ
ยกผู้ป่วยที่มีน้ำหนักมากไม่ถูกวิธี	1.96	0.99	ต่ำ
จับปลอกเข็มในขณะที่สวมเข็มที่ใช้แล้ว	1.93	1.13	ต่ำ
เข้าปลอกเข็ม			
เคลื่อนย้ายเครื่องมือเครื่องใช้ที่มีน้ำหนักมาก	1.87	0.94	ต่ำ
ตามลำพัง			
ยกและเคลื่อนย้ายของที่มีน้ำหนักมากโดยไม่	1.83	0.85	ต่ำ
คำนึงถึงท่าทางที่เหมาะสม			
ให้การพยาบาลผู้ป่วยในที่มีแสงสว่าง	1.83	0.91	ต่ำ
ไม่เพียงพอ			
ให้การพยาบาลอย่างรีบเร่ง ทำให้ถูกอุปกรณ์	1.61	0.79	ต่ำ
การพยาบาล บาด/ทิ่ม ต่ำ จนทำให้เกิดบาดแผล			
สัมผัสกับรังสีที่ใช้ในการวินิจฉัยและรักษาโรค	1.36	0.65	ต่ำมาก
โดยไม่ได้ใช้อุปกรณ์ป้องกัน			
รวม	1.84	0.68	ต่ำ

จากตารางที่ 18 พบว่าความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านกายภาพ ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ ( $\bar{X} = 1.84$ ) เมื่อพิจารณาเป็น รายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับต่ำ คือ ใช้มือเปล่าในการหักหลอดยา ( $\bar{X} = 2.32$ ) รองลงมา อยู่ในระดับต่ำ คือ ยกผู้ป่วยที่มีน้ำหนักมากไม่ถูกวิธี ( $\bar{X} = 1.96$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ย น้อยที่สุด อยู่ในระดับต่ำมาก คือ สัมผัสกับรังสีที่ใช้ในการวินิจฉัยและรักษาโรคโดยไม่ได้ใช้ อุปกรณ์ป้องกัน ( $\bar{X} = 1.36$ )

ตารางที่ 19 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านชีวภาพ  
ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นราย  
ข้อ (N = 395)

ความเสี่ยงทางสุขภาพด้านชีวภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ใช้มือปลดหัวเข็มที่ใช้แล้ว	2.57	1.38	ปานกลาง
ป้องกันการติดเชื้อไวรัสเอดส์เฉพาะในผู้ป่วย ที่มีผลเลือด HIV POSITIVE	2.56	1.69	ปานกลาง
ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยที่มีระบบการถ่ายเทอากาศ ที่ไม่เหมาะสม	2.26	1.22	ปานกลาง
ให้การพยาบาลผู้ป่วยที่เป็นโรคติดต่อทางลมหายใจ โดยไม่ปฏิบัติตามหลัก UP (universal precaution)	1.80	1.19	ต่ำ
ให้การพยาบาลผู้ป่วยขณะมีแผลขีดข่วนที่มือ โดยมิได้ปิดแผล หรือสวมถุงมือป้องกัน	1.70	0.97	ต่ำ
ไม่ล้างมือก่อนและหลังให้การพยาบาลผู้ป่วย	1.62	0.89	ต่ำ
สัมผัสผู้ป่วยโรคผิวหนังด้วยมือเปล่า	1.58	1.04	ต่ำ
สัมผัสเลือด/สารคัดหลั่งของผู้ป่วยโดย ไม่มีเครื่องป้องกัน	1.51	0.84	ต่ำมาก
ทิ้งหัวเข็มที่ใช้แล้วในภาชนะทั่วไป	1.24	0.76	ต่ำมาก
ทิ้งสารคัดหลั่งของผู้ป่วยในถังขยะทั่วไป	1.19	0.49	ต่ำมาก
<b>รวม</b>	<b>1.81</b>	<b>0.60</b>	<b>ต่ำ</b>

จากตารางที่ 19 พบว่าความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านชีวภาพ ของพยาบาลประจำการ  
โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม อยู่ในระดับต่ำ ( $\bar{X} = 1.81$ ) เมื่อพิจารณาเป็น  
รายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ ใช้มือปลดหัวเข็มที่ใช้แล้ว  
( $\bar{X} = 2.57$ ) รองลงมา อยู่ในระดับปานกลาง คือ ป้องกันการติดเชื้อไวรัสเอดส์เฉพาะในผู้ป่วยที่มี  
ผลเลือด HIV POSITIVE ( $\bar{X} = 2.56$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับต่ำมาก คือ ทิ้งสาร  
คัดหลั่งของผู้ป่วยในถังขยะทั่วไป ( $\bar{X} = 1.19$ )

ตารางที่ 20 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านจิตสังคม ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็น รายข้อ (N = 395)

ความเสี่ยงทางสุขภาพด้านจิตสังคม	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ไม่มีเวลาให้ครอบครัวเนื่องจากมีงานมาก	2.40	1.20	ต่ำ
เมื่อมีปัญหาจะเก็บไว้คนเดียว	2.12	1.02	ต่ำ
รู้สึกยุ่งยากมากเมื่อต้องติดต่อประสานงานกับผู้อื่น	2.07	0.79	ต่ำ
จะดูและว่ากล่าวผู้ใต้บังคับบัญชาทันทีที่พบว่ากระทำผิด	2.01	0.91	ต่ำ
ชอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้ร่วมงาน	1.86	0.71	ต่ำ
มีเรื่องขัดแย้งกับผู้ร่วมงานเสมอ	1.77	0.68	ต่ำ
แสดงอาการหงุดหงิดรำคาญเมื่อผู้ป่วยและญาติขอความช่วยเหลือบ่อยๆ	1.66	0.75	ต่ำ
ชอบตำหนิหรือว่ากล่าวผู้ป่วยและญาติ	1.38	0.60	ต่ำ
ไม่มีเพื่อนใกล้ชิดในสถานที่ทำงาน	1.37	0.76	ต่ำ
ถูกผู้ป่วยและญาติต่อว่า จะโต้เถียงทันที	1.36	0.62	ต่ำ
รู้สึกหงุดหงิดไม่สบายใจเมื่อเห็นผู้ร่วมงานได้ดี	1.24	0.53	ต่ำ
รวม	1.79	0.51	ต่ำ

จากตารางที่ 20 พบว่าความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านจิตสังคม ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ ( $\bar{X} = 1.79$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับต่ำ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ไม่มีเวลาให้ครอบครัวเนื่องจากมีงานมาก ( $\bar{X} = 2.40$ ) รองลงมา คือ เมื่อมีปัญหาจะเก็บไว้คนเดียว ( $\bar{X} = 2.12$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับต่ำ คือ รู้สึกหงุดหงิดไม่สบายใจเมื่อเห็นผู้ร่วมงานได้ดี ( $\bar{X} = 1.24$ )

ตารางที่ 21 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านสารเคมี ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (N = 395)

ความเสี่ยงทางสุขภาพด้านสารเคมี	$\bar{X}$	SD	ระดับ
สูดดมน้ำยาทำลายเชื้อโรคโดยไม่ได้สวมหน้ากากอนามัย	1.46	0.68	ต่ำมาก
หยิบใช้น้ำยาฆ่าเชื้อตามความเคยชินโดยสังเกตจาก สี กลิ่น	1.32	0.59	ต่ำมาก
หยิบใช้น้ำยาฆ่าเชื้อที่ติดป้ายไม่ชัดเจน / ลบเลือน	1.27	0.55	ต่ำมาก
จัดเก็บสารเคมีปนกับสารเคมีชนิดอื่นๆ	1.27	0.63	ต่ำมาก
นำเครื่องมือแพทย์แช่น้ำยาโดยไม่สวมถุงมือและไม่ใช้ forceps หยิบจับอุปกรณ์	1.15	0.43	ต่ำมาก
นำเครื่องมือแพทย์ขึ้นจากการแช่น้ำยาโดยไม่สวมถุงมือและไม่ใช้ forceps หยิบจับอุปกรณ์	1.13	0.39	ต่ำมาก
รวม	1.27	0.41	ต่ำมาก

จากตารางที่ 21 พบว่าความเสี่ยงทางสุขภาพ ด้านสารเคมี ของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับต่ำมาก ( $\bar{X} = 1.27$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับต่ำมาก ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ สูดดมน้ำยาทำลายเชื้อโรคโดยไม่ได้สวมหน้ากากอนามัย ( $\bar{X} = 1.46$ ) รองลงมา คือ หยิบใช้น้ำยาฆ่าเชื้อตามความเคยชินโดยสังเกตจาก สี กลิ่น ( $\bar{X} = 1.32$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับต่ำมาก คือ นำเครื่องมือแพทย์ขึ้นจากการแช่น้ำยาโดยไม่สวมถุงมือและไม่ใช้ forceps หยิบจับอุปกรณ์ ( $\bar{X} = 1.13$ )

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ กับสภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 22)

ตารางที่ 22 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ กับสภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร (N = 395)

ตัวแปร	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	p-value	ระดับความสัมพันธ์
อายุ	.277*	.000	ต่ำ
สถานภาพสมรส	-.013	.098	ไม่มีความสัมพันธ์
ลักษณะการทำงานหมุนเวียนแบบผลัด	-.081	.053	ไม่มีความสัมพันธ์
<b>พฤติกรรมสุขภาพ</b>	<b>.580*</b>	<b>.00</b>	<b>ปานกลาง</b>
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	.515*	.00	ปานกลาง
การจัดการความเครียด	.476*	.00	ปานกลาง
การพัฒนาทางจิตวิญญาณ	.444*	.00	ปานกลาง
ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	.427*	.00	ปานกลาง
โภชนาการ	.363*	.00	ปานกลาง
กิจกรรมทางร่างกาย	.357*	.00	ปานกลาง
<b>ความเสี่ยงทางสุขภาพ</b>	<b>-.401*</b>	<b>.00</b>	<b>ปานกลาง</b>
ความเสี่ยงจิตสังคม	-.426*	.00	ปานกลาง
ความเสี่ยงชีวภาพ	-.345*	.00	ปานกลาง
ความเสี่ยงกายภาพ	-.342*	.00	ปานกลาง
ความเสี่ยงสารเคมี	-.248*	.00	ต่ำ



จากตารางที่ 22 พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ด้านอายุ มีความสัมพันธ์ทางบวก ในระดับต่ำกับ สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 ( $r = .277$ ) ส่วนสถานภาพสมรส ลักษณะการทำงานหมุนเวียนแบบผลัด ไม่มี ความสัมพันธ์กับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร พฤติกรรมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวก ส่วนความเสี่ยงทางสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางลบ ใน ระดับปานกลางกับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r = .580$ , และ  $-.401$  ตามลำดับ)

พฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง กับสุขภาวะของพยาบาล ประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ( $r = .580$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของพยาบาลประจำการ มีความสัมพันธ์ทางบวก ในระดับปานกลางกับสุขภาวะของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ในทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ความเสี่ยงทางสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับกับสุขภาวะของ พยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ( $r = -.401$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่ความเสี่ยงทางสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางลบ ในระดับปานกลางกับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ยกเว้น ความเสี่ยงด้านสารเคมี มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำ กับสุขภาวะของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ .05

พฤติกรรมสุขภาพมีค่าความสัมพันธ์กับสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาล เอกชน เขตกรุงเทพมหานคร เท่ากับ .580 ดังนั้น  $R^2 = .341$  หมายความว่า พฤติกรรมสุขภาพใน ภาพรวมสามารถพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขต กรุงเทพมหานคร ได้อย่างมีประสิทธิภาพ 34.10% และในทำนองเดียวกันของกรณีตัวทำนายเดี่ยว (Simple Regression) ความเสี่ยงทางสุขภาพ มีค่าความสัมพันธ์กับสุขภาวะของพยาบาล ประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร เท่ากับ  $-.401$  ดังนั้น  $R^2 = .161$  หมายความว่า ความเสี่ยงทางสุขภาพในภาพรวมสามารถพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาล เอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ได้อย่างมีประสิทธิภาพที่ 16.10%



ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ปัจจัยที่สามารถร่วมกันพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ  
โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 23)

ตารางที่ 23 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณตัวแปรพยากรณ์พยาบาลประจำการ  
โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร

ตัวแปรพยากรณ์	b	SEb	Beta	t	p-value
Constant	1.573	.250	-	6.297	.00*
พฤติกรรมสุขภาพ	.540	.052	.530	10.361	.00*
ความเสี่ยงทางสุขภาพ	-.079	.048	-.083	-1.632	.10
F- overall = 101.436 (p =.00) R = .584 R <sup>2</sup> = .341 Adjust R <sup>2</sup> = .338					

\* p<.05

จากตารางที่ 23 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบบังคับตัวแปรพยากรณ์ทุกตัวเข้าสู่สมการพร้อมกัน (Enter) พบว่า พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ สามารถร่วมกันพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานครได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้ ร้อยละ 34.10 ( $R^2 = .341$ ,  $p < .05$ ) โดยพฤติกรรมสุขภาพ มีความสามารถในการพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานครได้ดีที่สุด (Beta = .341,  $p < .05$ )

จากตารางที่ 23 ค่า F-overall = 101.436 ( $p < .05$ ) แสดงว่าตัวทำนาย 2 ตัว คือ พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ สามารถร่วมกันพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ได้อย่างมีประสิทธิภาพที่ระดับ .05

$R^2 = .341$  หมายความว่า พฤติกรรมสุขภาพ ความเสี่ยงทางสุขภาพ สามารถร่วมกันพยากรณ์ สุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ได้ร้อยละ 34.10 ( $R^2 = .341$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า พฤติกรรมสุขภาพ มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta = .530) สามารถพยากรณ์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่า Beta เป็นบวกหมายถึง เมื่อมีการปรับปรุงพฤติกรรมสุขภาพ มากขึ้นส่งผลต่อสุขภาวะของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร มากขึ้นตามไป ส่วนความเสี่ยงทางสุขภาพมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta = -.083) สามารถร่วมทำนายสุขภาวะได้อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ )

แสดงว่า ตัวทำนายทั้ง 2 ตัว มีประสิทธิภาพในการทำนายสุขภาวะของพยาบาลประจำการ  
โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ดังสมการพยากรณ์สุขภาวะของพยาบาลประจำการ  
โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ได้ดังนี้

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ

$$\hat{Y}_{\text{สุขภาวะ}} = 1.573 + .540 * X_{\text{พฤติกรรมสุขภาพ}} - .079 * X_{\text{ความเสี่ยงทางสุขภาพ}}$$

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z}_{\text{สุขภาวะ}} = .530 * Z_{\text{พฤติกรรมสุขภาพ}} - .083 * Z_{\text{ความเสี่ยงทางสุขภาพ}}$$