

## Research articles

# Models of Activity for Controlling and Preventing Smoking among Personnel and Students at Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok Province

---

Somtaku Rasiri

Lecturer, Senior,

Sirindhorn College of Public Health

Phitsanulok.

### Abstract

The purposes of this descriptive study were (1) to investigate personal and environmental factors of smoking among personnel and students, (2) to study knowledge, attitudes, and behaviors of smoking among personnel and students, and (3) to examine activity models to control and prevent smoking at Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok province. The sample consisted of 70 personnel and 530 students of the academic year 2014, and 12 members of the study group process of activity models in controlling and preventing smoking. Both quantitative and qualitative data were collected in this study. The measure instruments were the questionnaire and group process. The statistics used included percentage, mean, standard deviation, and content analysis.

The study found that there were two personnel who currently smoked. Durations of smoking were 11 years and 40 years with 10 and 15 cigarettes per day, respectively. One person wanted to stop smoking while the other did not. Their knowledge and attitudes of smoking were at a high level whereas behaviors concerning smoking were at a moderate level. For students, currently, there were seven students who smoke. They smoked 2-6 cigarettes a day. Four of them wanted to stop smoking while the other three did not want to. Their knowledge, attitudes, and behaviors concerning smoking were at a high level. After that, data from the analysis were

used in group process. It was found that students and personnel had gained knowledge and understanding of smoking, causes, symptoms, effects, ways to control and prevent smoking, and especially current smoking laws. Administrators and lecturers paid attention and realized the harm from smoking. Funding was a major part in the activities. However, duration of the activities was limited. Students studied too many subjects and each course had different class schedule. Eighteen activity models which should be carried out next year are mostly campaign activities to control, prevent, reduce, and stop the consumption of tobacco both inside and outside college. The College should plan the activities for the next academic year in order to promote students and personnel as a good role model in controlling and preventing smoking to communities to be free from tobacco smoke pollution.

**Keywords :** Activity model, Control and Prevention; Smoking.

## บทความวิจัย (Research articles)

## รูปแบบกิจกรรมเพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ ของบุคลากรและนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

สมตระกูล ราศิริ

วิทยาจารย์ชำนาญการพิเศษ

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร

จังหวัดพิษณุโลก

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาโดยเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ และเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1. ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัย สิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากรและนักศึกษา 2. ความรู้ ทักษะและพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากรและ นักศึกษา 3. รูปแบบกิจกรรมเพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ บุคลากร จำนวน 70 คนและนักศึกษา จำนวน 530 คน ประจำปีการศึกษา 2557 และกระบวนการกลุ่มศึกษารูปแบบกิจกรรม ควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ จำนวน 12 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถาม และกระบวนการกลุ่ม สถิติได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

ผลการศึกษา พบว่า บุคลากร ปัจจุบันมีผู้สูบบุหรี่ 2 คน ระยะเวลาการสูบ 11 ปี และ 40 ปี จำนวนที่สูบวันละ 10 และ 15 มวนต่อวัน ต้องการเลิก 1 คน และไม่ต้องการเลิก 1 คน ความรู้และทักษะเกี่ยวกับการสูบบุหรี่อยู่ระดับมาก พฤติกรรม เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ อยู่ระดับปานกลาง นักศึกษา ปัจจุบันมีผู้สูบ บุหรี่ 7 คน จำนวนที่สูบวันละ 2-6 มวนต่อวัน ต้องการเลิก 4 คน ไม่ต้องการเลิก 3 คน ความรู้ ทักษะและพฤติกรรมเกี่ยวกับการ สูบบุหรี่อยู่ระดับมาก จากนั้นเป็นการนำข้อมูลจากการวิเคราะห์เข้าสู่กระบวนการกลุ่ม พบว่า นักศึกษา บุคลากรได้รับความรู้ ความ เข้าใจเกี่ยวกับบุหรี่ สาเหตุ อาการ ผลกระทบ วิธีการควบคุมและ ป้องกันโดยเฉพาะกฎหมายในปัจจุบัน ผู้บริหาร อาจารย์ให้ความสำคัญและตระหนักถึงโทษพิษภัยบุหรี่ การได้รับทุนสนับสนุนมีส่วน สำคัญในการดำเนินกิจกรรม ช่วงเวลาจำกัด นักศึกษามีการเรียน มากและไม่ตรงกันทุกหลักสูตร รูปแบบกิจกรรมที่ควรดำเนินการใน

ปีต่อไปจำนวน 18 กิจกรรม ส่วนใหญ่เป็นการรณรงค์ควบคุมและป้องกัน/ลด/ละ/เลิกเกี่ยวกับการบริโภคยาสูบทั้งภายในและภายนอกวิทยาลัย โดยวิทยาลัยสามารถวางแผนกำหนดกิจกรรมในปีการศึกษาต่อไป อันจะนำไปสู่บุคลากรและนักศึกษาเป็นแบบอย่างที่ดี และนำกิจกรรมการควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่สู่ชุมชนให้ปราศจากมลพิษของบุหรี่

**คำสำคัญ :** รูปแบบกิจกรรม;ควบคุมและป้องกัน; การสูบบุหรี่

### บทนำ

บุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อม การบริโภคบุหรี่มักเริ่มในช่วงวัยรุ่น เด็กและเยาวชนจะเริ่มสูบบุหรี่ด้วยเหตุผลต่างๆ เช่นความอยากรู้อยากเห็นอยากลองการต่อต้านเลียนแบบการสูบบุหรี่ของพ่อแม่และญาติหลังผลิตภัณฑ์จากเพื่อน อยากแสดงว่าตนเองเป็นผู้ใหญ่เป็นต้น จากการวิเคราะห์สถานการณ์การบริโภคยาสูบของประชากรไทย พ.ศ. 2534 - 2549 โดยศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ<sup>1</sup> ระบุว่าแม้จำนวนและอัตราการสูบบุหรี่เป็นประจำของประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไปเปลี่ยนแปลงลดลงจาก 11.67 ล้านคนหรือร้อยละ 30.46 ในปีพ.ศ. 2534 เป็น 9.54 ล้านคนหรือร้อยละ 18.94 ในปีพ.ศ. 2549 แต่เมื่อพิจารณาจำนวนและอัตราการสูบบุหรี่เป็นครั้งคราวกลับพบว่า ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปมีแนวโน้มการสูบบุหรี่เป็นครั้งคราวเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 1.54 ในปี พ.ศ. 2534 เป็นร้อยละ 2.97 ในปี พ.ศ. 2549 ซึ่งให้เห็นว่าผู้สูบบุหรี่เป็นครั้งคราวมีแนวโน้มที่จะพัฒนาไปเป็นผู้สูบบุหรี่เป็นประจำได้ในอนาคตเนื่องจากฤทธิ์เสพติดของบุหรี่ นอกจากนี้ยังพบว่าอายุเฉลี่ยเมื่อเริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรกของผู้ชายน้อย

กว่าผู้หญิง (18 และ 20 ปีตามลำดับ) ถึงแม้พิษภัยการสูบบุหรี่มากขึ้น แต่ยังมีผู้สูบบุหรี่จำนวนมาก เสียชีวิตก่อนวัยอันควรและค่ารักษามูลค่ามหาศาลกับพิษภัยของบุหรี่ในแต่ละปี โดยเฉพาะโรคถุงลมโป่งพองมะเร็ง หลอดเลือดหัวใจ หลอดเลือดสมองพิการ<sup>2</sup> สถาบันการศึกษาด้านการสาธารณสุข จึงมีความสำคัญมาก เนื่องจากเป็นผู้มีบทบาทในการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ดังนั้นจึงควรเป็นตัวอย่างที่ดีและส่งเสริมการไม่สูบบุหรี่ในผู้ป่วย ประชาชน ผู้ใช้บริการสุขภาพ นอกจากนี้มุ่งเน้นให้ความรู้และการฝึกปฏิบัติการช่วยให้คนเลิกบุหรี่แล้ว สถานศึกษาควรเป็นตัวอย่างเรื่องการจัดสิ่งแวดล้อมให้ปลอดบุหรี่

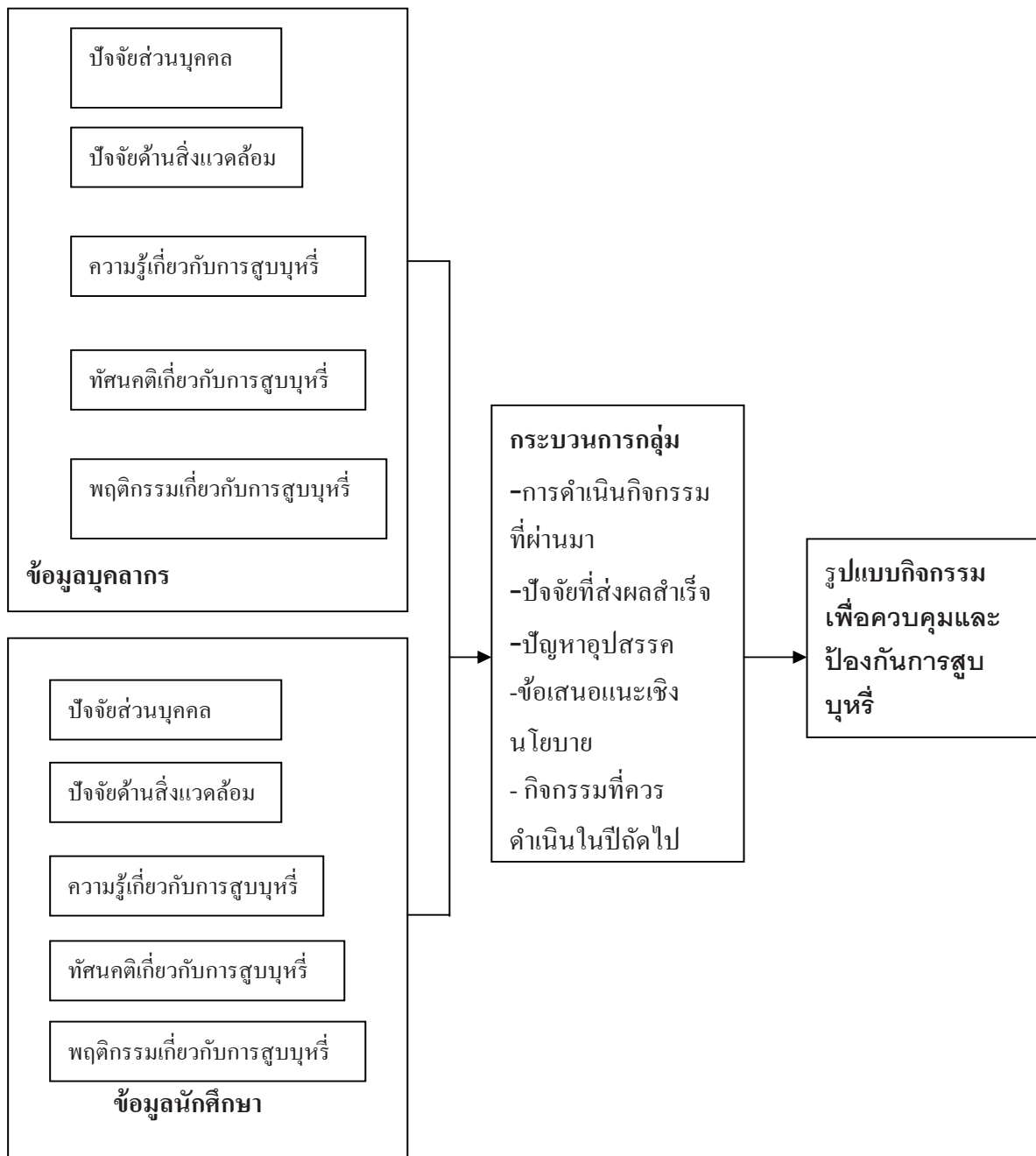
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก เป็นสถาบันการศึกษาที่ผลิตและพัฒนาบุคลากร สังกัดกระทรวงสาธารณสุข มีภารกิจหลักในการจัดการศึกษาสาขาวิชาด้านการสาธารณสุข การพัฒนาบุคลากรสาธารณสุขทั้งผู้บริหารและระดับปฏิบัติการ<sup>3</sup> จากการดำเนินโครงการวิทยาลัยต้นแบบของสถาบันการศึกษาด้านสุขภาพในการแก้ปัญหาบุหรี่และสุขภาพ<sup>4</sup> โครงการสนับสนุนกิจกรรมนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก เพื่อการไม่สูบบุหรี่ตามโครงการกลยุทธ์วิชาชีพทันตแพทย์ในการควบคุมการบริโภคยาสูบ ทันตแพทย์สภา<sup>5,6</sup> พบว่า สามารถจัดกิจกรรมได้อย่างหลากหลายกิจกรรม ขึ้นอยู่กับโครงการที่ได้รับการสนับสนุนซึ่งจะเน้นที่นักศึกษาหลักสูตรใดหลักสูตรหนึ่งโดยสามารถนำกิจกรรมมาประยุกต์ดำเนินการในวิทยาลัยได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษารูปแบบกิจกรรมเพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก โดยมีการศึกษาถึงปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ เพื่อเป็นข้อมูลนำเข้าสู่กระบวนการกลุ่มผลการวิจัยทำให้ได้รูปแบบกิจกรรมในการควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากรและนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก
2. เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะและพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากรและนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก
3. เพื่อศึกษารูปแบบกิจกรรมเพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

กรอบแนวคิดรูปแบบกิจกรรมเพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่



## วิธีการดำเนินงานวิจัย

รูปแบบงานวิจัยเป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ ระยะเวลาการศึกษา ปีการศึกษา 2557 มีขั้นตอนดังนี้

### 1. ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ บุคลากร ที่ทำหน้าที่ อาจารย์ เจ้าหน้าที่ ลูกจ้างประจำและลูกจ้างชั่วคราว ที่ปฏิบัติงานในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 113 คน และนักศึกษา สาขาสาธารณสุขชุมชน สาขาเทคนิคเภสัชกรรม สาขาทันตสาธารณสุข และการแพทย์แผนไทย ชั้นปี 1 และ 3 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 561 คน กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อาจารย์ เจ้าหน้าที่ ลูกจ้างประจำและลูกจ้างชั่วคราว ที่ปฏิบัติงานในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลกและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ได้จำนวน 70 คน และนักศึกษา สาขาสาธารณสุขชุมชน สาขาเทคนิคเภสัชกรรม สาขาทันตสาธารณสุขและการแพทย์แผนไทย ชั้นปี 1 ถึง 3 ในปีการศึกษา 2557 ได้จำนวน 530 คน

### 2. เครื่องมือและวิธีดำเนินการวิจัย

เครื่องมือเป็นแบบสอบถามความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากร จำนวน 1ชุด และนักศึกษา จำนวน 1ชุด ประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 ปัจจัยสิ่งแวดล้อม ส่วนที่ 3 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ส่วนที่ 4 แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ส่วนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญและทดสอบคุณภาพเครื่องมือกับนักศึกษา จำนวน 30 ตัวอย่าง และบุคลากร จำนวน 30 ตัวอย่าง วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดอุบลราชธานี โดยแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากร ค่าความเชื่อมั่น 0.78 แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากร ค่าความเชื่อมั่น 0.86 แบบ

สอบถามพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากร ค่าความเชื่อมั่น 0.87 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของนักศึกษา ค่าความเชื่อมั่น 0.82 แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากร ค่าความเชื่อมั่น 0.79 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ค่าความเชื่อมั่น 0.91 แบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ คือ น้อย ปานกลาง มากและจากผลการวิเคราะห์เป็นข้อมูลนำเข้าสู่กระบวนการกลุ่มเพื่อศึกษากิจกรรมเพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยตัวแทนอาจารย์ 4 ภาควิชาๆ ละ 1 คน รวม 4 คน ลูกจ้างประจำ 1 คน ลูกจ้างชั่วคราว 1 คน ตัวแทนนักศึกษาทุกหลักสูตร 4 หลักสูตรๆ ละ 1 คน รวม 4 คน อาจารย์ผู้สนใจการควบคุมการบริโภคยาสูบ 1 คน และตัวแทนสโมสรนักศึกษา 1 คน รวม 12 คน กระบวนการกลุ่มประกอบด้วยประเด็นในเรื่องของการดำเนินกิจกรรมที่ผ่านมา ปัจจัยที่ส่งผลสำเร็จ ปัญหาอุปสรรคข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและกิจกรรมที่ควรดำเนินในปีถัดไป

3. การวิเคราะห์ข้อมูลสถิติที่ใช้ ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้กระบวนการกลุ่มเป็นเครื่องมือในการศึกษารูปแบบกิจกรรมการควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ การวิเคราะห์ข้อมูลเป็นการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

### ผลการศึกษา

1. ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยสิ่งแวดล้อม เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากรและนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลกดังตาราง 1-4

ตาราง 1 แสดง จำนวนข้อมูลทั่วไปของบุคลากร วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=70)	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	22	31.40
หญิง	48	68.60
<b>ระดับอายุ</b>		
ต่ำกว่า 20 ปี	1	1.40
21-30 ปี	24	34.30
31-40ปี	13	18.60
41-50ปี	22	31.40
51-60 ปี	10	14.30
$\bar{x} = 39.42$ , $Max = 63$ , $Min = 20$ , $S.D = 10.72255$		
<b>ตำแหน่ง</b>		
วิทยากร	15	22.90
พยาบาลวิชาชีพ	4	5.70
เภสัชกร	8	11.40
ทันตแพทย์	8	11.40
นักวิชาการสาธารณสุข	2	2.90
เจ้าพนักงานธุรการ	2	2.90
นักจัดการทั่วไป	1	1.40
เจ้าพนักงานสาธารณสุข	1	1.40
เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข	1	1.00
ลูกจ้างประจำ	25	35.70
ลูกจ้างชั่วคราว	2	2.90
<b>ระดับการศึกษาสูงสุด</b>		
ประถมศึกษา	3	4.30
มัธยมศึกษาตอนต้น	3	4.30
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	6	8.60
ปวส./อนุปริญญา	2	2.90
ปริญญาตรี	31	44.30
ปริญญาโท	21	30.00
ปริญญาเอก	4	5.60

จากตาราง 1 พบว่า เพศหญิง ร้อยละ 68.60 เพศชาย ร้อยละ 31.40 ระดับอายุอยู่ระหว่าง 21-30 ปี ร้อยละ 34.30 ตำแหน่งลูกจ้างประจำ ร้อยละ 35.70 วิทยากร ร้อยละ 22.90 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่ปริญญาตรี ร้อยละ 44.30 ปริญญาโท ร้อยละ 30.00

ตาราง 2 แสดงจำนวน ร้อยละข้อมูลด้านสิ่งแวดล้อมของบุคลากร วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=70)	ร้อยละ
<b>ประวัติการสูบบุหรี่</b>		
ไม่เคยสูบ	58	32.90
สาเหตุที่ไม่เคยสูบบุหรี่		
همین	18	25.70
ไม่มีประโยชน์	22	31.40
มีแต่โทษ	14	20.00
ครอบครัวขอร้อง	1	1.40
เคยสูบและปัจจุบันยังสูบบุหรี่	2	2.90
อายุครั้งแรกของการสูบบุหรี่		
9	1	1.40
19	1	1.40
สาเหตุของการสูบบุหรี่		
ลดความเครียด	1	1.40
ตามเพื่อน	2	2.90
ให้เพื่อนยอมรับ	1	1.40
ตามดารา/ผู้มีชื่อเสียงในสังคม	1	1.40
ชนิดของบุหรี่		
ยาซองมีก้นกรอง	2	2.90
ยาสูบ ไม่มีก้นกรอง	1	1.40
ยาเส้น	1	1.40
ระยะเวลาการสูบ(ปี)		
11	1	1.40
40	1	1.40
เคยสูบบุหรี่แต่ปัจจุบันเลิกแล้ว	10	14.30



ตาราง 2 แสดงจำนวน ร้อยละข้อมูลด้านสิ่งแวดล้อมของบุคลากร วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=70)	ร้อยละ
<b>ลักษณะการได้รับข้อมูลข่าวสาร</b>		
ทีวี	63	90.00
วิทยุ	29	41.40
โปสเตอร์	42	60.00
แผ่นพับ	41	58.60
ป้ายโฆษณา	42	60.00
ป้ายประชาสัมพันธ์ภายนอกวิทยาลัย	31	44.30
หนังสือพิมพ์หรือแมกกาซีน	24	34.30
ป้ายประชาสัมพันธ์ภายในวิทยาลัย	28	40.00
หอกระจายเสียงภายในวิทยาลัย	13	18.50
การประชุม/อบรมภายในวิทยาลัย	13	18.50
กิจกรรมรณรงค์บูรีภายในวิทยาลัย	29	41.40
<b>จำนวนที่สูบบุหรี่(มวนต่อวัน)</b>		
10	1	1.40
15	1	1.40
<b>ความต้องการเลิกเกี่ยวกับบูรี</b>		
ต้องการเลิก	1	1.40
ไม่ต้องการเลิก	1	1.40

จากตาราง 2 พบว่า บุคลากรไม่เคยสูบบุหรี่ ร้อยละ 32.90 สาเหตุของการไม่สูบบุหรี่ คือ ไม่มีประโยชน์ ร้อยละ 31.40 เหม็น ร้อยละ 25.70 มีแต่โทษ ร้อยละ 20.00 เคยสูบบุหรี่และปัจจุบันยังสูบบุหรี่ ร้อยละ 2.90 อายุครั้งแรกของการสูบบุหรี่ อายุ 9 ปี และ 19 ปี สาเหตุของการสูบบุหรี่ ตามเพื่อน ร้อยละ 2.90 ลดความเครียด ให้เพื่อนยอมรับ ตามดารา/ผู้มีชื่อเสียงในสังคม ร้อยละ 1.40 เท่ากัน ชนิดของบูรี เป็นยาของมีกักรอง ร้อยละ 2.90 ยาฉุนไม่มีกักรองและยาเส้น ร้อยละ 1.40 ระยะเวลาการสูบบุหรี่ 11 ปี และ 40 ปี เคยสูบบุหรี่แต่ปัจจุบันเลิกแล้ว ร้อยละ 14.30 ลักษณะการได้รับข้อมูลข่าวสาร จากทีวี ร้อยละ 90 ป้ายโฆษณา ร้อยละ 60.00 และ โปสเตอร์ ร้อยละ 60.00 แผ่นพับ ร้อยละ 58.60 ป้ายประชาสัมพันธ์ภายนอกวิทยาลัย ร้อยละ 44.30 กิจกรรมรณรงค์บูรีภายในวิทยาลัย ร้อยละ 41.40 วิทยุ ร้อยละ 41.40 ป้ายประชาสัมพันธ์ภายในวิทยาลัย ร้อยละ 40.00 จำนวนที่สูบบุหรี่ 10 มวนต่อวัน ร้อยละ 1.40 จำนวน 15 มวนต่อวัน ร้อยละ 1.40 ต้องการเลิกและไม่ต้องการเลิก ร้อยละ 1.40 เท่ากัน

ตาราง 3 แสดงจำนวน ร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=530)	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	118	22.30
หญิง	412	77.70
<b>ระดับอายุ</b>		
ต่ำกว่า 20 ปี	394	74.30
21-30 ปี	112	21.10
31-40ปี	20	3.80
มากกว่า 41ปีขึ้นไป	4	0.80
$\bar{x} = 20.72$ , Max= 43 , Min= 18 , S.D = 3.964		
<b>ทุน</b>		
ทั่วไป(จบชั้นมัธยมศึกษาที่ 6)	442	83.30
ลูกจ้าง	12	2.30
อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน	47	8.90
สมเด็จพระย่า	29	5.50

จากตาราง 3 พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 77.70 ระดับอายุส่วนใหญ่ ต่ำกว่า 20 ปี ร้อยละ 74.30 ทุนส่วนใหญ่เป็นทุนทั่วไป (จบชั้นมัธยมศึกษาที่ 6) ร้อยละ 83.30

ตาราง 4 แสดงจำนวน ร้อยละ ข้อมูลด้านสิ่งแวดล้อมของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=530)	ร้อยละ
<b>ประวัติการสูบบุหรี่</b>		
ไม่เคยสูบ	506	95.50
<b>สาเหตุที่ไม่เคยสูบบุหรี่</b>		
ตามเพื่อน	19	3.60
เพื่อให้เพื่อนยอมรับ	24	4.50
همین	275	51.30
ไม่มีประโยชน์	311	58.30
มีแต่โทษ	257	48.50
ครอบครัวขอร้อง	45	8.50
ปัญหาสุขภาพ	167	31.50
ราคาบุหรี่	54	10.20
<b>เคยสูบและปัจจุบันยังสูบบุหรี่</b>	7	1.30
<b>สาเหตุของการสูบบุหรี่</b>		
ลดความเครียด	4	0.80
ตามเพื่อน	4	0.80
แก้วุ่นนอน	1	0.20
<b>ระยะเวลาการสูบ (ปี)</b>		
1	1	0.20
3	2	0.40
4	1	0.20
5	2	0.40
6	1	0.20
<b>เคยสูบบุหรี่แต่ปัจจุบันเลิกแล้ว</b>	17	3.20
<b>จำนวนที่สูบบุหรี่(มวนต่อวัน)</b>		
2	1	0.20
3	1	0.20
5	3	0.60
6	2	0.40
<b>ความต้องการเลิกบุหรี่ (n=7)</b>		
ต้องการ	4	0.80
ไม่ต้องการ	3	0.60

จากตาราง 4 พบว่า นักศึกษาไม่เคยสูบบุหรี่ ร้อยละ 95.50 สาเหตุที่ไม่สูบบุหรี่ เนื่องจากไม่มีประโยชน์ ร้อยละ 58.70 เหม็น ร้อยละ 51.90 มีแต่โทษ ร้อยละ 48.50 เคยสูบและปัจจุบันยังสูบอยู่ ร้อยละ 1.30 สาเหตุของการสูบบุหรี่ ลดความเครียดและตามเพื่อน ร้อยละ 0.80 แก้ง่วงนอน ร้อยละ 0.20 ระยะเวลาการสูบจำนวน 3 ปี ร้อยละ 0.40 จำนวน 5 ปี ร้อยละ 0.40 จำนวน 1,4 และ 6 ปี ร้อยละ 0.20 เท่ากันเคยสูบบุหรี่แต่ปัจจุบันเลิกแล้ว ร้อยละ 3.20 ส่วนใหญ่จำนวนที่สูบบุหรี่ 5 มวนต่อวัน ร้อยละ 0.60 ต้องการเลิก ร้อยละ 0.80 ไม่ต้องการ ร้อยละ 0.60

2. เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะและพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากรและนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

จากการศึกษา พบว่า บุคลากรมีระดับความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 70.00 ระดับทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ส่วนใหญ่อยู่ระดับมาก ร้อยละ 95.70 และ พฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ส่วนใหญ่อยู่ระดับปานกลาง ร้อยละ 57.10 และนักศึกษามีระดับความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ในระดับมาก ร้อยละ 68.90 ระดับทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 77.40 พฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 59.10 แสดงดังตาราง 5 และ 6

ตาราง 5 แสดงจำนวน ร้อยละความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของบุคลากร วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=70)	ร้อยละ
<b>ความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่</b>		
น้อย	1	1.40
ปานกลาง	20	28.60
มาก	49	70.00
<b>ทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่</b>		
ปานกลาง	3	4.30
มาก	67	95.70
<b>พฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่</b>		
น้อย	1	1.40
ปานกลาง	40	57.10
มาก	29	41.40

ตาราง 6 แสดงจำนวน ร้อยละ ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=530)	ร้อยละ
<b>ความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่</b>		
น้อย	42	7.90
ปานกลาง	123	23.20
มาก	365	68.90
<b>ทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่</b>		
น้อย	2	0.40
ปานกลาง	118	22.30
มาก	410	77.40
<b>พฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่</b>		
น้อย	16	3.00
ปานกลาง	201	37.90
มาก	313	59.10

3. เพื่อศึกษารูปแบบกิจกรรมเพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ ของบุคลากรและนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

จากการนำผลการศึกษาที่ได้จากการวิเคราะห์นำเข้าสู่กระบวนการกลุ่ม พบว่า รูปแบบกิจกรรมในการควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ พบว่า การดำเนินกิจกรรมที่ผ่านมา คือ ประมาณ 1 ปีที่ผ่านมา ทำให้นักศึกษา และบุคลากรมีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ที่เพิ่มขึ้น การวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จที่สำคัญ คือ วิทยาลัย ผู้บริหาร คณาจารย์ นักศึกษา ให้ความสนใจ ปัญหา/อุปสรรคที่พบ ได้แก่ ช่วงเวลา การทำให้ผู้สูบบุหรี่เลิก/ลดการสูบบุหรี่ ข้อมูลข่าวสาร นักศึกษาไม่มีเวลา ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย พบว่า การดำเนินกิจกรรมที่ผ่านมา ควรดำเนินการต่อไป โดยได้รับความร่วมมือทุกภาคส่วน ได้แก่ ผู้อำนวยการผู้บริหารศึกษา บุคลากรและนักศึกษา กิจกรรม

เพื่อควบคุมและป้องกันการสูบบุหรี่ ที่ควรดำเนินการในปีถัดไปทั้งภายในและภายนอกวิทยาลัย ได้จำนวน 18 กิจกรรม ดังนี้ **กิจกรรมที่ 1** การประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์และวางแผนดำเนินการ **กิจกรรมที่ 2** การเดินรณรงค์/แจกสื่อประชาสัมพันธ์/หน่วยงานราชการ ประชาชน และนักเรียน วันบุหรี่โลก 31 พฤษภาคม ของทุกปี **กิจกรรมที่ 3** การให้ความรู้และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องโทษพิษภัยของบุหรี่ ในวันปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ **กิจกรรมที่ 4** การให้สุขศึกษารายบุคคลกับนักศึกษาระดับประถมศึกษา/มัธยมศึกษาตอนต้น **กิจกรรมที่ 5** การให้สุขศึกษารายกลุ่มกับผู้มารับบริการทันตกรรม (ผู้ป่วยและญาติ) และแพทย์แผนไทย **กิจกรรมที่ 6** การจัดบอร์ด แผ่นพับ ประชาสัมพันธ์โทษพิษภัยบุหรี่ **กิจกรรมที่ 7** การให้ความรู้เรื่องโทษพิษภัยและผลกระทบบุคคลที่สูบบุหรี่ ในการออกชุมชน/โรงเรียน **กิจกรรมที่ 8**

การจัดบอร์ด/ป้าย/แผ่นพับ ประชาสัมพันธ์เรื่อง โทษพิษภัยของบุหรี่ ในวิทยาลัย กิจกรรมที่ 9 การเดินรณรงค์เรื่องโทษพิษภัยของบุหรี่ในกิจกรรมกีฬา กีฬา กิจกรรมที่ 10 การประชาสัมพันธ์หอกระจายข่าว เรื่องโทษพิษภัยของบุหรี่ภายในวิทยาลัย กิจกรรมที่ 11 การสอดแทรกเนื้อหาโทษพิษภัยของบุหรี่ ในรายวิชาหลักสูตร กิจกรรมที่ 12 กิจกรรม No No กระต่ายขาเดียว กิจกรรมที่ 13 การประชาสัมพันธ์ กิจกรรมนักศึกษาเพื่อการควบคุมการบริโภค ยาสูบใน website กิจกรรมที่ 14 การจัดทำ ไลน์เดินรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ที่พาอุดมศึกษา จังหวัดพิษณุโลก กิจกรรมที่ 15 การจัดตั้งชมรม การควบคุมการบริโภคยาสูบ กิจกรรมที่ 16 การอบรมแกนนำนักศึกษาเพื่อการควบคุมการ บริโภคยาสูบ กิจกรรมที่ 17 การเดินรณรงค์/แจก สื่อประชาสัมพันธ์ภายใน กิจกรรมที่ 18 กิจกรรม ถอดบทเรียนเพื่อสรุปผลการดำเนินโครงการ

### สรุปและอภิปรายผลการศึกษา

บุคลากรมีระดับความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ส่วนใหญ่ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 70.00 ระดับทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ส่วนใหญ่อยู่ระดับมาก ร้อยละ 95.70 และ พฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ส่วนใหญ่อยู่ระดับปานกลาง ร้อยละ 57.10 และระดับมาก ร้อยละ 41.40 เนื่องจากเป็นบุคลากรที่ทำงาน ในกระทรวงสาธารณสุข จึงมีความรู้ ความเข้าใจ และทัศนคติที่ดี ต่อการควบคุมและป้องกันการ บริโภคบุหรี่ รวมไปถึงวิทยาลัยได้จัดกิจกรรมการ ควบคุมการบริโภคยาสูบอย่างต่อเนื่อง และเป็น วิทยาลัยปลอดบุหรี่ แต่ในเรื่องของพฤติกรรมเกี่ยว กับการสูบบุหรี่ ยังจำเป็นต้องให้ความรู้ สร้างความ เข้าใจ ให้แรงสนับสนุนทางสังคม การควบคุมและ ป้องกันให้มากขึ้น รวมไปถึงกฎระเบียบในเรื่อง ของการไม่สูบบุหรี่ในสถานศึกษาหรือหน่วยงาน ราชการ สอดคล้องกับประภคิต วาทีสาชกกิจ<sup>7</sup> ที่ได้

เสนอแนวทางการออกกฎหมายเพื่อควบคุมการสูบ บุหรี่ ส่วนใหญ่เป็นที่ยอมรับในที่สาธารณะ ส่วนในที่ ทำงานได้รับการยอมรับน้อยลงและสุพรรณิ ปานดี<sup>8</sup> ที่พบว่า การให้แรงจูงใจในการป้องกันโรคและแรง สนับสนุนทางสังคมเพื่อพฤติกรรมลดการสูบบุหรี่ ทำให้การปฏิบัติตัวดีขึ้น

นักศึกษามีระดับความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ในระดับ มาก ร้อยละ 68.9 ระดับทัศนคติเกี่ยวกับการสูบ บุหรี่ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 77.4 พฤติกรรม เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 59.1 ระดับปานกลาง ร้อยละ 37.9 เนื่องจากวิทยาลัย ได้จัดกิจกรรมการรณรงค์/ประชาสัมพันธ์ ทั้งใน บริเวณวิทยาลัย หอพักนักศึกษา มีกฎระเบียบ ห้ามสูบบุหรี่ในสถานศึกษาและสถานบริการด้าน สาธารณสุข สอดแทรกไว้ในการเรียนการสอน และ นักศึกษาเป็นบุคลากรทางด้านสาธารณสุข จึงส่งผล ให้มีระดับความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการ สูบบุหรี่ที่ดี สอดคล้องกับประภคิต วาทีสาชกกิจ<sup>7</sup> ที่ได้กล่าวว่า การออกกฎหมายเพื่อควบคุมการสูบ บุหรี่ เด็กและเยาวชนต้นตอในพิษภัยการสูบบุหรี่ กันมากขึ้น และสุพรรณิ ปานดี<sup>8</sup> ที่พบว่า การ ประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรคและ แรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อพฤติกรรมลดการสูบ บุหรี่ ทำให้การปฏิบัติในการเลิกบุหรี่ดีขึ้น

จากผลกระบวนการกลุ่ม พบว่า การดำเนิน กิจกรรมที่ผ่านมา คือ ประมาณ 1 ปีที่ผ่านมา ทำให้นักศึกษา และบุคลากรมีความรู้ ทัศนคติและ พฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ที่เพิ่มขึ้น ดังนั้น กิจกรรมต่างๆ จึงควรมีการดำเนินการควบคุมการ บริโภคยาสูบอย่างต่อเนื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความ สำเร็จที่สำคัญ คือ วิทยาลัย ผู้บริหาร คณาจารย์ ที่มีความสนใจ และนักศึกษา จึงจำเป็นต้องร่วม ดำเนินการ สนับสนุน/ส่งเสริม ให้ความร่วมมือ ซึ่งกันและกัน จึงจะทำให้การควบคุมการบริโภค ยาสูบประสบความสำเร็จและปัญหา/อุปสรรคที่พบ ได้แก่ ช่วงเวลา การทำให้ผู้สูบบุหรี่เลิก/ลดการ

สูบบุหรี่ ข้อมูลข่าวสาร นักศึกษาไม่มีเวลา เนื่องจากต้องใช้เวลากับการเรียน และกิจกรรมนักศึกษาอื่นๆ เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลถึงการดำเนินกิจกรรมการควบคุมการบริโภคยาสูบ

#### ข้อเสนอแนะ

1. การดำเนินกิจกรรมที่ผ่านมา ควรดำเนินการต่อไปโดยควรได้รับความร่วมมือทุกภาคส่วน ได้แก่ ผู้อำนวยการ ผู้บริหารศึกษา บุคลากรและนักศึกษารวมไปถึงประชาชน เด็กหรือเยาวชนต่างๆ สิ่งที่สำคัญคือการได้รับทุนสนับสนุนจากหน่วยงานภายนอกอย่างต่อเนื่อง

2. จากกิจกรรม 18 กิจกรรม ที่ควรดำเนินการทั้งภายในและภายนอกวิทยาลัย ในการควบคุมการบริโภคยาสูบนั้น จำเป็นต้องพิจารณาถึงความเหมาะสม ในเรื่องของ บุคคล เวลา และสถานที่ ดำเนินกิจกรรม ซึ่งต้องสอดคล้องกับบุคลากรและนักศึกษาในการมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม รวมไปถึงพิจารณาปัญหา/อุปสรรค ที่พบมาร่วมประกอบการดำเนินการ

#### เอกสารอ้างอิง

- 1 ศรัณญา เบญจกุล, มณฑา เก่งการพานิช, ลักษณ์ เดิมศิริกุลชัยและคณะ. *สถานการณ์การบริโภคยาสูบของประชากรไทยพ.ศ. 2534-2549*. กรุงเทพฯ: เจริญดีมีนังการพิมพ์; 2550.
- 2 มูลนิธิธรรมากรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่. *ข้อมูลต้องรู้อันตรายที่ได้รับจากควันบุหรี่*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิธรรมากรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่; 2553.
- 3 กลุ่มกิจการนักศึกษา. *คู่มือนักศึกษา*. วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก. พิษณุโลก; 2553.
- 4 สมตระกูล ราศิริและคณะ, *โครงการวิทยาลัยต้นแบบของสถาบันการศึกษาด้านสุขภาพในการแก้ปัญหาบุหรี่และสุขภาพ*. วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรจังหวัดพิษณุโลก: พิษณุโลก; 2551.
- 5 ศักดา ไชยวงศ์และคณะ. *โครงการสนับสนุนกิจกรรมนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก เพื่อการไม่สูบบุหรี่ตามโครงการกลยุทธ์วิชาชีพทันตแพทย์ในการควบคุมการบริโภคยาสูบ ทันตแพทย์สภา*. วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก : พิษณุโลก; 2551.
- 6 ศักดา ไชยวงศ์และคณะ. *โครงการสนับสนุนกิจกรรมนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก เพื่อการไม่สูบบุหรี่ตามโครงการกลยุทธ์วิชาชีพทันตแพทย์ในการควบคุมการบริโภคยาสูบ ทันตแพทย์สภา*. วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก : พิษณุโลก; 2553.
- 7 ประกิต วาทีสาธกกิจ. *กลยุทธ์ในการรณรงค์ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสังคมศึกษาเฉพาะกรณีการดำเนินงานของโครงการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่*. การทบทวนและวิเคราะห์

- ทิศทางการวิจัยการควบคุมยาสูบของประเทศไทย (หน้า 41). กรุงเทพฯ: เจริญดีมีน้คงการพิมพ์; 2540.
- 8 สุพรรณดี ปานดี. *การประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรคและแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อพฤติกรรม  
การเลิกสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3 จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. วิทยานิพนธ์วทม. (สาขารณสุข  
ศาสตร์), มหาวิทยาลัยมหิดล; 2542.