

การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัย
เอกชนแห่งหนึ่งของกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562

An Assessment of Health Status for Health Promotion of the lecturer
in one private University of Bangkok, Thailand B.E 2562

บุญช่วย ศิริเลี้ยง, นวลศรี สมณะช่างเผือก และสุวารี วงศ์โรจนานันท์

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้คือ 1. เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งของเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 2. เพื่อนำข้อมูลมาเป็นพื้นฐานในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ในพื้นที่ดังกล่าวและ/หรือขยายผลไปดำเนินการในพื้นที่อื่นต่อไป ซึ่งการวิจัยเป็นแบบเชิงสำรวจ (Survey research) โดยใช้แบบประเมินที่กระทรวงสาธารณสุขได้สร้างขึ้นมาเพื่อใช้ในการประเมินภาวะสุขภาพของประชาชนทั่วไปในพื้นที่ต่างๆหรือแม้กระทั่งในสถาบัน/หน่วยงานเพื่อให้ทราบถึงภาวะสุขภาพของบุคคลในขณะนั้นแล้วนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้เกิดการมีสุขภาพดีต่อไป การวิจัยนี้สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้จำนวนทั้งสิ้น 88 คน ซึ่งใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) เป็นกลุ่มบุคคลที่คาดว่าจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพดีกว่าประชาชนโดยทั่วไปอีกด้วย การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยมีสถิติที่ใช้ในการแปลผลการวิจัย คือ ค่าร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ย (X) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation- S.D.) ทั้งนี้มีผลของการวิจัยดังนี้คือ ข้อมูลทั่วไปด้านสังคมประชากรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าส่วนใหญ่กว่าครึ่งหนึ่งเป็นเพศหญิง ส่วนมากกว่าครึ่งมีอายุอยู่ในวัยผู้สูงอายุ (60-75) และส่วนมากการศึกษาอยู่ในระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวนบุตร เฉลี่ย 2 คน ร้อยละ 100.0 ปัจจุบันยังทำงานอยู่ ในรอบหนึ่งปีที่ผ่านมาไม่เคยเจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุใดๆจนต้องทำให้หยุดงาน แต่ครั้งๆเคยเจ็บปวดตามอวัยวะบริเวณต่างๆจากหัวจรดเท้า น้อยกว่า 6 ครั้งและมากกว่า 6-12 ครั้ง และร้อยละ 48.8 เป็นบุคคลที่มีโรคประจำตัวโดยเฉพาะกลุ่มโรคไม่ติดต่อ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง เก๊าท์ และอื่นๆ ทั้งนี้ในกลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัวดังกล่าวร้อยละ 32.8 เป็นผู้ที่มาจากครอบครัวที่มีประวัติเป็นโรคในกลุ่มโรคที่ไม่

ติดต่อกันด้วย ส่วนด้านพฤติกรรมสุขภาพและการประเมินตนเองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าโดยรวมแล้วแม้จะมีโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นโรคประจำตัวเป็นส่วนใหญ่แต่ก็มีพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดี และประเมินตนเองว่ามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ในระดับค่อนข้างดีเป็นส่วนใหญ่ และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับดี

จากผลการวิจัยนี้มีข้อเสนอแนะว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะในระดับมหาวิทยาลัยและสาธารณสุขในท้องถิ่นควรมีการทบทวนแนวทางการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของบุคคลเพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถเป็นตัวอย่างที่ดีในด้านพัฒนาสุขภาพของประชาชนอย่างแท้จริง

คำสำคัญ: การประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ, อาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร

ABSTRACT

This survey research aims to study 1. Assessment of Health Status for Health Promotion of the lecturer in one private university, Thailand B.E 2562 2. To be used the result of this research to do health promotion for the lecturer in especially the university. Using the questionnaires initiated by the ministry of public health that mixed data together between quantitative data and qualitative data within the same questionnaire. The sample was 88 of people in the university by purposive sampling technique.

The results showed that most of the respondents were female (57.58 %) and more than half of them were the elderly (60-75 years of age), 100 % still working and 48.8 % is the person have no any diseases. But only some of them came from the family without any diseases (32.8 %) too. For the health behavior and self assessment found that mostly be healthy. And for their health behaviors mostly of the correspondences were good behavior especially trying to take good food for good health and always do an exercise properly. For self health assessment mostly they considered themselves were good enough on health and suitable health behaviors in the good level.

This research results suggested that related sectors should be focused more concern on the discipline and the university or health sectors should do health status assessment of the people in each area properly to be used the results for health promotion practices.

Keywords : Assessment of Health Status for Health Promotion of the lecturer in one private university, Thailand

บทนำ (ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา)

สุขภาพ (Health) หมายถึง ภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ(จิตวิญญาณ) รวมถึงการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข และมีได้หมายความเฉพาะเพียงแต่ความปราศจากโรคหรือความพิการทุพพลภาพเท่านั้น [Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.” (WHO, 1946)] ต่อมาในที่ประชุมองค์การสุขภาพโลกเมื่อเดือนพฤษภาคม 2541 ได้เพิ่ม สุขภาวะด้านจิตวิญญาณเข้ามาอีก และปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้วิถีชีวิตของคนไทยเปลี่ยนแปลงไป เช่น การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน หรือการทำงานอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพซึ่งส่งผลกระทบต่อสภาวะสุขภาพของประชาชน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (<http://www.thaihealth.or.th/microsite/categories/5/ncds/2/173/176>) ให้ข้อมูลว่าประเทศไทยมีภาระจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)ในสัดส่วนที่สูงกว่านานาชาติ โดยเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตถึง 300,000 กว่ารายในปี พ.ศ. 2552 หรือ คิดเป็น 73% ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ประเทศไทยมีสถิติการเสียชีวิตและผลกระทบจากกลุ่มโรค NCDs มากกว่าทั้งโลก และจากผลการสำรวจในปี พ.ศ. 2552 กับกลุ่มเป้าหมายประชากรไทยวัยผู้ใหญ่ พบว่า 21.4% เป็นโรคความดันโลหิตสูง และที่น่าเป็นห่วงคือ อัตราการรับรู้ว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง พบว่า 56.7% ที่รู้ตัว และมีเพียง 27.1% ที่สามารถควบคุมภาวะน้ำตาลในเลือดได้ มีจำนวน 19.4% หรือเกือบ 9 ล้านคน มีภาวะไขมันคลอเรสเตอรอลสูง โดยผู้หญิงมีความชุกมากกว่าผู้ชาย และในปี 2552 ประชากรไทยเกือบ 1 ใน 3 เข้าข่ายภาวะน้ำหนักเกิน ส่วนอีก 8.5% เข้าข่ายโรคอ้วนโดยพบว่า มีสัดส่วนผู้ที่เป็นโรคอ้วนในช่วง 20 ปี ที่ผ่านมากลับเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง(ปี 2535-2552) ถึง 4 เท่า และหากจะทำให้คนไทยมีสุขภาวะที่ยั่งยืนปราศจากปัญหาสุขภาพดังกล่าวแล้ว อันหมายถึง ทำคนไทยมีสุขภาวะดีครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ กาย จิต สังคม และปัญญาหรือจิตวิญญาณ อันได้แก่

1. สุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียง มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุต่างๆ เป็นต้น

2. สุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข มีการผ่อนคลาย ไม่เครียด ปลอดโปร่งคล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น

3. สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดีของคนในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงานในสังคม ในโลก ซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดี และมีสันติภาพ มีความน่าอยู่ เป็นต้น

4. สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ) หมายถึง ความสุขอันประเสริฐที่เกิดจากมีจิตใจสูง เข้าถึงความจริงทั้งหมด ลดละความเห็นแก่ตัว มุ่งเข้าถึงสิ่งสูงสุด ซึ่งหมายถึง พระนิพพาน หรือพระผู้เป็นเจ้าของ หรือความดีสูงสุด สุดแล้วแต่ความเชื่อที่แตกต่างกันของแต่ละคน

จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทราบถึงสภาวะสุขภาพหรือสุขภาวะของอาจารย์ให้แน่ชัดเสียก่อนจึงจะสามารถวางแผนงานในการดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยต่อไปได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562

2. เพื่อนำข้อมูลมาเป็นพื้นฐานในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่เป้าหมายของการวิจัยนี้ และ/หรือขยายเป็นแนวทางการดำเนินงานการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่อื่นๆต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบรวม (Mixed data) โดยมีทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative data) และเชิงคุณภาพ (Qualitative data) โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

ด้านเนื้อหา การวิจัยนี้ได้ดำเนินการเก็บข้อมูลภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ อาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวนราว 800 คน
กลุ่มตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่าง เป็นบุคลากรในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งโดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive selection) แต่ละคนใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข

เครื่องมือวิจัย / วิธีการรวบรวมข้อมูล

แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพเป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นแบบซักประวัตินี้เป็นการประเมินภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพร่วมกับการตรวจร่างกาย เพื่อค้นหาปัญหาสุขภาพที่เรื้อรังและสามารถให้คำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันโรคหรือภาวะแทรกซ้อนของโรคที่เป็นอยู่ ส่งเสริมให้เกิดการมีสุขภาพ และคุณภาพชีวิตที่ดี เพื่อการดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข โดยแบบประเมินจะแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ

การวิเคราะห์ข้อมูล หลังเก็บรวบรวมข้อมูลแล้วนำมาแจกแจงความถี่และจำแนกประเภทของแต่ละข้อคำถามในแบบซักประวัติแล้วบันทึกข้อมูลในคอมพิวเตอร์ตามรหัสที่ได้ระบุไว้ในแบบประเมินดังกล่าวเพื่อนำไปวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ SPSS+

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อประเมินภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้คือ 1. เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2562 2. เพื่อนำข้อมูล

มาเป็นพื้นฐานในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ตำบลดังกล่าวและ/หรือขยายผลไปดำเนินการในพื้นที่อื่นต่อไป ซึ่งการวิจัยเป็นแบบเชิงสำรวจ (Survey research) โดยใช้แบบประเมินที่กระทรวงสาธารณสุขได้สร้างขึ้นมาเพื่อใช้ในการประเมินภาวะสุขภาพของประชาชนทั่วไปในพื้นที่ต่างๆหรือแม้กระทั่งในสถาบัน/หน่วยงานเพื่อให้ทราบถึงภาวะสุขภาพของบุคคลในขณะนั้นแล้วนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้เกิดการมีสุขภาพดีต่อไป การวิจัยนี้สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้จำนวนทั้งสิ้น 88 คน ซึ่งใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยมีสถิติที่ใช้ในการแปลผลการวิจัย คือ ค่าร้อยละ(%) ค่าเฉลี่ย (X) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation- S.D.) ทั้งนี้มีผลของการวิจัยดังนี้คือ ข้อมูลทั่วไปด้านสังคมประชากรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 57.58) ส่วนมากกว่าครึ่งมีอายุอยู่ในวัยผู้สูงอายุ (60-75 ปี) ร้อยละ 69.7 ในรอบหนึ่งปีที่ผ่านมาไม่เคยเจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุใดๆจนต้องทำให้หยุดงาน แต่ครั้งๆเคยเจ็บปวดตามอวัยวะบริเวณต่างๆจากหัวจรดเท้า น้อยกว่า 6 ครั้งและมากกว่า 6-12 ครั้ง และส่วนน้อยเป็นบุคคลที่มีโรคประจำตัวโดยเฉพาะกลุ่มโรคไม่ติดต่อ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง เก๊าท์ และอื่นๆ กลุ่มตัวอย่างมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเนื่อง ฝึกสมาธิ และร้อยละ 84.8 ได้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีมีประโยชน์เพื่อการมีสุขภาพที่ดี แต่ก็มีความสุขและความพึงพอใจในการทำงาน(ร้อยละ 72.7) อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างยังต้องการบางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ชีวิตดีขึ้นและมีความสุข(ร้อยละ 66.7) ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างได้มีการประเมินตนเองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ พบว่า โดยรวมตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ในระดับดี และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับดีมาก

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบรวม (Mixed research) โดยมีทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative data) และเชิงคุณภาพ(Qualitative data)โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพที่เป็นมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข พบว่า การวิจัยนี้สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้จำนวนทั้งสิ้น 88 คน ซึ่งใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยมีสถิติที่

ใช้ในการแปลผลการวิจัย คือ ค่าร้อยละ(%) ค่าเฉลี่ย (X) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation- S.D.) ทั้งนี้มีผลของการวิจัยดังนี้คือ ข้อมูลทั่วไปด้านสังคมประชากรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 57.58) ส่วนมากกว่าครึ่งมีอายุอยู่ในวัยผู้สูงอายุ (60-75) และส่วนมาก การศึกษาอยู่ในระดับต่ำกว่าปริญญาเอก จำนวนบุตร เฉลี่ย 2 คน ร้อยละ 69.7 ในรอบหนึ่งปีที่ผ่านมาไม่เคย เจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุใดๆจนต้องทำให้หยุดงาน แต่ครั้งๆเคยเจ็บปวดตามอวัยวะบริเวณต่างๆจากหัวจรด เท้า น้อยกว่า 6 ครั้งและมากกว่า 6-12 ครั้ง ซึ่งจากข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างนี้จะเห็นว่า น่าจะมีผลต่อ ประสิทธิภาพในการทำงานตามบทบาทหน้าที่ของกลุ่มตัวอย่าง

ด้านพฤติกรรมสุขภาพและการประเมินตนเองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ พบว่า ส่วนมาก(ร้อยละ 78.8) มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง ฝึกสมาธิ และร้อยละ 84.8 ได้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีมี ประโยชน์เพื่อสุขภาพที่ดี แต่ก็มีความสุขและความพึงพอใจในการทำงาน(ร้อยละ 72.7) อย่างไรก็ตาม กลุ่มตัวอย่างยังต้องการบางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ชีวิตดีขึ้นและทำให้ชีวิตตนมีความสุข (ร้อยละ 66.7) ทั้งนี้กลุ่ม ตัวอย่างได้มีการประเมินตนเองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ พบว่า โดยรวมตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ ในระดับดีเป็นส่วนใหญ่ และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับดี ซึ่งกันตรงกันข้าม กับงานวิจัยของสุธาสิณี ศรีนุ่นและคณะ ในการวิจัยเรื่อง ภาวะสุขภาพและความต้องการด้านสุขภาพของ ประชาชน กรณีศึกษาชุมชนในเขตเทศบาลเมืองคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี พบว่า ประชาชนส่วนใหญ่มีโรค ประจำตัวเป็นโรคเรื้อรังไม่ติดต่อ ประเมินตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ในระดับค่อนข้างน้อยเป็น ส่วนใหญ่ และเห็นว่าตนเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอยู่ในระดับปานกลาง (วารสารสาธารณสุข ศาสตร์ ปีที่ 47 ฉบับที่ 1 / 2560) จากผลการวิจัยนี้มีข้อเสนอแนะว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการเอาใจใส่ ในการดูแลสุขภาพเพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถเป็นตัวอย่างที่ดีในด้านพัฒนา สุขภาพของประชาชนอย่างแท้จริงและควรดำเนินการสำรวจภาวะสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ต่างๆเป็น ระยะเวลาปีละ 1 หรือ 2 ครั้งเป็นอย่างน้อยเพื่อนำผลไปกำหนดเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพต่อไป

บรรณานุกรม

- ชลลดา ไชยกุลวัฒนา. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ . วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล 2552
- ดวงพร สุตสุนทร. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคอาหารของบุคลากรทางการแพทย์โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า. วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 2546.
- ฉนวนวรรณ อิมสมบูรณ์. พฤติกรรมสุขภาพและการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. เอกสารการสอนชุดวิชาสุขภาพศึกษาและการประชาสัมพันธ์งานสาธารณสุข. หน่วยที่ 1-8. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. 2546.
- ฉนวนวรรณ อิมสมบูรณ์. คู่มือการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในงานสาธารณสุข กองสุขศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, กรุงเทพฯ 2559.
- นันทน์ภัส ขอบชื่นกมล, ภาวะสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลอภัยภูเบศรแม่ฮ่องสอน รายงานการวิจัย 2559.
- .นิรมล อินทฤทธิ์ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศรจังหวัดปราจีนบุรี วิทยานิพนธ์ปริญญาโท จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2557
- บุญช่วย ศิริเลี้ยง และคณะ การประเมินสภาวะสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ตำบลไทยवास อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม พ.ศ. 2561, งานวิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี 2561
- ประเวศ วะสี. บนเส้นทางใหม่การส่งเสริมสุขภาพอภิวัดชีวิตและสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 2. สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, กรุงเทพฯ. 2551
- ประเวศ วะสี ทฤษฎีใหม่ทางการแพทย์ สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, กรุงเทพมหานคร.2557
- ประสิทธิ์ กล้าหาญ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์, มหาวิทยาลัยมหิดล. 2557
- ปณิธาน หล่อเลิศวิทย์ นิยามศัพท์การส่งเสริมสุขภาพฉบับปรับปรุงพ.ศ.2541. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, กรุงเทพฯ.
- ไพโรจน์ พรหมพันธ์ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของคณงานโรงงานอุตสาหกรรมจังหวัดนครราชสีมา . วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล. 2551
- ภิญญา หนูภักดีและจิตจรลดา ศรีสารคาม พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลในเขตกรุงเทพมหานครและนนทบุรีสังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีกองเทพสถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข.2551.
- รณภพ เอื้ออพันธ์เศรษฐ และกิตติศ ศิวมัลลักษณ์ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการเจ็บป่วยของประชาชนในโครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม 2555
- สุธิตา ล่ามช่าง, รัตนาวดี ขอนตะวัน, ฐิติมา สุขเลิศตระกูลและวิภาดา คุณาวิกติกุล.2559. พยาบาลสารปีที่ 43 ฉบับที่ 2 เมษายน – มิถุนายน 2549 หน้า 38 – 39.
- สุธาสนี ศรีนุ่นและคณะ, ภาวะสุขภาพและความต้องการด้านสุขภาพของประชาชน กรณีศึกษาชุมชนใน

เขตเทศบาลเมืองคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี วารสารสาธารณสุขศาสตร์ ปีที่ 47 ฉบับที่ 1 / 2560
อติญาณ์ ศรีเกษตริณ, เพ็ญศรีทองเพชร, สมหมาย คชนาม, อัจริยา วัชรวิวัฒน์, งามนิตย์รัตน
อุดมศักดิ์ แสงวณิช ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาล
ประจวบคีรีขันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 2556
อุษณีย์ เพชรรัชตะชาติ การเสริมสร้างสุขภาพครอบครัวไทย บริษัทลิบราเตอร์การพิมพ์,สงขลา 2553.
