**การสร้างพลังครอบครัวลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนน่าอยู่โดยการมีส่วนร่วมของชุมชน**

**ตำบลสระพังทอง อำเภอเขาวง จังหวัดกาฬสินธุ์**

**จอมศรี สุคนธะ, สันติ อุทรังษ์, รัตนมาลา ภูชมศรี**

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเขาวง จังหวัดกาฬสินธุ์

**บทคัดย่อ**

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ(Action Research) ในการพัฒนากระบวนการสร้างพลังครอบครัวลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนน่าอยู่โดยการมีส่วนร่วมของชุมชน ตำบลสระพังทอง อำเภอเขาวง จังหวัดกาฬสินธุ์กลุ่มเป้าหมายคือ ประชาชนในเขตพื้นที่รับผิดชอบตำบลสระพังทองอายุ 12 ปีขึ้นไปจำนวน 349 คน โดยการคำนวณและการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 105 คน ระยะเวลาดำเนินการระหว่างเดือนตุลาคม 2560- เมษายน 2561 ประกอบด้วย 1.การพัฒนาศักยภาพชุมชน ได้แก่ การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ จัดเวทีคืนข้อมูลปัญหา จัดตั้งคณะกรรมการชุมชนควบคุมยาสูบในชุมชน 2.การควบคุมยาสูบในชุมชน ได้แก่ อบรมให้ความรู้เพื่อสร้างการรับรู้ตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่และควันบุหรี่ จัดกิจกรรมคลินิกเพื่อลดละเลิกบุหรี่ สร้างมาตรการชุมชนและนโยบายสาธารณะในการการป้องกันและควบคุมบุหรี่ในชุมชน 3.การติดตามและประเมินผล ได้แก่ การติดตามโดยคณะกรรมการในชุมชน แลกเปลี่ยนวิเคราะห์ผลการดำเนินงาน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล 1) แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม ( Focus Group Discussion ) 2)แบบสอบถามพฤติกรรมการสูบบุหรี่ 3)แบบสอบถามประเมินความพึงพอใจการวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Paired Sample t-testผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 99.1 ,มีอายุอยู่ระหว่าง 41-50 ปีร้อยละ 26.4 สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษาร้อยละ 68.4 มีรายได้เฉลี่ย 2,949.60 บาท อายุสูบบุหรี่ครั้งแรกส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 16-20 ปีร้อยละ 32.75 จำนวนมวนบุหรี่ที่สูบ/วันส่วนใหญ่ต่ำกว่า 10 มวน/วัน ร้อยละ 31.4 ส่วนใหญ่เป็นยาเส้นม้วนเองร้อยละ 53.3 จำนวนเงินที่ใช้ในการชื้อบุหรี่/สัปดาห์ส่วนใหญ่ต่ำกว่า 10 บาท มีค่าเฉลี่ย 17.50 บาท(S.D.=12.75) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนความรู้เกี่ยวกับโทษและภัยของบุหรี่ของผู้สูบบุหรี่ พบว่า ภาพรวมมีระดับความรู้ก่อนการอบรมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.38 และหลังการอบรมมีความรู้อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.00 โดยมีผู้สูบบุหรี่ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมการลด ละ เลิกบุหรี่จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 81.90 และสามารถเลิกบุหรี่ได้สำเร็จหลังการดำเนินการต่อเนื่อง 3 เดือน จำนวน 32 คนคิดเป็นร้อยละ 37.20สรุปผลการศึกษากระบวนการสร้างพลังครอบครัวลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนน่าอยู่โดยการมีส่วนร่วมของชุมชนด้วย1.การพัฒนาศักยภาพชุมชน 2.การควบคุมยาสูบในชุมชน 3.การติดตามและประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน ส่งผลให้ผู้สูบบุหรี่ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมการลด ละ เลิกบุหรี่ และสามารถเลิกบุหรี่สำเร็จได้

**คำสำคัญ:** ลด ละ เลิกบุหรี่, การมีส่วนร่วมของชุมชน, การสร้างพลังครอบครัว

**1.ชื่อเรื่อง** กระบวนการสร้างพลังครอบครัวลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนน่าอยู่โดยการมีส่วนร่วมของชุมชน ตำบลสระพังทอง อำเภอเขาวง จังหวัดกาฬสินธุ์

**2.ชื่อผู้วิจัย/เจ้าของผลงาน** นายจอมศรี สุคนธะ, นายสันติ อุทรังษ์, นางรัตนมาลา ภูชมศรี

**3.ชื่อผู้นำเสนอผลงาน** นายจอมศรี สุคนธะ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเขาวง จังหวัดกาฬสินธุ์

**4. สถานที่ติดต่อกลับ/โทรศัพท์/e-mail address** นายจอมศรี สุคนธะ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเขาวง จังหวัดกาฬสินธุ์ 46160 โทร 097-2856083 E-mail:Phufaek.2553@gmail.com

**5.บทนำ**

การสำรวจภาวะสุขภาพประชากรที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปทั้งสิ้น 54.8 ล้านคนเป็นผู้สูบบุหรี่ 11.4 ล้านคนร้อยละ20.7โดยเป็นผู้สูบประจำ10 ล้านคนวัยทำงานมีอัตราการสูบบุหรี่สูงสุดร้อยละ 23.5เพศชายสูบมากกว่าเพศหญิง 18.4 เท่าอายุเฉลี่ยที่เริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรก 15.6 ปีปริมาณการสูบ 10.2 มวนต่อคนต่อวันมีคนเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่กว่า 48,244 คน คิดเป็นร้อยละ 11.6 ของการเสียชีวิตทั้งหมด รายจ่ายของการสูบบุหรี่ต่อครัวเรือน 6,921 – 12,058 บาท/ปี นอกจากนี้แล้วการสูบบุหรี่และการได้รับควันบุหรี่มือสองของผู้ไม่สูบบุหรี่ก็ยังคงเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ส่งผลต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและทำให้เกิดปัญหาการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรซึ่งเป็นเป็นหาทางสุขภาพที่สำคัญของระบบการสาธารณสุขในเขตพื้นที่ตำบลสระพังทอง มีประชากรทั้งสิ้น3,058 คน จากการคัดกรองภาวะสุขภาพของประชากรกลุ่มอายุ 30 ปีขึ้นไปในปี 2560 จำนวน 571 คน พบว่า มีจำนวนผู้สูบบุหรี่จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 25.56 เป็นเพศชายจำนวน 143 คน คิดเป็นร้อยละ63.27 เป็นเพศหญิงจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 0.86 โดยการสำรวจภาวะสุขภาพดังกล่าวนั้นยังไม่ครอบคลุมกลุ่มวัยรุ่นและกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งยังมีข้อจำกัดในหลายๆด้านในการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพนั้นโดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีส่วนร่วมของครอบครับและชุมชนที่ยังมีน้อยในการช่วยกันป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพ ไม่มีกิจกรรมเชิงรุกช่วยเลิกบุหรี่ในชุมชนที่ชัดเจน ทำให้มีแนวโน้มของจำนวนผู้สูบบุหรี่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จึงได้ดำเนินการแก้ไขปัญหาดังกล่าว โดยมีวัตถุประสงค์ 1.เพื่อสร้างการรับรู้ตระหนักพิษภัยของบุหรี่และควันบุหรี่ 2.สร้างมาตรการชุมชนและนโยบายสาธารณะและสิ่งแวดล้อมที่เอื้อให้ชุมชนเป็นชุมชนปลอดบุหรี่ 3.พัฒนานวัตกรรมการควบคุมและการช่วยเลิกบุหรี่ในชุมชนที่มีประสิทธิภาพ

**6.วิธีการศึกษา**

 เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ(Action Research) ในการพัฒนากระบวนการสร้างพลังครอบครัวลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนน่าอยู่โดยการมีส่วนร่วมของชุมชน ตำบลสระพังทอง อำเภอเขาวง จังหวัดกาฬสินธุ์กลุ่มเป้าหมายคือ ประชาชนในเขตพื้นที่รับผิดชอบตำบลสระพังทองอายุ 12 ปีขึ้นไปจำนวน 349 คน โดยการคำนวณและการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 105 คน ระยะเวลาดำเนินการระหว่างเดือนตุลาคม 2560- เมษายน 2561 ประกอบด้วย 1.การพัฒนาศักยภาพชุมชน ได้แก่ การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ จัดเวทีคืนข้อมูลปัญหา จัดตั้งคณะกรรมการชุมชนควบคุมยาสูบในชุมชน 2.การควบคุมยาสูบในชุมชน ได้แก่ อบรมให้ความรู้เพื่อสร้างการรับรู้ตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่และควันบุหรี่ จัดกิจกรรมคลินิกเพื่อลดละเลิกบุหรี่ สร้างมาตรการชุมชนและนโยบายสาธารณะในการการป้องกันและควบคุมบุหรี่ในชุมชน 3.การติดตามและประเมินผล ได้แก่ การติดตามโดยคณะกรรมการในชุมชน แลกเปลี่ยนวิเคราะห์ผลการดำเนินงาน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล 1) แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม ( Focus Group Discussion ) 2)แบบสอบถามพฤติกรรมการสูบบุหรี่ 3)แบบสอบถามประเมินความพึงพอใจการวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Paired Sample t-test

**7.ผลการศึกษา**

 ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 99.1 ,มีอายุอยู่ระหว่าง 41-50 ปีร้อยละ 26.4 สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษาร้อยละ 68.4 มีรายได้เฉลี่ย 2,949.60 บาท อายุสูบบุหรี่ครั้งแรกส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 16-20 ปีร้อยละ 32.75 จำนวนมวนบุหรี่ที่สูบ/วันส่วนใหญ่ต่ำกว่า 10 มวน/วัน ร้อยละ 31.4 ส่วนใหญ่เป็นยาเส้นม้วนเองร้อยละ 53.3 จำนวนเงินที่ใช้ในการชื้อบุหรี่/สัปดาห์ส่วนใหญ่ต่ำกว่า 10 บาท มีค่าเฉลี่ย 17.50 บาท(S.D.=12.75) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนความรู้เกี่ยวกับโทษและภัยของบุหรี่ของผู้สูบบุหรี่ พบว่า ภาพรวมมีระดับความรู้ก่อนการอบรมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.38 และหลังการอบรมมีความรู้อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.00 โดยมีผู้สูบบุหรี่ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมการลด ละ เลิกบุหรี่จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 81.90 และสามารถเลิกบุหรี่ได้สำเร็จหลังการดำเนินการต่อเนื่อง 3 เดือน จำนวน 32 คนคิดเป็นร้อยละ 37.20

**8.สรุป และข้อเสนอแนะ**

กระบวนการสร้างพลังครอบครัวลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนน่าอยู่โดยการมีส่วนร่วมของชุมชนด้วย1.การพัฒนาศักยภาพชุมชน 2.การควบคุมยาสูบในชุมชน 3.การติดตามและประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน ส่งผลให้ผู้สูบบุหรี่ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมการลด ละ เลิกบุหรี่ และสามารถเลิกบุหรี่สำเร็จได้

**9.เอกสารอ้างอิง**

ธนพงศ จันทนชุมและคณะ. (2542). **ศึกษาแบบแผนพฤตกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชนอายุ 10 – 24 ปในชุมชนรอบหนองบอ จังหวดมหาสารคาม.** ขอนแกน : คณะพยาบาลศาสตร, มหาวิทยาลัยขอนแกน.

อัจฉราวรรณ สรอยทอง. (2542**). ปจจัยที่มีอิทธิพลตอพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในกลมวัยรุน.** กรุงเทพมหานคร: วิทยานิพนธปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.