

การศึกษาความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ
และแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
ในสถานการณ์โควิด - 19 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา*

STUDYING KNOWLEDGE ABOUT COVID - 19 HEALTH CARE BEHAVIOR
AND GUIDELINES FOR SELF-PROTECTION OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS
IN THE COVID - 19 SITUATION UNDER THE JURISDICTION
OF THE SECONDARY EDUCATIONAL SERVICE AREA OFFICE

เพชรชน อันโต, นาริรมย์ รัตนสมฤทธิ, ธิติมา วทานิยเวช*, อรธิรา สุทธิศักดิ์, ชัชพงศ์ คงเมือง

Patcharuch Onto, Nareerom Rattanasumrit, Thitima Wataneeyawe, Onthira Suthisak, Chatpong Kongmuang

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ นครสวรรค์ ประเทศไทย

Faculty of Science and Technology, Nakhon Sawan Rajabhat University, Nakhon Sawan, Thailand

*Corresponding author E-mail: thitima.b@nsru.ac.th

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 2) ศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ 3) ศึกษาแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์ โควิด - 19 โดยใช้วิธีวิจัยเชิงพรรณนา ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสังกัดสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 4 จังหวัด คือ นครสวรรค์ อุทัยธานี พิจิตร และ กำแพงเพชร คำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้ตาราง Taro Yamane จำนวน 499 คน เครื่องมือวิจัย คือ แบบสอบถาม ความรู้ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในสถานการณ์โควิด - 19 ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นใหม่ ตรวจสอบค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ .80 และความเชื่อมั่น เท่ากับ .87 เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง และวิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนมีความรู้ เรื่องการกระจายของเชื้อโควิด - 19 และอาการของโรค ร้อยละ 97.9 เท่ากัน และระยะฟักเชื้อโรคโควิด - 19 ร้อยละ 96.9 ระดับความรู้ของนักเรียน พบว่า มีความรู้ระดับมาก ร้อยละ 61.56 รองลงมา คือ ปานกลาง ร้อยละ 34.92 และน้อย ร้อยละ 3.52 ด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ พบว่า พฤติกรรมที่ปฏิบัติบ่อยที่สุด 3 ลำดับแรก คือ ทานสวมหน้ากากอนามัยเมื่อออกจากบ้าน ($\bar{X}$ = 4.85) ทานตรวจวัดอุณหภูมิที่จุดคัดกรอง ($\bar{X}$ = 4.64) ทานล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์หลังสัมผัสบริเวณหรือสิ่งของที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด - 19 ($\bar{X}$ = 4.45) ส่วนแนวทางการป้องกันตนเอง พบว่า ควรมีการแจกหน้ากากอนามัย ควรให้ความรู้และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง ควรมีให้บริการวัคซีนและชุดตรวจโควิด - 19 ที่มีคุณภาพ มีการรักษาทันเวลา ซึ่งจะทำให้เกิดแนวทางการป้องกันโรคและแนวทางสนับสนุนต่อไป

คำสำคัญ: ความรู้, พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ, การป้องกันตนเอง, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย, โควิด - 19

* Received September 27, 2023; Revised October 8, 2023; Accepted October 27, 2023



Abstract

This research aimed to 1) study knowledge in COVID - 19 2) study health care behavior and 3) study guideline for self - protection in the COVID - 19 situation of secondary school students in secondary educational service area. The descriptive research design was used in this study. The population were secondary school students under the jurisdiction of the secondary educational service area office and samples were 499 students calculate from Taro Yamane table of sample sizes and were sampling from 4 province in Nakhon Sawan, Uthai Tanee, Pichit, and Kamphangphet. The research instrument was “The Questionnaire of Knowledge, Health Care Behavior and Guideline for Self - protection of Secondary School Students in the COVID - 19 Situation”, that new develop with content validity was at .80 and the reliability score was at .87. Data were collected by research team and were analyzed by computer package to analyze with descriptive statistic. The results of this research were as follow: Most students had good knowledge in COVID - 19 in the topic of diffusion (97.9%), signs of disease (97.9%) and incubation period (96.9%) Level of Knowledge was at high level (61.56%), moderate level (34.92%) and low level (3.52%) as follow. The most 3 ranks of health care behaviors were mask wearing ($\bar{X}$ = 4.85), temperature monitoring ($\bar{X}$ = 4.64), and hand washing ($\bar{X}$ = 4.45). Guideline for self - protection were need mask for free, support of knowledge and practice, quality vaccine and ATK for service, and timely treatments. These results may benefit to set the guideline for disease prevention, and any supports in future.

Keywords: Knowledge, Health Care Behavior, Self-Protection, Secondary School Students, COVID - 19

บทนำ

ในปี ค.ศ.2019 มีการระบาดของโรคติดต่อที่อุบัติใหม่ขึ้น ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้ประกาศว่า การระบาดครั้งนี้เป็นภาวะฉุกเฉินด้านสาธารณสุขระหว่างประเทศ (Public Health Emergency of Concern : PHEIC) โดยตั้งชื่อโรคนี้ว่า โรคทางเดินหายใจที่เกิดจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (Corona Virus Disease 2019) และมีชื่อย่อว่า โควิด - 19 (COVID - 19) โดยสถานการณ์การแพร่ระบาดในช่วงนั้น มีพฤติกรรมการติดเชื้อมากขึ้นอีกทั้ง เป็นเชื้อโรคสายพันธุ์ใหม่ที่ยังไม่มีการรู้จักหรือค้นพบข้อเท็จจริงเกี่ยวกับโรคนี้นัก ทำให้การป้องกันตนเองไม่ดีพอ และมีการระบาดไปทั่วโลก ทั้งในประเทศจีน เกาหลีใต้ อิตาลี สเปน ฝรั่งเศส รวมทั้ง ประเทศทางยุโรป สหรัฐอเมริกา ลาตินอเมริกา และแอฟริกาใต้ โดยในประเทศไทยเริ่มมีการระบาด ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2562 และประสบกับวิกฤตการณ์การแพร่ระบาดของโรคที่มีสถิติผู้ติดเชื้อในประเทศสูง (กระทรวงสาธารณสุข กรมควบคุมโรค, 2563)

โดยการระบาดและการแพร่เชื้ออย่างรวดเร็วและกระจายเป็นวงกว้าง เนื่องจากสามารถแพร่กระจายจากคนสู่คน ผ่านทางละอองเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย ซึ่งสามารถสัมผัสเชื้อได้โดยตรง หรือโดยอ้อมก็ได้ (กระทรวงสาธารณสุข งานโรคติดต่ออุบัติใหม่, 2564 ก.) นอกจากนี้ ยังพบว่า สถิติผู้ป่วยกลุ่มวัยเด็กและกลุ่มวัยรุ่นที่มีติดเชื้อไวรัสโคโรนาได้ โดยพบว่า จำนวนเด็กที่ติดเชื้อโควิด - 19 มีอายุตั้งแต่แรกเกิด จนถึง 18 ปี สถิติสะสม ตั้งแต่ 1 เมษายน - 13 กรกฎาคม 2564 มีจำนวน 33,020 ราย (กระทรวงสาธารณสุข กรมควบคุมโรค, 2563) สอดคล้องกับข้อมูลของศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) พบว่า นักเรียนและนักศึกษา ติดอันดับอยู่ใน 4 อันดับแรกของอาชีพที่ติดเชื้อไวรัสโคโรนา มากที่สุด ซึ่งผลกระทบอย่างรุนแรงที่เกิดกับกลุ่มนักเรียนและนักศึกษาในหลาย ๆ ด้าน ได้แก่ การเกิดผลกระทบด้านสุขภาพ มีผลต่อ

การเปลี่ยนแปลงของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย โดยเฉพาะระบบทางเดินหายใจ และผลกระทบที่เกิดขึ้นหลังการติดเชื้อ (Long COVID) รวมทั้ง การส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของนักเรียน ได้แก่ ความวิตกกังวลหรือเครียดจากการติดเชื้อ ความกังวลหรือตื่นกลัวว่าสมาชิกในครอบครัว เพื่อนหรือคุณครูที่โรงเรียนจะติดเชื้อด้วย นำไปสู่การต้องปิดโรงเรียนนาน การขาดเรียนของนักเรียนมีผลกระทบต่อการเรียนรู้และพัฒนาการนักเรียน ขาดแคลนโภชนาการ และขาดกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมระหว่างกักตัว หรือป่วย

การที่นักเรียนมีสถิติการติดเชื้อสูง อาจเนื่องจากนักเรียนยังขาดองค์ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรค หรือขาดการปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่ยังไม่เหมาะสม ไม่สม่ำเสมอ และยังไม่สามารถดูแลตนเองในการป้องกันโรคได้อย่างรอบคอบ การขาดความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง หรือการไม่สามารถเข้าถึงข้อมูลที่ต้องการได้ รวมทั้ง การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคและดูแลสุขภาพตนเองยังไม่ดีพอ ทำให้สถิติการติดเชื้อยังคงสูงขึ้น (กระทรวงสาธารณสุข งานโรคติดต่ออุบัติใหม่, 2564 ก.) ในเอกสารแนวทางปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาเพื่อป้องกัน และควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 กล่าวว่า การขาดความเชื่อมั่นในการรักษา ทำให้เกิดความเครียด จนอาจลุกลามเป็นปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดจากความวิตกกังวล ความเครียดสะสมเพิ่มเติมมากขึ้นเรื่อย ๆ ตามระยะการระบาดยาวนาน จากการศึกษาของ บุญเลี้ยง ทูมทอง และคณะ เกี่ยวกับผลกระทบจากสถานการณ์โควิดที่มีต่อการจัดการศึกษาไทย พบว่า สถานศึกษามีการปรับเปลี่ยนเป้าหมาย ปรับวิธี และการประเมินผลการเรียนใหม่ โดยการศึกษาความรู้และพฤติกรรมดูแลสุขภาพนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำเป็นต้องมีความรู้พร้อม และพฤติกรรมที่เหมาะสม เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมที่นักเรียนจะได้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต รวมทั้ง การยอมรับการเปลี่ยนแปลง การรู้จักรักษาสุขภาพของตนเอง อันจะทำให้การวางแผนการให้ความรู้และการศึกษาอย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยลดความกังวลและความกลัวของนักเรียน นอกจากนี้ ยังเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนสามารถในการรับมือกับผลกระทบจากสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นได้ (บุญเลี้ยง ทูมทอง และประทวน วันนิจ, 2565)

คณะผู้วิจัยจึงใช้แนวคิดในการส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) และการป้องกันโรค (Prevention) และมีความสนใจที่จะวิจัยเกี่ยวกับความรู้ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และและแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ซึ่งสามารถใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการจัดการศึกษา และการสอนเสริมความรู้ รวมทั้ง ปรับแนวทางการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง ซึ่งบุคลากรสุขภาพ และบุคลากรทางการศึกษา สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา
3. เพื่อศึกษาแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา แบ่งเป็น 3 ระยะ โดยในการรายงานข้อค้นพบวิจัยในบทความวิจัยนี้ คือ การวิจัยในระยะที่ 1 เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อศึกษาองค์ความรู้ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์ โควิด - 19 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา 4 จังหวัด ได้แก่ นครสวรรค์ อุทัยธานี พิจิตร และกำแพงเพชร มีจำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งสิ้น 38,482 คน กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ใน 4 จังหวัด ได้แก่



นครสวรรค์ อุทัยธานี พิจิตร และกำแพงเพชร (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2564) โดยคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางคำนวณขนาดตัวอย่างของยามาเน่ ทาโร (Yamane, T., 1967) ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และกำหนดค่าความคลาดเคลื่อน .05 (ภทรานิชฐ์ เหมาะทอง และคณะ, 2561) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 397 คน โดยผู้วิจัยเก็บตัวอย่างเพิ่มสำรอง ร้อยละ 25 ได้ตอบกลับทั้งสิ้น 499 คน โดยกระจายจำนวนตามจังหวัดแบบสัดส่วนไม่เท่า มีเกณฑ์การคัดเข้า คือ 1) สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยได้ 2) ยินดีเข้าร่วมการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามการวิจัย เรื่อง การศึกษาความรู้ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และแนวทางการป้องกันตนเองของของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาค้นคว้าแนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค และสอดคล้องกับกรอบแนวคิดการวิจัย โดยผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ดังนี้ คือ ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและความเชื่อมั่นของเครื่องมือผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพ 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพและโรค 1 ท่าน และมีค่า IOC ของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ .80 จากนั้นตรวจสอบค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่คล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) (Cronbach, L. J. et al., 1974) เท่ากับ .87 เครื่องมือวิจัย ประกอบด้วย 4 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ตอนที่ 2 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ตอนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเอง และตอนที่ 4 แนวทางการป้องกันตนเองในสถานการณ์โควิด - 19

เครื่องมือวิจัย ประกอบด้วย 4 ตอน โดยมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

ตอนที่ 2 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 15 ข้อ โดยข้อคำถามเป็นแบบสองคำตอบ คือ ใช่และไม่ใช่ มีเกณฑ์การแปลผลค่าคะแนน ดังนี้

คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60 (0 - 8คะแนน) หมายถึง มีความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ในระดับน้อย

คะแนนระหว่างร้อยละ 60 - 79 (9 - 11คะแนน) หมายถึง มีความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ในระดับปานกลาง

คะแนนสูงกว่าร้อยละ 80 ขึ้นไป (12 - 15คะแนน) หมายถึง มีความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ในระดับมาก

ตอนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 จำนวน 15 ข้อ ข้อคำถามเป็นการตอบระดับในการปฏิบัติ แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ ไม่เคยปฏิบัติ ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัติบ่อยครั้ง และปฏิบัติทุกครั้ง มีการให้ค่าคะแนน 1 - 5 ตามลำดับ มีเกณฑ์การแปลผลค่าคะแนน ดังนี้

ค่าเฉลี่ย ระหว่าง 1.00 - 1.50 หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติพฤติกรรมนั้นเลย

ค่าเฉลี่ย ระหว่าง 1.51 - 2.50 หมายถึง มีการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นนาน ๆ ครั้ง

ค่าเฉลี่ย ระหว่าง 2.51 - 3.50 หมายถึง มีการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นบางครั้ง

ค่าเฉลี่ย ระหว่าง 3.51 - 4.50 หมายถึง มีการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นบ่อยครั้ง

ค่าเฉลี่ย ระหว่าง 4.51 - 5.00 หมายถึง มีการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นทุกครั้ง

ตอนที่ 4 แบบสอบถามแนวทางการป้องกันตนเองในสถานการณ์โควิด - 19 เป็นคำถามปลายเปิดว่ากลุ่มตัวอย่างมีแนวทางการป้องกันตนเองในสถานการณ์โควิดอย่างไร มีปัญหาในปฏิบัติตนอย่างไร

การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยประสานงานการขออนุญาตเก็บข้อมูลในหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยทำหนังสือ ขออนุญาตจากมหาวิทยาลัย และนัดหมายการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ทีมผู้วิจัยลงพื้นที่เก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยแนะนำตัว บอกวัตถุประสงค์และประโยชน์ในการนำไปใช้ชี้แจงการปกป้องสิทธิของอาสาสมัครการวิจัย และดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. หลังจากตอบแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว บรรณาธิการข้อมูล เตรียมนำไปวิเคราะห์ข้อมูล ต่อไปการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

1. ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไป คือ เพศ อายุ แผนการเรียน ลักษณะที่การพักอาศัย และประวัติการมีโรคประจำตัว 2) ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับโควิด - 19 3) ข้อมูลพฤติกรรม การดูแลตนเอง ใช้การวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ จากการสอบถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันตนเอง นำมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหาเพื่อสรุปผลการวิจัยต่อไป

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องความรู้ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ในครั้งนี้ สามารถสรุปผลการวิจัยจากข้อมูลที่ศึกษา และผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย สามารถแบ่งออกเป็น 4 หัวข้อ ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไป 2) ผลการวิจัยความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 3) ผลการวิจัยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 4) ผลการวิจัยแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 โดยมีรายละเอียดของผลการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ แผนการเรียน ประวัติการมีโรคประจำตัว และลักษณะ การพักอาศัย ผลการวิจัย ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละจำแนกตามลักษณะข้อมูลทั่วไปของนักเรียนระดับมัธยมตอนปลาย

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
เพศ		
ชาย	239	47.9
หญิง	260	52.1
อายุ		
ต่ำกว่า 15 ปี	31	6.2
15 ปี	30	6.0
16 ปี	114	22.9
17 ปี	236	47.3
18 ปี ขึ้นไป	88	17.6
แผนการเรียน		
วิทย์ - คณิตศาสตร์	204	40.9
วิทย์ - คอมฯ	6	1.2
วิทยาศาสตร์การกีฬา	78	15.6
คณิต - อังกฤษ หรือ ศิลป์ - คำนวณ	119	23.9
คณิตศาสตร์ - ภาษา	63	12.6
ศิลป์ - ภาษา	26	5.2
ศิลป์ - คอมฯ	3	0.6



ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละจำแนกตามลักษณะข้อมูลทั่วไปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ประวัติการมีโรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	453	90.8
มีโรคประจำตัว	46	9.2
ลักษณะที่การพักอาศัย		
อยู่กับบิดา - มารดา	221	44.3
อยู่กับญาติพี่น้องหรือผู้ปกครอง	135	27.1
อยู่หอพัก/บ้านเช่า ห้องเช่า	101	20.2
มีบ้านของตนเอง	26	5.2
อยู่กับบิดา - มารดาและอยู่หอพัก/บ้านเช่า ห้องเช่า	7	1.4
อยู่กับบิดา - มารดาและมีบ้านของตนเอง	3	0.6
อยู่กับญาติพี่น้องหรือผู้ปกครองและมีบ้านของตนเอง	6	1.2
	n = 499	100 %

จากตารางที่ 1 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่ตอบแบบสอบถามวิจัย จำนวนทั้งหมด 499 คน เป็นเพศชาย 239 คน (ร้อยละ 47.9) เพศหญิง 260 คน (ร้อยละ 52.1) ส่วนใหญ่มีอายุ 17 ปี (ร้อยละ 47.3) อายุ 16 ปี (ร้อยละ 22.8) และ อายุ 18 ปีขึ้นไป (ร้อยละ 17.6) ตามลำดับ นักเรียนอยู่ในแผนการเรียน สายวิทย์ - คณิตศาสตร์ (ร้อยละ 40.9) คณิต - อังกฤษ หรือศิลป์ - คำนวณ (ร้อยละ 23.8) วิทยาศาสตร์การกีฬา (ร้อยละ 15.6) ส่วนประวัติการมีโรคประจำตัว พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 90.8) และมีเพียงร้อยละ 9.2 ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหอบหืด โรคระบบภูมิคุ้มกัน โรคอ้วน และโรคความดันโลหิตสูง ลักษณะที่พักอาศัย คือ อยู่กับบิดา - มารดา (ร้อยละ 44.3) อยู่กับญาติพี่น้องหรือผู้ปกครอง (ร้อยละ 27.1) และอยู่หอพัก/บ้านเช่า ห้องเช่า (ร้อยละ 20.2)

1. ผลการวิจัยความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์ โควิด - 19 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 มีจำนวน 15 ข้อ ได้ผลการวิจัย ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

ข้อ	ข้อคำถาม	ใช่	ไม่ใช่
1.	โรคโควิด - 19 เป็นโรคติดต่อเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ	438	61
2.	โรคโควิด - 19 เกิดจากการรับประทานอาหารที่ไม่สะอาดสุก ๆ ดิบ ๆ ไม่ถูกสุขลักษณะ	325	174
3.	ปัจจุบันมีวัคซีนที่ใช้สำหรับป้องกันและรักษาโรคโควิด-19 แล้ว	32	467
4.	ระยะฟักเชื้อโรคโควิด - 19 ตั้งแต่ติดเชื้อจนมีอาการใช้เวลา 5 - 14 วัน	484	15
5.	เชื้อโควิด - 19 แพร่กระจายด้วยฝอยละอองขนาดใหญ่จากการไอ จาม ละอองขนาดเล็กที่ลอยในอากาศ และการสัมผัสฝอยละอองที่ติดพื้นผิวสัมผัสหรือสิ่งของ	489	10
6.	โรคโควิด - 19 สามารถติดต่อกันโดยการสัมผัส เท่านั้น	367	132
7.	ผู้ที่ติดเชื้อโควิด-19 ที่ไม่แสดงอาการสามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้	440	59
8.	อาการของผู้ป่วยโรคโควิด-19จะคล้ายไข้หวัดใหญ่ ได้แก่ มีไข้สูง ไอ หายใจลำบาก	489	10
9.	ผู้ที่ติดเชื้อโควิด-19 จะแสดงอาการทันทีเมื่อได้รับเชื้อ	431	68
10.	ผู้ที่ติดเชื้อโควิด-19 ห้ามออกกำลังกายทุกชนิดเพราะจะทำให้ร่างกายเกิดอันตราย	299	200

ตารางที่ 2 แสดงความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย (ต่อ)

ข้อ	ข้อความถาม	ใช่	ไม่ใช่
11.	ผู้ที่มีระบบภูมิคุ้มกันที่ดี ไม่จำเป็นต้องฉีดวัคซีนป้องกันโรคโควิด - 19	460	39
12.	ผู้ที่ติดเชื้อโควิด - 19 หากมีอาการเล็กน้อยสามารถรับประทานยาแก้ไวยาแก้ไอ ยาลดน้ำมูก เพื่อบรรเทาอาการได้	351	148
13.	การทำความสะอาดบ้านหลังรักษาโควิด - 19หาย ต้องใช้ผลิตภัณฑ์ที่สามารถฆ่าเชื้อโรคที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์อย่างน้อย ร้อยละ 70	441	58
14.	ผู้ที่ติดเชื้อโรคโควิด - 19 แล้ว จะมีภูมิคุ้มกันตลอดชีวิต	408	91
15.	ผู้ป่วยที่หายจากการติดเชื้อโควิดแล้ว อาจมีอาการผิดปกติที่เกิดขึ้น หลังการติดเชื้อ เช่น เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยตามตัว ปวดข้อ กล้ามเนื้อไม่มีแรง	417	82

จากตารางที่ 2 พบว่า ด้านความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 พบว่า นักเรียนตอบคำถามถูกต้อง คือ ข้อ 5 เชื้อโควิด - 19 แพร่กระจายด้วยฝอยละอองขนาดใหญ่จากการไอ จาม ละอองขนาดเล็กที่ลอยในอากาศ ข้อ 8 อาการของผู้ป่วยโรคโควิด - 19 จะมีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ได้แก่ มีไข้สูง ไอ หายใจลำบาก นักเรียนตอบถูกต้องทั้งหมด จำนวน 489 คน (คิดเป็นร้อยละ 97.9) และ ข้อ 4 ระยะฟักเชื้อโรคโควิด - 19 ตั้งแต่ติดเชื้อจนถึงมีอาการใช้เวลา 5 - 14 วัน จำนวน 484 คน (คิดเป็นร้อยละ 96.9) นอกจากนี้ ยังพบข้อความถามความรู้ที่อาจเกิดจากยังมีความรู้ความเข้าใจคลาดเคลื่อน เช่น ข้อ 10 ผู้ที่ติดเชื้อโควิด - 19 ห้ามออกกำลังกายทุกชนิดเพราะจะทำให้ร่างกายเกิดอันตราย ข้อ 11 ผู้ที่มีระบบภูมิคุ้มกันที่ดี ไม่จำเป็นต้องฉีดวัคซีนป้องกันโรคโควิด - 19 และข้อ 14 ผู้ที่ติดเชื้อโรคโควิด - 19 แล้วจะมีภูมิคุ้มกันตลอดชีวิต เมื่อนำข้อมูลมาพิจารณาระดับความรู้ของนักเรียน พบว่า มีความรู้ในระดับมาก (ร้อยละ 61.56) รองลงมา คือ ระดับปานกลาง (ร้อยละ 34.92) และระดับน้อย (ร้อยละ 3.52) ตามลำดับ

2. ผลการวิจัยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์ โควิด - 19 ผลการวิจัย ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19

ข้อ	ข้อความถาม	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
1.	ท่านสวมหน้ากากอนามัยเมื่อออกจากบ้าน	4.85	.48
2.	ท่านตรวจวัดอุณหภูมิ ที่จุดคัดกรอง	4.64	.64
3.	ท่านล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์หลังสัมผัสบริเวณหรือสิ่งของที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด - 19	4.45	.74
4.	ท่านล้างมือให้สะอาดก่อนสัมผัสใบหน้า แคะจมูก ตา ของตน	4.06	.92
5.	ท่านคิดเว้นระยะห่าง 1 - 2 เมตร เมื่อต้องมีการพูดคุยกับบุคคลอื่น	3.76	.96
6.	ท่านแยกเสื้อผ้าหรือซักหลังจากไปทำกิจกรรมนอกบ้าน เช่น ไปโรงพยาบาล หรือ เขตชุมชนที่มีบุคคลหนาแน่น	3.47	1.22
7.	ท่านหลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของเครื่องใช้ร่วมกับผู้อื่น	4.00	.96
8.	ท่านเก็บและแยกขยะติดเชื้อ เช่น หน้ากากอนามัยที่ใช้แล้ว	4.03	1.15
9.	ท่านค้นคว้าหาข้อมูลเกี่ยวกับโรคโควิด-19 ที่ทันสมัยและน่าเชื่อถือ	3.65	1.03
10.	ท่านตรวจเช็คสุขภาพของตนเอง เมื่อเข้าไปสถานที่ที่แออัดหรือที่มีความเสี่ยง	3.82	.97
11.	ท่านนอนหลับพักผ่อนเกิน 8 ชั่วโมงเพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย	3.39	1.14
12.	ท่านออกกำลังกายเป็นประจำครั้งละไม่น้อยกว่า 30 นาที	3.22	1.35
13.	ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ด้วยความร้อน	4.26	.89
14.	ท่านรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย	3.92	.86
15.	ท่านระบายความเครียดของตนเองในช่วงสถานการณ์โควิด - 19กับเพื่อน/ผู้ปกครอง	3.14	1.40



จากตารางที่ 3 พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 พฤติกรรมที่ปฏิบัติบ่อยที่สุด 3 ลำดับแรก คือ ข้อ 1 ทานสวมหน้ากากอนามัยเมื่อออกจากบ้าน ($\bar{X} = 4.85$, S.D. = .48) ข้อ 2 ทานตรวจวัดอุณหภูมิที่จุดคัดกรอง ($\bar{X} = 4.64$, S.D. = .64) และข้อ 3 ทานล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์หลังสัมผัสบริเวณหรือสิ่งของที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด-19 ($\bar{X} = 4.45$, S.D. = .74) ส่วนพฤติกรรมที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด 3 ลำดับ คือ ข้อ 11 ทานนอนหลับพักผ่อนเกิน 8 ชั่วโมง เพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = 1.14) รองลงมา คือ ข้อ 12 ทานการออกกำลังกายเป็นประจำครั้งละไม่น้อยกว่า 30 นาที ($\bar{X} = 3.22$, S.D. = 1.35) และข้อ 15 ทานระบายความเครียดของตนเองในช่วงสถานการณ์โควิด - 19 กับเพื่อน/ผู้ปกครอง ($\bar{X} = 3.14$, S.D. = 1.40)

3. ผลการวิจัยแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์ โควิด - 19 ผู้วิจัยเก็บข้อมูลการสอบถามนักเรียนเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันตนเองเพื่อไม่ให้ติดเชื้อโรคโควิด - 19 พบว่ากลุ่มตัวอย่างให้ข้อมูล ดังนี้ ควรมีการแจกหน้ากากอนามัยฟรี ควรมีการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพและป้องกันโรค ควรจัดให้มีการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคโควิด - 19 อย่างถูกต้อง การฉีดวัคซีนฟรีและคำรักษาโรคโควิด - 19 ไม่ควรเสียเงินเพิ่ม ชุดตรวจโรคโควิด - 19 ควรมีคุณภาพ และมีแจกให้นักเรียนได้ใช้อย่างรวดเร็วทันสถานการณ์ และการได้รับการรักษาอย่างเท่าเทียม ทั้งถึง และทันเวลา

อภิปรายผล

การวิจัย เรื่อง การศึกษาความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 พบว่าด้านความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 สามารถตอบตรงคำตอบที่ถูกต้อง เกี่ยวกับการแพร่กระจายโรค อาการของโรค และระยะฟักตัว ประเด็นต่าง ๆ ได้แก่ เชื้อโควิด - 19 แพร่กระจายด้วยฝอยละอองขนาดใหญ่จากการไอ จาม ละอองขนาดเล็กที่ลอยในอากาศ มีระยะฟักเชื้อโรคโควิด - 19 ตั้งแต่ติดเชื้อจนถึงมีอาการใช้เวลา 5 - 14 วัน และอาการของผู้ป่วยโรคโควิด - 19 จะมีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ จันทิมา ห้าวหาญ และพรรณวดี ขำจริง ศึกษาเรื่อง ความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด - 19 ของประชาชนในจังหวัดภูเก็ต พบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด - 19 ในระดับมาก เช่น ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 มีลักษณะเหมือนไวรัสโรคทางเดินหายใจตะวันออกกลางและโรคซาร์ส อาการของผู้ป่วย COVID - 19 มีลักษณะอาการทั่วไปคล้ายไข้หวัดใหญ่ ได้แก่ การมีไข้สูง ไอ หายใจลำบาก และโรคโควิด - 19 สามารถติดต่อกันจากการแพร่กระจายผ่านการสัมผัสกับผู้ติดเชื้อ ผ่านทางละอองเสมหะจากการไอ จาม น้ำมูก น้ำลาย (จันทิมา ห้าวหาญ และพรรณวดี ขำจริง, 2563)

จากการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโควิด 19 พบว่า มีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง และปัจจัยอายุ ระดับ การศึกษา รายได้ มีความสัมพันธ์กับระดับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโควิด 19 สามารถอภิปรายได้ว่า ปัจจัยความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของคนในช่วงสถานการณ์โควิด - 19 (ตรัญชนก พันธุ์สุมา และพงษ์สิทธิ์ บุญรักษา, 2564) นอกจากนี้ จากการศึกษา การรับรู้และพฤติกรรมการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค และพฤติกรรมการป้องกันโรค อยู่ในระดับมาก ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัส โคโรนา 2019 กับพฤติกรรมการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พบว่า มีความสัมพันธ์เชิงบวก

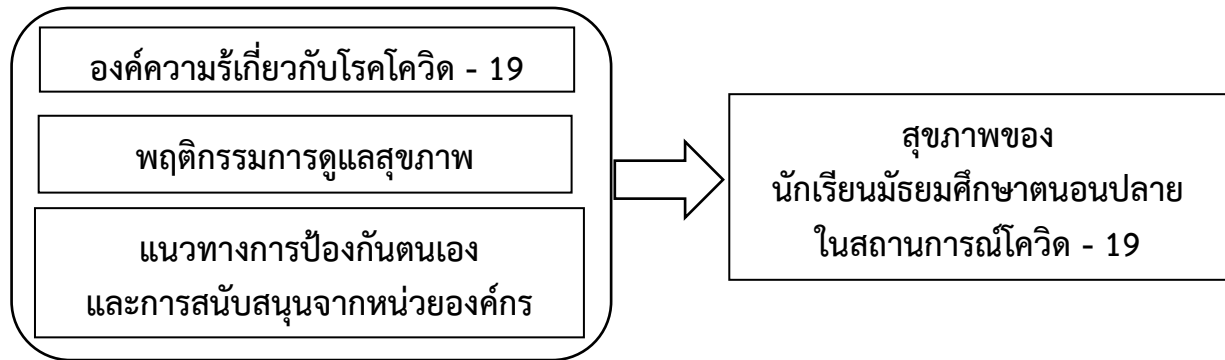
(เอมอัชมา วัฒนบุรณนัท และคณะ, 2564) ซึ่งสนับสนุนผลการวิจัยว่าการมีความรู้มีความสำคัญต่อการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคโควิด - 19

นอกจากนี้ จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพจิตของประชาชนอำเภออุ้มทอง จังหวัดสุพรรณบุรี ในช่วงการระบาดของไวรัสโควิด - 19 พบว่า ระดับการศึกษา ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการปฏิบัติตัวมีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพจิตในสถานการณ์โควิด - 19 (ณัฐวรรณ คำแสนและคณะ, 2564) สอดคล้องกับการวิจัยความรู้และพฤติกรรมการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด 19 ของนักศึกษา พบว่า ความรู้ทั่วไปของโรคและการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 อยู่ในระดับมาก ส่วนความรู้ระดับปานกลาง คือ ความรู้และพฤติกรรมการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด 19 (เสถียร เชื้อลี และคณะ, 2565) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 พบว่า ด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 พบว่า พฤติกรรมที่ปฏิบัติบ่อยที่สุด ได้แก่ การสวมหน้ากากอนามัย เมื่อออกจากบ้าน การตรวจวัดอุณหภูมิที่จุดคัดกรอง การล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์หลังสัมผัสสับริเวหรือสิ่งของที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด - 19 ส่วนพฤติกรรมที่ปฏิบัติน้อยหรือไม่ปฏิบัติเลย คือ การนอนหลับพักผ่อนเกิน 8 ชั่วโมง การออกกำลังกายเป็นประจำครั้งละไม่น้อยกว่า 30 นาที และระบายความเครียดของตนเองในช่วงสถานการณ์โควิด - 19 กับเพื่อน/ผู้ปกครอง ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาระยะวิจัยครั้งนี้ นักเรียนเริ่มมีความตระหนักถึงความสำคัญของการปฏิบัติตัว เพื่อป้องกันโรคมมากขึ้น จึงทำให้มีการปฏิบัติพฤติกรรมด้านสุขอนามัยในระดับปฏิบัติบ่อยที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาความตระหนักเกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันการติดต่อโรคไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ พบว่า ทุกช่วงวัย มีพฤติกรรมในระดับสูง พฤติกรรมที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การสวมหน้ากากอนามัย พฤติกรรมการล้างมือและการรักษาระยะห่างในระดับปานกลาง (รังสรรค์ โฉมยา และกรรณิกา พันธุ์สร, 2563) เมื่อพิจารณาผลการวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด - 19 ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า การประยุกต์ใช้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด - 19 มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด - 19 ระดับดี (จินทภา เบญจมาศ และนาฏนภา ทิพย์แก้ว ปัตนาสาร, 2564) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จังหวัดสุโขทัย (สุภาพรณ วังวิ, 2564) พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ได้แก่ เพศ แรงสนับสนุนทางสังคม การรับรู้โอกาสเสี่ยง และการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติเพื่อป้องกันการเกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ซึ่งสนับสนุนความสัมพันธ์ของการรับรู้กับพฤติกรรม

2.แนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 พบว่า แนวทางการป้องกันตนเอง คือ ควรมีการแจกหน้ากากอนามัย มีการให้ความรู้และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง บ่อยครั้งและสม่ำเสมอ ต้องการให้มีวัคซีนป้องกันโรคให้เป็นระยะ ๆ ค่าวัคซีนและค่ารักษาโรคไม่ควรเสียเงินเพิ่มชุดตรวจโรคโควิด - 19 ควรมีคุณภาพและมีบริการฟรีให้นักเรียนได้ใช้ที่สถานการณ์ รวมทั้ง การรักษาอย่างเท่าเทียมทั่วถึง และทันเวลา สอดคล้องกับแนวทางปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาเพื่อป้องกันโรคและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 (กระทรวงสาธารณสุข งานโรคติดต่ออุบัติใหม่, 2564 ข.) กล่าวว่า การดูแลนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายต้องรับฟังข้อวิตกกังวลของนักเรียนควรเน้นสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติพฤติกรรมเพื่อสุขอนามัยที่ดี การรักษาระยะห่างทางสังคม การบูรณาการเนื้อหาไว้ในวิชาอื่น ๆ และการรู้เท่าทันสื่อ



องค์ความรู้ใหม่



แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาพเสนอไว้ว่า การดูแลสุขภาพมีปัจจัยด้านองค์ความรู้และด้านพฤติกรรมที่จะช่วยให้การดูแลสุขภาพของบุคคลที่ดี แต่ข้อค้นพบจากการวิจัย พบว่า การใช้ปัจจัยทั้งสองประการ อาจไม่เพียงพอเนื่องจากในสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด - 19 เป็นสถานการณ์เร่งด่วน อุณหภูมิ รุนแรง และมีอาการหลังโควิดด้วย โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนที่ยังไม่ทราบขั้นตอนการรับคำปรึกษา สิทธิและการเข้าถึงระบบการรักษาต่าง ๆ ซึ่งจำเป็นต้องมีข้อมูลเชิงคุณภาพจากการรับฟังจากนักเรียนโดยตรง เพื่อให้สามารถวางแผนจัดงบประมาณการดำเนินการในการป้องกันโรคและดูแลสุขภาพนักเรียนได้อย่างเหมาะสม

สรุป/ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การศึกษาความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และแนวทางการป้องกันตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์โควิด - 19 ในครั้งนี้ พบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด - 19 สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง เรื่อง เชื้อโควิด-19 แพร่กระจายด้วยฝอยละอองขนาดใหญ่จากการไอ จาม ละอองขนาดเล็กที่ลอยในอากาศ และอาการของผู้ป่วยโรคโควิด - 19 มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ ได้แก่ มีไข้สูง ไอ หายใจลำบาก นักเรียนตอบถูกเท่ากับ ร้อยละ 97.9 และ ข้อ 4 ระยะฟักเชื้อโรคโควิด - 19 ตั้งแต่ติดเชื้อจนถึงมีอาการใช้เวลา 5 - 14 วัน ร้อยละ 96.9 เมื่อนำข้อมูลมาพิจารณาระดับความรู้ของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 61.56 รองลงมา คือ ระดับปานกลาง (ร้อยละ 34.92) และระดับน้อย (ร้อยละ 3.52) ตามลำดับ ด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ พบว่า พฤติกรรมที่ปฏิบัติบ่อยที่สุด 3 ลำดับแรก คือ สวมหน้ากากอนามัยเมื่อออกจากบ้าน ตรวจวัดอุณหภูมิที่จุดคัดกรอง และล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์หลังสัมผัสบริเวณหรือสิ่งของที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด - 19 ส่วนแนวทางการป้องกันตนเอง พบว่า ควรมีการแจกหน้ากากอนามัยฟรี ควรให้ความรู้และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคโควิด - 19 คำวัคซีนและคำรักษาโรคไม่ควรเสียเงิน ชูตรวจโรคโควิด - 19 ควรมีคุณภาพและมีบริการฟรีให้นักเรียนได้ใช้ทั้งสถานการณ์ รวมทั้ง การรักษาอย่างเท่าเทียม ทัวถึง และทันเวลา หน่วยงานวิชาการควรสนับสนุนความรู้ การผลิตสื่อ ช่องทางการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคโควิด - 19 อย่างต่อเนื่อง สำหรับข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงสาธารณสุข กรมควบคุมโรค. (2563). ข้อมูลสำหรับการป้องกันตนเองจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019. เรียกใช้เมื่อ 30 เมษายน 2565 จาก <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/introduction/introduction01.pdf>.

- กระทรวงสาธารณสุข งานโรคติดต่ออุบัติใหม่. (2564 ก.). แนวทางปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาเพื่อป้องกัน และควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 (COVID-19). เรียกใช้เมื่อ 30 เมษายน 2565 จาก <https://shorturl.asia/Aoj3d>
- กระทรวงสาธารณสุข งานโรคติดต่ออุบัติใหม่. (2564 ข.). สถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) มาตรการสาธารณสุข และปัญหาอุปสรรคการป้องกันควบคุมโรคในผู้เดินทาง. เรียกใช้เมื่อ 30 เมษายน 2565 จาก https://ddc.moph.go.th/uploads/files/20174202108_20025238.pdf.
- จันทิมา ห้าวหาญ และพรรณวดี ขำจริง. (2563). ความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด - 19 (COVID-19)ของประชาชนในจังหวัดภูเก็ต. ใน การประชุมวิชาการระดับชาติครั้งที่ 11. วิทยาลัยเทคโนโลยีภาคใต้.
- จินทกา เบญจมาศ และนาฏนภา ทิพย์แก้ว ปัตตนาสุวรรณ. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การป้องกันโรคโควิด - 19 ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนกาฬสินธุ์พิทยาสรรพ์ อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารวิจัยและพัฒนาด้านสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา, 7(2), 98 - 115.
- ณัฐวรรณ คำแสนและคณะ. (2564). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพจิตของประชาชนอำเภออุทุมพร จังหวัดสุพรรณบุรีในช่วงการระบาดของไวรัสโควิด - 19. วารสารวิจัยสุขภาพและการพยาบาล, 37(3), 36 - 50.
- ดร.ณชนก พันธุ์สุมา และพงษ์สิทธิ์ บุญรักษา. (2564). ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโควิด 19ของประชาชนในตำบลปรุใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. เรียกใช้เมื่อ 30 เมษายน 2565 จาก <https://thaidj.org/index.php/smnj/article/view/11003/9598>.
- บุญเลี้ยง ทูมทอง และประทวน วันนิจ. (2565). ผลกระทบจากสถานการณ์โควิดที่มีต่อการจัดการศึกษาไทย: การศึกษาทางเลือก คือ ทางหลักและทางรอดในการจัดระบบ การศึกษาไทยในอนาคต. วารสารวิชาการธรรมทรรศน์, 22(4), 375 - 391.
- ภัทรานิษฐ์ เหมาะะทอง และคณะ. (2561). การกำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตร Yamane. เรียกใช้เมื่อ 30 เมษายน 2565 จาก http://sc2.kku.ac.th/stat/statweb/images/Eventpic/60/Seminar/01_9_Ya mane.pdf.
- รังสรรค์ โฉมยา และกรรณิกา พันธุ์ศรี. (2563). ความตระหนักเกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันการติดต่อโรคไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (โควิด - 19):การเปรียบเทียบระหว่างวัย. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 39(6), 71 - 82.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2564). ข้อมูลสารสนเทศทางการศึกษาประจำปี. กำแพงเพชร: สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา.
- สุภาภรณ์ วงธิ. (2564). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จังหวัดสุโขทัย. ใน วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- เสถียร เชื้อลี และคณะ. (2565). ความรู้และพฤติกรรมการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด 19 (COVID - 19) ของนักศึกษา:กรณีศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขในจังหวัดอุบลราชธานี. วารสารสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 10, 20(1), 49 - 62.
- เอ็มอัชมา วัฒนบุรณนธ์ และคณะ. (2564). การรับรู้และพฤติกรรมการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายกรุงเทพมหานคร. วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่โจ้, 9(1), 36 - 49.
- Cronbach, L. J. et al. (1974). Essentials of Psychological Testing (3rd ed). New York: Harper and Row.
- Yamane, T. (1967). Statistics : An Introductory Analysis. (2nd ed). New York: Harper and Row.