

การประเมินผลโครงการรณรงค์เลิกบุหรี่ของบุคลากร
มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

The Evaluation of Smoking cessation project of Personnel in
Huachiew Chalermprakiet University



การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนจากมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
ปีการศึกษา 2553

ชื่อเรื่อง	การประเมินผลโครงการรณรงค์เลิกบุหรี่ของบุคลากรมหาวิทยาลัย หัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
ผู้วิจัย	เสาวลักษณ์ ลักขมิจรัตกุล ปางก์เพ็ญ เหลืองเอกทิน ศิริลักษณ์ วงษ์วิจิตสุข
สถาบัน	มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
ปีที่พิมพ์	พ.ศ.2557
สถานที่พิมพ์	มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
แหล่งที่เก็บรายงานฉบับสมบูรณ์	มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
จำนวนหน้างานวิจัย	78 หน้า
คำสำคัญ	การประเมินผลโครงการ การเลิกบุหรี่
ลิขสิทธิ์	มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยประเมินผลโครงการรณรงค์เลิกสูบบุหรี่ในบุคลากรมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่สูบบุหรี่และยินดีเข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินผลลัพธ์การเลิกสูบบุหรี่โดยใช้เทคนิค 5 A ติดตามผลในระยะ 1 ปี และเปรียบเทียบสมรรถภาพปอดของผู้ที่เข้าร่วมโครงการ ก่อนและหลังการเลิกหรือลดการสูบบุหรี่ ผู้วิจัยได้คัดกรองบุคลากรของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำนวน 763 คน (A1) มีผู้สูบบุหรี่ 35 คน ที่ได้รับคำแนะนำให้เลิกบุหรี่ และยินดีเข้าสู่ขั้นตอนการเลิกบุหรี่ (A3 ถึง A5) จำนวน 14 คน ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบประเมินระดับการคิดสารนิโคติน แบบวัดความรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และวัดสมรรถภาพปอดโดยใช้เครื่องวัดสมรรถภาพปอด (Spirometer)

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 92.85 (13/14 คน) อายุเฉลี่ย 43.07 ปี ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับบุหรี่อยู่ระดับมากคิดเป็นร้อยละ 64.29 (9/14 คน) ทักษะคิดเกี่ยวกับการสูบบุหรี่อยู่ในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 57.14 (8/14 คน) ร้อยละ 50 (7/14 คน) สูบบุหรี่เมื่อเครียด ร้อยละ 35.71 (5/14 คน) สูบบุหรี่เมื่อดื่มสุรา ร้อยละ 50.00 (7/14 คน) มีระดับการคิดสารนิโคตินอยู่ในระดับต่ำ ที่เหลืออยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยของอายุที่เริ่มสูบบุหรี่เท่ากับ 18.14 ปี

ค่าเฉลี่ยของจำนวนปีที่เริ่มสูบเท่ากับ 25.13 ปี ค่าเฉลี่ยของจำนวนบุหรี่ที่สูบต่อวันเท่ากับ 11.03 มวน ผลลัพธ์การเลิกสูบบุหรี่โดยใช้เทคนิค 5 A ติดตามผลในระยะ 1 ปี พบว่า ร้อยละ 14.29 (2/14 คน) สามารถเลิกบุหรี่ได้ และร้อยละ 71.43 (10/14 คน) สูบบุหรี่ลดลง ผลการตรวจสอบสมรรถภาพ ปอดพบว่า ค่า FEV1 หลังการเลิกหรือลดสูบบุหรี่ มีค่าเพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับ ค่า FEV1 ก่อนเลิกหรือลดการสูบบุหรี่ ร้อยละ 50 สำหรับวิธีที่ผู้เลิกบุหรี่ใช้ได้ผลดี คือ วิธีการหักดิบ และปัจจัยที่ช่วยทำให้เลิกบุหรี่ติดต่อกันได้นาน 1 ปี คือ การติดตามอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง



Research Title The Evaluation of Smoking cessation project of Personnel in Huachiew
Chalermprakiet University

Researcher(s) Saovalug Luksamijarulkul
Pangpen Luengektin
Siriluk Wongvijitsuk

Institution Huachiew Chalermprakiet University

Year of Publication 2014

Publisher Huachiew Chalermprakiet University

Sources Huachiew Chalermprakiet University

No. of Pages 78 pages

Keywords evaluation research, smoking cessation

Copyright Huachiew Chalermprakiet University

ABSTRACT

The evaluation research was carried out to assess smoking cessation campaign output among Huachiew Chalermprakiet University personnel who willingly participated to quit smoking. Result of the smoking termination was evaluated using 5A technique. All participants were followed for 1-year period and the lung functions of participants were compared between before and after the quit or reduction. Before, the smoking cessation began; researchers screened 763 personnel of the University, and found that 35 smokers were suggested to quit smoking. However, only 14 personnel voluntarily participated and attended into abstinence (A3 to A5). Knowledge, attitudes, behaviors towards smoking and nicotine level were tested. Additionally, lung functions were measured using Spirometer.

Results of socio-demographic characteristics showed that most participants (13/14) were male with mean age 43.07 years. About 64.29 % (9/14) had high knowledge level about smoking, 57.14% (8/14) had high attitude level. A half of

participants (7/14) smoked when they stressed, 35.71 % (5/14) smoked when they had alcohol drinking. Fifty percent (7/14) had low nicotine level and the rest had medium level of nicotine. Mean age at starting of smoking was 18.14 years; the average number of period smoking years was 25.13 years, the average number of cigarettes smoked per day was 11.3 cigarettes. After 1-year follow up, results showed 14.29 % (2/14) of smoking cessation, and 71.43 % (10/14) of smoking reduction. Additionally, results from pulmonary function test showed that the FEV1 value after quitting or reducing smoking increased when compared with FEV1 value before smoking cessation program began about 50 %. The effective way to quit smoking was contrast quit smoking, and the factors helping to quit smoking were the close and the continuous monitor.



กิตกรรมประกาศ

การวิจัยเรื่องการประเมินผลโครงการรณรงค์เลิกบุหรี่ของบุคลากรมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ เป็นโครงการที่มีความปรารถนาให้บุคลากรของมหาวิทยาลัยเป็นตัวอย่างที่ดีในด้านการไม่สูบบุหรี่ คณะผู้วิจัยขอขอบคุณ รศ.ดร.ประจักษ์ พุ่มวิเศษ อธิการบดี ที่ดำริให้ดำเนินโครงการรณรงค์เลิกบุหรี่ของบุคลากรมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ และให้ทุนวิจัยครั้งนี้ ขอขอบคุณ รศ.ดร.จันทรา ชัยพานิช อาจารย์ฉลอง แวงอินทร์ รองอธิการบดีที่ให้การสนับสนุนโครงการ ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่กองบุคลากร กองอาคารสถานที่ที่จัดกิจกรรมต่างๆในโครงการรณรงค์เลิกบุหรี่ ขอขอบคุณคณาจารย์ เจ้าหน้าที่ และนักศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อมที่มีส่วนร่วมในการรณรงค์โครงการเลิกบุหรี่ ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงพร กัตัญญุตานนท์ อาจารย์อรรวรรณ คุณสนอง และอาจารย์จิตตาภรณ์ ศรีสว่าง ที่กรุณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย ขอขอบคุณ คุณเบญจกุล ถิมประเสริฐ เจ้าหน้าที่ห้องปฏิบัติการ อาชีวนามัยและความปลอดภัย และนางสาวแก้วกาญจน์ แก้วเฟือก ผู้ช่วยวิจัยที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล และอำนวยความสะดวกในการตรวจสอบสภาพปอด ขอขอบคุณ กลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัยเป็นเวลาพิเศษ ทำให้การวิจัยในครั้งนี้ดำเนินการได้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ และขอขอบคุณรองศาสตราจารย์พิพัฒน์ ถักยมิจรัลกุล ที่ให้คำแนะนำในการเขียนรายงานการวิจัย

คณะผู้วิจัย