

## บทที่ 4 ผลการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการประเมินผลโครงการเลิกสูบบุหรี่ของบุคลากรมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม 2554 - สิงหาคม 2555 โดยโครงการเลิกบุหรี่ได้สำรวจจำนวนผู้สูบบุหรี่จากหน่วยงานต่างๆ มีผู้สูบบุหรี่ จำนวน 50 คน จัดอบรมให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมายและผู้สนใจในวันที่ 25 พฤษภาคม 2554 จัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อการเลิกบุหรี่ในวันที่ 31 พฤษภาคม 2554 ซึ่งเป็นวันงดสูบบุหรี่โลก ให้คำแนะนำผู้สูบบุหรี่เพื่อให้เข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ ได้จำนวน 14 คน โดยทุกคนที่เข้าร่วมโครงการจะได้รับการประเมินสถานะการติดสารนิโคติน ประเมินความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม การสูบบุหรี่ ตรวจสอบสภาพปอด เมื่อเข้าโครงการและเมื่อสิ้นสุดโครงการ โดยติดตามการเลิกบุหรี่เป็นรายบุคคล เป็นเวลา 1 ปี ผลการศึกษาแบ่งเป็นหัวข้อดังนี้

- 4.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- 4.2 สถานะการติดสารนิโคติน
- 4.3 ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม การสูบบุหรี่ การติดตามการเลิกบุหรี่ยรายบุคคล
- 4.4 ผลการตรวจสอบสภาพปอด
- 4.5 การติดตามผู้ที่หยุดสูบบุหรี่ติดต่อกัน 1 ปี

### 4.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย 13 คน เป็นหญิง 1 คน คิดเป็นร้อยละ 92.86 และ 7.14 ตามลำดับ อายุอยู่ระหว่าง 32 ถึง 54 ปี เฉลี่ย 43.07 ปี ระดับการศึกษา ส่วนใหญ่ระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 35.71 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 92.86 จำนวนสมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่ 4-6 คน ร้อยละ 50 สูงสุด 8 คน ต่ำสุด 1 คน จำนวนบุคคลในครอบครัวที่สูบบุหรี่ (ไม่รวมผู้ตอบแบบสอบถาม) สูงสุด 2 คน ต่ำสุด คือไม่มีคนในครอบครัวสูบบุหรี่ กลุ่มตัวอย่างไม่เคยตรวจสภาพปอดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100.00 ประวัติโรคประจำตัวส่วนใหญ่ ไม่มี โรคประจำตัว 12 คน คิดเป็นร้อยละ 85.71 โดยให้ประวัติว่าเป็นโรคเบาหวาน 1 คน และเป็นโรคความดันโลหิตสูงและไขมันสูง 1 คน รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ลักษณะทางสังคมและประชากรของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่

เพศ		n (14)
	ชาย	13
	หญิง	1
อายุ	30 ปี -40 ปี	5
	40 ปีขึ้นไป	9
	Min =32 max= 54 $\bar{x}$ = 43.07 ปี SD= 8.05	
<b>ระดับการศึกษา</b>		
	ประถมศึกษา	5
	มัธยมศึกษาตอนต้น	2
	มัธยมศึกษาตอนปลาย	2
	ปวส.	2
	ปริญญาตรี	3
<b>สถานภาพสมรส</b>		
	โสด	1
	สมรส	13
<b>จำนวนสมาชิกในครอบครัว (คน)</b>		
	2-3	5
	4-6	7
	มากกว่า 6	2
	Min =2 max= 8	
<b>จำนวนบุคคลในครอบครัวที่สูบบุหรี่(คน)</b>		
	ไม่มี	12
	1 คน	2
	Min =0 max= 2	

ตารางที่ 1 ลักษณะทางสังคมและประชากรของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ (ต่อ)

ประวัติการตรวจสมรรถภาพปอด		(n=14)
	ไม่เคย	14
โรคประจำตัว		(n=14)
	ไม่มี	12
	มี	2

#### 4.2 สถานะการติดสารนิโคติน

การประเมินสถานะการติดสารนิโคติน ประเมินจากแบบสอบถามที่ใช้บอกความรุนแรงของระดับการติดสารนิโคติน กลุ่มตัวอย่างมีระดับการติดสารนิโคตินในระดับต่ำมาก, ต่ำและปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 50.00, 28.57 และ 21.43 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการติดสารนิโคติน

ระดับการติดสารนิโคติน	จำนวน(n=14)
ต่ำมาก (0-2 คะแนน)	7
ต่ำ (3-4 คะแนน)	4
ปานกลาง (5-6 คะแนน)	3
สูง (7 คะแนน)	0
สูงมาก (8-10 คะแนน)	0

#### 4.3 ความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมการสูบบุหรี่

4.3.1 ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ เป็นการสอบถามความรู้เกี่ยวกับโทษ ของบุหรี่ต่อตนเองและบุคคล ผู้ได้รับผลกระทบ และสารที่ทำให้ติดบุหรี่ กฎหมายเกี่ยวกับบุหรี่และข้อมูลเกี่ยวกับการเลิกบุหรี่ จัดทำเป็นข้อคำถาม โดยมีตัวเลือกให้เลือก 4 ตัวเลือกรวม 15 ข้อ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง

ส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับมากจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 64.29 รองลงมาที่มีความรู้ในระดับปานกลาง 4 คนคิดเป็นร้อยละ 28.57 ค่าเฉลี่ยความรู้ของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 12.08 จัดอยู่ในระดับมาก รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับบุหรี่

ระดับความรู้	จำนวน
มาก(12-15 คะแนน)	9
ปานกลาง (9 – 11.85 คะแนน)	4
น้อย (ต่ำกว่า 9 คะแนน)	1
ค่าเฉลี่ย = 12.08	

รายละเอียดของสาระความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ดีมากที่สุด ในคำถามข้อ 3 บุหรี่มีพิษต่อระบบใดในร่างกายมากที่สุด และข้อ 7 หญิงมีครรภ์ที่สูบบุหรี่ จะมีผลต่อเด็กอย่างไร โดยมีผู้ตอบถูกทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100.00 คำถามที่ตอบถูกในอันดับรองลงมาเท่ากัน 6 ข้อ คือ คำถามข้อ 1 สารที่อยู่ในบุหรี่ที่ทำให้คนสูบบุหรี่แล้วติดคือ คำถามข้อ 2 การสูบบุหรี่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคระยะใด คำถามข้อ 5 สถานที่ใดที่กฎหมายไม่ได้กำหนดเป็นที่ห้ามสูบบุหรี่ คำถามข้อ 9 ผลกระทบที่เกิดกับบุคคลข้างเคียงที่ได้รับควันบุหรี่ คืออะไร คำถามข้อ 13 เครื่องหมายที่แสดงในข้อนี้ หมายถึงอะไร (เครื่องหมายห้ามสูบบุหรี่) คำถามข้อ 14 คำเตือนบนซองบุหรี่ เตือนเรื่องใด โดยมีผู้ตอบถูก 13 คน คิดเป็นร้อยละ 86.67 คำถามที่ตอบถูกน้อยที่สุด คือข้อ 8 เมื่อได้รับนิโคติน เข้าสู่ร่างกายจากการสูบบุหรี่ ร่างกายจะสามารถกำจัดออกได้หมดภายในกี่ชั่วโมง โดยมีผู้ตอบถูก 3 คน คิดเป็นร้อยละ 20.00 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความรู้เกี่ยวกับบุนหรี (n=14)

ความรู้เกี่ยวกับบุนหรี	ตอบถูก (คน)
1.สารที่อยู่ในบุนหรีที่ทำให้คนสูบบุนหรีแล้วติดคือ	13
2.การสูบบุนหรีเป็นสาเหตุของการเกิดโรคระยะไร	13
3.บุนหรีมีพิษต่อระบบไหลเวียนโลหิตในร่างกาย	14
4.ผลิตภัณฑ์ที่ช่วยเลิกบุนหรีได้คือ	12
5.สถานที่ใดที่กฎหมายไม่ได้กำหนดเป็นที่ห้ามสูบบุนหรี	13
6.สารในบุนหรีที่ทำให้เส้นเลือดหดตัว และเกิดการอุดตันเร็วขึ้น คือ	5
7.หญิงมีครรภ์ที่สูบบุนหรี จะมีผลต่อเด็กอย่างไร	14
8.เมื่อได้รับนิโคตินเข้าสู่ร่างกายจากการบุนหรี ร่างกายจะสามารถกำจัดออกได้หมดภายในกี่ชั่วโมง	3
9.ผลกระทบที่เกิดกับบุคคลข้างเคียงที่ได้รับควันบุนหรี คืออะไร	13
10.การดื่มน้ำมากๆในระหว่างการเลิกบุนหรีเพื่อประโยชน์ในขับสารไดออกซอกาปัสสาวะ	8
11.กฎหมายระบุนห้ามจำหน่ายบุนหรีให้กับผู้ที่มีอายุต่ำกว่ากี่ปี	10
12.หมายเลข 1600 เป็นหมายเลขโทรศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับบริการด้านใด	11
13.เครื่องหมายที่แสดงในข้อนี้ หมายถึงอะไร	13
14.คำเตือนบนซองบุนหรี เตือนเรื่องใด	13
15.วันงดสูบบุนหรีโลก ตรงกับวันใด	10

#### 4.3.2 ทักษะคิดเกี่ยวกับการสูบบุหรี่

ทักษะคิดของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีจำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 57.14 รองลงมาคือ ระดับดีมากจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 ค่าเฉลี่ยทักษะคิดของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 4.07 จัดอยู่ในระดับดี รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับทักษะคิด

ระดับทักษะคิด	จำนวน (n=14)
ดีมาก	4
ดี	8
ปานกลาง	2
ไม่ดี	0
ไม่ดีที่สุด	0

เมื่อแจกแจงเป็นรายข้อ ส่วนใหญ่มีทักษะคิดดี คิดเป็นร้อยละ 60.00 ข้อที่มีทักษะคิดรองลงมาเป็นระดับดี คิดเป็นร้อยละ 26.67 สำหรับข้อที่กลุ่มตัวอย่างมีทักษะคิดที่เห็นด้วยมากที่สุด มีค่าระดับ 4.79 คือ ข้อ 3 “หากข้าพเจ้าเลิกบุหรี่จะทำให้สุขภาพดีขึ้น” รองลงมา มีค่าระดับ 4.64 จำนวน 2 ข้อ คือ ข้อ 5 “ไม่เห็นด้วยมากที่สุด” “การเลิกบุหรี่ทำให้ข้าพเจ้าเสียเพื่อน” และข้อ 14 “เห็นด้วยมากที่สุด” “ถึงจะไม่สูบบุหรี่ก็สามารถเข้ากับเพื่อนๆ ได้” ดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงจำนวนและร้อยละของทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ เป็นรายข้อ (n=14)

ทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่	เห็น ด้วย มาก ที่สุด	เห็น ด้วย มาก	เห็น ด้วย ปาน กลาง	เห็น ด้วย น้อย	ไม่ เห็น ด้วย	SD	$\bar{x}$	การ แปล ผล
1. ในโลกนี้ไม่มีใครช่วยคุณเลิกบุหรี่ ได้	3 21.4	1 7.1	2 14.3	1 7.1	7 50.0	1.70	3.57	ดี
2. คิดว่าสายเสียแล้วที่จะเลิกบุหรี่ เพราะสูบมานานแล้ว	3 21.4	1 7.1	2 14.3	0 0.0	8 57.1	1.74	3.64	ดี
3. หากข้าพเจ้าเลิกบุหรี่จะทำให้ สุขภาพดีขึ้น	12 85.7	2 14.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0.43	4.79	ดี มาก
4. การเลิกบุหรี่ทำให้ประสิทธิภาพ ในการทำงานลดลง	1 7.1	1 7.1	2 14.3	1 7.1	9 64.3	1.31	4.21	ดี
5. การเลิกบุหรี่ทำให้ข้าพเจ้าเสีย เพื่อน	1 7.1	1 7.1	1 7.1	0 0.0	11 78.6	0.93	4.64	ดี มาก
6. การเลิกบุหรี่ทำให้กลิ่นตัวไม่พึง ประสงค์ลดลง	9 64.3	2 14.3	3 21.4	0 0.0	0 0.0	0.85	4.43	ดี
7. การเลิกบุหรี่ทำให้เข้าสังคมได้ ยากขึ้น	0 0.0	1 7.1	4 28.6	1 7.1	8 57.1	1.10	4.14	ดี
8. บุหรี่เป็นสิ่งเสพติดอันตราย มากกว่าสิ่งเสพติดอื่น	2 14.3	3 21.4	2 14.3	2 14.3	5 35.7	1.56	3.57	ดี
9. การเลิกบุหรี่ทำได้ยาก	1 7.1	3 21.4	2 14.3	2 14.3	6 42.9	1.33	3.29	ปาน กลาง

10. สถานที่ทำงานต้องเป็นเขตปลอดบุหรี่	8 57.1	4 28.6	2 14.3	0 0.0	0 0.0	0.75	4.36	ดี
11. ทุกคนมีสิทธิ์ในการสูบบุหรี่ในสถานที่ต่างๆ	1 7.1	1 7.1	2 14.3	2 14.3	8 57.1	1.36	4.00	ดี

ตารางที่ 6 แสดงจำนวนและร้อยละของทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ เป็นรายชื่อ (n=14) (ต่อ)

ทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยปานกลาง	เห็นด้วยน้อย	ไม่เห็นด้วย	SD	$\bar{x}$	การแปลผล
12. ท่านคิดอย่างไรกับข้อความที่ว่าเห็นใจคนรอบข้างร่วมสร้างอากาศสดใสปลอดภัยจากควันบุหรี่	10 28.6	4 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0.51	4.57	ดีมาก
13. เวลาเครียดแค่ได้กลิ่นควันบุหรี่ก็รู้สึกดีแล้ว	2 14.3	3 21.4	3 21.4	1 7.1	5 35.7	1.51	3.14	ปานกลาง
14. ถึงจะไม่สูบบุหรี่ก็สามารถเข้ากับเพื่อนๆ ได้	12 85.7	1 7.1	1 7.1	0 0.0	0 0.0	0.75	4.64	ดีมาก
15. การเลิกบุหรี่ของท่านเป็นตัวอย่างที่ดีแก่คนใน ครอบครัว	7 50.0	5 35.7	1 7.1	0 0.0	1 7.1	1.15	4.36	ดี
<b>ค่าเฉลี่ยทุกข้อ</b>							<b>4.09</b>	<b>ดี</b>

4.3.3 พฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่เป็นการสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง แรกเข้าร่วมโครงการ เพื่อเป็นข้อมูลนำไปสู่การชักชวนให้เลิกบุหรี่พบว่ากลุ่มตัวอย่างสูบบุหรี่ครั้งแรกมีอายุสูงสุดเริ่มสูบเมื่ออายุ 25 ปี ต่ำสุดอายุ 9 ปี โดยมีค่าเฉลี่ยของอายุที่เริ่มสูบ



เท่ากับ 18.14 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.13 จำนวนปีที่สูบบุหรี่ สูงสุด 39 ปี ต่ำสุด 5 ปี มีค่าเฉลี่ยของจำนวนปีที่เริ่มสูบบุหรี่เท่ากับ 25.13 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.13 จำนวนบุหรี่ที่สูบต่อวันสูงที่สุด 20 มวน ต่อวัน ต่ำสุด 2 มวนต่อวัน มีค่าเฉลี่ยของจำนวนบุหรี่ที่สูบต่อวันเท่ากับ 11.03 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.61 รายละเอียด ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 แสดงพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่จำแนกตามอายุที่เริ่มสูบ จำนวนปีที่สูบบุหรี่ และจำนวนมวนบุหรี่ที่สูบต่อวัน

<b>อายุที่สูบบุหรี่ครั้งแรก</b>		<b>(n=14)</b>
	น้อยกว่า 18 ปี	8
	มากกว่า 18 ปี	6
	Min =9 max= 25 $\bar{x}$ = 18.14 SD = 4.13	
<b>จำนวนปีที่สูบบุหรี่ถึงปัจจุบัน</b>		<b>(n=14)</b>
	ต่ำกว่า 10 ปี	1
	10-20 ปี	4
	21-30 ปี	5
	มากกว่า 30 ปี	4
	Min =5 max= 39 $\bar{x}$ = 25.13 SD = 13.10	
<b>จำนวนมวนที่สูบต่อวัน</b>		<b>(n=14)</b>
	น้อยกว่า 10 มวน	9
	มากกว่า 10 มวน	5

	Min =2 max= 20 $\bar{x}$ = 11.03 SD= 6.61	
--	---	--

สถานที่ที่สูบบุหรี่ในมหาวิทยาลัยบริเวณ หลังกองอาคาร ใกล้ที่คัดแยกขยะ ริมคลองชวดต้น หมันบริเวณสะพาน หลังอาคารชิน โสภณพนิช ที่ปลอดภัย สถานที่ที่ใช้ในการสูบบุหรี่ภายนอก มหาวิทยาลัยสูบบุหรี่ในสถานที่ที่จัดไว้เฉพาะคนสูบบุหรี่มากที่สุด จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 57.14 รองลงมาเป็นสถานบันเทิง จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 35.72 บุหรี่ที่สูบส่วนใหญ่เป็นบุหรี่ไทยยี่ห้อ กรองทิพย์ สายฝน วันเดอร์ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 71.42 รองลงมาเป็นบุหรี่ยี่ห้อ LM 2 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29 ยาเส้นมวนใบจาก 2 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29 พฤติกรรมการเลิกบุหรี่ ของกลุ่มตัวอย่าง เคยเลิกบุหรี่ 3-4 ครั้ง จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาเคยเลิก 1-2 ครั้ง จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 35.71 กลุ่มตัวอย่างทุกคน อยากเลิกบุหรี่ แต่ยังไม่เลิกได้โดยสาเหตุที่ยัง สูบบุหรี่อยู่มากที่สุดคือความเครียด 7 คน คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาเป็นการสูบเมื่อดื่มสุรา 5 คน คิด เป็นร้อยละ 35.71 เมื่อถามถึงสาเหตุที่อยากเลิกสูบบุหรี่ พบว่า สาเหตุที่อยากเลิกมากที่สุดคือไม่อยากจะ ให้มีผลกระทบต่อคนข้างเคียง 5 คน คิดเป็นร้อยละ 35.71 รองลงมาเป็นอยากลดค่าใช้จ่าย และ ไม่อยากให้มีผลกระทบต่องานสาเหตุละ 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 คน เมื่อถามถึงอะไรเป็นสาเหตุ ที่ทำานเลิกบุหรี่ไม่ได้ คำตอบที่กลุ่มตัวอย่างตอบมากที่สุดคือไม่มีความตั้งใจจริง 7 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาเป็นจิตใจไม่เข้มแข็งพอ 6 คน คิดเป็นร้อยละ 42.86 วิธีการที่กลุ่มตัวอย่าง เลือกเพื่อเลิกบุหรี่ลำดับแรก คือการตัดสินใจเลิกด้วยตนเอง 13 คน คิดเป็นร้อยละ 92.86 รายละเอียด ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 แสดงจำนวนและร้อยละของพฤติกรรมการสูบบุหรี่

พฤติกรรมการสูบบุหรี่	จำนวน (คน)
1.สถานที่ที่ใช้ในการสูบบุหรี่ภายนอกมหาวิทยาลัยมากที่สุด	
- สถานบันเทิง	5
- สถานที่ที่จัดไว้เฉพาะคนสูบบุหรี่	8

- บ้าน	1
2.บุหรี่ปั้วใหญ่ที่ท่านสูบเป็นยี่ห้อใด	
- บุหรี่ปั้วไทย (กรองทิพย์ สายฝน วันเดอร์)	10
- บุหรี่ปั้วนำเข้าที่ถูกกฎหมาย ( LM)	2
- ใบจาก, ยาเส้น	2
3.จำนวนครั้งที่ท่านเคยเลิกบุหรี่ปั้ว	
- ไม่เคยเลิก	1
- 1-2 ครั้ง	5
- 3-4 ครั้ง	7
- มากกว่า 4 ครั้ง	1
4.ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลิกบุหรี่ปั้วของท่าน	
- อยากรเลิก	14

ตารางที่ 8 แสดงจำนวนและร้อยละของพฤติกรรมการสูบบุหรี่ปั้ว (ต่อ)

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ปั้ว	จำนวน (คน)
5. สาเหตุที่แท้จริงที่ท่านยังสูบบุหรี่ปั้วอยู่	
- ความเครียด	7
- สูบเมื่อดื่มสุรา	5
- เคยชิน	1
- เข้าสังคม	1
6. สาเหตุที่แท้จริงที่ท่านอยากรเลิกบุหรี่ปั้ว	4
- สุขภาพไม่ดี	4
- อยากรลดค่าใช้จ่าย	5
- ไม่อยากให้มีผลกระทบต่อคนข้างเคียง	1
รู้สึกว่าเป็นชิ้นชอบของสังคม	

อะไรเป็นสาเหตุที่ท่านเลิกบุหรี่ไม่ได้	
- จำหน่ายเอง	1
- จิตใจไม่เข้มแข็งพอ	6
- ไม่มีความตั้งใจจริง	7
วิธีการเลิกบุหรี่ที่คิดว่าเหมาะสมกับท่าน	
หากท่านจะเลิกบุหรี่ท่านคิดว่าจะเลือกวิธีการใด	
- ลำดับแรก      การตัดสินใจเลิกด้วยตนเอง	13
- ลำดับที่สอง    หมากฝรั่งนิโคติน	1

#### 4.4 การติดตามการเลิกบุหรี่รายบุคคล

การติดตามการเลิกบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า มีผู้เลิกบุหรี่ได้จำนวน 2 คน จาก 14 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29 กลุ่มที่ยังเลิกไม่ได้ทำได้เพียงลดจำนวนมวนบุหรี่จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 71.43 สูบเท่าเดิม จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29 ดังรายละเอียดการติดตามรายบุคคลดังนี้

##### 4.4.1 กลุ่มที่เลิกบุหรี่ได้ จำนวน 2 คน มีรายละเอียดการติดตามดังนี้

รายที่ 03 เป็นเพศชาย อายุ 33 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 3 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 15 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 18 ปี สูบบุหรี่ 20 มวน/วัน สูบบุหรี่ไทย ยี่ห้อ กรองทิพย์ ระดับความรุนแรงของนิโคติน 6 คะแนนหมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับปานกลาง รายที่ 03 เล่าว่าเมื่อภรรยาตั้งท้อง เลิกเหล้า เพราะอยากมีลูกมากแต่งงานมา 5 ปี ไม่มีลูก ดิตเหล้าและบุหรี่ ผอมมาก ภรรยาไม่ยอมมีลูก พอรู้ว่าท้องจึงเลิกเหล้า และเมื่อลูกเกิดเลิกบุหรี่เลย ราวเดือนกุมภาพันธ์ 2554 ขณะตั้งครรภ์เลิกมาได้ 6 เดือนแล้ว ถามว่าทำอะไรจึงเลิกได้ ได้รับคำตอบว่า “ต้องใจเลิก ถึงเลิกได้” “บางคนต้องอมลูกอม อมแล้วจิตใจก็อยากสูบบุหรี่ ก็กลับไปสูบบุหรี่อีก ก็เวียนหมากฝรั่งก็เหมือนกัน ตอนเลิกไม่มีอาการอะไร คิดอย่างเดียวว่าทำเพื่อลูก ค่านม ค่าใช้จ่ายในการ

เลี้ยงลูก เดือนละ 7,000-8,000 บาท ไม่คุ้ม ไม่สูบกี้ประหยัดไปมาก เอามาเป็นค่านมให้ลูก ได้รับคำบอกเล่าจากผู้ร่วมงานว่าไม่ได้สูบบุหรี่แล้ว เลิกจริง

รายที่ 05 เป็นเพศชาย อายุ 34 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 5 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 15 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 19 ปี สูบบุหรี่ 20 มวน/วัน สูบบุหรี่ไทย ยี่ห้อ กรองทิพย์ ระดับความรุนแรงของนิโคติน 5 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับปานกลาง จากการติดตามเป็นระยะรายที่ 05 เป็นผู้เข้าร่วมโครงการตั้งแต่เข้าอบรมความรู้เกี่ยวกับบุหรี่วันที่ 25 พฤษภาคม 2554 และเข้าร่วมรณรงค์วันงดสูบบุหรี่โลก 31 พฤษภาคม 2554 ตัดสินใจเลิกบุหรี่โดยวิธีหักดิบไม่สูบลดย การติดตามแต่ละครั้งยังสามารถเลิกบุหรี่ได้ทุกครั้ง รายที่ 05 เล่าให้ฟังว่า เวลาทำงานในมหาวิทยาลัยจักรยานไป มา ไม่มีเวลาสูบ ผู้ร่วมงานได้เล่าให้ฟังว่า “เขาใจเด็ด เลิกได้ทั้งเหล่า และบุหรี่” ผู้วิจัยติดตามไม่พบว่ากลับไปสูบอีก เป็นเวลา 1ปี ทีมงานวิจัยได้จัดทำป้ายประชาสัมพันธ์ผู้ที่เลิกบุหรี่ได้เมื่อดำเนินงานได้ 6 เดือน คือรายที่ 03 และ 05 เพื่อเป็นกำลังใจให้ผู้เลิกสูบและผู้ที่อยู่ระหว่างการเลิกสูบ และจัดกิจกรรมมอบรางวัลให้กับผู้เลิกสูบบุหรี่ในวันงดสูบบุหรี่โลก 31 พฤษภาคม 2555

#### 4.4.2 กลุ่มที่เลิกบุหรี่ไม่ได้แต่ลดจำนวนบุหรี่ยกลง มี 10 ราย มีรายละเอียดการติดตามดังนี้

รายที่ 01 เป็นเพศชาย อายุ 34 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 5 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 20 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 14 ปี สูบบุหรี่ 20 มวน/วัน สูบบุหรี่ไทย ยี่ห้อ กรองทิพย์ และบุหรี่ยี่ห้อ LM ระดับความรุนแรงของนิโคติน 5 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับปานกลาง จากการติดตามเป็นระยะรายที่ 01 มีการลดจำนวนบุหรี่ยกลงเหลือ 8 มวนบ้าง ลดลงเหลือ 5 มวนบ้าง เวลาเครียด หรือเห็นคนอื่นสูบก็ทำให้อยากสูบ บอกว่า “พยายามลดแล้วแต่ทำไม่ได้จริงๆ” และ พยายามไม่ให้สูบเพิ่ม สาเหตุที่เลิกบุหรี่ไม่ได้ เพราะ จิตใจไม่เข้มแข็งพอ เมื่อสิ้นสุดโครงการได้ลดจำนวนการสูบบุหรี่ลงเหลือวันละ 5 – 8 มวน

รายที่ 02 เป็นเพศชาย อายุ 49 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 17 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 32 ปี สูบบุหรี่ 5 มวน/วัน สูบบุหรี่ไทย ยี่ห้อ สายฝน ระดับความรุนแรงของนิโคติน 2 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำมาก จากการติดตามเป็นระยะรายที่ 02 สูบบุหรี่ไม่มาก วันละ 2-3 มวน จะสูบตอนงานเยอะหรือเครียด ถ้าไม่เครียดไม่สูบ ใช้วิธีไม่พกบุหรี่มาทำงาน อยากริเล็ก ไม่อยากซื้ออีก สูบที่บ้านนิดหน่อย เวลามาทำงานถ้าเจอคนที่เขาสูบอยู่หรือถ้าเขามีก็ขอเขาสูบสาเหตุที่ยังสูบบุหรี่ เพื่อลดความเครียด อยากริเล็ก

บุหรี เพื่อลดค่าใช้จ่าย รู้สึกสิ้นเปลือง สาเหตุที่เลิกบุหรีไม่ได้เพราะไม่มีความตั้งใจจริง เมื่อสิ้นสุดโครงการได้ลดจำนวนการสูบบุหรีลงเหลือวันละ 1-2 มวน

รายที่ 04 เป็นเพศหญิง อายุ 31 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 8 คน สูบบุหรีครั้งแรกเมื่ออายุ 20 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี 11 ปี สูบบุหรี 5 มวน/วัน สูบบุหรีไทยได้ทุกยี่ห้อ ระดับความรุนแรงของนิโคติน 2 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำมาก บุคคลในครอบครัวมีสามี และแม่สูบบุหรี สูบบุหรี เพื่อลดความเครียด แก้เหงา ตัวผู้สูบมีปัญหาและครอบครัวมีปัญหา เมื่อตัดสินใจเลิกบุหรี รายที่ 04 ได้เตรียมมะม่วงเปรี้ยว ลูกอม มาพร้อม อมลูกอมจนลิ้นแตกก็ยังรู้สึกอยากสูบบุหรี ที่อยากเลิกบุหรี เพราะเห็นรูปภาพปอดดำที่คณะนิเทศศาสตร์และคณะพยาบาลศาสตร์จัดโครงการแล้วกลัว การสูบบุหรีต้องสูบตอนเช้าทุกวันเวลาเข้าห้องน้ำเพื่อให้ขบถ่ายได้ ได้ให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารประเภทผัก และผลไม้ที่มีเส้นใยและการดื่มนมเปรี้ยวเพื่อช่วยในการขบถ่าย ได้ติดตามให้กำลังใจในการเลิกสูบเป็นระยะ แม้จะทราบว่ามิใช่เลิกบุหรีได้ด้วยวิธีหักดิบ ก็ใจไม่เข้มแข็งพอที่จะหักดิบ ขอแค่สูบลดลง งานยุ่งและเครียด อดแอบไปสูบไม่ได้ เมื่อสิ้นสุดโครงการได้ลดจำนวนการสูบบุหรีลงเหลือวันละ 3 มวน

รายที่ 06 เป็นเพศชาย อายุ 41 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน สูบบุหรีครั้งแรกเมื่ออายุ 16 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี 25 ปี สูบบุหรี 6 มวน/วัน สูบบุหรีไทย ทุกยี่ห้อ ระดับความรุนแรงของนิโคติน 2 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำมาก มีภาวะความดันโลหิตสูง รายที่ 06 เล่าให้ฟังว่าเมื่อก่อนสูบมาก เดียวนี้ลดลง เคยลองเลิกแล้ว 2-3 วันก็กลับมาสูบใหม่ สูบลดลงสูบแค่ครั้งมวนแล้วก็ทิ้ง สาเหตุที่เลิกบุหรีไม่ได้ เพราะ ใจไม่เข้มแข็งพอ ภรรยาไม่ให้สูบที่บ้านเพราะมีลูกชายกลัวจะเอาอย่าง ลูกชายชอบมองเวลาสูบบุหรี ต้องแอบสูบ ภรรยาให้เงินมาใช้จ่ายวันละ 100 บาท พร้อมข้าวกล่องมื้อกลางวัน จะซื้อบุหรี 10 บาท (4 มวน) สูบวันละ 2-3 มวน ที่เหลือเก็บไว้วันต่อไป เมื่อสิ้นสุดโครงการได้ลดจำนวนการสูบบุหรีลงเหลือวันละ 2-3 มวน

รายที่ 07 เป็นเพศชาย อายุ 48 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน สูบบุหรีครั้งแรกเมื่ออายุ 9 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี 39 ปี สูบบุหรี 7-8 มวน/วัน บุหรีที่สูบเป็นบุหรีมวนเอง (ใบจาก) ระดับความรุนแรงของนิโคติน 4 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำ สาเหตุที่ยังสูบบุหรี เพื่อเข้าสังคมและสูบเมื่อดื่มสุรา อยากเลิกบุหรีเพราะญาติพี่น้องอยากให้เลิกและรู้สึกเจ็บหน้าอกเวลาทำงาน การสูบบุหรีเป็นเรื่องปกติ เครียดหรือไม่เครียดก็สูบลด แต่ถ้าเครียดจะสูบเพิ่มขึ้น บางช่วงไม่ได้สูบเลยเพราะยุ่งๆกับงานรับปริญญา เหนื่อยเลยไม่ได้สูบ สาเหตุที่เลิกบุหรีไม่ได้ เพราะ ไม่คิดจะเลิกอย่างจริงจัง สิ้นสุดโครงการได้ลดจำนวนการสูบบุหรีลงเหลือวันละ 1-2 มวน

รายที่ 08 เป็นเพศชาย อายุ 44 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 17 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 27 ปี สูบบุหรี่ 10 มวน/วัน สูบบุหรี่ไทย ยี่ห้อวันเดอร์ สีแดง ระดับความรุนแรงของนิโคติน 4 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำ จากการติดตามรายที่ 08 จะสูบบุหรี่เพราะต้องสังสรรค์กับเพื่อนทุกสัปดาห์(วันศุกร์) มีการดื่มสุราและสูบบุหรี่ เวลาทำงานขี้จักรยาน และสูบบุหรี่ช่วงระหว่างวัน 3-4 มวน บางช่วงลดลงเหลือ 2-3 มวน อยากเลิกบุหรี่ เพื่อลดค่าใช้จ่าย สาเหตุที่เลิกบุหรี่ไม่ได้ เพราะ จิตใจไม่เข้มแข็งพอ ติดเพื่อนกลุ่มที่สังสรรค์ที่ดื่มสุราและสูบบุหรี่ เมื่อสิ้นสุดโครงการ ได้ลดจำนวนการสูบบุหรี่ลงเหลือวันละ 3-4 มวน

รายที่ 09 เป็นเพศชาย อายุ 43 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 4คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 19 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 24 ปี สูบบุหรี่ 12 มวน/วัน สูบบุหรี่ไทย ไม่ระบุยี่ห้อ ระดับความรุนแรงของนิโคติน 3 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำ สาเหตุที่ยังสูบบุหรี่เพราะทำงานที่ต้องใช้ความคิด ออกแบบ สร้างสรรค์งาน สูบแล้วทำให้คิดออกที่เลิกบุหรี่ไม่ได้ เพราะกลัวว่าถ้าเลิกแล้วจะมีผลต่อการทำงาน กิจงานไม่ออก รายนี้ออกกำลังกายด้วยการ ว่ายน้ำเป็นประจำ สนับสนุนให้ออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อให้ร่างกายขับสารนิโคติน และร่างกายแข็งแรง ได้พูดคุยเพื่อหาวิธีการเลิกบุหรี่ที่สนใจ และตกลงว่าจะลองใช้มะนาวและเกลือ ผู้วิจัยได้นำมะนาวและเกลือมาให้ทดลอง แต่รายที่ 09 หลบไม่ยอมพบ เมื่อสิ้นสุดโครงการได้ ลดจำนวนการสูบบุหรี่ลงเหลือวันละ 5 มวน

รายที่ 11 เป็นเพศชาย อายุ 50 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 3 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 18 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 32 ปี สูบบุหรี่ 5-6 มวน/วัน สูบบุหรี่นำเข้า ยี่ห้อ LM ระดับความรุนแรงของนิโคติน 2 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำมาก ใช้การสูบบุหรี่เพื่อลดความเครียด และเข้าสังคม ระหว่างติดตาม รายที่11 ได้ตั้งเป้าหมายการเลิกบุหรี่หลายครั้ง เช่น ปีใหม่ สงกรานต์ แต่ทำไม่สำเร็จ ไม่พบบุหรี่มาที่ทำงาน สูบ ก่อนมาทำงาน และหลังเลิกงาน สาเหตุที่ยังเลิกไม่ได้เพราะจิตใจไม่เข้มแข็งพอ เมื่อสิ้นสุดโครงการลดการสูบบุหรี่ลงเหลือ 2 มวนต่อวัน

รายที่ 13 เป็นเพศชาย อายุ 53 ปี สมรสแล้วมีสมาชิกในครอบครัว 3 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 17 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 36 ปี สูบบุหรี่ 15 มวน/วัน บุหรี่ที่สูบเป็นยาเส้น ระดับความรุนแรงของนิโคติน 3 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำ จากการติดตามยังคงสูบบุหรี่วันละ 4-5 มวนต่อวัน สาเหตุที่ยังสูบบุหรี่เพราะเครียด เวลาทำอะไรเพลินๆก็ลดการสูบลงได้บ้าง พยายามลดอยู่ บางทีสูบไม่หมดก็ทิ้ง เมื่อสิ้นสุดโครงการยังคงสูบบุหรี่วันละ 4-5 มวนต่อวัน

รายที่ 14 เป็นเพศชาย อายุ 52 ปี สมรสแล้วมีสมาชิกในครอบครัว 3 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 25 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 27 ปี สูบบุหรี่ 8-10 มวน/วัน บุหรี่ที่สูบบุหรี่นำเข้า ยี่ห้อ LM เขียว ระดับความรุนแรงของนิโคติน 2 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำมาก จากการติดตาม สูบวันละ 2 มวน บางวันก็ไม่ได้สูบ ไปสูบตอนเย็น ตอนเลิกงาน อยากเลิกสูบเพราะไม่อยากให้มีผลกระทบต่อคนข้างเคียง แต่เลิกไม่ได้ เพราะจิตใจไม่เข้มแข็งพอ เมื่อสิ้นสุดโครงการยังคงสูบบุหรี่ 2 มวนต่อวัน

#### 4.4.3 กลุ่มที่เลิกบุหรี่ไม่ได้ มี 2 ราย มีรายละเอียดการติดตามดังนี้

รายที่ 10 เป็นเพศชาย อายุ 50 ปี สมรสแล้ว มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 21 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 29 ปี สูบบุหรี่ 10 มวน/วัน สูบบุหรี่ไทย ไม่ระบุนี่ห้อ และบุหรี่นอก ยี่ห้อ LM ระดับความรุนแรงของนิโคติน 2 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำมาก สาเหตุที่ยังสูบบุหรี่เพราะลดความเครียด และสูบเมื่อดื่มสุรา สาเหตุที่เลิกบุหรี่ไม่ได้ เพราะอยู่ในสังคมที่สูบบุหรี่มีเพื่อนสูบบุหรี่ เป็นรายที่ไม่อยากพูดคุยกับผู้วิจัยต้องเปลี่ยนผู้ติดตามเป็นระยะเนื่องจากมีโรคประจำตัวคือเบาหวาน ได้แนะนำให้เลิกบุหรี่เพื่อสุขภาพแต่เนื่องจากคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้จึงไม่รู้สึกรว่ามีปัญหาอะไร เมื่อสิ้นสุดโครงการยังคงสูบบุหรี่เท่าเดิม

รายที่ 12 เป็นเพศชาย อายุ 30 ปี เป็นโสด มีสมาชิกในครอบครัว 2 คน สูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 25 ปี รวมเวลาที่สูบบุหรี่ 5 ปี สูบบุหรี่ 20 มวน/วัน บุหรี่ที่สูบเป็นบุหรี่ไทยยี่ห้อกรองทิพย์ ระดับความรุนแรงของนิโคติน 3 คะแนน หมายถึงระดับการเสพติดนิโคตินอยู่ในระดับต่ำ จากการติดตามยังคงสูบบุหรี่วันละ 10 มวนต่อวัน สาเหตุที่ยังสูบบุหรี่เพราะดื่มเหล้าและสังสรรค์กับเพื่อน ซึ่งเวลาดื่มเหล้าจะสูบบ่อยขึ้น ทีมวิจัยต้องสลับกันติดตาม ไม่อยากคุยกับผู้วิจัย การติดตามทางโทรศัพท์ถามถึงจำนวนที่สูบจะตอบว่าเท่าเดิม แล้วกดวางสาย เมื่อสิ้นสุดโครงการยังคงสูบบุหรี่เท่าเดิม

#### 4.4 การเปรียบเทียบสมรรถภาพปอดของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการเลิกสูบบุหรี่

การติดตามกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้ความช่วยเหลือในการเลิกบุหรี่ จำนวน 14 คน กลุ่มตัวอย่างลาออกจากงานเมื่อดำเนินโครงการได้ 6 เดือน 1 คน และลาออกใกล้ปิดโครงการอีก 1 คน คงเหลือกลุ่มตัวอย่างที่ตรวจสมรรถภาพปอดครบ 3 ครั้ง จำนวน 12 คน การตรวจสมรรถภาพปอดครั้งแรกตรวจเมื่อแรกเข้าโครงการ ครั้งที่สอง ตรวจที่ระยะ 6 เดือน และครั้งสุดท้ายตรวจเมื่อติดตามครบระยะเวลา 12 เดือน ผลการตรวจครั้งแรก พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีผลการตรวจสมรรถภาพปอด ค่า FEV1 ปกติ 12 คน คิดเป็นร้อยละ 85.71 (เกณฑ์ปกติค่า FEV1 เท่ากับหรือมากกว่า 80) ผิดปกติ



เล็กน้อย 2 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29 ผลการตรวจครั้งที่ 2 เมื่อ 6 เดือน สมรรถภาพปอดปกติ 12 คน คิดเป็นร้อยละ 92.31 ผิดปกติ 1 คน คิดเป็นร้อยละ 7.69 (ลาออกจากงาน 1 คน) ผลการตรวจครั้งที่ 3 เมื่อ 12 เดือน ค่า FEV1 ปกติ 11 คน คิดเป็นร้อยละ 91.67 ผิดปกติ 1 คน คิดเป็นร้อยละ 8.33 เมื่อเปรียบเทียบค่า ค่า FEV1 ก่อนและหลังการเลิก/ลดการสูบบุหรี่ พบว่าในผู้ที่เลิกสูบบุหรี่ มีค่า FEV1 เพิ่มขึ้น 1 คน คิดเป็นร้อยละ 100 กลุ่มผู้ที่ลดการสูบบุหรี่ลง 9 คน มีค่าค่า FEV1 ลดลง 5 คน คิดเป็นร้อยละ 55.56 และมีค่าค่า FEV1 เพิ่มขึ้น 4 คน คิดเป็นร้อยละ 44.44 เมื่อรวมกับผู้ที่เลิกสูบบุหรี่ ด้วยแล้วคิดเป็นร้อยละ 50 ซึ่งไม่เป็นไปตามเป้าหมายของตัวชี้วัด ที่ตั้งไว้ว่าผู้ที่เลิก/ลด การสูบบุหรี่ ติดต่อกันนาน 1 ปีมี ค่า FEV1 หลังการเลิก/ลด การสูบบุหรี่ไม่น้อยกว่า ค่า FEV1 ก่อนเลิก/ลด การสูบบุหรี่ ร้อยละ 100 รายละเอียดดังตารางที่ 9

**ตารางที่ 9** แสดงผลการตรวจสมรรถภาพปอดเป็นรายบุคคล จำแนกตาม  
ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ (n= 14)

กลุ่ม ตัวอย่าง รายที่	สถานะ การสูบบุหรี่	FEV1-1 ครั้งแรก	FEV1-2 เดือนที่ 6	FEV1-3 เดือนที่ 12	เปรียบเทียบค่า FEV1-1 และ FEV1-3
03	เลิก	90	ลาออก	ลาออก	-
05	เลิก	88	94	89	เพิ่ม 1
01	ลด	90	104	85	ลด 1
02	ลด	78	101	92	เพิ่ม 2
04	ลด	92	96	85	ลด 2
06	ลด	82	83	89	เพิ่ม 3
07	ลด	108	111	98	ลด 3
08	ลด	110	108	109	ลด 4
09	ลด	99	101	96	ลด 5
11	ลด	88	87	92	เพิ่ม 4

13	ลด	107	124	ลาออก	-
14	ลด	91	103	96	เพิ่ม 5
10	ไม่ลด	79	73	71	ลด
12	ไม่ลด	108	92	89	ลด

เมื่อวิเคราะห์ในภาพรวมโดยใช้ค่าเฉลี่ยของ FEV1 หลังจากการติดตามกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 1 ปี พบว่ากลุ่มผู้เลิกสูบบุหรี่มีค่า FEV1 เพิ่มขึ้น กลุ่มที่ลดการสูบบุหรี่และกลุ่มที่ยังสูบบุหรี่มีค่า FEV1 ลดลง รายละเอียดดังตารางที่ 10

ตารางที่ 10 แสดงค่าเฉลี่ย FEV1 ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการสูบบุหรี่

พฤติกรรมการสูบบุหรี่	ค่าเฉลี่ย FEV1-1 (จำนวนคน)	ค่าเฉลี่ย FEV1-2 (จำนวนคน)	ค่าเฉลี่ย FEV1-3 (จำนวนคน)	เปรียบเทียบค่า FEV1-1และ FEV1-3
เลิกสูบ	89.0 (2)	94.0 (1)	89 (1)	เพิ่ม
ลดการสูบบุหรี่	94.5 (10)	101.8 (10)	93.5 (9)	ลด
ไม่ลดการสูบบุหรี่	93.5 (2)	82.5 (2)	80.0 (2)	ลด

#### 4.5 ประสิทธิภาพของการเลิกบุหรี่

การติดตามการเลิกบุหรี่ ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า มีผู้เลิกสูบบุหรี่ติดต่อกันนาน 1 ปี จำนวน 2 คน จากผู้เข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ 14 คน คิดเป็นร้อยละ 14.29

