



วจ.ราชานุกูล 53

ภาวะสุขภาพของบุคลากรสถาบันราชานุกูล (2547)

Physical health of Rajanukul institute' personnel

มณีรัตน์ สุรวงษ์สิน

ร

7

ภาวะสุขภาพของบุคลากรสถาบันราชานุกูล

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพ/สมรรถภาพทางกายของบุคลากรสถาบันราชานุกูล โดยมีประชากรที่ศึกษาจำนวน 396 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามสถานภาพทั่วไป แบบทดสอบความสมรรถนทางกาย และแบบสอบถามความคิดเห็นและความต้องการหลังการทดสอบประเมินผล เก็บข้อมูลระหว่างวันที่ 7-13 มีนาคม พ.ศ.2544 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าไค-สแควร์

ผลการวิจัยพบว่า

ด้านข้อมูลทั่วไป พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (69.7%) ส่วนใหญ่มีตำแหน่งเป็นผู้ช่วยเหลือคนไข้ และแพทย์-พยาบาล(33.1%และ31.1ตามลำดับ) ใช้แรงงานปานกลาง (65.4%) ไม่มีการออกกำลังกาย (43.9%)และมีกิจกรรมการวิ่ง/เดินมากที่สุด (44.7%) ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว (64.9%) โรคประจำตัวส่วนใหญ่เป็นโรคภูมิแพ้ รองลงมาเป็นโรคความดันโลหิตสูง (20.8 และ17.7 ตามลำดับ)

ด้านความสมรรถนทางกาย สุขภาพทั่วไป พบว่า ประชากรมีชีพจรขณะพักใกล้เคียงกันทุกช่วงอายุและอยู่ในระดับปกติ; ความดันโลหิตโดยเฉลี่ยมีค่าน้อยในช่วงอายุน้อย และมีค่าสูงขึ้นเรื่อยๆเมื่ออายุมากขึ้น ขนาดร่างกาย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีน้ำหนักตัวน้อยที่สุดในช่วงอายุน้อยจะเพิ่มมากขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น

สมรรถภาพทางกายเมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานด้านสมรรถภาพทางกาย พบว่า ปริมาณไขมัน, แรงบีบมือ และสมรรถภาพการใช้ออกซิเจน อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ความอ่อนตัวและความจุปอด อยู่ใน ระดับปานกลาง และแรงเหยียดขา อยู่ในระดับดี-ดีมาก

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสมรรถภาพทางกาย พบว่า ดัชนีมวลกายมีความสัมพันธ์กับการมีโรค และตำแหน่งหน้าที่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ($p<0.005$) ความดันโลหิตมีความสัมพันธ์กับลักษณะแรงงานที่ใช้, การมีโรคประจำตัว ตำแหน่งหน้าที่ และดัชนีมวลกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.05$) และสมรรถภาพทางกายกับตัวแปรอื่นๆ พบว่าความอ่อนตัว มีความสัมพันธ์กับ เพศ, ลักษณะแรงงานที่ใช้ และลักษณะการออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.05$)

ด้านความคิดเห็นและความต้องการหลังการทดสอบและการประเมินผล พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความพึงพอใจกับกิจกรรมในการทดสอบ มีความรู้ในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ต้องการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา และต้องการมีกิจกรรมการทดสอบสมรรถภาพทางกายอีก ในระดับมาก-มากที่สุด

จากการศึกษานี้ เป็นแนวทางในการเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ และเป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายการกีฬาของสถาบันราชานุกูลต่อไป