ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ วิถีการดำเนินชีวิตและภาวะไขมันในเลือดของบุคลากร โรงพยาบาลแม่อาย อำเภอแม่อาย จังหวัดเชียงใหม่

ผู้เขียน นางสาวภีระวรรณ พิเคราะห์งาน

ปริญญา วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ ดร.ศักดา พรึงลำภู ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์เทียมศร ทองสวัสดิ์ กรรมการ

บทคัดย่อ

การค้นคว้าแบบอิสระนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิถีการดำเนินชีวิต และภาวะไขมันในเลือดของบุคลากรโรงพยาบาลแม่อาย อำเภอแม่อาย จังหวัดเชียงใหม่ ทำการศึกษาวิถีการดำเนินชีวิต วัดความดันโลหิต และประเมินภาวะโภชนาการโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงในประชากรทั้งหมดจำนวน 121คน สำหรับการตรวจภาวะไขมันในเลือด ได้สุ่มบุคลากรแบบเจาะจงจำนวน 72 คนคือ บุคลากรที่มีอายุน้อยกว่า 35 ปี ที่เคยตรวจเลือดแล้วพบว่ามีภาวะไขมันสูงในเลือด หรือที่มีอายุมากกว่าหรือเท่ากับ 35 ปีขึ้นไป ระหว่างเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2546 ถึง เดือนมีนาคม พ.ศ. 2547 ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ความเชื่อมั่นของวิถีการดำเนินชีวิต ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาร์คได้เท่ากับ 0.76 เก็บข้อมูลด้านความดันโลหิต น้ำหนัก ส่วนสูง และภาวะไขมันในเลือด โดยใช้แบบบันทึก ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ และ Independent paired t- test

ผลการศึกษาพบว่า โดยรวมวิถีการดำเนินชีวิตของบุคลากร มีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี พิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านการรับประทานอาหาร และด้านการจัดการกับความเครียด มีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี แต่ด้านการออกกำลังกาย มีการปฏิบัติอยู่ในระดับควรแก้ไข สำหรับภาวะไขมันในเลือด พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มี ไตรกลีเซอไรด์,LDL-Cholesterol, HDL-Cholesterol อยู่ในระดับปกติ อย่างไรก็ตาม พบว่ามากกว่า 50% ของบุคลากรมีระดับโคเลสเตอรอล อยู่ในกลุ่มเสี่ยงและผิดปกติ จากค่าดัชนีสุขภาพ มช. พบว่าส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการปกติ และมีความดันโลหิตอยู่ในระดับปกติ จากการเปรียบเทียบวิถีการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันระหว่างเพศ พบว่าในด้านการรับประทานอาหาร และด้านการจัดการกับความเครียด เพศหญิง มีการปฏิบัติดีกว่าเพศชาย อย่างไรก็ตามในด้านการออกกำลังกายเพศชาย ดีกว่าเพศหญิง จากการเปรียบเทียบวิถีการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันในด้านตำแหน่งหน้าที่การงาน พบว่าข้าราชการมีการปฏิบัติด้าน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

การจัดการกับความเครียดค่อนข้างดีกว่าลูกจ้าง จากการเปรียบเทียบภาวะไขมันในเลือดที่แตกต่างกันระหว่างเพศ พบว่า ในเพศชายมีระดับไตรกลีเซอไรด์ สูงกว่าเพศหญิงในขณะที่เพศหญิงมี HDL- Cholesterol สูงกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเปรียบเทียบความแตกต่างภาวะไขมันในเลือดกับตำแหน่งหน้าที่การงาน พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title Lifestyle and the Serum Lipid Profiles of Personnel at Mae Ai Hospital, Mae Ai District, Chiang Mai Province

Author Miss Peerawan Phikrongan

Degree Master of Science (Nutrition Education)

Independent Study Advisory Committee

Lect. Dr. Sakda Pruenglampoo Chairperson

Assoc. Prof. Tiansorn Tongswas Member

Abstract

This independent study was aimed to study lifestyle and the serum lipid profiles of Personnel at Mae Ai Hospital, Mae Ai district, Chiang Mai province. The study was performed by determining lifestyle, testing blood pressure and evaluating nutritional status using weight and height measurements among the study population of 121. Regarding the serum lipid profiles testing, 72 personnel were selected by specific randomization. These personnel were up to and including 34 years old and previously, found with hyperlipidemia or 35 years and older but without hyperlipidemia. The study was done from November 2003 to March 2004. The information was collected via a questionnaire. The reliability of questionnaire regarding lifestyle was 0.76 for Cronbach's coefficient. The data of blood pressure, weight, height and serum lipid profiles were recorded. For data analysis, descriptive statistics were used, including frequency, percentage and independent paired T-test.

Overall, the results showed that the personnel had a good lifestyle. The food consumption and stress controlling practices were at a good level but exercise practice should be improved. Regarding serum lipid profiles, levels of triglyceride, LDL-cholesterol and HDL-cholesterol of most personnel were found to be normal, however cholesterol levels at over 50 % of the personnel were found to be in the 'at risk' or 'abnormal' groups. According to height weight difference index, most of them had normal nutrition status and also had normal blood pressure. Comparing lifestyle by gender, women's practices in food consumption and in stress controlling were better than those in men's. However, men's practice in exercise was better than that in women's. Comparing lifestyle by work position, government officers' practice in stress controlling was better than that of temporary

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

employees. Comparing serum lipid profiles by gender, it was found that men had triglyceride levels higher that in women. Whereas women had HDL-cholesterol levels higher than in men with a significant difference in statistical data. There was no significant difference in the serum lipid profiles between the two employee profiles of government officer and temporary employee.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved