

การรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน และบทบาทของครอบครัว

ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน

บ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

รศยานภิศ พลະศีก

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย สถาบันราชภัฏนครศรีธรรมราช เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา

ปีการศึกษา 2545

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย สถาบันราชภัฏนครศรีธรรมราช

ISBN 974-9500-32-6

**HEALTH PERCEPTION OF MENOPAUSUAL WOMEN AND FAMILY'S ROLE
INFLUENCING HEALTH PROMOTING-BEHAVIOR
IN MENOPAUSUAL WOMEN AT BAN NA NOT,
KUMPANGSAO SUB-DISTRICT, MUANG DISTRICT,
NAKHON SI THAMMARAT**

RATTHAYANAPIT PALASUEK

**Presented in Partial Fulfillment of the Requirement for Master's Degree
Program of Art in Social Sciences for Development
Graduate School, Rajabhat Institute Nakhon Si Thammarat
Academic Year 2002**

ISBN 974 - 9500 - 32 - 6

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน และบทบาทของครอบครัว
ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน
บ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

ผู้วิจัย

นางรัถยานภิศ พละศึก


สาขา

สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา


คณะกรรมการควบคุม

.....  ประธาน

(รองศาสตราจารย์ อุดม หนูทอง)

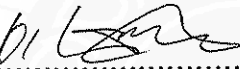
.....  กรรมการ

(อาจารย์ ส่งศรี ชมภูวงศ์)


.....  กรรมการ

(อาจารย์วีระยุทธ ชาติกาญจน์)

กรรมการสอบ

.....  ประธาน


(รองศาสตราจารย์ อุดม หนูทอง)

.....  กรรมการ


(อาจารย์ ส่งศรี ชมภูวงศ์)

.....  กรรมการ

(อาจารย์วีระยุทธ ชาติกาญจน์)

.....  กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิมิตี จันทร์ตรา)

.....  กรรมการ

(อาจารย์วิณา ธิติประเสริฐ)

บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันราชภัฏนครศรีธรรมราช อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้
เป็นส่วนหนึ่ง ของการศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์วิมล คำศรี)

วันที่ 15 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2545

บทคัดย่อ

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือนและบทบาทของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน บ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

ผู้วิจัย

นางรัตยานภิศ พละศึก

สาขา

สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา

ประธานกรรมการที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์อุดม หนูทอง

กรรมการที่ปรึกษา

อาจารย์ต่งศรี ชมภูวงศ์

อาจารย์วิระยุทธ ชาตะกาญจน์

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือนและบทบาทของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน บ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพควบคู่กับระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณในการหาความแตกต่างของการรับรู้ภาวะสุขภาพโดยใช้สถิติ ที่ การทดสอบความแปรปรวนทางเดียว พร้อมทั้งทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ โดยใช้วิธีทดสอบผลต่างนัยสำคัญน้อยที่สุด และใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนสำหรับการหาปัจจัยทำนายที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือสตรีที่มีอายุระหว่าง 40 – 59 ปี ที่มีภาวะการหมดประจำเดือนตามธรรมชาติและคู่สมรส

ผลการวิจัยพบว่า

สตรีวัยหมดประจำเดือนและคู่สมรสมีมโนทัศน์ของ “สุขภาพ” เป็น 2 แนวคิดคือกลุ่มที่มีแนวคิดสุขภาพเป็นภาวะที่ปราศจากโรค และไม่สามารถแสดงบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบในชีวิตประจำวันได้ตามปกติ ซึ่งนำไปสู่การดูแลสุขภาพเชิงรับ กล่าวคือ ถ้าบุคคลไม่มีอาการผิดปกติจนกระทั่งไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ได้ก็จะไม่ให้ความสำคัญกับสุขภาพ และกลุ่มที่มีแนวคิดสุขภาพเป็นผลจากการรักษาคุณภาพของร่างกายอย่างต่อเนื่อง ให้เหมาะสมกับพัฒนาการในวัยต่างๆ ซึ่งนำไปสู่การดูแลสุขภาพเชิงรุก คือ ให้ความสำคัญกับแบบแผนการดำเนินชีวิตในด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และการจัดการกับความเครียด

การรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือนมีความแตกต่างกันซึ่งสามารถแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะ คือ กลุ่มที่ 1 สตรีที่ไม่คิดว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน มีการรับรู้ภาวะสุขภาพในวัยหมดประจำเดือนว่าเป็นภาวะปกติไม่สามารถทำให้เกิดความเจ็บป่วย พิการ หรือเสียชีวิตได้ กลุ่มที่ 2 สตรีที่รู้ว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน รับรู้ภาวะสุขภาพในวัยหมดประจำเดือนว่าเป็นภาวะผิดปกติ และเป็นสาเหตุทำให้เกิดความพิการและเสียชีวิตได้ กลุ่มที่ 3 สตรีที่ประจำเดือนขาดติดต่อกันมากกว่า 1 ปี รับรู้ภาวะสุขภาพในวัยหมดประจำเดือนว่าเป็นภาวะปกติ แต่ถ้าหากสตรีไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับภาวะนี้ได้ อาจทำให้เกิดความพิการแต่ไม่ถึงกับเสียชีวิต ซึ่งจากการสำรวจเชิงปริมาณเกี่ยวกับการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือนพบว่า สตรีทั้ง 3 กลุ่มมีการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพไม่แตกต่างกัน ส่วนการรับรู้ความรุนแรงของการเกิดปัญหาสุขภาพ และการรับรู้ภาวะคุกคามจากปัญหาสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

การรับรู้ของคู่สมรสต่อภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือนแบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 คู่สมรสที่มีแนวคิดว่าการหมคประจำเดือนเป็นเรื่องของผู้หญิง คู่สมรสกลุ่มนี้จะไม่ให้ความสำคัญและไม่รับรู้ว่าสตรีต้องมีการเปลี่ยนแปลงในวัยนี้ และกลุ่มที่ 2 คู่สมรสที่รับรู้ว่าสตรีต้องมีการเปลี่ยนแปลงในวัยหมคประจำเดือน ซึ่งสามารถแบ่งการรับรู้ของคู่สมรสกลุ่มนี้ต่อภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมคประจำเดือนเป็น 3 กลุ่มย่อย คือ กลุ่มที่ 1 เห็นว่าการหมคประจำเดือนเป็นภาวะปกติไม่สามารถทำให้เจ็บป่วย พิการ หรือเสียชีวิตได้ กลุ่มที่ 2 เห็นว่าการหมคประจำเดือนเป็นภาวะปกติหากปรับตัวไม่ได้ อาจทำให้เกิดความพิการ แต่ไม่ถึงกับเสียชีวิต และกลุ่มที่ 3 เห็นว่าการหมคประจำเดือนเป็นภาวะปกติหากปรับตัวไม่ได้ อาจทำให้เกิดความพิการและเสียชีวิตได้ และจากการสำรวจเชิงปริมาณเกี่ยวกับการรับรู้ของคู่สมรสต่อภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมคประจำเดือนพบว่า มีการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพ ความรุนแรงของการเกิดปัญหาสุขภาพ และภาวะคุกคามจากปัญหาสุขภาพในระดับปานกลาง โดยส่วนใหญ่จะรับรู้ปัญหาสุขภาพที่สามารถสังเกตได้ง่าย

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมคประจำเดือนแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะคือ สตรีที่ปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจนเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตตลอดวัยที่ผ่านมา และสตรีที่ปรับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อรักษาภาวะสมดุลในการดำรงชีวิต

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมคประจำเดือนเป็นผลมาจากการการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมคประจำเดือน ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการหมคประจำเดือน ลักษณะการปฏิบัติหน้าที่ สถานภาพสมรส สถานภาพทางการเงิน ความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิต และอิทธิพลระหว่างบุคคลและสื่อต่างๆ ซึ่งจากการศึกษาเชิงปริมาณเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพล

ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน พบว่าขึ้นอยู่กับ การสนับสนุนจาก
แหล่งอื่น บทบาทของครอบครัว และความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิต โดยบทบาทของครอบครัว
ที่มีอิทธิพลสูงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน คือ การพักผ่อนหย่อนใจ
ร่วมกับคู่สมรส และการที่คู่สมรสแนะนำให้ควบคุมอารมณ์



ABSTRACT

The Title	Health Perception of Menopausal Women and Family's Role Influencing Health Promoting-Behavior in Menopausal Women at Ban Na Note, Tambon Kampangsao, Amphoe Muang, Nakhon Si Thammarat
The Author	Mrs. Ratthayanapit Palasuek
Program	Social sciences for Development
Thesis Chairman	Associate Professor Udom Noothong
Thesis Advisor	Arjarn Songsri Chompoowong Arjarn Weerayut Chatakarn

This research is aimed to study the Health Perception of menopausal women and family's role influencing Health Promoting-Behavior in menopausal women at Ban Na Note, Tambon Kampangsao, Amphoe Muang, Nakhon Si Thammarat. The researcher used both qualitative and quantitative methodology to determine differences in Health Perception by t-test, F-test, test the mean of pair difference by LSD (Least Significant Difference) and Stepwise Multiple Regression to examine the predictive factors that have influence on Health Promoting-Behavior. The samples were the menopausal women who are 40-59 years old who are in the period of menopause by nature and their spouses.

The findings were :

Menopausal women and their husbands have two ideas of the concept of health. The first one believes that health is the way without pathology and can't have a role or responsibility in daily life. It leads to taking care of health in general, that is, if a person doesn't show any signs or symptoms, no prevention is done. If the signs or symptoms don't happen to the person until she can't work in her daily life, she doesn't care about it. The second one thinks that health results from taking care continuously according to their ages which leads to prevention what happens to health. This means, it is important to provide their daily life with nutrition, physical activities, health responsibility, personal relationship and stress management.

There are three kinds of Health Perception of menopausal women. The first group thinks that they are not in the period of menopause. Nothing happens to their health, not even the sickness or the disability. The second group accepts what's happened to them in the period of the menopause. They think it might cause pathology, disability, or death. The third group accepts that the period of menopause is a usual way of women's life. If they can't adapt themselves, the trouble or problems may happen to them, but it's not serious. According to the results from F-Test, it was found that the three groups of women knew that there was no difference about perceived susceptibility. The perceived severity and the perceived attack from health problem is significant at the level of .05.

There are two kinds of the spouses' perceptions about Health Perception. The first group doesn't pay close attention to the menopause and doesn't accept ~~what's happened to their wives and they think it's not an important matter.~~ The second group accepts what's happened to their wives. These can be divided into three sub-groups. The first group thinks that menopause can't cause the sickness, disability or death. The second group accepts that adaptation is important for health. It may cause sickness or disability. The last group thinks that adaptation is important. It may cause sickness, disability or death. According to the descriptive statistics about the perception of husbands to Health Perception, it was found that there were perceived susceptibility, perceived severity and perceived attack at the moderate level. Most of them can be observed easily.

The Health Promoting-Behavior can be divided into two ways. The Health Promoting-Behavior of menopausal women which happen in their daily life styles are from experiences and environment. Health Promoting-Behavior of menopausal women who adapt for balance maintain their daily life styles. If women accept and understand the principles of Health Promoting, it can encourage and support their good health. The knowledge about menopause, occupations, current wealth, the marital status, the worries about their daily life and influence between persons and media are all factors which influence their Health-Promoting Behavior. According to Multiple Regression, factors which influence Health Promoting-Behavior depend on support from other resources, the role of family and the seriousness of the daily life. The family's role is in relaxing with their husbands and controlling their emotions suggested by their husbands.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีเนื่องจากได้รับความกรุณาและอนุเคราะห์ช่วยเหลือจากผู้มีพระคุณหลายฝ่าย ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์อุดม หนูทอง ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ อาจารย์ส่งศรี ชมภูวงศ์ และอาจารย์วีระยุทธ ชาตะกาญจน์ กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ตลอดจนให้ความช่วยเหลือในการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ รวมทั้งให้ความรู้และปลูกฝังคุณธรรมทุกๆ ด้านแก่ผู้วิจัย อันเป็นผลให้ผู้วิจัยสามารถทำวิทยานิพนธ์สำเร็จได้ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไมตรี จันทรา และอาจารย์วีณา ธิติประเสริฐ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาชี้แนะแนวทางและระยะเวลาตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ กำนัน ชอ้อน ล่องจำ กำนันคำบลคำแพงเซา ที่ให้ความกรุณาอำนวยความสะดวกตลอดระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทำให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลงได้

ขอกราบขอบพระคุณ ดร.สายสวาท เกตุชาติ และอาจารย์กัลยา เวทยาวงศ์ ที่ให้คำชี้แนะและช่วยเหลือในการเขียนบทคัดย่อภาษาอังกฤษ ซึ่งทำให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณผู้ให้ข้อมูลทุกท่านที่สละเวลาและให้ความร่วมมือในการวิจัยด้วยความเต็มใจและขอบคุณเพื่อนๆ ทุกคนที่ให้กำลังใจตลอดมา โดยเฉพาะคุณจิรารัตน์ ล่องจำ ที่สละเวลาในการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนในการเก็บรวบรวมข้อมูล คุณภาวดี เหมทานนท์ และคุณพนิดา รัตนพรหม ที่ให้ความช่วยเหลือพร้อมทั้งอำนวยความสะดวกในการค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณครอบครัวพละศึก ที่ให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนและเป็นกำลังใจตลอดระยะเวลาในการทำวิทยานิพนธ์

ประ โยชน์และคุณค่าของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอขอบเป็นกตัญญูกตเวทิตา แก่บิดามารดา ครูอาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

รชยานภิศ พละศึก

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	ก
Abstract	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	ช
สารบัญ	ซ
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญแผนภาพ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
ประโยชน์ของการวิจัย.....	9
วิธีดำเนินการวิจัย.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	13
ข้อมูลทั่วไปของบ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง	
จังหวัดนครศรีธรรมราช.....	13
แนวคิดการรับรู้ภาวะสุขภาพ.....	15
แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพยาบาลครอบครัว.....	18
ปัญหาสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	27
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	32
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน	39
3 การรับรู้ภาวะสุขภาพสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	50
การรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	50
การรับรู้ของครอบครัวต่อภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	69

4	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	75
	สตรีที่ปรับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจนเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิต	
	ตลอดวัยที่ผ่านมา.....	75
	สตรีที่ปรับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อรักษาสมดุลของแบบแผน	
	การดำเนินชีวิต.....	81
5	บทบาทของครอบครัวในการสนับสนุนและที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริม	
	สุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	101
	ค่านิยมด้านสุขภาพ.....	101
	บทบาทในการเผชิญปัญหาครอบครัว.....	103
	การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร.....	105
	การสนับสนุนด้านการประเมินเปรียบเทียบ.....	105
	การสนับสนุนด้านทรัพยากร.....	105
6	สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	113
	สรุปผลการวิจัย.....	116
	อภิปรายผลการวิจัย.....	123
	ข้อเสนอแนะ.....	133
	บรรณานุกรม.....	136
	นุศถ อนุกรม.....	142
	ภาคผนวก.....	144
	ประวัติผู้วิจัย.....	163

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพในสตรีที่ไม่คิดว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน.....	52
2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความรุนแรงของการเกิดปัญหาสุขภาพในสตรีที่ไม่คิดว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน.....	53
3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ภาวะคุกคามจากปัญหาสุขภาพในสตรีที่ไม่คิดว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน.....	54
4 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพในสตรีที่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน.....	57
5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความรุนแรงของการเกิดปัญหาสุขภาพในสตรีที่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน.....	58
6 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ภาวะคุกคามจากปัญหาสุขภาพในสตรีที่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน.....	59
7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพในสตรีที่ประจำเดือนขาดหายไปติดต่อกันมากกว่า 1 ปี.....	61
8 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความรุนแรงของการเกิดปัญหาสุขภาพในสตรีที่ประจำเดือนขาดหายไปติดต่อกันมากกว่า 1 ปี.....	62
9 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ภาวะคุกคามจากปัญหาสุขภาพในสตรีที่ประจำเดือนขาดหายไปติดต่อกันมากกว่า 1 ปี.....	63
10 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพ การรับรู้ความรุนแรงของการเกิดปัญหาสุขภาพ และการรับรู้ภาวะคุกคามจากปัญหาสุขภาพ ระหว่างสตรีที่ไม่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน สตรีที่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน และสตรีที่ประจำเดือนขาดหายไปติดต่อกันมากกว่า 1 ปี.....	64
11 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ระหว่างการรับรู้ความรุนแรงของการเกิดปัญหาสุขภาพระหว่างสตรีที่ไม่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน สตรีที่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน และสตรีที่ประจำเดือนขาดหายไปติดต่อกันมากกว่า 1 ปี โดยใช้วิธีการทดสอบแบบ LSD.....	65

12	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ระหว่างการรับรู้ภาวะถูกคาม จากปัญหาสุขภาพระหว่างสตรีที่ไม่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน สตรีที่ รู้ว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน และสตรีที่ประจำเดือนขาดหายไปติดต่อกัน มากกว่า 1 ปี โดยใช้วิธีการทดสอบแบบ LSD.....	66
13	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความรู้เกี่ยวกับการหมดประจำ เดือนของสตรีที่ไม่รู้ตัวว่าตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน(กลุ่มที่ 1) สตรีที่รู้ว่า ตนเองอยู่ในวัยหมดประจำเดือน(กลุ่มที่ 2) และสตรีที่ประจำเดือนขาดหายไป ติดต่อกันมากกว่า 1 ปี(กลุ่มที่ 3).....	68
14	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิด ปัญหาสุขภาพในวัยหมดประจำเดือนของครอบครัว.....	72
15	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความรุนแรงของการเกิด ปัญหาสุขภาพในวัยหมดประจำเดือนของครอบครัว.....	73
16	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ภาวะถูกคามจากปัญหา สุขภาพในวัยหมดประจำเดือนของครอบครัว.....	70
17	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับแบบแผนการบริโภคนอาหาร ของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	85
18	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับแบบแผนการออกกำลังกาย ของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	87
19	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับแบบแผนความรับผิดชอบ ต่อสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	88
20	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับแบบแผนการสร้างสัมพันธภาพ ระหว่างบุคคลของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	89
21	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับแบบแผนการจัดการ กับความเครียดของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	90
22	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปรับตัวทางอารมณ์ และจิตวิญญาณของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	91

23	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	92
24	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	93
25	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	94
26	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเชื่อเกี่ยวกับผลลัพธ์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	95
27	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิตของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	96
28	แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพระหว่างสตรีวัยหมดประจำเดือนที่เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขกับสตรีที่ไม่ได้เป็นอาสาสมัครสาธารณสุข.....	97
29	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณแบบขั้นตอน(Stepwise Multiple Regression) ระหว่างตัวทำนายกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือนบ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมืองจังหวัดนครศรีธรรมราช.....	98
30	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการสนับสนุนของกลุ่มสมรสในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	106
31	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับบทบาทบุตรที่สนับสนุนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	107
32	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับบทบาทพี่น้องที่สนับสนุนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	108
33	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับแหล่งต่าง ๆ ในชุมชนที่สนับสนุนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	109
34	ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนในการทำนายการสนับสนุนของกลุ่มสมรสกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน.....	110

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัย	5
2 ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ส่งสาร สาร และผู้รับสาร	24
3 ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่สนับสนุนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรี วัยหมดประจำเดือน บ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราชจากการศึกษาเชิงคุณภาพ.....	131
4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน บ้านนาโหนด ตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช จากการศึกษาเชิงปริมาณ.....	132