

ฉบับที่ 16/2562 วันที่ 1 -15 พฤษภาคม 2562



ผลของโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมสำหรับผู้สูงอายุที่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในพื้นที่เทศบาลนครนนทบุรี โดย รองศาสตราจารย์ ดร.นิตยา เพ็ญศิริินภา และคณะ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ

วัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมสำหรับผู้สูงอายุที่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และ 2) วัดประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมสำหรับผู้สูงอายุที่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ในพื้นที่เทศบาลนครนนทบุรี ประชากรที่ศึกษา คือ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในชุมชน และผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานและ/หรือโรคความดันโลหิตสูงในพื้นที่เทศบาลนครนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเลือกแบบเจาะจงจำนวน 26 คน และตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานและ/หรือโรคความดันโลหิตสูง ได้จากการสุ่มเลือกศูนย์บริการสาธารณสุข 2 แห่งเป็นพื้นที่ทดลอง และอีก 2 แห่งเป็นพื้นที่ควบคุม และจับฉลากเลือกผู้สูงอายุที่มีคุณลักษณะตามเกณฑ์ รวมตัวอย่างที่เก็บข้อมูลได้ครบ 84 คน เป็นกลุ่มทดลอง 40 คน และกลุ่มควบคุม 44 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วยแนวทางการสนทนากลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย แบบสอบถามความเชื่อในความสามารถตนเอง พฤติกรรมการดูแลตนเอง กิจกรรมทางกาย แบบทดสอบสุขภาพจิต การวัดสมรรถนะทางกายสำหรับผู้สูงอายุ การตรวจสุขภาพและการตรวจเลือด ค่าความเที่ยงของเครื่องมือที่เป็นแบบสอบถามความเชื่อ และวัดสุขภาพจิตเท่ากับ 0.83 และ 0.86 ตามลำดับ และเครื่องมือในการทดลองเป็นโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้นจากการมีส่วนร่วมของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย เก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลองนาน 3 เดือน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และการทดสอบที่

ผลการศึกษาพบว่า 1) โปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้นมีรูปแบบเน้นกระบวนการเสริมพลังเพื่อส่งเสริมการจัดการตนเอง โดยให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้ปัญหาและความเสี่ยงด้านสุขภาพของตน ประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง มีการฝึกทักษะให้ร่วมวางแผนและเป้าหมายในการดูแลตัวเองด้านการบริโภคอาหาร ออกกำลังกาย จัดการความเครียด และการใช้ยา จัดกิจกรรม 4 ครั้งห่างกันทุก 1 เดือน มีการจัดกลุ่มย่อยเพื่อกระตุ้นสมาชิกและแข่งขันกันระหว่างกลุ่ม 2) การประเมินประสิทธิผลพบว่ากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพ มีผลลัพธ์ที่ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ในด้านความเชื่อในความสามารถตนเอง พฤติกรรมการดูแลตนเอง สมรรถนะทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนล่างและส่วนบน ความอดทนด้านแอโรบิก ความอ่อนตัวส่วนล่าง ความว่องไวและการทรงตัว ระดับน้ำตาลในเลือด และน้ำตาลในเลือดสะสม ไขมันโคเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ และเอชดีแอล รวมทั้งสุขภาพจิต เมื่อเปรียบเทียบกับผลหลังการทดลองระหว่างกลุ่ม พบว่ากลุ่มทดลองมีผลลัพธ์ด้านสุขภาพที่ดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในประเด็นสมรรถนะทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนบน ความอดทนด้านแอโรบิก ความอ่อนตัวส่วนล่าง ความอ่อนตัวส่วนบนข้างซ้าย และความว่องไวและการทรงตัว เส้นรอบเอว ความดันโลหิตตัวบน ไขมันไตรกลีเซอไรด์ ไขมันเอชดีแอล และสุขภาพจิต



Logo of the institution and a circular seal. Thai text: สมุดบันทึกสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง. Illustration of two elderly people. Thai text: โดย รศ.ดร.นิตยา เพ็ญศิริินภา และคณะ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. Thai text: ภายใต้โครงการวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพแบบมีส่วนร่วม สำหรับผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ในพื้นที่เทศบาลนครนนทบุรี โดยความร่วมมือกับเทศบาลนครนนทบุรี

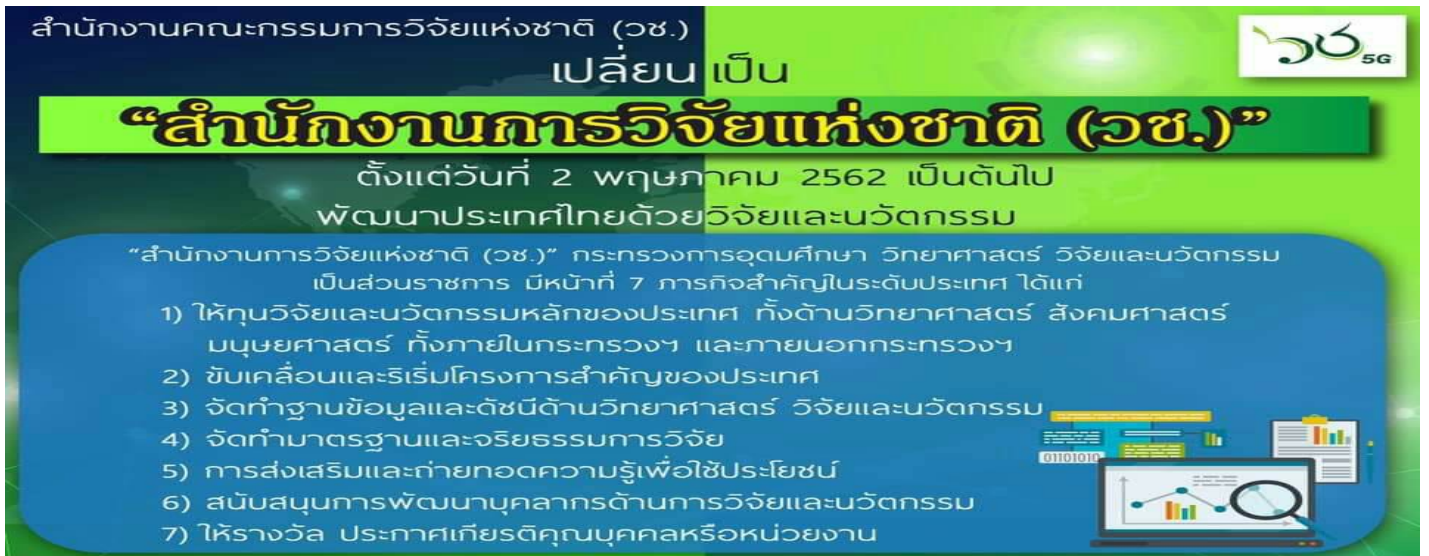
สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.)
เปลี่ยนเป็น

“สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.)”

ตั้งแต่วันที่ 2 พฤษภาคม 2562 เป็นต้นไป
พัฒนาประเทศไทยด้วยวิจัยและนวัตกรรม

“สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.)” กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม เป็นส่วนราชการ มีหน้าที่ 7 ภารกิจสำคัญในระดับประเทศ ได้แก่

- 1) ให้ทุนวิจัยและนวัตกรรมหลักของประเทศ ทั้งด้านวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์ ทั้งภายในกระทรวงฯ และภายนอกกระทรวงฯ
- 2) ขับเคลื่อนและริเริ่มโครงการสำคัญของประเทศ
- 3) จัดทำฐานข้อมูลและดัชนีด้านวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม
- 4) จัดทำมาตรฐานและจริยธรรมการวิจัย
- 5) การส่งเสริมและถ่ายทอดความรู้เพื่อใช้ประโยชน์
- 6) สนับสนุนการพัฒนาบุคลากรด้านการวิจัยและนวัตกรรม
- 7) ใ้รางวัล ประกาศเกียรติคุณบุคคลหรือหน่วยงาน



การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค มีความประสงค์จะจ้างที่ปรึกษาเพื่อดำเนินโครงการสำรวจเพื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับลูกค้า และตลาด ประจำปี 2562 โดยวิธีคัดเลือก ผู้สนใจสามารถเข้ารับฟังคำชี้แจงข้อกำหนดขอบเขตงาน (TOR) ในวันที่ 7 พฤษภาคม 2562 ณ ห้องประชุม KM ชั้น 3 อาคาร LED สำนักงานใหญ่ การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค และกำหนดยื่นข้อเสนอภายใน วันที่ 22 พฤษภาคม 2562 ณ กองบริการลูกค้าและวิศวกรรม ภาค 3 อาคาร 2 ชั้น 5 สำนักงานใหญ่ การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค (กฟภ.) กรุงเทพฯ หรือสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ คุณพยล ลิขิตเจริญ รองผู้อำนวยการกองบริการลูกค้าและวิศวกรรม ภาค 3 โทร. 0 2590 9331, 08 1616 2391 (เรื่องการจัดส่งเอกสาร) คุณทรงศักดิ์ สุกุลนิมพร โทร. 0 2590 9538, 08 0733 7319 (เรื่องข้อกำหนดขอบเขตของงาน)

มหาวิทยาลัยมหิดล ขอเชิญเข้าร่วมการประชุมวิชาการระดับนานาชาติด้านคนพิการ ครั้งที่ 6 The 6th Ratchasuda International Conference on Disability 2019 “Creating a World of Opportunities for All” ระหว่างวันที่ 15-17 พฤษภาคม 2562 ณ โรงแรมศาลายา พาวิลเลียน ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมความร่วมมือของเครือข่ายภาคีสถาบันการศึกษา และหน่วยงานองค์กรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องในการผลิตและเผยแพร่ผลงานทางวิชาการด้านคนพิการในระดับนานาชาติ ผู้สนใจสามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.rs.mahidol.ac.th> หรือ โทร. 0 2889 5315-9 ต่อ 1113, 1118

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง วิทยาเขตชุมพรเขตอุดมศักดิ์ ขอเชิญเข้าร่วมการประชุมวิชาการระดับชาติ ประจำปี 2562 (IAMBEST 2019) ครั้งที่ 4 ด้านสารสนเทศ การเกษตร การจัดการ บริหารธุรกิจ วิศวกรรมศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (The 4th National Conference on Informatics, Agriculture, Managment, Business administration, Engineering, Sciences and Technology IAMBEST 2019) ระหว่างวันที่ 30-31 พฤษภาคม 2562 ณ โรงแรม Tinidee Hotel@Ranong อำเภอเมือง จังหวัดระนอง ผู้สนใจสามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.pcc.kmitl.ac.th/iambest> หรือ ประสานงานได้ที่ คุณนารอร สว่างวงศ์ โทร. 09 0789 3114

วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล ล้านนา ตาก มหาวิทยาลัยปทุมธานีและอื่นๆ ขอเชิญเข้าร่วมการประชุมวิชาการระดับชาติ “นอร์ทเทิร์นวิจัย” ครั้งที่ 5 ประจำปีการศึกษา 2561 “บูรณาการงานวิจัย ขับเคลื่อนเศรษฐกิจไทยด้วยนวัตกรรม” ในวันที่ 31 พฤษภาคม 2562 ณ วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น จังหวัดตาก ผู้สนใจสามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ http://www.northern.ac.th/mew_web/conference/ หรือ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ e-mail : research.noethern@gmail.com โทร. 0 5551 7488 และ 09 5640 7839

ข่าววิจัยนอกรั้ว



มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ขอเชิญเข้าร่วมการประชุมวิชาการระดับชาติสวนดุสิต ครั้งที่ 4 หัวข้อ “ศาสตร์ พระราชา พัฒนาคุณภาพชีวิต นวัตกรรมเพิ่มผลผลิต ส่งเสริมเศรษฐกิจด้วยงานวิจัย” ในวันที่ 14 มิถุนายน 2562 ณ Hall 4 อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษา ศูนย์วิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต กรุงเทพฯ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวทีนำเสนอ แลกเปลี่ยนความรู้ทางวิชาการจากงานวิจัยระหว่างคณาจารย์ นักศึกษา นักวิจัยและนักวิชาการ ทั้งจากหน่วยงานภายในและ ภายนอกมหาวิทยาลัย และเป็นการพัฒนาเครือข่ายความร่วมมือทางวิชาการด้านการวิจัยให้เข้มแข็ง ผู้สนใจสามารถดู รายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.conference.sci.dusit.ac.th/sdn2019/> หรือ โทร. 0 2423 9401-6 เบอร์มือถือ 09 8556 3776



มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ขอเชิญเข้าร่วมการประชุมวิชาการ 7th International Conference on Creative Technology & 3rd National Conference on Creative Technology ในหัวข้อ “Multidisciplinary for Sustainable Education and Energy” ระหว่างวันที่ 19-21 มิถุนายน 2562 ณ โรงแรม Loft Mania Boutique Hotel จังหวัดชุมพร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปิดโอกาสให้คณาจารย์ นักวิจัยและนักศึกษาได้นำเสนอและ เผยแพร่งานวิจัย นวัตกรรม และสิ่งประดิษฐ์ ด้านเทคโนโลยีเชิงสร้างสรรค์ต่อสาธารณชน อันจะเป็นการแลกเปลี่ยนความ คิดเห็นและความก้าวหน้าของงานวิจัย ซึ่งจะนำไปสู่การยกระดับและพัฒนาคุณภาพงานวิจัย ตลอดจนการสร้างเครือข่ายกับ หน่วยงานภายนอกมหาวิทยาลัย ผู้สนใจสอบถามรายละเอียดได้ที่ นางสาวเกตุวดี อุเทน e-mail : rdi@rmutk.ac.th หรือ โทร. 0 2287 9600 ต่อ 1177



มหาวิทยาลัยคริสเตียน ขอเชิญเข้าร่วมการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 5 เรื่อง ก้าวล้ำนวัตกรรมวิจัย และดิจิทัลเพื่อสังคมสุขภาพ ในวันที่ 25 มิถุนายน 2562 ณ ห้องประชุม 1-204 อาคารบริหาร มหาวิทยาลัยคริสเตียน โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวทีให้คณาจารย์ นักศึกษา นักวิจัยและนักวิชาการ ได้เผยแพร่ผลงานวิจัยสู่สาธารณชนและนำไปสู่การใช้ ประโยชน์การพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้สนใจสามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ อาจารย์วรณดี สุทธิศักดิ์ โทร. 0 83 030 8828 หรือ 034388 555



สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) อยู่ระหว่างเปิดรับข้อเสนอโครงการนักวิจัย แกนนำ ประจำปี 2562 เพื่อสนับสนุนนักวิจัยศักยภาพสูง ที่มีการทำงานเป็นทีม เกิดเป็นกลุ่มวิจัยที่เข้มแข็งให้สร้างสรรค งานวิจัยใหม่ หรือต่อยอดจากความรู้ความเชี่ยวชาญที่มี ซึ่งอาจนำไปสู่การใช้ประโยชน์ที่ตอบโจทย์ประเทศ สังคม และ/หรือ อุตสาหกรรมอนาคต รวมทั้งการสร้างเชื่อมโยงกับภาคส่วนต่างๆ ตั้งแต่บัดนี้จนถึงวันที่ 30 มิถุนายน 2562 ผู้สนใจ สามารถดูรายละเอียดได้ที่ <http://www.nstda.or.th/ResearchChairGrant/> หรือสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ โทร. 0 2644 8150 ต่อ 81832-3, 81882 และ 81843