

ผลของโปรแกรมลดพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่

The Effects of Reduced Alcohol Consumption Behavior Program in Adulthood

กัลยา โสทนทอง

นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน
ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการลดพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่โดยประยุกต์ใช้รูปแบบ Information Motivation Behavior skill model กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ใหญ่เพศชายในเขตตำบลบ้านบัว อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากแบบประเมินพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Audit) ที่มีค่าคะแนนระหว่าง 8-19 คะแนน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 40 คน เก็บข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ จำนวนร้อยละ การทดสอบค่าที (Pair t-test ,Independent t- test) และสถิติ Repeated measures ANOVA

ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความรู้และทักษะการปฏิบัติหลังเข้าร่วมโปรแกรมมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($p\text{-value} < 0.05$) และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ($p\text{-value} < 0.05$) กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยแรงจูงใจหลังเข้าร่วมโปรแกรมไม่แตกต่างจากก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($p\text{-value} < 0.05$) แต่สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ($p\text{-value} < 0.05$) และหลังเข้าร่วมโปรแกรมและระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลงกว่าระยะก่อนการทดลอง ($p\text{-value} < 0.05$) และลดลงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ($p\text{-value} < 0.05$)

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

โปรแกรมนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในแต่ละพื้นที่ได้แต่จะต้องมีการค้นหาความรู้ที่เฉพาะเหมาะสมกับบริบท มีการสร้างแรงจูงใจทั้งแรงจูงใจภายในตนเองและแรงจูงใจภายนอก เช่น การใช้แรงสนับสนุนจากครอบครัวเพื่อโน้มน้าวให้ลดการดื่ม และมีการค้นหาทักษะพฤติกรรมที่มีความเฉพาะในแต่ละพื้นที่

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. อาจพบข้อจำกัดทางด้านเวลาในการจัดกิจกรรมซึ่งจะมีผลต่อการวิจัย จึงควรจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับบริบทของชุมชน
2. ควรเน้นในเรื่องของความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ด้านการก่อมะเร็ง และ แรงจูงใจในหลีกเลี่ยงการดื่มน้ำเกี่ยวกับปัจจัยด้านเศรษฐกิจเพื่อสร้างความเข้าใจและแรงจูงใจให้มากขึ้น
3. ควรมีการศึกษาในกลุ่มประชากรวัยอื่นๆ เช่น ในกลุ่มวัยรุ่น ในกลุ่มนักดื่มหน้าใหม่ ที่มีความเสี่ยงต่อการดื่มน้ำแอลกอฮอล์
4. ด้านการสร้างแรงจูงใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มน้ำแอลกอฮอล์ (Motivation) ควรมีการให้แรงสนับสนุนทางสังคมเข้ามามีส่วนร่วม โดยเฉพาะบุคคลในครอบครัวซึ่งมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม