

**ชื่อเรื่อง :** แนวโน้มภาวะสุขภาพของบุคลากรกลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยผ่าตัด โรงพยาบาลศรีสะเกษ

**ชื่อผู้วิจัย พร้อมหน่วยงาน :** นางสาวชุตินา บุญขวาง งานห้องผ่าตัด

**บทนำและวัตถุประสงค์ :** โรงพยาบาลเป็นสถานบริการที่ให้บริการทางสุขภาพ เพื่อส่งเสริม ป้องกัน รักษาและฟื้นฟูสุขภาพ ซึ่งผู้ให้บริการจะต้องมีสุขภาพกาย สุขภาพจิต อารมณ์ สังคมที่ดีและเป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพ เป็นผู้นำทางด้านสุขภาพที่ดีด้วย การตรวจสุขภาพประจำปีของบุคลากรที่ให้บริการ เป็นการคัดกรองเบื้องต้นเพื่อประเมินและทราบถึงความผิดปกติของร่างกายเพื่อให้แพทย์สามารถทำการวินิจฉัย รักษาอย่างถูกต้องให้การช่วยเหลือได้

**วิธีการศึกษา :** จากผลการศึกษา ๓ ปีย้อนหลัง พบว่า บุคลากรเห็นความสำคัญของการตรวจสุขภาพประจำปีมากขึ้น และโดยภาพรวมกลุ่มสุขภาพดีมีมากขึ้น กลุ่มผลตรวจทางห้องปฏิบัติการผิดปกติ มีแนวโน้มสูงขึ้น ซึ่งจะต้องมีการคัดกรองและเฝ้าระวังมิให้เจ็บป่วย แต่ต้องส่งเสริมหรือจัดกิจกรรมให้ออกกำลังกาย เพื่อให้สุขภาพดี ส่วนกลุ่มที่เจ็บป่วยหรือต้องพบแพทย์เพื่อรักษามีลดลงเล็กน้อยแต่พบว่ามี การติดเชื้อที่ต้องเฝ้าระวัง มีการแพร่กระจายเชื้อได้ง่าย ต้องรับประทานยาอย่างต่อเนื่องจนครบ ๑ ราย

**ผลการศึกษา :** บุคลากรส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ๖๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๗๓ และชาย ๒๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๖.๕ อายุส่วนใหญ่ อยู่ในช่วง ๒๕-๓๔ ปี คิดเป็นร้อยละ ๔๒.๑๖ ส่วนน้อย ๕๕ ปีขึ้นไป ๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๗.๒๒ ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการพบว่า บุคลากรกลุ่มสุขภาพดีเพิ่มขึ้น กลุ่มผลทางห้องปฏิบัติการเพิ่มมากขึ้น กลุ่มที่มีการเจ็บป่วยลดลง สรุปผลการตรวจสุขภาพบุคลากรห้องผ่าตัด ประจำปี ๒๕๖๐ ล่าสุด พบว่า บุคลากรห้องผ่าตัด ๘๓ คนตรวจสุขภาพประจำปี ครบ ๑๐๐ % บุคลากรสุขภาพดี มี ๒๔ คน คิดเป็น ๒๘.๙๑ % บุคลากรกลุ่มเสี่ยง ที่มีผลเลือด/ ผล X-Ray ผิดปกติ ๕๓ คน ส่วนบุคลากรกลุ่มป่วย หรือ ต้องรับยารักษาต่อ / พบแพทย์ ๖ คน รับยาความดัน ๔ ราย คิดเป็น ๔.๘๒ % โรคหัวใจ ๓ ราย คิดเป็น ๓.๖ % แนวทางการแก้ปัญหา/ข้อเสนอแนะ ส่งเสริมให้บุคลากรรับประทานอาหารเช้าเพื่อสุขภาพ ส่งเสริมให้ออกกำลังกายในวันจันทร์ พุธ ศุกร์ สัปดาห์ละ ๓ วัน วันละ ๓๐ นาที เวลา ๘.๓๐น.-๙.๐๐ น. หรือ ๑๕.๓๐-๑๖.๐๐ น.หรือ ออกกำลังกายนอกสถานที่ สวนสาธารณะ ฝึกโยคะ ทำจิตใจให้สบาย ไม่เครียดพักผ่อนให้เพียงพอ พบแพทย์/ตรวจตามนัด

**สรุปและข้อเสนอแนะ :** จากผลการศึกษาพบว่า แนวโน้มคนที่ออกกำลังกายมากขึ้นทุกวัน ควรสนับสนุนให้ผู้ที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอทุกวันเป็นต้นแบบผู้นำทางด้านสุขภาพ ควรสนับสนุนให้ออกกำลังกายในที่ทำงานเวลาว่างเพื่อปลูกจิตสำนึกการรักสุขภาพ รมรงค์การลดปัจจัยเสี่ยง ไม่รับประทานอาหารที่มีไขมันหรือน้ำตาลสูง ควรส่งเสริมให้มีการรับประทานอาหารเช้าเพื่อสุขภาพ ควรจัดโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มีการประเมินผลสุขภาพโดยรวมของบุคลากรกลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยผ่าตัด โรงพยาบาลศรีสะเกษ และนำเสนอผู้บริหารทุกปี