

# ความสุข ความเครียด และสาเหตุความเครียด ของ นิสิตเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พรพิมล ขจรภพ<sup>1</sup>, พิสมัย สอนสา<sup>1</sup>, ราตรี แมนไรสง<sup>1</sup>

**บทนำ:** งานกิจการนิสิตของคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มีหน้าที่หลักคือ ช่วยให้นิสิตมีความพร้อมในการศึกษา และช่วยพัฒนานิสิตเป็นคนที่มีสมรรถนะทั้ง 4 มิติ คือ ร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา พร้อมเป็นผู้ประกอบวิชาชีพและอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข เพื่อให้เข้าใจนิสิตมากขึ้น งานกิจการนิสิตจึงทำการประเมินความสุข ความเครียด และสาเหตุความเครียดของนิสิต **วิธีการดำเนินการวิจัย:** งานวิจัยเชิงพรรณนา ศึกษาในนิสิตชั้นปีที่ 1-5 เทอม 1 ปีการศึกษา 2556 แจกแบบสอบถามนิสิตชั้นปีละ 60 คน รวมทั้งหมด 300 คน นิสิตตอบกลับ จำนวน 209 คน (ร้อยละ 69.67) เก็บข้อมูลเดือน กรกฎาคม-สิงหาคม 2556 ใช้แบบประเมินความเครียดด้วยตนเอง จำนวน 20 ข้อ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขและประเมินความสุขด้วย Visual Analogue Scale **ผลการศึกษาวิจัย:** นิสิตเภสัชศาสตร์ 209 คน เป็นชั้นปี 1 จำนวน 60 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 59 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 40 คน ชั้นปีที่ 4 จำนวน 30 คน และชั้นปีที่ 5 จำนวน 20 คน เป็นเพศชาย 58 คน (ร้อยละ 28.2) และเพศหญิง 148 (ร้อยละ 71.8) ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 72.7) เข้าร่วมกิจกรรมของคณะบางครั้งถึงเป็นประจำ เกรดเฉลี่ย 3.55±0.37 ค่าใช้จ่ายเฉลี่ย 6,791.67±4,780.65 บาท/เดือน ดัชนีมวลกายเฉลี่ย 20.85±3.37 กก./เมตร<sup>2</sup> นิสิตทั้งหมดมีคะแนนความสุขเฉลี่ย (0-100) 74.93±14.10 ซึ่งอยู่ในระดับดี โดยชั้นปีที่ 2 มีคะแนนความสุขสูงสุด 78.66±12.01 ขณะที่ชั้นปีที่ 5 มีคะแนนความสุขต่ำสุด 69.53±22.34 คะแนนความเครียดภาพรวมเฉลี่ย 16.99±6.68 ซึ่งอยู่ในระดับปกติหรือไม่เครียด ชั้นปี 1 มีคะแนนความเครียดสูงสุด 18.08±6.15 คือมีความเครียดสูงกว่าปกติเล็กน้อย ชั้นปี 3 มีคะแนนความเครียดต่ำสุด 15.50±7.07 หรือระดับปกติ สาเหตุของความเครียดของนิสิตทั้งหมด 3 อันดับแรกคือ 1) การเรียน 2) สภาพสิ่งแวดล้อม และ 3) สุขภาพของตนเอง **สรุปผลการวิจัย:** นิสิตเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคามมีความสุขในระดับดี มีความเครียดระดับปกติหรือไม่เครียด โดยชั้นปี 1 มีระดับความเครียดสูงกว่าปกติเล็กน้อย โดยสาเหตุหลักของความเครียดของนิสิตทั้งหมด 3 อันดับแรก คือ การเรียน สภาพสิ่งแวดล้อม และสุขภาพของตนเอง

**คำสำคัญ:** ความสุข ความเครียด สาเหตุ นิสิตเภสัชศาสตร์  
กิจการนิสิต

<sup>1</sup>คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

**\*Corresponding author:** คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม 44150  
โทรศัพท์/โทรสาร 043-754360  
e-mail: pronpimon.k2@gmail.com

# ความรู้ ทักษะ พฤติกรรม และปัจจัยที่มีผลต่อการ จัดการอาการปวดเรื้อรังของผู้ป่วยในชุมชนที่ไม่ได้เกิด จากโรคมะเร็ง

พรรณฉวี อาจศรี<sup>1</sup>, จุฑาภรณ์ สุจริต<sup>1</sup>, สมพร เพ็งงาม<sup>1</sup>, ราตรี สว่างจิต<sup>1</sup>,  
ภัทรินทร์ กิตติบุญญาคุณ<sup>1</sup>

**บทนำ:** อาการปวดเรื้อรังที่ไม่ได้เกิดจากโรคมะเร็งเป็นปัญหาสุขภาพที่ยังขาดการจัดการและดูแลผู้ป่วยที่เหมาะสม การเข้าใจบริบทของผู้ป่วยและปัจจัยที่มีผลต่อการจัดการอาการปวดจะช่วยให้สามารถวางแผนดูแลผู้ป่วยได้ดีขึ้น ผู้วิจัยจึงทำการศึกษานี้เพื่อประเมินความรู้ ทักษะ พฤติกรรมและปัจจัยที่มีผลต่อการจัดการอาการปวดเพื่อช่วยให้บุคลากรทางการแพทย์เลือกและพัฒนาแนวทางการรักษาผู้ป่วยได้เหมาะสม **วิธีการดำเนินการวิจัย:** การวิจัยแบบผสม คือ การวิจัยเชิงปริมาณ ใช้แบบสอบถามประยุกต์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย กลุ่มตัวอย่าง คือ ประชาชนบ้านมะกอกหมู่ 18 (กลุ่มที่ 1) และบ้านดอนเวียงจันทร์ หมู่ 8 (กลุ่มที่ 2) จำนวน 12 และ 11 คน ตามลำดับ และการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกด้วยแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากการศึกษาเชิงปริมาณ 10 คน **ผลการศึกษาวิจัย:** ผลการศึกษาเชิงปริมาณพบว่าทั้งสองกลุ่มมีความรู้และพฤติกรรมการจัดการอาการปวดในระดับดี แต่มีทัศนคติในระดับปานกลาง ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกैया คือ คำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ ความสะดวก และคำแนะนำของเพื่อนบ้าน ตามลำดับ ปัญหาจากการใช้ยาแก้ปวดที่พบมากที่สุดจากตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม คือ การรับประทานยาที่ไม่ระบุด้วยยาสำคัญ และในกลุ่มที่สอยังพบปัญหาการใช้ยาชุดแก้ปวดด้วย ผลการศึกษาเชิงคุณภาพพบว่าการจัดการความปวดแบ่งได้ 3 กลุ่ม คือ การดูแลตัวเองโดยใช้ยาไม่ใช้อยา และใช้ 2 วิธีร่วมกัน ยาที่นิยมใช้คือ ยาพาราเซตามอลวิธีไม่ใช้อยาคือ การบิบนวด และสามารถจำแนกแนวคิดผู้ป่วยได้ 5 ประเด็นหลัก คือ (1) มุมมอง การรับรู้และผลกระทบต่อการปวดเรื้อรังที่ไม่ได้มีสาเหตุจากมะเร็ง (2) พฤติกรรมการจัดการอาการปวดเรื้อรังที่ไม่ได้มีสาเหตุจากมะเร็ง (3) วิธีการจัดการอาการปวด (4) ทักษะต่อยาบรรเทาอาการปวด (5) ทักษะต่อบุคลากรทางการแพทย์ในการจัดการอาการปวด **สรุปผลการวิจัย:** ความเข้าใจผู้ป่วย และการทราบปัญหาการจัดการอาการปวดรวมถึงการใช้ยาแก้ปวด สามารถใช้พัฒนาบทบาทเภสัชกรในการทำงานร่วมกับทีมสหวิชาชีพเพื่อดูแลผู้ป่วยที่มีอาการปวดเรื้อรังในชุมชนได้

**คำสำคัญ:** ความรู้ ทักษะ พฤติกรรม ปัจจัยที่มีผลต่อการจัดการอาการปวดเรื้อรัง ปัญหาจากการใช้ยาแก้ปวด

<sup>1</sup>คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

**\* Corresponding author:** คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม 44150  
โทรศัพท์ 086-397-4387, e-mail: ratree1085@yahoo.com