

กลวิธีทางสุขศึกษากับการป้องกันนักสูบบุหรี่หน้าใหม่

ภุริภัทร์ ชีระลักษณ์¹ นวรัตน์ โมทนา²

ธวัชชัย ศรีกัน³ ทักษิณ ถิ่นเมือง⁴

¹ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่สรวย จ.เชียงราย

² เจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชนชำนาญงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าก้อ อ.แม่สรวย จ.เชียงราย

³ เจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชนปฏิบัติงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลป่าแดด อ.แม่สรวย จ.เชียงราย

⁴ นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลศรีถ้อย อ.แม่สรวย จ.เชียงราย

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มุ่งศึกษาผลของการให้ความรู้พิษภัยบุหรี่โดยผู้ไร้กล่องเสียงต่อความรู้สึกล้วพิษภัยของบุหรี่และการไม่ยากริลองสูบบุหรี่ในเด็กนักเรียนของ ต.ท่าก้อ อ.แม่สรวย จ.เชียงราย เป็น การวิจัยเชิงทดลองประเมินผลใน 2 โรงเรียน หนึ่งแห่งทดลองในนักเรียนระดับประถมศึกษา และอีก หนึ่งแห่งทดลองในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น รวมนักเรียน 206 คน โดยใช้กลวิธีทางสุขศึกษาคือการ จัดกิจกรรมให้ความรู้โดยผู้ไร้กล่องเสียงที่เป็นตัวแบบเชิงลบจากนั้นเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถามก่อน-หลังการให้ความรู้เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติ paired t-test ซึ่งผลการทดลองพบว่า หลังการได้รับกิจกรรมให้ความรู้โดยผู้ไร้กล่องเสียง นักเรียนมีความกลัว พิษภัยบุหรี่ กลัวพิษภัยของควันบุหรี่มือสอง กลัวเป็นโรคจากการสูบบุหรี่ การไม่ยากริลองสูบบุหรี่ ความตั้งใจไม่สูบบุหรี่และคิดว่ากิจกรรมสุขศึกษามีผลต่อความต้องการเลิกบุหรี่เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อน การได้รับกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ดังนั้นโรงเรียนควรให้ความสำคัญในการ ออกแบบกลวิธีการศึกษาอย่างเหมาะสมเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับนักเรียนซึ่งจะมีผลในการ ป้องกันนักสูบบุหรี่หน้าใหม่ได้

คำสำคัญ: กลวิธีทางสุขศึกษา / การป้องกัน / นักสูบบุหรี่หน้าใหม่

* Corresponding author: ภุริภัทร์ ชีระลักษณ์, นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่สรวย จ.เชียงราย
E-mail : phuri7919@gmail.com

Educational Method and Preventing New-Young Smoker

Phuriphat Theeralux^{1*} Nuanrat Motana²
Thawatchai Srikan³ Taksin Tinmuang⁴

¹ Public Health specialist, Mae-sruay District Health Office, Chiangrai Province

² Community Health Officer, Tumbon Thakoa Health Promotion Hospital, Chiangrai Province

³ Community Health Officer, Tumbon Padad Health Promotion Hospital, Chiangrai Province

⁴ Public Health Officers, Tumbon Sritoy Health Promotion Hospital, Chiangrai Province

Abstract

This study aimed to evaluate an effect of an educational method regarding cigarette harm by to fear of cigarette harm and undesired to initiate smoking among school children in Tumbon Thakoa, Mae-sruay District, Chiangrai Province. This study was an experimental evaluation research that operated in 206 students of two schools; one was primary school and another was secondary school. An intervention was an education program by patient without larynx as negative modeling. Data were collected during pre and post program by questionnaire. Paired t-test statistic was used to analyze means' difference within group before and after an intervention program. The results showed that after student participated in an intervention program by patient without larynx, there were differences respectively in scared of cigarettes' harm, danger of second hand smoke, and disease from smoking and also undesired to initiate smoking, and desire to quite among smokers ($p < 0.001$). Thus, school should give importance to design appropriately education method to create immune among students to protect them from being new-young smokers.

KEY WORDS: EDUCATIONAL METHOD / PREVENTION / NEW-YOUNG SMOKER

* Corresponding author: Phuriphat Theeralux, Public Health specialist, Maesruay District Health Office, Chiangrai Province E-mail : phuri7919@gmail.com

คำนำ

ยุทธศาสตร์ของแผนชาติตามยุทธศาสตร์ของกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ.2555-2557 กำหนดยุทธศาสตร์การควบคุมยาสูบให้มีประสิทธิภาพประกอบด้วย 8 ประการด้วยกัน คือ 1) การป้องกันนักสูบหน้าใหม่ 2) บริการช่วยเหลือยาสูบ 3) ลดพิษภัยของผลิตภัณฑ์ยาสูบ 4) สร้างสิ่งแวดล้อมปลอดบุหรี่ 5) เสริมสร้างความเข้มแข็งและพัฒนาขีดความสามารถในการดำเนินการควบคุมยาสูบ 6) ควบคุมยาสูบผิดกฎหมาย 7) มาตรการทางภาษี และ 8) เฝ้าระวังอุตสาหกรรมยาสูบ¹ ซึ่งหนึ่งในยุทธศาสตร์ที่สำคัญหนึ่งคือ การป้องกันนักสูบหน้าใหม่หรือการปกป้องเด็กและเยาวชนจากการสูบบุหรี่ ทั้งนี้เนื่องจากในช่วงเวลาที่ผ่านมาปัญหาของการควบคุมยาสูบของประเทศไทยที่เป็นประเด็นท้าทายคือ การควบคุมอัตราการสูบบุหรี่ในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่คงที่และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ดังจะเห็นได้จากข้อมูลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2547-2556 แสดงให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในช่วง 10 ปีของการสูบบุหรี่ของเยาวชนอายุ 15-24 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.11 ในปี พ.ศ. 2547 และเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นร้อยละ 15.24 (พ.ศ.2550), 15.90 (พ.ศ. 2552), 16.60 (พ.ศ. 2554) และ 15.07 (พ.ศ. 2556)² และเมื่อพิจารณาเจาะจงเฉพาะวัยรุ่นอายุ 15-18 ปีในช่วงเวลาเดียวกันยังแสดงให้เห็นแนวโน้มการเพิ่มขึ้นที่ชัดเจนจากร้อยละ

6.58 ในปี พ.ศ. 2547 เป็นร้อยละ 7.25 (พ.ศ. 2550), 7.62 (พ.ศ. 2552), และ 9.21 (พ.ศ. 2554)³

อัตราการสูบบุหรี่ของเยาวชนที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเป็นปรากฏการณ์ที่น่าห่วงใย และเป็นเงื่อนไขสำคัญที่ทำให้การควบคุมยาสูบในประเทศไทยไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ความพยายามในการป้องกันการสูบบุหรี่ในกลุ่มเด็กและเยาวชนหรือการป้องกันนักสูบหน้าใหม่ถือเป็นภารกิจสำคัญของภาคีเครือข่ายในการควบคุมยาสูบในสังคมไทย ทั้งหน่วยงานของรัฐทั้งสถาบันการศึกษา หน่วยงานสาธารณสุข หน่วยงานท้องถิ่น รวมถึงภาคเอกชน อาทิ มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เครือข่ายวิชาชีพสุขภาพเพื่อสังคมไทยไม่สูบบุหรี่ เครือข่ายครู นักรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ เป็นต้น และภาคประชาชนที่เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานเพื่อป้องกันและควบคุมการสูบบุหรี่ในเยาวชนให้ประสบความสำเร็จ ในการนี้เครือข่ายผู้ไร้กล่องเสียงนับเป็นหนึ่งในเครือข่ายที่เกิดขึ้นเพื่อหนุนเสริมการรณรงค์และการสร้างความตระหนักในพิษภัยของยาสูบที่ให้เห็นเป็นรูปธรรมจากอาการเจ็บป่วยที่แสดงให้เห็นเป็นปัญหาต่อสุขภาพและความรุนแรงที่มีต่อการดำรงชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว เครือข่ายผู้ไร้กล่องเสียง⁴ ในฐานะผู้ได้รับผลกระทบหรือเหยื่อจากการสูบบุหรี่ได้พยายามใช้อาการ

เจ็บป่วยและความทุกข์ทรมานจากการเจ็บป่วยเพื่อแสดงให้เห็นประชาชนทุกเพศทุกวัยได้เห็นเป็นตัวอย่างถึงผลเสียจากการสูบบุหรี่

การเห็นตัวอย่างการเจ็บป่วยของผู้อื่นเป็นหนึ่งในแนวทางการให้เห็นตัวแบบเชิงลบ (negative modeling) ที่ทำให้เกิดการรับรู้และตระหนักถึงพิษภัยของการสูบบุหรี่ และผลเสียที่จะเกิดขึ้นหากบุคคลสูบบุหรี่ ดังนั้นการให้ผู้ป่วยไร้กล่องเสียงเป็นตัวแบบเชิงลบด้วยการแสดงลักษณะอาการที่ปรากฏทางกายที่มีการเจาะหลอดลมที่คอ ความยากลำบากในการเปล่งเสียงพูด ความเหนื่อยและความทุกข์ทรมานที่ปรากฏให้เห็น เป็นการแสดงให้เห็นสามารถเรียนรู้และเข้าใจถึงพิษภัยและอันตรายจากการสูบบุหรี่ได้อย่างชัดเจน และก่อให้เกิดความกลัวในอันตรายที่จะเกิดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดกระบวนการเรียนรู้ของบุคคลที่บุคคลสามารถเรียนรู้ผ่านตัวแบบ⁵ และการกระตุ้นด้วยความกลัว (fear arousal) ด้วยเหตุนี้ สสส. จึงได้มีการสนับสนุนให้เครือข่ายผู้ไร้กล่องเสียงจัดกิจกรรมให้ความรู้แก่เด็กนักเรียนทั้งในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาด้วยการนำผู้ป่วยไร้กล่องเสียงเป็นวิทยากรให้ความรู้ ด้วยคาดหวังผลในการสร้างการรับรู้และความกลัวในพิษภัยของการสูบบุหรี่ ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนไม่คิดริลองสูบบุหรี่ ด้วยกรอบแนวคิดดังกล่าวจึงเป็นที่มาของการทดสอบเพื่อตอบใจทฤษฎีที่ว่า การให้ความรู้โดยผู้ไร้กล่องเสียงจะส่งผลให้นักเรียนกลัวพิษภัย

ของการสูบบุหรี่มากขึ้นหรือไม่ และจะมีผลให้เกิดความรู้สึกลอยการลองสูบบุหรี่หรือไม่

รูปแบบการวิจัย

การทดลองดำเนินการในสถานการณ์จริงของกิจกรรมของเครือข่ายผู้ไร้กล่องเสียงที่มีการจัดกิจกรรมให้ความรู้ในโรงเรียน 2 แห่งใน ต.ท่าก้อ อ.แม่สรวย จ.เชียงราย แห่งหนึ่งเป็นโรงเรียนประถมศึกษา (นักเรียน ป.4-ป.6 รวม 113 คน) และแห่งหนึ่งเป็นโรงเรียนขยายโอกาส (นักเรียน ม.1-ม.3 จำนวน 101 คน) รวมนักเรียนทั้งสิ้น 204 คนโดยกิจกรรมที่ทำคือ นำเด็กกลุ่มเป้าหมายรวมกันในห้องประชุม และมีการให้ความรู้เกี่ยวกับพิษภัยโดยใช้ผู้ไร้กล่องเสียงเป็นวิทยากรและตัวแบบ มีการถามตอบและให้เด็กได้สัมผัสกับผู้ป่วยโดยวิทยากรให้เด็กส่วนใหญ่ได้ใช้หลังมือสัมผัสลมที่ออกจากคอ โดยมีการแจกแบบสอบถามให้เด็กประเมินถึงผลที่เกิดขึ้นก่อนและหลังการได้รับกิจกรรม

แบบสอบถามที่ใช้ประเมินจะมีคำถาม 2 ส่วนคือ ส่วนที่หนึ่งเป็นข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียน ได้แก่ เพศ ระดับชั้นเรียน อายุ ประสบการณ์สูบบุหรี่ (เคยสูบหรือเคยลองหรือไม่) มีคนในครอบครัวสูบหรือไม่ มีเพื่อนสูบบุหรี่หรือไม่ และการเคยได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่องอันตรายของยาสูบหรือไม่ และส่วนที่สองเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้สึกกลัวพิษภัยอันตรายของบุหรี่ ความกลัวโรคที่เกิด

จากการสูบบุหรี่ ความรู้สึกอยากลองสูบ ความตั้งใจที่จะไม่สูบบุหรี่ และความรู้สึกอยากเลิก หากเป็นผู้สูบบุหรี่ จำนวน 6 ข้อคำถาม โดยให้นักเรียนให้ค่าจากน้อยที่สุดไปถึงมากที่สุดด้วยค่า 0-10 คะแนน

ในการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยกรณีที่ก่อนการได้รับความรู้หาค่าคะแนนได้เต็ม 60 คะแนนตั้งแต่เริ่มต้น จะคิดแบบสอบถามชุดนั้นออก สำหรับการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนของความกลัวและความตั้งใจก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมด้วยสถิติ Paired t-test

ผลการศึกษา

ในนักเรียน 206 คนที่ทำการศึกษเป็นหญิงร้อยละ 54.4 อยู่ชั้น ป.6 ร้อยละ 23.3 รองลงมาคือ ป.5 และ ม.2 คิดเป็นร้อยละ 19.9 และ 18.9 ตามลำดับ และพบว่าร้อยละ 10.4 เคยลองสูบบุหรี่ นักเรียนร้อยละ 55.7 มีคนในครอบครัวอย่างน้อย 1 คนสูบบุหรี่ (จำนวนผู้สูบบุหรี่สูงสุดคือ 5 คน) และร้อยละ 11.0 ระบุว่าไม่มีเพื่อนสูบบุหรี่ สำหรับการเคยได้รับข้อมูลเกี่ยวกับพิษภัยของบุหรี่ พบว่าประมาณร้อยละ 75 เคยได้รับโดยร้อยละ 49.5

เคยได้รับบ้างบางครั้งและร้อยละ 25.5 เคยได้รับบ่อยครั้ง

วัตถุประสงค์ของการศึกษาคือการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการได้รับความรู้จากผู้ไร้กล่องเสียงพบว่า ในด้านความกลัวทั้งสามด้าน ได้แก่ กลัวพิษภัยของบุหรี่ กลัวพิษภัยของควันบุหรี่ที่ผู้อื่นสูบและกลัวเป็นโรคร้ายแรงจากการสูบบุหรี่ นักเรียนมีค่าเพิ่มขึ้นต่างจากก่อนได้รับความรู้จากผู้ไร้กล่องเสียง สำหรับความรู้สึกอยากลองสูบบุหรี่ ก่อนการได้รับความรู้นั้นนักเรียนมีความรู้สึกอยากลองอยู่บ้างแต่เมื่อได้รับความรู้โดยผู้ไร้กล่องเสียงแล้วพบว่าค่าความรู้สึกอยากลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.002$) ด้านความตั้งใจจะไม่สูบบุหรี่อย่างแน่นอนในชีวิตและการประเมินการให้ความรู้วิธีนี้จะมีผลให้นักเรียนที่สูบบุหรี่อยากเลิกสูบบุหรี่ พบว่านักเรียนมีความตั้งใจสูงขึ้นแตกต่างกับก่อนได้รับความรู้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) และเมื่อพิจารณาภาพรวมของผลของการให้ความรู้โดยผู้ไร้กล่องเสียง จะเห็นได้ว่า นักเรียนมีค่ารวมเฉลี่ยหลังดีกว่าค่าเฉลี่ยก่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) ดังตาราง

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการได้รับความรู้จากผู้ไร้กล่องเสียง

ประเด็น	ค่าเฉลี่ย		ค่า ความ ต่าง	t	df	p
	ก่อน	หลัง				
ความรู้สึกลัวพิษภัยของบุหรี	6.73	9.21	-2.482	13.684	194	<0.001
ความรู้สึกลัวพิษภัยของคว้นบุหรีที่ ผู้สูบ	6.97	8.94	-1.974	11.577	193	<0.001
ความรู้สึกลัวเป็นโรคร้ายแรงจาก การสูบบุหรี	7.75	9.03	-1.242	7.383	194	<0.001
ความรู้สึกลอยล่องสูบบุหรี	2.27	1.58	0.684	3.122	195	0.002
ความตั้งใจที่จะไม่สูบบุหรีอย่าง แน่นอนในชีวิต	7.99	8.57	-0.577	3.738	193	<0.001
การประเมินการให้ความรู้วิธีนี้จะมี ผลให้นักเรียนที่สูบบุหรีอยากเลิก สูบบุหรีเพียงใด	77.71	9.05	-1.337	7.040	195	<0.001
ภาพรวม	38.785	47.042	-8.256	12.354	190	<0.001

สรุปและอภิปรายผล

ข้อค้นพบจากการศึกษาครั้งนี้ใน
ส่วนข้อมูลทั่วไปของนักเรียนมีประเด็นที่น่า
ห่วงใยคือ เด็กนักเรียนร้อยละ 10.4 เคยลอง
สูบบุหรี ซึ่งบางส่วนของกลุ่มนี้ปัจจุบันเป็นผู้
สูบบุหรี ซึ่งเมื่อพิจารณาในรายละเอียดของ
อายุและชั้นเรียน พบว่า ปัญหาอยู่ในระดับชั้น
มัธยมศึกษาซึ่งพบอัตราการเคยลองสูบ
ประมาณร้อยละ 17 ขณะที่ระดับประถม
ศึกษาพบร้อยละ 3.9 แสดงให้เห็นว่าการริ
ลองสูบบุหรีเกิดขึ้นกับนักเรียนในระดับ
ประถมศึกษาอายุ 10-12 ปีซึ่งถึงแม้ยังมีไม่สูง

มากนัก ดังนั้นการป้องกันนักสูบบุหรีหน้าใหม่
หรือการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็กจำเป็นต้อง
เริ่มตั้งแต่ระดับประถมศึกษาตอนต้น (ป.1-3)
และเพิ่มมากขึ้นอย่างเข้มข้นในระดับ ป. 4-6
เพื่อป้องกันไม่ให้มีการสูบบุหรีเพิ่มมากขึ้น
ในช่วงวัยถัดไป

จากการทดสอบผลลัพธ์ของการจัด
กิจกรรมให้ความรู้โดยผู้ไร้กล่องเสียงซึ่งถือ
เป็นกิจกรรมนอกชั้นเรียนที่เสริมให้กับ
นักเรียน ผลลัพธ์ที่ปรากฏแสดงให้เห็นว่า
กลวิธีทางสุศึกษาอย่างเหมาะสมโดยให้
ความรู้โดยใช้ตัวแบบเชิงลบนำมาให้ความรู้

และให้เห็นจริงถึงผลเสีย/ผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีต่อสุขภาพ มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในของนักเรียนได้ (ความกลัว ความรู้สึก ความคิดและความตั้งใจ) ทำให้เกิดภูมิคุ้มกัน (พฤติกรรมภายใน)⁵ ที่ทำให้นักเรียนกลัวและไม่อยากสูบบุหรี่ (พฤติกรรมภายนอก) ซึ่งคล้ายคลึงกับการศึกษาของฉวีวรรณ เพ็งรักษา⁶ ที่ใช้เงื่อนไขความกลัว โดยให้นักเรียนดูภาพคำเตือนบนซองบุหรี่ที่ส่วนใหญ่เป็นภาพน่ากลัวซึ่งก่อให้เกิดผลต่อความตั้งใจไม่อยากสูบบุหรี่ ดังนั้นการสื่อสารแบบใช้ความกลัวเป็นตัวกระตุ้น (fear arousal) ได้ผลต่อความรู้สึกและทัศนคติของเด็กต่อการสูบบุหรี่ โดยทั่วไปแล้วโรงเรียนมีการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรปกติซึ่งมีสาระการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสิ่งเสพติดและสุขภาพซึ่งสามารถสอดแทรกเนื้อหาเรื่องพิษภัยบุหรี่ในการเรียนการสอนได้ อีกทั้งในหลายปีมานี้มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ร่วมกับเครือข่ายครูนักกรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ได้มีการพัฒนาหลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรี่เพื่อให้ครูนำไปใช้ในการสอนในระบบ หากแต่ยังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควรเนื่องจากเป็นหลักสูตรที่ออกแบบให้เรียนในระบบต่อเนื่องเป็น 1 หน่วยกิตที่ต้องจัดการเรียนการสอนสัปดาห์ละ 1 คาบต่อเนื่องเป็นเวลา

16 คาบ ซึ่งมีความยากลำบากสำหรับครูผู้สอนในการนำไปสอนเพิ่มในระบบ ด้วยเหตุนี้ การจัดและออกแบบกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพต่อการสร้างทักษะชีวิตให้เด็กรู้คิดอย่างวิจารณ์ญาณและสามารถปฏิเสธสิ่งชั่วร้ายได้ มีความเหมาะสมกับวัยและจุดประสงค์ของการเรียนรู้ และสะดวกในการนำไปสอดแทรกกับการจัดการเรียนการสอนปกติ จึงมีความสำคัญยิ่งและจะมีผลต่อการป้องกันนักสูบหน้าใหม่

ข้อเสนอแนะ

1. โรงเรียนและครูที่เกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมเรียนรู้เรื่องพิษภัยบุหรี่ที่มีประสิทธิภาพให้นักเรียนทั้งในและนอกชั้นเรียน
2. โรงเรียนควรประสานกับหน่วยงานสาธารณสุขในท้องถิ่นเพื่อค้นหาตัวแบบเชิงลบมาช่วยเป็นสื่อการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

กิตติกรรมประกาศ

ทีมวิจัยขอขอบคุณ ผศ.ดร.มณฑา เก่งการพานิช รศ.ธราดล เก่งการพานิชและทีมงานโครงการควบคุมยาสูบโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลที่ให้คำแนะนำ สนับสนุน และช่วยเหลือให้การศึกษาสำเร็จ

เอกสารอ้างอิง

1. กระทรวงสาธารณสุข กรมควบคุมโรค สำนักควบคุมยาสูบ. ยุทธศาสตร์การควบคุมยาสูบชาติ พ.ศ.2555-2557. เอกสารอัดสำเนา; 2555.
2. ศิริวรรณ พิทยรังษฤษฎ์ ปวีณา ปันกระจำงและสุนิดา ปรีชาวงษ์. สรุปสถานการณ์ปัจจัยเสี่ยงหลักด้านยาสูบของประเทศไทย พ.ศ.2557. กรุงเทพฯ: เจริญดีมั่นคง การพิมพ์; 2557.
3. ศิริวรรณ พิทยรังษฤษฎ์ ประภาพรณ เอี่ยมอนันต์ ปวีณา ปันกระจำงและกมลการ สมมิตร. สรุปสถานการณ์ปัจจัยเสี่ยงหลักด้านยาสูบของประเทศไทย พ.ศ.2555. กรุงเทพฯ: เจริญดีมั่นคง การพิมพ์; 2555.
4. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. โครงการพัฒนาเครือข่ายชมรมผู้ไร้กล่องเสียงต้นแบบในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคที่เกิดจากพิษภัยบุหรี่. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ; 2554.
5. Bandura A. Social Learning Theory (1977). อ้างใน ทฤษฎีปัญญาสังคม โดย สุปรียา ตันสกุล, ในทฤษฎีและโมเดลการประยุกต์ใช้ในงานสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ (ฉบับปรับปรุง), โครงการตำราภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ เล่ม 1 คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล; 2548.
6. ฉวีวรรณ เพ็งรักษา. ผลของภาพคำเตือนบนซองบุหรี่ต่อความตั้งใจไม่สูบบุหรี่ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์ มหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์). มหาวิทยาลัยมหิดล; 2557.