

การจัดการสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และ  
สามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย  
Hygiene Management That Affects Health Promotion Behavior of Monks and  
Novices in Ratchathani Wittayalai Phra Pariyatitham School,  
Muang District, Sukhothai Province

พระสุนทร แก้วทับ<sup>1</sup>, สุนิตดา เทศนิยม<sup>2</sup>, ธีรพล กาญจนากาศ<sup>3</sup>  
Phra Soonthorn Gawtup<sup>1</sup>, Sunitda Tesniyom<sup>2</sup>, Theerapol Karnchanakas<sup>3</sup>

คณะสังคมศาสตร์และศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยทองสุข<sup>1</sup>,  
คณะสังคมศาสตร์และศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยทองสุข<sup>2</sup>,  
คณะสังคมศาสตร์และศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยทองสุข<sup>3</sup>

Faculty of Social Sciences and Education, Thongsook College<sup>1</sup>,  
Faculty of Social Sciences and Education, Thongsook College<sup>2</sup>,  
Faculty of Social Sciences and Education, Thongsook College<sup>3</sup>

Corresponding Author Email: cscbigc543@gmail.com

(Received: Feb 25, 2025; Revised: Mar 19, 2025; Accepted: Mar 25, 2025)

#### บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยและระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย 2) อิทธิพลของการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ พระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ด้วยวิธีบังเอิญ จำนวน 144 รูป สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ และการทดสอบสมมติฐาน ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก 2) ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก และ 3) อิทธิพลของการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม พบว่ามีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก ( $r_{xy}=.979$ ) ผลการวิเคราะห์วิธีการถดถอยพหุคูณพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

ได้ร้อยละ 95.90 ( $R^2=.959$ ) และผลการทดสอบสมมติฐานการจัดการสุขอนามัย พบว่า มีผลทางบวกต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรมอำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**คำสำคัญ:** การจัดการสุขอนามัย, พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ, พระสงฆ์และสามเณร

### Abstract

This Article aimed to study 1) level of knowledge management on hygiene and the level of health promotion behavior of monks and novices in Ratchathani Wittayalai School, Mueang District, Sukhothai Province 2) influence of health knowledge management on health promotion behavior of monks and novices in Ratchathani Wittayalai School, Mueang District, Sukhothai Province. this is survey research, the research instrument is questionnaire, the population used in study monks and novices in Ratchathaniwittaya School, Phra Pariyatti Dhamma College, Mueang District, Sukhothai Province, used a simple random sampling method, with a total of 144 monks. the statistics used for data analysis are mean, standard deviation, correlation coefficient analysis, multiple regression analysis and hypothesis testing, the research results found that 1) level of knowledge management on hygiene of monks and novices in the Rajadhani Wittayalai School of Buddhist Studies is overall at a high level. 2) health promotion behavior level of monks and novices in the Rajadhani Wittayalai School is overall at a high level and 3) health promotion behavior level of monks and novices in Ratchathani Wittayalai Phra Pariyatti Dhamma School was at a high level overall. 3) The influence of knowledge management on health and hygiene on health promotion behavior of monks and novices in Ratchathani Wittayalai Phra Pariyatti Dhamma School was found to be at a very high level of relationship ( $r_{xy} = .979$ ). The results of the multiple regression analysis on health promotion behavior of monks and novices in Ratchathani Wittayalai Phra Pariyatti Dhamma School, Mueang District, Sukhothai Province were 95.90 percent ( $R^2 = .959$ ). The results of the hypothesis testing on health management found that it had a positive effect on health promotion behavior of monks and novices in Ratchathani Wittayalai Phra Pariyatti Dhamma School, Mueang District, Sukhothai Province, with statistical significance .01

**Keywords:** Hygiene management, health promotion behaviors, monks and novices.

## บทนำ

ในสังคมไทยปัจจุบันปัญหาด้านสุขภาพได้มีการปรับเปลี่ยนไปจากอดีตอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้อาจจะเป็นผลสืบเนื่องมาจากวิวัฒนาการและกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลก อาทิ การเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยี การติดต่อสื่อสาร การคมนาคม หรือแม้กระทั่งทางด้านวิทยาศาสตร์และทางการแพทย์ ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ จากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ จึงส่งผลกระทบต่อโรคเรื้อรังในร่างกายของมนุษย์ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตในเลือดสูง โรคไขมันในเส้นเลือดสูง โรคหลอดเลือดสมอง เป็นต้น โดยสาเหตุของการเกิดโรค ส่วนใหญ่เกิดจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องและเหมาะสม ได้แก่ การรับประทานอาหาร การเคลื่อนไหว ออกแรงหรือการออกกำลังกาย รวมไปถึงจนถึงการจัดการอารมณ์และความเครียด ซึ่งการเกิดโรคเรื้อรังดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้กับประชากรทุกคนทุกกลุ่มวัยไม่เว้นแม้แต่ในประชากรกลุ่มพระภิกษุสงฆ์ก็สามารถพบปัญหานี้ได้เช่นเดียวกัน จากข้อมูลสถานการณ์สุขภาพของพระภิกษุสงฆ์ ในปีพุทธศักราช 2564 การรายงานข้อมูลของกรมการแพทย์ พบว่า พระสงฆ์และสามเณรอาพาธมารับการรักษาที่โรงพยาบาลสงฆ์ มากที่สุด 5 อันดับแรก คือ โรคไขมันในเลือดสูง 9,609 ราย โรคความดันโลหิตสูง 8,520 ราย โรคเบาหวาน 6,320 ราย โรคไตวายเรื้อรัง 4,320 ราย และโรคข้อเข่าเสื่อม 2,600 ราย โดยสาเหตุของการเกิดโรคส่วนใหญ่มาจากปัญหาการบริโภคไม่ถูกหลักโภชนาการ อีกทั้งพระสงฆ์ไม่สามารถเลือกฉันอาหารเองได้ ต้องฉันอาหารตามที่ฆราวาสตักบาตร หรือนำอาหารมาถวาย ประกอบกับสถานภาพของพระภิกษุไม่เอื้อต่อการออกกำลังกายทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนให้พระสงฆ์และวัดมีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพเป็นศูนย์กลางสุขภาพชุมชน และจัดสภาพแวดล้อมที่ดีให้เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ (สถานพยาบาล กระทรวงสาธารณสุข, 2565: 6)

คณะผู้บริหารสำนักงานคณะ กรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.) จับมือหน่วยงานภาคีเครือข่ายรวม 8 องค์กร ร่วมกันประกาศ “ธรรมนูญสุขภาพโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา พ.ศ. 2566” ธรรมนูญแม่บท-ระดับเขต-ระดับโรงเรียน มุ่งบูรณาการขับเคลื่อนด้านสุขภาพสู่พระสงฆ์-สามเณร-เจ้าหน้าที่กว่า 3.4 หมื่นรูป/คนทั่วประเทศ หวังส่งเสริมศาสนทายาทมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ เมื่อวันที่ 20 มี.ค. 2566 คณะผู้บริหารสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.) พร้อมด้วยหน่วยงานภาคีเครือข่ายรวม 8 องค์กร ร่วมกันทำพิธีประกาศธรรมนูญสุขภาพโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา พ.ศ. 2566 ณ สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม เพื่อเป็นการสร้างความร่วมมือด้านการขับเคลื่อนสุขภาพในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของพระสงฆ์ สามเณร บุคลากรในโรงเรียน ชุมชน และสังคม ในการพัฒนาและขับเคลื่อนนโยบายสาธารณะแบบมีส่วนร่วมสำหรับภาคีความร่วมมือทั้ง 8 องค์กร ที่ประกอบด้วย สช. สำนักงานการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ (พศ.) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (มจร) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย (มมร) กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ได้ร่วมกันประกาศธรรมนูญฯ ทั้ง 3 ระดับ ได้แก่ “ธรรมนูญแม่บทโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา” “ธรรมนูญสุขภาพโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษาระดับเขต” จำนวน 14 เขต และ “ธรรมนูญสุขภาพโรงเรียน

พระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา ระดับโรงเรียน” จำนวน 407 โรง

การศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา ทำอย่างบูรณาการและเป็นองค์รวม และเป็นการส่งเสริมบทบาทของพระสงฆ์สามเณร และบุคลากรโรงเรียนพระปริยัติธรรมในการเป็นผู้นำด้านสุขภาวะของชุมชนและสังคม ทั้งนี้ ธรรมนูญสุขภาพโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา เป็นการดำเนินการตามกรอบธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 3 พ.ศ. 2565 ด้านกระบวนการนโยบายสาธารณะที่ดีและมีมีส่วนร่วมของภาคีทุกภาคส่วน มาตรการ (4) สร้างกลไก เครื่องมือ และพื้นที่กลาง เช่น สมัชชาสุขภาพ ธรรมนูญสุขภาพในเชิงประเด็นหรือเชิงพื้นที่ เพื่อให้ประชาชนทุกภาคส่วนมีความร่วมมือกันและสร้างความเป็นเจ้าของในสังคมและสุขภาพทุกระดับอย่างกว้างขวางมากขึ้น ด้านการสร้างเสริมสุขภาพและการจัดการปัจจัยสังคมที่กำหนดสุขภาพ มาตรการ (9)

สำหรับการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอมือง จังหวัดสุโขทัย จะมีพระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด เพื่อการส่งเสริมสุขภาพพระสงฆ์วัดความรู้ด้านสุขภาพ รวมถึงขับเคลื่อนการดำเนินงานธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ เพื่อเป็นกรอบและแนวทางการส่งเสริมสุขภาพพระสงฆ์ให้สามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ ซึ่งในปี พ.ศ. 2566 โรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอมือง จังหวัดสุโขทัย มีพระภิกษุและสามเณร จำนวน 220 รูป มีการตรวจคัดกรองเบาหวาน ความดันโลหิต และมีภาวะแทรกซ้อน ซึ่งไม่แตกต่างไปจากโรคที่พบในประชาชนทั่วไป โรคเรื้อรังเหล่านี้ล้วนมีผลกระทบโดยตรงต่อประสิทธิภาพในการประกอบกิจกรรมทางพุทธศาสนาของพระภิกษุสงฆ์ที่มีปัญหาด้านสุขภาพ (สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดสุโขทัย, 2566)

จากที่กล่าวมา ทำให้ผู้ศึกษาในฐานะพระสงฆ์ผู้สอนพระธรรมในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอมือง จังหวัดสุโขทัย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอมือง จังหวัดสุโขทัย โดยตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วยปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ อายุ พรรษา ระดับการศึกษา สายสามัญ ระดับการศึกษาแผนกธรรม ระดับการศึกษาแผนกบาลี ระยะเวลาการตรวจสุขภาพ และปัจจัยความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัย ได้แก่ การบริโภคอาหาร เครื่องดื่มและการสูบบุหรี่ การขยับร่างกาย การออกกำลังกาย และการหลับนอน การจัดการความเครียด การตรวจสุขภาพประจำ เพื่อศึกษาหาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณร โดยหวังว่าผลการศึกษาในครั้งนี้จะนำไปเป็นส่วนหนึ่งในการกำหนดแผนงานส่งเสริมสุขภาพพระภิกษุสงฆ์ในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอมือง จังหวัดสุโขทัย พร้อมทั้งลดความเสี่ยงในการเกิดโรคในกลุ่มพระและสามเณร ตลอดจนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแก่พระสงฆ์และสามเณร ซึ่งจะเป็นกำลังหลักที่สำคัญในการจรรโลงพระพุทธศาสนาให้มีความมั่นคงและยั่งยืนถาวรต่อไป

### วัตถุประสงค์การศึกษา

1. เพื่อศึกษาระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอมือง จังหวัดสุโขทัย

2. เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้ที่เกี่ยวกับสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

### ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง การจัดการสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ผู้ศึกษาได้ทำการศึกษาค้นคว้าจากแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางประกอบการศึกษา ดังต่อไปนี้

#### 1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการ

การจัดการ (Management) หมายถึง การให้กลุ่มบุคคลในองค์กรเข้ามาทำงานร่วมกันเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ร่วมกันขององค์กร ซึ่งประกอบด้วย การวางแผน การจัดการองค์กร การสรรบุคลากร การนำหรือสั่งการ และการควบคุมองค์กรหรือความพยายามที่จะบรรลุวัตถุประสงค์ร่วมกัน การจัดการทรัพยากรบุคคล ประกอบด้วย การใช้งานตามตำแหน่ง ตลอดจนการจัดการวางทรัพยากรบุคคล ทรัพยากรการเงิน ทรัพยากรเทคโนโลยี และทรัพยากรธรรมชาติ ทั้งยังช่วยบริหารให้กับองค์กรต่างๆ ให้มีความก้าวหน้าด้วย Frederic Winslow Taylor (เฟรเดอริค วินสโลว์ เทย์เลอร์) : บุคคลที่โดดเด่นที่สุดในยุคและถือเป็นผู้เริ่มต้นสร้างทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการเลยก็ว่าได้ เขาได้รับการยกย่องว่าเป็น “บิดาแห่งการจัดการแบบวิทยาศาสตร์ (Principle of Scientific Management)” ซึ่งเป็นบุคคลแรกที่นำแนวความคิดการจัดการแบบวิทยาศาสตร์ (Scientific Management) มาใช้กับระบบอุตสาหกรรมเขาตั้งใจให้เห็นว่าการจัดการในรูปแบบนี้ดีกว่าการจัดการในรูปแบบเดิมอย่าง Rule of Thumb ที่ไม่มีรูปแบบชัดเจนดังในอดีตที่ผ่านมา โดยเขาได้เริ่มศึกษาวิธีเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมหลอมเหล็กที่เพนซิลวาเนีย สหรัฐอเมริกา ในปี ค.ศ. 1878

#### 2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการความรู้สุขอนามัย

ความรู้ (Knowledge) นับเป็นขั้นแรกของพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจดจำซึ่งอาจจะโดยการนึกได้ มองเห็น ได้ยิน หรือ ได้ฟัง ความรู้นี้เป็นหนึ่งในขั้นตอนของการเรียนรู้โดยประกอบด้วยคำจำกัดความหรือความหมาย ข้อเท็จจริงทฤษฎี กฎ โครงสร้าง วิธีการแก้ไขปัญหา และมาตรฐาน เป็นต้น ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ความรู้เป็นเรื่องของการจำอะไรได้ ระลึกได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้ความคิดที่ซับซ้อนหรือใช้ความสามารถของสมองมากนัก ด้วยเหตุนี้ การจำได้จึงถือว่าเป็นกระบวนการที่สำคัญในทางจิตวิทยา และเป็นขั้นตอนที่นำไปสู่พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ การนำความรู้ไปใช้ในการวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การประเมินผล ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ได้ใช้ความคิดและความสามารถทางสมองมากขึ้นเป็นลำดับ ส่วนความเข้าใจ (Comprehension) นั้นเป็นขั้นตอนต่อมาจากความรู้ โดยเป็นขั้นตอนที่จะต้องใช้ความสามารถของสมองและทักษะในขั้นที่สูงขึ้น จนถึงระดับของการสื่อความหมาย ซึ่งอาจเป็นไปได้โดยการใช้ปากเปล่า ข้อเขียน ภาษา หรือการใช้สัญลักษณ์ โดยมักเกิดขึ้นหลังจากที่บุคคลได้รับข่าวสารต่าง ๆ แล้วอาจจะโดยการฟัง การเห็น

การได้ยินหรือเขียน แล้วแสดงออกมาในรูปของการใช้ทักษะหรือการแปลความหมายต่าง ๆ

### 3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพ

พฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพเป็นกิริยา อาการ บทบาท ท่าทาง การประพฤติปฏิบัติกรกระทำที่แสดงออกมาภายนอกเพื่อสนองต่อสิ่งเร้า ทั้งในส่วนของเจ้าของพฤติกรรมเองรู้ได้ และในส่วนของบุคคลอื่นรู้ได้ ในหัวข้อนี้เป็นการนำเสนอเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อนงค์นาถ ประกอบสุข (2563) กล่าวว่า พฤติกรรม (Behavior) หมายถึง การแสดงออกของสิ่งมีชีวิตในลักษณะต่าง ๆ ตามสภาพการณ์ สภาวะแวดล้อมและสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้า สนธนา สีฟ้า (2560) กล่าวว่า “พฤติกรรม คือ การกระทำใด ๆ ของคนเรา ส่วนใหญ่เป็นการแสดงออกของบุคคล โดยมีพื้นฐานมาจากความรู้และทัศนคติการที่บุคคลมีพฤติกรรมแตกต่างกันเพราะมีความรู้และทัศนคติที่แตกต่างกัน เกิดขึ้นจากความแตกต่างของการเปิดรับสื่อและความแตกต่าง การแปลความสารที่ตนเองได้รับจึงก่อให้เกิดประสบการณ์สั่งสมที่แตกต่างกัน อันมีผลกระทบต่อพฤติกรรมของบุคคล Twaddle (1981: 11) ให้ความหมายพฤติกรรมว่า เป็นปฏิกิริยาหรือกิจกรรมทุกชนิดของสิ่งมีชีวิต พฤติกรรมของมนุษย์ หมายถึง ปฏิบัติการต่าง ๆ ที่บุคคลแสดงออกทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล มีทั้งที่สังเกตได้และสังเกตไม่ได้ ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามสภาพสังคมวัฒนธรรม โดยได้รับอิทธิพลจากความคาดหวังของบุคคลในครอบครัว สถานการณ์ในขณะนั้น และประสบการณ์ในอดีต

#### วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาเรื่อง การจัดการสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย เป็นการศึกษาเชิงวิธีปริมาณ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม ผู้ศึกษาได้ศึกษาข้อมูลจากแหล่งในพื้นที่ศึกษา และเก็บรวบรวมเอกสารทางวิชาการ บทความวิจัย วิทยานิพนธ์ รายงานการวิจัย หนังสือ วารสาร สิ่งพิมพ์ การสืบค้นจากสารสนเทศและข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต รวมถึงศึกษาการทบทวนวรรณกรรม แนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ข้อมูลที่ตรงประเด็นและเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผู้ศึกษาได้กำหนดวิธีดำเนินการศึกษาตามขั้นตอน โดยมีประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ พระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม จังหวัดสุโขทัย จำนวน 220 รูป แบ่งเป็นสามเณร จำนวน 182 รูป และพระสงฆ์ จำนวน 38 รูป (ข้อมูลนักเรียนโรงเรียนราชธานีวิทยาลัย, 2567) และมีวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีสะสลาก (Lottery) ทั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ทำการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% โดยใช้ตารางการกำหนดกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie & Morgan (1970: 601-670) จะได้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำนวน 144 รูป เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม โดยผู้ศึกษาใช้เกณฑ์ ไปวิเคราะห์แจกแจงความถี่ (Frequency Distribution) และการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean:  $\bar{x}$ ) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: SD) ในการแปลผล ซึ่งผลจากการคำนวณ ด้วยการใช้อนุกรมคำนวณความกว้างของเกณฑ์ในการประเมินเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ตามวิธีของลิเคิร์ท สเกล (บุญชม ศรีสะอาด, 2554: 102) โดยถือเกณฑ์การประเมินเป็นคะแนน ดังนี้

ระดับคะแนน	หมายถึง	แปลความหมาย
5	หมายถึง	ระดับความคิดเห็นมากที่สุด
4	หมายถึง	ระดับความคิดเห็นมาก
3	หมายถึง	ระดับความคิดเห็นปานกลาง
2	หมายถึง	ระดับความคิดเห็นน้อย
1	หมายถึง	ระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด

กำหนดเกณฑ์การแปลผลค่าคะแนนเฉลี่ยในระดับต่าง ๆ (บุญชม ศรีสะอาด, 2554: 103) โดยถือเกณฑ์การประเมินเป็นคะแนน ดังนี้

4.51-5.00	หมายถึง	ระดับความคิดเห็น มากที่สุด
3.51-4.50	หมายถึง	ระดับความคิดเห็น มาก
2.51-3.50	หมายถึง	ระดับความคิดเห็น ปานกลาง
1.51-2.50	หมายถึง	ระดับความคิดเห็น น้อย
1.00-1.50	หมายถึง	ระดับความคิดเห็น น้อยที่สุด

### ผลการศึกษา

ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ศึกษาระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่า ผลการวิเคราะห์ระดับปัจจัยส่วนบุคคลของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ อายุ 10-20 ปี คิดเป็นร้อยละ 78.47 ต่ำกว่า 5 พรรษา คิดเป็นร้อยละ 88.89 ต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 92.36 จบมัธยมศึกษาชั้นเอก คิดเป็นร้อยละ 38.89 ไม่มีวุฒิการศึกษาทางบาลี คิดเป็นร้อยละ 83.33 และมีตรวจสุขภาพปีละ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 98.61

ผลการวิเคราะห์ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก จัดเรียงอันดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ได้แก่ ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม รองลงมา คือ ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ด้านการขับถ่าย ด้านการจัดการความเครียด และอันดับสุดท้าย ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม โดยรวม

ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม	$\bar{x}$	SD	ระดับความคิดเห็น	อันดับ
1. ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม	4.00	.752	มาก	1
2. ด้านการขับถ่าย	3.95	.714	มาก	3

ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม	$\bar{x}$	SD	ระดับ ความคิดเห็น	อันดับ
3. ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน	3.87	.720	มาก	5
4. ด้านการจัดการความเครียด	3.88	.892	มาก	4
5. ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี	3.99	.816	มาก	2
รวม	3.83	.739	มาก	

ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ผลการวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่าผลการวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากจัดเรียงอันดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ได้แก่ ได้แก่ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล รองลงมา คือ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านโภชนาการ และอันดับสุดท้าย ด้านการพัฒนาจิตวิญญาณ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม โดยรวม

ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม	$\bar{x}$	SD	ระดับ ความคิดเห็น	อันดับ
1. ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	3.67	.841	มาก	2
2. ด้านโภชนาการ	3.65	.868	มาก	3
3. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	3.78	.807	มาก	1
4. ด้านการพัฒนาจิตวิญญาณ	3.59	.966	มาก	4
รวม	3.53	.935	มาก	

ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้ที่เกี่ยวกับสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่า ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การจัดการสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่า มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r_{xy}=.979$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัย ด้านการจัดการความเครียดส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ( $X_4 : Y_1 = .953$ ) รองลงมา คือ ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้สุขอนามัย ด้านการจัด

การความเครียดส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการ ( $X_4: Y_2 = .946$ ) และอันดับต่ำสุด คือ ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้สุขอนามัย ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ( $X_1: Y_3 = .815$ ) ดังตารางที่ 3

**ตารางที่ 3** ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้ที่เกี่ยวกับสุขอนามัยที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

ตัวแปร	X <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	X <sub>3</sub>	X <sub>4</sub>	X <sub>5</sub>	Y <sub>1</sub>	Y <sub>2</sub>	Y <sub>3</sub>	Y <sub>4</sub>	To_X	To_Y
X <sub>1</sub>	1										
X <sub>2</sub>	.819**	1									
X <sub>3</sub>	.848**	.881**	1								
X <sub>4</sub>	.897**	.912**	.896**	1							
X <sub>5</sub>	.817**	.871**	.891**	.890**	1						
Y <sub>1</sub>	.897**	.905**	.934**	.953**	.934**	1					
Y <sub>2</sub>	.896**	.890**	.902**	.946**	.918**	.958**	1				
Y <sub>3</sub>	.815**	.860**	.891**	.905**	.905**	.930**	.936**	1			
Y <sub>4</sub>	.900**	.902**	.900**	.941**	.874**	.945**	.941**	.937**	1		
To_X	.925**	.945**	.951**	.972**	.945**	.976**	.962**	.932**	.953**	1	
To_Y	.907**	.911**	.929**	.959**	.929**	.983**	.980**	.969**	.978**	.979**	1

\*\* อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบปกติ (Enter Multiple Regression Analysis) โดยใช้ตัวแปรทุกตัวร่วมกันพยากรณ์การจัดการความรู้สุขอนามัย แสดงว่าตัวแปร ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน (X<sub>3</sub>) ด้านการจัดการความเครียด (X<sub>4</sub>) ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี (X<sub>5</sub>) ด้านการรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม (X<sub>1</sub>) สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ได้ร้อยละ 95.90 ( $R^2=.959$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้น ค่าสหสัมพันธ์พหุคูณของเกณฑ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย และตัวแปรพยากรณ์ (X<sub>3</sub> X<sub>4</sub> X<sub>5</sub> X<sub>2</sub> และ X<sub>1</sub>) โดยที่ R มีค่าเท่ากับ 0.979 มีอำนาจพยากรณ์ร้อยละ 95.90 ( $R^2=.959$ ) และค่าความคลาดเคลื่อน เท่ากับ .189

สามารถเขียนสมการพยากรณ์พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ในรูปคะแนนดิบ และคะแนนมาตรฐาน ได้ดังนี้

$$\hat{Y} = .233 + .405_{x_3} + .365_{x_4} + .295_{x_5} + .288_{x_2} + .230_{x_1}$$

$$\hat{Z} = .195_{z_{x_4}} + .242_{z_{x_5}} + .221_{z_{x_3}} + .193_{z_{x_1}} + .204_{z_{x_2}}$$

ดังตารางที่ 4

**ตารางที่ 4** ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบปกติ (Enter Multiple Regression Analysis) โดยใช้ตัวแปรทุกตัวร่วมกันพยากรณ์การจัดการความรู้สุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย โดยจำแนกเป็นรายด้าน

ตัวแปรพยากรณ์	b	SEb	$\beta$	t	Sig.
1. ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ( $X_3$ )	.405	.024	.195	56.979	.000**
2. ด้านการจัดการความเครียด ( $X_4$ )	.365	.019	.242	189.332	.000**
3. ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ( $X_5$ )	.295	.021	.221	1558.462	.000**
4. ด้านการขับถ่าย ( $X_2$ )	.288	.015	.193	55.595	.000**
5. ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ( $X_1$ )	.230	.029	.204	305.382	.000**

a=.233, R=.979, R<sup>2</sup>=.959, Adj R<sup>2</sup>= .959, SEE=.189, F=326.560, Sig=0.000

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน เพื่อค้นหาการจัดการความรู้สุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย เมื่อเพิ่มตัวแปรทีละตัว จากจำนวน 5 ตัวแปร โดยตัวแปรที่ทดสอบ ( $R^2$ ) พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งหมด 5 ตัวแปร เรียงอันดับค่าพยากรณ์ที่ดีที่สุดจากมากไปน้อย ได้แก่ ด้านการจัดการความเครียด ( $X_4$ ) ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ( $X_3$ ) ด้านการขับถ่าย ( $X_2$ ) ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ( $X_1$ ) และด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ( $X_5$ ) สามารถอธิบายความหมายได้ดังนี้

ด้านการจัดการความเครียด ( $X_4$ ) เป็นตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยหรืออำนาจพยากรณ์เท่ากับ  $R^2=.995$  สามารถพยากรณ์ได้ว่ามีผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 99.50

ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ( $X_3$ ) เป็นตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย อย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยหรืออำนาจพยากรณ์เท่ากับ  $R^2=.988$  สามารถพยากรณ์ได้ว่า มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 98.80

ด้านการขับถ่าย ( $X_2$ ) เป็นตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยหรืออำนาจพยากรณ์เท่ากับ  $R^2=.977$  สามารถพยากรณ์ได้ว่า มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 97.70

ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ( $X_1$ ) เป็นตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยหรืออำนาจพยากรณ์เท่ากับ  $R^2=.944$  สามารถพยากรณ์ได้ว่า มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 94.40

ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ( $X_5$ ) เป็นตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยหรืออำนาจพยากรณ์เท่ากับ  $R^2=.910$  สามารถพยากรณ์ได้ว่า มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 91.00 ดังตารางที่ 5

#### ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

เพื่อค้นหาตัวแปรพยากรณ์ที่ดีที่สุด การจัดการความรู้สุขอนามัยที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย โดยจำแนกเป็นรายด้าน

ตัวแปรพยากรณ์	R	R <sup>2</sup>	Adj R <sup>2</sup>	SEE	Sig.
1. ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ( $X_1$ )	.972	.945	.944	.17412	.000**
2. ด้านการขับถ่าย ( $X_2$ )	.989	.977	.977	.11163	.000**
3. ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ( $X_3$ )	.994	.988	.988	.08167	.000**
4. ด้านการจัดการความเครียด ( $X_4$ )	.997	.995	.995	.05449	.000**
5. ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ( $X_5$ )	.919	.910	.911	.30224	.000**

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการทดสอบสมมติฐาน การจัดการสุขอนามัย ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ด้านการขับถ่าย ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ด้านการจัดการความเครียด และ

ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี มีผลทางบวกต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### อภิปรายผล

ผลการศึกษาเรื่องการจัดการสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ผู้ศึกษานำเสนอประเด็นสำคัญและที่น่าสนใจ ดังนี้

1. ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่า ผลการวิเคราะห์ระดับการจัดการความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย โดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรมก็ดี คณะสงฆ์สุโขทัยก็ดี รวมถึงหน่วยงานของรัฐ เช่น เทศบาลเมืองสุโขทัย โรงพยาบาลสุโขทัย อนามัยตำบลธานี เป็นต้น ได้เห็นปัญหาเรื่องสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณร ได้มีการทำโครงการตรวจสุขภาพกันทุกปี โดยคณะสงฆ์สุโขทัยกับโรงพยาบาลสุโขทัย ได้นำพระสงฆ์และสามเณรของโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ไปตรวจที่โรงพยาบาลสุโขทัย ทั้งอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพในด้านต่าง ๆ ทำให้พระสงฆ์และสามเณรของโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรมมีสุขภาพที่ดีขึ้น และเข้าถึงการรักษาโรคได้ดีขึ้น จึงทำให้ระดับการจัดการสุขอนามัยของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ญัฐรพี ใจงาม (2564) วิจัยเรื่อง แนวคิดการจัดการภาวะสุขภาพของบุคคลและครอบครัวที่มี สมาชิกป่วยด้วยโรคเรื้อรัง พบว่า ปัจจุบันโรคเรื้อรังมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ผู้ป่วยต้องเผชิญกับความทุกข์ทรมาน และต้องการการปรับพฤติกรรมให้ เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมซึ่งมีบทบาทที่สำคัญเกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วย ของสมาชิกครอบครัว และมีส่วนสำคัญในการสนับสนุนให้ผู้ป่วยได้มีปรับตัว ปรับเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิต มีการจัดการตนเองทางสุขภาพอย่างต่อเนื่องและสามารถดำรงชีวิตอยู่กับโรคได้ด้วยความพึงพอใจ มีการเข้าถึง การอำนวยความสะดวกทางสังคมเพื่อการดูแลสุขภาพ บทความนี้จึงมีวัตถุประสงค์ที่จะนำเสนอทฤษฎีการจัดการตนเองของบุคคลและครอบครัว (the individual and family self-management theory) เพื่อใช้เป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือครอบครัวที่มีผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่อไป

2. ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่า ผลการวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย โดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการดูแลเอาใจใส่ในการดูแลตัวเองของพระสงฆ์และสามเณรในรักษาสุขภาพ รวมถึงคณะครูบาอาจารย์ที่คอยสอดส่องดูแลลูกศิษย์อย่างทั่วถึงในหลาย ๆ ด้าน เช่น ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม อาหารขบฉัน และยารักษาโรคในเบื้องต้น เป็นต้น และคอยอบรมอุปนิสัยเปลี่ยนพฤติกรรมในการรักษาสุขภาพตัวเองอยู่เสมอว่าสิ่งไหนทำได้และสิ่งไหนทำไม่ได้ ทำให้เหมาะสมกับสมณสาธูปของบรรชิตในการส่งเสริม

สุขภาพของตัวเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ คณิศร์ วุฒิสักดิ์สกุล (2563) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ในเขตอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัย พบว่า ส่วนจำนวนพระภิกษุระดับการศึกษาสูงสุด (ทางโลก) ระดับการศึกษาสูงสุด (ทางสงฆ์) สถานะทางคณะสงฆ์ ไม่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้ที่เกี่ยวกับสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการความรู้ที่เกี่ยวกับสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย พบว่ามีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก ( $r_{xy}=.979$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม ได้รับการอบรมพัฒนาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ส่งเสริมสุขภาพมากขึ้นให้เหมาะสมกับสมณสาธิต โดยมีการเน้นพัฒนาในหลายด้าน เช่น ด้านพฤติกรรมสุขภาพ ความเชื่อเรื่องสุขภาพ เป็นต้น เพื่อที่จะให้พระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรมมีสุขภาพดีขึ้น ดังนั้นจึงได้รับความร่วมมือจากภาคส่วนต่างเป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อนงค์นาถ ประกอบสุข (2563) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพอนามัยของแรงงานต่างด้าว สัญชาติเมียนมาในสถานประกอบการอาหารทะเล จังหวัดสมุทรปราการ ผลการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยในระดับดี ร้อยละ 79.20

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบปกติ (Enter Multiple Regression Analysis) โดยใช้ตัวแปรทุกตัวร่วมกันพยากรณ์การจัดการความรู้สุขอนามัย แสดงว่าตัวแปรด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ( $X_3$ ) ด้านการจัดการความเครียด ( $X_4$ ) ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี ( $X_5$ ) ด้านการขับถ่าย ( $X_2$ ) และด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ( $X_1$ ) สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ได้ร้อยละ 95.90 ( $R^2=.959$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณในรูปคะแนนดิบ (b) เท่ากับ .405 .365 .295 .288 และ .230 ตามลำดับ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณ ในรูปคะแนนมาตรฐาน ( $\beta$ ) เท่ากับ .195 .242 .221 .193 และ .204 ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะคณะสงฆ์และหน่วยงานของรัฐเอาใจใส่ลงพื้นที่ให้ข้อมูลประชาสัมพันธ์ และการฝึกอบรมในแนวทางที่ถูกต้องให้พระสงฆ์และสามเณรได้นำไปปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพตัวเองและคนรอบข้าง ทำให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาทวีวัฒน์ วิฑูโรดม (2567) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการ ศึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของพระสงฆ์ตามหลักปัจจัย 4 โดยพบว่าปัจจุบันพระสงฆ์ไทยกำลังเผชิญปัญหาสุขภาพที่ซับซ้อนโดยเฉพาะโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน (10.4%) ความดันโลหิตสูง (45.2%) และภาวะไขมันในเลือดสูง (40.2%) โรคระบบทางเดินอาหาร (35.8%) และโรคข้อเข่าเสื่อม (27.4%)

ผลการทดสอบสมมติฐานการจัดการสุขอนามัย ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ด้านการขับถ่าย ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ด้านการจัดการความเครียด และด้านการตรวจสุขภาพประจำปีมีผลทางบวกต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรใน

โรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย โดยมีค่าสัมประสิทธิ์เส้นทางเท่ากับ 0.204, 0.193, 0.195, 0.242 และ 0.221 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะทุกภาคส่วนได้ร่วมมือและพูดคุยกันรวมถึงพระสงฆ์และสามเณรของโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย มารับฟังปัญหาในด้านต่าง ๆ พระสงฆ์และสามเณร รวมถึงการหาทางแก้ปัญหาในด้านสุขภาพ การป้องกันและการส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรจึงทำให้มีผลทางบวกต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณร ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชีระชัย พรหมคุณ (2567) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ มีพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองโดยรวมอยู่ในระดับดี ปัจจัยนำ, ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กันในระดับมาก ( $R=0.75$ ) โดยตัวแปรทั้ง 3 กลุ่มนี้ สามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 56.0 และมีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์เท่ากับ 0.24 ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีของพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ มี 4 ตัวแปร คือ การรับรู้ภาวะสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม จากบุคลากรสาธารณสุข การเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและการเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดศรีสะเกษ ได้ร้อยละ 55.0 และมีความคลาดเคลื่อน มาตรฐานในการพยากรณ์เท่ากับ 0.24

### ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง การจัดการสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ผู้ศึกษาสามารถสรุปข้อเสนอแนะได้ดังนี้

#### 1. ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา

1.1 ด้านหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดทำแผนพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพในระยะยาวให้แก่พระภิกษุสงฆ์ เพื่อคัดกรองภาวะสุขภาพและลดความเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ มอบหมายหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจัดโปรแกรมการถวายความรู้เกี่ยวกับการพฤติกรรมดูแลสุขภาพอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง ตามหลักการดูแลสุขภาพและเป็นไปตามรัฐธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช 2560

1.2 ด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ไวยาวัจกร ควรประกาศให้ความรู้แก่ผู้มาทำบุญในวันพระเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสมสำหรับพระภิกษุสงฆ์ และควรจัดทำป้ายติดที่วัด เพื่อให้ญาติโยมที่มาทำบุญได้อ่านและนำไปทำอาหารที่เหมาะสมกับสุขภาพของพระภิกษุสงฆ์ และร่วมมือกันจัดถวายการอบรม

1.3 ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ควรเข้าตรวจคัดกรองพระภิกษุสงฆ์ ในวัดที่รับผิดชอบ เป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และคัดกรองพระภิกษุสงฆ์ที่มีโรคประจำตัวมาตรวจให้เป็นพิเศษอีกครั้งหนึ่งกันโรคแทรกซ้อน

1.4 ด้านการจัดการความเครียดของพระภิกษุสงฆ์และสามเณรนั้น ตามจริงพระภิกษุสงฆ์และสามเณรที่ในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม ส่วนใหญ่จะเป็นนักเรียนศึกษาที่ต้องจากบ้านมาเปลี่ยนจากเพศคฤหัสถ์เป็นบรรพชิตรวมถึงกฎระเบียบมากมาย และต้องศึกษาทั้งทางโลกและทางธรรมไปพร้อมกันจึงทำให้เกิดความเครียด ดังนั้นเพื่อแก้ไขปัญหาความเครียดพระภิกษุสงฆ์และสามเณรจึงควรมีจัดตั้งครูบารอาจารย์คอยดูแล การคัดกรองพระภิกษุสงฆ์และสามเณรที่มีความเสี่ยงที่จะมีความเครียดอย่างต่อเนื่อง และมีการเฝ้าระวังในกลุ่มที่มีความเสี่ยง ตลอดจนกำหนดทิศทางการแก้ไขปัญหาความเครียดให้เหมาะสม

1.5 ด้านการออกกำลังกายและการหลับนอน ทางในโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม ควรหากิจกรรมที่ทำแล้วช่วยให้มีการขยับร่างกายซึ่งเป็นการออกกำลังกายไปในตัวอย่าง เช่น รวมนกกวาดวิหารลานเจดีย์ รวมนกปลุกต้นไม้ เป็นต้น จะให้ร่างกายได้มีการขับเหงื่อและไขมันส่วนเกินออกทำให้ร่างกายมีความสดชื่นขึ้น และนอนหลับสบาย แต่ต้องให้ถูกบริบทของสังคมและวัฒนธรรมนั้น

## 2. ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับการจัดการส่งเสริมสุขภาพ และความรู้ด้านการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของพระสงฆ์โดยสังเกตพฤติกรรม และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกเพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความละเอียดมากขึ้น อันจะนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น

2.2 ควรศึกษาในด้านการจัดการความเครียดของพระภิกษุสงฆ์และสามเณรโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรม เพราะถือว่าเป็นปัญหาในด้านของโครงสร้างของโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรมโดยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึกถึงปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้พระภิกษุสงฆ์และสามเณรโรงเรียนราชธานีวิทยาลัยพระปริยัติธรรมเกิดความเครียดสะสมจนทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา โดยให้มีความเหมาะสมต่อไป

2.3 ควรศึกษาเปรียบเทียบการจัดการสุขอนามัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมในที่อื่น ๆ

## เอกสารอ้างอิง

คณิตฉัตร วุฒิสักดิ์สกุล. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ในเขตอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่. *วารสารสมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทยฯ สาขาภาคเหนือ*, 24(1), 71-83.

ณัฐพร ใจงาม. (2564). การพยาบาลในการส่งเสริมภาวะโภชนาการในผู้สูงอายุที่มีภาวะรูติคบกพร่อง. *วารสารมหาวิทยาลัยคริสเตียน*, 27(1). (มกราคม - มีนาคม 2564).

ธีระชัย พรหมคุณ. (2567). พฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดศรีสะเกษ. *วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ*, 7(1), 102-128.

พระมหาทวีวัฒน์ วิฑูโรภโณ. (2567). พระสงฆ์กับการดูแลสุขภาพตนเองตามหลักปัจจัย 4. *วารสารจิตวิทยาพุทธศาสตร์ประยุกต์เพื่อสังคม*, 10(2), 423-435.

ปิตินันท์ ราชภักดี และภาวิณี ศรีสันต์. (2561). พฤติกรรมดูแลสุขภาพของพระภิกษุสงฆ์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี จังหวัดอุดรธานี. *วารสารการแพทย์โรงพยาบาลอุดรธานี*, 26(3), 199-207.

- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2566). *ธรรมนูญสุขภาพ*. สืบค้น 15 ตุลาคม 2567, <https://kk.mcu.ac.th/detail.php>
- มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. (2566). *ธรรมนูญสุขภาพ*. สืบค้น 15 ตุลาคม 2567. <https://www.thaihealth.or.th>
- สนธนา สีฟ้า. (2560). การศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์ในจังหวัดปัตตานี. *วิทยานิพนธ์ ศษ.ม.* สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- สถานพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข. (2565). *รายงานผลตรวจสุขภาพปี 2565 สำหรับบุคลากรกรมการแพทย์*. (รายงานรายบุคคล ในระบบ RHIS โรงพยาบาลราชวิถี วันที่ 4 เดือนมีนาคม 2565).
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2565). *สธ.ห่วงสุขภาพพระสงฆ์ไทย เร่งพัฒนา "อสม."*. สืบค้น 22 ตุลาคม 2567, จาก <http://www.thaihealth.or.th>
- สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ. (2553). *ความรู้เกี่ยวกับพระสงฆ์*. สืบค้น 18 ตุลาคม 2567, จาก <http://www.phuttha.com>
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุโขทัย. (2566). *ระบบคลังข้อมูลสุขภาพ Health Data Center (HDC) ระดับจังหวัด*. สืบค้น 11 ตุลาคม 2567, จาก [https://sbr.hdc.moph.go.th/hdc/main/index\\_pk.php](https://sbr.hdc.moph.go.th/hdc/main/index_pk.php)
- สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ.(2567) เพื่อคุณภาพชีวิต สืบค้น 20 ตุลาคม 2567, จาก [https://www.nhso.go.th/th/](http://www.https://www.nhso.go.th/th/)
- อนงค์นาถ ประกอบสุข 2563 ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ อนามัยของแรงงานต่างด้าว สัญชาติเมียนมาในสถานประกอบการอาหารทะเล จังหวัดสมุทรปราการ ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- Twaddle. (1981). *Sickness Behavior and The Sick-Role*. Massachusetts: Schenkman Publishing Company.