

# ผลของการให้การปรึกษา เพื่อการเลิกสูบบุหรี่ของสามเณรที่กำลังตั้งครรรค์

เพ็ญนภา วิชกุล และคณะ\*

## บทคัดย่อ

การรณรงค์ให้คนเลิกสูบบุหรี่เป็นเรื่องที่บุคลากรด้านสุขภาพควรให้ความสำคัญและค้นหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพ การศึกษาเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาผลของการให้การปรึกษาเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ของสามเณรที่กำลังตั้งครรรค์ ซึ่งเป็นการพัฒนาการปฏิบัติงานที่เป็นงานประจำให้เป็นงานวิจัย กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยสามเณรที่สูบบุหรี่และมีความต้องการเลิกบุหรี่ในขณะที่ภรรยากำลังตั้งครรรค์ จำนวน 27 คน ซึ่งภรรยาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี กลุ่มตัวอย่างได้รับการปรึกษาและติดตามผลเป็นระยะเวลา 6 เดือน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วย เครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล และแบบบันทึกติดตามการเลิกบุหรี่ ส่วนเครื่องมือสำหรับการให้การปรึกษา ประกอบด้วย คู่มือในการปฏิบัติตนเมื่อพร้อมจะเลิกบุหรี่ เอกสารคำแนะนำสำหรับภรรยาในการช่วยเหลือสนับสนุนสามเณรในการเลิกบุหรี่ หากความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ

ผลการศึกษาพบว่า จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 27 ราย มี 4 รายคิดเป็นร้อยละ 14.81 เลิกสูบบุหรี่ได้นานเกิน 6 เดือนเมื่อสิ้นสุดการติดตาม จำนวน 3 ราย คิดเป็นร้อยละ 11.11 เลิกสูบบุหรี่ได้นาน 3-6 เดือน และจำนวน 5 ราย คิดเป็นร้อยละ 18.51 เลิกสูบบุหรี่ได้นาน 1-3 เดือน เหตุผลสำคัญของการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ คือทำเพื่อลูกและสุขภาพตนเอง และภรรยาต้องการให้เลิก สำหรับเหตุผลสำคัญของกลับไปสูบบุหรี่อีก คือ เห็นเพื่อนสูบบุหรี่หรือคนรอบข้างสูบบุหรี่ ทนอาการถอนยาไม่ได้ เครียดเรื่องงาน ครอบครัว และร่วมสังสรรค์ดื่มเหล้ากับเพื่อน จากผลการศึกษาในครั้งนี้สรุปได้ว่า การให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลสามารถช่วยให้สามเณรที่กำลังตั้งครรรค์เลิกสูบบุหรี่ได้ แต่อยู่ในอัตราที่ไม่สูงนัก ดังนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องศึกษาและค้นหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่สูบบุหรี่มาเป็นระยะเวลานานเพื่อให้สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ

คำสำคัญ: การให้การปรึกษา เลิกสูบบุหรี่ สามเณรตั้งครรรค์

\* พยาบาลวิชาชีพ 8 วช. วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

Phrapokklao Nursing College