

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยประเมินผลโครงการรณรงค์เลิกสูบบุหรี่ในบุคลากรมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่สูบบุหรี่และยินดีเข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินผลลัพธ์การเลิกสูบบุหรี่โดยใช้เทคนิค 5 A ติดตามผลในระยะ 1 ปี และเปรียบเทียบสมรรถภาพปอดของผู้ที่เข้าร่วมโครงการ ก่อนและหลังการเลิกหรือลดการสูบบุหรี่ ผู้วิจัยได้คัดกรองบุคลากรของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำนวน 763 คน (A1) มีผู้สูบบุหรี่ 35 คน ที่ได้รับคำแนะนำให้เลิกบุหรี่ และยินดีเข้าสู่ขั้นตอนการเลิกบุหรี่ (A3 ถึง A5) จำนวน 14 คน ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบประเมินระดับการติดสารนิโคติน แบบวัดความรู้ ทักษะคติ และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และวัดสมรรถภาพปอดโดยใช้เครื่องวัดสมรรถภาพปอด (Spirometer)

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 92.85 (13/14 คน) อายุเฉลี่ย 43.07 ปี ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับบุหรี่อยู่ระดับมากคิดเป็นร้อยละ 64.29 (9/14 คน) ทักษะคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่อยู่ในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 57.14 (8/14 คน) ร้อยละ 50 (7/14 คน) สูบบุหรี่เมื่อเครียด ร้อยละ 35.71 (5/14 คน) สูบบุหรี่เมื่อดื่มสุรา ร้อยละ 50.00 (7/14 คน) มีระดับการติดสารนิโคตินอยู่ในระดับต่ำ ที่เหลืออยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยของอายุที่เริ่มสูบบุหรี่เท่ากับ 18.14 ปี ค่าเฉลี่ยของจำนวนปีที่เริ่มสูบบุหรี่เท่ากับ 25.13 ปี ค่าเฉลี่ยของจำนวนบุหรี่ที่สูบต่อวันเท่ากับ 11.03 มวน ผลลัพธ์การเลิกสูบบุหรี่โดยใช้เทคนิค 5 A ติดตามผลในระยะ 1 ปี พบว่า ร้อยละ 14.29 (2/14 คน) สามารถเลิกบุหรี่ได้ และร้อยละ 71.43 (10/14 คน) สูบบุหรี่ลดลง ผลการตรวจสมรรถภาพปอดพบว่า ค่า FEV1 หลังการเลิกหรือลดสูบบุหรี่ มีค่าเพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับ ค่า FEV1 ก่อนเลิกหรือลดการสูบบุหรี่ ร้อยละ 50 สำหรับวิธีที่ผู้เลิกบุหรี่ใช้ได้ผลดี คือวิธีการหักดิบ และปัจจัยที่ช่วยทำให้เลิกบุหรี่ติดต่อกันได้นาน 1 ปี คือ การติดตามอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง

ABSTRACT

The evaluation research was carried out to assess smoking cessation campaign output among Huachiew Chalermprakiet University personnel who willingly participated to quit smoking. Result of the smoking termination was evaluated using 5A technique. All participants were followed for 1-year period and the lung functions of participants were compared between before and after the quit or reduction. Before, the smoking cessation began; researchers screened 763 personnel of the University, and found that 35 smokers were suggested to quit smoking. However, only 14 personnel voluntarily participated and attended into abstinence (A3 to A5). Knowledge, attitudes, behaviors towards smoking and nicotine level were tested. Additionally, lung functions were measured using Spirometer.

Results of socio-demographic characteristics showed that most participants (13/14) were male with mean age 43.07 years. About 64.29 % (9/14) had high knowledge level about smoking, 57.14% (8/14) had high attitude level. A half of participants (7/14) smoked when they stressed, 35.71 % (5/14) smoked when they had alcohol drinking. Fifty percent (7/14) had low nicotine level and the rest had medium level of nicotine. Mean age at starting of smoking was 18.14 years; the average number of period smoking years was 25.13 years, the average number of cigarettes smoked per day was 11.3 cigarettes. After 1-year follow up, results showed 14.29 % (2/14) of smoking cessation, and 71.43 % (10/14) of smoking reduction. Additionally, results from pulmonary function test showed that the FEV1 value after quitting or reducing smoking increased when compared with FEV1 value before smoking cessation program began about 50 %. The effective way to quit smoking was contrast quit smoking, and the factors helping to quit smoking were the close and the continuous monitor.