

คุณภาพชีวิตของสตรีวัยหมดประจำเดือนในภาคเหนือ
QUALITY OF LIFE OF MENOPAUSAL WOMEN IN NORTHERN REGION



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2540

ISBN 974 588 794 3

สงวนลิขสิทธิ์

๑๗

๗๗๓๘ ค

๒๕๔๐

ชื่อวิทยานิพนธ์ คุณภาพชีวิตของสตรีวัยหมดประจำเดือนในภาคเหนือ
 ผู้วิจัย นุโรม เงามาม
 ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก)
 คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์
 สุปราณี อัทธเสรี, วท.บ., ค.บ., ค.ม.
 ยุพิน จันทร์คคะ,วท.บ.,ค.บ.,ค.ม.
 จริยาวัตร คมพยัคฆ์,วท.บ.,วท.ม.,ส.ด.
 วันที่สำเร็จการศึกษา 16 พฤษภาคม พ.ศ. 2540

บทคัดย่อ

ปัจจุบันจำนวนประชากรของสตรีวัยหมดประจำเดือน มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด เป็นกลุ่มประชากรที่อยู่ในวัยทำงานซึ่งเป็นกำลังสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาประเทศ ในขณะที่สตรีเหล่านี้ต้องประสบกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจจากการลดลงของฮอร์โมนเอสโตรเจน ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของสตรีวัยนี้ ดังนั้นพยาบาลซึ่งเป็นบุคลากรที่สำคัญในทีมสุขภาพ จึงมีบทบาทที่สำคัญในการที่จะให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ และส่งเสริมให้สตรีวัยหมดประจำเดือนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของสตรีวัยหมดประจำเดือนในภาคเหนือ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นสตรีที่มีอายุ 40 - 59 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองของจังหวัดลำปางและจังหวัดพิษณุโลก จังหวัดละ 200 ราย รวมทั้งสิ้น 400 ราย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2540 ถึงวันที่ 24 มีนาคม 2540 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความรุนแรงอาการที่เกิดในวัยหมดประจำเดือน แบบวัดคุณภาพชีวิตโดยใช้กรอบแนวคิดของชาน และคำถามปลายเปิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของสตรีวัยหมดประจำเดือนโดยรวมและรายด้านทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านความพึงพอใจในชีวิต ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านสุขภาพและการทำงานของร่างกาย และด้านสังคมและเศรษฐกิจอยู่ในระดับค่อนข้างดี ส่วนปัจจัยด้านระยะของการหมดประจำเดือน ความรุนแรงของอาการที่เกิดขึ้นในวัยหมดประจำเดือน ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว

และอาชีพ ที่แตกต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001, .001 , .001, .001 และ .05 ตามลำดับ ส่วนปัจจัยด้านสถานภาพสมรส และโรคประจำตัว ที่แตกต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่าพยาบาลและบุคลากรในทีมสุขภาพควรมีการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของสตรีวัยหมดประจำเดือน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มสตรีวัยหมดประจำเดือนที่อยู่ในระยะก่อนหมดประจำเดือน กลุ่มที่มีระดับความรุนแรงของอาการมาก และกลุ่มที่มีอาชีพไม่ใช้แรงงาน ควรให้ความรู้เกี่ยวกับอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในวัยหมดประจำเดือน พร้อมทั้งการปฏิบัติตนที่ถูกต้อง เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และการพักผ่อนอย่างเพียงพอ เป็นต้น นอกจากนี้ควรให้ความสนใจในกลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูง และกลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวสูง โดยเฉพาะปัญหาทางด้านจิตสังคม ซึ่งมีแนวโน้มในการเกิดปัญหาสุขภาพจิตจากภาวะเครียดค่อนข้างสูง และส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตลดลงมากกว่ากลุ่มอื่น ดังนั้นในการให้การพยาบาลควรให้ความสำคัญแก่สตรีวัยหมดประจำเดือนในกลุ่มดังกล่าวข้างต้น เพื่อส่งเสริมให้สตรีกลุ่มนี้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นต่อไป

Thesis Title Quality of Life of Menopausal Women in Northern Region
Name Nurome Ngaongarm
Degree Master of Nursing Science (Maternal and Child Nursing)

Thesis Supervisory Committee

Supraanee Athaseri , B.Sc., B.Ed., M.Ed.

Yupin Chandaragga , B.Sc., B.Ed., M.Ed.

Jariyawat Kompayak , B.Sc., M.P.H., Dr.P.H.

Date of Graduation 16 May B.E. 2540 (1997)

Abstract

Nowadays the number of menopausal women is clearly increasing. Most of them are working women and are important to developing the country. Simultaneously, they have to face numerous physical and psychological changes from the decrease of estrogen which impact on their Quality of Life (QOL). Therefore, nurses as health care providers have the important roles of counseling, advising and encouraging the QOL of menopausal women.

This research was to study the QOL of menopausal women in the Northern Region. The samples were 400 women between 40 - 59 years of age and lived in the municipalities of Lampang province and Phitsanuloke province (200 women from each province). The data were collected by interview between 5 February - 24 March 1997. The instrument consisted of the personal data, the assessment form of signs and symptoms related to estrogen deficiency and the QOL questionnaires using the Zhan Model and open-ended questions. The data were analyzed by using percentage, mean, standard deviation, t-test and one-way analysis of variance.

The result was that the overall QOL and 4 parts such as life satisfaction, self-concept, health and physical functions and socio - economic status were at rather good level. The QOL of the women with differences in climacteric period, signs and symptoms related to estrogen deficiency, educational level, family income and occupation were significantly different ($p < .001, .001, .001, .001$ and $.05$ respectively) while the QOL of the women with differences in marital status and personal illness were not significantly different ($p > .05$).

Based on the study it is recommended that nurses and other health care providers should encourage the QOL of the menopausal women, particularly the groups of premenopausal period, severe menopausal signs and symptoms and unlaboured work. The health care team should give them the knowledge of menopausal signs and symptoms, the physical and psychological changes as well as the way of coping with them. In addition, they should emphasize the women with high education and high family income particularly. The psychological problems caused of stress that affects their QOL. Therefore, the intervention should be concerned about the importance of menopausal women to assist them to have the better QOL.