

## บทคัดย่อ

พระสงฆ์เป็นกลุ่มคนที่มีข้อจำกัดในการดูแลสุขภาพของตนเอง จึงได้วิจัยนี้ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ และเพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ เป็นการวิจัยแบบสำรวจ (Survey Research) จากพระสงฆ์ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป และที่พักในวัด ที่พักสงฆ์ และสำนักสงฆ์ เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มตัวอย่างง่าย จำนวนทั้งสิ้นจำนวน 100 รูป เครื่องมือที่ใช้ในประเมินครั้งนี้ คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ส่วนที่หนึ่ง ข้อมูลทั่วไป จำนวน 3 ข้อ ส่วนที่สอง ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 8 ข้อ และส่วนที่สาม ข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์จำนวน 41 ข้อ วิเคราะห์ข้อมูลด้วย สถิติ ความถี่ และ ร้อยละ และศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ด้วยสถิติ Chi - square ผลการวิจัยพบว่า พระสงฆ์ผู้ให้ข้อมูลมีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 33 และรักษาอาการเจ็บป่วยแบบแพทย์แผนปัจจุบัน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 66 ซึ่งยาตนเอง ร้อยละ 27 และใช้บริการแพทย์แผนไทย ร้อยละ 5 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ พบว่า พระสงฆ์ มีพฤติกรรม ด้านกิจกรรมกาย ด้านโภชนาการ ระดับปานกลาง ส่วนด้านการจัดการความเครียด ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และด้านสุขภาพอนามัย ที่มีพฤติกรรมระดับมาก สำหรับการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ พบว่า ปัจจัยด้านอายุมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P$ -value = 0.019) ปัจจัยด้านโรค มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมด้านการจัดการกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P$ -value = 0.038) และปัจจัยด้านอายุมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมด้านสุขภาพอนามัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P$ -value = 0.050) ส่วนพฤติกรรมด้านโภชนาการและพฤติกรรมด้านการรับผิดชอบต่อสุขภาพ พบว่า ปัจจัยด้านประเภทวัด ที่ตั้งของวัด อายุ จำนวนพรรษา นิิกาย สถานะทางสงฆ์ การศึกษาทางโลก การศึกษาทางสงฆ์และโรคไม่มีความเกี่ยวข้องอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P$ -value = 0.089 - 0.843) ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า แม้ว่าไม่มีพระสงฆ์ที่มีพฤติกรรมสุขภาพผ่านตามเกณฑ์พฤติกรรมสุขภาพทั้งหมด แต่พบว่าวัตรปฏิบัติของพระสงฆ์สามารถนำมาปรับใช้ในการดูแลสุขภาพได้ เช่นการนั่งสมาธิ การกำหนดรู้ (ปัจเจก) การศึกษาพระธรรมวินัย ดังนั้นการสร้างความเข้าใจในเรื่องการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก น่าจะช่วยให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องสามารถส่งเสริมสุขภาพของพระสงฆ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น รวมทั้งการรณรงค์ให้ประชาชนร่วมกันดูแลสุขภาพพระสงฆ์ โดยการสร้างเจตคติในการถวายอาหารที่ดีต่อสุขภาพของพระสงฆ์

**คำสำคัญ** พฤติกรรมสุขภาพ ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง พระสงฆ์