



การรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเองของนักเรียนหญิง โรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม
อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย

Perceiving benefits of breast self-examination of Female Students
at Santikiri Witthayakhom School in Mae Fha Luang District, Chiang Rai

Province

สุเวช พิมน้ำเย็น*

Suwech Pimnumyen

ประภาธิดา วุฒิชยา**

Prabhatida Wutticha

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเองของนักเรียนหญิง โรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย เป็นการศึกษาในประชากรนักเรียนหญิง จำนวน 164 คน ของโรงเรียนสันติคีรี วิทยาคม อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ซึ่งมีการตรวจสอบคุณภาพ โดยหาค่าความตรงของเนื้อหาด้วยค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ (IOC) และทดสอบหาค่าความเชื่อมั่นด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่าการรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเองของนักเรียนหญิงโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูงกลุ่มนักเรียนหญิงเหล่านี้ มีชาติพันธุ์เป็น อาข่า มากที่สุดร้อยละ 44.40 รองลงมาคือจีนยูนนานร้อยละ 38.80 อย่างไรก็ตามยังมีการรับรู้ในระดับปานกลาง เช่น การตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นวิธีที่ประหยัด และการตรวจเต้านมด้วยตนเองช่วยค้นหามะเร็งเต้านมในระยะแรก ซึ่งเป็นประเด็นที่ควรเพิ่มพูนความรู้หรือทักษะที่ถูกต้องแก่นักเรียนกลุ่มนี้ต่อไป

คำสำคัญ : การรับรู้ประโยชน์ / การตรวจเต้านมด้วยตนเอง / อำเภอแม่ฟ้าหลวง

*อาจารย์ประจำสำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

**อาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยเชียงราย

ABSTRACT

The purpose of this research was to study perceiving benefits of breast self-examination of female students at Santikiri Witthayakhom School in Mae Fha Luang District, Chiang Rai Province. The population consisted of 164 female students at Santikiri Witthayakhom School in Mae Fha Luang District, Chiang Rai Province. Research tool was questionnaire. The qualities testing of questionnaire were using 'Index of Item-Objective Congruence: IOC' for content validity and 'Cronbarch's Alpha Coefficient' for the reliability. The Statistics employed for data analysis were the percentage, mean and standard deviation. Research revealed that overall perceiving benefits of breast self-examination of female students were at the almost high level of quality. The female students consisted of Akha ethnic 44.40 percent and Chinese-Yunnan 38.80 percent. However, there are some perceiving benefits of female students were at the moderate level of quality, for example, breast self-examination is an economical way and breast self-examination help identify the early state of breast cancer which is to develop the knowledge and skills to them

Keywords : Perceiving Benefit / Breast Self-Examination / Mae Fha Luang District

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มะเร็งเต้านมเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของสตรี มีการคาดประมาณว่า ทุก 1 ใน 10 ของสตรี มีโอกาสจะเป็นมะเร็งเต้านมในช่วงใดช่วงหนึ่งของชีวิต (ปิยนุช จิตตบุญท์ และคณะ, 2552 หน้า 155) และข้อมูลจากสถาบันมะเร็งแห่งชาติ (กลุ่มงานเทคโนโลยีสารสนเทศ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ, 2557 หน้า 34) รายงานว่าในปี พ.ศ. 2555 พบผู้ป่วยมะเร็งเต้านมรายใหม่ มีจำนวนมากที่สุดเป็นลำดับที่ 1 จากมะเร็ง 10 อันดับแรก โดยทางการแพทย์นั้นหากตรวจพบมะเร็งเต้านมในระยะเริ่มต้น (Early state) ผู้ป่วยจะมีโอกาสรอดชีวิตสูงกว่าการตรวจพบมะเร็งในระยะรุนแรง และสามารถรักษาให้หายได้ การตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นวิธีการตรวจคัดกรองโรคที่สามารถทำได้ง่าย สะดวก รวดเร็ว เป็นการ ฝ้าระวังความผิดปกติหรือก้อนเนื้อที่อาจเกิดขึ้นกับเต้านมของตัวเองในระยะเริ่มแรก ซึ่งกระทรวงสาธารณสุข (กองสุขศึกษา กระทรวงสาธารณสุข, 2548) ยังได้มีการรณรงค์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ในกลุ่มสตรีที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไปโดยแนะนำให้ตรวจเต้านมด้วยตนเองเดือนละครั้งเป็นอย่างน้อย

มูลนิธิธันยรักษ์ ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี (มูลนิธิธันยรักษ์ฯ, 2555) ได้ร่วมกับกระทรวงสาธารณสุข จัดทำโครงการรณรงค์ตรวจเต้านมด้วยตนเองเมื่อครั้งโรกาสา 100 ปี สมเด็จพระเจ้า ันเป็นโครงการสืบสานพระราชปณิธานด้านมะเร็งเต้านม มีการดำเนินการในจังหวัดน่านรองและขยายผลไปสู่จังหวัดอื่นๆ ซึ่งในปี พ.ศ. 2556 จังหวัดเชียงรายได้เป็นจังหวัดน่านรอง โดยมีสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงรายเป็นผู้ประสานงานโครงการและได้รับความร่วมมือจากภาคส่วนต่างๆ ดำเนินโครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้า อาทิ การอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เพื่อให้ อสม. ไปสอนสตรีในหมู่บ้านที่ตนรับผิดชอบ รวมถึงการทำวิจัยร่วมกับสถาบันอุดมศึกษาในจังหวัดเชียงรายเพื่อประเมินผลการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีจังหวัดเชียงราย ตามโครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าด้านภัยมะเร็งเต้านม (ประภาธิตา วุฒิษา, 2557 หน้า 1-2)

ข้อมูลจากสถาบันมะเร็งแห่งชาติ พ.ศ.2553 (ประภาธิดา วุฒิชยา, 2557 หน้า 1) ที่ผ่านมานั้น จังหวัด เชียงรายมีจำนวนผู้ป่วยมะเร็งเต้านมรายใหม่มากเป็นลำดับที่ 3 ในกลุ่มจังหวัดภาคเหนือ มีอัตราการตายในช่วง 4 ปี (พ.ศ.2551-2554) เท่ากับ 2.24, 2.35, 3.26, 4.72 ต่อแสนประชากร ตามลำดับและอัตราป่วยเท่ากับ 75.56, 104.67, 143.86, 155.25 ต่อแสนประชากร ตามลำดับ จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าอัตราป่วยและอัตรา ตายด้วยมะเร็งเต้านมในสตรีจังหวัดเชียงรายเพิ่มขึ้นทุกปี

ในปี พ.ศ. 2557 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย ได้มีโครงการศึกษาการพัฒนาแบบการตรวจ เต้านมด้วยตนเองในกลุ่มประชากรซึ่งอาศัยบนพื้นที่สูง โดยจัดทำโครงการวิจัยต่อเนื่อง ได้เลือกพื้นที่อำเภอแม่ฟ้า หลวง จังหวัดเชียงรายเป็นพื้นที่ดำเนินการ แต่ทั้งนี้การดำเนินโครงการหรือกิจกรรมกับประชากรบนพื้นที่สูงซึ่งมี หลายเชื้อชาติหรือหลายชาติพันธุ์ซึ่งจะประสบปัญหาเรื่องภาษาและการสื่อสาร แนวทางการแก้ปัญหาอีกทาง หนึ่งคือการสื่อสารผ่านนักเรียนซึ่งเป็นลูกหลาน โดยนักเรียนเหล่านี้ได้เข้ามาศึกษาในโรงเรียนของรัฐซึ่งใช้ ภาษาไทยในการสื่อสาร สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงรายจึงมีโครงการครุณ้อยช่วยแม่เพื่อห่างไกลมะเร็งเต้าน ม โดยเลือกโรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม ซึ่งเป็นโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา ตั้งอยู่บนดอยแม่สลองซึ่งเป็นพื้นที่สูง ในเขตอำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย เป็นพื้นที่นำร่อง ซึ่งในโครงการนี้จะมีกิจกรรมการสอนการตรวจเต้าน มด้วยตนเองให้แก่นักเรียนหญิงซึ่งเป็นเยาวชนสตรี ให้สามารถตรวจได้อย่างถูกวิธี เพื่อนักเรียนกลุ่มนี้จะได้นำ ความรู้และทักษะไปถ่ายทอดแก่มารดาหรือญาติพี่น้องต่อไป

เพื่อสืบสานปณิธานสมเด็จพระย่าท่านย่าแม่เร่งเต้านม สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย จึงขอความ ร่วมมือให้สถาบันอุดมศึกษาที่ร่วมโครงการ ทำวิจัยการรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ของนักเรียน หญิง โรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย เพื่อนำผลการศึกษาดังกล่าวมาใช้ประโยชน์ ต่อการวางแผนโครงการหรือคิดค้นรูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเองให้แก่เด็กเรียน ในเขตพื้นที่นำร่องนี้ รวมทั้งนำข้อมูลมาเป็นพื้นฐานในการศึกษาวิจัยพัฒนารูปแบบการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ของสตรีในเขตพื้นที่สูงต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาการรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเองของนักเรียนหญิง โรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) เป็นการศึกษาในประชากรซึ่งเป็นนักเรียน หญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 4 และ 5 รวมทั้งสิ้น จำนวน 164 คน ของโรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย เหตุผลที่ศึกษาในประชากรกลุ่มดังกล่าวเนื่องจากสำนักงานสาธารณสุข จังหวัดเชียงรายต้องการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ต่อการออกแบบกิจกรรมหรือโครงการกับเยาวชน กลุ่มเป้าหมายนี้รวมทั้งติดตามผลโครงการหรือการวิจัยจากกลุ่มเป้าหมายนี้ในระยะต่อไป

เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ 1) ข้อมูลทั่วไป 2) คำถาม การรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง จำนวน 10 ข้อ เป็นคำถามเชิงบวกโดยให้ค่าการรับรู้เป็น 5 ระดับ คะแนน คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 5 คะแนน เห็นด้วย = 4 คะแนน ค่อนข้างเห็นด้วย = 3 คะแนน ไม่เห็นด้วย = 2 คะแนน ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 1 คะแนน การแปลผลคะแนนการรับรู้ได้จัดแบ่งเป็น 5 ระดับ ตามช่วง คะแนนเฉลี่ย ดังนี้ 4.51-5.00 หมายถึงการรับรู้อยู่ในระดับสูง 3.51-4.50 หมายถึงการรับรู้อยู่ในระดับค่อนข้าง สูง 2.51-3.50 หมายถึงการรับรู้อยู่ในระดับปานกลาง 1.51-2.50 หมายถึงการรับรู้อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ และ

1.00-1.50 หมายถึงการรับรู้อยู่ในระดับต่ำ เหตุผลในการแบ่งระดับการรับรู้เป็น 5 ระดับนี้ ผู้วิจัยเทียบเคียงกับหลักการแบ่งระดับคุณภาพที่นิยมใช้ปัจจุบัน (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2553 หน้า 33) ซึ่งแบ่งระดับคุณภาพเป็น 5 ระดับ

มีการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ คือ 1) การหาค่าความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เพื่อหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ได้สูงกว่า 0.5 ทุกข้อ และ 2) ทดสอบหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbarch's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.76

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการประสานโรงเรียนโดยให้ครูประจำชั้นแจกแบบสอบถามให้นักเรียนทุกคนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 4 และ 5 แล้วเก็บรวบรวมข้อมูลให้แก่ผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์ โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนหญิง จำนวน 164 คน เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3, 4 และ 5 มีอายุอยู่ในช่วง 14-20 ปี อายุเฉลี่ย 16 เป็นกลุ่มชาติพันธุ์หรือเชื้อชาติอาข่า มากที่สุดร้อยละ 44.40 รองลงมาคือจีนยูนนานร้อยละ 38.80 ไทยร้อยละ 11.90 และอื่นๆ ร้อยละ 9.90 ได้แก่ ไทยใหญ่ ลาหู่ ลีซอ และ มูเซอ

การรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ของนักเรียนหญิงโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\mu = 3.58$, $\sigma = 0.91$) และเมื่อพิจารณาการรับรู้ในประเด็นคำถามแต่ละข้อ พบว่า การรับรู้อยู่ในระดับค่อนข้างสูง จำนวน 6 ข้อ อยู่ในระดับปานกลาง 4 ข้อ สำหรับข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยการรับรู้มากที่สุด คือ การตรวจเต้านมด้วยตัวเองช่วยให้เกิดความเข้าใจในการเฝ้าระวังสุขภาพของตน ($\mu = 3.78$, $\sigma = 0.79$) จัดอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ส่วนข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยการรับรู้ที่น้อยที่สุด คือ การตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นวิธีที่ประหยัด ($\mu = 3.38$, $\sigma = 1.00$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย (μ) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (σ) และการแปลผลระดับการรับรู้การตรวจเต้านมด้วยตนเอง (N = 164)

ประเด็นการรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง	μ	σ	การแปลผลระดับการรับรู้
1. การตรวจความผิดปกติของเต้านม สามารถตรวจได้ด้วยตนเอง	3.46	0.90	ปานกลาง
2. การตรวจเต้านมด้วยตัวเอง ช่วยให้เกิดความเข้าใจในการเฝ้าระวังสุขภาพของตน	3.78	0.79	ค่อนข้างสูง
3. การตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นวิธีที่ประหยัด	3.38	1.00	ปานกลาง
4. การตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีวิธีการซึ่งสามารถศึกษา เรียนรู้และฝึกปฏิบัติได้ไม่ยาก	3.56	0.92	ค่อนข้างสูง
5. การตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้รู้ถึงลักษณะของเต้านมที่ปกติ	3.66	0.90	ค่อนข้างสูง
6. ผู้ที่ตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ จะสามารถบอกได้ถึง ความผิดปกติของเต้านมของตน	3.49	0.92	ปานกลาง

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย (μ) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (σ) และการแปลผลระดับการรับรู้การตรวจเต้านมด้วยตนเอง (N = 164) (ต่อ)

ประเด็นการรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง	μ	σ	การแปลผลระดับการรับรู้
7. การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ช่วยค้นหาหามะเร็งเต้านมในระยะแรก	3.44	0.89	ปานกลาง
8. การตรวจเต้านมด้วยตัวเองเป็นสิ่งจำเป็น หากเป็นมะเร็งในระยะแรก สามารถรักษาให้หายขาดได้	3.61	0.90	ค่อนข้างสูง
9. การตรวจเต้านมด้วยตัวเองจะช่วยลดความเสี่ยงจากการตายด้วยโรคมะเร็งเต้านม	3.67	0.92	ค่อนข้างสูง
10. การตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีคุณภาพช่วยลดความรุนแรงและอัตราการตายจากมะเร็งเต้านม	3.73	0.93	ค่อนข้างสูง
ภาพรวมทุกประเด็น	3.58	0.91	ค่อนข้างสูง

อภิปรายผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนหญิง จำนวน 164 คน เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 4 และ 5 อายุเฉลี่ย 16 ปี โดยมีอายุต่ำสุด 14 ปี อายุสูงสุด 20 ปี ซึ่งยังมีนักเรียนบางคนเข้ามาเรียนในระบบช้ากว่าเกณฑ์ที่สามารถเข้าเรียนได้ของกระทรวงศึกษาธิการ นักเรียนหญิงกลุ่มนี้ส่วนใหญ่มีชาติพันธุ์ว่าข่ามากที่สุดร้อยละ 44.40 รองลงมาคือจีนยูนนานร้อยละ 38.80 ไทยร้อยละ 11.90 และอื่นๆ อีกร้อยละ 9.90 ได้แก่ ไทยใหญ่ ลาหู่ ลีซอ และ มูเซอ บริเวณที่ตั้งของโรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม อยู่บนเทือกเขาสูง ดอยแม่สอง ในเขตตำบลแม่สองนอก อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย บริเวณพื้นที่ดังกล่าวยังเป็นพื้นที่ภายใต้ประกาศกฏอัยการศึก มีประชากรที่มีชาติพันธุ์หลากหลาย เข้ามาตั้งถิ่นฐานอาศัยอยู่ การวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดในเรื่องของการได้ข้อมูลด้านสัญชาติ เนื่องจากนักเรียนบางส่วนไม่ประสงค์จะให้ข้อมูลหรือมีความเขินอายต่อเรื่องของการได้หรือไม่ได้สัญชาติไทย ซึ่งประเด็นเรื่องสัญชาตินี้เป็นบทบาทของกระทรวงมหาดไทยในการพิสูจน์สัญชาติหรือพิจารณาอนุญาตให้ได้รับสัญชาติไทยต่อไป

การรับรู้ประโยชน์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ของนักเรียนหญิงโดยภาพรวมนี้อยู่ในระดับค่อนข้างสูง ดังจะเห็นได้จากคะแนนเฉลี่ย ($\mu = 3.58$) การวิจัยครั้งนี้แบ่งระดับการรับรู้ออกเป็น 5 ระดับ คือ สูง ค่อนข้างสูง ปานกลาง ค่อนข้างต่ำ และ ต่ำ ซึ่งอาจทำให้การแปลผลระดับการรับรู้ มีความแตกต่างการศึกษาของนักวิจัยที่ผ่านเล็กน้อย จากการทบทวนงานวิจัยก่อนหน้านี้อาจมีการแบ่งระดับการรับรู้ เป็น 3 ระดับ คือ สูง กลาง และ ต่ำ เช่น การศึกษาของ ปิยะนุช จิตตุนนท์ และคนอื่นๆ (2552, หน้า 156-163) พบว่าการรับรู้ประโยชน์การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของสตรี 3 กลุ่มอายุ คือ 35-44 ปี 45-54 ปี และ 55 ปีขึ้นไป ในเทศบาลตำบลคองส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา มีการรับรู้อยู่ในระดับสูง ทั้ง 3 กลุ่ม ส่วนการศึกษาของ ดาริน โตะกานี และคนอื่นๆ (2552 หน้า 6) พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีที่มีรับบริการในคลินิกวิทยทองของโรงพยาบาลในสามจังหวัดภาคใต้ อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งหากพิจารณาผลการวิจัยในกลุ่มนักเรียนหญิงของโรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม โดยพิจารณาในแต่ละข้อคำถามจะพบว่า มีการรับรู้อยู่ในระดับค่อนข้างสูง จำนวน 6 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 4 ข้อ ซึ่งแสดงให้เห็นว่ารับรู้ของนักเรียนหญิงกลุ่มนี้มีทั้งระดับค่อนข้างสูงและระดับปานกลาง ผู้วิจัยมีความเห็นว่าผลการวิจัยครั้งนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยะนุช จิตตุนนท์ (2552) และ ดาริน โตะกานี (2553)

หากพิจารณาประเด็นการรับรู้ที่ได้คะแนนเฉลี่ยสูง 2 ลำดับแรก คือ การตรวจเต้านมด้วยตัวเอง ช่วยให้เกิดความเอาใจใส่ในการเฝ้าระวังสุขภาพของตน ($\mu = 3.78$) การตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีคุณภาพช่วยลดความรุนแรงและอัตราการตายจากมะเร็งเต้านม ($\mu = 3.73$) แสดงให้เห็นว่านักเรียนหญิงกลุ่มนี้ซึ่งเป็นเยาวชนรับรู้ถึงประโยชน์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเองว่าเป็นการเอาใจใส่ต่อสุขภาพของตนเอง เป็นการเฝ้าระวังสุขภาพของตน และหากสามารถตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีคุณภาพก็จะช่วยลดความรุนแรงและอัตราการตายจากมะเร็งเต้านมได้ ซึ่งนับว่าเป็นประโยชน์ต่อการเฝ้าระวังสุขภาพของตน เป็นการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางสุขภาพโดยภาคประชาชนอีกทางหนึ่ง

ส่วนประเด็นข้อคำถามการรับรู้ที่ได้คะแนนเฉลี่ยน้อย 2 ลำดับคือ การตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นวิธีที่ประหยัด ($\mu = 3.38$) การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ช่วยคัดหามะเร็งเต้านมในระยะแรก ($\mu = 3.44$) แสดงให้เห็นว่านักเรียนหญิงกลุ่มนี้ ยังไม่เข้าใจเป็นอย่างดีว่าการตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นวิธีที่ประหยัด ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย รวมถึงยังไม่เชื่อมั่นว่าตนเองสามารถตรวจเต้านมด้วยตนเองเพื่อค้นหาความผิดปกติที่เปลี่ยนแปลงไป อันเป็นการคัดกรองเบื้องต้นด้วยตนเอง ดังนั้นนักเรียนหญิงกลุ่มนี้ควรได้รับความรู้หรือทักษะที่ถูกต้องเพื่อให้เข้าใจว่า การตรวจเต้านมด้วยตนเอง เป็นวิธีที่ไม่ยุ่งยาก สามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องใช้เครื่องมือพิเศษใดๆ ใช้เวลาน้อย ไม่สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย และเป็นการช่วยคัดหามะเร็งเต้านมในระยะแรกได้อีกด้วย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรเผยแพร่ความรู้และทักษะวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเองที่ถูกต้องให้กับสตรีตั้งแต่เป็นเยาวชน เพื่อให้ตระหนักและเห็นประโยชน์ว่า การตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำสม่ำเสมอจะทำให้ทราบถึงความผิดปกติเต้านมของตนได้ อีกทั้งเป็นวิธีที่ประหยัด ไม่ต้องใช้เครื่องมือหรือเทคโนโลยีขั้นสูงที่มีราคาแพง
2. เนื่องจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย ได้มีโครงการศึกษาการพัฒนารูปแบบการตรวจเต้านมด้วยตนเองในกลุ่มประชากรซึ่งอาศัยบนพื้นที่สูง โดยมีแนวทางจัดทำโครงการต่อเนื่อง ได้แก่ โครงการครูน้อยช่วยแม่เพื่อห่างไกลมะเร็งเต้านม ซึ่งจะมีกิจกรรมการสอนวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเองแก่เยาวชนสตรี เพื่อนำไปถ่ายทอดแก่มารดาหรือญาติพี่น้อง จึงขอเสนอแนะว่าในเบื้องต้นควรมีกิจกรรมเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจและสร้างทัศนคติ แก่เยาวชนสตรีว่าการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เป็นวิธีที่ไม่ยุ่งยาก สามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องใช้เครื่องมือพิเศษใดๆ ใช้เวลาน้อย ไม่สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย และเป็นการช่วยคัดหามะเร็งเต้านมในระยะแรกได้อีกด้วย
3. การเผยแพร่ความรู้และทักษะวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเองที่ถูกต้อง นอกจากหน่วยงานทางด้านสุขภาพแล้ว ควรประสานความร่วมมือกับภาคส่วนอื่นๆ ด้วย เช่น สถานศึกษาในระดับต่างๆ หรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นต้น ตัวอย่างเช่น สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย ได้ดำเนินโครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงค์ บดินทรเดชา (มหาจักรีบรมราชูปถัมภ์) โดยประสานและอาศัยความร่วมมือจากหน่วยงานต่างๆ ภายในจังหวัด เช่น มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย วิทยาลัยเชียงราย โรงเรียนสันติคีรีวิทยาคม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล รวมทั้งอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

เอกสารอ้างอิง

- กลุ่มงานเทคโนโลยีสารสนเทศ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ. (2557). ทะเบียนมะเร็งระดับโรงพยาบาล พ.ศ. 2555. กรุงเทพฯ : บริษัท โรงพิมพ์ตะวันออกจำกัด (มหาชน) จำกัด บมจ.157.
- คณะกรรมการการอุดมศึกษา, สำนักงาน. (2553). คู่มือการประกันคุณภาพการศึกษาภายใน ระดับอุดมศึกษา พ.ศ. 2553. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์.
- ดาริน โต๊ะกานี และคนอื่นๆ. (2552). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีที่มาใช้บริการใน คลินิกวิทยุทองของโรงพยาบาลในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้. วารสารมหาวิทยาลัย นราธิวาสราชนครินทร์, 1(1), 1-14. [Online]. Available : <http://journal.pnu.ac.th/ojs/index.php/pnujr/article/view/6/7>. [2557, สิงหาคม 12].
- ฉันทรักษ์ ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี, มูลนิธิ. (2555). โครงการสืบสานพระราช ปณิธานสมเด็จพระเจ้ายาต้านภัยมะเร็งเต้านม. [Online]. Available : <http://hpc4.go.th/bse>. [2557, สิงหาคม 12].
- ปิยะนุช จิตตบุญท์ และคนอื่นๆ. (2552). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของ สตรี ในเทศบาลตำบลคองหงส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. สงขลานครินทร์เวชสาร, 27(2), 153-165.
- ประภาธิตา วุฒิชยา. (2557). รายงานวิจัยการประเมินผลการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีจังหวัดเชียงราย ตามโครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้ายาต้านภัยมะเร็งเต้านม. เชียงราย : วิทยาลัยเชียงราย (อัดสำเนา).
- สุขศึกษา กระทรวงสาธารณสุข, กอง. (2548). รายงานผลการประเมินสถานการณ์ด้านพฤติกรรมสุขภาพ : การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ 35 ปี ขึ้นไป. นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์ การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.