

ห้องสมุด  
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยขอนแก่น  
(ส่วนหนองอ้อ) ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ปี 2550



การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาวิชา  
การวิจัยทางสุขภาพ (551461)  
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น  
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550

ห้องอ่านหนังสือ คณะสาธารณสุขศ  
รับทะเบียน..... 11 ส.ค. 2553  
เลขทะเบียน..... 6.2654775, 1.4847957  
เลขเรียกหนังสือ..... WA20.5

ค 54 21  
2550

## ประกาศคุณูปการ

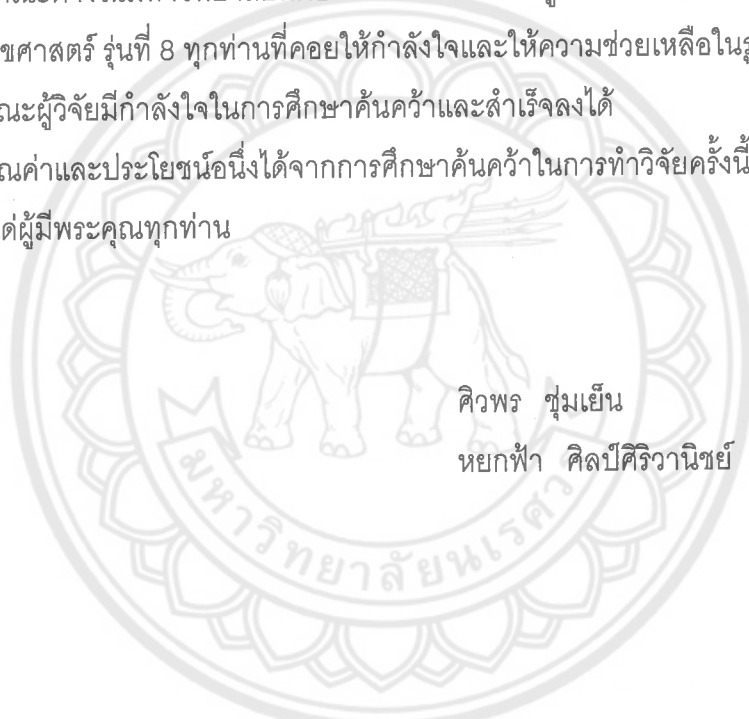
การศึกษาค้นคว้าฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี ด้วยความกรุณา จากอาจารย์ที่ปรึกษา  
อาจารย์ สมเกียรติ ศรีประสิทธิ์ และ อาจารย์วุฒิชัย จริยา อาจารย์ภาควิชาสัตวศาสตร์  
คณะสัตวศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ และให้ข้อเสนอแนะ  
ที่เป็นประโยชน์แก่การศึกษา ผู้ศึกษาขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบคุณ ผู้ที่ให้กำลังใจที่สำคัญแก่คณะผู้วิจัย คือ ครอบครัวของคณะผู้วิจัยพร้อมทั้ง  
เพื่อนจากคณะต่างในมหาวิทยาลัยที่คอยช่วยเหลือเรื่องข้อมูลต่าง และ เพื่อนร่วมรุ่นคณะ  
สัตวศาสตร์ รุ่นที่ 8 ทุกท่านที่คอยให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือในรูปแบบต่างๆ ซึ่ง  
ส่งผลให้คณะผู้วิจัยมีกำลังใจในการศึกษาค้นคว้าและสำเร็จลงได้

คุณค่าและประโยชน์หนึ่งได้จากการศึกษาค้นคว้าในการทำวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยขอมอบ  
และอุทิศแด่ผู้มีพระคุณทุกท่าน

ศิวพร ชุ่มเย็น

หยกฟ้า ศิลป์ศิริวานิชย์



ชื่อเรื่อง : ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี  
มหาวิทยาลัยนเรศวร (ส่วนหนองข้าว) ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง  
จังหวัดพิษณุโลก ปี 2550

ผู้เขียน : ศิวพร ชุ่มเย็น, หยกฟ้า ศิลป์ศิริวานิชย์

ที่ปรึกษา : อาจารย์สมเกียรติ ศรีประสิทธิ์

ประเภทสารนิพนธ์ : รายงานการศึกษารายวิชาวิชา การวิจัยทางสุขภาพ (551461)  
ปริญญาสาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต  
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2550

### บทคัดย่อ

#### จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม ได้แก่ เพศ อายุ สุข  
นิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัย  
นเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ได้แก่  
ความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย การทำความสะอาดของอุปกรณ์เครื่องใช้ภายใน  
ห้องพัก การเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัยและการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง กับโรคภูมิแพ้ของ  
นิสิต  
ปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

#### วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม (Sample Random) โดยใช้  
วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย โดยเลือกกลุ่ม นิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร (ส่วนหนองข้าว)  
ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ได้ขนาดประชากรตัวอย่างจำนวน 379.41 คน หรือ  
เท่ากับ 380 คน จากประชากรทั้งหมด 30,587 คน โดยใช้วิธีวิธีการจับฉลาก

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม เรื่อง ข้อมูลเกี่ยวกับกับปัจจัยที่มี  
ความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร (ส่วนหนองข้าว) อำเภอ  
เมือง จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งแบบสอบถามนั้น คณะผู้ศึกษาได้สร้างขึ้น ลักษณะของแบบสอบถาม  
แบ่งเป็น 4 ส่วน

การวิเคราะห์ข้อมูล แบบสอบถามที่ได้มาทุกชุด จะต้องผ่านการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล ตลอดจนความถูกต้องของข้อมูลด้วย จากนั้นนำมาวิเคราะห์ด้วยค่าสถิติ ดังต่อไปนี้ คือ การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ เป็นค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย พิสัย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีการศึกษาความสัมพันธ์โดยการใช้ Chi-Square สถิติเชิงวิเคราะห์ (Analytic Statistics) โดยการวิเคราะห์ตั้งแต่การแจกแจงเป็นรูปปกติ เปรียบเทียบความสัมพันธ์ ระดับความสัมพันธ์ โดยใช้ Chi-Square test ( $\chi^2$ -test) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ การได้รับข้อมูลข่าวสาร และปัจจัยสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย

กับตัวแปรตาม ได้แก่ โรคภูมิแพ้ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

### ผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนครสวรรค์ (ส่วนหนองอ้อ) ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก พบว่า ปัจจัยด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ สุขนิสัยส่วนบุคคล ซึ่งประกอบไปด้วย พฤติกรรมการทำความสะอาดร่างกายหลังจากกลับจากข้างนอก พฤติกรรมการออกกำลังกาย และพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ และปัจจัยด้าน เพศและอายุไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้

พบว่าปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ได้แก่ ความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย การทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในห้องพัก การเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัย

และการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ การเก็บทำลายขยะภายในที่พักอาศัยและการมีสัตว์เลี้ยง ไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิต

## สารบัญ

	หน้า
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมา	1
1.2 วัตถุประสงค์	2
1.3 สมมติฐาน	3
1.4 ขอบเขตการศึกษาวิจัย	3
1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษาวิจัย	4
1.6 ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
กรอบแนวคิดในการศึกษา	6
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
2.1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้	7
2.2 ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคภูมิแพ้	14
2.3 การรักษา	15
2.4 การป้องกัน	16
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	17
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	
3.1 รูปแบบที่ใช้ในการศึกษา	19
3.2 ประชากร ขนาดตัวอย่าง และการสุ่มตัวอย่าง	19
3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล	20
เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย	20
วิธีการสร้างเครื่องมือ	22
3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล	23
3.5 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์	23

## สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัย	
4.1 ผลการศึกษา	25
4.2 ข้อมูลส่วนบุคคล	25
4.3 ข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคล	27
4.4 ข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย	28
4.5 ข้อมูลลักษณะอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้	32
4.6 การทดสอบความสัมพันธุ์	33
บทที่ 5 สรุป การศึกษา และข้อเสนอแนะ	
5.1 ความมุ่งหมายของการศึกษา	38
5.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา	38
5.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	38
5.4 สรุปผลการศึกษา	39
5.5 อภิปรายผลการศึกษา	41
5.6 ข้อเสนอแนะการศึกษาวิจัย	42
5.7 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	43
บรรณานุกรม	45
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสอบถามการวิจัย	47
ภาคผนวก ข ดัชนีความพึง	52
ภาคผนวก ค การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ	55
ประวัติผู้วิจัย	58

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ	25
2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม อายุ	26
3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการได้รับ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้	26
4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคล	27
5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย	28
6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้	32
7 ค่าความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ อายุ กับโรคภูมิแพ้	33
8 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเรื่องการได้รับข้อมูลข่าวสารกับโรคภูมิแพ้	34
9 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างสุขนิสัยส่วนบุคคลกับโรคภูมิแพ้	35
10 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัยกับโรคภูมิแพ้	36

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรคภูมิแพ้ คือ สภาวะที่ภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานตอบโต้ไวเกินไป ต่อสิ่งที่ไม่น่ามีอันตรายต่อร่างกายมนุษย์ เช่น เกสรดอกไม้ ขนสัตว์ เป็นต้น และในปัจจุบันโรคภูมิแพ้เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประชาชน เนื่องจากในแต่ละปีมีผู้ป่วยโรคภูมิแพ้เพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ สาเหตุของการเกิดโรคภูมิแพ้มีได้หลายอย่างด้วยกัน เช่น พันธุกรรม, ประวัติครอบครัว, สารก่อภูมิแพ้ (Allergens) การติดเชื้อและการสูบบุหรี่ เป็นต้น

ผลจากการประเมินอุบัติการณ์ของโรคหอบหืด โดยองค์การอนามัยโลก (World Health Organization หรือ WHO ปีพ.ศ. 2550) พบว่ามีผู้ป่วยโรคหอบหืดประมาณ 100-150 ล้านราย มีจำนวนผู้เสียชีวิตประมาณ 180,000 รายต่อปี และแนวโน้มจะมีผู้ป่วยด้วยโรคหอบหืดเพิ่มขึ้นทั่วโลกด้วย ในกลุ่มของโรคทั้งหลายที่มีสาเหตุมาจากภูมิแพ้ โรคหอบหืดถือว่าเป็นโรคที่มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตรุนแรงที่สุด สาเหตุของโรคภูมิแพ้เกิดจาก พันธุกรรม และ จากสารแพ้งอกภูมิแพ้ในสิ่งแวดล้อม รอบๆ ตัว ([http://news.sanook.com/lifestyle/lifestyle\\_53161.php](http://news.sanook.com/lifestyle/lifestyle_53161.php).2550)

ความชุกของโรคภูมิแพ้ในประเทศไทยเพิ่มขึ้นมากมาย จากการศึกษาของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ระหว่างปี 2533-2539พบว่าคนไทยเป็นโรคหืดเพิ่มขึ้น 3 เท่าตัว และที่น่าตกใจมากคือ ภาวะภูมิแพ้ที่ปรากฏอาการทางจมูกเหมือนคนเป็นหวัดเรื้อรัง (Allergic Rhinitis) ซึ่งแม้จะเพิ่มเพียง 2 เท่า แต่ปริมาณที่เพิ่มนั้นสูงมาก คือเพิ่มถึง 1:2 คือหมายความว่า เด็กๆ ที่เดินอยู่ข้างถนนนั้นครึ่งหนึ่งจะมีโอกาสเป็นโรคภูมิแพ้ของจมูก

([thaipediatics.org/cpg\\_file/AsthmaGuiline.doc](http://thaipediatics.org/cpg_file/AsthmaGuiline.doc).2550)

ปัจจัยเสี่ยงของโรคภูมิแพ้เกิดจากการใช้ชีวิตผิดๆ ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้ภูมิชีวิตอ่อนแอได้แก่

- การกินอาหารก่อสารพิษมากขึ้น แต่กินอาหารที่มีแร่ธาตุ ผัก และผลไม้ลดลง อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นพิษ โดยเฉพาะคนที่สูดดมไอเสียจากท่อรถยนต์ทุกวัน มีรายงานทางการแพทย์ยืนยันว่า เด็กในเมืองป่วยเป็นภูมิแพ้มากกว่าเด็กในชนบท
- เมื่อร่างกายเกิดความเครียด ระบบภูมิคุ้มกันจะทำงานหนักขึ้น ต่อมาได้สมองจะหลั่ง ฮอร์โมนคอร์ติซอล ซึ่งมีฤทธิ์ต้านการอักเสบที่จำเป็น ในการควบคุมระบบภูมิคุ้มกัน ไม่ให้มีปฏิกิริยามากเกินไป ซึ่งผู้ป่วยภูมิแพ้มีระดับคอร์ติซอลน้อยกว่าคนทั่วไป



- โรคภูมิแพ้ยังเกิดจากสารทางพันธุกรรมที่เรียกว่า ยีน (gene) ซึ่งผู้ป่วยภูมิแพ้มักมีประวัติครอบครัวป่วยด้วย แม้ว่าจะไม่ใช่อาการเดียวกันก็ตาม

จะเห็นได้ว่าสภาวะแวดล้อมต่างๆในโลกปัจจุบัน มีปัจจัยเสี่ยงในการก่อให้เกิดโรคภูมิแพ้ เช่น ความเครียดจากการเรียน ฝุ่นละอองภายในห้อง(ห้องเรียน ห้องนอน ) และภายนอกห้อง ความร้อน ควันจากท่อไอเสียรถ สภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงบ่อย รับประทานอาหารที่ไม่ค่อยถูกหลักโภชนาการ มีสถานบันเทิงยามค่ำคืน (ซึ่งมีความเบียดเสียดของผู้คน และการสูบบุหรี่ภายในผ้า)

จากข้อมูลข้างต้นพบว่าภายใน และบริเวณโดยรอบของมหาวิทยาลัยนเรศวร มีปัจจัยเสี่ยงในการก่อให้เกิดโรคภูมิแพ้ นิสิตภายในมหาวิทยาลัยนเรศวร และประชาชนที่อยู่รอบๆ มหาวิทยาลัยนเรศวร ขาดการดูแลเอาใจใส่สุขภาพของตนเอง ผู้ทำวิจัยจึงต้องการให้นิสิตภายใน มหาวิทยาลัยนเรศวร และประชาชนโดยรอบได้รับทราบข้อมูลเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ และหลีกเลี่ยงปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคภูมิแพ้ ซึ่งจะช่วยลดปัญหาของจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคภูมิแพ้ และช่วยให้นิสิต และประชาชนรอบมหาวิทยาลัยนเรศวรมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

## 1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม ได้แก่ เพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ได้แก่ ความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย การทำความสะอาดของอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในห้องพัก การเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัยและการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

### 1.3 สมมติฐานในการศึกษา

1. ปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม ได้แก่ เพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก
2. สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ได้แก่ ความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย การทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในห้องพัก การเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัย และการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

### 1.4 ขอบเขตของการศึกษา

เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ปี พ.ศ. 2550 โดยศึกษาถึงปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม อันได้แก่ เพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย และปัจจัยสนับสนุน คือ สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก กับโรคภูมิแพ้ในนิสิต

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร(ส่วนหนองอ้อ) อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 380 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ ได้แก่

ตัวแปรต้น ได้แก่

- ปัจจัยส่วนบุคคล และสภาพแวดล้อม ได้แก่ เพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร
- สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย

ตัวแปรตาม ได้แก่

- โรคภูมิแพ้

## 1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา

1. โรคภูมิแพ้ หมายถึง สภาวะที่ภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานตอบโต้ไวเกินไป ต่อสิ่งที่ไม่น่ามีอันตรายต่อร่างกายมนุษย์ เช่น เกสรดอกไม้ ขนสัตว์ เป็นต้น ถ้าเราลองสมมติให้ร่างกายของมนุษย์เป็นประเทศหนึ่งมีเขตแดนหรือด่านต่างๆ ที่สิ่งแปลกปลอมต่างๆ จะเข้าสู่ร่างกาย ได้แก่ ทางผิวหนัง ทางตา ทางจมูก ทางปาก ซึ่งอาการของโรคภูมิแพ้ที่สามารถสังเกตได้ มีดังนี้

- มีอาการคันจมูกเรื้อรัง จาม น้ำมูกไหลตอนเช้า หรือตอนอากาศเย็น
- มีอาการแสบตา คันตา น้ำตาไหลบ่อยๆ
- มีผื่นคันขึ้น เมื่อมีอากาศเย็น หรือสัมผัสฝุ่นผง หรือสารบางอย่าง
- เมื่อเจอฝุ่นมีอาการจาม น้ำมูกไหล
- ทานอาหารบางอย่างแล้วมีผื่นคันเกิดขึ้น มีน้ำมูกไหล หรือแน่นหน้าอก

ถ้าพบว่ามีอาการดังกล่าวมากกว่า 2 ข้อ ถือว่าเป็นโรคภูมิแพ้ (มนตรี ตูจันดา : 2540)

2. การได้รับข้อมูลข่าวสาร หมายถึง การได้รับทราบข่าวสารจากสื่อต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องความรู้เรื่องโรค การป้องกันโรคภูมิแพ้ การรักษา จากสื่อโฆษณาต่างๆ อันหมายรวมถึง สื่อแผ่นพับ โทรทัศน์วิทยุ หอกระจายข่าว อินเทอร์เน็ต หรืออื่นๆ

3. ปัจจัย หมายถึง ลักษณะทั่วไปของนิสิตกลุ่มตัวอย่าง อันได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม คือ เพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร และปัจจัยสนับสนุน คือ สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย

4. สุขนิสัยส่วนบุคคล หมายถึง สุขนิสัยของกลุ่มตัวอย่างที่มีความเกี่ยวข้องกับการเกิดโรคภูมิแพ้ ได้แก่ พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการทำความสะอาดร่างกาย

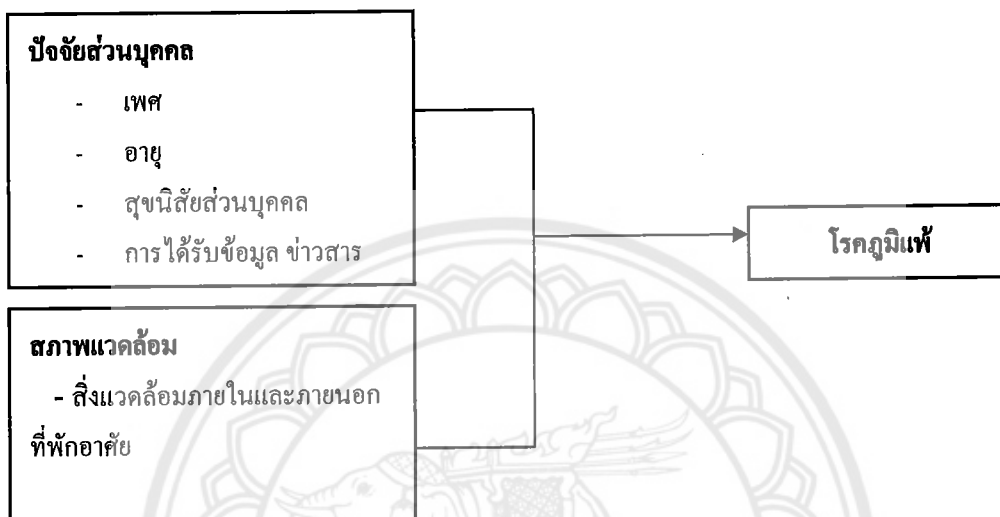
5. สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย หมายถึง สิ่งแวดล้อมภายในห้องพักและบริเวณรอบๆห้องพัก รวมไปถึงถนนจากห้องพักไปถึงตึกเรียนของนิสิต ได้แก่ พฤติกรรมการทำความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย พฤติกรรมการทำความสะอาดความสะอาดเครื่องใช้ภายในห้อง พฤติกรรมการกำจัดขยะ พฤติกรรมการเลี้ยงสัตว์ในที่พักอาศัย พฤติกรรมการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง และรวมถึงยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทาง

## 1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

เพื่อให้ทราบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร(ส่วนหนองอ้อ) อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก และหาแนวทางการดำเนินการแก้ไขต่อไป



## กรอบแนวคิดในการศึกษา



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูล และค้นคว้าเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคภูมิแพ้ และการป้องกันโรคภูมิแพ้ โดยมีการทบทวนวรรณกรรม ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ การรักษาและการป้องกันการเกิดโรคภูมิแพ้
2. ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคภูมิแพ้
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้

นพ.ไพบูล จาตุรปัญญา(2536.หน้า38) ให้ความหมายของภูมิแพ้ว่า ภูมิแพ้เป็นปฏิกิริยาไวเกินของระบบภูมิคุ้มกัน เป็นปฏิกิริยาของร่างกายที่มากเกินไปปกติ เมื่อมีสารแปลกปลอมเข้าสู่ร่างกายอาจจะเป็น ละอองเรณู ขนสัตว์ ผุ่นในบ้าน หรืออาหาร สารเหล่านี้เรียกว่าแอนติเจน จะไปกระตุ้นร่างกายให้ร่างกายสร้างภูมิต้านทานชนิดพิเศษที่เรียกว่า IgE ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้ร่างกายเกิดปฏิกิริยาที่มากเกินไปปกติ ทำให้เกิดอาการแพ้ขึ้น

สวณัฐ ธาระวานิช (2521.หน้า51) ให้ความหมายภาวะภูมิแพ้ไว้หมายถึง ภาวะที่ร่างกายตอบสนองต่อแอนติเจนผิดแผกจากปกติ ภาวะภูมิแพ้นี้มีลักษณะจำเพาะ และจะเกิดขึ้นเมื่อร่างกายได้เคยสัมผัสแอนติเจนชนิดนี้มาแล้ว การจำแนกประเภทภูมิแพ้นี้อาจจะกระทำได้อย่างแต่ที่นิยมมี 2 วิธี คือ

ก. จำแนกประเภทตามระยะเวลาที่เริ่มเกิดอาการนับหลังจากที่ได้มีปฏิกิริยากันระหว่างแอนติเจนและแอนติบอดี ภาวะภูมิแพ้ที่เกิดขึ้นทันทีหลังจากที่ได้มีปฏิกิริยาระหว่างแอนติเจนกับแอนติบอดีเรียกว่า " ภูมิแพ้ชนิดทันควัน" และภูมิแพ้ที่เกิดขึ้นเนิ่นช้าคือใน 24-48 ชั่วโมงที่แอนติเจนเข้าสู่ร่างกายเรียกว่า "ภูมิแพ้ชนิดล่าช้า" ตัวอย่างของภูมิแพ้ชนิดทันควันได้แก่ anaphylaxis, atopy, cytotoxic reaction และArthus type reaction. และภูมิแพ้ชนิดล่าช้าได้แก่ ภูมิแพ้ทูเบอร์คิวลิน, ภูมิแพ้สัมผัส, allograft rejection, graft versus host reaction และauto-immune นี้ในขั้นสุดท้ายจะยังประโยชน์ให้กับร่างกายหรือไม่ การจำแนกประเภทโดยวิธีนี้ได้นำเอาความรู้ที่ได้จากการทดลองในสัตว์และความรู้เกี่ยวกับโรคต่างๆในคนมาประมวลไว้ด้วยกันเพื่อจะให้แพทย์มีความเข้าใจในโรคต่างๆ ไม่ว่าจะป็นโรคที่พบในคลินิกโรคภูมิแพ้

หรือโรคทางอายุรศาสตร์ทั่วไป

ข. จำแนกตามกลวิธีที่ก่อให้เกิดปฏิกิริยาระหว่างแอนติเจนและแอนติบอดี (ตามแบบของ Coombs and Gell) ประเภทของปฏิกิริยาภูมิแพ้ที่จัดแบ่งนี้ จะต้องทำให้เกิดการทำลายของทิวซุ โดยไม่คำนึงถึงว่าผลของปฏิกิริยานี้ในขั้นสุดท้ายจะยังประโยชน์ให้กับร่างกายหรือไม่ การจำแนกประเภทโดยวิธีนี้ได้ นำความรู้ที่ได้จากการทดลองในสัตว์ และความรู้ที่เกี่ยวกับโรคต่างๆ ในคนมา ประมวลไว้ด้วยกัน เพื่อจะให้แพทย์มีความเข้าใจในโรคต่างๆ ไม่ว่าจะโรคที่พบในคลินิกโรคภูมิแพ้ หรือโรคทางอายุรศาสตร์ทั่วไป

โรคภูมิแพ้ เป็นโรคเรื้อรังถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ เช่นเดียวกับโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ฯลฯ คนที่เป็นโรคนี้ ร่างกายจะมีความไวต่อสารบางอย่างในสิ่งแวดล้อม สารที่ทำให้แพ้จะเข้าสู่ร่างกายได้โดยปนมากับ อากาศที่หายใจ เช่น ฝุ่น เชื้อรา เกสรพืช ฯลฯ ปนมากับอาหารที่รับประทาน หรือมา ถูกผิวหนังโดยตรง เมื่อสารนั้นเข้าสู่ร่างกายก็จะทำให้เกิดมีสาร Histamine ฯลฯ หลังในร่างกาย ทำให้ เกิดอาการแพ้ขึ้น ซึ่งก็แล้วแต่ว่า จะเกิดกับอวัยวะใด อาการของโรคภูมิแพ้นั้น เกิดได้กับทุกระบบ ถ้าเกิดกับทางเดินหายใจส่วนบน ก็จะทำให้เกิดมี อาการหวัดเรื้อรัง มี เสมหะไหลลงคอ เจ็บคอเป็นประจำ หูอื้อถ้าเกิดกับหลอดลมก็จะมีอาการหอบหืด เกิดกับผิวหนังก็เป็นโรคลมพิษ เกิดกับทางเดินอาหารก็ทำให้ท้องอืดหรือท้องเสียบ่อยๆ ได้ถ้าเกิดกับตา ก็จะมีอาการคันตาตาแดง น้ำตาไหล ผู้ป่วยอาจมีอาการปวดศีรษะบริเวณหัวคิ้วรอบกระบอกตา และท้ายทอย โรคภูมิแพ้เป็นโรคที่ไม่ติดต่อกัน แต่จะถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ จากพ่อแม่ไปสู่ลูกได้ จึงไม่สามารถรักษาให้ หายขาดได้ การรักษาของแพทย์ก็เพื่อให้ผู้ป่วยไม่มีอาการและป้องกันไม่ให้เกิดโรคแทรกซ้อนขึ้น เพราะถ้าทิ้งไว้นานๆ ไม่รักษาผู้ป่วยอาจเกิดหูดื้อจนพิการไปเลยก็ได้ (Adhesive OM) หรือมี เนื้ออกในจมูกเกิดขึ้นได้ (Nasal Polyp) หรือเป็นไซนัสอักเสบได้ (ถ้าเปรียบคนเป็นไซนัสอักเสบกับคนเป็นฝี โรคภูมิแพ้ จะเปรียบได้กับคนน้ำเหลืองไม่ดี ดังนั้นการรักษาจึงต้องรักษาที่โรคภูมิแพ้ ผู้ป่วยจะ ได้ไม่เป็นไซนัสอักเสบบ่อยๆ ไซนัสอักเสบอาจเกิดจากสาเหตุอื่นๆ ก็ได้ เช่น ฟันผุ มีสิ่งแปลกปลอมใน จมูก) (<http://www.thaiclinic.com>. ตุลาคม 2550)

นพ.ไพบูล จาตุรปัญญา(2536) กล่าวว่า ถ้าเราลองสมมุติให้ร่างกายของมนุษย์เป็นประเทศหนึ่งมีเขตแดนหรือด่านต่างๆ ที่สิ่งแปลกปลอมต่างๆ จะเข้าสู่ร่างกาย ได้แก่ ทางผิวหนัง ทางตา ทางจมูก ทางปาก ระบบป้องกันอันตรายของร่างกายมีตั้งแต่

ด่านแรก คือผิวหนังที่สมบูรณ์สุขภาพดีไม่มีบาดแผล ไม่มีการอักเสบ เมื่อมีสิ่งต่างๆ ที่อยู่ในจมูก ปาก ทางเดินอาหาร

ด่านสอง คือ เซลล์ต่างๆ ที่อยู่ใต้ผิวหนังในเยื่อจมูก ในเยื่อหลอดลม ทำหน้าที่คล้ายกับเป็นนาย

ด้านคอยระวังสิ่งแปลกปลอม ถ้าสิ่งแปลกปลอมผ่านมาได้ เซลล์ในด้านที่สองจะทำหน้าที่รายงานไปยังกองกำลังทหารอันได้แก่ เม็ดเลือดขาว ซึ่งจะทำหน้าที่ทำลายสิ่งแปลกปลอมที่มีอันตราย เช่น เชื้อโรคต่างๆ แต่ถ้าเป็นสิ่งแปลกปลอม ที่ไม่น่าจะมีอันตราย เช่น เกสรดอกไม้ ในคนปกติก็จะไม่เกิดอะไรขึ้น แต่ในคนที่ เป็น โรคภูมิแพ้ เซลล์ต่างๆ จะทำงานมากขึ้นกว่าปกติ เกิดการอักเสบมีการกระตุ้นไปยังเซลล์อื่นๆ อีก และเมื่อได้รับสิ่งแปลกปลอมอันเดิมซ้ำเรื่อยๆ สุดท้ายจะเกิดปฏิกิริยาที่รุนแรงจนมีอาการ ของโรคภูมิแพ้เกิดขึ้น ผู้ป่วยอาจแพ้เพียงอย่างเดียวหรือหลายอย่างก็ได้ ถ้าแพ้อย่างเดียว บนเซลล์ที่รับผัสชอบเรื่องโรคภูมิแพ้ก็จะมีตัวรับคล้ายๆ เสาอากาศบนผิวแบบเดียว แต่ ถ้าแพ้หลายอย่างบนเซลล์จะมีเสาอากาศหลายๆ แบบ เมื่อเซลล์เหล่านี้ได้พบสารก่อภูมิแพ้ที่จำเพาะเจาะจงกับเสาอากาศก็จะเกิดการกระตุ้นให้เซลล์เหล่านี้ และเปลี่ยน สารต่างๆ ออกมาอย่างมากมาย สารเหล่านี้ก็จะมีผลต่อจมูก ตา ผิวหนังทำให้เกิดอาการต่างๆ แบบเฉียบพลัน นอกจากนั้นแล้วยังเกิดการอักเสบแบบเรื้อรังไปเรื่อยๆ บางรายอาจจะรุนแรงถึงกับเสียชีวิตได้

Anaphylaxis shock

นายแพทย์มนตรี ตูจันดา(2550) กล่าวว่า โรคภูมิแพ้ที่พบบ่อยในคลินิกโรคภูมิแพ้

1. โรคจมูกอักเสบจากการแพ้หรือโรคแพ้อากาศ (ALLERGICRHINITIS) มักพบในเด็กโตจนกระทั่งผู้ใหญ่
2. โรคหอบหืด โรคภูมิแพ้ที่ผิวหนัง (ATOPIC DERMATITIS) ซึ่งมักจะมีอาการตั้งแต่เด็ก
3. ลมพิษ ซึ่งเกิดได้ทุกอายุ
4. การแพ้ยา ฯลฯ

**อักเสบจากภูมิแพ้** บางคนเรียกว่า "ไข้ละอองฟาง" (hay fever) แต่คนทั่วไปเรียกโรคนี้ว่า "โรคแพ้อากาศ" ความจริงไม่ใช่การแพ้อากาศ แต่เป็นการแพ้สารบางอย่างในอากาศ เมื่อผู้ป่วยสูดเอาสารที่ตนแพ้เข้าร่างกาย จะมีน้ำมูกไหล คัดจมูก คันจมูก คันตา คันในลำคอ มีน้ำตาไหล และจาม อาการดังกล่าวอาจเป็นเฉพาะฤดูกาล สาเหตุมักเกิดจากการแพ้สารที่มีในฤดูกาลนั้นๆ เช่น เป็นฤดูกาลที่มีเกสรหญ้า และวัชพืช หรือเชื้อรา หรืออาจมีอาการตลอดปี ซึ่งมักเกิดจากการแพ้สารที่ผู้ป่วยพบตลอดปี เช่น ฝุ่นบ้าน ตัวไรในฝุ่นเศษแมลง รังแคสัตว์ อาหาร หรือเกสรและเชื้อราชนิดที่มีอยู่ตลอดปี ผู้ป่วยบางรายมีอาการหอบหืดด้วย สาเหตุของโรคทั้งสองคล้ายกันแม้ว่าอาการของโรคนี้ไม่รุนแรงถึงกับเสียชีวิต แต่ก็ก่อความรำคาญแก่ผู้ป่วยเป็นอย่างมาก

**โรคผื่นเอ็กซีมา** (atopic eczema) เป็นโรคที่มีผื่นของผิวหนัง ซึ่งมักเกิดในบุคคลที่มีแนวโน้มในการแพ้ ผู้ป่วยบางรายมีอาการหอบหืด และจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ร่วมด้วย โรคนี้



อาจเกิดได้กับเด็กเล็กแม่เพียงอายุ ๒-๓ เดือน สำหรับเด็กเล็กนี้ผื่นมักเกิดที่บริเวณหน้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งแก้มทั้งสองข้าง ศีรษะเป็นผื่นแดงคัน อาจมีน้ำเหลืองซึม และจะเกิดเป็นสะเก็ดคล้ายกับที่เราเรียกว่า "กลากน้ำมัน" บางรายจะหายเมื่อโตขึ้น บางรายแม้ผื่นที่บริเวณหน้าทุเลาลง แต่มักพบผื่นตามบริเวณข้อพับของเข่า ศอก และรอบคอเมื่อเด็กโตขึ้น มีอาการคันมาก หากเป็นนานๆ ผิวนั้นจะแห้งและหนาขึ้น อาการจะกำเริบเป็นครั้งคราว ไม่ทราบสาเหตุของโรคนี้แน่นอน ใน เด็กเล็ก อาหารบางชนิด เช่น ไข่ นม อาจทำให้ผื่นเห่อขึ้นในบางราย และสิ่งระคายผิวหนังก็ทำให้อาการรุนแรงขึ้น

**ลมพิษ** เป็นปฏิกิริยาของเส้นเลือดในชั้นบนของผิวหนังมีลักษณะเฉพาะ คือ เป็นผื่นแดงนูน มีขอบเขตชัดเจน เป็นรอยหยักนูนขนาดต่างๆ กัน และคันมาก ถ้าปฏิกิริยาเกิดขึ้นได้ ผิวนั้นจะทำให้เกิดการบวมเฉพาะที่ ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้เสมือนกับผู้ที่เป็ลมพิษเป็นโรคที่พบได้บ่อย สาเหตุส่วนมากเนื่องมาจากการแพ้อาหาร และเครื่องดื่ม เช่น อาหารทะเล เบียร์สุรา สีเหลืองบางชนิดที่ใช้ทำขนมก็เป็นสาเหตุได้เหมือนกัน สาเหตุอื่นได้แก่ การแพ้ยา และโรคติดเชื้อ โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคพยาธิไส้เดือนในลำไส้การสัมผัสแมลง เช่น บุง แมลงชีปะขาว การสัมผัสหญ้า หรือถูกแมลงต่อย บางรายแพ้ความเย็นบางคนมีเหงื่อออกมากจากการออกกำลังกายก็เกิดลมพิษได้

**แพ้ยา** ในปัจจุบันมียามากมายหลายชนิด ยิ่งมียามากเท่าใดก็ยิ่งมีการแพ้ยามากขึ้นเท่านั้น ยาประเภทที่ทำให้เกิดการแพ้ได้แก่ พวกเพนิซิลลิน ซัลโฟนาไมด์ และยาแก้ปวด อาการแพ้ยาอาจพบได้เป็น ๒ แบบ แบบแรกเป็นผื่นแพ้ยา ซึ่งจะเกิดเป็นผื่นชนิดใดก็ได้ อาจมีอาการตั้งแต่คัน มีผื่นแดงทั่วไปเกิดลมพิษ มีผื่นคล้ายหัด ผิวนั้นจะมีน้ำเหลืองบางครั้งรุนแรงถึงมีผื่นทั่วตัว รวมทั้งมีการอักเสบของเยื่อต่างๆ เช่น เยื่อในปาก เยื่อบุตา และอาจเสียชีวิตได้ อาการอีกแบบหนึ่งแสดงออกทางกายทั่วไปโดยไม่มีผื่น เช่น คลื่นไส้ อาเจียน มีไข้ ต่อมน้ำเหลืองโต ข้อบวม ดีซ่าน ไตอักเสบ บางรายมีอาการแพ้รุนแรง เกิดอาการช็อก และเสียชีวิตในเวลาอันสั้น

**ผิวน้ำอักเสบจากการสัมผัส** เป็นการอักเสบของผิวน้ำที่เกิดจากการสัมผัสกับสารที่ผู้ป่วยแพ้ ส่วนใหญ่เป็นสิ่งที่สัมผัสเป็นประจำ เช่น เครื่องใช้ประจำวัน หรือสิ่งที่ต้องสัมผัสในอาชีพการงาน ซึ่งมีสารเคมีที่ผู้ป่วยอาจแพ้ได้ ปฏิกิริยามักเกิดขึ้นหลังสัมผัสกับสารนั้น ประมาณ ๖-๔๘ ชั่วโมง ที่ผิวน้ำจะมีผื่นบวม แดง คัน มีน้ำเหลืองซึม หรือมีเม็ดตุ่มใส และจะเกิดเฉพาะบริเวณที่สัมผัสกับสารนั้นเท่านั้น มักเห็นเป็นรอยชัดเจนพอที่จะทำให้นึกถึงสาเหตุได้ สาเหตุที่พบได้บ่อย ได้แก่ เครื่องสำอาง เครื่องประดับ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สิ่งที่มีส่วนผสมของ

นิกเกิด นอกจากนี้ ผงซักฟอก ยาฆ่าอมมม รองเท้า ปูนซีเมนต์ สีผงทาปาก และยาต่างๆ ล้วนอาจเป็นสาเหตุได้ทั้งสิ้น

**แพ้อาหาร** อาหารอาจก่อให้เกิดการแพ้และแสดงอาการได้หลายระบบอวัยวะ อาจก่อให้เกิดโรคในระบบทางเดินหายใจ เช่น หอบหืด อาจแสดงอาการทางผิวหนัง เช่น เกิดลมพิษ อาจแสดงอาการทางระบบทางเดินอาหาร เช่น คลื่นไส้ อาเจียน อุจจาระร่วง อาหารที่เป็นสาเหตุของการแพ้บ่อยในวัยทารก คือ นมวัวส่วนวัยผู้ใหญ่ นั้น สาเหตุที่สำคัญได้แก่ อาหารทะเลของหมึกคอง สุรา เบียร์ เนื้อสัตว์ อาหารสุกๆดิบๆ และผลไม้บางชนิด

**แพ้แมลง** แมลงในโลกมีมากมายนับเป็นแสนๆ ชนิด แมลงอาจก่อโรคภูมิแพ้ได้หลายแบบ เศษซากแมลงอาจเข้าร่างกายคนโดยการสูดหายใจเข้าไป ซึ่งมักก่อโรคภูมิแพ้ของระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหืด จมูกอักเสบจากภูมิแพ้ แมลงประเภทนี้ ได้แก่ เศษแมลงในบ้าน รวมทั้งแมลงสาบด้วย แมลงพวกยุง กัดแล้วอาจทำให้ ผู้ป่วยแพ้ได้เช่นกัน มักเกิดอาการทางผิวหนัง เช่น มีผื่น คัน ลมพิษ แมลงที่ต่อย เช่น ผึ้ง แตน ต่อมดแดงไฟ และมดตะนอย ก็อาจทำให้ผู้ป่วยแพ้ได้ มักจะเกิดอาการรุนแรงและรวดเร็ว มีอาการปวด บวม บางรายรุนแรงมากถึงกับมีอาการช็อกหายใจไม่ออก และอาจเสียชีวิตภายในเวลาอันสั้น

### อาการของโรคภูมิแพ้

โรคภูมิแพ้ทำให้เกิดอาการได้หลายอย่าง อย่างไรก็ตาม แม้ว่าอาการที่เกิดขึ้นจะแตกต่างกัน แต่กระบวนการมักเป็นแบบเดียวกัน ดังนี้

- (1) จมูกอักเสบ เนื่องจากการแพ้ จะมีอาการคัดจมูก จาม คันจมูก น้ำมูกไหล คันโพรงจมูก คันริมฝีปาก น้ำมูกไหลลงคอ เป็นต้น
- (2) เยื่อบุตาอักเสบ เนื่องจากการแพ้ จะมีอาการตาแดง หนังตาแดง น้ำตาไหล คันรอบๆ ตา และหนังตาบวม เป็นต้น
- (3) ผื่นแพ้พันธุกรรม จะมีอาการผิวหนัง โดยเฉพาะบริเวณข้อศอก หัวเข่า และข้อพับต่างๆ มีลักษณะแดงแห้ง และมีอาการคัน
- (4) ลมพิษ จะมีอาการผิวหนังเป็นริ้ว แฉกแดง และมีอาการคัน
- (5) อาการแพ้เฉียบพลัน จะมีอาการหน้าแดง ลมพิษ เยื่อจมูกบวม คัดจมูก เกิดการบวมของเนื้อเยื่ออ่อน ใต้ผิวหนัง คลื่นไส้ อาเจียน หายใจขัด มีเสียงหวีด และความดันโลหิตตก อาการแพ้เฉียบพลันนี้ มีอันตรายถึงเสียชีวิตได้ ถ้าได้รับการรักษาไม่ทัน

### อาการภูมิแพ้ในเด็ก

สำหรับผู้ใหญ่สามารถบอกอาการได้ แต่เด็กบอกอาการไม่ได้ ผู้ปกครองต้องสังเกตอาการ และ

อาการแสดงของเด็กโดยดูจากโครงร่างกาย ผิวน้ำ และลักษณะหน้า เด็กที่เป็นภูมิแพ้มักจะมีขนาดตัวเล็กกว่าเด็กทั่วไป ลักษณะใบหน้าของเด็กที่เป็นภูมิแพ้มีดังนี้

Allergic Shiners เด็กจะมีขอบตาดำคล้ำเนื่องจากเส้นเลือดดำที่ขอบตาขยาย

Dennie-Morgan Lines เด็กที่เป็นภูมิแพ้จะมีรอยย่นที่ใต้หนังตาล่าง

Long Face Syndrome เด็กที่เป็นภูมิแพ้ คัดจมูก และมีโรคหอบหืดจะมี เพดานปากสูงขึ้น ฟันบนยื่นออกมา ต้องหายใจทางปากเนื่องจากคัดจมูกอยู่ตลอดเวลา เยื่อบุจมูกจะบวมและซีด เนื่องจากถูกภูมิแพ้กระตุ้นอยู่ตลอดเวลาทำให้หายใจไม่ออก

Nasal Salute เด็กที่ภูมิแพ้จะมีอาการคันจมูกมักจะเอาฝ่ามือเช็ดจมูกอยู่ตลอดเวลาทำให้เกิดรอยย่นที่ดั้งจมูก

Facial Tics เด็กที่เป็นภูมิแพ้จะมีอาการคันจมูกทำให้ต้องย่นหน้าและจมูกเหมือนตัวตุ๊ก

Keratosis Pilaris ผิวน้ำของเด็กที่เป็นภูมิแพ้จะแห้งและหยาบโดยเฉพาะผิวน้ำบริเวณบริเวณ

แก้ม แขน หน้าอก

Atopic Eczema ผิวน้ำบริเวณข้อพับจะมีรอยเกาเป็นผื่น บางรายมีน้ำเหลือง

Conjunctivitis เด็กจะเคืองตาและขี้ตาอยู่ตลอดเวลา เยื่อบุตาจะบวม

Glue ear เด็กที่คัดจมูกอยู่ตลอดเวลาทำให้เกิดหูชั้นกลางอักเสบ มีหนองไหลออกจากหู

Posterior nasal drip น้ำมูกจะไหลลงคอตลอดเวลาทำให้เด็กกระคายคอ บางคนไอเรื้อรัง

อาการอื่นๆที่อาจพบในผู้ป่วยที่แพ้

1. อาการทางระบบหัวใจได้แก่ เวียนศีรษะ หน้ามืด เป็นลม
2. อาการระบบทางอาหาร แน่นท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง
3. อาการระบบทางเดินหายใจ คัดจมูก น้ำมูกไหล จาม หายใจเสียงดัง พุดลำบาก กลืนลำบาก
4. อาการทางปอด ไอ แน่นหน้าอก หายใจมีเสียงหวีด
5. อาการทางผิวน้ำ ลมพิษ หนังตา ปากจะบวม

## สาเหตุที่สำคัญมีอยู่ 2 ประการ

1. กรรมพันธุ์ โรคภูมิแพ้หลายโรคจะเกิดขึ้นได้ง่าย ถ้ามีพันธุกรรม เช่น โรคหืด โรคแพ้ อากาศ และผื่นภูมิแพ้ในเด็ก ยิ่งถ้ามีประวัติว่าทั้งพ่อและแม่เป็น จะยังมีโอกาสมากกว่าพ่อหรือแม่ เป็นฝ่ายเดียว โรคภูมิแพ้บางอย่าง สาเหตุจากพันธุกรรมไม่ค่อยเป็นปัจจัยสำคัญมากนัก เช่น ลมพิษ แพ้อาหาร แพ้ยา หรือแพ้จากการสัมผัส เช่น แพ้เครื่องประดับ แพ้เครื่องสำอาง เป็นต้น

2. สิ่งแวดล้อม เป็นปัจจัยสำคัญมาก เพราะสารก่อภูมิแพ้ที่จะเข้าร่างกายเกิดจาก สิ่งแวดล้อมทั้งสิ้น ไม่ว่าจะสารก่อภูมิแพ้ที่เข้าร่างกายโดยการหายใจ หรือจากการรับประทาน หรือ จากการสัมผัส สารก่อภูมิแพ้บางอย่างสังเกตได้ง่าย เช่น อาหาร หลังจากการรับประทานอาหาร ทะเล อาจเป็นลมพิษภายในเวลาครึ่งชั่วโมง หรือกินยาแล้วมีผื่นขึ้น ผู้ป่วยกวาดบ้าน เล่นกับแมว หรือสุนัขแล้วเกิดอาการจาม คัดจมูกหรือหอบ สารก่อภูมิแพ้บางอย่างสังเกตได้ยาก เพราะมองไม่ เห็นด้วยตาเปล่า เช่น เกสรหรือเชื้อราในอากาศ หรือไรฝุ่นในบ้าน ซึ่งมีมากตามที่นอน หมอน โซฟา ห้องรับแขก พรม ฯลฯ

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยร่วมที่ทำให้เกิดอาการของโรคภูมิแพ้ได้ง่ายขึ้นหรือมีอาการรุนแรงขึ้น เช่น อากาศหนาว อากาศเปลี่ยน มลพิษในอากาศจากควันรถ ควันโรงงานอุตสาหกรรม ฝุ่นละออง ตามท้องถนน ภายในบ้านหรือในสำนักงาน ก็มีควันบุหรี่เป็นตัวการสำคัญ (<http://www.dek-d.com>. ตุลาคม 2550)

ผศ. นพ. เฉลิมชัย บุญยะสิทธิ์พรหม แพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคภูมิแพ้ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) เปิดเผยว่า เนื่องจากประเทศไทยอยู่ในแถบภูมิอากาศร้อน ภาวะโลกที่ร้อนขึ้นอาจยังไม่ชัดเจนสำหรับโรคใหม่ ๆ มากนัก แต่จำนวนความถี่ของโรคที่มีอยู่ เดิมอาจเพิ่มขึ้น ไม่ว่าจะเรื่องยุ้ง แมลงวัน หรือแมลงต่าง ๆ อาจมีการเคลื่อนย้ายเปลี่ยนแปลงในเขต จังหวัดหรือภูมิภาคได้ ดังนั้น ประเทศไทยอาจต้องเตรียมการเปลี่ยนแปลงจากโรคที่มีแมลงเป็น พาหะอาจเพิ่มมากขึ้นและติดต่อได้ง่ายขึ้น รวมทั้งโรคภูมิแพ้ ซึ่งไรฝุ่นเป็นสารก่อภูมิแพ้มากที่สุด และไรฝุ่นชอบอยู่ในที่อากาศร้อนและชื้น อาจพบตัวเลขผู้ป่วยเป็นภูมิแพ้มากขึ้น ถ้าอุณหภูมิเพิ่มขึ้น ไรฝุ่นจะมีโอกาสเพิ่มมากขึ้น สปอร์เชื้อรานั้นจะมีการเปลี่ยนแปลง ละอองเกสรหญ้า ซึ่งเป็น ตัวกระตุ้นทำให้เกิดภูมิแพ้ก็มีการเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้สภาพภูมิอากาศปัจจุบันโรคภูมิแพ้มีมากอยู่ แล้ว โดยเฉพาะในเด็กและเยาวชนเป็นภูมิแพ้ในจุมุกร้อยละ 20-40 หอบหืดร้อยละ 4-13 ถ้ามีไรฝุ่น มาก สิ่งแวดล้อมกระตุ้นให้เกิดภูมิแพ้มากขึ้น อาจพบตัวเลขผู้ป่วยโรคภูมิแพ้มากขึ้น แต่การ เปลี่ยนแปลงยังต้องการการวิจัยว่าหากร้อนขึ้น 1-3 องศาเซลเซียส จะเป็นอย่างไร ส่วนที่ชัดเจนคือ ภูมิแพ้ผิวหนัง ถ้าร้อนเหงื่อออกมากขึ้นจะกระตุ้นให้คนที่เป็นภูมิแพ้ผิวหนังมีอาการมากขึ้น การ

รักษาพยาบาลมีความพร้อมพอ แต่สิ่งที่จะต้องช่วยกันกระตุ้นความคิดคือการทำงานวิจัยที่จะต้องไปร่วมมือกับด้านกีฏวิทยาและนิเวศวิทยา อาจไม่ใช่เรื่องของสาธารณสุขอย่างเดียว จะต้องร่วมมือกับสัตวแพทย์ กรมปศุสัตว์ด้วยว่าในวงจรชีวิตของแมลง ของสัตว์ที่เป็นแหล่งพาหะของโรคจะมีการเปลี่ยนแปลงด้วยภาวะอุณหภูมิอย่างไร และจะเป็นไปในทางโรครุนแรงมากขึ้นหรือน้อยลง ถ้างานวิจัยบูรณาการร่วมกัน จะทำให้เราวางแผนได้ถูกต้องว่าโรคอะไรที่จะเป็นปัญหาและป้องกันไว้ก่อน (<http://www.innnews.co.th>. ตุลาคม 2550)

### ปัจจัยเสี่ยง และการป้องกันรักษาต่อการเกิดโรคภูมิแพ้

สารก่อภูมิแพ้จากตัวไรฝุ่น (House dust mite allergens)

1. ฝุ่นบ้าน (House dust) : เป็นสารผสมของเส้นใยจากพรม เฟอร์นิเจอร์ เสื้อผ้า ดินทราย อาหาร สะเก็ดผิวหนังของมนุษย์ และสิ่งที่มีชีวิตขนาดเล็ก เช่น ตัวไรฝุ่น แมลงสาบ เชื้อราและแบคทีเรีย

2. ตัวไรฝุ่น (House dust mite) : จัดเป็นสารก่อภูมิแพ้ ที่สำคัญมากที่สุดจากสารก่อภูมิแพ้จากฝุ่นบ้าน โดยจากการศึกษาวิจัย พบว่า ความสามารถในการทำให้เกิดการแพ้จากฝุ่นบ้าน มีความสัมพันธ์โดยตรงกับจำนวนตัวไรฝุ่นในฝุ่นนั้นๆ จึงเป็นที่ยอมรับกันว่า ผู้ที่แพ้ฝุ่นบ้านในอดีตนั้นคือ ผู้ที่แพ้สารจากไรฝุ่นนั่นเอง

วิธีการขจัดตัวไรฝุ่น และสารก่อภูมิแพ้จากไรฝุ่น มีหลายวิธีร่วมกัน แต่จากการศึกษาวิจัยพบว่า ไม่มีวิธีใดที่จะสามารถทำลายตัวไรฝุ่นให้หมดไปได้อย่างแท้จริง เพียงแต่สามารถลดสารก่อภูมิแพ้ของตัวไรฝุ่นได้ จึงควรทำร่วมกันหลายๆ วิธี เพื่อศึกษาไรฝุ่นให้มากที่สุด วิธีต่างๆ เหล่านี้ได้แก่

(1) วิธีทางกายภาพ (Physical methods) ได้แก่ การคลุมที่นอน การดูดฝุ่น การซักล้าง การใช้เครื่องฟอกอากาศ การใช้ความร้อน การเพิ่มการระบายอากาศและการลดความชื้น

(2) วิธีทางเคมี (Chemical methods) ได้แก่ การใช้สารเคมีหรือความเย็นเพื่อทำลายตัวไรฝุ่น เช่น กรดแทนนิก (Tannic acid), ไนโตรเจนเหลว, Benzyl benzoate เป็นต้น  
แมลงสาบและสารแพ้จากแมลงสาบ

แมลงสาบสามารถก่อให้เกิดอาการแพ้อย่างเฉียบพลันได้ ในผู้ป่วยโรคหอบหืด หรือผู้ป่วยโรคภูมิแพ้ทั้งหลาย ดังนั้นผู้ป่วยที่แพ้แมลงสาบควรหลีกเลี่ยง บริเวณที่มีแมลงสาบให้มากที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้โดยการควบคุมและกำจัดแมลงสาบทำได้หลายวิธี เช่น การทำแหล่งเพาะพันธุ์ของแมลงสาบ, การทำลายและขจัดแหล่งอาหาร ของแมลงสาบ, การใช้กับดักแมลงสาบ,

บอแรก, ไฟร์ทรีม, การใช้ควันทิช เช่น ไฮโดรเจนไซยาไนด์, การใช้ยาฆ่าแมลงต่างๆ

สัตว์เลี้ยงภายในบ้าน

สัตว์เลี้ยงที่ทำให้เกิดปัญหาทางโรคภูมิแพ้ที่สำคัญ ได้แก่ แมวและสุนัข สิ่งที่เกิดจากสัตว์เลี้ยงคือ ขน ขี้รังแค น้ำลาย น้ำเหลือง ปัสสาวะและอุจจาระ กลิ่นโดยสรุป สารก่อภูมิแพ้ในที่อยู่อาศัยเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ทำให้ความชุกของโรคภูมิแพ้มากขึ้นรวมทั้งการปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้ทันสมัย สะดวกสบาย เช่น การติดตั้งเครื่องปรับอากาศ การปูพรม การติดผ้าม่าน การเลี้ยงสัตว์ในบ้าน ล้วนเป็นปัจจัยสนับสนุนให้สารก่อภูมิแพ้ในบ้าน

### การรักษาโรคภูมิแพ้

1. การใช้ยา มีหลายรูปแบบ ทั้งยากิน ยาพ่นจมูก ยาพ่นคอ ยาทาผิวหนัง ยาหยอดตา แล้วแต่อาการและระบบที่เป็น ซึ่งควรใช้ภายใต้การดูแลของแพทย์ ไม่ควรซื้อยามาใช้เอง เพราะในระหว่างการรักษาอาจต้องมีการเพิ่มหรือลดขนาดยาตามอาการ หรือปรับเปลี่ยนชนิดยาตามการตอบสนองของผู้ป่วย
2. การฉีดวัคซีนภูมิแพ้ (Allergen immunotherapy) เป็นการรักษาโดยการฉีดสารก่อภูมิแพ้ที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดอาการในผู้ป่วยรายนั้นๆ เข้าไปในร่างกายทีละน้อย แล้วค่อยๆ เพิ่มจำนวนขึ้นจนผู้ป่วยมีความต้านทานต่อสิ่งที่แพ้ วิธีนี้จะใช้เวลาอย่างน้อย 1.5 ปี ถ้าให้ได้ผลดี อาจต้องฉีดต่อเนื่อง 3-5 ปี เป็นวิธีที่สามารถควบคุมอาการภูมิแพ้ได้ดี ผู้ป่วยจำนวนมากสามารถลดหรือหยุดการใช้ยา รับประทานหรือยาพ่นได้
3. การหลีกเลี่ยงและกำจัดสิ่งที่แพ้ต่างๆ เป็นการรักษาที่สำคัญที่สุด ซึ่งถ้าไม่ได้ทำการทดสอบภูมิแพ้ว่าแพ้อะไร อาจใช้การสังเกตว่าสัมผัสอะไร อยู่ในสิ่งแวดล้อมใด แล้วมีอาการเกิดขึ้น ก็ควรหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้น แต่ในกรณีที่ได้รับการทดสอบภูมิแพ้ก็สามารถหลีกเลี่ยงได้ตรงสาเหตุมากขึ้น

วิธีการดูแลสิ่งแวดล้อมภายในบ้าน มีดังนี้

- ในห้องนอน ควรมีเครื่องตกแต่งห้องน้อยชิ้นที่สุด ไม่ควรมีกองหนังสือ หรือ กระจาดต่างๆ หมั่นทำความสะอาด และกำจัดฝุ่นละอองเป็นประจำ
- ไม่ใช้พรม แก้วอึเบาะหุ้มผ้า หมอนหนุน ตุ๊กตาที่ทำจากขนหรือขนสัตว์ เพราะสิ่งเหล่านี้สามารถกักเก็บฝุ่นได้
- ในกรณีที่แพ้ไรฝุ่น ควรทำความสะอาดเครื่องนอน (ที่นอน หมอน ผ้าห่ม) โดยซักด้วยน้ำร้อนอุณหภูมิ 60 C นาน 20-30 นาที อย่างน้อยทุก 2 สัปดาห์ หรืออาจใช้ผ้าคลุมที่นอน ปลอด

หมอน ที่ทำจากผ้าชนิดพิเศษซึ่ง สามารถกันมิให้ตัวไรฝุ่น และสารจากไรฝุ่นลอดผ่านขึ้นมาได้ ก่อนจะปูผ้าปูที่นอนและปลอกหมอนที่ใช้ปกติทับอีกชั้นหนึ่ง

- ไม่เลี้ยงสัตว์ที่มีขนในบ้าน เช่น สุนัข แมว นก

- กำจัดเศษอาหารและขยะต่างๆ รวมทั้งปิดฝาที่ระบายน้ำ เพื่อไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์แมลงสาบ เนื่องจากเศษชิ้นส่วนหรือสิ่งขับถ่ายของมันอาจทำให้เกิดอาการแพ้ได้

- กำจัดแหล่งเพาะเชื้อรา เช่น ใยมะพร้าวที่ทับถม เศษหญ้าที่ขึ้นและ ไม่ควรมีกระถางต้นไม้ภายในบ้าน ระวังไม่ให้บ้านและห้องน้ำอับชื้น โดยการเปิดหน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเทและแสงแดดส่องถึง เมื่อมีเชื้อราเกิดขึ้นตาม ห้องน้ำ ห้องครัว กระเบื้องปูพื้น ควรใช้น้ำยาฆ่าเชื้อราทำลาย

- ละอองเกสรดอกไม้ หญ้า และวัชพืช ก็อาจทำให้เกิดอาการแพ้ได้ ดังนั้นในช่วงที่มีละอองเหล่านี้มาก ควรปิดประตูหน้าต่าง และใช้เครื่องปรับอากาศ

- ทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศบ่อย ๆ และใช้แบบที่มีเครื่องกรองอากาศชนิด Hepa Filter(<http://ladprahospital.com>.ตุลาคม2550)

## การป้องกัน

สาเหตุส่วนใหญ่ของโรคภูมิแพ้ เกิดจากสภาวะสิ่งแวดล้อมไม่เหมาะสม การจัดสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวให้ปลอดภัยจากสารกระตุ้น ให้เกิดอาการแพ้ จะช่วยให้ลูกๆ ไม่ต้องเสี่ยงกับโรคภูมิแพ้ หรือถ้าเป็นโรคภูมิแพ้อยู่แล้ว ก็สามารถลดความรุนแรงของโรคได้มาก

### 1. การจัดห้องนอน

(1) ไม่นำตุ๊กตาที่ยัดไส้ด้วยขนุน หรือขนสัตว์ไว้ในห้องนอน

(2) เครื่องนอน เช่น ที่นอนและหมอน ควรเลือกที่ทำด้วยใยสังเคราะห์ แทนการใช้ขนุนหรือขนสัตว์

(3) หุ้มหมอน หรือที่นอนด้วยผ้าพลาสติก แล้วปูทับด้วยผ้าฝ้าย เพื่อป้องกันไม่ให้ตัวไร จากที่นอนสัมผัสผิว

(4) ไม่ควรใช้พรมปูพื้นห้อง ควรเป็นพื้นไม้ หรือกระเบื้อง เนื่องจากทำความสะอาดง่ายกว่า

(5) หมั่นทำความสะอาดเครื่องนอน เช่น ผ้าปูที่นอน และปลอกหมอนบ่อยๆ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เพื่อลดการสะสมของเศษผิวหนังที่ตกค้าง ที่จะเป็นอาหารของพวกไรฝุ่น

(6) จัดให้มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก และได้รับแสงสว่างจากธรรมชาติเพียงพอ เพื่อลดจำนวนเชื้อราในห้องนอน

(7) อย่าเพิ่งรีบให้ลูกเข้าไปในห้องนอน ที่เพิ่งทำความสะอาดเสร็จ แต่ควรเว้นระยะอย่างน้อย 20 นาที เพื่อให้ฝุ่นผงที่ลอยอยู่ในอากาศ ตกลงสู่พื้นให้หมดก่อน

## 2. การดูแลสิ่งแวดล้อมภายในบ้าน

- (1) การทำความสะอาดบ้าน ให้ใช้ผ้าที่ชุบน้ำ แทนการใช้ไม้ขนไก่ หรือไม้กวาด
- (2) ถ้าปิดบ้าน หรือห้องใดไว้นานๆ อาจทำให้เชื้อราเจริญเติบโตได้ เมื่อกลับเข้ามาอยู่บ้านอีกครั้ง ควรเปิดบ้านให้ลมโกรก และทำความสะอาดอย่างดีเสียก่อน
- (3) หากพบว่า บริเวณใดของบ้านมีเชื้อรา ให้ทำความสะอาดด้วยน้ำผสมคลอรีน โดยผสมคลอรีนในน้ำ ในอัตราส่วน 1:10
- (4) หมั่นทำความสะอาดห้องน้ำหรือครัวบ่อยๆ เพื่อลดจำนวนเชื้อราภายในบ้าน เพราะห้องเหล่านี้มีความชื้นสูง
- (5) พยายามดูแลบริเวณที่อาจเป็นแหล่งเพาะเชื้อรา เช่น ในถังขยะ พื้นห้องที่ปู พรมที่เปียก หรือกระดาษปิดฝาผนังที่เปียกชื้น เป็นต้น
- (6) ไม่ควรอนุญาตให้มีการสูบบุหรี่ในบ้าน
- (7) หลีกเลี้ยงไม่ให้ลูกเล่นกับแมว หรือสุนัข ถ้าเป็นเหตุสุดวิสัย ควรให้ลูกรีบล้างมือทันทีหลังจากสัมผัสสัตว์เหล่านี้

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

**วิระ ปิยะสิงห์ (2547)** ได้ศึกษาความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับโรคผิวหนังบริเวณมือของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ผลการศึกษาพบว่า อัตราความชุกของโรคผิวหนังบริเวณมือในระหว่าง กันยายน พ.ศ. 2546 ถึงตุลาคม พ.ศ. 2547 เท่ากับร้อยละ 14.3 โรคผิวหนังบริเวณมือส่วนใหญ่เกิดในคนที่มีอายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 30 ปี มีประสบการณ์การทำงาน 1 ปี ถึง 10 ปี หน่วยงานที่มีอัตราการเป็นโรคผิวหนังบริเวณมือที่พบมากที่สุด คือ อายุรกรรม ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคผิวหนังบริเวณมืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > 0.01$ ) คือ (1) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ประวัติภูมิแพ้ ประวัติโรคผิวหนังอักเสบจากภูมิแพ้ในอดีต (2) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำงานคือ คลอเฮกซิดีนที่เป็นสารเคมีในที่ทำงานและ (3) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำงานบ้านคือการทำสวนปลูกต้นไม้ ส่วนปัจจัยสิ่งแวดล้อมในการทำงานไม่พบความสัมพันธ์กับโรคผิวหนังบริเวณมือในการศึกษาครั้งนี้ การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าโรคผิวหนังบริเวณมือพบบ่อยในพยาบาลวิชาชีพประวัติภูมิแพ้ การสัมผัสสารในที่ทำงานและงานบ้านเป็นปัจจัยสนับสนุนในการเกิดโรคผิวหนังบริเวณมือ



**ศิริจิต วงศ์กำชัย, วท.ม.,1 มาลี อุปนิสากร, วท.ม.,2 วรรณะ มหาภิตติคุณ, วท.ม.,1 หทัย ไนโชติ, วท.บ.,1 พิสิฎฐ์ ชินบุตร, วท.บ.1 (2545)** ศึกษาเกี่ยวกับการศึกษาประสิทธิภาพของสาร PERMETHRIN และสาร BENZYL BENZOATE ในการควบคุมไรฝุ่นบ้านในห้องทดลอง ผลการศึกษาระดับความเข้มข้นของ Permethrin ในการฆ่าไรฝุ่นบ้าน พบว่าค่า LC50 คือ 6.98 มก./ฟุต2 และค่า LC95 คือ 42.49 มก./ฟุต2 และผลการศึกษาระดับความเข้มข้นของ Benzyl benzoate ในการฆ่าไรฝุ่นบ้าน พบว่า ค่า LC50 คือ 4.55 มก./ฟุต2 และค่า LC95 คือ 27.68 มก./ฟุต2 (ตารางที่ 1) รูปที่ 2 และ 3 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มข้นของสาร Permethrin และ Benzyl benzoate กับอัตราการตายของไรฝุ่นบ้าน (dose-response curve) การศึกษาความคงฤทธิ์ของสาร Benzyl benzoate และ Permethrin ในการฆ่าไรฝุ่นบ้าน พบว่าประสิทธิภาพของสาร Permethrin ลดลงเหลือร้อยละ 50 ในเดือนที่ 2 ของการทดสอบ และคงอยู่ได้ประมาณ 3 เดือน สำหรับสาร Benzyl benzoate พบว่าประสิทธิภาพของสารเคมีชนิดนี้ จะลดลงเป็นร้อยละ 80 และร้อยละ 60 ในเดือนที่ 2 และ 3 แต่จะลดลงเป็นร้อยละ 50 ในเดือนที่ 4

**ปภิต วิทยานนท์, พ.บ.\*, อรทัย จิรพงศานานุรักษ์, พ.บ.\*, นवलอนงค์ วิเศษสุนทร, พ.บ.\*, มนตรี ตูจินดา, พ.บ.(2547)** ศึกษาเกี่ยวกับความชุกของโรคหอบหืดและโรคภูมิแพ้อื่นๆ ในเด็กไทยที่อาศัยอยู่ใน กรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถาม ISAAC (International Study of Asthma and Allergy in children) ผลการศึกษาดังกล่าวบ่งชี้ให้เห็นว่าโรคภูมิแพ้เป็นโรคที่พบได้บ่อยที่สุดโรคหนึ่งในเด็กไทย

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจะเห็นได้ว่า โรคภูมิแพ้เป็นโรคที่พบได้บ่อยที่สุดอีกโรคหนึ่งในเด็กไทยซึ่งปัจจัยที่มีส่วนในการเกิดโรคภูมิแพ้นั้นก็คือ พันธุกรรมและสิ่งที่ทำให้อาการของภูมิแพ้รุนแรงมากขึ้นก็คือ สิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบๆตัวของผู้ป่วย เช่น ไรฝุ่น และพฤติกรรมของผู้ป่วยเอง นอกจากนี้ยังรวมไปถึงสิ่งที่หลีกเลี่ยงได้ยาก ได้แก่ สิ่งแวดล้อมในที่ทำงานของผู้ป่วยอีกด้วย

## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินการศึกษา

#### 3.1 รูปแบบที่ใช้ในการศึกษา

การศึกษาค้นครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม คือ เพศ อายุ พันธุกรรม สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร และปัจจัยสนับสนุน คือ สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนเรศวร (ส่วนหนองอ้อ) อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

#### 3.2 ประชากร ขนาดตัวอย่าง และการสุ่มตัวอย่าง

##### 3.2.1 กลุ่มประชากรที่จะศึกษา

นิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร (ส่วนหนองอ้อ) ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 30,587 คน

##### 3.2.2 ขนาดตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่าง

เพื่อให้สอดคล้องกับระยะเวลาและงบประมาณในการศึกษา ใช้วิธีการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมจากสูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ดังนี้

$$\text{สูตร } n = \frac{N Z^2 \alpha / 2\pi (1 - \pi)}{N Z^2 \alpha / 2\pi (1 - \pi) + (N - 1) d^2}$$

เมื่อ  $n$  = ขนาดตัวอย่าง

$N$  = ประชากร

$\pi$  = ค่าสัดส่วนของประชากรที่ไม่ทราบค่า (ปกิต วิทยานนท์, 2541)

$d$  = ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับให้เกิดในการประมาณค่าสัดส่วน

$z =$  ค่ามาตรฐานภายใต้โค้งปกติซึ่งมีค่าสอดคล้องกับระดับนัยสำคัญที่กำหนดจากการคำนวณหากลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม โดยยอมรับให้เกิดความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่าง 0.05 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

$$\text{สูตร } n = \frac{N Z^2 \alpha / 2 \pi (1 - \pi)}{N Z^2 \alpha / 2 \pi (1 - \pi) + (N - 1) d^2}$$

แทนค่าสูตร  $n = \frac{30587(1.96)^2(0.5)1-0.5}{(1.96)^2(0.5)(1-0.5)+(30587-1)(0.05)^2}$

$$= 379.4072075$$

$$\approx 380 \text{ คน}$$

จะได้กลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณเท่ากับ 380 คน

3.2.3 วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม (Sample Random) โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย โดยเลือกกลุ่ม นิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร (ส่วนหนองอ้อ) ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ได้ขนาดประชากรตัวอย่างจำนวน 379.41 คน หรือเท่ากับ 380 คน จากประชากรทั้งหมด 30,587 คน โดยใช้วิธีการจับสลาก ทำโดยนำฉลากรายชื่อของนิสิตใส่กล่องแล้วเขย่าหยิบขึ้นมาทีละใบจนครบตามจำนวนตัวอย่าง จากนั้นจึงออกไปทำการสัมภาษณ์ ที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่าง ในกรณีไปแล้วไม่พบเป้าหมายให้ติดตามออกไปเก็บข้อมูลอีกครั้งเพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความครอบคลุมมากที่สุด

### 3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

#### 3.3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม เรื่อง ข้อมูลเกี่ยวกับกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคมะเร็งของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร (ส่วนหนองอ้อ) อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งแบบสอบถามนั้น คณะผู้ศึกษาได้สร้างขึ้น ลักษณะของแบบสอบถามแบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป จำนวน 4 ข้อ

ส่วนที่ 2 เกี่ยวกับสุขนิสัยส่วนบุคคล จำนวน 3 ข้อ

ส่วนที่ 3 เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย จำนวน 13 ข้อ

ส่วนที่ 4 เกี่ยวกับลักษณะอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้ จำนวน 6 ข้อ  
**เกณฑ์การให้คะแนน**

**ส่วนที่ 1** การแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยพื้นฐานเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป และปัจจัยสนับสนุน ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสาร

**ส่วนที่ 2** เกี่ยวกับสุขนิสัยส่วนบุคคล ลักษณะคำถามเป็นแบบปลายปิดมีทั้งหมดจำนวน 3 ข้อ โดยกำหนดการประเมินระดับพฤติกรรมไว้ ดังนี้

(1) พฤติกรรมการออกกำลังกาย

โดย การออกกำลังกายเป็นประจำ(5-7ครั้ง/สัปดาห์)

และออกกำลังกายบางครั้ง(1-3ครั้ง/สัปดาห์) กำหนดเป็น ดี

ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ1ครั้ง กำหนดเป็น ไม่ดี

(2) พฤติกรรมการรับประทานอาหาร

โดย การรับประทานอาหารผัก และผลไม้ทุกวัน กำหนดเป็น ดี

การรับประทานอาหารผัก และผลไม้บางวัน และไม่รับประทาน กำหนดเป็น ไม่ดี

(3) พฤติกรรมการทำความสะอาดร่างกาย

โดย การล้างมือ ล้างเท้า และอาบน้ำหลังจากกลับจากข้างนอก กำหนดเป็น ดี

การไม่ทำอะไรหลังจากกลับจากข้างนอก กำหนดเป็น ไม่ดี

**ส่วนที่ 3** เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย จำนวน 13 ข้อ โดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ ใช้ในการวิเคราะห์สภาพของที่พักอาศัยซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคภูมิแพ้ โดยกำหนดการประเมินไว้ ดังนี้

(1) พฤติกรรมการทำความสะอาดของที่พักอาศัย

ภายในที่พักอาศัย โดย การทำความสะอาดทุกวัน และ 2-3 วันครั้ง กำหนดเป็น ดี

การทำความสะอาดอาทิตย์ละครั้ง เดือนละครั้ง และอื่นๆ กำหนดเป็น ไม่ดี

ภายนอกที่พักอาศัย โดย การทำความสะอาดทุกวัน และ 2-3 วันครั้ง กำหนดเป็นดี

การทำความสะอาดอาทิตย์ละครั้ง เดือนละครั้ง และอื่นๆ กำหนดเป็น ไม่ดี

(2) พฤติกรรมการทำความสะอาดเครื่องใช้ภายในห้อง

การซักทำความสะอาดผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน ผ้าห่ม

โดย การซักทำความสะอาดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง และสัปดาห์ละครั้ง กำหนดเป็น ดี

การซักทำความสะอาดเดือนละ 2 ครั้ง เดือนละครั้ง ปีละครั้ง และอื่นๆ กำหนดเป็น ไม่ดี

การทำความสะอาดหมอน หมอนข้าง และมุ้ง โดยการนำมาผึ่งแดด หรือการต้มทำความสะอาด  
โดย การนำหมอน หมอนข้าง และมุ้งมาผึ่งแดดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง สัปดาห์ละครั้ง และ  
เดือนละ 2 ครั้ง กำหนดเป็น ดี

การนำหมอน หมอนข้าง และมุ้งมาผึ่งแดดเดือนละครั้ง ปีละครั้ง ไม่เคยทำเลย  
และอื่นๆ กำหนดเป็น ไม่ดี

(3) การเก็บทำลายขยะภายในที่พักอาศัย

โดย การส่งต่อเทศบาลในการเก็บทำลายขยะ กำหนดเป็น ดี

การเผา ผึ่งกลบ และอื่นๆในการเก็บทำลายขยะ กำหนดเป็น ไม่ดี

(4) พฤติกรรมการเลี้ยงสัตว์ในที่พักอาศัย

โดย การเลี้ยงสัตว์นอกที่พักอาศัย และกรงนอกที่พักอาศัย กำหนดเป็น ดี

การเลี้ยงสัตว์ภายในที่พักอาศัย และกรงภายในที่พักอาศัย กำหนดเป็น ไม่ดี

(5) พฤติกรรมการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง

โดย การอาบน้ำให้สัตว์เลี้ยงทุกวัน และ 2-3 วันครั้ง กำหนดเป็น ดี

การอาบน้ำให้สัตว์เลี้ยงอาทิตย์ละครั้ง และอื่นๆ กำหนดเป็น ไม่ดี

(6) ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทาง

โดย ใช้รถไฟฟ้า รถจักรยาน และการเดินในการเดินทาง กำหนดเป็น ดี

ใช้รถยนต์ รถจักรยานยนต์ และอื่นๆในการเดินทาง กำหนดเป็น ไม่ดี

**ส่วนที่ 4** เกี่ยวกับลักษณะอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้ จำนวน 6 ข้อ กำหนดว่า หากกลุ่ม  
ตัวอย่างมีอาการมากกว่า 2 ข้อ ถือว่าเป็นโรคภูมิแพ้

### 3.3.2 วิธีการสร้างเครื่องมือ

ผู้ศึกษาได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือโดย

3.3.2.1 ในการสร้างแบบสอบถามผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเบื้องต้น คู่มือ เอกสาร  
และการทบทวนวรรณกรรม เพื่อให้มีความรู้ในเรื่องที่จะศึกษาอย่างถูกต้อง ชัดเจน

3.3.2.2 กำหนดโครงสร้างของเนื้อหาแบบสอบถามโดยยึดตามเนื้อหาถูกต้องตาม  
หลักวิชาการ แนวคิดทฤษฎีสุขภาพศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์

3.3.2.3 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้อง ความ  
ครอบคลุมครบถ้วน และสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ ตรงตามเนื้อหาที่ต้องการจะวัด มี

ความสอดคล้องกันของเนื้อหา คำถามสอดคล้องหรือตรงตามกรอบแนวคิด การใช้ภาษา และความชัดเจนของภาษา แล้วปรับปรุงแก้ไขแบบสัมภาษณ์ให้ถูกต้อง

### 3.3.2.4 การตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability)

วิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ด้วยวิธีใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC (Statistical Package for the Social Science) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ .65

สรุปจากที่กล่าวมาการทำวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลของสมาชิกในกลุ่มได้ดำเนินการดังต่อไปนี้

- ประชุมกลุ่มตั้งหัวข้อ ปัญหางานวิจัย นำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา
- จัดทำแผนปฏิบัติการ ศึกษาเอกสารวิชาการ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องและเครื่องมือต่างๆ
- เตรียมแบบสอบถาม จำนวน 380 ชุด เพื่อให้พอเหมาะกับจำนวนกลุ่มเป้าหมายที่ทำการศึกษา
- ทำการแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา
- เก็บแบบสอบถามคืนจากกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 380 ชุด

## 3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

แบบสอบถามที่ได้มาทุกชุด จะต้องผ่านการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลตลอดจนความถูกต้องของข้อมูลด้วย จากนั้นนำมาวิเคราะห์ด้วยค่าสถิติ ดังต่อไปนี้ คือ การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ เป็นค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย พิสัย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีการศึกษาความสัมพันธ์โดยใช้ Chi – Square

## 3.5 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) โดยการใช้การแจกแจงความถี่ และคำนวณหาร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จำแนกตามเพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ รวมทั้งสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ได้แก่ ความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย การทำความสะอาดของข้าวของเครื่องใช้ภายในห้องพัก การเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัยและการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้

2. สถิติเชิงวิเคราะห์ (Analytic Statistics) โดยการวิเคราะห์ตั้งแต่การแจกแจงเป็นแบบรูปปกติ เปรียบเทียบความสัมพันธ์ ระดับความสัมพันธ์ โดยใช้ Chi – Square test ( $\chi^2$  – test) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม คือ เพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคมะเร็ง ปัจจัยสนับสนุน คือ สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย กับตัวแปรตาม ได้แก่ การเกิดโรคมะเร็งที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05



## บทที่ 4

### ผลการศึกษาและการอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเกิดโรคมุมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนเรศวร ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตที่ได้จากการสุ่มตัวอย่าง จำนวน 380 คน ซึ่งผลการศึกษาได้นำเสนอโดยการบรรยายประกอบตารางดังนี้

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	124	32.63
หญิง	256	67.37

จากตารางที่ 1 จะเห็นว่าลักษณะทางประชากรที่ศึกษา ได้แก่ เพศ และอายุ กลุ่มตัวอย่างมีเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยเพศหญิง คิดเป็น ร้อยละ 67.37 และเพศชายร้อยละ 32.63



ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม อายุ

ข้อมูลด้านประชากร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
<b>อายุ(ปี)</b>		
18	83	21.84
19	123	32.37
20	87	22.89
21	39	10.26
22	22	5.79
23	15	3.95
24	8	2.11
25	3	0.79

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.37 รองลงมา มีอายุ 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 22.89 และมีอายุ 25 ปี จำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.79 อายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเท่ากับ 21.5 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.45

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้

การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้	จำนวน	ร้อยละ
สื่อแผ่นพับ	18	4.00
โทรทัศน์	136	30.22
วิทยุ	12	2.67
หอกระจายข่าว	32	7.11
อินเตอร์เน็ต	215	47.78
อื่นๆ	37	8.22
<b>รวม</b>	<b>450</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 3 จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ จากสื่อ  
อินเทอร์เน็ตมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 47.78 รองลงมา คือ จากสื่อโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ

30.22

และน้อยที่สุด คือ จากสื่อวิทยุ คิดเป็นร้อยละ 2.67

## ส่วนที่ 2 ข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคล

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคล

สุขนิสัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. พฤติกรรมการทำความสะอาดร่างกายหลังจาก กลับจากข้างนอก		
- ล้างมือ ล้างเท้า	276	72.63
- อาบน้ำ	31	8.16
- ไม่ทำอะไร	73	19.21
2. พฤติกรรมการออกกำลังกาย		
- ออกกำลังกายน้อยกว่าสัปดาห์ละ 1 ครั้ง	300	78.95
- ออกกำลังกายบางครั้ง(1-3ครั้ง/สัปดาห์)	27	7.10
- ออกกำลังกายเป็นประจำ(5-7 ครั้ง/สัปดาห์)	53	13.95
3. พฤติกรรมการรับประทานผัก และผลไม้		
- ทานผัก และผลไม้ทุกวัน	167	43.95
- ทานผัก และผลไม้บางวัน	196	51.58
- ไม่ทานผัก และผลไม้	17	4.47

จากตารางที่ 4 จะเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมต่าง ดังนี้

- การทำความสะอาดร่างกายหลังจากกลับจากข้างนอก กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการล้างมือล้าง  
เท้ามากที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 72.63
- การออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการออกกำลังกายน้อยกว่าอาทิตย์ละครั้ง มากที่สุด  
โดยคิดเป็นร้อยละ 78.95

- การรับประทานผักและผลไม้ กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้บางวัน มากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ51.58

### ส่วนที่ 3 ข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในที่พักอาศัย และบริเวณรอบ ๆ ที่พักอาศัย

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในที่พักอาศัย และบริเวณรอบ ๆ ที่พักอาศัย

ข้อมูลด้านสิ่งแวดล้อม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. สถานที่พักอาศัย		
- หอพักมหาวิทยาลัย	108	28.42
- หอพักเอกชน	157	41.32
- บ้านพักครอบครัวมหาวิทยาลัย (เอกชน)	28	7.37
- บ้านตนเอง	11	2.89
2. ผู้เข้าร่วมที่พักอาศัย		
- อยู่คนเดียว	85	22.37
- พักอยู่กับเพื่อน	178	46.84
- พักอยู่กับครอบครัว	11	2.89
- พักอยู่กับญาติ	3	0.79
3. ลักษณะห้องพักอาศัย		
- ห้องพัดลม	283	74.47
- ห้องแอร์	97	25.53
4. การทำความสะอาดภายในที่พักอาศัย		
- ทำความสะอาดทุกวัน	147	38.68
- ทำความสะอาด 2 – 3 วันครั้ง	150	39.47
- ทำความสะอาดอาทิตย์ละครั้ง	53	13.95
- ทำความสะอาดเดือนละครั้ง	3	0.79

5. การทำความสะอาดภายนอกที่พักอาศัย		
- ทำความสะอาดทุกวัน	48	12.63
- ทำความสะอาด 2 – 3 วันครั้ง	202	53.16
- ทำความสะอาดอาทิตย์ละครั้ง	97	25.53
- ทำความสะอาดเดือนละครั้ง	11	2.89
6. การซักทำความสะอาดผ้าห่ม ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน		
- สัปดาห์ละ 2 ครั้ง	3	0.79
- สัปดาห์ละครั้ง	74	19.47
- เดือนละ 2 ครั้ง	189	49.74
- เดือนละครั้ง	105	27.63
- ปีละครั้ง	4	1.05
7. การทำความสะอาดหมอน หมอนข้าง มุ้ง โดยการนำมาตากแดด หรือต้มในน้ำร้อน		
- ไม่เคยทำ	3	0.79
- สัปดาห์ละ 2 ครั้ง	1	0.26
- สัปดาห์ละครั้ง	11	2.89
- เดือนละ 2 ครั้ง	113	29.74
- เดือนละครั้ง	187	49.21
- ปีละครั้ง	17	4.47
8. การเก็บทำลายขยะในที่พักอาศัย		
- ส่งต่อเทศบาล	374	98.42
- การเผา	4	1.05
- การฝังกลบ	0	0
9. ระยะเวลาในการเก็บทำลายขยะในที่พักอาศัย		
- ทุกวัน	72	18.95
- 2 – 3 วันครั้ง	247	65.00
- อาทิตย์ละครั้ง	56	14.74
- เดือนละครั้ง	3	0.79

10. การเลี้ยงสัตว์ในที่พักอาศัย		
- ไม่เลี้ยง	312	82.11
- สุนัข	47	12.37
- แมว	6	1.58
- หนู	4	1.05
- นก	3	0.79
- สัตว์เลี้ยงคลาน	1	0.26
11. บริเวณที่อยู่อาศัยของสัตว์เลี้ยง		
- ภายในที่พักอาศัย	46	67.65
- ภายนอกที่พักอาศัย (ไม่มีกรง)	11	16.18
- อยู่ในกรงภายในที่พักอาศัย	7	10.29
- อยู่ในกรงภายนอกที่พักอาศัย	4	5.88
12. การทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง		
- อาบน้ำทุกวัน	1	1.47
- 2-3 วันครั้ง	7	10.29
- อาทิตย์ละครั้ง	34	50.00
13. ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางไปเรียน		
- รถไฟฟ้ามหาวิทยาลัย	73	19.21
- รถจักรยาน	3	0.79
- รถจักรยานยนต์	277	72.89
- รถยนต์	12	3.16
- เดิน	1	0.26

จากตารางที่ 5 จะเห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในที่พักอาศัย และบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ดังนี้

- สถานที่พักอาศัย กลุ่มตัวอย่างพักในหอพักเอกชนมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 41.32 และพักอยู่กับเพื่อนมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 46.84

- ลักษณะห้องพักอาศัย กลุ่มตัวอย่างพักอยู่ในห้องพัสดมมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 74.47

- การทำความสะอาดภายในที่พักรักษา กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาด 2-3 วันครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 39.47
- การทำความสะอาดภายนอกที่พักรักษา กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาด 2-3 วันครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 53.16
- การซักทำความสะอาดผ้าห่ม ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน กลุ่มตัวอย่างมีการซัก ทำความสะอาด เดือนละ 2 ครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 49.74
- การทำความสะอาดหมอน หมอนข้าง มุ้ง โดยการนำมาตากแดด หรือต้มในน้ำร้อน กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาดเดือนละครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 49.21
- การเก็บทำลายขยะในที่พักรักษา กลุ่มตัวอย่างมีการเก็บทำลายโดยการส่งต่อเทศบาลมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 98.42
- ระยะเวลาในการเก็บทำลายขยะในที่พักรักษา กลุ่มตัวอย่างมีการเก็บทำลาย 2-3 วันครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 65.00
- การเลี้ยงสัตว์ในที่พักรักษา กลุ่มตัวอย่างไม่มีการเลี้ยงคิดเป็นร้อยละ 82.11 และเลี้ยงสุนัขมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 12.37
- บริเวณที่อยู่อาศัยของสัตว์เลี้ยง กลุ่มตัวอย่างเลี้ยงสัตว์ไว้ภายในที่พักรักษามากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 67.65
- การทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยงด้วยการอาบน้ำ อาทิตยัละครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 50.00
- ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางไปเรียน กลุ่มตัวอย่างมีการใช้รถจักรยานยนต์ในการเดินทางไปเรียนมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 72.89

#### ส่วนที่ 4 ข้อมูลลักษณะอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้

อาการของโรคภูมิแพ้	จำนวน(คน)	ร้อยละ
- อาการคันจมูกเรื้อรัง จาม น้ำมูกไหลตอนเช้า หรือตอนอากาศเย็น	84	22.11
- มีอาการแสบตา คันตา น้ำตาไหลบ่อยๆ	27	7.11
- มีผื่นคันขึ้นเมื่อมีอากาศเย็น หรือสัมผัสฝุ่นผง หรือสารบางอย่าง	139	36.58
- เมื่อเจอฝุ่นมีอาการจาม น้ำมูกไหล	298	78.42
- ทานอาหารบางอย่างแล้วมีผื่นคันเกิดขึ้น มี น้ำมูกไหล หรือแน่นหน้าอก	33	8.68

จากตารางที่ 6 จะเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีอาการของโรคภูมิแพ้ที่พบในกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด คือ เมื่อเจอฝุ่นมีอาการจาม น้ำมูกไหล คิดเป็นร้อยละ 78.42 รองลงมา คือ มีผื่นคันขึ้นเมื่อมีอากาศเย็น หรือสัมผัสฝุ่นผง หรือสารบางอย่าง คิดเป็นร้อยละ 36.58 และที่พบน้อยที่สุด คือ อาการคันจมูกเรื้อรัง จาม น้ำมูกไหลตอนเช้าหรือตอนอากาศเย็น คิดเป็นร้อยละ 22.11

ผู้วิจัยได้ทำการกำหนดไว้ว่า หากมีอาการดังกล่าวมากกว่า 2 ข้อ ถือว่าเป็นโรคภูมิแพ้

### การทดสอบความสัมพันธ์

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านประชากร ด้านส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม ได้แก่ เพศ อายุ การได้รับข้อมูลข่าวสาร สุขนิสัยส่วนบุคคล และปัจจัยสนับสนุน คือ สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย กับโรคภูมิแพ้ของกลุ่มตัวอย่าง

1. ค่าความสัมพันธ์ระหว่างเพศ อายุ กับโรคภูมิแพ้ของนิสิต โดยใช้วิธีคำนวณแบบร้อยละ และทดสอบความมีนัยสำคัญโดยทดสอบไคสแควร์ (Chi-Square) สรุปได้ดังต่อไปนี้

เพศ	โรคภูมิแพ้			$\chi^2$ -test	P-value
	เป็น	ไม่เป็น	รวม		
<b>เพศ</b>					
ชาย	89	35	124	0.547	0.362
หญิง	176	80	256		
<b>อายุ(ปี)</b>					
18 – 21	226	106	332	3.451	0.63
22 – 25	39	9	48		

ที่  $\alpha = 0.05$  สรุปความสัมพันธ์ได้ดังนี้

เพศไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มตัวอย่างเพศชาย และเพศหญิงมีส่วนการป่วยด้วยโรคภูมิแพ้ใกล้เคียงกับเพศชาย

อายุไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างอายุ 18-21 ปี มีสัดส่วนการป่วยด้วยโรคภูมิแพ้ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างอายุ 22-25 ปี



2. ค่าความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเรื่องการได้รับข้อมูลข่าวสาร กับโรคภูมิแพ้ของนิสิต โดยใช้วิธีคำนวณแบบร้อยละและทดสอบความมีนัยสำคัญโดยทดสอบไคร์สแควร์ (Chi-Square)

การได้รับข้อมูล ข่าวสาร	โรคภูมิแพ้			$\chi^2$ -test	P-value
	เป็น	ไม่เป็น	รวม		
<b>ทางสื่อแผ่นพับ</b>					
ได้รับ	7	11	18	8.520	0.004 **
ไม่ได้รับ	258	104	362		
<b>ทางโทรทัศน์</b>					
ได้รับ	23	113	136	280.051	0.0001 **
ไม่ได้รับ	242	2	244		
<b>ทางวิทยุ</b>					
ได้รับ	4	8	12	7.781	0.005 **
ไม่ได้รับ	261	107	368		
<b>ทางหอกระจายข่าว</b>					
ได้รับ	13	19	32	14.032	0.0001 **
ไม่ได้รับ	252	96	348		
<b>ทางอินเทอร์เน็ต</b>					
ได้รับ	127	88	215	26.696	0.0001 **
ไม่ได้รับ	138	27	165		
<b>สื่ออื่นๆ</b>					
ได้รับ	11	26	37	31.088	0.0001 **
ไม่ได้รับ	254	89	343		

ที่  $\alpha = 0.05$  สรุปความสัมพันธ์ได้ดังนี้

การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ในด้านต่างๆ คือ การได้รับข้อมูลข่าวสารทางสื่อแผ่นพับ การได้รับข้อมูลข่าวสารทางโทรทัศน์ การได้รับข้อมูลข่าวสารทางวิทยุ การได้รับข้อมูลข่าวสารทางหอกระจายข่าว การได้รับข้อมูลข่าวสารทางอินเทอร์เน็ต การได้รับข้อมูลข่าวสารทางสื่ออื่นๆ ดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยขอนแก่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับข้อมูลข่าวสารจะมีสัดส่วนการป่วยด้วยโรคภูมิแพ้

น้อยกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้รับข้อมูลข่าวสาร

3. ค่าความสัมพันธ์ระหว่างสุขนิสัยส่วนบุคคล กับโรคภูมิแพ้ของนิสิต โดยใช้วิธีคำนวณแบบร้อยละและทดสอบความมีนัยสำคัญ โดยทดสอบไคว์สแควร์ (Chi-Square)

สุขนิสัยส่วนบุคคล	โรคภูมิแพ้			$\chi^2$ -test	P-value
	เป็น	ไม่เป็น	รวม		
<b>การทำความสะอาดร่างกายหลังจากกลับมาจากข้างนอก</b>					
ดี	202	105	307	11.748	0.001 **
ไม่ดี	63	10	73		
<b>การออกกำลังกาย</b>					
ดี	14	66	80	131.018	0.0001 **
ไม่ดี	251	49	300		
<b>การรับประทานผักหรือผลไม้</b>					
ดี	59	108	167	167.128	0.0001 **
ไม่ดี	206	47	213		

ที่  $\alpha = 0.05$  สรุปความสัมพันธ์ได้ดังนี้

สุขนิสัยส่วนบุคคล ซึ่งประกอบไปด้วย การทำความสะอาดร่างกายหลังจากกลับมาจากข้างนอก การออกกำลังกาย การรับประทานผักหรือผลไม้ มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. ค่าความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย กับโรคภูมิแพ้ของนิสิต โดยใช้วิธีคำนวณแบบร้อยละและทดสอบความมีนัยสำคัญ โดยทดสอบไคสแควร์ (Chi-Square)

สิ่งแวดล้อม	โรคภูมิแพ้			$\chi^2$ -test	P-value
	เป็น	ไม่เป็น	รวม		
<b>การทำความสะอาดภายในที่พักอาศัย</b> ดี ไม่ดี	49 216	98 17	147 233	150.541	0.0001 **
<b>การทำความสะอาดภายนอกที่พักอาศัย</b> ดี ไม่ดี	144 121	106 9	250 130	51.005	0.0001 **
<b>การซักทำความสะอาดผ้าห่ม ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน</b> ดี ไม่ดี	25 240	52 63	77 303	63.556	0.0001 **
<b>การทำความสะอาดที่นอน หมอน มุ้ง โดยนำมาตากแดด หรือต้มในน้ำร้อน</b> ดี ไม่ดี	28 237	97 18	125 255	197.777	0.0001 **
<b>การเก็บทำลายขยะภายในที่พักอาศัย</b> ดี ไม่ดี	208 47	110 5	318 62	0.534	0.465

สิ่งแวดล้อม	โรคภูมิแพ้			$\chi^2$ -test	P-value
	เป็น	ไม่เป็น	รวม		
<b>การเลี้ยงสัตว์เลี้ยง</b>					
ดี	54	14	68	3.673	0.055
ไม่ดี	211	111	312		
<b>สถานที่อาศัยของสัตว์</b>					
เลี้ยง	6	9	15	7.644	0.006 **
ดี	41	12	53		
ไม่ดี					
<b>การทำความสะอาดสัตว์</b>					
เลี้ยง				8.267	0.004 **
ดี	2	6	8		
ไม่ดี	45	15	60		
<b>ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางไปเรียน</b>					
ดี	34	43	77	29.943	0.0001 **
ไม่ดี	231	72	303		

ที่  $\alpha = 0.05$  สรุปความสัมพันธ์ได้ดังนี้

สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ซึ่งประกอบไปด้วย การทำความสะอาดภายในที่พักอาศัย การทำความสะอาดภายนอกที่พักอาศัย การซักทำความสะอาดผ้าห่ม ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน การทำความสะอาดที่นอน หมอน มุ้ง โดยนำมาตากแดด หรือต้มในน้ำร้อน สถานที่อาศัยของสัตว์เลี้ยง การทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางไปเรียน ดังกล่าวนี้ มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร อย่างน้อยสำคัญทางสถิติ และการเก็บทำลายขยะภายในที่พักอาศัย การมีสัตว์เลี้ยง ไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษาและเสนอแนะ

#### 5.1 ความมุ่งหมายของการศึกษา

การศึกษาข้อมูลทั่วไป ปัจจัยส่วนบุคคลและสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณที่พักอาศัยมีความสัมพันธ์ต่อโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนครสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

- การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) มีวัตถุประสงค์ ดังนี้
1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อม ได้แก่ เพศ อายุ สุขนิสัยส่วนบุคคล การได้รับข้อมูลข่าวสาร กับการเกิดโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนครสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก
  2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ได้แก่ ความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย การทำความสะอาดของข้าวของเครื่องใช้ภายในห้องพัก การเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัยและการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง กับการเกิดโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนครสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

#### 5.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ นิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนครสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 30,587 คน เพื่อให้สอดคล้องกับระยะเวลาและงบประมาณในการศึกษา ใช้วิธีการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมจากสูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย โดยวิธีจับฉลาก จำนวน 380 คน

#### 5.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนครสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งแบบสอบถามนั้น คณะผู้ศึกษาได้สร้างขึ้น ลักษณะของแบบสอบถาม แบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป จำนวน 4 ข้อ

ส่วนที่ 2 เกี่ยวกับข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคล จำนวน 3 ข้อ

ส่วนที่ 3 เกี่ยวกับข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในที่พักอาศัย และบริเวณรอบๆที่พักอาศัย จำนวน 13 ข้อ

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ Chi – Square test ( $\chi^2$  – test) ร้อยละ ส่วนที่ 4 เกี่ยวกับข้อมูลลักษณะอาการบ่งชี้ของโรคภูมิแพ้ จำนวน 6 ข้อ

#### 5.4 สรุปผลการศึกษา

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ เป็นนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 30,587 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมจากสูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายโดยวิธีจับฉลาก จะได้กลุ่มตัวอย่าง 380 คน สรุปและอภิปรายผลการศึกษา

##### 5.4.1 ข้อมูลทั่วไป

พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยคิดเป็นร้อยละร้อยละ 67.37 และร้อยละ 32.63 ตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่างมีอายุ 18 19 20 21 22 23 24 และ 25 ปี โดยอยู่ในช่วงอายุ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.37 ซึ่งมีจำนวนมากที่สุด รองลงมา คือ 20 18 21 22 23 24 และ 25 ปี ตามลำดับ

เมื่อนำมาหาความสัมพันธ์แล้วพบว่า เพศและอายุไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

##### 5.4.2 การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้

การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ จากสื่ออินเทอร์เน็ตมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 47.78 และจากสื่อโทรทัศน์ สื่ออื่นๆ หอกระจายข่าว สื่อแผ่นพับ และวิทยุ ตามลำดับ โดยคิดเป็นร้อยละ 30.22, 8.22, 7.11, 4.00 และ 2.67 ตามลำดับ

เมื่อนำมาหาความสัมพันธ์ทางสถิติแล้วพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสาร คือ จากสื่ออินเทอร์เน็ต จากสื่อโทรทัศน์ หอกระจายข่าว สื่อแผ่นพับ วิทยุและสื่ออื่นๆ มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่  $\alpha = 0.05$  ;  $df = 1$  ;  $P\text{-value} < 0.05$

### 5.4.3 ข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคล

ข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่าง การทำความสะอาดร่างกายหลังจากกลับจากข้างนอก กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการล้างมือล้างเท้ามากที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 72.63 กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการออกกำลังกายน้อยกว่าอาทิตย์ละครั้ง มากที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 78.16 กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้บางวัน มากที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 51.58

เมื่อนำมาทดสอบความสัมพันธ์ทางสถิติพบว่า ข้อมูลสุขนิสัยส่วนบุคคล คือ พฤติกรรมการทำความสะอาดร่างกายหลังจากกลับจากข้างนอก พฤติกรรมออกกำลังกาย และพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยนเรศวร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่  $\alpha = 0.05$  ;  $df = 1$  ;  $P\text{-value} < 0.05$

### 5.4.4 ข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในที่พักอาศัย และบริเวณรอบๆที่พักอาศัย

กลุ่มตัวอย่างมีข้อมูลสิ่งแวดล้อมภายในที่พักอาศัย และบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ดังนี้

- สถานที่พักอาศัย กลุ่มตัวอย่างพักในหอพักเอกชนมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 41.32 และพักอยู่กับเพื่อนมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 46.84
- ลักษณะห้องพักอาศัย กลุ่มตัวอย่างพักอยู่ในห้องพัดลมมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 74.47
- การทำความสะอาดภายในที่พักอาศัย กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาด 2-3 วันครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 39.47
- การทำความสะอาดภายนอกที่พักอาศัย กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาด 2-3 วันครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 53.16
- การซักทำความสะอาดผ้าห่ม ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน กลุ่มตัวอย่างมีการซัก ทำความสะอาด เดือนละ 2 ครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 49.74
- การทำความสะอาดหมอน หมอนข้าง มุ้ง โดยการนำมาตากแดด หรือต้มในน้ำร้อน กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาดเดือนละครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 49.21
- การเก็บทำลายขยะในที่พักอาศัย กลุ่มตัวอย่างมีการเก็บทำลายโดยการส่งต่อเทศบาลมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 98.42
- ระยะเวลาในการเก็บทำลายขยะในที่พักอาศัย กลุ่มตัวอย่างมีการเก็บทำลาย 2-3 วันครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 65.00
- การเลี้ยงสัตว์ในที่พักอาศัย กลุ่มตัวอย่างไม่มีการเลี้ยงคิดเป็นร้อยละ 82.11 และเลี้ยงสุนัขมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 12.37

- บริเวณที่อยู่อาศัยของสัตว์เลี้ยง กลุ่มตัวอย่างเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัยมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 67.65
- การทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง กลุ่มตัวอย่างมีการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยงด้วยการอาบน้ำ อาทิตยส์ครั้งมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 50.00
- ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางไปเรียน กลุ่มตัวอย่างมีการใช้รถจักรยานยนต์ในการเดินทางไปเรียนมากที่สุด โดยคิดเป็นร้อยละ 72.89

เมื่อนำมาหาความสัมพันธ์แล้วพบว่า สิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ซึ่งประกอบไปด้วย การทำความสะอาดภายในที่พักอาศัย การทำความสะอาดภายนอกที่พักอาศัย การซักทำความสะอาดผ้าห่ม ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน การทำความสะอาดที่นอน หมอน มุ้ง โดยนำมาตากแดด หรือต้มในน้ำร้อน สถานที่อาศัยของสัตว์เลี้ยง การทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง ยานพาหนะที่ใช้ในการเดินทางไปเรียน ดังกล่าวนี มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร อย่างน้อยสำคัญทางสถิติ ที่  $\alpha = 0.05$  ;  $df = 1$  ;  $P\text{-value} < 0.05$

เมื่อนำข้อมูลการเก็บทำลายขยะภายในที่พักอาศัยและการมีเลี้ยงสัตว์เลี้ยงมาหาความสัมพันธ์แล้วพบว่า การเก็บทำลายขยะภายในที่พักอาศัยและการมีเลี้ยงสัตว์เลี้ยงไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ อย่างน้อยสำคัญทางสถิติ ที่  $\alpha = 0.05$  ;  $df = 1$  ;  $P\text{-value} > 0.05$

## 5.5 อภิปรายผลการศึกษา

จากการศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยนเรศวร ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ปัจจัยด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ สุขนิสัยส่วนบุคคล ซึ่งประกอบไปด้วย พฤติกรรมการทำความสะอาดร่างกายหลังจากกลับจากข้างนอก พฤติกรรมการออกกำลังกาย และพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ และปัจจัยด้าน เพศและอายุไม่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้

พบว่าปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย ได้แก่ ความสะอาดของบริเวณที่พักอาศัย การทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในห้องพัก การเลี้ยงสัตว์ไว้ในที่พักอาศัยและการทำความสะอาดสัตว์เลี้ยง มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ การเก็บทำลายขยะภายในที่พักอาศัยและการมีเลี้ยงสัตว์เลี้ยง ไม่มีผลต่อโรคภูมิแพ้ของนิสิต



## 5.6 ข้อเสนอแนะการวิจัย

### 5.6.1 ข้อเสนอแนะจากการศึกษาวิจัย

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าสุขนิสัยส่วนบุคคลและสิ่งแวดล้อมภายในและบริเวณรอบๆที่พักอาศัย มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ นอกจากนี้ยังพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ จึงเป็นเรื่องที่บุคลากรสาธารณสุข จะให้บริการในเชิงรุก เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้เรื่องโรคภูมิแพ้ และเกิดพฤติกรรมการป้องกันที่ดีเพิ่มมากขึ้น โดยคณะผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

- จัดให้มีการประชาสัมพันธ์ผ่านทางเครื่องกระจายเสียงภายในมหาวิทยาลัย และวิทยุของมหาวิทยาลัยเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ให้มากขึ้น
- มีการปรับปรุงภูมิทัศน์ภายในมหาวิทยาลัย ทั้งทางด้านกายภาพ และสภาพแวดล้อมโดยรอบ คือ จัดการฝุ่นตามตึก อาคารเรียน และถนนภายในมหาวิทยาลัย ให้มีปริมาณที่น้อยลง จัดสภาพแวดล้อมให้มีความร่มรื่นมากขึ้น ปลูกต้นไม้ให้มากขึ้น ลดภาวะอากาศร้อน

### 5.6.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรทำวิจัยเพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆที่มีผลกับโรคภูมิแพ้ ในการให้ความรู้หรือการดูแลภายในสถานบริการสุขภาพกับการให้ความรู้หรือบริการในชุมชนในมหาวิทยาลัย

## 5.7 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

### ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1) ถึงแม้ว่าในมหาวิทยาลัยจะเป็นกลุ่มชุมชนเล็กๆกลุ่มหนึ่งแต่ในด้านสุขภาพแล้วประชาชนทุกคนถือว่ามีความสำคัญเท่าเทียมกัน ในการส่งเสริมสุขภาพ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขมีบทบาทต้องรับผิดชอบประชาชนทุกเพศทุกวัยในมหาวิทยาลัย เพื่อการรักษาไว้ซึ่งการมีสุขภาพดี จึงต้องมีบทบาทในการส่งเสริม และช่วยเหลือให้มีกลุ่มสนับสนุนทางสังคมอย่างเหมาะสม

2) กลวิธีในการส่งเสริมสุขภาพ นอกจากจะใช้วิธีการสอนเกี่ยวกับสุขภาพ และการให้คำปรึกษาแล้ว การเสริมสร้างพลังอำนาจก็เป็นกลวิธีหนึ่งที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะต้องเรียนรู้เพื่อนำไปปฏิบัติต่อบุคคล ครอบครัวและชุมชน เพื่อการส่งเสริมให้มีการเรียนรู้วิธีการในการส่งเสริมสุขภาพได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพเพื่อให้ประชาชนเป็นผู้มีสุขภาพดี

### ด้านการบริหาร

เป็นแนวทางให้ผู้บริหารในการพิจารณาวางแผนนโยบายให้บริการด้านการส่งเสริมสุขภาพ การให้คำปรึกษา การสร้างกลุ่มสนับสนุนทางสังคมและการเสริมสร้างพลังอำนาจในประชากรในมหาวิทยาลัยนเรศวร ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก



### บรรณานุกรม

มนตรี ตูจันดา, โรคภูมิแพ้, โครงการตำรา-ศิริราช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล 2521.

พิมพ์ครั้งที่ 2 โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์, กรุงเทพมหานคร

นพ.ไพบุลย์ จาตุรปัญญา, แพ้อากาศกับการรักษาตนเอง, ชุดธรรมชาติบำบัด และรักษาตนเอง

2536. พิมพ์ครั้งแรก สำนักพิมพ์รวมธรรมสาร, กรุงเทพมหานคร

นพ.ไพบุลย์ จาตุรปัญญา, ลมพิษ-ผื่นแพ้กับการรักษาตนเอง, ชุดธรรมชาติบำบัด และรักษาตนเอง

2536. พิมพ์ครั้งแรก สำนักพิมพ์รวมธรรมสาร, กรุงเทพมหานคร

นพ.ไพบุลย์ จาตุรปัญญา, หอบหืด-แพ้แมลงกับการรักษาตนเอง, ชุดธรรมชาติบำบัด และรักษา

ตนเอง 2536. พิมพ์ครั้งแรก สำนักพิมพ์รวมธรรมสาร, กรุงเทพมหานคร

นพ. ปกิต วิทยานนท์.(มปป.). แนวทางในการวินิจฉัยและรักษาโรคหืดในผู้ป่วยเด็กของประเทศไทย.

จาก [http://www.thaipediatrics.org/cpg\\_file/AsthmaGuiline.doc](http://www.thaipediatrics.org/cpg_file/AsthmaGuiline.doc)

ไทยคลินิก.(มปป.). ภูมิแพ้. จาก <http://www.thaiclinic.com>

สำนักข่าวไอ.เอ็น.เอ็น.(มปป.). ภูมิแพ้. จาก <http://www.innews.co.th>

โรงพยาบาลลาดพร้าว.(มปป.). ภูมิแพ้. จาก <http://ladpraohospital.com>

คม ชัด ลึก.(มปป.). ภูมิแพ้. วันที่ 20 ตุลาคม 2550







## ภาคผนวก ข

ดัชนีความพึง (Index of concurrence) แบบสอบถามแบบสอบถามเพื่อการศึกษาเรื่อง  
ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคภูมิแพ้ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนเรศวร  
(ส่วนหนึ่งของข้อ) อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

ข้อที่	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			รวม	เฉลี่ย	สรุปผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
1	1	0	1	2	0.67	ใช้ได้
2	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
3	1	0	1	2	0.67	ใช้ได้
4	0	1	1	2	0.67	ใช้ได้
5	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
6	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
7	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
8	0	1	1	2	0.67	ใช้ได้
9	1	0	1	2	0.67	ใช้ได้
10	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
11	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
12	1	0	1	2	0.67	ใช้ได้
13	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
14	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
15	0	1	1	2	0.67	ใช้ได้
16	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
17	0	1	1	2	0.67	ใช้ได้
18	1	0	1	2	0.67	ใช้ได้
19	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้



ข้อที่	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			รวม	เฉลี่ย	สรุปผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
20	1	0	1	2	0.67	ใช้ได้
21	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
22	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
23	0	-1	0	0	0	ใช้ไม่ได้
รวม	18	16	15	49	16.39	
เฉลี่ย	0.78	0.70	0.65	2.13	0.71	

สรุป จากความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน พบว่าค่าเฉลี่ยแบบสอบถามเพื่อการศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคมะเร็งของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนเรศวร เท่ากับ 0.71 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่สามารถยอมรับได้(ค่าดัชนีความพึงที่ยอมรับได้ต้องไม่ต่ำกว่า 0.5)





## ภาคผนวก ค

## การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC ( Statistical Package for the Social Science )

**Reliability**

..... Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

## RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

## Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
SEX	50.1000	40.6211	.5841	.6198
AGE	31.6500	41.0816	.0975	.6657
ADU	49.7500	37.9868	.3569	.6226
S1	51.4000	44.5684	-.0043	.6542
S2	50.9000	45.9895	-.2331	.6685
S3	51.3000	43.2737	.2071	.6441
S4	51.0500	45.3132	-.1296	.6635
S5	50.9500	42.5763	.2238	.6415
S6	49.9000	43.0421	.2180	.6430
S7	50.7000	42.8526	.2481	.6412
B1	50.2500	44.0921	.0181	.6570
B2	50.5000	42.1579	.2303	.6403
B3	50.3500	45.7132	-.2162	.6647
E1	49.6500	38.2395	.4599	.6119
E2	49.6000	44.2526	-.0146	.6618
E3	49.9000	42.9368	.2347	.6420
E4	49.4500	41.9447	.1821	.6446
E5	49.5000	40.0526	.4218	.6220
E6	49.4500	39.4184	.3870	.6220
E7	49.3000	36.1158	.3058	.6351
E8	50.5500	44.6816	.0000	.6520
E9	49.8500	41.1868	.2019	.6432
E10	51.3500	43.0816	.1931	.6442

E11	51.2000	41.2211	.2161	.6413
E12	51.3000	40.9579	.3501	.6297
E13	48.8500	35.7132	.5705	.5913

### Reliability Coefficients

N of Cases = 20.0      N of Items = 26

Alpha = .6510

