

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพเพื่อพัฒนาความรู้และการปฏิบัติตน
ในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการ
ของศูนย์อนามัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง

อัญชลีพร อิชฎากร*

บทคัดย่อ

ปัญหาทันตสุขภาพ โดยเฉพาะโรคเหงือกอักเสบมักพบบ่อยในหญิงตั้งครรภ์สาเหตุเกิดจากหญิงตั้งครรภ์จะมีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกาย นอกจากนี้ยังพบว่าสุขภาพช่องปากของมารดามีความสัมพันธ์กับการคลอดก่อนกำหนดและทารกมีน้ำหนักตัวน้อย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง โดยวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพทันตสุขภาพในการพัฒนาความรู้และการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการของศูนย์อนามัย ทำการศึกษาในหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการแผนกฝากครรภ์ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง ณ ช่วงเดือนมกราคม 2563 ถึงเดือนมีนาคม 2563 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ทฤษฎีความน่าจะเป็นและตามเกณฑ์คุณสมบัติที่กำหนด ได้กลุ่มตัวอย่าง เป็นหญิงตั้งครรภ์ของศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา จำนวน 30 คน โดยกลุ่มตัวอย่างจะได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพช่องปาก ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น ซึ่งโปรแกรมประกอบไปด้วยกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนร่วมกับการใช้สื่ออินโฟกราฟิก การบรรยายประกอบสื่อ การให้ความรู้ผ่านกลุ่มไลน์ในรูปแบบสื่อทันตอินโฟกราฟิก การแจกเอกสารคู่มือการดูแลสุขภาพช่องปากให้หญิงตั้งครรภ์นำไปฝึกปฏิบัติ ที่บ้าน การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ ใช้ระยะเวลาดำเนินการทั้งสิ้น 12 สัปดาห์เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแจกแจงความถี่ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงอนุมาน ด้วยสถิติทดสอบ Paired Sample t-test (t-test for dependent) โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นในการทดสอบทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญเท่ากับ 0.05

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากจัดโปรแกรมการสร้างเสริมทันตสุขภาพโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตนร่วมกับการใช้สื่อทันตอินโฟกราฟิก กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของความรู้เรื่องโรคเหงือกอักเสบ คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนและคะแนนเฉลี่ยของการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$)

การศึกษาครั้งนี้ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบในทางที่ดีขึ้น ซึ่งสามารถนำโปรแกรมมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างเสริมพฤติกรรมทันตสุขภาพได้

คำสำคัญ โปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ, หญิงตั้งครรภ์, โรคเหงือกอักเสบ

บทนำ

ปัญหาทันตสุขภาพเป็นปัญหาที่สำคัญเป็นอย่างยิ่งของประเทศไทย จากแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564 (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ, 2559) มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนโดยเป้าหมายการพัฒนาคือ คนไทยทุกช่วงวัยมีสุขภาพดี แข็งแรง โดยมีการส่งเสริมให้บุคคล ชุมชน และประชาชนกลุ่มต่างๆ มีความรู้ ทักษะชีวิตที่ถูกต้องด้านสุขภาพ ให้คนไทยทุกช่วงวัย

ได้รับการพัฒนาศักยภาพและสร้างเสริมให้มีสุขภาพที่ดี ได้รับการส่งเสริม ป้องกันโรค และลดปัจจัยเสี่ยงทางด้านสุขภาพ สำหรับในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ ซึ่งเป็นช่วงแห่งการเริ่มต้นของการมีสุขภาพชีวิตที่ดีในทุกกลุ่มวัย การดูแลทันตสุขภาพจึงควรให้ความสำคัญตั้งแต่แรกเริ่ม และมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ควรจะต้องให้มีการดูแล และให้ความสำคัญกับกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ ตลอดจนรวมไปถึงทารกที่อยู่ในครรภ์มารดาอีกด้วย ซึ่งส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ สำหรับโรคเหงือกอักเสบมักพบบ่อยในหญิงตั้งครรภ์ สาเหตุเกิดจากหญิงตั้งครรภ์จะมีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกาย ทำให้คลื่นไส้อาเจียนได้ง่ายร่วมกับรับประทานอาหารไม่เป็นเวลา และรับประทานอาหารเพิ่มขึ้น ตลอดจนความไม่คล่องตัว ทำให้ไม่สามารถรักษาอนามัยในช่องปากได้อย่างปกติ ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคเหงือกอักเสบได้ง่าย นอกจากนี้ยังพบว่าสุขภาพช่องปากของมารดามีความสัมพันธ์กับการคลอดก่อนกำหนดและทารกมีน้ำหนักตัวน้อย มีข้อมูลสนับสนุนการศึกษาวิจัยที่พบว่าโรคปริทันต์ส่งผลให้เกิดภาวะครรภ์เป็นพิษ คลอดก่อนกำหนด และทารกน้ำหนักตัวน้อย (Wandera et al., 2012)

ในบริบทของศูนย์อนามัยสำหรับกลุ่มหญิงตั้งครรภ์รายใหม่ทุกรายที่มาฝากครรภ์ครั้งแรกจะได้รับบริการการตรวจสุขภาพช่องปากและฝึกทักษะการแปรงฟันพร้อมทั้งนัดหมายเพื่อเข้ารับการรักษาทางทันตกรรมตามแนวทางการดำเนินงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย ในคลินิกฝากครรภ์คุณภาพ และจากการสำรวจผลการตรวจสุขภาพช่องปากของหญิงตั้งครรภ์ที่มาใช้บริการฝากครรภ์ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา ในปี 2559-2562 พบว่าจำนวนหญิงตั้งครรภ์ฝากครรภ์ในแต่ละปี เท่ากับ 138, 135 และ 116 ราย ตามลำดับ พบโรคเหงือกอักเสบ จำนวน 135, 132 และ 110 ราย คิดเป็นร้อยละ 97.82, 97.77 และ 94.83 ตามลำดับ และการเข้ามารับบริการการรักษาทางทันตกรรมพบว่าหญิงตั้งครรภ์เข้ารับการรักษาในแต่ละปีเท่ากับ 22, 20 และ 18 ราย คิดเป็นร้อยละ 15.94, 14.81 และ 15.51 ตามลำดับ (แบบบันทึกการตรวจสุขภาพหญิงตั้งครรภ์, โรงพยาบาลศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา)

จากข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าปัญหาโรคเหงือกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์อยู่ในเกณฑ์ที่สูงมาก เมื่อสอบถามและสัมภาษณ์ ความรู้ ความเข้าใจเรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา พบว่าหญิงตั้งครรภ์มีการรับรู้ว่าตนมีปัญหาสุขภาพช่องปาก แต่ยังคงขาดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพที่ถูกต้อง และคิดว่าโรคในช่องปากไม่สำคัญ สอดคล้องกับการศึกษาของ อารยา วรรณโพธิ์กลาง (2556) ที่พบว่าหญิงตั้งครรภ์มีความรู้ในระดับที่ต้องปรับปรุง และมีการรับรู้ต่อความเสี่ยงและความรุนแรงในระดับต่ำ รวมถึงพบความสัมพันธ์ของพฤติกรรม การดูแลสุขภาพที่ไม่ดีจะส่งผลต่อการมีภาวะเหงือกอักเสบ จากข้อมูลดังกล่าวมานั้นได้สะท้อนให้เห็นว่ากลุ่มหญิงตั้งครรภ์ยังขาดความรู้ และความตระหนักในการดูแลสุขภาพช่องปากให้ดีเท่าที่ควร

ดังนั้นจึงควรมีการสร้างแนวทางการดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์ ได้เกิดความรู้และความตระหนักในการดูแลสุขภาพช่องปากเพิ่มมากขึ้น และลดการเกิดโรคเหงือกอักเสบในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ดังกล่าว

การให้ความรู้ด้านทันตสุขภาพ มีการประยุกต์ใช้ทฤษฎีกันอย่างมากมาย ซึ่งทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตนเป็นทฤษฎีที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการให้ความรู้ด้านทันตสุขภาพได้เช่นกัน โดยทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตน (Perceived Self-Efficacy) (Bandura, 1986) เป็นการศึกษาที่บุคคลตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะจัดการและดำเนินการกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ หรือความเชื่อมั่นของบุคคลว่าตนมีความสามารถในการกระทำหรือปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้เพื่อให้บรรลุผลตามที่กำหนดไว้

สำหรับการส่งเสริมทันตสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์โดยส่วนใหญ่จะเป็นการให้ความรู้ข้างแก้อี การให้ทันตสุขศึกษาแบบรายเดี่ยว การให้ทันตสุขศึกษาแบบรายกลุ่มซึ่งพบว่าเป็นวิธีการแบบเดิม ยังขาดช่องทางในการติดตามและการสื่อสารตอบกลับของกลุ่มผู้มารับบริการ และในปัจจุบันเทคโนโลยีทางการสื่อสารได้ถูกพัฒนาขึ้นอย่างรวดเร็ว มีการประยุกต์ใช้สื่อความรู้ผ่านโซเชียลมีเดียกันอย่างมากมาย เพราะมีความทันสมัยและตอบสนองความต้องการของบุคคลหรือกลุ่มบุคคลได้อย่างรวดเร็ว ทันต่อเหตุการณ์ จนทำให้เกิดเป็นเครือข่ายสังคมออนไลน์และกลายมาเป็นช่องทางการสื่อสารหลักที่ผู้ใช้ให้ความสนใจ อีกทั้งยังมีหลักฐานเชิงประจักษ์ที่พบว่าสื่อสังคมออนไลน์ที่ประชาชนโดยทั่วไปนิยมใช้มากที่สุดคือไลน์แอปพลิเคชัน (LINE application)(สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์,2559) การประยุกต์ใช้โซเชียลมีเดียในรูปแบบไลน์แอปพลิเคชันจึงเป็นช่องทางหนึ่งในการสร้างความรู้ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ให้คำแนะนำในข้อสงสัยผ่านทางไลน์แอปพลิเคชันได้อย่างมีประสิทธิภาพอีกด้วย

ดังนั้นผู้ศึกษาจึงได้สนใจที่จะศึกษาวิจัยถึงรูปแบบโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีรับรู้ความสามารถแห่งตน (Bandura, 1986) ร่วมกับการใช้โซเชียลมีเดียในรูปแบบไลน์แอปพลิเคชันมาประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อมุ่งเน้นให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ และเกิดพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากตนเองเพิ่มมากขึ้น เพื่อลดปัญหาโรคเหงือกอักเสบและมีสุขภาวะอนามัยช่องปากที่ดีขึ้น อันจะส่งผลต่อคุณภาพการตั้งครรภ์ที่ดีต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการของศูนย์อนามัยในประเด็นต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับโรคเหงือกอักเสบ
2. การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ
3. การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ

วิธีการดำเนินงาน / วิธีการศึกษา / ขอบเขตงาน

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือ หญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัย ณ ช่วงเดือนมกราคม 2563 ถึงเดือนมีนาคม 2563

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ หญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัย เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ทฤษฎีความน่าจะเป็น (Probability Sampling) สุ่มจับสลาก ได้กลุ่มตัวอย่างคือหญิงตั้งครรภ์ของศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา และคัดเลือกแบบเจาะจง ได้ จำนวน 30 คน

ภาพกรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรต้น

โปรแกรมการส่งเสริมทัศนสุขภาพในหญิงตั้งครรภ์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตนร่วมกับการใช้สื่อทันตอินโฟกราฟิก

กิจกรรมที่ 1 การสร้างความรู้เกี่ยวกับโรคเหงือกอักเสบ การจัดกิจกรรมกลุ่มให้ความรู้ การบรรยาย ประกอบ power point การแจกเอกสารความรู้ และ ให้ความรู้ผ่านไลน์แอปพลิเคชัน

กิจกรรมที่ 2 การใช้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (Mastery Experiences) โดยจัดกิจกรรมกลุ่มและนำเสนอบุคคลตัวอย่างที่มีสุขภาพเหงือกดี เพื่อบรรยายถึงประสบการณ์การปฏิบัติตัวให้มีสุขภาพเหงือกที่ดี

กิจกรรมที่ 3 การใช้ตัวแบบ (Modeling) โดยการนำเสนอตัวแบบที่ดี

กิจกรรมที่ 4 การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion) ผ่านไลน์แอปพลิเคชัน

กิจกรรมที่ 5 การกระตุ้นทางอารมณ์ (Emotional Arosal) ผ่านไลน์แอปพลิเคชัน

ตัวแปรตาม

1. ความรู้เกี่ยวกับโรคเหงือกอักเสบ
2. การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ
3. การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ



เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของหญิงตั้งครรภ์ เป็นแบบหลายตัวเลือกและเติมคำในช่องว่าง

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องโรคเหงือกอักเสบ ลักษณะคำถามแบบปรนัย จำนวน 10 ข้อ คะแนนเต็ม 10 คะแนน ผู้ตอบเลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถตนเอง ซึ่งลักษณะข้อคำถามเป็นข้อคำถามแบบประมาณค่า (Rating Scale) มีจำนวน 8 ข้อ ซึ่งวัดออกเป็น 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ

ข้อคำถามเป็นข้อคำถามแบบประมาณค่า (Rating Scale) มีจำนวน 8 ข้อ ซึ่งวัดออกเป็น 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พิจารณาคะแนนความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ของงานวิจัย (IOC) ได้ค่าอยู่ระหว่าง 0.6-1 ค่าความเชื่อมั่น (reliability) ภาพรวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.79

วิธีการดำเนินงาน

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) รูปแบบการวิจัยเป็นแบบ One Group Pretest and Posttest Design มีการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป G*power ของ Jacob Cohen (1977, 1988) คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ทฤษฎีความน่าจะเป็น (Probability Sampling) สุ่มจับสลาก และคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้ 1) มีอายุครรภ์ 4-6 เดือน 2) สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้ดี 3) มีสมาร์ทโฟน และไลน์แอปพลิเคชันที่ใช้ในการสื่อสารได้ 4) ยินดีและสมัครใจเข้าร่วมการศึกษา กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนร่วมกับการใช้สื่ออินโฟกราฟิก ประกอบไปด้วย กิจกรรมการสร้างความรู้เกี่ยวกับโรคเหงือกอักเสบ การบรรยายความรู้เกี่ยวกับทันตสุขภาพและโรคเหงือกอักเสบ การแสดงตัวแบบคุณแม่ฟันดีสุขภาพดี การแจกเอกสารความรู้และคู่มือการดูแลสุขภาพช่องปากให้หญิงตั้งครรภ์นำไปฝึกปฏิบัติที่บ้าน การสร้างกลุ่มไลน์ให้ความรู้และติดตามผ่านไลน์แอปพลิเคชัน ดำเนินการวิจัยจำนวนทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ ดังนี้ สัปดาห์ที่ 1 เก็บข้อมูลก่อนการทดลองและจัดกิจกรรมสร้างความรู้ด้วยการบรรยายประกอบสื่อ สร้างกลุ่มไลน์ สัปดาห์ที่ 2, 3, 4 ให้ความรู้ผ่านไลน์แอปพลิเคชัน ติดตามผลการฝึกปฏิบัติด้วยตนเองผ่านกลุ่มไลน์ สัปดาห์ที่ 5 จัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อชักจูงการปฏิบัติ กิจกรรมบรรยาย ฝึกทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธี จับคู่ตรวจฟันและการประเมินสุขภาพช่องปากด้วยตนเอง และติดตามผลการแปรงฟันด้วยตนเอง สัปดาห์ที่ 6, 7, 8 ให้ความรู้ผ่านไลน์แอปพลิเคชัน ติดตามผลการฝึกปฏิบัติด้วยตนเองผ่านกลุ่มไลน์ สัปดาห์ที่ 9 กิจกรรมการสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองและการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ การแสดงตัวแบบคุณแม่ฟันดีสุขภาพฟันดี การสาธิตการแปรงฟันที่ถูกวิธี

โดยตัวแบบ การอภิปรายและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกลุ่ม สัปดาห์ที่ 10, 11,12 ให้ความรู้ผ่านไลน์แอฟพลิเคชั่น ติดตามผลการฝึกปฏิบัติด้วยตนเองผ่านกลุ่มไลน์ พร้อมทั้งเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 12

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าสูงสุด ต่ำสุด ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมานเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของความรู้ทางด้านทันตสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ภายในกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Paired Sample t-test

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป

1.1 **อายุ** จากการศึกษาพบว่า หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 51.5 มีอายุเฉลี่ยที่ 30 ปี อายุต่ำสุดอยู่ที่ 22 ปี และอายุสูงสุด 39 ปี

1.2 **ประวัติการตั้งครรภ์** ประวัติการตั้งครรภ์ เป็นครรภ์แรก คิดเป็นร้อยละ 74.2 ตั้งครรภ์ ครรภ์สอง คิดเป็นร้อยละ 25.8

1.3 **อายุครรภ์** หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มีอายุครรภ์น้อยกว่า 16 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 53.3 และอายุครรภ์ 16 สัปดาห์ขึ้นไป ร้อยละ 46.7 อายุครรภ์เฉลี่ยอยู่ที่ 14 สัปดาห์ อายุครรภ์ต่ำสุดอยู่ที่ 12 สัปดาห์ อายุครรภ์สูงสุดอยู่ที่ 20 สัปดาห์

1.4 **ระดับการศึกษา** หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 63.3 ระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 36.4

1.5 **อาชีพ** หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 43.3 รองลงมาคืออาชีพธุรกิจส่วนตัวร้อยละ 20 และอาชีพรับราชการ ร้อยละ 16.7

1.6 **รายได้ต่อเดือน** หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มีรายได้อยู่ระหว่าง 10,001-15,000 บาท/เดือน คิดเป็นร้อยละ 33.3 รองลงมาคือต่ำกว่า 10,000 บาท/เดือน คิดเป็นร้อยละ 26.7 รายได้เฉลี่ยอยู่ที่ 15,000 บาท เงินเดือนสูงสุดอยู่ที่ 30,000 บาท ต่ำสุดอยู่ที่ 8,000 บาท ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n=30)	
	จำนวน	ร้อยละ
1. อายุ		
≤30 ปี	14	46.7
>30 ปี	16	53.3
Mean±SD	30.66±4.64	
Min, Max	22 , 39	
2. ประวัติการตั้งครรภ์		
ครรภ์แรก	22	73.3
ครรภ์สอง	8	26.7
มากกว่า 2 ครั้ง	-	-
3. อายุครรภ์		
น้อยกว่า 16 สัปดาห์	16	53.3
16 สัปดาห์ ขึ้นไป	14	46.7
Mean±SD,	14.13±2.51	
Min, Max	12 , 20	
4. ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	19	63.3
ปริญญาตรี	11	36.4
5. อาชีพหลักในปัจจุบัน		
รับจ้างทั่วไป	13	43.3
ธุรกิจส่วนตัว	6	20.0
เกษตรกรรม	5	16.7
รับราชการ	5	16.7
แม่บ้าน	1	3.3
6. รายได้		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	8	26.7
10,001-15,000 บาท	10	33.3
15,001-20,000 บาท	6	20.0
มากกว่า 20,000 บาท	6	20.0

Mean	15,000
Min, Max	8,000 , 30,000

2. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เรื่องโรคเห็อกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Paired Sample t- test ที่มีระดับช่วงเชื่อมั่นร้อยละ 95

ผลการศึกษาพบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เรื่องโรคเห็อกอักเสบ 5.50 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.30 หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 7.68 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.42 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เรื่องโรคเห็อกอักเสบก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง พบว่า คะแนนความรู้หลังการทดลองสูงกว่าคะแนนความรู้ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) โดยหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เรื่องโรคเห็อกอักเสบทเพิ่มขึ้น 2.13 คะแนน (95%CI 2.00 ถึง 2.26) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้เรื่องโรคเห็อกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการทดลอง

ความรู้	n	$\bar{X} \pm SD$	Mean Diff.	t	95%CI	p-value
ก่อนการทดลอง	30	5.50±1.30				
			2.13	33.79	2.00 ถึง 2.26	<0.001
หลังการทดลอง	30	7.63±1.42				

3. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันโรคเห็อกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Paired Sample t- test ที่มีระดับช่วงเชื่อมั่นร้อยละ 95

ผลการศึกษาพบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันโรคเห็อกอักเสบทเท่ากับ 16.73 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.44 หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 27.43 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.30 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันโรคเห็อกอักเสบทก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า คะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันโรคเห็อกอักเสบทหลังการทดลองสูงกว่าคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันโรคเห็อกอักเสบทก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) โดยหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันโรคเห็อกอักเสบทเพิ่มขึ้น 10.70 คะแนน (95%CI 10.23 ถึง 11.16) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันโรคเหงือกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการทดลอง

การรับรู้ความสามารถ ฯ	n	$\bar{X} \pm SD$	Mean Diff.	t	95%CI	p-value
กลุ่มทดลอง						
ก่อนการทดลอง	30	16.73±2.44				
			10.70	47.41	10.23 ถึง 11.16	<0.001
หลังการทดลอง	30	27.43±1.30				

4. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Paired Sample t- test ที่มีระดับช่วงเชื่อมั่นร้อยละ 95

ผลการศึกษาพบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบเท่ากับ 15.53 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.35 หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 21.26 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.72 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง พบว่า คะแนนการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบหลังการทดลอง สูงกว่าคะแนนการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) โดยหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบเพิ่มขึ้น 5.74 คะแนน (95%CI 4.76 ถึง 6.70) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการทดลอง

การปฏิบัติตน ฯ	n	$\bar{X} \pm SD$	Mean Diff.	t	95%CI	p-value
ก่อนการทดลอง	30	15.53±1.35				
			5.74	12.08	4.76 ถึง 6.70	<0.001
หลังการทดลอง	30	21.26±1.72				

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมทันตสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง ร่วมกับการใช้สื่อผ่านไลน์แอปพลิเคชันมีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากของหญิงตั้งครรภ์ โดยศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้คือหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพของศูนย์อนามัย พบว่าโปรแกรมส่งเสริมทันตสุขภาพที่จัดทำขึ้นส่งผลต่อหญิงตั้งครรภ์ เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านความรู้เรื่องโรคเหงือกอักเสบ การรับรู้ความสามารถตนเองต่อการป้องกันโรคเหงือกอักเสบและการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ซึ่งสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1.1 ด้านความรู้เรื่องโรคเหงือกอักเสบ

จากผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของความรู้เรื่องโรคเหงือกอักเสบ สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) ซึ่งอธิบายได้ว่าความรู้เป็นพฤติกรรมขั้นต้น ที่ได้มาจากการจำ การมองเห็น การได้ยิน หรือจากประสบการณ์ (ประภาเพ็ญ สุวรรณ, 2530) ผลการเปลี่ยนแปลงความรู้ดังกล่าวเกิดขึ้นเนื่องจากการได้รับโปรแกรมส่งเสริมทันตสุขภาพ ที่ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมการให้ความรู้ โดยการบรรยายประกอบสื่อวีดิทัศน์ ภาพพลิก เรื่องโรคเหงือกอักเสบ การให้ความรู้ในการป้องกันและดูแลสุขภาพช่องปากผ่านไลน์ แอปพลิเคชันในรูปแบบสื่อทันตอินโฟกราฟิก และเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถามประเด็นปัญหาที่สงสัย และผู้วิจัยอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาและการดูแลสุขภาพช่องปาก โดยผู้วิจัยจะสรุปประเด็นปัญหาที่สำคัญและให้ข้อมูลเพิ่มเติม รวมทั้งแจกเอกสารและแผ่นพับ แจกคู่มือการเกิดโรคเหงือกอักเสบ การดูแลสุขภาพช่องปาก และการแปรงฟันที่ถูกรวิธี จึงส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ความเข้าใจเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อุมพร ชมโฉม (2560) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมทันตสุขภาพในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการป้องกันโรคเหงือกอักเสบในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอพนพิณ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการศึกษาพบว่าภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เรื่องโรคเหงือกอักเสบสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) และสอดคล้องกับการศึกษาของวิรุทธิ์ พลท้าว (2557) ได้ศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมทันตสุขภาพร่วมกับการใช้สื่อประสมช่วยสอนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการฟันผุและโรคเหงือกอักเสบในนักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอโนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภู ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้โรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$)

1.2 ด้านการรับรู้ความสามารถตนเองต่อการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบ

จากผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากทดลองหญิงตั้งครรภ์มีคะแนนเฉลี่ยของการรับรู้ความสามารถตนเองต่อการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) ผลของการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเกิดขึ้นจากกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม การประชุมกลุ่ม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพช่องปาก การแสดงตัวแบบ “คุณแม่ฟันดี สุขภาพฟันดี ไม่มีคราบจุลินทรีย์และไม่มีเหงือกอักเสบ” ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นการส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์รับรู้ประสบการณ์ความสำเร็จจากการกระทำของผู้อื่นด้วยการเห็นตัวแบบและรับรู้ประสบการณ์ความสำเร็จจากการลงมือทำด้วยตนเอง ส่งผลให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองในหญิงตั้งครรภ์ในการป้องกันการเกิดโรคเหงือกอักเสบเพิ่มขึ้น ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับการศึกษาของคุณากร ชันชัยภูมิ (2556) ที่ได้ศึกษาเรื่อง

ประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาในหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในคลินิกฝากครรภ์โรงพยาบาลแก้งคร้อ อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคและทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคม ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของด้านการรับรู้ความสามารถของตนต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) และสอดคล้องกับการศึกษา อุมามพร ชมโฉม (2560) ได้ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันโรคเหงือกอักเสบในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอพุนพิน จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการทดลอง การรับรู้ความสามารถตนเองต่อการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ และการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ มากกว่าก่อนการทดลอง ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

1.3 ด้านการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบ

จากผลการวิจัย พบว่า ภายหลังการทดลองหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของด้านการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) ผลของการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเกิดขึ้นจากกิจกรรมการฝึกปฏิบัติ การประเมินสุขภาพช่องปาก การย้อมสีฟัน เพื่อตรวจดูคราบจุลินทรีย์พร้อมทั้งตรวจเหงือกและฟันด้วยตนเอง การอภิปรายกลุ่ม การประชุมกลุ่ม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพช่องปากในกลุ่ม การติดตามการฝึกทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธีด้วยตนเองที่บ้านจากผู้วิจัย การฝึกปฏิบัติการแปรงฟันอย่างต่อเนื่องโดยใช้แบบบันทึกประสิทธิภาพการแปรงฟัน และชุดทดสอบประสิทธิภาพการแปรงฟัน ที่ผู้วิจัยได้มอบให้ไปฝึกปฏิบัติที่บ้าน รวมถึงสื่อทันตอินโฟกราฟิกที่มีเนื้อหาด้านความรู้และการปฏิบัติตนที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพช่องปากที่ผู้วิจัยได้ให้ผ่านกลุ่มไลน์ “คลินิกคุณแม่ฟันดี” ตลอดการศึกษาวิจัยจำนวน 10 เรื่องเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ ส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์เกิดการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบและการดูแลสุขภาพช่องปากตนเองให้สะอาดอยู่เสมอ ทั้งนี้ ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับการศึกษาของ Jeihooni, et al., (2017) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการให้สุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากในหญิงตั้งครรภ์ ของเมืองฟาซา จังหวัดของฟาร์ส ตอนใต้ของอิหร่านโดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพช่องปากสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) และสอดคล้องกับการศึกษาของ ศตายุ ผลแก้ว (2564) ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคเหงือกอักเสบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนและพฤติกรรมในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยนี้

1.1 โปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพหญิงตั้งครรภ์นี้ สามารถนำไปปรับใช้กับบริบทของพื้นที่อื่นๆ เพื่อสร้างทักษะการดูแลสุขภาพพระดับบุคคล

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งถัดไป

2.1 การใช้สื่อสุขภาพผ่านช่องทางโซเชียลมีเดียในรูปแบบกลุ่มไลน์ เป็นอีกช่องทางหนึ่งในการสร้างความรู้ และเป็นช่องทางในการติดต่อสื่อสาร เพื่อติดตามผลของการดูแลสุขภาพช่องปากที่ดีและ

มีประสิทธิภาพ จึงควรนำไปประยุกต์ใช้ในการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพ
อื่นๆต่อไป

- 2.2 หากมีการวิจัยในลักษณะนี้ควรมีการทำข้อตกลงเบื้องต้น กับกลุ่มตัวอย่างเพื่อป้องกันตัวแปร
รบกวนที่อาจเกิดขึ้นได้ เนื่องจากการศึกษาคั้งนี้มีข้อจำกัดที่อาจเกิดขึ้นได้ในกลุ่มตัวอย่าง อาจ
ได้รับการปนเปื้อนข้อมูลข่าวสารด้านทัศนสุขภาพจากแหล่งอื่นหรือจากกลุ่มอื่นในสังคมออนไลน์
(Co-intervention) นอกเหนือไปจากข้อมูลที่ผู้วิจัยกำหนดโดยผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมได้อย่าง
สมบูรณ์ หากดำเนินการวิจัยในลักษณะนี้ควรมีการควบคุมสิ่งทดลองร่วมดังกล่าว

เอกสารอ้างอิง

- กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย. (2561). รายงานผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากแห่งชาติ ครั้งที่ 8 ประเทศไทย พ.ศ. 2560. บริษัท สามเจริญพานิชย์ (กรุงเทพ) จำกัด.
- คุณากร ชันชัยภูมิ.(2556). ประสิทธิภาพของโปรแกรมทันตสุขภาพเพื่อการส่งเสริมทันตสุขภาพในหญิง
ตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในคลินิกฝากครรภ์โรงพยาบาลแก้งคร้อ อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพและการส่งเสริม
วีรยุทธ พลท้าว. (2557). ผลของโปรแกรมทันตสุขภาพร่วมกับการใช้สื่อประสมช่วยสอนเพื่อปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบในนักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอโนนสัง
จังหวัดหนองบัวลำภู. (วิทยานิพนธ์หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพและการ
การส่งเสริมสุขภาพมหาวิทยาลัยขอนแก่น).
- ธัญชนก อินทวงศ์, จิราพร วิศิษฐ์โกศล, ดาราวรรณ ดีพร้อม, พชชา สุวรรณรอด และสุกัญญาม่วงเลี้ยง.
(2556). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านทันตสุขภาพของ
หญิงตั้งครรภ์. รายงานการวิจัยวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนุตรดิตถ์.
- ศตายุ ผลแก้ว, ธนากาญจน์ พรหมสาขา, สุจิตรา กินไธสง, นัจรินทร์ เนืองเฉลิม, พนาไพร โฉมงาม, พาณิชา
สร้อยทองและศุภกิตต์ วิบูลย์ศักดิ์. (2564). ผลของโปรแกรมทันตสุขภาพต่อพฤติกรรมการ
ป้องกันโรคเหงือกอักเสบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วารสารสาธารณสุขและสุขภาพศึกษา,
1(1), น. 61-75
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (องค์การมหาชน) (สพธอ.) ผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้
อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 29 พฤษภาคม 2561] เข้าถึงได้จาก:
<https://www.etcha.or.th/documents-for-download.html>
- อารยา วรณโพธิ์กลาง. (2556). การรับรู้พฤติกรรมการดูแลทันตสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์ ที่มาฝาก
ครรภ์โรงพยาบาลท่าตูม จังหวัดสุรินทร์. วารสารการแพทย์โรงพยาบาลศรีสะเกษ สุรินทร์ บุรีรัมย์,
28(1), น. 69-76.
- อุมาพร ชมโฉม. (2560). ผลของโปรแกรมทันตสุขภาพในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันโรคเหงือก
อักเสบในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อ.พุนพิน จ.สุราษฎร์ธานี. วารสารเครือข่ายวิทยาลัย
พยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้, 4(1), 234-252.

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา. แบบบันทึกการตรวจสุขภาพช่องปาก: ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา, เอกสารอัดสำเนา.

Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ, 1986.*

Bandura, A. (2010). Self-efficacy. *The Corsini encyclopedia of psychology*, 1-3.

Jeihooni, A. K., Jamshidi, H., Kashfi, S. M., Avand, A., & Khiyali, Z. (2017). The effect of health education program based on health belief model on oral health behaviors in pregnant women of Fasa city, Fars province, south of Iran. *Journal of International Society of Preventive & Community Dentistry*, 7(6), 336.

Wandera, M., Åstrøm, A. N., Okullo, I., & Tumwine, J. K. (2012). Determinants of periodontal health in pregnant women and association with infants' anthropometric status: a prospective cohort study from Eastern Uganda. *BMC pregnancy and childbirth*, 12(1), 90.