

## บทที่ 5

### สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมกรรมการอ่าน ความต้องการเนื้อหา รูปแบบและการนำไปใช้จาก นิตยสารแนวสุขภาพของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย” มีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมกรรมการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย
2. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความต้องการเนื้อหา ความต้องการรูปแบบ จาก นิตยสารแนวสุขภาพ ของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย โดยศึกษาตามคุณลักษณะของ พนักงาน
3. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการนำความรู้ในนิตยสารแนวสุขภาพไปประยุกต์ใช้ ให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกายของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย โดยศึกษาตาม คุณลักษณะของพนักงาน

### สรุปผลการวิจัย

#### 1. ลักษณะทางประชากร

- 1.1 เพศ พนักงานทั้งหมด 370 คน เป็นเพศหญิง 237 คน (ร้อยละ 64.05) และ เพศชาย 133 คน (ร้อยละ 35.95)
- 1.2 อายุ พนักงานมีอายุระหว่าง 31-40 ปี เป็นส่วนใหญ่ คือ 195 คน (ร้อยละ 52.70)
- 1.3 ระดับการศึกษา พนักงานมีการศึกษาระดับปริญญาตรีส่วนใหญ่ คือ 267 คน (ร้อยละ 72.16)
- 1.4 หน่วยงานที่สังกัด พนักงานสังกัดโทรคมนาคม 272 คน (ร้อยละ 73.52) และ สังกัดไปรษณีย์ 98 คน (ร้อยละ 26.48)
- 1.5 ประวัติการเจ็บป่วย พนักงานส่วนใหญ่ไม่มีประวัติเคยเจ็บป่วยร้ายแรง 304 คน (ร้อยละ 81.4) มี 66 คน (ร้อยละ 17.8) ซึ่งมีประวัติเคยเจ็บป่วยร้ายแรง จากการได้รับอุบัติเหตุ เช่น รถชน ตกจากที่สูง หรืออาจมีโรคประจำตัว เช่น หัวใจ ความดันโลหิตสูง ภูมิแพ้ เป็นต้น

## 2. พฤติกรรมอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ

2.1 การเคยอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ พนักงานส่วนใหญ่เคยอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ 335 คน (ร้อยละ 90.54) มี 35 คน (ร้อยละ 9.46) ซึ่งไม่เคยอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ

2.2 ความถี่ในการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ พนักงานส่วนใหญ่อ่านนิตยสารแนวสุขภาพบ้างบางครั้ง (มากกว่า 1 เดือน/ครั้ง) จำนวน 275 คน (ร้อยละ 82.1) มี 60 คน (ร้อยละ 17.9) ซึ่งอ่านทุกเดือน

2.3 รายชื่อนิตยสารแนวสุขภาพที่พนักงานเคยอ่าน คือ ชีวจิต ไกล่หมอ หมอชาวบ้าน อาหารและสุขภาพ สมุนไพรเพื่อสุขภาพ ฯลฯ และชื่อเรื่องที่ชอบอ่านมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ชีวจิต ไกล่หมอ หมอชาวบ้าน ตามลำดับ

2.4 เหตุผลของการไม่อ่านนิตยสารแนวสุขภาพ พนักงานส่วนใหญ่มีเหตุผลไม่อ่านนิตยสารแนวสุขภาพ คือ ไม่มีเวลา จำนวน 20 คน (ร้อยละ 52.63)

2.5 เหตุผลในการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ พนักงานมีเหตุผลในการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ คือ ต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ 286 คน (ร้อยละ 85.37) และต้องการคำแนะนำเพื่อไปใช้แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับสุขภาพ 197 คน (ร้อยละ 58.80)

2.6 แหล่งในการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ พนักงานอ่านนิตยสารแนวสุขภาพโดยขอยืมจากเพื่อน/คนรู้จัก 153 คน (ร้อยละ 45.95) รองลงมา คือ อ่านจากโรงพยาบาล/ร้านเสริมสวย/ร้านตัดผม 136 35 คน (ร้อยละ 40.84) และซื้ออ่านเอง 120 คน (ร้อยละ 36.04) ตามลำดับ

2.7 ลักษณะการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ พนักงานอ่านนิตยสารแนวสุขภาพละเอียดเป็นบางครั้งครั้ง จำนวน 264 คน (ร้อยละ 78.80)

## 3. ความต้องการเนื้อหา

พนักงานมีความต้องการเนื้อหาในแต่ละเรื่องแตกต่างกัน โดยมีความต้องการเนื้อหา ด้านสุขภาพส่วนบุคคลในระดับสูงสุด รองลงมา คือ ด้านโภชนาการ และเนื้อหาด้านอื่น ๆ ตามลำดับ โดยมีรายละเอียดเนื้อหาแต่ละด้าน ดังนี้

3.1 เนื้อหา เรื่องสุขภาพส่วนบุคคล พนักงานส่วนใหญ่ต้องการเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกาย

3.2 เนื้อหา เรื่องโภชนาการ พนักงานส่วนใหญ่ต้องการเนื้อหาเกี่ยวกับคุณค่าอาหารแต่ละชนิด

3.3 เนื้อหา เรื่องอื่น ๆ พนักงานต้องการให้นำเสนอ การใช้สมุนไพรรักษาโรค ชาวสารเกี่ยวกับสุขภาพที่กำลังอยู่ในความสนใจในช่วงนั้น ๆ อาหารชีวจิต และแนวทางการดูแลสุขภาพสุขภาพของต่างประเทศ

#### 4. ความต้องการรูปแบบ

รูปแบบการนำเสนอ พนักงานมีความต้องการรูปแบบแตกต่างกัน โดยต้องการให้นิตยสารแนวสุขภาพนำเสนอในรูปแบบ ลักษณะการตอบปัญหา สูงสุด รองลงมาคือรูปแบบอื่น ๆ เช่น เกม ชิงรางวัล การประกวดต่าง ๆ พยากรณ์ ฯลฯ และอันดับต่อมาคือบทความทางวิชาการ โดยต้องการรูปแบบการนำเสนอใน ลักษณะบทบรรณาธิการต่ำที่สุด

#### 5. การนำความรู้จากนิตยสารแนวสุขภาพไปประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย

พนักงานมีการนำความรู้จากการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย โดยการนำความรู้ไปใช้ในระดั้มากนั้นเป็นเรื่องของการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส รองลงมา การงดสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และไม่ใช้สารเสพติดใด ๆ และข้ามถนนบนทางม้าลาย ตามลำดับ โดยการนำความรู้ไปใช้ในเกณฑ์ต่ำได้แก่ เรื่องการเลือกรับประทานข้าวกล้องแทนการรับประทานข้าวขัดสี

#### 6. การเปรียบเทียบความต้องการเนื้อหา ความต้องการรูปแบบ และการนำไปใช้โดยศึกษาตามคุณลักษณะของพนักงาน

6.1 การเปรียบเทียบความต้องการเนื้อหา ความต้องการรูปแบบ และการนำไปใช้ โดยศึกษาตามเพศ เพศกับตัวแปรต่อไปนี้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6.1.1 ความต้องการเนื้อหา ได้แก่ เรื่อง โภชนาการ สิ่งเสพติดให้โทษ

6.1.2 ความต้องการรูปแบบ ได้แก่ ลักษณะบทความวิชาการ บทความทั่วไป บันเทิงคดี สัมภาษณ์ และสาริต

6.1.3 การนำไปใช้ ได้แก่ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การดูแลสุขภาพ ผิวหน้า ตา หู ฟัน การรับประทานข้าวกล้อง การข้ามถนนบนทางม้าลายหรือสะพานลอย การปรูมพยาบาล การหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส เมื่อเกิดปัญหา เรื่องเพศทราบแนวทางแก้ไข การงดสูบบุหรี่ ดื่มสุราและไม่ใช้สารเสพติด การรู้จักเลือกใช้ผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับความงามโดยไม่หลงเชื่อคำโฆษณา

6.2 การเปรียบเทียบความต้องการเนื้อหา ความต้องการรูปแบบ และการนำไปใช้ โดยศึกษาตามอายุ อายุกับตัวแปรต่อไปนี้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6.2.1 ความต้องการรูปแบบ ได้แก่ ลักษณะบทความทั่วไป และ บันเทิงคดี

6.2.2 การนำไปใช้ ได้แก่ การหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค การปฐมพยาบาล การงดสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และไม่ใช้สารเสพติดใด ๆ

6.3 การเปรียบเทียบความต้องการเนื้อหา ความต้องการรูปแบบ และการนำไปใช้ โดยศึกษาตามระดับการศึกษา ระดับการศึกษากับตัวแปรต่อไปนี้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6.3.1 ความต้องการรูปแบบ ได้แก่ ลักษณะบทความทั่วไป

6.3.2 การนำไปใช้ ได้แก่ การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในแต่ละมื้อ การเลือกรับประทานข้าวกล้องแทนข้าวขัดสี การปฐมพยาบาลเบื้องต้น เมื่อมีอาการผิดปกติสามารถตัดสินใจในการพบหรือปรึกษาแพทย์ได้ การงดสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และไม่ใช้สารเสพติดใด ๆ

6.4 การเปรียบเทียบความต้องการเนื้อหา ความต้องการรูปแบบ และการนำไปใช้ โดยศึกษาตามหน่วยงานที่สังกัด หน่วยงานที่สังกัดกับตัวแปรต่อไปนี้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6.4.1 ความต้องการเนื้อหา ได้แก่ เรื่อง สุขภาพจิต

6.4.2 ความต้องการรูปแบบ ได้แก่ ลักษณะอื่น ๆ เช่น เกม ชิงโชค ประกวด

6.4.3 การนำไปใช้ ได้แก่ การควบคุมน้ำหนักของตนเองให้เหมาะสม และการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส

6.5 การเปรียบเทียบความต้องการเนื้อหา ความต้องการรูปแบบ และการนำไปใช้ โดยศึกษาตามประวัติการเจ็บป่วย ประวัติการเจ็บป่วย กับตัวแปรต่อไปนี้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6.5.1 ความต้องการเนื้อหา ได้แก่ เรื่อง โรคไม่ติดต่อ สุขภาพจิต การบริการสาธารณสุข

6.5.2 การนำไปใช้ ได้แก่ การดูแลรักษาสุขภาพ ผิวหน้า ตา หู จมูก ฟัน การใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ หรือหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส การงดสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และไม่ใช้สารเสพติดใด ๆ การรู้จักใช้ผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับความงามโดยไม่หลงเชื่อคำโฆษณา การติดต่อแหล่งคุ้มครองผู้บริโภค

## 7 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

7.1 ขนาดตัวอักษร พนักงานต้องการให้ตัวอักษรมีขนาดใหญ่ประมาณ 14-16 พ้อยต์ โดยมีการเน้นตัวอักษรในข้อความที่สำคัญ

7.2 รูปเล่ม พนักงานต้องการให้รูปเล่มมีขนาด A4 และไม่หนาเกินไป

7.3 การจัดรูปเล่ม พนักงานต้องการให้มีการแบ่งเนื้อหาเป็นหมวดหมู่ชัดเจน และพยายามให้เนื้อหาแต่ละเรื่องจบภายในหน้าเดียวกัน

7.4 ภาพปก พนักงานต้องการให้ใช้ภาพปกเป็นผู้มีสุขภาพดี เพื่อผู้อ่านจะได้นำมาเป็นแบบอย่าง ไม่จำเป็นต้องใช้ภาพดาราดู โดยปกควรสอดคล้องกับเนื้อหาในรูปเล่ม

7.5 ภาพประกอบ พนักงานแนะนำว่า ควรมีภาพประกอบเพื่ออธิบายเนื้อหาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

7.6 โฆษณา พนักงานต้องการให้โฆษณาไม่ปะปนกับเนื้อหา เนื่องจากนิตยสารแนวสุขภาพในปัจจุบันโฆษณาจะอยู่ถัดจากเนื้อหา ทำให้ผู้บริโภคสับสน ต้องการให้อยู่ท้ายเล่ม แยกแยะกับข้อเท็จจริงอย่างชัดเจน และถ้าเป็นไปได้ต้องการให้ลงโฆษณาเฉพาะสินค้าที่ได้รับเครื่องหมายการค้าจากองค์การอาหารและยา

7.7 ราคา พนักงานต้องการให้นิตยสารแนวสุขภาพบางชื่อเรื่องลดราคาลง เนื่องจากแพงเกินไป ราคาที่ผู้บริโภคสามารถรับได้ คือ ประมาณ 50 บาท

7.8 อื่น ๆ

7.8.1 พนักงานต้องการให้นิตยสารแนวสุขภาพจัดพิมพ์เป็นรายปักษ์หรือรายเดือน เนื่องจากบางฉบับจัดพิมพ์ราย 2 เดือนซึ่งนานเกินไป

7.8.2 พนักงานแนะนำให้ใช้กระดาษเบาในการผลิต เพื่อสะดวกแก่การสะสม

## อภิปรายผลการวิจัย

### 1. พฤติกรรมการอ่าน

ผลการวิจัย พบว่า พนักงานกว่าร้อยละ 90 เคยอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ โดยจะอ่านบ้างแต่ไม่ทุกเดือน ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสนใจในเรื่องสุขภาพของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย โดยลักษณะการอ่าน ส่วนใหญ่จะอ่านบางคอลัมน์อย่างละเอียด ซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจวารสารหมออนามัย (2544) ซึ่งได้จัดทำขึ้นเพื่อสอบถามความคิดเห็นของผู้อ่านวารสารหมออนามัย พบว่า ผู้อ่านส่วนใหญ่จะติดตามอ่านเฉพาะบางคอลัมน์ นั่นคือ จะอ่านเฉพาะบางเรื่อง บางคอลัมน์ที่สนใจเท่านั้น

นิตยสารแนวสุขภาพซึ่งได้รับความนิยมจากผู้อ่าน 3 อันดับแรก ได้แก่ ชีวิตจิต ไกล่หม่อ และหมอชาวบ้าน ตามลำดับ ซึ่งเนื่องมาจากนิตยสารเหล่านี้มีคุณสมบัติตรงตามที่คุณสมบัติที่ผู้บริโภคต้องการ คือ รูปแบบเนื้อหา รูปแบบการนำเสนอ การจัดรูปเล่ม ปก ตัวอักษร และที่สำคัญราคาเหมาะสม

แหล่งในการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ จากการวิจัย พบว่า พนักงานได้อ่านนิตยสารแนวสุขภาพจากการยืมจากเพื่อน/คนรู้จัก แหล่งรองลงมา คือ ตามโรงพยาบาล/ร้านเสริมสวย/ร้านตัดผม โดยมีเพียงส่วนน้อยที่อ่านจากห้องสมุดการสื่อสารแห่งประเทศไทย ซึ่งอาจจะมาจากสาเหตุของความไม่สะดวกในการเข้ารับบริการเนื่องจากอยู่ไกลจากสถานที่ทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ลอธ ประภาสวัสด์ (2523) ซึ่งได้วิจัยเรื่องปัญหาการดำเนินงานห้องสมุดรัฐวิสาหกิจในสังกัดกระทรวงคมนาคม พบว่า พนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทยส่วนใหญ่มีเหตุผลไม่ไปใช้บริการห้องสมุดการสื่อสารแห่งประเทศไทย เนื่องจากห้องสมุดตั้งอยู่ในที่ ซึ่งไปใช้ไม่สะดวก

## 2. ความต้องการเนื้อหา

ความต้องการเนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า พนักงานต้องการเนื้อหาเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล โภชนาการ และอื่น ๆ ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิภา น้าลาก (2541) ซึ่งได้ศึกษาความต้องการด้านเนื้อหาของผู้อ่าน พบว่า ผู้อ่านต้องการเนื้อหาสูงสุด 3 อันดับแรก คือ สุขภาพอนามัย อาหารและโภชนาการ และจิตวิทยา โดยเนื้อหาในเรื่องสุขภาพส่วนบุคคลนั้น พนักงานส่วนใหญ่สนใจเกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพมากที่สุด ส่วนเนื้อหาด้านโภชนาการ พนักงานต้องการให้เสนอเนื้อหาเกี่ยวกับคุณค่าอาหารแต่ละชนิด ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการให้ความสำคัญของการเลือก รับประทานอาหารที่ให้คุณค่าของคนในยุคปัจจุบัน และเนื้อหาในด้านอื่น ๆ ที่กลุ่มตัวอย่างต้องการให้นำเสนอ คือ เรื่องที่อยู่ในความสนใจในช่วงนั้น การใช้สมุนไพรรักษาโรครวมถึงอาหารชีวจิต เหล่านี้ล้วนสะท้อนให้เห็นถึงค่านิยมเรื่องสุขภาพของคนในสังคม ซึ่งกลับมาใช้แนวทางธรรมชาติในการดูแลรักษาสุขภาพร่างกาย และในขณะเดียวกันพนักงานบางคนต้องการให้นำเสนอแนวทางเรื่องสุขภาพจากต่างประเทศ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างเสริมสุขภาพให้ตนเอง ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ปัจจุบันทางเลือกในเรื่องของสุขภาพ นั้นเพิ่มมากขึ้นจากอดีต

## 3. ความต้องการรูปแบบ

ความต้องการรูปแบบการนำเสนอ พบว่า พนักงานต้องการให้นิตยสารแนวสุขภาพนำเสนอใน รูปแบบการตอบปัญหาสูงสุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของวิภา น้าลาก (2541) ในเรื่องรูปแบบการ นำเสนอในนิตยสารผู้หญิงแนวครอบครัว ซึ่งต้องการให้มีรูปแบบการนำเสนอเป็นการตอบปัญหาเป็นอันดับต้นเช่นกัน ส่วนรูปแบบการนำเสนอที่กลุ่มตัวอย่างต้องการน้อยที่สุด คือ บทบรรณาธิการ ซึ่งสอดคล้องกับการแสดงความคิดเห็นในแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้อ่านของวารสารหมออนามัย ซึ่งได้แสดงความคิดเห็นต่อรูปแบบการนำเสนอบทบรรณาธิการว่า “คอลัมน์ บ.ก. ตอบจดหมายอยากให้ตอบจริง ๆ และเลือกจดหมายที่หลากหลาย” หรือ “ในการตอบคำถามจดหมายถึง บ.ก. จะตอบ คำถามในแนวทางที่เป็นกลางมาก อย่างบางเรื่องที่ถาม

ต้องการรายละเอียดมาก ๆ กลับไม่ได้รับอะไรเลย ถ้ามานาเพียบตอบแค่ 2-3 บรรทัด" เหล่านี้ คือ การแสดงความคิดเห็นของผู้อ่านวารสารหมออนามัย ซึ่งนั่นก็หมายถึง รูปแบบการนำเสนอด้าน บทบรรณาธิการยังไม่ตรงตามความต้องการของผู้อ่าน

#### 4. การนำไปใช้ประโยชน์

ผลการวิจัย พบว่า พนักงานได้มีการนำความรู้จากนิตยสารแนวสุขภาพไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย โดยการนำความรู้ไปใช้ในระดับสูงนั้นเป็นเรื่องของการ หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส การงดสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และไม่ใช้ สารเสพติดใด ๆ และการข้ามถนนบนทางม้าลายหรือสะพานลอยอันเป็นเรื่องสำคัญและเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิตที่ยั่งยืน จึงจำเป็นต้องมีการรณรงค์ให้ แต่ในขณะเดียวกัน การปฏิบัติในแง่ ของการส่งเสริมสุขภาพ ยังอยู่ในระดับปานกลาง เช่น การรับประทานข้าวกล้อง การหลีกเลี่ยงการ ใช้วัสดุอุปกรณ์ ที่ก่อให้เกิดมลภาวะแก่สิ่งแวดล้อม เหตุผลที่ปฏิบัติในระดับปานกลาง อาจมาจาก สาเหตุที่การเผยแพร่สารสนเทศเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวไม่เพียงพอ จึงจำเป็นต้องมีการรณรงค์ให้ถึง ตัวผู้บริโภคโดยตรงต่อไป

อย่างไรก็ตาม การนำความรู้จากนิตยสารแนวสุขภาพไปใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งก่อให้เกิด เป็นพฤติกรรมทางสุขภาพนั้น เป็นปัจจัยชักนำให้ปฏิบัติ โดยการให้ข้อมูลข่าวสาร ซึ่งจากงาน วิจัย ของ สมหมาย สุพรรณภพ (2540) ได้ศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมด้านสุขภาพของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ พบว่า พฤติกรรมทางสุขภาพ หรือสิ่งที่บุคคลปฏิบัติเพื่อ นำมาซึ่งการมีสุขภาพที่ดีนั้น มาจากหลายปัจจัย เช่น ทักษะคิดด้านสุขภาพ สภาพแวดล้อม ฯลฯ ดังนั้นพฤติกรรมทางสุขภาพที่เกิดขึ้นกับพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย จากงานวิจัยนี้ อาจจะมาจากปัจจัยอื่นด้วย ไม่ใช่เฉพาะจากการอ่านนิตยสารแนวสุขภาพ

#### 5. การเปรียบเทียบความแตกต่างรูปแบบนิตยสารในด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอ และการนำไปใช้ โดยจำแนกตามคุณลักษณะของพนักงาน

##### 5.1 การเปรียบเทียบความแตกต่างรูปแบบนิตยสารในด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอ และการนำไปใช้โดยจำแนกตาม เพศ

ผลการวิจัยพบว่า พนักงานมีความต้องการเนื้อหาแตกต่างกันในเรื่อง โภชนาการ โดย เพศหญิงจะมีค่าเฉลี่ยความต้องการเนื้อหาสูงกว่าเพศชาย และเรื่องสิ่งแวดล้อมให้โทษ เพศชายจะมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าเพศหญิง ส่วนความต้องการด้านรูปแบบการนำเสนอ พบว่า เพศชายมีความ ต้องการให้นิตยสารแนวสุขภาพนำเสนอในลักษณะบทความวิชาการสูงกว่าเพศหญิง ส่วนเพศ หญิงต้องการให้นำเสนอในลักษณะบทความทั่วไป บันเทิงคดี สัมภาษณ์และสารคดีสูงกว่าเพศ ชาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฮันนา (Hunna, 1960) และ ฮิลเดรธ (Hildreth, 1958)

ที่พบข้อเท็จจริงว่า เพศเป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลเหนือการเลือกอ่าน ความสนใจระหว่างเพศ หญิงและเพศชายจะแตกต่างกัน เพศหญิงมักจะเป็นคนที่มีจิตใจอ่อนไหวเจ้าอารมณ์ โอนอ่อน ฝอนตามและเป็นแม่บ้านแม่เรือน แต่เพศชายชอบใช้เหตุผล ดังนั้นเพศหญิงจึงต้องการเนื้อหา แนวเบา ๆ ที่สนุกสนานร้านอารมณ์ให้ร่าเริงแจ่มใส ส่วนเพศชายนั้นต้องการเนื้อหาสาระที่เป็นแนว ความคิดหนักแน่น มั่นคง

5.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างรูปแบบนิตยสารในด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอ และการนำไปใช้โดยจำแนกตาม อายุ

ผลการวิจัยพบว่า พนักงานมีความต้องการเนื้อหาไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านรูปแบบ แตกต่างกันในลักษณะการนำเสนอบทความทั่วไปและบันเทิงคดี ซึ่งผู้มีอายุ 51 ปีขึ้นไปจะมีความต้องการรูปแบบการนำเสนอในลักษณะบทความทั่วไปและบันเทิงคติน้อยกว่าวัยอื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กรับบี้ (Grubb, 1982) ที่พบว่าความสนใจในการอ่านและกิจกรรมของผู้สูงอายุจะแตกต่างกับคนหนุ่มสาว ผู้สูงอายุจะอ่านหนังสือพิมพ์และเรื่องเกี่ยวกับศาสนา นั้นก็หมายถึงผู้ที่มีอายุมากขึ้นจะนิยมรับสารสนเทศที่มีลักษณะเป็นทางการมากกว่าบันเทิง

การนำไปใช้ ผลการวิจัยพบว่า คนอายุ 51 ปีขึ้นไปมีการนำความรู้จากนิตยสาร ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกายในเรื่อง โภชนาการ คือหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค เพราะความเจ็บป่วยและความผิดปกติบางอย่างมีความสัมพันธ์กับการบริโภค โดยเฉพาะการรับประทานอาหารที่มีไขมันและคาร์โบไฮเดรตสูง หรือรับประทานอาหารรสเค็มจัด เป็นประจำ อาจก่อให้เกิดโรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจบางชนิดโดยเฉพาะในวัยกลางคน หรือวัยสูงอายุ (สุชาติ โสมประยูร, 2541, หน้า 81) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของ มลุลี ชูเนตร (2538) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับแบบแผนการดำเนินชีวิต และภาวะโภชนาการใน ผู้สูงอายุ พบว่า ปัจจัยความรู้เรื่องโภชนาการ มีความสัมพันธ์กับแบบแผนการดำเนินชีวิตของ ผู้สูงอายุ ซึ่งหมายถึงการให้ข่าวสารความรู้เรื่องโภชนาการ จะมีผลต่อการนำไปใช้ดูแลรักษา สุขภาพของผู้สูงอายุได้จริงในชีวิตประจำวัน

5.3 การเปรียบเทียบความแตกต่างรูปแบบนิตยสารในด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอ และการนำไปใช้โดยจำแนกตาม ระดับการศึกษา

ผลการวิจัยพบว่าพนักงานที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีความต้องการเนื้อหาไม่แตกต่างกัน ในส่วนของรูปแบบการนำเสนอ รูปแบบลักษณะบทความทั่วไป กลุ่มผู้มีการศึกษาระดับปริญญาตรีจะมีความต้องการรูปแบบทั่วไปสูงกว่าผู้ที่มีการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี



เนื่องจากการศึกษาที่ต่างกัน ส่งผลให้ความรู้สึก นึกคิด อุดมการณ์ และความต้องการแตกต่างกันไป

การนำไปใช้พบว่าพนักงานซึ่งมีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีการนำความรู้จากนิตยสารแนวสุขภาพ ไปใช้ในเรื่องของโภชนาการ การบริการสาธารณสุข และการหลีกเลี่ยงสิ่งเสพติดให้โทษ สูงกว่าพนักงานซึ่งมีการศึกษต่ำกว่าระดับปริญญาตรี ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ประมะสตะเวทิน (2538) ที่กล่าวไว้ว่าคนที่การศึกษา หรือความรู้จะได้เปรียบอย่างมากในการเป็นผู้รับสารที่ดี ทั้งวิเคราะห์ สังเคราะห์สารได้ลึกซึ้งกว่าและมีความสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้กว้างขวางกว่า

5.4 การเปรียบเทียบความแตกต่างรูปแบบนิตยสารในด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอ และการนำไปใช้โดยจำแนกตาม หน่วยงานที่สังกัด

ผลการวิจัยพบว่า พนักงานซึ่งมีหน่วยงานที่สังกัดแตกต่างกัน มีความต้องการเนื้อหาแตกต่างกัน พนักงานซึ่งสังกัดไปรษณีย์ จะมีความต้องการเนื้อหา เรื่องสุขภาพจิตสูงกว่าพนักงานซึ่งสังกัดโทรคมนาคม ซึ่งอาจจะเนื่องมาจาก เกิดความเครียดจากการแปรสภาพการสื่อสารแห่งประเทศไทย โดย นิตยา ชีวะพฤษ (2540) ได้กล่าวไว้ว่ากิจการไปรษณีย์เป็นกิจการที่จำเป็นสำหรับสังคม แต่เป็นกิจการที่ขาดทุนไม่สามารถเลี้ยงตนเองได้ ก่อนการแปรสภาพสามารถอยู่ได้ด้วยเงินสนับสนุนจากภาคโทรคมนาคมของการสื่อสารแห่งประเทศไทย นั่นก็หมายถึงหลังจากการแปรสภาพนี้ กิจการไปรษณีย์ต้องพยายามพึ่งพาตนเองให้ได้มากที่สุด ซึ่งสาเหตุต่าง ๆ เหล่านี้อาจนำมาซึ่งปัญหาสุขภาพจิตของพนักงานที่สังกัดไปรษณีย์

5.5 การเปรียบเทียบความแตกต่างรูปแบบนิตยสารในด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอ และการนำไปใช้โดยจำแนกตาม ประวัติการเจ็บป่วย

ผลการวิจัย พบว่า ความต้องการเนื้อหา ผู้มีประวัติเคยเจ็บป่วยจะมีความต้องการเนื้อหาเรื่องโรคไม่ติดต่อ และบริการสาธารณสุข สูงกว่าผู้ที่ไม่เคยมีประวัติเจ็บป่วยร้ายแรง ซึ่งสาเหตุมาจาก มีประสบการณ์ในเรื่องนั้นแล้ว ทราบถึงผลเสียที่เกิดขึ้น ดังนั้นจึงเกิดความ ต้องการที่จะรู้เกี่ยวเนื้อหานั้น เพื่อป้องกันหรือรักษาถ้าเกิดโรคแล้ว ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาวิจัย พัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพ ของ เพนเดอร์ (Pander, 1996) ซึ่งกล่าวว่า พฤติกรรมที่ผ่านมาในอดีต มีผลกระทบโดยตรงและโดยอ้อมที่นำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในปัจจุบัน

## 6. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยพบว่า พนักงานเสนอความคิดเห็นเพิ่มเติมต่อนิตยสารแนวสุขภาพในหลาย ๆ ด้านทั้งขนาดตัวอักษร รูปเล่ม การจัดรูปเล่ม ภาพปก ภาพโฆษณาและราคา โดยสรุปได้ดังนี้คือ พนักงานต้องการให้นิตยสารแนวสุขภาพ นำเสนอความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย โดยจัดทำขนาดตัวอักษรให้มีขนาดใหญ่พอสมควร เนื่องจากผู้อ่านส่วนใหญ่มีอายุประมาณ 31-40 ปี และต้องการให้ขนาดรูปเล่มกะทัดรัด ขนาดหนังสือพกพา โดยการจัดรูปเล่มต้องการให้เนื้อหาจบภายในหน้าเดียวกัน ภาพปกควรสอดคล้องกับเนื้อหาในตัวเล่มในส่วนโฆษณา พนักงานต่างยอมรับว่านิตยสารจำเป็นต้องมีโฆษณาเพื่อความอยู่รอด แต่ในบางฉบับโฆษณามากเกินไปและอยู่ปะปนกับเนื้อหา ทำให้ผู้อ่านเกิดความสับสน ผู้อ่านต้องการให้มีการจัดโฆษณาให้เป็นสัดส่วนโดยอาจจะนำเสนอในส่วนท้ายเล่มหรืออาจจะนำเสนอโฆษณา เฉพาะสินค้าที่ได้รับเครื่องหมายการค้าจากองค์การอาหารและยา และสุดท้ายคือเรื่องราคา ซึ่งเป็นเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างต้องการให้นิตยสารแนวสุขภาพ ปรับปรุงมากที่สุด เนื่องจากนิตยสารแนวสุขภาพส่วนใหญ่ราคาแพง การจะพัฒนาสุขภาพของคนในสังคมไทยให้ดีขึ้น ด้วยการเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพผ่านทางสื่อสิ่งพิมพ์อื่นได้แก่นิตยสาร ควรจะคำนึงถึงกลุ่มคนทุกชนชั้นในสังคม เนื่องจากทุกคนปรารถนาจะมีสุขภาพดี แต่ขาดซึ่งสารสนเทศ เนื่องจากการจะได้มาซึ่งสารสนเทศด้านสุขภาพนั้นจะต้องเสียค่าใช้จ่าย ผู้อ่านส่วนใหญ่ให้ความเห็นว่าราคาที่เหมาะสมของนิตยสารแนวสุขภาพควรประมาณ 50 บาท

## ข้อเสนอแนะ

1. ผู้ปฏิบัติงานสารสนเทศในห้องสมุดการสื่อสารแห่งประเทศไทย ในปัจจุบันได้จัดบริการนิตยสารที่ตรงกับความต้องการของผู้อ่านแล้ว แต่ควรปรับแนวทางในการให้บริการให้สะดวกมากยิ่งขึ้น เพราะปัจจุบันผู้ใช้บริการประสบกับปัญหา ห้องสมุดอยู่ไกลจากสถานที่ทำงาน ดังนั้นขอเสนอแนะแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังนี้

1.1 จัดหมุนเวียนวารสารเล่มที่มีผู้อ่านไปจัดบริการตามสถานที่ต่าง ๆ ภายในหน่วยงาน

1.2 เก็บข้อมูลความต้องการหรือความสนใจของผู้ใช้บริการ แล้วจัดบริการในลักษณะเลือกสรรสารสนเทศ หรือบริการบรรณานุกรมเฉพาะบุคคล

1.3 จัดทำไฮมเพจ รวบรวมบรรณานุกรมของนิตยสารแนวสุขภาพ หรือทำบรรณนิทัศน์ ของนิตยสารแนวสุขภาพที่น่าสนใจ เพื่อให้พนักงานสามารถสืบค้นข้อมูลทาง

## อินเทอร์เน็ต

2. จากการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการรูปแบบเนื้อหาด้านสุขภาพส่วนบุคคล และโภชนาการ มากที่สุด และในส่วนของรูปแบบการนำเสนอ กลุ่มตัวอย่างต้องการให้นำเสนอในลักษณะการตอบปัญหามากที่สุด ดังนั้นผู้ผลิตนิตยสารแนวสุขภาพควรจัดทำเนื้อหา และรูปแบบให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้บริโภค และควรพิจารณาความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้บริโภคด้วยว่าต้องการให้ปรับปรุงนิตยสารแนวสุขภาพ โดยเฉพาะเรื่องของ ราคา และโฆษณา

## แนวทางการวิจัยในอนาคต

1. ควรมีการวิจัยเปรียบเทียบเนื้อหาในนิตยสารแนวสุขภาพในปัจจุบัน ว่าสอดคล้องกับความต้องการของผู้อ่านหรือไม่ โดยการวิเคราะห์เนื้อหาในนิตยสารแนวสุขภาพ และเปรียบเทียบกับความต้องการของผู้อ่านโดยการสำรวจ เพื่อให้ได้งานวิจัยที่สมบูรณ์และก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ควรเป็นกลุ่มตัวอย่างอื่นบ้าง เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำกัดมากเกินไป ทำให้ผลการวิจัยที่ได้มาจากคนกลุ่มเดียว ซึ่งในอนาคต อาจจะใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นเยาวชน เพื่อให้ทราบถึงความสนใจในเรื่องของสุขภาพ ของเยาวชน เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาสุขภาพของคนไทยผ่านสื่อสิ่งพิมพ์ประเภทนิตยสาร