

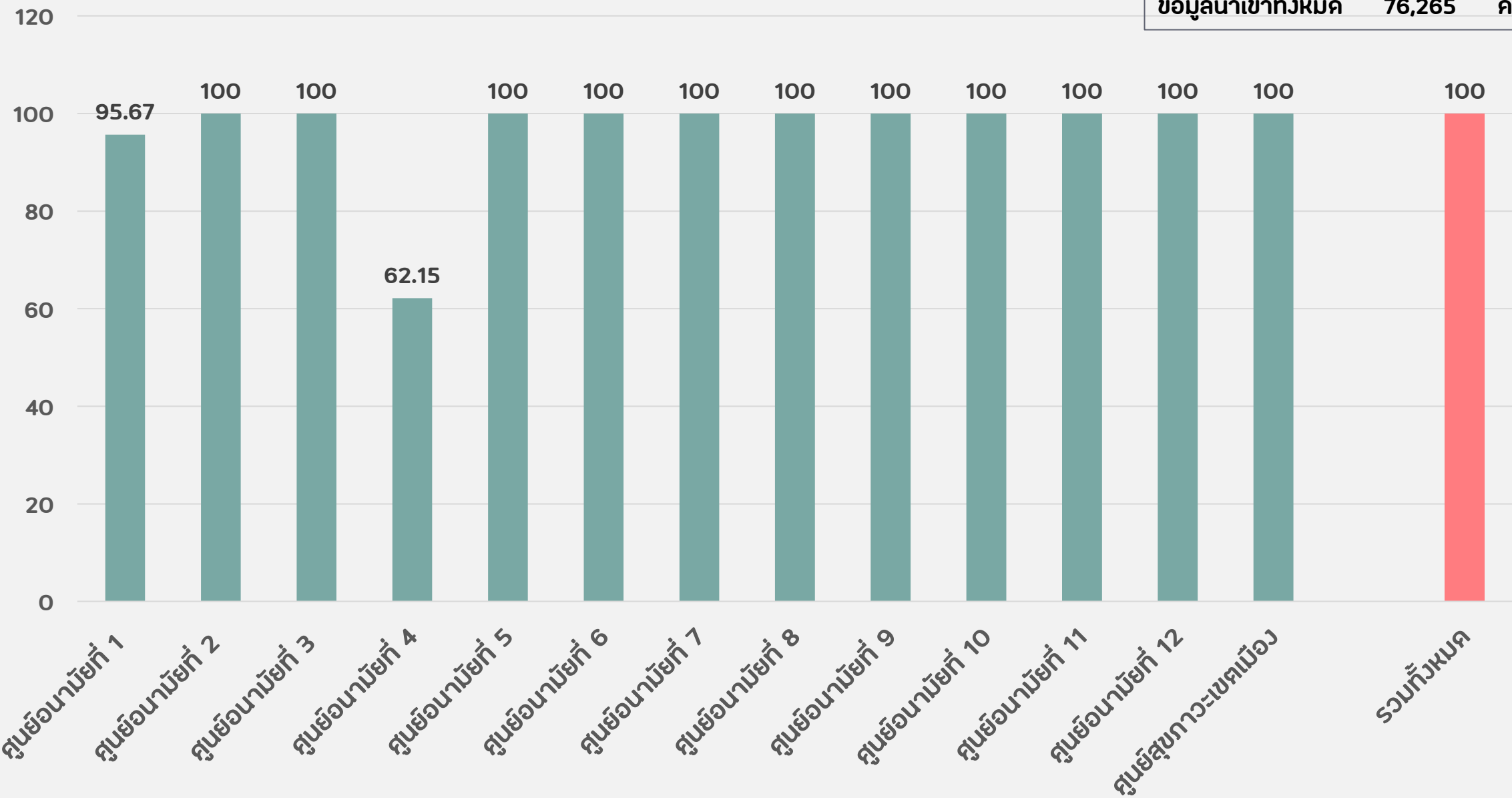


ผลการวิเคราะห์
พฤติกรรมสุขภาพ
ความรู้
และปัจจัยแวดล้อม
ที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน
ปีงบประมาณ 2563
(อายุ 15-59 ปี)

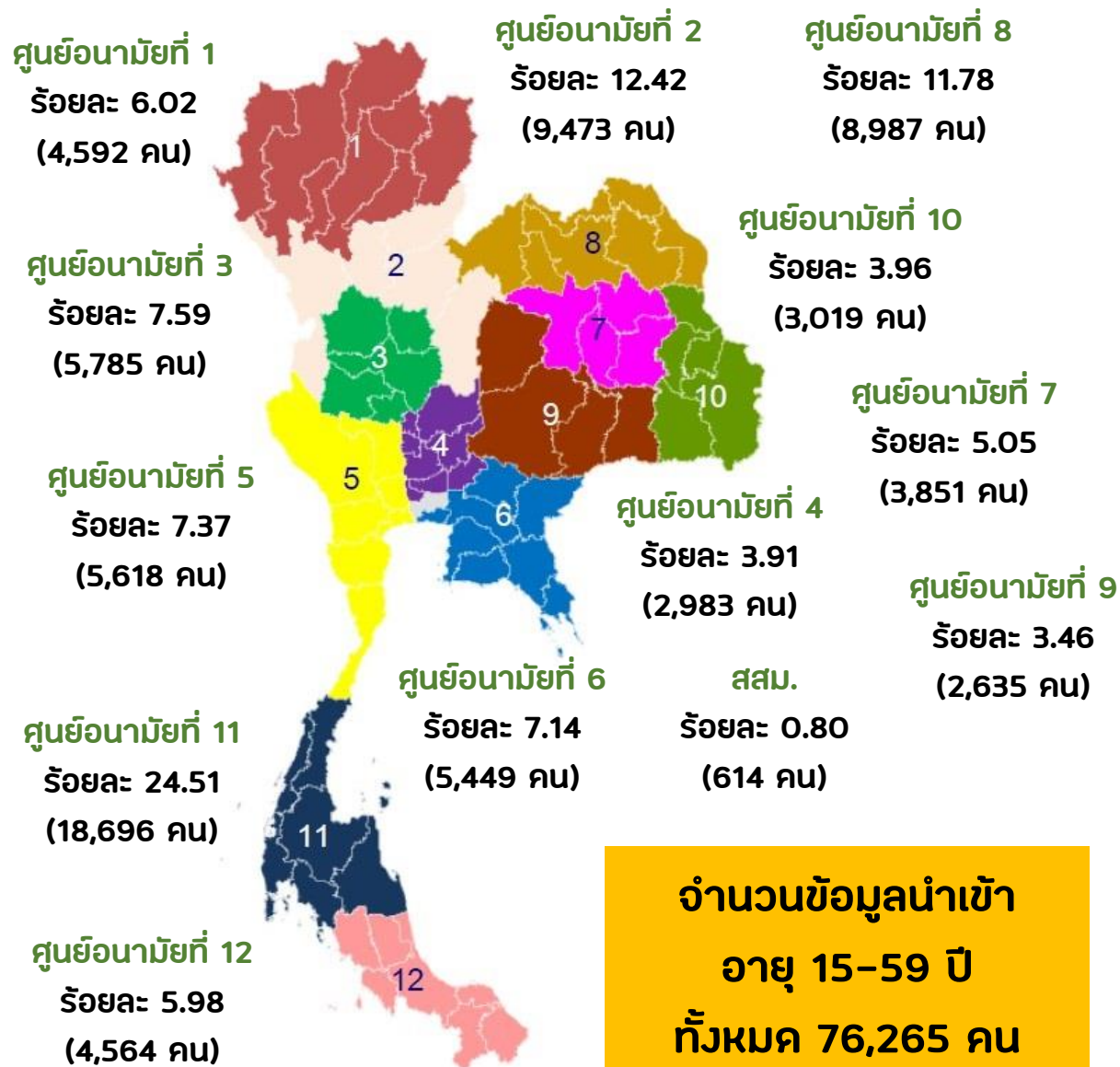
ร้อยละ

ร้อยละของการทำแบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพ
(ข้อมูล ณ วันที่ 31 พฤษภาคม 2563)

เป้าหมายจังหวัดละ	600	คน
รวมทั้งหมด	46,200	คน
ข้อมูลนำเข้าทั้งหมด	76,265	คน



จำนวนข้อมูลนำเข้าอายุ 15-59 ปี รายเขตสุขภาพ

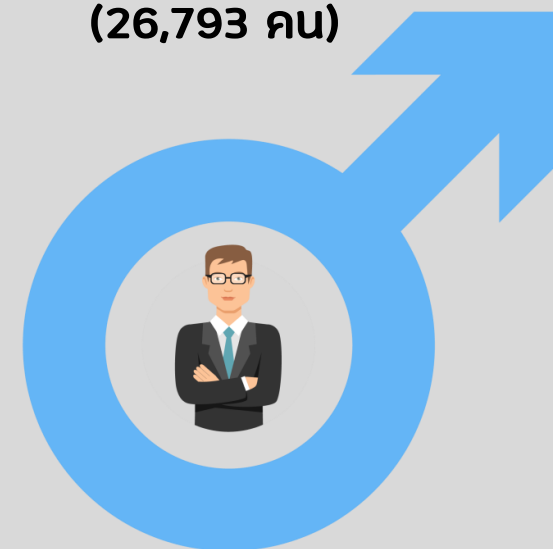


ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปี แบ่งตามเพศ



ร้อยละ 35.13
(26,793 คน)

ร้อยละ 64.74
(49,377 คน)



ไม่ระบุเพศ
ร้อยละ 0.12 (95 คน)

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปี แบ่งตามเพศ



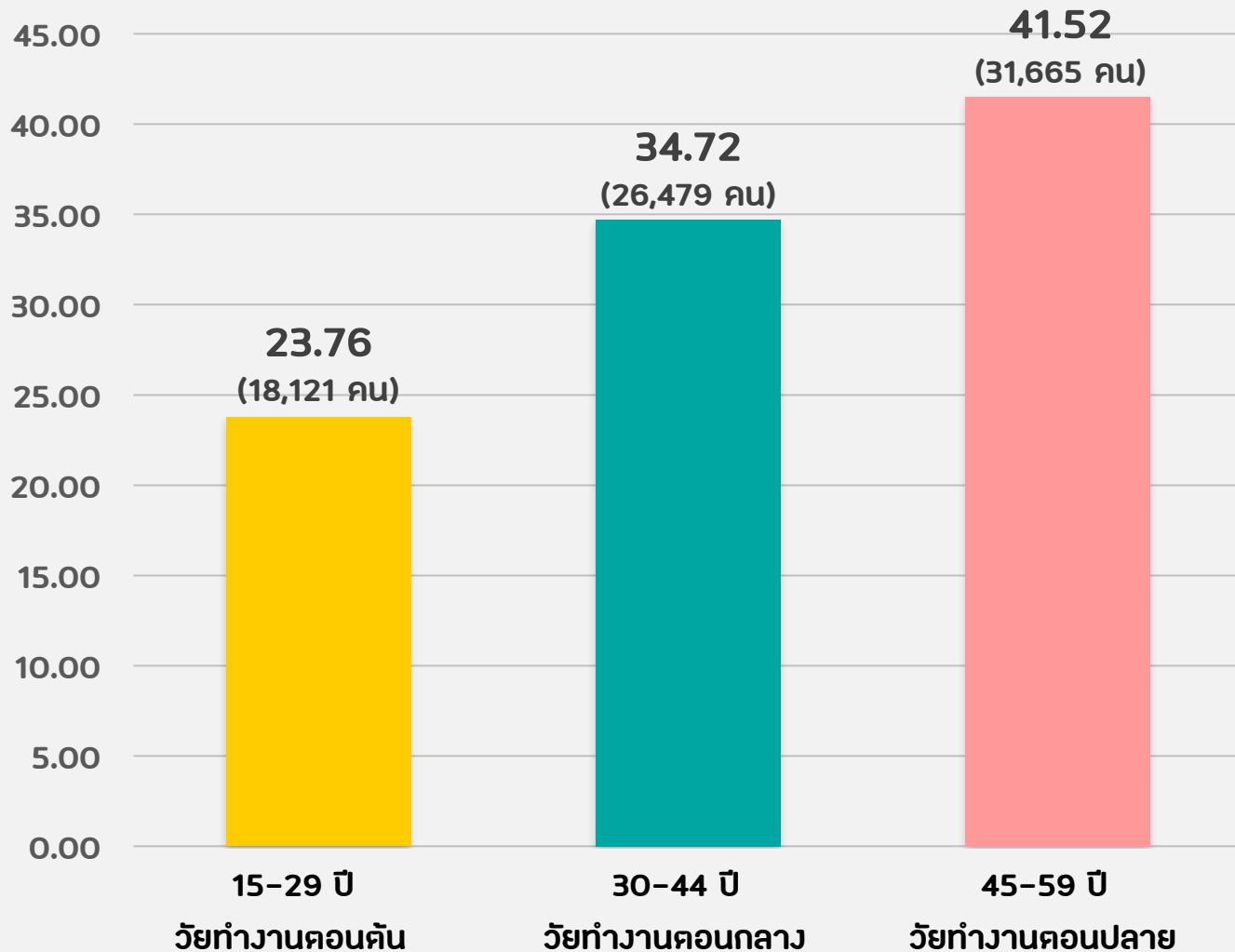
ร้อยละ 35.13
(26,793 คน)

ร้อยละ 64.74
(49,377 คน)

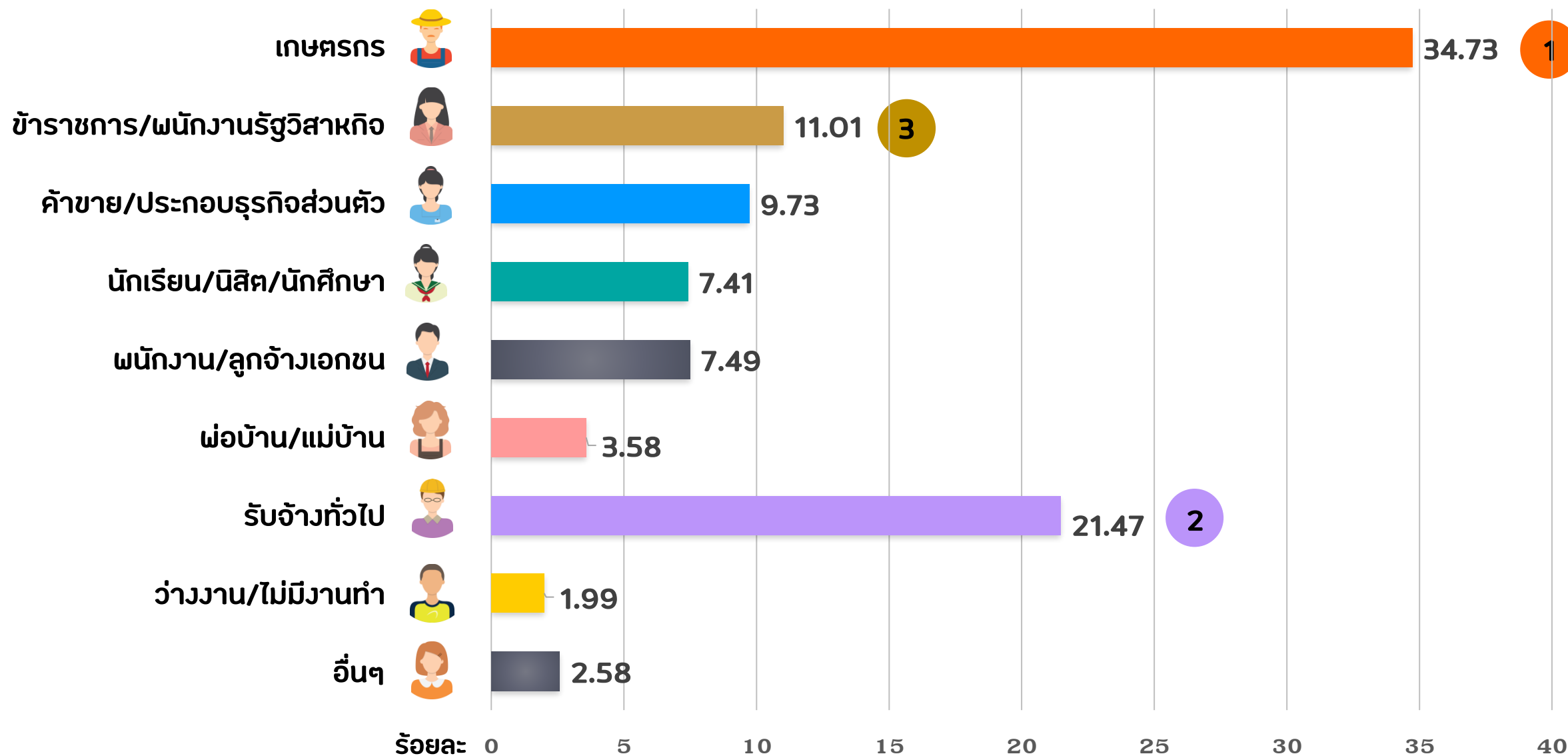


ไม่ระบุเพศ
ร้อยละ 0.12 (95 คน)

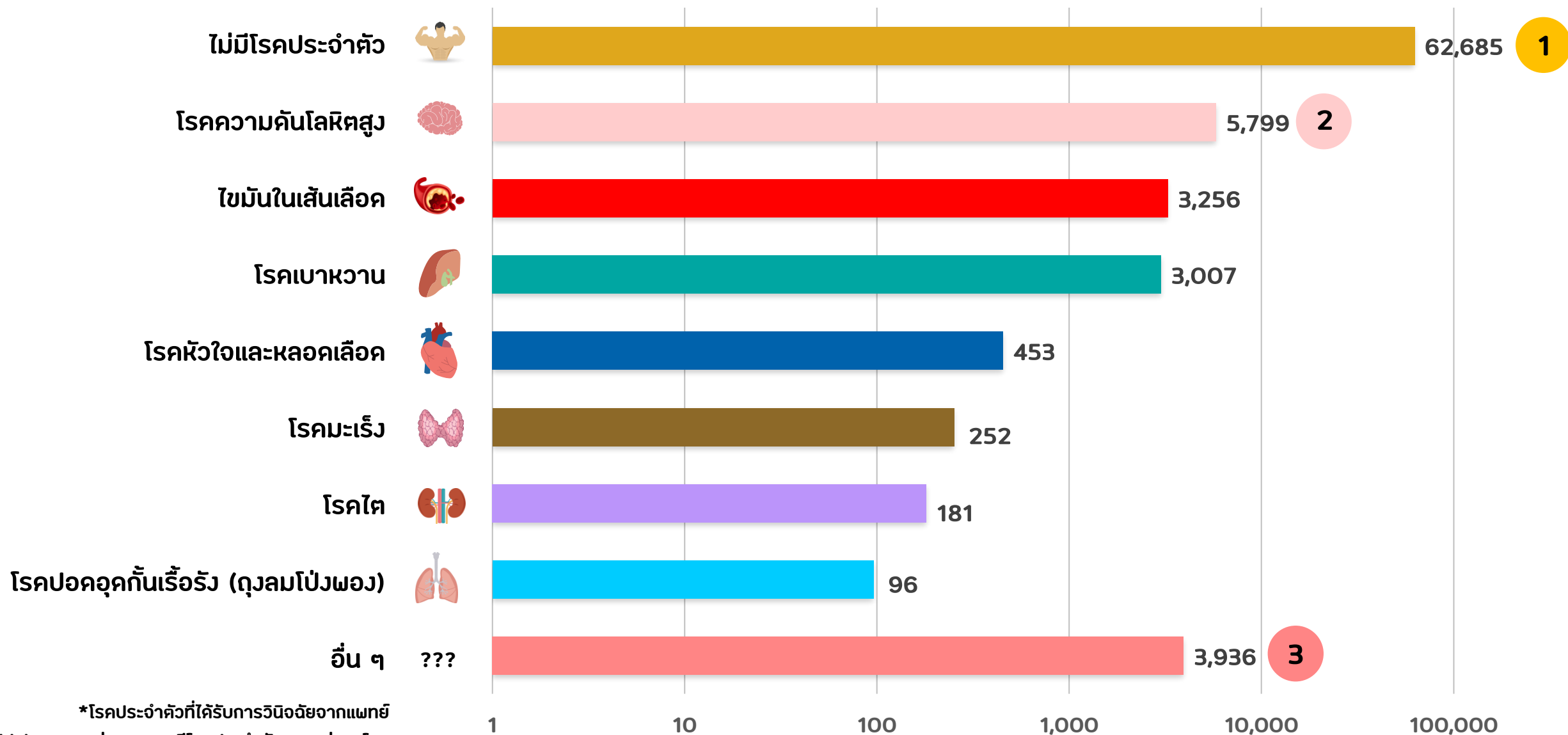
ร้อยละของประชากรวัยทำงาน แบ่งตามอายุ



ร้อยละของประชากรวัยทำงานอายุ 15-59 ปี แบ่งตามอาชีพ



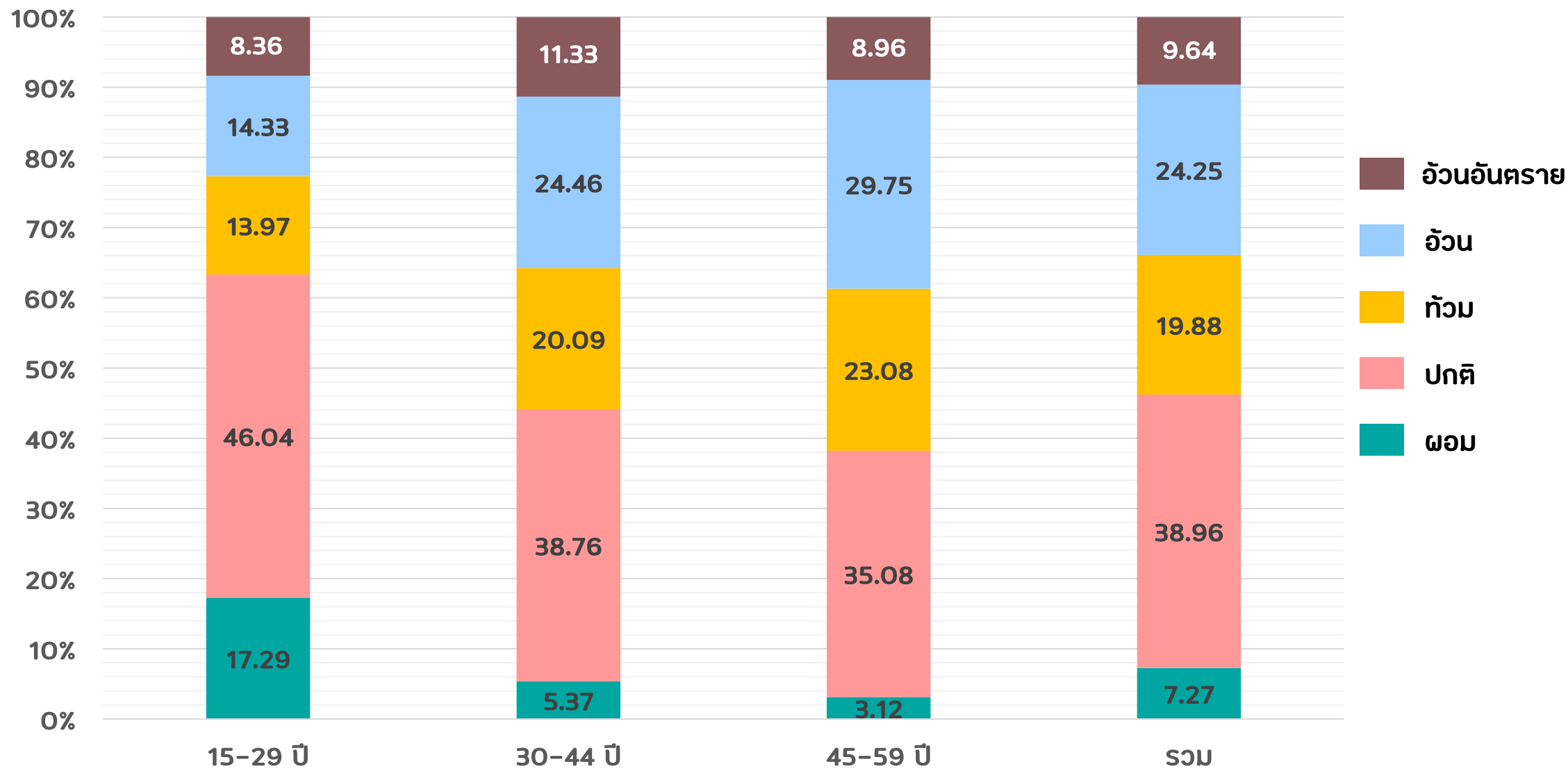
จำนวนประชากรวัยทำงานอายุ 15-59 ปีที่มีโรคประจำตัว* (คน)



*โรคประจำตัวที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์

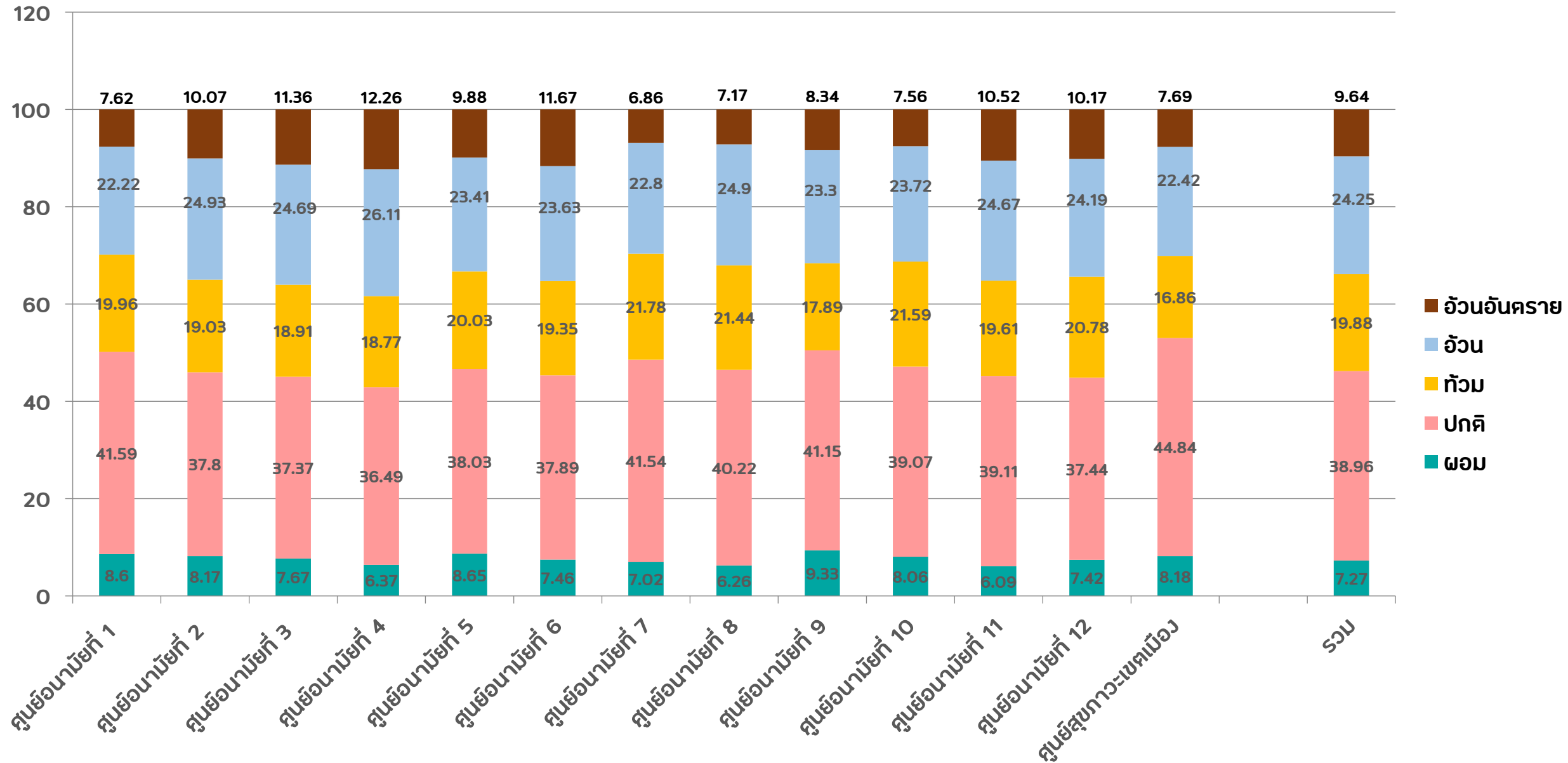
**ประชากรแต่ละคนอาจมีโรคประจำตัวมากกว่า 1 โรค

ร้อยละของค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ประชากรวัยทำงานอายุ 15-59 ปี

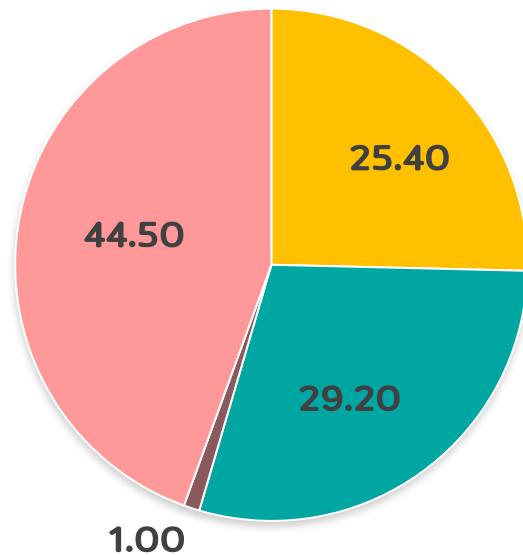


ร้อยละของค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ประชากรวัยทำงานอายุ 15-59 ปี แบ่งตามศูนย์อนามัย

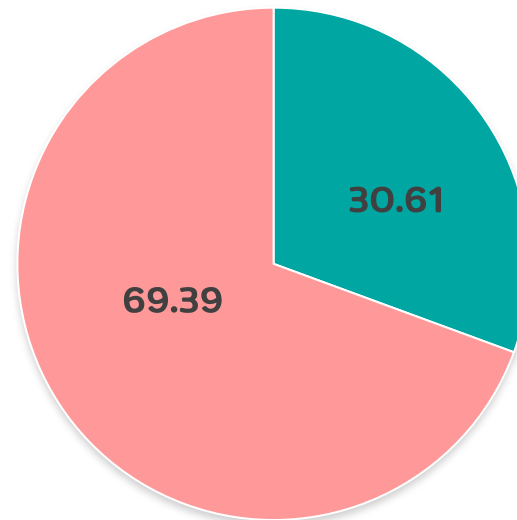
ร้อยละ



- กินทุกวัน
- กิน 4-6 วันต่อสัปดาห์
- กิน 1-3 วันต่อสัปดาห์
- ไม่กินเลย



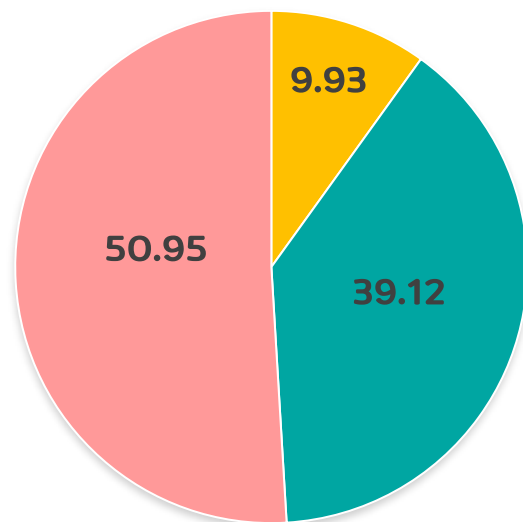
ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่กินผัก 5 ทัปดาห์



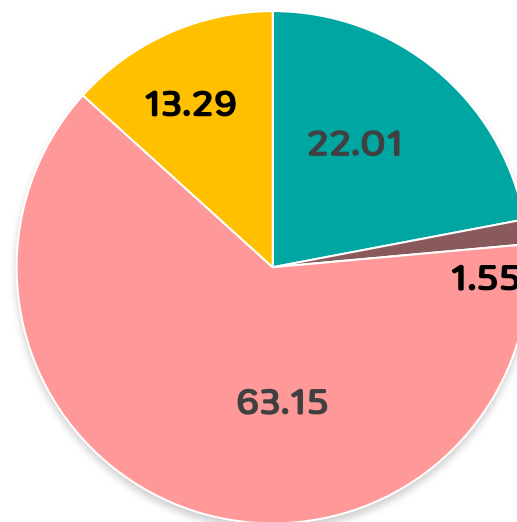
- มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์
- มีกิจกรรมทางกายน้อยกว่า 150 นาทีต่อสัปดาห์

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่มีกิจกรรมทางกาย

- ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์



ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่นอน 7-9 ชั่วโมงต่อวัน

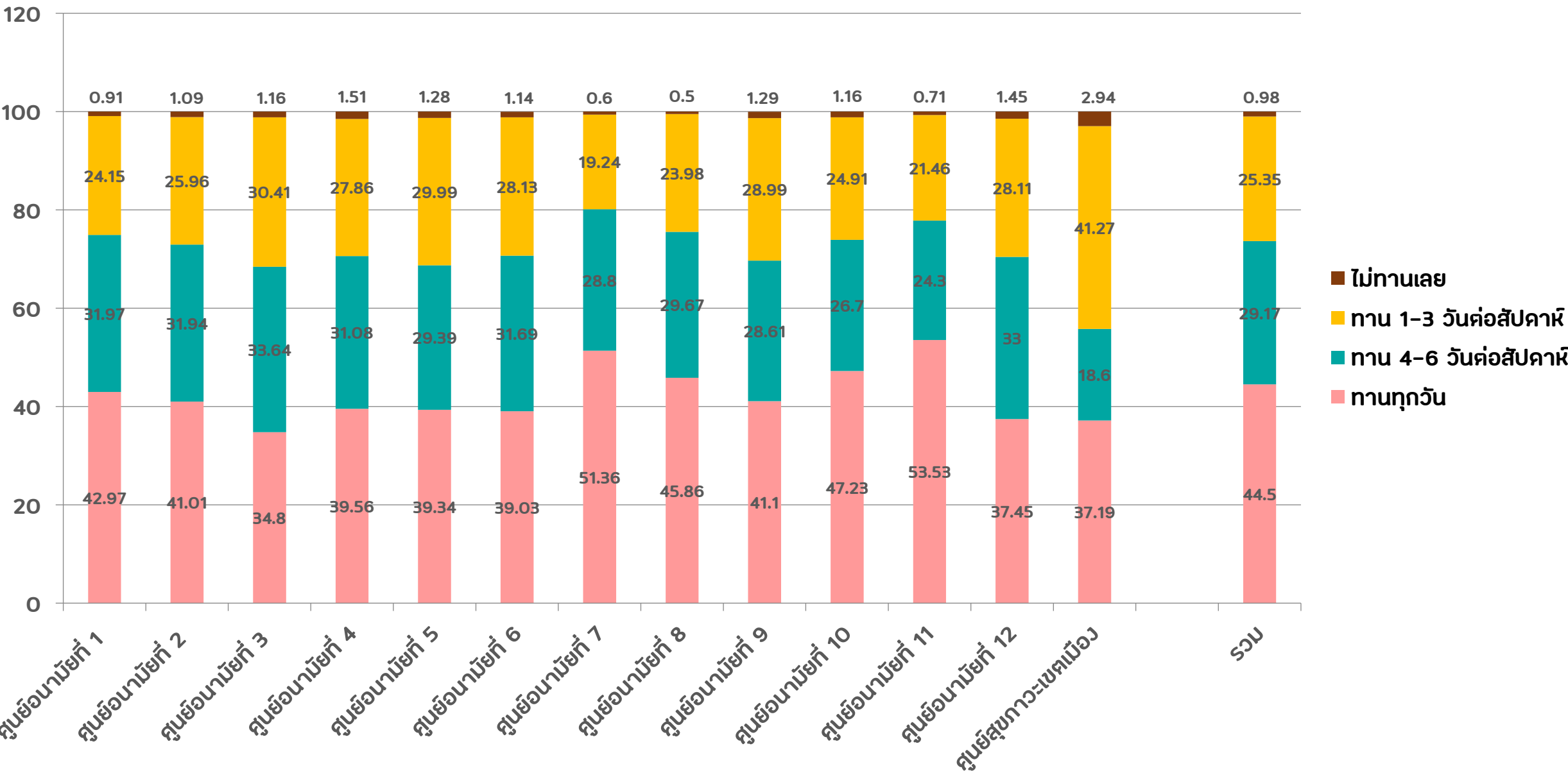


- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานน้อยกว่า 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนบางวัน
- ไม่แปรงฟันก่อนนอนเลย

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่แปรงฟันก่อนนอน

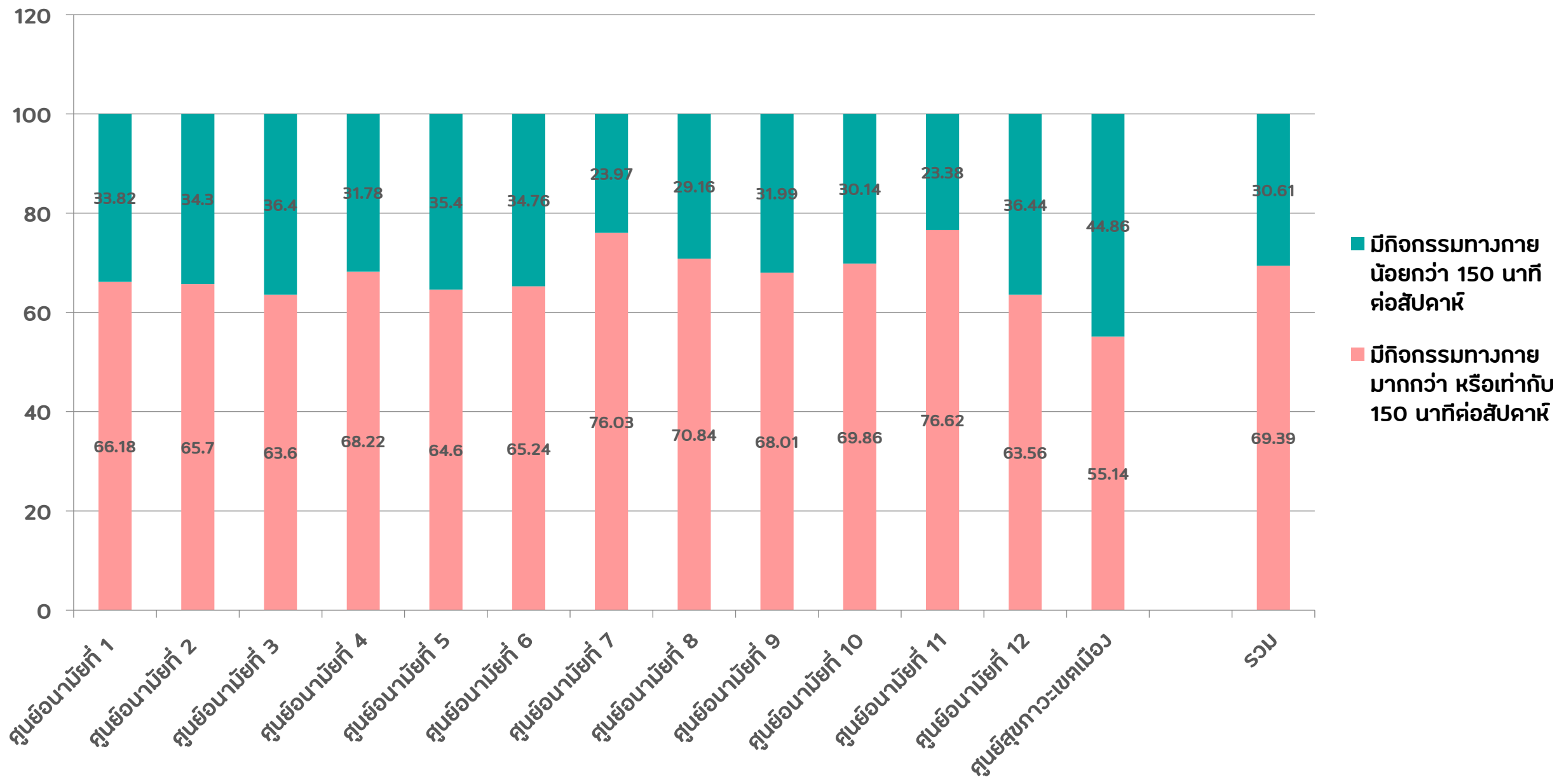
ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปี ที่กินผัก 5 ทักษะ แบ่งตามศูนย์อนามัย

ร้อยละ



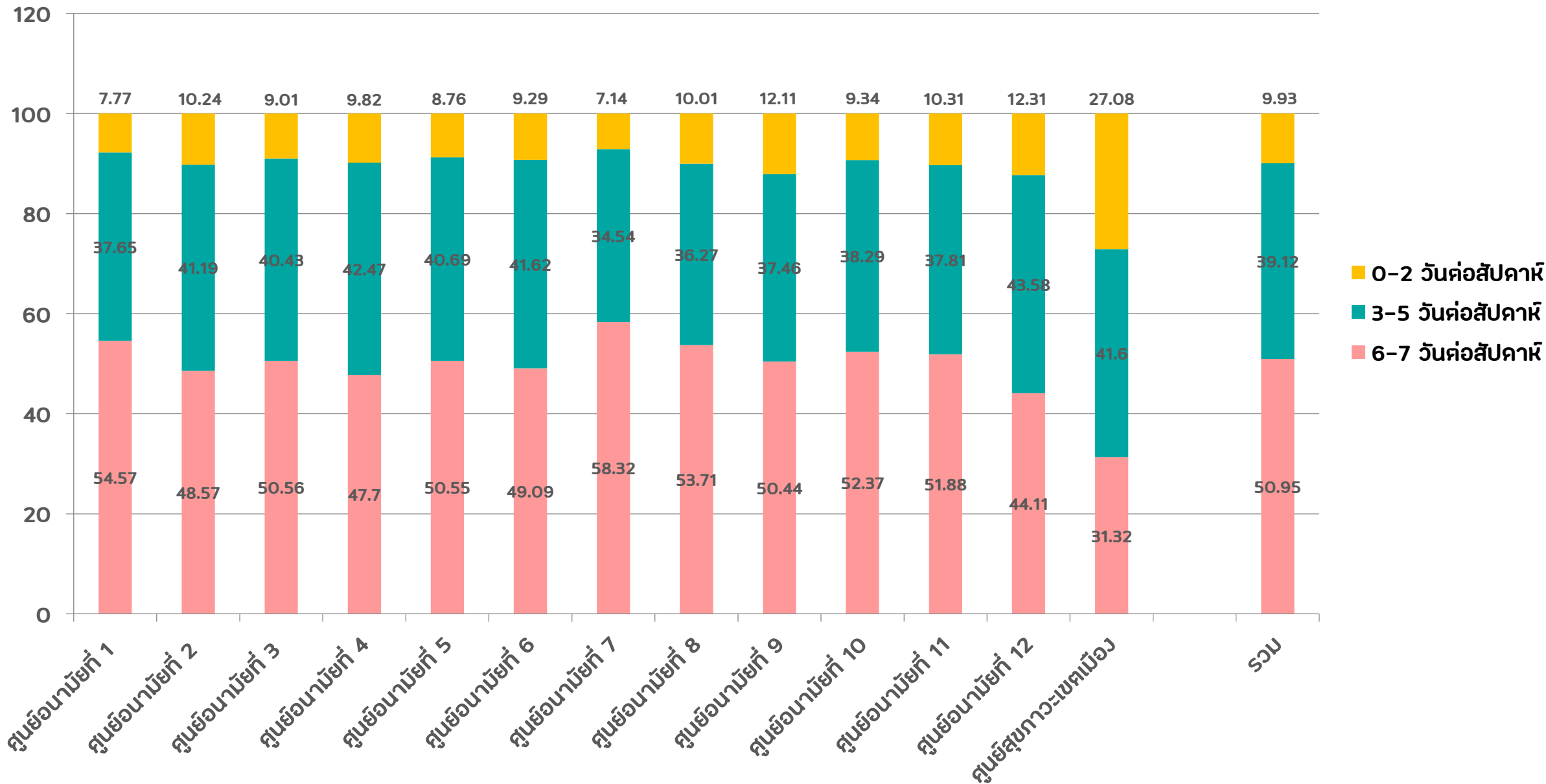
ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปี ที่มีกิจกรรมทางกาย แบ่งตามศูนย์อนามัย

ร้อยละ



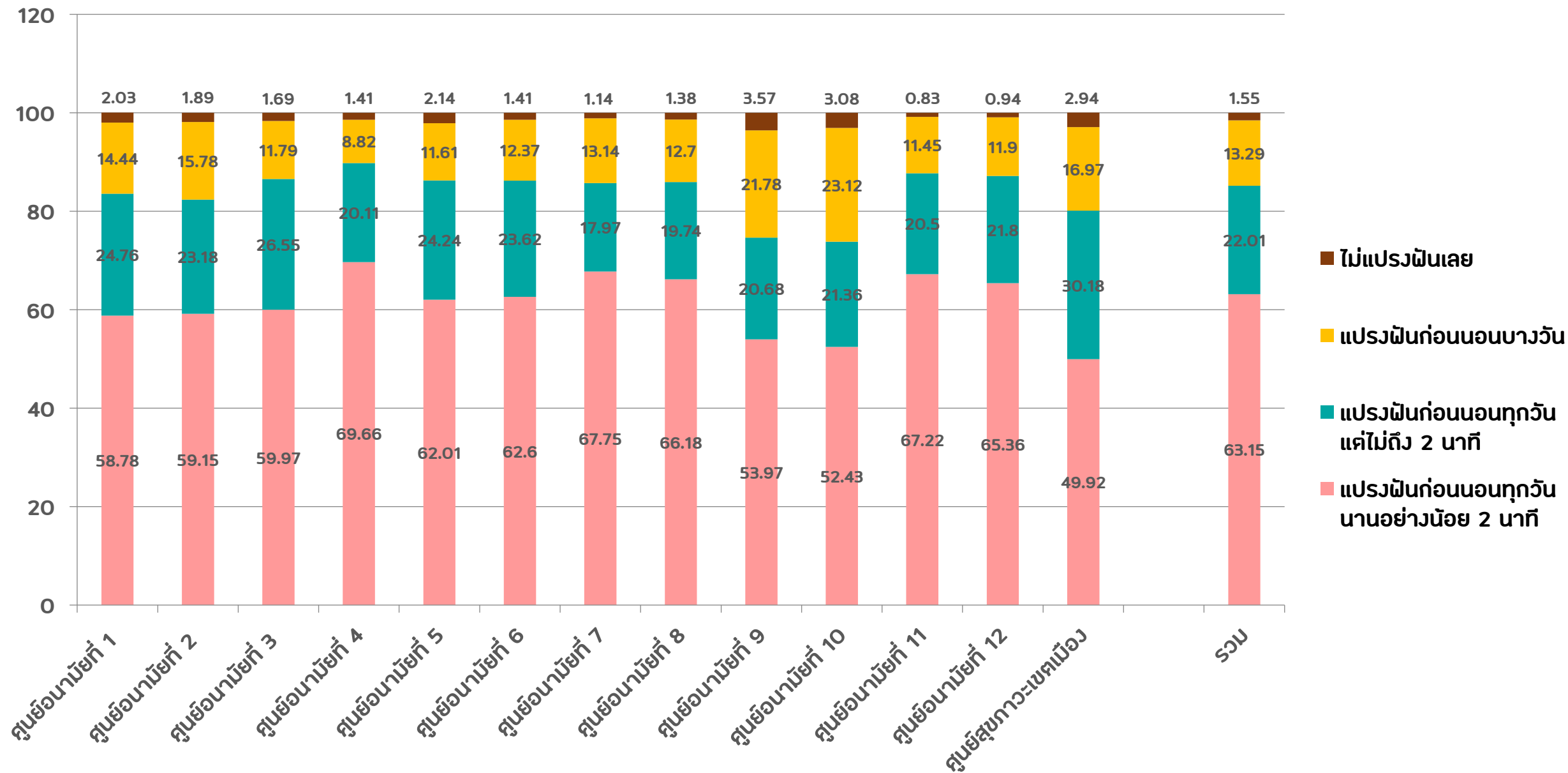
ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปี ที่นอนหลับ 7-9 ชั่วโมงต่อวัน แบ่งตามศูนย์อนามัย

ร้อยละ

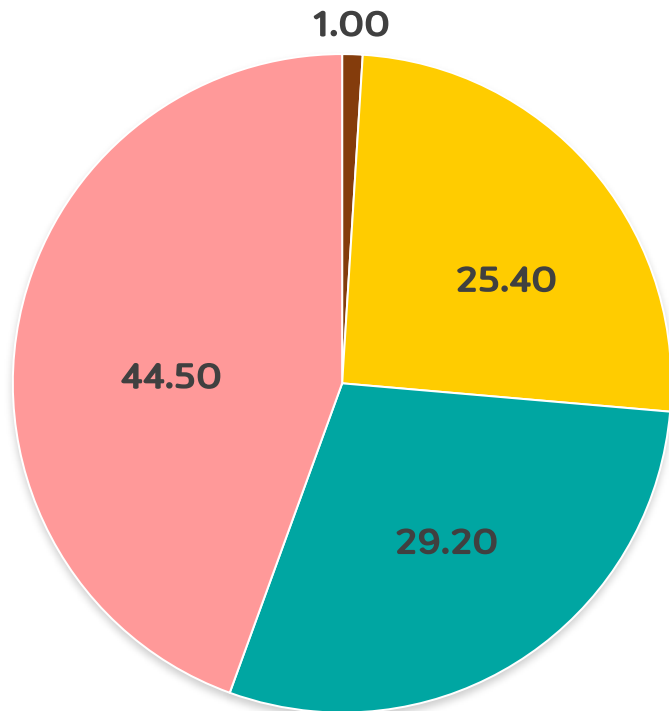


ร้อยละของประชากรวัยทำงานอายุ 15-59 ปี ที่แปรงฟันก่อนนอน รายศูนย์อนามัย

ร้อยละ

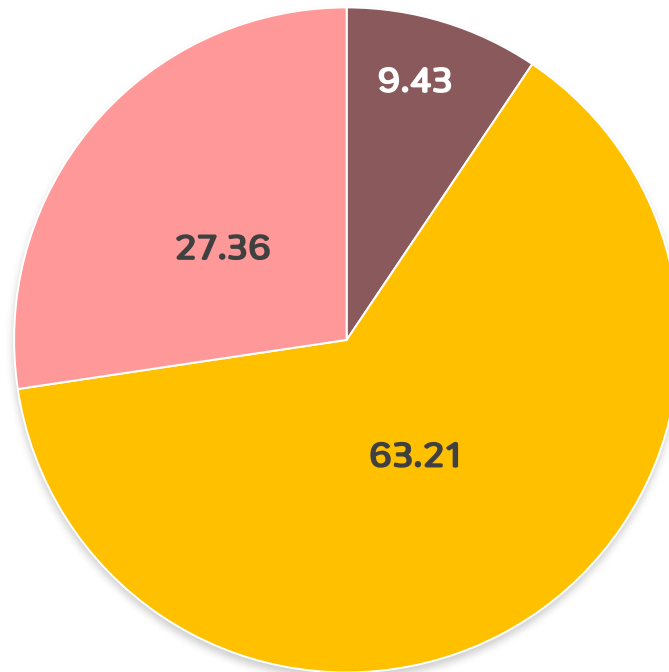


พฤติกรรมการใช้บริโภคของประชากรอายุ 15-59 ปี



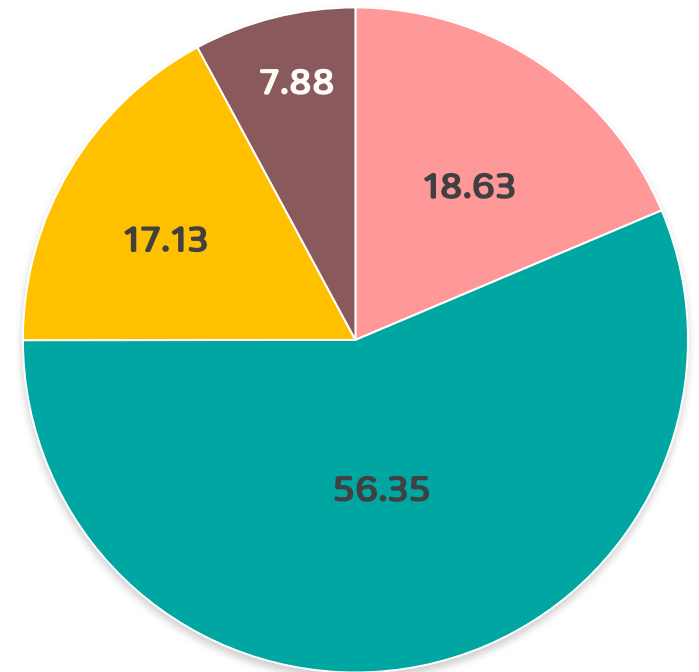
- กินทุกวัน
- กิน 4-6 วันต่อสัปดาห์
- กิน 1-3 วันต่อสัปดาห์
- ไม่กินเลย

ร้อยละของประชากรที่กินผัก 5 ทัพี



- ไม่เติมเลย
- เติมเครื่องปรุงรสเติมบางครั้ง
- เติมเครื่องปรุงรสเติมทุกครั้ง

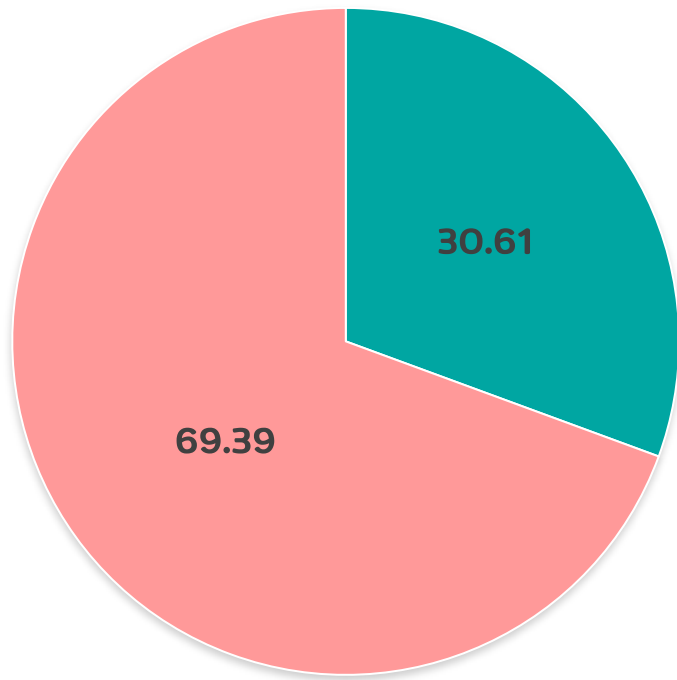
ร้อยละของประชากรที่เติมเครื่องปรุงรสในอาหาร



- ไม่เค็มเลย
- เค็ม 1-3 วันต่อสัปดาห์
- เค็ม 4-6 วันต่อสัปดาห์
- เค็มทุกวัน

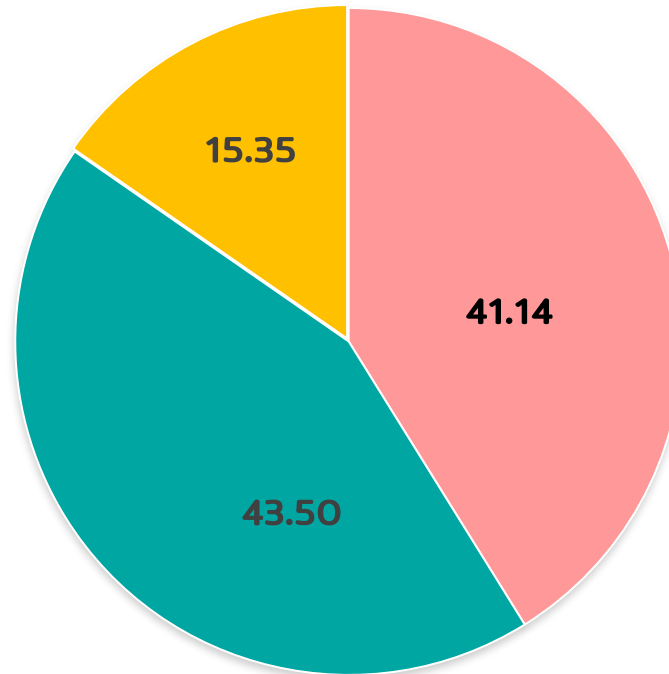
ร้อยละของประชากรที่เค็มเครื่องเค็มรสหวาน

พฤติกรรมการเล่นไหวออกแรงและการนอนของประชากรอายุ 15-59 ปี



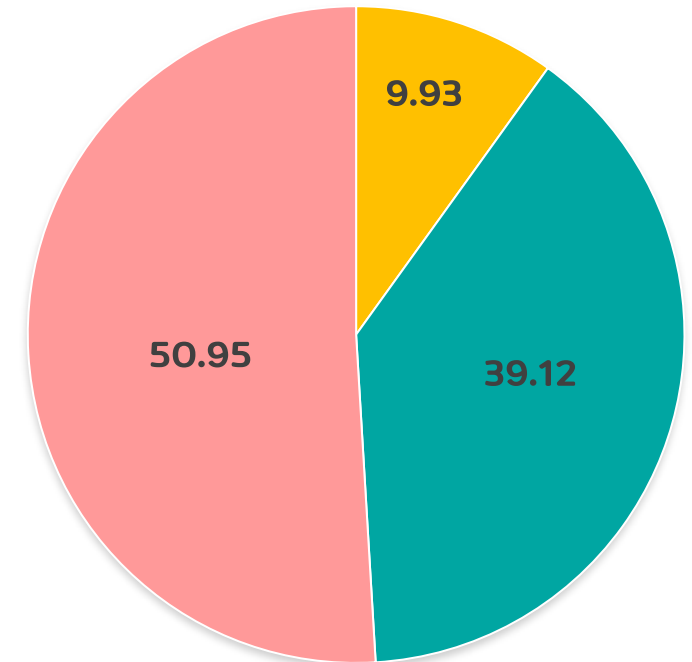
- มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์
- มีกิจกรรมทางกายน้อยกว่า 150 นาทีต่อสัปดาห์

ร้อยละของประชากรที่มีกิจกรรมทางกาย



- ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์

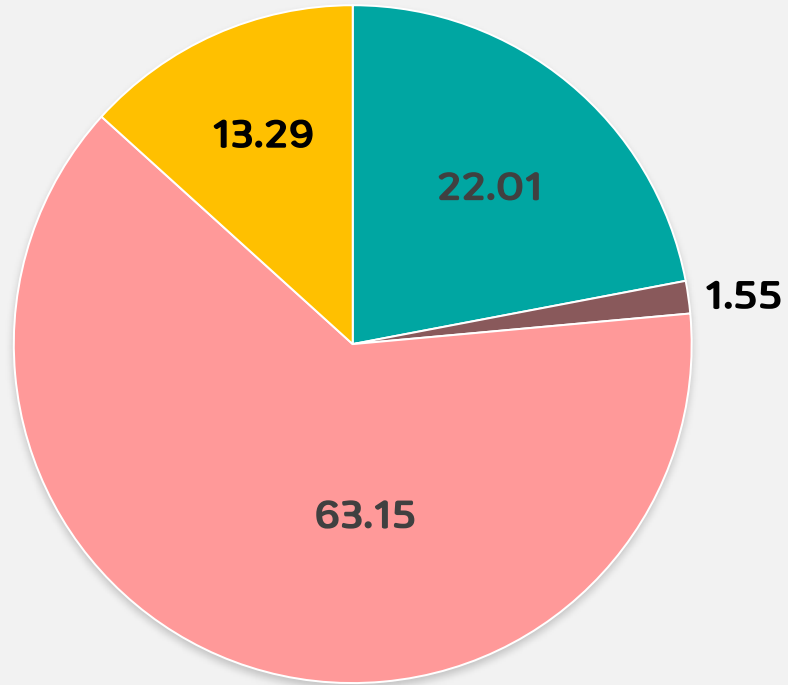
ร้อยละของประชากรที่นั่งหรือเอนกาย
ติดต่อกันนาน 2 ชั่วโมงขึ้นไป



- ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์

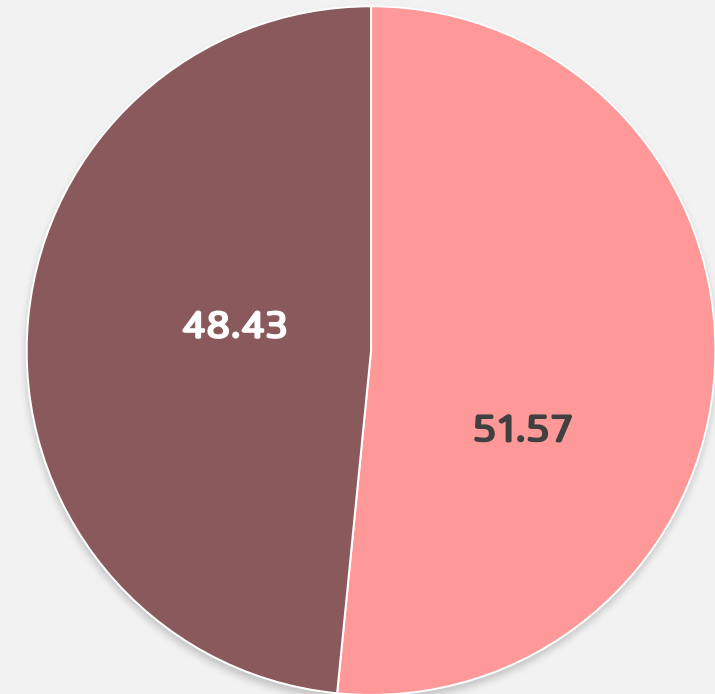
ร้อยละของประชากรที่นอนหลับ 7-9 ชั่วโมง

พฤติกรรมการดูแลช่องปากประชากรอายุ 15-59 ปี



- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานน้อยกว่า 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนบางวัน
- ไม่แปรงฟันก่อนนอนเลย

ร้อยละของประชากรที่แปรงฟันก่อนนอน



- ไปรับบริการ
- ไม่ไปรับบริการ

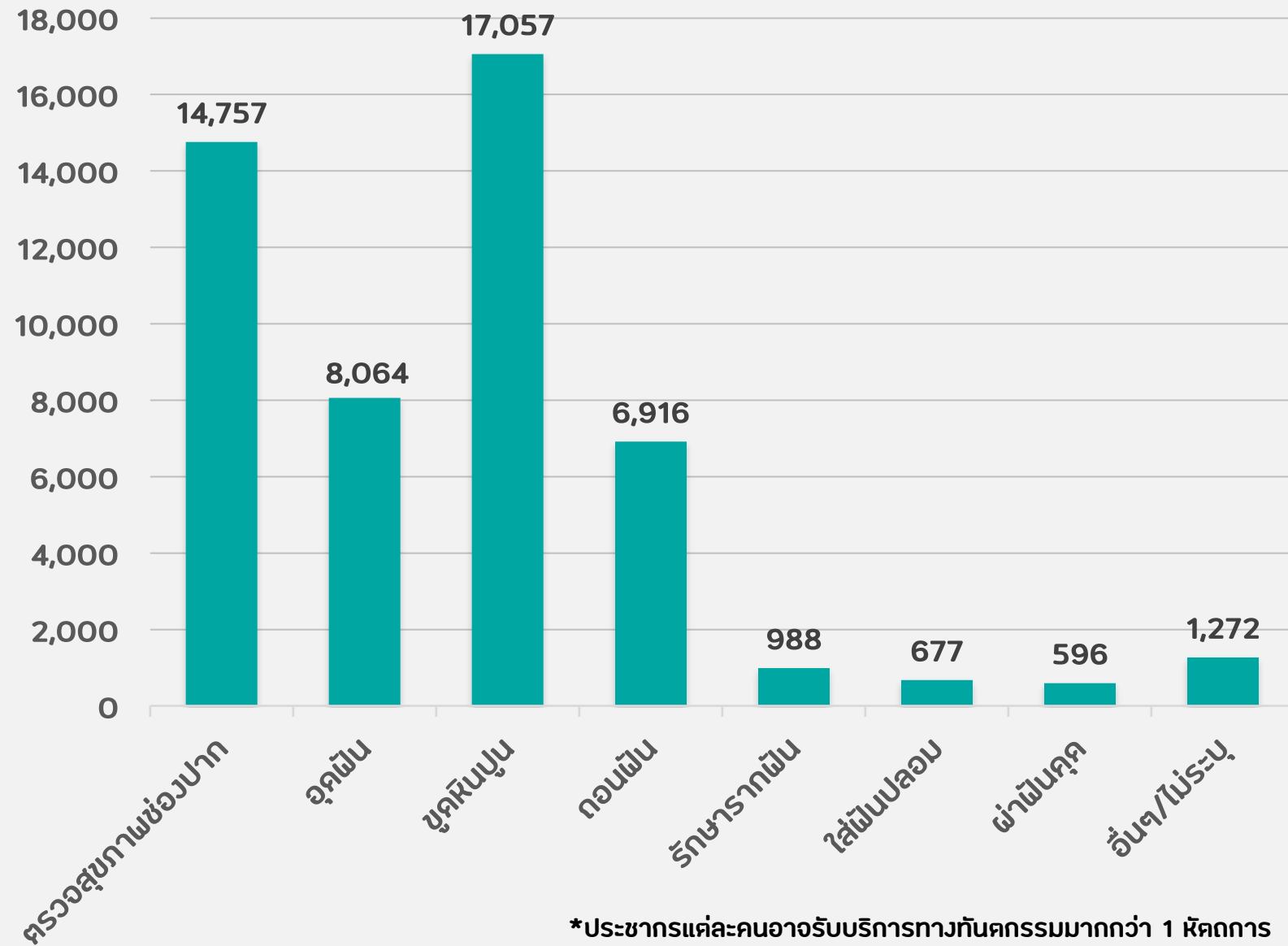
ร้อยละของประชากรที่ไปรับบริการทางทันตกรรมในปีที่ผ่านมา



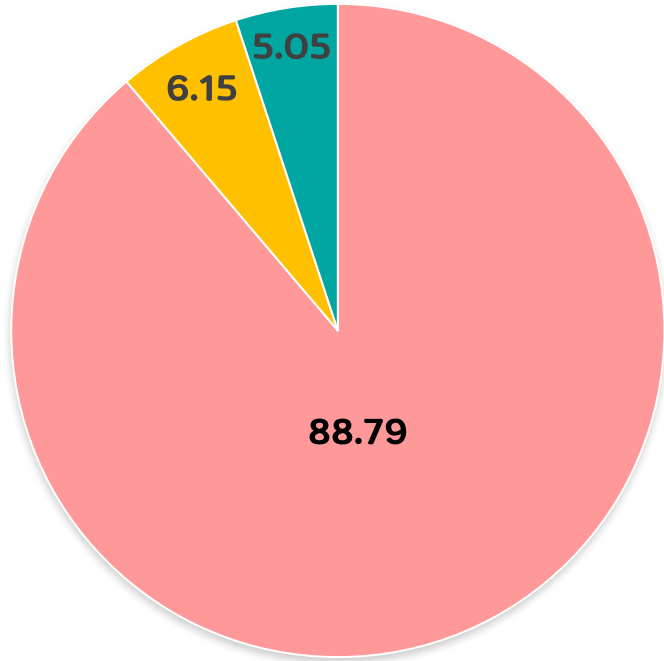
ประชากรวัยทำงาน
ไปรับบริการทางทันตกรรมในปีที่ผ่านมา
ร้อยละ 51.57



จำนวนการรับบริการทางทันตกรรม แยกตามชนิดหัตถการ (คน)

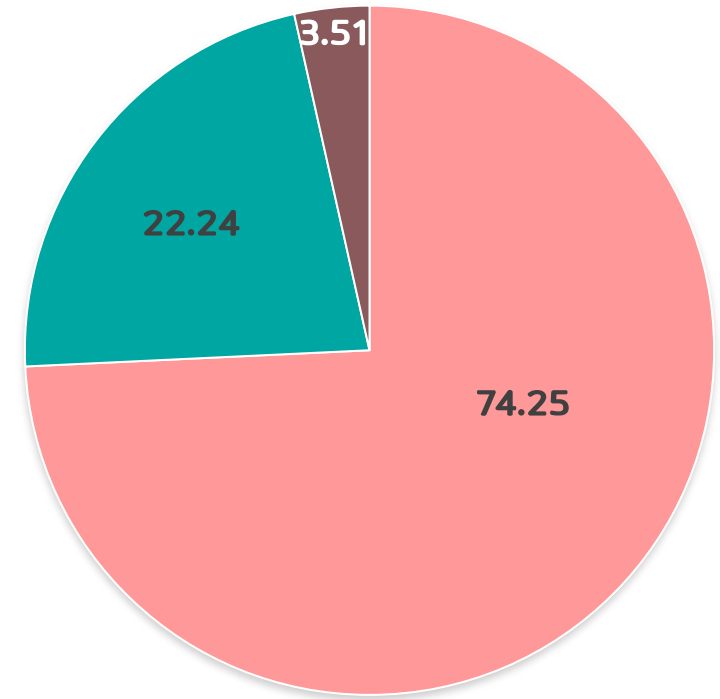


พฤติกรรมเสี่ยงการเกิดโรคเริมของประชากรอายุ 15-59 ปี



- ไม่สุข
- สุขมวนแรกหลัง 1 ชั่วโมงขึ้นไปหลังตื่นนอน
- สุขมวนแรกในช่วง 30 นาทีถึง 1 ชั่วโมงหลังตื่นนอน

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่สุขบุหรี่

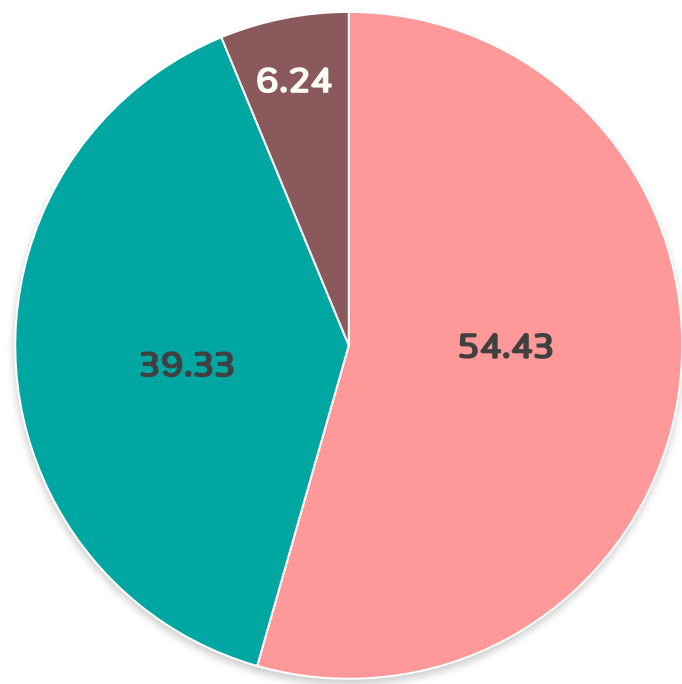


- ไม่เคยเลย
- เดือนละ 1-4 ครั้ง
- ทุกวันหรือเกือบทุกวัน

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับอันตราย*

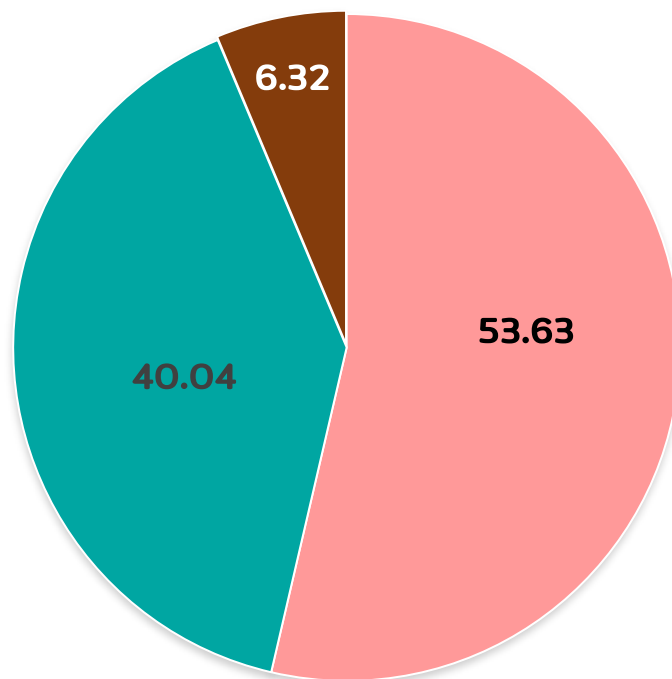
*หมายถึง ดื่มเบียร์มากกว่า 4 กระป๋อง หรือสุราเกินครึ่งแบนขึ้นไป

ปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพประชากรอายุ 15-59 ปี



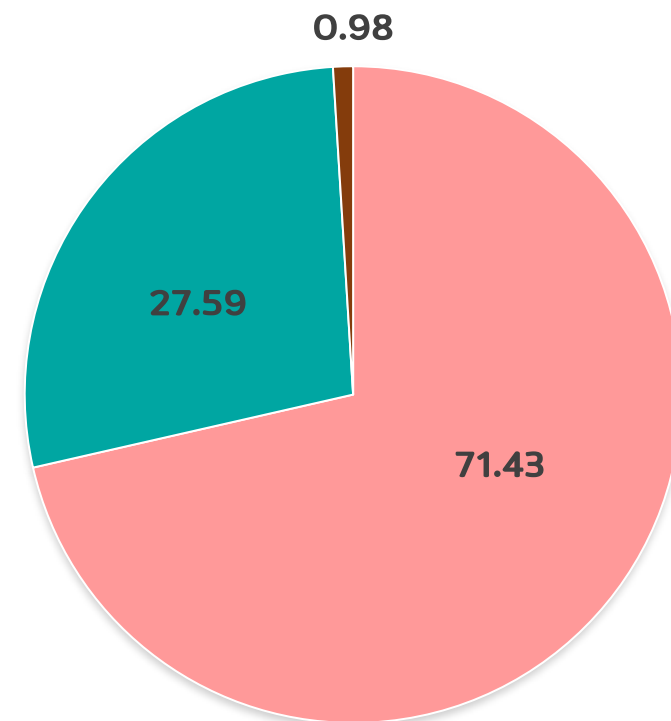
■ ทุกครั้ง ■ บางครั้ง ■ ไม่เคยเลย

ร้อยละของประชากรที่สวมหน้ากากป้องกัน
ก่อนออกจากบ้าน ในพื้นที่ที่มีค่ามลพิษอากาศ
เกินมาตรฐาน หรือมีฝุ่นละอองมาก



■ มีการคัดแยกขยะทุกครั้ง
■ มีการคัดแยกขยะบางครั้ง
■ ไม่มีการคัดแยกขยะ

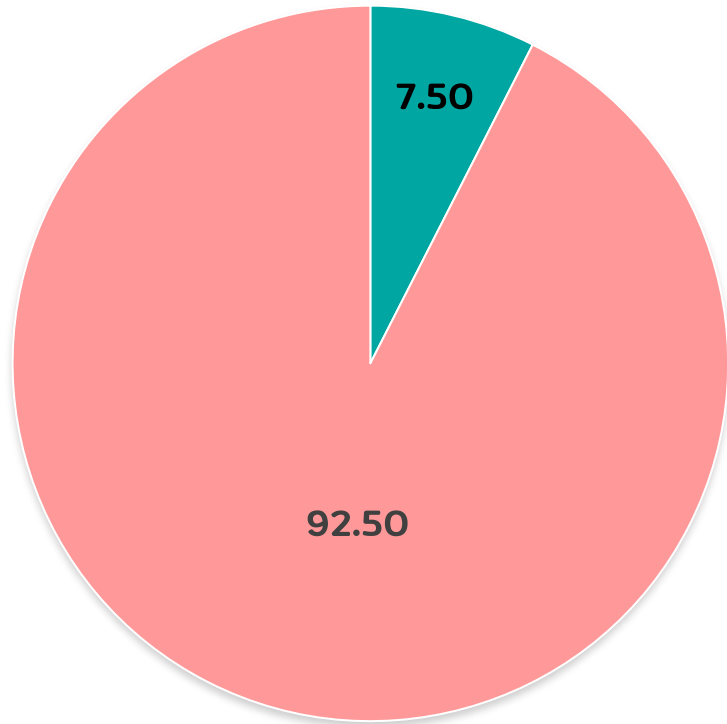
ร้อยละของประชากรที่มีการคัดแยกขยะ
ก่อนทิ้งลงถัง



■ ล้างด้วยสบู่และน้ำทุกครั้ง
■ ล้างด้วยสบู่และน้ำบางครั้ง
■ ไม่ล้างเลย

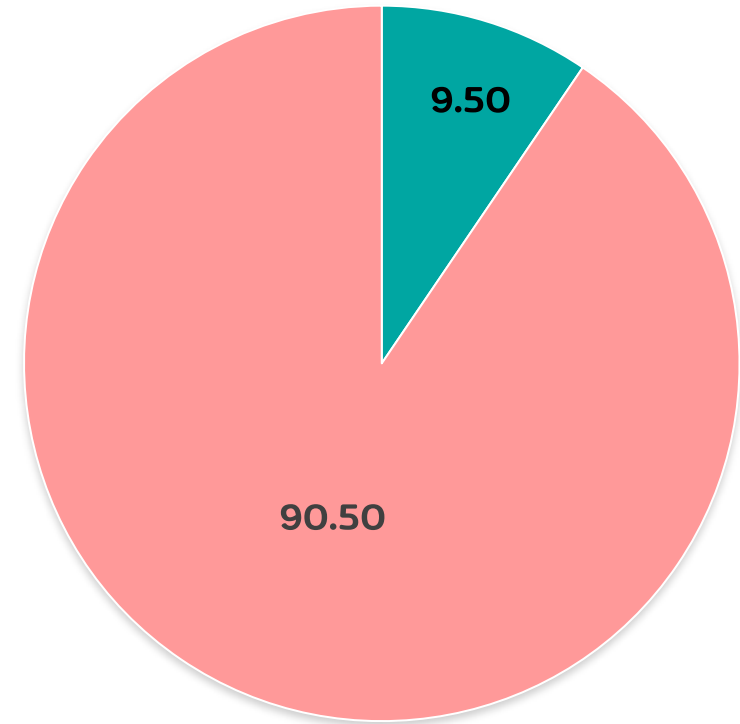
ร้อยละของประชากรที่มีการล้างมือ
หลังการใช้ส้วม

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปี ที่มีภาวะซึมเศร้า



ไม่มี มี

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่รู้สึกหงุดหงิดหรือก่อเหตุสับสนใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้



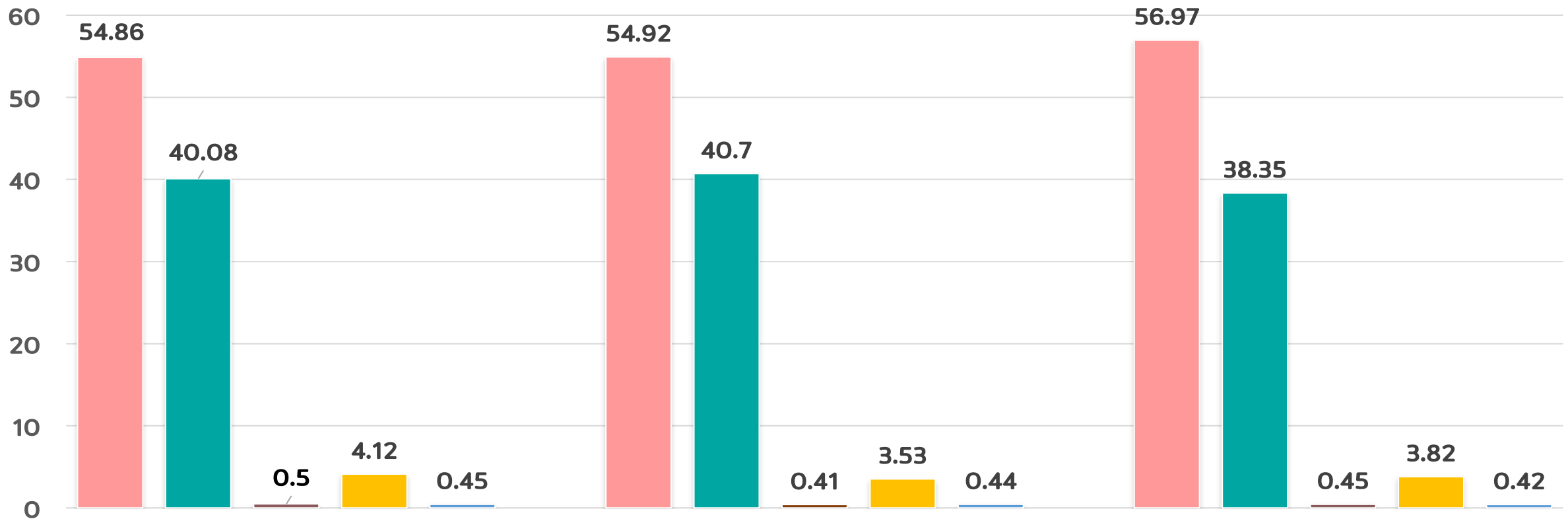
ไม่มี มี

ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปีที่รู้สึกเบื่อทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลินใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้

ความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชากรอายุ 15-59 ปี

ร้อยละ

ง่าย ง่ายมาก ทำไม่ได้เลย ยาก ยากมาก



ร้อยละของประชากรที่สามารถค้นหา
ข้อมูลที่ทำให้สุขภาพแข็งแรง

ร้อยละของประชากรที่เข้าใจคำเตือน
เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพระดับต่างๆ

ร้อยละของประชากรที่สามารถ
ชั่งตามข้อมูลเกี่ยวกับการทำให้
สุขภาพแข็งแรงจากอาสาสมัคร

ร้อยละของวัยทำงานอายุ 15-59 ปี ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

พฤติกรรมที่พึงประสงค์ ได้แก่

- กินผักวันละ 5 ทักขี ตั้งแต่ 4 วันขึ้นไปต่อสัปดาห์
- มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์
- นอน 7-9 ชั่วโมงต่อวัน ตั้งแต่ 3 วันขึ้นไปต่อสัปดาห์
- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที

ผลการวิเคราะห์ (ร้อยละ)

35.25

แบ่งตามช่วงอายุ



อายุ 15-29 ปี
ร้อยละ 30.04



อายุ 30-44 ปี
ร้อยละ 35.87



อายุ 45-59 ปี
ร้อยละ 37.72

แบ่งตามเพศ



เพศหญิง
ร้อยละ 36.62

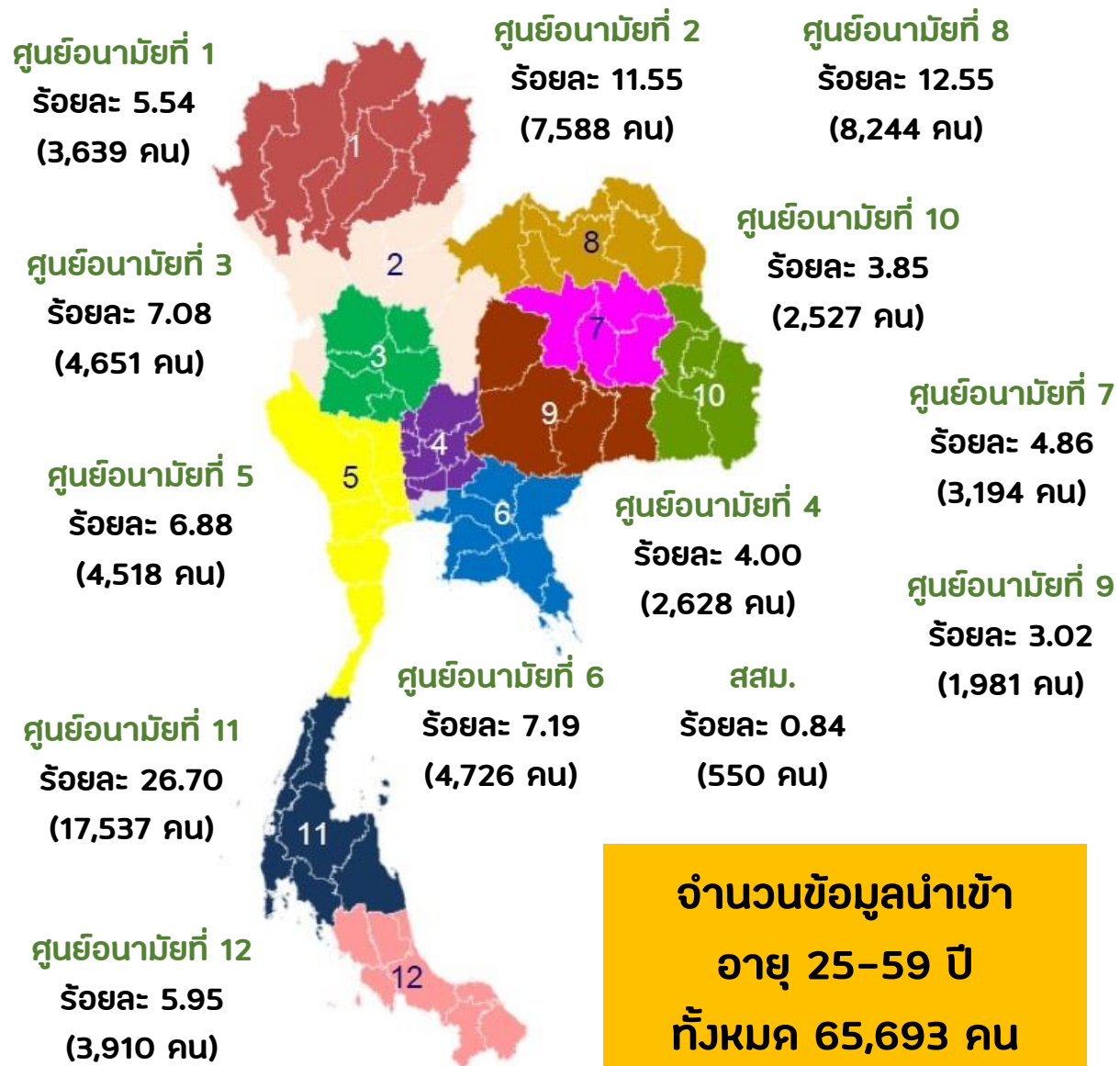


เพศชาย
ร้อยละ 32.75

ผลการวิเคราะห์
พฤติกรรมสุขภาพ
ความรู้
และปัจจัยแวดล้อม
ที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน
ปีงบประมาณ 2563
(อายุ 25-59 ปี)



จำนวนข้อมูลนำเข้าอายุ 25-59 ปี รายเขตสุขภาพ

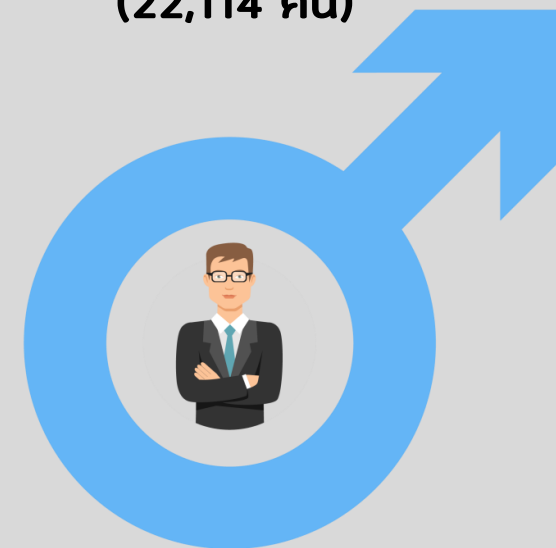


ร้อยละของประชากรวัยทำงาน แบ่งตามเพศ



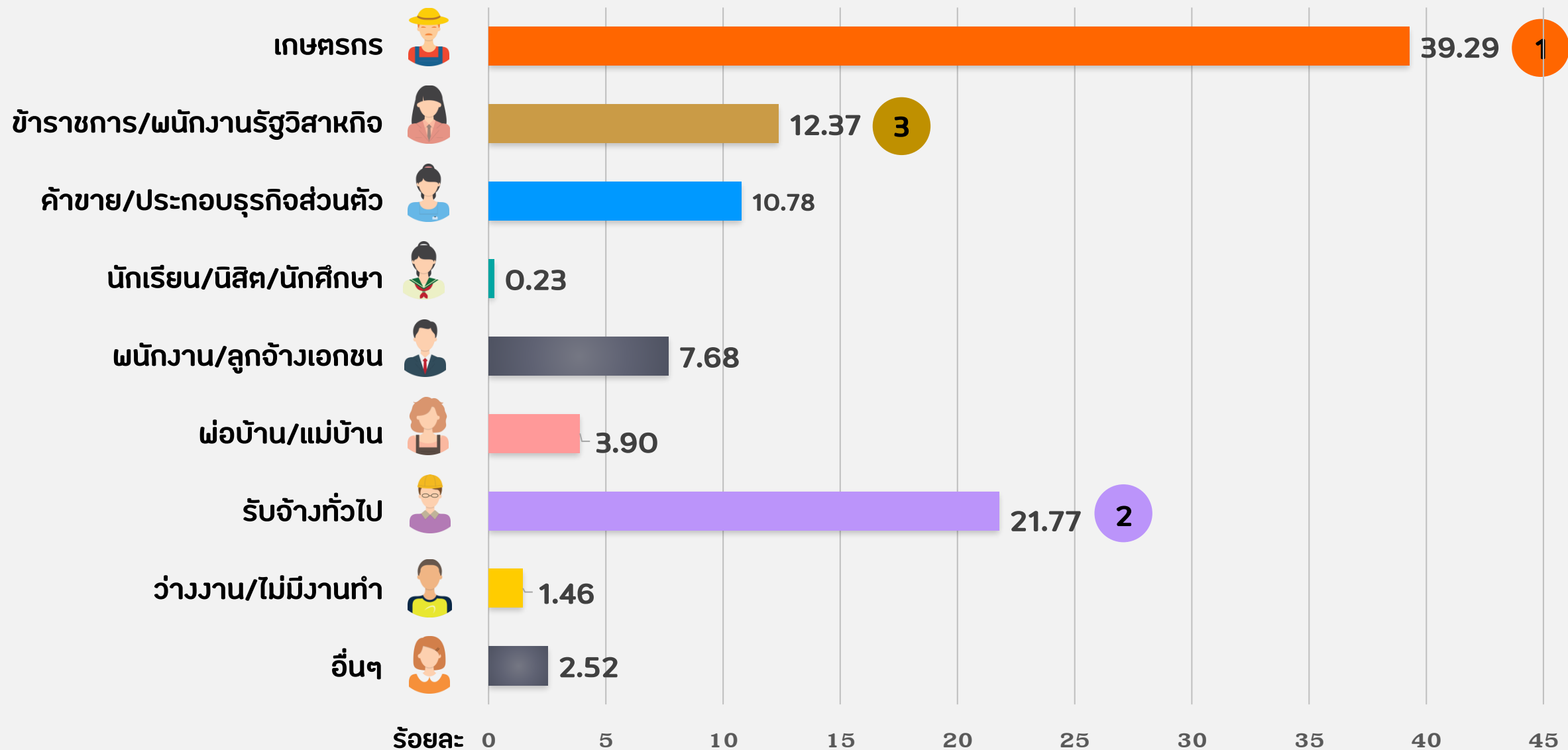
ร้อยละ 33.66
(22,114 คน)

ร้อยละ 66.21
(43,495 คน)

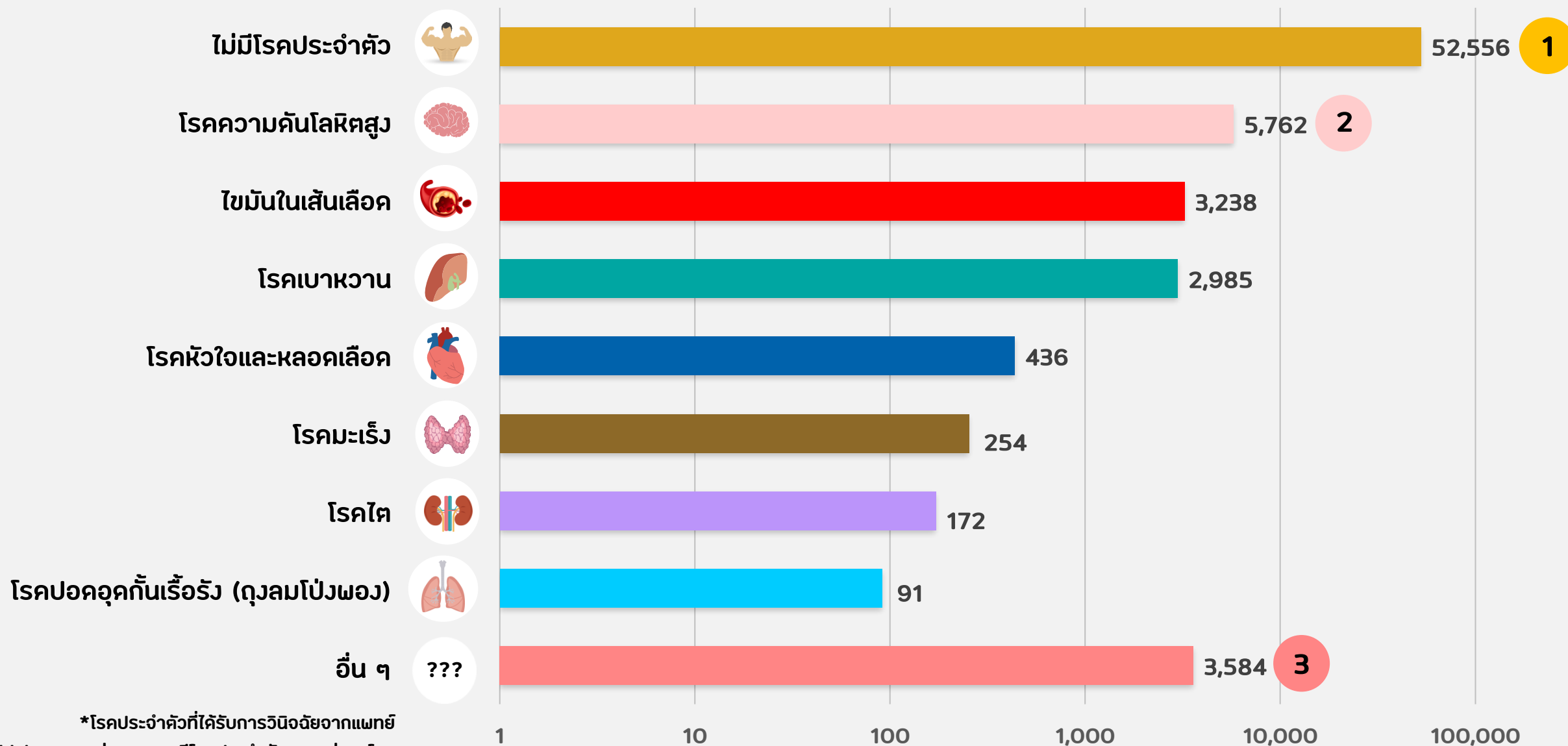


ไม่ระบุเพศ
ร้อยละ 0.13 (84 คน)

ร้อยละของประชากรวัยทำงานอายุ 25-59 ปี แบ่งตามอาชีพ



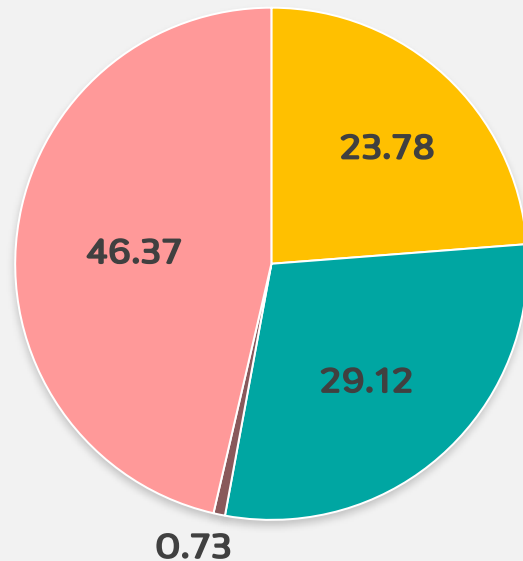
จำนวนประชากรวัยทำงานอายุ 25-59 ปีที่มีโรคประจำตัว* (คน)



*โรคประจำตัวที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์

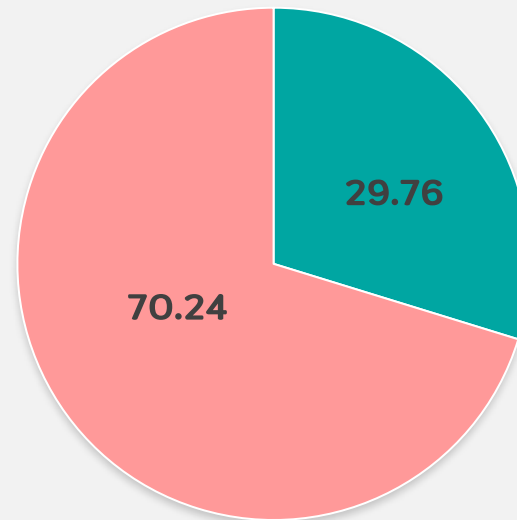
**ประชากรแต่ละคนอาจมีโรคประจำตัวมากกว่า 1 โรค

- กินทุกวัน
- กิน 4-6 วันต่อสัปดาห์
- กิน 1-3 วันต่อสัปดาห์
- ไม่กินเลย



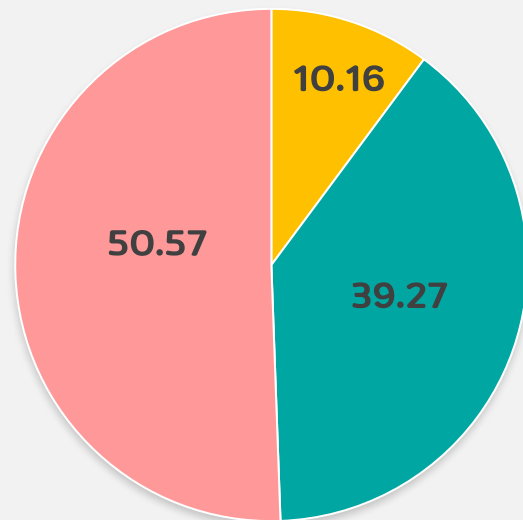
ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่กินผัก 5 ทัปดาห์

- มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์
- มีกิจกรรมทางกายน้อยกว่า 150 นาทีต่อสัปดาห์



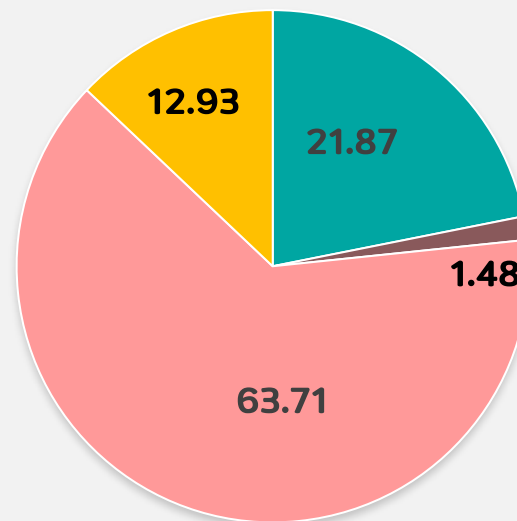
ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่มีกิจกรรมทางกาย

- ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์



ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่นอน 7-9 ชั่วโมงต่อวัน

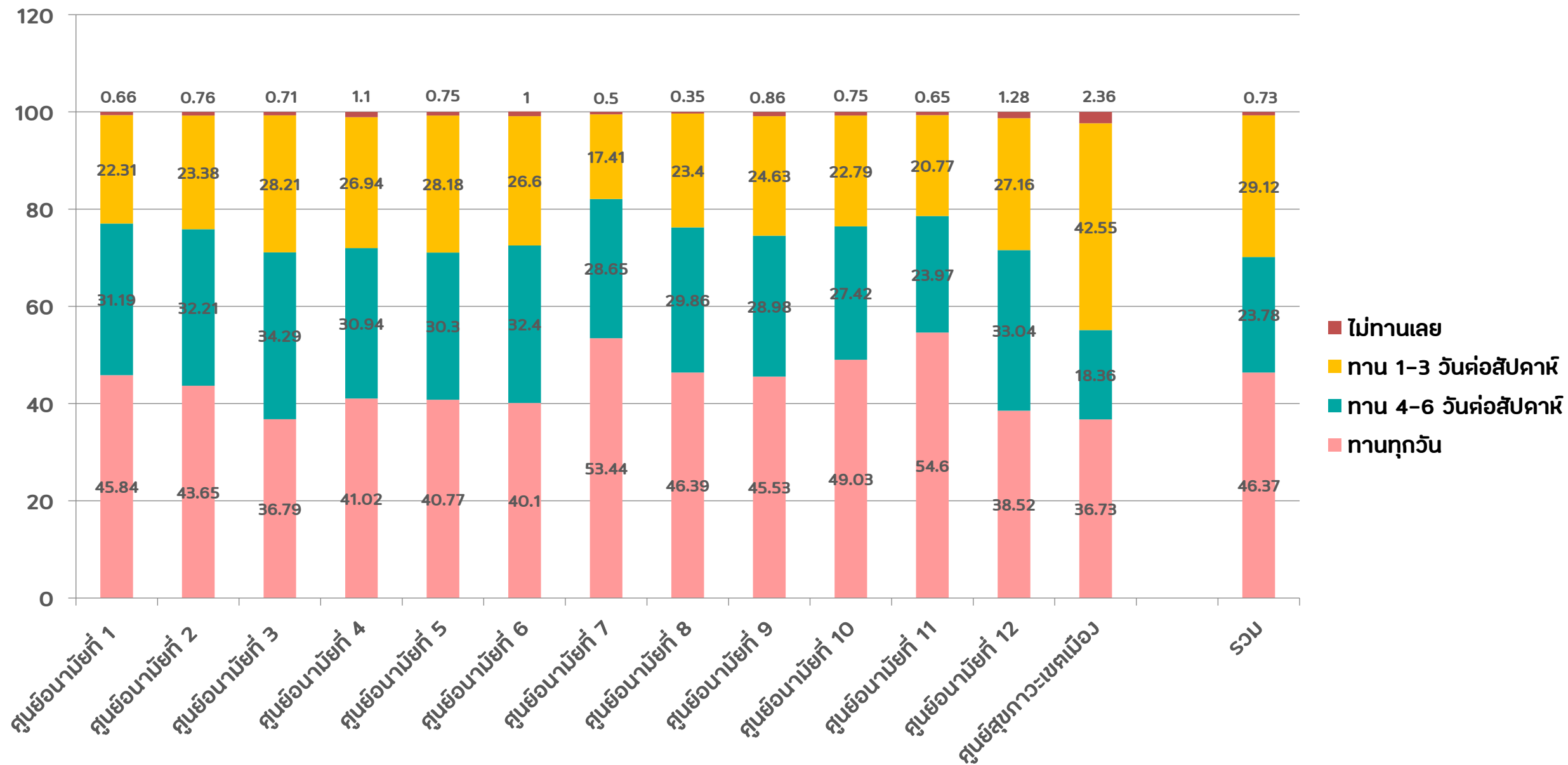
- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานน้อยกว่า 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนบางวัน
- ไม่แปรงฟันก่อนนอนเลย



ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่แปรงฟันก่อนนอน

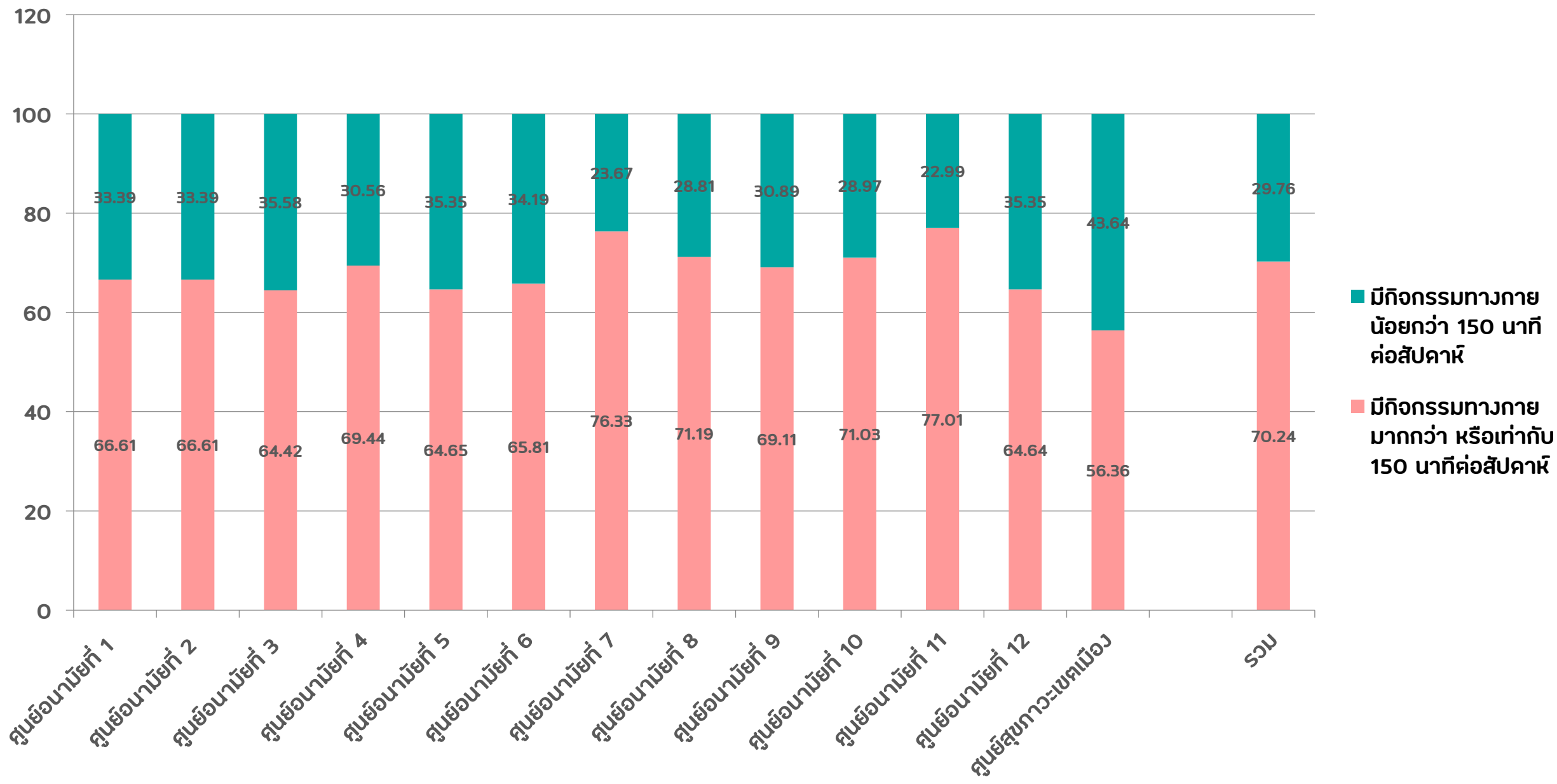
ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่กินผัก 5 ทัปดาห์ แบ่งตามศูนย์อนามัย

ร้อยละ



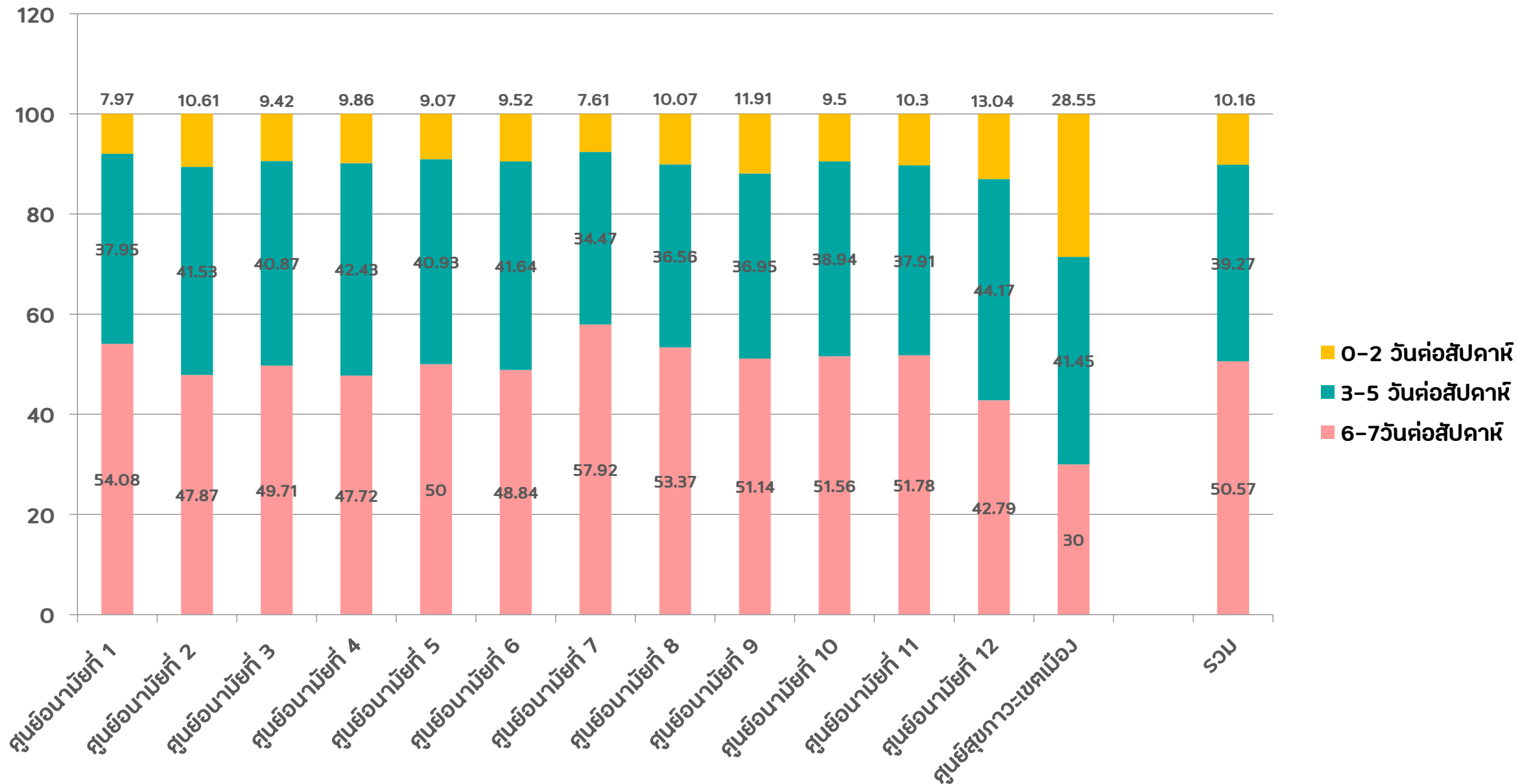
ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่มีกิจกรรมทางกาย แบ่งตามศูนย์อนามัย

ร้อยละ



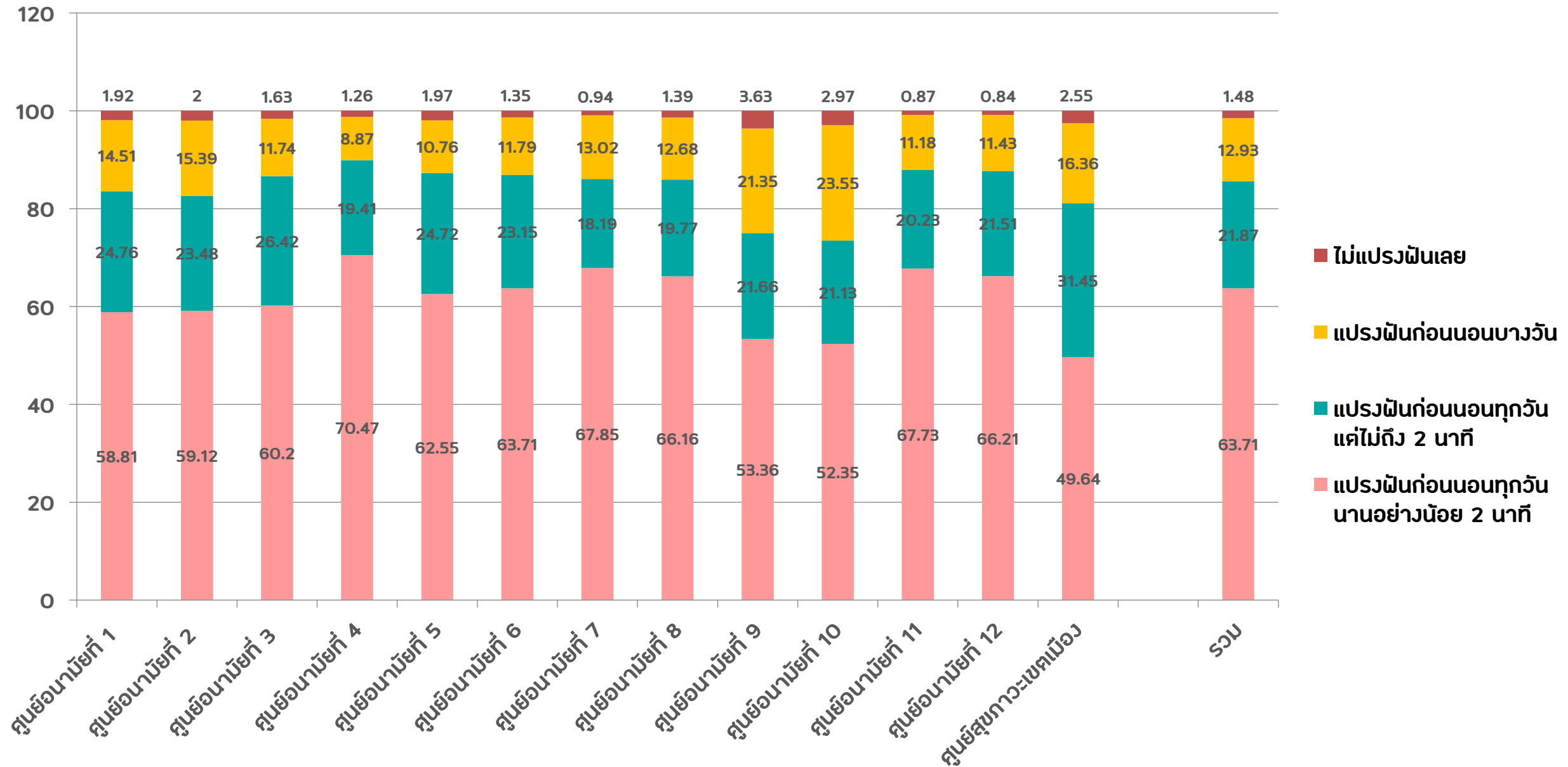
ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่นอนหลับ 7-9 ชั่วโมงต่อวัน แบ่งตามศูนย์อนามัย

ร้อยละ

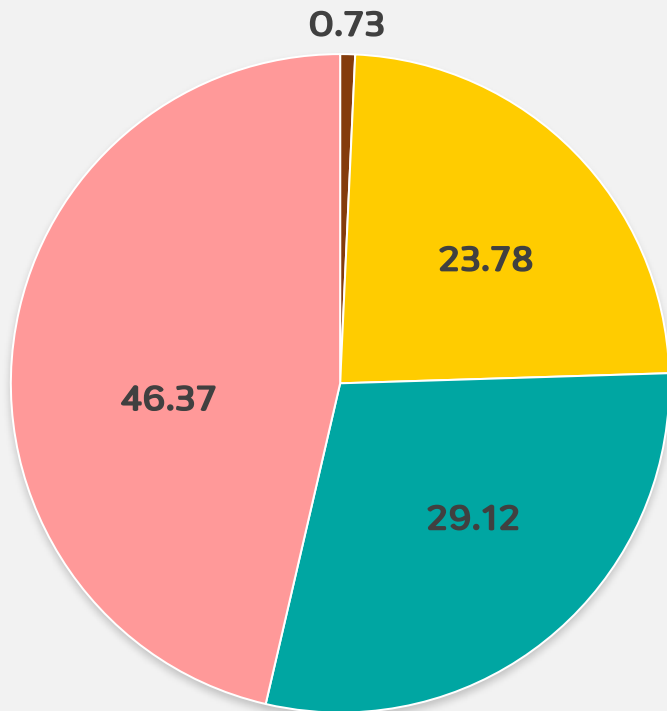


ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่แปรงฟันก่อนนอน แบ่งตามศูนย์อนามัย

ร้อยละ

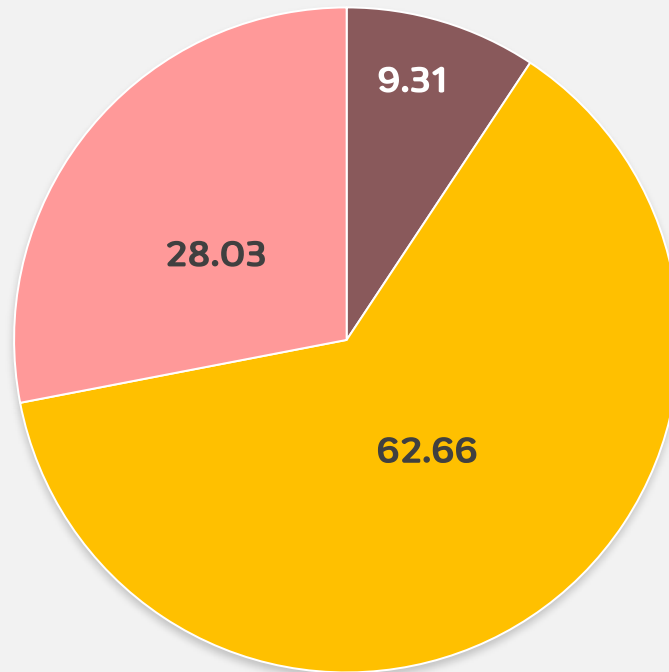


พฤติกรรมบริโภคของประชากรอายุ 25-59 ปี



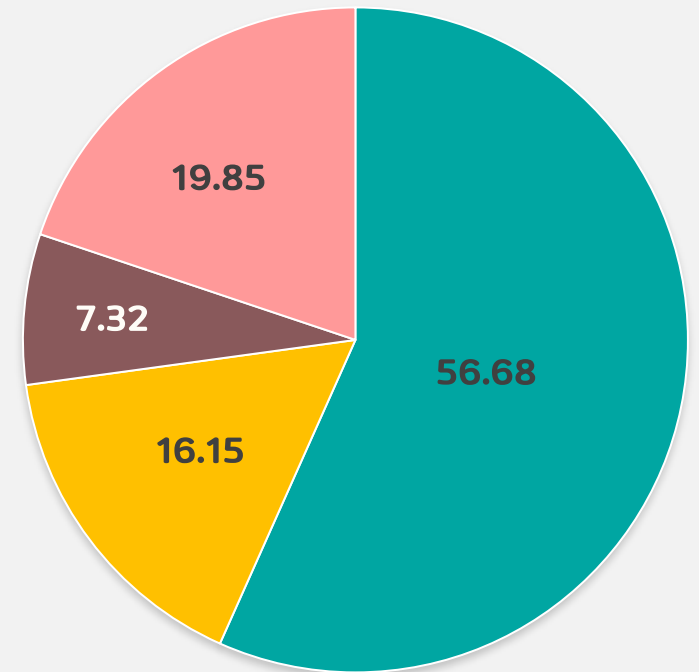
- กินทุกวัน
- กิน 4-6 วันต่อสัปดาห์
- กิน 1-3 วันต่อสัปดาห์
- ไม่กินเลย

ร้อยละของประชากรที่กินผัก 5 ทัวพี



- ไม่เติมเลย
- เติมเครื่องปรุงรสเค็มบางครั้ง
- เติมเครื่องปรุงรสเค็มทุกครั้ง

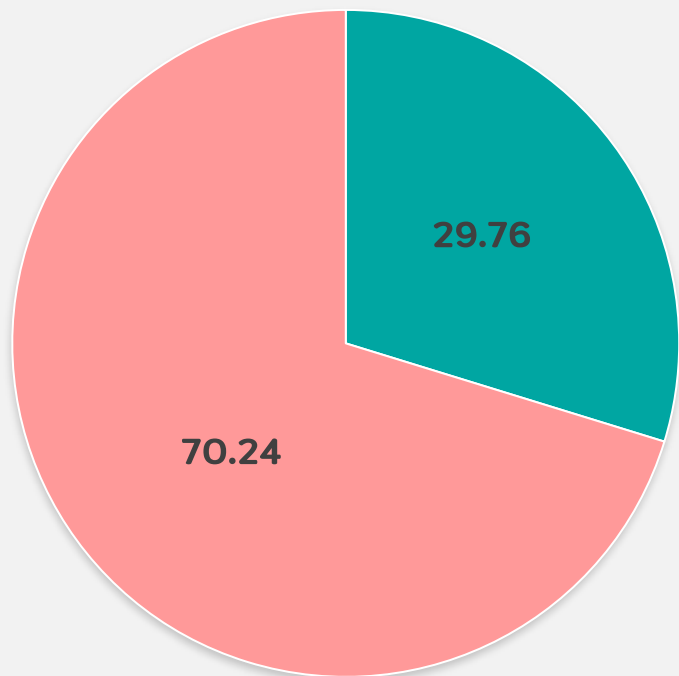
ร้อยละของประชากรที่เติม
เครื่องปรุงรสเค็มในอาหาร



- ไม่ดื่มเลย
- ดื่ม 1-3 วันต่อสัปดาห์
- ดื่ม 4-6 วันต่อสัปดาห์
- ดื่มทุกวัน

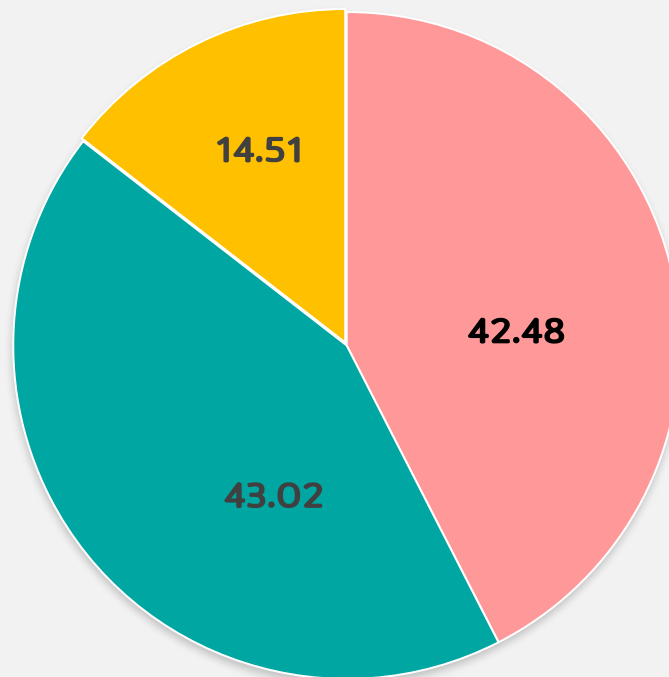
ร้อยละของประชากรที่ดื่มเครื่องดื่มรสหวาน

พฤติกรรมการเล่นไหวออกแรงและการนอนของประชากรอายุ 25-59 ปี



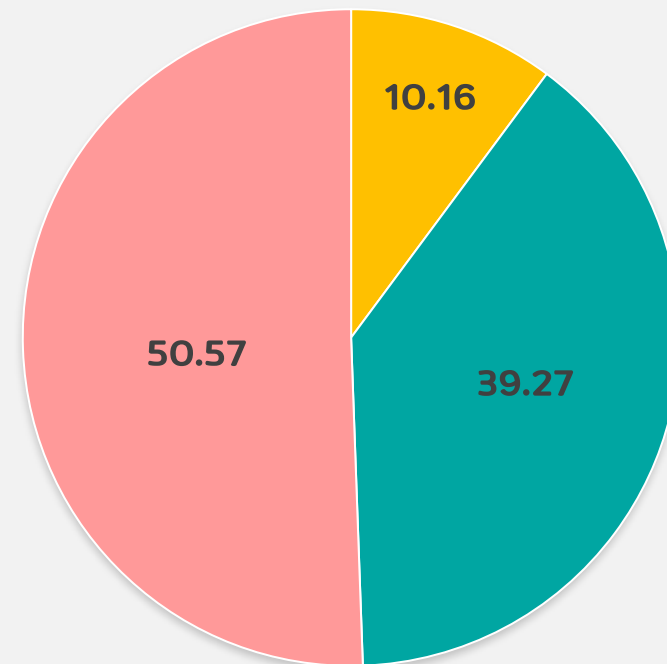
- มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์
- มีกิจกรรมทางกายน้อยกว่า 150 นาทีต่อสัปดาห์

ร้อยละของประชากรที่มีกิจกรรมทางกาย



- ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์

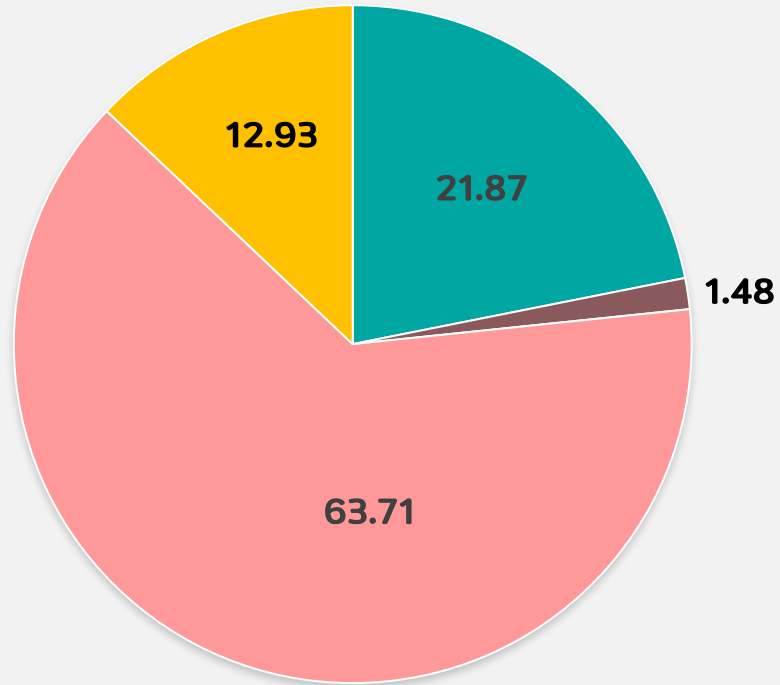
ร้อยละของประชากรที่นั่งหรือเอนกาย
ติดต่อกันนาน 2 ชั่วโมงขึ้นไป



- ประมาณ 6-7 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
- ประมาณ 0-2 วันต่อสัปดาห์

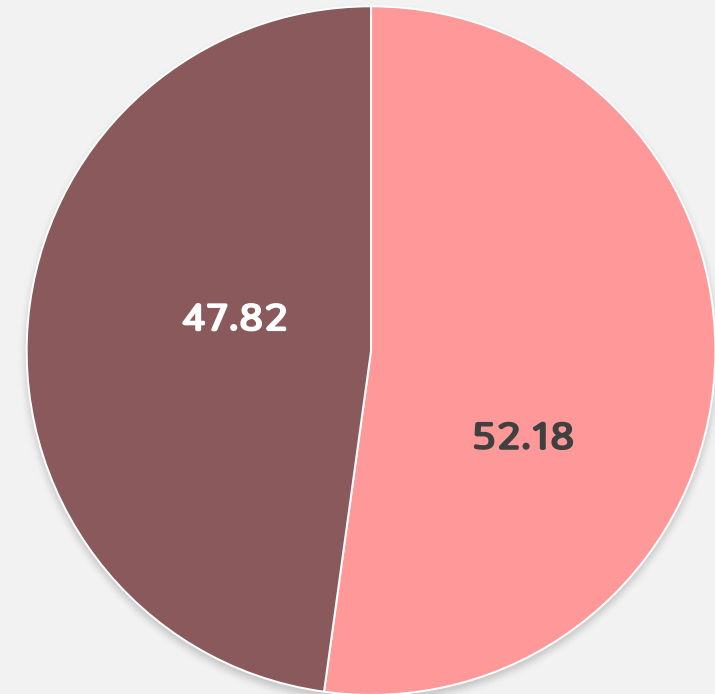
ร้อยละของประชากรที่นอนหลับ 7-9 ชั่วโมง

พฤติกรรมการดูแลช่องปากประชากรอายุ 25-59 ปี



- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานน้อยกว่า 2 นาที
- แปรงฟันก่อนนอนบางวัน
- ไม่แปรงฟันก่อนนอนเลย

ร้อยละของประชากรที่แปรงฟันก่อนนอน



- ไปรับบริการ
- ไม่ไปรับบริการ

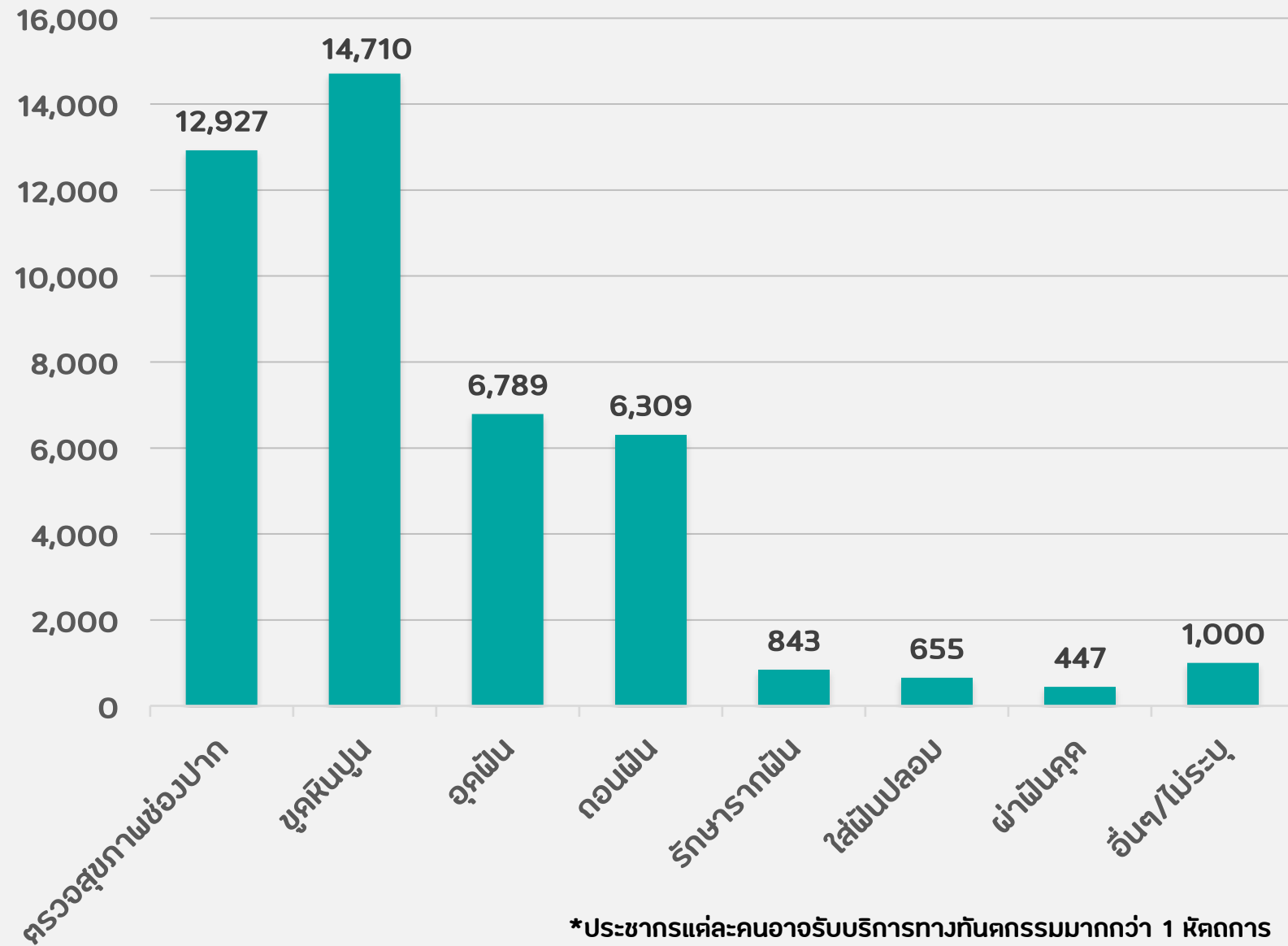
ร้อยละของประชากรที่ไปรับบริการทางทันตกรรม
ในปีที่ผ่านมา



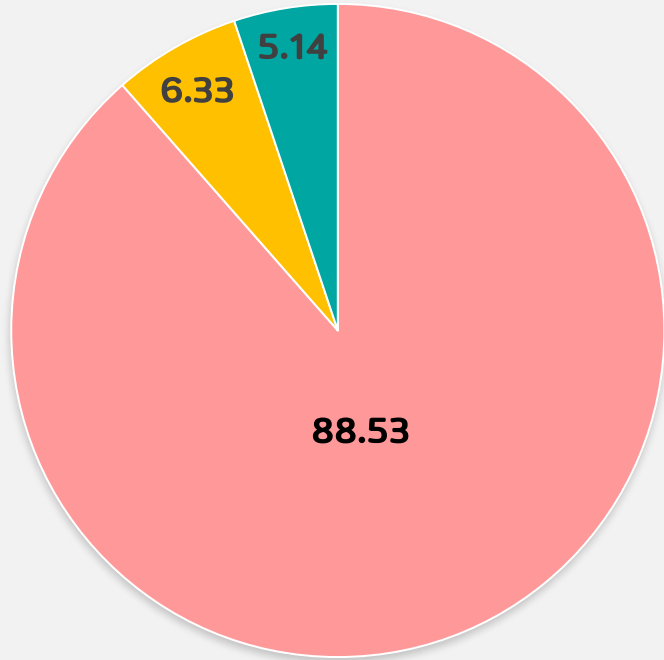
ประชากรวัยทำงาน
ไปรับบริการทางทันตกรรมในปีที่ผ่านมา
ร้อยละ 52.18



จำนวนการรับบริการทางทันตกรรม แยกตามชนิดหัตถการ (คน)

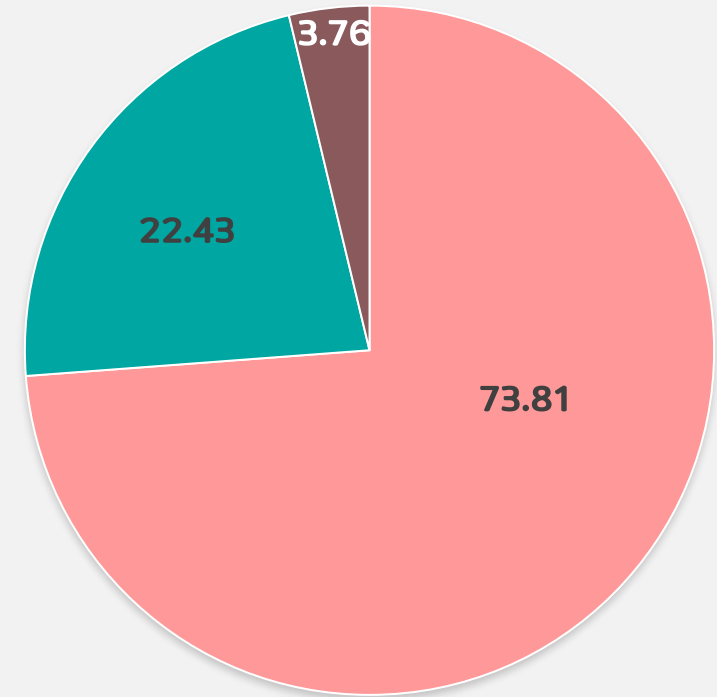


พฤติกรรมเสี่ยงการเกิดโรคมะเร็งของประชากรอายุ 25-59 ปี



- ไม่สูบ
- สูบบุหรี่ครั้งแรกหลัง 1 ชั่วโมงขึ้นไปหลังตื่นนอน
- สูบบุหรี่ครั้งแรกในช่วง 30 นาทีถึง 1 ชั่วโมงหลังตื่นนอน

ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่สูบบุหรี่

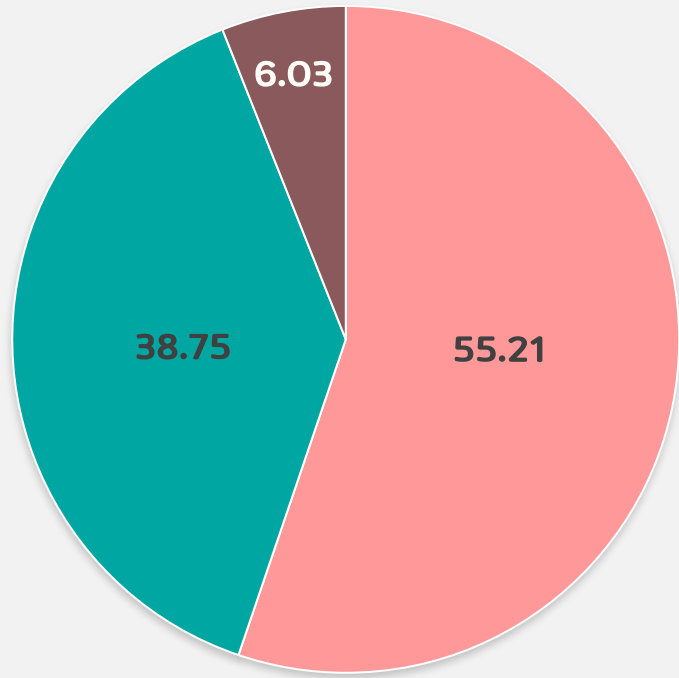


- ไม่เคยเลย
- เดือนละ 1-4 ครั้ง
- ทุกวันหรือเกือบทุกวัน

ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับอันตราย*

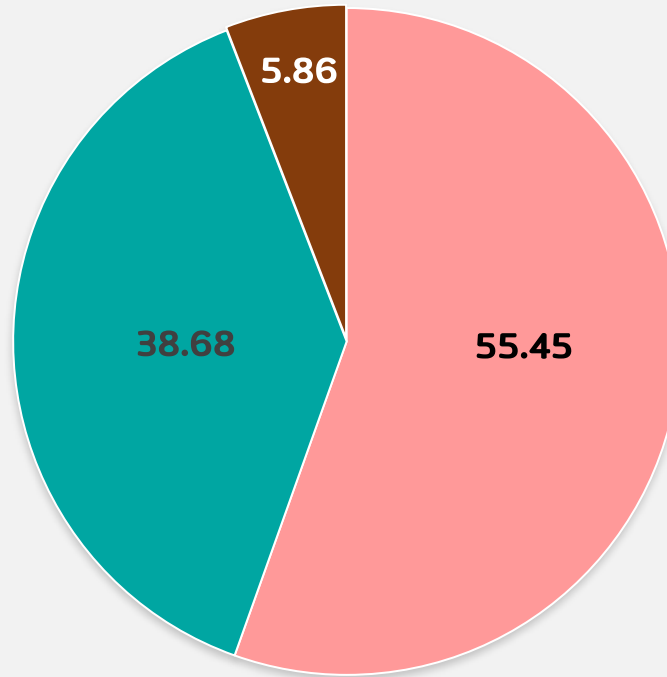
*หมายถึง ดื่มเบียร์มากกว่า 4 กระป๋อง หรือสุราเกินครึ่งแบริ่งขึ้นไป

ปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพประชากรอายุ 25-59 ปี



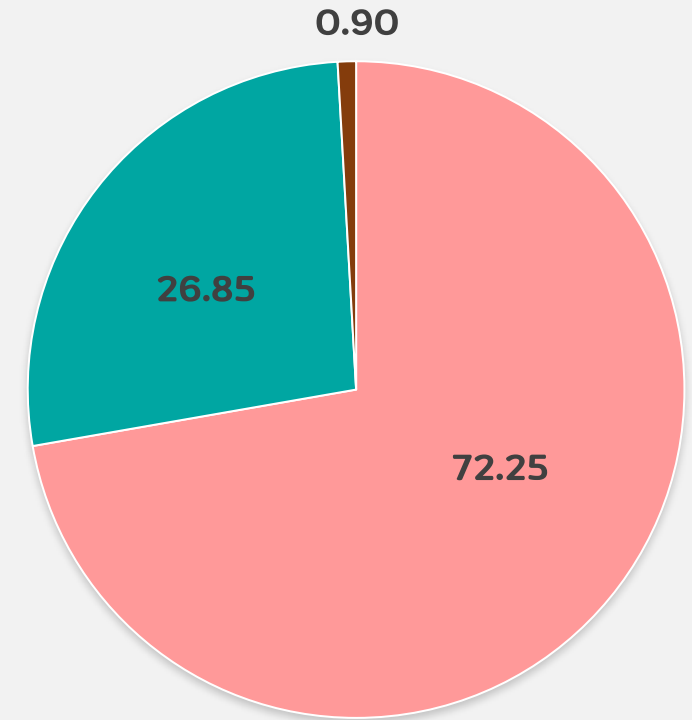
■ ทุกครั้ง ■ บางครั้ง ■ ไม่เคยเลย

ร้อยละของประชากรที่สวมหน้ากากป้องกัน
ก่อนออกจากบ้าน ในพื้นที่ที่มีค่ามลพิษอากาศ
เกินมาตรฐาน หรือมีฝุ่นละอองมาก



■ มีการคัดแยกขยะทุกครั้ง
■ มีการคัดแยกขยะบางครั้ง
■ ไม่มีการคัดแยกขยะ

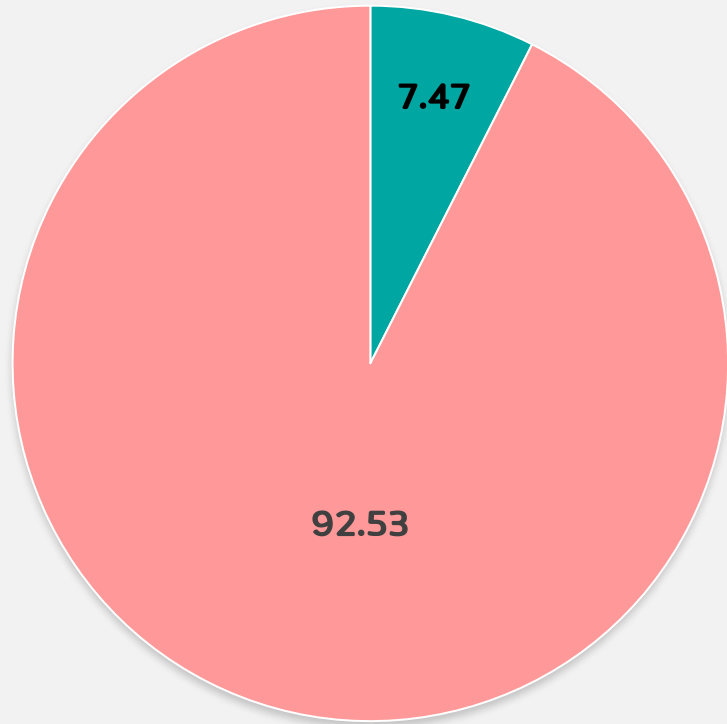
ร้อยละของประชากรที่มีการคัดแยกขยะ
ก่อนทิ้งลงถัง



■ ล้างด้วยสบู่และน้ำทุกครั้ง
■ ล้างด้วยสบู่และน้ำบางครั้ง
■ ไม่ล้างเลย

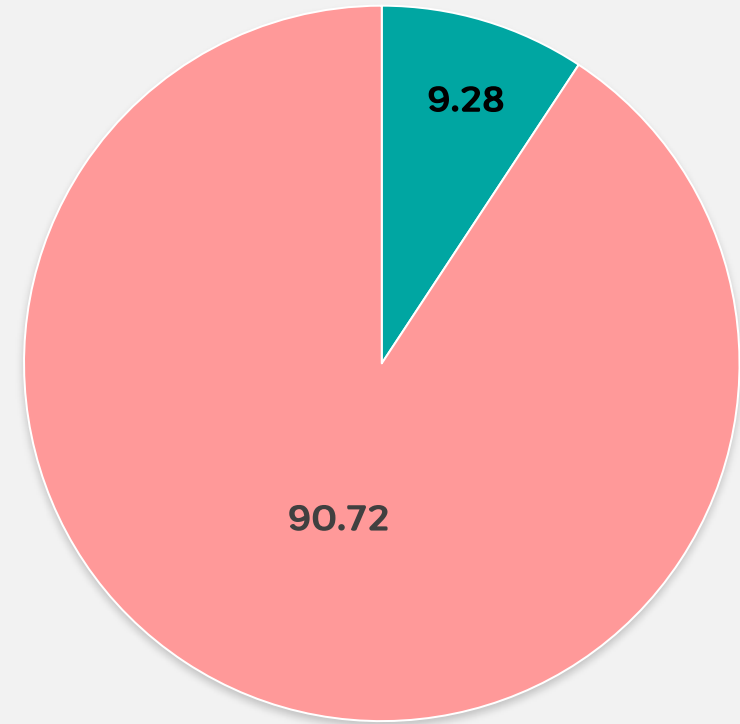
ร้อยละของประชากรที่มีการล้างมือ
หลังการใช้ส้วม

ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปี ที่มีภาวะซึมเศร้า



ไม่มี มี

ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่รู้สึกหงุดหงิด เศร้า
หรือท้อแท้สิ้นหวังใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้



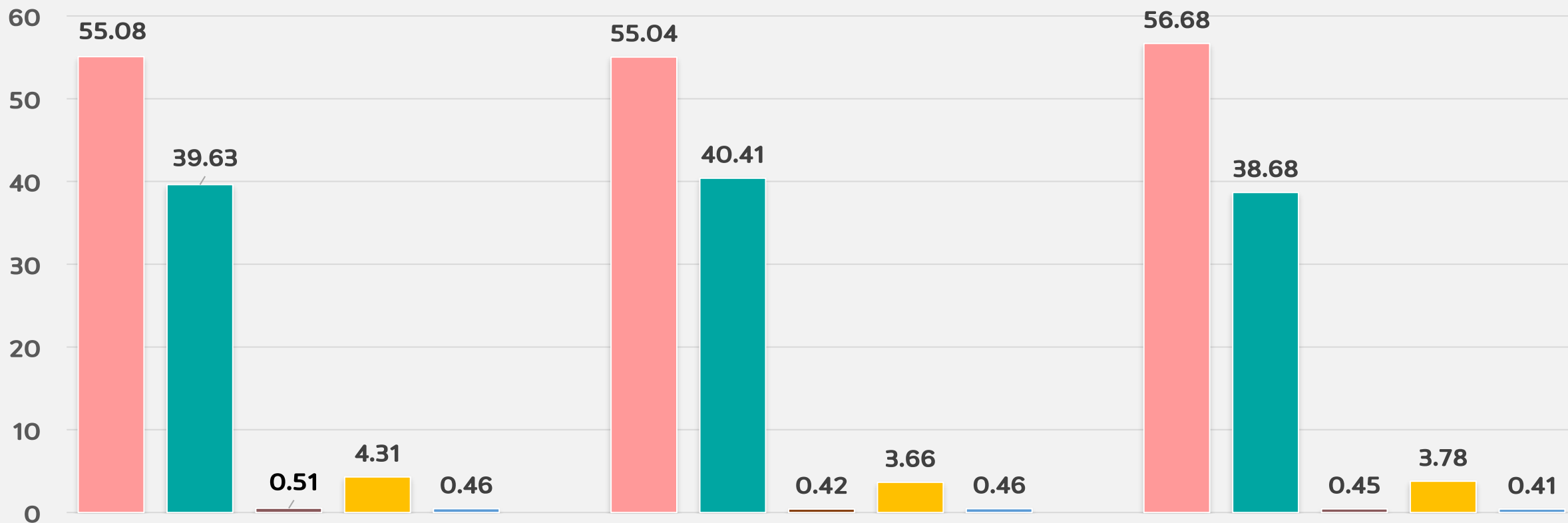
ไม่มี มี

ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่รู้สึกเบื่อ
ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลินใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้

ความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชากรอายุ 25-59 ปี

ร้อยละ

ง่าย ง่ายมาก ทำไม่ได้เลย ยาก ยากมาก



ร้อยละของประชากรที่สามารถค้นหา
ข้อมูลที่ทำให้สุขภาพแข็งแรง

ร้อยละของประชากรที่เข้าใจคำเตือน
เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพระดับต่างๆ

ร้อยละของประชากรที่เข้าถึง
การซักถามข้อมูลเกี่ยวกับการทำให้
สุขภาพแข็งแรงจากอาสาสมัคร

ตัวชี้วัดที่ 1.16 ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25–59 ปี
ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพโดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์



พฤติกรรมที่พึงประสงค์ ได้แก่

- กินผักวันละ 5 กำมือ ตั้งแต่ 4 วันขึ้นไปต่อสัปดาห์
- มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์
- นอน 7–9 ชั่วโมงต่อวัน ตั้งแต่ 3 วันขึ้นไปต่อสัปดาห์
- แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที

ค่าเป้าหมาย (ร้อยละ)	ผลการวิเคราะห์ (ร้อยละ)
30	36.52

ผู้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ แยกเป็น เพศชายร้อยละ 34.06
เพศหญิงร้อยละ 37.08

ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปี ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ
โดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ รายศูนย์อนามัย ปี 2563

ร้อยละ

