

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี
ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน
ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช

วิภารัตน์ ชุมหล่อ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม การรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านม การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช รูปแบบการศึกษา วิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและทดสอบค่าความสัมพันธ์ Chi-Square

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับปานกลาง การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านมระดับปานกลาง การรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านมระดับสูง การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับปานกลาง พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับพอใช้ และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง พบว่า อายุ, สถานภาพ, ระดับการศึกษา, อาชีพหลัก, ความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง, การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม, การรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านม และการรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p\text{-value} < 0.05$ ปัจจัยประวัติในครอบครัวมีประวัติโรคมะเร็ง, การได้รับข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจเต้านมด้วยตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ พัฒนาเชิงนโยบายของเขตสุขภาพที่ ๑๑ โดยประกอบด้วย ศูนย์วิชาการของกรมที่เกี่ยวข้อง สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ควรมีการพัฒนาบุคลากรที่เกี่ยวข้องทำงานเชิงบูรณาการ มีระบบเฝ้าระวัง กำกับติดตาม และพัฒนาองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อพื้นที่ พัฒนาเชิงปฏิบัติการประกอบด้วยโรงพยาบาลทุกระดับ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จัดอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขในพื้นที่ให้ความรู้ สาธิต ทักษะฝึกปฏิบัติการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการใช้สื่อสารสนเทศเข้ามาปรับเปลี่ยนพฤติกรรม รวมถึงองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสนับสนุนงบประมาณ ให้พื้นที่สามารถดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพได้มีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ : พฤติกรรม, มะเร็งเต้านม, การตรวจเต้านมด้วยตนเอง

Factors Related to Breast Self-examination Behavior of Women Aged 30-50 years
in The area of Ban Sang Wiman Health Promoting Hospital
Khlung Noi Subdistrict, Pak Phanang District, Nakhon Si Thammarat Province

Wiparat Chumlor

Abstract

The purpose of this research were to study the level of knowledge about breast cancer and breast selfexamination. Perceived Susceptibility of breast cancer Perceived severity of breast cancer recognizing benefits and obstacles self-exam behavior and to study factors related to Breast self-examination behavior of women aged 30-50 years in the area of Ban Sang Wiman Health Promoting Hospital, Khlung Noi Sub-district, Pak Phanang District, Nakhon Si Thammarat Province. Descriptive research a sample of 670 people was analyzed by descriptive statistics and Chi-Square correlation test.

The results showed that sample group knowledge of breast cancer and breast self-examination at moderate level, Perceived Susceptibility of breast cancer at moderate level, Perceived severity of breast cancer at high level, Perceived benefits and Perceived Barriors breast cancer self-examination. Breast self-examination at moderate level, breast self-examination behavior moderate level and factors related to breast self-examination It was found that age, status, education level, primary occupation, knowledge of breast cancer and breast self-examination, perception of breast cancer, perception of breast cancer severity. and perceptions of the benefits and obstacles of breast self-examination. correlated with self-examination behavior correlated with self-examination behavior statistically significant at 0.000 and 0.000 Family history factors: a history of cancer, exposure to information about breast cancer There was no relationship with Breast self-examination behavior.

Research recommendations for policy development of Health Region ๑๑, consisting of academic centers, provincial public health offices related personnel should be developed integrate work, monitor, and develop the knowledge necessary for the area. Operational development consists of hospitals at all levels. local government organization training for public health volunteers in the area to provide knowledge, demonstrate practical skills breast self examination and information media to change behavior including local governments organization to support the budget in the area for effective health promotion activities

Keywords: Behavior, breast cancer, breast self-examination

บทนำ

โรคมะเร็งเต้านมเป็นมะเร็งที่พบบนอันดับ ๑ ในสตรีไทย มีอุบัติการณ์การเกิดโรค ๒๘.๕ คนต่อประชากร ๑๐๐,๐๐๐ คน หรือ ๑๒,๖๑๓ คน ต่อปี โรคมะเร็งเต้านมสามารถคัดกรองหรือค้นหาโรคในระยะเริ่มแรกได้ ทำให้สามารถรักษาโรคให้หายขาด ซึ่งการตรวจค้นหาหามะเร็งเต้านมให้พบตั้งแต่ในระยะเริ่มแรก จึงเป็นวิธีที่ดีที่สุด และสามารถทำได้หลายวิธีได้แก่ ๑. การตรวจ ด้วยเครื่อง Mammogram ๒. การเข้ารับการตรวจจากบุคลากรทางการแพทย์ ๓. การตรวจด้วยตัวเอง (สถาบันมะเร็งแห่งชาติ กรมการแพทย์, ๒๕๖๔) แต่เนื่องจากการตรวจด้วยวิธีดังกล่าวที่ต้องใช้อุปกรณ์ที่มีราคาแพงค่าตรวจวินิจฉัยมีราคาแพง และต้องอาศัยบุคลากรที่มีความชำนาญ ดังนั้น การเฝ้าระวังมะเร็งเต้านมโดยการตรวจเต้านมด้วยตนเองจึงเป็นวิธีการที่ดีที่สุดที่สตรีทุกคนสามารถทำได้ง่าย สะดวก ทำได้อย่างสม่ำเสมอ ไม่สิ้นเปลืองเวลา และไม่ต้องใช้อุปกรณ์เมื่อตรวจพบความผิดปกติ รีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยและรับการรักษาต่อไป (มูลนิธิถันยรักษ์ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระศรีนครินทร์ราชมราชชนนี, ๒๕๖๔)

กระทรวงสาธารณสุขให้ความสำคัญกับการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม จึงกำหนดให้เป็นตัวชี้วัดการดำเนินงานพัฒนาสุขภาพ ตามคำรับรองการปฏิบัติราชการกระทรวงสาธารณสุข ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔ โดยกำหนดเป้าหมายให้สตรีอายุ ๓๐ - ๗๐ ปี มีการตรวจเต้านมด้วยตนเองไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคมะเร็งเต้านม โดยการคัดกรองค้นหาโรคมะเร็งเต้านมในระยะเริ่มแรก ให้สตรีเป้าหมายได้รับความรู้และตรวจเต้านมด้วยตนเอง ด้วยรูปแบบการให้บริการ การรณรงค์ การส่งต่อสตรีที่ตรวจเต้านมพบความผิดปกติเข้ารับการวินิจฉัยโรค และการให้บริการรักษาผู้ป่วยตามมาตรฐาน ติดตามดูแลผู้ป่วยต่อเนื่องหลังการรักษาในโรงพยาบาลและระดับชุมชน โดยมีการจัดเก็บข้อมูลผลการดำเนินงานคัดกรองมะเร็งเต้านม ซึ่งจากการรายงานผลการดำเนินงาน อัตราการคัดกรองมะเร็งเต้านมในสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ปีงบประมาณ ๒๕๖๑-๒๕๖๓ ของประเทศไทยมีการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ร้อยละ ๕๘.๖๐, ๖๔.๘๗, ๗๑.๗๒ ตามลำดับ (HDC กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๖๓) จากข้อมูลการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง เห็นได้ว่าสตรีกลุ่มเป้าหมายมีการตรวจเต้านมด้วยตนเองน้อยกว่าเป้าหมายที่กระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดตัวชี้วัดไว้

การที่ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพย่อมส่งผลต่อการปฏิบัติในการดูแลตนเองได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎี พฤติกรรมของบุคคลมีสาเหตุมาจากปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกบุคคล ซึ่งมีอิทธิพลต่อการปฏิบัติ ได้แก่ความรู้ เจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม แรงจูงใจ การรับรู้ของบุคคล และแรงจูงใจ การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงจากการเป็นโรคจะต้องมีความเชื่อว่า เขามีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค โรคนั้นมีความรุนแรงและมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต รวมทั้งการปฏิบัตินั้นจะเกิดผลดีในการลดโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคหรือช่วยลดความรุนแรงของโรค สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีแบบแผน ความเชื่อด้านสุขภาพ (Health Belief Model) ของ เบคเกอร์ (Becker, ๑๙๗๔) ซึ่งกล่าวว่า การที่บุคคลจะ แสดงพฤติกรรมใดๆ ด้วยความเชื่อว่าจะทำให้มีสุขภาพดีและมีวัตถุประสงค์ในการป้องกันไม่ให้เป็นโรค ขึ้นกับปัจจัยหลัก ๓ ประการคือ

๑) ความพร้อมที่จะปฏิบัติ (readiness to take action) เป็นความพร้อมของ บุคคลที่จะปฏิบัติ พฤติกรรมสุขภาพอย่างใดอย่างหนึ่ง ประกอบด้วย การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค (perceived susceptibility) และการรับรู้ความรุนแรง รวมเรียกว่าการรับรู้ ภาวะคุกคาม (perceived threat)

๒) การประเมินถึง ประโยชน์ต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ (individual's evaluation of the advocated health action) ประกอบด้วย การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ (perceived benefits) และการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติ (perceived barriers)

๓) สิ่งชักนำให้มีการปฏิบัติ (cues to action) เป็นสิ่งชักนำ ให้บุคคลมีการปฏิบัติเพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์นั้นๆ อาจเป็นสิ่งชักนำ มาจากภายใน (internal cues) หรืออาจเป็นสิ่งชักนำจากภายนอก (external cues)

กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ศูนย์อนามัยที่ ๑๑ นครศรีธรรมราช ดำเนินงานโครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช เพื่อสร้างความรอบรู้การดูแลตนเองให้ห่างไกลมะเร็งเต้านม ส่งเสริมให้สตรีไทยมีพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ พัฒนาระบบคัดกรอง และระบบเฝ้าระวังสถานการณ์การคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งในพื้นที่มีเครือข่ายบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ๗ แห่ง จากรายงานผลการดำเนินงานอัตรการคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ปีงบประมาณ ๒๕๖๑-๒๕๖๓ ร้อยละ ๕๐.๙๐, ๗๑.๒๑, ๕๕.๔๐ ตามลำดับ จากข้อมูลของเครือข่ายบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจะเห็นได้ว่าโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอกาบัง จังหวัดนครศรีธรรมราช มีอัตรการคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ปีงบประมาณ ๒๕๖๑-๒๕๖๓ ร้อยละ ๔.๑๘, ๙๐.๔๘, ๐.๕๗ ตามลำดับ ยังไม่ผ่านตัวชี้วัดการดำเนินงานพัฒนาสุขภาพ ตามคำรับรองการปฏิบัติราชการกระทรวงสาธารณสุข (HDCกระทรวงสาธารณสุข,๒๕๖๓) จากการสำรวจชุมชนในเขตพื้นที่รับผิดชอบของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอกาบัง จังหวัดนครศรีธรรมราช สตรีอายุ ๓๐ -๗๐ พบกลุ่มเสี่ยงมีก้อนที่เต้านม ปีงบประมาณ ๒๕๖๑-๒๕๖๓ จำนวน ๓ ราย, ๒ ราย, ๕ ราย ตามลำดับ และพบผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมรายใหม่ ๑ ราย ปี ๒๕๖๒ ซึ่งอยู่ในระหว่างรับการรักษา

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะทำการวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอกาบัง จังหวัดนครศรีธรรมราช เพื่อศึกษาระดับความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม การรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านม การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี และศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอกาบัง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยมุ่งหวังให้เครือข่ายบริการ มีแนวทางส่งเสริมสุขภาพได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพสูงสุดต่อไป

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อศึกษาระดับความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม การรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านม การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอกาบัง จังหวัดนครศรีธรรมราช

๒. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอกาบัง จังหวัดนครศรีธรรมราช

วิธีการดำเนินงาน/วิธีการศึกษา/ขอบเขตงาน

๑. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) โดยใช้แบบสอบถาม ประกอบการสัมภาษณ์

๒. วิธีการศึกษา ใช้เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถามประกอบการ สัมภาษณ์ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยมีลักษณะเป็นคำถามแบบปลายเปิดและปลายปิด ซึ่งแบ่งออกเป็น

ส่วนที่ ๑ ข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก ประวัติของบุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยด้วยโรคเกี่ยวกับเต้านมและได้รับข้อมูล ข่าวสารเรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ส่วนที่ ๒ ข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ส่วนที่ ๓ ข้อคำถามเกี่ยวกับการรับรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านม

ส่วนที่ ๔ ข้อคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ส่วนที่ ๕ เพื่อศึกษาปัญหา อุปสรรค และแนวทางการดำเนินงานการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การ ป้องกันโรคมะเร็งเต้านม

๓. ขอบเขตการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจ เต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ๙ หมู่บ้าน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช

ผลการดำเนินงาน/ ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไป

ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ คน ส่วน ใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง ๔๑-๕๐ ปี ร้อยละ ๓๒.๕๙ รองลงมาอายุ ๕๑-๖๐ ร้อยละ ๒๔.๘๑ และน้อยที่สุดอายุ ๓๐-๔๐ ปี ร้อยละ ๑๘.๘๙ สถานภาพส่วนใหญ่ มีสถานภาพสมรส ร้อยละ ๘๒.๙๖ รองลงมาสถานภาพโสด ร้อยละ ๙.๖๓ และน้อยที่สุดสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ร้อยละ ๗.๔๑ ระดับการศึกษาส่วนใหญ่มีระดับ การศึกษาประถมศึกษา ร้อยละ ๔๐.๐๐ รองลงมามัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ ๒๐.๓๘ และน้อยที่สุด อื่นๆ / สูงกว่าปริญญาตรี ร้อยละ ๒.๙๖ อาชีพหลักส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกร ร้อยละ ๕๑.๘๕ รองลงมารับจ้าง ร้อย ละ ๑๔.๔๔ และน้อยที่สุดคือโรงงาน/บริษัทเอกชน ร้อยละ ๗.๐๔ ประวัติโรคมะเร็งในครอบครัวส่วนใหญ่ไม่มี ประวัติโรคมะเร็งในครอบครัว ร้อยละ ๙๔.๔๔ และมีประวัติโรคมะเร็งในครอบครัว ร้อยละ ๕.๕๖ และ ระยะเวลา ๖ เดือนที่ผ่านมา เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจเต้านมด้วยตนเองจาก โทรทัศน์ ร้อยละ ๑๐๐ เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจเต้านมด้วยตนเองจากสื่อสังคม ออนไลน์ ร้อยละ ๘๘.๘๙ ไม่เคย ร้อยละ ๑๑.๑๑ เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจ เต้านมด้วยตนเองจากเอกสารสิ่งพิมพ์/แผ่นพับ ร้อยละ ๕๕.๕๖ ไม่เคย ร้อยละ ๔๔.๔๔ เคยได้รับข้อมูล ข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจเต้านมด้วยตนเองจากเพื่อนบ้าน, อสม ร้อยละ ๘๘.๘๙ ไม่เคย ร้อยละ ๑๑.๑๑ เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจเต้านมด้วยตนเองจากเจ้าหน้าที่ ร้อยละ ๗๔.๐๗ ไม่เคย ร้อยละ ๒๕.๙๓ และเคยได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจเต้านม ด้วยตนเองจากหอกระจายข่าว ร้อยละ ๑๗.๔๑ ไม่เคย ร้อยละ ๘๒.๕๙

ระดับความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ คน ส่วนใหญ่ มีความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ตอบถูก ข้อที่ ๑ การบริโภคอาหารประเภท พืชผัก ผลไม้ ร่วมกับหลีกเลี่ยง อาหารประเภทไขมัน เนื้อสัตว์ จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านม ได้ ร้อยละ ๗๒.๕๙ รองลงมา ตอบถูก ข้อที่ ๕ โรคมะเร็งเต้านมส่วนใหญ่พบในสตรีที่มีอายุช่วง ๓๐-๗๐ ปี ร้อยละ ๗๑.๔๘ และตอบถูก ข้อที่ ๘ การรักษาโรคมะเร็งเต้านมที่ได้ผลดี คือ รักษาทันทีเมื่อค้นพบก้อนที่ผิดปกติ ร้อยละ ๗๐.๗๔ ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ ส่วนใหญ่ มีความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ ๔๗.๗๘ รองลงมา มีความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับสูง ร้อยละ ๔๑.๘๕ และน้อยที่สุดมีความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับต่ำ ร้อยละ ๑๐.๓๗

ระดับการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งเต้านม

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ ส่วนใหญ่ มีการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งเต้านม เห็นด้วย สตรีที่ชอบรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก มีโอกาสเป็นมะเร็งเต้านม ร้อยละ ๓๒.๙๖ รองลงมา เห็นด้วย สตรีเมื่อมีอายุมากขึ้นมีโอกาสเป็นมะเร็งเต้านม ร้อยละ ๒๗.๗๘ และ เห็นด้วย สตรีที่ไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีโอกาสเป็นมะเร็งเต้านม ร้อยละ ๒๖.๖๗ ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ ส่วนใหญ่ มีการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งเต้านมระดับปานกลาง ร้อยละ ๗๓.๗๐ รองลงมา ระดับสูง ร้อยละ ๑๕.๙๓ และน้อยที่สุด ระดับต่ำ ร้อยละ ๑๐.๓๗

ระดับการรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านม

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ ส่วนใหญ่ มีการรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านม เห็นด้วย โรคมะเร็งเต้านมเมื่อเป็นแล้วไม่เสียชีวิตทุกราย ร้อยละ ๙๕.๕๖ รองลงมา เห็นด้วย การพบก้อนที่เต้านมในระยะเริ่มแรกแสดงว่าไม่สายเกินไปที่จะรักษาให้หายได้ ร้อยละ ๓๒.๙๖ และ เห็นด้วย ถ้ามีเลือดหรือน้ำเหลืองไหลออกจากหัวนมแสดงว่าเป็นมะเร็งเต้านมระยะรุนแรง ร้อยละ ๒๗.๐๔ ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ ส่วนใหญ่ มีการรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านมระดับสูง ร้อยละ ๖๑.๔๘ รองลงมา มีการรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านมระดับปานกลาง ร้อยละ ๓๔.๐๗ และน้อยที่สุดมีการรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านมระดับต่ำ ร้อยละ ๔.๔๕

ระดับการรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคต่อการตรวจเต้านม

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ คน ส่วนใหญ่มีการรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เห็นด้วย การป้องกันมะเร็งเต้านมมีหลายวิธี วิธีที่ง่ายที่สุดคือตรวจ เต้านมด้วยตนเอง ร้อยละ ๓๑.๘๕ รองลงมา เห็นด้วย การตรวจเต้านมอย่างน้อยเดือนละ ๑ ครั้ง จะช่วยให้ตรวจพบมะเร็งระยะเริ่มแรกได้ ร้อยละ ๒๖.๖๗ และ เห็นด้วย การตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นวิธีที่จะช่วยลดค่าใช้จ่ายได้มากกว่าการตรวจวิธีอื่น ร้อยละ ๒๖.๖๗ ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐ - ๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ คน ส่วนใหญ่มีการรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับปานกลาง ร้อยละ ๗๕.๑๘ รองลงมา มีการรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับสูง ร้อยละ ๑๕.๙๓ และน้อยที่สุดมีการรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับต่ำ ร้อยละ ๘.๘๙

ระดับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ปฏิบัติทุกครั้ง ท่านตรวจเต้านมใช้กึ่งกลางตอนบนของนิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง เคลื่อนที่ต่อเนื่องโดยไม่ยกนิ้ว ร้อยละ ๕๑.๔๘ รองลงมา ปฏิบัติทุกครั้ง ท่านบีบหัวนมดูว่ามีเลือดหรือน้ำเหลืองไหลออกจากหัวนม ร้อยละ ๔๗.๔๑ และ ปฏิบัติทุกครั้ง ท่านตรวจเต้านมหน้ากระจกเพื่อดูการหดรั้งของเต้านมและหัวนม ร้อยละ ๔๔.๘๑ ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบสอบถามสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๗๐ มีระดับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ส่วนใหญ่ ระดับพอใช้ ร้อยละ ๗๔.๔๔ รองลงมา มีระดับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ระดับดี ร้อยละ ๑๘.๘๙ และน้อยที่สุดมีระดับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ระดับปรับปรุง ร้อยละ ๖.๖๗

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภopakพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช

ข้อมูลทั่วไป ปัจจัยด้าน อายุ, สถานภาพ, ระดับการศึกษา, อาชีพหลัก มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p\text{-value} < 0.05$ ปัจจัยประวัติในครอบครัวมีประวัติโรคมะเร็ง กับปัจจัยการได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องโรคมะเร็งเต้านม/การตรวจเต้านมด้วยตนเองจากโทรทัศน์, สื่อสังคมออนไลน์, เอกสารสิ่งพิมพ์/แผ่นพับ, เพื่อนบ้าน, อสม, เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหอกระจายข่าวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ปัจจัยความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ปัจจัยการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ปัจจัยการรับรู้ความรุนแรงของโรคมะเร็งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ปัจจัยการรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการตรวจเต้านมด้วยตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ปัญหา อุปสรรค และแนวทางการดำเนินงานการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรี อายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภopakพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช

ปัญหาอุปสรรค

๑. สตรีกลุ่มเป้าหมาย ส่วนใหญ่อยู่ในวัยทำงานที่มีวิถีชีวิตที่เร่งรีบในการดำรงชีวิตในแต่ละวัน ส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรวิถีชีวิตทำงานนอกบ้านตั้งเช้าจนถึงค่ำจึงไม่มีเวลาในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

๒. สตรีกลุ่มเป้าหมายไม่ตระหนักถึงความสำคัญ ไม่ค่อยตรวจเต้านมด้วยตนเอง/ตรวจไม่ถูกวิธี หญิงโสดยังมีความเขินอาย

๓. สื่อประชาสัมพันธ์ไม่เพียงพอไม่ทั่วถึง เช่น โปสเตอร์แผ่นพับการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ความรู้การตรวจเต้านมด้วยตนเอง

๔. การสร้างกระแสการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ผิดทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ควรมีการจัดกิจกรรมรณรงค์การตรวจเต้านมด้วยตนเองประจำทุกเดือน

แนวทางการดำเนินงานการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

พัฒนาเชิงนโยบาย ของเขตสุขภาพที่ ๑๑ โดยประกอบด้วย ศูนย์วิชาการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ควรมีการพัฒนาบุคลากรที่เกี่ยวข้องทำงานเชิงบูรณาการ มีระบบเฝ้าระวัง กำกับติดตาม และพัฒนาองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อพื้นที่

พัฒนาเชิงปฏิบัติการ ประกอบด้วย โรงพยาบาลทุกระดับ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จัดอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขในพื้นที่ให้ความรู้ สาธิต ทักษะฝึกปฏิบัติการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการใช้สื่อสารสนเทศเข้ามาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรวมถึงองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสนับสนุนงบประมาณให้พื้นที่สามารถดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพได้มีประสิทธิภาพ

การนำไปใช้ประโยชน์

๑. นำข้อค้นพบที่ได้จากข้อมูลและสถานการณ์ความรู้ การรับรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมนำไปสู่การวางแผนพัฒนาในพื้นที่ได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อไป

๒. นำข้อค้นพบด้านพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองนำไปสู่การวางแผนพัฒนาในพื้นที่ได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อไป

๓. การพัฒนาศักยภาพแกนนำระดับพื้นที่ให้เกิดความรู้ ทักษะด้านวิชาการแนวคิดการดำเนินงานเพื่อเป็นการผลักดันกระตุ้นกลุ่มเป้าหมายเกิดความตระหนักตรวจมะเร็งเต้านมอย่างสม่ำเสมอ

ข้อเสนอแนะ/วิจารณ์

พัฒนาเชิงนโยบาย ของเขตสุขภาพที่ ๑๑ โดยประกอบด้วย ศูนย์วิชาการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ควรมีการพัฒนาบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ทำงานเชิงบูรณาการ มีระบบเฝ้าระวัง กำกับติดตาม และพัฒนาองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อพื้นที่

พัฒนาเชิงปฏิบัติการ ประกอบด้วยโรงพยาบาลทุกระดับ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จัดอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขในพื้นที่ให้ความรู้ สาธิต ทักษะฝึกปฏิบัติการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการใช้สื่อสารสนเทศเข้ามาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรวมถึงองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสนับสนุนงบประมาณให้พื้นที่สามารถดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพได้มีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรี อายุ ๓๐-๗๐ ปี ในพื้นที่ใกล้เคียง

๒. ควรมีการศึกษาการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อสอบถามบุคคลในกลุ่มให้ได้มาถึงความคิดเห็น ความเชื่อ หรือทัศนคติต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ต่อไป

๓. ควรเปรียบเทียบหาปัจจัยที่แตกต่างกันในสตรีที่มีระดับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอยู่ในระดับดีที่ กับสตรีที่ระดับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองอยู่ในระดับพอใช้ และควรปรับปรุงเพื่อหาสาเหตุที่แท้จริงว่ามีปัจจัยใดที่เกี่ยวข้องและสามารถนำข้อมูลไปปรับปรุงในการเพิ่มประสิทธิภาพการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของการดำเนินงานต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยฉบับนี้สำเร็จได้ดี เนื่องจากได้รับความกรุณาให้โอกาสให้คำปรึกษาและช่วยเหลือแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อย่างดียิ่งจาก คณะผู้ทรงคุณวุฒิ ดร.ชัยณรงค์ แก้วจันทน์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ ศูนย์อนามัยที่ ๑๑ นครศรีธรรมราช กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และ ดร.วิเชียร ไทยเจริญ นักวิชาการอิสระ ทำให้ผู้วิจัยได้รับแนวทางในการศึกษาค้นคว้าหาความรู้และประสบการณ์อย่างกว้างขวาง ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณด้วยความเคารพอย่างสูงยิ่งมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๑๑ นครศรีธรรมราช หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ศูนย์อนามัยที่ ๑๑ สมาชิกกลุ่มงานพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ศูนย์อนามัยที่ ๑๑ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและให้โอกาสผู้วิจัยในการดำเนินการในพื้นที่ ขอขอบคุณสตรีอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแสงวิมาน ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้ขอเสนอแนะ นำองค์ความรู้กระบวนการทำวิจัยแนวทางการวิเคราะห์ข้อมูลการสรุปข้อมูล และการรายงานผลข้อมูล คุณค่าและประโยชน์อันเกิดจากรายงานการศึกษาวิจัยเล่มนี้ขอมอบแทนคุณงามความดีแก่ทุกท่านที่ให้การอบรมสั่งสอนและช่วยเหลือแก่ผู้วิจัย ตั้งแต่เริ่มต้นจนทำให้วิจัยฉบับนี้สำเร็จจุล่งลงได้ผู้วิจัยขอจารึกพระคุณทุกท่านไว้ตราบกาลนาน

บรรณานุกรม

- กนกทอง สุวรรณบุลย์ (๒๕๔๕) ศึกษา อิทธิพลของค่านิยมทางจริยธรรม สิ่งจูงใจ การสนับสนุนทางสังคมต่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) จังหวัดระยอง มหาวิทยาลัยศิลปากร/กรุงเทพฯ. [เข้าถึงเมื่อ ๑๕ มกราคม ๒๕๖๔]. เข้าถึงได้จาก <https://dric.nrct.go.th/Search/SearchDetail/๑๓๔๐๔๗>
- บุญชม ศรีสะอาด.(๒๕๔๔) การวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร:สุวีริยาสาส์น
- ปฐญาภรณ์ ลาลูน (๒๕๕๔) ศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอกอายุรกรรม โรงพยาบาลศูนย์แพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ.ปริญญาานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปิยนุช แก้วเรือง และอันพามร์ ศิริโต. (๒๕๕๐). ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ในชมรมดอกคำดวน ตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์บัณฑิต (สุขภาพศึกษา), คณะวิทยาศาสตร์และ เทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ๒๕๖๔ มะเร็งเต้านม โรคมะเร็งอันดับ ๑ ของหญิงไทยและทั่วโลก เข้าถึงเมื่อ ๑๖ มกราคม ๒๕๖๔ เข้าถึงจาก<https://web.med.cmu.ac.th/index.php/th/treatment-ears-nose-throat-clinic/๒๕-th-th/hiligh-news/๘๕๕-๑-๒>
- โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจาฯ ด้านภัย มะเร็งเต้านม. แนวทางการดำเนินงานโครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจาฯ ด้านภัยมะเร็ง เต้านม. [ออนไลน์]. ๒๕๕๙ [เข้าถึงเมื่อ ๕ มกราคม ๒๕๖๔]. เข้าถึงได้จาก:http://www.hpc.go.th/bse/ data/fight_BeastCancerProject_๒๐๑๖๑๒๐๑.pdf.
- ณรงค์ฤทธิ์ คงสมาน (๒๕๕๙) ศึกษา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของแรงงานในสถานประกอบการ อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี.สารสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๗ จังหวัดขอนแก่นปีที่ ๒๓ ฉบับที่ ๑ มกราคม - เมษายน ๒๕๕๙ (ออนไลน์)

น้ำอ้อย ภัคดีวงศ์ และนวรรตน์ โกมลวิภาต (๒๕๖๑: ๖๕) ศึกษาความรู้ ความเชื่อด้านสุขภาพ การรับรู้ ความสามารถตนเองและพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของนักศึกษาหญิงที่ได้รับโปรแกรม ส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง.

สายสุทธิ รมเย็น (๒๕๕๘) ศึกษา การสำรวจพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีไทยอายุ ๓๐-๗๐ ปี ในเขตสุขภาพที่ ๑. วารสารส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมล้านนา ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๒ ประจำเดือน กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๕๘ (ออนไลน์).

สิรินุช บุรณะเรืองโรจน์. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในสตรีไทย เขตอำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก. วารสาร พฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา ๒๕๕๗; ๘(๑): ๒๘๔- ๓๐๑.

สุพรรณิ ปานดี (๒๕๖๒:๗) ศึกษา ผลของโปรแกรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในสตรี ในเขตรับผิดชอบ ของโรงพยาบาลมะเรียงสุราษฎร์ธานี.

สุนีย์ ชมภูนิช. (๒๕๕๐). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ของสตรีอายุ ๓๕ - ๕๙ ปี ในเขตตำบลนางแก้ว อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี. งานวิจัย โปรแกรมวิชาสุขภาพศึกษา คณะ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมหา วิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.

สุภาภรณ์ ตันตินันทตระกูล. (๒๕๔๙).พฤติกรรมการป้องกันโรคมะเร็งเต้านมของพยาบาลโรงพยาบาลศูนย์ ราชบุรี จังหวัดราชบุรี. ปริญญาานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพศึกษา บัณฑิตมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.

สมหมาย ทองแก้ว. (๒๕๔๖). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการป้องกันมะเร็งเต้านมของสตรีที่รับการวางแผน ครอบครัวที่สถานีอนามัยในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอ่างทอง.วิทยานิพนธ์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สำนักส่งเสริมสุขภาพ (๒๕๔๕). คู่มือบุคลากรสาธารณสุข โครงการตรวจเต้านมด้วยตนเองและดูเต้านมไทยจาก โรคมะเร็งเต้านม. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข นนทบุรี.

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย. คู่มือการอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขในการดูแลและเฝ้าระวังสตรีไทยจาก มะเร็งเต้านม. นนทบุรี: สำนักกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก ; ๒๕๕๕.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช. ระบบรายงานส่งข้อมูล ๔๓ แฟ้ม (HDC)

นครศรีธรรมราช. [เข้าถึงเมื่อ ๕ ตุลาคม ๒๕๖๓]. เข้าถึงได้จาก <https://nrt.hdc.moph.go.th>

เสาวลักษณ์ สุกทัน (๒๕๔๘:๙๗) ศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคมะเร็งเต้านม ของสมาชิกชมรมสร้าง สุขภาพ อำเภอบางแพ จังหวัดราชบุรี.

เอมอร ชินพัฒนพงษ์ และกนกวรรณ สุวรรณปฏิกรณ์ (๒๕๕๗:วารสาร) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค และการรับรู้ความสามารถกับพฤติกรรมการตรวจเต้านมตนเองของ นักศึกษาพยาบาล.

อุบล จันทร์เพชร (๒๕๕๕) ศึกษาพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีไทย อายุ ๓๐ - ๗๐ ปี ในพื้นที่ เขตบริการสุขภาพที่ ๕ วารสาร ๒๕๕๕, ๑-๑๔ (ออนไลน์) เข้าถึงเมื่อ ๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔.