

ความชุกของอาการปวดระดูและการดูแลตนเองเมื่อมีอาการปวดระดู
ของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ

Prevalence of dysmenorrheal and self care of nursing students
in Boromarajonani College of Nursing, Bangkok

นางสาวธวันต์ ศรีอมรรัตนกุล

นางไขนภา แก้วจันทร์

นางสาวอภิญญา เพียรพิจารณา

นางเกษร สุวิทยะศิริ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ

ได้รับเงินอุดหนุนการวิจัยจากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ
สถาบันพระบรมราชชนก สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

ปีการศึกษา 2552

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ศึกษาแบบย้อนหลัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของอาการปวดระดู และศึกษาถึงวิธีการดูแลตนเองเมื่อมีอาการปวดระดู กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาลศาสตรชั้นปีที่ 1 ถึงปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพมหานคร ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวนทั้งสิ้น 423 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับความชุกของอาการปวดระดูและวิธีการดูแลตนเองเมื่อมีอาการปวดระดู วิเคราะห์ข้อมูล โดยหาค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย และร้อยละ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่ มีอายุ 21 ปี คิดเป็นร้อยละ 22.50 ส่วนใหญ่เริ่มมีระดูตอนอายุ 12 ปี คิดเป็นร้อยละ 29.80 ส่วนใหญ่มีระดูมาแล้ว 8 ปี คิดเป็นร้อยละ 29.55 ส่วนใหญ่มีระดูมาสม่ำเสมอ คิดเป็นร้อยละ 36.17 ส่วนใหญ่มีช่วงเวลาที่ มีระดูในแต่ละเดือนเป็นเวลา 3.5 วัน มีอาการปวดระดู คิดเป็นร้อยละ 50.11 ส่วนใหญ่อายุที่มีอาการปวดระดูเป็นครั้งแรกอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 48.95 มีความถี่ของการปวดระดู โดยปวดเกือบทุกครั้ง คิดเป็น 42.92 ส่วนใหญ่มีอาการปวดระดูในระดับมากคิดเป็นร้อยละ 35.85 ส่วนใหญ่มีอาการปวดระดูในช่วงหลังจากมีระดูมาแล้ว คิดเป็นร้อยละ 55.66 ส่วนใหญ่มีอาการปวดระดูเป็นเวลา 3 วัน คิดเป็นร้อยละ 42.45 มีอาการปวดระดูมากที่สุดในช่วง 1-2 วัน คิดเป็นร้อยละ 79.72 ตำแหน่งที่ปวดระดูมากที่สุด คือ ท้องน้อย จำนวน 212คน และมีอาการร่วมระหว่างที่มีระดู ส่วนใหญ่มีอาการปวดเมื่อยตามตัว จำนวน42คน รองลงมาคือ ตึงเจ็บหน้าอก คันหน้าอก จำนวน 19 คน ในด้านข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองเมื่อมีอาการปวดระดู พบว่า ส่วนใหญ่ใช้วิธีการรับประทานยา จำนวน 108 คน รองลงมาคือ การนอนพัก จำนวน 89 คน ใช้วิธีการประคบร้อนบริเวณท้อง จำนวน 44 คน และใช้วิธีการดื่มน้ำอุ่น จำนวน 13 คน

Abstract

The purpose of this research was to study the prevalence of dysmenorrheal and self care of nursing students at Borommarajonani College of Nursing, Bangkok. 423 students (first year, second year and third year) were sampled, academic year 2008. The instrument used a dysmenorrheal questionnaires were assessed content validity by 3 experts, including the language competence of respondents test. Data were edited, coded, and analyzed by using SPSS program and reported in numbers and percentages.

The results were presented in 3 parts. Part 1: the menstrual characteristics, the majority of subjects were 21 years old (22.50%), their menarche at the age of 12 years old (29.80%). 29.55% had menarche for 8 years. 36.17% had regular menstrual cycle, with average duration of menstrual bleeding for 3.5 days. Part 2: characteristics of dysmenorrheal: the majority of subjects which had dysmenorrheal were 50.11%, 48.95% had first pain at the age of 14 years, the majority of painful period occurred on every cycle was 42.92%, severe pain was 35.85%, 55.66 had pain after menarche, 55.66% had pain starting a few days after menstruation. 79.72% had dysmenorrheal for 3 days, the duration of pain ranged from 1 to 2 days. The associated symptoms were lower abdomen pain (N=212), body aches (N=42), and body itching(N=19). Part 3: the majority of the subjects take medicine (N=108), sleeping (N=89) and drinking warm water (N=13).