



ผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิต

ในนักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

นริศรา ทองปลิว* พริยา มั่นเขตวิทย์*

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตในนักศึกษาของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 4 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 46 คน และมีประวัติเคยติดเชื้อไวรัสโคโรนา เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสอบถามผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตซึ่งพัฒนาโดยคณะผู้วิจัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือสถิติเชิงพรรณนา นำเสนอโดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 47.80) ได้รับผลกระทบของกิจกรรมการดำเนินชีวิตในระดับมากในกิจกรรมการเดินทางไปที่ต่าง ๆ และการใช้บริการขนส่งมวลชนหรือรถรับจ้าง ร้อยละ 41.30 ได้รับผลกระทบในระดับน้อยในกิจกรรมการเลือกซื้อสินค้าและการชำระเงิน และร้อยละ 76.10 ไม่ได้รับผลกระทบในกิจกรรมการเลือกและสวมใส่เสื้อผ้า (การแต่งตัว)

คำสำคัญ : โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา กิจกรรมการดำเนินชีวิต นักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Abstract

The purpose of this research was to study the impact of the spread of the coronavirus disease (Covid-19) on occupations in the health science Chiang Mai University' students who were Covid-19 infected. The participants were 46 fourth year students enrolled in the academic year 2022. The research tool was the questionnaire about the impact of the spread of the coronavirus disease (Covid-19) on occupation which was developed by the researchers. The statistics used to analyze the data were descriptive statistics and were presented on frequency and percentage. The result showed that most of the participants (47.80 percent) had the maximal level of impact on occupations in driving and community mobility activities, and 41.30 percent had minimal affected in shopping activities. Dressing activities were not affected in 76.10 percent of the participants.

*ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



บทนำ

โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (Covid-19) เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากไวรัสโคโรนาที่มีการระบาดเริ่มแรกในเมืองอู่ฮั่น ประเทศจีนในเดือนธันวาคมปี ค.ศ. 2019 และมีการระบาดใหญ่ไปทั่วโลก และมีความรุนแรงของอาการมากน้อยแตกต่างกันในแต่ละบุคคล ผู้ป่วยส่วนมากหายป่วยได้โดยไม่ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล แต่อาจมีผู้ป่วยที่มีอาการหนักและหายใจลำบาก สำหรับประเทศไทย การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาตั้งแต่ระลอกแรกจนถึงระลอกที่สี่ในปี พ.ศ. 2564 ส่งผลกระทบในหลายด้าน เช่น ด้านสาธารณสุขที่ได้รับผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ป่วยและขีดความสามารถของโรงพยาบาลที่ต้องใช้ทรัพยากรสาธารณสุขในการดูแลผู้ติดเชื้อ Covid-19 อย่างเข้มข้น นอกจากนี้ยังส่งผลต่อสุขภาพจิตของบุคลากรทางการแพทย์ซึ่งต้องทำงานหนักและเกิดความเครียด ต่อมาด้านเศรษฐกิจทำให้เกิดการลดการเดินทางการเข้าออกพื้นที่ การปิดสนามบิน การใช้มาตรการรักษาระยะห่าง (social distancing) มีการปิดสถานที่ ปิดสถานการค้า และกิจกรรมทางเศรษฐกิจ ซึ่งก่อให้เกิดการชะงักงันของเศรษฐกิจ ประชาชนจำนวนมากไม่สามารถทำงานหาเลี้ยงชีพแบบปกติได้ ทำให้ขาดรายได้มาจุนเจือครอบครัว ในด้านการศึกษาได้รับผลกระทบเมื่อนักเรียนนักศึกษาต้องมีการปรับวิธีการเรียนการสอนมาเป็นแบบออนไลน์ และในด้านสังคม เนื่องจากในช่วงแรกมีการแพร่ระบาดอย่างรวดเร็วและหาทางรับมือได้อย่างลำบาก ทำให้ผู้คนกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเองและไม่ต้องการที่จะเป็นที่ยึดโยงของสังคม ดังนั้นประชาชนจำต้องแก้ไขพร้อมกันทุกด้าน แก้ปัญหา และป้องกันโรคไปด้วยกัน รวมทั้งต้องช่วยกันลดผลกระทบทางสังคมและจิตใจ เพื่อให้เป็นสังคมที่น่าอยู่ และอยู่ด้วยกันได้อย่างมีความสุข¹

การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาทำให้บุคคลเกิดข้อจำกัดในการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านต่าง ๆ เช่น ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม ด้านการศึกษา ด้านการทำงาน ที่ทำให้มีความยากลำบากในการออกไปใช้ชีวิตได้อย่างปกติ เช่น การพบปะเจอผู้คน การปรับตัวเรียนออนไลน์ การว่างงาน ซึ่งสามารถเชื่อมโยงกับรูปแบบการบำบัดรักษากิจกรรมการดำเนินชีวิต ดังที่ Baum และ Christiansen ในปี ค.ศ. 2005 (อ้างถึงใน²) ได้อธิบายเกี่ยวกับแบบจำลอง Person – Environment – Occupation – Performance (PEOP) Model ที่สะท้อนให้เห็นการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างคน สิ่งแวดล้อม กิจกรรมที่มีความหมาย และความสามารถในการทำกิจกรรม ซึ่งถูกนำมาใช้ในการปฏิบัติงานทางคลินิกของนักกิจกรรมบำบัด เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าประสงค์และลดอุปสรรคด้านสิ่งแวดล้อมที่จำกัดซึ่งมีผลต่อความสามารถในการทำกิจกรรมได้ โดยการยึดถือแบบจำลอง PEOP เป็นกรอบในการทำความเข้าใจปัญหาและช่วยเหลือผู้รับบริการอย่างเป็นระบบและเป้าหมายสูงสุดคือ การทำให้ผู้รับบริการนั้นมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมหรือมีบทบาทอันมีความหมายต่อตนเองรวมถึงส่งเสริมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี กิจกรรมดำเนินชีวิต (occupations) คือ กิจกรรมการดำเนินชีวิตที่มีความหมายต่อชีวิตมนุษย์ ซึ่งการใช้ชีวิตแต่ละวันเต็มไปด้วยกิจกรรมที่หลากหลายมากมายโดยสัมพันธ์กับกาลเวลา สถานที่ และวัฒนธรรมที่เราเป็นอยู่และที่ทำกิจกรรมเหล่านั้น ยิ่งไปกว่านั้นแต่ละวัฒนธรรมจะให้คุณค่า และความหมายกับสิ่งที่คนทำแตกต่างกันไป และในทางกิจกรรมบำบัดได้ให้ความสำคัญต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก เพราะกิจกรรมการดำเนินชีวิตที่ได้ลงมือกระทำย่อมส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันและภาวะสุขภาพของแต่ละบุคคล หากมีการแบ่งเวลาในการประกอบกิจกรรมที่

สมดุล จะนำไปสู่สภาวะสุขภาพที่ดีและก่อให้เกิดความสุขในการดำเนินชีวิต (อ้างถึงใน³) ซึ่งกิจกรรมการดำเนินชีวิตอ้างอิงตาม Occupational Therapy Practice Framework (OTPF) : Domain & Process 4th edition (American Journal of Occupational Therapy, 2020) แบ่งออกเป็น 9 ประเภท ได้แก่ กิจกรรมประจำวันขั้นพื้นฐาน (activity of daily living) กิจกรรมประจำวันขั้นสูง (instrumental activity of daily living) การจัดการและการดูแลสุขภาพ (health management) การพักผ่อนและนอนหลับ (rest and sleep) การศึกษา (education) การทำงาน (work) การเล่น (play) การทำกิจกรรมยามว่าง (leisure) และการมีส่วนร่วมทางสังคม (social participation)

การศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การศึกษาของนริภัทร์ อัครสุทธิพงษ์⁴ ในปี พ.ศ. 2564 ซึ่งศึกษาการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตและการปรับตัวช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาของสมาชิกศูนย์กิจกรรมและบริการผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมการดำเนินชีวิตที่มีการปรับตัวมากที่สุดได้แก่ การลดการเดินทางไปพื้นที่ต่าง ๆ ในชุมชน การนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ การเว้นระยะห่างทางสังคม และการทำตามหน้าที่บทบาท และในการปรับตัวช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา ด้านที่มีการปรับตัวมากที่สุด ได้แก่ การปรับตัวด้านร่างกาย และการรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ และวิตามิน น้ำมันห่อ, บุนนียง ประทุม, สุรศักดิ์ แก้วอ่อน และกรกฎ จำเนียร⁵ ในปี พ.ศ. 2564 ได้ทำการศึกษาผลกระทบและการปรับตัวของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาในจังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มวัยทำงานได้รับผลกระทบมากที่สุด ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านเศรษฐกิจทำให้มีรายได้ลดลง ด้านสุขภาพเกิดการตื่นตัวในการป้องกันและดูแลสุขภาพมากขึ้น ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปกติ ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศสามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลข่าวสารมากขึ้น และด้านการศึกษาทำให้นักเรียน/นักศึกษาต้องเรียนออนไลน์มากขึ้น ส่วนการปรับตัวของประชาชน พบว่า ด้านเศรษฐกิจมีการสร้างอาชีพใหม่ของสมาชิกในครัวเรือนเพื่อการเพิ่มรายได้ ด้านสุขภาพปรับตัวเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพในการล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมมีการพูดคุยอยู่ในระดับปกติ ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศมีการเรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสารด้วยตัวเอง และด้านการศึกษามีการขอให้คนรู้จักช่วยสอนหนังสือให้ลูกหลาน จะเห็นว่าจากการสถานการณ์การแพร่ระบาดนี้ทำให้บุคคลต้องมีการปรับตัวในการดำเนินชีวิต นักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ซึ่งมีลักษณะการเรียนการสอนที่มีทั้งการบรรยาย การปฏิบัติในห้องปฏิบัติการ และการฝึกปฏิบัติทางคลินิกในโรงพยาบาลและสถานที่ทางการแพทย์ต่าง ๆ ในช่วงที่มีการระบาดอาจมีการเปลี่ยนแปลงในวิถีการดำเนินชีวิตเช่นกัน การศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตในนักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับการศึกษาชั้นปีที่ 4 ปีการศึกษา 2565 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับผลกระทบจากการเรียนการสอนแบบออนไลน์มากที่สุด

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นรูปแบบเชิงสำรวจ (survey research) เพื่อศึกษาผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตในนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับการศึกษาชั้นปีที่ 4 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2565 จาก 6 คณะ คือคณะเทคนิคการแพทย์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ และคณะสัตวแพทยศาสตร์ จำนวน 46 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) โดยเป็นนักศึกษาที่เคยติดเชื้อไวรัสโคโรนาอย่างน้อย 1 ครั้งขึ้นไปในช่วงระยะเวลาตั้งแต่เดือนมกราคม พ.ศ. 2564 ถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2565 และยินยอมและให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยคือแบบสอบถามผลกระทบของการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตที่พัฒนาโดยคณะผู้วิจัยตามกรอบอ้างอิง Occupational Therapy Practice Framework (OTPF) : Domain & Process 4th edition⁶ และหาค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จากการหาค่า Index of Item Objective Congruence (IOC) โดยคณะผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์หรือมีความเชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน แบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 40 ข้อ จากกิจกรรมการดำเนินชีวิต 9 ด้านคือ 1) กิจกรรมประจำวันในการดูแลตนเอง (กิจกรรมประจำวันขั้นพื้นฐาน) จำนวน 7 ข้อ 2) กิจกรรมประจำวันที่มีขั้นตอนซับซ้อน ต้องใช้อุปกรณ์ และเกี่ยวข้องกับการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและบุคคลอื่น (กิจกรรมประจำวันขั้นสูง) จำนวน 10 ข้อ 3) กิจกรรมประจำวันด้านสุขภาพ รวมถึงการจัดการตนเอง โดยมีเป้าหมายในการคงไว้และทำให้สุขภาพดีขึ้นเพื่อสนับสนุนการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต (การจัดการและการดูแลสุขภาพ) จำนวน 6 ข้อ 4) การพักผ่อนและการนอนหลับ เพื่อให้สามารถทำกิจกรรมดำเนินชีวิตอื่นๆ ได้ (การพักผ่อนและการนอนหลับ) จำนวน 3 ข้อ 5) การเรียนรู้และการมีส่วนร่วมทางสภาพแวดล้อมทางการศึกษาต่อนักเรียน นักศึกษา หรือผู้ที่ต้องการเรียนรู้กิจกรรม (การศึกษา) จำนวน 2 ข้อ 6) กิจกรรมที่ทำเพื่อรับค่าจ้าง รวมถึงกิจกรรมที่เป็นอาสาสมัครโดยไม่ได้รับค่าตอบแทน (การทำงาน) จำนวน 5 ข้อ 7) กิจกรรมเกี่ยวกับกีฬา (การเล่น) จำนวน 2 ข้อ 8) กิจกรรมยามว่างหรืองานอดิเรกที่ไม่ใช่ภาระหน้าที่การงาน (การทำกิจกรรมยามว่าง) จำนวน 2 ข้อ และ 9) กิจกรรมการมีส่วนร่วมในสังคมที่สัมพันธ์กับรูปแบบของพฤติกรรม การดำเนินชีวิตและกฎเกณฑ์ของสังคม (การมีส่วนร่วมทางสังคม) จำนวน 3 ข้อ โดยแบ่งระดับของผลกระทบเป็น 4 ระดับคือ กระทบมาก (ได้รับผลกระทบประมาณ 75% ขึ้นไป) กระทบปานกลาง (ได้รับผลกระทบประมาณ 50%) กระทบน้อย (ได้รับผลกระทบประมาณ 25%) และไม่กระทบ (ไม่ได้รับผลกระทบ)

สำหรับขั้นตอนการเก็บข้อมูลคือ หลังจากได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คณะผู้วิจัยประชาสัมพันธ์เพื่อรับสมัครกลุ่มตัวอย่างผ่านโปสเตอร์ประชาสัมพันธ์แบบอิเล็กทรอนิกส์ไปทางแอปพลิเคชันไลน์กลุ่มใหญ่ของแต่ละคณะ จากนั้นส่งแบบสอบถามและเอกสารชี้แจงในรูปแบบของ Google form โดยให้เวลาในการตอบแบบสอบถาม 2 สัปดาห์ ข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างนำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาโดยแจกแจงเป็นความถี่และร้อยละ

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างได้แก่ เพศ คณะที่กำลังศึกษา โรคประจำตัว ช่วงระยะเวลาที่ติดโควิด และสถานที่กักตัวดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ คณะที่กำลังศึกษา โรคประจำตัว ช่วงระยะเวลาที่ติดโควิด และสถานที่กักตัว (n=46)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนคน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	13	28.30
หญิง	32	69.60
ไม่ต้องการระบุ	1	2.20
คณะที่กำลังศึกษา		
คณะเทคนิคการแพทย์	31	67.40
คณะแพทยศาสตร์	2	4.30
คณะทันตแพทยศาสตร์	1	2.20
คณะสัตวแพทยศาสตร์	5	10.90
คณะพยาบาลศาสตร์	5	10.90
คณะเภสัชศาสตร์	2	4.30
โรคประจำตัว		
ไม่มี	39	84.80
โรคภูมิแพ้	5	10.90
โรคซึมเศร้า	2	4.30
ช่วงระยะเวลาที่ติด Covid-19		
ม.ค. - เม.ย. 2564	11	23.90
พ.ค. - ส.ค. 2564	4	8.70
ก.ย. - ธ.ค. 2564	0	0.00
ม.ค. - เม.ย. 2565	13	28.30
พ.ค. - ส.ค. 2565	18	39.10
สถานที่กักตัว		
บ้าน	16	34.80
หอพัก	24	52.20
โรงพยาบาล	1	2.20
โรงพยาบาลสนาม	3	6.50
โรงแรม	2	4.30



จากตารางที่ 1 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 69.60) เป็นเพศหญิง และร้อยละ 28.30 เป็นเพศชาย ส่วนมาก (ร้อยละ 67.40) กำลังศึกษาในคณะเทคนิคการแพทย์ รองลงมาคือคณะสัตวแพทยศาสตร์และพยาบาลศาสตร์ซึ่งมีจำนวนเท่ากันคือร้อยละ 10.90 และน้อยที่สุดคือคณะทันตแพทยศาสตร์ (ร้อยละ 2.20) ด้านโรคประจำตัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 84.80) ไม่มีโรคประจำตัว และมีโรคประจำตัวคือโรคภูมิแพ้ ร้อยละ 10.90 และโรคซึมเศร้า (ร้อยละ 4.30) ช่วงระยะเวลาที่ติดเชื้อ Covid-19 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก (ร้อยละ 39.10) ติดในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2565 รองลงมาเป็นช่วงเดือนมกราคมถึงเดือนเมษายน พ.ศ. 2565 ร้อยละ 28.30 สำหรับสถานที่กักตัวพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมาก (ร้อยละ 52.20) กักตัวที่หอพัก และรองลงมาคือที่บ้าน (ร้อยละ 34.80)

ระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ดังแสดงในตารางที่ 2-10

ตารางที่ 2 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านกิจวัตรประจำวันพื้นฐาน (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
กิจวัตรประจำวันในการดูแลตนเอง (กิจวัตรประจำวันพื้นฐาน)					
1. การอาบน้ำ และการใช้อุปกรณ์ในการอาบน้ำ	2 (4.30)	3 (6.50)	9 (19.60)	32 (69.60)	0 (0.00)
2. การขยับถ่าย และการการใช้อุปกรณ์ในการขยับถ่าย	2 (4.30)	4 (8.70)	6 (13.00)	34 (73.90)	0 (0.00)
3. การเลือก และสวมใส่เสื้อผ้า (การแต่งตัว)	0 (0.00)	5 (10.90)	6 (13.00)	35 (76.10)	0 (0.00)
4. การควบคุม และจัดการกับอาหารที่อยู่ในปากและกลืน (การกิน)	4 (8.70)	9 (19.60)	10 (21.70)	23 (50.00)	0 (0.00)
5. การจัดเตรียม จัดการ และนำอาหารจากภาชนะเข้าปาก	3 (6.50)	5 (10.90)	12 (26.10)	26 (56.50)	0 (0.00)
6. ความสามารถในการเคลื่อนย้าย และเคลื่อนที่ตนเอง เช่น การย้ายจากเตียงไปยังห้องน้ำ การย้ายจากห้องน้ำไปยังห้องนอน เป็นต้น	2 (4.30)	4 (8.70)	7 (15.20)	33 (71.70)	0 (0.00)
7. การใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลความสวยงาม และสุขอนามัยของตนเอง	1 (2.20)	7 (15.20)	9 (19.60)	28 (60.90)	1 (2.20)



จากตารางที่ 2 พบว่าด้านกิจวัตรประจำวันในการดูแลตนเอง (กิจวัตรประจำวันพื้นฐาน) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบในทุกหัวข้อ โดยหัวข้อที่กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก (ร้อยละ 76.10) ไม่กระทบมากที่สุดคือการเลือกและสวมใส่เสื้อผ้า (การแต่งตัว) และหัวข้อที่กลุ่มตัวอย่างส่วนน้อย (ร้อยละ 50.00) ไม่กระทบคือการจัดการกับอาหารที่อยู่ในปากและกลืน (การกิน) สำหรับการกระทบในระดับมากพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 8.70 รายงานว่ามีการกระทบในระดับมากในหัวข้อการควบคุม และจัดการกับอาหารที่อยู่ในปากและกลืน (การกิน)

ตารางที่ 3 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านกิจวัตรประจำวันขั้นสูง (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
กิจวัตรประจำวันที่มีขั้นตอนซับซ้อน ต้องใช้อุปกรณ์ และเกี่ยวข้องกับการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและบุคคลอื่น (กิจวัตรประจำวันขั้นสูง)					
1. การดูแลผู้อื่น เช่น ครอบครัว เพื่อน คนรัก เป็นต้น	8 (17.40)	12 (26.10)	9 (19.60)	17 (37.00)	0 (0.00)
2. การเลี้ยงดูสัตว์เลี้ยง	3 (6.50)	6 (13.00)	2 (4.30)	29 (63.00)	6 (13.00)
3. การใช้อุปกรณ์เครื่องมือสื่อสาร	1 (2.20)	5 (10.90)	10 (21.70)	30 (65.20)	0 (0.00)
4. การเดินทางไปที่ต่างๆ และการใช้บริการขนส่งมวลชนหรือรถรับจ้าง	22 (47.80)	14 (30.40)	2 (4.30)	8 (17.40)	0 (0.00)
5. การจัดการใช้จ่าย การดูแลสภาพการเงิน และการวางแผนการเงินในระยะสั้นและยาว	4 (8.70)	14 (30.40)	11 (23.90)	17 (37.00)	0 (0.00)
6. การดูแลที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมรอบๆ ที่อยู่อาศัย	9 (19.60)	12 (26.10)	11 (23.90)	14 (30.40)	0 (0.00)
7. การเตรียมวัตถุดิบทำอาหาร การประกอบอาหาร และการทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ใช้	14 (30.40)	10 (21.70)	10 (21.70)	12 (26.10)	0 (0.00)
8. การมีส่วนร่วมทางกิจกรรมทางศาสนา และจิตวิญญาณ	6 (13.00)	7 (15.20)	5 (10.90)	25 (54.30)	3 (6.50)
9. การดูแลความปลอดภัยของตนเอง และการตอบสนองต่อภาวะฉุกเฉิน	4 (8.70)	11 (23.90)	10 (21.70)	20 (43.50)	1 (2.20)
10. การเลือกซื้อสินค้า และการชำระเงิน	4 (8.70)	13 (28.30)	19 (41.30)	9 (19.60)	1 (2.20)



จากตารางที่ 3 ระดับผลกระทบด้านกิจวัตรประจำวันที่มีขั้นตอนซับซ้อน ต้องใช้อุปกรณ์ และเกี่ยวข้องกับการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและบุคคลอื่น (กิจวัตรประจำวันขั้นสูง) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบในทุกหัวข้อยกเว้นหัวข้อการเดินทางไปที่ต่าง ๆ และการใช้บริการขนส่งมวลชนหรือรถรับจ้างที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 47.80) รายงานว่าได้รับผลกระทบในระดับมาก สำหรับหัวข้อที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 65.20) ไม่ได้รับผลกระทบมากที่สุดได้แก่กิจกรรมการใช้อุปกรณ์เครื่องมือสื่อสาร รองลงมา (ร้อยละ 63.00) คือการดูแลสัตว์เลี้ยง

ตารางที่ 4 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการจัดการและการดูแลสุขภาพ (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
กิจวัตรประจำวันด้านสุขภาพ รวมถึงการจัดการตนเองโดยมีเป้าหมายในการคงไว้และทำให้สุขภาพดีขึ้นเพื่อสนับสนุนการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต (การจัดการและการดูแลสุขภาพ)					
1. การส่งเสริมและคงไว้ต่อการจัดการอารมณ์และการแสดงออกเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี	3 (6.50)	11 (23.90)	18 (39.10)	14 (30.40)	0 (0.00)
2. การจัดการ และการรับมือกับความเจ็บป่วย	5 (10.90)	17 (37.00)	13 (28.30)	11 (23.90)	0 (0.00)
3. การจัดการเกี่ยวกับยา	6 (13.00)	14 (30.40)	14 (30.40)	12 (26.10)	0 (0.00)
4. การทำกิจกรรมการเคลื่อนไหว	7 (15.20)	12 (26.10)	11 (23.90)	16 (34.80)	0 (0.00)
5. การจัดการโภชนาการเพื่อดูแลสุขภาพ	5 (10.90)	16 (34.80)	12 (26.10)	13 (28.30)	0 (0.00)
6. การจัดการ ทำความสะอาด และบำรุงรักษาอุปกรณ์ช่วยหรืออุปกรณ์เสริมต่างๆ เช่น แว่นตา คอนแทคเลนส์ เป็นต้น	4 (8.70)	7 (15.20)	8 (17.40)	26 (56.50)	1 (2.20)

จากตารางที่ 4 ผลกระทบด้านกิจวัตรประจำวันด้านสุขภาพ รวมถึงการจัดการตนเองโดยมีเป้าหมายในการคงไว้และทำให้สุขภาพดีขึ้นเพื่อสนับสนุนการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต (การจัดการและการดูแลสุขภาพ) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับผลกระทบในระดับน้อยและปานกลาง ยกเว้นหัวข้อการจัดการ ทำความสะอาด และบำรุงรักษาอุปกรณ์ช่วยหรืออุปกรณ์เสริมต่าง ๆ ที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 56.50) และหัวข้อการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 34.80) ที่กลุ่มตัวอย่างรายงานว่าไม่ได้รับผลกระทบ

ตารางที่ 5 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการพักผ่อนและการนอนหลับ (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
การพักผ่อนและการนอนหลับเพื่อให้สามารถทำกิจกรรมดำเนินชีวิตอื่นๆ ได้ (การพักผ่อนและการนอนหลับ)					
1. การพักผ่อน เช่น การฟังเพลง การดูซีรีส์ เป็นต้น	6 (13.00)	5 (10.90)	11 (23.90)	24 (52.20)	0 (0.00)
2. การเตรียมตัวก่อนนอนหลับ	4 (8.70)	8 (17.40)	12 (26.10)	22 (47.80)	0 (0.00)
3. การนอนหลับ	6 (13.00)	11 (23.90)	16 (34.80)	13 (28.30)	0 (0.00)

จากตารางที่ 5 ผลกระทบด้านการพักผ่อนและการนอนหลับเพื่อให้สามารถทำกิจกรรมดำเนินชีวิตอื่น ๆ ได้ (การพักผ่อนและการนอนหลับ) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบในหัวข้อการพักผ่อน (ร้อยละ 52.20) และการเตรียมตัวก่อนนอนหลับ (ร้อยละ 47.80) สำหรับหัวข้อการนอนหลับพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมาก (ร้อยละ 34.80) รายงานว่าได้รับผลกระทบในระดับน้อย

ตารางที่ 6 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการศึกษา (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
การเรียนรู้และการมีส่วนร่วมทางสภาพแวดล้อมทางการศึกษาต่อนักเรียน นักศึกษา หรือผู้ที่ต้องการเรียนรู้กิจกรรม (การศึกษา)					
1. การเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในระบบ	18 (39.10)	12 (26.10)	7 (15.20)	9 (19.60)	0 (0.00)
2. การค้นหาเพิ่มพูนความรู้ตามความสนใจ (นอกระบบ)	5 (10.90)	14 (30.40)	8 (17.40)	17 (37.00)	2 (4.30)



จากตารางที่ 6 ผลกระทบด้านการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมทางสภาพแวดล้อมทางการศึกษาต่อ นักเรียน นักศึกษา หรือผู้ที่ต้องการเรียนรู้กิจกรรม (การศึกษา) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 39.10) ได้รับผลกระทบในระดับมากในหัวข้อกิจกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในระบบ และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 37.00) ไม่ได้รับผลกระทบในกิจกรรมการค้นหาเพิ่มพูนความรู้ตามความสนใจ (นอกระบบ)

ตารางที่ 7 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการทำงาน (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
กิจกรรมที่ทำเพื่อรับค่าจ้าง รวมถึงกิจกรรมที่เป็นอาสาสมัครโดยไม่ได้รับค่าตอบแทน (การทำงาน)					
1. การค้นหางานนอกเวลาทำตามความสนใจและความสามารถ	3 (6.50)	9 (19.60)	8 (17.40)	20 (43.50)	6 (13.00)
2. การหางานนอกเวลา และการสมัครงาน	3 (6.50)	7 (15.20)	8 (17.40)	20 (43.50)	8 (17.40)
3. การทำงานนอกเวลาตามหน้าที่	5 (10.90)	11 (23.90)	4 (8.70)	20 (43.50)	6 (13.00)
4. การค้นหากิจกรรมอาสาสมัครที่ตนสนใจ	6 (13.00)	8 (17.40)	7 (15.20)	17 (37.00)	8 (17.40)
5. การเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัครที่ตนสนใจ	10 (21.70)	8 (17.40)	4 (8.70)	17 (37.00)	7 (15.20)

จากตารางที่ 7 ผลกระทบด้านกิจกรรมที่ทำเพื่อรับค่าจ้าง รวมถึงกิจกรรมที่เป็นอาสาสมัครโดยไม่ได้รับค่าตอบแทน (การทำงาน) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบในทุกหัวข้อ สำหรับหัวข้อที่กลุ่มตัวอย่างรายงานว่าได้รับผลกระทบในระดับมากได้แก่การเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัครที่ตนสนใจซึ่งมีถึงร้อยละ 21.70

ตารางที่ 8 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการเล่น (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
กิจกรรมเกี่ยวกับกีฬา (การเล่น)					
1. การสำรวจ และค้นหากิจกรรมกีฬา	4 (8.70)	9 (19.60)	15 (32.60)	15 (32.60)	3 (6.50)
2. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬา	14 (30.40)	10 (21.70)	10 (21.70)	9 (19.60)	3 (6.50)

จากตารางที่ 8 ผลกระทบด้านกิจกรรมเกี่ยวกับกีฬา (การเล่น) พบว่าหัวข้อการสำรวจและค้นหากิจกรรมกีฬากลุ่มตัวอย่างจำนวนเท่ากันคือร้อยละ 32.60 รายงานว่าได้รับผลกระทบในระดับน้อยและไม่ได้รับผลกระทบ สำหรับหัวข้อการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 30.40) ได้รับผลกระทบในระดับมาก

ตารางที่ 9 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการทำกิจกรรมยามว่าง (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
กิจกรรมยามว่างหรืองานอดิเรกที่ไม่ใช่ภาระหน้าที่การงาน (การทำกิจกรรมยามว่าง)					
1. การค้นหากิจกรรมยามว่างหรืองานอดิเรกตามความสนใจ	6 (13.00)	9 (19.60)	17 (37.00)	14 (30.40)	0 (0.00)
2. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมยามว่าง	8 (17.40)	12 (26.10)	12 (26.10)	14 (30.40)	0 (0.00)

จากตารางที่ 9 ผลกระทบด้านกิจกรรมยามว่างหรืองานอดิเรกที่ไม่ใช่ภาระหน้าที่การงาน (การทำกิจกรรมยามว่าง) พบว่าหัวข้อการค้นหากิจกรรมยามว่างหรืองานอดิเรกตามความสนใจ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 37.00) ได้รับผลกระทบในระดับน้อย สำหรับหัวข้อการมีส่วนร่วมในกิจกรรมยามว่าง กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก (ร้อยละ 30.40) ไม่ได้รับผลกระทบ



ตารางที่ 10 ความถี่และร้อยละของระดับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม (n=46)

	ระดับผลกระทบการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต				
	จำนวนคน (ร้อยละ)				
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่กระทบ	ไม่จำเป็นต้องระบุ
กิจกรรมการมีส่วนร่วมในสังคมที่สัมพันธ์กับรูปแบบของพฤติกรรม การดำเนินชีวิตและกฎเกณฑ์ของสังคม (การมีส่วนร่วมทางสังคม)					
1. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมระดับชุมชน เช่น การไปร่วมงานวันสำคัญทางศาสนาที่วัด งานโรงงาน งานทอดกฐิน เป็นต้น	15 (32.60)	14 (30.40)	5 (10.90)	11 (23.90)	1 (2.20)
2. การมีส่วนร่วมกับครอบครัว	19 (41.30)	13 (28.30)	3 (6.50)	11 (23.90)	0 (0.00)
3. การมีส่วนร่วมกับเพื่อนหรือกลุ่มคนที่มีความสนใจ อายุ ภูมิหลัง หรือสถานภาพทางสังคมที่คล้ายคลึงกัน เช่น การร่วมงานกีฬา การร่วมงานปฐมนิเทศ	20 (43.50)	11 (23.90)	3 (6.50)	10 (21.70)	2 (4.30)

ตารางที่ 10 ผลกระทบด้านกิจกรรมการมีส่วนร่วมในสังคมที่สัมพันธ์กับรูปแบบของพฤติกรรม การดำเนินชีวิตและกฎเกณฑ์ของสังคม (การมีส่วนร่วมทางสังคม) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับผลกระทบในระดับมาก และหวั่นใจการมีส่วนร่วมกับเพื่อนหรือกลุ่มคนที่มีความสนใจ อายุ ภูมิหลัง หรือสถานภาพทางสังคมที่คล้ายคลึงกัน มีกลุ่มตัวอย่างถึงร้อยละ 43.50 ที่รายงานว่าได้รับผลกระทบในระดับมาก

อภิปรายผลการศึกษา

จากผลการวิเคราะห์ผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (Covid-19) ต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่เคยติดเชื้อไวรัสโคโรนาจำนวน 46 คน พบว่ากิจกรรมการดำเนินชีวิตทั้ง 9 ด้านกลุ่มตัวอย่างได้รับผลกระทบในระดับแตกต่างกัน โดยสามารถแยกอภิปรายเป็นระดับผลกระทบได้ ดังนี้

กิจกรรมการดำเนินชีวิตที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับผลกระทบในระดับมาก ได้แก่ ด้านกิจวัตรประจำวันขั้นสูงคือกิจกรรมการเดินทางไปที่ต่าง ๆ และต้องมีการใช้บริการขนส่งมวลชนหรือรถรับจ้าง ทั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่ากิจกรรมดังกล่าวเป็นกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างต้องเดินทางไปสถานที่ภายนอกที่พักอาศัยที่

ใช้กักตัว ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนมาก (ร้อยละ 39.10) ติดเชื้อ Covid-19 ในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2565 ซึ่งเป็นช่วงระยะเวลาที่รัฐบาลมีมาตรการกำหนดว่าบุคคลที่ติดเชื้อจำเป็นต้องกักตัวให้ครบ 10 วัน⁷ ซึ่งทำให้เกิดผลกระทบในระดับมากสำหรับกลุ่มตัวอย่างเพราะไม่สามารถเดินทางได้ กิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านต่อมาคือด้านการศึกษาได้แก่กิจกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนในระบบ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จากคณะเทคนิคการแพทย์ และส่วนมากติดเชื้อ Covid-19 ในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2565 รองลงมาเป็นช่วงเดือนมกราคมถึงเดือนเมษายน พ.ศ. 2565 ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ให้มีการกักตัว 10 วันและ 14 วัน ตามลำดับ⁷ ซึ่งช่วงระยะเวลาดังกล่าวเป็นช่วงเวลาของการเปิดภาคการศึกษาที่ต้องมีการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีที่คณะเทคนิคการแพทย์และภาคปฏิบัติงานนอกสถานที่ ทำให้เกิดผลกระทบและเป็นอุปสรรคอย่างมากในการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนในระบบ ต่อมากิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการเล่น ได้แก่ กิจกรรมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬา เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างต้องทำการกักตัวอยู่ภายในที่พักอาศัย และปัจจุบันการเล่นกีฬาก็เป็นกิจกรรมที่เป็นที่นิยมทั้งในเพศชายและหญิง โดยส่วนมากมักเป็นกีฬาที่ต้องออกไปยังสถานที่เฉพาะตามชนิดของกีฬานั้น ๆ ทำให้กลุ่มตัวอย่างรายงานว่าการติดเชื้อ Covid-19 ส่งผลกระทบด้านนี้ในระดับมาก สำหรับกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมกลุ่มตัวอย่างส่วนมากรายงานว่าได้รับผลกระทบในระดับมากในทุกกิจกรรมคือกิจกรรมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมระดับชุมชน กิจกรรมการมีส่วนร่วมกับครอบครัว และกิจกรรมการมีส่วนร่วมกับเพื่อนหรือกลุ่มคนที่มีความสนใจ อายุ ภูมิหลัง หรือสถานภาพทางสังคมที่คล้ายคลึงกัน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ต้องทำการกักตัวที่หอพัก และรองลงมาคือที่บ้าน ซึ่งต้องอยู่ภายในห้องพักของตนเอง จึงทำให้การพบปะกับสมาชิกในครอบครัวที่อยู่ภายในบ้าน พบปะกับกลุ่มเพื่อน หรือเข้าร่วมกิจกรรมงานบุญของชุมชนไม่สามารถเป็นไปได้

กิจกรรมการดำเนินชีวิตที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับผลกระทบน้อย ได้แก่ ด้านกิจวัตรประจำวันขั้นสูงคือการเลือกซื้อสินค้าและการชำระเงิน เนื่องจากกิจกรรมดังกล่าวเป็นกิจกรรมที่สามารถกระทำทางออนไลน์ได้โดยไม่ต้องเดินทางไปร้านค้าจริง สอดคล้องกับวิจัยของทักษิณา เพี้ยชัย⁸ ในปี พ.ศ. 2564 ซึ่งศึกษาพฤติกรรมบริโภคของนักศึกษากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ผลการศึกษา พบว่าช่องทางในการซื้อและใช้บริการที่มากที่สุดผ่านช่องทางออนไลน์ และเหตุผลของการตัดสินใจซื้อสินค้าและบริการมากที่สุดคือความสะดวกสบาย รองลงมาคือความรวดเร็วและประหยัดเวลา กิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการจัดการและการดูแลสุขภาพที่กลุ่มตัวอย่างรายงานว่าได้รับผลกระทบน้อยคือกิจกรรมการส่งเสริมและคงไว้ต่อการจัดการอารมณ์และการแสดงออกเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นนักศึกษาจากสายวิทยาศาสตร์สุขภาพที่มีความรู้ในการดูแลและส่งเสริมสุขภาพได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับวิจัยของภัทราพร นันตะภาพ⁹ ในปี พ.ศ. 2564 ซึ่งศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี เนื่องจากเป็นนักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพได้ผ่านการเรียนหลักสูตรเกี่ยวกับการจัดการภาวะสุขภาพมาอย่างครบถ้วน สามารถนำความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี รวมถึงการจัดการอารมณ์ความเครียดมาใช้ได้อย่างเหมาะสม

กิจกรรมการดำเนินชีวิตที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบได้แก่ด้านกิจวัตรประจำวัน ขึ้นพื้นฐานพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบในทุกหัวข้อคือการอาบน้ำและการใช้อุปกรณ์ในการอาบน้ำ การขยับและใช้อุปกรณ์ในการขยับ การเลือกและสวมใส่เสื้อผ้า การควบคุมและจัดการกับอาหารที่อยู่ในปากและกลืน การจัดเตรียม จัดการ และนำอาหารจากภาชนะเข้าปาก การเคลื่อนย้ายและเคลื่อนที่ตนเอง และการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลความสวยงามและสุขอนามัยของตนเอง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะกิจกรรมดังกล่าวเป็นกิจวัตรประจำวันพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเอง เป็นกิจวัตรประจำวัน ที่กระทำได้ด้วยตนเองภายในที่พักอาศัยที่ใช้กักตัวและกระทำคนเดียว ไม่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบ กิจกรรมการดำเนินชีวิตที่ไม่ได้รับผลกระทบในด้านกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ได้แก่ กิจกรรมการดูแลผู้อื่น การเลี้ยงดูสัตว์เลี้ยง การใช้อุปกรณ์เครื่องมือสื่อสาร การจัดการ การใช้จ่าย การดูแลสภาพการเงินและการวางแผนการเงินในระยะสั้นและยาว การดูแลที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมรอบ ๆ ที่อยู่อาศัย การมีส่วนร่วมทางกิจกรรมทางศาสนาและจิตวิญญาณ และการดูแลความปลอดภัยของตนเองและการตอบสนองต่อภาวะฉุกเฉิน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 52.20) กักตัวอยู่ที่หอพัก ซึ่งสามารถกักตัวคนเดียวหรือกักร่วมกับผู้อื่นที่ติดเชื้อ Covid-19 เหมือนกันได้ โดยทางหอพักส่วนมากมีข้อห้ามในการเลี้ยงดูสัตว์เลี้ยง และในส่วนของ การใช้อุปกรณ์เครื่องมือสื่อสาร การจัดการใช้จ่าย การดูแลที่อยู่อาศัย และกิจกรรมการมีส่วนร่วมทางกิจกรรมทางศาสนา หรือการดูแลความปลอดภัยของตนเอง เป็นกิจกรรมที่สามารถทำได้ด้วยตนเองภายในที่พักอาศัยที่ใช้กักตัว เนื่องจากยุคสมัยที่ก้าวไกลในเรื่องของเทคโนโลยีที่ทำให้การเข้าถึงโลกภายนอกเป็นไปได้โดยง่าย สำหรับกิจกรรมการดำเนินชีวิตด้านการจัดการ และการดูแลสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างรายงานว่ากิจกรรมการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวและกิจกรรมการจัดการทำความสะอาด และบำรุงรักษาอุปกรณ์ช่วยหรืออุปกรณ์เสริมต่าง ๆ ไม่ได้รับผลกระทบ เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่สามารถทำได้ด้วยตนเองภายในที่พักอาศัยที่ใช้กักตัว และด้านการพักผ่อนและการนอนหลับที่ไม่ได้รับผลกระทบคือกิจกรรมการพักผ่อนและกิจกรรมการเตรียมตัวก่อนนอนหลับ เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่สร้างความผ่อนคลายที่ขึ้นอยู่กับความสะดวกและความชอบของแต่ละคน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนมากเป็นเพศหญิง และมักจะมีกิจกรรมการผ่อนคลายหรือกิจกรรมก่อนนอนหลับคล้ายกันคือการดูซีรีส์หรือหนัง ฟังเพลง และอ่านหนังสือ ซึ่งสามารถทำได้จากการใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ทั่วไปภายในที่พักอาศัยที่ใช้กักตัว และสุดท้าย ด้านการศึกษาคือกิจกรรมการค้นหาเพิ่มพูนความรู้ตามความสนใจ (นอกระบบ) เป็นกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างรายงานว่าไม่ได้รับผลกระทบ เนื่องจากยุคสมัยที่ก้าวไกลในเรื่องของเทคโนโลยีที่ทำให้การเข้าถึงโลกภายนอกเป็นไปได้โดยง่าย ทำให้สามารถค้นหาเพิ่มพูนความรู้ได้ด้วยตนเองภายในที่พักอาศัยที่ใช้กักตัว

อย่างไรก็ตามการศึกษานี้มีข้อจำกัดคือจำนวนกลุ่มตัวอย่างมีขนาดน้อย ดังนั้นควรเพิ่มจำนวนของกลุ่มตัวอย่างให้มากขึ้น ควรกระจายกลุ่มตัวอย่างจาก 6 คณะให้มีอัตราส่วนใกล้เคียงกัน และศึกษาในกลุ่มที่ไม่ใช่สายวิทยาศาสตร์สุขภาพ



สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษาผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตใน นักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพชั้นปีที่ 4 ปีการศึกษา 2565 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่เคยติดเชื้อ Covid-19 จำนวน 46 คน สรุปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 47.80) ได้รับผลกระทบมากในกิจกรรมการเดินทาง ไปที่ต่างๆ และการใช้บริการขนส่งมวลชนหรือรถรับจ้าง ได้รับผลกระทบน้อยคิดเป็นร้อยละ 41.30 ในกิจกรรม การเลือกซื้อสินค้า และการชำระเงิน และร้อยละ 76.10 ไม่ได้รับผลกระทบในกิจกรรมการเลือกและสวมใส่ เสื้อผ้า (การแต่งตัว)

เอกสารอ้างอิง

1. กรมควบคุมโรค. กระทรวงสาธารณสุข. โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19); 2563. สืบค้นจาก https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/int_operator/int_operator01_110463.pdf
2. มุขิตา อ่วมเปี่ยม. มุมมองของผู้ปกครองต่อรูปแบบการเล่นและผลกระทบต่อการเล่นในเด็ก ออทิสติกวัยเรียนที่เป็นผลจากมาตรการป้องกันและควบคุมโรคในช่วงสถานการณ์ระบาดของ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019. ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตรบัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2564.
3. มณฑุทัย แยมวงษ์. การใช้เวลาในการประกอบกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่นในผู้สูงอายุติดสังคม ศูนย์กิจกรรมและบริการผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองป่าครั่ง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตรบัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2561.
4. นริภัทร์ อัสวสุทธิพงษ์. การทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตและการปรับตัวช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ของสมาชิกศูนย์กิจกรรมและบริการผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองป่าครั่ง ตำบลหนองป่าครั่ง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. ภาคนิพนธ์ วิทยาศาสตรบัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2564.
5. วิเชียร มั่นแหล่, บุญยิ่ง ประทุม, สุรศักดิ์ แก้วอ่อน และกรกฎ จำเนียร. การศึกษาผลกระทบและการปรับตัว ของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ ของโรคโควิด-19 จังหวัดนครศรีธรรมราช; 2564. สืบค้นจาก file:///C:/Users/Acer/Downloads/anuchid,+%7B\$userGroup%7D,+25-8929+%E0%B8%AA%E0%B8%96%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%93%E0%B9%8C%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B9%81%E0%B8%9E%E0%B8%A3%E0%B9%88%E0%B8%A3%E0%B8%B0%E0%B8%9A%E0%B8%B2%E0%B8%94%20(10).pdf
6. American Journal of Occupational Therapy. Occupational Therapy Practice Framework (OTPF): Domain & Process 4th edition. American Occupational Therapy Association, Inc; 2020.



7. สำนักสารนิเทศ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. สธ.เตือนผู้ติดเชื้อโควิดร่วมรับผิตชอบสังคม
แยกกักตัว; 2565. สืบค้นจากhttps://pr.moph.go.th/?url=pr%2Fdetail%2F2%2F04%2F176343%2F&fbclid=IwAR1YOLWcNZLxvRutzrQEjN-gAAAWY8iQ5G1_AGLdCSQC0i2JnLOzT1PjKDw.
8. ทักษิณา เพี้ยซ้าย. การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคของนักศึกษากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019.
ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2564.
9. ภัทรพร นันตะภาพ. พฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019.
ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2564.