

บทคัดย่อ

การศึกษากลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน

(II) การสำรวจโดยการบันทึกอาการที่เกิดขึ้นทุกวันด้วยตนเองเป็นเวลา 3 เดือน

วัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาถึงรายละเอียดของการเกิดอาการก่อนมีประจำเดือน ที่มีต่อสตรีวัยเจริญพันธุ์ ใน 10 กลุ่มอาการ ประกอบด้วย อาการเกี่ยวกับความจำ อาการทางอารมณ์ อาการทางประสาท อาการระบบทางเดินอาหาร อาการทางพฤติกรรม อาการทางกำลังกาย อาการคั่งของน้ำ อาการภูมิแพ้ อาการปวด/เมื่อย และอาการอื่น ๆ

2. เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลของอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นก่อนมีประจำเดือน สำหรับสตรีไทย ซึ่งจะ เป็นความรู้ในการปฏิบัติตนเอง และเป็นสื่อความเข้าใจในครอบครัวระหว่างสามีภรรยา พ่อแม่กับลูก พี่กับน้อง ตลอดจนเพื่อนและสังคมรอบตัว

สถานที่ ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล

รูปแบบการวิจัย การสำรวจโดยการบันทึกด้วยตนเอง

ประชากร สตรีวัยเจริญพันธุ์อายุระหว่าง 13-52 ปี ที่อยู่ในพื้นที่ของกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล

กลุ่มตัวอย่าง สตรีวัยเจริญพันธุ์อายุระหว่าง 11-54 ปี ในเขตกรุงเทพมหานครที่อยู่ในพื้นที่ของกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ที่ได้รับการคัดเลือกกว่าเป็นผู้ที่มีอาการ PMS และเต็มใจที่จะบันทึกอาการในรอบเดือนทุกวันได้ จำนวน 166 คน

วิธีการศึกษา 1. สร้างและทดสอบแบบบันทึก ลักษณะแบบสำรวจตนเองที่จะต้องบันทึกอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในรอบประจำเดือนทุกวัน

2. ส่งให้กลุ่มตัวอย่างกรอกแบบบันทึกด้วยตนเอง

3. รวบรวมข้อมูล คำนวณ และสรุปผลทางสถิติด้วยโปรแกรม

สำเร็จรูป SPSS

ผลการศึกษา อาสาสมัครทุกคนจะมีอาการที่เกิดขึ้นก่อนมีประจำเดือนสูงกว่า หลังมีประจำเดือน และบางคนอาการทั้งหมดจะหายไปหลังมีประจำเดือน อาการต่าง ๆ ก่อนมีประจำเดือนที่เกิดขึ้นและพบสูงร้อยละ 10 ขึ้นไป ได้แก่ 8 กลุ่มอาการ คือ กลุ่มอาการทางอารมณ์ (ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ หงุดหงิด เครียด วิตกกังวล ขาดความมั่นใจ) ร้อยละ 18 กลุ่มอาการทางกำลังกาย (เหนื่อยง่าย ง่วงนอน นอนไม่หลับ) ร้อยละ 17 กลุ่มอาการคั่งของน้ำ (เจ็บตึงหน้าอก) ร้อยละ 16 กลุ่มอาการเกี่ยวกับความจำ (ขาดสมาธิ ขี้ลืม ความคิดสับสน) ร้อยละ 15 กลุ่มอาการระบบทางเดินอาหาร (อยากอาหาร รสจัด ระบายน้ำ ท้องอืด แน่นท้อง) ร้อยละ 10 กลุ่มอาการ ภูมิแพ้ (หอบหืด ลมพิษ ขึ้นตามตัว) ร้อยละ 10 กลุ่มอาการปวด/เมื่อย (ปวดท้อง ปวดหลัง และปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ) ร้อยละ 33 กลุ่มอาการอื่น ๆ (มีสิ่วเม็ดใหญ่ ๆ บัสสาวะบ่อย ๆ ตามข้อฝืดแข็ง) ร้อยละ 20 ส่วนอีก 2 กลุ่มอาการ คือ กลุ่มอาการทางพฤติกรรม (ก้าวร้าว ง่ายงาม) พบร้อยละ 7 และกลุ่มอาการทางประสาท (ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ คลื่นไส้ ใจสั่น เหงื่อออกมาก) พบร้อยละ 6

สรุป ผลการศึกษานี้สรุปได้ว่า อาการก่อนมีประจำเดือนในสตรีไทย ้วยเจริญพันธุ์เฉลี่ยจาก 10 กลุ่มอาการ เกิดขึ้นประมาณ ร้อยละ 15 มีอาการรุนแรงน้อย เป็นส่วนใหญ่ คือร้อยละ 11 อาการในระดับนี้จะไม่ก่อให้เกิดปัญหาต่อการทำงาน และการดำรงชีวิตประจำวัน มีอาการรุนแรงมากเพียงร้อยละ 1 และอาการรุนแรงปานกลาง ร้อยละ 3 ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อชีวิตประจำวันบ้าง แต่อาการต่าง ๆ จะลดลงได้ ถ้าได้ ได้รับความรู้ มีความตระหนัก และมีความเข้าใจในการปฏิบัติตน ตลอดจนการพบแพทย์ เพื่อขอคำแนะนำและรับการรักษา

คำสำคัญ

อาการก่อนมีประจำเดือน

สตรีวัยเจริญพันธุ์