

ความสัมพันธ์ของปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายกับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบไทย  
 THE ASSOCIATION BETWEEN ENVIRONMENTAL AND POLICY FACTORS AND  
 SUCCESSFUL SMOKING CESSATION OF THAI SMOKERS

ภูเบศ วนิชชานนท์\* เฉลิมพล แจ่มจันทร์\*\* อารี จำปากลาง\*\*\*

Phoobade Wanitchanon, Chalernpol Chamchan, Aree Jampaklay

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบไทย และเปรียบเทียบความสัมพันธ์ของปัจจัยดังกล่าวจำแนกตามกลุ่มอายุระหว่าง 15 - 44 ปี และ กลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ ใช้ข้อมูลทุติยภูมิจากการสำรวจเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราในปี 2557 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ และใช้การวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติกแบบสองกลุ่ม (Binary Logistic Regression) จากกลุ่มตัวอย่างจำนวนรวมทั้งสิ้น 2,250 คน ผลการศึกษาพบว่า การไม่พบการสูบบุหรี่ในครัวเรือนเป็นปัจจัยในกลุ่มสภาพแวดล้อมและนโยบายเพียงปัจจัยเดียวที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบไทยที่อายุ 15 - 44 ปี และอายุ 45 ปีขึ้นไป อย่างไรก็ตามยังพบว่ามีปัจจัยอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีความแตกต่างกันตามกลุ่มอายุ อาทิ ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป พบว่า การมีปัญหาสุขภาพและแพทย์แนะนำให้เลิกสูบบุหรี่ มีผลต่อความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการกำหนดนโยบายสาธารณสุข ยังมีความจำเป็นต้องพัฒนานโยบายที่มีประสิทธิภาพ และสามารถสร้างช่องทางสื่อสารไปยังผู้ที่ยังคงสูบบุหรี่ในปัจจุบันให้ตระหนักถึงอันตรายและพิษภัยที่เกิดจากการสูบบุหรี่เพิ่มมากขึ้น

**คำสำคัญ:** สภาพแวดล้อม, นโยบาย, การเลิกสูบบุหรี่

\* Master of Arts Program in Population and Social Research, Institute for Population and Social Research, Mahidol University.

\*\* Institute for Population and Social Research, Mahidol University

\*\*\* Institute for Population and Social Research, Mahidol University

**ABSTRACT**

The purpose of this study were 1) to explore the environmental and policy factors associated with the success of smoking cessation among Thai smokers, and 2) to compare the relationship of such factors between participants aged 15-44 and 45 years old and above. The methodology of this quantitative research employed the use of secondary data from the smoking and drinking behavior survey 2014 by National Statistical Office. Totally, 2,250 samples were included in the analysis. The results from binary logistic regression showed that the absence of home smoking was the only factor in the environmental and policy that was associated to the success of smoking cessation among Thai smokers aged 15-44 and 45 years old and above. There were other factors relative to the success of smoking cessation in different age groups, such as in the 45-year age group and above, the health problems and doctor's advice to quit smoking were found to significantly affect smoking cessation. the results from this study indicated that the agencies involved in the public health policy need to develop effective policies that provide a way to communicate with current smokers to be aware of the dangers and harms of smoking.

**keywords:** environmental, policy, smoking cessation

## 1. บทนำ

บุหรี่ เป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคเรื้อรัง ตลอดจนเป็นสาเหตุที่นำไปสู่การเสียชีวิต การศึกษาภาระโรคจากปัจจัยเสี่ยงของประชากรไทย พ.ศ. 2552 พบว่า การตายจากปัจจัยเสี่ยง (attributable death) ที่สูงที่สุดในเพศชาย คือ บุหรี่/ยาสูบ โดยคิดเป็น ร้อยละ 17.7 ของจำนวนตายทั้งหมดในเพศชาย ขณะที่ในเพศหญิงคิดเป็นอัตราที่ต่ำกว่าที่เพียงร้อยละ 4.1 (สำนักพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ, 2556) ข้อค้นพบจากการสำรวจการบริโภคยาสูบในผู้ใหญ่ระดับโลก ปี 2554 (Global Adult Tobacco Survey (GATS) พบว่า มีจำนวนผู้บริโภคยาสูบมีควัน สูงถึง 13 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 24 ของประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป โดยมีอัตราการบริโภคในเพศชายร้อยละ 46.6 และในเพศหญิงร้อยละ 2.6 ผลการสำรวจพฤติกรรม การสูบบุหรี่และการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชากร พ.ศ. 2557 ชี้ให้เห็นว่า แนวโน้ม การสูบบุหรี่ของประชากรอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปในปี 2557 มีอัตราการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 20.7 จากปี 2556 ที่มีอัตราการสูบบุหรี่คิดเป็นร้อยละ 19.9 และเมื่อพิจารณาตามเพศเปรียบเทียบ อัตราการสูบบุหรี่ระหว่างปี 2557 และ 2556 พบว่าทั้งเพศชาย และหญิงมีอัตราการสูบบุหรี่ที่เพิ่ม สูงจากร้อยละ 39 เป็น 40.5 และจากร้อยละ 2.1 เป็น 2.2 ตามลำดับ

พฤติกรรม การสูบบุหรี่ รวมถึงสาเหตุที่นำไปสู่การสูบบุหรี่ มีความแตกต่างในแต่ละช่วงวัย หรือกลุ่มอายุของนักสูบ สำหรับกลุ่มเยาวชนอายุ 15 – 24 ปี การศึกษาแนวโน้มการบริโภคยาสูบ ของประชากรไทยของประชากรเด็กและเยาวชน พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่น่าเป็นห่วง โดยมีประชากรที่สูบบุหรี่ คิดเป็นร้อยละ 14.7 และมีค่าเฉลี่ยของอายุที่เริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรกลดลง จากปี 2544 ที่ 18.5 ปี เหลือ 17.8 ปี ในปี พ.ศ. 2557 โดยสาเหตุของการเริ่มสูบบุหรี่ในเยาวชนนั้น ส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น ที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จึงเกิดความรู้สึกอยากรู้อยากลอง ต้องการทดสอบความเข้มแข็งของจิตใจของตนเอง จึงมีความเสี่ยงต่อการถูกชักจูงได้ง่าย (John et al., 2010) ขณะที่ประชากรกลุ่มอายุระหว่าง 25 – 44 ปีนั้น จากผลการสำรวจพฤติกรรม การสูบบุหรี่และการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชากร พ.ศ. 2557 นับเป็นช่วงวัยที่มีอัตราการสูบบุหรี่สูงที่สุด คือคิดเป็นร้อยละ 24 ของประชากรทั้งหมด สาเหตุสำคัญที่ส่งผลให้ประชากรในกลุ่มอายุดังกล่าวมีความเสี่ยงที่จะสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่ม อายุอื่นๆ โดยการสูบบุหรี่ยังเป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิตสูงถึงร้อยละ 10 ของผู้มีอายุไม่เกิน 44 ปี (Vineis et al., 2004) และจากการศึกษาแนวโน้มการบริโภคยาสูบของประชากรไทย พบว่า ผู้ที่มีอายุในช่วงดังกล่าว ถือเป็นช่วงอายุที่มีวุฒิภาวะและมีรายได้เนื่องมาจากการทำงานหลังจากจบ การศึกษา ทำให้มีโอกาสเข้าถึงบุหรี่ได้ง่าย อีกทั้งยังเป็นกลุ่มที่มักคิดว่า การสูบบุหรี่จะไม่เกิดผลกระทบต่อสุขภาพของตน ขณะที่ประชากรกลุ่มอายุ 45-59 ปี เป็นกลุ่มอายุที่มีอัตราการสูบบุหรี่ ร่องลงมา คิดเป็นร้อยละ 22.8 และกลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป มีอัตราการสูบบุหรี่ที่ร้อยละ 16.6 จะเห็น

ได้ว่ายิ่งผู้สูบบุหรี่มีอายุมากขึ้นจะมีอัตราการสูบบุหรี่ที่ลดลง เนื่องจากอาการของความเจ็บป่วยที่เป็นผลมาจากการสูบบุหรี่มักจะแสดงออกมาเมื่อมีอายุเพิ่มมากขึ้น เมื่อเข้ารับบริการด้านสุขภาพ แพทย์หรือบุคลากรสาธารณสุขมักจะให้คำแนะนำให้เลิกสูบบุหรี่เพื่อประสิทธิภาพในการรักษาโรค

จากแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของอัตราการสูบบุหรี่ที่ผ่านมา และข้อจำกัดที่พบจากงานศึกษาที่ผ่านมาผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบบุหรี่ไทย ตั้งแต่อายุ 15 ปีขึ้นไป โดยจำแนกการวิเคราะห์ออกเป็นช่วงอายุ เพื่อทำความเข้าใจปัจจัยเชิงสภาพแวดล้อมและนโยบายที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่ในแต่ละช่วงอายุ ตลอดจนการหาแนวทางในการหามาตรการสำหรับการพัฒนานโยบายการสื่อสารรณรงค์สำหรับการเลิกสูบบุหรี่ที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะกลุ่มประชากรได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถลดจำนวนผู้สูบบุหรี่ได้ต่อไปในอนาคต

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบบุหรี่ไทย อายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป

2.2 เพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ของปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายต่อความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบบุหรี่ไทย จำแนกตามกลุ่มอายุระหว่าง 15 - 44 ปี และ กลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป

## 3. วิธีการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาโดยใช้ข้อมูลทุติยภูมิจากการสำรวจเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราในปี 2557 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ ผู้ที่สูบบุหรี่ และผู้ที่เคยสูบบุหรี่ โดยเป็นผู้ที่มีความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่อย่างน้อย 1 ครั้ง ใน 5 ปีที่ผ่านมา ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปี ขึ้นไป เพื่อต้องการหาปัจจัยที่สนับสนุนให้ผู้ที่เคยพยายามเลิกสูบบุหรี่นั้น สามารถเลิกได้สำเร็จ โดยมีกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้นจำนวน 2,250 คน โดยแบ่งเป็นผู้ที่อยู่ในกลุ่มอายุระหว่าง 15 - 44 ปี จำนวน 899 คน และผู้ที่มีอายุ 45 ปี ขึ้นไป จำนวน 1,351 คน และกำหนดให้ผู้ที่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ หมายถึง ผู้ที่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้มากกว่า 6 เดือนขึ้นไป

#### 4. ผลการวิจัย

การวิเคราะห์สองตัวแปรโดยใช้ตารางไขว้ของปัจจัยเชิงสภาพแวดล้อมและนโยบายกับความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่ เมื่อจำแนกตามกลุ่มอายุ พบว่า การไม่เคยพบพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่ในตัวบ้านมีร้อยละของการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จสูงที่สุดในทั้งสองกลุ่มอายุ เมื่อเปรียบเทียบกับปัจจัยอื่นๆ โดยหากในบ้านไม่เคยพบการสูบบุหรี่ ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไปเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จถึงร้อยละ 35.7 ขณะที่ในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จร้อยละ 25.6 และเมื่อพิจารณาปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายอื่นๆ จะเห็นได้ว่ากลุ่มอายุ 15 - 44 ปี มีร้อยละของการเลิกสูบได้สำเร็จในแต่ละปัจจัยค่อนข้างใกล้เคียงกัน ทั้งการตระหนักถึงอันตรายจากภาพคำเตือนบนซองบุหรี่ ครอบคร้วขอรับรองให้เลิกสูบ ปัจจัยด้านราคา การได้รับความรู้การเลิกสูบบุหรี่ และเรื่องของการมีกฎหมายห้ามสูบในที่สาธารณะ คิดเป็นความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ในอายุ 15 - 44 ปี ร้อยละ 16.6 15.6 15.8 17.0 และ 16.2 ตามลำดับ ขณะที่ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป พบว่ามีร้อยละของการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จในแต่ละปัจจัยค่อนข้างใกล้เคียงเช่นเดียวกัน หากแต่มีร้อยละของการเลิกได้สำเร็จสูงกว่าในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี ทุกปัจจัย คือร้อยละ 21.2 19.4 21.9 23.2 และ 23.6 ตามลำดับ

สำหรับปัจจัยคุณลักษณะทางประชากรและเศรษฐกิจสังคม ในส่วนของเพศนั้นกลับพบว่าในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี เพศหญิงมีโอกาสในการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จสูงกว่าเพศชาย ร้อยละ 26.4 ต่อ 14.4 ในทางกลับกันเมื่ออายุ 45 ปีขึ้นไป เพศชายกลับเป็นผู้ที่เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จมากกว่าเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 20.3 ต่อ 13.4

ในส่วนของการศึกษาทั้งสองกลุ่มอายุมีแนวโน้มของการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จเมื่อจำแนกตามระดับการศึกษาที่ใกล้เคียงกัน โดยที่ระดับต่ำกว่าประถมศึกษาหรือไม่ได้ศึกษา กลุ่มอายุ 15 - 44 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.0 ขณะที่ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 21.8 และเมื่อพิจารณาระดับการศึกษาในระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และสูงกว่ามัธยมศึกษา จะพบว่ามีแนวโน้มการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จสูงขึ้นเรื่อง โดยในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี คิดเป็นร้อยละ 13.5 15.5 และ 18.6 ตามลำดับ ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 17.0 19.5 และ 31.0 ตามลำดับ สำหรับปัจจัยด้านรายได้ พบว่าในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี กลุ่มที่รายได้น้อยที่สุด กลับเป็นผู้ที่เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 20.0 ขณะที่กลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป กลุ่มผู้ที่มีรายได้มากที่สุด เป็นผู้ที่ได้เลิกได้สูงสุด ร้อยละ 22.2 และสำหรับปัจจัยการมีปัญหาสุขภาพจนแพทย์แนะนำให้เลิกสูบบุหรี่ พบว่า ในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี มีผู้ที่เลิกบุหรี่ได้สำเร็จจากสาเหตุดังกล่าวเพียง 18.1 ขณะที่เมื่อพิจารณาในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป พบว่ามีจำนวนมากกว่าในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี คือมีสูงถึงร้อยละ 25.2

เมื่อพิจารณาจากปัจจัยพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการเลิกสูบบุหรี่ จะพบว่า ความถี่ของการสูบบุหรี่ในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี ที่มีรูปแบบการสูบบุหรี่แบบสูบบ้างบางครั้ง เป็นผู้เลิกบุหรี่ได้สำเร็จสูงถึงร้อยละ 35.3 ขณะที่ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป ในกลุ่มที่มีความถี่ในการสูบบุหรี่ดังกล่าวยังสามารถเลิกได้สำเร็จเกือบร้อยละ 30 อย่างไรก็ตาม หากมีพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่เป็นประจำ ในกลุ่มอายุ 15 -44 ปี สามารถเลิกได้สำเร็จเพียงร้อยละ 9.4 เท่านั้น สำหรับระยะเวลาการสูบบุหรี่มวนแรกหลังตื่นนอน การสูบบุหรี่ภายใน 5 นาทีหลังจากตื่นนอน เป็นผู้เลิกบุหรี่ได้สำเร็จน้อยกว่า การสูบบุหรี่หลังจากตื่นนอนมากกว่า 5 นาที ทั้งสองกลุ่มอายุ ขณะที่พฤติกรรมกรรมการดื่มสุราในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา เห็นได้ชัดในทั้งสองกลุ่มอายุว่า หากยังคงเป็นผู้ที่ดื่มอยู่เป็นประจำทุกสัปดาห์ จะเป็นกลุ่มที่เลิกบุหรี่ได้สำเร็จน้อยที่สุด ขณะที่กลุ่มที่เลิกได้สำเร็จมากที่สุดในทั้งสองกลุ่มอายุคือ ผู้ที่เคยดื่มแต่ไม่ได้ดื่มแล้วในรอบปีที่ผ่านมา สำหรับจำนวนครั้งของความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ พบว่า ผู้ที่เลิกบุหรี่ได้สำเร็จมากที่สุดในทั้งสองกลุ่มอายุ คือ ผู้ที่มีความพยายามเพียง 1 ครั้ง ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 20 ของการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จ เมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่มีจำนวนครั้งของความพยายามเพิ่มมากขึ้น ซึ่งพบว่าในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป แม้จะมีความพยายามเพิ่มมากขึ้นกว่า 1 ครั้ง ก็ยังคงมีร้อยละของผู้ที่เลิกบุหรี่ได้สำเร็จมากกว่ากลุ่มอายุ 15 - 44 ปี และสำหรับวิธีการที่เลิกสูบบุหรี่ในครั้งสุดท้าย พบว่า การเลิกด้วยตนเองทั้งการหักดิบหรือลดปริมาณการสูบลงเรื่อยๆ มีร้อยละของการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จสูงกว่าการเลิกด้วยวิธีอื่นๆ อาทิ คลินิกเลิกบุหรี่ในโรงพยาบาล สายด่วนเลิกบุหรี่ ฯลฯ โดยกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี เป็นผู้เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ ร้อยละ 15.8 ขณะที่ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป เป็นผู้เลิกได้สำเร็จร้อยละ 20.0

อย่างไรก็ตามการวิเคราะห์สองตัวแปรโดยใช้ตารางไขว้เป็นเพียงการเปรียบเทียบการกระจายตัวของความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่จำแนกตามกลุ่มอายุเท่านั้น การอธิบายถึงความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสภาพแวดล้อมและนโยบายกับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบบุหรี่ไทย และความแตกต่างของปัจจัยดังกล่าวระหว่างกลุ่มอายุ 15-44 ปี และกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป ผู้วิจัยมุ่งเน้นการวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติการวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติกแบบสองกลุ่มสำหรับการตอบคำถามการวิจัยในครั้งนี้

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลายตัวแปรโดยใช้การวิเคราะห์สมการถดถอยโลจิสติกแบบสองกลุ่มในส่วนของสภาพแวดล้อมและนโยบายที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบบุหรี่ไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปนั้น พบว่า ในกลุ่มอายุระหว่าง 15-44 ปี ปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบาย มีเพียงปัจจัยการพบพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่ในที่บ้านที่พบว่า ผู้ที่ไม่เคยพบกรรมการสูบบุหรี่ในบ้านจะมีโอกาสในการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จกว่าผู้ที่ในบ้านมีการสูบบุหรี่แม้จะเป็นประจำหรือเป็นครั้งคราว สูงถึง 3.74 เท่า ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.001 ขณะที่ปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายอื่นๆ ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลิกสูบบุหรี่

ได้สำเร็จอื่นๆ ประกอบด้วย สถานภาพสมรส โดยผู้ที่มีสถานภาพแบบสมรส จะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จน้อยกว่าผู้ที่มีสถานภาพโสด ร้อยละ 44.7 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 นอกจากนี้การมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่แบบนานๆ ครั้ง จะมีโอกาสในการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จมากกว่าคนที่พฤติกรรมการสูบบุหรี่เป็นประจำ 4.03 เท่า ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.001 และเมื่อพิจารณาพฤติกรรมการดื่มสุราพบว่าผู้ที่เคยดื่มสุราแต่ไม่ได้ดื่มในรอบปีที่ผ่านมาจะมีโอกาสเลิกบุหรี่ได้สำเร็จกว่าผู้ที่ไม่เคยดื่มสุรา 2.36 เท่า ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ในส่วนของจำนวนครั้งของความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ พบว่าผู้ที่มีความพยายามในการเลิกบุหรี่มากกว่า 2 ครั้ง จะมีโอกาสเลิกบุหรี่ให้สำเร็จมากกว่าผู้ที่มีความพยายามในการเลิกบุหรี่ 1 ครั้ง ร้อยละ 60.5 โดยเมื่อพิจารณาพร้อมกับปัจจัยอื่นๆ ในแบบจำลอง พบว่าปัจจัยดังกล่าวในแบบจำลองข้างต้นสามารถอธิบายความผันแปรของการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จร้อยละ 19.23

สำหรับกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป ปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบาย มีเพียงปัจจัยการพบพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในครัวเรือนเช่นเดียวกับกลุ่มอายุ 15 – 44 ปี ที่พบว่า ผู้ที่ไม่เคยพบเห็นหรือมีการสูบบุหรี่ในครัวเรือนจะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จกว่าผู้ที่พบเห็นการสูบบุหรี่ในครัวเรือนเป็นประจำหรือเป็นบางครั้งมากถึงเกือบ 6 เท่า ขณะที่ปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายอื่นๆ ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตามในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป พบว่า ภาวะของภาวะเจ็บป่วยจนแพทย์ต้องบอกให้เลิกสูบบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เลิกบุหรี่ได้อย่างสำเร็จเมื่อพิจารณาพร้อมกับสาเหตุในการเลิกอื่นๆ โดยผู้ที่เลิกด้วยสาเหตุนี้จะมีโอกาสในการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จ 1.45 เท่า นอกจากนี้ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ ประกอบด้วย พฤติกรรมการดื่มสุราในรอบปีที่ผ่านมา เมื่อเปรียบเทียบกับคนที่ไม่เคยดื่มสุราเลยพบว่ารูปแบบการดื่มสุราทั้งแบบไม่ทุกสัปดาห์ และดื่มทุกสัปดาห์จะส่งผลให้การเลิกบุหรี่ได้สำเร็จยากขึ้น ร้อยละ 47.8 และ 42.4 ตามลำดับ ขณะที่จำนวนครั้งของความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ พบว่า ผู้ที่มีความพยายามในเลิกเลิกสูบบุหรี่ 2 ครั้ง จะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จน้อยกว่าผู้ที่มีความพยายามเพียง 1 ครั้ง ร้อยละ 43.6 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.01 ขณะที่ผู้ที่มีความพยายามเลิกมากกว่า 2 ครั้ง ยังมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จน้อยกว่าผู้ที่พยายามเลิกเพียง 1 ครั้ง ร้อยละ 49.8 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 เมื่อพิจารณาปัจจัยดังกล่าวข้างต้น ร่วมกับปัจจัยอื่นๆ ในแบบจำลอง พบว่าปัจจัยทั้งหมดในแบบจำลองสามารถอธิบายความผันแปรของการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จร้อยละ 16.9

## 5. อภิปรายผล

การศึกษาปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบไทย แสดงให้เห็นว่าปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเชิงนโยบายทั้งในส่วนของการปรับเปลี่ยนภาษีสรรพสามิตบุหรี่เพื่อให้บุหรี่มีราคาที่สูงมากขึ้น การบังคับใช้กฎหมายห้ามสูบในที่สาธารณะหรือที่ทำงาน และการรณรงค์ โฆษณา ประชาสัมพันธ์ให้ความรู้การไม่สูบบุหรี่ หรือแม้แต่ภาพคำเตือนอันตรายบนซองบุหรี่ ไม่ปรากฏว่าเป็นส่วนหนึ่งของปัจจัยในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จของทั้งผู้ที่อยู่ในช่วงอายุ 15-44 ปี หรือ ผู้ที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาในส่วนของคุณลักษณะและความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ของประชากรที่ทำการศึกษา และผลการวิเคราะห์สองตัวแปรคุณลักษณะทั่วไป ปัจจัยเชิงสภาพแวดล้อมและนโยบายกับการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ สามารถนำผลการศึกษามาอภิปรายได้ ดังนี้

ปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายที่มีความสัมพันธ์กับการความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่แม้ว่าการวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลายตัวแปรโดยใช้การวิเคราะห์สมการถดถอยโลจิสติกแบบสองกลุ่มจะมีเพียงปัจจัยในเชิงสภาพแวดล้อมเฉพาะการพบพฤติกรรมกาสูบหรี่ในครัวบ้านที่มีความสัมพันธ์กับการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จทั้งในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี และ 45 ปีขึ้นไป ในรูปแบบของ ผู้ที่ไม่เคยพบเห็นหรือมีการสูบบุหรี่ในครัวบ้านจะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จกว่าผู้ที่พบเห็นการสูบบุหรี่ในครัวบ้านเป็นประจำหรือเป็นบางครั้ง โดยพบว่าในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป หากไม่เคยพบเห็นหรือมีการสูบบุหรี่ในครัวบ้าน จะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จมากกว่ากลุ่มอายุ 15 - 44 ปี สาเหตุสำคัญประการหนึ่งอาจเกิดจากการที่กลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป มักจะเป็นผู้ที่อยู่ในสถานภาพสมรส จึงอาจมีแนวคิดที่จะเลิกเพื่อคู่สมรสหรือเลิกเพื่อลูกของตน ได้มากกว่ากลุ่มอายุ 15 - 44 ปี ที่ส่วนหนึ่งยังคงเป็นผู้ที่ครองสถานภาพโสด

อย่างไรก็ตามการคัดกรองกลุ่มเป้าหมายในการศึกษาครั้งนี้ที่มุ่งเน้นจำนวนครั้งของความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่อย่างน้อย 1 ครั้ง มีส่วนช่วยให้เห็นว่าปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายใด ที่มีส่วนสนับสนุนให้เกิดความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง เมื่อพิจารณาจากการกระจายตัวในตารางแจกแจงความถี่ของปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายของทั้งสองกลุ่มอายุ พบว่า ความตระหนักถึงอันตรายจากภาพคำเตือนบนซองบุหรี่ มีร้อยละของผู้ที่เคยเห็นและตระหนักถึงอันตราย สูงกว่าร้อยละ 70 ในทั้งสองกลุ่มอายุ ซึ่งสะท้อนถึงความสำเร็จในเชิงนโยบาย “การแสดงผลและข้อความในฉลากของบุหรี่ซิกาแรต” ที่สามารถสร้างความตระหนักถึงอันตรายของบุหรี่ให้กับกลุ่มผู้สูบบุหรี่ได้เป็นจำนวนมาก และอาจนำไปสู่การลดลงของอัตราการสูบบุหรี่ในอนาคต แม้จะยังไม่พบว่าปัจจัยดังกล่าวนำไปสู่การเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จในทั้งสองกลุ่มอายุก็ตาม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมาในอดีต (Mccool et al., 2012) ที่การมีภาพคำเตือนจะช่วยให้ผู้สูบบุหรี่รับรู้ถึงอันตรายมากยิ่งขึ้น และนำไปสู่ความคิดที่จะเลิกสูบบุหรี่ เมื่อพิจารณาจาก



สาเหตุของการเลิกหรือความพยายามเลิกสูบบุหรี่ครั้งสุดท้าย พบว่า การถูกร้องขอจากคนในครอบครัวให้เลิกสูบบุหรี่ เป็นสาเหตุหลักที่ทำให้เลิกสูบบุหรี่ของทั้งผู้ที่อยู่ในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี และอายุ 45 ปีขึ้นไป โดยทั้งสองกลุ่มอายุมีร้อยละของการเลิกสูบบุหรี่เนื่องมาจากสาเหตุดังกล่าวใกล้เคียงกันที่ประมาณร้อยละ 40 ซึ่งเป็นจำนวนที่ใกล้เคียงกับการพบพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในครัวเรือน ซึ่งในกลุ่มอายุ 15 -44 ปี ไม่เคยพบการสูบบุหรี่ในครัวเรือน ร้อยละ 38.8 และกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป ร้อยละ 40.6 จึงอาจกล่าวได้ว่าการรณรงค์ในประเด็นของคว้นบุหรี่ยี่มือสองเป็นประเด็นที่ยังควรให้ความสำคัญ

ขณะที่ปัจจัยเรื่องของราคาบุหรี่ กลายเป็นสาเหตุสำคัญของการเลิกสูบบุหรี่ถัดจากการถูกร้องขอจากคนในครอบครัว หากแต่พบว่าในกลุ่มผู้ที่มีอายุ 15 - 44 ปี มากกว่าอายุ 45 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 36.7 และ 29.0 ตามลำดับ สอดคล้องกับการศึกษาของ Siaphpush et al. (2009) ที่ชี้ให้เห็นว่าผลของการปรับขึ้นราคาบุหรี่ มักจะส่งผลกระทบต่อกลุ่มคนที่มีรายได้น้อยกว่าผู้มีรายได้สูง นอกจากนี้การศึกษาของ Sarntisart (2011) พบว่านโยบายการขึ้นภาษีสรรพสินค้าบุหรี่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคไม่มากนัก สาเหตุสำคัญมาจากการที่บริษัทบุหรี่มักจะปรับราคาพื้นฐานของบุหรี่ให้ต่ำเพื่อหลีกเลี่ยงภาษีสรรพสินค้า ในกรณีนี้แม้จะไม่สามารถสรุปผลการศึกษาให้เห็นได้ชัดเจนว่ากลุ่มผู้ที่มีรายได้น้อย จะเป็นผู้ที่อยู่ในช่วงอายุ 45 ปีขึ้นไปก็ตาม แต่ก็ชี้ให้เห็นว่าการเลิกสูบบุหรี่เนื่องมาจากราคาของบุหรี่ ยังเป็นสาเหตุลำดับต้นๆ ของการเลิกสูบบุหรี่

การได้รับความรู้เรื่องโทษของการสูบบุหรี่ผ่านการรณรงค์ ประชาสัมพันธ์ เป็นสาเหตุของการเลิกและความพยายามเลิกสูบบุหรี่ในลำดับถัดมา โดยมีผู้ที่พยายามเลิกเพราะเหตุผลดังกล่าวประมาณร้อยละ 20 ในทั้งสองกลุ่มอายุ แม้การศึกษาในเชิงทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพจะชี้ให้เห็นว่าความรู้ มีส่วนสำคัญในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพ หากแต่ในกรณีของการเลิกสูบบุหรี่นั้น การให้ความรู้เกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่ที่มุ่งไปหาจุดหมายอย่างผู้สูบบุหรี่อาจยังไม่เพียงพอ เท่ากับการให้ความรู้แก่คนรอบข้าง หรือการเลิกบุหรี่ในภาคปฏิบัติ

สำหรับการมีกฎหมายการห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะเป็นสาเหตุลำดับสุดท้ายของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มอายุ โดยในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป มีเพียงร้อยละ 12.3 ที่พยายามหรือเลิกสูบบุหรี่ด้วยเหตุผลดังกล่าว ขณะที่ในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.9 การมีอยู่ของกฎหมายการห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะและที่ทำงาน นำไปสู่การจำกัดพื้นที่การสูบบุหรี่ในแง่ของการปฏิบัติ แม้จะพบว่ามีงานหลายชิ้นที่ทำการศึกษาแล้วพบว่ากฎหมายลักษณะดังกล่าวสามารถลดอัตราการสูบบุหรี่ และส่งผลให้เกิดการไม่อยากสูบบุหรี่อยู่บ้าง (Dinno & Glasntz, 2009; Chang et al., 2010) หากแต่การบังคับใช้ยังคงมีความยืดหยุ่นอยู่มาก อาทิ สถานที่ปลอดบุหรี่ประเภทที่ 2 ที่ยังสามารถจัดให้มีเขตสูบบุหรี่ได้ เป็นต้น

แม้จะไม่พบว่าปัจจัยสภาพแวดล้อมและนโยบายมีความสัมพันธ์โดยตรงต่อความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ แต่กลับพบว่าปัจจัยอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่ อีกทั้งยังพบความแตกต่างระหว่างปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จของทั้งสองกลุ่มอายุ ซึ่งเป็นสิ่งที่ควรนำมาอภิปรายเพิ่มเติม โดยมีรายละเอียดดังนี้

กลุ่มอายุ 15 – 44 ปี

สำหรับกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี การมีสถานภาพสมรสแบบสมรสแล้ว จะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่มากกว่าสถานภาพอื่นๆ เมื่อพิจารณาร่วมกับงานศึกษาในอดีตจะเห็นว่าสถานภาพสมรสมีส่วนสำคัญต่อพฤติกรรมของบุคคล เหตุผลหนึ่งก็เพราะผู้ที่แต่งงานแล้วมีหน้าที่รับผิดชอบมากขึ้น จากที่เคยอยู่ตัวคนเดียวกลับต้องมีการหาหน้าที่ต้องดูแลครอบครัว จึงอาจก่อให้เกิดความกังวลใจที่ต้องทำงานหนักมากขึ้นหรือต้องการหารายได้เพิ่มมากขึ้น จึงอาจเป็นสาเหตุให้ผู้ที่สมรสแล้วมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการบริโภคสิ่งเสพติดได้ง่าย ง่าย โดยเข้าใจว่าบุหรี่ยุคสุรา มีส่วนช่วยให้คลายเครียดได้ ในกรณีของสถานภาพสมรสในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป เมื่อพิจารณาจากการวิเคราะห์สองตัวแปร กลับพบว่ากลุ่มที่เลิกสูบบุหรี่ไม่สำเร็จกลับเป็นกลุ่มที่มีสถานภาพโสดมากกว่ากลุ่มอื่นๆ ซึ่งสะท้อนให้เห็นความแตกต่างของสถานภาพสมรสที่มีต่อความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีความแตกต่างกัน

ปัจจัยความถี่ในการสูบบุหรี่ พบว่ามี การสูบบุหรี่แบบนานๆ ครั้ง มีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จมากกว่าการสูบเป็นประจำ เฉพาะในกลุ่มอายุ 15 – 44 ปี ทั้งนี้ความถี่ในการสูบบุหรี่เป็นมาตรวัดการติดบุหรี่ที่สำคัญ โดยการสูบบุหรี่นานๆ ครั้ง ที่มีลักษณะของการสูบแบบไม่สม่ำเสมอหรือกำหนดระยะเวลาแน่นอนไม่ได้ หรือไม่ได้สูบเป็นประจำทุกวัน หรือเฉพาะโอกาสพิเศษเมื่อไปงานเลี้ยง มีโอกาสเลิกบุหรี่ได้สำเร็จกว่าผู้ที่สูบเป็นประจำสูงถึง 4 เท่า การหาวิธีการหรือแนวทางในการพยายามลดจำนวนบุหรี่ที่สูบ หรือกำหนดสถานการณ์ในการสูบบุหรี่ อาจเป็นช่องทางสำคัญสำหรับการงดการสูบบุหรี่ให้สำเร็จ หากแต่ในกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป ที่สูบบุหรี่มาอย่างยาวนานจนไม่สามารถเลิกบุหรี่ที่สูบเป็นประจำ อาจพิจารณาปัจจัยการลดการสูบเฉพาะสถานการณ์ร่วมด้วย เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของแนวทางในการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จเช่นในกลุ่มอายุ 15 – 44 ปี

ในส่วนของพฤติกรรมการดื่มสุราในรอบปีที่ผ่านมา ในกรณีของกลุ่มอายุ 15 – 44 ปี พบว่าการที่งดเว้นการดื่มในรอบปีที่ผ่านมา มีความสัมพันธ์ต่อการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จสูงถึง 2.36 เท่า ผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร ปี 2554 ที่พบว่า การเลิกสูบบุหรี่มักปรากฏพร้อมกับการเลิกดื่ม (ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา, 2556) การรณรงค์และส่งเสริมให้เกิดการละเว้นจากสารเสพติดประเภทบุหรี่และสุรา และรูปแบบของการรณรงค์พร้อมกันทั้งสองสิ่ง อาจมีส่วนสำคัญในการส่งเสริมให้เกิดการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จ สาเหตุที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การเลิกบุหรี่โดยยังคงบริโภคสุรายังอยู่ใน มีความเสี่ยงในการที่ผู้ที่เลิกบุหรี่หรือกำลังมีความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ ต้องนำตนเองเข้าไปอยู่ในบริบทของการสังสรรค์ ที่อาจ

มีผู้อยู่ยังคงสูบบุหรี่อยู่ หรือทำให้ตนได้รับควันบุหรี่มือสองและเกิดการอยากสูบบุหรี่ขึ้นมาจนไม่สามารถเลิกได้ในที่สุด

สำหรับปัจจัยจำนวนครั้งของความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ เป็นสิ่งที่สะท้อนถึงความมุ่งมั่น และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ผลการศึกษาในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี สอดคล้องกับการศึกษาในอดีต โดยผู้ที่มีความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ 1 หรือ 2 ครั้ง จะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จกว่า ผู้ที่พยายามมากกว่า 2 ครั้ง เป็นการแสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีการเตรียมตัวและมีความพร้อมในการเลิกบุหรี่ และมีแรงจูงใจที่ดีส่งผลให้การเลิกบุหรี่มีโอกาสสำเร็จสูง (Jetianuwatr, 2001) อย่างไรก็ตามสำหรับกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี ความพยายามในครั้งที่ 2 ยังคงไม่มีความสัมพันธ์ต่อการเลิกไม่สำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นแล้วในช่วงอายุดังกล่าว หากความพยายามครั้งแรกเลิกไม่สำเร็จ ยังคงมีโอกาสเลิกบุหรี่ได้สำเร็จอีกครั้งหนึ่งหากมีความมุ่งมั่นตั้งใจมากกว่าเดิมกลุ่มอายุ 45 ปีขึ้นไป

นอกเหนือจากปัจจัยการพบพฤติกรรมกาสูบในครัวเรือนที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติแล้วนั้น ปัจจัยที่มีความแตกต่างอย่างชัดเจนกับกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี คือการมีปัญหาสุขภาพ กลุ่มผู้สูบบุหรี่เมื่อมีอายุมากขึ้น จะมีโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จกว่ากลุ่มอายุอื่น ทั้งนี้เมื่ออายุมากขึ้นจะเริ่มแสดงอาการเจ็บป่วยอันเนื่องมาจากการสูบบุหรี่ และมักจะได้รับคำแนะนำหรือการบำบัดเพื่อเลิกบุหรี่ (Osler & Prescott, 1988) การจะเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบไทยมักจะต้องรอคอยให้ตนเกิดปัญหาทางสุขภาพ หรือรอให้มีแพทย์มาแนะนำให้เลิกสูบบุหรี่ จึงจะเลิกสูบบุหรี่ ดังนั้นมาตรการหรือแนวทางในการส่งเสริมให้เกิดการเลิกบุหรี่ ต้องทำการพัฒนาให้สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายขณะที่อายุยังไม่มากนัก เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเลิกสูบบุหรี่เนื่องมาจากปัญหาสุขภาพเมื่อเข้าสู่อายุที่เพิ่มมากขึ้น พฤติกรรมการดื่มสุราในรอบปีที่ผ่านมา แม้จะเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จเช่นเดียวกับในกลุ่มอายุ 15 - 44 ปี อย่างไรก็ตามการเลิกดื่มสุราในรอบปีที่ผ่านมา ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญต่อการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จเช่นเดียวกับในกลุ่มอายุข้างต้น หากแต่พบว่า การที่กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป ไม่ว่าจะดื่มสุราในระดับความถี่ทุกสัปดาห์ หรือไม่ทุกสัปดาห์แล้วแต่ส่งผลให้โอกาสในการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จลดลงกว่าร้อยละ 40 เนื่องมาจากบริบททางสังคมที่ยังคงอยู่ในบรรยากาศของงานเลี้ยง สังสรรค์ ย่อมมีโอกาสที่จะกลับไปสูบบุหรี่ได้ใหม่เนื่องจากคนในบริบทดังกล่าวยังคงสูบบุหรี่

## 6. ข้อเสนอแนะ

6.1 หน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการกำหนดนโยบายด้านการป้องกันการบริโภคยาสูบ อาทิ มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส) กระทรวงสาธารณสุข ยังมีความจำเป็นต้องพัฒนานโยบายที่มีประสิทธิภาพ และสามารถสร้างช่องทางสื่อสารไปยังผู้ที่ยังคงสูบบุหรี่ในปัจจุบันให้ตระหนักถึงอันตรายและพิษภัยที่เกิดจากการสูบบุหรี่เพิ่มมากขึ้น

6.2 หน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการกำหนดนโยบายด้านการป้องกันการบริโภคยาสูบ ควรให้ความสำคัญกับนโยบายที่มีความเฉพาะเจาะจงไปยังกลุ่มอายุเพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ให้สอดคล้องกับบริบทแต่ละช่วงอายุ โดยเฉพาะการป้องกันและรณรงค์งดการสูบบุหรี่ตั้งแต่วัยเยาว์ไม่มากนัก เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเลิกสูบบุหรี่ต้องเป็นผลมาจากการมีปัญหาด้านสุขภาพในตอนที่มีอายุมากแล้ว

6.3 ปัจจัยส่งเสริมความสำเร็จในการเลิกบุหรี่ที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การไม่พบพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่ในครัวเรือน การจัดทำโฆษณา ประชาสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมให้เกิดการป้องกันไม่ให้เกิดการสูบบุหรี่ในครัวเรือน หรือการได้รับควันบุหรี่มือสอง อาจเป็นช่องทางสำคัญในการลดการสูบบุหรี่ของนักสูบบุหรี่ไทย อีกทั้งยังป้องกันไม่ให้คนในบ้านจากการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ที่สูบบุหรี่

6.4 นักสูบบุหรี่ที่มีความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ ควรมีการพิจารณาแนวทางในการสนับสนุน และส่งเสริมให้สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ เนื่องจากปัจจุบันอัตราความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่ของนักสูบบุหรี่ไทย นับว่ามีอัตราค่อนข้างต่ำ

6.5 สำหรับผู้ที่ไม่เคยพยายามในการเลิกสูบบุหรี่ การสร้างให้เกิดความมุ่งมั่นและตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่โดยอาศัยความพยายามเพียงหนึ่งครั้ง เป็นแนวทางสำคัญในการรณรงค์ให้เกิดการเลิกสูบบุหรี่สำหรับผู้ที่ยังคงสูบบุหรี่อยู่ในปัจจุบัน

6.6 ปัจจัยเชิงนโยบายในปัจจุบันทั้งในประเด็นเกี่ยวกับกฎหมาย มาตรการทางภาษีต่อราคาบุหรี่ การประชาสัมพันธ์ ภาพคำเตือนอันตรายจากบุหรี่บนซอง ยังไม่สามารถส่งผลกระทบต่อ การเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ จึงเป็นโจทย์สำคัญในการหาวิธีแก้ไขปัญหานี้ ซึ่งอาจมุ่งเน้นไปยังการส่งเสริมให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม อาทิ การส่งเสริมให้ทดลองเลิกสูบบุหรี่ในโอกาสสำคัญของชีวิต หรือแม้แต่การรณรงค์การเลิกสูบบุหรี่พร้อมกับการเลิกบริโภคสุรา เป็นต้น

## Reference

- Chang, F. C., Chung, F. H., Yu, P. and Chao, K. U. (2010). The Impact of Graphic Cigarette Warning Labels and Smoke-Free Law on Health Awareness and Thoughts of Quitting in Taiwan.” *Health Education Research*, 26(2), 179-191.
- Dinno, A. and Glantz, S. (2009). Tobacco Control Policies are Egalitarian: A Vulnerabilities Perspective on Clean Indoor Air Laws, Cigarette Prices. and Tobacco Use Disparities. *Social Science and Medicine*, 68 (2009), 1439-1447.
- Jetiyanuwatr, C. (2001). *Factors associated with smoking cessation of public health officials in Kanchanaburi Province* (Master’s Thesis), Department of Science, Faculty of Science (Biostatistics), Mahidol University.
- John, S.D. & John, F.T., (2010). *Human Development: Across the lifespan*. (5th ed.) NY: The McGraw Hill.
- McCool, J., Webb, L., Cameron, L.D., Hoek, J. (2012). Graphic warning labels on plain cigarette packs: will they make a difference to adolescents?. *Social Science & Medicine*, 74(8), 1269-1273.
- Osler, M. and Prescott, E. (1998). Psychosocial behavioural and health determinants of successful smoking cessation: *A longitudinal Study of Danish Adults*. *Tobacco Control*, 7(3), 262-267.
- Sarntisart, I. (2011). *Tax Policies on Tobacco Products in Thailand: The Way Forward*. Geneva: World Health Organization.
- Siahpush, M., Wakefield, M. A., Spittal, M. J., Durkin, S. J., and Scollo, M. M. (2009). Taxation Reduces Social Disparities in Adult Smoking Prevalence.” *The American Journal of Preventive Medicine*, 36(4), 285-291.