



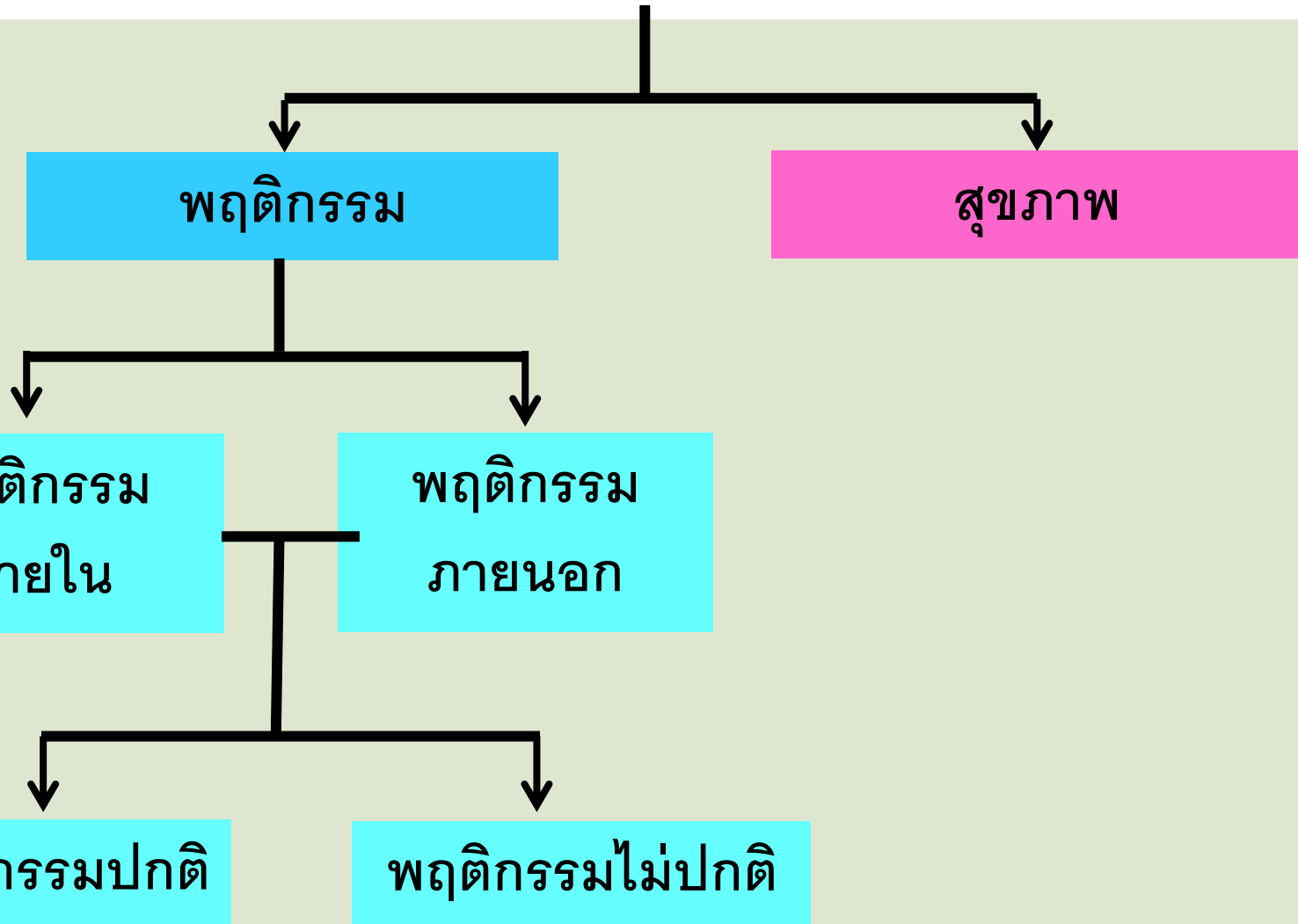
ความหมายของแนวคิด พฤติกรรมสุขภาพ

อาจารย์ อรรรณ มุ่งวงษา
วทม.(สาธารณสุขศาสตร์)
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

ขอบเขตการเรียนรู้

- ความหมายของพฤติกรรม
- ประเภทของพฤติกรรม
- นิยามสุขภาพ
- การสร้างเสริมสุขภาพเกี่ยวข้องกับปัจจัยสังคมกำหนดสุขภาพ
- ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ
- องค์ประกอบของพฤติกรรมสุขภาพ
- ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ
- พฤติกรรมการป้องกันโรค

พฤติกรรมสุขภาพ (HEALTH BEHAVIOR)



ความหมายของพฤติกรรม (DEFINITION OF BEHAVIOR)

- **พฤติกรรม (Behavior)** หมายถึง การแสดงออกในลักษณะต่างๆของสิ่งมีชีวิตซึ่งอาจจะเกิดขึ้นได้ทั้งมนุษย์และสัตว์ พืช จุลินทรีย์ ซึ่งเป็นการตอบสนองสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นภายในร่างกายหรือภายนอกร่างกาย พฤติกรรมนี้สามารถสังเกตได้โดยตรงหรือใช้เครื่องมือวัดได้ หรืออาจสังเกตได้ในทางอ้อม เช่น การพูด การเคลื่อนไหว การทำงานของระบบต่างๆ ภายในร่างกาย การจำ การคิด ตลอดจนความรู้สึก ทัศนคติ

ความหมายของพฤติกรรม (DEFINITION OF BEHAVIOR)

- **พฤติกรรม (Behavior)** หมายถึง กิจกรรมทุกอย่างที่บุคคลทำแล้วสามารถสังเกตเห็นได้



แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม (วัชรินทร์, 2556)

แนวคิดที่ 1

- สาเหตุของพฤติกรรมเกิดจากการตัดสินใจของตนเอง
- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมาจากองค์ประกอบภายในตัวบุคคลเอง ได้แก่ ความรู้ ความเชื่อ ทศนคติ เจตคติ ค่านิยม แรงจูงใจ
- มุ่งศึกษาและสร้างทฤษฎีเกี่ยวกับทฤษฎีการเรียนรู้ ทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ และการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ทฤษฎีแรงจูงใจ

แนวคิดที่ 2

- สาเหตุของพฤติกรรมเกิดจากปัจจัยภายนอกตัวบุคคล
- มุ่งศึกษาปัจจัยต่างๆ ทางด้านสิ่งแวดล้อม ระบบสังคม การเมือง เศรษฐกิจ การศึกษา ศาสนา องค์ประกอบทางประชากรศาสตร์ ลักษณะทางภูมิศาสตร์ และลักษณะทางวัฒนธรรม

แนวคิดที่ 3

- สาเหตุของพฤติกรรมเกิดจากปัจจัยหลายๆด้าน
- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมาจากทั้งองค์ประกอบภายในตัวบุคคลเองและองค์ประกอบภายนอกตัวบุคคล

ประเภทของพฤติกรรม

ประเภทของพฤติกรรมแบ่งตามการแสดงออก ดังนี้

- 1) พฤติกรรมภายนอก (Overt Behavior)
- 2) พฤติกรรมภายใน (Covert Behavior)



ความหมายของพฤติกรรมภายนอก (**OVERT BEHAVIOR**)

1) พฤติกรรมภายนอก (**Overt Behavior**) หมายถึง การกระทำ หรือการแสดงออกที่บุคคลอื่นนอกเหนือจากเจ้าของพฤติกรรมรู้ สำหรับพฤติกรรมภายนอกนี้บุคคลอื่นต้องอาศัยการสังเกต (**Observation**) ไม่ว่าจะใช้ประสาทสัมผัสโดยตรง หรือใช้เครื่องมือช่วยในการสังเกตเพื่อได้ข้อมูล

ความหมายของพฤติกรรมภายใน (COVERT BEHAVIOR)

2) พฤติกรรมภายใน (Covert Behavior) หมายถึง พฤติกรรมหรือการกระทำที่บุคคลอื่นไม่สามารถมองเห็นได้หรืออาจสังเกตเห็นได้ยากเพราะเป็นการกระทำของอวัยวะที่อยู่ภายในร่างกาย เช่น ความคิด (Idea) อารมณ์ (Emotion) ความรู้สึก (Feeling) เป็นต้น

ประเภทของพฤติกรรม

พฤติกรรมแบ่งตามความคาดหมายของสังคมแบ่งได้เป็น 2 ประเภท

1. พฤติกรรมที่พึงประสงค์
2. พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

พฤติกรรมที่พึงประสงค์

- **พฤติกรรมที่พึงประสงค์** หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลปฏิบัติแล้ว ส่งผลดีต่อสุขภาพของบุคคลนั้นๆเอง



ออกกำลังกาย



ทานผักและผลไม้



ดื่มน้ำ 8 แก้ว



ไม่สูบบุหรี่



ไม่ดื่มสุรา

พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

- **พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์** หมายถึง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ หรือ พฤติกรรมเสี่ยง หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลปฏิบัติแล้วอาจนำไปสู่การเกิดอันตรายต่อชีวิตและสุขภาพของตนเองและผู้อื่น



ประเภทของพฤติกรรม

พฤติกรรมแบ่งตามลักษณะที่เกิดอีกแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ

- พฤติกรรมเกิดเองตามธรรมชาติ
- พฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้

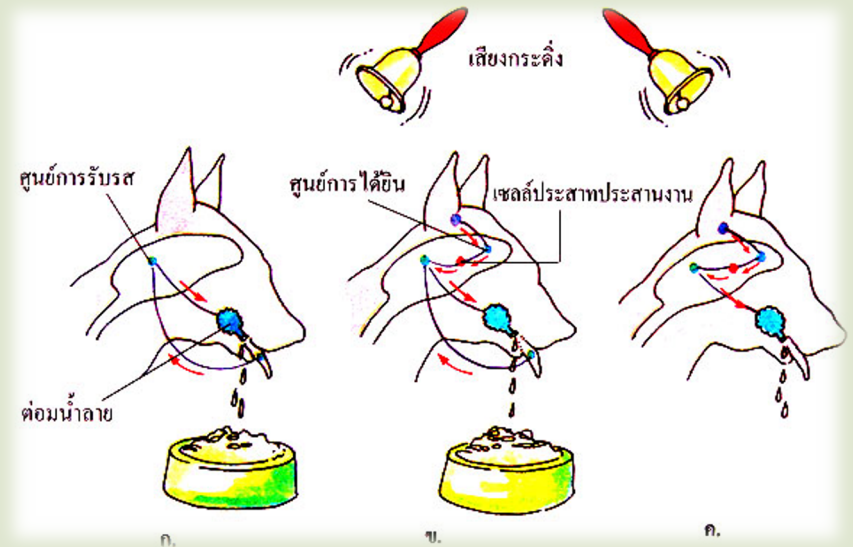


พฤติกรรมเกิดเองตามธรรมชาติ

- **พฤติกรรมที่เกิดเองตามธรรมชาติ** หมายถึง การกระทำที่เกิดขึ้นเองตั้งแต่เกิดโดยไม่ได้รับการฝึกหรือสั่งสอน เช่น การร้องไห้ การหัวเราะ การดูด การกลืนหรือการไขว่คว้า เป็นต้น อันเป็นพฤติกรรมของมนุษย์ที่อยู่ในวัยแรกเกิด

พฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้

- พฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ หมายถึง การกระทำที่เกิดขึ้นจากการฝึกหรือได้รับการเรียนรู้ เช่น การพูด การอ่าน การเขียน การยักคิ้ว หลับตา การเล่นดนตรี กีฬา เป็นต้น สำหรับพฤติกรรมชนิดนี้จะเกิดขึ้นเมื่อมนุษย์เริ่มเลียนแบบ รับรู้ และเรียนรู้



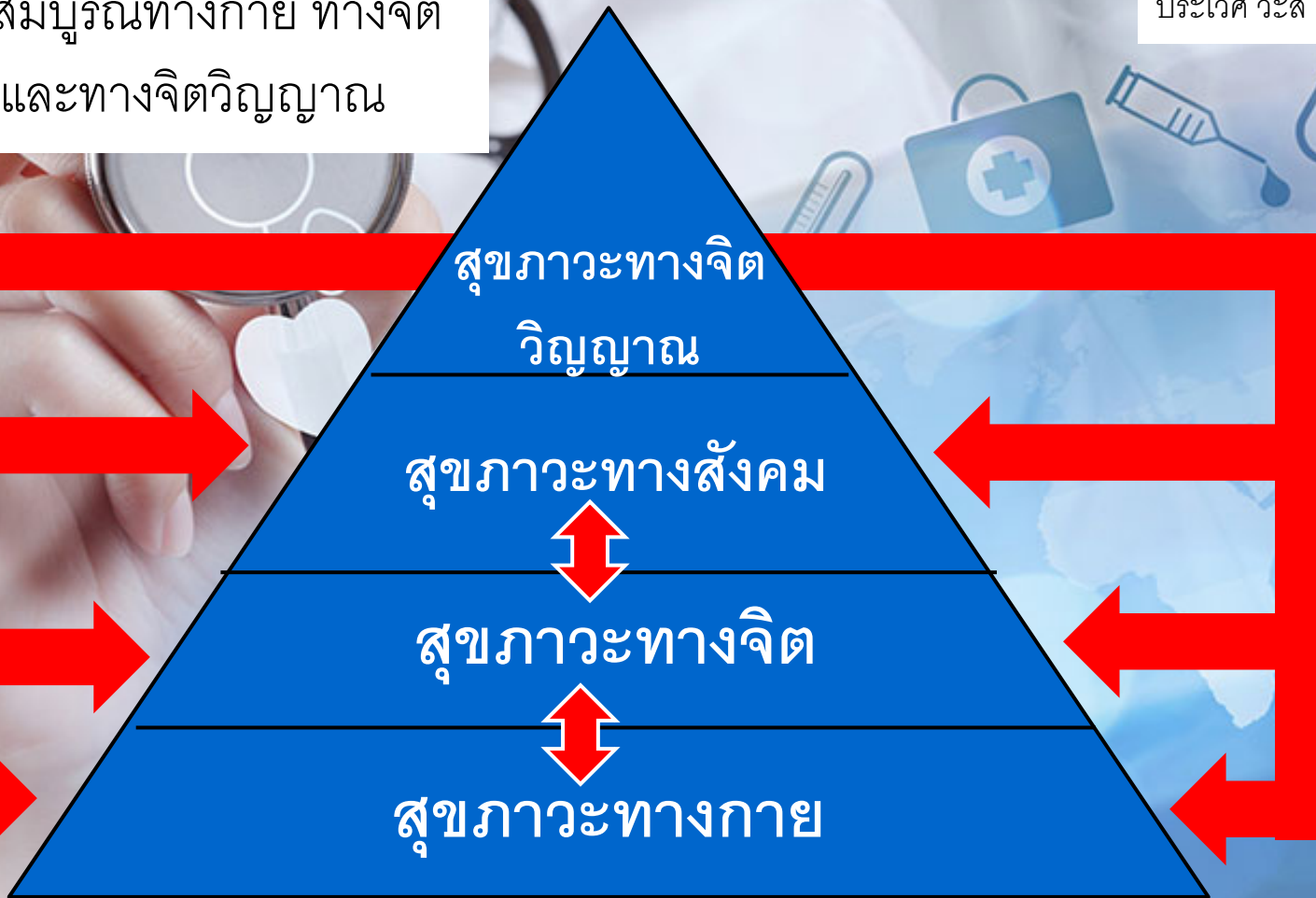
นิยามสุขภาพ

- พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2539 “ภาวะที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เช่น อาหารเพื่อสุขภาพ การสูบบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ”
- Ottawa charter for health promotion, WHO (1986) “สภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย สังคมและจิตใจ ประกอบกัน ไม่เพียงแต่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บหรือความพิการเท่านั้น”
- วรรรณา คุณาอภิสิทธิ์, 2547 “ความเป็นดีอยู่ดี หรือภาวะที่เป็นสุขในลักษณะองค์รวมของสุขภาพด้านต่างๆ คือสุขภาพะทางกาย สุขภาพะทางปัญญา สุขภาพะทางอารมณ์ สุขภาพะทางสังคม และสุขภาพะทางจิตวิญญาณ”
- WHO, 1998 “สภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย สังคม จิตใจ และจิตวิญญาณ ประกอบกันไม่เพียงแต่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บหรือความพิการเท่านั้น”

ความหมายของสุขภาพ

สุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต
ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ

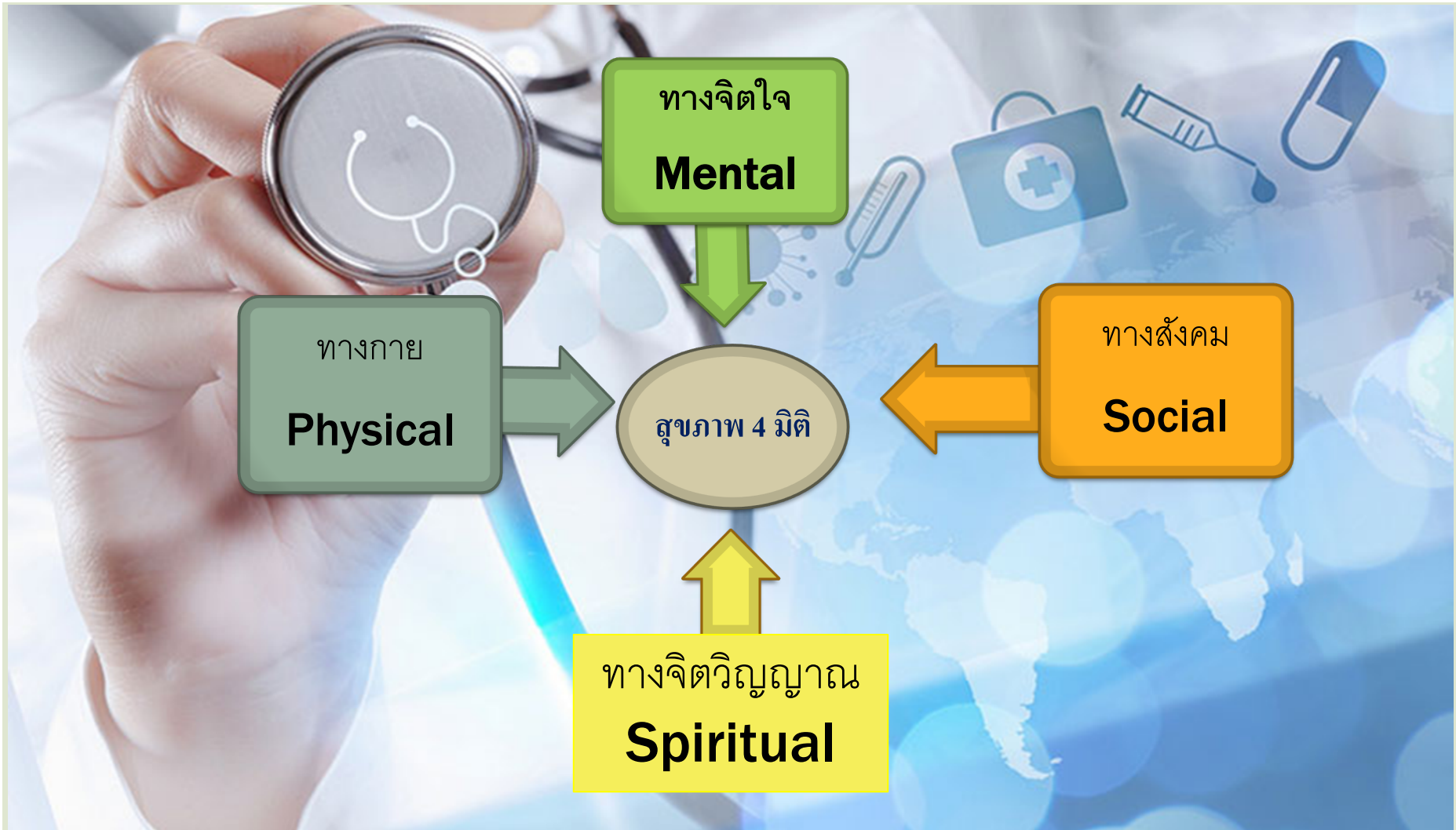
ประเทศ รัสเซีย ,2540



“

ภาวะสุขภาพ หมายถึง การรับรู้ของประชาชนถึงความ
สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ สังกมและจิตวิญญาณ

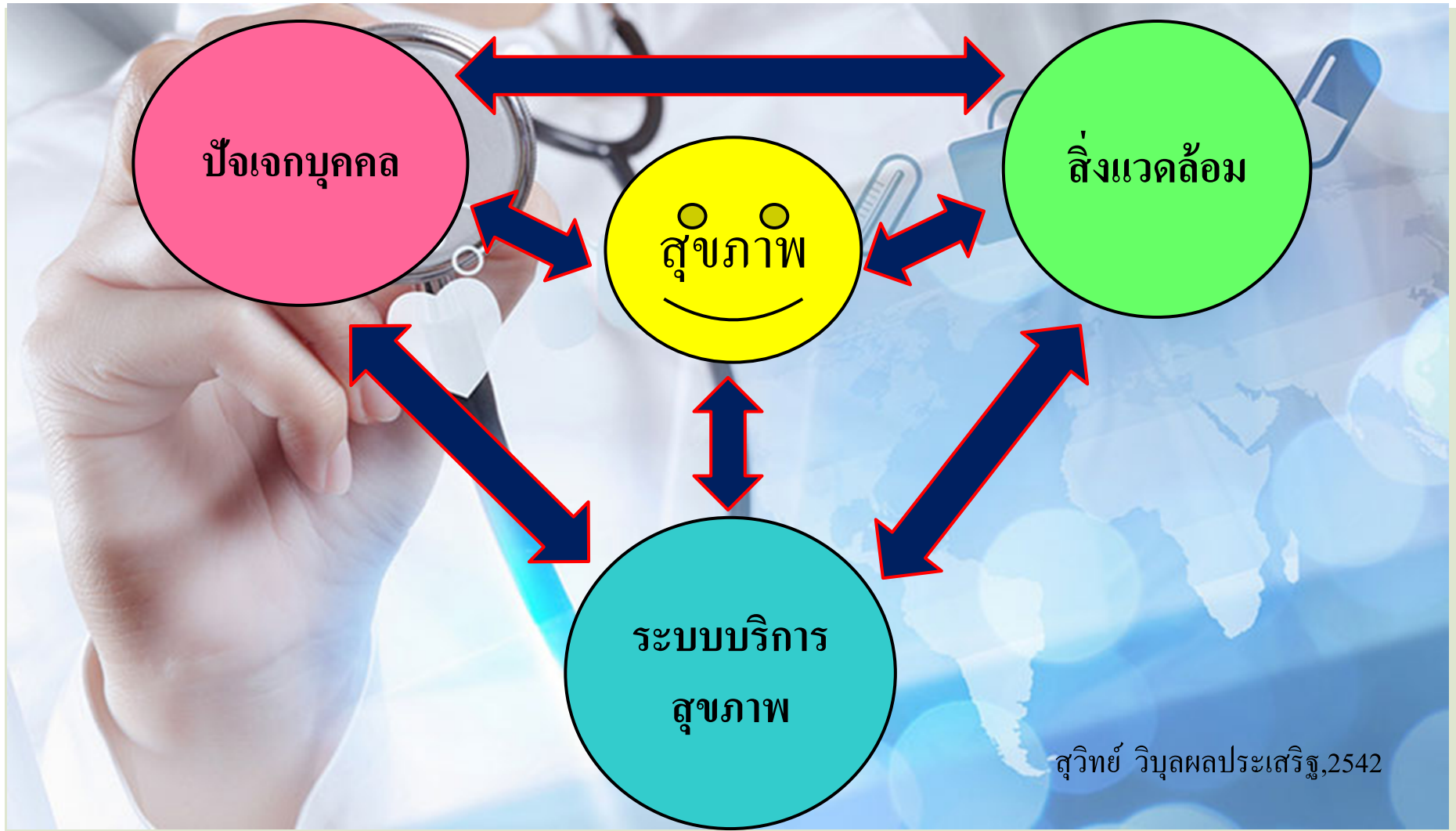
ภาวะสุขภาพ 4 มิติ



ภาวะสุขภาพ 4 มิติ

มิติ	ภาวะสุขภาพ	ความหมาย
1	ทางกาย (Physical)	การรับรู้ระดับความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกายการไม่เจ็บป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจส่วนบน โรคจากอุบัติเหตุจราจร โรคจากการประกอบอาชีพ เป็นต้น
2	ทางจิตใจ (Mental)	การรับรู้ความรู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ของประชาชน การไม่มีความเครียด ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิต และมีความรู้สึกปลอดภัย
3	ทางสังคม (Social)	การรับรู้ถึงสัมพันธภาพของคนในครอบครัวคนในชุมชน และการช่วยเหลือกิจกรรมในชุมชน
4	ทางจิตวิญญาณ (Spiritual)	หมายถึง การรับรู้ถึงการมีคุณค่าในตนเองภาคภูมิใจในบ้านเกิด และความรักห่วงหาพันต่อชุมชน

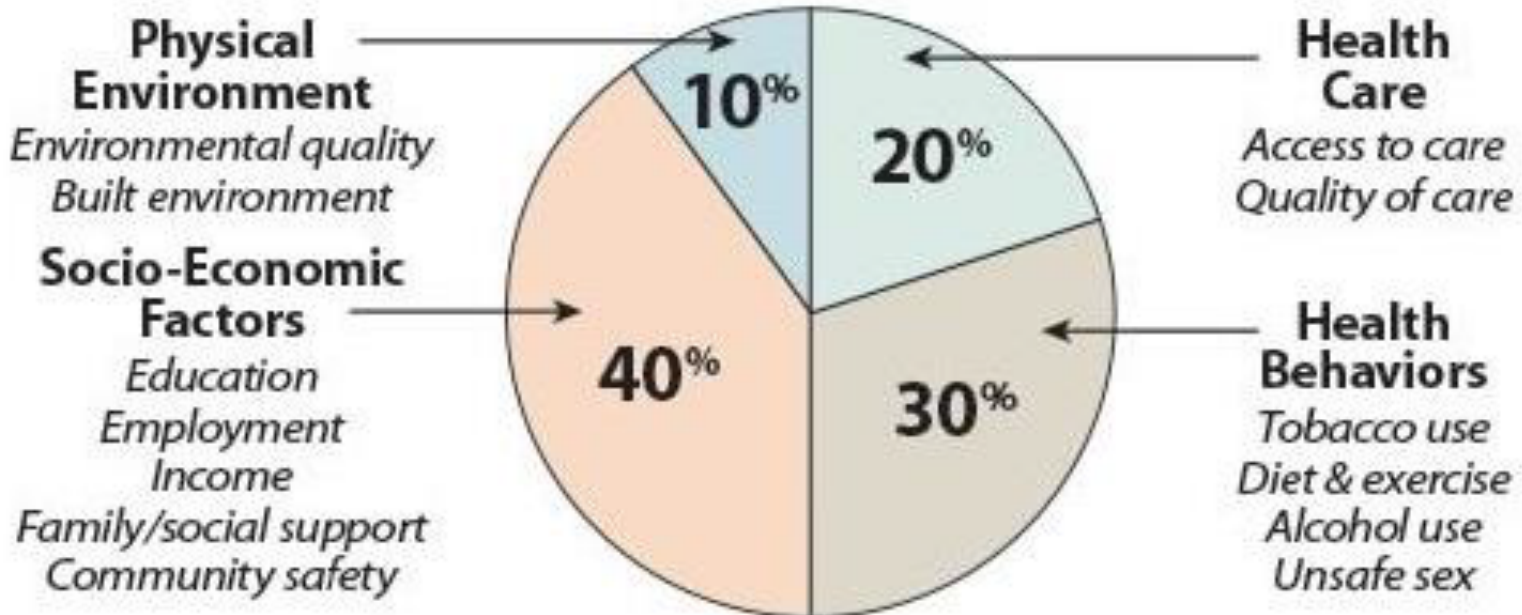
พลวัต





ปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดสภาวะสุขภาพของบุคคล

Population Health



ปัจจัยที่กำหนดสุขภาพในศตวรรษที่ 21

- สันติภาพ
- การศึกษา
- ที่อยู่อาศัย
- ความมั่นคงทางสังคม
อาหาร รายได้
- การให้อำนาจสตรี
- ระบบนิเวศที่มั่นคง
- การใช้ทรัพยากรที่ยั่งยืน

- ปัญหาสุขภาพจิต
- ปัจจัยข้ามชาติ
- การผสมผสานเศรษฐกิจโลก
- ตลาดการเงิน การค้า สื่อ
เทคโนโลยี สิ่งแวดล้อม
ค่านิยม
- วิถีชีวิตทุกวัย

ความสำคัญของสุขภาพ

ชาวตะวันออก

อโรคยา ปรมา ลากา

ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ

ชาวตะวันตก

Health is the greatest blessing of all

สุขภาพคือพรอันประเสริฐ

ชาวอาหรับ

He who has health has hope and he who

has hope has everything

คนที่มีสุขภาพดี คือ คนที่มีความหวัง

และคนที่มีความหวัง คือคนที่มีทุกสิ่งทุก

อย่าง



ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ (DEFINITION OF HEALTH BEHAVIOR)

- **พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior)** หมายถึง กิจกรรมหรือการปฏิบัติใด ๆ ของปัจเจกบุคคลที่กระทำไปเพื่อจุดประสงค์ในการส่งเสริม ป้องกัน หรือบำรุงรักษาสุขภาพ โดยไม่คำนึงถึงสถานะสุขภาพที่ดำรงอยู่หรือรับรู้ได้ ไม่ว่าจะพฤติกรรมนั้น ๆ จะสัมฤทธิ์ผลสมความมุ่งหมายหรือไม่ในที่สุด

ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ (DEFINITION OF HEALTH BEHAVIOR)

Health behavior
Cognitive domain
Affective domain
Psychomotor domain

พฤติกรรมสุขภาพที่มี
ผลดีต่อสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพที่ไม่
เหมาะสมต่อสุขภาพ

การกระทำที่เป็นผลดีต่อสุขภาพ

การไม่กระทำที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ

การกระทำที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ

การไม่กระทำที่เป็นผลดีต่อสุขภาพ

การกระทำด้วยจิตสำนึก

การกระทำด้วยตามคำแนะนำ

การกระทำด้วยตามกฎ ระเบียบ
ข้อบังคับ และเงื่อนไข

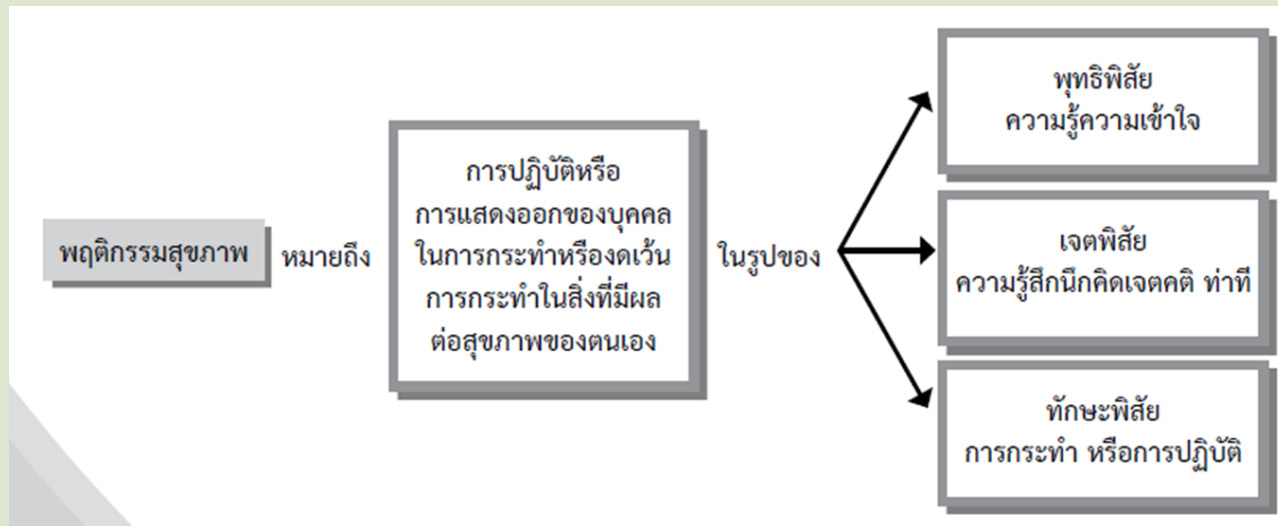
ค่านิยม (Values)

เจตคติ (Attitudes)

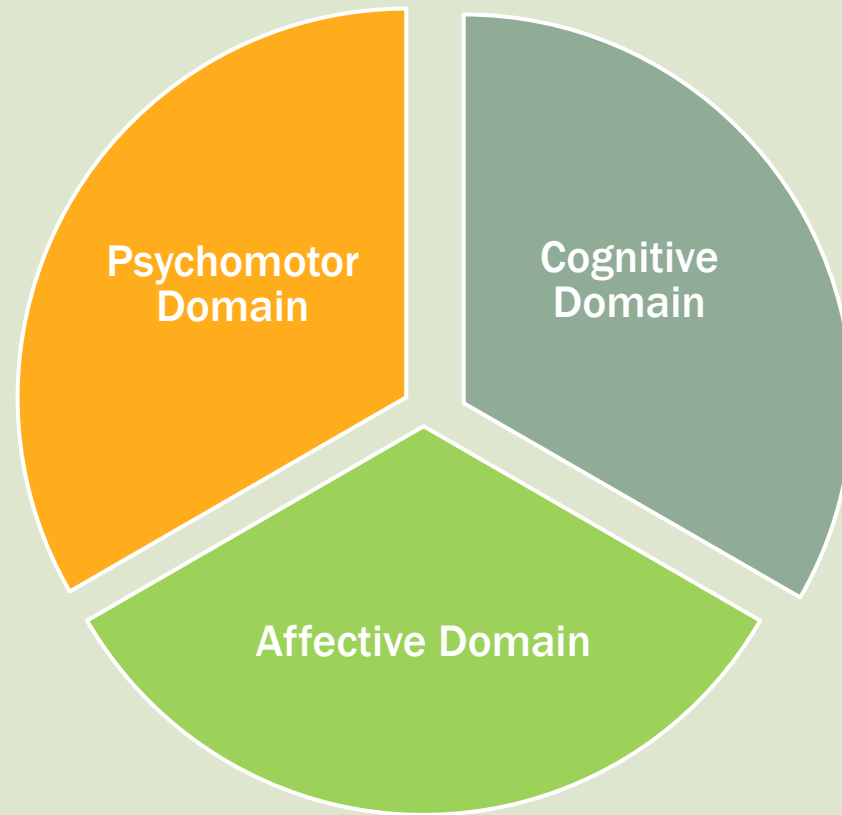
ความรู้ (Knowledge)

ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ (DEFINITION OF HEALTH BEHAVIOR)

หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเอง ในรูปของความรู้ ความเข้าใจ ซึ่งเรียกว่าพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) ความรู้สึกนึกคิด เจตคติ ท่าที ความคิดเห็น ที่บุคคล มีต่อบุคคล สิ่งของ หรือเหตุการณ์ ซึ่งเรียกว่า เจตพิสัย (Affective Domain) และในรูปของการกระทำ หรือการปฏิบัติของบุคคลในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งเรียกว่า ทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) ดังภาพ



HEALTH BEHAVIOR



ความหมายของพฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย (**COGNITIVE DOMAIN**)

- พฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) หมายถึง การเรียนรู้ทางด้านความคิด ความรู้การแก้ปัญหา จัดเป็นพฤติกรรมทางด้านสมอง และสติปัญญา แบ่ง ออกเป็น 6 ระดับ ดังนี้

COGNITIVE DOMAIN

Knowledge

Comprehension

Application

Analysis

Synthesis

Evaluation

ความหมายของพฤติกรรมด้านจิตพิสัย (**AFFECTIVE DOMAIN**)

- **จิตพิสัย (Affective Domain)** หมายถึง เป็นพฤติกรรมทางด้านจิตใจเกี่ยวกับค่านิยม ความรู้สึก ความซาบซึ้ง ทศนคติ ความเชื่อ ความสนใจ และคุณธรรม พฤติกรรมของผู้เรียนจะไม่เกิดขึ้นทันที การจัดการเรียนการสอนจึงต้องใช้วิธีปลูกฝังและสอดแทรกสิ่งที่ดีงาม ประกอบด้วย พฤติกรรมย่อยๆ 5 ระดับ ได้แก่

AFFECTIVE DOMAIN

การให้ความสนใจ (Receiving)



การตอบสนอง (Responding)



การสร้างคุณค่าและค่านิยม (Value)



การจัดกลุ่มค่า (Organizing)

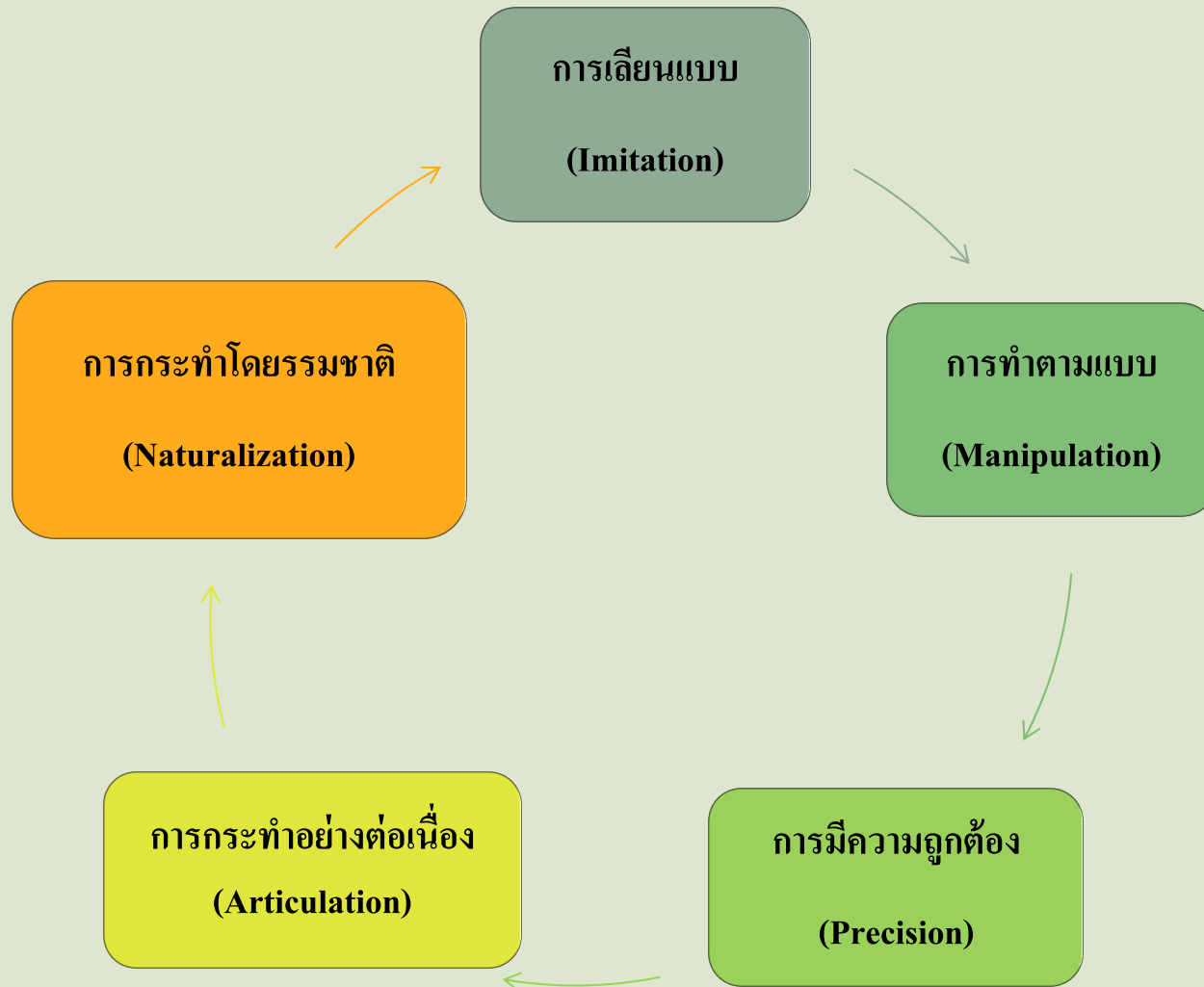


การแสดงลักษณะค่านิยมที่ยึดถือ

ความหมายของพฤติกรรมด้านทักษะพิสัย (PSYCHOMOTOR DOMAIN)

- **ทักษะพิสัย (Psychomotor Domain)** หมายถึง เป็นพฤติกรรมการเรียนรู้ที่บอกถึงความสามารถในการปฏิบัติงานได้อย่างคล่องแคล่วชำนาญ พฤติกรรมด้านนี้จะเห็นได้จากการปฏิบัติที่แสดงออกมาให้เห็น โดยมีเวลาและคุณภาพของงานเป็นตัวชี้ระดับของทักษะที่เกิดว่ามีมากน้อยเพียงใด ประกอบด้วย พฤติกรรมย่อยๆ 5 ระดับ ดังนี้

PSYCHOMOTOR DOMAIN



ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ

ประเภทของพฤติกรรมแบ่งตามการแสดงออก ดังนี้

- 1) พฤติกรรมภาพสุขภาพภายนอก (Overt Health Behavior)
- 2) พฤติกรรมภาพสุขภาพภายใน (Covert Health Behavior)



ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพภายนอก (**OVERT HEALTH BEHAVIOR**)

- **พฤติกรรมสุขภาพภายนอก (Overt Health Behavior)** หมายถึง เป็นปฏิกริยาต่างๆ ของบุคคลที่แสดงออกมาทั้งทางวาจาและการกระทำ ซึ่งปรากฏให้บุคคลอื่นสามารถมองเห็นได้หรือสังเกตได้ เช่น ท่าทางหรือคำพูดที่แสดงออกไม่ว่าจะเป็นน้ำเสียง สีหน้า การปฏิบัติตัวด้านสุขภาพ

ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพภายใน (**COVERT HEALTH BEHAVIOR**)

- **พฤติกรรมสุขภาพภายใน (Covert Health Behavior)** หมายถึง เป็นปฏิกริยาภายในตัวบุคคลมีทั้งเป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เป็นรูปธรรมซึ่งสามารถใช้เครื่องมือบางอย่างเข้าวัดหรือสัมผัสได้ เช่น การเต้นของหัวใจ การบีบตัวของลำไส้ พฤติกรรมเหล่านี้เป็นปฏิกริยาที่มีอยู่ตามสภาพของร่างกาย ส่วนที่เป็นนามธรรม ได้แก่ ความคิด ความรู้สึก เจตคติ ค่านิยม เป็นต้นพฤติกรรมภายในนี้ไม่สามารถสัมผัสหรือวัดได้ด้วยเครื่องมือต่างๆ เพราะไม่มีตัวตน จะทราบได้เมื่อแสดงพฤติกรรมออกมา

ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ

1. พฤติกรรมการเจ็บป่วยและการรักษาพยาบาล การเจ็บป่วยของคนเราจะเกิดขึ้นบนพื้นฐานของความเชื่อ ในสาเหตุ อากาการ อันตรายที่เกี่ยวข้องกับความเจ็บป่วยของตนเองจะเป็นตัวกำหนดการรักษาพยาบาล ตัวอย่างเช่น เมื่อเจ็บคอ เชื่อว่ามีสาเหตุมาจากเชื้อแบคทีเรียพฤติกรรมการแสดงออกเมื่อตัวเองป่วย (รับรู้) สิ่ง que แสดงออกถึงอาการเจ็บป่วยคือการรักษาพยาบาล

ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ

2. พฤติกรรมการรักษาโรค คือการแสดงออกโดยการกระทำหรือไม่กระทำ ถ้าพฤติกรรมตัวนี้ไม่ดีก็จะเกิดการเจ็บป่วย เช่นการไม่สวมหมวกนิรภัย เมื่อเกิดอุบัติเหตุจะทำให้เกิดการเจ็บป่วย ดังนั้นการจะแสดงพฤติกรรมป้องกันโรคได้ ก็ต้องมองเห็นแล้วว่าสิ่งที่ทำอยู่นั้นจะทำให้เกิดการเจ็บป่วยง่าย

ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ

3. พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ คือสิ่งที่กระทำเพื่อให้มีสุขภาพที่พึงประสงค์ เช่นการออกกำลังกาย เป็นสิ่งที่ปฏิบัติแล้วทำให้ร่างกายดี ระบบต่างๆดี จิตดี ทุกองค์ประกอบของร่างกายต้องป้องกันด้วยการส่งเสริมสุขภาพ

ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ

4. **พฤติกรรมกรรมการมีส่วนร่วม** คือ การกระทำเพื่อส่งผลดีต่อส่วนรวม เช่นคนในชุมชนมีพฤติกรรมกรรมการมีส่วนร่วมในทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลาย เพื่อป้องกันโรคไข้เลือดออก

พฤติกรรมการป้องกันโรค

จะเน้นพฤติกรรมการป้องกันโรคว่า เป็นการวางแผนและปฏิบัติ ตามมาตรการล่วงหน้าเพื่อป้องกันการเกิดโรคหรือปัญหาด้านสุขภาพ ก่อนที่จะเหตุการณ์ด้านสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์ โดยได้แบ่งการป้องกันโรค ออกเป็น 3 ระดับ คือ

- การป้องกันระดับปฐมภูมิ (Primary prevention)
- การป้องกันระดับทุติยภูมิ (Secondary prevention)
- การป้องกันระดับตติยภูมิ (Tertiary prevention)

การป้องกันระดับปฐมภูมิ (PRIMARY PREVENTION)

ประกอบด้วยมาตรการในการป้องกันโรคเพื่อป้องกันการเกิดโรคหรือการบาดเจ็บในระยะก่อนที่กระบวนการเกิดโรคจะเริ่มขึ้น เช่น การฉีดวัคซีนป้องกันโรค การแปรงฟัน การออกกำลังกาย การคาดเข็มขัดนิรภัย การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ การสวมถุงยางอนามัย เป็นต้น



การป้องกันระดับทุติยภูมิ (SECONDARY PREVENTION)

ประกอบด้วยมาตรการในการป้องกันที่จะนำไปสู่การวินิจฉัยในระยะเริ่มแรกและการรักษาโรคหรือการบาดเจ็บอย่างทันทีเพื่อจำกัดขอบเขตของความพิการและความรุนแรงของโรค ตัวอย่างที่ชัดเจนของการป้องกันระดับทุติยภูมิ คือ การคัดกรองโดยบุคคลนั้น เองหรือโดยเจ้าหน้าที่ และการตรวจสุขภาพ เช่น การวัดความดันโลหิต การตรวจเลือด การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งน้ำหนัก วัคซีนสูง

เนื่องจากไม่สามารถป้องกันการเกิดโรคได้เสมอไปโดยเฉพาะโรคไร้เชื้อ การป้องกันระดับทุติยภูมิที่จะทำให้อันพบโรคหรืออาการของโรคตั้งแต่ต้นจึงมีความสำคัญ



การป้องกันระดับตติยภูมิ (TERTIARY PREVENTION)

ประกอบด้วยมาตรการในการฟื้นฟูสภาพหลังจากป่วยหรือบาดเจ็บและได้ผ่านกระบวนการรักษาแล้ว รวมทั้งมาตรการทางการศึกษาเพื่อลดการพึ่งพิงผู้อื่น (McKenzie, Neiger, & Smeltzer, 2005, p. 104.)



ภาวะสุขภาพ

สามารถแบ่งกลุ่มตัวอย่าง(ประชากร) ตามภาวะสุขภาพ ได้เป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มที่มีภาวะสุขภาพปกติ (Normal)
2. กลุ่มที่มีภาวะเสี่ยง (Risk)
3. กลุ่มที่มีภาวะป่วย (Illness)

เพื่อกำหนดพฤติกรรมสุขภาพเป้าหมาย จะช่วยให้ในการกำหนด วัตถุประสงค์ของโปรแกรมด้านสุขศึกษาและส่งเสริมสุขภาพถูกต้อง ชัดเจน (ดังแผนภาพที่แสดง)

สถานะทางสุขภาพ

ระดับของพฤติกรรมป้องกัน

กลุ่มที่มีสุขภาพดี
ปราศจากอาการของโรค
การเจ็บป่วยหรือการบาดเจ็บ

พฤติกรรมการป้องกันระดับปฐมภูมิ

การกระทำหรือการปฏิบัติ
เพื่อป้องกันการเกิดโรค
หรือการบาดเจ็บ
ก่อนที่โรคจะเกิดขึ้น

↓

กลุ่มที่เป็นโรค
หรือมีอาการป่วย
หรือบาดเจ็บ

พฤติกรรมการป้องกันระดับทุติยภูมิ

การกระทำเพื่อวินิจฉัยโรคในระยะ
เริ่มแรกและรักษาอย่างทันที่และจำกัดขอบเขต
ของความพิการและ
ความรุนแรงของโรค

↓

กลุ่มที่พิการ
หรือทุพพลภาพ
หรือต้องพึ่งพิง

พฤติกรรมการป้องกันระดับตติยภูมิ

การกระทำหรือการปฏิบัติ
เพื่อการฟื้นฟูสภาพ
หลังจากการเจ็บป่วย

↓

ตาย

คลิปวิดีโอพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคไข้เลือดออก



แหล่งอ้างอิง

- วัชรินทร์ จงกลสถิต.(2556).พฤติกรรมสุขภาพ .สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2563.จาก <https://www.slideshare.net/Watcharrin/6-15187193>.
- Wittaya Tanaree.(.).Introduction Health.มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2563.จาก<http://www.science.cmru.ac.th>.
- พฤติกรรมสุขภาพ.(2559). พฤติกรรมการป้องกันโรค.สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2563. จากhttp://003400health.blogspot.com/2016/11/blog-post_29.html.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.(2562).ปราบยุงให้สิ้นลาย. สืบค้นเมื่อ 17 เมษายน 2563.จาก <https://www.thaihealth.or.th>.