

อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน ที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์

มลฤดี ประสิทธิ์¹, ชวนชม สกนชวัฒน์², เกสร เหล่าอรระคะ¹, สุกรี สุนทรภา², ศรีนารี แก้วฤดี², วรลักษณ์ สมบูรณ์พร²,
เพียงจิตต์ ธารไพโรธานนท์¹

¹ งานบริการพยาบาล โรงพยาบาลศรีนครินทร์

² ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Menopausal Symptoms among Women Attending of the Menopausal Clinic at Srinagarind Hospital

Molruedee Prasit,¹ Chuanchom Sakondhvat,² Kesorn Lao-unka,¹ Sugree Soontrapa,² Srinaree Kaewrudee,²
Woraluk Somboonporn,² Piangjit Tharnprisan¹

¹Nursing Division, Srinagarind Hospital

²Department of Obstetrics and Gynecology, Faculty of Medicine Khon Kaen University.

หลักการและเหตุผล: สตรีวัยหมดประจำเดือน เป็นวัยที่มีอาการเปลี่ยนแปลง ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน การศึกษาอาการที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับผู้ให้บริการทั้งนี้เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพการให้บริการของคลินิกวัยหมดประจำเดือน

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน ที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์

รูปแบบการศึกษา: เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา

สถานที่ทำการศึกษา: คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

วิธีการศึกษา: ทำการศึกษาย้อนหลังโดยการรวบรวมข้อมูลจากทะเบียนประวัติของของสตรีวัยหมดประจำเดือนที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ ตั้งแต่ เดือนมกราคม พ.ศ 2540 ถึง เดือนธันวาคม พ.ศ 2549 จำนวนทั้งหมด 1,221 ราย โดยแบ่งสตรีที่หมดประจำเดือนออกเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มสตรีที่หมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ (natural memopause) ซึ่งแบ่งเป็น 2 กลุ่มย่อย คือ กลุ่มสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน (peri-menopause) และกลุ่มสตรีระยะหลังหมดประจำเดือน (post-menopause) และกลุ่มสตรี

Background: Menopause is the period of life after complete cessation of ovarian function. In this period, many physiologic changes occur as process of aging. Studying about menopausal symptoms in woman attending at the Menopausal Clinic provides basic information and will be useful in developing appropriate medical and health care services.

Objective: To study menopausal symptoms among women attend at the Menopausal Clinic Srinagarind Hospital.

Design: Descriptive study

Setting: Menopausal Clinic, Srinagarind Hospital, Faculty of Medicine, Khon Kaen University.

Method: One thousand and two hundred twenty-one records of menopausal women both natural and surgical menopause, attending the menopausal clinic at Srinagarind hospital during January 1997 to December 2006 were reviewed. Natural menopause was divided into 2 subgroups, peri-menopausal group and post-menopausal group. The results were expressed as mean value \pm standard deviation (SD). Chi-Square test were used for statistical comparison. The level of statistical significance was chosen as $p < 0.05$.

Results: Mean age of the subjects were 51.53 ± 6.05 years, 52.82% were post- menopausal group. Mean age

ที่หมดประจำเดือนจากการผ่าตัด (surgical menopause)

ผลการศึกษา: อายุเฉลี่ยของประชากรศึกษา 51.53 ± 6.05 ปี ร้อยละ 52.82 เป็นสตรีระยะหลังหมดประจำเดือน อายุเฉลี่ยของสตรีวัยหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ เท่ากับ 48.76 ± 4.33 ปี อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนที่พบมาก 3 อันดับแรกคือ หลงลืมง่าย ปวดข้อและกล้ามเนื้อ เหนื่อยเพลีย คิดเป็นร้อยละ 90.90, 87.05, 83.12 ตามลำดับ อาการที่พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ระหว่างสตรีทั้ง 3 กลุ่ม คือ อาการร้อนวูบวาบ ซึ่งพบได้มากที่สุด (ร้อยละ 70.7) ในกลุ่มสตรีที่หมดประจำเดือนจากการผ่าตัด อาการหงุดหงิดง่าย และมีความต้องการทางเพศลดลง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน คิดเป็นร้อยละ 87.6 และ 75.5 ตามลำดับ ส่วนอาการช่องคลอดแห้ง พบได้มากที่สุด (ร้อยละ 62.8) ในกลุ่มสตรีระยะหลังหมดประจำเดือน

สรุป: อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ พบมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ หลงลืมง่าย ปวดข้อและกล้ามเนื้อ เหนื่อย/เพลีย ส่วนอาการที่พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้แก่ อาการร้อนวูบวาบ ซึ่งพบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีที่หมดประจำเดือนจากการผ่าตัด อาการหงุดหงิดง่าย ความต้องการทางเพศลดลง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน อาการช่องคลอดแห้ง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีระยะหลังหมดประจำเดือน

of natural menopause was 48.76 ± 4.33 years. The three most menopausal symptoms were forgetfulness (90.90%), muscle/joint pains (87.05%) and tiredness (83.12%). Hot flushes was significant higher in surgical menopausal women (70.7%) than natural menopausal groups. Those in natural menopause, moody and decreasing sexual desire were more presented in peri-menopausal women (87.6% and 75.5 % respectively) while vaginal dryness were mostly presented in post-menopausal group (62.8 %).

Conclusion: The three most common menopausal symptoms were forgetfulness, muscle/joint pains and tiredness. Hot flushes was significant higher in surgical menopausal women than those in natural menopause. Moody and decreasing sexual desire were more presented in peri-menopausal women while vaginal dryness were mostly presented in post-menopausal group.

Key word: Menopausal symptoms, hot flush, sexual desire, vaginal dryness.

ศรีนครินทร์เวชสาร 2550; 22(3): 267-74 • Srinagarind Med J 2007; 22(3): 267-74

บทนำ

การพัฒนาทางเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีทางการแพทย์ ส่งผลให้โครงสร้างและวิถีการดำเนินชีวิตของประชากรเปลี่ยนแปลงไป มีการคาดประมาณว่า ในปี พ.ศ. 2563 ประเทศไทยจะมีสตรีอายุ 40-59 ปี จำนวนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 28 ของจำนวนประชากรทั้งหมดของประเทศ¹ ถึงแม้ว่าสตรีกลุ่มนี้จะอยู่ในวัยหมดประจำเดือน แต่เป็นกลุ่มที่มีความสำคัญทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพในการพัฒนาประเทศจึงจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมให้มีสุขภาพที่ดีขึ้น เนื่องจากสตรีวัยนี้เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ที่เป็นผลมาจากการสร้างเอสโตรเจนจากรังไข่ลดลง จนกระทั่งหยุดการสร้างในที่สุด² ทำให้สตรีวัยนี้ต้องเผชิญกับอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้น เช่น อาการร้อนวูบวาบ ปวดกล้ามเนื้อและปวดข้อ เหนื่อยเพลีย หงุดหงิดง่าย ใจสั่น นอนไม่หลับ ช่องคลอดแห้ง และอาการทางระบบ

สืบสาว เป็นต้น รวมทั้งภาวะที่อาจไม่แสดงให้เห็นในระยะต้น เช่น ภาวะกระดูกพรุน สมองเสียม³ ซึ่งภาวะต่างๆ เหล่านี้จะไม่เกิดขึ้นทันทีทันใด แต่จะเริ่มปรากฏอาการได้ในช่วงหลังหมดประจำเดือนทั้งโดยธรรมชาติและในสตรีที่ได้รับการผ่าตัดรังไข่ทั้งสองข้าง⁴ ไม่เพียงแต่ทำให้มีผลกระทบโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตของสตรีนั้นๆ แต่ยังมีผลต่อเนื่องถึงชีวิตครอบครัว การงานและสังคมด้วย

คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ได้เปิดให้บริการแก่สตรีวัยหมดประจำเดือน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2539 เป็นต้นมา การให้บริการในคลินิกวัยหมดประจำเดือนประกอบด้วย การให้ความรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับวัย การให้บริการตรวจสุขภาพการประเมินภาวะสุขภาพด้วยแบบประเมินตนเองเพื่อประกอบการวินิจฉัย การให้คำปรึกษาและให้

สุขภาพด้วยสื่อต่างๆ ทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม พร้อมทั้งมีการจัดทำทะเบียนประวัติประจำตัวของสตรีที่มารับบริการ แต่ยังไม่มีการรวบรวมข้อมูลต่างๆจากทะเบียนประวัติประจำตัวของผู้มารับบริการเพื่อจัดทำเป็นฐานข้อมูลที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในด้านการวางแผนการพัฒนาคณาภพการให้บริการและการศึกษาวิจัย

จากเหตุผลดังกล่าวคณะผู้วิจัย จึงมีความสนใจที่จะศึกษา อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน ที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษามาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาการให้บริการและการส่งเสริมสุขภาพแก่สตรีวัยหมดประจำเดือนได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้สตรีเหล่านั้นสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมและครอบครัวอย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน ที่มารับบริการในคลินิกวัยหมดประจำเดือนโรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
2. เพื่อศึกษาลักษณะทางประชากรของสตรีวัยหมดประจำเดือน

วิธีดำเนินการวิจัย

เป็นการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา โดยการรวบรวมข้อมูลจากทะเบียนประวัติของสตรีที่มารับบริการในคลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ ตั้งแต่ เดือนมกราคม พ.ศ. 2540 ถึง เดือนธันวาคม พ.ศ. 2549 จำนวน 1,221 ราย ภายหลังจากได้รับการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เพื่อศึกษาเกี่ยวกับอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนและลักษณะทางประชากร โดยแบ่งกลุ่มประชากรออกเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มสตรีที่หมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ (natural menopause) ซึ่งแบ่งเป็น 2 กลุ่มย่อย คือ กลุ่มสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน (peri-menopause) เป็นกลุ่มที่มีประวัติประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอแต่ขาดไปน้อยกว่า 12 เดือน และกลุ่มสตรีระยะหลังหมดประจำเดือน (post-menopause) เป็นกลุ่มที่มีประวัติประจำเดือนขาดติดต่อกัน 12 เดือน และกลุ่มสตรีที่หมดประจำเดือนจากการผ่าตัด (surgical menopause) เป็นกลุ่มที่มีประวัติได้รับการผ่าตัดรังไข่ทั้ง 2 ข้าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้อาการวิเคราะห์เชิงพรรณนา โดยการใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้การทดสอบไคสแควร์ (Chi-Square test) ทดสอบหาความแตกต่างระหว่างอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนในกลุ่มต่างๆ โดยจะถือว่า มีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อค่า $p < 0.05$

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป

สตรีกลุ่มศึกษามีอายุเฉลี่ย $51.53 + 6.05$ ปี ร้อยละ 82.41 มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 47.0 ได้รับการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 33.08 มีอาชีพรับราชการ ร้อยละ 27.68 มีรายได้ครอบครัวต่อเดือน 10,000-20,000 บาท กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระยะหลังหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ ร้อยละ 52.82 รองลงมาคือระยะหลังหมดประจำเดือนโดยการผ่าตัด ร้อยละ 24.07 และระยะใกล้หมดประจำเดือน ร้อยละ 23.09 อายุเฉลี่ยของสตรีวัยหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติเท่ากับ $48.76 + 4.33$ ปี (ตารางที่ 1)

2. อาการหมดประจำเดือน

อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนที่มารับบริการในคลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ ที่พบมากที่สุดคือ อาการหลงลืมง่าย ร้อยละ 90.90 รองลงมาคือปวดข้อและกล้ามเนื้อ เหนื่อยเพลีย ร้อยละ 87.05 และ 83.12 ตามลำดับ (ตารางที่ 2)

3. ความแตกต่างระหว่างอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนกับระยะของการหมดประจำเดือน

ผลการวิเคราะห์ทางสถิติพบว่า อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ค่า $p < 0.05$) ระหว่างสตรีทั้ง 3 กลุ่มได้แก่ อาการร้อนวูบวาบซึ่งพบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีระยะหลังหมดประจำเดือนโดยการผ่าตัด ร้อยละ 70.7 ส่วนอาการหงุดหงิดง่าย และความต้องการทางเพศลดลง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน คือร้อยละ 87.6 และ 75.5 ตามลำดับ อาการช็อกคลอแห้ง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีระยะหลังหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ ร้อยละ 62.8 (ตารางที่ 3)

วิจารณ์

สตรีไทยส่วนใหญ่เข้าสู่วัยหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติเมื่ออายุ 48-52 ปี⁵ ผลการศึกษานี้พบว่า อายุเฉลี่ยทั้งหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ คือ 48.76 ± 4.33 ปี ซึ่งใกล้เคียงกับการศึกษาของ สุชาติดา อินทรวัดมน⁶ ที่ศึกษาในสตรีวัยทอง

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของสตรีวัยหมดประจำเดือน (N=1,221)

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
< 39	25	2.04
40-44	62	5.07
45-49	300	24.57
50-54	350	28.66
55-59	254	20.80
> 60	130	10.64
สถานภาพสมรส		
คู่	1,016	82.41
หม้าย หย่า แยก	125	10.79
โสด	79	6.7
ไม่ตอบ	1	0.07
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้เรียน	12	1.07
ประถมศึกษา	527	47.0
มัธยมศึกษา	156	12.77
อาชีววะ/อนุปริญญา	81	6.63
ปริญญาตรีขึ้นไป	436	38.89
ไม่ตอบ	9	0.80
รายได้ครอบครัวต่อเดือน		
< 5,000	241	19.73
5,000-10,000	218	17.85
10,001-20,000	338	27.68
20,001-50,000	313	25.63
> 50,000	76	6.22
ไม่ตอบ	35	2.86
อาชีพ		
เกษตรกร	104	8.51
ข้าราชการบำนาญ	70	5.73
ค้าขาย	219	17.93
แม่บ้าน	343	28.09
รับจ้าง	66	5.40
รับราชการ	404	33.08
อื่นๆ	15	1.22
ระยะการหมดประจำเดือน		
- ใกล้เคียงหมดประจำเดือน	282	23.09
- หลังหมดประจำเดือนโดยการผ่าตัด	294	24.07
- หลังหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ	645	52.82
- อายุเฉลี่ยของสตรีวัยหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ		48.76
- ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุสตรีวัยหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ		4.33

ตารางที่ 2 อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน (N=1,221)

อาการ	จำนวน	ร้อยละ
อาการร้อนวูบวาบ	810	66.33
หงุดหงิดง่าย	1,008	82.55
ซีมีเศร้า	533	43.65
ขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง	678	55.52
เหนื่อยเพลีย	1,015	83.12
เวียนศีรษะ	830	67.97
ปวดศีรษะ	798	65.35
นอนไม่หลับ	795	65.11
กลั้นปัสสาวะไม่ค่อยได้	651	53.31
ไอ จาม มีปัสสาวะเล็ด	681	55.77
ปัสสาวะบ่อย	774	63.90
ช่องคลอดแห้ง	740	60.60
ความต้องการทางเพศลดลง	832	68.14
รู้สึกเจ็บเวลามีเพศสัมพันธ์	613	50.20
รู้สึกซาบบริเวณต่างๆ	793	64.94
รู้สึกเหมือนเข็มตำ	501	41.03
ปวดข้อ, กล้ามเนื้อ	1,063	87.05
หลงลืมง่าย	1,110	90.90
ตาแห้ง	642	52.57
ผิงหนังแห้ง, เหี่ยวย่น	999	81.81
เต้านมเหี่ยวย่น	726	59.45
ผมแห้ง	810	66.33
มีขนอ่อนๆ ขึ้นที่หน้า	305	24.97

ที่มารับการตรวจรักษาที่คลินิกวัยทอง โรงพยาบาลศิริราช พบอายุเฉลี่ยที่หมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ เท่ากับ 48.3 ± 3.6 สำหรับอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนในการศึกษา นี้ พบว่า อาการที่พบมากที่สุดคือ หลงลืมง่าย ปวดข้อและ กล้ามเนื้อ โดดเดี่ยวกับการศึกษาของเพ็ญจิตต์ มานพศิลา⁷ ที่พบว่าอาการของวัยหมดระดูของผู้มารับบริการที่คลินิกวัย หมดระดู โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ ที่พบมากที่สุดคือ หลงลืมง่าย ปวดข้อและกล้ามเนื้อ (ร้อยละ 81)

อาการที่พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติ ($P < 0.05$) ระหว่างสตรีทั้ง 3 กลุ่ม คือ อาการร้อนวูบวาบ พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีหลังหมดประจำเดือนโดยการผ่าตัด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เบญจวรรณ ทยานิธิกุล⁸ ที่ศึกษาอาการวัยหมดระดูในบุคลากรโรงพยาบาลสงขลานครินทร์ ทั้งนี้เนื่องจากหลังการผ่าตัดเอารังไข่ออกทั้งสองข้าง ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนจะลดระดับลงอย่างเฉียบพลัน

จนร่างกายไม่สามารถปรับตัวได้ทันทำให้มีอาการร้อนวูบวาบ ตามตัวได้มากกว่าสตรีที่หมดประจำเดือนตามธรรมชาติ ซึ่ง การลดระดับของฮอร์โมนเอสโตรเจนจะค่อยเป็นค่อยไป ทำให้ร่างกายมีเวลาปรับตัวได้ดีกว่าสตรีที่หมดประจำเดือน จากการผ่าตัด⁹

อาการหงุดหงิดง่ายซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มอาการทางจิตประสาท ในการศึกษานี้พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีระยะใกล้หมด ประจำเดือน สอดคล้องกับการศึกษาของ สุมนา ชมพูทวีป และคณะ¹⁰ ที่ศึกษาการหมดระดูของสตรีในกรุงเทพมหานคร พบว่า อุบัติการณ์ของกลุ่มอาการทางจิตประสาทในสตรีวัย ใกล้หมดประจำเดือนสูงกว่าสตรีวัยหลังหมดประจำเดือน ซึ่ง แตกต่างจากการศึกษาของ นฤมล ภมระวภา¹¹ ที่ศึกษาอาการ ในวัยเปลี่ยนแปลงของบุคลากรทางการแพทย์ของโรงพยาบาล อุดรดิตถ์ แล้วไม่พบความแตกต่างของกลุ่มอาการทาง จิตประสาทในสตรีวัยใกล้หมดประจำเดือนและวัยหลังหมด

ตารางที่ 3 อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนจำแนกตามระยะ การหมดประจำเดือน

อาการ	ระยะใกล้หมดประจำเดือน (N=282)		หมดประจำเดือนโดยธรรมชาติ (N=645)		หมดประจำเดือนโดยการผ่าตัด (N=294)		P-value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
อาการร้อนวูบวาบ	197	69.85	405	62.8	208	70.7	.012*
หงุดหงิดง่าย	247	87.6	516	80.0	245	83.3	.016*
ซีมีเศร้า	137	48.6	273	42.3	123	41.8	.158
ขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง	163	57.8	358	55.5	157	53.4	.568
เหนื่อยเพลีย	243	86.2	537	83.3	235	79.9	.294
เวียนศีรษะ	204	72.3	441	68.4	185	62.9	.052
ปวดศีรษะ	200	70.9	410	63.6	188	63.9	.077
นอนไม่หลับ	180	63.8	421	65.3	194	66.0	.860
กลับปัสสาวะไม่ค่อยได้	154	54.6	338	52.4	159	54.1	.773
ไอ จามมี ปัสสาวะเล็ด	175	62.1	348	54.0	158	53.7	.051
ปัสสาวะบ่อย	192	68.1	407	63.1	175	59.5	.100
ช่องคลอดแห้ง	152	53.9	405	62.8	183	62.2	.029*
ความต้องการทางเพศลดลง	213	75.5	436	67.6	183	62.2	.004*
รู้สึกเจ็บเวลามีเพศสัมพันธ์	133	47.2	330	51.2	150	51.0	.130
รู้สึกซาบบริเวณต่างๆ	189	67.0	420	65.1	184	62.6	.535
รู้สึกเหมือนเข็มตำ	113	40.1	267	41.4	121	41.2	.936
ปวดข้อ, กล้ามเนื้อ	145	86.9	564	87.4	254	86.4	.927
หลงลืมง่าย	263	93.3	585	90.7	262	89.1	.212
ตาแห้ง	148	52.5	344	53.3	150	51.0	.805
ผิงหนังแห้ง, เหี่ยวยุ่น	232	82.3	536	83.1	231	78.6	.261
เต้านมเหี่ยวยุ่น	165	58.5	401	62.2	160	54.4	.212
ผมแห้ง	183	64.9	437	67.8	190	64.6	.565
มีขนอ่อนๆ ขึ้นที่หน้า	65	23.0	167	25.9	73	24.8	.654

*P<0.05

ประจำเดือน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากมีปัจจัยอื่นๆ ที่มีผลต่อกลุ่มอาการทางจิตประสาทและกลุ่มอาการอื่นๆ เช่น ภาระหน้าที่ ความรับผิดชอบ สภาพทางเศรษฐกิจ ลักษณะพื้นฐานดั้งเดิมทางด้านจิตใจและบุคลิกภาพ นอกเหนือจากการลดลงของระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนเพียงอย่างเดียว จึงทำให้กลุ่มอาการทางจิตประสาทในสตรีวัยหมดประจำเดือน มีอุบัติการณ์และความรุนแรงแตกต่างกันออกไป ส่วนความต้องการทางเพศลดลง พบได้มากที่สุดในสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน เช่นเดียวกัน ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของวนิดา จิโรจน์กุล และคณะ⁴ ที่ไม่พบความแตกต่างของอาการดังกล่าวในสตรี

วัยหมดประจำเดือนระยะต่างๆ ที่มารับบริการในคลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศิริราช สาเหตุที่การศึกษาพบอาการดังกล่าวในสตรีวัยใกล้หมดประจำเดือนมากที่สุด อาจเนื่องมาจากเมื่อสตรีเข้าสู่วัยใกล้หมดประจำเดือนประจำเดือนอาจมาผิดปกติหรือมาไม่สม่ำเสมอ ซึ่งคนไทยสมัยโบราณมักเรียกสตรีวัยนี้ว่าเป็น “วัยเลือดจะไป ลมจะมา”¹² และถือว่าตนเองได้เข้าสู่วัยสูงอายุแล้ว ประกอบกับค่านิยมของสังคมที่มองว่าสตรีวัยนี้น่านับถือ ต้องเป็นผู้ที่ไม่ข้องเกี่ยวกับเรื่องทางเพศ¹³ จึงอาจมีส่วนทำให้สตรีกลุ่มดังกล่าวมีความต้องการทางเพศลดลง

อาการช่องคลอดแห้ง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีวัยหลังหมดประจำเดือนโดยธรรมชาติสอดคล้องกับการศึกษาของ วานิดา จิโรจน์กุลและคณะ⁴ และเป็นไปตามหลักทฤษฎีที่กล่าวว่า อาการที่เกี่ยวข้องกับอวัยวะสืบพันธุ์มักจะมีอุบัติการณ์สูงขึ้นหลังจากหมดประจำเดือนไปแล้วหลายปี และตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น¹⁴ ซึ่งถ้าอาการดังกล่าวไม่ได้รับการแก้ไขได้อย่างถูกต้องเหมาะสม อาจมีผลต่อความสัมพันธ์ของคู่สมรสและก่อให้เกิดปัญหาครอบครัว ดังเช่นการศึกษาของ ทัดทรวง ปุญญทนต์¹⁵ ที่พบว่า ความต้องการที่สำคัญในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศของสตรีวัยหมดประจำเดือน ซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร คือ ความเข้าใจในเรื่องเพศจากบุคคลในครอบครัวและบุคลากรทางด้านสุขภาพ

ผลจากการศึกษาครั้งนี้ทำให้ได้ข้อมูลพื้นฐานในการสร้างแนวทางการให้บริการและคำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับการดูแลและส่งเสริมสุขภาพ แก่สตรีที่มารับบริการ ให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข ตลอดจนใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการศึกษาวิจัยในอนาคตต่อไปอย่างไรก็ดี ผลการศึกษาอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนครั้งนี้ มีทั้งสอดคล้องและแตกต่างกับการวิจัยที่ได้ทำการศึกษามาก่อน เนื่องจากอาการดังกล่าวมีอุบัติการณ์แตกต่างกันไปตามปัจจัยด้านชีววิทยา สังคม และวัฒนธรรม¹⁷ ดังนั้นการจัดบริการสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน นอกจากการตรวจรักษาโรคต่างๆ การรักษาอาการหลังวัยหมดประจำเดือน การให้คำปรึกษาและให้ความรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือนและการดูแลตนเองของสตรีวัยหมดประจำเดือนนั้น บุคลากรทางสุขภาพผู้ให้บริการในคลินิกวัยหมดประจำเดือนควรทำความเข้าใจ ตลอดจนค้นหาปัญหาและความต้องการที่แท้จริงในการมารับบริการของสตรีวัยหมดประจำเดือนและให้การปรึกษาแนะนำช่วยเหลือตามปัญหา ความต้องการ ความเชื่อ และจุดมุ่งหมายในชีวิตที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคล รวมทั้งเป็นสื่อกลางในการสร้างความเข้าใจให้กับสมาชิกในครอบครัวของสตรีวัยหมดประจำเดือน เพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญของอาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน การสนับสนุนและส่งเสริมให้สตรีสามารถปรับตัวผ่านเข้าสู่วัยหมดประจำเดือนได้อย่างมีคุณภาพ

สรุป

อาการของสตรีวัยหมดประจำเดือนที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ พบมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ หงุดหงิดง่าย ปวดข้อและกล้ามเนื้อ เหนื่อย/เพลีย ส่วนอาการที่พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้แก่ อาการร้อนวูบวาบ ซึ่งพบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีที่หมดประจำเดือนจากการผ่าตัด อาการหงุดหงิดง่าย

ความต้องการทางเพศลดลง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีวัยวัยใกล้หมดประจำเดือน อาการช่องคลอดแห้ง พบได้มากที่สุดในกลุ่มสตรีวัยหลังหมดประจำเดือน ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการให้บริการ ตลอดจนใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการศึกษาวิจัยต่อไปในอนาคต

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณสตรีวัยหมดประจำเดือนทุกท่านที่มารับบริการที่คลินิกวัยหมดประจำเดือน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ ขอขอบคุณอาจารย์ แพทย์ใช้ทุนและแพทย์ประจำบ้าน ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา หัวหน้างานบริการและเจ้าหน้าที่พยาบาล หน่วยวางแผนครอบครัว คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่กรุณาอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. ข้อมูลสถิติทั่วประเทศ [Cited 2005 Aug 12]. Available From: <http://www.nso.go.th>.
2. หะทัย เทพพิสัย. ปัญหาที่พบบ่อยในวัยทอง. ใน : อรุษา เทพพิสัย, บรรณาธิการ. สุขภาพชาย-หญิงวัยทองยุค 2001. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ข้าวฟ่าง, 2544:17-48.
3. นิमित เตชไกรชนะ, กอบจิตต์ ลิ้มปะยะยอม. การเปลี่ยนแปลงในวัยหมดระดู. ใน : นิमित เตชไกรชนะ, บรรณาธิการ. ฮอริโมนทดแทนในสตรีวัยหมดระดู. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543:137-66.
4. วานิดา จิโรจน์กุล, อรวรรณ ศิริวัฒน์, ทวีพงษ์ สุวรรณโคต, รัชชัช อธิสุข. อาการวัยหมดระดูของสตรีที่มารับบริการในคลินิกวัยหมดระดู โรงพยาบาลศิริราช. สารศิริราช 2539; 48:325-9.
5. กองอนามัยครอบครัว. สตรีวัยหมดระดู. เอกสารโครงการส่งเสริมสุขภาพสตรีวัยก่อนและหลังหมดระดู. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก : 2539:1-21.
6. สุชาดา อินทรวัดณ์, มณีรัตน์ไชยานนท์, พิชัย สิริศิริ, สุรศักดิ์ อังสุวัฒนา, กิติรัตน์ เตชะไตรศักดิ์. เพศสัมพันธ์ในสตรีวัยทองไทย. สารศิริราช 2545;54:784-91.
7. เพ็ญจิตต์ มานพิลลปี. คุณลักษณะสตรีผู้มารับบริการที่คลินิกวัยหมดระดู โรงพยาบาลสงขลานครินทร์. สงขลานครินทร์เวชสาร 2547;22:403-13.

8. เบญจวรรณ ทยานิธิกุล. อาการวัยหมดระดูในบุคลากรโรงพยาบาลสงขลานครินทร์. วารสารวิชาการเขต 12 2549; 17:1-11.
9. Utian ,WH. Current perspective in the management of the menopause and postmenopausal patient. Am J Obstet Gynecol 1990;75:1-2.
10. สุมนา ชมพูทวีป, เขมิกา ยามะรัต, นิกร ดุสิตสิน. การศึกษาการหมดระดูของสตรีไทยในกรุงเทพมหานคร. วารสารอนามัยครอบครัว 2537;22:9-23.
11. นฤมล ภมระภา. อาการในวัยเปลี่ยนแปลงของบุคลากรทางการแพทย์. วารสารโรงพยาบาลอุตรดิตถ์ 2543;15:12-8.
12. สุวิภา บุญยะโหดระ. สตรีวัยหมดระดู. ใน : พิมพ์วัลย์ บุญมงคล, พิภรณ์ สัจญหจริยา, ศันสนีย์ เรืองสอน, บรรณานิการ. สื่อสร้างองค์ความคิดผู้หญิงกับสุขภาพ. กรุงเทพฯ: เจนเดอร์ เพรส , 2542:110-29.
13. ศิราณี สมบัติหาล้า. คุณภาพชีวิตของสตรีวัยหมดระดูที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอป่าพะอง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2541.
14. อรรณพ ใจสำราญ, กอบจิตต์ ลิ้มปทยอม. อาการและอาการแสดงของสตรีวัยหมดประจำเดือน. ใน : กอบจิตต์ ลิ้มปทยอม, บรรณานิการ. วัยหมดระดู. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร, 2543:80-4.
15. ทัดทรง บุญญทลั้งค์. สุขภาพทางเพศของผู้หญิงไทยวัยหมดประจำเดือน. วิทยานิพนธ์ ปริญญาพยาบาลศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2549.
16. พรรณพิไล ศรีอารณ. การพยาบาลเพื่อส่งเสริมสุขภาพสตรี: สตรีกับการมีระดู. เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ , 2537.
17. Flint M. Menopause the global aspect. The modern management of the menopause :A perspective for the 21st century. New York : The Parthenon Publishing Group ,1994.

