

**การรู้สารสนเทศสุขภาพของนิสิตสาขาวิชาสารสนเทศศึกษา
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**

**Health Information Literacy of Information Studies Students
in Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University**

อรทัย วารีสอาด¹

Aurathai Wareesa-ard

นุชรี ตรีโลจน์วงศ์²

Nushaee Trelojwon

สมชาย วรรณญาณุไกร³

Somchai Warunyanugrai

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
E-mail: aurathai@swu.ac.th

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
E-mail: nusharee@swu.ac.th

³ รองศาสตราจารย์ ภาควิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
E-mail: somchaiw@g.swu.ac.th

บทคัดย่อ

บทความนี้เรียบเรียงจากงานวิจัยซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรู้สารสนเทศสุขภาพของนิสิต คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสารสนเทศศึกษา ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 143 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าร้อยละ ผลการวิจัยสรุปได้ว่า นิสิตเพศหญิง ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับญาติพี่น้อง มีโรคประจำตัวหรือภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง และเคยป่วยหรือเคยใช้บริการที่โรงพยาบาล ในขณะที่นิสิตเพศชายส่วนใหญ่พักอยู่กับเพื่อน ไม่มีโรคประจำตัวหรือภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง และไม่เคยป่วยหรือไม่เคยใช้บริการที่โรงพยาบาล นอกจากนี้ยังพบว่า นิสิตส่วนใหญ่มีสภาพการรู้สารสนเทศสุขภาพ ดังนี้ 1) มีความสามารถในการเข้าถึงแหล่งสารสนเทศสุขภาพในระดับมากที่สุดจากเฟซบุ๊ก 2) เห็นด้วยอย่างยิ่งว่า อาหารมื้อเช้าเป็นอาหารมื้อที่สำคัญที่สุด 3) มีความสามารถในการสื่อสารและแลกเปลี่ยนสารสนเทศสุขภาพในระดับมาก 4) ประเมินสารสนเทศสุขภาพโดยพิจารณาจากความน่าเชื่อถือของสารสนเทศสุขภาพเป็นอันดับแรก 5) ดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชนอยู่บ่อยครั้งในเรื่อง การรับประทานอาหารอย่างหลากหลาย 6) เห็นด้วยว่า สารสนเทศสุขภาพจากสื่อมวลชนมีความน่าเชื่อถือ

Abstract

This research paper aimed to study health information literacy of undergraduate students in Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University. A sample group of 143 Information Studies students was drawn from the first-year to fourth-year students. The research tool used was the questionnaire. Statistics used for data analysis was percentages. The results showed that most female stayed with relatives, including had underlying chronic illnesses or conditions and ever been sick or gone to the hospital. While the majority of male stayed with friends, including had not being chronic illnesses or conditions and never been sick or gone to the hospital. Besides, health information literacy of students could be summarized as follow: 1) Most mainly accessed health information sources through Facebook. 2) Most strongly agreed with the statement that "Breakfast is the most important meal". 3) Most were able to understand knowledge about health at high level. 4) The evaluation of health information. The majority considered the reliability of health information at first. 5) The majority frequently considered in eating a variety. 6) Most students agreed that health information from the media was reliable.

คำสำคัญ: การรู้สารสนเทศสุขภาพ, นิสิตสาขาวิชาสารสนเทศศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Keyword: Health Information Literacy, Information Studies student, Srinakharinwirot University

บทนำ

การรู้สารสนเทศสุขภาพ หรือทางวงการวิทยาศาสตร์สุขภาพ เรียกว่า ความฉลาดทางสุขภาพ มาจากศัพท์ภาษาอังกฤษว่า "Health Literacy" หรือ "Health Information Literacy" ก่อนหน้านั้นพบว่า มีการใช้คำที่หลากหลาย ได้แก่ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ความฉลาดทางสุขภาพ และการรู้เท่าทันด้านสุขภาพ ทั้งนี้มีความหมายว่า ความสามารถและทักษะในการเข้าถึงข้อมูล ความรู้ ความเข้าใจเพื่อวิเคราะห์ ประเมินการปฏิบัติและจัดการตนเอง รวมทั้งสามารถชี้แนะเรื่องสุขภาพ

ส่วนบุคคล ครอบครัวและชุมชนเพื่อสุขภาพที่ดี บุคคลที่จะมีการรู้สารสนเทศสุขภาพได้นั้น จะต้องมีความรู้ลักษณะสำคัญ 6 ประการ ได้แก่ 1) ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งสารสนเทศสุขภาพ 2) การมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน 3) ความสามารถในการสื่อสารและแลกเปลี่ยนสารสนเทศสุขภาพ 4) การประเมินสารสนเทศสุขภาพและการตัดสินใจเลือกที่จะปฏิบัติตนหรือกระทำการอันเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ 5) การดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน และ 6) การรู้เท่าทันสื่อเพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพดี การรู้สารสนเทศสุขภาพเป็นต้นทุนชีวิตที่ทุกคนสามารถเริ่มต้นจากตนเอง แล้วแบ่งปันสู่ครอบครัว ญาติมิตร เพื่อน และชุมชน (กระทรวงสาธารณสุข, 2556: ออนไลน์) ช่วยให้บุคคลมีสุขภาพดีถ้วนหน้า (Healthy person) และส่งผลให้สังคมไทยเป็นสังคมที่มีสุขภาพดีด้วย หากถามว่า ในชีวิตนี้ สิ่งที่ต้องทำที่สุดคืออะไร คนส่วนใหญ่จะตอบว่า สุขภาพ เงิน ความมั่นคง ความปลอดภัย ความรัก ทั้งนี้หากสุขภาพไม่ดีหรือไม่แข็งแรง ก็ไม่สามารถไปถึงสิ่งปรารถนาในชีวิตได้ ดังนั้น สุขภาพดีจึงเป็นพื้นฐานสำคัญของชีวิตที่ช่วยให้ก้าวไปสู่สิ่งที่ต้องการต่าง ๆ นอกจากนี้ ในยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศ คือ “ยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพคนและสังคมไทยสู่สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้” ประกอบด้วยแนวคิดที่สำคัญคือ การเสริมสร้างสุขภาพคนไทยให้แข็งแรง พัฒนาระบบการรักษา ควบคุมการป้องกัน และฟื้นฟูร่างกาย จิตใจ ส่งเสริมการบริโภคที่ปลอดภัย ใช้สมุนไพร ภูมิปัญญาไทยร่วมกับเทคโนโลยีสะอาดในการผลิต และลดละเลิกพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ (ชุดิมา สัจจานนท์, 2550: ออนไลน์)

ทั้งนี้จากการจัดโครงการบริการสารสนเทศสุขภาพสู่ชุมชนของภาควิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เมื่อวันที่ 19-21 กรกฎาคม 2556 ณ ชุมชนสวนบุญผักพืช คลอง 13 ัญบุรี จังหวัดปทุมธานี โดยมีนิสิตสาขาวิชาสารสนเทศศึกษา ชั้นปีที่ 1 ที่กำลังศึกษาในรายวิชา สศ 101 วิชาชีวะสารสนเทศกับสังคม เข้าร่วมเป็นกรรมการดำเนินการจัดกิจกรรม โดยนิสิตใช้ความรู้พื้นฐานด้านสารสนเทศ ศึกษาค้นคว้าถึงแหล่งสารสนเทศสุขภาพ จัดทำแผ่นพับและจัดป้ายนิทรรศการที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับสารสนเทศสุขภาพ ตลอดจนร่วมจัดอบรมการรู้สารสนเทศสุขภาพเพื่อนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพตนเองและครอบครัว ผลการจัดโครงการ พบว่า นิสิตซึ่งเป็นผู้จัดกิจกรรมเพื่อบริการสารสนเทศสุขภาพ ส่วนใหญ่ยังขาดทักษะการรู้สารสนเทศสุขภาพและประสบการณ์ทางด้านสารสนเทศสุขภาพ ทำให้ขาดความมั่นใจในการจัดกิจกรรม อย่างไรก็ตาม พบว่า สำหรับผู้เข้าอบรมส่วนใหญ่เล็งเห็นถึงความสำคัญของสารสนเทศสุขภาพต่อการดำรงชีวิตในปัจจุบัน และมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมต่าง ๆ อย่างดียิ่ง ตลอดจนได้เสนอแนะให้นำนิสิตมาร่วมจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเพราะมีประโยชน์มาก นอกจากนี้ยังพบว่า โครงการนี้เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นิสิตได้ศึกษาค้นคว้าแหล่งสารสนเทศสุขภาพได้อ่านและนำมาฝึกปฏิบัติเพื่อนำเสนอต่อผู้เข้าอบรม ดังนั้นคณะผู้วิจัยจึงเห็นว่า ควรจะท้าววิจัยเกี่ยวกับการรู้สารสนเทศสุขภาพของนิสิตระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสารสนเทศศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อศึกษานิสิตมีการรู้สารสนเทศสุขภาพอย่างไร เพื่อนำข้อมูลมาใช้เป็นแนวทางในการวางแผนจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนิสิต ตลอดจนใช้ในการวางแผนการจัดฝึกอบรมนิสิตเพื่อให้เกิดทักษะในการศึกษาค้นคว้าจากแหล่งสารสนเทศสุขภาพด้วยตนเอง เพื่อเป็นผู้ให้บริการสารสนเทศสุขภาพแก่ชุมชนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรู้สารสนเทศสุขภาพของนิสิตระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสารสนเทศศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในประเด็นดังนี้

1. ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งสารสนเทศสุขภาพ
2. การมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน
3. ความสามารถในการสื่อสารและแลกเปลี่ยนสารสนเทศสุขภาพ
4. การประเมินสารสนเทศสุขภาพ

5. การดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและชุมชน
6. การรู้เท่าทันสื่อเพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพดี

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสารสนเทศศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1-4 ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 จำนวน 143 คน
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามการรับรู้สารสนเทศสุขภาพของนิสิต สาขาวิชาสารสนเทศศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้
 - ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบและคำถามปลายเปิด
 - ตอนที่ 2 สภาพการรับรู้สารสนเทศสุขภาพของนิสิต ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราวัดประมาณค่า 6 ระดับ ทั้งนี้ได้นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับนิสิตระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยหอการค้า ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน ในระหว่างวันที่ 1-13 กุมภาพันธ์ 2557 จากนั้นนำมาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach α - Coefficient) และตั้งค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.80 ขึ้นไป โดยแบบสอบถามได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล คณะผู้วิจัยดำเนินการแจกแบบสอบถามทั้งหมด 143 ชุด ตั้งแต่วันที่ 17-25 กุมภาพันธ์ 2557 รวมระยะเวลาที่แจกแบบสอบถาม จำนวน 9 วัน ได้รับแบบสอบถามกลับคืน จำนวน 143 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100
4. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้โปรแกรมคำนวณสำเร็จในการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน คือ ค่าร้อยละ

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

1. สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นนิสิตเพศหญิง (ร้อยละ 72) มีอายุระหว่าง 18-20 ปี (ร้อยละ 56.6) ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 3 (ร้อยละ 33.5) มีระดับคะแนนเฉลี่ย 3.1-3.5 (ร้อยละ 51.7) พักอาศัยอยู่กับพ่อแม่และแม่ (ร้อยละ 41.2) ไม่มีโรคประจำตัวหรือภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังในรอบปีที่ผ่านมา (ร้อยละ 70.6 ไม่เคยป่วยหรือไม่เคยใช้บริการที่โรงพยาบาล/คลินิกแพทย์/สถานอนามัย) (ร้อยละ 50.3) และ คิดว่าตนเองมีสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 53.1)

เมื่อพิจารณาสถานภาพของนิสิตจำแนกตามเพศ พบประเด็นที่น่าสนใจคือ นิสิตเพศหญิง มีระดับคะแนนเฉลี่ย 3.1-3.5 ซึ่งสูงกว่าเพศชาย และส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับญาติพี่น้อง ซึ่งแตกต่างจากนิสิตเพศชายที่ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับเพื่อน ทั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของกระทรวงสาธารณสุข (2553: ออนไลน์) ที่พบว่า ระดับการรับรู้สารสนเทศสุขภาพมีความแตกต่างกันตามตัวแปรพื้นฐาน เช่น เพศ อายุ ระดับการศึกษา ดังเช่น เพศหญิงมีระดับการรับรู้สารสนเทศสุขภาพสูงกว่าเพศชาย นักเรียนที่พักอาศัยกับครอบครัวมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้สารสนเทศสุขภาพสูงกว่านักเรียนที่อาศัยอยู่กับบุคคลอื่น ๆ

นอกจากนี้ยังพบว่า นิสิตเพศหญิงส่วนใหญ่ มีโรคประจำตัวหรือภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง (ร้อยละ 76.2) และ เคยป่วยหรือเคยใช้บริการที่โรงพยาบาล/คลินิกแพทย์/สถานอนามัย (ร้อยละ 78.3) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของแมนกาเนลโล (Manganello, 2008: Online) ที่พบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่เป็นโรคเรื้อรังเนื่องจากขาดความรู้และทักษะในการป้องกันและดูแลสุขภาพของตนเอง ดังนั้นจึงหันมาสนใจดูแลสุขภาพมากขึ้นโดยผ่านการเรียนการสอนการรับรู้สารสนเทศสุขภาพที่ใช้สื่อหรือเทคโนโลยีช่วยให้เข้าถึงสารสนเทศสุขภาพ ในขณะที่นิสิตเพศชายส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัวหรือภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง (ร้อยละ 29.7) และ ไม่เคยป่วยหรือไม่เคยใช้บริการที่โรงพยาบาลฯ (ร้อยละ 34.7) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนิสิตเพศชายส่วนใหญ่จะไม่อยู่นิ่ง ชอบเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายเป็นประจำ จึงทำให้มีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัวหรือเจ็บป่วยจนต้องพบแพทย์

หรือเข้าโรงพยาบาล ดังผลงานวิจัยของหนึ่งฤทัย งามสวย และคณะ (2546: 8-12, 109) ที่พบว่า นักศึกษาเพศชายส่วนใหญ่จะออกกำลังกายเป็นประจำ และใช้เวลาในการออกกำลังกายมากกว่านักศึกษาหญิง เนื่องจากการออกกำลังกายมีประโยชน์อย่างมากมาต่อทุกเพศทุกวัย ได้แก่ ช่วยให้อึดเหนี่ยวแข็งแรงขึ้น การทรงตัวดีขึ้น รูปร่างดีขึ้น ชะลอความเสื่อมของอวัยวะ ช่วยด้านจิตใจ ช่วยให้ระบบขับถ่ายดีขึ้น นอนหลับได้ดีขึ้น ช่วยให้หัวใจ ปอดและหลอดเลือดแดงทำงานดีขึ้น ช่วยให้อาการของโรคหลายโรคดีขึ้น และช่วยทำให้มีสุขภาพดี

2. สภาพการรู้สารสนเทศสุขภาพของนิสิต

2.1 ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งสารสนเทศสุขภาพ

นิสิตส่วนใหญ่ ได้รับสารสนเทศสุขภาพในระดับมากที่สุดจากเฟซบุ๊ก (ร้อยละ 46.9) ทั้งนี้เนื่องจากเฟซบุ๊กเป็นเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ได้รับความนิยมสูงสุดในขณะนี้ เป็นสื่อที่ใช้เผยแพร่ข้อมูลหรือสารสนเทศได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของแมนกาเนลโล (Manganello, 2008: Online) ที่พบว่า วัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ใช้สื่อหรือเทคโนโลยีเพื่อเข้าถึงสารสนเทศสุขภาพเป็นประจำและบ่อยครั้ง นอกจากนี้พบว่า นิสิตประสบปัญหาในกระบวนการศึกษาค้นคว้าสารสนเทศสุขภาพในระดับปานกลาง ในเรื่องต่อไปนี้เป็นคือ ภาษาหรือศัพท์ที่ใช้ในเนื้อหา (ร้อยละ 42) การกำหนดคำค้น (ร้อยละ 36.4) การกำหนดเนื้อหาที่ต้องการ (ร้อยละ 35.7) และการเริ่มต้นค้นหา (ร้อยละ 33.6) ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนิสิตกำลังศึกษาอยู่ในสาขาสารสนเทศศึกษา จึงมีโอกาสได้เรียนและฝึกทักษะการรู้สารสนเทศมากกว่านิสิตในสาขาวิชาอื่น ๆ ซึ่งคล้ายคลึงกับผลการวิจัยของดันแคนและฮอลท์สแลนเดอร์ (Duncan; & Holtlander, 2012: 20-27) ที่พบว่า ถึงแม้ว่านักศึกษาพยาบาลจะประสบความสำเร็จในการค้นหาสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อรายงาน แต่ก็มี ความหงุดหงิดตลอดเวลา กระบวนการค้นหา นับตั้งแต่การกำหนดคำค้น การใช้ฐานข้อมูล การกลั่นกรองสารสนเทศที่ต้องการจากสารสนเทศจำนวนมาก และการค้นหาเอกสารฉบับเต็ม ปัญหาที่ทำให้หายนักศึกษามากที่สุด คือ การกำหนดคำหรือวลีที่ใช้ค้นหาสารสนเทศที่ต้องการจากฐานข้อมูล นักศึกษาจะเริ่มด้วยการใช้คำที่ตนคุ้นเคยจากตำราเรียนหรือจากอาจารย์ผู้สอน แต่ไม่ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการ ทำให้ต้องปรับเปลี่ยนคำค้นไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะสามารถค้นคืนสารสนเทศที่เกี่ยวข้อง และจากผลลัพธ์ที่ได้ นักศึกษาจึงค้นพบคำค้นที่ต้องการ นักศึกษารู้สึกว่าเป็นกระบวนการที่เสียเวลามากและทำให้หงุดหงิดเมื่อไม่สามารถค้นหาสารสนเทศที่ต้องการได้

2.2 การมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน

นิสิตส่วนใหญ่ (ร้อยละ 72) เห็นด้วยอย่างยิ่งว่า ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน คือ อาหารมีเชื้อเป็นอาหารมีเชื้อที่สำคัญที่สุด รองลงมา คือ น้ำเปล่าเป็นน้ำดื่มที่ปลอดภัยต่อสุขภาพ (ร้อยละ 65) บุหรี่และแอลกอฮอล์เป็นอันตรายต่อสุขภาพ (ร้อยละ 64.3) ผักผลไม้ที่ให้วิตามินซีช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันให้แก่วัยรุ่นและบรรเทาอาการท้องผูก (ร้อยละ 60.8) และการออกกำลังกายเป็นการปรับสมดุลของร่างกายและขับของเสียออกจากร่างกาย (ร้อยละ 53.8) ตามลำดับ

นอกจากนี้ นิสิตส่วนใหญ่ ยังเห็นด้วยว่า ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบัน คือ สามารถวินิจฉัยเบื้องต้นเมื่อเกิดปัญหาสุขภาพกับตนเอง (ร้อยละ 80.4) รองลงมาคือ นานาฬิกาชีวิต หมายถึง ช่วงกำหนดเวลาการทำงานของอวัยวะแต่ละส่วนของร่างกาย (ร้อยละ 68.5) ควรออกกำลังกายอย่างน้อย 20-30 นาที สัปดาห์ละ 3 วัน (ร้อยละ 46.8) "การล้างพิษตับ" เป็นการดูแลสุขภาพที่ได้รับการยอมรับในยุคนี้อย่างมาก (ร้อยละ 46.2) ช่วงเวลา 5.00-7.00 น. เป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมที่สุดในการขับถ่ายอุจจาระ (ร้อยละ 45.5) นิสิตหลีกเลี่ยงอาหารสมัยใหม่หรืออาหารขยะที่ทำร้ายสุขภาพตนเอง (ร้อยละ 45.5) คนอ้วนมีโอกาสเสี่ยงต่อโรคเส้นเลือดสมองตีบและหัวใจ (ร้อยละ 44.8) และหมอมือที่เก่งที่สุดก็คือตัวเรา (ร้อยละ 44.8) ตามลำดับ

ทั้งนี้จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า นิสิตส่วนใหญ่ตระหนักถึงประเด็นความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ถูกต้องและเป็นปัจจุบันในหลากหลายประเด็น แม้แต่ในเรื่อง "การล้างพิษตับ" ซึ่งเป็นองค์ความรู้ใหม่ในการดูแลสุขภาพ รวมทั้งเรื่อง "หมอมือที่เก่งที่สุดก็คือตัวเรา" ซึ่งเป็น การดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ อาจเป็นเพราะนิสิตส่วนใหญ่ได้รับสารสนเทศสุขภาพในระดับมากที่สุดจากเฟซบุ๊ก รวมทั้งการรับสารสนเทศสุขภาพจากอีเมลที่ส่งต่อ และการ

สอดคล้องเนื้อหาเกี่ยวกับสุขภาพในบางรายวิชา เช่น สศ101 วิชาชีพสารสนเทศกับสังคม สศ142 เทคโนโลยีเพื่อการจัดการสารสนเทศ เป็นต้น นอกจากนี้ทางภาควิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์ ได้จัดบริการ/กิจกรรมวิชาการเพื่อพัฒนาชุมชนและสังคมใน “โครงการบริการสารสนเทศสุขภาพสู่ชุมชน” ระหว่างวันศุกร์ที่ 19 กรกฎาคม-วันจันทร์ที่ 22 กรกฎาคม 2556 ณ ชุมชนสวนบุญผักพืช คลอง 13 ธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี เพื่อให้บัณฑิตมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมและร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับวิทยากรด้านสุขภาพด้วย นอกจากนี้บัณฑิตยังมีโอกาสได้นำเสนอข้อมูลสารสนเทศสุขภาพในรูปแบบนิทรรศการ ซึ่งบัณฑิตสามารถนำไปปฏิบัติตนหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อให้มีสุขภาพดีได้ ดังนั้นบัณฑิตส่วนใหญ่จึงมีสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับดี

2.3 ความสามารถในการสื่อสารและแลกเปลี่ยนสารสนเทศสุขภาพ

นิสิตส่วนใหญ่ มีความสามารถในการสื่อสารและแลกเปลี่ยนสารสนเทศสุขภาพในระดับมาก คือ สามารถทำความเข้าใจความรู้เรื่องสุขภาพได้ (ร้อยละ 64.3) ทั้งนี้เนื่องจาก นิสิตอยู่ในแวดวงสารสนเทศซึ่งมีข้อมูลหลากหลายรวมทั้งด้านสุขภาพ ได้อ่านหรือผ่านตาในเรื่องการดูแลสุขภาพไม่มากนักน้อย รวมทั้งได้ข้อมูลสุขภาพจากอาจารย์ผู้สอนในบางรายวิชาที่กล่าวมาข้างต้น ทำให้มีการแบ่งปันและแลกเปลี่ยนข้อมูลโดยผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ และกิจกรรมวิชาการของมหาวิทยาลัย

อย่างไรก็ตามจากผลการวิจัย พบว่า จำนวนนิสิตไม่ถึงร้อยละ 50 ที่มีการถ่ายทอดสารสนเทศสุขภาพให้กับสมาชิกในครอบครัว สามารถสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจความรู้เรื่องสุขภาพได้ ปฏิบัติตนเป็นตัวอย่างในเรื่องพฤติกรรมกรบริโภคเพื่อสุขภาพที่ดีเพื่อถ่ายทอดแก่สมาชิกในครอบครัว และมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้สารสนเทศสุขภาพกับผู้อื่นในช่องทางต่าง ๆ เช่น การพูดคุย เครือข่ายสังคมออนไลน์ ทั้งนี้ทางภาควิชาฯ หรือคณะควรส่งเสริมให้มีการสื่อสารและแลกเปลี่ยนสารสนเทศสุขภาพให้มากขึ้น

2.4 การประเมินสารสนเทศสุขภาพ

ผลการวิจัยพบว่า บ่อยครั้งที่นิสิตส่วนใหญ่ ประเมินสารสนเทศสุขภาพจากความน่าเชื่อถือของสารสนเทศสุขภาพ (ร้อยละ 54.5) รองลงมาคือ ประเมินสารสนเทศสุขภาพจากเนื้อหาที่หลากหลายมุมมอง (ร้อยละ 50.3) ความน่าเชื่อถือของผู้เขียนและเนื้อหาที่ทันสมัย (ร้อยละ 49) การค้นหาสารสนเทศสุขภาพจากหลาย ๆ แหล่ง (ร้อยละ 46.2) และแหล่งสารสนเทศสุขภาพมีบรรณานุกรมหรือรายการอ้างอิง (ร้อยละ 46.2) ตามลำดับ ซึ่งคล้ายคลึงกับผลการวิจัยของ ญาณภา อินพรหม (2551) ที่พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีวิธีการประเมินสารสนเทศจากความน่าเชื่อถือของผู้จัดทำสารสนเทศ ความทันสมัยของสารสนเทศ และภาษาของสารสนเทศ ตามลำดับ และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยของอารีย์ ชื่นวัฒนา และคณะ (2555: 110-111) ที่พบว่า นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒใช้เกณฑ์ความทันสมัยของสารสนเทศเป็นหลักในการประเมินสารสนเทศ ตลอดจนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้สารสนเทศอย่างมีจริยธรรมและชอบด้วยกฎหมายพอสมควร โดยนิสิตคำนึงถึงประเด็นต่อไปนี้บ่อยครั้ง ได้แก่ ผู้เขียนบอกว่าได้แนวคิดต่าง ๆ มาจากใคร และแหล่งข้อมูลนั้นมีบรรณานุกรมหรือรายการอ้างอิงหรือไม่

ทั้งนี้ยังพบว่า เกือบทุกครั้งที่นิสิตส่วนใหญ่ (ร้อยละ 46.9) ให้ความเชื่อถือสารสนเทศสุขภาพจากบุคคล คือ แพทย์/พยาบาล และบ่อยครั้งที่นิสิตส่วนใหญ่ (ร้อยละ 44.1) ให้ความเชื่อถือสารสนเทศสุขภาพจากบุคคล คือ ครอบครัว รองลงมาคือ อาจารย์ (ร้อยละ 42.7) และบุคลากรทางด้านสุขภาพแพทย์แผนไทย (ร้อยละ 38.5) ตามลำดับ ทั้งนี้เนื่องจากแพทย์/พยาบาลเป็นบุคคลที่เชี่ยวชาญด้านสารสนเทศสุขภาพมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกรอส์และแลธัม (Gross; & Latham, 2009: 336-350) ที่พบว่า นักศึกษานิยมใช้แหล่งสารสนเทศที่เป็นบุคคลซึ่งสะดวกต่อการแสวงหาสารสนเทศ เช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อน เพื่อนที่เรียนด้วยกัน หรือแม้แต่คนที่นั่งอยู่ใกล้ ๆ และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริสุภา เอมหยวก (2549) ที่พบว่า นักศึกษาสาขาวิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม ใช้แหล่งสารสนเทศที่เป็นบุคคลในระดับมาก เช่น บรรณารักษ์ เจ้าหน้าที่ห้องสมุด และเพื่อน

นอกจากนี้ยังพบว่า บ่อยครั้งที่นิสิตส่วนใหญ่ (ร้อยละ 47.6) ให้ความเชื่อถือสื่อสารสนเทศสุขภาพจากแหล่งข้อมูลที่เป็นเว็บไซต์สารสนเทศสุขภาพ ทั้งนี้ตรงข้ามกับผลการวิจัยของญาณภา อินพรหม (2551) ที่พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เห็นว่าทรัพยากรห้องสมุดมีความน่าเชื่อถือมากกว่าสารสนเทศบนอินเทอร์เน็ต และคล้ายคลึงกับผลการวิจัยของเอลลิสและซาลิสเบอรี (Ellis; & Sallisbury. 2004: Online) ที่พบว่า นักศึกษาคณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย ส่วนใหญ่ตระหนักดีว่า สารสนเทศจากอินเทอร์เน็ตนั้นไม่น่าเชื่อถือเสมอไป ในขณะที่สารสนเทศที่ค้นได้จากระบบโอแพคของห้องสมุดมีความน่าเชื่อถือในระดับสูง อย่างไรก็ตามนิสิตส่วนหนึ่งมีความเห็นว่าสารสนเทศจากฐานข้อมูลวารสารมีความน่าเชื่อถือมากที่สุด

2.5 การดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน

ผลการวิจัยพบว่า บ่อยครั้งที่นิสิตส่วนใหญ่ ดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน ในเรื่อง การรับประทานอาหารอย่างหลากหลาย (ร้อยละ 51.7) รองลงมา คือ การรับประทานอาหารที่มันหรือของทอด เช่น ข้าวขาหมู ไก่ทอด ก๋วยเตี๋ยว เป็นต้น (ร้อยละ 47.6) ดื่มน้ำเปล่าอย่างน้อย 6 แก้วต่อวัน (ร้อยละ 44.8) ปรับพฤติกรรมมารับประทานอาหาร เมื่อพบว่าเสื้อผ้าที่ใส่เริ่มคับ (ร้อยละ 40.6) และรับประทานนมกรูปรอบมากขึ้นในช่วงสอบหรือเรียนหนัก (ร้อยละ 36.4) ตามลำดับ ผลการวิจัยแสดงว่า นิสิตส่วนใหญ่ใส่ใจกับการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน มีเพียง 2 เรื่องที่นิสิตกระทำบ่อยครั้ง อันมีผลเสียต่อสุขภาพ คือ การรับประทานอาหารที่มันหรือของทอด เช่น ข้าวขาหมู ไก่ทอด ก๋วยเตี๋ยว เป็นต้น และการรับประทานนมกรูปรอบมากขึ้นในช่วงสอบหรือเรียนหนัก ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตส่วนใหญ่ไม่ได้พักอาศัยอยู่กับพ่อแม่ จึงจำเป็นต้องหาอาหารรับประทานจากร้านอาหารใกล้ที่พักหรือโรงอาหารของมหาวิทยาลัย เพื่อความสะดวกและประหยัดค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ยังพบว่าสภาพรอบ ๆ มหาวิทยาลัย มีร้านค้าหรือร้านสะดวกซื้อจำนวนมากที่จำหน่ายนมกรูปรอบและอาหารขยะ ตลอดจนไม่มีร้านอาหารเพื่อสุขภาพตั้งอยู่

2.6 การรู้เท่าทันสื่อเพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพดี

นิสิตส่วนใหญ่ เห็นด้วยว่า สารสนเทศสุขภาพจากสื่อมวลชนมีความน่าเชื่อถือ (ร้อยละ 71.3) และนิสิตส่วนใหญ่ ที่ไม่เห็นด้วยกับหัวข้อโฆษณาอาหารเสริม/ไวตามินเสริมมีความน่าเชื่อถือ (ร้อยละ 45.5) ผลการศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่า นิสิตยังขาดการรู้เท่าทันสื่อเพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพดี ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของกระทรวงสาธารณสุข (2553: ออนไลน์) ที่พบว่า เยาวชนยังขาดการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ ทั้งในเรื่องที่เป็นอันตรายต่ออนามัยส่วนตัว การบริโภคอาหาร การใช้สารเสพติด การจัดการความเครียด การป้องกันอุบัติเหตุ การออกกำลังกาย และอนามัยสิ่งแวดล้อม อันเป็นผลทำให้พฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพยังไม่ค่อยได้รับความสนใจจากนักวิชาการ ทำให้ขาดองค์ความรู้เกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ เช่น การวิเคราะห์และประเมินสื่อ การเฝ้าระวังสื่อ การพัฒนาหลักสูตรการสอนการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ เป็นต้น (ขวัญเมือง แก้วดำเกิง; และ นฤมล ตรีเพชรศรีอุไร. 2554: 23)

เนื่องจากการรู้สารสนเทศสุขภาพมีรากฐานมาจากการรู้หนังสือ โรงเรียนและสถาบัน การศึกษาจึงมีส่วนอย่างมากในการพัฒนาการรู้สารสนเทศสุขภาพ ซึ่งอาจทำได้โดยการบูรณาการกับการเรียนการสอนในรายวิชาต่าง ๆ และการจัดกิจกรรมสนับสนุนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพ ตลอดจนปลูกฝังทักษะการใช้ชีวิตและนิสัยที่มีผลต่อเนื่องในระยะยาว ทั้งนี้พบว่าสารสนเทศสุขภาพจะส่งผลโดยตรงต่อการปฏิบัติตนหรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อให้มีสุขภาพดี ตัวอย่างเช่น นิสิตที่มีปัญหาเรื่องน้ำหนักตัวหรืออ้วน ต้องการลดการบริโภคน้ำตาล ซึ่งทำให้เกิดผลต่อการลดน้ำหนักควรจะต้องมีความรู้ว่า จะใช้บริการด้านสุขภาพอะไรบ้าง อาจเป็นสถานที่ออกกำลังกาย การเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมแอโรบิกหรือกิจกรรมวิ่งเพื่อสุขภาพ รวมทั้งการขับเคลื่อนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวิถีปฏิบัติเดิมของสังคม เช่น งดการดื่มเหล้า การกินผักในวันเกิดหรือโอกาสพิเศษต่าง ๆ ทั้งนี้การรู้สารสนเทศสุขภาพจะช่วยสร้างโอกาสให้บุคคลมีทางเลือกที่เหมาะสมต่อการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน สิ่งที่เกิดขึ้นตามมาคือ การมีสุขภาพดี ตัวชี้วัดของการมีสุขภาพดีตามคำตรัสของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ในพระไตรปิฎก เล่มที่ 12 ข้อ 265 “กกจูปมสูตร” มี 5 ข้อ คือ ความเจ็บป่วยน้อย ความลำบากกายน้อย เบากายเบาใจ มีกำลัง และเป็นอยู่ผาสุก (ใจเพชร กล้าจน. 2555: 10)

ข้อเสนอแนะต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

1. จัดทำยุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการดูแลสุขภาพของนิสิต โดยกำหนดเป็นนโยบายให้มีการจัดการเรียนการสอนการดูแลสุขภาพในทุกๆระดับ ทั้งระดับปริญญาตรีและบัณฑิตศึกษา อาจบูรณาการกับรายวิชาที่เกี่ยวข้องโดยตรง เช่น สุขศึกษา พลศึกษา วิทยาศาสตร์ เป็นต้น หรืออาจสอดแทรกในรายวิชาต่าง ๆ ได้ทุกรายวิชา
2. กำหนดนโยบายในการสร้างชุมชนผู้ดูแลสุขภาพหรือชุมชนรักสุขภาพ โดยการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ตลาดนัดสุขภาพ ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ตลอดจนจัดโครงการบริการวิชาการต่าง ๆ เพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่คณาจารย์ นิสิต บุคลากร และชุมชนโดยรอบมหาวิทยาลัย
3. จัดกิจกรรมส่งเสริมการสื่อสารและแลกเปลี่ยนสารสนเทศสุขภาพอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง เช่น การถ่ายทอดสารสนเทศสุขภาพให้กับสมาชิกในครอบครัว การสื่อสารความรู้เรื่องสุขภาพ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้สารสนเทศสุขภาพในช่องทางต่าง ๆ เช่น การเสวนา การสัมมนา การอบรม และการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์
4. อาจารย์ผู้สอนในรายวิชาทั่วไปควรสอดแทรกตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน ในชั้นเรียนอย่างสม่ำเสมอ เพื่อปลูกฝังลักษณะนิสัยและพฤติกรรมด้านสุขภาพที่ดีแก่นิสิต
5. อาจารย์ผู้สอนการดูแลสุขภาพควรสอดแทรกเนื้อหาหรือตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพในรายวิชาที่สอน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเนื้อหาเกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ ตลอดจนจัดฝึกอบรมเกี่ยวกับทักษะการศึกษาค้นคว้าจากแหล่งสารสนเทศสุขภาพแก่นิสิตทุกระดับเพื่อสร้างความมั่นใจแก่นิสิต และส่งเสริมการเป็นผู้ให้บริการสารสนเทศสุขภาพแก่ชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข. (2553). **ผลการสำรวจ Health Literacy ในกลุ่มเยาวชนอายุ 12-15 ปี**. กรุงเทพฯ: กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงฯ. สืบค้นเมื่อ 9 สิงหาคม 2556, จาก http://203.157.7.150/hot_news/view.php?ID=1161&PHPSESSID=fc90602f31592f029fc1001681d0fb01
- _____. (2556). **แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางสุขภาพเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 3อ.2ส. และลดเสี่ยง**. นนทบุรี: กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงฯ. สืบค้นเมื่อ 7 กันยายน 2556, จาก http://healthcaredata.moph.go.th/screen2/sdownload/sdoc/2556/1model_thai_health_lifestyle/1_13.pdf
- ขวัญเมือง แก้วดำเกิง; และ นฤมล ตริเพชรศรีอุไร. (2554). **ความฉลาดทางสุขภาพ**. กรุงเทพฯ: กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.
- ใจเพชร กล้าจน. (2555). **ถอดรหัสสุขภาพ เล่ม 3: มาเป็นหมอดูแลตัวเองกันเถอะ**. พิมพ์ครั้งที่ 13. กรุงเทพฯ: กลุ่มสุตผิงผิง.

- ชุติมา ลัจจานันท์, บรรณาธิการ. (2550). **สรุปการประชุมวิชาการ เรื่อง การรู้สารสนเทศของปวงชน: เรียนรู้เพื่อสังคมเศรษฐกิจพอเพียง จัดโดยสมาคมห้องสมุดแห่งประเทศไทยฯ ณ โรงแรมแอมบาสซาเดอร์ กรุงเทพมหานคร วันที่ 18-21 ธันวาคม 2550.** สืบค้นเมื่อ 24 กรกฎาคม 2556, จาก <http://www.tla.or.th/document/2550/activities/meeting1.doc>
- ญาณภา อินพรหม. (2551). **พฤติกรรมการใช้สารสนเทศของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.** การค้นคว้าแบบอิสระ ศต.ม. (สารสนเทศศึกษา). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิริสุภา เอมหยวก. (2549). **การใช้สารสนเทศในการเรียนของนักศึกษาภาคปกติ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม.** พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม.
- หนึ่งฤทัย งามสวย; และคนอื่น ๆ. (2546). **การวิจัยพฤติกรรมออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.** กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.
- อารีย์ ชื่นวัฒนา; และคนอื่น ๆ. (2555). **พฤติกรรมการใช้สารสนเทศของนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.** กรุงเทพฯ: ภาควิชาบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Duncan, Vicky; & Holtslander, Lorraine. (2012). Utilizing Grounded Theory to Explore the Information-Seeking Behavior of Senior Nursing Students. **Journal of Medical Library Association.** 100(1): 20-27.
- Ellis, Jenny; & Sallisbury, Fiona. (2004). Information Literacy Milestones: Building Upon the Prior Knowledge of First-Year Students. **The Australian Library Journal.** Retrieved November 1, 2013, from <http://www.alia.org.au/publishing/alj/53.4/fulltext/ellis.salisbury.html>
- Gross, M.; & Latham, D. (2009). Undergraduate Perceptions of Information Literacy: Defining, Attaining, and Self-Assessing Skills. **College & Research Libraries.** 70(4): 336-350.
- Manganello, Jennifer A. (2008). Health Literacy and Adolescents: A Framework and Agenda for Future Research. **Health Education Research.** 23(5): 840-847. Retrieved January 7, 2014, from <http://her.oxfordjournals.org/content/23/5/840.long>