

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original article

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลหันนางาม อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู

นิภาพร ศรีวงษ์ ส.ม.

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอศรีบุญเรือง อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู

วันรับ:	14 ธ.ค. 2560
วันแก้ไข:	5 ม.ค. 2562
วันตอบรับ:	20 ม.ค. 2562

บทคัดย่อ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวางในกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ขึ้นทะเบียนในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม การเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 89 คน เก็บข้อมูลในระหว่างเดือนมิถุนายนถึงกรกฎาคม 2558 โดยใช้แบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน ใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson's product moment correlation ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.9 (Mean=58.8, SD=11.0) สถานภาพสมรส ร้อยละ 80.9 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 82.0 มีอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 64.0 โดยภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง (Mean=22.7, SD=3.4) มีทัศนคติอยู่ในระดับสูง (Mean=2.6, SD=0.3) มีพฤติกรรมดูแลตนเองอยู่ในระดับสูง (Mean=2.6, SD=0.3) เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะส่วนบุคคล ความรู้ ทัศนคติกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 พบว่า ความรู้ และทัศนคติภาพรวมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.37, p<0.001$) และ ($r=0.43, p<0.001$) ตามลำดับ ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องควรหามาตรการแนวทางที่จะทำให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้อง และควรศึกษาหารูปแบบในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งจะส่งผลให้ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจและเกิดความยั่งยืนในการดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้องเพิ่มมากขึ้น

คำสำคัญ: พฤติกรรมการดูแลตนเอง, ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

บทนำ

โรคเบาหวานชนิดที่ 2 เกิดจากภาวะพร่องอินซูลินหรือภาวะดื้ออินซูลินหรืออาจเกิดจากทั้งสองภาวะร่วมกัน พบประมาณร้อยละ 90-95 ของผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้งหมด ส่วนใหญ่พบในกลุ่มคนอ้วน คนสูงอายุ ผู้ขาดการออกกำลังกายและมีประวัติครอบครัวเป็นเบาหวาน

ปัจจุบันประชากรทั่วโลกเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มากกว่า 316 ล้านคน⁽¹⁾ สำหรับประเทศไทยในปี พ.ศ. 2556 พบว่ามีผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานเฉลี่ยวันละ 27 คนและมีอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวาน 1,081.3 ต่อประชากรแสนคน เชื่อว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้จำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้น เนื่องจากการใช้ชีวิตแบบคนเมืองหรือการใช้

ชีวิตที่ทันสมัย ขาดการออกกำลังกาย การเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีพลังงานและเนื้อสัตว์ สูง⁽²⁾ การรักษาโรคเบาหวานมีจุดมุ่งหมายสำคัญ คือ การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในระดับปกติ เพื่อลด ปัจจัยเสี่ยง ลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนและเพิ่มคุณภาพ ชีวิต แต่ปัญหาที่พบบ่อย คือผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่ สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ เนื่องจากพยาธิ- สภาพของโรค ร่วมกับการขาดความรู้และมีทัศนคติหรือ ความเชื่อที่ไม่ถูกต้องส่งผลต่อการมีพฤติกรรมการณ์ดูแล ตนเองที่ไม่เหมาะสม ทั้งการรับประทานอาหาร การรับ ประทานยา การออกกำลังกาย การพบแพทย์ตามนัด การ ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและการดูแลเท้า⁽³⁾ ในปี พ.ศ. 2557 จังหวัดหนองบัวลำภูมีประชากรทั้งสิ้น 508,001 คน มีผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน 18,585 ราย คิดเป็นอัตราป่วย 3,658.5 ต่อประชากรแสนคน ซึ่งสูง กว่าอัตราป่วยระดับประเทศถึง 3 เท่า และมีภาวะ แทรกซ้อนทางไต 3,614 ราย (ร้อยละ 19.4) มีภาวะ แทรกซ้อนทางเท้าและขา 1,881 ราย (ร้อยละ 10.1) มี ภาวะแทรกซ้อนทางตา 1,726 ราย (ร้อยละ 9.3) ส่วน ในระดับอำเภอพบว่าในปี พ.ศ. 2557 อำเภอศรีบุญเรือง มีประชากรทั้งสิ้น 120,604 คน มีผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน 4,024 คิดเป็นอัตราป่วย 3,336.5 ต่อประชากรแสนคน มีภาวะแทรกซ้อนทางไต 940 ราย (ร้อยละ 23.4) มีภาวะ แทรกซ้อนทางเท้าและขา 537 ราย (ร้อยละ 13.3) และ มีภาวะแทรกซ้อนทางตา 337 ราย (ร้อยละ 8.4) ตาม ลำดับ⁽⁴⁾

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม อำเภอ ศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู เป็นสถานบริการระดับ ปฐมภูมิ สังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู มีประชากรในเขตรับผิดชอบทั้งสิ้น 4,843 คน ในปี พ.ศ. 2558 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ขึ้นทะเบียนกับโรง- พยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม จำนวน 180 ราย คิดเป็นอัตราป่วย 3,716.7 ต่อประชากรแสนคน และมี แนวโน้มที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นทุกปี ซึ่งตามขั้น ตอนการให้บริการเมื่อผู้ป่วยได้รับการตรวจวินิจฉัยโดย

แพทย์ประจำโรงพยาบาลแล้วจะถูกส่งต่อให้มารับบริการ ต่อที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม คือ การ ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด การจ่ายยารักษาโรคเบาหวาน รวมถึงการให้สุขศึกษาและการติดตามเยี่ยมบ้าน เพื่อ ติดตามผลการรักษาและประเมินความรู้ ความเข้าใจและ พฤติกรรมการณ์ดูแลสุขภาพของตนเองของผู้ป่วย

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณลักษณะส่วน บุคคล ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการณ์ดูแลสุขภาพ ตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู

วิธีการศึกษา

รูปแบบการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิง พรรณนาแบบภาคตัดขวาง

ประชากรการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัย จากแพทย์ว่าเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 และได้ขึ้นทะเบียน เป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัด หนองบัวลำภู มีจำนวนทั้งสิ้น 180 คน⁽⁵⁾

กลุ่มตัวอย่าง คำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อประมาณค่า เฉลี่ยของประชากรในกรณีที่ประชากร มีขนาดเล็กและ ทราบจำนวนของประชากร⁽⁶⁾ โดยพิจารณาจากจำนวน ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคเบาหวาน และได้ขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ในเขตรับผิดชอบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม อำเภอศรี- บุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู มีจำนวน 180 คน ส่วน- เบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการณ์ดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานจากการศึกษาของพิศมัย ภูนาเมือง⁽⁷⁾ มีค่าเท่ากับ 33.47 ใช้ค่ามาตรฐานความเชื่อมั่นที่ 95% ได้ขนาดตัวอย่างไม่น้อยกว่า 89 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายด้วยการ จับสลากแบบไม่ใส่คืนให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ใน การวิจัยทั้งสิ้น 89 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสัมภาษณ์ที่

ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับคุณลักษณะส่วนบุคคล จำนวน 11 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ย ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้น แหล่งที่มาของรายได้ จำนวนสมาชิกในครอบครัว และวิธีการรักษา

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง จำนวน 30 ข้อ ใช้ลักษณะข้อคำถามแบบให้เลือกตอบจาก 3 ตัวเลือก คือ ใช่ ไม่ใช่ และ ไม่แน่ใจ

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลตนเอง จำนวน 35 ข้อ ใช้ลักษณะข้อคำถามแบบให้เลือกตอบจาก 3 ตัวเลือก คือ เห็นด้วยมาก เห็นด้วยปานกลาง เห็นด้วยน้อย

ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการดูแลตนเอง จำนวน 29 ข้อ ใช้ลักษณะข้อคำถามแบบให้เลือกตอบจาก 3 ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ไม่ปฏิบัติเลย

ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์ปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะในการดูแลตนเอง จำนวน 6 ข้อ ใช้ลักษณะข้อคำถามแบบให้เลือกตอบจาก 2 ตัวเลือก คือ ไม่มีและมี โดยถ้าตอบว่ามีให้ระบุโดยการเขียนรายละเอียดลงในช่องว่างที่เว้นไว้ให้

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือผู้วิจัยได้สร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย โดยนำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นไปตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงของเนื้อหา (content validity) จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน และตรวจสอบความเที่ยง (reliability) โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา จำนวน 30 คน และวิเคราะห์ค่าความเที่ยงโดยใช้วิธีของครอน-บาช (Cronbach's method) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.87

เก็บข้อมูลในระหว่างเดือนมิถุนายนถึงกรกฎาคม 2558 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่

ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติเชิงอนุมานใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson's product moment correlation

ผลการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.9 มีอายุเฉลี่ย 58.8 ปี (SD=11.0) มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 80.9 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 82.0 มีอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 64.0 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,704.5 บาท (SD=6,545.1) แหล่งที่มาของรายได้ส่วนใหญ่มาจากตนเอง ร้อยละ 42.7 ระยะเวลาป่วยเป็นโรคเบาหวานเฉลี่ย 7.7 ปี (SD=5.9) จำนวนสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย 4.4 คน (SD=1.8) ส่วนภาวะแทรกซ้อนจากการเป็นโรคเบาหวาน พบว่า มีภาวะแทรกซ้อน ร้อยละ 57.3 ซึ่งในกลุ่มที่มีภาวะแทรกซ้อน พบว่า เป็นความดันโลหิตสูงมากที่สุด ร้อยละ 51.0 รองลงมา ภาวะแทรกซ้อนทางตา ร้อยละ 27.4 ความดันโลหิตสูงและภาวะแทรกซ้อนทางตา ร้อยละ 19.6 ภาวะแทรกซ้อนทางตาและไต ร้อยละ 2.0 วิธีการรักษา คือ รับประทานยา ร้อยละ 100.0 รองลงมา ควบคุมอาหาร ร้อยละ 80.9 และออกกำลังกาย ร้อยละ 69.7 ตามลำดับ

ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง พบว่า มีระดับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.6 รองลงมา มีความรู้ในระดับต่ำ ร้อยละ 42.7 โดยคะแนนเต็ม 100 มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 75.5 คะแนน (SD=11.4) กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านการรับประทานอาหาร การดูแลควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคเบาหวาน การดูแลเท้า และมีความรู้ในระดับสูง ได้แก่ การพบแพทย์ตามนัด การออกกำลังกาย และการรับประทานยา (ตารางที่ 1)

ทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง พบว่า มีทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลตนเองในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 82.0 โดยกลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติเกี่ยวกับการ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม หนองบัวลำภู

ตารางที่ 1 ระดับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำแนกรายด้าน (n=89 คน)

ความรู้เกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพตนเอง	ระดับความรู้						คะแนนเฉลี่ย (ร้อยละ)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	การแปลผล
	สูง		ปานกลาง		ต่ำ				
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ			
1. การรับประทานอาหาร	23	25.8	17	19.1	49	55.1	61.2	46.8	ปานกลาง
2. การดูแลควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด	26	29.2	35	39.3	28	31.5	71.3	42.2	ปานกลาง
3. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ โรคเบาหวาน	53	59.6	7	7.9	29	32.6	71.5	38.5	ปานกลาง
4. การดูแลเท้า	60	67.4	23	25.8	6	6.7	75.2	31.3	ปานกลาง
5. การรับประทานยา	70	71.8	10	21.3	9	10.1	81.3	35.8	สูง
6. การออกกำลังกาย	56	62.9	23	25.8	10	11.2	83.8	36.2	สูง
7. การพบแพทย์ตามนัด	45	78.8	38	21.3	6	10.1	85.9	28.8	สูง
ความรู้เกี่ยวกับการดูแล สุขภาพตนเองภาพรวม	6	6.7	45	50.6	38	42.7	75.5	11.4	ปานกลาง

ดูแลสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับสูงทุกด้าน ได้แก่ ด้าน การรับประทานอาหาร ด้านการรับประทานยา ด้านการออกกำลังกาย ด้านการพบแพทย์ตามนัด (ตารางที่ 2) ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ด้านการรับประทานอาหาร ด้านการดูแลควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ด้านการรับประทานยา ด้านการดูแลเท้า ด้านการออกกำลังกาย พฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง พบว่า มี พฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองภาพรวมอยู่ในระดับ

ตารางที่ 2 ระดับทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำแนกรายด้าน (n=89 คน)

ทัศนคติเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพตนเอง	ระดับทัศนคติ						คะแนนเฉลี่ย (ร้อยละ)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	การแปลผล
	สูง		ปานกลาง		ต่ำ				
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ			
1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ โรคเบาหวาน	75	84.3	14	15.7	0	0.0	2.5	0.2	สูง
2. การรับประทานอาหาร	70	77.5	19	21.3	0	0.0	2.5	0.3	สูง
3. การดูแลควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด	69	77.5	17	19.1	3	3.4	2.5	0.3	สูง
4. การรับประทานยา	61	68.5	19	21.3	9	10.1	2.5	0.5	สูง
5. การดูแลเท้า	76	85.4	12	13.5	1	1.1	2.6	0.3	สูง
6. การออกกำลังกาย	69	77.1	19	21.3	1	1.1	2.6	0.3	สูง
7. การพบแพทย์ตามนัด	66	74.2	16	18.0	7	7.9	2.6	0.5	สูง
ทัศนคติเกี่ยวกับการดูแล สุขภาพตนเองภาพรวม	73	82.0	16	18.0	0	0.0	2.5	0.2	สูง

สูง ร้อยละ 92.1 โดยกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับสูงทุกด้าน ได้แก่ ด้านการรับประทานอาหาร การดูแลควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด การรับประทานยา การดูแลเท้า การออกกำลังกาย และการพบแพทย์ตามนัด (ตารางที่ 3)

ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะส่วนบุคคลกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 พบว่า เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน แหล่งที่มาของรายได้ ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน จำนวนสมาชิกในครอบครัว และภาวะแทรกซ้อน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (r) พบว่า ภาพรวมความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.37, p<0.001$)

ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (r) พบว่า ภาพรวมทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.43, p<0.001$)

ผลการศึกษาปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในการดูแลสุขภาพตนเอง พบว่า โรงพยาบาลชุมชนไม่มีแพทย์เฉพาะทาง เช่น จักษุแพทย์ การไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลในตัวจังหวัดต้องใช้เวลาอันไม่สะดวกในการเดินทาง การกำหนดวันให้บริการแต่ละคลินิก ถ้าไปไม่ตรงกับคลินิกเบาหวานและความดันโลหิตสูงอาจไม่ได้รับความสะดวก (ร้อยละ 32.91) รวมทั้งปัญหาเกี่ยวกับการดูแลควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของตนเองไม่ได้ เนื่องจากมีความเครียด ขาดการออกกำลังกาย พักผ่อนไม่เพียงพอ (ร้อยละ 22.78) และปัญหาเกี่ยวกับผิวหนัง แห้ง คัน สันเท้าแตก เพราะไม่รู้วิธีป้องกัน (ร้อยละ 17.72) ข้อเสนอแนะที่ได้ คือ (1)อยากให้ออกกำลังกายโดยมีผู้นำเต้นออกกำลังกาย (2)อยากไปพบแพทย์ในวันหยุดราชการ

ตารางที่ 3 ระดับพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำแนกรายด้าน (n=89คน)

พฤติกรรมเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพตนเอง	ระดับพฤติกรรม						คะแนนเฉลี่ย (ร้อยละ)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	การแปลผล
	สูง		ปานกลาง		ต่ำ				
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ			
1. การดูแลเท้า	47	52.8	39	43.8	3	3.4	2.3	0.3	สูง
2. การรับประทานอาหาร	55	61.8	34	38.2	0	0.0	2.4	0.3	สูง
3. การออกกำลังกาย	53	59.6	33	37.1	3	3.4	2.4	0.4	สูง
4. การดูแลควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด	73	82.0	16	18.0	0	0.0	2.6	0.3	สูง
5. การพบแพทย์ตามนัด	83	93.3	6	6.7	0	0.0	2.7	0.2	สูง
6. การรับประทานยา	84	94.4	5	5.6	0	0.0	2.8	0.2	สูง
พฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแล สุขภาพตนเองภาพรวม	82	92.1	7	7.9	0	0.0	2.5	0.1	สูง

วิจารณ์

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในระดับปานกลาง และความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาของกิตติคุณ แสงสุข⁽⁸⁾ นภาพร เกียรติกลาง⁽⁹⁾ ศิริวรรณ อินทวิเชียรครษา⁽¹⁰⁾ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองเป็นผลมาจากความรู้ ทักษะและความเชื่อของบุคคลนั้นๆ⁽¹¹⁾ ความรู้ ความเข้าใจ และความจำที่ได้รับจากการให้สุศึกษาของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข รวมทั้งความรู้จากข้อมูลข่าวสารที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานได้รับจากสื่อต่างๆ จึงส่งผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 พบว่า ภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติอยู่ในระดับสูง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แตกต่างจากการศึกษาของกิตติคุณ แสงสุข⁽⁸⁾ ที่พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีทัศนคติอยู่ในระดับต่ำ และทัศนคติไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ทั้งนี้พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองเป็นผลมาจากความรู้ ทักษะและความเชื่อของบุคคลนั้นๆ โดยที่อาจแสดงออกให้เห็นชัดเจน เช่น การออกกำลังกาย การป้องกันโรค การเดิน การรับประทานอาหาร หรือไม่แสดงออกให้เห็นชัดเจน เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล เป็นต้น

สรุป

เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ดังนั้น ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องของควรมหามาตรการแนวทางที่จะทำให้

ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้อง เช่น การจัดหาสื่อให้ความรู้ที่เข้าใจง่าย และเพียงพอสำหรับผู้ป่วย การจัดกิจกรรมส่งเสริมการให้ความรู้ที่น่าสนใจในรูปแบบที่หลากหลายและต่อเนื่อง การติดตามประเมินความรู้เป็นระยะ โดยการเยี่ยมบ้าน และการสร้างเครือข่ายดูแลสุขภาพในชุมชนโดยชุมชน เป็นต้น ซึ่งจะส่งผลให้ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจและเกิดความยั่งยืนในการดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้องเพิ่มขึ้น และควรศึกษารูปแบบที่เหมาะสมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ สำเร็จสมบูรณ์เป็นอย่างดีได้ต้องขอขอบคุณท่านผู้บริหารและคณะกรรมการวิจัย ศปสอ. ศรีบุญเรือง ที่ได้จัดทำโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านการวิจัยและนวัตกรรม และขอขอบคุณ รศ.ดร.ประจักษ์ บัวผัน อาจารย์จากคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ดร.รติ บุญมาก คุณเอี่ยมเดือน ทองจ่าม ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ตลอดจนให้ความรู้คำแนะนำให้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์ และเสียสละเวลาอันมีค่าในการตรวจจุดบกพร่องด้วยความเอาใจใส่ และขอขอบคุณเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม อสม. และผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ขึ้นทะเบียนในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู ที่ให้ความร่วมมือในการศึกษาเป็นอย่างดี ผู้วิจัยขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

เอกสารอ้างอิง

1. International Diabetes Federation. World Diabetes Day 2014 [Internet]. [cited 2015 Mar 25]. Available from: <http://www.idf.org/worlddiabetesday/current-campaign>

2. สำนักโรคไม่ติดต่อ ข้อมูลโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง 2557 [อินเทอร์เน็ต]. [สืบค้นเมื่อ 20 มี.ค. 2558]. แหล่งข้อมูล: <http://www.thaincd.com/information-statistic/non-communicable-disease-data.php>
3. กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการดำเนินงานเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; 2555.
4. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู. ฐานข้อมูล Data center, 2558 [อินเทอร์เน็ต]. [สืบค้นเมื่อ 22 มี.ค. 2558]. แหล่งข้อมูล: http://nbdatacenter.moph.go.th/hdc/main/index_pk.php.
5. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม. ทะเบียนผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหันนางาม ปี 2558. หนองบัวลำภู: โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล-หันนางาม; 2558.
6. อรุณ จิรวัดนกุล. ชีวิตที่ดีสำหรับงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2. ขอนแก่น: คลังนาวิทยา; 2548.
7. พิศมัย ภูนาเมือง. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในจังหวัดมุกดาหาร [วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต]. อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี; 2551.
8. กิตติคุณ แสงสุข. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน อำเภอเดชอุดม จังหวัดอุบลราชธานี [วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต]. อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี; 2557.
9. นภาพร เกียรติกลาง. ความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชุมชนศรีละกอ ตำบลศรีละกอ อำเภोजักราช จังหวัดนครราชสีมา [สารนิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต]. นครราชสีมา: มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล; 2556.
10. ศิริวรรณ อินทวิเชียรชชา. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดอุบลราชธานี [วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต]. อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี; 2555.
11. อรทัย วุฒิเสลา. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน จังหวัดมุกดาหาร. วารสารบัณฑิตวิทยาลัยพิษณุพนธ์ 2533:5:130-9.

Abstract: Self-Care Behaviors of Type II Diabetes Mellitus Patients Attended in Hun Na Ngam Sub-District Health Promoting Hospital, Sribunruang District, Nong Bua Lamphu Province

Nipaporn Sriwong, M.P.H.

Si Bun Ruang District Health Office, Si Bun Ruang District, Nong Bua Lam Phu Province, Thailand

Journal of Health Science 2019;28:620-7.

The objective of this study was to assess self-care behavior of type II diabetes mellitus patients. It was conducted as a descriptive study from June to July 2015. The samples were 89 type II diabetes mellitus patients registered under the responsibility of Hun Na Ngam Sub-district health promoting hospital, Sribunruang District, Nong Bua Lamphu Province. They were selected by simple random sampling. Data were collected through direct interview, and were analyzed by descriptive statistics and inferential statistics: Pearson's product moment correlation. It was found that most patients were female (62.9%) (Mean=58.8, SD=11.0), single (80.9%), had primary education (82.0%), and work as farmers (64.0%). Their overall knowledge on self-care was at medium level (Mean=22.7, SD=3.4) with high level of overall attitude (Mean=2.6, SD=0.3). Their self-care behavior was at high level (Mean=2.6, SD=0.3). In addition, it was found that overall knowledge and attitude were significantly correlated with self-care behavior, ($r=0.37$, $p<0.001$) and ($r=0.43$, $p<0.001$), respectively. Therefore, responsible health personnel should put more efforts to improve knowledge and understanding of the type II diabetes patients in order to promote proper self-care behavior so as to achieve high quality and sustainable health care for patients with type II diabetes.

Keywords: self-care behavior, type II diabetes, type II diabetes mellitus patients