

การรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ของผู้ป่วยเบาหวาน โรงพยาบาลคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ

ศกุนตพา จันทร์นวล ส.ม.*

ฉนิตชาธร ภาโนมัย ปร.ด.**

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเอง เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยเบาหวาน และความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้กับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง สุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ที่มารับบริการในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ จำนวน 171 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และทดสอบความสัมพันธ์โดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า การรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมอยู่ระดับสูง ร้อยละ 75.44 การรับรู้รายด้านพบว่า ด้านโอกาสเสี่ยง ด้านความรุนแรง และด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ระดับสูง ด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ระดับปานกลาง พฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมอยู่ระดับสูง ร้อยละ 97.08 พฤติกรรมการดูแลตนเองรายด้านพบว่า ด้านการออกกำลังกาย การใช้ยา การดูแลตนเอง การจัดการความเครียด การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา อยู่ระดับสูง ส่วนด้านการควบคุมอาหารอยู่ระดับปานกลาง การรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองด้านโอกาสเสี่ยง ความรุนแรง ประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเอง อุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเอง และรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

คำสำคัญ : โรคหลอดเลือดสมอง โรคเบาหวาน การรับรู้ พฤติกรรมการดูแลตนเอง

* นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์เพื่อสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Perception and Self-Care Behavior to Prevent Stroke in Diabetic Patients at Khonsawan Hospital, Chaiyaphum Province

Sakuntala Channuan M.P.H.*

Nitchatorn Panomai Ph.D.**

ABSTRACT

This study aimed to study the perception and self-care behavior for stroke prevention in diabetic patients and the relationship between their perception and self-care behaviors for stroke prevention. The simple random sampling was applied and 171 patients with Diabetes mellitus (DM) and risk of stroke received health service at DM clinic, Khonsawan Hospital, Chaiyaphum province were enrolled. The data were analyzed using a descriptive statistic. The relationships were tested using the Pearson product moment coefficient.

The study found that 75.44% of DM patients had overall perception for stroke prevention in high level. In each part, the perception in risk, severity and benefits of self-care behaviors were in high level. The perception in barriers of self-care behaviors was in a medium level. Of 97.08%, DM patients had high-level of overall self-care behavior for stroke prevention. In each part, the behaviors in alcohol drinking, smoking, stress management, self-care, drug utilization, and exercise were in high level whereas the diet control was in a medium level. The overall perception for stroke prevention, and in each part; perception in risk, severity, benefits of self-care behaviors and barriers of self-care behaviors had positive correlation with the self-care behavior for stroke prevention at the statistically significant level of 0.05.

Keyword : Stroke, Diabetes, Perception, Self-Care Behavior

* Master Degree Student of Public Health, Nutrition for Health Program, Faculty of Public Health, Khon Kaen University

** Assistant professor, Faculty of Public Health, Khon Kaen University

บทนำ

โรคหลอดเลือดสมองเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญระดับโลก เป็นสาเหตุการตายอันดับ 2 ของประชากรอายุมากกว่า 60 ปีทั่วโลก และในแต่ละปีมีประชากรเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดสมองประมาณ 5 ล้านคน¹สาเหตุมาจากผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูงอยู่แล้ว รวมทั้งการไม่ออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ ภาวะอ้วน และโรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ โรคหลอดเลือดสมองเกิดจากหลอดเลือดสมองมีการตีบตัน กับหลอดเลือดสมองมีการแตก โดยเฉพาะผู้ป่วยเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลที่สูงในเลือดนาน ๆ จะทำลายเส้นเลือดแดงฝอยขนาดเล็กในตา ไต และเส้นประสาท จึงมีความเสี่ยงต่อการเกิดและการเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดเหล่านี้เพิ่มขึ้น 2 เท่า และมีความเสี่ยงมากกว่าปกติ ประมาณ 3-4 เท่าต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง^{1,2} โรคเบาหวานในเขตจังหวัดชัยภูมิเป็นสาเหตุการตายอันดับ 19 ของสาเหตุการตายของประชาชนในจังหวัด³ ซึ่งอำเภอคอนสวรรค์ พบว่ามีผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้งหมดในปี พ.ศ. 2557 ถึง 2559 จำนวน 2,063, 2,572 และ 2,827 ราย ตามลำดับ และผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในปี พ.ศ. 2557 ถึง 2559 จำนวน 45, 65 และ 220 ราย ตามลำดับ⁴ จากรายงานดังกล่าวพบว่าผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมองเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากการคัดกรองที่ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายมากขึ้น ปัจจุบันนี้โรคหลอดเลือดสมองสามารถป้องกันได้ โดยการปรับเปลี่ยนปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง การควบคุมและการป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองจะต้องอาศัยปัจจัยที่สำคัญหลายประการ เช่น การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การช้ยา และต้องสื่อสารให้ประชาชนมีความเชื่อและเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเกิดโรค กับพฤติกรรมการป้องกันการเกิดโรคในบุคคลกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองเฉียบพลัน ได้ชี้ให้เห็นว่า บุคลากรสุขภาพ ควรมีการให้คำแนะนำที่มุ่งปรับเปลี่ยนการรับรู้เกี่ยวกับ

ประโยชน์ของการรักษาและป้องกัน การรับรู้อุปสรรคและการรับรู้ถึงสิ่งชักนำให้เกิดการปฏิบัติ ในกลุ่มผู้รับบริการที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองเฉียบพลัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการมาตรวจตามนัด⁵ อีกทั้งรับประทานอาหารที่เหมาะสมจะส่งผลให้เกิดภาวะสุขภาพที่ดี และสามารถป้องกันการเกิดโรคซ้ำ ดังนั้นอาหารที่เหมาะสมคือ อาหารที่ช่วยควบคุมและลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค เช่น ลดอาหารรสหวาน มัน เค็ม การควบคุมระดับความดันโลหิตและระดับไขมันในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ตลอดจนการลดน้ำหนักตัวลง^{6,7} มีความสำคัญต่อการป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองซ้ำเพื่อลดอัตราการเกิดโรคหลอดเลือดสมองรายใหม่ ลดอัตราการกลับมาเกิดซ้ำ ลดอัตราการพิการและอัตราการตายโดยเฉพาะในผู้ป่วยและเพื่อให้เกิดพฤติกรรมป้องกันการป้องกันที่ดีขึ้น

ผู้วิจัยเห็นความสำคัญของกระบวนการเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และรับรู้การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยเบาหวานให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง จึงมีความสนใจที่จะศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการในคลินิกเบาหวาน และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยเบาหวานในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ เพื่อนำผลการศึกษาไปใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนและส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวาน ให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

วิธีการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive research) ศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ ในปีงบประมาณ 2559 จำนวน 220 คน เกณฑ์ในการคัดเลือกเข้าศึกษา ได้แก่ เป็นผู้เข้ารับการรักษาที่คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาล

คอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นผู้ป่วยเบาหวานที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองโดยใช้ตารางสี (Color Chart) อายุตั้งแต่ 35 ปี ขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง สามารถสื่อสารภาษาไทยและหรือภาษาอีสานได้ และยินยอมให้ความร่วมมือในการศึกษา ส่วนเกณฑ์คัดออก ได้แก่ ผู้ที่ไม่ยินยอมเข้าร่วมการศึกษา และมีปัญหาสุขภาพทางจิต

การคำนวณขนาดตัวอย่าง คำนวณคำนวณขนาดตัวอย่างได้ 171 คน จากสูตรการคำนวณตัวอย่างเพื่อประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรในกรณีที่ทราบกลุ่มประชากร ดังนี้⁸

$$n = \frac{N\sigma^2 Z^2}{D^2(N-1) + \sigma^2 Z^2}$$

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสัมภาษณ์ได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงด้านเนื้อหาของแบบสัมภาษณ์โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ทดลองใช้แบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ในการวิจัย ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.77 สุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนมิถุนายน-กรกฎาคม พ.ศ. 2560 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป STATA V.11.0 สถิติที่ใช้ ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน ค่าสูงสุดและค่าต่ำสุด แปลผลคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมองและโรคเบาหวาน ใช้วิธีอิงกลุ่มของ Bloom⁹ ส่วนการแปลผลคะแนนการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองใช้วิธีอิงกลุ่มของ Best¹⁰ สำหรับการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient)

ข้อพิจารณาด้านจริยธรรม การวิจัยนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการ

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เลขที่ HE602075 ผู้วิจัยได้ดำเนินการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยชี้แจงวัตถุประสงค์และวิธีการวิจัย อธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย ซึ่งการตอบรับหรือปฏิเสธไม่มีผลใดๆ ต่อการรักษาพยาบาล ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวมไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุล เมื่อผู้เข้าร่วมวิจัยมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการทำวิจัยสามารถซักถามได้ตลอดเวลา จากนั้นผู้วิจัยให้อาสาสมัครที่ยินดีเข้าร่วมวิจัยลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 72-85 ปี สถานภาพสมรส ค่าเฉลี่ยของดัชนีมวลกายเฉลี่ย 22.39 ส่วนใหญ่มีภาวะปกติมีระดับการศึกษาอยู่ระดับประถมศึกษา ร้อยละ 92.98 อาชีพเดิมของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คือเกษตรกร ร้อยละ 90.64 มีรายได้ครอบครัวต่อเดือนส่วนใหญ่ต่ำกว่า 5,000 บาท มีระดับน้ำตาลในเลือด ณ วันที่มาตรวจเฉลี่ย 150.42 มล./ดล. ส่วนใหญ่อยู่ระดับมากกว่า 126 มล./ดล.เป็นโรคเบาหวานมานานเฉลี่ย 10.63 ปี กลุ่มตัวอย่างมีสามี/ภรรยาดูแลขณะเจ็บป่วยเป็นเบาหวานร้อยละ 94.14 ส่วนใหญ่มีความเครียดและได้รับการบำบัด มีการจัดการความเครียดด้วยวิธีพูดคุยกับเพื่อนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานส่วนใหญ่ไม่มีญาติสายตรงเป็นโรคหลอดเลือดสมองหรืออัมพฤกษ์ อัมพาต ส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่หรือไม่ดื่มสุรา ได้รับคำแนะนำความรู้เรื่องโรคหลอดเลือดสมองจากแพทย์/พยาบาลเป็นส่วนใหญ่ ได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในเรื่องการออกกำลังกาย การใช้จ่ายตามแพทย์สั่งการไม่สูบบุหรี่และการไม่ดื่มสุรารองลงมาเรื่องการควบคุมอาหาร

การรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง
ภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้เพื่อป้องกัน

โรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 3.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.35 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 75.44 รองลงมา คือ ระดับปานกลาง ร้อยละ 24.56 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองด้านโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 3.69 (S.D.= 0.65) ด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 4.01 (S.D.= 0.35) ด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 4.33 (S.D.= 0.32) และการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 3.25 (S.D.= 0.56) (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของกลุ่มตัวอย่างโดยรวมและรายด้าน (n = 171)

การรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง	Mean	S.D.	ระดับ
ด้านโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง	3.69	0.65	สูง
ด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง	4.01	0.35	สูง
ด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง	4.33	0.32	สูง
ด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง	3.25	0.56	ปานกลาง
ภาพรวม	3.85	0.35	สูง

พฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมอยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 4.34 (S.D.=0.18) กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 97.08 ระดับปานกลาง ร้อยละ 2.92 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองอยู่ในระดับสูง

ได้แก่ ด้านการออกกำลังกาย ค่าเฉลี่ย 4.17 (S.D.= 0.33) ด้านการใช้จ่าย ค่าเฉลี่ย 4.25 (S.D.= 0.17) ด้านการดูแลตนเอง ค่าเฉลี่ย 4.95 (S.D.= 0.16) ด้านการจัดการความเครียด ค่าเฉลี่ย 4.53 (S.D.= 0.41) ด้านการสูบบุหรี่ ค่าเฉลี่ย 4.92 (S.D.= 0.45) และด้านการดื่มสุรา ค่าเฉลี่ย 4.91 (S.D.= 0.44) พฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองระดับปานกลาง คือด้านการควบคุมอาหาร ค่าเฉลี่ย 3.55 (S.D.= 0.36) (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของกลุ่มตัวอย่างโดยรวมและรายด้าน (n = 171)

การรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง	Mean	S.D.	ระดับ
ด้านการควบคุมอาหาร	3.55	0.36	ปานกลาง
ด้านการออกกำลังกาย	4.17	0.33	สูง
ด้านการใช้ยา	4.25	0.17	สูง
ด้านการดูแลตนเอง	4.95	0.16	สูง
ด้านการจัดการความเครียด	4.53	0.41	สูง
ด้านการสูบบุหรี่	4.92	0.45	สูง
ด้านการดื่มสุรา	4.91	0.44	สูง
ภาพรวม	4.34	0.18	สูง

ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมและรายด้านกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในระดับที่ต่ำมาก ส่วนด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมองและด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในระดับที่ต่ำ (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมและรายด้านกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง (n = 171)

พฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	p- value
ด้านโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง	0.191	0.012*
ด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง	0.337	< 0.001*
ด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเอง	0.274	< 0.001*
ด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเอง	0.243	0.001*
การรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวม	0.334	< 0.001*

*นัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

วิจารณ์และสรุปผล

จากการศึกษาความรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมองและโรคเบาหวานของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ามีความรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมองและโรคเบาหวานโดยรวมส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูงสอดคล้องกับการศึกษาของภัทรารัตน์ ศีตีสาร และคณะ¹¹ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคและการรักษาอยู่ในระดับสูงสอดคล้องกับการศึกษาของวรรณภา วงศ์เดช และเกศกานดา ศรีระชะ¹² พบว่าการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมอยู่ในระดับสูงและเมื่อพิจารณาการรับรู้รายด้านพบว่าการรับรู้ด้านโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองการรับรู้ด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง และการรับรู้ด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเอง อยู่ในระดับที่สูง ยกเว้นการรับรู้ด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเองที่อยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาของกัลยารัตน์ แก้ววันดี และคณะ¹³ พบว่า การรับรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงระดับการรับรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงโดยรวมของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับสูง และสอดคล้องกับการศึกษาของสุพิศสา ทิจะยัง¹⁴ พบว่าค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้อุปสรรคการป้องกันโรค สิ่งชักนำที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมป้องกันโรคโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ในส่วนของพฤติกรรมการดูแลตนเองพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองรายด้านพบว่า มีเพียงพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหารที่อยู่ในระดับปานกลางสอดคล้องกับการศึกษาของกฤติเดช มิ่งไม้ และคณะ¹⁵ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี และสอดคล้องกับการศึกษาของสุพรรณ ชูชื่น¹⁶ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตัวในระดับปานกลาง ด้านการควบคุมอาหารเสริม เนื่องจากเป็นกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในภาคอีสาน อาหารหลักที่ปรุงประกอบมีการปรุงด้วยเครื่องปรุงรส

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เพื่อ

ป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยรวมและรายด้านกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง พบว่าการรับรู้โดยรวมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์การรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองรายด้านพบว่าด้านโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับต่ำมาก ($r = 0.191$) ด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับต่ำ ($r = 0.337$) ด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับที่ต่ำ ($r = 0.274$) ด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับที่ต่ำมาก ($r = 0.243$) สอดคล้องกับการศึกษาของจิตรารัตน์ บุญสิทธิ และคณะ¹⁷ ศึกษาการรับรู้ต่อโรคหลอดเลือดสมองและพฤติกรรมการดูแลตนเอง เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุเขตเทศบาลนครสงขลา จังหวัดสงขลา พบว่า การรับรู้ต่อโรคหลอดเลือดสมองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งอยู่ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = 0.34$)

โดยสรุป กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า การรับรู้ที่อยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง และด้านโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ส่วนการรับรู้ระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเอง พฤติกรรมการดูแลตนเองโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองที่อยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านการดูแลตนเองด้านการสูบบุหรี่ ด้านการดื่มสุรา ด้านการจัดการความเครียด ด้านการใช้ยา และด้านการออกกำลังกาย

ส่วนระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านการควบคุมอาหารการรับรู้โดยรวมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง และการรับรู้ด้านโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองด้านความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมองด้านอุปสรรคของพฤติกรรมการดูแลตนเองและด้านประโยชน์ของพฤติกรรมการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

จากผลการศึกษาในครั้งนี้ควรจัดให้มีการอบรมหรือแนะแนวในเรื่องของการรับรู้อาการเตือนต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเกิดและการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองแก่ผู้ป่วยเบาหวาน รวมถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในบางประเด็นที่ยังไม่เหมาะสม เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง และจัดกิจกรรมให้ความรู้แก่อาสา

สมัครประจำหมู่บ้าน (อสม.) เพื่อถ่ายทอดการรับรู้โรคหลอดเลือดสมองและพฤติกรรมการดูแลตนเองเนื่องจากบุคลากรทางการแพทย์มีจำนวนจำกัด และควรให้อสม. เข้ามามีบทบาทเพื่อช่วยแนะนำและดูแลผู้ป่วยเบาหวานได้ใกล้ชิดขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ผศ.ดร.ภัทระ แสนไชย ดร.เกษร แฉวโนนจิว ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือให้คำปรึกษา และคำแนะนำในการทำวิจัย พร้อมทั้งให้ข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ขอขอบพระคุณกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ ที่ให้การสนับสนุนการเก็บข้อมูลวิจัยในครั้งนี้ ขอขอบพระคุณกลุ่มวิจัยโรคหลอดเลือดสมอง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่สนับสนุนงบประมาณในการทำวิจัยนี้

เอกสารอ้างอิง

1. World Stroke Organization. About The World Stroke Campaign [Internet]. 2012 [cited 2016 Jun26]. Available from: <http://www.worldstrokecampaign.org/2012/About/Pages/About.aspx>
2. คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ทางด่วนโรคอัมพาต [อินเทอร์เน็ต]. 2558 [เข้าถึงเมื่อ 26 มิ.ย. 2559]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.kku.ac.th/news/v.php?l=th&q=0010842>
3. กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการประเมินโรคหัวใจและหลอดเลือด. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2559.
4. กลุ่มงานการพยาบาล. รายงานผู้ป่วยเบาหวาน. ชัยภูมิ: โรงพยาบาลคอนสวรรค์; 2559.
5. ชัชลิต รัตตสาร. การระบาดของโรคเบาหวานและผลกระทบที่มีต่อประเทศไทย [อินเทอร์เน็ต]. 2556 [เข้าถึงเมื่อ 26 มิ.ย. 2559]. เข้าถึงได้จาก: http://www.diabassocthai.org/sites/default/files/briefingbook_38.pdf
6. โครงการวิจัย การให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมองตีบซ้ำ. อาหารสำหรับโรคหลอดเลือดสมอง [อินเทอร์เน็ต]. 2550 [เข้าถึงเมื่อ 5 ต.ค. 2561]. เข้าถึงได้จาก: <http://resource.thaihealth.or.th/library/hot/13422>
7. ฝ่ายโภชนาการ โรงพยาบาลศิริราช. โภชนาการสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง [อินเทอร์เน็ต]. 2560 [เข้าถึงเมื่อ 5 ต.ค. 2561]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.si.mahidol.ac.th/sidoctor/e-pl/article/detail.asp?id=1298>
8. อรุณ จิรวัดน์กุล. สถิติทางวิทยาศาสตร์สุขภาพเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ: บริษัทวิทยพัฒนา; 2552.
9. Bloom, Benjamin SJ, editors. Taxonomy of Education Objective, Hand Book 1: Cognitive

- Domain. NY: David McKay; 1975.
10. Best, JW. Research in education. 4th ed. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall; 1981.
 11. กัสราวลัย คีตีสาร์, อรุณวรรณ สุวรรณรัตน์ และจารุวรรณ ใจลังกา. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยภาวะความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้โรงพยาบาลดอกคำใต้ อำเภอดอกคำใต้ จังหวัดพะเยา. ว.สาธารณสุขสุล่านนา 2555;9(2):120-36.
 12. วรรณมา วงศ์เดช, เกศกานดา ศรีระษา. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตึกผู้ป่วยในโรงพยาบาลพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช [อินเทอร์เน็ต]. 2557 [เข้าถึงเมื่อ 26 มิ.ย. 2559]. เข้าถึงได้จาก: http://www.promkiri.go.th/detail/doc_download/a270514115121.pdf
 13. กัลยารัตน์ แก้ววันดี. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของประชาชน กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองขวง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน. ใน: การประชุมสัมมนาวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ เครือข่ายบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏภาคเหนือ. ครั้งที่ 15; 23 กรกฎาคม 2558. นครสวรรค์: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์; 2558. หน้า 13-23.
 14. สุทัสสา ทิจะยัง. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคในผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง. [วิทยานิพนธ์]. มหาวิทยาลัยคริสเตียน; 2557.
 15. กฤติเดช มิ่งไม้ พิษสุดา เฉษฐบุญ และอภิเชษฐ์ จำเนียรสุข. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับการรักษาในหน่วยตรวจอายุรกรรมของโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง ในจังหวัดปทุมธานี. ใน: การประชุมวิชาการระดับชาติราชภัฏเพชรบุรีวิจัยเพื่อแผ่นดินไทยที่ยั่งยืน ครั้งที่ 6; 9 กรกฎาคม 2559. เพชรบุรี: มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี; 2559. หน้า 1-7.
 16. สุพรรณ ชูชื่น. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงอำเภอคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ [บัณฑิตวิทยาลัย]. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2547.
 17. จิตรารัตน์ บุญสิทธิ์ และคณะ. การรับรู้ต่อโรคหลอดเลือดสมองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ เขตเทศบาลนครสงขลา จังหวัดสงขลา [อินเทอร์เน็ต]. 2555 [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ค. 2560]. เข้าถึงได้จาก: http://1.179.130.165/ucontent3//_fulltext/20120912080742_4191/Abstract.pdf