

ชื่อเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน
ในเขตโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอสลภูมิ จังหวัด-
ร้อยเอ็ด

Title Relationships between health literacy and self – care behaviors among patients with
diabetic mellitus of Ban Nam Jun Yai health promoting hospital, Bueg Kluea
sub-district, Sela Phum district, Roi Et province

ผู้วิจัย: นางสาวณัฐวรรณ แพงศรี

หน่วยงาน: โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอสลภูมิ จังหวัด-
ร้อยเอ็ด

โทรศัพท์: 0979244880

E-mail : au402@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในเขตรับผิดชอบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน 60 คน เลือกกลุ่มตัวอย่าง และพื้นที่วิจัยแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพ และแบบประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิและหาความเที่ยงจากแบบประเมินได้ค่าเท่ากับ 0.76 และ 0.83 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ด้านสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 73.3) และมีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 61.7) เมื่อทดสอบความสัมพันธ์พบว่าความรู้ด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $<.05$ ($r = .479$)

คำสำคัญ: ความรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตัวเอง ผู้ป่วยโรคเบาหวาน งานวิจัยในชุมชน

Abstract

The purpose of this research was to investigate the relationships between health literacy and self – care behaviors among patients with diabetic mellitus of Ban Nam Jun Yai health promoting hospital, Bueg Kluea sub-district, Sela Phum district, Roi Et province. Sixty of sample and setting were recruited using purposive sampling technique. The instruments used for data collection were the demographic data form, the health literacy questionnaire, and the self – care behaviors questionnaire. These instruments were tested for their content validity by a panel of experts. Internal consistency reliability for each questionnaire tested by

Cronbach's alpha were 0.76 and 0.83. Data were analyzed by using percentage, mean, standard deviation, and Pearson's production-moment correlation. The results of study shown that the sample had moderate level of health literacy (73.3%), and high level of self – care behaviors (61.7%). Health literacy was positively significant correlated to self - care behavior ($p < .05$, $r = .479$).

Key words: Health literacy, Self-care behaviors, patients with diabetic mellitus, Community-based research

บทนำ (Introduction)

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังชนิดหนึ่งที่เป็นปัญหาสาธารณสุขระดับโลก รวมถึงประเทศไทย (สุพัตรา ศีวีณิชากร, 2560) ปัจจัยของการเกิดโรคเบาหวาน ได้แก่ กรรมพันธุ์ การรับประทานอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ ภาวะน้ำหนักเกินและความอ้วน และขาดการออกกำลังกาย ส่วนปัจจัยเสริมที่ทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ได้แก่ ภาวะความดันโลหิตสูง ไขมันในเส้นเลือดสูง การใชยาสเตียรอยด์อย่างไม่ถูกวิธี เป็นต้น การละเลยและไม่รักษาหรือรับการรักษาที่ไม่ถูกวิธีจะส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยหลายด้าน เช่น ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในระดับปกติ เกิดภาวะระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ หรือ สูง ซึ่งอาจเป็นสาเหตุนำไปสู่การเสียชีวิตได้ (อรุณี สมพันธ์ และคณะ, 2558) พฤติกรรมสุขภาพเป็นปัจจัยสำคัญที่บุคคลสามารถปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคเบาหวาน หากพร่องการปฏิบัติ โดยบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม และขาดการออกกำลังกาย หรือมีกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายน้อย ทำให้เกิดภาวะอ้วน ส่งผลให้ร่างกายดื้อต่ออินซูลิน ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น (ศัลยา คงสมบูรณ์เวช, 2552) และเป็นโรคเบาหวานในที่สุด นอกจากนี้ หากบุคคลมีภาวะเครียดร่างกายจะหลั่งคอร์ติซอล (cortisols) และอีพิเนฟริน (epinephrines) ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น (สมบุญ วงศ์ศิริภัก, 2552)

โรคเบาหวานเป็นโรคที่มีความผิดปกติในการเผาผลาญสารอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน สาเหตุเนื่องจากขาดอินซูลินหรือการทำหน้าที่ของอินซูลินลดลงมีผลให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงอยู่ตลอดเวลา อาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายต่อชีวิตได้ปัญหาที่พบบ่อยในผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวานคือ ไม่สามารถควบคุมอาหารได้ น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นขาดการออกกำลังกายที่เหมาะสม รับประทานไม่สม่ำเสมอ (กรองจิต ชมสมุทร, 2535) ดังนั้นการควบคุมโรคไม่ให้อ้วนรุนแรงมากขึ้น จึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเป็นวิธีหนึ่งที่สำคัญต่อการป้องกันความรุนแรงของโรคเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญส่วนใหญ่ เกิดจากการมีพฤติกรรม การดูแลที่ไม่เหมาะสม ดังนั้นจึงจำเป็นต้องส่งเสริมให้ผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน มีแผนในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับโรคที่เป็นอยู่อย่างต่อเนื่อง

จังหวัดร้อยเอ็ดมีผู้ป่วยเบาหวาน 63,139 คน ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป ถึงร้อยละ 31.67 รองลงมา คือกลุ่มอายุ 50-59 ปี ร้อยละ 15.78 ทั้งยังพบว่า ในแต่ละปีจังหวัดร้อยเอ็ดมีผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ 5,882 คน โดยมีสาเหตุของการเกิดโรค เช่น การรับประทานหวาน มัน เค็ม อาหารทอด อาหารที่มีไขมันสูง รับประทานมากเกินไป ขาดการออกกำลังกาย มีภาวะเครียด ต้มสุรา สูบบุหรี่ และขาดสุขนิสัยที่ดีในการดูแลสุขภาพของตนเองในแต่ละวัน ในระดับจังหวัดได้ดำเนินการงานป้องกันและควบคุมโรคเบาหวานอย่างต่อเนื่อง โดยดำเนินการจัดบริการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก 4อ. 3ส. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์ อนามัยสิ่งแวดล้อม บุหรี่ สุรา และสุขบัญญัติ) รวมไปถึงการพัฒนาเครือข่ายการเรียนรู้เพื่อการลดโรคและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่คงทนของกลุ่มเสี่ยงและผู้ป่วยโรคเบาหวาน ภายใต้กระบวนการดำเนินงานตามยุทธศาสตร์สุขภาพวิถีไทยอย่างต่อเนื่องและจริงจังในพื้นที่ส่งผลทำให้กลุ่มผู้ป่วยรายใหม่มีแนวโน้มลดลง จากข้อมูลย้อนหลัง 5 ปี (2553 – 2557) พบว่าอัตราผู้ป่วยรายใหม่ของโรคเบาหวานมีแนวโน้มลดลงอย่างต่อเนื่อง (จำนวน 331, 350, 312, 277, และ 208 คน ตามลำดับ) และจากการสำรวจอัตราผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ ปี 2558 (ตุลาคม 2557 – มิถุนายน 2558) จำแนกรายอำเภอ พบว่าในเขตพื้นที่ของอำเภอเสลภูมิ มีผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ จำนวน 98 คน (สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดร้อยเอ็ด, 2559)

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานได้รับความสนใจและทำการศึกษาในบางบริบทของประเทศไทย จากการศึกษาของ กฤษณา คำลอยฟ้า (2554) พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานในคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลแก้งสนามนาง อำเภอแก้งสนามนาง จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 286 คน พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก ส่วนพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อนอยู่ในระดับต่ำ ส่วนการศึกษาของ คำณ มุทะสิน (2554) พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในโรงพยาบาล ที่มีอาชีพและระยะเวลาที่ทราบว่า เป็นโรคเบาหวานที่ต่างกันจะมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองที่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ได้แก่ การรับรู้ความรุนแรงของโรคเบาหวาน และการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพ การได้รับคำแนะนำจากบุคลากรสาธารณสุข และการได้รับการกระตุ้นเตือนจากสมาชิกในครอบครัว ด้านความรู้ รายได้และระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน

องค์ความรู้ที่เกิดขึ้นบ่งบอกพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่มารับการรักษาในสถานบริการทางสุขภาพในระดับทุติยภูมิ ซึ่งเมื่อพิจารณาตามบริบทของผู้ป่วยโรคเบาหวานในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพในระดับตำบลอาจมีความแตกต่างกันทั้งด้านความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเอง การขาดองค์ความรู้ดังกล่าวอาจส่งผลต่อการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพและการสนับสนุนพฤติกรรมการดูแลตนเองที่เหมาะสมให้กับผู้ป่วยในเขตพื้นที่ที่รับผิดชอบ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในเขตโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยประโยชน์ที่จะได้รับคือ นักวิชาการสาธารณสุขและทีมสุขภาพสามารถใช้เป็นหลักฐานเชิง

ประสิทธิภาพในการวางแผน ส่งเสริม และสนับสนุนให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้และดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง ยั่งยืน และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

วัตถุประสงค์ (Objectives)

1. เพื่อศึกษาระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในเขตโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในเขตโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด

ระเบียบวิธีวิจัย (Methodology)

การศึกษางานวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ดำเนินการวิจัยระหว่าง เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2561 ถึงเดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2562 โดยกำหนดกลุ่มเป้าหมาย พื้นที่ในการวิจัย และวิธีการเก็บข้อมูล ดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมายคือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีอายุตั้งแต่ 20 ปี ขึ้นไป ทั้งชายและหญิง
2. กลุ่มตัวอย่าง คำนวณจากตารางสำเร็จรูปของ เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย (2535) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน
3. พื้นที่ในการวิจัย คือ เขตพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริม สุขภาพตำบล บ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด
4. เครื่องมือวิจัย ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้
 - 4.1 แบบสำรวจข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วยคำถามปลายปิด และเปิดจำนวน 8 ข้อ
 - 4.2 แบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 15 ข้อ มี 3 ตัวเลือก ได้แก่ ใช่ ไม่ใช่ ไม่ทราบ แบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ คือ
 - 1) ด้านความรู้เกี่ยวกับโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน
 - 2) ด้านความรู้เกี่ยวกับความรุนแรงของโรคเบาหวาน
 - 3) ด้านความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการปฏิบัติตามคำแนะนำ
 - 4) ด้านความรู้เกี่ยวกับอุปสรรคของการปฏิบัติเพื่อดูแลสุขภาพ
 - 4.3 การประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 17 ข้อ มี 3 ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติ แบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่
 - 1) ด้านการดูแลร่างกาย
 - 2) ด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน
 - 3) ด้านการดูแลรักษา
 - 4) ด้านการดูแลจิตใจ อารมณ์ สังคม

ทั้งนี้ ผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียดต่อกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิธีการและประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย เมื่อได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยจึงทำการเก็บข้อมูลจากนั้นนำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของข้อคำถามแต่ละฉบับ พร้อมทั้งกำหนดรหัสของข้อมูลแต่ละข้อเพื่อนำไปประมวลผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป

4.การวิเคราะห์ข้อมูล การวิจัยครั้งนี้กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ใช้ในการทดสอบทั้งหมดที่ระดับ .05 วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้วยสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานซึ่งขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อในเขต ใช้สถิติร้อยละ วิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน(Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

ผลการวิจัย (Results)

1. ข้อมูลทั่วไป พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 55) มีอายุระหว่าง 50 – 59 ปี (ร้อยละ 51.7) มีสถานภาพสมรส (ร้อยละ 81.7) จบการศึกษาระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 91.7) ประกอบอาชีพเกษตรกรกรรม (ร้อยละ 65) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนระหว่าง 4001 – 15,000 บาท (ร้อยละ 60) ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานระหว่าง 1- 8 ปี (ร้อยละ 73.3) และไม่มีโรคแทรกซ้อน (ร้อยละ 70)

2. ความรู้ด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคเบาหวานโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 77.3) เมื่อพิจารณาแยกข้อบ่งชี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้ด้านสุขภาพสูงที่สุดเกี่ยวกับการปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ (ร้อยละ 98.3) รองลงมา คือ ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ทำให้ผู้ป่วยมีสุขภาพดี การปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ทำให้ผู้ป่วยมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนน้อยลง บุคคลในครอบครัวให้ความสำคัญในการดูแลสิ่งแวดล้อมของสถานที่อยู่อาศัย (ร้อยละ 96.7, 96.7, และ 96.7) และบุคคลในครอบครัวให้ความสำคัญในการดูแลการทานยาของท่าน (ร้อยละ 85) ส่วนความรู้ด้านสุขภาพที่กลุ่มตัวอย่างมีน้อยที่สุด คือ ความรู้เกี่ยวกับอุปสรรคของบุคคลในครอบครัวไม่ให้ความสำคัญในการดูแลเรื่องอาหาร (ร้อยละ 11.7)

3. พฤติกรรมการดูแลตนเอง พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 61.1) เมื่อพิจารณาแยกข้อบ่งชี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ดีที่สุดในเรื่องการตรวจเช็คตากับจักษุแพทย์อย่างน้อย ปีละ 1 ครั้ง ตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และรับประทานยารักษาโรคเบาหวานตามที่แพทย์สั่ง (ร้อยละ 95, 95, และ 95 ตามลำดับ) รองลงมาคือ พบแพทย์เพื่อรับการรักษาเมื่อมีอาการผิดปกติ และสวมรองเท้าทุกครั้งก่อนออกจากบ้าน (ร้อยละ 91.7 และ 91.7 ตามลำดับ) ส่วนพฤติกรรมการดูแลตนเองที่มีปัญหามากที่สุด ได้แก่ บุคคลในครอบครัวไม่ให้ความสำคัญในการดูแลผู้ป่วย (ร้อยละ 23.3) การไม่มารับการรักษาตามที่แพทย์นัด (ร้อยละ 18.3) และการปรับยาหรือหยุดยาเอง (ร้อยละ 5)

4. ผลการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ ความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน พบว่าความรู้ด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $<.05$ ($r = .479$)

ตารางที่ 1 แสดงคะแนนร้อยละและระดับของตัวแปรที่ต้องการศึกษา

ตัวแปร	คะแนนร้อยละ	ระดับ
ความรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน	73.3	ปานกลาง
พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน	61.7	ปานกลาง

ตารางที่ 2 แสดงค่าความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

ตัวแปร	ค่าสหสัมพันธ์	p - Value
ความรู้	.479	.05

อภิปรายผล (Discussion)

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1. ระดับความรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคเบาหวานโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 77.3) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 91.7) จึงอาจส่งผลการความสามารถในการทำความเข้าใจต่อความรู้ด้านสุขภาพและความซับซ้อนของพยาธิสภาพของโรคสอดคล้องกับการศึกษาของ คงฤทธิ วันจรรยาและคณะ (2556) ศึกษาเรื่องความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง พฤติกรรมและสภาวะสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภท 2 และเรื่องพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล ที่พบว่าผู้ป่วยเบาหวานมีแบบแผนการรับรู้ด้านสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องมาจากผู้ป่วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่ได้รับความรู้เรื่องเกี่ยวกับโรคเบาหวานจากบุคลากรสุขภาพ โดยที่หน่วยบริการสุขภาพและบุคลากรสาธารณสุข มุ่งให้บริการเฉพาะการตรวจประเมินสุขภาพ การจ่ายยาตามนัด และการให้คำแนะนำระยะสั้น เมื่อมารับบริการในแต่ละครั้งเท่านั้น ซึ่งผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่จะมาตามนัดเพื่อมารับการตรวจประเมินสภาวะสุขภาพและรับยา หรือได้รับความรู้จากการจัดอบรมให้ความรู้ระยะสั้นตามโครงการเท่านั้น จึงทำให้ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่มีระดับการรับรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคเบาหวานโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

2. ระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 61.1) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากได้รับการให้สุศึกษาจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข การพบเห็นหรือมีประสบการณ์ตรงจากการป่วยโดยตนเองเป็นเวลานาน การได้มีโอกาส

พูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้ และประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพตนเองกับผู้ป่วยโรคเบาหวานคนอื่นๆ ในขณะที่มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจถึงวิธีการดูแลสุขภาพของตนเองได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ สอดคล้องกับการศึกษาของ ชาญชัย พิทยศักดิ์ (2547) ที่ทำการศึกษากิจกรรมของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนรับการรักษาที่ศูนย์สุขภาพชุมชน ตำบลลาดใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวอยู่ในระดับดี ร้อยละ (52.8) และจากการศึกษาของ สุนทรี สุรัตน์ กิตติ ศศิวิมลลักษณ์ เกวลี เครือจักร และ วิโรจน์ มงคลเทพ (2559) ที่พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในพื้นที่อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย มีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับดี (ค่าเฉลี่ย 3.79 , ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.50)

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง พบว่า ความรู้ด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $<.05$ ($r = .479$) ทั้งนี้อาจวิเคราะห์ได้ว่า หากผู้ป่วยมีการรับรู้ความสามารถของตนเองมาก ก็จะสามารถมีพฤติกรรมการปฏิบัติตนเกี่ยวกับโรคเบาหวาน เช่น การออกกำลังกายสม่ำเสมอ การรับประทานอาหารที่สมดุลกับสุขภาพ เป็นต้น สอดคล้องกับการศึกษาของ อ้อมใจ แต่เจริญวิริยะกุล และ กิตติยา ศิลาวงศ์สุวรรณภูมิ (2559) ที่พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตำบลทุ่งมน อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์ มีการรับรู้ด้านสุขภาพในระดับปานกลาง และการรับรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง เช่นเดียวกันกับการศึกษาของชนาธิป ศรีพรหม (2550) ที่พบว่า ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน การรับรู้ความรุนแรงของโรคเบาหวาน และการรับรู้ผลดีของการปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ มีความสัมพันธ์กับระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

สรุป (Conclusion)

โดยสรุป ผู้ป่วยโรคเบาหวานในเขตโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด มีระดับความรู้ด้านสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และมีระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าตัวแปรความรู้ด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง ดังนั้นการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและการส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้จึงเป็นสิ่งที่ท้าทายทีมสุขภาพในชุมชนที่จะช่วยให้ผู้ป่วยลดภาวะแทรกซ้อนของโรคและมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่มีความรู้ด้านสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ดังนั้นทีมสุขภาพจึงควรให้ความรู้แก่ประชาชนทั้งในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ให้มีความรู้ในการดูแลตนเองไม่ให้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน หรือความรู้ในการปฏิบัติตนที่

ถูกต้องเมื่อตนเองป่วยด้วยโรคเบาหวานเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน และสามารถถ่ายทอดความรู้ให้กับบุคคลอื่นได้

2. ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี ดังนั้นทีมสุขภาพควรส่งเสริมให้ครอบครัว ญาติ เครือข่าย ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในแต่ละชุมชน ได้มีบทบาทและมีส่วนร่วมในการวางแผนการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานในชุมชนของตนเอง และช่วยเป็นแรงสนับสนุนทางสังคม ที่คอยกระตุ้นเตือนให้กำลังใจ ให้คำปรึกษา แนะนำให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างต่อเนื่องถูกต้องเหมาะสมต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมหมาย คชนาม ที่ให้ข้อคิด คำแนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนงานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ขอขอบคุณนายยุทธกร เนตรถาวร ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำจั้นใหญ่ ตำบลบึงเกลือ อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด ที่เปิดโอกาสให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้หลักการทำวิจัยการศึกษาความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานซึ่งขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อในเขตรับผิดชอบ ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่สละเวลาในการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และสำคัญที่สุดคือขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่เสียสละเวลาและยินดีให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการวิจัยครั้งนี้

รายการอ้างอิง

- กฤษณา คำลอยฟ้า. (2554). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในคลินิกโรคเบาหวานโรงพยาบาลแก้งสนามนาง อำเภอแก้งสนามนาง จังหวัดนครราชสีมา. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา, 17(1), 17 – 30.
- คงฤทธิ วันจัญญ และคณะ (2556). ความรู้การรับรู้ความสามารถของตนเอง พฤติกรรมและสภาวะสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภท 2 ตำบลลำปาว อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 6(3), 130-139.
- คำรณ มุทะสิน. (2559). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน อำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา. *Journal of Rajanagarindra*, 13(29).
- ชนาธิป ศรีพรม. (2550). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสร้างเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.
- ชาญชัย พิทยศักดิ์. (2547). การพัฒนาความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ตำบลลาดใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาการบริหารสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

เพชรน้อย สิงห์ช้างชัย และคณะ. (2535). *วิจัยทางการแพทย์พยาบาล: หลักการและกระบวนการ*. พิมพ์ครั้งที่

2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อัลลายด์เพรส.

ศัลยา คงสมบูรณ์เวช. (2552). *อาหารกับการควบคุมเบาหวาน*. ใน รัชตะ รัชตะนาวิน และธิดา นิงสานนท์ (บก.), *ความรู้เรื่องเบาหวาน ฉบับสมบูรณ์* (หน้า 131- 163). กรุงเทพฯ: วิทย์พัฒน์.

สุนทรี สุรัตน์ กิตติ ศศิวิมลลักษณ์ เกวลี เครือจักร และ วิโรจน์ มงคลเทพ. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในพื้นที่อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย. *วารสารการพัฒนาศุมนชนและคุณภาพชีวิต*, 4(2): 297 – 307

สมบุญ วงศ์ธีรภัก. (2552). *โรคแทรกซ้อนของเบาหวาน*. ใน รัชตะ รัชตะนาวิน และธิดา นิงสานนท์ (บก.), *ความรู้เรื่องเบาหวาน ฉบับสมบูรณ์* (หน้า 43-48). กรุงเทพฯ: วิทย์พัฒน์

สุพัทธา ศีรวณิชชากร. (2560). สถานการณ์การป่วยและการตายด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (โรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 และโรคหัวใจและหลอดเลือด) ในประเทศไทย ในระยะ 5 ปี (2553-2557). *วารสารควบคุมโรค*, 43(4), 379-390.

สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดร้อยเอ็ด. (2559). *เอกสารถ่ายทอดนโยบาย แนวทางการดำเนินงานสาธารณสุข จังหวัดร้อยเอ็ด ปีงบประมาณ 2560*. ระบบคลังข้อมูลสุขภาพ จังหวัดร้อยเอ็ด.

อรุณี สมพันธ์ แสงทอง ธีระทองคำ นพวรรณ เปียชื่อ และสมนึก สกุลหงส์โสภณ. (2558). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานในผู้ที่ยังเสี่ยงต่อเบาหวาน. *รามาริบัติพยาบาลสาร*, 21(1), 96-109.

อ้อมใจ แต่เจริญวิริยะกุล และ กิตติยา ศิลาวงศ์ สุวรรณบุญ. (2559). การรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตำบลทุ่งมน อำเภอปรางสาท จังหวัดสุรินทร์. *วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ*, 9(2), 331 – 338.