

## ประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลเบญจลักษณ์เฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา

ประวิทย์ ไชยคุณ, พ.บ.<sup>1</sup>, พัสสุดา ไชยสัตย์, พย.บ.<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลเบญจลักษณ์เฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา วัตถุประสงค์ประเมินผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการทดลอง เป็นการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบหนึ่งกลุ่มเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง (one-groups pretest-posttest design) ประชากรในการศึกษาคือผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ได้รับการรักษาในโรงพยาบาลเบญจลักษณ์เฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา จำนวน 30 คน ระยะเวลาในการทดลองจำนวน 3 เดือน ในช่วงเดือนตุลาคม ถึง ธันวาคม 2567

ผลการศึกษา พบว่า เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมสุขภาพ หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 2.27 ; 95%CI : 1.76-2.78) น้ำหนัก หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 0.93 ; 95%CI : 0.48-1.38) รอบเอว หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 0.63 ; 95%CI : 0.37-0.90) ความรู้ หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 8.66 ; 95%CI : 7.92-9.40) Fasting Blood Sugar (FBS) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 4.27 ; 95%CI : 4.23-12.03) HbA1C หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 0.48 ; 95%CI : 0.36-0.59) Blood Urea Nitrogen (BUN) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 4.20 ; 95%CI : 2.80-5.59) Creatinine (Cr) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value 0.002; Mean Difference : 0.12 ; 95%CI : 0.05-0.19) Cholesterol หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 16.53 ; 95%CI : 11.79-21.27) Triglyceride (TG) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 22.43 ; 95%CI : 15.13-29.73) Low-density Lipoprotein (LDL) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p$ -value<0.001; Mean Difference : 14.53 ; 95%CI : 8.73-20.33)

ข้อเสนอจากผลการศึกษาดังนี้ โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลเบญจลักษณ์เฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ได้โดยใช้เวลา 3 เดือน ดังนั้นข้อเสนอแนะการพัฒนาโปรแกรมควรศึกษาในระยะเวลาที่ยาวขึ้น แต่เน้นการมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัว ชุมชน เพื่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน

**คำสำคัญ:** โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ, ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

<sup>1</sup> นายแพทย์ชำนาญการ โรงพยาบาลเบญจลักษณ์เฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา อำเภอเบญจลักษณ์ จังหวัดศรีสะเกษ

Email: prawitporawit@gmail.com

<sup>2</sup> พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลเบญจลักษณ์เฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา อำเภอเบญจลักษณ์ จังหวัดศรีสะเกษ

Email: Patsuda.kk15@gmail.com

## Effectiveness of a health promotion program on self-care behaviors to glycemic control in patients with type II diabetes, Benchalak Hospital

Prawit Chaiyakun, M.D.<sup>1</sup>, Patsuda Chaiyasat, B.N.S.<sup>2</sup>

### Abstract

Effectiveness of a health promotion program on self-care behaviors to glycemic control in patients with type II diabetes, Benchalak Hospital Objective: This study aimed to evaluate the effects of a health promotion program on the self-care behaviors of type 2 diabetic patients before and after the intervention. It employed a quasi-experimental research design using a one-group pretest-posttest approach. The study population consisted of 30 type 2 diabetic patients receiving treatment at Benjaluck Chaloe Phra Kiat 80th Birthday Anniversary Hospital over a 3-month period, from October to December 2024.

Findings: The results demonstrated statistically significant improvements in several parameters after participation in the program: Health Behavior Score: Increased significantly (p-value < 0.001; mean difference: 2.27; 95% CI: 1.76-2.78). Body Weight: Decreased significantly (p-value < 0.001; mean difference: 0.93; 95% CI: 0.48-1.38). Waist Circumference: Reduced significantly (p-value < 0.001; mean difference: 0.63; 95% CI: 0.37-0.90). Knowledge Score: Increased significantly (p-value < 0.001; mean difference: 8.66; 95% CI: 7.92-9.40). Fasting Blood Sugar (FBS): Decreased significantly (p-value < 0.001; mean difference: 4.27; 95% CI: 4.23-12.03). HbA1C: Reduced significantly (p-value < 0.001; mean difference: 0.48; 95% CI: 0.36-0.59). Blood Urea Nitrogen (BUN): Decreased significantly (p-value < 0.001; mean difference: 4.20; 95% CI: 2.80-5.59). Creatinine (Cr): Reduced significantly (p-value = 0.002; mean difference: 0.12; 95% CI: 0.05-0.19). Cholesterol: Decreased significantly (p-value < 0.001; mean difference: 16.53; 95% CI: 11.79-21.27). Triglycerides (TG): Decreased significantly (p-value < 0.001; mean difference: 22.43; 95% CI: 15.13-29.73). Low-Density Lipoprotein (LDL): Reduced significantly (p-value < 0.001; Mean Difference: 14.53; 95% CI: 8.73-20.33).

Recommendations: The health promotion program effectively improved the self-care behaviors of type 2 diabetic patients within 3 months. It is recommended to extend the study duration and emphasize the involvement of family members and the community to achieve sustainable development.

**Keyword:** health promotion program, patients with type II diabetes

---

<sup>1</sup> Medical Physician, Professional Level, Benchalak Hospital, Benchalak District, Sisaket Province,  
Email: prawitporawit@gmail.com

<sup>2</sup> Registered Nurse, Professional Level, Benchalak Hospital, Benchalak District, Sisaket Province,  
Email: Patsuda.kk15@gmail.com