

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง ตำบลเหนือคลอง อำเภอเหนือคลอง จังหวัดกระบี่

สุรกิจ สุทธิเกิด, วท.บ.¹

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียวทดสอบก่อนและหลังการทดลองนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ในพื้นที่หมู่ที่ 7 ตำบลเหนือคลอง อำเภอเหนือคลอง จังหวัดกระบี่ ที่ได้จากการสุ่มอย่างง่ายจำนวน 67 คน โดยให้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง 7 กิจกรรม เป็นระยะเวลา 21 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังให้โปรแกรมโดยใช้แบบสอบถามประกอบด้วย 1) ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง 2) การรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันและควบคุมโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง 3) พฤติกรรมป้องกันและควบคุมโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง และ 4) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพเบื้องต้น โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ 0.90, 0.95, 0.90 และ 0.95 ตามลำดับ รวมทั้งวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาและเปรียบเทียบความแตกต่างด้วย Paired t -test

ผลการวิจัย พบว่าภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างพลังของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง มีระดับคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนี้ (1) ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง มีระดับคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.88 [95% CI: (0.202, 0.706), (p<0.001)] (2) การรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันและควบคุมโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.36 [95% CI: (0.420, 0.661), (p<0.001)] (3) พฤติกรรมป้องกันและควบคุมโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเท่ากับ 0.82 [95% CI: (0.480, 1.099), (p<0.001)] (4) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพเบื้องต้น ได้แก่ 1) พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม มีระดับคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.78 [95% CI: (0.526, 0.889), (p<0.001)] 2) พฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.15 [95% CI: (0.433, 0.963), (p<0.001)] 3) พฤติกรรมด้านอารมณ์ มีระดับคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.09 [95% CI: (0.536, 0.901), (p<0.001)] สรุปได้ว่าโปรแกรมการเสริมสร้างพลังฯ สามารถเพิ่มความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงได้อย่างมีประสิทธิภาพในระดับชุมชน อย่างไรก็ตาม เพื่อยืนยันความเข้มแข็งเชิงสาเหตุและผลลัพธ์ทางคลินิก จำเป็นต้องพัฒนาการออกแบบงานวิจัยในอนาคต ในลักษณะของการกำหนดโปรแกรมเสริมพลังฯ ที่สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพในพื้นที่อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ: โปรแกรมการเสริมสร้างพลัง, โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูง

¹นักสาธารณสุขชำนาญการ, โรงพยาบาลเหนือคลอง จังหวัดกระบี่ ; Email : Surakit.boy@gmail.com

The effectiveness of developing an empowerment program for at-risk populations with diabetes and hypertension in Nuea Khlong Subdistrict, Nuea Khlong District, Krabi Province.

Surakit Sutthikoed, B.Sc.¹

Abstract

This quasi-experimental study, employing a one-group pretest-posttest design, aimed to evaluate the effectiveness of an empowerment program for individuals at risk of diabetes mellitus (DM) and hypertension (HT). The sample consisted of 67 at-risk individuals in Moo 7, Nuea Khlong Subdistrict, Nuea Khlong District, Krabi Province, selected through simple random sampling. The intervention involved an empowerment program comprising seven activities conducted over 21 weeks. Data were collected before and after the program using a questionnaire assessing four areas: 1) knowledge of DM and HT, 2) self-efficacy in disease prevention and control, 3) preventive and control behaviors, and 4) basic health care behaviors. The questionnaire demonstrated high reliability, with Cronbach's alpha coefficients of 0.80, 0.95, 0.90, and 0.95, respectively. Data were analyzed using descriptive statistics and the paired t-test.

The results revealed that after participating in the empowerment program, the mean scores for all variables significantly increased as follows: (1) knowledge of DM and HT increased by 0.88 [95% CI: (0.202, 0.706), $p < 0.001$]; (2) self-efficacy in disease prevention and control increased by 0.36 [95% CI: (0.420, 0.661), $p < 0.001$]; (3) disease prevention and control behaviors increased by 0.82 [95% CI: (0.480, 1.099), $p < 0.001$]; and (4) basic health care behaviors, including dietary and beverage consumption (increased by 0.78, 95% CI: 0.526–0.889, $p < 0.001$), physical exercise (increased by 1.15, 95% CI: 0.433–0.963, $p < 0.001$), and emotional regulation (increased by 1.09, 95% CI: 0.536–0.901, $p < 0.001$).

In conclusion, the empowerment program effectively enhanced knowledge, self-efficacy, and health behaviors among the at-risk group within the community. However, to confirm causal strength and clinical outcomes, future research should utilize more robust designs to ensure that empowerment programs remain contextually appropriate for local health issues.

Keywords: Empowerment Program, Diabetes, Hypertension

¹ Senior public health, Nuaklong Hospital, Krabi Province ; Email : Surakit.boy@gmail.com