

ผลของโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน
ที่มารับบริการในโรงพยาบาลปลาปาก อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนม

Effects of self-care programs for diabetic patients who received services at Pla Pak
Hospital, Pla Pak District, Nakhon Phanom Province.

(Received: April 8,2024 ; Revised: April 12,2024 ; Accepted: April 13,2024)

นภาพรณ ศรีวรชัย¹
Napaporn Sriworachai¹

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ที่มารับบริการในโรงพยาบาลปลาปาก อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนม การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบหนึ่งกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง วัดดูประสงค์เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ดำเนินการวิจัยโดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเบาหวานที่นอนในโรงพยาบาลปลาปากจำนวน 31 คน คัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวานและแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ได้แก่ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละ และสถิติทดสอบที

ผลการศึกษาพบว่า 1 ด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ก่อนพบมาก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ระดับพอใช้ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานอยู่ระดับดีซึ่งสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ด้านพฤติกรรมการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวาน ในกลุ่มทดลองก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการวิจัยพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการดูแลตนเองเป็นบางครั้ง หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานเป็นประจำ ตามสมมุติฐานว่าภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .05$

คำสำคัญ : โปรแกรมการดูแลตนเองเบื้องต้น ,ผู้ป่วยเบาหวาน

Abstract

Research on Effects of self-care programs for diabetic patients who received services at Pla Pak Hospital, Pla Pak District, Nakhon Phanom Province This research is a quasi-experimental research. One group measurement before and after the experiment. The objective was to compare the average knowledge and behavior scores for self-care of diabetic patients in the experimental group before and after participating in the diabetic patient self-care program. The research was conducted with a sample of 31 diabetic patients hospitalized, selected specifically. Participate in the self-care program for diabetic patients. Tools used to collect data Including general information questionnaires ,Diabetes knowledge questionnaire of diabetic patients and questionnaire on self-care behavior of diabetic patients. Analyze personal data of the sample group The data were analyzed using descriptive statistics, including means, standard deviations, percentages and t-test statistics.

The results of the study found that 1 Knowledge about diabetes It was found that before participating in the program, the experimental group had a fair level of knowledge scores after participating in the self-care program for diabetic patients in the experimental group. The average knowledge score of diabetic

¹ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลปลาปาก จังหวัดนครพนม

patients was at a good level, which was higher than before joining the program. Behavioral aspects of diabetic patients In the experimental group before joining the research program, it was found that before joining the program, the experimental group had self-care behaviors at times. After participating in the program, there is a habit of practicing self-care for diabetic patients regularly. According to the hypothesis that after participating in the self-care program of diabetic patients in the experimental group The self-care behavior of diabetic patients was higher than before joining the program with statistical significance at the $p < .05$ level.

Keywords: basic self-care program , diabetic patients

บทนำ

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อที่เป็นปัญหาสำคัญเนื่องจากเป็นโรคเรื้อรังที่บุคคลผู้เป็นโรคต้องมีการดูแลตนเอง และมีการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิต เพื่อ การ ควบคุม โรค และ ป้องกันภาวะแทรกซ้อน ซึ่งอาจก่อให้เกิดความพิการและเสียชีวิต อุบัติการณ์ของโรคเบาหวานทั่วโลกยังคงเพิ่มสูงขึ้นทุกปี จากรายงานสมาพันธ์เบาหวานนานาชาติ (International Diabetes Federation: IDF) ในปี พ.ศ. 2565 พบว่าทั่วโลกเป็นผู้ป่วยเบาหวาน 246 ล้านคน และคาดว่า ในปี พ.ศ. 2568 จะมีผู้ป่วยเบาหวาน 380 ล้านคน¹

จังหวัดนครพนม ในปี 2563-2565 พบอัตราป่วยเท่ากับ 781.03 , 712.32 และ 340.2 ต่อแสนประชากร โรงพยาบาลปลาปาก อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนม มีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนทั้งหมดในเขตพื้นที่อำเภอปลาปาก มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเช่นกันโดย ในปี พ.ศ. 2563 -2565 พบอัตราการป่วยด้วยโรคเบาหวานจำนวน 256.3, 350.9 และ 526.3 ต่อประชากรแสน ตามลำดับ จากสถิติรายงานการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลปลาปากพบว่าปีงบประมาณ 2563 -2565 มีผู้ป่วยเบาหวานขึ้นทะเบียนทั้งหมด จำนวน 1,952 คน 2,065 คน และ 2,758 คนตามลำดับ และอัตราการป่วยด้วยโรคเบาหวาน ที่เข้ารับการรักษาใน หอผู้ป่วยในของโรงพยาบาลปลาปาก พบเป็นอันดับ 2 ของจำนวนผู้ป่วยที่รับไว้ในโรงพยาบาล โดยในช่วง พ.ศ.2563 - 2565 เท่ากับ 52 คน ,71 คน และ 115 คน ตามลำดับ² ซึ่งมีแนวโน้ม เพิ่มขึ้นอย่าง

ต่อเนื่อง ซึ่งจากการสอบถามผู้ป่วยเบาหวานที่รับไว้รักษาในหอผู้ป่วยในโรงพยาบาลปลาปากส่วนใหญ่ มีความรู้สึกลำบากในการปรับเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิต เช่นการควบคุมอาหาร มีการปฏิบัติตัวที่ไม่ถูกต้อง ขาดการออกกำลังกาย การลืมรับประทานยา ต้มเครื่องต้มแอลกอฮอล์ เครื่องดื่มชูกำลัง รวมถึงการที่ไม่ไปตรวจตามแพทย์นัด อีกทั้งยังมีความวิตกกังวลกับความเจ็บป่วยที่เผชิญอยู่ การแก้ไขปัญหาที่ผ่านมา ที่ผ่านมารองพยาบาลปลาปากมีโครงการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวานพบว่าประสิทธิผลของ โครงการให้ความรู้ต่างๆ ประสบความสำเร็จ ในเรื่องการพัฒนา ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน แต่ไม่ประสบผลสำเร็จในเรื่องของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด^{3,4}

จากแนวคิดการดูแลตนเองของโอเร็ม Orem (1991)⁵ การดูแลตนเองที่ดีจะช่วยลดภาระรายจ่ายที่ต้องสูญเสียลง เพราะการควบคุมโรคเบาหวานได้นั้นจะช่วยลดอัตราและระยะเวลาการเกิดภาวะแทรกซ้อนทั้งชนิดเฉียบพลันและชนิดเรื้อรังลงได้ เป็นการประหยัดเงินที่จะต้องสูญเสียไปเพื่อใช้ในการรักษาบำบัดโรค ส่งผลดีต่อเศรษฐกิจของบุคคล ครอบครัว และสังคมอีกด้วย แต่จากการศึกษาส่วนใหญ่ยังคงพบว่า ผู้ป่วยยังคงดูแลตนเองได้ไม่ดีพอ มีการออกกำลังกาย ไม่สม่ำเสมอ รับประทานอาหารหวาน รับประทานอาหารจุกจิก และหยุดยาเองเป็นต้น ทำให้ควบคุมระดับน้ำตาลในกระแสเลือดได้ไม่ดี และทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆ เกิดขึ้น ทั้งนี้การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและแบบแผนการดำเนินชีวิต

เพื่อให้สอดคล้องกับภาวะโรค อาจมีภาวะเครียดด้านจิตใจ

การดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ส่วนใหญ่เป็นเรื่องของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นเบาหวาน โดยการการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมที่ให้กับผู้ที่เป็นเบาหวาน ได้แก่ การสอนอย่างมีแบบแผนโดยใช้กระบวนการกลุ่ม หรือการใช้โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อการดูแลตนเอง การพยาบาลระบบส่งเสริมและสนับสนุนให้ความรู้ และการใช้โปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพ เป็นต้น แต่ในการดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวานที่ผ่านมาพบว่า ผู้ป่วยมีโอกาสมีส่วนร่วมในการดูแลตนเองและรักษาน้อยมาก ส่วนใหญ่จะเป็นเจ้าหน้าที่ที่มึสุขภาพจะเป็นผู้ให้ การรักษา ให้คำแนะนำ แต่เพียงฝ่ายเดียว แต่เพียงฝ่ายเดียว ซึ่งพบว่าผู้ป่วยมีความรู้เกี่ยวกับกาโรคเบาหวานและการดูแลตนเองไม่เพียงพอในการปฏิบัติตัว ส่งผลทำให้ผู้ป่วยเกิดภาวะแทรกซ้อนขึ้น⁶

ดังนั้น ผู้ศึกษา จึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการในโรงพยาบาลปลาปาก อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนม การศึกษาวิจัยครั้งนี้จะนำไปสู่การพัฒนาวิธีการจัดกิจกรรมกับผู้ป่วยเบาหวานให้มีประสิทธิภาพ และการศึกษาครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมการดูแลสุขภาพตนเองในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experiment research) แบบหนึ่งกลุ่มวัดก่อน

และหลังการทดลอง (pretest-posttest one-group design) ในผู้ป่วยเบาหวาน ที่มารับบริการในหอผู้ป่วยในโรงพยาบาลปลาปาก อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนมในช่วง ตั้งแต่ 4 ธันวาคม 2566 - 4 มีนาคม 2567รวมระยะเวลา 3 เดือน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานที่นอนรักษาตัวในโรงพยาบาลปลาปาก

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานที่นอนรักษาตัวในโรงพยาบาลจำนวน 31 คน และมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือกอาสาสมัครวิจัยเข้าร่วมโครงการ (Inclusion criteria)

1. เป็นผู้ป่วยเบาหวาน ที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ ที่รับไว้เป็นผู้ป่วยใน โรงพยาบาลปลาปาก อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนม
2. เป็นผู้ที่ระดับการรู้สึกตัวดี และสามารถสื่อสารหรือตอบโต้ได้ด้วยภาษาไทย
3. สามารถช่วยเหลือตัวเองในการทำกิจวัตรประจำวันได้
4. ยินดีเข้าร่วมการวิจัย
5. ไม่มีอาการแทรกซ้อนใด ๆ ขณะสัมภาษณ์

เกณฑ์การแยกอาสาสมัครวิจัยออกจากโครงการ (Exclusion Criteria)

1. มีประวัติความบกพร่องด้านความจำ
2. ผู้ป่วยย้ายออกจากพื้นที่วิจัยในช่วงการเก็บข้อมูล
3. มีอาการไม่คงที่ หรือเจ็บป่วยด้วยภาวะฉุกเฉินที่ทำให้ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้ เช่น ระดับความรู้สึกตัวลดลงความดันโลหิตสูงวิกฤต ระดับน้ำตาลในเลือดสูงหรือต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน มีภาวะการเต้นของหัวใจผิดปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน 19 ข้อ

ให้ตอบข้อที่ถูกเพียงข้อเดียว เป็นการวัดความรู้เรื่องเกี่ยวกับ สาเหตุของการเกิดโรคเบาหวาน อาการและอาการแสดงของโรคเบาหวาน ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน และการรักษาโรคเบาหวาน เลือกคำตอบแบบถูก - ผิด โดยตอบถูกให้ 1 คะแนน ถ้าตอบผิด ให้ 0 คะแนน

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน 25 ข้อ ในด้านการรับประทานอาหาร ด้านการรับประทานยา ด้านการออกกำลังกาย และด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน ให้ตรงตามความเป็นจริงในการปฏิบัติตัวใน 1 สัปดาห์ ตามความถี่ แบ่งเกณฑ์พิจารณาในแต่ละข้อดังนี้คือ ข้อคำถามเชิงบวก ถ้าตอบปฏิบัติเป็นประจำ ให้คะแนน 3 คะแนน , ปฏิบัติเป็นบ่อยครั้ง ให้คะแนน 2 คะแนน , ปฏิบัติบางครั้ง ให้คะแนน 1 คะแนน และไม่เคยปฏิบัติให้คะแนน 0 คะแนน ส่วนข้อคำถามเชิงลบ ถ้าตอบปฏิบัติเป็นประจำ ให้คะแนน 0 คะแนน , ปฏิบัติเป็นบ่อยครั้ง ให้คะแนน 1 คะแนน , ปฏิบัติบางครั้ง ให้คะแนน 2 คะแนน และไม่เคยปฏิบัติให้คะแนน 3 คะแนน การตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นด้านพฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองปฏิบัติพบว่าเท่ากับ 0.73

วิธีการดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 เตรียมการทดลอง นัดประชุมผู้ช่วยดำเนินงานวิจัยเพื่อชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยแจ้งเกณฑ์การ

ขั้นตอนที่ 2 ดำเนินการในกลุ่มทดลองตามโปรแกรม ตามที่แสดงในตารางที่ 1 แผนจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

ขั้นตอนที่ 3 ประเมินผลการทดลอง ทำการเก็บข้อมูลรวบรวมข้อมูลหลังได้รับ โปรแกรม เพื่อวิเคราะห์ผลของโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อรายงานให้ผู้วิจัยทราบเพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ผลต่อไป

2. ดำเนินการสำรวจข้อมูลผู้ป่วย ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด สอบถามความสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน สมัครใจลงลายมือชื่อยินยอม

3. เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนแล้ว ชี้แจงการเข้าร่วมการศึกษาวิจัยให้ กลุ่มตัวอย่างได้รับทราบเกี่ยวกับรายละเอียดของโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

จริยธรรมการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำเสนอเค้าโครงวิจัยแก่จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครพนม เลขที่ REC 114/66 วันที่ 4 ธันวาคม 2566 จึงได้ดำเนินการศึกษาต่อ

ผลการวิจัย

การศึกษาผลของโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ที่มารับบริการในโรงพยาบาลปลาปาก อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนม ได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้กระบวนการทางสถิติ แบ่งออกเป็น 3 ส่วนได้แก่

1. ข้อมูลทั่วไป จำนวนกลุ่มทดลอง 31 คน ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 87.1, มีอายุน้อยกว่า 60 ปี มากถึงร้อยละ 45.2, สถานภาพคู่ร้อยละ 51.6 มีการศึกษาระดับประถมศึกษาร้อยละ 77.4, ประกอบอาชีพเกษตรกรร้อยละ 60.0, มีรายได้มากกว่า 5000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 54.8, ระยะเวลาของการเป็นโรคเบาหวาน ส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 11 - 14 ปี ร้อยละ 45.2

2. ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบคะแนนความรู้ของกลุ่มทดลองเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน การวิจัยพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้เรื่องสาเหตุของการเกิดโรคเบาหวานคะแนนความรู้อยู่ระดับพอใช้ (\bar{X} =

8.02 , S.D=3.21) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนความรู้ที่อยู่ในระดับดี (\bar{X} = 16.77 , S.D=5.68) , ความรู้เรื่องอาการและอาการแสดงของโรค ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนระดับพอใช้ (\bar{X} = 10.16 , S.D=3.38) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนความรู้ที่อยู่ในระดับดี (\bar{X} = 16.42 , S.D=4.97) , ความรู้เรื่องภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนระดับพอใช้ (\bar{X} = 10.41 , S.D=3.92) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนความรู้ที่อยู่ในระดับดี (\bar{X} = 16.53 , S.D=4.95) และความรู้เรื่องการบำบัดรักษา ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม มีคะแนนระดับพอใช้ (\bar{X} = 8.75, S.D=3.28) หลังเข้าร่วมโปรแกรม มีคะแนนความรู้ที่อยู่ในระดับดี (\bar{X} = 16.95 , S.D=5.84) ตามสมมติฐานว่าภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองจะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

3. พฤติกรรมการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบพฤติกรรมการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวาน ในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการวิจัยพบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีพฤติกรรม การปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการรับประทานอาหารเป็นบางครั้ง (\bar{X} = 9.77 , S.D=7.12) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการรับประทานอาหารเป็นประจำ (\bar{X} = 19.66 , S.D=3.48) , พฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการรับประทานยา ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมเป็นบางครั้ง (\bar{X} = 8.07 , S.D=3.54) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการรับประทานยาเป็นประจำ (\bar{X} = 13.7, S.D=3.45) , ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีพฤติกรรม

การปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการออกกำลังกายเป็นบางครั้ง (\bar{X} = 5.54 , S.D=2.69)

หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการออกกำลังกายเป็นประจำ (\bar{X} = 8.13 , S.D=1.56) , ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการป้องกันภาวะแทรกซ้อนเป็นบางครั้ง (\bar{X} = 13.0 , S.D=1.56) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองเรื่องการป้องกันภาวะแทรกซ้อนเป็นประจำ (\bar{X} = 19.06 , S.D=4.58)

ตามสมมติฐานว่าภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .05$

สรุปและอภิปรายผล

โปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ที่ได้จัดทำขึ้นนั้นประกอบด้วย แผนการสอนเรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และคู่มือในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งโปรแกรมนี้นี้ จะดำเนินการเมื่อกลุ่มตัวอย่างเข้ารับรักษาตัวในตึกผู้ป่วยใน วันที่ 1,2 และก่อนการจำหน่าย 1 วัน ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมจะมีการทำแบบประเมินเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและพฤติกรรมการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งแบ่งเป็น

2.1 ด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ก่อนพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ระดับพอใช้ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานอยู่ระดับดีซึ่งสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม สอดคล้องกับทฤษฎีการดูแลตนเอง ของโอเร็ม⁵ที่กล่าวว่าการดูแลตนเองจะประสบผล สำเร็จได้ บุคคลจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจ ตระหนักว่าสิ่งที่กระทำนั้นเหมาะสม มีประสิทธิภาพและมีผลลัพธ์ตามที่ต้องการ ดังนั้น จึงควรส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจถูกต้องเหมาะสมต่อไป ซึ่ง

สอดคล้องกับการศึกษาผลของการให้ความรู้โรคเบาหวานแก่ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นรายกลุ่มเทียบกับรายบุคคล ณ หน่วยบริการปฐมภูมิและคลินิกโรคเบาหวานโรงพยาบาลเชิงรายประชาชนนครราชสีมา⁷

2.2 ด้านพฤติกรรมกรรมการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวาน ในกลุ่มทดลองก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการวิจัยพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการดูแลตนเองเป็นบางครั้ง หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีพฤติกรรมกรรมการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานเป็นประจำ ตามสมมุติฐานว่าภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .05$ ⁸ ดังนั้นควรมีการให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเพื่อให้ผู้ป่วยตระหนักถึงการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมกับโรคจะช่วยให้สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคได้⁹

ข้อเสนอแนะ

เอกสารอ้างอิง

1. กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. “รายงานประจำปี 2565”. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <http://thaincd.com/document/file/download/paper-manual>. (26 May. 2020).
2. โรงพยาบาลปลาปาก. ข้อมูลจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวาน ประจำปีงบประมาณ 2565. นครพนม: งานควบคุมโรคไม่ติดต่อ, 2565.
3. Brandit, & Weinert, The relationship between social support and depression in adolescents. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 1985, 4.1: 20-24.
4. กฤษณา คำลอยฟ้า. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในคลินิกโรคเบาหวานโรงพยาบาลแก้งสนามนาง อำเภอแก้งสนามนาง จังหวัดนครราชสีมา. วารสารสุขภาพและการศึกษาพยาบาล Vol. 17 No. 1: มกราคม-มิถุนายน 2554.
5. Orem, D.E. (1991). *Nursing Concepts of Practice* (2nd ed). New York: Mc Grawbill. Book Company.
6. คณินนิต พาที. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลหนองพอก อำเภอหนองพอก จังหวัดร้อยเอ็ด. วารสาร รพ.นครพนม ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 กุมภาพันธ์ 14, 2561.
7. กีเร็น โชนัน, นลวันท์ เชื้อเมืองพาน, ภัทรี มณีรัตน์และอรทัย มหาวงศ์นันท์. (2560). ผลของการให้ความรู้โรคเบาหวานแก่ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นรายกลุ่มเทียบกับรายบุคคล ณ หน่วยบริการปฐมภูมิและคลินิกโรคเบาหวานโรงพยาบาลเชิงรายประชาชนนครราชสีมา. *เชิงรายเวชสาร*, 9(2), 21-22.

1. ควรนำโปรแกรมนี้ไปใช้กับผู้ป่วยเบาหวานที่รับการรักษาเป็นผู้ป่วยนอก และผู้ป่วยเบาหวานที่รับยาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และพยาบาลควรจัดโครงการหรือจัดกลุ่มอบรมเพื่อให้ความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวานเพื่อที่ผู้ป่วยเบาหวานจะได้รับความรู้สามารถนำไปดูแลตัวเองได้อย่างถูกต้องต่อไปทั้งในและนอกสถานบริการ

2. พยาบาลทำงานควรร่วมมือกับ สหวิชาชีพในการให้การดูแลผู้ป่วยเบาหวานแบบครบวงจร เป็นแบบองค์รวม

3. ควรมีการศึกษาวิจัยติดตามระดับ น้ำตาลในเลือดและระดับฮีโมโกลบินเอวันซีหลังจากที่ผู้ป่วยออกจากโรงพยาบาลไปแล้วเพื่อติดตามผลของโปรแกรมต่อค่าระดับน้ำตาลในเลือดและระดับฮีโมโกลบินเอวันซีของผู้ป่วยผู้ป่วยเบาหวาน

4. ควรมีการร่วมกับทีมวิจัยกับทีม สหวิชาชีพและแผนกที่รับผิดชอบ ในเรื่องของการส่งต่อผู้ป่วยเมื่อกลับไปอยู่ที่บ้านเพื่อให้การดูแลผู้ป่วยมีความต่อเนื่อง และมีความเชื่อมโยงในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

8. Pender, N. J. Health Promotion in Nursing Practice/Nola J. Pender, with a contribution by Albert R. Pender. 2nd ed. New York : Appleton & Lange,1987.
9. Cobb,S. (1976). Social support as moderate of Life stress. Phychosomatic Medicine.