

รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครองอำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

Model of care for type 2 diabetic patients to enter diabetes remission, Ban Na Champa Subdistrict Health Promotion Hospital, Don Chan District, Kalasin Province.

(Received: August 24,2025 ; Revised: August 27,2025 ; Accepted: August 29,2025)

ธวัชชัย ค่อมค้อ¹

Thawatchai Komkho¹

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi Experiment) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสถานการณ์การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ มีระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ระหว่างเดือน มิถุนายน 2568 ถึง กันยายน 2568 รวม 3 เดือน กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ระหว่างเดือน พฤษภาคม 2568 ถึง สิงหาคม 2568 รวม 4 เดือน จำนวน 48 ราย เก็บข้อมูลจากแบบสอบถามและการตรวจ HbA1C วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Dependent t – test

ผลการศึกษา พบว่า ภายหลังรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ หลังดำเนินการ พบว่า โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ยกเว้นด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับเหมาะสม การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ ภายหลังการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน มีค่าสูงกว่าก่อนการดำเนินการ และระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน ตีต่ำกว่าก่อนการดำเนินการ โดยมีค่า HbA1C เท่าเดิม จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0 และมีค่า HbA1C ลดลงจำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 75.0

คำสำคัญ: การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรคเบาหวานระยะสงบ

Abstract

This quasi-experimental study aimed to study the current state of care for type 2 diabetes patients and to study the care model for type 2 diabetes patients entering remission at Ban Kut Krong Subdistrict Health Promoting Hospital, Don Chan District, Kalasin Province. The study period was from June 2025 to September 2025 (3 months). The sample consisted of 48 type 2 diabetes patients who were admitted to Ban Kut Krong Subdistrict Health Promoting Hospital, Don Chan District, Kalasin Province, from May 2025 to August 2025 (4 months). Data were collected using questionnaires and HbA1C tests. Data were analyzed using content analysis, frequency, percentage, mean, standard deviation, and dependent t-test.

The study results revealed that after implementing the diabetes care model, the overall and individual health behaviors of type 2 diabetes patients at Ban Kut Krong Subdistrict Health Promoting Hospital, Don Chan District, Kalasin Province, were at a very appropriate level, with the exception of exercise, which was at an appropriate level. A comparison of the health behaviors of type 2 diabetes patients before and after the intervention revealed statistically significant differences at the 0.05 level. After the intervention,

¹โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครองอำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

the health behaviors of type 2 diabetes patients were higher than before the intervention. HbA1C levels of type 2 diabetes patients before and after the intervention were also statistically significant differences at the 0.05 level. After the intervention, the HbA1C levels of type 2 diabetes patients were better than before, with 12 patients (25.0%) maintaining their HbA1C levels and 36 patients (75.0%) decreasing their HbA1C levels.

Keywords: Type 2 diabetes care, remission diabetes

บทนำ

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เกี่ยวข้องกับความผิดปกติของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ส่งผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาว โดยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 (Type 2 Diabetes Mellitus) เป็นประเภทที่พบได้บ่อยที่สุดในผู้ใหญ่ สาเหตุส่วนใหญ่มาจากความต้านทานอินซูลินและการทำงานผิดปกติของเซลล์ตับอ่อน¹ จากรายงานขององค์การอนามัยโลก (WHO) พบว่าปัจจุบันผู้ป่วยเบาหวานทั่วโลกมีจำนวนสูงถึงกว่า 830 ล้านคน และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เนื่องจากปัจจัยด้านวิถีชีวิต เช่น อาหารที่มีแคลอรีสูง การขาดการออกกำลังกาย และอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ² โรคเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง ไตวายเรื้อรัง และภาวะแผลเรื้อรังบริเวณเท้า³ ส่งผลให้ภาระทางเศรษฐกิจของระบบสาธารณสุข และคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยลดลง สอดคล้องกับการศึกษาของ สมาคมเบาหวานนานาชาติ พบว่า ร้อยละ 77 ของผู้ป่วยโรคเบาหวานเคยประสบกับภาวะสุขภาพจิตเป็นผลจากโรคเบาหวานของตนเอง ร้อยละ 79 ของผู้ที่มีชีวิตอยู่กับโรคเบาหวานเคยประสบกับภาวะความเหนื่อยล้าจากการเผชิญโรคเบาหวาน (diabetes burnout) และร้อยละ 75 ของผู้ป่วยโรคเบาหวานต้องการการสนับสนุนด้านสุขภาพจิตและอารมณ์เพิ่มเติมจากผู้ให้บริการด้านสุขภาพของตนเอง⁴

สถานการณ์โรคเบาหวานในประเทศไทยยังคงน่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง โดยในปี 2025 พบว่าคนไทยประมาณ 1 ใน 10 คน หรือราว 6.5 ล้านคนป่วยด้วยโรคเบาหวาน และในจำนวนนี้ ส่วนใหญ่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สำคัญคือราว 40%

ของผู้ป่วยไม่ได้รับการวินิจฉัยว่าตนเองเป็นโรคเบาหวาน ซึ่งหมายถึงจำนวนผู้ป่วยที่แท้จริงอาจสูงกว่านี้อีกมาก จากแนวโน้มในระยะหลังจะพบว่าจำนวนผู้ป่วยใหม่เพิ่มขึ้นเฉลี่ยปีละราว 300,000 คน ข้อมูลทางระบาดวิทยาระบุว่าอุบัติการณ์โรคเบาหวานในประชากรไทยต่อเนื่องสูงขึ้นทุกปี และคาดว่าในอนาคตก็ยังคงเพิ่มสูงต่อเนื่อง ผลกระทบด้านลบของโรคเบาหวานในประเทศไทยคือ การสูญเสียสุขภาพและชีวิตจากภาวะแทรกซ้อนร้ายแรง เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง ไตวาย ตาบอด รวมถึงภาวะทุพพลภาพถาวร โรคเบาหวานสร้างภาระค่าใช้จ่ายมหาศาลทั้งของบุคคล ครอบครัวและระบบสาธารณสุข นำไปสู่ค่าใช้จ่ายรักษาพยาบาล การสูญเสียรายได้จากการขาดงานและการดูแลผู้ป่วย อีกทั้งยังเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรในกลุ่มคนวัยแรงงาน ซึ่งกลายเป็นปัญหาสำคัญของสังคมและเศรษฐกิจไทย⁵

การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในปัจจุบันมีทั้งแนวทางการรักษาด้วยยา การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ การจัดทีมสหสาขาวิชาชีพ และการติดตามประเมินผลอย่างใกล้ชิด รูปแบบสำคัญคือ การให้ความรู้เกี่ยวกับโรค การลดน้ำหนักและการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง ร่วมกับการควบคุมอาหารและการใช้ยาเมตฟอร์มินหรือสารลดน้ำตาลในเลือดอย่างเหมาะสม การดูแลผู้ป่วยเบาหวานให้เข้าสู่ระยะสงบ (Diabetes Remission) เป็นการดูแลที่มุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เช่น การลดน้ำหนักอย่างเข้มงวด การควบคุมอาหารโดยลดคาร์โบไฮเดรตและไขมันที่ไม่เหมาะสม รวมถึงการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อช่วยให้ระดับ

น้ำตาลในเลือดลดลงจนไม่ต้องพึ่งพายาอย่างต่อเนื่อง โดยต้องติดตามผลการรักษาอย่างใกล้ชิด ด้วยการตรวจระดับน้ำตาลสะสม (HbA1c) และมีทีมสหสาขาวิชาชีพให้การดูแลอย่างครบถ้วน การดูแลแบบนี้เน้นให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการจัดการโรค ร่วมกับการสนับสนุนทางสุขภาพจิตและแรงจูงใจ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและความยั่งยืนของการรักษาในระยะยาว ซึ่งเป็นแนวทางสำคัญที่กรมควบคุมโรคและหน่วยงานสาธารณสุขไทยส่งเสริมให้ใช้ในการควบคุมโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อย่างมีประสิทธิภาพและลดภาระโรคในชุมชน²

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) คือหน่วยงานสาธารณสุขระดับปฐมภูมิในชุมชน มีหน้าที่ให้บริการสาธารณสุขแบบองค์รวม โดยเน้นการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค รักษาพยาบาลเบื้องต้น และฟื้นฟูสมรรถภาพแก่ประชาชนในพื้นที่ ตลอดจนร่วมมือกับองค์กรท้องถิ่นและชุมชน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมีบทบาทสำคัญในการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เนื่องจากเป็นจุดเชื่อมโยงสำคัญในการดูแลระยะยาว ผู้ป่วยจะได้รับการติดตามดูแลสุขภาพแบบต่อเนื่องในระดับชุมชน รวมทั้งส่งเสริมให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เช่น การเลือกบริโภคอาหารอย่างถูกหลัก การกระตุ้นให้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ให้ความรู้เรื่องการควบคุมอารมณ์และลดความเครียด โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลยังมีหน้าที่คัดกรองโรคเบาหวาน ประเมินภาวะแทรกซ้อน ให้การส่งต่อกรณีจำเป็น และดำเนินกิจกรรมสุขภาพร่วมกับภาคีในชุมชน จึงเป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมโรคและเข้าสู่ระยะสงบได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน จากสถานการณ์ดังกล่าว ผู้ศึกษาจึงได้ทำการศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ เพื่อสร้างแนวทางการดูแลที่เหมาะสมกับบริบทชุมชน เพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

ให้สามารถเข้าสู่ภาวะโรคสงบ ลดผลกระทบจากภาวะแทรกซ้อน และยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนในพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์งานวิจัย

1. เพื่อศึกษาศาสนการณ์การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์
2. เพื่อศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์
3. เพื่อศึกษาผลของรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบงานวิจัย

การศึกษา รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi Experiment) มีระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ระหว่างเดือน มิถุนายน 2568 ถึง กันยายน 2568 รวม 3 เดือน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ อายุไม่เกิน 60 ปี และป่วยไม่เกิน 10 ปี ระหว่างเดือน พฤษภาคม 2568 ถึง สิงหาคม 2568 รวม 4 เดือน จำนวน 48 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้เกณฑ์ ดังนี้

เกณฑ์ในการคัดเข้า (Inclusion Criteria)

1. ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็น โรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 (Type 2 Diabetes Mellitus) และขึ้นทะเบียนรักษาต่อเนื่องที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

2. มีระยะเวลาป่วย ไม่เกิน 10 ปี นับจากวันที่ได้รับการวินิจฉัย

3. สามารถสื่อสารและสามารถทำความเข้าใจแบบสอบถามหรือคำชี้แจงได้

4. ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยสมัครใจ

เกณฑ์ในการคัดออก (Exclusion Criteria)

1. มีประวัติหรือกำลังป่วยด้วย โรคทางร่างกายหรือจิตใจรุนแรง ที่อาจรบกวนการเข้าร่วมโครงการ เช่น โรคเมะเร็งระยะลุกลาม ภาวะหัวใจล้มเหลวรุนแรง โรคจิตเภท

2. มีภาวะแทรกซ้อนรุนแรงจากโรคเบาหวาน (เช่น ไตวายระยะสุดท้าย ตาบอดจากเบาหวาน แผลเบาหวานเรื้อรังขั้นรุนแรง) ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อการปฏิบัติกิจกรรมในโครงการ

3. เป็น หลิงตั้งครรภ์หรืออยู่ในช่วงให้นมบุตร

4. ไม่ได้อยู่ในพื้นที่ หรือไม่สามารถเข้าร่วมการติดตามหรือกิจกรรมการวิจัยครบตามที่กำหนด

5. ไม่ยินยอม เข้าร่วมการวิจัย หรือขอถอนตัวระหว่างการศึกษ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ได้แก่ รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ โดยที่กิจกรรม/ขั้นตอนของรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ประกอบด้วย การวิเคราะห์สถานการณ์การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 การกำหนดรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 การดำเนินการตามรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

ชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ และการสรุปผลการดำเนินการตามรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นแบบ rating scale 5 ระดับ มีเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

ประจำ หมายถึง มีการปฏิบัติเป็น

ประจำ(ทุกวัน) เท่ากับ 5 คะแนน

บ่อยครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัติบ่อยครั้ง

(3 – 6 วันต่อสัปดาห์) เท่ากับ 4 คะแนน

บางครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัติบางครั้ง

(4 – 6 วันต่อสัปดาห์) เท่ากับ 3 คะแนน

นานๆครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัตินานๆ

ครั้ง (1 – 2 วันต่อสัปดาห์) เท่ากับ 2 คะแนน

ไม่ทำเลย หมายถึง ไม่ทำเลย เท่ากับ 1

คะแนน

มีเกณฑ์ในการแปลผลคะแนน ดังนี้⁶

คะแนนเฉลี่ย แปลผล

4.21 – 5.00 มีพฤติกรรม อยู่ใน

ระดับเหมาะสมมาก

3.41 – 4.20 มีพฤติกรรม อยู่ในระดับ

เหมาะสม

2.61 – 3.40 มีพฤติกรรม อยู่ในระดับพอใช้

1.81 – 2.60 มีพฤติกรรม อยู่ในระดับต้อง

ปรับปรุง

1.00 - 1.80 มีพฤติกรรม อยู่ในระดับไม่

เหมาะสม

การตรวจคุณภาพเครื่องมือ ผู้ ศี ก ษ า ได้ดำเนินการตรวจสอบเพื่อทดสอบความตรง (Validity) โดยนำแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเองให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบและแก้ไข 3 ท่าน (IOC) แล้วปรับแก้ทั้งในด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้เพื่อให้ได้แบบสอบถามที่มีเนื้อหาและข้อความที่ชัดเจน นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จและแก้ไขความถูกต้องจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว นำไปทดลอง

คุณภาพของเครื่องมือ (Try Out) โดยการนำไปทดลองใช้กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อทดสอบความเข้าใจในการทำแบบสอบถาม จากนั้นนำข้อมูลไปวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach method)

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

การศึกษา รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ประกอบด้วย

1. การวิเคราะห์สถานการณ์การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
2. การกำหนดรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์
3. การดำเนินการตามรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์
4. การสรุปผลการดำเนินการตามรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) ในการวิเคราะห์ รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์
2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

2.1 สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

2.2 สถิติอนุมานในการวิเคราะห์ข้อมูล Dependent t – test ในการเปรียบเทียบความรอบรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และระดับน้ำตาลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังดำเนินการ

จริยธรรมการวิจัย

งานวิจัยนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกาฬสินธุ์

ผลการวิจัย

1. พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครองอำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ก่อนดำเนินการ พบว่า โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับต้องปรับปรุง หลังดำเนินการ พบว่า โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ยกเว้นด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับเหมาะสม

2. รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครองอำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ประกอบด้วย แนวคิดรูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ แนวคิดเรื่องอาหาร แนวคิดเรื่องการนอน แนวคิดเรื่องการออกกำลังกาย และแนวคิดการจัดการความเครียด

3. การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน มีค่าสูงกว่าก่อนการดำเนินการ (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน
(Dependent t – test)

ตัวแปร	ก่อน		หลัง		df	t	p-value	95%CI	
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.				lower	Upper
ด้านการบริโภคอาหาร	2.46	0.44	4.57	0.28	47	-24.512	.000	-2.27404	-1.92908
ด้านการออกกำลังกาย	2.41	0.61	4.43	0.43	47	-16.028	.000	-2.26861	-1.76264
การผ่อนคลาย ความเครียด	2.39	0.49	4.69	0.29	47	-24.632	.000	-2.48334	-2.10832
ด้านการกินยาและพบ แพทย์	2.47	0.52	4.54	0.34	47	-20.645	.000	-2.27491	-1.87092
การนอนอย่างมีคุณภาพ	2.30	0.34	4.52	0.27	47	-29.992	.000	-2.37313	-2.07478
รวม	2.41	0.36	4.55	0.23	47	-28.226	.000	-2.29464	-1.98932

4. ระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงานพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ตารางที่ 2) โดยที่ภายหลังการดำเนินงานระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วย

เบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน ดีวก่อนการดำเนินการ โดยมีค่า HbA1C เท่าเดิม จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0 และมีค่า HbA1C ลดลง จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 75.0

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน
(Dependent t – test)

ตัวแปร	ก่อน		หลัง		df	t	p-value	95%CI	
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.				lower	upper
HbA1C	9.97	1.63	9.38	1.59	47	6.884	.000	.42172	.76995

สรุปและอภิปรายผล

จากการศึกษา พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครองอำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ก่อนดำเนินการ พบว่า โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับต้องปรับปรุง สอดคล้องกันกับการศึกษาของ ชัยญ์นิฐ์ วงศ์อุดมทอง และคณะ⁷ ได้ศึกษาผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตผู้ป่วยเบาหวานมุ่งสู่โรคเบาหวานระยะสงบ ศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลโพธิ์ชัย จังหวัดหนองคาย ผลการวิจัยพบว่า ก่อนการดำเนินโครงการ ผู้ป่วยเบาหวานมีค่าเฉลี่ยของค่าน้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1C) เท่ากับ 8.52 ค่าน้ำตาลในเลือดขณะอดอาหาร (FBS) เท่ากับ 146 mg% คะแนนความรู้

เกี่ยวกับโรคเบาหวานส่วนใหญ่คะแนนระดับปานกลาง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการจัดทำรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครองอำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ซึ่งประกอบด้วย แนวคิดรูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ แนวคิดเรื่องอาหาร แนวคิดเรื่องการนอน แนวคิดเรื่องการออกกำลังกาย และแนวคิดการจัดการความเครียด โดยผู้วิจัยได้ประยุกต์จาก คู่มือการดูแลสุขภาพตามหลัก 3อ. 2ส.สำหรับแกนนำสุขภาพ^{8,9} ร่วมกับแนวทางการดำเนินงาน การดูแลผู้ป่วยเบาหวานให้เข้าสู่ระยะสงบ ส่งผลให้ พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

ตำบลบ้านกุดครองอำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ หลังดำเนินการ โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ยกเว้นด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับเหมาะสม และพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน มีค่าสูงกว่าก่อนการดำเนินการ สอดคล้องกันกับการศึกษาของ สันติ โพธิ์ทอง, ประเสริฐ เล็กสรรเสริญ¹⁰ ได้ศึกษาการพัฒนาแนวทางส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ จังหวัดนนทบุรี พบว่า ภายหลังการพัฒนาแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมฯ กลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ย ด้านความรู้ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย สูงกว่าก่อนการพัฒนาแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมฯ และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.001$) ค่าเฉลี่ยน้ำตาลสะสม 2 ชั่วโมงลด และเส้นรอบเอว ลดลงต่ำกว่าก่อนการพัฒนาแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.001$) และลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.001$, $P<0.05$ และ $P<0.05$ ตามลำดับ) และทำให้ ระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน ต่ำกว่าก่อนการดำเนินการ โดยมีค่า HbA1C เท่าเดิม จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0 และมีค่า HbA1C ลดลง จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 75.0 สอดคล้องกันกับการศึกษาของ อธิวัฒน์ สกุลมานนท์, ประวิช ขุนนิคม¹¹ ได้ศึกษาการพัฒนาแบบ การดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่ระยะสงบ: กรณีศึกษา โรงพยาบาลชุมชนแห่งหนึ่งใน จังหวัดกระบี่ มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนารูปแบบ

การดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่ระยะสงบของ โรงพยาบาลชุมชนแห่งหนึ่งใน จังหวัดกระบี่ โดยประยุกต์จากแนวทางการดูแลของ ราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย ดำเนินการ 3 ขั้นตอน คือ 1) การศึกษาสถานการณ์ 2) การพัฒนารูปแบบ และ 3) การประเมินผล กลุ่มผู้ให้ข้อมูล 31 คน ประกอบด้วย กลุ่มผู้ป่วย 20 คน และ ผู้ปฏิบัติงานใน โรงพยาบาล 11 คน ได้แก่ แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว พยาบาลวิชาชีพ ผู้ช่วยเภสัชกรคนไข้ นักวิชาการสาธารณสุข โภชนากร แพทย์แผนไทย นักกายภาพบำบัด ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่ระยะสงบ ประกอบด้วย 3 ระยะ 8 องค์ประกอบ คือ ระยะที่ 1 ระยะเตรียมเข้าสู่โรงเรียนเบาหวาน (2 องค์ประกอบ) เน้นการเตรียมความพร้อมผู้ป่วย เพื่อเข้าสู่โรงเรียนเบาหวาน ระยะที่ 2 ระยะเข้าสู่การดูแลผู้ป่วยให้เข้าสู่ระยะสงบ (4 องค์ประกอบ) โดยให้การดูแลผู้ป่วยเป็น รายกรณีเพื่อสนับสนุน การเข้าสู่ระยะสงบ และระยะที่ 3 ระยะประเมินผล การดำเนินการ ในผู้ป่วย (2 องค์ประกอบ) โดยประเมินผลการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ก่อน-หลัง จากค่าระดับน้ำตาลเฉลี่ยสะสม (HbA1c) ซึ่งพบว่าผู้ป่วยที่ได้รับการ ดูแลมีค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ลดลง 0.72 (95% CI: 0.31-1.12) อย่างมี นัยสำคัญ ทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากการศึกษาพบว่า หลังดำเนินการ พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุดครอง อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ หลังดำเนินการ โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก และ พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

โดยที่ภายหลังการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงานมีค่าสูงกว่าก่อนการดำเนินการ จึงควรส่งเสริมให้ดำเนินการจัดทำรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ ซึ่งประกอบด้วย แนวคิดรูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ แนวคิดเรื่องอาหาร แนวคิดเรื่อง

การนอน แนวคิดเรื่องการออกกำลังกาย และแนวคิดการจัดการความเครียด

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในระยะยาวต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Goyal R, Singhal M, Jialal I. Type 2 Diabetes. [Updated 2023 Jun 23]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK513253/>
2. World Health Organization (WHO). (2024). Diabetes. [Online] https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_13. Katherine McDermott, Michael Fang, Andrew J.M. Boulton, Elizabeth Selvin, Caitlin W. Hicks; Etiology, Epidemiology, and Disparities in the Burden of Diabetic Foot Ulcers. Diabetes Care 2 January 2023; 46 (1): 209–221. <https://doi.org/10.2337/dci22-0043>
4. International Diabetes Federation (IDF).(2024). Annual Report 2024.
5. Hfocus. (2024). “สมศักดิ์” รมว.รงค.วันเบาหวานโลก 2567 ชี้คนไทยป่วย 6.5 ล้าน ... เข้าถึงได้จาก <https://www.hfocus.org/content/2024/11/32233>
6. Best, J.W. (1991). Research in education (8th ed.). New Delhi: V. k. Batra at Peart officer Prees.
7. ชัญญ์ณัฐ วงศ์อุดมทอง สุภาพร สุวรรณวงษ์ อิศริณ อินทวิเชียร ขวัญกัลยา ปุณนา.(2567). ผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตผู้ป่วยเบาหวานมุ่งสู่โรคเบาหวานระยะสงบ ศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลโพธิ์ชัย จังหวัดหนองคาย. วารสารอนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขภาพชุมชน. 9(4). 595-605
8. กองสุศึกษา.(2564). คู่มือการดูแลสุขภาพตามหลัก 3อ.2ส.สำหรับแกนนำสุขภาพ. กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.
9. ชณัญญา เรืองสุทธิภาพ.(2567). ประสิทธิภาพของการดูแลผู้ป่วยเบาหวานให้เข้าสู่ระยะสงบ อำเภอพิบูลมังสาหาร. วารสารสิ่งแวดล้อมศึกษาการแพทย์และสุขภาพ. 9(2). 323-30
10. สันติ โพธิ์ทอง, ประเสริฐ เล็กสรเสรี.(2567). การพัฒนาแนวทางส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ จังหวัดนนทบุรี. วารสารสหศาสตร์. 24(2). 32-45
11. ธีรวัฒน์ สกฤตมานนท์, ประวิช ขุนนิคม,(2567). การพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่ระยะสงบ: กรณีศึกษา โรงพยาบาลชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดกระบี่. Health Science Journal of Thailand. 7(1). 30-39