

รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน 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)

ครรชิต ศรีบรรเทา¹

Kanchit Sribantao¹

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experiment) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสถานการณ์การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ มีระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ระหว่างเดือน มิถุนายน 2568 ถึง กันยายน 2568 รวม 3 เดือน กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่ ระหว่างเดือน พฤษภาคม 2568 ถึง สิงหาคม 2568 รวม 4 เดือน จำนวน 60 คน เก็บข้อมูลจากแบบสอบถามและการตรวจ HbA1C วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Dependent t – test

ผลการศึกษา พบว่า ภายหลังรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ยกเว้นด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับเหมาะสม การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน มีค่าสูงกว่าก่อนการดำเนินการ และระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน ตีต่ำกว่าก่อนการดำเนินการ โดยมีค่า HbA1C เท่าเดิม จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 21.7 และมีค่า HbA1C ลดลงจำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 78.3

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 Na Champa 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 60 type 2 diabetes patients who were admitted to Ban Na Champa Subdistrict Health Promoting Hospital, Don Chan District, Kalasin Province, between May 2025 and August 2025 (4 months). Data were collected through 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 a remission care model for type 2 diabetes patients at Ban Na Champa Subdistrict Health Promoting Hospital, Don Chan District, Kalasin Province, the overall and individual health behaviors of type 2 diabetes patients were at a very appropriate level, except for 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, the health behaviors of type 2 diabetes patients were higher than before the intervention.

¹ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

Furthermore, the HbA1C levels of type 2 diabetes patients before and after the intervention were statistically significantly different at the 0.05 level. After the intervention, the HbA1C levels of type 2 diabetes patients after the intervention were better than before, with 13 patients (21.7%) maintaining their HbA1C levels and 47 patients (78.3%) decreasing their HbA1C levels.

Keywords: Care of patients with type 2 diabetes, diabetes in remission

บทนำ

โรคเบาหวานเป็นหนึ่งในโรคเรื้อรังที่สำคัญที่สุดของสาธารณสุขโลก โดยองค์การอนามัยโลก (WHO) รายงานว่าในปี 2022 ทั่วโลกมีผู้ป่วยเบาหวานมากกว่า 800 ล้านคน โดยร้อยละ 90 เป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2¹ จากสถิติดังกล่าวพบว่า อัตราผู้ป่วยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเกือบสองเท่าเมื่อเทียบกับปี 2010 สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต สภาพแวดล้อม และพฤติกรรมสุขภาพ โรคเบาหวานไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อตรงต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยในด้านสุขภาพกายและจิตใจ หากแต่ยังเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดภาวะแทรกซ้อนเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง เส้นประสาทเสื่อม และไตวาย อันส่งผลให้เกิดความสูญเสียทั้งทรัพยากรทางเศรษฐกิจและศักยภาพกำลังแรงงาน ทั้งนี้ประเทศไทยได้ปานกลางและต่ำจะได้รับผลกระทบมากเป็นพิเศษ เนื่องจากอัตราการเข้าถึงการดูแลรักษาที่มีคุณภาพยังน้อยกว่าครึ่งและการตั้งรับภาระโรคของประเทศยังมีข้อจำกัด¹

สำหรับประเทศไทย โรคเบาหวานมีความรุนแรงและมีแนวโน้มสูงขึ้น โดยในปี 2567 พบผู้ป่วยเบาหวานมากกว่า 6.5 ล้านคน คิดเป็นประมาณร้อยละ 10 ของประชากรผู้ใหญ่ (กรมควบคุมโรค, 2024) ส่วนใหญ่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 และที่น่ากังวลคือกว่าร้อยละ 40 ไม่รู้ว่าตนเองป่วย ทำให้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสม อันนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญ เช่น โรคไตเรื้อรังซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของผู้ป่วยฟอกไตในประเทศไทย โรคหัวใจและหลอดเลือด ตาบอด เท้าแผลเรื้อรัง รวมถึงการพิการอันเป็นภาระสำคัญที่กระทบต่อคุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจของประเทศ^{2,3} สถานการณ์ดังกล่าวเป็นสัญญาณเตือนด้าน

สาธารณสุขที่จำเป็นต้องเร่งพัฒนาแนวทางและระบบการดูแลผู้ป่วยในทุกระดับ

การจัดการโรคเบาหวานโดยมุ่งสู่เป้าหมายระยะสงบ (diabetes remission) เป็นแนวคิดใหม่ที่ได้รับการสนับสนุนทั้งจากองค์การอนามัยโลก และกรมควบคุมโรค เน้นการแทรกแซงแบบองค์รวมด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เช่น การควบคุมอาหาร ลดน้ำหนัก ออกกำลังกาย และติดตามดูแลอย่างใกล้ชิด⁴ การศึกษาในหลายประเทศ รวมถึงในประเทศไทย ระบุว่าหากผู้ป่วยสามารถลดน้ำหนักได้อย่างน้อยร้อยละ 10 ของน้ำหนักตัวเดิม สามารถนำไปสู่ภาวะเบาหวานระยะสงบได้สูงสุดถึงร้อยละ 46 และลดอัตราการเข้ารักษาหรือความเสี่ยงเกิดภาวะแทรกซ้อนได้อย่างมีนัยสำคัญ สอดคล้องกับการศึกษาของ เดือนเพ็ญ เคียนบุ้น และคณะ⁵ ได้ศึกษาการพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเข้มงวด เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ ผลการศึกษาพบว่าผลการเปรียบเทียบสภาวะสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดชุมพร ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกัน โดย น้ำหนักตัว ดัชนีมวลกาย ระดับน้ำตาล ระดับน้ำตาลสะสม มีค่าคะแนนเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากหลักฐานดังกล่าว พบว่าการขับเคลื่อนแนวทางนี้ช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิต ลดต้นทุนสุขภาพและภาระของระบบสาธารณสุขอย่างมีประสิทธิภาพ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ มีบทบาทสำคัญในฐานะหน่วยงานปฐมภูมิที่อยู่ใกล้ชิดและเข้าใจชุมชน ทำหน้าที่คัดกรอง ส่งเสริมสุขภาพ ติดตามและฟื้นฟูผู้ป่วยเบาหวานอย่างต่อเนื่อง

อย่างไรก็ตาม ในทางปฏิบัติยังพบปัญหาหลายด้าน เช่น พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยยังไม่เหมาะสม ความต่อเนื่องในการรับบริการ ประสิทธิภาพการประเมินผลสุขภาพ ตลอดจนความขาดแคลนทรัพยากรและบุคลากรเฉพาะทาง นอกจากนี้ การดำเนินแนวทางการดูแลแบบสหวิชาชีพและเชื่อมโยงเครือข่ายสุขภาพในชุมชนยังมีข้อจำกัดไม่สามารถขับเคลื่อนได้ทั่วถึง

ดังนั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ผลการศึกษานี้จะช่วยให้ได้แนวทางที่เหมาะสมและเป็นมาตรฐานสำหรับท้องถิ่น ทั้งในด้านการวิเคราะห์สถานการณ์ กำหนดรูปแบบการบริการ การดำเนินการและประเมินผล เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิต ลดอัตราภาวะแทรกซ้อน ตลอดจนลดภาระค่าใช้จ่ายต่อระบบสุขภาพ สะท้อนถึงนโยบายสาธารณะด้านสุขภาพที่ยั่งยืน และตอบสนองต่อสิ่งที่ชุมชนต้องการอย่างแท้จริง

วัตถุประสงค์งานวิจัย

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์
2. เพื่อศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์
3. เพื่อศึกษาผลของรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

วิธีการวิจัย

รูปแบบงานวิจัย

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

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ อายุไม่เกิน 60 ปี และป่วยไม่เกิน 10 ปี ระหว่างเดือน พฤษภาคม 2568 ถึง สิงหาคม 2568 รวม 4 เดือน จำนวน 60 คน กำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง โดยใช้เกณฑ์ดังนี้

เกณฑ์ในการคัดเข้า (Inclusion Criteria)

1. ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 (Type 2 Diabetes Mellitus) โดยแพทย์หรือบุคลากรทางการแพทย์
2. ผู้ป่วยที่ขึ้นทะเบียนรักษาที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ อย่างน้อย 6 เดือน
3. ค่า HbA1c 7–9% (อยู่ในเกณฑ์ที่ยังสามารถควบคุมได้และเหมาะกับการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต/การดูแล)
4. ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และ ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอม (Informed Consent)
5. สามารถสื่อสารภาษาไทยได้ และพร้อมเข้าร่วมกิจกรรมการดูแลตามรูปแบบการวิจัยครบถ้วน

เกณฑ์ในการคัดออก (Exclusion Criteria)

1. ผู้ป่วยที่เป็น เบาหวานชนิดที่ 1 หรือ เบาหวานขณะตั้งครรภ์
2. ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง เช่น โรคไตระยะสุดท้าย,

โรคหัวใจขาดเลือดรุนแรง, โรคหลอดเลือดสมอง
ระยะเฉียบพลัน

3. ผู้ป่วยที่มี โรคร่วมที่รุนแรง เช่น มะเร็ง,
โรคตับแข็ง, วัณโรคระยะแพร่กระจาย

4. ผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือจิตใจ
ที่ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตามโปรแกรมการดูแลได้
(เช่น พิการรุนแรง, สภาวะสมองเสื่อม)

5. หญิงตั้งครรภ์หรือให้นมบุตร

6. ผู้ป่วยที่ไม่สามารถมาร่วมกิจกรรมการ
ดูแลได้ครบตามเกณฑ์ หรือไม่สะดวกติดตามผล

7. ผู้ที่ไม่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ได้แก่
รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่
โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริม
สุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัด
กาฬสินธุ์ โดยที่กิจกรรม/ขั้นตอนของรูปแบบการ
ดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่
โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริม
สุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัด
กาฬสินธุ์ ประกอบด้วย การวิเคราะห์สถานการณ์
การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 การกำหนด
รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 การ
ดำเนินการตามรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ และการ
สรุปผลการดำเนินการตามรูปแบบการดูแลผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา
อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2 เป็นแบบ rating scale 5 ระดับ
มีเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

ประจำ หมายถึง มีการปฏิบัติเป็นประจำ
(ทุกวัน) เท่ากับ 5 คะแนน

บ่อยครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัติบ่อยครั้ง (3
- 6 วันต่อสัปดาห์) เท่ากับ 4 คะแนน

บางครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัติบางครั้ง (4
- 6 วันต่อสัปดาห์) เท่ากับ 3 คะแนน

นานๆครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัตินานๆครั้ง
(1 - 2 วันต่อสัปดาห์) เท่ากับ 2 คะแนน

ไม่ทำเลย หมายถึง ไม่ทำเลย เท่ากับ 1
คะแนน

มีเกณฑ์ในการแปลผลคะแนน ดังนี้⁶

คะแนนเฉลี่ย แปลผล

4.21 - 5.00 มีพฤติกรรม อยู่ในระดับ
เหมาะสมมาก

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 ตรวจสอบเพื่อ
ทดสอบความตรง (Validity) โดยนำแบบสอบถาม
ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเองให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจ
และแก้ไข 3 ท่าน (IOC) นำแบบสอบถามที่สร้าง
เสร็จและแก้ไขความถูกต้องจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว
นำไปทดลองคุณภาพของเครื่องมือ (Try Out) โดย
การนำไปทดลองใช้กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่ม
ตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อทดสอบความเข้าใจใน
การทำแบบสอบถาม จากนั้นนำข้อมูลไปวิเคราะห์
หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้ค่า
สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach
method) มีค่าเท่ากับ .896

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

การศึกษา รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา
อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ประกอบด้วย

1. การวิเคราะห์สถานการณ์การดูแลผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2

2. การกำหนดรูปแบบการดูแลผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา
อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

3. การดำเนินการตามรูปแบบการดูแล
ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวาน
ระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้าน
นาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์

4. การสรุปผลการดำเนินการตามรูปแบบ
การดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่
โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริม
สุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัด
กาฬสินธุ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยการ
วิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) ในการ
วิเคราะห์ รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาล
ส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน
จังหวัดกาฬสินธุ์

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

2.1 สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิง
พรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วน
เบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการวิเคราะห์พฤติกรรม
สุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

2.2 สถิติอนุมานในการวิเคราะห์ข้อมูล
Dependent t – test ในการเปรียบเทียบความ
รอบรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2 และระดับน้ำตาลผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังดำเนินการ

จริยธรรมการวิจัย

งานวิจัยนี้ได้รับการพิจารณาจริยธรรมการ
วิจัย จากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกาฬสินธุ์

ผลการวิจัย

1. พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนา
จำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ก่อน
ดำเนินการ พบว่า โดยรวมและรายด้าน อยู่ใน
ระดับพอใช้ หลังดำเนินการ พบว่า โดยรวมและ
รายด้าน อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ยกเว้นด้านการ
ออกกำลังกาย อยู่ในระดับเหมาะสม

2. รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาล
ส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน
จังหวัดกาฬสินธุ์ ประกอบด้วย แนวคิดรูปแบบการ
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ แนวคิดเรื่องอาหาร
แนวคิดเรื่องการนอน แนวคิดเรื่องการออกกำลังกาย
และแนวคิดการจัดการความเครียด

3. การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของ
ผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการ
ดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการ
ดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน มีค่าสูงกว่าก่อนการ
ดำเนินการ

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
การบริโภคอาหาร	2.72	0.45	4.35	0.33	59	-18.274	.000	-1.79138	-1.43779
การออกกำลังกาย	2.71	0.69	4.18	0.40	59	-12.866	.000	-1.69958	-1.24209
การผ่อนคลายความเครียด	2.62	0.52	4.53	0.43	59	-17.368	.000	-2.06686	-1.63981
การกินยาและพบแพทย์	2.78	0.54	4.38	0.35	59	-16.298	.000	-1.76370	-1.37797
การนอนอย่างมีคุณภาพ	2.65	0.41	4.28	0.22	59	-22.674	.000	-1.75934	-1.47400
รวม	2.70	0.37	4.34	0.25	59	-23.005	.000	-1.76661	-1.48389

4. ระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ตารางที่ 2)

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	9.57	1.71	8.95	1.67	59	8.519	.000	.47947	.77387

สรุปและอภิปรายผล

จากการศึกษา พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ก่อนดำเนินการ พบว่า โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับพอใช้ สอดคล้องกันกับการศึกษาของ พัทธินันท์ ทวีพิเศษ⁷ ได้ศึกษารูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตโรงพยาบาลห้วยผึ้ง จังหวัดกาฬสินธุ์ ผลการศึกษาพบว่า ปี 2565 พบว่า Fasting blood sugar (FBS) ปกติ ร้อยละ 20.90 และ HemoglobinA1C (HbA1c) ปกติ ร้อยละ 29.12 ปี 2566 Fasting blood sugar (FBS) ปกติ ร้อยละ 50.68 และ HemoglobinA1C (HbA1c) ปกติ ร้อยละ 55.01 พฤติกรรมการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตโรงพยาบาลห้วยผึ้ง จังหวัดกาฬสินธุ์ ปี 2565 ก่อนการดำเนินงานโดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับพอใช้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการจัดทำรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ ซึ่งประกอบด้วย แนวคิดรูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ แนวคิดเรื่องอาหาร แนวคิดเรื่องการนอน แนวคิดเรื่องการออกกำลังกาย และแนวคิดการจัดการความเครียด โดยผู้วิจัยได้ประยุกต์จาก คู่มือการดูแลสุขภาพตามหลัก 3อ.2ส. สำหรับแกนนำสุขภาพ ของ กองสุศึกษา กรม

สนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข⁸ และแนวทางการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบด้วยการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มงวด ของราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย⁹ ส่งผลให้พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ หลังดำเนินการ โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ยกเว้นด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับเหมาะสม และพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน มีค่าสูงกว่าก่อนการดำเนินการ สอดคล้องกันกับการศึกษาของ ฌกานต์ชญาณ์ นววิชรินทร์ และคณะ¹⁰ ได้ศึกษาการพัฒนาแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มงวด เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลชุมชน จังหวัดชุมพร ผลการศึกษาพบว่า ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลหลังอดอาหารเช้า ระดับน้ำตาลในเลือดสะสมและดัชนีมวลกาย ก่อนและหลังการพัฒนาแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มงวด เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดชุมพร พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ $p < .05$

โดยหลังพัฒนามีค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลหลังอดอาหาร ระดับน้ำตาลในเลือดสะสม และดัชนีมวลกายลดลง ทั้งนี้ บุคลากรผู้ใช้รูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่พัฒนานี้มีความพึงพอใจในภาพรวมมากถึง ร้อยละ 91.60 ทำให้ระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินงานระดับน้ำตาล HbA1C ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน ดีวก่อนการดำเนินการ โดยมีค่า HbA1C เท่าเดิม จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 21.7 และมีค่า HbA1C ลดลง จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 78.3 สอดคล้องกันกับการศึกษาของเดือนเพ็ญ เคียนบุ้น และคณะ¹¹ ได้ศึกษาการพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเข้มงวด เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดชุมพร ผลการศึกษาพบว่า ก่อนดำเนินการ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 77.37 อายุเฉลี่ย 56.01 ± 9.80 BMI ผิดปกติ ร้อยละ 100.00 FBS เกินร้อยละ 77.4 และ A1C เกิน 77.4 รับประทานยา MFM ร้อยละ 97.08 Glipizide ร้อยละ 62.04 pioglitazone ร้อยละ 7.29 หลังการดำเนินการ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ BMI ผิดปกติ ร้อยละ 97.1 FBS เกินร้อยละ 59.5 และ A1C เกิน 32.1 รับประทานยา MFM ร้อยละ 81.38 Glipizide ร้อยละ 50.36 pioglitazone ร้อยละ 5.10 ลดขนาดยา ร้อยละ 25.18 และหยุดยา ร้อยละ 5.83 ผลการเปรียบเทียบสภาวะสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริม

สุขภาพตำบล จังหวัดชุมพร ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกัน โดย น้ำหนักตัว ดัชนีมวลกาย ระดับน้ำตาล ระดับน้ำตาลสะสม มีค่าคะแนนเฉลี่ยลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากการศึกษาพบว่า หลังดำเนินการพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาจำปา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์ หลังดำเนินการโดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก และพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการดำเนินงาน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่ภายหลังการดำเนินการพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการดำเนินงาน มีค่าสูงกว่าก่อนการดำเนินการ จึงควรส่งเสริมให้ดำเนินการจัดทำรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ ซึ่งประกอบด้วย แนวคิดรูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ แนวคิดเรื่องอาหาร แนวคิดเรื่องการนอน แนวคิดเรื่องการออกกำลังกาย และแนวคิดการจัดการความเครียด

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในระยะยาวต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. International Diabetes Federation.(2025). IDF Diabetes Atlas, 11th edn. Brussels, Belgium: 2025. Available at: <https://diabetesatlas.org>.
2. กรมควบคุมโรค. (2024). สถานการณ์โรคเบาหวานในประเทศไทย. สืบค้นจาก <https://www.hfocus.org/content/2024/11/32367>
3. Hfocus. (2024). กรมควบคุมโรคเผยคนไทยป่วยเบาหวานกว่า 6.5 ล้านคน. สืบค้นจาก <https://www.hfocus.org/content/2024/11/32367>

4. Lean, M. E. J., Leslie, W. S., Barnes, A. C., Brosnahan, N., Thom, G., McCombie, L., ... & Taylor, R. (2019). Durability of a primary care-led weight-management intervention for remission of type 2 diabetes: 2-year results of the DiRECT open-label, cluster-randomised trial. *Lancet Diabetes Endocrinol*, 7(5), 344-355.
5. เดือนเพ็ญ เคียนบุ้น พงษ์เอียร พันธพิพัฒน์ไพบูลย์ ภูมิธพัฒน์ มายุศิริ ฅกานต์ชญาน์ นววัชรินทร์.(2567). การพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเข้มงวด เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดชุมพร. *วารสารอนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขภาพชุมชน*. 9(6). 540-50
6. Best, J.W. (1991). *Research in education* (8th ed.). New Delhi: V. k. Batra at Peart officer Prees.
7. พัชรินทร์ ทวีพิเศษ.(2566) รูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตโรงพยาบาลห้วยผึ้ง จังหวัดกาฬสินธุ์. *วารสารสุขภาพและสิ่งแวดล้อมศึกษา*. 8(4) 893-99
8. กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.(2556). การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยชุมชน.
9. ราชวิทยาลัยแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวแห่งประเทศไทย.(2565). แนวทางการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ให้เข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบด้วยการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มงวดสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ และสาธารณสุข.-- กรุงเทพฯ: พีพี มีเดีย ดีไซน์ แอนด์ พรินท์. 2565.
10. ฅกานต์ชญาน์ นววัชรินทร์ ภูมิธพัฒน์ มายุศิริ เดือนเพ็ญ เคียนบุ้น พนัฒดา นักดนตรี.(2567). การพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มงวด เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลชุมชน จังหวัดชุมพร. *วารสารอนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขภาพชุมชน*. 9(4). 298-307
11. เดือนเพ็ญ เคียนบุ้น พงษ์เอียร พันธพิพัฒน์ไพบูลย์ ภูมิธพัฒน์ มายุศิริ ฅกานต์ชญาน์ นววัชรินทร์.(2567). การพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเข้มงวด เพื่อเข้าสู่โรคเบาหวานระยะสงบ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดชุมพร. *วารสารอนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขภาพชุมชน*. 9(6). 540-50