1. **ชื่องานวิจัย** ผลการเข้าค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่อระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มารับบริการที่ รพ. สต.หนองอิเฒ่า ตำบลหนองอิเฒ่า อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์

**2. ชื่อผู้วิจัย**   
 - นางอัญชิษฐา มูลศรี   
 - หน่วยงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนองอิเฒ่า

- ปีที่จัดทำ 2560

**3. หลักการและเหตุผล**

การพัฒนาทางด้านเทคโนโลยี การเปลี่ยนแปลงทางด้านสิ่งแวดล้อม สังคม และวัฒนธรรม เป็นผลทำให้พฤติกรรมและแบบแผนการดำเนินชีวิตของประชาชนเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรมทางด้านการบริโภคได้เปลี่ยนแปลงไป ประชาชนนิยมบริโภคอาหารสำเร็จรูปหรืออาหารจานด่วนมากขึ้น ขาดการออกกำลังกายที่เหมาะสม ประกอบกับความเจริญก้าวหน้าทางด้านสาธารณสุขได้ส่งผลให้อายุเฉลี่ยของประชาชนยืนยาวขึ้น อัตราการเกิดโรคติดเชื้อลดน้อยลง แต่อัตราการเกิดโรคไม่ติดเชื้อ โรคเรื้อรังและโรคที่เกิดจากพฤติกรรมเพิ่มมากขึ้น ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน เป็นต้น

โรคเบาหวาน เป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญปัญหาหนึ่งในทุกประเทศทั่วโลก เนื่องจากเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้และสามารถถ่ายทอดได้ทางกรรมพันธุ์ (เกษม เผียดสูงเนิน,2552) แม้โรคเบาหวานจะเป็นโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หายขาด แต่สามารถควบคุมโรคได้ถ้าผู้ป่วยมีการดูแลตนเองที่ดีอย่างต่อเนื่องในด้านการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยาและการดูแลสุขภาพอนามัยของร่างกาย และการดูแลเท้า การจัดการความเครียด อันจะส่งผลให้ผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ (จุฬา อาจวิชัย,2550)

การดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวาน จากอดีตที่ผู้ป่วยไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลหรือคลินิกแพทย์ และมารับบริการตามนัดหมายที่แพทย์สั่ง ทำให้การขาดความต่อเนื่องในการรักษา จึงทำให้เกิดการแทรกซ้อนของโรคเบาหวานและการให้การรักษาไม่ได้ผลเท่าที่ควร จึงทำให้เกิดภาระแก่ผู้ดูแลในครอบครัวและเป็นปัญหาในการให้การรักษา แต่จากการดำเนินงานโครงการประกันสุขภาพถ้วนหน้าปี พ.ศ. 2544 ได้มีการจัดสรรงบประมาณตามรายหัวประชากร จึงได้มีการส่งผู้ป่วยเบาหวานที่มีผลระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในระดับปกติที่สามารถควบคุมได้ ไปรับบริการในสถานบริการใกล้บ้านใกล้ใจ โดยมีเป้าหมายสำคัญคือ ผู้ป่วยสามารถควบคุมโรคได้ ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน เพราะการรับบริการที่ รพ.สต.ใกล้บ้าน ผู้ป่วยจะได้สะดวกในการเข้ารับการรักษา จะทำให้ผู้ป่วยเกิดความไว้วางใจกล้าซักถามปัญหาของตนเอง จะส่งผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วย (จุฬา อาจวิชัย,2550)

สถานการณ์โรคเบาหวาน ในประเทศไทย พบว่า โรคเบาหวานในประชากรอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.9 ใน พ.ศ. 2552 เป็นร้อยละ 8.9 ใน พ.ศ. 2557 และความชุกของภาวะอ้วนในประชากรอายุตั้งแต่ 18 ปี ขึ้นไป เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 34.7 ใน พ.ศ. 2552 เป็นร้อยละ 37.5 ใน พ.ศ. 2557 (สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ,2559) ส่วนร้อยละของการเสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของประเทศไทยมากเป็นอันดับสองในภูมิภาค เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ รองจากมัลดีฟส์ จากสถิติพบว่าประมาณร้อยละ 71 ของการเสียชีวิตทั้งหมด เกิดจากโรคไม่ ติดต่อเรื้อรัง (รูปที่ 3) นอกจากนี้ ยังพบว่าอัตราการนอนโรงพยาบาลจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังยังมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น(19) จากการคาดการณ์สถานการณ์ในปี พ.ศ. 2553 พบว่า มีผู้เสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังประมาณ 400,000 คน และประมาณร้อยละ 29 ของการเสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเกิดในผู้ป่วยอายุน้อยกว่า 60 ปี (สถาบันวิจัยและประเมินเทคโนโลยีทางการแพทย์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข)

จากการสอบถามและการสังเกตจากผลการรักษาที่ผู้ป่วยมารับบริการ พบว่าสาเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยควบคุมน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดี เกิดจาก การที่ผู้ป่วยลืมรับประทานยา การปรับยาทานเอง การปฏิบัติตัวไม่ถูกต้องในเรื่องการควบคุมอาหาร การขาดการออกกำลังกาย มีภาวะเครียด รวมทั้งการขาดคนดูแลใกล้ชิด โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ศึกษาย้อนหลังเชิงพรรณนาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อระดับน้ำตาลในเลือดสูงในผู้ป่วยเบาหวาน ที่ขึ้นทะเบียนและรับการรักษาในคลินิกเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองอิเฒ่า เพื่อนำข้อมูลมาเป็นแนวทางในการบริหารจัดการ การให้บริการ ควบคุม ดูแลรักษาโรคเบาหวาน โดยมุ่งหมายให้การดูแลรักษาเบาหวานมีคุณภาพและประสิทธิผลที่ดี สามารถลดปัญหาต่างๆ ที่เกิดต่อไป

**4. วัตถุประสงค์**  
 1.เพื่อเปรียบเทียบค่าระดับน้ำตาลในเลือด (ก่อน-หลัง) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

2.เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่ง

อินซูลินทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มารับบริการที่ รพ.สต.หนองอิเฒ่า

**5. กลุ่มเป้าหมาย**

กลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มารับบริการที่ รพ.สต. หนองอิเฒ่า จำนวน 80 คน

**6.เครื่องมือ**

แบบสัมภาษณ์ผลการเข้าค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่อระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิด

ไม่พึ่งอินซูลินทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่มารับบริการที่ รพ.สต.หนองอิเฒ่า แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

**ส่วนที่ 1** แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส บุคคลที่จะดูแลและช่วยเหลือในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

**ส่วนที่ 2** แบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินพฤติกรรมการรักษาระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน

**7. ขั้นตอนการดำเนินงาน**

1. การประเมินพฤติกรรมของผู้ป่วยเบาหวาน ผู้วิจัยเก็บข้อมูลผู้ป่วยเบาหวานทุกคนโดยผู้วิจัยร่วมกับเจ้าหน้าที่ที่ให้การดูแลผู้ป่วยเบาหวาน เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเบาหวาน และญาติตามแบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวานที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

2. การวัดการเปลี่ยนแปลงระดับน้ำตาลในเลือด เพื่อประเมินผลการควบคุมระดับน้ำตาลในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานทั้งก่อนและหลังการทดลอง โดยจะเก็บข้อมูลผลของการตรวจระดับน้ำตาลในเลือดจากสมุดประจำตัวผู้ป่วยเบาหวานก่อนการทดลอง 3 เดือน 3 ครั้งหาค่าเฉลี่ย และหลังการทดลองเดือนที่ 1-3 รวม 3 ครั้งหาค่าเฉลี่ย

4. ประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลสำเร็จรูป

**การวิเคราะห์ข้อมูล**

การศึกษาครั้งนี้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติดังต่อไปนี้

1. แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ นำมาวิเคราะห์โดยแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังทดลองภายในกลุ่มทดลองและภายในกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยค่าสถิติ Paired t- test

3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยค่าสถิติ Independent t-test

4. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของระดับน้ำตาลในเลือดระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยค่าสถิติ Independent t-test