**ชื่อเรื่อง** ผลการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานหลังปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคลีนิครสจืดของผู้ป่วยเบาหวาน ในเขต รพ.สต.บ้านแก

**ชื่อผู้วิจัย** โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแก

***บทนำและความสำคัญ***

 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแก ตำบลอิตื้อ อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์ เปิดให้บริการคลีนิคผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน เปิดให้บริการใน พ.ศ. 2553 มีผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนและมารับยาที่คลีนิคเรื้อรังโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแกในปีงบประมาณ 2559 จำนวน 70 ราย ซึ่งพบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้จากผลการเจาะเลือดประจำปี (A1C > 10 ) จำนาน 30 คน (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแก. 2559) จึงได้เล็งเห็นความสำคัญของผู้ป่วยที่มารับบริการในคลินิกเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลและจึงได้เข้าประเมิน สอบถามผู้ป่วยโรคที่เข้ารับบริการในคลินิกในปีงบประมาณ 2559 พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ส่วนใหญ่มีการรับประทานอาหารรสหวาน มัน เค็ม และในรายที่ไม่สามารควบคุมระดับน้ำตาลได้มีการส่งต่อให้ทีมงาน NCD การดูและผู้ป่วยโรคเรื้อรังโรงพยาบาลยางตลาดดูแลให้คำแนะนำปรึกษาและรับยาที่โรงพยาบาลยางตลาดจนกว่าจะสามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้ดีได้และส่งกลับมารับยาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแก ดังนั้น ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคลีนิครสจืดของผู้ป่วยเบาหวาน ในเขตโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบ้านแก ตำบลอิตื้อ อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์ เป็นการส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยการรับประทานอาหารรสจืดโดยมีการรับประทานอาหารทุกครั้งที่มีคลีนิค และวันจันทร์ พุธ ศุกร์ ของแต่ละสัปดาห์โดยมี อสม.ที่มีบริเวณใกล้เคียงกันเป็นผู้บันทึกพฤติกรรมการรับประทานอาหารรสจืด และเพื่อเป็นประโยชน์เพื่อให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่โรงพยาบาลชุมชนยางตลาด โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแก และชุมชน ร่วมกันหาแนวทางป้องกัน และแก้ไขปัญหา สาเหตุที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และยังเป็นการหาแนวทางส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อย่างยั่งยืนต่อไป

***วัตถุประสงค์***

1.เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคลีนิคพาข้าวรสจืดของผู้ป่วยเบาหวาน ในเขต รพ.สต.บ้านแก ตำบลอิตื้อ อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์

**วิธีการศึกษา**

 **สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล**

 การวิเคราะห์ข้อมูลแสดงลักษณะข้อมูลลักษณะทางประชากรของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ได้แก่ จำนวน ร้อยละ (Percent) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation

**ขันตอนดำเนินการ**

**ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ (Plan)**

 1.ประชุมชี้แจงภาคีเครือข่ายระดับตำบล

 1.2 จัดทำคำสั่งคณะทำงาน

1.3 สำรวจข้อมูลรายชื่อกลุ่มเป้าหมาย

1.4 ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

**ขั้นตอนที่ 2 ขั้นลงมือทำ (Do)**

2.2 อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานพาข้าวรสจืด

2.3 จัดตั้งชมรมคลีนิคพาข้าวรสจืด

**ขั้นตอนที่ 3 ขั้นการตรวจสอบงาน(Check)**

3.1 ติดตามผลการดำเนินงานการร่วมคลีนิคพาข้าวรสจืด

 3.2 สรุปผลการประเมิน/ประเด็นปัญหา

**ขั้นตอนที่ 4 การปรับปรุงแก้ไขงานให้ดีขึ้น(Action)**

4.1 จัดให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

**การอภิปรายผล/วิจารณ์ผล**

 การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาสำรวจi (Survey Study) ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแก ตำบลอิตื้อ อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์ หลังจากเข้าร่วมคลินิกรสจืด จำนวน 30 คน จากการศึกษา ผู้ศึกษาได้สรุปผลการศึกษาออกเป็นประเด็น ดังนี้

 1.1[สรุปผลการศึกษา

 1.2[อภิปรายผลการศึกษา

 1.3[ข้อเสนอแนะ