**ศึกษาผลของกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวานตามหลักสูตรแพทย์วิถีธรรม**

**ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงอุดม ตำบลคำบง อำเภอห้วยผึ้ง**

**หลักการและเหตุผล**

ในปัจจุบันปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญคือปัญหาผู้ป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ และโรคเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง นับวันจะมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งโรคเรื้อรังดังกล่าว โดยเฉพาะโรคเบาหวาน ก่อให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพ มีการประมาณการทางสถิติว่า ทั่วโลกมีผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นเบาหวานประมาณ 125 ล้านคน และมีอัตราการเพิ่มของผู้ป่วยทุกปี และในการศึกษาสถานการณ์และธรรมชาติวิทยาของโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงในประชากร พบว่าภาพรวมของประเทศ พบประชากรไทยมีแนวโน้มการตายและป่วยจากโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงเพิ่มสูงขึ้นใน 13 ปีขึ้นไป มากกว่าหนึ่งล้านเก้าแสนคน และมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของความชุกและจำนวนผู้เป็นเบาหวานสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว นอกจากนั้นยังพบว่า เมื่ออายุสูงขึ้น มีโอกาสเป็นเบาหวานได้ง่าย เมื่อเป็นโรคเบาหวานระยะเวลาหนึ่งแล้วจะเกิดโรคแทรกซ้อนทาง ตา ไต หัวใจ ระบบประสาท แผลเรื้อรัง เป็นต้น

จากผลการดำเนินงานรักษาพยาบาลและคัดกรองค้นหาผู้ป่วยเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านดงอุดม ได้จัดทำโครงการ ส่งเสริมสุขภาพ โดยให้บริการตรวจคัดกรอง เพื่อค้นหาโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงเบื้องต้น พบว่ามีผู้ป่วยรายใหม่และผู้มีภาวะเสี่ยงสูงจำนวนมาก โดยเฉพาะปีงบประมาณ 2559 พบผู้ป่วยรายใหม่ในชุมชนถึง 4 ราย คิดเป็นอัตราป่วยรายใหม่ต่อแสนประชากร 99.47 ต่อแสนประชากร และปัจจุบันแม้ว่าการรักษาโรคเบาหวานในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขมีการให้บริการเชิงรุกถึงระดับชุมชนโดยพยาบาลเวชปฏิบัติ และติดตามดูแลฟื้นฟู การให้ความรู้ เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน และการส่งเสริมสุขภาพทั้งทางกาย จิต และสังคม ภายหลังการรักษา แต่ก็ยังพบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวาน /ความดันโลหิตสูงยังมีภาวะแทรกที่ยังไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในช่วงมาตรฐานได้ และยังมีภาวะแทรกซ้อนต่อการทำงานของไต เพิ่มมากขึ้น และในปีงบประมาณ 2560 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงอุดมได้จัดทำชุมชนต้นแบบในการดูแลผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยหลักสูตรแพทย์วิถีธรรม ซึ่งได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคำบง ซึ่งหลักสูตรแพทย์วิถีธรรมเป็นหลักสูตรที่มีผู้นำมาใช้ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังในหลายกลุ่ม ซึ่งกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยจะเน้นให้ผู้ป่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ส่งผลกระทบในเชิงลบต่อสุขภาพของผู้ป่วยเองให้เปลี่ยนพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น ซึ่งมีทั้งการให้สุขศึกษาการจัดทำค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันโรค และลดภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยให้มีสภาวะสุขภาพที่ดีขึ้น ส่วนหลักสูตรแพทย์วิถีธรรมเป็นหลักสูตรหนึ่งที่มีกระบวนการที่เข้มข้นหลายขั้นตอนและการนำมาปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย สามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริงแก่ผู้ป่วย เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชน และส่งผลกระทบกับผู้ป่วยอย่างไร

ดังนั้น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านดงอุดม ตำบลคำบง อำเภอห้วยผึ้ง จังหวัด

กาฬสินธุ์ จึงมีแนวคิดที่จะศึกษาผลกระทบตามหลักสูตรแพทย์วิถีธรรมที่นำมาใช้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อนำหลักสูตรดังกล่าวมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของชุมชน และวิถีชีวิตของชุมชนต่อไป

**วัตถุประสงค์**

1.เพื่อศึกษาผลของการนำกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลักสูตรแพทย์วิถีธรรมมาใช้กับผู้ป่วยเบาหวาน

**ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ**

1.ผู้ป่วยเบาหวานสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและสามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

2.นำแนวคิดทฤษฎีแพทย์วิถีธรรมมาปรับใช้ในพื้นที่ให้สอดคล้องเหมาะสมกับบริบทของชุมชนและพื้นที่และผู้ป่วยเบาหวานตลอดจนผู้ป่วยโรคเรื้อรังกลุ่มอื่น

3.มีหลักสูตรการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานที่เหมาะสมกับบริบทและวิถีชีวิตชุมชน

**กิจกรรม**

1. สำรวจและกำหนดกลุ่มเป้าหมายที่จะเข้าค่ายปรับเปลี่ยนตามหลักสูตรแพทย์วิถีธรรม

2.จัดทำทะเบียนประวัติข้อมูลสุขภาพผู้เข้าร่วมกิจกรรมค่ายปรับเปลี่ยนเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานก่อน

เข้าค่าย

3.คัดเลือกกลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้เข้าร่วมกิจกรรมค่าย

ตรวจวัดระดับน้ำตาลด้วยการเจาะ DTX เพื่อเป็นข้อมูลเปรียบเทียบก่อนเข้าร่วมค่ายปรับเปลี่ยน

ตามหลักสูตรแพทย์วิถีธรรม

4.เก็บข้อมูลระดับความรู้และทัศนคติกลุ่มเป้าหมายก่อนเข้าร่วมขบวนการกิจกรรมค่ายวิถีธรรม

5.จัดทำค่ายปรับเปลี่ยนตามหลักสูตรแพทย์วิถีธรรมระยะเวลา 3 วัน

6.เก็บข้อมูลระดับความรู้และทัศคติกลุ่มเป้าหมายหลังจัดกิจกรรมค่ายครบตามหลักสูตร

7.ทำแบบประเมินการปฏิบัติตัวของประชากรกลุ่มเป้าหมายเพื่อดูความต่อเนื่องในการปฏิบัติตัวตาม

หลักสูตรแพทย์วิถีธรรมทุกเดือน ระยะเวลา 3 เดือน

8.ตรวจวัดระดับน้ำตาลด้วยการเจาะ DTX ทุกเดือนระยะเวลา 3 เดือนเพื่อหา

ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติตัวของกลุ่มเป้าหมายกับการควบคุมระดับน้ำตาลของผู้ป่วย

เบาหวาน และวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับกลุ่มเป้าหมาย

9.สรุปและอภิปรายผล

**การวัดผล**

1. สรุปข้อมูลทั่วไปผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมโครงการ
2. ประเมินการปฏิบัติตัวตามหลักสูตรยา 9 เม็ดสำหรับผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมกิจกรรม
3. เปรียบเทียบผลระดับน้ำตาลก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ

**เครื่องมือ**

1.แบบเก็บข้อมูลทั่วไปผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมโครงการ

2.แบบประเมินการปฏิบัติตัวตามหลักสูตรแพทย์วิถีธรรมเพื่อเปรียบเทียบ

3.เครื่องวัดระดับน้ำตาลแบบ DTX

**สรุปผลการศึกษา**

การศึกษาพบว่า หลังจากการการจัดกิจกรรมแพทย์วิถีธรรมกับผู้ป่วยเบาหวานมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวที่เหมาะสม และสามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม

**ข้อเสนอแนะ**

1.ส่งเสริมให้มีการประยุกต์ใช้กระบวนการแพทย์วิถีธรรมให้เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่