**๑. ชื่อเรื่อง**

**แนวทางการเสริมสร้างบริโภคนิสัยของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเหล่ากลางตำบลกลางหมื่น อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์**

**๒. รายชื่อผู้วิจัยหลัก หรือคณะทำงานพร้อมชื่อหน่วยงานและให้ขีดเส้นใต้ ผู้วิจัยที่นำเสนอผลงาน**

นางสาวจุฑามาส บัวลอย นวก.สส.ปฏิบัติการ

นายถวัลย์ศักดิ์ ภูไสว

นางบุญญาภา เจริญจิรวัส

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเหล่ากลาง ต.กลางหมื่น อ.เมือง จ.กาฬสินธุ์

๓.๑ ที่มาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์โรคเบาหวาน ตำบลกลางหมื่น(โซนเหล่ากลาง)ในปี๒๕๕๖ พบจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๗๓ คน คิดเป็นอัตราป่วย ๓๓.๗๙ ต่อประชากรพันคน ปี๒๕๕๗ พบจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๗๔ คน คิดเป็นอัตราป่วย ๓๔.๒๕ ต่อประชากรพันคน และในปี๒๕๕๘ พบจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๗๖ คน คิดเป็นอัตราป่วย ๓๕.๑๘ ต่อประชากรพันคน โดยในปี ๒๕๕๘ มีประชากรอายุ ๓๕ปีขึ้นไป จำนวน ๕๘๒ คน ได้รับการคัดกรองโรคเบาหวาน จำนวน ๕๘0 คน คิดเป็นร้อยละ ๙๙.๖๖ มีผู้ที่อยู่ในภาวะเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน จำนวน ๑0๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๗.๕๓ และมีผู้ที่อยู่ในกลุ่มสงสัยเป็นโรคเบาหวานในปีงบประมาณ ๒๕๕๙ จำนวน ๑๒ ราย และได้รับการวินิจฉัยยืนยันจากแพทย์เป็นผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ในปีงบประมาณ ๒๕๕๙ จำนวน ๒ ราย คิดเป็นร้อยละ ๑๖.๖๗ (รพ.สต.บ้านเหล่ากลาง, ๒๕๕๙)

จากปัญหาดังกล่าวข้างต้น ผู้ศึกษาซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบงานด้านโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จึงมีความสนใจที่จะศึกษาแนวทางการเสริมสร้างบริโภคนิสัยของประชาชนกลุ่มเสี่ยง เพื่อเป็นการสร้างเสริมสุขภาพ และเพื่อเป็นแนวทางในการดูแลตนเอง ปรับเปลี่ยนนิสัยการบริโภคอาหารให้เหมาะสม จะส่งผลให้บุคคลมีสุขภาพดี ซึ่งการมีสุขภาพดีจะสามารถลดอุบัติการณ์ในการเกิดโรคต่างๆ และทำให้ชีวิตยืนยาวขึ้น ลดการใช้บริการทางการแพทย์ และจะมีผลไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

**โปรแกรมการเสริมสร้างบริโภคนิสัยที่มีต่อระดับน้ำตาลในเลือดของประชาชนกลุ่มเสี่ยง**

ผู้ศึกษาได้นำเอาทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Stage of Change/Transtheoretical Theory) มาประยุกต์ใช้ในโปรแกรม เพราะถ้าประชาชนกลุ่มเสี่ยงที่ได้รับทราบข้อมูลที่เป็นปัจจัยเสี่ยงที่คุกคามสุขภาพจากพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสมจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสมโดยมีความพยายามที่จะ ลด ละ เลิก หรือหลีกเลี่ยงเพื่อจะสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

๓.๒ วัตถุประสงค์

๑) ศึกษาแนวทางการเสริมสร้างบริโภคนิสัยของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเหล่ากลาง ตำบลกลางหมื่น อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์

๒) เพื่อศึกษาผลการใช้แนวทางการเสริมสร้างบริโภคนิสัยของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเหล่ากลาง ตำบลกลางหมื่น อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์ ต่อระดับน้ำตาลในเลือดของประชาชนกลุ่มเสี่ยง ตำบลกลางหมื่น อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์

๓.๓ ระเบียบวิธีวิจัย

แนวทางการเสริมสร้างบริโภคนิสัยของประชาชนกลุ่มเสี่ยงและแบบสอบถามในการเก็บข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุดและสถิติอนุมาน ได้แก่สถิติ F-test

กลุ่มเป้าหมายได้แก่ ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ได้รับการคัดเลือกแบบเจาะจง ๒๔ คนและ เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบ จำนวน ๓ คน

**๓.๔ ผลการศึกษา และสรุปผลการศึกษา**

จากผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าแนวทางการเสริมสร้างบริโภคนิสัยของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเหล่ากลาง ตำบลกลางหมื่น อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ โดยการประยุกต์ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Stage of Change) ประกอบด้วย ๕ ขั้น คือ ขั้นก่อนชั่งใจ ขั้น ชั่งใจ ขั้นพร้อมจะปฏิบัติ ขั้นปฏิบัติ และขั้นคงไว้ซึ่งพฤติกรรม เพื่อให้หลีกเลี่ยง ลด ละ เลิกบริโภคนิสัยที่ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดเพิ่มขึ้น โดยใช้กระบวนการกลุ่มในการวิเคราะห์ และกำหนดแนวทางโดยการมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้อง นำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมาย ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเหล่ากลาง ตำบลกลางหมื่น อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ ในครั้งนี้ ประสบผลสำเร็จ และได้ผลที่ดี และมีความคงอยู่ ส่งผลให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยง เกิดความตั้งใจ ความตระหนัก และการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยลด ละ เลิก และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมการบริโภคอาหารและบริโภคนิสัยที่เสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน ในทิศทางที่ดีขึ้นมากกว่าประชาชนกลุ่มเสี่ยงที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม