**ชื่องานวิจัย/บทความ...** พฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคเบาหวาน ตำบลสายนาวัง อำเภอนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์ ปี 2560

**ชื่อผู้วิจัย :** นางสาวนฤมล บุษมงคล

**หน่วยงาน** โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านจอมศรี

**ปีที่จัดทำ....**2560.................

**ความสำคัญ หลักการและเหตุผล**

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนนั้นมีการปรับเปลี่ยนไปตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมหรือค่านิยม และสิ่งแวดล้อม ในปัจจุบันประชาชนในท้องถิ่นมีความเป็นอยู่ที่สะดวกรวดเร็ว รวมทั้งอาหารการกินดำเนินไปสู่ยุค การบริโภคอาหารจานด่วน การบริโภคอาหารปรุงสำเร็จ ซึ่งมักมีส่วนประกอบของแป้ง น้ำตาล และไขมันสูง เป็นต้น ปัจจัยดังกล่าวอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพทำให้เกิดเป็นภาวะโภชนาการเกิน ภาวะพร่องและการเกิดโรคอ้วนในประชาชนกลุ่มเสี่ยง และป่วยด้วยโรคความเสื่อมของร่างกาย กลุ่มโรคและภูมิต้านทานทำงานผิดปกติ และโรคมะเร็ง เป็นต้น กลุ่มโรคดังกล่าวเมื่อเกิดขึ้นแล้วยากต่อการรักษา บางโรคมีอาการเรื้อรัง ต้องเสียเวลาในการรักษาและมีค่าใช้จ่ายค่อนข้างสูง ตลอดจนมีผลกระทบต่อขวัญและกำลังใจของผู้ป่วยและญาติ

โรคเบาหวานเป็นโรคหนึ่งที่เกิดจากความเสื่อมของร่างกาย ซึ่งเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสำคัญทางด้านสาธารณสุขของคนไทย สาเหตุการเกิดโรคมีหลายปัจจัย ทั้งปัจจัยทางพันธุกรรม พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นการที่จะพยายามหาทางป้องกันการเกิดโรคเบาหวาน สิ่งสำคัญที่จะต้องคำนึงถึงคือ การได้ผลที่คุ้มค่า ตรงกับความต้องการ และตรงกับกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งสามารถทำได้โดยการปรับเปลี่ยนจากพฤติกรรมบริโภคที่เสี่ยงเป็นการบริโภคที่เหมาะสม

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงเป็นเหตุผลที่ทำให้ผู้ศึกษามีความสนใจที่จะศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคของประชาชนกลุ่มเสี่ยงที่มีต่อการป่วยเป็นโรคเบาหวานโดยมุ่งที่จะศึกษาประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนคัดกรองของ รพสต.จอมศรี เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานใช้เป็นแนวทางในการดูแลตนเองของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน และช่วยส่งเสริมการปรับเปลี่ยนนิสัยการบริโภคอาหารให้เหมาะสม

**วัตถุประสงค์ของการศึกษา**

1.เพื่อศึกษาความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคเบาหวาน2.เพื่อศึกษาการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคเบาหวาน

**วิธีการศึกษา**

 **รูปแบบการศึกษา**

 การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงบรรยาย (Descriptive Research**)** แบบการศึกษา ณ จุดเวลา (Cross-Sectional Studies) เก็บข้อมูลโดยวิธีการสัมภาษณ์ด้วยแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเอง

 **ประชากร** ประชากรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ ประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนคัดกรองของ รพสต.จอมศรี ปี 2559 จำนวน 124 ราย

 **กลุ่มตัวอย่าง** ผู้ศึกษาได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง จากคุณสมบัติประชากรเป้าหมายมีจำนวน 563 คน ซึ่งคำนวณขนาดตัวอย่างด้วยสูตร บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์ (บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์, 2551, หน้า 114) ที่มีความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างร้อยละ 5 ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 95 คน

 **เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล**

 1. **ชนิดและลักษณะเครื่องมือ** การศึกษาครั้งนี้ใช้แบบสัมภาษณ์ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และข้อมูลการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

  **การวิเคราะห์ข้อมูล** ใช้สถิติเชิงพรรณนา

**ผลการศึกษา**

กลุ่มเสี่ยงเบาหวานมีเพียงส่วนน้อยที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับดี ทั้งด้านความรู้ ความเชื่อ และการปฏิบัติร้อยละ 42.2, 22.5 และร้อยละ 0.7 ตามลำดับ โดยผู้ป่วยที่มีอาชีพและรายได้ต่างกันมีทั้งความรู้ ความเชื่อและการปฏิบัติแตกต่างกัน ส่วนผู้ป่วยที่มีเพศ อายุ ระยะเวลาการป่วยและการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ต่างกัน มีความรู้ ความเชื่อและการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน ฉะนั้น จึงควรแนะนำส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีเพิ่มขึ้น ให้เน้นอาหารที่ควรงดรับประทานหรืออาหารที่รับประทานได้ แต่ต้องจำกัดปริมาณ

**ข้อเสนอแนะ**

 **1.โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบลจอมศรี**ควรมีการส่งเสริมให้กลุ่มเสี่ยงเบาหวานมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีเพิ่มขึ้น ให้เน้นอาหารที่ควรงดรับประทานหรืออาหารที่รับประทานได้ แต่ต้องจำกัดปริมาณ