

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ การปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพ  
 ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2  
 ผู้เขียน นางฉันทิกา นามวงษา  
 ปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)  
 คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ  
 รองศาสตราจารย์เทียมสร ทงสวัสดิ์ ประธานกรรมการ  
 อาจารย์ ดร. ศักดา พริงลำภู กรรมการ

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มาใช้บริการคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลแม่แตง และศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองแกนพัฒนา อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างเดือนมีนาคม ถึง เดือนเมษายน 2551 กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 140 คน เลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบสอบถามการปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิมีค่าเท่ากับ .96 ทดสอบความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคมีค่าเท่ากับ .83 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X}=2.21$ ,  $SD = .26$ ) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าด้านที่มีการปฏิบัติการดูแลตนเองอยู่ในระดับดีมากได้แก่ ด้านการรับประทานยา ( $\bar{X}=2.72$ ,  $SD=.35$ ) และด้านที่อยู่ในระดับดีได้แก่ ด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน ด้านโภชนาการ และด้านการออกกำลังกาย ( $\bar{X} = 2.26$ ,  $2.22$  และ  $1.21$  ตามลำดับ  $SD = .34$  ,  $.32$  และ  $.52$  ตามลำดับ)

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษานี้ สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับบุคลากรทางด้านสุขภาพ เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานมีการปฏิบัติตัวเพื่อดูแลตนเองที่เหมาะสม

<b>Independent Study Title</b>	Self-care Practices in Nutrition and Health of Type 2 Diabetes Mellitus Patients	
<b>Author</b>	Mrs. Chantika Namwongsa	
<b>Degree</b>	Master of Science (Nutrition Education)	
<b>Independent Study Advisory Committee</b>		
	Assoc. Prof. Tiamsorn Tongswas	Chairperson
	Lect. Dr. Sakda Pruenglampoo	Member

### Abstract

The objective of this study was to examine self-care practices in nutrition and health of type 2 diabetes mellitus patients who visit the Diabetes Clinic, Maetang Hospital and the Community Health Center of Muangkan Municipality, Maetang District, Chiang Mai Province during March to April 2008. The samples were purposively selected of 140 Type 2 diabetes mellitus patients. The research instrument was the questionnaire including the demographic data, and the self – care practices in nutrition and health. The content validity of the instrument, approving by the experts in the field at .96 , and the reliability using Cronbach’s alpha coefficient was .83. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results of study showed that: the subjects demonstrated the overall self-care practice in nutrition and health at a good level ( $\bar{X}=2.21$ ,  $SD =.26$ ). Determining each subscale, it was found that the subjects revealed a very good level of self - care practices in taking medication. ( $\bar{X}= 2.72$ ,  $SD =.35$ ). In addition, the subjects showed a good level of self-care practices in prevention of complication, nutrition, and exercise. ( $\bar{X}= 2.26$  ,  $2.22$  and  $1.21$  respectively,  $SD =.34$  ,  $.32$  , and  $.52$  respectively)

The information from this study could be served as the baseline data for health care providers to use in a planning to proper promote patients with type 2 diabetes mellitus on self-care practices in nutrition and health.