

**ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ** ประสิทธิภาพของการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน  
คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลอุตรดิตถ์

**ผู้เขียน** นางสาวสุปราณี หมั่นยา

**ปริญญา** พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

**อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ**

อาจารย์ ดร.ทศพร คำผลศิริ

### บทคัดย่อ

การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน มีพฤติกรรมการออกกำลังกายนั้นมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้ผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานมีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม และยั่งยืน การศึกษาเชิงปฏิบัติการในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ โดยใช้กรอบแนวคิดการนำแนวปฏิบัติทางคลินิกไปใช้ของสมาคมพยาบาลออนทารีโอ (RNAO, 2002) กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานที่มารับการรักษาที่คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ จำนวน 30 คน และเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลที่ปฏิบัติงานในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ จำนวน 4 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย 1) แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน ที่พัฒนาขึ้นโดย อัจฉราภรณ์ พูลศรี (2553) 2) แบบวัดพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน ซึ่งพัฒนาโดยพิมผกา ปัญญโญใหญ่ (2550) 3) แบบสัมภาษณ์ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานต่อการดูแลที่ได้รับตามแนวปฏิบัติทางคลินิกของ อัจฉราภรณ์ พูลศรี (2553) และ 4) แบบประเมินความพึงพอใจของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลต่อการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกของ มยุรี โรจนอังกูร (2547) วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติพรรณนา และสถิติทดสอบทีแบบกลุ่มไม่อิสระต่อกัน

### ผลการศึกษา พบว่า

1. หลังการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )

2. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานร้อยละ 100 มีความพึงพอใจต่อการได้รับการดูแลตามแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานในระดับมาก

3. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลทุกคนมีความพึงพอใจต่อการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานในระดับมาก

ผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้บุคลากรปฏิบัติตามแนวปฏิบัติทางคลินิกอย่างต่อเนื่อง

<b>Independent Study Title</b>	Effectiveness of Implementing Clinical Practice Guidelines for Promotion of Exercise Behavior Among Older Persons with Diabetes Mellitus, Diabetes Mellitus Clinic, Uttaradit Hospital
<b>Author</b>	Miss Supranee Meunya
<b>Degree</b>	Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)
<b>Independent Study Advisor</b>	Lecturer Dr. Totsaporn Khampolsiri

### ABSTRACT

Promotion of exercise among older persons with diabetes is very important to enhance proper, correct, and sustainable exercise behavior. The objective of this operational study was to examine the effectiveness of implementing clinical practice guidelines for promotion of exercise behavior among older persons with diabetes mellitus receiving care at Diabetes Mellitus Clinic, Uttaradit Hospital. The framework of this study was based on the process of guideline implementation of the Registered Nurses Association of Ontario (RNAO, 2002). The sample, selected using purposive sampling, consisted of 30 diabetic elders and four health care providers from the diabetic clinic at Uttaradit hospital. Instruments used in this study included 1) Clinical Practice Guidelines for the Promotion of Exercise Behavior Among Older Persons with Diabetes Mellitus developed by Pulsri (2010), 2) The Exercise Behavior Questionnaire developed by Panyoyai (2007), 3) Elderly's satisfaction questionnaire on nursing care following the clinical practice guidelines of Pulsri (2010), and 4) Health care provider's satisfaction questionnaire on implementation of the clinical practice guidelines of Rojanaungul (2004). Data were analyzed using descriptive statistics and paired t-test.

The results revealed that:

1. There was a statistically significant increase in mean score of exercise behavior after the implementation of clinical practice guidelines for the promotion of exercise behavior among older persons with diabetes mellitus ( $p < .001$ )
2. All of the older persons with diabetes mellitus (100%) were satisfied at rated a high level on receiving care according to the clinical practice guidelines for the promotion of exercise behavior among older persons with diabetes mellitus.
3. All of the health care providers were satisfied at rated a high level on implementing clinical practice guidelines for the promotion of exercise behavior among older persons with diabetes mellitus.

The findings of this study indicate the effectiveness of the clinical practice guidelines for the promotion of exercise behavior among older persons with diabetes mellitus. Therefore, health care providers should be promoted to continue using the clinical practice guidelines for caring of the persons with diabetes mellitus.