

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบ ผสมผสาน ระหว่างการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณและการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ โดยออกแบบวิจัยเป็นลักษณะภาคตัดขวาง (Cross sectional) เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานและหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เป็นสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานตลอดจนศึกษาบริบททางสังคมและการใช้ชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในผู้ป่วยที่มารับการรักษาที่คลินิกเบาหวานในสถานีนอนามัย ตำบล สันนาเม็ง โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 98 ราย ซึ่งใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ในการศึกษาเชิงปริมาณและ ทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบ มีข้อกำหนด (Criterion sampling) ในการศึกษาเชิงคุณภาพ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้แบบสัมภาษณ์ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์จากแบบสอบถามเรื่อง ความพอใจต่อบริการที่ได้รับ คุณภาพชีวิต ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง การปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวานและการเผชิญกับภาวะที่เกี่ยวข้องกับเบาหวานของสถาบันวิจัยและพัฒนาาระบบสุขภาพชุมชน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพในครั้งนี้ผู้ศึกษาได้สร้างแนวคำถามการสัมภาษณ์ปลายเปิดเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึก เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 98 รายในศูนย์สุขภาพชุมชน ตำบลสันนาเม็ง และเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 ราย โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกที่บ้าน แล้วนำข้อมูลมาทำการวิเคราะห์โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ และฐานนิยมจากนั้นคำนวณค่าไคร้สแควร์ (chi-square) เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โดยกำหนดความมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 ในการศึกษาเชิงปริมาณและการศึกษาเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) โดยการจัดหมวดหมู่และแปลความ

สรุป และอภิปรายผลการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาได้อภิปรายผลการศึกษิตตามวัตถุประสงค์และกรอบแนวคิดของการศึกษาครั้งนี้โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวานและความรู้ความเข้าใจในโรคเบาหวาน และการพยาบาลที่ให้และพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในด้านต่างๆ

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาในครั้งนี้มีจำนวนทั้งหมด 98 คน แบ่งเป็นเพศชาย ร้อยละ 49 เพศหญิง ร้อยละ 51 รายอายุเฉลี่ย 55 ปี นับถือศาสนาพุทธ มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนประมาณ 2,000-4,000 บาท ส่วนมากจบการศึกษาชั้นประถมและมีอาชีพรับจ้าง ป่วยเป็นเบาหวานมา 1-5 ปี มากที่สุด สิทธิในการรักษาส่วนใหญ่ใช้บัตรทอง ความรู้ความในโรคเบาหวานพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองในด้านการบริโภคสูงร้อยละ 49.0 และมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองในด้านการบริโภคต่ำ ร้อยละ 51.0 เมื่อวิเคราะห์เป็นรายข้อพบว่าด้านพฤติกรรมเกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติตัวเมื่อป่วยเป็นเบาหวานในด้านต่างๆแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างอาจยังไม่เข้าใจในเรื่องการรับประทานอาหารให้เหมาะสมกับโรค ในการศึกษาเชิงปริมาณพบว่าในเรื่องของการรับประทานอาหารกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่ รับประทานอาหารจำพวกแป้งเป็นประจำ ซึ่งก็สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชนที่รับประทานข้าวเหนียวเป็นหลัก และพบว่ามีถึงร้อยละ 4.1 ที่รับประทานอาหารรสเค็มเป็นประจำ ร้อยละ 36.7 ของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาระบุว่าต้องมีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบในการทำอาหารทุกมื้อ กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 8.2 รับประทานอาหารว่างหรือขนมระหว่างมื้ออาหาร และพบว่ามีกลุ่มตัวอย่างถึง ร้อยละ 6.1 ที่ระบุว่าดื่มสุรา เบียร์หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ

อาหารที่รับประทานเป็นประจำทุกมื้อจะเป็นพวกอาหารพื้นเมืองและเนื้อสัตว์ต่างๆ ร่วมกับข้าวเหนียว กลุ่มตัวอย่างระบุว่า ข้าวเหนียวเป็นปัญหาสำคัญในการควบคุมน้ำหนักของกลุ่มตัวอย่างในตำบลสันนาเม็งมากที่สุด สอดคล้องกับผลการวิจัยในเรื่องของการรับประทานอาหาร กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่ทำการศึกษาอยู่ในวัยกลางคนและสูงอายุ ส่วนใหญ่จะทำอาหารรับประทานเอง จะซื้อบ้างเป็นบางมื้อเท่านั้น กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่กับลูกหลานก็จะรับประทานอาหารที่ลูกหลานซื้อมาให้เนื่องจากส่วนใหญ่ทำงานในเมืองจึงไม่มีเวลาทำเองบางครั้งรอบครัวแม่บ้านที่เป็นเบาหวานก็ต้องทำอาหารให้ทุกคนถึงแม้ว่าจะมีความเข้าใจในเรื่องการรับประทานอาหารในผู้ป่วยโรคเบาหวานก็ตาม แต่เมื่อนำข้อมูลเชิงคุณภาพมาวิเคราะห์พบว่าบางมือผู้ป่วยเบาหวานจำเป็นต้องทานอาหารกับครอบครัวเพราะไม่สามารถแยกสำรับได้ นอกจากข้าวเหนียว

แล้วผลไม้ที่มีรสหวานก็เป็นสิ่งที่ผู้ที่เป็เบาหวานจะรับประทานเป็นประจำเพราะหาได้สะดวก เพราะตำบลันนาเม็งมีผลไม้ให้เลือกรับประทานเป็นจำนวนมากไม่ว่าจะเป็นจากตลาดสดหรือร้านขายของชำในหมู่บ้านผลไม้รสหวานจึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของการใช้ชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องกับด้านบริโภค สมาชิกในครอบครัวรู้ว่าชอบก็มักจะซื้อหามาให้รับประทานเป็นประจำ

แต่ถึงกระนั้นผู้ป่วยเบาหวานกับพฤติกรรมบริโภคอาหารอาจขึ้นอยู่กับปัจจัยที่เกี่ยวข้องอีกหลายประการ แม้ผู้ป่วยจะมีความรู้เรื่องการรับประทานอาหารให้เหมาะสมกับโรค แต่ก็ยังไม่สามารถที่จะหลีกเลี่ยงอาหารที่ผู้ป่วยเบาหวานไม่ควรรับประทานได้ เนื่องจากผู้ป่วยส่วนใหญ่มีความเชื่อว่าเวลากินข้าวเหนียวแล้วจะทำให้มีแรงในการทำการเกษตรและถ้ารับประทานข้าวสวยแล้วจะทำให้ไม่มีแรงในการทำงาน ซึ่งเป็นวิถีชีวิตดั้งเดิมของผู้คนที่นี่ วัฒนธรรมในชุมชนก็มีส่วนในการทำให้ผู้ป่วยเบาหวาน รับประทานอาหารที่ผู้ป่วยเบาหวานควรหลีกเลี่ยง เช่น อาหารมัน ของทอด เนื้อสัตว์ต่างๆ ในงานบุญต่างๆไม่ว่าจะเป็น งานแต่งงาน งานขึ้นบ้านใหม่ งานเลี้ยงต่างๆ หรือแม้กระทั่งงานศพ ในหมู่บ้าน ซึ่งงานเหล่านี้ผู้คนในหมู่บ้านจะมารวมตัวกัน ช่วยกันจัดงาน เนื่องจากจะเป็นเครือญาติกันเป็นส่วนใหญ่ เจ้าของงานจะต้องเลี้ยงอาหารอย่างดี อาหารที่จัดเลี้ยงเป็นประจำได้แก่ แกงฮังเล ลาบ แกงอ่อมเนื้อ น้ำพริก-หมูทอด ข้าวเกรียบ ถั่วทอด และเครื่องคั่วที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสม ซึ่งอาหารประเภทที่กล่าวมานั้น เป็นอาหารที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่ควรรับประทานอย่างยิ่ง สอดคล้องกับการศึกษาของ วินธนา กุศิริสิน (2543) ได้ศึกษาเรื่องการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพกับระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองทั้งทางด้านโภชนาการและสุขภาพที่ไม่ดีมีแนวโน้มเพิ่มโอกาสการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ และพบว่าการไม่รับประทานผักหรืออาหารที่มีเส้นใย การรับประทานอาหารที่ปรุงจากไขมันที่ไม่ใช่ไขมันพืช การไม่จำกัดอาหารพวกแป้งและงดหวานเมื่อระดับน้ำตาลในเลือดสูง เพิ่มโอกาสการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้และจากการศึกษาของ จารุพันธ์ สมณะ (2541) พบว่าผู้ป่วยเบาหวานที่ดูแลตนเองในการควบคุมอาหารอย่างสม่ำเสมอ ทำให้ได้พลังงานและควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในภาวะโภชนาการที่เหมาะสม การเลือกรับประทานอาหารอย่างถูกต้องและในปริมาณที่เหมาะสมตามหลักอาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวานคือ งดอาหารต้องห้ามประเภทของหวาน รับประทานอาหารพวกผักได้ไม่จำกัดปริมาณ และจำกัดปริมาณอาหารจำพวก ข้าว แป้ง เนื้อสัตว์ และอาหารที่มีไขมัน พบว่ามีผลทำให้มีสุขภาพดีขึ้น และระดับน้ำตาลในเลือดลดลง

ด้านการออกกำลังกายผู้ป่วย ส่วนใหญ่เข้าใจในเรื่องของความสำคัญในการออกกำลังกาย และระยะเวลาในการออกกำลังกายแต่อาจยังไม่สามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาไม่เคยออกกำลังกายเลยมีถึงร้อยละ 26.5 ออกกำลังกายอย่างน้อย สัปดาห์ละ 3 ครั้ง

และไม่หักโหมจนเกินไป มีเพียงร้อยละ 20.4 ออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ภูบ้านจนหนึ่ง ออก ทำสวน เดิน อย่างน้อย 20 นาที เป็นประจำมีเพียงร้อยละ 31.6 ไม่เคยเลย ร้อยละ 17.3 ในส่วนของการบันทึกน้ำหนักตัวเปรียบเทียบกับเดือนที่แล้วมีผู้ที่ปฏิบัติเป็นประจำ ร้อยละ 39.8 ออกกำลังกายต่อเนื่อง เป็นประจำ ร้อยละ 20.4 แต่ก็พบว่ามียุทธวิธีที่ไม่เคยออกกำลังกายต่อเนื่อง อย่างน้อยครั้งละ 30 นาที ถึง ร้อยละ 31.6 จากข้อมูลที่ได้จะเห็นว่ากลุ่มตัวอย่าง ยังต้องได้รับการกระตุ้นให้เกิดการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับโรคหรือควรมีการทบทวนความรู้เกี่ยวกับการออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องทดแทนการออกกำลังกาย ผู้ป่วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่จะเล้าถึงการให้เหตุผลในการที่ไม่ออกกำลังกายว่า ไม่มีเวลาออกกำลังกาย มักมีฝนตกในเวลาที่ออกกำลังกาย และไม่มีสถานที่ในการออกกำลังกายเป็นต้น ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีปัญหาน้ำหนักเกิน จากการศึกษาวิจัยก่อนหน้านี้ พบว่า สิ่งสำคัญที่สุดในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนผู้ป่วยเบาหวาน ต้องมีการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้คงที่ และมีการควบคุมน้ำหนักตัวให้เหมาะสมกับค่าดัชนีมวลกาย ในการที่ผู้ป่วยเบาหวานจะรักษาน้ำหนักตัว ให้เหมาะสมได้นั้นคือการออกกำลังกายเป็นประจำโดยผู้ป่วยโรคเบาหวานควรมีการเลือกวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับโรคและ การทำงานให้ สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพในแต่ละคน(กัญญาบุตร ศรีรินทร์, 2540)

จากข้อมูลที่ได้ในการศึกษาบริบทในชุมชนพบว่า ในช่วงที่ทำการศึกษาทางองค์การบริหารส่วนตำบลสันนาเม็งกำลังดำเนินการจัดสร้างสวนสุขภาพประจำตำบล กลุ่มแม่บ้านที่รวมตัวกันเดิน แอโรบิก จำเป็นต้องหยุดการรวมกลุ่มกัน ไปก่อนเมื่อหยุดนานๆ ก็ส่งผลให้ผู้ป่วยเบาหวานขาดการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องจากการศึกษาของ กัญญาบุตร ศรีรินทร์ (2540) ยกตัวอย่าง การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน คือการออกกำลังกายแบบแอโรบิก อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง นานครั้งละ 20 นาที ถึง 1 ชั่วโมง เป็นการทำให้ร่างกายเพิ่มขีดสูงสุดในการรับออกซิเจนเข้าสู่เนื้อเยื่อ ช่วยปรับระดับน้ำตาลในเลือดให้ลดลง อุไรวรรณ โพร้งพนม (2545) พบว่า การออกกำลังกายโดยการรำมวยจีนซิงก อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน นานครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง ช่วยทำให้ระดับน้ำตาลที่เกาะเม็ดเลือดแดงในผู้ป่วยเบาหวานลดลง โดยเริ่มเห็นความแตกต่างของการลดลงของระดับน้ำตาลในเลือดที่ 2 ของการออกกำลังกายนอกจากนี้ การรำมวยจีนซิงกนานครั้งละ 2 ชั่วโมงทุกวันเป็นเวลา 3 สัปดาห์ขึ้นไปพบว่าทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดลดลง และสามารถลดปริมาณยาที่ผู้ป่วยรับประทานลงได้

พฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเอง ด้านอารมณ์พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่ไม่รู้สึกลัวหรือวิตกกังวลเมื่อคิดว่าตนเองป่วยเป็นเบาหวานเลย จำนวนถึงร้อยละ 31.6 แต่ก็พบว่ามียุทธวิธีร้อยละ 16.3 รู้สึกอึดอัดเพราะการปรับวิธีและประเภทของการรับประทานอาหารให้เหมาะสมกับโรคเบาหวาน กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่ ร้อยละ 59.2 ไม่กังวลเกี่ยวกับการที่คนรอบ

ข้างจะรู้ว่าป่วยเป็นโรคเบาหวาน และพบว่า ร้อยละ 35.7 ที่ไม่เคยเครียดเลยเมื่อตรวจพบว่าระดับน้ำตาลในเลือดสูง แต่จะกังวลเรื่องอาการของโรคเบาหวานจะรุนแรงขึ้น กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 50 ไม่กังวลเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการมาตรวจรักษาเลย ไม่เคยรู้สึกหดหู่ ผิดหวัง ท้อแท้ ซึมเศร้าและไม่รู้สีกว่าตนเองเป็นภาระกับผู้อื่น มีกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 38.8 ที่ยอมรับว่าโรคเบาหวานไม่สามารถรักษาให้หายได้ แต่ร้อยละ 36.7 ก็ความมีความเชื่อว่า แม้เป็นโรคเบาหวานก็สามารถดูแลสุขภาพตนเองให้แข็งแรงได้ สอดคล้องกับข้อมูลเชิงคุณภาพที่พบว่า จากการที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีสมาชิกในครอบครัวเป็นเบาหวานมาก่อนและผู้ป่วยบางคนก็มีเพื่อนบ้านป่วยเป็นโรคเบาหวานเหมือนกัน ไปรับบริการที่สถานีนามัยพร้อม กันและส่วนใหญ่ได้รับความช่วยเหลือและกำลังใจจากครอบครัว เพื่อน ญาติสนิท และชุมชนเกี่ยวกับสุขภาพเป็นประจำ จากการศึกษาของพรทิวา อินทร์พรม (2539) พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานที่ดูแลตนเองอย่างถูกต้องในด้านสุขภาพอนามัย ด้านร่างกายทั่วไป ด้านอารมณ์และจิตใจ พบค่าระดับน้ำตาลที่เกาะเม็ดเลือดแดงลดลง

พฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองด้านการใช้ยาพบว่ากลุ่มตัวอย่าง ที่ศึกษาส่วนใหญ่ ร้อยละ 80.6 ระบุว่าได้รับคำแนะนำเรื่องยาเบาหวานเป็นประจำ รับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนและเวลาที่แพทย์สั่งเป็นประจำ จำนวน ร้อยละ 77.6 และร้อยละ 72.4 ตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 71.4 ไม่เคยปรับขนาดยาเบาหวานโดยลดหรือเพิ่มยาหรือหยุดยาด้วยตนเอง สอดคล้องกับผลการสัมภาษณ์ในเชิงลึกที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างยินดีที่จะรับการรักษาด้วยยาและให้ความสำคัญกับการรับประทานยาเป็นอย่างมากเนื่องจากคิดว่าเป็นการรักษาโรคและเชื่อว่าจะสามารถป้องกันโรคแทรกซ้อนได้ง่ายที่สุด สอดคล้องกับผลการศึกษาของ วิชัย พิภพลงาม และคณะ (2536) พบว่าในผู้ป่วยเบาหวานที่ดูแลตนเองเกี่ยวกับการรับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ จะมีค่าระดับน้ำตาลในเลือดลดลง

แต่เมื่อวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดพบว่า บางส่วนที่มารับการรักษาอย่างสม่ำเสมอก็มีเหตุผลเพียงเพื่อที่จะไม่ต้องไปรับบริการในโรงพยาบาลเพราะนอกจากต้องเสียเวลาในการเดินทางแล้วยังต้องรอนานอีกด้วยจึงต้องมารับยาและมาตรวจตามนัด และพบว่าบางคนที่ได้รับรักษามานานก็รู้สึกเบื่ออีกทั้งร้อยละ 29.6 มีความคิดว่าการได้รับการรักษาจากคลินิกแล้วไม่จำเป็นต้องดูแลตนเองในด้านอื่นๆ อีก

ด้านการออกกำลังกายพบว่า กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 69.4 ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน เช่น ระดับน้ำตาลในเลือดสูง ภาวะโภชนาการเกิน ในด้านการป้องกันการติดเชื้อพบว่าร้อยละ 80.6 ของกลุ่มตัวอย่างสังเกตตนเองว่ามีความผิดปกติของผิวหนังตนเองเช่น มีตุ่มพอง หรือมีการติดเชื้อที่ส่วนใดในร่างกายในด้านของการรักษาความสะอาด กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาร้อยละ 94.9 รักษาความสะอาดของร่างกายโดยเฉพาะบริเวณซอกอับของร่างกาย เช่น รักแร้

ขาหนีบ อวัยวะสืบพันธุ์และร้อยละ 93.9 ของประชากรที่ศึกษา จะระมัดระวังไม่ให้ร่างกายเกิดบาดแผล เช่น การเกิดแผลที่เท้า เป็นต้น กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 86.7 ระบุว่ายีนดีที่จะรับประทานยาให้ตรงเวลาและสม่ำเสมอเพราะเชื่อว่าจะช่วยลดอาการแทรกซ้อนของเบาหวานได้ แต่พบว่าร้อยละ 8.2 ของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาใช้วิธีการรักษาเยียวยาแบบอื่นร่วมด้วย เช่น รับประทานสมุนไพร และยาพื้นบ้าน จากคะแนนพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อนพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนพฤติกรรมสูง ร้อยละ 83.7 ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เข้าใจความสำคัญในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนได้ดี แต่อาจยังไม่เข้าใจในเรื่อง ความสำคัญของการมาตรวจตามนัด และการดูแลตนเองนอกเหนือจากการรักษา

การพยาบาลที่ให้นในคลินิกพบว่า มีกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับบริการร้อยละ 77.6 และมีกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้รับบริการร้อยละ 22.4 เมื่อนำมาวิเคราะห์เป็นรายข้อพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาส่วนใหญ่ระบุว่าได้รับบริการครบตามขั้นตอนของการรับบริการที่ให้นในคลินิก แต่ก็พบว่าในข้อคำถามเกี่ยวกับการได้รับการอธิบายและแปลผลค่าดัชนีมวลกายมีผู้ป่วยระบุว่าได้รับเพียงร้อยละ 85.7 จากข้อมูลดังกล่าว แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งยังไม่มี ความเข้าใจในเรื่องการแปลความหมายค่าดัชนีมวลกาย

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกต่อความสัมพันธ์กับพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานด้านต่างๆ

จากการศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทั้ง 5 ด้าน พบว่าพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านอาชีพ ต่อพฤติกรรมด้านการใช้ยาและ พฤติกรรมด้านอารมณ์ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) และปัจจัยด้านความรู้ในเรื่องเบาหวานต่อพฤติกรรมด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อนพบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่าง มีความสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) เช่นกัน

ในด้านความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านความรู้ในเรื่องเบาหวาน ต่อพฤติกรรมด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อนนั้น สอดคล้องกับการศึกษาของ จันทรา บริสุทธิ์ (2540) ซึ่งได้ศึกษาถึงพฤติกรรมสุขภาพของผู้หญิงโรคเบาหวานในภาคเหนือตอนล่างผลการศึกษาพบว่า ระดับการศึกษา รายได้ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) ส่วนปัจจัยด้านความรู้ เกี่ยวกับโรคเบาหวานของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมในการดูแลตนเองด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อนและพฤติกรรมในการดูแลตนเองด้านอารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมในการดูแลตนเองอีก 3 ด้านคือ พฤติกรรมในการดูแลตนเองด้านอาหาร พฤติกรรมในการดูแลตนเองด้านออกกำลังกาย พฤติกรรมในการดูแลตนเองด้านใช้ยา

ในด้านพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันภาวะแทรกซ้อน นงลักษณ์ นฤวัตร (2533) ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลเท้าของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินผลการศึกษาพบว่า ความรู้และประสบการณ์มีความสัมพันธ์กับการดูแลเท้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$)

ในส่วนของ พฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการบริโภค พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยใด ทั้ง ด้านการศึกษา อาชีพ รายได้ ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและหารพยาบาลที่ได้รับในคลินิก สอดคล้องกับการศึกษาของกาญจนา ประสานปราม (2535) ซึ่งได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการดูแลตนเอง กับพฤติกรรมการดูแลตนเองเกี่ยวกับการควบคุมอาหารในผู้ป่วยเบาหวานผลการศึกษาพบว่า ความสามารถในการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเกี่ยวกับการควบคุมอาหารในผู้ป่วยเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้ป่วยเบาหวานที่มีความแตกต่างกันทางด้านปัจจัยพื้นฐาน ได้แก่ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ของครอบครัวต่อเดือน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองเกี่ยวกับการควบคุมอาหารไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า ผู้ป่วยเบาหวานจะพฤติกรรมการดูแลตนเองเกี่ยวกับการควบคุมอาหาร ได้ดีหรือไม่อาจ ขึ้นอยู่กับปัจจัยความสามารถในการดูแลตนเองเป็นสำคัญ ส่วนปัจจัยพื้นฐานอื่นๆ ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองเกี่ยวกับการควบคุมอาหาร และสอดคล้องกับการศึกษาของ สมศักดิ์ คำชัยมงคล และ คณะ (2542) ที่ศึกษาถึง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 พบว่า ปัจจัยเรื่องความรู้เรื่องโรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน ได้แก่ การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการรับประทานยา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. นำข้อมูลพฤติกรรมที่ได้ในแต่ละด้านจากการศึกษานี้ไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการให้การพยาบาลกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองและสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในกระแสเลือดได้
2. สามารถนำข้อมูลพื้นฐานที่ได้ไปใช้ในการปรับปรุงมาตรฐานการดำเนินงานในศูนย์สุขภาพชุมชนให้เหมาะสมกับกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานในแต่ละพื้นที่

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาถึงความสัมพันธ์ในด้านอื่นๆ เช่นความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวกับการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน
2. ควรมีการหารูปแบบในการให้สุขศึกษาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองในระดับต่ำ
3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยในผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่นๆ ต่อไป เช่น ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น