

**ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ** การดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมากและกลุ่มที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลสันป่าตอง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

**ผู้เขียน** นางวราภรณ์ หนู่มศรี

**ปริญญา** สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

**คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ**

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุระรอง ชินวงศ์ ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คุณฤดี ชินวงศ์ กรรมการ

**บทคัดย่อ**

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบการดูแลตนเองในผู้ป่วยผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมากและกลุ่มที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ในด้านต่างๆ 5 ด้าน ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การรับประทานยาและติดตามการรักษา การดูแลสุขภาพอนามัยและการดูแลเท้าและการเฝ้าระวังและป้องกันภาวะแทรกซ้อน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคเบาหวานและมาติดตามการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ - เมษายน 2549 ทำการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ในกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมาก (FBS 80-120 mg/dl) จำนวน 87ราย และในกลุ่มที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี (FBS > 180 mg/dl) จำนวน 87ราย เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์ ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงของเนื้อหาเท่ากับ 0.96

หาความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์ ริชาร์ด คู เดอร์สัน ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.72 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและเชิงอนุมาน

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมาก มีระดับคะแนนการปฏิบัติดูแลตนเองโดยรวมทั้ง 5 ด้าน ดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาเฉพาะด้านพบว่า การปฏิบัติดูแลตนเองเกี่ยวกับการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การรับประทานยาและติดตามการรักษาและการเฝ้าระวังและป้องกันภาวะแทรกซ้อน กลุ่มตัวอย่างที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมาก มีคะแนนการปฏิบัติได้ดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกๆ ด้าน แต่การดูแลสุขภาพอนามัยและการดูแลเท้าทั้ง 2 กลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนการปฏิบัติดูแลตนเองไม่แตกต่างกัน

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ มีการดูแลตนเองได้ไม่ดีทั้ง ด้านการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การรับประทานยาและติดตามการรักษาและการเฝ้าระวังและป้องกันภาวะแทรกซ้อน เมื่อเทียบกับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมาก ทีมสุขภาพควรเน้นส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานได้มีการดูแลตนเองทั้ง 5 ด้าน อย่างเป็นประจำและต่อเนื่องและนำผลที่ได้เป็นข้อมูลพื้นฐาน เพื่อพัฒนากลยุทธ์และรูปแบบการให้ความรู้ ส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ต่อไป

**Independent Study Title** Self -Care in Very Well- Controlled Versus Poorly - Controlled Type 2 Diabetes Patients in Out - Patient Department of San Pa Tong Hospital, San Pa Tong District, Chiang Mai Province.

**Author** Mrs. Waraporn Numsri

**Author** Mrs. Waraporn Numsri

**Degree** Master of Public Health

**Independent Study Advisory Committee**

Assist. Prof Dr. Surarong Chinwong Chairperson

Assist. Prof Dujrudee Chinwong Member

**ABSTRACT**

The aim of this descriptive study was to study self-care in very well-controlled versus poorly-controlled type 2 diabetes patients. The 5 categories of self care practices covered in this study are diet control, exercise, compliance to regimen and medication, general hygiene and foot care, and prevention of hazards and complications in out-patient department of San Pa Tong hospital, San Pa tong District, Chiang Mai province. The sample consisted of patients who had been diagnosed by the doctor as having diabetes mellitus type2 and who were attending the diabetic clinic at San Pa Tong hospital from February to April 2006. The sample size was selected by purposive sampling and consisted of 87 very well-controlled type2 diabetes patients (FBS 80-120 mg/dl) and

87 poorly-controlled type 2 diabetes patients (FBS >180 mg/dl). The instrument used was an interview form, constructed by the researcher and reviewed by three experts. Content validity index was 0.96. The reliability was tested by Kuder-richardson and the reliability was 0.72. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results show overall, the self-care practice score from the very well-controlled type 2 diabetes patients was good compared to the poorly-controlled type 2 diabetes patients practice score. The very well-controlled type 2 diabetes patients practice score self-care in diet control, exercise, compliance to regimen and medication and prevention of hazards and complications were good compared to poorly-controlled type 2 diabetes patients, however there was no significant score difference between the two groups in general hygiene and foot care.

The results of this study indicate that the poorly-controlled type 2 diabetes patients had poor self-care in diet control, exercise, compliance to regimen and medication, and prevention of hazards and complications compare with the very well-controlled type 2 diabetes patients. Related health personnel should encourage the patients to practice regularly and continuously the 5 categories of self - care and this can be used as baseline information to develop strategies and education for promoting self-care in poor-controlled type 2 diabetes patients.