บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในเขตอำเภอปะนาเระจังหวัดปัตตานี กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย สมมุติฐานการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะตามลำดับ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการรับรู้ภาวะสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในเขตอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี
2. เพื่อศึกษาการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในเขตอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี
3. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในเขตอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี

สมมุติฐานของการวิจัย

การรับรู้ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัยประกอบด้วยประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือการวิจัย และการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้รับบริการที่ขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยเบาหวาน โรงพยาบาลปะนาเระ จำนวน 556 ราย ใน ปีพ.ศ. 2550 โดยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 250

คน โดยเลือกสุ่มกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีการจับฉลาก สุ่มตัวอย่างให้ได้จำนวน 350 คน จากนั้นจะทำการเลือกตัวอย่างโดยวิธีบังเอิญจากรายชื่อที่ทำการสุ่มเลือกจนครบจำนวน 250 คน ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 14 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ภาวะสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน 30 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น 0.94

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน 29 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น 0.94

3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอนดังนี้

3.1 ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล จากภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานีไปยังผู้อำนวยการโรงพยาบาลปะนาเระ

3.2 ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้มีผู้ช่วยเก็บข้อมูลจำนวน 2 ท่าน ซึ่งผู้วิจัยมีการเตรียมความพร้อมของผู้สัมภาษณ์ โดยการอธิบายวัตถุประสงค์ วิธีการสัมภาษณ์ การบันทึกข้อมูลตามคู่มือการสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของผู้สัมภาษณ์โดยใช้สูตรของฮอยท์ Hoyt's ได้ค่าความสอดคล้อง 0.97 โดยกำหนดระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลประมาณ 1 เดือน

3.3 เก็บรวบรวมรายชื่อผู้ป่วยโรคเบาหวานในเขตอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี จากทะเบียนผู้ป่วยเบาหวานอำเภอปะนาเระ

3.4 คัดเลือกรายชื่อผู้ถูกสัมภาษณ์โดยการจับฉลากรายชื่อให้ได้ครบ 350 รายชื่อ จากนั้นจะทำการเลือกตัวอย่าง โดยนำแบบสัมภาษณ์ไปสัมภาษณ์ผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการที่โรงพยาบาลปะนาเระ ในช่วงระยะเวลา ตั้งแต่วันที่ 11 กุมภาพันธ์ – 9 มีนาคม 2551 จนครบ 250 คน โดยใช้ระยะเวลาเฉลี่ยในการสัมภาษณ์รายละ 20 นาที

3.5 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย และการทดสอบค่าที (t-Test)

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในเขตอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จำนวน250 คนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 60 มีอายุอยู่ในช่วง 40-60 ปีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 52.8 นับถือศาสนาอิสลามเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 82 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ ทำไร่ ทำนา ทำสวน ร้อยละ 40.4 รายได้ต่อเดือนส่วนใหญ่ประมาณ 5,000-10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 49.2 ระดับการศึกษานั้นส่วนใหญ่ไม่ได้รับการศึกษา คิดเป็นร้อยละ36.8 เจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานนาน 5-10 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 44 โรคประจำตัวอื่นๆที่พบ จะพบเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 21.6 ภาวะแทรกซ้อนที่พบมากที่สุดคือ ภาวะแทรกซ้อนของระบบประสาทส่วนปลาย คิดเป็นร้อยละ 16 ระดับน้ำตาลในเลือดเฉลี่ย 5 ครั้งที่ผ่านมา ส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ 126-200 mg% ในส่วนของประวัติการเป็นโรคเบาหวานของคนในครอบครัว ส่วนใหญ่ให้ประวัติว่ามีบิดามารดาเป็นโรคเบาหวาน คิดเป็นร้อยละ 4 แพทย์และพยาบาลเป็นผู้ที่ให้คำแนะนำเรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน มากที่สุด และเรื่องที่ได้รับการแนะนำในการดูแลตนเอง ร้อยละ 100 ได้รับคำแนะนำเรื่องการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยาและพบแพทย์

2. การรับรู้ภาวะสุขภาพ พบว่าการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน มีคะแนนเฉลี่ยรายด้านสูงสุด คือ 11.28 คะแนน จากคะแนนเต็ม 15 มีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.52 มีคะแนนเฉลี่ยรายข้อเท่ากับ 2.56 จากคะแนนเต็ม 3 โดยมีการรับรู้ภาวะสุขภาพถูกต้องระดับสูง ส่วนด้านอื่นๆ ได้แก่ การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับ และการรับรู้อุปสรรคในการดูแลสุขภาพมีการรับรู้ถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง ในด้านการรับรู้ภาวะสุขภาพโดยรวม มีการรับรู้ถูกต้องอยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน

3. การดูแลตนเอง พบว่า คะแนนการดูแลตนเองด้านการจัดการความเครียดมีคะแนนเฉลี่ยรายด้านสูงสุด คือ 7.26 คะแนน จากคะแนนเต็ม 9 คะแนน มีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.53 มีคะแนนเฉลี่ยรายข้อเท่ากับ 2.42 มีคะแนนของการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ในขณะที่การดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร มีคะแนนเฉลี่ยการดูแลตนเองต่ำสุด คือ 12.12

คะแนน จากคะแนนเต็ม 18 คะแนน มีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.64 แต่เมื่อดูแลคะแนนของการดูแลตนเองโดยรวมแล้ว พบว่าคะแนนการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

4. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน พบว่าการรับรู้ภาวะสุขภาพด้านการรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับ มีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ส่วนการรับรู้ความรุนแรงของโรคและการรับรู้อุปสรรคในการดูแลสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ในขณะการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนมีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในระดับต่ำ เมื่อดูภาพรวมแล้วการรับรู้ภาวะสุขภาพโดยรวม มีความสัมพันธ์กับการการดูแลตนเองในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ0.01 และเมื่อดูปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ภาวะสุขภาพ และการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง การรับรู้ภาวะสุขภาพของกลุ่มที่มีภาวะแทรกซ้อนและกลุ่มที่สามารถควบคุมน้ำตาลในเลือดได้มีคะแนนรับรู้ภาวะสุขภาพสูงกว่ากลุ่มที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนและกลุ่มที่ไม่สามารถควบคุมได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่ในด้านการดูแลตนเองนั้นไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในเขตอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับโครงสร้างผู้ป่วยเบาหวานของประเทศไทยที่พบว่าสัดส่วนการป่วยในเพศหญิงมากกว่าชาย เท่ากับ 1: 2.2 (สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข, 2549 :530) อยู่ในช่วงอายุ 40-60 ปี ซึ่งเป็นวัยกลางคน ทั้งนี้เพราะปัจจัยเสี่ยงหนึ่งของการเกิดโรคเบาหวานคืออายุที่เพิ่มขึ้น โดยโรคเบาหวานมักพบในคนที่มีอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป (วรรณี นิธิยานันท์, 2544 : 41) มากกว่าครึ่งหนึ่งนับถือศาสนาอิสลาม อันเป็นลักษณะการนับถือศาสนาของประชากรส่วนใหญ่ในเขตพื้นที่อำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานี อาชีพส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่าง คือ ทำไร่ ทำนา ทำสวน เนื่องจากในเขตอำเภอปะนาเระ ประชากรส่วนใหญ่มักจะมีอาชีพทำนาและทำสวนยาง สอดคล้องกับรายได้ต่อเดือนของกลุ่มตัวอย่างที่ส่วนใหญ่มีรายได้อยู่ในระดับปานกลางคือ 5,000-10,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 62.2 ของกลุ่มตัวอย่างได้รับการศึกษาในชั้นเรียน คือในระดับประถมศึกษาตอนต้นจนถึงระดับปริญญาตรี และร้อยละ 34.8 ของกลุ่มตัวอย่างไม่ได้เข้าศึกษาในระบบการศึกษา ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นชาวมุสลิม

ที่มีอายุมากกว่า 50 ปี กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีประวัติการเป็นโรคเบาหวานของคนในครอบครัว แต่ร้อยละ 8.4 มีประวัติญาติสายตรงเป็นเบาหวาน สอดคล้องปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานที่ประกอบด้วย ปัจจัยทางพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และสาเหตุอื่นๆ (ปัทมา โลหเจริญวนิช, 2543 : 219) ร้อยละ 28.4 มีภาวะแทรกซ้อนของเบาหวานอันได้แก่ ภาวะแทรกซ้อนทางตา ร้อยละ 2.8 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุรพล ศิริธวัช (2547 : 21-28 อ้างตามดามพ์ มุกด์มณี, 2550 : 89) ที่ทำการศึกษาในผู้ป่วยเบาหวานโรงพยาบาลชุมชนจังหวัด สุราษฎร์ธานี เมื่อปี พ.ศ.2544 พบว่าภาวะเบาหวานขึ้นจอประสาทตาคิดเป็นร้อยละ 13.82 พบภาวะแทรกซ้อนทางไตร้อยละ 1.2 ภาวะแทรกซ้อนของระบบหัวใจและหลอดเลือด ร้อยละ 2.4 ภาวะไขมันในเลือดสูง ภาวะแทรกซ้อนของระบบประสาทส่วนปลาย การมีแผลที่เท้าหรือตามตัว ในต่างประเทศมีการศึกษาพบว่าอุบัติการณ์และความชุกของการเกิดแผลที่เท้าในผู้ป่วยเบาหวานเท่ากับ 1.0 - 4.1 และ 5.3 - 10.5 โดยพบว่า 20 % ของผู้ป่วยเบาหวานต้องเข้าโรงพยาบาลเนื่องจากปัญหาแผลที่เท้า (กุลภา ศรีสวัสดิ์, 2545 : 37-38) โดยในการวิจัยครั้งนี้ได้สัมภาษณ์ภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นขณะที่ให้การสัมภาษณ์โดยไม่ได้ถามประวัติการเป็นแผลก่อนหน้านี้ ซึ่งแผลอาจหายแล้ว ทำให้ได้ข้อมูลการเจ็บป่วยในปัจจุบันนี้เท่านั้น นอกจากนี้ยังพบภาวะแทรกซ้อนอันเกิดจากภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ คิดเป็นร้อยละ 0.8 โรคประจำตัวที่พบมากที่สุดคือ โรคความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้ภาวะว่าภาวะสุขภาพในปัจจุบันอยู่ในระดับปานกลาง โดยให้เหตุผลว่าตนเป็นโรคเบาหวาน เป็นโรคเรื้อรังที่ต้องรับการรักษาที่ต่อเนื่อง บางครั้งเจ็บป่วยง่าย และตัวอย่างส่วนใหญ่มีระยะเวลาการเจ็บป่วยอยู่ในช่วง 5-10 ปี มีค่าระดับน้ำตาลในเลือดเฉลี่ย 5 ครั้งที่ผ่านมา เท่ากับ 126-200 mg% ซึ่งจัดว่าควบคุมได้ระดับหนึ่ง ทำให้เกิดการเรียนรู้ด้านสุขภาพและยอมรับเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของตนเอง แต่ทั้งนี้ผู้ป่วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่ยังต้องพึ่งยาและการดูแลตนเองที่เคร่งครัดในการรักษา ประกอบกับต้องพบกับความไม่แน่นอนเกี่ยวกับภาวะแทรกซ้อนที่อาจจะเกิดขึ้น ทั้งภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลันและเรื้อรัง ทำให้ตัวอย่างส่วนใหญ่จึงรับรู้ว่า ภาวะสุขภาพของตนอยู่ในระดับปานกลาง แต่ทั้งนี้ยังมีบางส่วนประมาณร้อยละ 13.2 มีการประเมินภาวะสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับดี เพราะมีอาการทั่วไปเช่นเดียวกับคนปกติทั่วไป ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับคำแนะนำจากแพทย์พยาบาลและผู้ป่วยเบาหวานด้วยกัน ในเรื่องการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยาและการพบแพทย์ เนื่องจากปัจจัยหลัก 3 ข้อนี้เป็นส่วนสำคัญที่จะช่วย ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดมากที่สุด

2. การรับรู้ภาวะสุขภาพ ผลการศึกษาการรับรู้ภาวะสุขภาพโดยรวมของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของสุนีย์ เก่งกาจ (2544 : บทคัดย่อ) ที่ทำการศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมป้องกัน

ภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคเบาหวานโรงพยาบาลพร้าว จังหวัดเชียงใหม่ โดยทำ การศึกษาในผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการที่คลินิกโรคเบาหวาน จำนวน 100 คน ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้ภาวะแทรกซ้อนอยู่ในระดับสูง โดยกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษานั้นส่วนใหญ่อยู่ในวัยกลางคน มีระยะการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานนาน 5-10 ปี ร้อยละ 63.2 ได้รับการศึกษาในชั้นเรียน จะพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่สามารถอ่านออกเขียนได้ สามารถรับรู้เกี่ยวกับพยาธิสภาพของโรคได้พอควร แต่ทั้งนี้ก็พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 45.6 และเป็นกลุ่มที่ไม่ได้รับการศึกษาจำนวน ร้อยละ 36.8 เมื่อศึกษาโดยรวมแล้วก็จะพบว่าคะแนนการรับรู้ภาวะสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อดูตามรายด้านแล้ว พบว่าการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนของกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ถูกต้องระดับสูง ในขณะที่การรับรู้ภาวะสุขภาพด้านการรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับและการรับรู้อุปสรรคในการดูแลตนเองมีการรับรู้ที่ถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของศิริพร ปาระมะ (2545 : 43) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรงพยาบาลลี้ จังหวัดลำพูน พบว่าผู้ป่วยเบาหวานมีการรับรู้ภาวะแทรกซ้อน การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับและการรับรู้อุปสรรคของโรคอยู่ในระดับปานกลาง ในขณะที่การรับรู้ความรุนแรงของโรคอยู่ในระดับสูง

3. การดูแลตนเอง ผลการศึกษาการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในเขตอำเภอปะนาเระ พบว่า คะแนนการดูแลตนเองด้านการจัดการความเครียดมีคะแนนเฉลี่ยรายด้านสูงสุด แต่ทั้งนี้ก็อยู่ในเกณฑ์การดูแลตนเองระดับปานกลาง ซึ่งร้อยละ 69.2 มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคเบาหวานบางครั้ง สอดคล้องกับการศึกษาของพรทิพย์ ซุ่นอื้อ, วันดี สุทธรังษีและบุญวดี เพชรรัตน์(2549 : 83) ที่ทำการวิจัยเรื่องภาวะซึมผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน กรณีศึกษาผู้รับบริการคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลตรัง ที่พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่ มีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 66.1 เนื่องจากโรคเบาหวาน เป็นโรคเรื้อรังที่มีระยะเวลาของการเจ็บป่วยยาวนาน เนื่องจาก ธรรมชาติของโรคและการรักษาจะมีผลกระทบต่อผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง ผู้ป่วยมักได้รับการรักษาแบบผู้ป่วยนอก จะมาพบกับ บุคลากรทางสุขภาพเพียงครั้งคราวตามนัดหรือเมื่อมีอาการกำเริบ ดังนั้นผู้ป่วยจึงเป็นผู้ที่ต้องรับผิดชอบโดยตรงในการดูแล และจัดการกับปัญหาสุขภาพของตนเองในแต่ละวัน เผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในร่างกาย ความไม่แน่นอนจากความเจ็บป่วยและภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้น ในขณะที่การดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร มีคะแนนเฉลี่ยการดูแลตนเองต่ำสุด โดยพบว่าตัวอย่างร้อยละ 28 มีการใช้น้ำมันปาล์มเป็นประจำ และร้อยละ 73.2 รับประทานอาหารหวานจัดบางครั้ง สอดคล้องกับการศึกษาของอุไร วินิจกุล (2544 : 31) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความบกพร่องเรื่องการรับประทานอาหาร ผู้ป่วยเบาหวานมักจะหิวบ่อยและมักรับประทานอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต เช่น ข้าวเหนียว ขนมหวาน ผลไม้ที่มีรส

หวาน ซึ่งรับประทานตามความคุ้นเคยไม่จำกัดปริมาณ และสอดคล้องกับการศึกษาของวินธนา คูศิริสิน (2546 : ง) ที่ทำการศึกษาเรื่องการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพกับระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน โดยทำการศึกษาในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว คณะแพทย์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่มีการดูแลตนเองด้านโภชนาการและด้านสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ไม่ดี และมีแนวโน้มเพิ่มโอกาสของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ ในด้านการออกกำลังกาย พบร้อยละ 31.6 ที่มีการออกกำลังกายเป็นประจำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง สอดคล้องกับภาวะความเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนเช่น อาการชาตามมือเท้า อาการอ่อนเพลีย ดังนั้นผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่ที่มีภาวะแทรกซ้อนมักจะมีการออกกำลังกายเพื่อบรรเทาอาการ ในด้านการใช้ยาและการพบแพทย์พบว่าร้อยละ 57.2 ที่มาพบแพทย์ตามนัดทุกครั้งไม่เคยขาด แต่ร้อยละ 71.6 ไม่เคยขาดยาเบาหวาน สอดคล้องกับผลการศึกษาของคณะทำงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ เขต 10 กระทรวงสาธารณสุข (2542: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน เขต 10 พบว่า มีร้อยละ 75.7 ที่รับประทานยาเบาหวานสม่ำเสมอ ไม่ขาดยา ส่วนในด้านพฤติกรรมป้องกันภาวะแทรกซ้อน พบว่าร้อยละ 90.8 ไม่เคยพกลูกอมหรือทอฟฟี่ติดตัว มีเพียงร้อยละ 5.2 เท่านั้นที่มีการตรวจเท้าทุกวันก่อนนอนเพื่อตรวจดูความผิดปกติของผิวหนังบริเวณเท้า และมีเพียงร้อยละ 20.4 เท่านั้นที่มีการตัดเล็บอย่างถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ในแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลศรีนครินทร์ พบว่าผู้ป่วยเบาหวานเพียงร้อยละ 4.6 เท่านั้น ที่มีการตัดเล็บอย่างถูกต้อง (รัชนี โชติมงคล,อัมพร พรรณ ธีรานุตร และสุวรรณา บุญยะลีพรรณ, 2549 : บทคัดย่อ) แต่เมื่อดูแลคะแนนของการดูแลตนเองโดยรวมแล้ว พบว่าคะแนนการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ภาวะความเจ็บป่วยที่เรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานเป็นระยะเวลา 5-10 ปี มีการปรับตัว และยอมรับภาวะเจ็บป่วยและมีการดำเนินชีวิตตามปกติ จึงไม่ค่อยเข้มงวดกับการดูแลตนเอง ประกอบกับผลการศึกษาการรับรู้ภาวะสุขภาพ พบว่าการรับรู้ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปานกลาง จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับแนวทฤษฎีของ Kurt Lewin ซึ่ง Kurt Lewin กล่าวว่า “โลกของการรับรู้ของบุคคล จะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคลนั้นๆ” (บังอร ประภาสะสุตร์,จันทร์เพ็ญ ปริยัติและอรนาถ วัฒนวงษ์, 2542 : 19)

4. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับการดูแลตนเอง ซึ่งเมื่อทำการวิเคราะห์รายด้านพบว่า

การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนมีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 นั่นคือการที่ว่ากลุ่มตัวอย่างรับรู้ว่าภาวะสุขภาพตนเอง

ขณะนี้เป็นอย่างไร มีโอกาสเสี่ยงต่อการภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานมากน้อยเพียงใดความรู้สึกของผู้ป่วยว่าตนเองง่ายต่อการป่วยเป็นโรคต่างๆ ซึ่งจะมีผลต่อการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระดับเล็กน้อย ในด้านการรับรู้การรับรู้ความรุนแรงของโรค มีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ความรุนแรงของโรคหรือภาวะแทรกซ้อนที่มีต่อร่างกาย การก่อให้เกิดพิการ เสียชีวิต ความยากลำบากและการต้องใช้ระยะเวลานานในการรักษา หรือมีผลกระทบต่อบทบาททางสังคม มีผลต่อการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระดับปานกลาง ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่มีการรับรู้ความรุนแรงของโรคมีแนวโน้มของการดูตนเองที่ดีขึ้น การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับ มีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 การรับรู้อุปสรรคในการดูแลสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ0.01 การที่ยอมรับว่าการปฏิบัตินั้นเป็นทางออกที่ดีก่อให้ เกิดผลดีมีประโยชน์และเหมาะสมที่สุด ทำให้สามารถป้องกันการเกิดโรค สามารถควบคุมโรครวมทั้งป้องกันภาวะแทรกซ้อนได้ ซึ่งการรับรู้ถึงผลประโยชน์ที่จะได้รับเมื่อทำการประเมินเทียบกับค่าใช้จ่าย จะส่งผลต่อการดูแลสุขภาพที่เหมาะสม มีการปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัดและต่อเนื่อง (McKenzie and Smelthzer, 1996 : 111-112; บังอร ประภาสะสุตร์,จันทร์เพ็ญ ปริยัติและอรนาถ วัฒนวงษ์, 2542 : 25) ด้านการรักษาพยาบาลในปัจจุบัน รัฐจัดสวัสดิการให้เต็มที่ทำให้ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษา ประกอบกับว่าเมื่อได้รับการรักษาแล้วกลุ่มตัวอย่างรู้สึกดีขึ้น ทำให้การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับมีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเอง และการรับรู้อุปสรรคของกลุ่มตัวอย่างพบว่ามี ร้อยละ 24 รู้สึกเบื่อหน่ายกับการที่ต้องมารอการตรวจเป็นประจำ และมีร้อยละ 22.4 ที่จำเป็นต้องพึ่งพาบุคคลในครอบครัวในการพาผู้ป่วยมาโรงพยาบาล จากผลการศึกษาสอดคล้องกับการศึกษาของของศิริพร ปาระมะ (2545 : บทคัดย่อ) โดยการรับรู้ภาวะสุขภาพด้านการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ถึงอุปสรรคในการดูแลตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และสอดคล้องกับการศึกษาของจตุรงค์ ประดิษฐ์ (2545:ข-ค) ที่พบว่าการรับรู้ภาวะสุขภาพด้านการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ถึงอุปสรรคในการดูแลตนเอง การรับรู้ถึงประโยชน์ของการดูแลตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของสุนีย์ เก่งกาจ (2544 : บทคัดย่อ) ที่กล่าวว่าการรับรู้โอกาสเสี่ยงและความรุนแรงของภาวะแทรกซ้อนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันภาวะแทรกซ้อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเป็นเพราะตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นกลุ่มคนที่ประกอบอาชีพทำไร่ ทำนา ทำสวน และเป็นกลุ่มแม่บ้านไม่ได้ทำงาน ทำให้เป็นกลุ่มที่ค่อนข้างให้ความ

เชื่อถือบุคลากรทางการแพทย์ เมื่อให้ความรู้มักจะเชื่อแพทย์และพยาบาล และกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่มีรายได้ปานกลาง การดูแลสุขภาพจึงต้องใช้บริการรัฐสวัสดิการจึงมองเห็นประโยชน์ที่จะได้รับมากกว่าการรับประทานยาหมอบ้าน นอกจากนี้กลุ่มนี้ไม่ได้มีงานประจำ การมาพบแพทย์ตามนัดจึงไม่กระทบกับภาระงานและรายได้แต่อย่างใด

จากการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะสุขภาพและการดูแลตนเองพบว่าเพศและระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้ภาวะสุขภาพและการดูแลตนเอง ในขณะที่การมีภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานและการสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีจะมีคะแนนการรับรู้ภาวะสุขภาพดีกว่ากลุ่มที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อน และควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 แต่มีการดูแลตนเองที่ไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ สุธีรัตน์ อนันต์ (2545, บทคัดย่อ) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการ ที่คลินิกเบาหวานโรงพยาบาลตราด ที่พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

การรับรู้ภาวะสุขภาพโดยรวม อันเป็นผลรวมของการรับรู้ภาวะสุขภาพแต่ละด้าน ได้แก่ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน การรับรู้การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับ และการรับรู้อุปสรรคพบว่ามีความสัมพันธ์กับการการดูแลตนเองในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 สอดคล้องกับแนวคิดของ มาร์ติว (Marteau , 1995 : 7) ที่กล่าวว่าแนวโน้มของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีผลมาจากการรับรู้ของบุคคล เกี่ยวกับความไวของการเกิดโรค ความรุนแรงของโรค รวมถึงการประเมินถึงผลประโยชน์ที่ได้รับเมื่อเปรียบเทียบกับค่าใช้จ่าย นอกจากนี้อาจมีปัจจัยเสริมอื่นๆที่อาจมีผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ เช่นปัจจัยภายในได้แก่ การรับรู้ถึงอาการที่เป็นอยู่ในปัจจุบันและปัจจัยภายนอกได้แก่ ข้อมูลข่าวสารทางด้านสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ และสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยที่ว่า การรับรู้ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ผู้ป่วยเบาหวานจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีพฤติกรรมเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนและควบคุมโรค เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวานเป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่ต้องการการดูแลสุขภาพในระยะยาว ซึ่งการรับรู้ของผู้ป่วยจะมีผลอย่างยิ่งต่อการดูแลตนเอง ดังนั้นบุคลากรด้านสาธารณสุขจึงควรมีการให้ความรู้ รวมทั้งสนับสนุนการรับรู้ของผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้ง 4 ด้านจึงน่าจะมีส่วนช่วยส่งเสริมให้เกิดการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่เหมาะสมต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรส่งเสริมการรับรู้ที่ถูกต้องแก่ผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถแสดงพฤติกรรมการดูแลตนเองได้ถูกต้อง

2. ควรเลือกสื่อในการให้ความรู้ ที่เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละราย รวมถึงเลือกเรื่องที่ผู้ป่วยเบาหวานให้ความสนใจ

3. ควรเน้นให้ความรู้เรื่องการควบคุมอาหารและพฤติกรรมป้องกันภาวะแทรกซ้อนแก่ผู้ป่วยเบาหวานเพื่อส่งเสริมให้มีการดูแลตนเองที่ถูกต้องต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาแบบกรณีศึกษาวิจัยเชิงลึก ในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

2. ควรมีการคิดพัฒนารูปแบบการดูแลตนเองที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน โดยมีการติดตามผลอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาเป็นโปรแกรมการดูแลสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน

3. ควรวิจัยเชิงปฏิบัติการการมีส่วนร่วมของคนในครอบครัวในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานที่เป็นระบบชัดเจนต่อไป