

P310 : ปัจจัยที่ผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวน ตำบลกุดปลาตุก อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ
แจ่มจันทร์ พุ่มโพธิ์ **รพ.สต.บ้านนาสีนวน**

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจแบบพรรณนาภาคตัดขวาง(Observational Descriptive studies) มีวัตถุประสงค์เพื่อทราบถึงปัจจัยที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวน ตำบลกุดปลาตุก อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่อยู่ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวนจำนวน 110 คน เก็บข้อมูลเชิงปริมาณ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถาม แบ่งเป็น 4 ด้าน คือแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป(เพศ,อายุ,สถานภาพ,ระดับการศึกษา,อาชีพ,ระยะเวลาการเป็นโรค) แบบสอบถามด้านความรู้(ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน)แบบสอบถามด้านการสนับสนุนทางสังคม(การเข้าถึงบริการ,การได้รับข้อมูลข่าวสาร)และแบบสอบถามด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ(การควบคุมอาหาร,การออกกำลังกาย,การรับประทานยา) ข้อคำถามมีทั้งคำถามเชิงบวกและเชิงลบ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สถิติที่ใช้ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ระยะเวลาในการศึกษาระหว่างเดือนเมษายน – มิถุนายน 2563

ผลการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นเพศชายร้อยละ 30.9 เพศหญิงร้อยละ 69.1 อายุเฉลี่ย 58 ปี อายุสูงสุด 85 ปี อายุต่ำสุด 42 ปี สถานภาพส่วนใหญ่สมรสร้อยละ 70.91 จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ร้อยละ 55.45 และทำอาชีพเกษตรกรร้อยละ 77.27 ระยะเวลาในการเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เฉลี่ย 11 ปี โดยระยะเวลาของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 นานที่สุด 36 ปี และน้อยที่สุด 1 ปี มีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานอยู่ในระดับดี ร้อยละ 81.22 ทักษะและการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 65.65 มีพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับต่ำร้อยละ 44.50 ข้อเสนอแนะควรนำผลการศึกษาไปเป็นแนวทางในการวางแผนเพื่อให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ให้สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีต่อไป

ความเป็นมาและความสำคัญ

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขของประเทศไทยและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี ในปี 2558 ประเทศไทยมีผู้ป่วยเบาหวาน 415 ล้านคน ทำนายในปี 2588 จะมีผู้ป่วยเบาหวานเพิ่มเป็น 642 ล้านคน(สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี,2558) นอกจากโรคเบาหวานจะเกิดจากกรรมพันธุ์แล้วยังเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่คนในยุคปัจจุบันนิยมบริโภคอาหารที่มีไขมันและน้ำตาลสูง อาหารปรุงสำเร็จจากร้านต่างๆ อาหารถุง อาหารตามร้านสะดวกซื้อและขนมกรุบกรอบ เป็นต้น ทั้งนี้ยังมีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ต่อเนื่องส่งผลให้ผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวานทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนในหลายระบบของร่างกายซึ่งส่งผลกระทบต่อ การดำรงชีวิต ภาวะเศรษฐกิจของผู้ป่วยและครอบครัว

การรักษาโรคเบาหวานมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญคือการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ เพื่อไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่สำคัญ คือ ภาวะแทรกซ้อนที่ตา ไตและภาวะแทรกซ้อนที่เท้า และให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี โรคเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นชนิดที่พบบ่อยที่สุดในคนไทยโดยพบประมาณร้อยละ 95ของผู้ป่วย (สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ,2557) ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวน ตำบลกุดปลาตุก อำเภอเมือง อำนาจเจริญมีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ทั้งหมด 110 คน ในปี 2562 มีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีจำนวน 21 คน ร้อยละ 19.09 ซึ่งยังไม่บรรลุเป้าหมายในการดำเนินงาน(เป้าหมาย $\geq 40\%$) ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวน เพื่อหาแนวทางในการพัฒนารูปแบบการให้บริการและส่งเสริมพฤติกรรมของผู้ป่วยให้มีระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์และลดภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ทศนคติและพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวน

ขอบเขตของวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจแบบพรรณนาภาคตัดขวาง(Observational Descriptive studies) เป็นการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมบ้านนาสีนวน อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 110 คน ระหว่างเดือนเมษายน – มิถุนายน 2563

เครื่องมือการวิจัยและเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม แบ่งเป็น 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน

ส่วนที่ 3 ทศนคติและการสนับสนุนทางสังคม

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในวันที่มารับบริการในคลินิกโรคเรื้อรังของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวน จำนวน 18 คน และแจกแบบสอบถามผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ไม่ได้มารับบริการที่รพ.สต.โดยให้ผสม.ที่ได้รับคำแนะนำในการสัมภาษณ์เป็นผู้สอบถามจำนวน 92 คน จากนั้นผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนของแบบสอบถามเมื่อพบว่าการตอบแบบสอบถามไม่ครบทุกข้อต้องนำกลับไปสอบถามเพิ่มจนครบถ้วนอีกครั้งเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน การสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมการดูแลสุขภาพโดยใช้ความถี่ ร้อยละ

ผลการวิจัย

จากการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เพศหญิงร้อยละ 61.10 อายุเฉลี่ย 58 ปี อายุสูงสุด 85 ปี อายุต่ำสุด 42 ปี สถานภาพส่วนใหญ่สมรสร้อยละ 70.91 จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ร้อยละ 55.45 และทำอาชีพเกษตรกรร้อยละ 77.27 ระยะเวลาในการเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เฉลี่ย 11 ปี โดยระยะเวลาของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 นานที่สุด 36 ปี และน้อยที่สุด 1 ปี ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน n=110	ร้อยละ
เพศ	ชาย	34	30.90
	หญิง	76	61.10
อายุ	≤30	5	4.54
	31-59	38	34.55
	≥60	67	30.91
	X = 58 Min 42 Max 85		
สถานภาพ	โสด	2	1.82
	สมรส	78	70.91
	หม้าย	25	22.72
	หย่า/แยก	5	4.54
ระดับการศึกษา	ต่ำกว่าประถมศึกษา	22	20
	ประถมศึกษา	61	55.45
	มัธยมศึกษา	17	15.45
	ปวช./ปวส.	10	9.09
	อาชีพ	เกษตรกร	85
	รับจ้าง	12	10.91
	ค้าขาย	13	11.81

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2(ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน n=110	ร้อยละ
ระยะเวลาการเป็นเบาหวาน	1-10 ปี	18	16.37
	11-20 ปี	22	20
	21-30 ปี	35	31.82
	31-40 ปี	35	31.82
X = 11 Min = 1 Max = 36			

ด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 มีความรู้ในภาพรวมในระดับดีร้อยละ โดยข้อที่ตอบถูกมากที่สุดคือโรคเบาหวานเป็นโรคที่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ร้อยละ 84.54 ข้อที่ตอบถูกน้อยที่สุดคือ อาการปัสสาวะบ่อย หิวบ่อย น้ำหนักลด กระจายน้ำไม่ใช่อาการของโรคเบาหวาน ร้อยละ 20.91 ตามตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน

ข้อ	คำถาม	n=110			
		ใช่	ร้อยละ	ไม่ใช่	ร้อยละ
1	โรคเบาหวานสามารถติดต่อทางกรรมพันธุ์ได้	93	84.54	17	15.46
2	อาการปัสสาวะบ่อย ทิวบ่อย น้ำหนักลด กระจายน้ำไม่ใช่อาการของโรคเบาหวาน	23	20.91	87	79.09
3	โรคเบาหวานสามารถรักษาให้หายขาดได้	26	23.64	84	76.36
4	ผู้ป่วยเบาหวานต้องได้รับอย่างสม่ำเสมอ	90	81.82	20	18.18
5	ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ เวลาмиบาดแผลจะหายช้ากว่าคนปกติทั่วไป	85	77.27	25	22.73
6	โรคเบาหวานสามารถรักษาให้หายขาดได้ถ้ากินยาสม่ำเสมอ	27	24.55	83	75.45
7	การรับประทานอาหารรสหวานจัด ทำให้เป็นโรคเบาหวานได้	79	71.82	31	28.18
8	การสูบบุหรี่เป็นประจำทำให้เป็นโรคเบาหวานได้	32	29.09	78	70.91
9	เมื่อมาตรวจโรคเบาหวานไม่ต้องงดน้ำงดอาหารก่อนตรวจ	25	22.73	85	77.27
10	อาการแทรกซ้อนของโรคเบาหวานทำให้เกิดภาวะไตวายและไตเสื่อมได้	81	73.64	29	26.36

ด้านทัศนคติและการสนับสนุนทางสังคม พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เห็นด้วยเรื่องผู้ป่วยเบาหวานมีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคอื่นๆได้มากที่สุดร้อยละ 84.55 ไม่เห็นด้วยมากที่สุดในเรื่องการทานยาเป็นประจำทำให้ไม่ต้องควบคุมอาหารที่มีรสชาติหวาน ร้อยละ 84.55 ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ทัศนคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานและการสนับสนุนทางสังคม

ข้อ	คำถาม	n=110			
		เห็นด้วย	ร้อยละ	ไม่เห็นด้วย	ร้อยละ
1	ผู้ป่วยเบาหวานที่มีรับยาอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดี	92	83.64	18	16.36
2	การทานยาเป็นประจำทำให้ไม่ต้องควบคุมอาหารที่มีรสชาติหวาน	17	15.45	93	84.55
3	การที่ท่านไม่ทานอาหารที่มีรสชาติหวาน ทำให้ไม่จำเป็นต้องพบแพทย์ตามนัด	14	12.73	96	87.27
4	ผู้ป่วยเบาหวานมีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคอื่นๆได้	93	84.55	17	15.45
5	การควบคุมน้ำหนักไม่ให้อ้วนจะช่วยป้องกันโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานได้	82	74.55	28	25.45
6	การปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์จะทำให้ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี	80	72.73	30	27.27
7	การมาพบแพทย์ตามนัดทำให้ท่านได้รับการรักษาที่ต่อเนื่อง	78	70.91	32	29.09
8	ระยะเวลาในการรอพบแพทย์ทำให้ท่านรู้สึกเบื่อหน่าย	79	71.82	31	28.18
9	การมาพบแพทย์ตามนัดทำให้เสียรายได้จากการทำงาน	56	50.91	54	49.09
10	การออกกำลังกายสม่ำเสมอจะทำให้ท่านควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี	88	80	22	20

ด้านพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาสีนวน พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 มีพฤติกรรมไม่ดื่มเหล้าไม่สูบบุหรี่ร้อยละ 80 ชอบนอนมากกว่าการออกกำลังกายร้อยละ 76.36 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 พฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

ข้อความ	ระดับพฤติกรรมปฏิบัติ							
	บ่อยครั้ง	ร้อยละ	ปานกลาง	ร้อยละ	นานๆ ครั้ง	ร้อยละ	ไม่ปฏิบัติ	ร้อยละ
1.ท่านดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวาน	3	2.73	12	10.91	32	29.09	63	57.27
2.ท่านไปรับการตรวจระดับน้ำตาลในเลือดเพื่อติดตามความเปลี่ยนแปลงของระดับน้ำตาล	65	59.09	32	29.09	13	11.82	0	0
3.ท่านรับประทานอาหารทอดมากกว่าการต้ม	1	9.09	58	52.73	28	25.45	23	20.91
4.ท่านรับประทานอาหารที่มีรสชาติหวาน	5	4.55	48	43.64	57	51.82	10	9.09
5.ท่านรับประทานอาหารครบ 5 หมู่	78	70.91	24	21.82	6	5.45	2	1.82
6.ท่านดื่มสุราและสูบบุหรี่	3	2.73	12	10.91	7	6.36	88	80
7.ท่านได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี	66	60	11	10	18	16.36	15	13.64
8.ท่านดูแลตัวเองและควบคุมอาหารเพื่อให้ร่างกายไม่อ้วนจนเกินไป	56	50.91	34	30.91	11	10	9	8.18
9.ท่านชอบนอนมากกว่าออกกำลังกาย	84	76.36	10	9.09	10	9.09	6	5.45
10.ท่านออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 ครั้งๆ ละอย่างน้อย 30 นาที	72	65.45	28	25.45	5	4.54	5	4.54

สรุปและอภิปรายผล

จากการวิจัย พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้(ค่า FBS ต่ำกว่า 140 mg/dl) อายุของผู้ป่วยตรงกันข้ามกับค่าระดับน้ำตาลในเลือด คือผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีอายุมากสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีกว่าผู้ป่วยที่มีอายุน้อย ด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ทศนคติและพฤติกรรมในการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 มีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานในระดับดีแต่มีพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องและไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลยางหลวงเหนือ ตำบลกุดจิก อำเภอเมือง จังหวัดหนองบัวลำภู (ผลการศึกษาพบว่า การรับรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคเบาหวาน การรับรู้ประโยชน์ของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด พฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับน้ำตาลในเลือด(สุวัฒน์ ศิริแก่นทราย.2559)

ข้อเสนอแนะ

ควรจัดรูปแบบในการให้คำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยเบาหวานให้เหมาะสมกับบุคคลให้ต่อเนื่อง

บรรณานุกรม

- กฤษณา คำลอยฟ้า.(2554).ศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวานโรงพยาบาลแก้งสนามนาง อำเภอแก้งสนามนาง จังหวัดนครราชสีมา.วารสารวิทยาลัยการพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา.
- สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯสยามบรมราชกุมารี (2557).แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน.กรุงเทพฯ:หจก.อรุณการพิมพ์
- สุวัฒน์ ศิริแก่นทราย.(2559)ปัจจัยที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขต รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลยางหลวงเหนือ ตำบลกุดจิก อำเภอเมือง จังหวัดหนองบัวลำภู