

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลการดำเนินงานโครงการส่งเสริมส่งเสริมสุขภาพเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Quasi Experimental Research) สองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังทดลอง (Two-Group Pretest-Posttest Design) โดยวิธีดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูลการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ประชากรที่ศึกษาได้แก่ ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาตรวจรักษาที่คลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลมหาสารคาม จำนวน 1,546 คน และกลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คนเป็นผู้ป่วยในกลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และผู้ป่วยกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 30 คน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพ ในด้านความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งผลการวิจัยที่ได้จะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานทางด้านสาธารณสุขหรือผู้ป่วยโรคเบาหวาน เพื่อจะได้นำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการให้สุขศึกษาเชิงรุก และแนวทางในการปฏิบัติเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวานได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น สรุปผลการวิจัยตามลำดับชั้น ดังนี้

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย
2. ระเบียบวิธีวิจัย
3. สรุปผลการวิจัย
4. อภิปรายผล
5. ข้อเสนอแนะ

1. วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาลมหาสารคาม สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่มารับบริการในโรงพยาบาลมหาสารคามระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

3. เพื่อศึกษาข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ป่วยโรคเบาหวานเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาลมหาสารคาม

2. ระเบียบวิธีวิจัย

2.1 ประชากรที่ศึกษา คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการ ที่คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 1,546 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการโรงพยาบาลมหาสารคาม จำนวน 60 คน ได้มาโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบอย่างง่าย มีโอกาสถูกเลือกเท่าๆ กัน กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

2.2.1 กลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มที่ให้ความรู้โดยใช้สื่อประสมร่วมกับจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

2.2.2 กลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มที่ให้ความรู้ตามปกติ

2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามมี 1 ฉบับ แบ่งออกเป็น 2 ตอน 10 หน้า ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ตอนที่ 2 ประกอบด้วย แบบสอบถาม 5 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง จำนวน 25 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบวัดเจตคติต่อโรคเบาหวาน จำนวน 20 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเอง จำนวน 39 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบบันทึกระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามปลายเปิด (Open-end Question) แสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ

2.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังทดลอง (Two-Group Pretest-Posttest Design) โดยวิธีดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูลการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ มีหน่วยวิเคราะห์เป็นระดับบุคคล เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยใช้แบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ตั้งแต่วันที่ 9 มีนาคม 2548 ถึงวันที่ 30 มิถุนายน 2548 จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถาม มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของรหัส แล้วนำไปวิเคราะห์และประมวลผลต่อไป

2.5 วิธีดำเนินการทดลอง ภายหลังจากการสร้างและตรวจสอบเครื่องมือต่างๆ ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ตลอดจนแก้ไขปรับปรุงเรียบร้อยแล้ว จึงดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างตามแผนการทดลองที่วางไว้ ดังนี้

2.5.1 กลุ่มทดลอง

กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ให้ความรู้โดยใช้สื่อประสม และจัดกิจกรรม โดยมีขั้นตอนในการดำเนินงาน ดังนี้

1) ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เป็นผู้ป่วยที่มารับบริการที่คลินิกเบาหวานแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 30 คน

2) ทำการทดสอบก่อน (Pre-test) โดยใช้แบบวัดความรู้เรื่องโรคเบาหวาน แบบวัดเจตคติต่อโรคเบาหวาน แบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และแบบบันทึกระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยเป็นแบบทดสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

3) ดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่มทดลองเข้ารับกิจกรรมประกอบการใช้สื่อประสม 4 ครั้ง ทดลองทุกเดือน ทั้งนี้ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมจะทำการวัดระดับน้ำตาลในเลือดทุกเดือน

4) เมื่อให้กิจกรรมในกลุ่มทดลองครบ 4 ครั้งแล้ว ทำการวัดความรู้เรื่องโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองต่อโรคเบาหวาน (Pos-test) โดยใช้แบบทดสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และวัดระดับน้ำตาลในเลือดอีกครั้ง

2.5.2 กลุ่มเปรียบเทียบ

กลุ่มเปรียบเทียบเป็นกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ โดยกลุ่มนี้จะเป็นกลุ่มที่มารับการรักษาดตามปกติตามแพทย์นัดเป็นระยะ มีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

1) ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการที่คลินิกเบาหวาน แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาสารคาม จำนวน 30 คน

2) ทำการทดสอบก่อน (Pre-test) โดยใช้แบบวัดความรู้เรื่องโรคเบาหวาน และแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน โดยเป็นแบบทดสอบที่ผู้วิจัยค้นคว้าสร้างขึ้น

3) ดำเนินการทดลองโดยใช้กลุ่มเปรียบเทียบเข้ารับบริการตรวจตามปกติจากทีมสุขภาพ 4 ครั้ง ทั้งนี้ก่อนรับบริการตามปกติจะทำการวัดระดับน้ำตาลในเลือดทุกเดือน

4) เมื่อทดลองครบ 4 ครั้งแล้ว ทำการวัดความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง แบบวัดเจตคติต่อโรคเบาหวาน และแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย

โรคเบาหวาน (Post-test) โดยใช้แบบทดสอบที่ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าสร้างขึ้น และวัดระดับน้ำตาลในเลือดอีกครั้ง

2.6 การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows สถิติที่ใช้ประกอบด้วย 1) สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2) สถิติที่ใช้เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ t -test (Independent Samples T-Test)

3. สรุปผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลได้ดังนี้

3.1 ข้อมูลทั่วไป พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน 1,546 คนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 49 เนื่องจากเป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน ผู้ป่วยเบาหวานชนิดนี้พบในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย อายุของผู้ป่วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 51-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 45.00 เนื่องจากเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลินมักมีอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป ดับอ่อนของผู้ป่วยประเภทนี้ยังสามารถผลิตอินซูลินได้ตามปกติหรืออาจจะน้อยหรือมากกว่าปกติก็ได้ จึงพบผู้ป่วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่มีอายุมาก อาชีพของผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 60.00 มีสถานภาพสมรสคิดเป็นร้อยละ 70 มีการศึกษาในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 73.30 และส่วนใหญ่มีลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวขยาย คิดเป็นร้อยละ 51.70

3.2 ผลการวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อ 1 “เพื่อศึกษาผลของการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาลมหาสารคามสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน” สมมติฐานที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์ข้อนี้คือสมมติฐานข้อ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 สรุปผลได้ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลอง มีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 71.06 แต่หลังจากการ

ทดลอง มีความรู้อยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย 77.73 มีเจตคติต่อโรคเบาหวานก่อนการทดลอง มีค่าเฉลี่ย 2.66 แต่หลังจากการทดลองมีเจตคติในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย 2.96 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานก่อนการทดลอง มีค่าเฉลี่ย 2.53 แต่หลังจากการทดลอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย 2.96 มีระดับน้ำตาลในเลือดก่อนการทดลองในระดับไม่ดี มีค่าเฉลี่ย 252.43 แต่หลังจากการทดลองมีระดับน้ำตาลในเลือด อยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย 139.06

สรุปได้ว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานภายหลังการทดลองโครงการส่งเสริมสุขภาพ ผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับดี

วัตถุประสงค์ข้อ 2 “เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่มารับบริการในโรงพยาบาลมหาสารคามระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ” สมมติฐานที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์ข้อนี้ คือ สมมติฐานข้อ 2 สรุปผลได้ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมีเจตคติต่อโรคเบาหวาน หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมีระดับน้ำตาลในเลือด หลังการทดลองต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปได้ว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลอง ภายหลังการทดลอง มีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน และพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีระดับน้ำตาลในเลือดหลังการทดลองของผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วัตถุประสงค์ข้อ 3 “เพื่อศึกษาข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ป่วยโรคเบาหวานเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาลมหาสารคาม”

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลอง อยากให้มีการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ป่วยเบาหวานอย่างต่อเนื่อง เพราะได้รับความรู้เรื่องโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นสามารถนำไปดูแลสุขภาพตนเองที่บ้านได้ ส่วนผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มเปรียบเทียบอยากได้รับความรู้เพิ่มขึ้นมากกว่า และยังไม่ทราบถึงวัตถุประสงค์ที่ต้องการในการรักษาโรคเบาหวาน

สรุปได้ว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองดีขึ้น ซึ่งมีผลต่อระดับน้ำตาลในเลือด แสดงให้เห็นถึงการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ภายหลังจากเข้าร่วมโครงการส่งเสริมสุขภาพได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมการเรียนรู้และค่อยๆ พัฒนาขึ้น โดยอาศัยปัจจัย 3 ประการ ได้แก่ ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ซึ่งพัฒนามาจากพลังมนุษย์นั่นคือ บุคคลจะสามารถริเริ่มและมีการดูแลตนเองได้นั้น จะต้องได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง มีเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพ มีทักษะในการปฏิบัติกิจกรรมดูแลตนเอง เมื่อใดที่มีความสามารถในการดูแลตนเองก็จะเกิดกิจกรรมในการดูแลตนเองขึ้น แต่เมื่อใดที่การดูแลตนเองถูกจำกัด ซึ่งอาจจะเป็นผลจากการถูกจำกัดในความรู้และความชำนาญ หรือขาดแรงจูงใจก็ตามกิจกรรมการดูแลตนเองก็จะไม่เกิดขึ้นหรือเกิดขึ้นน้อยเหมือนกลุ่มเปรียบเทียบในการวิจัยครั้งนี้

4. อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานการวิจัย ซึ่งผลการวิจัยสามารถอภิปรายผลตามสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานข้อ 1 ภายหลังจากทดลองโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองจะมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับดี

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลอง มีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และมีระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานหลังการทดลอง อยู่ในระดับดี สอดคล้องกับสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้ และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ วาสนา เหนือผุยผาย (2547 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวานระหว่างการใช้สื่อประสมและการให้ความรู้ตามปกติ ผลการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีความรู้เรื่องโรคเบาหวานหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง สอดคล้อง

กับผลการศึกษาของ วนิดา ชุกกลิ่น (2534 : 76 – 82) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาทางสุขภาพต่อความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน โรงพยาบาลราชวิถี ผลการศึกษา พบว่า ภายหลังจากทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ และการปฏิบัติในเรื่องโรคเบาหวานดีกว่าก่อนการทดลอง สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ศุภวดี ลิ้มพานนท์ (2537 : 49) ได้ศึกษา ประสิทธิภาพของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ป่วยเบาหวาน ณ โรงพยาบาลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ผลการวิจัย พบว่า โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรู้ และการปฏิบัติตัวในเรื่องการดูแลสุขภาพ ในด้านการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การดูแลเท้าและการงดสูบบุหรี่ของผู้ป่วยเบาหวานได้ดีขึ้น สอดคล้องกับผลการศึกษาของ วันเพ็ญ วิสุววรรณ (2527 : 61-62) ได้ศึกษาการจัดโปรแกรมสุขศึกษาให้กับผู้ป่วยโรคเบาหวานที่โรงพยาบาลราชวิถี ระหว่างการให้ความรู้แบบปกติคือ การให้คำแนะนำโดยแพทย์พยาบาลและเจ้าหน้าที่ ส่วนกลุ่มทดลองให้สุขศึกษาโดยการจัดรูปแบบโปรแกรมสุขศึกษาแบบกลุ่ม และส่งเอกสารไปให้ผู้ป่วยอ่านที่บ้าน 2 ฉบับ ผลการวิจัย พบว่า หลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิดและการปฏิบัติในเรื่องการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการใช้ยาของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับผลการศึกษาของ จงภักดี พร้อมเพ็ญบุญ (2541 : 54 - 55) ได้ศึกษาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมการดูแลตนเองในด้านการบริโภคอาหาร ด้านการมีกิจกรรมที่เหมาะสม การพักผ่อนและการออกกำลังกาย และด้านการป้องกันอุบัติเหตุ ผลการวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนน พฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการบริโภคอาหาร ภายหลังจากจัดโปรแกรมสูงกว่าก่อนการจัดโปรแกรมค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการมีกิจกรรมที่เหมาะสม การพักผ่อนและการออกกำลังกาย ภายหลังจากจัดโปรแกรมสูงกว่าก่อนการจัดโปรแกรม ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการป้องกันอุบัติเหตุ ภายหลังจากจัดโปรแกรมสูงกว่าก่อนการจัดโปรแกรม สอดคล้องกับผลการศึกษาของ พิไลวรรณ ยอดประสิทธิ์ (2542 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ที่มาตรวจรักษา ณ โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 30 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวม คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองในด้านการรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม การออกกำลังกาย การรับประทานยา และการมาตรวจตามนัด ดีกว่าก่อนการทดลอง

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมารับการรักษาตามนัดทุกเดือน ได้รับความรู้จากคำแนะนำของแพทย์ พยาบาล และทีมสุขภาพในทุกครั้ง ทำให้เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้เพิ่มขึ้น ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านเจตคติที่ดีต่อโรคเบาหวาน มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเอง เลือกรับประทานอาหารและการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับโรค ได้เรียนรู้วิถีชีวิตสายเขียวซึ่งสามารถรักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้คงที่ ทำให้เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองผู้ป่วยมีความรู้เพิ่มขึ้น และเกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพมากขึ้นกว่าเดิม

ดังนั้น จึงทำให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน มีเจตคติต่อโรคเบาหวาน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองและระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในระดับดี

สมมติฐานข้อ 2 กล่าวว่า “ผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองที่ได้รับการส่งเสริมสุขภาพจากโรงพยาบาลมหาสารคาม จะมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองและระดับน้ำตาลในเลือดแตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ” มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลองผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลอง มีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดแตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดแตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ สอดคล้องสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้ และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ อัญชลี แสงอ้วน (2542 : 51-52) ศึกษาผลการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้การดูแลตนเอง และการควบคุมโรคของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินของโรงพยาบาลพิบูลย์มังสาหาร จำนวน 42 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลปกติจากโรงพยาบาลใช้เวลาศึกษา 8 สัปดาห์ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ และประเมินระดับน้ำตาลในเลือด พบว่าภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้มีการดูแลตนเองดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีการควบคุมโรคดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อติศัย ภูมิวิเศษ (2537 : 56-57) ศึกษาผลของการเยี่ยมบ้านต่อการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน จำนวน 15 คน พบว่า ความรู้ในการดูแลตนเองในโรคเบาหวานก่อนเยี่ยมบ้านอยู่ในระดับต่ำ ค่าเฉลี่ยร้อยละ 42.9

แต่หลังจากเยี่ยมบ้าน มีความรู้อยู่ในระดับดีมาก ค่าเฉลี่ย 94.7 การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองก่อนเยี่ยมบ้านอยู่ในระดับ ปานกลาง ค่าเฉลี่ย 68.4 แต่หลังเยี่ยมบ้าน อยู่ในระดับดีมาก มีค่าเฉลี่ย คิดเป็นร้อยละ 95.7 คะแนนความรู้การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองในโรคเบาหวานหลังเยี่ยมบ้านสูงกว่าก่อนเยี่ยมบ้านอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และระดับน้ำตาลในเลือดหลังการเยี่ยมบ้านลดลงอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ โฉมยง เหลาโชติ (2536 : 48) การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในโรงพยาบาลโพธาราม จังหวัดราชบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ที่มารับการตรวจรักษาตามนัดที่คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลโพธาราม โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 56 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 60 คนกลุ่มทดลองไม่ได้รับโปรแกรมสุขศึกษา ผลการวิจัย พบว่าหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดูแลตนเองเกี่ยวกับความรู้เรื่องสุขภาพตนเองได้ดีกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และดีกว่าผู้ป่วยที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม (กลุ่มเปรียบเทียบ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 สอดคล้องกับผลการศึกษาของสุรีย์ จันทรโมลี (2535 : 47-48) ได้ศึกษาประสิทธิผลของการจัดโปรแกรมสุขศึกษาแนวใหม่ในผู้ป่วยเบาหวาน โดยเน้นความสำคัญในด้านความรู้เรื่องการดูแลตนเองเกี่ยวกับ โรคเบาหวานความเชื่อมั่นในความสามารถและการปฏิบัติกรดูแลสุขภาพตนเองผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยกลุ่มทดลองมีความรู้ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมีการปฏิบัติกรดูแลสุขภาพตนเอง และระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุพัตรา ภูมิแดนดิน (2534 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาประสิทธิภาพ การสอนอย่างมีแบบแผนต่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่โรงพยาบาลกมลาไสย จังหวัดกาฬสินธุ์ ศึกษาในด้านความรู้ ความเชื่อการดูแลตนเอง และการควบคุมโรคเบาหวาน ในกลุ่มผู้ป่วยหญิงชนิดไม่พึ่งอินซูลิน โดยแบ่งกลุ่มทดลอง 40 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 40 คน กลุ่มทดลองได้รับการสอนแบบมีแผนโดยการบรรยาย ประกอบภาพพลิกจำนวน 2 ครั้งจากผู้วิจัย ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับการสอนตามปกติ ได้แก่ การให้ความรู้ตามปกติของเจ้าหน้าที่ที่คลินิกโรคเบาหวาน ประเมินผลการทดลองจาก แบบสัมภาษณ์และค่าน้ำตาลสะสม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้ ความเชื่อ การดูแลตนเองและการควบคุมโรคดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมารับการรักษาตามแพทย์นัดทุกเดือน ได้รับความรู้จากสื่อประสมความรู้ และการปฏิบัติตัวภายหลังได้รับคำแนะนำของแพทย์ พยาบาล และ

ทีมผู้วิจัยในทุกครั้ง การปฏิบัติตัวภายหลังคำแนะนำที่ผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับคำแนะนำตามปกติจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาล ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจาก การให้ความรู้แก่ผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มทดลอง การใช้สื่อหลายอย่างประกอบกับกิจกรรมการออกกำลังกายทุกครั้ง ซึ่งเมื่อพิจารณาให้ละเอียดนั้น พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองเพิ่มขึ้นและมีระดับน้ำตาลในเลือดลดลง แต่เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองหลังการทดลองจะพบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน เจตคติต่อโรคเบาหวาน และพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า ส่วนระดับน้ำตาลในเลือดของกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวาน เมื่อได้รับความรู้แล้วนำไปปฏิบัติดูแลตนเอง ตามความรู้ที่ได้รับและได้รับการกระตุ้นจากการมาตามนัดแพทย์ ทำให้ค่าเฉลี่ยโดยรวมของระดับน้ำตาลในเลือดลดลง นั่นคือผู้ป่วยได้รับความรู้ที่ถูกต้องในการป้องกันดูแลตนเอง และนำความรู้ไปปรับพฤติกรรมของตนเอง การควบคุมอาหารที่ถูกต้องทั้งปริมาณและคุณภาพ รวมถึงการออกกำลังกายและวิธีปฏิบัติลดความเครียด จะช่วยป้องกันไม่ให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงและรักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้คงที่ ขจัดปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ทำให้ระดับน้ำตาลที่เหมาะสมและมีภาวะโภชนาการที่ดีมีคุณภาพ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงผลของโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตามแผนกิจกรรมโครงการส่งเสริมสุขภาพที่ผู้วิจัยค้นคว้า ส่งผลดีต่อผู้ป่วยโรคเบาหวานมากกว่าการให้ความรู้ตามปกติ

5. ข้อเสนอแนะ

5.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการวิจัยนี้ พบว่า การจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยการจัดกิจกรรมซึ่งเน้นให้ผู้ป่วยได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ประกอบกับการนำเทคนิคต่างๆ มาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย มีการเสริมทักษะให้ผู้ป่วยด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การคลายเครียดสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน จากการฝึกทักษะที่จำเป็นในการดูแลตนเอง ทำให้ผู้ป่วยสามารถนำประสบการณ์ที่ได้ฝึกฝน พร้อมทั้งการได้เรียนรู้จากต้นแบบทั้งที่ดีและไม่ดีทำให้ผู้ป่วยได้มีการตัดสินใจ และเกิดความตระหนักในการที่จะดูแลตนเองมากยิ่งขึ้น ส่งผลในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดูแลตนเองไปในทางที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น ซึ่งแตกต่างจากการที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการ และได้รับคำแนะนำจากแพทย์ และทีมสุขภาพตามปกติ ซึ่งการได้รับคำแนะนำเพียงอย่างเดียวทำให้ผู้ป่วยขาด

การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในการดูแลตนเอง และคำแนะนำที่ผู้ป่วยได้รับอาจไม่สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตของผู้ป่วย ดังนั้น ในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน จึงควรให้ความสำคัญโดยยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง ทีมส่งเสริมสุขภาพควรเปลี่ยนบทบาทจากผู้สอนเป็นผู้ให้การส่งเสริมสนับสนุนพร้อมกับให้กำลังใจกับผู้ป่วย ซึ่งในการจัดกิจกรรม ควรมีกิจกรรมเพื่อพัฒนาความสามารถ ความเชื่อมั่นที่ก่อให้เกิดผู้ป่วยเกิดความรู้สึกสามารถควบคุมชีวิตของตนเองได้ก่อนการจัดกิจกรรมส่งเสริมด้านความรู้ต่างๆ เป็นการเตรียมความพร้อมกับผู้ป่วยในการที่จะดูแลสุขภาพตนเองต่อไป นอกจากนี้การให้บุคคลในครอบครัวได้มีส่วนร่วมในการดูแลสนับสนุนผู้ป่วยจะช่วยให้ผู้ป่วยดูแลตนเองได้ดียิ่งขึ้น โดยทีมส่งเสริมสุขภาพควรมีการพัฒนาความรู้ความสามารถที่จำเป็นให้บุคคลในครอบครัว หรือผู้ดูแลผู้ป่วยซึ่งจะเป็นการเพิ่มความเชื่อมั่นในการดูแลผู้ป่วยได้มากยิ่งขึ้น สำหรับบุคลากรควรมีการพัฒนาทักษะและเทคนิคที่จำเป็นต่างๆ ในการส่งเสริมสุขภาพ พร้อมทั้งควรร่วมกันทำงานเป็นทีม เพื่อพัฒนาคุณภาพการบริการ ทั้งการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้ป่วยได้มีพฤติกรรมดูแลตนเองที่เหมาะสมอย่างยั่งยืน

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

5.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

5.2.1 ควรมีการศึกษานวัตกรรมใหม่ที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มสนับสนุนทางสังคม เช่น บุคคลใกล้ชิด ญาติและบุคคลในครอบครัว เพื่อเป็นการช่วยเหลือผู้ป่วยโรคเบาหวานให้มีภาวะสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น

5.2.2 ควรมีการศึกษาค้นหาปัญหาที่แท้จริงของบุคคล หรือกลุ่มให้ครอบคลุม เพื่อที่จะวัดความรู้ การปฏิบัติตัว พลังงานที่กินพลังงานที่ใช้ คุณภาพชีวิตเป็นอย่างไร มีการดูแลตนเองอย่างไร เพื่อค้นพบกระบวนการแก้ปัญหาที่แท้จริงได้ และผู้ป่วยจะได้รับการแก้ไขตามกระบวนการทุกราย

5.2.3 ควรมีการศึกษาติดตามพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในระยะยาว 6 เดือน 12 เดือน และมีการติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง เพื่อดูความยั่งยืนของพฤติกรรมผู้ป่วยโรคเบาหวาน