

ประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา

นิตย์ รามสุข¹
 นันทนา รามสุข²
 แสงเดือน วงศ์ใหญ่³

บทคัดย่อ

โรคเบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของโลก ประเทศไทย และในเขตตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา พบว่ามีสถิติการควบคุมโรคเบาหวานได้ต่ำกว่าค่าเป้าหมายการดำเนินงาน การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน สถานที่เก็บรวบรวมข้อมูลในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา ขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณด้วยโปรแกรม G*Power โดยกำหนดอำนาจทำนาย (Power Analysis) ที่ 0.95 ระดับความเชื่อมั่นที่ 0.05 และขนาดอิทธิพล 0.8 (Effect size = 0.8, df = 68, และ Power = 0.95) ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 70 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและควบคุมเท่าๆ กันเกณฑ์คัดเข้ากลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยเบาหวานในเขตตำบลทุ่งกล้วย ที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีภาวะเบาหวานที่มีระดับน้ำตาล ในเลือด ≥ 126 mg/dl. อายุ 20 ปีขึ้นไป สื่อสารด้วยภาษาไทย และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมโครงการอย่างน้อย 2 ครั้ง เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบประเมินความฉลาดทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาร์ช เท่ากับ 0.70, 0.78, 0.75, 0.78, 0.75 และ 0.76 ตามลำดับ ดำเนินการวิจัยด้วยการจัดอบรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวาน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาด้วยค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบค่าที่ independent paired T- test

ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้ทางสุขภาพการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานของกลุ่มทดลอง (Mean 100.94, S.D. 9.970) กลุ่มควบคุม (Mean 83.83, S.D. 17.659) และผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความฉลาดรอบรู้ทางสุขภาพการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง พบว่าคะแนนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

ดังนั้นโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานสามารถเพิ่มความรู้สำหรับการส่งเสริมสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวานและเป็นเพิ่มคุณภาพการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

คำสำคัญ : ความรอบรู้ทางสุขภาพ, เบาหวาน, โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน

¹ ส.ม. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ตำบลทุ่งกล้วย จังหวัดพะเยา อีเมลล์ : nit.ruamsuk@gmail.com

² ป.พ.ย. โรงพยาบาลเชียงคำ

³ พ.ย.ม. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

Effectiveness of the Health Literacy Promotion Program among Diabetes in Tungkluy subdistrict, Phusang district, Phayao Province

NIT RUAMSUK⁴

NANTANA RUAMSUK⁵

SANGDUAN WONGYAI⁶

Abstract

Diabetes was significant in major public problem of the global, Thailand and Tungkluy subdistrict, Phusang district, Phayao Province had statistics of diabetes patient who had blood sugar level that can control lower than target value. This study was Quasi experimental research. The purpose of the study for the effectiveness of the Health Literacy Promotion Program among Diabetes in Tungkluy subdistrict, Phusang district, Phayao Province, Thailand. The example was calculated by G*Power program was Effect size 0.8, df 68, and Power analysis 0.95 the total was 70 samples and separate 2 group for the experiment group and the control group each group was equally. The tool was the health literacy promotion program among diabetes and the questionnaire of the study was test reliability had the Cronbach' Alpha coefficient was 0.70, 0.78, 0.75, 0.78, 0.75 and 0.76. The health literacy promotion program among diabetes by health educated with the active learning then the content of the program about the knowledge of diabetes mellitus and health promotion. The Data analysis with descriptive statistic in general data was percent mean S.D. and data of mean scores of knowledges of the health literacy of diabetes among diabetes patients within experimental group compared with control group with independent paired T- test.

The result was the mean score and S.D. of the health literacy in diabetes mellitus. in experimental group was (Mean 100.94, S.D. 9.970) and the control group was (Mean 83.83, S.D 17.659) and the compared of mean score in the health literacy in diabetes mellitus between the experimental group and the control group were shown to the experiment group higher than the control group with significantly. (p-value < 0.05)

The conclusion was that the health literacy promotion program among diabetes can improve the knowledge and enhance the quality of self-care in diabetes patients.

Keywords : Health literacy, Diabetes, Health literacy for promoting program among Diabetes

⁴ M.P.H Tungkluy subdistrict, Phusang district, Phayao Province Email : nit.ruamsuk@gmail.com

⁵ B.N.S. Chiangkham Hospital

⁶ M.N.S. School of Nursing, University of Phayao

บทนำ

โรคเบาหวานคือ โรคที่เซลล์ร่างกายมีความผิดปกติในขบวนการเปลี่ยนน้ำตาลในเลือดให้เป็นพลังงาน เมื่อน้ำตาลไม่ได้ถูกใช้จึงทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นกว่าระดับปกติ การวินิจฉัยเบาหวานทำได้โดยวิธีใดวิธีหนึ่งประกอบด้วย จากอาการและอาการแสดงที่มีอาการโรคเบาหวานชัดเจน ได้แก่ หิวน้ำบ่อย ปัสสาวะบ่อยและปริมาณมาก น้ำหนักตัวลดลงโดยไม่มีสาเหตุ ร่วมกับตรวจระดับน้ำตาลในเลือดเวลาใดก็ได้ ไม่จำเป็นต้องอดอาหาร ถ้ามีค่า ≥ 200 มก./ดล.) ระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร (อย่างน้อย 8 ชั่วโมง) ≥ 126 มก./ดล.) การตรวจความทนต่อกลูโคส โดยให้รับประทานกลูโคส 75 กรัม แล้วตรวจระดับน้ำตาลในเลือดที่ 2 ชั่วโมง ถ้ามีค่า ≥ 200 มก./ดล. และ 4) การตรวจระดับน้ำตาลสะสม (A1C) $\geq 6.5\%$ ควรควบคุมระดับน้ำตาลให้ใกล้เคียงค่าปกติ หรือระดับ A1C $< 6.5\%$ (ถ้าเป็นไปได้) หรือ $< 7\%$ ในขณะที่ผู้ที่เป็นเบาหวานมานานและมีภาวะแทรกซ้อน หรือโรคร่วมหลายโรคที่รุนแรง เป้าหมายของระดับ A1C ประมาณ 7-8% (แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน พ.ศ. 2560, 2560) โรคเบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของโลก หากควบคุมโรคได้ไม่ดีสามารถทำให้เกิดอัตรายและอัตรายตายจากภาวะของโรคและภาวะแทรกซ้อน ทั้งนี้ กระทรวงสาธารณสุขได้ตั้งเป้าหมายของการดำเนินงานว่าให้มีผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมโรคได้ดีคิดเป็นร้อยละ 40 จากสถิติของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยาใน ปี พ.ศ. 2564 - 2566 พบอัตราผู้ป่วยเบาหวานคุมน้ำตาลได้ดี ร้อยละ 25.29, 27.07 และ 25.85 ตามลำดับและในเขตรับผิดชอบตำบลทุ่งกล้วย อำเภอภูซาง จังหวัดพะเยา มีสถิติการควบคุมโรคเบาหวานได้ดีคิดเป็นร้อยละ 33.03, 37.46 และ 22.61 ตามลำดับ (Phayao health data center, 2566) ซึ่งต่ำกว่าค่าเป้าหมายที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน ในปี พ.ศ. 2564 - 2566 มีผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ่งกล้วยจำนวน 333, 339, 345 รายตามลำดับ เมื่อเป็นเบาหวานและไม่ได้รับการดูแลรักษาที่ถูกต้องจะก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนในหลายระบบของร่างกายส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ภาวะเศรษฐกิจของผู้ป่วย ครอบครัว และประเทศชาติ ทั้งนี้กระทรวงสาธารณสุขได้ตั้งเป้าหมายของการดำเนินงานว่าผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมโรคได้ดีคิดเป็นร้อยละ 40 แต่จากการดำเนินงานควบคุมและดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย ที่ผ่านมามีพบว่า ตำบลทุ่งกล้วยยังต้องการพัฒนาคุณภาพการดูแล

แนวคิดความรู้ทางสุขภาพหรือความฉลาดทางสุขภาพ (Health literacy) องค์การอนามัยโลกได้ให้คำนิยามว่า ความรู้ทางสุขภาพหรือความฉลาดทางสุขภาพ คือทักษะต่าง ๆ ทางการรับรู้และทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดแรงจูงใจและความสามารถของปัจเจกบุคคลในการที่จะเข้าถึง เข้าใจ และใช้ข้อมูลในวิธีการต่างๆ เพื่อส่งเสริมและบำรุงรักษาสุขภาพของตนเองให้ดียิ่งขึ้น (WHO, 2023) นอกจากนี้ยังมีการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบของให้ความหมายของความรู้ทางสุขภาพว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการที่จะคงไว้และการนำความรู้และข้อมูลเพื่อที่จะคงไว้ และทำให้สุขภาพดีขึ้นเพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลและบริบท โดยครอบคลุมถึง 3 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบที่ (1) องค์ความรู้ทางสุขภาพ (2) กระบวนการและการใช้ข้อมูลในรูปแบบต่าง ๆ สัมพันธ์

ถึงสุขภาพและการดูแลสุขภาพ และ (3) ความสามารถในการคงไว้ซึ่งสุขภาพของการจัดการสุขภาพด้วยตนเองและทำงานเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายสุขภาพ (Chenxi Liu et. all, 2020) การสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้แก่ผู้ป่วยโรคเบาหวานเป็นการเพิ่มทักษะของผู้ป่วยเพื่อให้สามารถปฏิบัติดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง มีความคุ้มค่า เนื่องจากการลดต้นทุนในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยและภาระค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาลที่รัฐเป็นผู้ให้บริการ

ดังนั้นการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพในภาวะเบาหวานให้กับกลุ่มผู้ป่วยที่เป็นเบาหวานในบริบทพื้นที่ตำบลทุ่งกล้วย จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งเพื่อให้ประชากรกลุ่มตัวอย่างได้รับการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยภาวะเบาหวานอย่างรอบด้าน ลดภาวะแทรกซ้อนจากโรค ตลอดจนเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเบาหวาน อันจะนำไปสู่การพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โดยเฉพาะโรคเบาหวานและโรคที่เกี่ยวข้องและมีสาเหตุมาจากเบาหวานในเขตพื้นที่รับผิดชอบตำบลทุ่งกล้วย อำเภอภูซาง จังหวัดพะเยา ดังนั้นผู้วิจัยเห็นว่าสำคัญและความจำเป็นต่อการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอภูซางจังหวัดพะเยา

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) วัตถุประสงค์ทั่วไป คือ เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอภูซาง จังหวัดพะเยา
- 2) วัตถุประสงค์เฉพาะ
 - 2.1) เพื่อเปรียบเทียบความรู้ทางสุขภาพของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง
 - 2.2) เพื่อเปรียบเทียบความรู้ทางสุขภาพของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง
 - 2.3) เพื่อเปรียบเทียบความรู้ทางสุขภาพระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ป่วยเบาหวานในเขตตำบลทุ่งกล้วย อำเภอภูซาง จังหวัดพะเยา กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยเบาหวานในเขตตำบลทุ่งกล้วย ขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณด้วยโปรแกรม G*Power โดยกำหนดอำนาจทำนาย (Power Analysis) ที่ 0.95 ระดับความเชื่อมั่นที่ 0.05 และขนาดอิทธิพล 0.80 (Effect size = 0.80, df = 68, และ Power = 0.95) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 70 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและควบคุม กลุ่มละจำนวน 35 ราย กำหนดเกณฑ์คัดเข้า ดังนี้ 1) เป็นผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีภาวะเบาหวานจากผลตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ≥ 126 mg/dl. 2) อายุ 20 ปีขึ้นไป 3) สื่อสารด้วยภาษาไทยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบจำเพาะเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 2 ประเภท คือ

1) โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานประกอบด้วยแผนการสอน การจัดอบรมการให้ความรู้สำหรับผู้ป่วยเบาหวาน สื่อการสอน

2) เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา โรคประจำตัว ญาติสายตรงเป็นเบาหวาน ค่าดัชนีมวลกาย ระดับน้ำตาลในเลือดล่าสุด ลักษณะเป็นข้อคำถามแบบตรวจสอบรายการ (check list) และเติมคำในช่องว่าง

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรู้ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวานที่ผู้วิจัยประยุกต์ใช้ของนันทกานต์ แสนรักษ์ แบบประเมินความรู้ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน จำแนกตามองค์ประกอบของความรู้ทางสุขภาพ 6 ด้าน ดังนี้ ตอนที่ 1 ด้านความรู้ความเข้าใจและการแปลความที่ถูกต้อง (Cognitive) จำนวน 15 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ ตอนที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ (Access) จำนวน 5 ข้อ ตอนที่ 3 การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยง (Communication skill) จำนวน 6 ข้อ ตอนที่ 4 การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ (self-management) จำนวน 6 ข้อ ตอนที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ (media literacy) จำนวน 5 ข้อ ตอนที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ (decision skill) จำนวน 5 ข้อ ตอนที่ 2 - 6 ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ ดังนี้ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติเป็นบางครั้งปฏิบัตินาน ๆ ครั้งและไม่เคยปฏิบัติเลย

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การหาคุณภาพของเครื่องมือด้วยการความเที่ยงตรง และความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ดังนี้

1. การตรวจสอบหาความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

1.1 การตรวจสอบหาคุณภาพของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานโดยตรวจสอบหาค่าความเที่ยงตรงของเครื่องมือเชิงเนื้อหา (IOC : Index of item objective congruence) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ประเมินค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00

1.2 การตรวจสอบหาคุณภาพของแบบสอบถามในส่วนของแบบวัดความรู้ทางสุขภาพ โดยมีการตรวจสอบหาความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ประเมินค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67-1.00

2. การตรวจสอบการหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือที่เป็นแบบสอบถามการวัดความรู้ทางสุขภาพที่ประยุกต์ใช้จากของนันทกานต์ แสนรักษ์ ด้วยการนำไป tryout กับกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันที่ ตำบลป่าสัก อำเภอภูซาง จำนวน 30 คน แล้วนำมาคำนวณหา

ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาร์ช (Cronbach' Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.70, 0.78, 0.75, 0.78, 0.75 และ 0.76 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา เอกสารรับรองเลขที่ IRB 028/2566 ลงวันที่ 13 กันยายน พ.ศ. 2566

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังจากโครงการวิจัยได้รับการอนุมัติการเก็บข้อมูล ทีมผู้วิจัยได้ทำการเชิญชวนผู้ป่วยเบาหวานในเขตตำบลทุ่งกล้วยเข้าร่วมการวิจัย ได้แจ้งทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการวิจัยโดยไม่มีการบังคับใดๆ และมีเอกสารยินยอมเข้าร่วมในการวิจัย การตอบรับหรือปฏิเสธจะไม่มีผลต่อการรักษาและบริการที่ได้รับจากทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ่งกล้วย เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยเบาหวานซักถามข้อสงสัยก่อนตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัย กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัย และในระหว่างการศึกษา กลุ่มตัวอย่างสามารถยกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลาตามต้องการ ข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บไว้เป็นความลับและไม่มีการเปิดเผยชื่อให้ผู้อื่นทราบ ผลการวิจัยนำไปเผยแพร่โดยนำเสนอในภาพรวมของผลการวิจัยเท่านั้น และเมื่อผู้ป่วยยินยอมเข้าร่วมในการวิจัยจึงให้ลงชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ทำการนัดหมายวันเวลาสถานที่เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อดำเนินการทดลองประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน

นัดหมายครั้งที่ 1 สัปดาห์ที่ 1 ทีมผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียดของแบบสอบถาม เปิดโอกาสให้ซักถาม มีการมอบหมายให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามครั้งที่ 1 จนครบตามจำนวนที่กำหนดไว้ ตรวจสอบการลงบันทึกข้อมูลในแบบสอบถามให้ครบถ้วน 35 ชุด

สัปดาห์ที่ 2 สำหรับกลุ่มทดลอง ดำเนินการจัดอบรมให้ความรู้แบบมีส่วนร่วมตามโปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน มีเนื้อหาองค์ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน การส่งเสริมสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานด้านอาหาร การออกกำลังกาย การลดความเครียด การไปตรวจตามนัดการสังเกตอาการผิดปกติที่ต้องไปพบแพทย์ก่อนวันนัด วิธีการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวานด้วยการจัดอบรมการให้ความรู้ บรรยายแบบมีส่วนร่วมและวิธีการสอนแบบ Active learning สื่อการสอนหลากหลาย ประกอบด้วยการนำเสนอด้วยพาวเวอร์พอยท์ ตัวอย่างโมเดลเมนูอาหาร การสาธิตและสาธิตย้อนกลับทำออกกำลังกาย รูปภาพและโปสเตอร์ คู่มือการสร้างเสริม ความรอบรู้ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน โดยก่อนทำการสอน ทีมผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียด ของแบบสอบถาม มอบหมายให้กลุ่มทดลองทำแบบสอบถามครั้งที่ 1 ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ตรวจสอบ

การลงบันทึกข้อมูลในแบบสอบถามให้ครบถ้วน 35 ชุด จากนั้นดำเนินการให้ความรู้ตามแผน ที่วางไว้ ภายหลังจากการอบรมมอบคู่มือประกอบการอบรมให้

สัปดาห์ที่ 3 วันที่ 1 ทีมผู้ช่วยวิจัยมอบหมายให้กลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามครั้งที่ 2 จำนวน 35 ชุด ตรวจสอบการลงบันทึกข้อมูลในแบบสอบถามให้ครบถ้วน 35 แล้วแจกคู่มือการสร้างเสริมความรอบรู้ ทางสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน และวันที่ 3 ทีมผู้ช่วยวิจัยมอบหมายให้กลุ่มทดลองทำแบบสอบถาม ครั้งที่ 2 จำนวน 35 ชุด ตรวจสอบการลงบันทึกข้อมูลในแบบสอบถามให้ครบถ้วน

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ โดยใช้สถิติวิเคราะห์ 2 ส่วน คือ

- 1) ข้อมูลส่วนบุคคลวิเคราะห์โดยใช้ สถิติเชิงพรรณนา ด้วยการแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ยและ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความแตกต่างของลักษณะของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุมด้วยสถิติทดสอบค่าที (independent T-test)
- 2) ข้อมูลความรอบรู้ทางสุขภาพด้วยสถิติทดสอบค่าที (independent paired T- test)

ผลการวิจัย

1. ลักษณะของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย ทั้งหมด 70 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 35 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 35 คน ผู้ป่วยเบาหวานทั้งหมดมีอายุระหว่าง 44 - 87 ปี อายุเฉลี่ย 61.99 ปี ระดับการศึกษาส่วนใหญ่เป็นระดับชั้นประถมศึกษา มีโรคประจำตัวส่วนใหญ่ เป็นความดันโลหิตสูง ส่วนใหญ่มีญาติสายตรงเป็นเบาหวาน ดัชนีมวลกายเฉลี่ย 24.71 กก./ตร.ม.² ระดับ น้ำตาลในกระแสเลือดเฉลี่ย 122.11 มก./ดล.

จากการเปรียบเทียบความแตกต่างของลักษณะของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุมด้วยสถิติทดสอบค่าที (independent T-test) พบว่า ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา โรคประจำตัว ค่าดัชนีมวลกาย ญาติสายตรงเป็นเบาหวาน และระดับน้ำตาลในกระแสเลือดไม่แตกต่างกัน ($p > 0.05$)

2. จากการทดสอบการกระจายตัวของข้อมูลคะแนนความฉลาดรอบรู้ทางสุขภาพในผู้ป่วย เบาหวานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า มีการกระจายตัวของข้อมูลเป็นแบบโค้งปกติ จึงพิจารณาใช้สถิติ Independent paired T-test ในการทดสอบค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางสุขภาพ ในของผู้ป่วยเบาหวาน

3. จากการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ภายหลังจากที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอ ภูซาง จังหวัดพะเยาระหว่างกลุ่มทดลอง จำนวน 35 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 35 คน พบว่า ค่าเฉลี่ย คะแนนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

องค์ประกอบที่ 1 ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย กลุ่มทดลอง (Mean 13.49, S.D. 1.884) กลุ่มควบคุม (Mean 7.51, S.D. 4.705) องค์ประกอบที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ กลุ่มทดลอง (Mean 16.14, S.D. 4.965) กลุ่มควบคุม (Mean 11.66, S.D. 5.162) องค์ประกอบที่ 3 การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยง กลุ่มทดลอง (Mean 22.89, S.D. 3.359) กลุ่มควบคุม (Mean 18.91, S.D. 4.111) องค์ประกอบที่ 4 การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ กลุ่มทดลอง (Mean 22.91, S.D. 4.686) กลุ่มควบคุม (Mean 24.74, S.D. 3.390) องค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ กลุ่มทดลอง (Mean 19.34, S.D. 2.930) กลุ่มควบคุม (Mean 19.34, S.D. 2.930) องค์ประกอบที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติกลุ่มทดลอง (Mean 6.17, S.D. 1.403) กลุ่มควบคุม (Mean 6.11, S.D. 4.813) และความฉลาดรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้ง 6 องค์ประกอบ กลุ่มทดลอง (Mean 100.94, S.D. 9.970) กลุ่มควบคุม (Mean 83.83, S.D. 17.659)

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลองขององค์ประกอบความรอบรู้ทางสุขภาพทั้ง 6 ด้าน พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนน ความรอบรู้ทางสุขภาพของกลุ่มทดลองภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา

ความรอบรู้ทางสุขภาพ ของผู้ป่วยโรคเบาหวาน	กลุ่มทดลอง หลัง(n=35)		กลุ่มทดลอง ก่อน(n=35)		t-test	p- value
	Mean	SD	Mean	SD		
1. ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย	13.49	(1.88)	10.37	(3.20)	5.012	<.001
2.การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	16.14	(4.96)	12.00	(6.14)	3.218	.003
3.การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ และลดความเสี่ยง	22.89	(3.35)	13.60	(8.50)	6.339	<.001
4.การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ	22.91	(4.68)	15.46	(8.09)	4.677	<.001
5.การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ	19.34	(2.93)	10.31	(5.69)	7.731	<.001
6.การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ	6.17	(1.40)	3.43	(2.38)	6.074	<.001
7. รวม 6 องค์ประกอบ	100.94	(9.97)	61.94	(28.22)	7.556	<.001

*P < 0.05

4. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

พบว่า ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มควบคุมก่อนและภายหลังจากที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานของกลุ่มควบคุมก่อนและภายหลัง โดยผลการองค์ประกอบที่ 1 ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมายองค์ประกอบที่ 3 การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยงและองค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศและรวม 6 องค์ประกอบ ไม่แตกต่างกัน และผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพในองค์ประกอบที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ องค์ประกอบที่ 4 การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ องค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศและองค์ประกอบที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพกลุ่มควบคุมหลังการทดลองมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ($p\text{-value} < 0.05$) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

ความฉลาดรอบรู้ทางสุขภาพ ของผู้ป่วยโรคเบาหวาน	กลุ่มควบคุม หลัง(n=35)		กลุ่มควบคุม ก่อน(n=35)		t-test	p-value
	Mean	(SD)	Mean	(SD)		
1. ความรู้ความเข้าใจและการแปล ความหมาย	7.51	(4.705)	7.66	(4.73)	-.867	.392
2.การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	11.66	(5.162)	13.66	(3.45)	-5.749	<.001
3. การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและ ลดความเสี่ยง	18.91	(3.455)	19.51	(3.11)	-1.090	.283
4.การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ	24.74	(3.390)	21.80	(2.95)	15.686	<.001
5.การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ	14.89	(2.888)	15.23	(2.84)	-2.032	.050
6.การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ	6.11	(4.813)	2.91	(1.63)	4.464	<.001
7. รวม 6 องค์ประกอบ	83.83	(17.65)	80.77	(15.48)	-2.032	.050

* $p\text{-value} < 0.05$

5. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่มีภาวะเบาหวานระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน

พบว่าองค์ประกอบที่ 4 ด้านการจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ และองค์ประกอบที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติของกลุ่มทดลองไม่แตกต่างกับกลุ่มควบคุมและผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานภายหลังที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานองค์ประกอบที่ 1 ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย องค์ประกอบที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ องค์ประกอบที่ 3 การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยง องค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ และคะแนนรวมทั้ง 6 องค์ประกอบพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานภายหลังที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) และองค์ประกอบที่ 4 การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพและองค์ประกอบที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ พบว่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานภายหลังที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

ความฉลาดรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน	กลุ่มทดลอง (n=35)		กลุ่มควบคุม (n=35)		t-test	p - value
	Mean	SD	Mean	SD		
1. ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย	13.49	1.884	7.51	4.705	6.863	.000*
2. การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	16.14	4.965	11.66	5.162	3.527	.001*
3. การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยง	22.89	3.359	18.91	4.111	4.928	.000*
4. การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ	22.91	4.686	24.74	3.390	-1.905	.065
5. การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ	19.34	2.930	14.89	2.888	7.057	.000*
6. การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ	6.17	1.403	6.11	4.813	.069	.945
7. รวม 6 องค์ประกอบ	100.94	9.970	83.83	17.659	5.239	.000*

*p-value < 0.05

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์ทั่วไปของการวิจัย คือ เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา

วัตถุประสงค์เฉพาะของการวิจัย ประกอบด้วย 1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ทางสุขภาพของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง 2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ทางสุขภาพของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง 3. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ทางสุขภาพระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วยทั้งหมด 70 ราย มีอายุระหว่าง 44 - 87 ปี ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา อายุระหว่าง 44-87 ปี อายุเฉลี่ย 61.99 มีโรคประจำตัวส่วนใหญ่เป็นความดันโลหิตสูงเฉลี่ย .87 ญาติสายตรงเป็นเบาหวานเฉลี่ย .44 ดัชนีมวลกายเฉลี่ย 24.71 กก./ตร.ม.² ระดับน้ำตาลในกระแสเลือดเฉลี่ย 122.11 มก./ดล. มีลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา โรคประจำตัว ค่าดัชนีมวลกาย ญาติสายตรงเป็นเบาหวาน ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำสุดไม่แตกต่างกัน

ค่าเฉลี่ยความฉลาดทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานภายหลังที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา ของกลุ่มทดลอง จำนวน 35 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 35 คน พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน องค์ประกอบที่ 1 ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย กลุ่มทดลอง (Mean 13.49, S.D. 1.884) กลุ่มควบคุม (Mean 7.51, S.D. 4.705) องค์ประกอบที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ กลุ่มทดลอง (Mean 16.14, S.D. 4.965) กลุ่มควบคุม (Mean 11.66, S.D. 5.162) องค์ประกอบที่ 3 การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยง กลุ่มทดลอง (Mean 22.89, S.D. 3.359) กลุ่มควบคุม (Mean 18.91, S.D. 4.111) องค์ประกอบที่ 4 การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ กลุ่มทดลอง (Mean 22.91, S.D. 4.686) กลุ่มควบคุม (Mean 24.74, S.D. 3.390) องค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ กลุ่มทดลอง (Mean 19.34, S.D. 2.930) กลุ่มควบคุม (Mean 19.34, S.D. 2.930) องค์ประกอบที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ กลุ่มทดลอง (Mean 6.17, S.D. 1.403) กลุ่มควบคุม (Mean 6.11, S.D. 4.813) และความฉลาดรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้ง 6 องค์ประกอบ กลุ่มทดลอง (Mean 100.94, S.D. 9.970) กลุ่มควบคุม (Mean 83.83, S.D. 17.659)

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองก่อนและภายหลังการทดลอง พบว่า ความรอบรู้ทางสุขภาพของกลุ่มทดลองภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$)

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มควบคุม ก่อนและภายหลังการทดลอง พบว่า ความรอบรู้ทางสุขภาพในองค์ประกอบที่ 1 ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย องค์ประกอบที่ 3 การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยง องค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศและรวม 6 องค์ประกอบ ไม่แตกต่างกัน และผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพในองค์ประกอบที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ องค์ประกอบที่ 4 การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ องค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ และองค์ประกอบที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ ความรอบรู้ทางสุขภาพกลุ่มควบคุมหลังการทดลองมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ($p\text{-value} < 0.05$)

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวานระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง พบว่า ความรอบรู้ทางสุขภาพองค์ประกอบที่ 4 ด้านการจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ และองค์ประกอบที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติของกลุ่มทดลองไม่แตกต่างกับกลุ่มควบคุม และความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน องค์ประกอบที่ 1 ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย องค์ประกอบที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพองค์ประกอบที่ 3 การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยง องค์ประกอบที่ 5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ และคะแนนรวมทั้ง 6 องค์ประกอบ พบว่า ความรอบรู้ทางสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานภายหลังที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

ดังนั้นโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานสามารถเพิ่มความรู้สำหรับการส่งเสริมสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวานและเป็นเพิ่มคุณภาพการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

อภิปรายผล หรือข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอภูซาง จังหวัดพะเยาการวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน นั่นคือภายหลังการให้โปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่ถูกต้องเพิ่มขึ้นและมากกว่ากลุ่มควบคุม โดยหลังจากการวิจัยพบว่า โปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอภูซาง จังหวัดพะเยามีประสิทธิภาพทำให้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการส่งเสริมสุขภาพตนเองจากโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวานเพิ่มขึ้น โดยกลุ่มทดลองมีลักษณะข้อมูลทั่วไปไม่แตกต่างกันกับกลุ่มควบคุม อีกทั้งขณะดำเนินการให้โปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพไม่พบอัตราการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม จึงทำให้ได้ประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานโดยแท้จริง

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ทำให้กลุ่มทดลองมีความรู้ทางสุขภาพในโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนการให้โปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนการให้โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานและมีคะแนนเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ทั้งนี้ในขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมการให้โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานด้วยการอบรมการให้สุศึกษา (Health Education) แบบมีส่วนร่วมในผู้ป่วยเบาหวานทั้ง 6 ด้านได้แก่ ความรู้ความเข้าใจและการแปลความหมาย การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความเสี่ยงการจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศและการตัดสินใจเลือกปฏิบัติ และเนื้อหาการอบรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพโรคเบาหวานด้านอาหาร การออกกำลังกาย การผ่อนคลายความเครียด การสังเกตอาการผิดปกติที่ต้องมาพบแพทย์ก่อนนัด และการมาตรวจตามนัด วิธีการสอนด้วยการบรรยายแบบมีส่วนร่วม สาธิตและสาธิตย้อนกลับการออกกำลังกาย สื่อนำเสนอด้วยพาวเวอร์พอยท์ โปสเตอร์ ตัวอย่างเมนูอาหาร และมีคู่มือการดูแลสุขภาพมอบให้ภายหลังการเข้าร่วมอบรม

ภายหลังการใช้โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ทางสุขภาพเกี่ยวกับผู้ป่วยเบาหวานสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงเบาหวานของคลินิกหออกรับครอบครัวบ้านทุ่งเสี้ยวอำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า คะแนนความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพที่ถูกต้องเกี่ยวกับหลักปฏิบัติตนตาม 3อ. 2ส. คะแนนการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ การสื่อสารสุขภาพ การจัดการตนเอง การรู้เท่าทันสื่อ และการตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง รวมทั้งคะแนนพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มมากขึ้นหลังเข้าโปรแกรมการเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ (ธนาสิทธิ์ วิจิตรพันธ์, 2563) เช่นเดียวกับผลการศึกษารูปแบบการเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาจารย์ อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ พบว่า พฤติกรรมและความรู้ด้านสุขภาพของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาจารย์ อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ ก่อนการดำเนินงาน โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับปานกลาง หลังการดำเนินงาน โดยรวมและรายด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด พฤติกรรมสุขภาพและความรู้ด้านสุขภาพของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาจารย์ อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ ก่อนและหลังการดำเนินงาน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .05$) โดยที่ภายหลังการดำเนินงานมีค่าคะแนนเฉลี่ยมากกว่าก่อนดำเนินการ (วิลรัตน์ สุทธิประภา, 2023) สอดคล้องกับการศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจต่อการดูแลเท้าผู้ป่วยโรคเบาหวาน พบว่า หลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมพลังอำนาจผู้ป่วยโรคเบาหวานมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมดูแลเท้าเพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($Z = -4.691, p\text{-value} < 0.001$) มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในการดูแลเท้าและสภาวะเท้า เพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

(p-value <0.001) เห็นได้ว่า โปรแกรมการเสริมพลังอำนาจสามารถพัฒนาพฤติกรรมการดูแลเท้า และส่งผลให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีสถานะเท้าดีขึ้น ดังนั้นหน่วยบริการสุขภาพปฐมภูมิควรประยุกต์ และส่งเสริมการใช้โปรแกรมดังกล่าวในการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและถ่ายทอดสู่ชุมชนอื่นเพื่อเป็น แนวทางในการดูแลเท้าและป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่เท้าในผู้ป่วยโรคเบาหวานต่อไป (ธิดารัตน์ เอียงเอื้อ และคณะ, 2562)

ข้อเสนอแนะและประโยชน์ของงานวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ที่แสดงถึงประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพ ของผู้ป่วยเบาหวานในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา โดยทำให้ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วม โปรแกรมได้รับความรอบรู้ทางสุขภาพของโรคเบาหวานมีระดับความรู้เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วม โปรแกรม ซึ่งสามารถนำไปใช้ประโยชน์ต่อไปโดยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1) การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานโดยใช้โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยเบาหวานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพโรคเบาหวาน ในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในพื้นที่ตำบลอื่นที่มีกลุ่มคนไข้เบาหวาน

2) ควรมีการเฝ้าระวังในผู้ป่วยที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อเบาหวาน โดยควรมีการตรวจคัดกรองเบาหวาน และมีการสร้างเสริมความรู้ทางสุขภาพในผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงในตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัด พะเยา

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสี่ยงที่มีผลต่อความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วย เบาหวานสำหรับเป็นแนวทางการลดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานในผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยง ต่อการเกิดเบาหวานในเขตตำบลทุ่งกล้วย อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา

2) ควรมีการวิจัยโดยใช้โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน และมีการสร้างเสริมความรู้ทางสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานในอำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยา

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณสำนักงานสาธารณสุขอำเภอกุฉินารายณ์ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ทุ่งกล้วย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา ที่สนับสนุนให้มีการศึกษาครั้งนี้ผู้ป่วยเบาหวานในเขตตำบล ทุ่งกล้วยและตำบลป่าสัก อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดพะเยาที่ให้ความร่วมมือเข้าร่วมกิจกรรม

เอกสารอ้างอิง

จำนง นันทะกมล, ภัทรพล มากมีและเสน่ห์ แสงเงิน. (2565). ปัจจัยความรู้ด้านสุขภาพที่มีผลต่อ พฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง ตำบลท่าชัย อำเภอดงขี้เหล็ก จังหวัดสุโขทัย. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอินทร์เทิร์น, 3(3), 14-29.

- ธนาสิทธิ์ วิจิตรพันธ์ . (2563). ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงเบาหวานของคลินิกหมอคอบครัวบ้านทุ่งเสียวอำเภอสนป่าตองจังหวัด เชียงใหม่. *Journal of Health Science-วารสาร วิชาการ สาธารณสุข*, 29 (4), 618-624.
- ธิดารัตน์ เอียงเอื้อ, กัลยากร สามารถ, จุฑาทิพย์ เสนีย์, ลีวิศิษฐ์ ภูวกรพิพัฒน์, ราตรี ลีแป้ว, ปัทมา รักเกื้อ และเสาวนีย์ โปษกะบุตร (2565). ประสิทธิภาพของโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจต่อพฤติกรรม การดูแลเท้าด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลกันตัง อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง. *Chonburi Hospital Journal-วารสารโรงพยาบาลชลบุรี*, 47 (2), 121-121.
- นันทกานต์ แสนรักษ์, สมคิด จุหว่า, & ทวีวรรณ ศรีสุขคำ. (2563). ความฉลาดทางสุขภาพในการ ดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตำบลแม่กา อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา. *วารสารวิชาการ สาธารณสุขชุมชน*, 6 (03), 174-174.
- นิติกุล บุญแก้ว. (2558). ความสัมพันธ์ระหว่างความตึงเครียดทางอารมณ์ความแตกฉานด้านสุขภาพ กับพฤติกรรมควบคุมน้ำตาลในเลือดของผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิด ที่ 2, Relationships between Emotional Distress, Health Literacy, and Glycemic Control Behaviors of the Elderly with Type 2 Diabetes. *Nursing Journal of The Ministry of Public Health*, 24 (3), 119-134.
- พิริยา ทิวทอง, ศีตรา มยุขโชติและจุฬารัตน์ ห้าวหาญ. (2566). ความรอบรู้ทางด้านสุขภาพในหญิง ตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานระหว่างการตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ. *วารสารการแพทย์โรงพยาบาลศรีสะเกษ สุรินทร์ บุรีรัมย์*, 38 (1), 279-288.
- รัตน์ศิริ ทาโต. (2561). การวิจัยทางพยาบาลศาสตร์ : แนวคิดสู่การประยุกต์ใช้. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิไลรัตน์ สุทธิประภา. (2566). รูปแบบการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาจารย์อำเภอเมืองจังหวัดกาฬสินธุ์. *วารสารสุขภาพและ สิ่งแวดล้อมศึกษา*, 8 (2), 155-163.
- สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, สมาคมต่อมไร้ท่อแห่งประเทศไทย, กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข และสำนักงาน หลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. (2566). แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน 2560. บริษัท ศรีเมืองการพิมพ์ จำกัด. กรุงเทพฯ.
- Chaimai, A., Fukfon, K., Pragodpol, P., Namwong, A., Saengsiri, A. O., & Thewaaksorn, P. (2565). การพัฒนารูปแบบการให้บริการของคลินิกโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงบรรทัด ฐาน ใหม่เพื่อส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันและควบคุมการแพร่กระจายเชื้อไวรัส โควโรนา 2019. *Nursing Journal*, 49(4), 369-382.
- Phayao Data Center. (2566). สถิติผู้ป่วยเบาหวาน. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา.

Liu C, Wang D, Liu C, Jiang J, Wang X, Chen H, Ju X, Zhang X. (2020). What is the meaning of health literacy? A systematic review and qualitative synthesis. *Family Medicine Community Health*. May; 8(2) : e000351.

Rudd, R. E. (2015). The evolving concept of health literacy: new directions for health literacy studies. *Journal of Communication in Healthcare*, 8 (1), 7-9.

Yakong, N., Panuthai, S., & Suwankruhasn, N. (2565). ผลของการให้ความรู้ตามหลักพิทส์ต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2. *Nursing Journal*, 49 (3), 70 - 82.

WHO. (2023). Diabetes. สืบค้นจาก https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1 วันที่ 2 กรกฎาคม พ.ศ. 2566

WHO. (2023). Health literacy. สืบค้นจาก <https://www.who.int/teams/health-promotion/enhanced-wellbeing/ninth-global-conference/health-literacy>. วันที่ 2 กรกฎาคม พ.ศ. 2566

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา