

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่พบได้บ่อยจากการสำรวจอัตราความชุกของโรคเบาหวานในประเทศไทยพบร้อยละ 3.26 ของประชากร(กรมการแพทย์, 2544a) และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ โรคเบาหวานเป็นโรคที่เกิดจากความผิดปกติทางเมตาบอลิซึมที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูง เนื่องจากการขาดและ/หรือคือต่ออินซูลินซึ่งเป็นฮอร์โมนที่ทำหน้าที่เป็นกลไกสำคัญในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของร่างกาย(สุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย, 2543) เป้าหมายสำคัญของการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคเบาหวานคือการควบคุมน้ำตาลในเลือดให้ใกล้เคียงกับระดับปกติมากที่สุดอยู่ตลอดเวลา การที่จะบรรลุเป้าหมายการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ผู้ป่วยจำเป็นต้องดูแลตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในเรื่องของการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การรับประทานยา รวมทั้งการดูแลสุขภาพตนเองอย่างเหมาะสม(รัตนภรณ์ ศิริวัฒน์ชัยพร, 2536) นอกจากนี้ยังต้องเรียนรู้และปรับแผนการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องอีกด้วย ผู้ป่วยต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวานเป็นอย่างดีตลอดจนรู้จักแสวงหาความรู้และนำความรู้ไปปรับใช้ในการปฏิบัติกิจกรรมดูแลตนเองอย่างสม่ำเสมอ(อภิรดี ปลอดภัยเมือง, 2542) เพื่อป้องกันผลกระทบที่จะตามมา

ผลกระทบของโรคเบาหวานถ้าไม่สามารถควบคุมโรคได้จะก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนมากมายซึ่งภาวะแทรกซ้อนนี้ยังขึ้นอยู่กับพฤติกรรมกรรมการควบคุมโรคของผู้ป่วยโรคเบาหวาน(เทพ หิมะทองคำ, 2543) ภาวะแทรกซ้อนต่างๆจะบั่นทอนและทำลายสุขภาพของผู้ป่วยโดยมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือด ทำให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆของร่างกายไม่เพียงพอ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อหัวใจ สมอง และไต เกิดการเสื่อมของประสาทส่วนปลายของแขนและขา และระบบภูมิคุ้มกันโรคเปลี่ยนไปมีผลทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย(วิมลรัตน์ จงเจริญ, 2543) แม้ปัจจุบันวิธีการรักษาโรคเบาหวานได้รับการพัฒนาไปมากแล้ว แต่ยังไม่มียาใดที่จะรักษาให้หายขาดได้ มีเพียงวิธีป้องกันและควบคุมไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนหรือลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนให้ช้าลงได้ ซึ่งขึ้นอยู่กับปฏิบัติตัวของผู้ป่วย ถ้าผู้ป่วยปฏิบัติตัวได้เหมาะสมก็จะสามารถป้องกันและควบคุมไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้(พูนศิริ อรุณเนตร, 2541) จากการศึกษาของอนันต์ สอนพวง (2542)ในเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการมารับการรักษาของผู้ป่วยโรคเบาหวานในโรงพยาบาลชุมชนจังหวัดกาญจนบุรี พบว่าการให้ความรู้ในรูปแบบต่างๆเพื่อช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้

เพิ่มขึ้นสามารถดูแลตนเองและควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ส่วนใหญ่ประสบความสำเร็จในเรื่องการพัฒนาความรู้เรื่องโรคเบาหวานแต่การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานพัฒนาได้เพียงบางส่วน ความสามารถในการควบคุมโรคยังไม่ยั่งยืน การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ไม่ดีร้อยละ 53.6 มีการเพิ่มขนาดยาอย่างน้อย 1 ครั้งต่อปีร้อยละ 84 ซึ่งผู้ป่วยโรคเบาหวานจะต้องปรับปรุงการดูแลตนเองให้มากขึ้น

การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานเป็นเรื่องของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและแบบแผนการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับภาวะของโรค(Pickup, J.C. and Williams, G., 1997) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยเป็นเรื่องที่ซับซ้อนเกี่ยวข้องกับปัจจัยภายนอก เช่น ความรู้ ทักษะ ทักษะการปฏิบัติ และปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง เป็นต้น ซึ่งความรู้เรื่องโรคเพียงอย่างเดียวไม่อาจประกันได้ว่าภาวะควบคุมโรคจะดีขึ้นด้วย ทั้งนี้เพราะผู้ป่วยอาจไม่ได้ปฏิบัติตามที่เรียนรู้หรือปฏิบัติไม่ต่อเนื่อง(อภิรดี พลอคอินเมือง, 2542) ความรู้เรื่องโรคจึงอาจไม่ใช่ปัจจัยที่มีผลโดยตรงต่อพฤติกรรมของผู้ป่วย อาจมีปัจจัยอื่นๆที่เกี่ยวข้องหลายประการ

การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นปัจจัยที่สำคัญปัจจัยหนึ่งเนื่องจากเป็นพื้นฐานในการคิดพิจารณาและตัดสินใจในการกระทำพฤติกรรม แบนดูรา(Bandura, A., 1986) กล่าวว่า การรับรู้สมรรถนะหรือความสามารถของตนเอง(perceived self-efficacy) มีผลต่อการกระทำของบุคคล นั่นคือถ้าบุคคลมีการรับรู้ว่าตนเองมีความสามารถจะแสดงถึงความสามารถนั้นออกมา ด้วยความอดทนอดสาหัสไม่ท้อถอย องค์ประกอบอีกประการหนึ่งที่มีผลต่อการกระทำของบุคคลก็คือความคาดหวังผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำ(outcome expectancy) โดยถ้าบุคคลมีความคาดหวังผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองหรือเคยได้รับผลลัพธ์ตามที่คาดหวังไว้ก็จะยิ่งเป็นแรงเสริมให้บุคคลมีความเชื่อมั่นและประสบความสำเร็จ(Wentz, P. and Wentz, C., 2002)ทำให้บุคคลคาดการณ์เหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นได้ก่อให้เกิดความสนใจในความสามารถของตนเองมากขึ้น แสดงให้เห็นว่าความมั่นใจเกิดขึ้นได้นอกจากเกิดจากการรับรู้ในความสามารถที่จะกระทำสำเร็จ ยังเกิดจากการที่บุคคลได้ลงมือกระทำและทำได้ รวมทั้งผลที่เกิดขึ้นเป็นไปในทางที่ดี การช่วยให้ผู้ป่วยรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองในระดับสูงจะช่วยเพิ่มความมั่นใจให้กับผู้ป่วยเพื่อปรับเปลี่ยนและลงมือกระทำการดูแลตนเอง สะท้อนให้เห็นถึงการพัฒนาความสามารถในการปฏิบัติเพื่อการดูแลตนเองของบุคคล ประกอบด้วยการคาดการณ์เกี่ยวกับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม การปรับเปลี่ยนและการลงมือปฏิบัติซึ่งเป็นความสามารถที่สะท้อนอยู่ในระยะต่างๆของการดูแลตนเอง(สมจิต หนูเจริญกุล, 2539) ในผู้ป่วยโรคเบาหวานก็เช่นกัน ถ้าผู้ป่วยมีการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวานได้ในระดับสูง ผู้ป่วยก็มีความพยายามปฏิบัติตามอย่างถูกต้องตามหลักการควบคุมโรค เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนและผลกระทบ

ที่จะตามมา ดังนั้นผู้ป่วยที่มีการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองสูงจึงน่าจะมีความพยายามในการดูแลตนเองสูงและดูแลตนเองได้ดี (รัตนภรณ์ ศิริวิวัฒน์ชัยพร, 2536)

ปัจจุบันพบว่าความร่วมมือของผู้ป่วยโรคเบาหวานในการดูแลตนเองยังเป็นปัญหาเนื่องจากเกิดภาวะแทรกซ้อนกับผู้ป่วยเป็นจำนวนมาก ซึ่งบุคลากรทางด้านสุขภาพต้องร่วมมือกันมากขึ้นเพื่อแก้ไขปัญหานี้ จากประสบการณ์ในการปฏิบัติงานของผู้ศึกษาพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่เข้ารับการรักษาในสถานอนามัยมักมีปัญหาเนื่องจากภาวะแทรกซ้อนต่างๆจากการดูแลตนเองไม่ถูกต้อง ทำให้ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติหรือใกล้เคียงปกติได้ ในเดือนพฤศจิกายน 2544 พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2 ในเขตตำบลป่าจี่ อำเภอเวียงป่าเป้า จังหวัดเชียงราย มีจำนวนทั้งสิ้น 117 คนและมีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2 ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้โดยมีระดับน้ำตาลในเลือดมากกว่า 140 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 18.80 ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อร่างกายเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆตามมาได้ ดังนั้นผู้ศึกษาจึงสนใจศึกษาถึงการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2 เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการส่งเสริมสมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานเพื่อให้สามารถดูแลตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2

#### คำถามของการศึกษา

การรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2 เป็นอย่างไร

#### ขอบเขตการศึกษา

ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรในการศึกษานี้คือผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2 ที่มารับบริการ ณ.คลินิกโรคเบาหวาน สถานอนามัยตำบลป่าจี่ อำเภอเวียงป่าเป้า จังหวัดเชียงราย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษานี้จะครอบคลุมในเรื่องโรคเบาหวานและการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2

## นิยามศัพท์

การรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเอง หมายถึง ความเชื่อมั่นของผู้ป่วยโรคเบาหวาน เกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะกระทำกิจกรรมการดูแลที่จำเป็นทั้งหมดสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานได้สำเร็จ การประเมินโดยใช้แบบประเมินการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งผู้ศึกษาสร้างขึ้นเองตามกรอบแนวคิดของแบนดูรา(Bandura, A., 1986) แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ 1) ด้านการควบคุมอาหาร 2) ด้านการออกกำลังกาย 3) ด้านการรับประทานยา และ 4) ด้านการดูแลสุขภาพโดยทั่วไป

โรคเบาหวานประเภทที่ 2 หมายถึง ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน โดยมีระดับน้ำตาลในเลือดรวมขณะงดอาหาร 8-12 ชั่วโมงมากกว่า 126 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตรและได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าป่วยเป็นโรคเบาหวานประเภทที่ 2 และมารับบริการ ณ.คลินิกโรคเบาหวาน สถานีอนามัยตำบลป่าจี่ อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดศรีสะเกษ

## ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

1. ช่วยให้นักลากรทางด้านสุขภาพ โดยเฉพาะผู้ที่มีหน้าที่ในการให้บริการแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ได้แนวทางในการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2 ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้ผู้ป่วยเกิดการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองในระดับสูงนำไปสู่การควบคุมโรคเบาหวานได้อย่างเหมาะสม
2. ผู้ป่วยได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลตนเองในทุกๆด้านอย่างเคร่งครัด เพื่อควบคุมโรคและป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานที่จะตามมา

## กรอบแนวคิดในการศึกษา

การศึกษานี้ผู้ศึกษาใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา(Bandura) ที่ได้พัฒนาขึ้นจากหลักการเรียนรู้ทางสังคม การรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองเป็นความเชื่อ หรือ การรับรู้การตัดสินใจของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะทำการตอบสนองบางอย่าง โดยเฉพาะ ถ้าบุคคลมีการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถก็จะแสดงความสามารถนั้นออกมาจนประสบความสำเร็จ เมื่อบุคคลประเมินว่าคุณมีความสามารถสูง มีการรับรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมหรือสถานการณ์ที่ต้องเผชิญและพฤติกรรมนั้นไม่มากเกินไปความสามารถของคุณจะนำไปสู่การกระทำเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและการคงอยู่ของพฤติกรรมนั้นไว้ การรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองจึงมีผลต่อการกระทำของบุคคล(Bandura, A., 1986) ดังนั้นการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภทที่ 2 ได้แก่ การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยา และ

การดูแลสุขภาพโดยทั่วไป                      จึงน่าจะสมารถอธิบายและทำนายการปฏิบัติเพื่อการควบคุมโรคเบาหวานได้ ถ้าผู้ป่วยโรคเบาหวานรับรู้ว่าคุณเองมีสมรรถนะในการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคในระดับสูง จะใช้ความพยายามในการปฏิบัติเพื่อควบคุมโรคเบาหวานอย่างเคร่งครัด

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Chiang Mai University