

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ วิธีชีวิตกับการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วย  
โรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ในศูนย์สุขภาพชุมชน  
อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก

ผู้เขียน นางศรัญญา เลี้ยววิจักขณ์

ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คมขำ พัฒนาการ	ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ วรากรณ์ ปิ่นฉนวน	กรรมการ
รองศาสตราจารย์ ชมนาด พจนามาตร์	กรรมการ

บทคัดย่อ

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสุขภาพของประชาชนไทย การที่บุคลากรทางสุขภาพจะทำงานในการควบคุมโรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ ควรที่จะต้องมีความเข้าใจในวิถีชีวิตของผู้ป่วย ดังนั้นการศึกษาเชิงพรรณนาครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงของวิถีชีวิต ซึ่งประกอบด้วย ข้อมูลด้านบริบทชุมชน ข้อมูลส่วนบุคคลและข้อมูลด้านสังคมวัฒนธรรม กับการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดในแง่ของการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การรับประทานยา การรับการตรวจรักษาอย่างต่อเนื่อง ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ประชากรในการศึกษาคือผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ที่รับการรักษาในศูนย์สุขภาพชุมชนอำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ และผู้ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ จากศูนย์สุขภาพชุมชนละ 8 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 24 คน จากนั้นได้คัดเลือกตัวอย่างบางคนอย่างเจาะจงจากผู้ที่มีร่วมสนทนากลุ่มที่ยินดีให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลเชิงลึก จำนวน 8 คน

ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ 4 คน และควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ 4 คน โดยมาจากศูนย์สุขภาพชุมชนทั้ง 3 แห่ง ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์เชิงลึก เครื่องมือที่ใช้คือแนวคำถามที่ใช้ในการสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์เชิงลึกซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบจัดหมวดหมู่

ผลการศึกษาพบว่าบริบทชุมชนอำเภอบางกระทุ่มมีการเปลี่ยนแปลงไปซึ่งความเจริญก้าวหน้าของสังคมและวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นนี้ส่งผลกระทบต่อชุมชนทั้งด้านการดำเนินชีวิตและแบบแผนการดำเนินชีวิตของบุคคล ด้านสังคมวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับระบบความคิดความเชื่อต่อการดูแลสุขภาพพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้มีการรับรู้ความเสี่ยงและความรุนแรงว่าการที่กลุ่มตัวอย่างไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้จะเกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงและกลุ่มตัวอย่างไม่ต้องการให้ภาวะแทรกซ้อนนี้เกิดขึ้นกับตนเอง ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ มีการรับรู้ว่าโรคเบาหวานเป็นโรคที่ไม่รุนแรงแต่การที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ไม่มีผลกระทบที่รุนแรงต่อตนเอง ครอบครัวหรือสังคม ในด้านการรับรู้ประโยชน์ ทั้งสองกลุ่มมีการรับรู้ประโยชน์หากสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีพอๆกัน

กลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ได้รับการสนับสนุนเป็นอย่างดีจากครอบครัวและมีความต่อเนื่องสม่ำเสมอ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ได้รับการสนับสนุนเช่นเดียวกันแต่ขาดการกระตุ้นที่ต่อเนื่อง กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีความเข้าใจและให้ความหมายเกี่ยวกับโรคเบาหวานค่อนข้างดี กลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ จะให้ความสำคัญกับการควบคุมอาหาร โดยมีการเลือกรับประทานอาหารที่จะส่งผลต่อระดับน้ำตาลในเลือด และมีการออกกำลังกายสม่ำเสมอด้วย รวมทั้งมีการรับประทานยาและไปรับการตรวจรักษาอย่างต่อเนื่องจากแพทย์ผู้ให้การรักษา กลุ่มตัวอย่างที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้จะให้ความสำคัญกับการรับประทานยาเพื่อลดระดับน้ำตาลในเลือดมากกว่าการดูแลตนเอง มีการตรวจรักษาอย่างต่อเนื่องแต่การที่กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารตามใจตนเองรวมทั้งขาดการออกกำลังกาย จึงส่งผลให้ระดับน้ำตาลในเลือดไม่ลดลงจนอยู่ในเกณฑ์ที่ปกติ

**Independent Study Title** Life Style Related to Blood Sugar Control in Non-Insulin  
Dependent Diabetes Mellitus Patients at Community Health  
Center, Bangkratum District, Phitsanuloke Province

**Author** Mrs. Saranya Leowijak

**Degree** Master of Public Health

**Independent Study Advisory Committee**

Asst Prof. Dr. Komkham Pattanaporn	Chairperson
Assoc. Prof. Warapom Pannavalee	Member
Assoc. Prof. Chomnard Potjauamart	Member

**ABSTRACT**

Diabetes mellitus is a chronic disease which is the important health problem to Thai people. In order to control the disease effectively, health personnel should understand the patient's life style. Therefore the purpose of this descriptive study was to study life style of non-insulin dependent diabetes mellitus patients in the dimension of paradigm of the community, individual data and socio-cultural context which related to blood sugar control such as diet control, exercise, drug treatment, and continuity of follow up. The population for the study was non-insulin dependent diabetes mellitus patients at 3 community health centers, Bangkratum District, Phitsanuloke Province. Twenty four samples were purposively selected from those patients. After focus group discussion was taken, 8 samples were purposively selected from those 24 subjects who volunteered for in-depth interviews. Subjects were divided into 2 groups, 4 subjects each; those who were able to and who were not able to control blood sugar level. Data was collected by focus group discussion and in-depth interview. The content validity was

reviewed by 3 experts. Data was analyzed by using descriptive statistics and typological analysis.

The results revealed that the paradigm of community has been changed from the past. The development of society and culture changes had greatly affected to their life style. Regarding to risk and severity perception in the socio-cultural context, the subjects who were able to control blood sugar level strongly perceived susceptibility and severe complication while the subjects who were not able to control blood sugar level had less perception of susceptibility and severity. However, both groups perceived benefits from controlling their blood sugar level.

The subjects who were able to control blood sugar level received well, continuously supports from their families while those who were not able to control blood sugar level also received family supports but lack of continuity. Both groups had well understanding of the meaning of diabetes mellitus. Subjects who were able to control blood sugar level had well diet control, frequent exercises, drug treatment and continuity of follow up. The subjects who were not able to control blood sugar level preferred drug treatment and the continuity of follow up to diet control and frequent exercises which affected to their incapable of decreasing their blood sugar level.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved