

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ผลการให้โภชนศึกษาต่อความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง เป็นการศึกษากึ่งทดลอง (Quasi - experimental study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการให้โภชนศึกษาต่อความรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่ม วัดผลก่อน-หลังการทดลอง (two group pre-posttest design) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาในหอผู้ป่วยออร์โธปิดิกส์ชาย 3 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ และได้รับการผ่าตัดกระดูกสันหลังระหว่างเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2548 ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2548 เก็บข้อมูลโดยใช้แบบวัดความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และแบบบันทึกน้ำหนัก ส่วนสูง ผลการศึกษานำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยายตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 ความรู้ทางโภชนาการ

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง จำนวน 30 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง คือ กลุ่มที่ได้รับโภชนศึกษา จำนวน 15 คน และกลุ่มควบคุม คือ กลุ่มที่ไม่ได้รับโภชนศึกษา จำนวน 15 คน ซึ่งมีรายละเอียดของข้อมูลทั่วไป แสดงในตาราง 4.1-4.4

ตาราง 4.1 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ สถานภาพสมรส และศาสนา

ข้อมูล	กลุ่มทดลอง (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)	กลุ่มควบคุม (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)
อายุ (ปี)	(\bar{X} = 43.33, SD. = 9.12)	(\bar{X} = 48.33, SD. = 9.22)
ต่ำกว่า 30 ปี	3 (20.00)	2 (13.33)
31 - 40 ปี	4 (26.67)	2 (13.33)
41 - 50 ปี	3 (20.00)	6 (40.00)
51 - 60 ปี	3 (20.00)	3 (20.00)
มากกว่า 60 ปี	2 (13.33)	2 (13.33)
	(Range = 26-72 ปี)	(Range = 28-80 ปี)
สถานภาพสมรส		
โสด	3 (20.00)	1 (6.67)
คู่	11 (73.33)	13 (86.67)
หย่า, แยกกันอยู่	1 (6.67)	1 (6.67)
ศาสนา		
พุทธ	11 (73.33)	10 (66.67)
คริสต์	3 (20.00)	4 (26.67)
อิสลาม	1 (6.67)	1 (6.67)

จากตาราง 4.1 กลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 43.33 ปี กลุ่มควบคุม 48.33 ปี สถานภาพสมรสคู่ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 73.33 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 86.67 และทั้งสองกลุ่มนับถือศาสนาพุทธ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 73.33 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 66.67

ตาราง 4.2 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ และความเพียงพอของรายได้

ข้อมูล	กลุ่มทดลอง (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)	กลุ่มควบคุม (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	7 (46.67)	8 (53.33)
มัธยมศึกษา	4 (26.67)	4 (26.67)
ประกาศนียบัตร/อนุปริญญา	1 (6.67)	1 (6.67)
ปริญญาตรีขึ้นไป	3 (20.00)	2 (13.33)
อาชีพ		
ไม่ได้ทำงาน	3 (20.00)	4 (26.67)
เกษตรกร	2 (13.33)	5 (33.33)
รับจ้าง	5 (33.33)	1 (6.67)
ค้าขาย	2 (13.33)	3 (20.00)
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	2 (13.33)	0 (0.00)
รับราชการ	1 (6.67)	2 (13.33)
รายได้ต่อเดือน (บาท)		
1,000 - 5,000	7 (46.67)	6 (40.00)
5,001 - 10,000	4 (26.67)	3 (20.00)
10,001 - 15,000	2 (13.33)	4 (26.67)
มากกว่า 15,000	2 (13.33)	2 (13.33)
ความเพียงพอของรายได้		
เพียงพอเหลือเก็บ	2 (13.33)	2 (13.33)
เพียงพอไม่เหลือเก็บ	7 (46.67)	6 (40.00)
ไม่เพียงพอไม่มีหนี้สิน	1 (6.67)	2 (13.33)
ไม่เพียงพอมีหนี้สิน	5 (33.33)	5 (33.33)

จากตาราง 4.2 การศึกษาระดับประถมศึกษา กลุ่มทดลอง ร้อยละ 46.67 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 53.33 การประกอบอาชีพ กลุ่มทดลองอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 33.33 กลุ่มควบคุม อาชีพเกษตรกร ร้อยละ 46.67 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนระหว่าง 1,000-5,000 บาท กลุ่มทดลอง ร้อยละ 46.67 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 40.00 และทั้งสองกลุ่มมีรายได้เพียงพอไม่เหลือเก็บ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 46.67 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 40.00

ตาราง 4.3 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว ผู้ดูแลที่บ้าน การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ การดื่มชา และกาแฟ

ข้อมูล	กลุ่มทดลอง (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)	กลุ่มควบคุม (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)
จำนวนสมาชิกในครอบครัว		
2 คน	2 (13.33)	1 (6.67)
3 คน	6 (40.00)	6 (40.00)
4 คน	2 (13.33)	4 (26.67)
5 คน	4 (26.67)	3 (20.00)
มากกว่า 5 คน	1 (6.67)	1 (6.67)
ผู้ดูแลเมื่อผู้ป่วยอยู่ที่บ้าน		
ดูแลตนเอง	2 (13.33)	2 (13.33)
คู่สมรส	10 (66.67)	8 (53.33)
ญาติ	3 (20.00)	5 (33.33)
การออกกำลังกาย		
เป็นประจำ	1 (6.67)	2 (13.33)
บางครั้ง	6 (40.00)	8 (53.33)
ไม่เคย	8 (53.33)	5 (33.33)
การสูบบุหรี่		
สูบ	5 (33.33)	3 (20.00)
ไม่สูบ	10 (66.67)	12 (80.00)
ปริมาณในการสูบบุหรี่ต่อวัน		
1 - 3 มวน/วัน	1 (20.00)	0 (0.00)
4 - 6 มวน/วัน	3 (60.00)	2 (66.67)
7 - 10 มวน/วัน	1 (20.00)	1 (33.33)

ตาราง 4.3 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มทดลอง (n = 15)	กลุ่มควบคุม (n = 15)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
การดื่มแอลกอฮอล์		
ดื่ม	8 (53.33)	5 (33.33)
ไม่ดื่ม	7 (46.67)	10 (66.67)
ปริมาณในการดื่มต่อวัน		
1 - 2 แก้ว/วัน	6 (75.00)	2 (40.00)
มากกว่า 2 แก้ว/วัน	2 (25.00)	3 (60.00)
การดื่มชา กาแฟ		
ดื่ม	6 (40.00)	3 (20.00)
ไม่ดื่ม	9 (60.00)	12 (80.00)
ปริมาณในการดื่มต่อวัน		
1 - 2 แก้ว/วัน	5 (83.33)	3 (100.00)
มากกว่า 2 แก้ว/วัน	1 (16.67)	0 (0.00)

จากตาราง 4.3 กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 40 มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 3 คน กลุ่มทดลอง ร้อยละ 66.67 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 53.33 มีคู่สมรสเป็นผู้ดูแลเมื่ออยู่ที่บ้าน ด้านการออกกำลังกาย กลุ่มทดลอง ร้อยละ 40 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 53.33 ออกกำลังกายบางครั้ง ด้านการสูบบุหรี่ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 66.67 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 80.00 ไม่สูบบุหรี่ ด้านการดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 53.33 ดื่มแอลกอฮอล์ โดยดื่มวันละ 1-2 แก้ว ร้อยละ 75.00 ส่วนกลุ่มควบคุม ร้อยละ 66.67 ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ และในด้านการดื่มชา กาแฟ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 83.33 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 80.00 ไม่ดื่มชา และกาแฟ

ตาราง 4.4 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ
ยาที่รับประทานเป็นประจำ การได้รับความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่เหมาะสม

ข้อมูล	กลุ่มทดลอง (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)	กลุ่มควบคุม (n = 15) จำนวน (ร้อยละ)
ปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร		
มีปัญหา	3 (20.00)	5 (33.33)
ไม่มีปัญหา	12 (80.00)	10 (66.67)
อาการผิดปกติ		
ท้องอืด	3 (100.00)	3 (60.00)
ปวดท้อง	0 (0.00)	2 (40.00)
ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ		
มีปัญหา	2 (13.33)	4 (26.67)
ไม่มีปัญหา	13 (86.67)	11 (73.33)
อาการผิดปกติ		
ท้องผูก	2 (100.00)	4 (100.00)
ยาที่รับประทานเป็นประจำ		
นอกเหนือจากที่โรงพยาบาลจัดให้		
มี	1 (6.67)	0 (0.00)
ไม่มี	14 (93.33)	15 (100.00)
เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ที่เหมาะสมสำหรับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง		
เคย	4 (26.67)	3 (20.00)
ไม่เคย	11 (73.33)	12 (80.00)

ตาราง 4.4 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
	จำนวน	จำนวน
แหล่งที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร		
ที่เหมาะสมสำหรับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง		
- เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	3	1
- บุคคลในครอบครัว	1	1
- เพื่อน	1	1
- โทรทัศน์	1	1
- วิทยุ	1	1
- หนังสือพิมพ์	2	1
- เอกสารเผยแพร่ความรู้	1	1

จากตาราง 4.4 กลุ่มทดลอง ร้อยละ 80 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 66.67 ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร กลุ่มทดลอง ร้อยละ 86.67 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 73.33 ไม่พบปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่ไม่มียาที่รับประทานเป็นประจำ นอกเหนือจากที่โรงพยาบาลจัดให้ โดยในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 93.33 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 100.00 และกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่เหมาะสมสำหรับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง โดยกลุ่มทดลอง ร้อยละ 73.33 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 80.00

ตาราง 4.5 ภาวะโภชนาการก่อนและหลังการให้โภชนาศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง แปลผลตามดัชนี
สุขภาพ มช. (HWDI)

ระดับของภาวะ โภชนาการ	กลุ่มทดลอง (n = 15)		กลุ่มควบคุม (n = 15)	
	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ท้วม	2 (13.33)	2 (13.33)	3 (20.00)	2 (13.33)
ปกติ	11 (73.33)	12 (80.00)	10 (66.67)	8 (53.33)
ผอม	2 (13.33)	1 (6.67)	2 (13.33)	5 (33.33)

จากตาราง 4.5 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการก่อนการให้โภชนาศึกษาอยู่ในระดับปกติ โดยในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 73.33 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 66.67 และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการหลังการให้โภชนาศึกษาอยู่ในระดับปกติ โดยกลุ่มทดลอง ร้อยละ 80.00 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 53.33 เมื่อแปลผลโดยใช้เกณฑ์ตามดัชนีสุขภาพ มช.

ตาราง 4.6 ภาวะโภชนาการก่อนและหลังการให้โภชนาศึกษาของกลุ่มตัวอย่างแปลผลตาม
ดัชนีมวลกาย (BMI)

ระดับของภาวะ โภชนาการ	กลุ่มทดลอง (n = 15)		กลุ่มควบคุม (n = 15)	
	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ต่ำกว่ามาตรฐาน	2 (13.33)	1 (6.67)	2 (13.33)	4 (26.67)
มาตรฐาน	11 (73.33)	12 (80.00)	8 (53.33)	9 (60.00)
เกินมาตรฐาน	2 (13.33)	2 (13.33)	5 (33.33)	2 (13.33)

จากตาราง 4.6 กลุ่มตัวอย่างมีภาวะโภชนาการก่อนการให้โภชนศึกษา อยู่ในระดับมาตรฐานในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 73.33 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 53.33 และกลุ่มตัวอย่าง มีภาวะโภชนาการหลังการให้โภชนศึกษา อยู่ในระดับมาตรฐาน ในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 80.00 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 60.00 เมื่อแปลผลตามดัชนีมวลกาย

ตาราง 4.7 ความเพียงพอของปริมาณพลังงานที่ได้รับจากอาหารในแต่ละวัน (ในรอบ 24 ชั่วโมง) ของกลุ่มตัวอย่าง

รายที่	กลุ่มทดลอง (n=15)			กลุ่มควบคุม (n=15)		
	พลังงาน ที่ควรได้รับ	พลังงาน ที่ได้รับ	การแปลผล	พลังงาน ที่ควรได้รับ	พลังงาน ที่ได้รับ	การแปลผล
1	2,506.00	2265.00	ไม่เพียงพอ	2,591.00	2,081.40	ไม่เพียงพอ
2	2,273.00	2301.00	เพียงพอ	2,609.00	2,283.34	ไม่เพียงพอ
3	2,320.00	1,933.43	ไม่เพียงพอ	1,986.00	2,021.40	เพียงพอ
4	2,153.20	2204.00	เพียงพอ	2,236.00	1,932.43	ไม่เพียงพอ
5	2,089.76	2,382.00	เพียงพอ	2,259.00	1,668.46	ไม่เพียงพอ
6	2,521.00	2264.00	ไม่เพียงพอ	2,382.00	2,061.18	ไม่เพียงพอ
7	2,121.00	2,148.63	เพียงพอ	2,225.00	2,267.00	เพียงพอ
8	2,306.00	2,544.36	เพียงพอ	2,323.00	2,040.30	ไม่เพียงพอ
9	1,683.00	1,960.00	เพียงพอ	2,079.00	2,134.29	เพียงพอ
10	2,519.00	2,281.64	ไม่เพียงพอ	2,265.00	2,281.38	เพียงพอ
11	2,391.00	2,562.30	เพียงพอ	2,106.00	2,145.60	เพียงพอ
12	1,996.00	2,021.50	เพียงพอ	2,799.00	2,562.30	ไม่เพียงพอ
13	1,969.00	2,021.50	เพียงพอ	2,043.00	1,720.00	ไม่เพียงพอ
14	2,645.00	2,240.32	ไม่เพียงพอ	2,202.00	2,301.00	เพียงพอ
15	2,356.00	2,591.00	เพียงพอ	1,888.00	1,610.00	ไม่เพียงพอ

จากตาราง 4.7 กลุ่มทดลองได้รับพลังงานจากอาหารเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย 10 คน ร้อยละ 66.67 และกลุ่มควบคุมได้รับพลังงานจากอาหารเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย 6 คน ร้อยละ 40.00

ตาราง 4.8 ลักษณะแผลผ่าตัดของกลุ่มตัวอย่าง

ลักษณะแผลผ่าตัด	กลุ่มทดลอง (n=15)		กลุ่มควบคุม (n=15)	
	จำนวน (ร้อยละ)		จำนวน (ร้อยละ)	
แผลดี	15	(100.00)	15	(100.00)

จากตาราง 4.8 กลุ่มตัวอย่างทุกคนแผลผ่าตัดดี

ส่วนที่ 2 ความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.9 ความรู้ของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา

ระดับของความรู้ ทางโภชนาการ	กลุ่มทดลอง (n = 15)		กลุ่มควบคุม (n = 15)	
	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ต่ำ	9 (60.00)	0 (0.00)	11 (73.33)	6 (40.00)
ปานกลาง	4 (26.67)	0 (0.00)	4 (26.67)	9 (60.00)
สูง	2 (13.33)	15 (100.00)	0 (0.00)	0 (0.00)

จากตาราง 4.9 ก่อนการให้โภชนศึกษา กลุ่มทดลองมีความรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 60.00 กลุ่มควบคุมมีความรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 73.33 และหลังการให้โภชนศึกษา กลุ่มทดลองมีความรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 100.00 และกลุ่มควบคุมมีความรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 60.00

ตาราง 4.10 ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา

การให้โภชนศึกษา	กลุ่มทดลอง (n = 15)			กลุ่มควบคุม (n = 15)		
	\bar{X}	SD.	แปลผล	\bar{X}	SD.	แปลผล
ก่อนการให้โภชนศึกษา	10.87	2.56	ต่ำ	8.87	2.75	ต่ำ
หลังการให้โภชนศึกษา	18.00	0.05	สูง	11.87	2.36	ปานกลาง

จากตาราง 4.10 กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการก่อนการให้โภชนศึกษา 10.87 คะแนน อยู่ในระดับต่ำ และค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการหลังการให้โภชนศึกษา 18.00 คะแนน อยู่ในระดับสูง และกลุ่มควบคุมได้ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการก่อนการให้โภชนศึกษา 8.87 คะแนน อยู่ในระดับต่ำ และค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการหลังการให้โภชนศึกษา 11.87 คะแนน อยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 4.11 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา (คะแนนเต็ม 22 คะแนน)

การให้โภชนศึกษา	\bar{X}	SD.	t	p. value
ก่อนการให้โภชนศึกษา	10.87	2.56		
หลังการให้โภชนศึกษา	18.00	0.05	7.13	.007*

*p < .01

จากตาราง 4.11 ก่อนการให้โภชนศึกษา กลุ่มทดลองได้ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการ 10.87 คะแนน หลังการให้โภชนศึกษา ได้ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการ 18.00 คะแนน เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 4.12 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการระหว่าง
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การให้โภชนศึกษา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p. value
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD		
ก่อนการให้โภชนศึกษา	10.87	2.56	8.87	2.75	3.041	.320 ^{NS}
หลังการให้โภชนศึกษา	18.00	0.05	11.87	2.36	10.644	.000*

*p < .01

NS = ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 4.12 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการให้โภชนศึกษามีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อทำการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังการให้โภชนศึกษามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มทดลองจะมีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้งก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ตาราง 4.13 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแบบแผนการรับประทานอาหาร

แบบแผนการรับประทานอาหาร	กลุ่มทดลอง (n = 15)	กลุ่มควบคุม (n = 15)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
จำนวนมื้ออาหารที่รับประทาน/วัน		
2 มื้อ	5 (33.33)	4 (26.67)
3 มื้อ	8 (53.33)	9 (60.00)
4 มื้อ	2 (13.33)	2 (13.33)
จำนวนมื้ออาหารหลัก/วัน		
2 มื้อ	5 (33.33)	4 (26.67)
3 มื้อ	10 (66.67)	11 (73.33)
การดื่มน้ำต่อวัน		
3 - 4 แก้ว	4 (26.67)	4 (26.67)
5 - 6 แก้ว	5 (33.33)	5 (33.33)
7 - 8 แก้ว	4 (26.67)	4 (26.67)
มากกว่า 8 แก้ว	2 (13.33)	2 (13.33)
การรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร		
ไม่รับประทาน	13 (86.57)	12 (80.00)
รับประทาน	2 (13.33)	3 (20.00)
ชนิดผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร		
สาหร่าย	1 (50.00)	2 (66.67)
วิตามิน	1 (50.00)	1 (33.33)

ตาราง 4.13 (ต่อ)

แบบแผนการรับประทานอาหาร	กลุ่มทดลอง (n = 15)	กลุ่มควบคุม (n = 15)
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารที่งดเว้นในภาวะปกติ		
ไม่มี	14 (93.33)	15 (100.00)
มี	1 (6.67)	0 (0.00)
อาหารที่งดเว้น		
เนื้อวัว / ควาย	1 (100.00)	
ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารที่งดเว้นหลังได้รับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง		
ไม่มี	13 (86.67)	14 (93.33)
มี	2 (13.33)	1 (6.67)
อาหารที่งดเว้น		
ไข่	2 (100.00)	1 (100.00)

จากตาราง 4.13 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ ในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 33.33 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 60.00 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 66.67 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 73.33 รับประทานอาหารมื้อหลัก 3 มื้อต่อวัน ปริมาณน้ำดื่มในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม คือ 5-6 แก้วต่อวัน ร้อยละ 33.33 ในด้านการรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่รับประทาน คือ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 86.67 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 66.67 ด้านความเชื่อเกี่ยวกับอาหารที่งดเว้นในภาวะปกติ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 93.33 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 100.00 ไม่มีอาหารที่งดเว้นในภาวะปกติ และด้านความเชื่อเกี่ยวกับอาหารที่งดเว้นหลังได้รับการผ่าตัดกระดูกสันหลัง กลุ่มทดลอง ร้อยละ 86.67 กลุ่มควบคุม ร้อยละ 93.33 ไม่มีอาหารที่งดเว้น

ตาราง 4.14 พฤติกรรมการบริโภคอาหารก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา

ระดับพฤติกรรม การบริโภคอาหาร	กลุ่มทดลอง (n = 15)		กลุ่มควบคุม (n = 15)	
	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา	ก่อนให้โภชนศึกษา	หลังให้โภชนศึกษา
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
พอใช้	12 (80.00)	0 (0.00)	12 (80.00)	12 (80.00)
ดี	3 (20.00)	12 (80.00)	3 (20.00)	3 (20.00)
ดีมาก	0 (0.00)	3 (20.00)	0 (0.00)	0 (0.00)

จากตาราง 4.14 ก่อนการให้โภชนศึกษา กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม ร้อยละ 80.00 มีพฤติกรรมการบริโภคอยู่ในระดับพอใช้ และหลังการให้โภชนศึกษา กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 80.00 และกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 80.00

ตาราง 4.15 ค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการให้
โภชนศึกษา

การทดลอง	กลุ่มทดลอง (n = 15)			กลุ่มควบคุม (n = 15)		
	\bar{X}	SD.	แปลผล	\bar{X}	SD.	แปลผล
ก่อนการให้โภชนศึกษา	44.73	8.15	พอใช้	44.00	7.54	พอใช้
หลังการให้โภชนศึกษา	72.47	3.35	ดี	45.80	4.73	พอใช้

จากตาราง 4.15 กลุ่มทดลองได้ค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารก่อนการให้
โภชนศึกษา 44.73 คะแนน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับพอใช้ และค่าคะแนนเฉลี่ย
พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารหลังการให้โภชนศึกษา 72.47 คะแนน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอยู่ใน
ระดับดี และกลุ่มควบคุมได้ค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารก่อนการให้โภชนศึกษา
44.00 คะแนน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับพอใช้ และค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม
กรรมการบริโภคอาหารหลังการให้โภชนศึกษา 45.80 คะแนน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอยู่ในระดับพอใช้

ตาราง 4.16 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา

การให้โภชนศึกษา	\bar{X}	SD.	t	p. value
ก่อนการให้โภชนศึกษา	44.73	8.15	14.87	.000*
หลังการให้โภชนศึกษา	72.47	3.35		

*p < .01

จากตาราง 4.16 ก่อนการให้โภชนศึกษา กลุ่มทดลองได้ค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร 44.73 คะแนน หลังการให้โภชนศึกษาได้ค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร 72.47 คะแนน เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารหลังการให้โภชนศึกษาสูงกว่าก่อนการให้โภชนศึกษา

ตาราง 4.17 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารระหว่าง
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การให้โภชนศึกษา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p. value
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD		
ก่อนการให้โภชนศึกษา	44.73	8.15	44.00	7.45	0.23	.82 ^{NS}
หลังการให้โภชนศึกษา	72.47	3.35	45.80	4.74	19.30	.000*

*p < .01

NS = ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 4.17 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างค่าคะแนนเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ก่อนการให้โภชนศึกษามีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อทำการทดสอบความแตกต่างค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังการให้โภชนศึกษามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มทดลองจะมีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้งก่อนและหลังการให้โภชนศึกษา