

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่

Factors Related to Self-Care Behaviors of Patients with Type 2 Diabetes
Mellitus Attending the Diabetes Clinic at Khlong Thom Hospital, Krabi Province

อ้อมฤดี ขนานใต้* และ สุรเดช สำราญจิตต์

Omrudee Khanantai* and Suradej Samranjit

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

Faculty of Public Health, Ramkhamhaeng University

(Received: April 4, 2025, Revised: June 20, 2025, Accepted: July 1, 2025)

บทคัดย่อ

การวิจัยแบบภาคตัดขวางนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับเจตคติและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 และ 2) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ กลุ่มตัวอย่าง 275 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม ตรวจสอบเครื่องมือด้วยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน มีค่าความสอดคล้องของเนื้อหาระหว่าง 0.67 – 1.00 มีค่าความเชื่อมั่น 0.77 และ 0.78 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัยพบว่า เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดยรวมอยู่ในระดับดี ($M = 4.29$, $SD = 0.54$) พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดยรวมอยู่ในระดับดี ($M = 4.68$, $SD = 0.59$) และพบว่า เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความสัมพันธ์เชิงบวก ($r = 0.519$) กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ดังนั้น จึงควรส่งเสริมเจตคติที่ดีและความตระหนักในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ผ่านกิจกรรมที่เสริมความมั่นใจ เช่น การให้ความรู้ด้านโภชนาการ การออกกำลังกาย การใช้ยา การดูแลสุขภาพเท้า และการติดตามระดับน้ำตาลอย่างสม่ำเสมอ โดยเน้นความต่อเนื่องและการมีส่วนร่วมของผู้ป่วยและครอบครัว เพื่อสร้างพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ยั่งยืน ลดภาวะแทรกซ้อน และส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดี

คำสำคัญ : เจตคติ, พฤติกรรมการดูแลตนเอง, โรคเบาหวานชนิดที่ 2

Abstract

This cross-sectional study aimed to 1) examine the levels of attitudes and self-care behaviors of patients with type 2 diabetes mellitus, and 2) identify the factors associated with self-care behaviors among patients with type 2 diabetes mellitus attending the diabetes clinic at Khlong Thom Hospital, Krabi Province. The sample consisted of 275 participants. Data were collected using a questionnaire, which was validated by three experts, yielding a content validity index ranging from 0.67 to 1.00. The reliability coefficients were 0.77 and 0.78, respectively. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's correlation coefficient, with the level of statistical significance set at 0.05.

The study found that overall attitudes toward type 2 diabetes mellitus were at a good level ($M = 4.29$, $SD = 0.54$). Similarly, overall self-care behaviors of patients with type 2 diabetes mellitus were at a good level ($M = 4.68$, $SD = 0.59$). Attitudes toward type 2 diabetes mellitus were positively correlated with self-care behaviors ($r = 0.519$) among patients attending the diabetes clinic at Khlong Thom Hospital, Krabi Province, with statistical significance at the 0.01 level.

Therefore, it is essential to promote positive attitudes and awareness of self-care among patients with type 2 diabetes mellitus through activities that enhance self-confidence, such as education on nutrition, exercise, medication adherence, foot care, and regular monitoring of blood glucose levels. Emphasis should be placed on continuity and the active participation of both patients and their families in order to foster sustainable self-care behaviors, reduce complications, and improve quality of life.

Keywords: Attitudes, Self-Care Behaviors, Type 2 Diabetes Mellitus

บทนำ

โรคเบาหวาน (Diabetes Mellitus: DM) เป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสุขภาพที่กำลังทวีความรุนแรงทั้งในประเทศไทยและหลายประเทศทั่วโลก ซึ่งในปัจจุบันมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะในกลุ่มวัยทำงานและผู้สูงอายุ สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการดำเนินชีวิตและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ก่อให้เกิดปัญหาทั้งด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ และสังคม ข้อมูลจากสมาพันธ์เบาหวานนานาชาติ พบว่า ปัจจุบันมีผู้ป่วยโรคเบาหวานทั่วโลกมากกว่า 537 ล้านคน และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็น 643 ล้านคนภายในปี พ.ศ. 2573 และภายในปีพ.ศ. 2588 จะเพิ่มมากถึง 783 ล้านคน โดยผู้ป่วยโรคเบาหวานมากกว่าร้อยละ 90 เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 (Magliano & Boyko, 2021)

ประเทศไทย ปี พ.ศ. 2567 พบอัตราผู้ป่วยรายใหม่ 644.11 ต่อแสนประชากร และอัตราการเสียชีวิต 2.09 ต่อแสนประชากร (Ministry of Public Health, 2024) และปีงบประมาณ 2567 มีการใช้การรักษาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) สูงถึงร้อยละ 52 ของงบประมาณทั้งหมด หรือ 152,738 ล้านบาท โดยเป็นค่ารักษาโรคเบาหวาน 1,868 ล้านบาท (National Health Security Office, 2023) สำหรับจังหวัดกระบี่ ก็พบปัญหาผู้ป่วยเบาหวานเพิ่มขึ้นเช่นกัน โดยในปี พ.ศ. 2565, 2566 และ 2567 พบอัตราผู้ป่วยร้อยละ 5.36, 6.14 และ 6.55 และอัตราผู้ป่วยรายใหม่เท่ากับ 429.33, 928.22 และ 492.69 ต่อแสนประชากรตามลำดับ (Health Data Center, 2024)

สำหรับโรงพยาบาลคลองท่อม ซึ่งเปิดให้บริการคลินิกโรคเบาหวานทุกวันอังคารและพุธ พบอัตราผู้ป่วยในช่วงสามปีดังกล่าวเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 4.51 เป็น 5.15 และอัตราผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มจาก 379.20 เป็น 483.02

ต่อแสนประชากร อย่างไรก็ตาม ร้อยละของผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ยังอยู่ที่ 28.74, 29.53 และ 31.71 ซึ่งยังต่ำกว่าเกณฑ์เป้าหมายที่กำหนดไว้คือร้อยละ 60 (Health Data Center, 2024) จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า เจตคติของผู้ป่วย เช่น การรับรู้ความรุนแรงของโรค ความเชื่อในประสิทธิภาพของการดูแลตนเอง และความมั่นใจในการปฏิบัติตน เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเอง เนื่องจากโรคเบาหวานสามารถควบคุมได้หากผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างเหมาะสม การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับพฤติกรรมการดูแลตนเองจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อใช้ในการวางแผนส่งเสริมสุขภาพลดภาวะแทรกซ้อน เช่น โรคหัวใจ โรคไต เบาหวานขึ้นตา และแผลเรื้อรัง การศึกษาครั้งนี้ใช้แนวคิดด้านเจตพิสัยของ Bloom (1976) ร่วมกับทฤษฎีการดูแลตนเองของ Orem (2001) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนารูปแบบการให้บริการและแนวทางการดูแลสุขภาพที่เหมาะสม ช่วยให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้อง ลดความเสี่ยงภาวะแทรกซ้อน และส่งเสริมคุณภาพชีวิตในระยะยาว

วัตถุประสงค์วิจัย

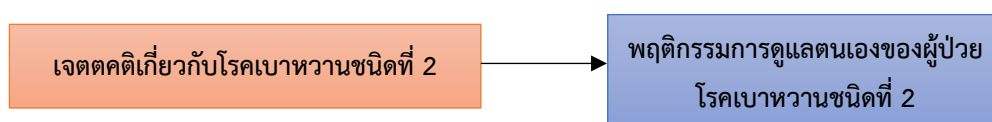
1. เพื่อศึกษาเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่

สมมติฐาน

เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านเจตพิสัยของ Bloom (1976) มาใช้ประเมินระดับเจตคติของผู้ป่วยใน 5 ระดับ ได้แก่ การรับรู้ การตอบสนอง การให้คุณค่า การจัดระบบคุณค่า และบุคลิกภาพตามค่านิยม เพื่อศึกษาเจตคติต่อโรคเบาหวานและพฤติกรรมสุขภาพอย่างเป็นระบบ ร่วมกับทฤษฎีการดูแลตนเองของ Orem (2001) ที่เน้นพฤติกรรมเป้าหมาย เช่น การควบคุมอาหาร การใช้ยา และการออกกำลังกาย รวมถึงบทบาทของบุคลากรสาธารณสุขในการสนับสนุนตามระดับความสามารถในการดูแลตนเอง (Self-care agency) จากการบูรณาการแนวคิดทั้งสอง ผู้วิจัยจึงกำหนดตัวแปรหลัก คือ เจตคติ (Attitude) และพฤติกรรมการดูแลตนเอง (Self-care behavior) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ ดังแสดงภาพ 1



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบตัดขวาง (Cross-sectional descriptive study)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ศึกษา คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ ตามระบบนัดผู้ป่วยโรคเบาหวานในเดือนกุมภาพันธ์ – เดือนมีนาคม พ.ศ. 2568 จำนวนทั้งหมด 960 คน (Khlong Thom Hospital, 2024)

กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามตาราง Krejcie & Morgan (1970) ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ใช้ในการประมาณค่าและกำหนดสัดส่วนของประชากรที่สนใจ ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 275 คน ทำการเก็บข้อมูลด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) แบบจับฉลากไม่คืนที่ จากหมายเลขคิวการเข้ารับบริการคลินิกโรคเบาหวานในแต่ละวัน จนได้ครบตามจำนวนที่กำหนดไว้

เกณฑ์ในการคัดเลือกเข้ากลุ่มวิจัย (Inclusion criteria) ได้แก่ 1) เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่แพทย์วินิจฉัยและขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานของโรงพยาบาลคลองท่อม 2) เป็นผู้ที่สามารถอ่านเข้าใจภาษาไทยและสามารถตอบแบบสอบถามด้วยตนเองได้ 3) สม่ครใจและยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัย

เกณฑ์ในการคัดเลือกรออกจากกลุ่ม (Exclusion criteria) ได้แก่ 1) ไม่สามารถให้ข้อมูลได้ครบถ้วนขณะเก็บข้อมูล 2) ขอลถอนตัวจากการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาได้ดำเนินการสร้างขึ้นจากการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารการทบทวนวรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 3 ส่วน มีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 1) เพศ 2) อายุ 3) อาชีพ 4) รายได้ต่อเดือน 5) ระดับการศึกษา และ 6) ระยะเวลาป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดยลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบปลายเปิดและปลายปิด

ส่วนที่ 2 เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 15 ข้อ ลักษณะคำถามแบบเลือกตอบระดับความคิดเห็นเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating scale) โดยให้เลือกตอบได้เพียงคำตอบเดียว กำหนดให้แต่ละข้อมี 5 ตัวเลือก มีเกณฑ์การให้คะแนนตั้งแต่เห็นด้วยมากที่สุด (5คะแนน) ถึงเห็นด้วยน้อยที่สุด (1คะแนน)

การแปลผลจากคะแนนเฉลี่ยเป็นรายข้อและภาพรวม โดยพิจารณาระดับตามเกณฑ์ของ Best (1977) ออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับสูง (คะแนนเฉลี่ย 3.68 - 5.00) ระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 2.34 - 3.67) และระดับต่ำ (คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.33)

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 20 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 15 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ 5 ข้อ ลักษณะคำถามแบบเลือกตอบระดับความคิดเห็นเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating scale) โดยให้เลือกตอบได้เพียงคำตอบเดียว กำหนดให้แต่ละข้อมี 5 ตัวเลือก ข้อคำถามเชิงบวกมีเกณฑ์การให้คะแนน ตั้งแต่เห็นด้วยมากที่สุด (5 คะแนน) ถึงเห็นด้วยน้อยที่สุด (1 คะแนน) ข้อคำถามเชิงลบมีเกณฑ์การให้คะแนน ตั้งแต่เห็นด้วยมากที่สุด (1 คะแนน) ถึงเห็นด้วยน้อยที่สุด (5 คะแนน)

การแปลผลจากคะแนนเฉลี่ยเป็นรายข้อและภาพรวม โดยพิจารณาระดับตามเกณฑ์ของ Best (1977) ออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับสูง (คะแนนเฉลี่ย 3.68 - 5.00) ระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 2.34 - 3.67) และระดับต่ำ (คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.33)

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบสอบถามผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความชำนาญเฉพาะด้าน จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยอาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ของมหาวิทยาลัย 2 ท่าน และผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความสามารถและความเชี่ยวชาญด้านการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน 1 ท่าน ซึ่งได้ค่าความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 จากนั้นนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ กับผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่คลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลลำทับ จังหวัดกระบี่ ซึ่งมีคุณลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน แล้วนำมาตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ผลการวิเคราะห์แบบสอบถามส่วนเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2

มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78 ส่วนพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.77

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. จัดทำหนังสือราชการขอความร่วมมือไปยังผู้อำนวยการโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัยและขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. ผู้วิจัยนัดหมายผู้ช่วยพยาบาลประจำห้องตรวจในแต่ละวัน เพื่ออธิบายวัตถุประสงค์ และรายละเอียดของแบบสอบถาม
3. ผู้ช่วยวิจัยนำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างในเดือน มีนาคม - เมษายน พ.ศ. 2568 โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม
4. ผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลในแบบสอบถาม พร้อมทั้งลงรหัสในแบบสอบถามและทำการวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด และค่าต่ำสุด เพื่ออธิบายข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน ระดับการศึกษา และระยะเวลาป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เจตคติของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดย โดยการนำตัวแปรไปทดสอบการกระจายของข้อมูลด้วยสถิติ Kolmogorov-Smirnov พบว่า มีการกระจายของข้อมูลปกติ ($p > 0.05$) ดังนั้น จึงเลือกใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) (r) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 แปลความหมายของความสัมพันธ์และแปลผลค่า r ตามเกณฑ์ของ Davies's descriptors (Davies, 1971) ดังนี้

มีความสัมพันธ์กันสูงมาก (r)	เท่ากับ 0.70 หรือสูงกว่า
มีความสัมพันธ์กันสูง (r)	เท่ากับ 0.50 - 0.69
มีความสัมพันธ์กันปานกลาง (r)	เท่ากับ 0.30 - 0.49
มีความสัมพันธ์กันต่ำ (r)	เท่ากับ 0.10 - 0.29
ไม่มีความสัมพันธ์กัน (r)	เท่ากับ 0.01 - 0.09

จริยธรรมการวิจัย

การวิจัยได้รับการอนุมัติการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา รหัสจริยธรรมการวิจัยเลขที่ SCPHYLIRB-2568/088 อนุมัติวันที่ 26 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 ผู้วิจัยดำเนินการโดยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล และประโยชน์ที่กลุ่มตัวอย่างจะได้รับ พร้อมทั้งชี้แจงถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ นำเสนอในภาพรวมเพื่อใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น โดยไม่มีผลกระทบใดทั้งสิ้น

ผลการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ จำนวน 275 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 75.60 อายุเฉลี่ย 55.65 ปี อายุสูงสุด 76 ปี และอายุต่ำสุด 26 ปี มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 8,908 บาท รายได้ต่อเดือนสูงสุด 40,000 บาท และรายได้ต่อเดือนต่ำสุด 600 บาท ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทำสวน/ประมง ร้อยละ 46.91 มีระดับ

การศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 45.45 และระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 สูงสุด 34 ปี ต่ำสุด 1 ปี ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เฉลี่ย 7.83 ปี

2. เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีเจตคติอยู่ในระดับดี ($M = 4.29$, $SD = 0.54$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยของระดับเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 สูงสุด คือ รู้สึกว่าโรคเบาหวานไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนต่อชีวิตประจำวัน ($M = 4.53$, $SD = 0.56$) ซึ่งแปลผลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่รู้สึกรู้ว่าโรคเบาหวานส่งผลกระทบต่อชีวิตประจำวันของตน คะแนนมากอยู่ในระดับดี (เพราะผู้ป่วยรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตยังปกติ) ผู้ป่วยสามารถปรับตัวได้ดี มีพฤติกรรมการดูแลตนเองดีจึงไม่รู้สึกว่าคุณภาพชีวิตลดลง ส่วนข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยของระดับเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ต่ำสุด คือ โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่สามารถควบคุมโรคและเข้าสู่ระยะสงบได้ ($M = 4.00$, $SD = 1.04$)

3. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี ($M = 4.68$, $SD = 0.59$) และเมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 สูงสุด คือ รับประทานอาหารตรงเวลาทุกมื้อในแต่ละวัน ($M = 4.81$, $SD = 0.51$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ขอบอ่านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคเบาหวานจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายอยู่เสมอ ($M = 3.77$, $SD = 1.33$)

4. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกโรคเบาหวานโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ ดังตาราง 1

ตาราง 1 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 กับตัวแปรพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่

ตัวแปร	พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2		
	r	p-value	ระดับความสัมพันธ์
เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2	0.519**	< 0.001	สูง

**นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตาราง 1 พบว่า เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความสัมพันธ์ทางบวก ($r = 0.519$) กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

อภิปรายผล

ระดับเจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวานโรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ ในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($M = 4.29$, $SD = 0.54$) สะท้อนให้เห็นว่าผู้ป่วยมีทัศนคติเชิงบวกต่อโรคเบาหวาน ทั้งในด้านการตระหนักถึงความสำคัญของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด การปฏิบัติตัวที่เหมาะสม รวมถึงความเชื่อมั่นในแนวทางการดูแลตนเอง ซึ่งผลการวิจัยมีความสอดคล้องกับการศึกษาของ Changsang (2022) พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีระดับของทัศนคติอยู่ในระดับสูง ($M = 75.54$, $SD = 17.09$) โดยคะแนนที่สูงแสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยมีแนวโน้มในการปฏิบัติตามคำแนะนำทางการแพทย์ และมีความมุ่งมั่นในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดอย่างจริงจัง ผลการวิจัยทั้งสองฉบับสะท้อนให้เห็นแนวโน้มที่ดีว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในหลายพื้นที่ของประเทศไทยมีเจตคติเชิงบวกต่อการดูแลและควบคุม

โรคเบาหวาน ซึ่งอาจเกิดจากการได้รับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง ความรู้ด้านสุขภาพที่เพียงพอ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพจากบุคลากรทางการแพทย์ รวมถึงการสนับสนุนจากระบบบริการสาธารณสุขอย่างต่อเนื่อง

ระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลคลองท่อม จังหวัดกระบี่ ในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($M = 4.68$, $SD = 0.59$) สะท้อนให้เห็นว่าผู้ป่วยมีความสามารถและความตั้งใจในการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างต่อเนื่อง ทั้งในด้านการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ยา และการดูแลภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการพยาบาลตามทฤษฎีของโอเร็ม (Orem's Self-Care Theory) ที่เน้นให้ผู้ผู้ป่วยมีบทบาทในการดูแลสุขภาพของตนเอง (Self-care agency) โดยมีพยาบาลเป็นผู้สนับสนุนให้เกิดการดูแลตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Duangpratoom & Rattananahutanon (2019) ที่พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดยรวมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ($M = 4.074$, $SD = 0.495$) และสอดคล้องกับการศึกษาของ Suratana, Sasivimonlux, Kruejak, & Mongkolthep (2016) พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานอยู่ในระดับดี ($M = 3.79$, $SD = 0.50$) โดยผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้ในหลายด้าน ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงศักยภาพในการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองตามกรอบแนวคิดของโอเร็ม จากความสอดคล้องของผลการวิจัยทั้งสามฉบับ จะเห็นได้ว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในหลายพื้นที่ของประเทศไทยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับที่ดีถึงดีมาก ซึ่งอาจเป็นผลจากการได้รับความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม และการสนับสนุนจากบุคลากรสาธารณสุขในด้านการเสริมสร้างศักยภาพในการดูแลตนเองตามแนวคิดของโอเร็ม ที่เน้นความร่วมมือระหว่างผู้ป่วยและทีมสุขภาพในการพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเองอย่างยั่งยืน

จากการทดสอบสมมติฐานพบว่า เจตคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($r = 0.519$) ซึ่งอธิบายได้ว่า เจตคติที่ดีมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้ผู้ป่วยสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง ผลการวิจัยนี้สามารถอธิบายได้ตามกรอบแนวคิดของโอเร็ม (Orem's Self-Care Theory) ซึ่งชี้ให้เห็นว่า ความสามารถในการดูแลตนเอง (self-care agency) ของผู้ป่วยจะพัฒนาได้ดีเมื่อผู้ป่วยมีความรู้ เจตคติที่ดี และได้รับการสนับสนุนอย่างเหมาะสมจากบุคลากรทางการแพทย์ โดยเจตคติเชิงบวกต่อโรคเบาหวานทำหน้าที่เสมือนแรงจูงใจภายในที่ช่วยผลักดันให้ผู้ผู้ป่วยสามารถปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองได้อย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ มีความสอดคล้องกับการศึกษาของ Watanachot (2010) ที่พบว่า เจตคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติตัวในการควบคุมโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวานโรงพยาบาลบ้านไร่จังหวัดอุทัยธานี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($r = 0.33$) ความสอดคล้องของผลการวิจัยทั้งในปัจจุบันและในอดีต ยืนยันว่าเจตคติเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โดยเฉพาะในบริบทของระบบสุขภาพไทยที่มีการส่งเสริมสุขภาพและการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง การพัฒนาเจตคติที่ดีจึงเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่สามารถนำไปใช้ในการวางแผนการดูแลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากข้อมูลพื้นฐานของประชากรที่ศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 75.60 มีอายุเฉลี่ย 55.65 ปี มีระดับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 45.45 มีอาชีพทำสวนและประมง คิดเป็นร้อยละ 46.91 มีรายได้เฉลี่ย 8,908 บาท และระยะเวลาป่วยเป็นโรคเบาหวานเฉลี่ย 7.83 ปี ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเรื่องโรคเบาหวานของกรมการแพทย์ที่ระบุว่า โรคเบาหวานจะพบมากในผู้หญิงและผู้ที่มีอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป นอกจากนี้ยังพบว่าระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ย 7.83 ปีขึ้นไป จึงทำให้ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีการดูแลตนเองที่ดี เพื่อป้องกันไม่ให้อาการของโรครุนแรงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Sukwassana, Sikaow, & Kasiphol (2021) ที่พบว่า ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานระยะเวลา 6 - 10 ปี, 11 - 15 ปี และมากกว่า 15 ปี สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีกว่าผู้ป่วยที่มีระยะเวลาการเป็นโรค 1 - 5 ปี เท่ากับ 8.82, 4.43 และ 39.84 เท่า ตามลำดับ ทั้งนี้ เพราะการมีระยะเวลาเจ็บป่วยเป็นเวลานาน มีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนหรือโรคร่วมเพิ่มมากขึ้น ทำให้ผู้ป่วยต้องพยายามค้นหาความรู้

และใส่ใจดูแลตนเองเพื่อป้องกันการเกิดอาการดังกล่าว ส่วนผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานน้อยกว่า 10 ปีก็ยังมีความสนใจความรู้ กระตือรือร้นและฝึกทักษะเกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรม การดูแลตนเองจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทุกครั้งที่มาพบแพทย์ตามนัด ทำให้พฤติกรรมสุขภาพเป็นไปในทิศทางที่ดี

การนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้

1. ควรมีการสร้างความเชื่อมั่นในการดูแลตนเองผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น การให้ความรู้เรื่องการรับประทานอาหาร การรับประทานยา และการออกกำลังกายที่เหมาะสมแก่ผู้ป่วยแต่ละราย

2. นำข้อมูลที่ได้ไปพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อส่งเสริมเจตคติที่ดีในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ใช้ผู้ป่วยต้นแบบ (Role Models) ควรเชิญผู้ป่วยที่ประสบความสำเร็จในการดูแลตนเองมาแบ่งปันประสบการณ์ เพื่อกระตุ้นแรงจูงใจและเสริมความเชื่อมั่นในกลุ่มผู้ป่วยรายใหม่

3. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่คิดว่า จะมีผลต่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน เช่น ปัญหาอุปสรรค ความวิตกกังวล เป็นต้น เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาแนวทางในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพในผู้ป่วยที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ เพื่อหาสาเหตุเพื่อช่วยอธิบายพฤติกรรมในการดูแลตนเองได้ครอบคลุมและสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง

2. ควรมีการเปรียบเทียบความแตกต่างของตัวแปรอิสระ เช่น เพศ อายุ รายได้ต่อเดือน ระดับการศึกษา เป็นต้น เพื่อจำแนกกลุ่มประชากรที่มีความเสี่ยงสูง และ ออกแบบแผนการให้ความรู้หรือกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้เหมาะสมกับลักษณะเฉพาะของแต่ละกลุ่ม

3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีกับกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

References

Best, J. W. (1977). *Research in education* (3rd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bloom, B. S. (1976). *Human characteristics and school learning*. New York, NY: McGraw-Hill Book Company.

Changsang, P. (2022). Factors related to glycemic control behavior of patients with diabetes in Nong Khayang district network, Uthai Thani province. *Singburi Hospital Journal*, 31(2), 68–80. (in Thai)

Davies, I. K. (1971). *The management of learning*. New York, NY: McGraw-Hill

Duangpratoom, N., & Rattanakanahutanon, F. (2019). Factors associated to self-care behaviors of type 2 diabetes mellitus patients in Huai Khamin health promoting hospital, Dan Chang, Suphan Buri province. *Valaya Alongkorn Review Journal (Humanities and Social Science)*, 9(2), 53–67. (in Thai)

Health Data Center. (2024). *Annual health data report 2024*. Retrieved January 5, 2025 from <https://hdc.moph.go.th/center/public/main/>

Khlong Thom Hospital. (2024). *Medical records* [Unpublished internal document]. Khlong Thom, Krabi, Thailand: Khlong Thom Hospital. (in Thai)

- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607–610.
- Magliano, D. J. & Boyko, E. J. (2021). *IDF Diabetes Atlas* (10th ed.). Brussels, Belgium: International Diabetes Federation. Retrieved January 5, 2025 from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581934/>
- Ministry of Public Health. (2024). *Annual report 2024*. Nonthaburi, Thailand: Ministry of Public Health. (in Thai)
- National Health Security Office. (2023). *Universal health coverage in Thailand*. Retrieved January 10, 2025 from <https://www.nhso.go.th/>
- Orem, D. E. (2001). *Nursing: Concepts of practice* (6th ed.). St. Louis, MO: Mosby.
- Sukwassana, Y., Sikaow, O., & Kasiphol, T. (2021). The association of personal factor, health literacy, self-care behaviors and glycemic control in people with type 2 diabetes. *Rajawadee Journal of Boromarajonani College of Nursing Surin*, 11(1), 52–65. (in Thai)
- Suratana, S., Sasivimonlux, K., Kruejak, K., & Mongkolthep, W. (2016). The relative factors of self-care behaviors of diabetes mellitus patients in Mae Chan district, Chiang Rai. *Journal for Community Development and Life Quality*, 4(2), 297–307. (in Thai)
- Watanachot, S. (2010). Knowledge, attitude and self practice towards disease control among diabetics patients, Ban Rai Hospital, Uthai Thani province. *Mahasarakham Hospital Journal*, 7(2), 69–77. (in Thai)