

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร

นุสรี ศิริพัฒน์¹ และ วีระพันธ์ ลีธนะกุล²

¹หน่วยปฐมภูมิศิริพัฒน์เมตติคัลสโคลิกคลินิก สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

²สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 13

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ในการวิจัย คือ (1) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร (2) เพื่อศึกษากลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร และ(3) เพื่อเสนอแนะโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน 400 คน โดยใช้สูตรของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970) โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way ANOVA) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) พร้อมทั้งการวิเคราะห์ด้วยสถิติถดถอยพหุคูณ (Multiple Hierarchy Regression Analysis) เพื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตามในการศึกษานี้

ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร โดยสรุปว่า การนำกลยุทธ์ไปปฏิบัติ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมสูงสุด ($\bar{X}$) = 3.58 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย รองลงมาด้านการวางแผนกลยุทธ์ มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) = 3.53 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย ด้านการควบคุมและการประเมินผล มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) = 3.52 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย และด้านการวิเคราะห์เชิงกลยุทธ์ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมสูงสุด ($\bar{X}$) = 3.48 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย

2. กลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร โดยสรุปว่า การวิเคราะห์เชิงกลยุทธ์มีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับสูง ($r = .943$) รองลงมาด้านการนำกลยุทธ์ไปปฏิบัติมีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับปานกลาง ($r = .785$) ด้านการควบคุมและการประเมินผลมีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับน้อย ($r = .685$) และด้านการควบคุมและการประเมินผลมีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับน้อย ($r = .545$) มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และ .001 ซึ่งยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้แสดงว่า กลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในทรัพยากรการจัดการ (4M) ของหน่วยบริการปฐมภูมิ ได้แก่ ด้านคนหรือบุคลากร (Man) ($r = .733$) ด้านเงิน (Money) ($r = .492$) ด้านทรัพยากรหรือวัตถุ (Material) ($r = .368$) และด้านการบริหารจัดการ (Management) ($r = .594$) มีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับน้อย ซึ่งยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้แสดงว่ากลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานค่อนข้างมากมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3. ข้อเสนอแนะการวิจัยในครั้งนี้ เพื่อให้สามารถพัฒนาระบบและสร้างกลไกโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานโดยต้องประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลตลอดจนความคุ้มค่าสูงสุด ต้องมีการบริหาร

จัดการข้อมูล การวางแผนกำลังคนได้อย่างถูกต้อง เช่น ประวัติบุคคล ประวัติการทำงาน ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ได้แก่ ความพอใจต่อสภาพแวดล้อม ระบบงานและบรรยากาศในการออกกำลังกาย สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานและเป็นประโยชน์ในการทำการศึกษาระดับต่อไป

คำสำคัญ: ปัจจัยที่มีอิทธิพล กลยุทธ์การออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน หน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร

FACTORS INFLUENCING THE EXERCISE PROGRAM STRATEGY FOR DIABETES PATIENTS IN PRIMARY CARE UNIT, NATIONAL HEALTH SECURITY OFFICE (NHSO), BANGKOK

Nusaree Siriphat¹ and Weraphan Leethanakul²

¹medical primary health care unit, national health insurance office

²National Health Security Office, District 13

Abstract

The objectives of the research were: (1) to study factors influencing the exercise program strategy for diabetes patients in Primary Care Unit of NHSO, Bangkok, (2) to study the exercise program strategy for diabetes patients in Primary Care Unit of NHSO, Bangkok and (3) to suggest the exercise program for diabetes patients in Primary Care Unit of NHSO, Bangkok. The study was a quantitative research and a sample was selected from 400 diabetes patients which using the formula of Krejcie and Morgan. The data were analyzed using frequency, percentage, mean, standard deviation, one way ANOVA, Correlation Coefficient as well as using Multiple Hierarchy Regression Analysis to analyze the relationship between independent variables and dependent variables.

The results of the study were as follow:

1. In term of the factors influencing the exercise program strategy for diabetes patients in Primary Care Unit of NHSO, Bangkok, implementing the strategy was found at a highest of ($\bar{X}$ = 3.58), following by strategy planning ($\bar{X}$ = 3.53), control and evaluation ($\bar{X}$ = 3.52) and strategy analysis ($\bar{X}$ = 3.48).

2. In term of the factors influencing the exercise program strategy for diabetes patients in Primary Care Unit of NHSO, Bangkok, strategic analysis was found at a high level of positive correlation (r = .943), following by implementing the strategy, a positive relationship of which was at a moderate level (r = .785), control and evaluation at a low level of positive relationship (r = .685), and strategy analysis, a positive relationship of which was at a low level (r = .545) with statistical significance of 0.05 and .001 which accepted the hypothesis of the exercise program strategy for diabetes patients in resource management (4M) including Man (r = .733), Money (r = .492), Material (r = .368) and management (r = .594) that was a little positive relationship which accepted the hypothesis, indicating that the exercise program strategy for diabetes patients was quite large at statistical significance level of .05 level and statistical significance at the level of .001.

3. This research suggestion is to be able to develop a system and create an exercise program mechanism for diabetic patients with the evaluation of efficiency and effectiveness as well as great value. Data management and manpower planning correctly are required such as personal history and work history that will lead to the development of quality of life of diabetes patients including satisfaction

with the environment, work system and exercise atmosphere for diabetes patients and is useful for further research.

Keywords: factors influencing, the exercise program strategy for diabetes patients, Primary Care Unit, National Health Security Office (NHSO) Bangkok

บทนำ

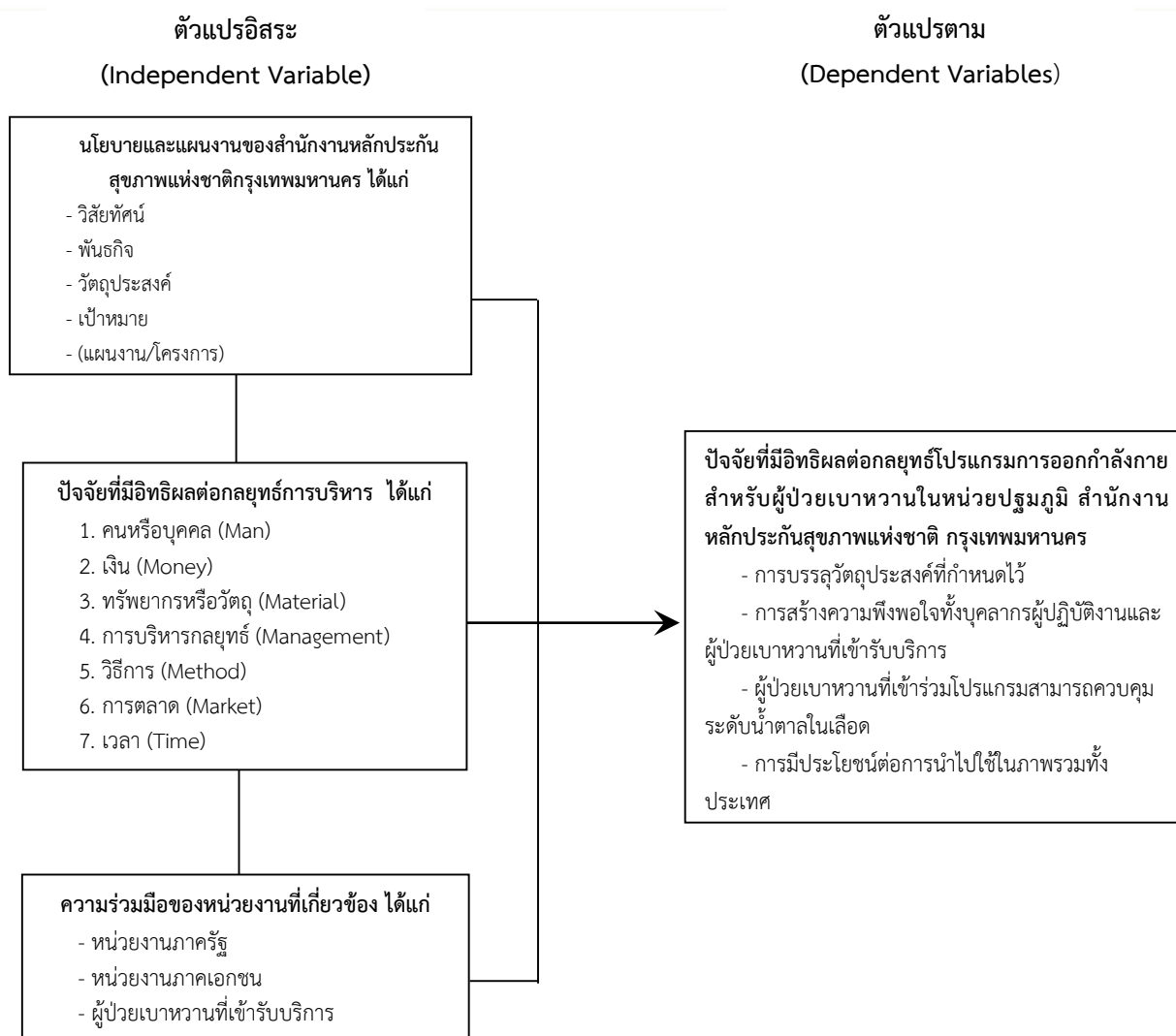
หน่วยบริการปฐมภูมิเป็นบริการด้านแรกที่อยู่ใกล้ชีวิตประชาชนมากที่สุด เป็นกลไกและยุทธศาสตร์สำคัญในการพัฒนาระบบสาธารณสุขของประเทศ เพื่อสร้างความเป็นธรรมในการเข้าถึงบริการสุขภาพที่จำเป็นของประชาชนอย่างต่อเนื่อง ช่วยทำให้ระบบบริการสาธารณสุขมีประสิทธิภาพและมีผลลัพธ์สุขภาพที่ดี มีบทบาทสำคัญในการทำให้สุขภาพและการเข้าถึงบริการสุขภาพของประชาชนดีขึ้น รวมถึงทำงานสาธารณสุขเชิงรุกในการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังในชุมชน ซึ่งในจำนวนนี้มีผู้ป่วยโรคเบาหวานบางส่วนที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้สามารถอยู่ในระดับที่ไม่เสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน ได้แก่ ภาวะน้ำตาลในเลือดสูงและภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ ซึ่งเป็นผลจากการที่น้ำตาลในเลือดไม่คงที่โดยมากเกิดจากการควบคุมอาหารและการใช้ยารักษาไม่เหมาะสมของผู้ป่วยเบาหวาน ต้องได้รับการดูแลอย่างเร่งรีบเพื่อแก้ไขไม่ให้เกิดอันตรายต่อร่างกายและภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากภาวะที่มีน้ำตาลในเลือดอยู่ในระดับสูงติดต่อกันเป็นเวลานาน ๆ โดยส่วนมากการเกิดภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังมักเกิดหลังจากเป็นโรคเบาหวานมานาน 5 ปีขึ้นไป (Somnuek Gulsatitporn & Yupa Praingamnetr, 2007) แต่จะเกิดซ้ำหรือเรื้อรังขึ้นกับความสม่ำเสมอของผู้ป่วยโรคเบาหวานในการควบคุมระดับน้ำตาลและการควบคุมปัจจัยเสี่ยงร่วมอื่น ๆ ด้วยภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังเป็นผลจากการเสื่อมและอุดตันของหลอดเลือดทั่วร่างกายโดยเฉพาะหลอดเลือดตามอวัยวะสำคัญต่าง ๆ ได้แก่ สมอง หัวใจ ตา ไต และปลายมือปลายเท้า ทำให้เกิดโรคของอวัยวะต่าง ๆ ได้แก่ โรคหลอดเลือดสมองตีบ โรคหัวใจขาดเลือด โรคจอประสาทตาเสื่อม โรคไตวายเรื้อรัง และปลายมือปลายเท้าชา ขาดเลือดไปเลี้ยง มีแผลเรื้อรังจนถึงติดเชื้อจนต้องตัดเท้าหรือนิ้วเท้าได้ (Siraprapa Kachonboon, 2011)

ระบบสาธารณสุขที่มีประสิทธิภาพจำเป็นต้องสามารถตอบสนองกับเปลี่ยนแปลงของโลกในยุคปัจจุบัน อีกทั้งสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ก็ได้ให้ความสำคัญกับสถานการณ์โรคเบาหวานที่มีแนวโน้มสูงขึ้น และได้สนับสนุนให้มีการพัฒนารูปแบบการจัดบริการทางสาธารณสุขในการดูแลรักษาด้วยยุทธศาสตร์อย่างครบวงจร โดยมุ่งเน้นที่การจัดบริการเชิงรุกอย่างต่อเนื่องและได้มาตรฐาน ครอบคลุมทั้งด้านคุณภาพการคัดกรองโรค การวินิจฉัยเพื่อการรักษา การป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากภาวะน้ำตาลสูง และการฟื้นฟูสภาพ โดยมีการทำงานร่วมกันอย่างมีระบบ ซึ่งจะสามารถช่วยลดปัญหาโรคเบาหวานลงได้ การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมทางกายอย่างหนึ่งซึ่งสามารถลดระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน หน่วยบริการสาธารณสุขจำเป็นต้องปรับตัวเพื่อรับมือกับความเปลี่ยนแปลงนี้ โดยการประยุกต์เพื่อนำการออกกำลังกายมาใช้ในการลดระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน จำเป็นต้องอาศัยการบริหารจัดการที่เหมาะสม โดยนำแนวคิดเกี่ยวกับทรัพยากรการจัดการ (4M) และแนวคิดเกี่ยวกับการจัดการเชิงกลยุทธ์ เพื่อนำมาประมวลทรัพยากรและการจัดการในการกำหนดแนวทางและทิศทางการดำเนิน โดยกระบวนการวิเคราะห์และประเมินปัจจัยต่าง ๆ ที่เกิดจากสภาพแวดล้อมทั้งภายใน และภายนอกองค์กร เพื่อกำหนดวิธีการทำงานเพิ่มเติมซึ่งเรียกว่ากลยุทธ์ พร้อมทั้งจัดกิจกรรม แผนงาน หรือโครงการให้สอดคล้องกับกลยุทธ์ เพื่อเป็นแนวทางขององค์กรที่จะบรรลุวิสัยทัศน์และเป้าหมายที่กำหนดไว้สูงสุด ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติงานในตำแหน่งแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวประจำหน่วยบริการปฐมภูมิจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร” เพื่อเป็นประโยชน์ในการป้องกันไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลันและชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังจากโรคเบาหวานต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษากลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อเสนอแนะโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณ โดยประชากรที่ใช้ใน

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ โดยใช้สูตรของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970) จำนวน 400 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ทำการวิเคราะห์ในเชิงปริมาณเพื่อทดสอบสมมติฐาน ในการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร ในความสัมพันธ์กันเองของตัวแปร (Multicollinearity) โดยใช้วิธีการ Correlation Analysis ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตามต่อไป

สรุปผลการวิจัย

โดยผู้วิจัยสามารถสรุปผลการศึกษาค้นคว้า โดยนำเสนอได้ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน โดยผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 221 คน คิดเป็นร้อยละ 55.2 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุ 25- 34 ปี จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 44.8 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีสถานะภาพโสด จำนวน 250 คน คิดเป็นร้อยละ 60 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 275 คน คิดเป็นร้อยละ 56.8 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน 25,001 บาท ขึ้นไป จำนวน 149 คน คิดเป็นร้อยละ 37.1 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับตำแหน่งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจำนวน 242 คน คิดเป็นร้อยละ 36.0 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีประสบการณ์ทำงาน 5 - 6 ปี จำนวน 184 คน คิดเป็นร้อยละ 38.0

2. ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร โดยสรุปว่า การบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยด้านการนำกลยุทธ์ไปปฏิบัติ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมสูงสุด ($\bar{X}$) = 3.58 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย รองลงมาด้านการวางแผนกลยุทธ์ มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) = 3.53 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย ด้านการควบคุมและการประเมินผล มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) = 3.52 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย และด้านการวิเคราะห์เชิงกลยุทธ์ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมสูงสุด ($\bar{X}$) = 3.48 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย

3. ผลสำเร็จการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรม (การดำเนินการ) การออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ค่าเฉลี่ยโดยรวม ($\bar{X}$) = 3.63 มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย

4. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์กลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานต่อความสามารถในการอธิบายและทำนายของตัวแปรการจัดการเชิงกลยุทธ์ และทรัพยากรการจัดการ (4M) ที่มีต่อผลสำเร็จโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน พบว่า การบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์ ด้านการวิเคราะห์เชิงกลยุทธ์มีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับสูง ($r = .943$) รองลงมาด้านการนำกลยุทธ์ไปปฏิบัติมีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับปานกลาง ($r = .785$) ด้านการควบคุมและการประเมินผลมีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับน้อย ($r = .685$) และด้านการควบคุมและการประเมินผลมีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับน้อย ($r = .545$) มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และ .001 ซึ่งยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้แสดงว่า การบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์มีความสัมพันธ์กับโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานในทรัพยากรการจัดการ (4M) ของหน่วยบริการปฐมภูมิ ได้แก่ ด้านคนหรือบุคลากร (Man) ($r = .733$) ด้านเงิน (Money) ($r = .492$) ด้านทรัพยากรหรือวัตถุ (Material) ($r = .368$) และด้านการบริหารจัดการ (Management) ($r = .594$) มีความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับน้อย กับการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยผู้ป่วยโรคเบาหวานที่เข้าร่วมโปรแกรมสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้แสดงว่าการบริหารจัดการ การเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการ

ออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ค่อนข้างมากมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จในการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรม (การดำเนินการ) การออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานของหน่วยบริการปฐมภูมิ กรุงเทพมหานคร

5. การวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุตัวแปรค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง (Path Coefficient) โดยอาศัยเทคนิคการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ซึ่งทำการหาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (Standard Regression Coefficient: β) ซึ่งเป็นค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง และการตรวจสอบความสอดคล้องของแบบจำลองความสัมพันธ์ตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่า

5.1) ด้านการวิเคราะห์การจัดการเชิงกลยุทธ์ ในการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานเป็นปัจจัยทำนายที่ดีที่สุดในโมเดลที่ดีที่สุด (Best model) สามารถทำนายความแปรปรวนของการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานของอำนาจทำนายในโมเดลที่ดีที่สุด ($R^2=0.78$, $R^2_{Adjusted}=0.78$; $B=0.70$, $95\%CI=37.6-39.2$, $\beta=0.70$, $p<0.001$)

5.2) ด้านทรัพยากรการจัดการ (4M) ในหน่วยบริการปฐมภูมิ ต่อการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน เป็นอำนาจทำนายโมเดลที่ดีที่สุด ($R^2=0.83$, $R^2_{Adjusted}=0.83$, $R^2_{changed}=0.04$; $B=-0.25$, $95\%CI=42.3-43.8$, $\beta=-0.24$, $p<0.001$)

5.3) ด้านผลสำเร็จโปรแกรม (การดำเนินการ) การออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถทำนายโมเดลที่ดีที่สุด ($R^2=0.84$, $R^2_{Adjusted}=0.83$, $R^2_{changed}=0.01$; $B=0.12$, $95\%CI=29.3-30.7$, $\beta=0.10$, $p<0.001$)

5.4) ด้านการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์การดำเนินการโปรแกรมการออกกำลังกาย สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถทำนายโมเดลที่ดีที่สุด ($R^2=0.84$, $R^2_{Adjusted}=0.82$, $R^2_{changed}=0.01$; $B=0.28$, $95\%CI=29.3-30.7$, $\beta=0.09$, $p<0.001$)

6. ข้อเสนอแนะการวิจัยในครั้งนี้ การบริหารจัดการข้อมูล การวางแผนกำลังคนได้อย่างถูกต้อง เช่น ประวัติบุคคล ประวัติการทำงาน ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ได้แก่ ความพอใจต่อสภาพแวดล้อม ระบบงาน และบรรยากาศในการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานและเป็นประโยชน์ในการทำการศึกษาในระดับต่อไป

อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร โดยผู้ศึกษาได้นำข้อค้นพบมาอภิปรายผล โดยนำเสนอได้ดังนี้

1. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร โดยสรุปว่า แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 – 2564 มุ่งพัฒนาภายใต้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ให้ประชาชนทุกคนมีสุขภาพดี ร่วมสร้างระบบสุขภาพ พอเพียง เป็นธรรม นำสู่สังคมสุขภาวะ สร้างกระบวนการมีส่วนร่วมทุกภาคส่วนในสังคม สร้างหลักประกัน และจัดบริการที่ครอบคลุม เป็นธรรม สร้างภูมิคุ้มกันต่อภัยคุกคามให้ประชาชน ชุมชน ท้องถิ่น ภาควิเคราะห์มีศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค ลดการเจ็บป่วยจากโรคที่ป้องกันได้หรือโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ที่ระหว่างผู้ให้และผู้รับบริการ มีระบบบริหารจัดการการเงินการคลังด้านสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพเป็นเอกภาพ (Warapon

Wongthawararat & Wittaya Sritama, 2006) โดยทั้งนี้ได้กำหนด 5 ยุทธศาสตร์การพัฒนาสุขภาพ 1.เสริมสร้างความเข้มแข็งภาคีสุขภาพในการสร้างสุขภาพ พึ่งพาตนเองด้านสุขภาพบนพื้นฐานภูมิปัญญาไทย 2.พัฒนาระบบเฝ้าระวังเตือนภัยและจัดการภัยพิบัติ อุบัติเหตุ และภัยคุกคามสุขภาพเชิงรุกที่มีประสิทธิภาพและฉับไวทันสถานการณ์ 3.เน้นการส่งเสริมสุขภาพการป้องกันควบคุมโรค และคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ 4.เสริมสร้างระบบบริการสุขภาพมาตรฐานทุกระดับเพื่อตอบสนองต่อปัญหาสุขภาพทุกกลุ่มเป้าหมาย และพัฒนาระบบส่งต่อที่ไร้รอยต่อ 5. สร้างกลไกกลางระดับชาติดูแลระบบบริการสุขภาพ และพัฒนาระบบบริหารจัดการทรัพยากรให้มีประสิทธิภาพ

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่เกิดจากการมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานาน เนื่องจากความผิดปกติในการหลั่งอินซูลิน หรือความผิดปกติในการออกฤทธิ์ของอินซูลินหรือทั้งสองประการ การที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานานจะก่อให้เกิดความผิดปกติต่อโครงสร้างและการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ได้แก่ ไต ตา เส้นประสาท หลอดเลือด และหัวใจ ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลันและเรื้อรัง จนอาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2538 พบว่าประเทศไทยมีผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน 863,000 คน ต่อมาในปี พ.ศ. 2543 มีผู้ที่เป็นโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นเป็น 1,536,000 คน และคาดว่าในปี พ.ศ. 2573 จะมีผู้ที่เป็นโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นเป็น 2,739,000 คน จากการสำรวจสถานะสุขภาพอนามัยของคนไทย (อายุ 15 ปีขึ้นไป) ครั้งที่ 2 พ.ศ. 2539 - 2540 เมื่อเปรียบเทียบกับครั้งที่ 3 ปี พ.ศ. 2546 - 2547 พบอัตราความชุกเพิ่มขึ้นจาก ร้อยละ 4.4 เป็นร้อยละ 6.9 สำหรับครั้งล่าสุด (ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552) พบอัตราความชุกโรคเบาหวานเท่าเดิม คือ ร้อยละ 6.9 โดยคาดว่าคนไทยวัย 15 ปีขึ้นไป ประมาณ 3.46 ล้านคน กำลังเผชิญกับโรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ขวัญหทัย ไตรพิช พรทิพย์ มาลาธรรม ขนิษฐา หาญประสิทธิ์คำ และวิศาล คันธารัตนกุล (Kwanhatai Tripeud, Porntip Malathum, Kanitha Hanprasitkam, and Visal Kantaratanakul, 2010) ทำการวิจัยเรื่อง การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดในผู้ที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้จากงานวิจัยเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดในผู้ที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 จากงานวิจัยที่ตีพิมพ์ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1996 -2007 จำนวน 23 เรื่อง แบ่งระดับความน่าเชื่อถือของ งานวิจัยตามเกณฑ์ของราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย

2. กลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยปฐมภูมิ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร โดยการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดซึ่งเกิดจากโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์เป็นกลวิธีหนึ่งในการวางแผนและดำเนินกิจกรรมต่างๆ การนำการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์มาใช้ในการจัดการโปรแกรมออกกำลังกายผู้ป่วยเบาหวานเป็นวิธีหนึ่งที่หน่วยบริการปฐมภูมิจะดำเนินงานด้านการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานเพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมและป้องกันภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน นอกจากนั้นแล้วการเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายจะปรับโน้ตทัศน์ผู้ป่วยเบาหวานที่มีความคิดจะคอยแต่พึ่งพิงเพียงยา และการติดตามการรักษาจากหน่วยบริการปฐมภูมิเท่านั้น มามีส่วนร่วมในการส่งเสริมป้องกันดูแลสุขภาพตัวเอง เกิดความเชื่ออำนาจในตนเองจะเป็นทำให้ภาวะเบาหวานดีขึ้นได้ด้วยตนเอง และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวร รับเอาพฤติกรรมออกกำลังกายมาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวัน คู่มือบริหารจัดการโปรแกรมออกกำลังกายผู้ป่วยเบาหวานเป็นเครื่องมือหนึ่งที่หน่วยบริการปฐมภูมิจะสามารถใช้เป็นแนวทางในการสร้าง และดำเนินการโปรแกรมออกกำลังกายผู้ป่วยเบาหวานในหน่วยงานของตนได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Van, Rheeder, Eales, & Becker (2004) ทำการวิจัยเรื่อง Effect of Exercise Versus Relaxation on Haemoglobin A1 C in Black Females with Type 2 Diabetes Mellitus เพื่อเปรียบเทียบผลของการออกกำลังกายกับการออกกำลังกายเพื่อผ่อนคลายระยะเวลา 12 สัปดาห์ต่อ

ระดับน้ำตาลสะสมในผู้หญิงเบาหวาน ชนิดที่ 2 พร้อมทั้งการออกกำลังกายเป็นการใช้กล้ามเนื้อให้เกิดการเคลื่อนไหวของกระดูกข้อต่อของร่างกายซึ่งต้องใช้พลังงานจากสารอาหาร โดยเฉพาะน้ำตาลและไขมันเป็นสำคัญ การออกกำลังกายที่เหมาะสม สามารถช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น ลดการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ ลดความอ้วน และเพิ่มสมรรถภาพร่างกายการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้ได้ผลของการฝึก (training effect) เกิดการตอบสนองต่อระบบต่างๆของร่างกาย เช่น ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบกล้ามเนื้อและระบบประสาทต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงการบริหาร

1.1) การบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ใช้เป็นแนวทางในการศึกษาต่อเนื่องเกี่ยวกับการบริหารจัดการรูปแบบการส่งเสริมการออกกำลังกายในผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่น ๆ อาทิ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ผู้ป่วยโรคหอบหืด และโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง เป็นต้น

1.2) กลไกที่สำคัญในการริเริ่มสร้างสรรค์ที่จะนำไปสู่การพัฒนาผลผลิตและการเรียนรู้เพื่อบรรลุวิสัยทัศน์ นโยบาย ภารกิจ เป้าหมาย และวัตถุประสงค์ตามที่ตั้งไว้เพื่อให้สามารถพัฒนาระบบและสร้างกลไกการประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลตลอดจนความคุ้มค่าและความพร้อมรับผิชอบในการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน

1.3) การบริหารจัดการข้อมูล การวางแผนกำลังคนได้อย่างถูกต้อง เช่น ประวัติบุคคล ประวัติการทำงาน ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ได้แก่ ความพอใจต่อสภาพแวดล้อม ระบบงานและบรรยากาศในการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานและเป็นประโยชน์ในการทำการศึกษาในระดับต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1) ควรทำการศึกษาวิจัยในเรื่องนี้ โดยจัดกลุ่มตัวแปรใหม่ ๆ ที่มีผลต่อการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานรวมทั้งการจัดกลุ่มคำถามใหม่ที่สามารถนำมาวิเคราะห์เพื่อให้เกิดผลที่ชัดเจนมากขึ้น

2.2) ควรทำการศึกษาในด้านอื่น ๆ ที่ต่างไปจากการศึกษาในครั้งนี้เพื่อทราบข้อมูลที่น่าสนใจซึ่งเป็นการศึกษาในส่วนของการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานในด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องในการอธิบายปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นโดยผู้ที่สนใจอาจเปลี่ยนทำการศึกษาในมุมมองต่าง ๆ จะได้มิติที่ขยายเขตแดนความรู้มากยิ่งขึ้นต่อไป

2.3) ควรมีการศึกษาวิจัยทั้งในด้านของปริมาณและคุณภาพโดยการสัมภาษณ์ความคิดเห็นในส่วนต่าง ๆ เพื่อให้ได้มุมมองที่หลากหลาย และสามารถสร้างแนวทางที่จะพัฒนาการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานต่อไป

2.4) เพื่อการค้นพบที่น่าสนใจนอกเหนือจากการศึกษาวิจัยในการครั้งนี้ซึ่งมีบางปัจจัยที่น่าจะนำมาศึกษาต่อยอด ศึกษาถึงการบริหารจัดการเชิงกลยุทธ์โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน อาทิ ปัจจัยด้านภาวะผู้นำ ปัจจัยด้านโครงสร้างองค์การ และสภาพแวดล้อมในด้านอื่น ๆ มาอภิปรายผลในการวิจัยวิจัยเพิ่มเติมต่อไป

References

- Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
- Kwanhatai Tripeud, Porntip Malathum, Kanitha Hanprasitkam, and Visal Kantaratanakul. (2010). A synthesis of research of exercise influencing glycemic control in persons with type 2 diabetes. *Rama Nurs J*, 16(2), 259-278.
- Siraprapa Kachonboon. (2011). *Alternative: Physical activity in persons with uncontrolled type 2 diabetes mellitus* (Master's thesis), Mahidol University.
- Somnuke Gulsatitporn & Yupa Praingamnetr. (2007). *Diabetes exercise*. Seminar paper in diabetes camp activity organizer project class 6. Bangkok: Theptarin Hospital.
- Van, R.A.J., P. Rheeder, C.J. Eales and P.J. Becker. (2004). Effect of exercise versus relaxation on haemoglobin A1C in Black females with type 2 diabetes mellitus. *QJM*, 97(6), 343-351.
- Warapon Wongthawararat & Wittaya Sritama. (2006). *Holistic care for diabetes*. Bangkok: Chulalongkorn University.

Received: August, 23, 2019

Revised: November, 21, 2019

Accepted: November, 26, 2019