



ผลของการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและ คู่มือการดูแลตนเองต่อความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2*

สุทธนันท์ กัลละ**

รุ่งนภา จันทรา***

อติญาณ์ ศรีเกษตริน***

ศุภลักษณ์ ธนาโรจน์***

วิลาวัณย์ เสงจุพิพงษ์***

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับการรักษาที่ศูนย์บริการสาธารณสุขโพหวาย อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี จำนวน 19 ราย เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุง และคู่มือการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบทดสอบความรู้ และ แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพการดูแลตนเอง ที่ผ่านการตรวจสอบความตรง และความเชื่อมั่นด้วยคูเดอร์-ริชาร์ดสันและสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าเท่ากับ .62 และ .84 เก็บข้อมูลก่อนและหลังด้วยแบบทดสอบความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และแบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ (Dependent t-test) ผลการวิจัย พบว่า

1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2; สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุง; คู่มือการดูแลตนเอง

*สนับสนุนทุนการวิจัยจากสมาคมศิษย์เก่าพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข

** วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ, e-mail : suthanan_pop@hotmail.com

*** วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี



The Effects of Using a Video Shadow Puppet Troupe and Self-care Manual on Knowledge and Self-care behavior of Persons with Type 2 Diabetes Mellitus*

Sutthanan Kallaka**

Rungnapa Chantra***

Atiya Sarakshetrin***

Supaluk Thanaroj***

Wilawan Saojawutipong***

Abstract

The purpose of this experimental research was to compare the knowledge and self-care behavior of the persons with type 2 diabetes mellitus, before and after utilizing a self-care manual and participating in a video shadow puppet troupe show.. The sample consisted of nineteen participants and were recruited from persons with type 2 diabetes mellitus who attended the Powai community health center in Muang District, Suratthani Province. The research instruments consisted of the Video Shadow Puppet Troupe, self-care manual knowledge and Self-care behaviors questionnaire. These instruments were tested for content validity and reliability with a KR-20 and alpha coefficient of .62 and .84, respectively. The data were analyzed using mean, standard deviation and paired t-test. The results revealed that after the program ended:

1. The mean score of knowledge of the persons with type 2 diabetes mellitus was statistically significant higher than the mean score before participating in the program ($p < .05$); and
2. The mean score of health behaviors of the persons with type 2 diabetes mellitus was statistically significantly higher than the mean score before participating in the program ($p < .01$).

Keywords : Person with Type2; Diabetes Mellitus; Shadow Puppet Troupe; Self-care Manual

*Granted by Public Health Nurse Alumni Associate

**Boromarajonani College of Nursing, Bangkok, e-mail : suthanan_pop@hotmail.com

*** Boromarajonani College of Nursing, Suratthani



ความเป็นมาและความสำคัญ

สถานการณ์ความรุนแรงของโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเกิดจากวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป พฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสม ปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ มีพฤติกรรมเสี่ยงจากการบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม มาก บริโภคผักและผลไม้ น้อย ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงหลักของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จากข้อมูลเชิงประจักษ์พบคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป มีความชุกของเบาหวาน ร้อยละ 9.6¹ โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ ซึ่งมีการคาดการณ์ว่า ผู้ป่วยเบาหวานที่มีอายุระหว่าง 20-79 ปี ทั่วโลก 285 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2553 จะเพิ่มขึ้นอีกเป็น 438 ล้านคน ในอีก 20 ปีข้างหน้า สำหรับประเทศไทย ช่วงปี พ.ศ. 2551-พ.ศ. 2552 พบแนวโน้มความชุกของโรคเบาหวานร้อยละ 6.9 (3.5 ล้านคน) ในปี พ.ศ. 2553 พบผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานทั้งหมด 6,855 คนหรือวันละ 19 คน คิดเป็นอัตราตายด้วยโรคเบาหวานเท่ากับ 10.8 ต่อแสนประชากร และมีผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวานเท่ากับ 954.2 ต่อแสนประชากรในปี พ.ศ. 2554 มีผู้เสียชีวิตด้วยโรคเบาหวาน 21 คนต่อวัน และคาดว่าในปี พ.ศ. 2568 จะพบผู้ป่วยเบาหวานเพิ่มขึ้นถึง 4.7 ล้านคน เสียชีวิตเฉลี่ยปีละ 52,800 คน อาจตาบอดร้อยละ 2 และทำให้เป็นแผลเรื้อรังบริเวณเท้า ต้องตัดเท้าหรือขา มีความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดหัวใจและสมองสูงเป็น 2-4 เท่า²

จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวานต่อแสนประชากรใน ปี พ.ศ. 2553 คิดเป็นอัตรา 4.91 พ.ศ. 2554 คิดเป็นอัตรา 7.55 และ พ.ศ. 2555 คิดเป็นอัตรา 7.66³ ข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงอัตราผู้ป่วยเบาหวานที่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อวันนอนในโรงพยาบาลและการเสียชีวิตด้วยโรคเบาหวาน เมื่อพิจารณาจำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่มาขอรับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพธารามเครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานีมีผู้ป่วยโรคเบาหวาน 175 คน จากผู้ป่วยโรคเรื้อรัง 467 คน และผู้ป่วยเบาหวานทุกคนเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 และมี 50 คนที่ไม่สามารถควบคุมน้ำตาลในเลือดได้ (ค่า HbA1C มากกว่า 7.0)³

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ปัจจัยที่สำคัญคือ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานไม่เหมาะสม จึงทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ ปัจจัยที่ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ คือ การขาดความรู้ความเข้าใจ ความเชื่อ ค่านิยม วิธีการดำเนินชีวิตของครอบครัวและผู้ป่วย การรับประทานยาไม่ครบ ใช้ยาแผนปัจจุบันควบคู่กับการรักษาแผนทางเลือกหรือการใช้สมุนไพร⁴

ดังที่ทราบกันว่าโรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ดังนั้นการมีความรู้เกี่ยวกับโรคตั้งแต่เรื่องของการป้องกัน วิธีรักษาและการดูแลตัวเองเพื่อควบคุมน้ำตาลให้อยู่ในระดับใกล้เคียงปกติที่สุดจึงเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะหากควบคุมไม่ได้ สิ่งตามมาคือโรค และอาการแทรกซ้อน ไม่ว่าจะเป็นความดันโลหิตสูง โรคตา โรคหัวใจ คอเลสเตอรอลสูง ไตรกลีเซอไรด์สูง หรือเป็นแผลที่เท้าจนต้องตัดขา ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพโดยรวมของร่างกายและทำลายสุขภาพจิตผู้ป่วยมากกว่าโรคเบาหวานเอง⁵ จากสาเหตุดังกล่าวทำให้หน่วยงานทางสาธารณสุขต้องกำหนดกลวิธีต่างๆ แก่ผู้ป่วยโรคเบาหวานให้สามารถดูแลตนเองได้เพื่อให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและแบบแผนการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับภาวะโรค

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานพบว่า กลวิธีที่ใช้ส่วนใหญ่เป็นโปรแกรมการดูแลตนเองโดยติดตามอย่างต่อเนื่องและโปรแกรมการดูแลตนเองเฉพาะเรื่อง⁶ ซึ่งการดูแลตนเองเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนและสำคัญทั้งนี้ต้องอาศัยปัจจัยที่มาจากทั้งตัวผู้ป่วยเองและปัจจัยแวดล้อมต่างๆ เช่น ความรู้ ประสบการณ์ ทักษะคิด เป็นต้น นอกจากนี้การที่ผู้ป่วยจะสามารถดูแลตนเองได้ต้องมีการปรับเปลี่ยนความคิดและแบบแผนโดยอาศัยการสื่อสารต่างๆ เช่น สื่อวิทยุ สื่อโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ตหรือแผ่นป้ายต่างๆ เป็นต้น เพื่อจูงใจผู้ป่วยให้ปรับพฤติกรรมตามวัตถุประสงค์ของการใช้สื่อแต่ละประเภท สำหรับประชาชนในพื้นที่ภาคใต้สื่อชนิดหนึ่งที่พบว่าสามารถเผยแพร่ความรู้และเข้าถึงประชาชนในพื้นที่ภาคใต้ได้เป็นอย่างดีคือ สื่อหนังสือ



ตะลุง⁷ เนื่องจากหนังตะลุงเป็นศิลปะพื้นบ้านที่ได้รับ ความนิยมมาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันเหมาะที่จะใช้เป็นสื่อ ในการพัฒนาคุณภาพของคนในท้องถิ่นเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะจังหวัดสงขลา ชุมพร สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช ตรัง กระบี่ และสตูล

ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานโดยการประยุกต์ใช้กับสื่อ พื้นบ้านหนังตะลุง ที่เป็นการศิลปะพื้นฐานที่นิยมเล่นกัน แพร่หลายตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เป็นเสมือนเอกลักษณ์ อย่างหนึ่งของภาคใต้และได้รับการยอมรับและยังแสดง เห็นความผูกพันอยู่กับวิถีชีวิตของชาวบ้านได้อย่างชัดเจน จะเห็นได้ว่ามีการนำเอาหนังตะลุงมาเป็นสื่อที่มีประสิทธิภาพ ในการถ่ายทอดความคิด ค่านิยม ศิลปะและภาษาที่เป็น เอกลักษณ์ของภาคใต้ จากความสำคัญของหนังตะลุง ทำให้สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ได้จัดทำ โครงการจอหนังตะลุงสื่อสร้างสุขภาพ⁸ เพื่อใช้ การละเล่นพื้นบ้าน ภาคใต้ในการณรงค์ ช่วยสื่อสารสิ่ง ดีๆ ให้กับชุมชน⁷ นอกเหนือไปจากความบันเทิงแล้วศิลปิน พื้นบ้านจะต้องให้สิ่งดีๆ กับคนดู ให้สาระ ข้อคิด โดยนำ เรื่องของสุขภาพมาแทรกเข้าไปโดยให้องค์กับสถานการณ์ ปัจจุบันมากที่สุด เห็นว่าการนำเอาใช้สื่อหนังตะลุงมาใช้ จึงถือเป็นการแสดงพื้นฐานที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตของ ผู้ป่วย และในปัจจุบันที่ไม่ค่อยมีเวลา มีอายุที่เพิ่มขึ้น หรืออาจมีปัญหาด้านสายตา ไม่เหมาะแก่การอ่านหนังสือ หรือคู่มือในการดูแลตนเอง มีความเข้าใจยากของภาษา ในคู่มือ และต้องพึ่งพาผู้อื่นในการอ่านให้ฟัง

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการใช้สื่อการเรียนรู้ เป็นรูปแบบการให้ความรู้ทางสุขภาพมีความเหมาะสม และสามารถนำไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังได้⁸ สื่อวีดิทัศน์เป็นสื่อที่ทุกบ้านสามารถใช้งานได้ง่ายที่สุด ทั้งนี้เพราะผู้เรียนสามารถเรียนโดยไม่จำกัดอายุ ไม่จำกัดเวลา ผู้เรียน มีโอกาสที่จะตัดสินใจเลือกเรียน ตามความสนใจ และความต้องการที่จะเรียนรู้⁹ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำสื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงร่วมกับคู่มือ การดูแลตนเองไปใช้ในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเบาหวาน ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี เนื่องจากสื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงนี้

ใช้เวลาไม่มาก มีการสื่อสารด้วยภาษาท้องถิ่น สามารถ เข้าใจง่าย และสามารถรับชมได้ด้วยตนเอง และในขณะที่ ผู้ป่วยจะได้รับคู่มือในการเรียนรู้เพื่อดูแลตนเองเพื่อให้ ผู้ป่วยทบทวนความรู้ได้อย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วย มีความรู้และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการจัดการ ดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและ คู่มือการดูแลตนเอง
2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง

สมมุติฐานการวิจัย

1. ความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่า ก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง
2. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองดีกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและ คู่มือการดูแลตนเอง

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ 8 ชั้น ของกาเย่ 8 ที่อธิบายว่า องค์ประกอบสำคัญที่ก่อให้เกิด การเรียนรู้ คือ ผู้เรียน สิ่งเร้า และการตอบสนอง มาเป็น แนวทางในการวิจัยซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า การที่ผู้ป่วย เบาหวานชนิดที่ 2 จะมีการพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ ดีจำเป็นต้องมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องโรคเบาหวาน ตลอด จนการป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อน การใช้สื่อ วีดิทัศน์หนังตะลุง และคู่มือการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานเป็นสิ่งเร้าที่ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานเกิดความสนใจที่จะเรียนรู้เพราะสื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงมีทั้งภาพ และเสียง



ที่กระตุ้นประสาทสัมผัสทางตาและหู อีกทั้งสื่อหนังสือยังมีการสื่อสารด้วยภาษาท้องถิ่นของภาคใต้ ทำให้ง่ายต่อผู้ป่วยให้การทำความเข้าใจ นอกจากนี้ในส่วนของคุณมือการดูแลตนเองจะเป็นเอกสารที่ผู้ป่วยสามารถเก็บไว้เพื่อศึกษาได้ด้วยตนเองตลอดเวลา ทั้งสื่อหนังสือและคู่มือการดูแลตนเองทำให้ผู้ป่วยเกิดการตอบสนองโดยให้ความสนใจที่จะรับข้อมูล ผู้ป่วยการคิดวิเคราะห์

สังเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับโรคเบาหวาน จนเกิดการเรียนรู้ในรูปแบบของความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเอง ซึ่งความสัมพันธ์ระหว่างสื่อหนังสือ คู่มือการดูแลตนเอง ความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ดังแสดงในกรอบแนวคิดการวิจัยต่อไปนี้

สื่อวีดิทัศน์หนังสือ มีเนื้อหาเกี่ยวกับ
อาการ โภชนาการ การออกกำลังกาย การ
ป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อนทาง ตา
ไต และเท้า

คู่มือการดูแลตนเองของผู้ป่วย
เบาหวาน มีเนื้อหาเกี่ยวกับ
อาการ โภชนาการ การออกกำลังกาย การ
ป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อน

ความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

- สาเหตุ
- อาการ
- การรักษา
- การออกกำลังกาย
- โภชนาการ
- การใช้ยา
- การป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อน

พฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2

- การรับประทานอาหาร
- การออกกำลังกาย
- การใช้ยา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง (One group pretest-posttest design)

ประชากร คือ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เข้ารับการรักษาศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ตามเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Inclusion criteria) ดังนี้

1) เป็นผู้ป่วยทั้งเพศชายและหญิงที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มาแล้วอย่างน้อย 1 ปี

2) สามารถเข้าใจและสื่อสารโดยการพูดและฟังภาษาใต้ได้เป็นอย่างดี ยินดีและสมัครใจในการเข้า

ร่วมการวิจัย

3) สามารถใช้เครื่องเล่นวีดิทัศน์หนังสือที่บ้านได้

4) สามารถอ่านเนื้อหาในคู่มือการดูแลตนเองได้ ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ จำนวน 19 คน เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างวันที่ 1 พฤษภาคม - ธันวาคม 2558

เครื่องมือในการวิจัย และการหาคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือ ประกอบด้วย 2 ส่วนได้แก่

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย

1.1 สื่อวีดิทัศน์หนังสือที่ได้รับการพัฒนา โดยรุ่งนภา จันทรา¹⁰ ในสื่อมีเนื้อหาเกี่ยวกับอาการ



โภชนาการ การออกกำลังกาย การป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อนทาง ตา ไต และเท้า ซึ่งสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตระกูลได้รับการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและความเข้าใจภาษาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน พบว่าผลการประเมินความเหมาะสมของสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตระกูลในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานโดยรวมมีคุณภาพในระดับมาก จากนั้นนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความพึงพอใจต่อสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตระกูลด้านสามารถนำความรู้ไปปฏิบัติได้จริงและการเรียงลำดับเนื้อหาอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาคือด้านเนื้อหาเกี่ยวกับการปฏิบัติตัว เข้าใจง่าย การใช้ภาษาถิ่น เข้าใจง่าย ชัดเจน สื่อมีความน่าสนใจ และสื่อมีความสะดวกต่อการใช้งาน ตามลำดับ สำหรับภาพรวมพบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านสามารถนำความรู้ไปปฏิบัติได้จริง

1.2 คู่มือการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ผู้วิจัยพัฒนาเองซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาที่มีความสอดคล้องกับสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตระกูล เนื้อหาประกอบด้วยอาการ โภชนาการ การออกกำลังกาย การป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อนทาง ตา ไต และเท้า จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน พิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาและประเมินความเหมาะสมของการนำไปใช้ได้จริง (Appropriate) พบว่า เนื้อหาที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย และมีความเหมาะสมที่จะนำไปปฏิบัติได้จริง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

2.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ ระยะเวลาการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน โรคร่วมอื่น ๆ ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน

2.2 แบบทดสอบความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง มีลักษณะเป็นแบบทดสอบตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน จำนวน

20 ข้อ มีเนื้อหาเกี่ยวกับ อาการ โภชนาการ การออกกำลังกาย การป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อนทาง ตา ไต และเท้า ผู้วิจัยได้นำไปหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิประเมินความสอดคล้องของเนื้อหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์การวิจัย พิจารณาความครบถ้วน ความถูกต้องทางด้านภาษา โดยพิจารณาตัดสินตามความคิดเห็นที่สอดคล้องกัน (Item of congruence) พบว่าทุกข้อมีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่า .60 นำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หาค่าความเที่ยงด้วยสูตรคูเดอร์-ริชาร์ดสันมีค่าเท่ากับ .62 จากนั้นนำคะแนนที่ได้มารวมกัน ใช้เกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนความรู้ ดังนี้ ถ้าคะแนนความรู้น้อยกว่า ร้อยละ 80 หมายถึงอยู่ในระดับดี ถ้าคะแนนความรู้อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-79 อยู่ในระดับปานกลาง และถ้าคะแนนความรู้ต่ำกว่าร้อยละ 60 หมายถึงอยู่ในระดับน้อย

2.3 แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมาเอง มีเนื้อหาที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านอาการ โภชนาการ การออกกำลังกาย การป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อนทาง ตา ไต และเท้า จำนวน 20 ข้อ ลักษณะแบบประเมินเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 3 ระดับ คือ ปฏิบัติประจำ ปฏิบัตินาน ๆ ครั้งและไม่ปฏิบัติเลย โดยพฤติกรรมทางบวกให้คะแนนเป็น 3, 2, และ 1 คะแนนตามลำดับ ส่วนพฤติกรรมการดูแลตนเองทางลบให้คะแนนเป็น 1, 2, และ 3 ตามลำดับ คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 18-54 คะแนน คะแนนสูงหมายถึง มีการดูแลตนเองที่ดีมาก ผู้วิจัยได้นำไปหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ให้ผู้ทรงคุณวุฒิประเมินความสอดคล้องของพฤติกรรมกับวัตถุประสงค์การวิจัย พิจารณาตัดสินตามความคิดเห็นที่สอดคล้องกัน (Item of congruence) พบว่า ทุกข้อมีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่า .60 ทุกข้อ นำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้เท่ากับ .84 เกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนพฤติกรรมโดยคะแนนอยู่ระหว่าง 18-30 หมายถึงพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับต่ำ คะแนนระหว่าง 31-42



หมายถึงพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และคะแนนระหว่าง 43-54 หมายถึงพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับสูง

วิธีการรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1) นำโครงร่างการวิจัยเข้าที่ประชุมของคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคนเพื่อขอรับรองจริยธรรมการวิจัยในคน

2) ผู้วิจัยทำหนังสือถึงหัวหน้าศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี เพื่อขออนุญาตคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์การคัดเลือก

3) ชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างรับทราบวัตถุประสงค์การวิจัย และขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย สอบถามความสนใจ เก็บข้อมูลความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองก่อนการทดลอง

4) ดำเนินการสอนการดูแลตนเองโดยใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงร่วมกับคู่มือการดูแลตนเอง ให้กับกลุ่มตัวอย่างเป็นรายกลุ่ม โดยดำเนินการดังนี้

4.1 ให้กลุ่มตัวอย่างดูสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงเป็นเวลา 30 นาที จากนั้นผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้จากสื่อวีดิทัศน์ หากกลุ่มตัวอย่างมีข้อสงสัย สามารถซักถามได้

4.2 แนะนำการใช้คู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งในคู่มือจะประกอบด้วย การดูแลตนเองทางด้านอาหาร การออกกำลังกาย การสังเกตภาวะแทรกซ้อนทางตา และการดูแลเท้า รวมทั้งตารางบันทึกระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ใช้คู่มือการดูแลตนเอง

4.3 มอบสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงแก่กลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งคู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ให้กลุ่มตัวอย่างนำไปใช้เมื่ออยู่ที่บ้าน

4.4 ผู้วิจัย ติดตามผลการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ทุกสัปดาห์เป็นเวลา 6 สัปดาห์ เมื่อกลุ่มตัวอย่างมาพบเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

5) เก็บข้อมูลความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองภายหลังการใช้สื่อหนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง หลังจากการแนะนำครั้งแรกเป็นเวลา 6 สัปดาห์

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยนำโครงร่างการวิจัยส่งคณะกรรมการการวิจัยในคนเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี หมายเลขโครงการจริยธรรมการวิจัยในคนเลขที่ 2015/11 รวมทั้งได้ทำการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยการชี้แจงในรูปแบบสอบถาม โดยแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและการตอบแบบสอบถามไม่มีผลต่อกลุ่มตัวอย่าง คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ และนำมาใช้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น ผลการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวม

การวิเคราะห์ข้อมูล

คณะผู้วิจัยได้ทดสอบการกระจายของข้อมูลโดยใช้สถิติ Komogorow และ Shapiro-Wilk พบว่าข้อมูลมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ จึงเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองโดยใช้สถิติการทดสอบค่าที่แบบสัมพันธ์กัน (Dependent t-test)

ผลการวิจัย พบว่า

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี เป็นเพศหญิงจำนวนมากที่สุดร้อยละ 78.95 มีอายุระหว่าง 30-39 ปี มากที่สุด คิดเป็น ร้อยละ 63.16 มีวุฒิการศึกษาที่ไม่ใช่ปริญญาตรี ร้อยละ 73.68 มีอาชีพค้าขายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.84 มีรายได้น้อยกว่า 5,000 บาท/เดือน ร้อยละ 47.37 ระยะการเจ็บป่วยด้วยโรค



เบาหวาน น้อยกว่า 5 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.84 ไม่มีโรคแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน คิดเป็นร้อยละ 84.21 ในขณะที่มีภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ เช่น ตาฝ้าฟาง และปลายเท้าชา และไม่มีโรคประจำตัวร่วมอื่นๆ มากที่สุด ร้อยละ 52.63 นอกจากนั้นก็เป็นโรคความดันโลหิตสูง ไขมันในเส้นเลือด หมอนรองกระดูกทับเส้นประสาทและปวดเข่า

2. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) ก่อนใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง พบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 57.86 มีความรู้ในระดับมาก รองลงมา มีความรู้ในระดับต่ำ ร้อยละ 31.58 มีความรู้ในระดับปานกลางร้อยละ 10.53 และพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ (Mean = 28.84, SD=4.07)

3. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง พบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 73.68 มีความรู้ในระดับมาก รองลงมา มีความรู้ในระดับปานกลาง ร้อยละ 15.79 มีความรู้ในระดับต่ำร้อยละ 10.53 และพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านอาหารของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง (Mean = 1.70, SD=0.32)

4. การเปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) ก่อนและหลังใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) ก่อนและหลังใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง

ตัวแปร	ก่อน		หลัง		t-test	p-value
	Mean	SD.	Mean	SD.		
ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง	15.32	1.70	16.58	1.54	2.23	0.039*
พฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเอง	28.84	4.07	34.00	6.32	3.44	0.003**

* p<.05, ** p<.01

จากตารางที่ 1 พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

ชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพทวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล ผู้วิจัยอภิปรายตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง อธิบายได้ว่า สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงเป็นสื่อการเรียนรู้ทางสุขภาพที่มีการผสมผสานทั้งภาพและเสียง นับเป็นสิ่งเร้าที่ดึงดูดความสนใจ ผ่านประสาทสัมผัสทั้งทางหูและทางตา จึงเกิดการเรียนรู้และสามารถจดจำได้ดี¹¹ มีการเคลื่อนไหวของภาพและมีเสียงประกอบที่น่าสนใจ สอดคล้องกับเทคนิคการนำเสนอสื่อการเรียนรู้ของกาเย์ การใช้เสียงปักษีได้ที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานคุ้นเคยและคำกลอนที่มีความเชื่อมโยงกัน เป็นเอกลักษณ์ของวัฒนธรรมภาคใต้ ทำให้เนื้อหาสนุก น่าสนใจ ง่ายต่อการจำเพื่อนำไปใช้ รวมทั้งสามารถดูได้หลาย ๆ ครั้ง ประกอบกับผู้วิจัยได้ใช้คู่มือการดูแลตนเองที่เป็นสื่อการเรียนรู้ทางสุขภาพประเภทหนึ่งที่สามารถนำมาทบทวนความรู้ได้ตลอดเวลา ในการที่จะเพิ่มพูนความรู้แก่ตนเอง ซึ่งในคู่มือประกอบด้วยความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเกี่ยวกับตา ไต และเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน ที่มีรูปภาพประกอบและเนื้อหาชัดเจน และเป็นเนื้อหาที่สอดคล้องกับวีดิทัศน์หนังตะลุง เป็นการให้ความรู้ซ้ำ ๆ ในเรื่องเดียวกัน ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานสามารถจดจำเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลตนเองได้ดี สอดคล้องกับการศึกษาของทัศนวรรณ พลอุทัย และ พรณิ บัญชรหัตถกิจ¹² ที่ได้ใช้โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเองในผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ซึ่งโปรแกรมนั้นประกอบการใช้สไลด์ วีดิทัศน์ร่วมกับแจกคู่มือเรื่องการดูแล ทำให้คะแนนเฉลี่ยสูงขึ้นเกี่ยวกับความรู้เรื่องโรคเบาหวาน การรับรู้ความรุนแรงและโอกาสเสี่ยงการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานในผู้สูงอายุสูงขึ้น ดังที่ โสภณพันธ์ สอาด¹³ ได้เสนอแนะว่ารูปแบบการให้ความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้สื่อเรียนรู้ด้วย

ตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรังมีความเหมาะสมและสามารถนำไปใช้กับผู้ป่วยได้ ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) ส่วนใหญ่จึงมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองมากกว่าร้อยละ 80 จึงส่งผลให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. พฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนังตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อธิบายได้ว่าเมื่อจดจำเนื้อหาความรู้ได้จึงส่งผลให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ซึ่งผู้ป่วยเบาหวานที่มีความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับโรคเบาหวานที่ดี ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมเพื่อนำไปสู่การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ที่ดีได้¹⁴ สอดคล้องกับผลการศึกษาของแอนน์ จีระพงษ์สุวรรณ และปิณดา แสงผล¹⁵ ที่พบว่า ความรู้จะเป็นตัวแปรที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานได้ร้อยละ 26.3 จากการประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์และคู่มือการดูแลตนเองพบว่า พฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำสูงสุด คือ 1) นอนหลับพักผ่อนอย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง/วัน และหลีกเลี่ยงความเครียด รองลงมาคือ 2) ไปตรวจตากับจักษุแพทย์เมื่อท่านมีปัญหาเกี่ยวกับตาเท่านั้น 3) ให้ความสำคัญกับการเลือกรองเท้า และการดูแลเท้า 4) เมื่อมีอาการเวียนศีรษะ ใจสั่น คล้ายจะเป็นลม ท่านจะอมลูกอมทันที และ 5) หากท่านมีบาดแผล



ท่านจะไปซื้อชุดทำแผลมาทำเองที่บ้าน นับว่าพฤติกรรมเหล่านี้เป็นพฤติกรรมการดูแลตนเองสอดคล้องกับเนื้อหาในสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและเนื้อหาในคู่มือการดูแลตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ดังนั้นความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการที่ศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

สื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงและคู่มือการดูแลตนเองสามารถนำไปใช้ในการให้ความรู้นำไปสู่การพัฒนาความสามารถในปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับบริการในศูนย์สุขภาพชุมชนได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์หนึ่งตะลุงให้เป็นบทเรียนสำเร็จรูปทางออนไลน์ที่สามารถประเมินย้อนกลับทั้งด้านความรู้และพฤติกรรมที่ปฏิบัติ เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถประเมินตนเองได้ทันที
2. ควรมีการศึกษาพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ในการสื่อสารทางสุขภาพที่เหมาะสมกับบริบทในแต่ละชุมชน เช่น สื่อวีดิทัศน์โนราห์ สื่อวีดิทัศน์ลิเก ฯลฯ

ข้อจำกัดของการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดเกี่ยวกับคุณภาพของแบบทดสอบความรู้ที่มีค่าความเที่ยงต่ำ ดังนั้นผู้ที่นำงานวิจัยนี้ไปใช้จะต้องมีการพัฒนาคุณภาพของแบบทดสอบความรู้ดังกล่าวและกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก ไม่มีกลุ่มควบคุม จึงควรมีการนำสื่อวีดิทัศน์และคู่มือไปขยายผลใช้ในกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้นเพื่อทวนสอบประสิทธิผลของสื่อวีดิทัศน์และคู่มือที่พัฒนาขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากสมาคมศิษย์เก่าพยาบาลกระทรวงสาธารณสุขสำเร็จจุล่งด้วยดี ด้วยความร่วมมือและอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นางเนาวรัตน์ ศักดา และนางเพลินดา เรืองสูง ศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวาย (เครือข่ายโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี) จ.สุราษฎร์ธานี และขอขอบคุณผู้ป่วยเบาหวานในชมรมผู้ป่วยเบาหวานของศูนย์สุขภาพชุมชนโพหวายทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลในครั้งนี้ ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่ให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่องานวิจัยนี้

References

1. The Board of the National Health Development Plan. National Health Development Plan In The National Economic and Social Development Plan. Issue 11. 2012–2016. Bangkok: Military Relief Organization. 2012. (in Thai).
2. Bureau of Policy and Strategy Ministry of Public Health. The public health statistics [internet].2013[cited 2015 June 2]. Available: <http://bps.ops.moph.go.th> (in Thai)
3. Suratthani Provincial Health Office. Report diabetic patients who received services in 2014 of Powai community health center in Muang District. Surat Thani: Suratthani Provincial Health Office. 2014. (in Thai).
4. Insan P, ManeeSriwongkul W, Phanpakdee O. A survey of nursing research and study on diabetic patients in Thailand. Ramathibodi Nursing Journal 2013;16(2): 238–58. (in Thai).
5. Kachintorn U. Depth knowledge In-depth knowledge about diabetes intensive in the manual adjusting conquer diabetes lifestyle [internet].2013[cited 2015 June 2]. Available:



- http://diabassothai.org/news_and_knowledge/ 921. (in Thai)
6. Jaisan W. A systematic literature review about how to control the disease in individuals diabetes type 2. [Master thesis]. Nakhonpathom: Mahidol University. 2008. (in Thai).
 7. Thaihealth. Thai shadow health media. [internet].2013[cited 2015 December 15]. Available: <http://www.thaihealth.or.th/node/14527>. (in Thai)
 8. Gagne, Robert M. The Condition of learning. 2nd ed. New York: Rinekert and Winstin, 1970.
 9. Knowles M. Self-directed learning. Chicago: Folle; 1975.
 10. Chantra R. Media development about diabetes care in Suratthani province. Suratthani: Boromarajonani College of Nursing, Suratthani. 2013. (in Thai).
 11. Jungpanich A, Srisailaun O. Effects of using daily care plan video teaching on clinical self-confidence and satisfaction of nursing students, Kuakarun Faculty of Nursing , Navamindradhiraj University. Kuakarun Journal of Nursing 2015; 22(1):17-34. (in Thai).
 12. Phol-uthai T, Banchonhutthakit P. Effects of self-care behavioral modification program for blood sugar control among elderly patients with type 2 diabetes mellitus: case study in Huai Keng Subdistrict, Kumpawapi District, Udonthani Province. Srinagarind Medical Journal 2013; 28(4): 421-30. (in Thai).
 13. Sa-ard S. Development of health education media using by self-directed learning for chornic patients. Academic Services Journal, Prince of Songkla University. 2015; 26(2): 41-49. (in Thai).
 14. Diabetes Association of Thailand under The Patronage of Her Royal Highness Princess Maha Chakri Srinthorn. Diabetes clinical practice guideline. Bangkok: Srimuang Printing Company; 2011. (in Thai).
 15. Jirapongsuwan A, Sawangpon P. Factors related to self-care behavior of patients with diabetes in Lardlumkaew Hospital, Lardlumkaew, Pathumthani. Nakhonpathom: Mahidol University. Research Report. 2011. (in Thai).