

ความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 ในคลินิกหมอครอบครัวชุมแพ อำเภอชุมแพ จังหวัดขอนแก่น

Knowledge and Self Care Behavior Among Type 2
Diabetes Patients in Chumpae Primary Care Cluster,
Chumpae district, Khon Kaen

โดย
นายแพทย์ อัครณี ศศิภัทรพงศ์
โรงพยาบาลชุมแพ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสำคัญทางด้านสาธารณสุขของโลก เป็นภัยคุกคามที่ลุกลามอย่างรวดเร็วไปทั่วโลก ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาทางเศรษฐกิจอย่างมาก¹ สมาพันธ์เบาหวานนานาชาติ (IDF: International Diabetes Federation) ในปีพ.ศ. 2560 มีการประเมินว่ามีผู้ป่วยเบาหวาน รวม 425 ล้านรายทั่วโลก แบ่งเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไป จำนวน 98 ล้านราย และช่วงอายุ 20-64 ปี จำนวน 327 ล้านราย และคาดการณ์ว่าในปีพ.ศ. 2588 จะมีผู้ป่วยเบาหวานจำนวน 629 ล้านรายทั่วโลก²

จากรายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 5 พ.ศ. 2557 พบว่า ความชุกของเบาหวานในประชากรอายุ 15 ปี ขึ้นไป เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.9 ในปี 2552 เป็นร้อยละ 8.9 ในปี 2557 ความชุกของโรคเบาหวานในผู้ชายเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.0 ในปี 2552 เป็นร้อยละ 7.8 ในปี 2557 ส่วนในผู้หญิง ความชุกเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 7.7 เป็นร้อยละ 9.8 ตามลำดับ³

เนื่องจากโรคเบาหวานเป็นภาวะร้ายแรงตามที่กล่าวมา จึงควรป้องกันก่อนที่จะเป็นโรคด้วยการลดระดับน้ำตาลตั้งแต่มีความเสี่ยง ภาวะใกล้เป็นเบาหวานหรือเบาหวานแอบแฝงคือภาวะที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ แต่ยังไม่ถึงระดับที่เป็นเบาหวาน ผู้มีภาวะใกล้เป็นเบาหวานจะมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานสูง พบว่า 11% ของคนที่มีภาวะใกล้เป็นเบาหวานจะกลายเป็นเบาหวานได้ในเวลาภายใน 3 ปี นอกจากนี้ยังมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดอีกด้วย⁴

คลินิกหมอครอบครัวชุมแพ อำเภอชุมแพ มีประชากรเบาหวานในเขตรับผิดชอบประมาณ 1108 คน มีจำนวนควบคุมระดับน้ำตาลเบาหวานได้ดี 341 คน คิดเป็นร้อยละ 30.78 ซึ่งอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ มีจำนวนผู้ป่วยได้รับการตรวจไขมัน LDL และมีค่า LDL < 100 ร้อยละ 30.69 มีจำนวนผู้ป่วยได้รับการตรวจภาวะแทรกซ้อนทางตาร้อยละ 38.00 มีจำนวนผู้ป่วยได้รับการตรวจภาวะแทรกซ้อนทางเท้าร้อยละ 45.76 ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับต่ำทั้งหมด เนื่องจากคลินิกหมอครอบครัวชุมแพ อำเภอชุมแพ ได้ก่อตั้งขึ้นยังไม่ยาวนาน และยังไม่มีการเก็บข้อมูลวิจัยดังกล่าว ผู้ศึกษาเชื่อว่าหากผู้ที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงมีการปฏิบัติตามกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องอย่างสม่ำเสมอจะช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ รวมถึงการตระหนักถึงความอันตรายของโรคเบาหวานทำให้มีการกระตือรือร้นในการมาตรวจหาภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน หรือป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนได้อย่างมีประสิทธิภาพ อันจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเรื่องความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในเขตพื้นที่คลินิกหมอครอบครัวชุมแพ อำเภอชุมแพ จังหวัดขอนแก่น เพื่อต้องการศึกษาข้อมูลด้านพฤติกรรมของผู้ป่วยเบาหวานและปัจจัยด้านความรู้ และการรับรู้ของผู้ป่วยเพื่อนำผลการศึกษาที่ได้มาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาและจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้ ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับโรคต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้และพฤติกรรมการ ดูแลตัวเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตพื้นที่คลินิกหมอครอบครัวชุมแพ อำเภอชุมแพ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองกับการรับรู้ภาวะสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ระหว่างผู้ที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้และผู้ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง

โปรดทำเครื่องหมาย /ลงใน หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

- อายุ..... ปี
- เพศ ชาย หญิง
- ระดับการศึกษา
 ไม่ได้เรียน ประถมศึกษา
 มัธยมศึกษา อนุปริญญา
 ปริญญาตรี
- สถานภาพ
 โสด สมรส
 หย่าร้าง หม้าย
 แยกกันอยู่
- ประกอบอาชีพหลัก
 ข้าราชการ รับจ้าง
 ค้าขาย ประกอบอาชีพอิสระ
 เกษตรกร ไม่ได้ทำงาน
- รายได้ต่อเดือน
 ไม่มีรายได้ 100 – 1,000 บาท
 1,001 – 3,000 บาท 3,001 – 6,000 บาท
 6,001 – 10,000 บาท 10,000 บาทขึ้นไป
- ในครอบครัวของท่านมีญาติสายตรงที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานหรือไม่
 ไม่มี ปู่ย่า/ตายาย
 พ่อแม่ พี่น้องร่วมบิดามารดา
 บุตร
- ระดับน้ำตาลในเลือดก่อนอาหารเช้า หลังจากงดน้ำงดอาหารเป็นเวลา 8 ชั่วโมง (ภายในเดือนที่มีการสัมภาษณ์)
 50 – 70 mg/dl 71 – 110 mg/dl
 111 – 150 mg/dl 151 – 180 mg/dl
 มากกว่า 180 mg/dl
- ระยะเวลาในการป่วยเป็นโรคเบาหวาน
 น้อยกว่า 1 ปี 1 ปี ขึ้นไป – 3 ปี
 3 ปี ขึ้นไป - 4 ปี 4 ปี ขึ้นไป – 5 ปี
 มากกว่า 5 ปี
- ท่านมีการควบคุมระดับน้ำตาล นอกเหนือจากการใช้ยาหรือไม่
 ไม่มี มี โดยวิธี.....
- วิธีการรักษาที่ท่านได้รับในปัจจุบัน
 ยาเม็ด ยาฉีด ใช้ทั้งยาเม็ดและยาฉีด อื่น ๆ.....
- ปัจจุบันท่านมีภาวะแทรกซ้อนหรือไม่
 ไม่มี มี ระบุ.....