

**ปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง
และโรคเบาหวานของประชาชน จังหวัดกำแพงเพชร**

**Risk Factors and Factors Related to Risk Behaviors Regarding to Hypertension
and Diabetes Mellitus of People in Kamphaeng Phet Province**

ลออศรี จารุวัฒน์ พย.ม.

Laorsri Jaruwat M.N.S.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร

Kamphaeng Phet Provincial Health Office

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน เปรียบเทียบพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ระหว่างเพศ และอายุ (35 - 39 ปี และตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป) และหาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน จำนวน 864 คน โดยใช้การสัมภาษณ์ และแบบบันทึกผลการตรวจร่างกาย ในเดือนกรกฎาคม - สิงหาคม 2551 ใช้สถิติเชิงพรรณนา การทดสอบค่าที และการวิเคราะห์ถดถอยพหุ พบว่า ร้อยละ 52.3 มีความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูงในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.9 มีความรู้เรื่องโรคเบาหวานในระดับปานกลาง ปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรคความดันโลหิตสูงในเรื่องการมีญาติสายตรง เป็นโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 37.3 และปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวานในเรื่องการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน พบร้อยละ 31.7 ระหว่างผู้ชายและผู้หญิง และระหว่างผู้ที่มีอายุ 35 - 39 ปี กับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานระหว่างผู้ชายและผู้หญิงมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญ แต่พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานระหว่างผู้ที่มีอายุ 35 - 39 ปี กับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง ได้แก่ ความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูงมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทางปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ได้แก่ ความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญ

Abstract

The objectives were to study risk factors regarding to hypertension and diabetes mellitus, compared risk behaviors regarding to hypertension and diabetes mellitus between sex and age (35-39 years and equal or over 40 years) and to identify factors related to risk behaviors regarding to hypertension and diabetes mellitus among 864 people by interviewing data from physical examination recording form. Data collecting was carried out during July - August, 2008. Descriptive statistics, t-test and multiple regression analysis were deployed for data analysing. The results indicated that 52.3 percent got moderate level of knowledge regarding to hypertension. 54.9 percent got moderate level of knowledge of diabetes mellitus. Risk factor regarding to hypertension was found that 37.3 percent had hereditary relatives got hypertension, and risk factor regarding to diabetes mellitus was found that 31.7 percent had overweight or fatty. Risk behaviors of

hypertension between male and female, and between people at 35-39 years and equal or over 40 years, had statistical significant difference. Risk behaviors of diabetes mellitus between male and female had statistical significant difference, however, between people at 35-39 years and equal or over 40 years, had statistical non significant difference. Factor negatively related statistical significantly to risk behavior of hypertension was knowledge regarding to hypertension. Factors positively related statistical significantly to risk behavior of diabetes mellitus was education level (primary school or lower), and factors negatively related statistical significantly to risk behavior of diabetes mellitus was knowledge regarding to diabetes mellitus.

ประเด็นสำคัญ-

โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน
ปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง

Keywords

Hypertension, Diabetes mellitus
Risk Factors, Risk behaviors

บทนำ

โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน นับเป็นภัยเงียบที่น่ากลัวของคนไทย เนื่องจากเป็นภาวะเสี่ยงและโรคที่ไม่แสดงอาการ แต่จะทำให้เกิดโรคร้ายต่างๆ เช่น โรคหลอดเลือดสมองแตก ตีบ ตัน โรคหัวใจขาดเลือด โรคไตวาย โรคหัวใจล้มเหลว เป็นต้น⁽¹⁾ และในโรคเบาหวาน ยังทำให้เสี่ยงต่อการตาบอด การเกิดแผลที่เท้า ซึ่งผู้ป่วย ร้อยละ 7.4 จะมีความเสี่ยงต่อการถูกตัดขา⁽²⁾ สาเหตุเกิดจากพฤติกรรมการกินของคนไทยที่เปลี่ยนไป โดยมักกินอาหารที่มีรสเค็มขึ้น ขณะที่มีส่วนประกอบของผัก ผลไม้ น้อย และพฤติกรรมการอยู่แบบนั่งๆ นอนๆ ไม่ออกกำลังกาย ภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนที่เพิ่มขึ้น และมีความเครียดเรื้อรัง ประกอบกับการหาความเสี่ยงเข้าตัว บริโภคแอลกอฮอล์ปริมาณสูงที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว การดื่มเหล้า สูบบุหรี่⁽³⁾

จังหวัดกำแพงเพชร ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2544 - 2549 มีอัตราการป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง 239.7, 447.6, 302.4, 420.6, 575.4 และ 547.2 ต่อประชากรแสนคน ตามลำดับ ส่วนโรคเบาหวาน มีอัตราการป่วย 226.9, 180.5, 230.3, 272.8, 468.8 และ 447.1 ต่อประชากรแสนคน ตามลำดับ⁽⁴⁾ ซึ่งถือว่าเป็นโรคที่มีอัตราการป่วย และมีแนวโน้มของโรคเพิ่มมากขึ้น ปัจจุบันกระทรวงสาธารณสุขได้มีนโยบายการ

ค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ตรวจคัดกรองหาน้ำตาลในเลือด ตรวจวัดความดันโลหิตอย่างน้อย 1 ครั้ง ในรอบปีมากกว่าร้อยละ 80 ผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบงานควบคุมป้องกันโรคไม่ติดต่อ ในพื้นที่จังหวัดกำแพงเพชร จึงได้ทำการศึกษาปัจจัยเสี่ยง และปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานของประชาชนจังหวัดกำแพงเพชร โดยมีวัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ความเชื่อด้านสุขภาพต่อโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน และปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ระหว่างเพศ (เพศชายและเพศหญิง) และอายุ (35 - 39 ปี และตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป)
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง / โรคเบาหวาน

วัสดุและวิธีการศึกษา

เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey Research) จากกลุ่มประชาชนชาวไทยที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป ในพื้นที่จังหวัดกำแพงเพชร โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่คำนวณมาจากเทคนิคการหาขนาดตัวอย่างของ Yamane⁽⁵⁾

คำนวณได้ 624 คน แต่ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้ขนาดตัวอย่าง จำนวน 864 คน กลุ่มตัวอย่างดังกล่าวได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi stage sampling) คือ

ขั้นตอนที่ 1 เลือกอำเภอตัวอย่างมา 6 อำเภอ จาก 11 อำเภอ โดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) ด้วยวิธีการจับฉลาก ได้แก่ อำเภอเมือง กำแพงเพชร อำเภอพรานกระต่าย อำเภอลองชล อำเภอไทรงาม อำเภอขามเฒ่า และอำเภอลานกระบือ

ขั้นตอนที่ 2 เลือกสถานบริการรักษาพยาบาลของรัฐบาล (สถานีอนามัย / ศูนย์สุขภาพชุมชน) อำเภอละ 4 แห่ง ในแต่ละอำเภอที่เลือกได้จากขั้นตอนที่ 1 โดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) ด้วยวิธีการจับฉลาก ได้สถานบริการกลุ่มตัวอย่าง 24 แห่ง

ขั้นตอนที่ 3 สุ่มตัวอย่างประชาชนในแต่ละสถานบริการกลุ่มตัวอย่าง แห่งละ 36 คน ที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ในกลุ่มผู้มารับบริการในสถานบริการดังกล่าว ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้คำนึงถึงความยินดีที่จะให้ความร่วมมือในการศึกษา และเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ยังไม่เคยรับการตรวจวัดความดันโลหิต และคัดกรองเบาหวานมาก่อน โดยให้กลุ่มตัวอย่างกระจายในแต่ละพื้นที่

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แบบสัมภาษณ์ (ประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป ความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ความเชื่อด้านสุขภาพต่อโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน และพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน) และแบบบันทึกผลการตรวจร่างกายในเรื่องส่วนสูง น้ำหนักตัว ความดันโลหิต และระดับน้ำตาลในเลือด ทั้งนี้แบบสัมภาษณ์ดังกล่าวได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) และวิเคราะห์ความเชื่อถือได้ของมาตรวัด โดยใช้วิธีการวัดความสอดคล้องภายใน แบบครอนบาค อัลฟา (Cronbach's Alpha) ผลการวิเคราะห์ได้ค่าความเชื่อถือของแบบวัดความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง = 0.70 แบบวัดความรู้เรื่องโรคเบาหวาน = 0.70 แบบวัดความเชื่อ

ด้านสุขภาพต่อโรคความดันโลหิตสูง = 0.78 แบบวัดความเชื่อด้านสุขภาพต่อโรคเบาหวาน = 0.77 ทำการเก็บข้อมูลโดยผู้วิจัยและคณะ ในเดือนกรกฎาคม - สิงหาคม 2551 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา การทดสอบค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุ (Multiple regression analysis)

นิยามศัพท์

1. ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง หมายถึง การมีปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง รวมทั้งสิ้น 7 อย่าง คือ ปัจจัยเสี่ยงด้านกรรมพันธุ์ ได้แก่ การมีญาติสายตรงป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง ด้านพฤติกรรม ได้แก่ การมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน รับประทานอาหารที่มีรสชาติเค็มถึงเค็มมาก สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ มีความเครียด และเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ

2. ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน หมายถึง การมีปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดโรคเบาหวาน รวมทั้งสิ้น 5 อย่าง คือ ปัจจัยเสี่ยงด้านกรรมพันธุ์ ได้แก่ มีญาติสายตรงเป็นโรคเบาหวาน มีประวัติเป็นโรคเบาหวาน ขณะตั้งครรภ์ หรือคลอดบุตรน้ำหนักเกิน 4 กิโลกรัม ด้านพฤติกรรม ได้แก่ มีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน มีความเครียด และมีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ

ผลการศึกษา

ลักษณะทางด้านประชากร เศรษฐกิจ และสังคมของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า โดยรวม ร้อยละ 53.2 มีอายุ 35 - 39 ปี รองลงมา มีอายุ 40 - 49 ปี 50 - 59 ปี และมีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 31.9 10.0 และ 4.9 ตามลำดับ อายุโดยเฉลี่ย 42.4 ปี ส่วนใหญ่ ร้อยละ 87.5 มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 72.2 มีการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า ในเรื่องอาชีพนั้น พบว่า ร้อยละ 43.8 มีอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 28.2 อาชีพรับจ้าง นอกนั้นประกอบอาชีพ ค้าขาย รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ ช่วยเหลืองานในครอบครัว ธุรกิจส่วนตัว และเป็นผู้นำศาสนา ซึ่งพบรวมกัน ร้อยละ 37.3 สำหรับ

รายได้นั้น พบว่า ร้อยละ 48.9 มีรายได้น้อยกว่า 5,000 บาท รองลงมาไม่มีรายได้ 5,000 - 10,000 บาท และมากกว่า 10,000 บาท ร้อยละ 39.1 และ 10.4 ทั้งนี้ ร้อยละ 1.6 เป็นผู้ที่ไม่มียาได้ รายได้เฉลี่ย 6,302.6 บาท ในเรื่องที่พิกอาศัย พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 86.1 อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล

ความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง พบว่า โดยรวมส่วนใหญ่ ร้อยละ 52.3 มีความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูงในระดับปานกลาง รองลงมาร้อยละ 33.1 และ 14.6 มีความรู้ในระดับสูง และระดับต่ำ ตามลำดับ ส่วนในเพศหญิงและเพศชาย พบว่า เพศหญิงและเพศชาย มีความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.5 และ 55.1 รองลงมาร้อยละ 35.8 และ 30.4 มีความรู้ในระดับสูง ร้อยละ 14.7 และ 14.5 มีความรู้ในระดับต่ำ ตามลำดับ ทั้งนี้เพศหญิงมีความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง ($= 7.5$, $SD = 2.0$) มากกว่าเพศชายเล็กน้อย ($= 7.2$, $SD = 2.1$)

ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน พบว่า โดยรวมส่วนใหญ่ ร้อยละ 54.9 มีความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ในระดับปานกลาง รองลงมาร้อยละ 25.5 และ 19.6 มีความรู้ในระดับต่ำ และระดับสูง ตามลำดับ ส่วนในเพศหญิงและเพศชาย พบว่า มีความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ในระดับปานกลาง ร้อยละ 59.6 และ 50.0 รองลงมา ร้อยละ 22.0 และ 29.0 มีความรู้ในระดับต่ำ ร้อยละ 18.4 และ 21.0 มีความรู้ในระดับสูง ตามลำดับ ทั้งนี้เพศหญิงมีความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ($= 6.7$, $SD = 2.0$) มากกว่าเพศชายเล็กน้อย ($= 6.5$, $SD = 2.2$)

ความเชื่อด้านสุขภาพต่อโรคความดันโลหิตสูง พบว่า โดยรวมส่วนใหญ่ ร้อยละ 52.1 มีความเชื่อต่อโอกาสเสี่ยงในการเป็นโรคความดันโลหิตสูงในระดับสูง ร้อยละ 51.4 มีความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคความดันโลหิตสูงในระดับสูง ส่วนความเชื่อต่อประโยชน์การป้องกันโรคความดันโลหิตสูง พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 83.1 อยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาความเชื่อด้านสุขภาพต่อโรคความดันโลหิตสูงในเพศหญิงและเพศชาย พบว่า ส่วนใหญ่ทั้งเพศหญิง

และเพศชายมีความเชื่อต่อโอกาสเสี่ยงในการเป็นโรคความดันโลหิตสูงในระดับสูง ร้อยละ 51.4 และ 52.8 ความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคความดันโลหิตสูงของเพศหญิงและเพศชาย พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 53.7 และ 49.1 อยู่ในระดับสูง สำหรับความเชื่อต่อประโยชน์การป้องกันโรคความดันโลหิตสูง พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 83.0 และ 83.2 อยู่ในระดับสูง ตามลำดับ

ความเชื่อด้านสุขภาพต่อโรคเบาหวาน พบว่า โดยรวม ร้อยละ 47.7 และ 45.8 มีความเชื่อต่อโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานในระดับสูง และปานกลาง ร้อยละ 74.1 มีความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคเบาหวานในระดับสูง ส่วนความเชื่อต่อประโยชน์การป้องกันโรคเบาหวาน พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 87.7 อยู่ในระดับสูง ส่วนในเพศหญิงและเพศชาย พบว่า เพศหญิงและเพศชายมีความเชื่อต่อโอกาสเสี่ยงในการเป็นโรคเบาหวานในระดับสูง ร้อยละ 45.9 และ 49.5 ระดับปานกลาง ร้อยละ 46.8 และ 44.9 ตามลำดับ ความเชื่อต่อความรุนแรงในการเป็นโรคเบาหวานของเพศหญิงและเพศชาย พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 75.7 และ 72.4 อยู่ในระดับสูงสำหรับความเชื่อต่อประโยชน์การป้องกันโรคเบาหวาน พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 88.5 และ 86.9 อยู่ในระดับสูง ตามลำดับ

ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง พบว่า ประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป ในจังหวัดกำแพงเพชร โดยรวม มีปัจจัยเสี่ยงในเรื่องทางกรรมพันธุ์ (มีญาติสายตรงเป็นโรคความดันโลหิตสูง) ร้อยละ 30.3 ส่วนปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรม พบว่า มีปัจจัยเสี่ยงในเรื่องการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน ร้อยละ 31.7 รองลงมาได้แก่เรื่องสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ รับประทานอาหารที่มีรสเค็มถึงเค็มมาก มีความเครียด และเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ พบร้อยละ 20.4, 13.4, 13.2, 11.1 และ 4.4 ตามลำดับ ส่วนในเพศหญิงมีปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงในเรื่องทางกรรมพันธุ์ (มีญาติสายตรงเป็นโรคความดันโลหิตสูง) ร้อยละ 32.6 มีปัจจัยเสี่ยงด้าน

พฤติกรรมในเรื่องการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน ร้อยละ 35.8 รองลงมาได้แก่ มีความเครียด รับประทานอาหารที่มีรสเค็มถึงเค็มมาก สูบบุหรี่ เป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ และดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ พบร้อยละ 14.2 11.5 5.5 4.6 และ 3.7 ตามลำดับ ส่วนเพศชายมีปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงในเรื่องทางกรรมพันธุ์ (มีญาติ

สายตรงเป็นโรคความดันโลหิตสูง) ร้อยละ 28.0 มีปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรมในเรื่องการ สูบบุหรี่ ร้อยละ 35.5 รองลงมาได้แก่ การมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน ดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่ม ที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ รับประทานอาหารที่มีรสเค็มถึงเค็มมาก มีความเครียด และเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ ร้อยละ 27.6 23.4 15.0 7.9 และ 4.2 ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ร้อยละปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ต่อโรคความดันโลหิตสูง ในภาพรวม เพศหญิงและเพศชาย

ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง	ร้อยละปัจจัยเสี่ยง		
	เพศหญิง (n = 436)	เพศชาย (n = 428)	รวม (n = 864)
กรรมพันธุ์			
มีญาติสายตรงเป็นโรคความดันโลหิตสูง	32.6	28.0	30.3
พฤติกรรมเสี่ยง			
มีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน	35.8	27.6	31.7
สูบบุหรี่	5.5	35.5	20.4
ดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ	3.7	23.4	13.4
รับประทานอาหารที่มีรสเค็มถึงเค็มมาก	11.5	15.0	13.2
มีความเครียด	14.2	7.9	11.1
เป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ	4.6	4.2	4.4

ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน พบว่า ประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป โดยรวม มีปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวานในด้านกรรมพันธุ์ คือมีญาติสายตรงเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 22.0 และมีประวัติเป็นโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ หรือคลอดบุตรน้ำหนักเกิน 4 กิโลกรัม ร้อยละ 4.6 ส่วนปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรม พบว่า มีปัจจัยเสี่ยงในการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วนมากที่สุด ร้อยละ 31.7 รองลงมาคือ มีความเครียด และเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ พบร้อยละ 11.1 และ 4.4 ตามลำดับ ในเพศหญิง มีปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวานในด้านกรรมพันธุ์ คือ มีญาติสายตรงเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 22.9 และมีประวัติเป็นโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ หรือคลอดบุตรน้ำหนักเกิน 4 กิโลกรัม ร้อยละ 4.6 ส่วนปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรม พบว่า มีปัจจัยเสี่ยงในการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วนมากที่สุด ร้อยละ 35.8 รองลงมาคือ มีความเครียด

และเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ พบร้อยละ 14.2 และ 4.6 ตามลำดับ เพศชาย มีปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวานในด้านกรรมพันธุ์ คือมีญาติสายตรงเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 21.0 ส่วนปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรม พบว่า มีปัจจัยเสี่ยงในการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วนมากที่สุด ร้อยละ 27.6 รองลงมาคือ มีความเครียด และเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ พบร้อยละ 7.9 และ 4.2 ตามลำดับ ดังตารางที่ 2

การเปรียบเทียบพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ระหว่างเพศ และอายุ พบว่า พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานระหว่างผู้ชายและผู้หญิง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P-value=0.000) แต่พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ระหว่างผู้ที่มีอายุ 35-39 ปี กับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (P-value = 0.573) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 2 ร้อยละปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ต่อโรคเบาหวาน ในภาพรวม เพศหญิงและเพศชาย

ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน	ร้อยละปัจจัยเสี่ยง		
	เพศหญิง (n = 436)	เพศชาย (n = 428)	รวม (n = 864)
กรรมพันธุ์			
มีญาติสายตรงเป็นโรคเบาหวาน	22.9	21.0	22.0
มีประวัติเป็นโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ หรือคลอดบุตรน้ำหนักเกิน 4 กิโลกรัม	4.6 (n = 436)	-	4.6 (n = 436)
พฤติกรรมเสี่ยง			
มีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน	35.8	27.6	31.7
มีความเครียด	14.2	7.9	11.1
เป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ	4.6	4.2	4.4

ตารางที่ 3 ความแตกต่างระหว่างเพศและอายุกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงของประชาชนจังหวัดกำแพงเพชร

ปัจจัย	n	$\bar{x}$	SD	t-test	P-value
เพศ					
ชาย	428	1.1	1.1	5.766	0.000
หญิง	436	0.8	0.9		
อายุ					
35 - 39 ปี	460	0.9	0.9	-2.298	0.022
ตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป	404	1.0	1.0		

การเปรียบเทียบพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ระหว่างเพศและอายุ พบว่า พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานระหว่างผู้ชายและผู้หญิงมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

(P-value = 0.000) แต่พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานระหว่างผู้ที่อายุ 35 - 39 ปี กับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (P-value = 0.573) ดังตาราง 4

ตารางที่ 4 ความแตกต่างระหว่างเพศและอายุกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานของประชาชนจังหวัดกำแพงเพชร

ปัจจัย	n	x	SD	t-test	P-value
เพศ					
ชาย	428	0.4	0.6	5.766	0.000
หญิง	436	0.6	0.7		
อายุ					
35 - 39 ปี	460	0.5	0.6	-0.564	0.573
ตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป	404	0.6	0.6		

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง ในภาพรวม พบว่า ความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูงมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง อย่างมีนัย

สำคัญทางสถิติ (P-value < 0.01) ส่วนในกลุ่มเพศหญิง ไม่พบปัจจัยที่นำมาศึกษาที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P-value > 0.05) สำหรับเพศชาย พบว่า รายได้ และความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูงมีความ

สัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคความดันโลหิตสูง มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P -value < 0.05)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานในภาพรวม พบว่า ระดับการศึกษา (ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P -value < 0.05) ในกลุ่มเพศหญิง พบว่า ระดับการศึกษา (ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P -value < 0.05) สำหรับเพศชาย พบว่า อายุ และความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P -value < 0.05)

วิจารณ์

1. จากผลการศึกษา พบว่า ประชาชนจังหวัดกำแพงเพชร ที่อายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานในเรื่องต่าง ๆ ที่พบมากหรือค่อนข้างมาก ได้แก่ เรื่องการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน การมีความเครียด ในผู้ชายก็จะพบพฤติกรรมเสี่ยงเพิ่มขึ้นในเรื่องการสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ ทั้งนี้เพราะปัจจุบันมีสิ่งสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงเหล่านี้มาก อาทิ เรื่องบุหรี่ยี่ห้อ เบียร์ หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่หาซื้อได้ง่าย มีจำหน่ายทั่วไป นอกจากนี้คนมักขาดการออกกำลังกาย ทำให้เกิดภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน ซึ่งจากการศึกษาพบผู้มีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วนในภาพรวมถึง ร้อยละ 31.7 ภาวะเศรษฐกิจที่

บีบรัดตัว สินค้าต่าง ๆ แพงขึ้น น้ำมันมีราคาสูงขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบทางเศรษฐกิจมากมาย ทำให้ประชาชนเกิดความเครียดเพิ่มมากขึ้น ดังนั้น จากเหตุผลดังกล่าว ประชาชนจังหวัดกำแพงเพชร จึงมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานในเรื่องดังกล่าวมากหรือค่อนข้างมาก

2. ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้ชายและผู้หญิงมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานแตกต่างกัน ทั้งนี้ ผู้ชายมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงมากกว่าผู้หญิง ส่วนผู้หญิงมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานมากกว่าผู้ชาย เมื่อพิจารณาพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน มีความเครียด เป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ สูบบุหรี่ และดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เป็นประจำก็จะพบว่า ผู้ชายจะมีพฤติกรรมเสี่ยงมากกว่าผู้หญิงในเรื่องการสูบบุหรี่ และดื่มเหล้า เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวจะเกิดในผู้ชาย (ร้อยละ 35.5 และ 23.4) มากกว่าผู้หญิง (ร้อยละ 5.5 และ 3.7) เป็นไปตามลักษณะค่านิยมและพฤติกรรมทางสังคมของผู้ชาย นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ชายรับประทานอาหารที่มีรสเค็มถึงเค็มมาก (ร้อยละ 15.0) มากกว่าผู้หญิง (ร้อยละ 11.5) แต่ผู้หญิงมีพฤติกรรมเสี่ยงมากกว่าผู้ชายในเรื่อง การมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน และการมีความเครียด ส่วนเรื่อง การเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ พบใกล้เคียงกัน ดังนั้นเมื่อพิจารณาในพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องดังกล่าวทั้งหมด จะเห็นว่าผู้ชายมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงมากกว่าผู้หญิง ส่วนในเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ได้พิจารณาพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่อง การมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน การมีความเครียด และการเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ ซึ่งพบว่า ผู้หญิงมีพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องการมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน และการมีความเครียดมากกว่าผู้ชาย ส่วนเรื่องการเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติ พบใกล้เคียงกัน ดังนั้นเพศชายจึงมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานมากกว่าผู้หญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการศึกษาดังกล่าวแตกต่างจากการศึกษาของนิภาพัฒนเพชร⁽⁶⁾ ที่พบว่าเพศไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน

3. ในกลุ่มเพศชายพบว่า รายได้มีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง หมายความว่าผู้ที่มีรายได้น้อยจะมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงมากกว่าผู้มีรายได้ที่มากขึ้น ทั้งนี้ รายได้เป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่ง ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล รายได้เป็นตัวแปรเชิงเศรษฐกิจของครอบครัว เป็นตัวกำหนดการใช้จ่ายและวิถีการดำรงชีวิตของครอบครัว ครอบครัวที่มีรายได้สูง ย่อมจะมีความสามารถ หรือศักยภาพในการดูแลสุขภาพได้ดีกว่าครอบครัวที่มีรายได้น้อย ตลอดจนมีความรู้ในเรื่องต่าง ๆ มากกว่าผู้ไม่มีรายได้ หรือผู้มีรายได้น้อย ทำให้เกิดโอกาสที่จะมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องได้มากกว่าในหลาย ๆ เรื่อง ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าว สอดคล้องกับการศึกษาของ เกศินี ไชนิล⁽⁷⁾ พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในผู้หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นโรคเบาหวาน เพ็ญศรี พรวิริยะทรัพย์⁽⁸⁾ และมาลี จานมผล⁽⁹⁾ พบว่า รายได้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้หญิงโรคเบาหวาน วัฒนศักดิ์ ลอยใหม่⁽¹⁰⁾ พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน แต่ผลการศึกษาดังกล่าว ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของน้อมจิตต์ สกุลพันธุ์⁽¹¹⁾ พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4. นอกจากนี้ ในกลุ่มเพศชายยังพบว่า ความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคความดันโลหิตสูง มีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง หมายความว่า ผู้ที่มีความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคความดันโลหิตสูงที่ถูกต้อง จะมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง น้อยกว่าผู้ที่มีความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคความดันโลหิตสูงที่ผิด หรือถูกต้องน้อยกว่า ทั้งนี้ โรเซนสตีล⁽¹²⁾ ได้กล่าวว่า การที่บุคคลจะมีพฤติกรรม

หลีกเลี่ยงจากการเป็นโรค จะต้องมีความเชื่อว่าโรคนั้นมีความรุนแรง ซึ่งความเชื่อดังกล่าวนี้อาจมีผลโดยตรงต่อการปฏิบัติตามคำแนะนำด้านสุขภาพทั้งในภาวะปกติและภาวะเจ็บป่วย และแต่ละบุคคลมีความเชื่อในระดับไม่เท่ากัน จึงหลีกเลี่ยงการเป็นโรคด้วยการปฏิบัติเพื่อป้องกันและการรักษาสุขภาพไม่เหมือนกัน ผู้ที่มีความเชื่อว่าโรคมีความรุนแรงมาก ก็จะมีพฤติกรรมป้องกันโรคมากกว่าผู้ที่มีความเชื่อว่าโรคมีความรุนแรงน้อย⁽¹³⁾ ดังนั้นความเชื่อต่อความรุนแรงของการเกิดโรคความดันโลหิตสูง จึงมีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง

5. จากผลการศึกษา พบว่า ในเพศชาย อายุมีความสัมพันธ์ลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน หมายความว่าในผู้ชายที่มีอายุเพิ่มมากขึ้น จะมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานน้อยลง ทั้งนี้ คนเราเมื่ออายุมากขึ้น ภาระการงานที่ทำก็จะลดน้อยลง ส่วนใหญ่จะมีวิถีชีวิตที่สบายขึ้น มากกว่าในช่วงวัยที่อายุน้อย ทำให้มีโอกาสเกิดความเครียดได้น้อยลง ดังนั้น อายุ จึงมีความสัมพันธ์เชิงลบต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน สอดคล้องกับการศึกษาของ วัฒนศักดิ์ ลอยใหม่⁽¹⁰⁾ ที่พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน แต่แตกต่างจากการศึกษาของน้อมจิตต์ สกุลพันธุ์⁽¹¹⁾ ที่พบว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

6. ในภาพรวม และในกลุ่มเพศหญิง ระดับการศึกษา (ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า) มีความสัมพันธ์เชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน หมายความว่า ผู้ที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานมากกว่าผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่า ทั้งนี้ การที่บุคคลจะบรรลุถึงการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องนั้นจะต้องมาจากการรู้ การที่จะรู้ได้บุคคลต้องอาศัยกระบวนการศึกษาหาความรู้ ซึ่งจะทำให้บุคคลเหล่านั้นเห็นโทษของการเกิดโรคที่จะช่วยในการตัดสินใจปฏิบัติในการป้องกันสิ่งนั้น ๆ ผู้ที่มีการศึกษาสูงก็ย่อมมีโอกาสและ

ศักยภาพในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ได้มากขึ้น มากกว่าผู้ที่มีการศึกษาที่ต่ำกว่า ทำให้บุคคลมีการตัดสินใจที่จะปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคได้ดีขึ้น ดังนั้นผู้มีการศึกษาสูงจึงมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานน้อยกว่าผู้มีการศึกษาที่ต่ำ สอดคล้องกับการศึกษาของของเกดนิ์ ไช่ณิล⁽⁷⁾ ที่พบว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เพ็ญศรี พรวิริยะทรัพย์⁽⁸⁾ พบว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของผู้หญิงโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมาลี จานงผล⁽⁹⁾ พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของผู้หญิงโรคเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งหมายความว่าผู้ที่มีการศึกษาที่สูงจะมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี หรือถูกต้องมากกว่าผู้มีการศึกษาต่ำกว่า ซึ่งก็คือผู้มีการศึกษาสูงจะมีพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องนั้นๆ น้อยกว่าผู้มีการศึกษาต่ำกว่า

7. ในภาพรวม และในกลุ่มเพศชาย ความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูงมีความสัมพันธ์เชิงลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและทั้งในภาพรวม ในกลุ่มเพศชาย และเพศหญิง ความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน หมายความว่า ผู้ที่มีความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง / โรคเบาหวานมาก มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง / โรคเบาหวานน้อย ทั้งนี้ความรู้เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ เกิดความสามารถและแรงจูงใจในการปฏิบัติ ซึ่งจะนำไปสู่การปฏิบัติในที่สุด ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานก็เช่นกัน จะเป็นสิ่งส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมที่เสี่ยงหรือไม่เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง หรือโรคเบาหวาน ผู้มีความรู้ในเรื่องโรคความดันโลหิตสูงหรือโรคเบาหวานมาก ก็จะมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง หรือโรคเบาหวานน้อย ดังเช่นการศึกษาของซิลลิงเจอร์และคณะ (Schillinger et al., 2002 อ้างใน อัญญา เหมะจันทร์)⁽¹⁴⁾ พบว่า ผู้ป่วยที่มีการ

รู้เรื่องสุขภาพต่ำ มักมีการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดี วาสี ศิริเสาวลักษณ์ และคณะ⁽¹⁵⁾ พบว่า คำแนะนำและข้อมูลที่ได้รับจากเภสัชกร มีผลต่อพฤติกรรมการใช้ยาของผู้ป่วยโรคเบาหวาน วนลดา ทองใบ⁽¹⁶⁾ และศุภวรินทร์ หันกิตติกุล⁽¹⁷⁾ พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น ความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง / โรคเบาหวาน จึงมีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง / โรคเบาหวาน

ข้อเสนอแนะ

1. จากผลการค้นหาประชาชนที่สงสัยว่าป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ซึ่งพบผู้ผิดปกติในแต่ละระดับ ดังนั้น ควรให้การดูแล หรือส่งต่อไปในแต่ละกลุ่มที่ผิดปกติต่อไป
2. สำหรับผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน และหรือมีความเชื่อด้านสุขภาพในโรคดังกล่าวในทางที่ไม่ถูกต้อง ก็ให้คำแนะนำดูแลให้มีพฤติกรรม และความเชื่อที่ถูกต้อง
3. สร้างความเชื่อด้านสุขภาพต่อโรคความดันโลหิตสูง ในเรื่องที่ยังมีความเชื่อไม่ถูกต้อง ที่พบค่อนข้างมาก ได้แก่ ความเชื่อต่อโอกาสเสี่ยงในการเป็นโรคความดันโลหิตสูง และความเชื่อต่อความรุนแรงของการเป็นโรคความดันโลหิตสูง
4. จัดกิจกรรม / อบรมให้ความรู้ / ให้สุขศึกษา เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มที่มีความดันโลหิตสูงผิดปกติ หรือกลุ่มที่มีความดันโลหิตค่อนข้างสูง และในกลุ่มที่มีระดับน้ำตาลในเลือดผิดปกติ หรือกลุ่มที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ มาก
5. ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่มีความเสี่ยงมาก โดยเน้นการดำเนินการลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงในผู้ที่มีอายุมาก เป็นเป้าหมายหลัก ส่วนการดำเนินการลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ก็ให้ดำเนินการไปเหมือน ๆ กันทั้งใน 2 กลุ่มอายุดังกล่าว

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณนายแพทย์ณัฐพร วงศ์สุทธิการ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร ที่ได้ให้การสนับสนุนในการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบพระคุณ นายแพทย์สวัสดิ์ อภิวัจนีวงศ์ นายแพทย์ 9 ด้านเวชกรรมป้องกัน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร และ ผศ.ดร.ปาจารย์ ผลประเสริฐ ที่ได้ให้คำปรึกษา ชี้แนะแนวทาง ตลอดจนตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

เอกสารอ้างอิง

- สำนักกระบวนวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการเฝ้าระวังโรค. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและวัสดุภัณฑ์. 2549.
- อรรถนิธิ สิงหวิทย์. นวัตกรรมใหม่ในการรักษาแผลในผู้ป่วยเบาหวาน. เข้าถึงได้จาก http://www.phyathai.com/phyathai/service_center_heart_p2_stemcell01.php. (วันที่ค้นข้อมูล 1 กรกฎาคม 2551). 2551.
- ฉายศรี สุพรรณศิลป์ชัย. โรคความดันโลหิตสูง. เข้าถึงได้จาก <http://dpc10.ddc.moph.go.th/> (วันที่ค้นข้อมูล : 1 กรกฎาคม 2551). 2548.
- สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. จำนวนและอัตราป่วย/ตายด้วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน. เข้าถึงได้จาก <http://ncd.ddc.moph.go.th/> (วันที่ค้นข้อมูล 1 กรกฎาคม 2551). 2550.
- Yamane. Statistics: An Introductory Analysis. 3rd ed. Tokyo: Herper International Edition. 1967.
- นิภา พัฒนเพชร. ความเชื่อและพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานของประชาชนในพื้นที่รับผิดชอบสถานีอนามัยตำบลไทรโสภาคอำเภอพระแสง จังหวัดสุราษฎร์ธานี. รายงานการวิจัย. 2546.
- เกศินี ไช่ณิล. ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้หญิงตั้งครรภ์เบาหวาน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. 2536.
- เพ็ญศรี พรวิริยะทรัพย์. พฤติกรรมสุขภาพของผู้หญิงโรคเบาหวานในภาคตะวันตก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. 2540.
- มาลี จานงผล. พฤติกรรมสุขภาพของผู้หญิงโรคเบาหวานในภาคตะวันออก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. 2540.
- วัฒนศักดิ์ ลอยไหม. ความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรงพยาบาลไชยา. รายงานวิจัย. 2546.
- น้อมจิตต์ สกุลพันธุ์. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. 2535.
- Rosenstock, Irwin M. The Health Belief Model and Preventive Health Behavior. Health Education Monographs. 2 (4). 1974.
- Becker et al., The Health Belief Model and Sick Role Behavior. Health Education Monographs. 1974.
- อัสภา เหมะจันทร์. ความต้องการสารสนเทศเกี่ยวกับยาของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. 2546.
- วาลี ศิริเสาวลักษณ์ และคณะ. การศึกษาพฤติกรรมการใช้ยาของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ที่โรงพยาบาลนครพิงค์. รายงานวิจัย. 2537.
- วนลดา ทองใบ. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพคนงานสตรีในโรงงานอุตสาหกรรมสิ่งทอจังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. 2540.
- ศุภวรินทร์ หันกิตติกุล. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. 2539.