



วารสารการแพทย์และสาธารณสุขเขต 4

Office of Disease Prevention and Control, Region 4 Saraburi

<https://he01.tci-thaijo.org/index.php/JMPH4/index>

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี

Factors Affecting Health Behavior of Type 2 Diabetic Patients with Uncontrollable Glycemic Control in Lopburi Province

ดิศพล แจ่มจันทร์*, ทัศพร ชุศักดิ์, พรรณี บัญชรหัตถกิจ, วัชรารมณ์ วงศ์สกุลกาญจน์

Dissapol Chamchan*, Thassaporn Chusak, Pannee Banchonhattakit, Watcharaporn Wongsagoonkan

คณะสาธารณสุขศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี

Faculty of Public Health, Valaya Alongkorn Rajabhat University under royal patronage Pathum Thani Province

*Corresponding Author: dissapolc@gmail.com

Received: June 6, 2024 Revised: September 20, 2024 Accepted: October 4, 2024

บทคัดย่อ

โรคเบาหวานเป็นปัญหาสุขภาพที่เป็นอันตรายระดับโลก ซึ่งเกิดจากการขาดความรู้ ความตระหนักและการที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง จึงศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี เพื่อนำผลการศึกษามาใช้เป็นแนวทางในการวางแผนและออกแบบกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ วิธีการศึกษาเป็นการวิจัยเชิงสำรวจแบบภาคตัดขวาง โดยใช้แบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี จำนวน 272 คน ใช้สถิติเชิงพรรณนาและสถิติอนุมาน ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ทักษะความรู้ ความเข้าใจทางสุขภาพและทักษะการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ ไม่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการตัดสินใจ มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value} < 0.05$ โดยตัวแปรทั้งหมดมีผลต่อการเกิดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี ได้ร้อยละ 70.5 ($R^2 = 0.705$) ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการจัดการรณรงค์สร้างกระแสให้เข้าถึงข้อมูลสุขภาพ เกิดความตระหนักต่อการสร้างความรอบรู้ทางสุขภาพ จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่มีความสอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิตของผู้ป่วยสามารถตัดสินใจที่จะกำหนดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของตนเอง และมีระบบการติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง จัดรณรงค์ให้ประชาชนตระหนักถึงการดูแลสุขภาพและให้ความรู้ด้านสุขภาพ

คำสำคัญ: ความรอบรู้ด้านสุขภาพ, พฤติกรรมสุขภาพ, ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้

Abstract

Diabetes is a global health threat, arising from a lack of knowledge, awareness, and unhealthy behaviors. Researchers are interested in studying the factors affecting the health behaviors of patients with Type 2 diabetes who have uncontrolled blood sugar levels in Lopburi Province, aiming to use the findings to design and plan health promotion activities. The study employed a cross-sectional survey method with questionnaires. The sample consisted of 272 patients with Type 2 diabetes who had uncontrolled blood sugar levels in Lopburi Province. Descriptive and inferential statistics were used for analysis. The results revealed that personal factors, health knowledge and understanding skills, and health communication skills did not significantly impact health behaviors. However, skills in accessing health information, self-management, media literacy, and decision-making did have a significant impact on health behaviors (p -value < 0.05). All these variables accounted for 70.5% ($R^2 = 0.705$) of the variation in health behaviors among patients with Type 2 diabetes with uncontrolled blood sugar levels in Lopburi Province. Therefore, relevant agencies should conduct campaigns to improve access to health information, raise awareness about health literacy, and organize health promotion activities that align with the lifestyle of patients. They should also implement systems for ongoing evaluation and monitoring, and promote public awareness and health literacy

Keywords: Health Literacy, Health Behavior, Patients with uncontrolled type 2 diabetes mellitus

บทนำ

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อที่มีโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อนและเสียชีวิตที่สำคัญ โดยข้อมูลจากระบบสารสนเทศระบบฐานข้อมูลสุขภาพ⁽¹⁾ พบว่าข้อมูลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ปีงบประมาณ 2565 ของประเทศไทยนั้น มีจำนวนผู้ป่วยจำนวน 3,326,855 คน เป็น ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จำนวน 2,321,623 คน คิดเป็นร้อยละ 69.78 ในระดับเขตสุขภาพที่ 4 จากระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข⁽²⁾ พบว่าปี 2565 มีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จำนวน ร้อยละ 70.49 และระบบฐานข้อมูลสุขภาพสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลพบุรี ณ วันที่ 30 มิ.ย. 2566⁽³⁾ พบว่า มีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ ตั้งแต่ปีงบประมาณ 2563 - 2565 จำนวน ร้อยละ 72.79, 73.78, 71.27 ตามลำดับ โดยผู้ป่วยโรคเบาหวานที่คุมระดับน้ำตาลไม่ได้ หมายถึง ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลในเลือดปลายนิ้วหลังอดอาหาร สูงกว่า 130 มิลลิกรัม/เดซิลิตร⁽⁴⁾ โดยโรคเบาหวานเป็นหนึ่งในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเป็นปัญหาสุขภาพทั้งในมิติของจำนวนการเสียชีวิตและการะโรคโดยรวม เช่น ค่าใช้จ่ายในการรักษา

การเสียเวลางานและการดูแลของญาติเมื่อเข้ารับรักษาในสถานพยาบาล

แนวทางในการรักษาโรคเบาหวานนั้นควรเกิดจากการพัฒนาเกี่ยวกับความรู้ด้านสุขภาพให้กับผู้ป่วยเบาหวาน⁽⁵⁾ โดยกรมสนับสนุนบริการสุขภาพกระทรวงสาธารณสุขร่วมกับสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตามหลัก 3อ.2ส. ทำการศึกษาด้วย 3 แบบสอบถาม ที่พัฒนาขึ้นในปี พ.ศ. 2556 จากแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพของ Nutbeam⁽⁶⁾ ประกอบด้วย 3 ระดับ คือ ระดับพื้นฐาน ระดับปฏิสัมพันธ์ และระดับวิจารณ์ ซึ่งมีทั้งหมด 6 องค์ประกอบได้แก่ 1) ความรู้และความเข้าใจทาง สุขภาพ 2) การเข้าถึงข้อมูลและบริการ 3) การสื่อสารเพิ่มความเชี่ยวชาญ 4) การจัดเงื่อนไขทางสุขภาพตนเอง 5) การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ และ 6) การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง ผลการสำรวจพบว่า คนไทยวัยผู้ใหญ่ส่วนมากมีความรอบรู้ด้านสุขภาพอยู่ในระดับไม่ดี รองลงมา อยู่ในระดับพอใช้ และดีมาก คิดเป็นร้อยละ 59.4, 39.0 และ 1.6 ตามลำดับ และได้ทำการสำรวจ ความรอบรู้ด้านสุขภาพของคนไทยอีกครั้งในปี พ.ศ. 2559 จำนวน 15,278 คน โดยใช้แบบสอบถามชุดเดิม

พบว่าระดับความรู้ด้านสุขภาพสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย เท่านั้นส่วนใหญ่มังมีความรู้สุขภาพอยู่ในระดับไม่ดี รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ และระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 49.0, 5.50 และ 5.5 ตามลำดับ จะเห็นได้ว่าระดับความรู้ทางด้านสุขภาพของคนไทยวัยผู้ใหญ่ส่วนใหญ่มังอยู่ในระดับไม่ดี⁽⁷⁾ ทำให้เข้าใจว่าสาเหตุหลักในการควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ คือ ปัจจัยในการดูแลสุขภาพในด้านต่าง ๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งปัจจัยเหล่านั้นเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง⁽⁸⁾ โดยมีการวิจัยที่ได้ศึกษา⁽⁹⁾ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในการดูแลตนเองให้เหมาะสมกับโรคเบาหวานในระดับสูง (ร้อยละ 72.27) สามารถร่วมพยากรณ์ พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ดังนั้นการพยากรณ์ปัจจัยเสี่ยงนั้น แพทย์ พยาบาล และบุคลากรที่เกี่ยวข้องควรคำนึงถึงปัจจัยด้านการรับรู้เป็นสำคัญ ควรเน้นย้ำให้ผู้รับบริการตระหนักถึงประโยชน์ และโทษของปัจจัยที่ทำให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง เกิดปัญหาการควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี เพื่อนำผลการศึกษามาประยุกต์ใช้

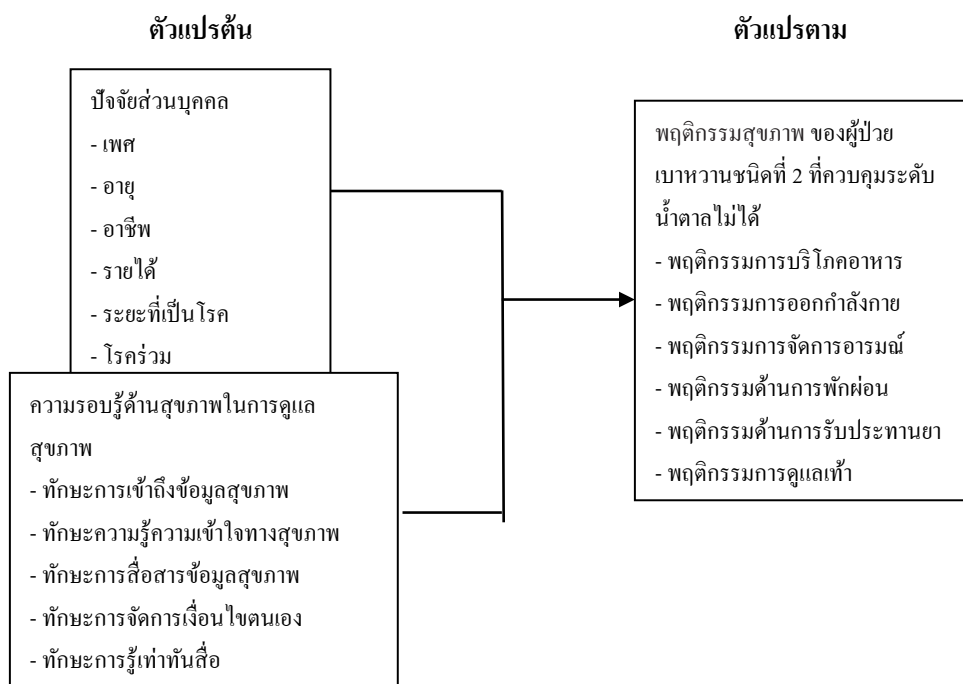
เป็นแนวทางในการวางแผนและออกแบบกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 มีการปฏิบัติตามกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องอย่างสม่ำเสมอ สามารถทำให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี

กรอบแนวคิดการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ศึกษาเชิงวิเคราะห์แบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Analytical Study) โดยผู้วิจัยดำเนินการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารงานวิจัยและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง โดยเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาโดยศึกษาตัวแปร ได้แก่ 1) ปัจจัยส่วนบุคคล 2) ความรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ ในทักษะต่าง ๆ คือ ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ทักษะความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพ ทักษะการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการตัดสินใจ ที่ส่งผลต่อ พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้



รูปที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วัสดุและวิธีการศึกษา

ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี โดยเป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ศึกษาเชิงวิเคราะห์ แบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Analytical Study) ดำเนินการตั้งแต่ 22 มีนาคม พ.ศ. 2567 ถึง 30 เมษายน พ.ศ. 2567 โดยเก็บข้อมูลครั้งเดียว โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1) ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ ทั้งเพศชายและเพศหญิง จังหวัดลพบุรี จำนวน 31,227 คน⁽³⁾ ที่มีการรายงานจากระบบฐานข้อมูล Data Center สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลพบุรี ณ วันที่ 30 มิ.ย. 2566

2) กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ ทั้งเพศชายและเพศหญิง จังหวัดลพบุรี จำนวน 31,227 คน ที่มีการรายงานจากระบบฐานข้อมูล Data Center สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลพบุรี ณ วันที่ 30 มิ.ย. 2566 กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยหลักการคำนวณของ Cohen⁽¹⁰⁾ ด้วยงานวิจัยที่ผ่านมาเรื่องอิทธิพลของปัจจัยส่วนบุคคลของสามี ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านภรรยาต่อศักยภาพของสามีในการสร้างเสริมสุขภาพภรรยาห้วงตั้งครรภ์ ใช้โปรแกรม G*Power 3.1.9.4 โดยเลือก Linear multiple regression :Fixed model, single regression coefficient และกำหนด effect size = 0.098, error prob. = 0.01 และ power (1-B error prob.) = 0.99 กำหนดค่า effect size ค่า error prob และ power (1-B error prob.) จากงานวิจัยดังกล่าว⁽¹¹⁾ ได้จำนวน 247 คน เพื่อป้องกันการสูญหายหรือการออกจากการวิจัยของกลุ่มตัวอย่าง จึงได้เพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 10⁽¹²⁾ ดังนั้น ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 272 คน

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

จังหวัดลพบุรี มีทั้งหมด 11 อำเภอ แบ่งกลุ่มอำเภอตามการบริหารงานของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลพบุรี ประจำปีงบประมาณ 2566 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 จำนวน 4 อำเภอ ประกอบด้วย อำเภอเมือง อำเภอพัฒนานิคม อำเภอชัยบาดาล และอำเภอบ้านหมี่

กลุ่มที่ 2 จำนวน 4 อำเภอ ประกอบด้วย อำเภอโคกสำโรง อำเภอท่าเรือ อำเภอท่าหลวง และอำเภอสระโบสถ์

กลุ่มที่ 3 จำนวน 3 อำเภอ ประกอบด้วย อำเภอโคกเจริญ อำเภอหนองม่วง และอำเภอลำสนธิ

โดยผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เลือกกลุ่มละอำเภอ เป็นตัวแทนของแต่ละกลุ่ม โดยทำการสุ่มอย่างง่าย ด้วยวิธีการจับสลาก อำเภอ ได้ดังนี้กลุ่มที่ 1 อำเภอพัฒนานิคม กลุ่มที่ 2 อำเภอโคกสำโรง และกลุ่มที่ 3 อำเภอหนองม่วง มีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมไม่ได้ 8,255 คน

ขั้นตอนที่ 2 สุ่มเลือก 1 ตำบล ในแต่ละอำเภอที่เป็นตัวแทนของกลุ่ม โดยทำการสุ่มอย่างง่าย ด้วยวิธีการจับสลาก ได้ดังนี้ กลุ่มที่ 1 ตำบลหนองบัว มีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมไม่ได้ จำนวน 330 คน กลุ่มที่ 2 ตำบลห้วยโป่ง มีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมไม่ได้ จำนวน 462 คน กลุ่มที่ 3 ตำบลชนสมบุญ มีผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมไม่ได้ จำนวน 137 คน รวมเป็น 929 คน และกำหนดสัดส่วนที่ 1 ต่อ 3.4 ในการสุ่มของแต่ละตำบล โดยได้ตำบลหนองบัว 97 คน ตำบลห้วยโป่ง 134 คน และตำบลชนสมบุญ 41 คน รวมเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 272 คน

ขั้นตอนที่ 3 ทำการสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ จากรายชื่อผู้ป่วยเบาหวานในฐานข้อมูลของแต่ละโรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบล ที่มีระดับน้ำตาลในเลือดเกิน 130 มิลลิกรัม/เดซิลิตร ณ วันที่เข้าตรวจในคลินิกเบาหวานครั้งล่าสุดโดยนำรายชื่อมาเรียงเป็นระบบและแบ่งออกเป็นช่วง ๆ ที่เท่ากัน แล้วสุ่มต่อ ๆ ไปจนครบตามจำนวนที่ต้องการศึกษา

เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าศึกษา (Inclusion criteria)

บุคคลที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ ว่าเป็นโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 อย่างน้อย 1 ปีทั้งเพศชายและเพศหญิงอาศัยอยู่ในชุมชน พื้นที่จังหวัดลพบุรี ยินยอม

เข้าร่วมโครงการวิจัย ไม่มีปัญหาในเรื่องของการสื่อสาร
อ่านออกเขียนได้

เกณฑ์การคัดเลือกว่าอย่างออกจากการวิจัย (Exclusion criteria)

มีภาวะแทรกซ้อนรุนแรงจากโรคเบาหวาน เช่น
ตาบอด ไตวาย หัวใจและหลอดเลือด มีปัญหาสุขภาพใน
ระหว่างการให้ข้อมูล ไม่สามารถให้ข้อมูลครบตามแนว
ทางการตอบแบบสอบถามที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม
(Questionnaire) โดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ที่ผู้วิจัยได้
สร้างขึ้นจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี แนวคิดความรู้
ด้านสุขภาพของ Nutbeam และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่ง
ออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ
สถานสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน
ระยะเวลาการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน มีลักษณะ
แบบสอบถามเป็นคำถามปลายปิด รวม 7 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้ด้านสุขภาพ
ในการดูแลสุขภาพ ประกอบด้วยทักษะการเข้าถึงข้อมูล
สุขภาพ ทักษะความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพ ทักษะการ
สื่อสารข้อมูลสุขภาพ ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง
ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ และทักษะการตัดสินใจโดย
ผู้วิจัยพัฒนาและศึกษาจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งการ
ให้คะแนนแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับของลิเคิร์ต
(Likert's Scale) และแปลผลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับโดยใช้
เกณฑ์ของ Bloom⁽¹³⁾ คือ คะแนนน้อยกว่า ร้อยละ 60
หมายถึง ระดับน้อย คะแนนระหว่างร้อยละ 60 -79 หมายถึง
ระดับปานกลาง และคะแนนมากกว่า ร้อยละ 80 ขึ้นไป
หมายถึง ระดับมาก ยกเว้นทักษะความรู้ความเข้าใจทาง
สุขภาพและทักษะการตัดสินใจเป็นแบบปรนัย 4 ตัวเลือก
คือ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดได้ 0 คะแนน รวม 30 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมในการดูแล
สุขภาพ ประกอบด้วย พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการจัดการอารมณ์
พฤติกรรมการพักผ่อน พฤติกรรมการรับประทาน
ยา พฤติกรรมการดูแลเท้า โดยผู้วิจัยพัฒนาและศึกษาจาก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งการให้คะแนนแบบมาตราส่วน
ประมาณค่า 5 ระดับของลิเคิร์ต (Likert's Scale) และแปล
ผลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับโดยใช้เกณฑ์ของ Bloom⁽¹³⁾ คือ
คะแนนน้อยกว่า 60 หมายถึง ระดับน้อย คะแนนระหว่าง
ร้อยละ 60 -79 หมายถึง ระดับปานกลาง และคะแนน
มากกว่า ร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง ระดับมาก รวม 28 ข้อ

เกณฑ์ที่ใช้ในการแปลผล

แบ่งการให้คะแนนแบบมาตราส่วนประมาณค่า
5 ระดับของลิเคิร์ต (Likert's Scale) และแปลผลค่าคะแนน
เป็น 3 ระดับโดยใช้เกณฑ์ของ Bloom⁽¹³⁾

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

โดยการนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ
ที่มีความรู้และประสบการณ์ จำนวน 5 ท่าน พิจารณา
ตรวจสอบความถูกต้อง จากนั้นหาค่าดัชนีความสอดคล้อง
ระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of
item-objective congruence: IOC) ซึ่งค่าดัชนีความสอดคล้อง
ของเนื้อหาที่มีคุณภาพได้ค่าอยู่ระหว่าง 0.60-1.00 หลังจาก
นั้นนำไปทดลองใช้ (Try-out) กับบุคคลที่มีคุณสมบัติ
ใกล้เคียงที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และ
นำแบบทดสอบทักษะความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพหาค่า
KR-20 ได้เท่ากับ 0.71 แบบทดสอบทักษะการตัดสินใจมีค่า
KR-20 เท่ากับ 0.70 และหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ
ครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของแบบสอบถาม
ความรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพและพฤติกรรม
ในการดูแลสุขภาพ เท่ากับ 0.85 และ 0.72 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์การคัดเลือก
ที่กำหนดโดยสุ่มรายชื่อจากทะเบียนผู้ป่วยเบาหวานของ
สถานบริการ

2. ดำเนินการสัมภาษณ์ โดยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง
ที่บ้าน สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างและบันทึกแบบสอบถาม
โดยผู้วิจัย พร้อมสังเกตอวัจนภาษาของผู้ป่วยร่วมด้วย

3. สอบทานข้อมูลกับผู้ป่วยอีกครั้งเมื่อสัมภาษณ์
เสร็จสิ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ การแจกแจงค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติอนุมาน (Inferential Statistics) หาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี ด้วยสถิติการถดถอยพหุคูณ (Multiple regression Analysis) ที่ช่วงความเชื่อมั่น 95%CI และ p-value <0.05

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

คำนึงถึงจริยธรรมจรรยาบรรณ เคารพในสิทธิของกลุ่มตัวอย่างและขอความร่วมมือกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความสมัครใจ ปราศจากการข่มขู่ บังคับ หรือให้รางวัลและมีสิทธิถอนตัวออกจากการวิจัยได้ โดยผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย เขตสุขภาพที่ 4 รหัสโครงการวิจัย 006/67E ลงวันที่ 15 มีนาคม 2567

ผลการศึกษา

1. ปัจจัยส่วนบุคคล กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 78.7 อายุเฉลี่ยเท่ากับ 65.34 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 9.560 สถานสมรสร้อยละ 66.9 สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 74.6 ส่วนร้อยละ 32 ไม่ได้ทำงาน มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนน้อยกว่า 5,000 บาทร้อยละ 61 และระยะเวลาการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่มากกว่า 10 ปี ร้อยละ 48.9

2. ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ

2.1 ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ โดยภาพรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.14$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ เมื่อต้องการรู้เรื่องข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ ท่านสามารถเลือกแหล่งข้อมูลสุขภาพได้โดยง่าย เช่น ถามผู้รู้ ดูจากสื่อ อ่านหนังสือ ค้นอินเทอร์เน็ตได้บ่อยครั้งแค่ไหน ($\bar{X} = 3.21$)

2.2 ทักษะความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 0.63$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ อาหารชนิดใดที่เสี่ยงต่อการทำให้เกิดโรคเบาหวาน มากที่สุด ($\bar{X} = 0.79$)

2.3 ทักษะการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = 3.68$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การสื่อสารของท่านและเจ้าหน้าที่สุขภาพเป็นไปได้อย่างราบรื่น ($\bar{X} = 4.08$)

2.4 ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง โดยภาพรวมในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.44$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือท่านติดตามระดับน้ำตาล ในเลือดอย่างสม่ำเสมอ ($\bar{X} = 4.13$)

2.5 ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ โดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.54$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านใช้เหตุผลวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย เพื่อเลือกรับข้อมูลด้านสุขภาพจากสื่อที่ปลอดภัยก่อนที่จะปฏิบัติตามบ่อยครั้งแค่ไหน ($\bar{X} = 2.69$)

2.6 ทักษะการตัดสินใจ โดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 0.48$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ หากท่านเหน็ดเหนื่อยจากการทำงานเพื่อการผ่อนคลาย ท่านควรทำอย่างไร ($\bar{X} = 0.73$) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ (n = 272)

ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ด้านทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ	3.14	1.0794	ปานกลาง
1. เมื่อต้องการรู้เรื่องข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ ท่านสามารถค้นหาข้อมูลสุขภาพได้บ่อยครั้งแค่ไหน	3.14	1.0721	ปานกลาง

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ (n = 272) (ต่อ)

ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ	$\bar{x}$	SD	ระดับ
2. เมื่อต้องการรู้เรื่องข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ ท่านสามารถเลือกแหล่งข้อมูลสุขภาพได้โดยง่าย เช่น ถามผู้รู้ ดูจากสื่อ อ่านหนังสือ ค้นอินเทอร์เน็ตได้บ่อยครั้งแค่ไหน	3.21	0.9674	ปานกลาง
3. ท่านมีการตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพว่ามีความถูกต้องได้บ่อยครั้งแค่ไหน	3.18	1.0801	ปานกลาง
4. ท่านสามารถสืบค้น หาแหล่งบริการสุขภาพได้ตรงกับสภาพปัญหา	3.04	1.1833	ปานกลาง
ด้านทักษะความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพ	0.63	0.6700	ปานกลาง
1. อาหารชนิดใดที่เสี่ยงต่อการทำให้เกิดโรคเบาหวาน มากที่สุด	0.79	0.4051	ปานกลาง
2. อาการใดไม่ใช่อาการของโรคเบาหวาน	0.73	0.4400	ปานกลาง
3. การออกกำลังกายอย่างไร ถึงจะลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานได้	0.33	0.4714	น้อย
4. บุคคลในข้อใด ที่มีการจัดการกับอารมณ์ตนเองได้ดี	0.61	0.4877	ปานกลาง
5. ผู้เป็นเบาหวานจะน้ำตาลในเลือดหลังอาหารได้เท่าไร ถึงแสดงว่าควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้	0.72	0.4495	ปานกลาง
ด้านทักษะการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ	3.68	0.9788	ปานกลาง
1. ท่านตั้งใจฟังข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคเบาหวานและการรักษาจากเจ้าหน้าที่สุขภาพ	3.92	0.9062	ปานกลาง
2. ท่านกลั่นกรองข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคเบาหวานและการรักษาจากเจ้าหน้าที่สุขภาพ	3.81	0.9659	ปานกลาง
3. การสื่อสารของท่านและเจ้าหน้าที่สุขภาพเป็นไปได้อย่างราบรื่น	4.08	0.8613	มาก
4. ท่านสามารถเล่าเรื่อง พูดคุย อ่านหรือเขียนข้อมูลการดูแลสุขภาพโรคเบาหวานให้ผู้อื่นได้รู้บ่อยครั้งแค่ไหน	2.92	1.1484	ปานกลาง
ด้านทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง	3.44	1.1824	ปานกลาง
1. ท่านติดตามค่าระดับน้ำตาลในเลือดอย่างสม่ำเสมอ	4.13	0.9566	มาก
2. ท่านกำหนดอาหารแต่ละมื้อตามคำสั่งของเจ้าหน้าที่สุขภาพ	3.52	1.0482	ปานกลาง
3. ท่านออกกำลังกายโดยการเดินช้า ๆ และแกว่งแขน เพื่อให้อัตราการเต้นของหัวใจอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม	3.27	1.1081	ปานกลาง
4. ท่านผ่อนคลายความเครียดโดยการหากิจกรรมทำเช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำกิจกรรมผ่อนคลายความเครียดอื่น ๆ	3.72	0.9763	ปานกลาง
5. ท่านหลีกเลี่ยงรับประทานผลไม้ที่มีรสหวานจัด เช่น ทุเรียน ลำไย	2.56	1.2011	น้อย

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ (n = 272) (ต่อ)

ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ด้านทักษะการรู้เท่าทันสื่อ	2.54	1.4561	น้อย
1. เมื่อท่านเห็นโฆษณาสินค้าเกี่ยวกับสุขภาพทางโทรทัศน์และเกิดความสนใจ ท่านจะต้องหาข้อมูลจากหลายแหล่งเพื่อตรวจสอบความถูกต้องก่อนตัดสินใจซื้อบ่อยครั้งแค่ไหน	2.43	1.5036	น้อย
2. ท่านใช้เหตุผลวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียเพื่อเลือกรับข้อมูลด้านสุขภาพจากสื่อ นั้น ก่อนที่จะปฏิบัติตาม บ่อยครั้งแค่ไหน	2.69	1.4554	น้อย
3. เมื่อท่านเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ ท่านมีการวิเคราะห์ ประเมิน เนื้อหาโดย ไม่เชื่อในทันทีบ่อยครั้งแค่ไหน	2.50	1.3745	น้อย
4. เมื่อท่านได้แลกเปลี่ยนพูดคุย วิพากษ์ วิเคราะห์เกี่ยวกับแนวทางดูแลสุขภาพ โรคเบาหวานกับผู้อื่น โดยที่ท่านมีการวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลที่ได้รับก่อนตัดสินใจเชื่อและปฏิบัติตาม บ่อยครั้งแค่ไหน	2.55	1.4234	น้อย
ด้านทักษะการตัดสินใจ	0.48	0.5001	น้อย
1. เมื่อท่านไปงานเลี้ยงสังสรรค์ที่บ้านของเพื่อนบ้าน แล้วได้รับการเชิญให้กินอาหารที่ไม่ค่อยดีต่อการดูแลสุขภาพโรคเบาหวาน เช่น หวาน หรือ มัน จนเกินไป ท่านจะตัดสินใจทำอะไร	0.35	0.4799	น้อย
2. หากท่านและเพื่อนของท่าน ออกกำลังกายด้วยกันเป็นประจำแต่ปรากฏว่ามีอยู่ วันหนึ่งที่เพื่อนบอกว่าไม่อยากจะออกกำลังกายอีกแล้ว ท่านจะปฏิบัติเช่นไร	0.38	0.4877	น้อย
3. หากท่านมีความเครียดจากสถานการณ์ที่รุนแรงตัวท่าน ท่านจะเลือกปฏิบัติตน ในข้อใด	0.64	0.4788	ปานกลาง
4. หากท่านเหนื่อยเนื่องจากการทำงาน เพื่อการผ่อนคลาย ท่านควรทำอะไร	0.73	0.4400	ปานกลาง
5. หากท่านลืมนรับประทานยาเบาหวานตามกำหนดเวลา ท่านจะทำเช่นไร	0.34	0.4764	น้อย

3. พฤติกรรมในการดูแลสุขภาพ

3.1 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 3.87) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านรับประทานอาหารเช้าบ่อยแค่ไหน ($\bar{X}$ = 4.43)

3.2 พฤติกรรมในการออกกำลังกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X}$ = 2.71) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือท่านออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ภูบ้านจนเหงื่อออกทำสวน เดินบ่อยแค่ไหน ($\bar{X}$ = 3.66)

3.3 พฤติกรรมการจัดการอารมณ์ โดยภาพรวมอยู่

ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 3.32) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ เมื่อท่านมีอาการเครียด ท่านใช้วิธีทานยาแก้เครียด บ่อยแค่ไหน ($\bar{X}$ = 4.51)

3.4 พฤติกรรมด้านการพักผ่อน โดยภาพรวมอยู่

ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 3.76) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านทำงานหนักจนแทบไม่มีเวลาพักผ่อนบ่อยแค่ไหน ($\bar{X}$ = 4.18)

3.5 พฤติกรรมด้านการรับประทานยา โดยภาพรวม

อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 3.19) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า

ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านรับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่ง บ่อยแค่ไหน ($\bar{X}=4.12$)

3.6 พฤติกรรมการดูแลเท้า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.21$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านจะใส่รองเท้าทุกครั้งที่ออกจากบ้าน บ่อยแค่ไหน ($\bar{X}=4.93$) ดังแสดงในตารางที่ 2

4 ปัจจัยที่ส่งผลและสามารถคาดการณ์พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้จังหวัดลพบุรี ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้

จังหวัดลพบุรี ได้แก่ ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ($\beta=0.329$, $p\text{-value} < 0.001$) ทักษะการจัดการเงินใจตนเอง ($\beta=0.310$, $p\text{-value} < 0.001$) ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ($\beta=0.182$, $p\text{-value} < 0.001$) และทักษะการตัดสินใจ ($\beta=0.131$, $p\text{-value}=0.010$) เนื่องจากมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value} < 0.05$ โดยตัวแปรทั้งหมดมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี ได้ร้อยละ 70.5 ($R^2 = 0.705$) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพ (n = 272)

พฤติกรรมในการดูแลสุขภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร	3.87	1.0475	ปานกลาง
1. ท่านกินผักและผลไม้สด สะอาดเสมอวันละอย่างน้อยครึ่งกิโลกรัม บ่อยแค่ไหน	3.21	1.0699	ปานกลาง
2. ท่านรับประทานอาหารว่าง ขนม ของจุบจิบ ระหว่างมื้อบ่อยแค่ไหน*	3.57	1.0771	ปานกลาง
3. ท่านรับประทานอาหารเช้า บ่อยแค่ไหน	4.43	0.8350	มาก
4. ท่านดื่มน้ำอัดลม น้ำหวาน น้ำผลไม้ บ่อยแค่ไหน*	4.01	0.9310	มาก
5. ท่านรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ทุเรียน มะม่วง บ่อยแค่ไหน*	4.13	0.8400	มาก
ด้านพฤติกรรมการออกกำลังกาย	2.71	1.5371	น้อย
1. ท่านออกกำลังกาย หรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อย มีเหงื่อออกบ่อยแค่ไหน	3.34	1.2476	น้อย
2. ท่านออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ถูบ้านจนเหงื่อออก ทำสวน เดิน บ่อยแค่ไหน	3.66	1.1657	ปานกลาง
3. ท่านออกกำลังกายโดยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ บ่อยแค่ไหน	2.53	1.5649	น้อย
4. ท่านออกกำลังกายแต่ละครั้งเป็นเวลาอย่างน้อย 30 นาที บ่อยแค่ไหน	1.91	1.2740	น้อย
5. ท่านใส่รองเท้า ที่เหมาะสมในการออกกำลังกายและสวมถุงเท้าด้วย บ่อยแค่ไหน	2.15	1.5982	น้อย
ด้านพฤติกรรมการจัดการอารมณ์	3.32	1.2140	ปานกลาง
1. ท่านมีการจัดการความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ บ่อยแค่ไหน	3.16	1.1897	ปานกลาง
2. ท่านมีความเครียด เช่น นอนไม่หลับ มีความวิตกกังวล บ่อยแค่ไหน*	3.59	1.0439	ปานกลาง
3. ท่านมีวิธีการทำจิตใจให้สบาย เช่น สวดมนต์ไหว้พระ อ่านหนังสือ บ่อยแค่ไหน	3.21	1.3469	ปานกลาง
4. เมื่อรู้สึกไม่สบาย ท่านชอบปรึกษากับบุคคลใกล้ชิด ออกไปเดินเล่นนอกบ้าน ไปพูดคุยกับเพื่อนบ้าน บ่อยแค่ไหน	2.52	1.2682	น้อย
5. เมื่อท่านมีอาการเครียด ท่านใช้วิธีทานยาแก้เครียด บ่อยแค่ไหน*	4.51	0.9370	มาก
ด้านพฤติกรรมด้านการพักผ่อน	3.76	1.0581	ปานกลาง
1. ท่านนอนหลับสนิทติดต่อกันวันละ 6 - 8 ชั่วโมง	3.91	0.8638	ปานกลาง
2. ท่านมีอาการนอนไม่หลับ บ่อยแค่ไหน*	3.59	1.0189	ปานกลาง

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพ (n = 272) (ต่อ)

พฤติกรรมในการดูแลสุขภาพ	$\bar{x}$	SD	ระดับ
3. ท่านทำงานหนักจนแทบไม่มีเวลาพักผ่อนบ่อยแค่ไหน*	4.18	0.8465	มาก
4. ท่านทำกิจกรรมอื่นในการพักผ่อนนอกเหนือจากการนอน เช่น อ่านหนังสือ ดูทีวี บ่อยแค่ไหน	3.36	1.2523	ปานกลาง
ด้านพฤติกรรมด้านการรับประทานยา	3.19	2.0731	ปานกลาง
1. ท่านอ่านฉลากยาให้เข้าใจก่อนรับประทานยาทุกครั้ง บ่อยแค่ไหน	3.76	1.2246	ปานกลาง
2. ท่านรับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งบ่อยแค่ไหน	4.12	0.9991	มาก
3. ท่านรับประทานยาเบาหวานตรงตามเวลาที่แพทย์สั่ง บ่อยแค่ไหน	4.09	0.9748	มาก
4. ท่านรับประทานยาสมุนไพรหรืออาหารเสริมอื่นร่วมกับยาแผนปัจจุบันเพื่อรักษาเบาหวาน บ่อยแค่ไหน	1.48	0.7287	น้อย
5. ท่านตรวจสอบวันหมดอายุของยาก่อนรับประทานยา บ่อยแค่ไหน	2.51	1.7500	น้อย
ด้านพฤติกรรมการดูแลเท้า	4.21	1.1978	มาก
1. ท่านจะใส่รองเท้าทุกครั้งที่ออกจากบ้านบ่อยแค่ไหน	4.93	0.3372	มาก
2. ท่านตรวจเท้าให้ทั่วทุกส่วน เพื่อค้นหาความผิดปกติที่เท้า โดยเฉพาะซอกนิ้วเท้า หลังเท้า ฝ่าเท้า ส้นเท้า บ่อยแค่ไหน	3.75	1.3197	ปานกลาง
3. ท่านทำความสะอาดเท้าด้วยน้ำ โดยใช้สบู่อ่อน ฟอกตามซอกนิ้วเท้าและส่วนต่าง ๆ ของเท้า บ่อยแค่ไหน	3.95	1.2892	ปานกลาง

* ข้อคำถามเชิงลบ

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี

ตัวแปร	B	SE	Beta	95%CI	t	p-value
ค่าคงที่ (Constant)	45.840	5.951		34.120 - 57.559	7.702	<0.001
ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ	0.830	0.140	0.329	0.554 - 1.106	5.918	<0.001
ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง	1.119	0.175	0.310	0.774 - 1.465	6.384	<0.001
ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ	0.641	0.142	0.182	0.362 - 0.921	4.516	<0.001
ทักษะการตัดสินใจ	1.148	0.441	0.131	0.280 - 2.016	2.605	0.010

R = 0.839 R² = 0.705 Adj.R² = 0.690 F = 47.362 p-value < 0.001

โดยสามารถเขียนสมการการทำนายของโอกาสที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี จากตัวแปรต้นทั้งหมดที่เป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ได้ดังนี้

พฤติกรรมสุขภาพ (Y) = 45.840 + 0.830 (ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ) + 1.119 (ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง) + 0.641 (ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ) + 1.148 (ทักษะการตัดสินใจ)

สรุป

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี ได้แก่ ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการตัดสินใจ มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value} < 0.05$ ซึ่งสามารถนำผลการศึกษาไปใช้ในการดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่อไปได้

อภิปรายผลการวิจัย

1. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี พบว่า 4 ปัจจัยหลัก ได้แก่ ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการตัดสินใจ ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของ กรมและ ประกันชัย ไกรรัตน์⁽¹⁴⁾ ได้ศึกษาปัจจัยความรอบรู้ด้านสุขภาพที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนจังหวัดบึงกาฬ โดยปัจจัยความรอบรู้ด้านสุขภาพที่มีอิทธิพลต่อระดับ พฤติกรรมสุขภาพตาม 302ส ของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติครบทั้ง 6 ด้าน เรียงตามค่าน้ำหนักของสัมประสิทธิ์การถดถอย ได้แก่ การจัดการ ตนเอง การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ การตัดสินใจและเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ ความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพ การสื่อสารสุขภาพ ผลทดสอบแสดงให้เห็นว่า ตัวแปรปัจจัยความรอบรู้ด้านสุขภาพทั้ง 6 ด้าน สามารถร่วมกันทำนายระดับ พฤติกรรมสุขภาพตาม 302ส ของกลุ่มตัวอย่าง มีค่าสัมประสิทธิ์การทำนาย ร้อยละ 27.3 ($R^2 = 0.273$) โดยเป็นการสอดคล้องเนื่องจากการใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในการหาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเหมือนกัน ซึ่งพฤติกรรมสุขภาพตาม 302ส นั้นสามารถช่วยในการควบคุมระดับน้ำตาลได้

2. ปัจจัยความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ ด้านทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี ($\beta = 0.182, p\text{-value} = 0.000$) บ่งบอกได้ว่าหากผู้ป่วยมีการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพที่ดีขึ้น จะส่งผลต่อการดูแลพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน สอดคล้องกับการศึกษาของ ชลดา พลศรีดา⁽¹⁵⁾ ได้ศึกษา พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในตำบลเคือศรีคันไชย อำเภอนวนวินาส จังหวัดสกลนคร โดยพบว่าการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคเบาหวาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ($r = 0.288, p < 0.001$) การเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่ดี และสามารถเข้าถึงข้อมูลข่าวสารได้ง่าย ทำให้ผู้ป่วยมีการรับรู้ และรับทราบข้อมูลต่าง ๆ เพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติตน ส่งผลให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี

3. ปัจจัยความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ ทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเอง มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี ($\beta = 0.310, p\text{-value} = 0.000$) สอดคล้องกับการศึกษาของนริศรา แก้วบรรจกร, ประไพจิตร ชุมแวง วาปี, และกฤษกันทร สุวรรณพันธุ์⁽¹⁶⁾ ได้ศึกษาปัจจัยความรอบรู้ทางสุขภาพที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ตำบลโลกสี อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น แสดงให้เห็นว่าปัจจัยความรอบรู้ทางสุขภาพ ด้านการจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพ โดยผู้สูงอายุที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงที่มีระดับความรอบรู้ทางสุขภาพด้านการจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพในระดับดีถึงดีมาก จะมีพฤติกรรมสุขภาพดีกว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ที่มีระดับความรอบรู้ทางสุขภาพด้านการจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพในระดับไม่ดีถึงพอใช้ เป็น 2.01 เท่า (OR adjusted = 2.01 ; 95 % CI: 1.51 to 2.68; $p\text{-value} 0.044$) โดยสอดคล้องกัน เนื่องจากหากผู้ป่วยเบาหวานหรือผู้สูงอายุมีทักษะการจัดการเงื่อนไขตนเองที่ดีแล้ว จะทำให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีด้วยเช่นกัน

4. ปัจจัยความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ
ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี
($\beta = 0.329$, $p\text{-value} = 0.000$) สอดคล้องกับการศึกษาของ
เอกชัย ชัยยาทา⁽¹²⁾ ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความ
รอบรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมมารับประทานยาและ
การมาตรวจตามนัดของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ในจังหวัดลำพูน
โดยแสดงให้เห็นว่าการส่งเสริมสุขภาพ โดยการให้
ความรู้ในเรื่องเกี่ยวกับข้อมูลทางด้านสุขภาพต่าง ๆ
มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมมาตรวจตามนัดอย่าง
มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) โดยกลุ่มตัวอย่างที่มี
ระดับความรู้แจ้งสูงย่อมมีระดับพฤติกรรมมาตรวจ
ตามนัดในระดับสูง โดยสอดคล้องกัน เพราะผู้ป่วยเมื่อมี
โอกาสได้ความรู้ด้านข้อมูลทางด้านสุขภาพจากช่องทาง
ต่าง ๆ มากขึ้น จะมีผลในการดูแลพฤติกรรมสุขภาพได้ดี
ขึ้นด้วย

5. ปัจจัยความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพ
ทักษะการตัดสินใจ มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย
เบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ จังหวัดลพบุรี
($\beta = 0.131$, $p\text{-value} = 0.010$) สอดคล้องกับการศึกษาของ
ประพันธ์ เข้มแก้ว และนิกรณรัตน์ ภักดีวิวัฒน์⁽¹⁷⁾ ได้ศึกษา
ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ
ประชาชน กลุ่มวัยทำงานในเขตจังหวัดพิจิตร โดยผลการ
วิเคราะห์ พบว่าปัจจัยพยากรณ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรม
ส่งเสริมสุขภาพของประชาชนกลุ่มวัยทำงานอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 มี 6 ปัจจัย โดยด้านการตัดสินใจ
($p\text{-value} = 0.00$) ซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจในการปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชาชนโดยสอดคล้องกัน
เพราะการตัดสินใจที่ถูกต้อง จะส่งผลต่อการปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. นำไปเป็นข้อมูลในการวางแผนเฝ้าระวัง ป้องกัน
และดูแลรักษาพร้อมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
ที่ถูกต้องของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับ
น้ำตาลไม่ได้

2. นำไปพัฒนาเป็นรูปแบบหรือโปรแกรมในการ
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ จากนั้นนำมาใช้ในการ
ดำเนินงานแนวทางการดูแลรักษา ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ เพื่อลดอัตราป่วยและเสียชีวิต
จากโรคเบาหวาน ถือเป็นทางเลือกหนึ่งในการดูแลผู้ป่วยได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของ
ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สามารถควบคุมระดับ
น้ำตาลในเลือดได้ และผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ไม่
สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ เพื่อหาความ
แตกต่างของพฤติกรรมสุขภาพ นำไปสู่การพัฒนาแบบ
การพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้ป่วยโรคเบาหวาน
ชนิดที่ 2 ในแต่ละกลุ่ม

2. นำผลการหาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ
มาดำเนินการหาแนวทางปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สามารถควบคุมระดับ
น้ำตาลในเลือดไม่ได้ เนื่องจากมีโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อน
และเสียชีวิตได้มากกว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
ที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

เอกสารอ้างอิง

1. Healthcare Data Warehouse, Ministry of Public Health
(TH). Health Data Center [Internet]. Nonthaburi:
Department of Disease Control of Thailand; 2023
[cited 2023 Oct 12]. Available from: <https://pnb.hdc.moph.go.th/hdc/main/index.php>.

2. Health Data Center Database [Internet]. Nonthaburi: Ministry of Public Health of Thailand; 2024 [cited 2024 Sep 7]. Available from: <https://hdc.moph.go.th/center/public/main>.
3. Data Center Database System [Internet]. Lopburi: Lopburi Provincial Public Health Office; 2023 [cited 2023 Oct 10]. Available from: <https://lbodc.moph.go.th>.
4. Thanalak S, Wannarat R, Pissamai J. The Relationship between Functional Health Literacy and Blood Sugar Level Control in Patients with Type 2 Diabetes in Buddhachinaraj Hospital, Phitsanulok. *Journal of Health Education*. 2018;41(2):157- 67. (in Thai)
5. Boonmun T. Health Literacy Factors Influencing on Health Behaviors 3E 2S of Population in Mueang Sukhothai District, Sukhothai Province. *Science and Technology Northern Journal*. 2023;4(1):137-52. (in Thai)
6. Nutbeam D. The evolving concept of health literacy. *Social Science & Medicine*. 2008;67(12):2072-8.
7. Intarakamhang U. Health literacy: measurement and development. Bangkok: Sukhumvit Printing Company Limited; 2017. (in Thai)
8. Poum A. Factors Affecting Uncontrolled Type 2 Diabetes Mellitus of Patients in Thalang Hospital, Phuket Province. *Science and Technology Northern Journal* 2021;2(2):1-5. (in Thai)
9. Banklang A, Duangpunma U, Rodseeda P. Factors affecting to health behavior among type 2 diabetes patients, in area of Sila health promoting hospital, Muang District, Khon Kaen Province. *Journal of The Office of DPC7 Khonkaen* 2016;23(1):85-95. (in Thai)
10. Chitbud K. Attitude, Subjective Norms, Perceived Behavioral Control, Intentions and Vegetable and Fruit Consumption among the Elderly in Narathiwat Municipal Area. [Master Thesis]. Songkhla: Prince of Songkla University; 2006. (in Thai)
11. Bairamand R. The Influences of Husbands' Personal Factors, Family Factors, and Wives' Factors on Husbands' Capability in Promoting Health in Pregnancy. [Master Thesis]. Songkhla: Prince of Songkla University; 2004. (in Thai)
12. Chaiyata E, Numkham L, Rakkapao N. The Relationship between Health Literacy, Medication Intake, and Doctor's Appointment Behavior among Patients with Diabetes Mellitus and Hypertension in Lamphun Province. *Thai Science and Technology Journal* 2020;28:182-96. (in Thai)
13. Wikström S, Normann R. Knowledge and value: A New Perspective on Corporate Transformation 1994, London and New York: Routledge.
14. Darun B, Krairat P. Health literacy factors influencing on health behavior of population in Bueng Kan Province. *Journal of Department of Health Service Support* 2019;15(3):71-82. (in Thai)
15. Phonsrida C. Health Behaviors Among Diabetes Type 2 Patients in Dueasikhanchai Subdistrict Wanonniwat District, Sakonnakhon Province [Master Thesis]. Bangkok: Mahidol University; 2017. (in Thai)
16. Kaewbanjak N, Suwanaphant K. Health Literacy Factors Associated with Health Behavior Among Elderly with Hypertension Disease in Khoksi Sub-District, Muang district, Khon Kaen Province. *Thai Journal of Public Health and Health Sciences*. 2020;3(3):1-5. (in Thai)
17. Khemkaew P, Phakdeewiwat N. A study of health literacy and health promoting behaviors of the people working age group in Phichit Province. *Phichit Public Health Research and Academic Journal*. 2021;2(2):32-42. (in Thai)