

การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้และสร้างทักษะ
เพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
ด้วยตนเองโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ผ่านช่องทางออนไลน์

Developing a model for providing knowledge and building skills for self-care
of diabetes and hypertension using online media

หทัยชนก เกตุจุนา¹, ขวัญชนก ธีสระ¹, เบญจมาศ นาคราช², จิตรา บุญโพก³

¹กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค, ²สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา,
³สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบุรีรัมย์

Hathaichanok Ketjuna¹, Khwanchanok Theesara¹,

Benjamas Nakkarach², Jidtra Boonpok³

¹Division of Non Communicable Disease Department of Disease Control,

²Office of Disease Prevention and control Region 12 Songkhla,

³Buriram Provincial Public Health Office

Corresponding author: nuttawut.aot@gmail.com

Received 2024 Jul 17, Revised 2024 Aug 23, Accepted 2024 Sep 16

DOI: 10.14456/iudcj.2024.38

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบการให้ความรู้และสร้างทักษะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงรายใหม่ โดยใช้สื่อออนไลน์ กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ ผู้ดูแล บุคลากรทางการแพทย์ และประชาชนที่สนใจ เพื่อให้ผู้ป่วยมีสื่อความรู้ที่สามารถศึกษาด้วยตนเอง มีแหล่งความรู้ที่ถูกต้อง ให้สถานพยาบาลมีเครื่องมือการให้ความรู้ในรูปแบบออนไลน์สอดคล้องกับการจัดบริการยุคใหม่ แบบ New normal ช่วยลดภาระของทีมแพทย์พยาบาลที่ปฏิบัติงานในคลินิกโรคเรื้อรัง ในการให้คำปรึกษา ทำให้ผู้ป่วยเข้าใจและปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง สามารถจัดการตนเองได้ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้ป่วย

จากการทบทวนองค์ความรู้ทางวิชาการ สื่อเนื้อหาที่เกี่ยวข้องจากหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ได้สรุปและรวบรวมเนื้อหาที่มีความสำคัญและเป็นเนื้อหาที่ควรรู้จำนวน 7 เรื่องในการจัดทำสื่อวีดิทัศน์ การบริการในผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงผ่านสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้

และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” ประกอบด้วย (1) เลือktan กันสักนิด พืชโตเบาหวานและความดันโลหิตสูง, (2) ผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง...ออกกำลังกาย อย่งไรให้ปลอดภัย, (3) เคล็ดลับขจัดความเครียด เคล็ดลับความกังวล, (4) รู้เรื่องยารักษาเบาหวาน, (5) เข้าใจยาความดันฯ พร้อมกันใน 5 นาที, (6) รู้ค่า...รู้ความเสี่ยง ประเมินตนเองได้ ห่างไกลโรคแทรกซ้อน และ (7) นาที่ถูกเงิน...รู้ไว้แก้ได้ (เบาหวานและความดันโลหิตสูง) เผยแพร่ผ่านช่องทางออนไลน์ ได้แก่ Website ช่อง YouTube กองโรคไม่ติดต่อ เพจกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรคและสรุปผลการนำไปใช้ ผลความพึงพอใจต่อการใช้อยู่ (VDO Clip) พบว่า ผู้ตอบแบบประเมิน ๙ จำนวน 953 คน ส่วนใหญ่เป็น เพศหญิง ร้อยละ 89.51 ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติหน้าที่ในคลินิก โรคเรื้อรัง ร้อยละ 82.06 และเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง ร้อยละ 11.86 มีความพึงพอใจ ต่อการใช้อยู่ภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 92.24 โดยบุคลากรทางการแพทย์และผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ โรคความดันโลหิตสูง มีความพึงพอใจในภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 91.57 และร้อยละ 95.32 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาโดยรวม ได้แก่ ด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอและด้านการนำไปใช้ พบว่า มีความพึงพอใจในระดับมากมีความเหมาะสมกับการนำไปใช้และสามารถใช้กับผู้ป่วยได้จริงมีประโยชน์ ต่อประชาชน และการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ช่วยในการให้ความรู้ผู้ป่วย โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ผู้ดูแลผู้ป่วย และบุคลากรสาธารณสุขสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองทุกที่ทุกเวลา บุคลากรสาธารณสุขสามารถใช้เป็นสื่อเรียนรู้ให้กับผู้ป่วยได้ การพัฒนาดำเนินการได้ตามวัตถุประสงค์ แต่ยังมีข้อจำกัดในการดำเนินงานและการพัฒนาควรมีการพัฒนาเพิ่มเติมในประเด็น ปรับคำค้น ในการค้นหาให้ชัดเจน เพิ่มช่องทางการเข้าถึงสื่อวีดิทัศน์ เพิ่มการประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องและควรมี การพัฒนาสื่อวีดิทัศน์เพิ่มเติมในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานและผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่ควบคุมได้ไม่ดีเพิ่มเติม

คำสำคัญ : รูปแบบการให้ความรู้ผ่านสื่อออนไลน์, เบาหวาน, ความดันโลหิตสูง, สื่อวีดิทัศน์

Abstract

This descriptive research aims to develop a model for providing knowledge and building self-care skills for new patients with diabetes and hypertension using online media. The target group includes new diabetic and hypertensive patients, their caregivers, medical personnel, and interested members of the public. The goal is to offer patients a self-study knowledge platform and a reliable information source while providing medical facilities with online tools to deliver services in the new normal era, thereby alleviating the burden on

medical teams. Nurses in chronic disease clinics aim to counsel patients effectively, fostering proper understanding and behavior management, ultimately leading to an improved quality of life for patients.

Through a review of academic knowledge and related media content from both government and private agencies, seven key topics have been summarized and compiled as essential content for producing VDO Clip for diabetic and hypertensive patients. The video content, titled 'Providing Knowledge and Developing Self-Care Skills for Diabetes and Hypertension,' includes the following topics: 1. Choosing Foods to Conquer Diabetes and Hypertension 2. Safe Exercise for Diabetic and Hypertensive Patients 3. Tips to Relieve Stress and Clear Worries 4. Understanding Diabetes Medications 5. Grasping Blood Pressure Medications in 5 Minutes 6. Knowing Your Risk, Self-Assessment, and Avoiding Complications 7. Emergency Minutes: How to Handle Diabetes and Hypertension. These topics are published through online channels, including the website, YouTube channel, and Facebook page of the Non-Communicable Disease Division, Department of Disease Control. A total of 953 respondents participated in the assessment, with the majority being female (89.51%). Most respondents were medical personnel working in chronic disease clinics (82.06%), and all were patients with diabetes or hypertension (11.86%). Overall satisfaction with the media usage was high, with 92.24% of respondents expressing satisfaction, particularly medical personnel and patients with diabetes/hypertension, who reported satisfaction levels of 91.57% and 95.32%, respectively. Analysis of the content, presentation, and usability indicated a high level of satisfaction, suggesting suitability for patient use and public benefit. The development of VDO Clip provides valuable knowledge to diabetic patients, hypertensive patients, caregivers, and public health personnel, allowing them to learn independently, anytime and anywhere. Public health personnel can also use these videos as a learning tool for patients. Although the development aligns with the objectives, there are still some operational and developmental limitations. Further improvements are needed, including refining search keywords for better clarity, expanding access channels to the video media, and enhancing continuous public relations efforts. Additionally, there should be further development of video content specifically targeting diabetic patients and those with poorly controlled hypertension.

Keywords: Online education format, Diabetes, hypertension, VDO Clip

บทนำ

โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases) เป็นสาเหตุการเสียชีวิตที่สำคัญของโลก และในประเทศไทย จากข้อมูลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 (2552)⁽¹⁾ และครั้งที่ 5 (2557)⁽²⁾ ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่าโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงมีความชุกสูงขึ้น โดยโรคเบาหวานสูงเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.90 เป็น 8.90 โรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 21.40 เป็น ร้อยละ 24.70 และในปีงบประมาณ 2563 ข้อมูลจาก Health Data Center (HDC) ณ วันที่ 16 กันยายน 2563 พบว่ามีผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ร้อยละ 71.09⁽³⁾ และผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ขึ้นทะเบียนไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้มากถึงร้อยละ 41.17⁽⁴⁾

ดังนั้นหากผู้ป่วยที่ขึ้นทะเบียนรายใหม่ไม่ได้รับการดูแลและจัดการตนเองที่ถูกต้อง จะส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนตามมาได้ สอดคล้องกับการศึกษาผลการสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ของพลอยประกาย ฉลาดล้ำ, พิมพ์ดา อนันต์ศิริเกษม, วิภา กลิ่นจำปา⁽⁵⁾ ที่ศึกษาผลของการสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ผลวิจัยพบว่าหลังได้รับการสนับสนุนการจัดการตนเอง ผู้ป่วยมีคะแนนการสนับสนุนการจัดการ

ตนเองสูงกว่าก่อนได้รับการสนับสนุนการจัดการตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การสนับสนุนการจัดการตนเองช่วยให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมจัดการตนเองได้ดีและสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น เช่นเดียวกับในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในการให้ความสำคัญเรื่องการจัดการตนเอง สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการตนเองในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในอำเภอคลองลาน จังหวัดกำแพงเพชรของศตพร ศิลปะการสกุลและวิราสิริ วสิริศิริ⁽⁶⁾ ที่พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการตนเองในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ได้แก่ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถตนเองของผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงจำเป็นที่ผู้ป่วยควรได้รับความรู้ คำแนะนำหรือคำปรึกษาจากทีมแพทย์ พยาบาลวิชาชีพ และสหวิชาชีพในคลินิกโรคเรื้อรัง เช่น การให้ความรู้ คำแนะนำด้านอาหารที่ควรรับประทาน, การออกกำลังกายและคำแนะนำที่เกี่ยวข้องกับยา เป็นต้น เพื่อสนับสนุนให้ผู้ป่วยสามารถจัดการตนเองได้ นำไปสู่การควบคุมระดับน้ำตาล และระดับความดันโลหิตได้ตามเกณฑ์ แต่เนื่องจากจำนวนผู้ป่วยที่มาใช้บริการในคลินิกโรคเรื้อรังที่เพิ่มมากขึ้น และสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ทำให้การจัดบริการปรับเปลี่ยนเป็นแบบ New normal มากขึ้นบริการให้ความรู้การให้คำปรึกษาเป็นแบบออนไลน์และการรักษาแบบ Telemedicine

มากขึ้นอาจจะทำให้การให้คำปรึกษาหรือการจัดบริการที่สำคัญ ไม่ครอบคลุมต่อจำนวนผู้ป่วยที่ควรได้รับบริการ ทำให้ผู้ศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาชุดความรู้แบบสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) เพื่อให้ผู้ป่วยได้ใช้ในการศึกษาและเตรียมความพร้อมทั้งตนเองและผู้ดูแลเมื่อได้รับการวินิจฉัยเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน หรือโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาเรื่องการพัฒนารูปแบบการให้ความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้สื่อเรียนรู้ด้วยตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรังของโสภณพันธ์ สะอาด⁽⁷⁾เป็นการศึกษารูปแบบกึ่งทดลอง ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ (1) การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้ด้านสุขภาพเป็นสื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองเรื่องการนัดทำด้วยกะลา สำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรังแบบสื่อวีดิทัศน์ (2) การทดลองใช้รูปแบบการเรียนรู้การสอนและ (3) การรับรองรูปแบบการให้ความรู้ด้านสุขภาพ ผลของการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเรียนรู้ด้วยสื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองหลังการเรียนรู้ของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง อยู่ในระดับดีมาก และมีคะแนนการเรียนรู้ด้วยสื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองสูงกว่าก่อนการเรียนรู้ โดยอยู่ในระดับดีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนและหลังการเรียนรู้สื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคเรื้อรังแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยสรุปว่าการใช้สื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองแบบสื่อวีดิทัศน์ ส่งผลดีกับผู้ป่วยและผู้ป่วยมีความรู้และพฤติกรรมที่ดีเพิ่มขึ้น เช่นเดียวกับการศึกษาผลของการใช้สื่อหนังสืออิเล็กทรอนิกส์เพื่อการส่งเสริมทัศนคติในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุในชุมชน

ผู้สูงอายุแห่งหนึ่ง ของวรรณษา กุลตั้งวัฒนา⁽⁸⁾ โดยศึกษาผลของการใช้สื่อหนังสืออิเล็กทรอนิกส์เพื่อส่งเสริมทัศนคติในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นการศึกษาเชิงทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ ผลการวิจัยพบว่า หลังจากเข้าร่วมการวิจัยกลุ่มผู้เข้าร่วมการวิจัยที่ใช้หนังสืออิเล็กทรอนิกส์มีทัศนคติที่ดีในการดูแลสุขภาพตนเองเพิ่มมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผู้ศึกษาจึงศึกษาทบทวนสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) โรคเบาหวาน หรือโรคความดันโลหิตสูงจากสื่อออนไลน์ ทั้งจากภายในและภายนอกกระทรวงสาธารณสุขเพื่อประเมินด้านเนื้อหา ความถูกต้อง และความเป็นปัจจุบัน ระยะเวลาที่เหมาะสมพบว่า ความครบถ้วน ครอบคลุมในรายละเอียดยังมีน้อย จึงได้มีการพิจารณาร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์ด้านโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในการกำหนดหัวข้อที่จะพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ การบริการในผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงผ่านสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ ผู้ดูแล ทีมแพทย์ พยาบาลวิชาชีพ และสหวิชาชีพ ในคลินิกโรคเรื้อรัง สามารถใช้เป็นแนวทางในการจัดบริการหรือจัดการตนเองได้อย่างถูกต้อง นำไปสู่การลดความรุนแรงของโรคและภาวะแทรกซ้อน และเพิ่มคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้ป่วยต่อไป

วัตถุประสงค์การศึกษา

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการให้ความรู้และสร้างทักษะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงรายใหม่ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip)
2. เพื่อประเมินความพึงพอใจต่อการนำสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ไปใช้ในการให้ความรู้

วิธีการศึกษา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ดำเนินการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” ระหว่างเดือนตุลาคม 2563 ถึงเดือนกันยายน 2564 และเผยแพร่ผ่านช่องทางออนไลน์ ได้แก่ Website ช่อง YouTube กองโรคไม่ติดต่อ เภงกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค ดำเนินการประเมินความพึงพอใจต่อสื่อวีดิทัศน์ฯ ในช่วงเดือน กรกฎาคม ถึงเดือนตุลาคม 2564 ผ่าน Google form โดยประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทางออนไลน์ กลุ่มประชากรในการศึกษา คือ บุคลากรทางการแพทย์ ประกอบด้วยแพทย์ พยาบาลวิชาชีพ และทีมสหวิชาชีพ ผู้ป่วยโรคเบาหวานและผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ผู้ดูแลผู้ป่วยและประชาชนที่สนใจและสมัครใจศึกษาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” และตอบแบบประเมินความพึงพอใจ ในช่วงเวลา

กรกฎาคม ถึงเดือนตุลาคม 2564 เกณฑ์การคัดเข้า (Inclusion criteria) เป็นบุคลากรทางการแพทย์ ประกอบด้วยแพทย์ พยาบาลวิชาชีพ และทีมสหวิชาชีพ ผู้ป่วยโรคเบาหวานและผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ผู้ดูแลผู้ป่วยและประชาชนที่สนใจและสมัครใจศึกษาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” ในช่วงเวลา กรกฎาคม ถึงเดือนตุลาคม 2564 มีอุปกรณ์ที่สามารถศึกษาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ได้ สามารถอ่าน ฟังได้ และสมัครใจยินดีการเรียนรู้และตอบแบบประเมินความพึงพอใจ เกณฑ์การคัดออก (Exclusion criteria) ได้แก่ แพทย์ พยาบาลวิชาชีพ และทีมสหวิชาชีพ ผู้ป่วยโรคเบาหวานและผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ผู้ดูแลผู้ป่วยและประชาชนที่สนใจศึกษาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” แต่ปฏิเสธการทำแบบประเมินความพึงพอใจสื่อ, ผู้ที่ศึกษาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ไม่ครบทุกเรื่อง และผู้ที่ไม่สนใจและปฏิเสธการศึกษาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” และผู้ที่ตอบคำถามไม่ครบถ้วน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ใช้แบบสอบถามที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นและได้รับการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์ด้านโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงให้คำแนะนำและเก็บข้อมูลในรูปแบบให้ผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจตอบด้วยตนเองผ่าน Google form แบบออนไลน์ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลในช่วงเดือน กรกฎาคม ถึงเดือนตุลาคม 2564

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยของข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis) ใช้การประเมินเนื้อหาสื่อออนไลน์โดยนำข้อมูลที่ได้มาแยกแยะจัดหมวดหมู่และจัดประเภทของข้อมูล (Identify units) เพื่อนำมาวิเคราะห์และตีความตามประเด็นสำคัญและนำไปพัฒนาเนื้อหาการจัดทำสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip)

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ศึกษาได้ดำเนินการชี้แจงรายละเอียดวัตถุประสงค์การตอบแบบประเมินในส่วนหน้าแรกในการตอบแบบประเมินให้กับกลุ่มตัวอย่างได้เข้าใจเกี่ยวกับข้อคำถามตามแบบประเมินโดยข้อมูลที่ผู้ตอบแบบประเมินทั้งหมดจะเก็บไว้เป็นความลับและเสนอผลงานในภาพรวม และหลักฐานทุกอย่างจะถูกทำลายเมื่อสรุปผลเสร็จเรียบร้อยแล้วโดยไม่มีการเผยแพร่ใดๆ ต่อผู้ตอบแบบประเมินและบุคคลที่เกี่ยวข้อง

ผลการศึกษา

จากการศึกษา ทบทวน ค้นหาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ด้านโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงที่เกี่ยวข้อง พบว่าส่วนใหญ่ยังไม่ครบถ้วนทั้งประเด็นความครอบคลุมด้านเนื้อหา ความถูกต้อง ความเป็นปัจจุบันและการมีระยะเวลาที่เหมาะสม ผู้พัฒนาจึงได้มีการพิจารณาร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์ด้านโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงพิจารณาเรื่องและประเด็นที่ควรจัดทำสื่อวีดิทัศน์ การบริการในผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงผ่านสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” จำนวน 7 เรื่อง ประกอบด้วย (1) เลือกทานกันสัณนิท พิษิต เบาหวานและความดันโลหิตสูง, (2) ผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง...ออกกำลังกายอย่างไรให้ปลอดภัย, (3) เคล็ดลับขจัดความเครียด คลียร์ความกังวล, (4) รู้เรื่องยารักษาเบาหวาน, (5) เข้าใจยาความดันฯ พร้อมกันใน 5 นาที, (6) รู้ค่า...รู้ความเสี่ยง ประเมินตนเองได้ ห่างไกลโรคแทรกซ้อน และ (7) นาที่ฉุกเฉิน...รู้ไว้แก้ได้ (เบาหวานและความดันโลหิตสูง) เพื่อจัดทำกรอบเนื้อหา รายละเอียดเนื้อหา (Storyboard) การถ่ายทำสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) และการพิจารณาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์ด้านโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ก่อนการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ดำเนินการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์การบริการในผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงผ่านสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และ

สร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” ในช่วงเดือนตุลาคม 2563 ถึงเดือนกันยายน 2564 โดยเก็บข้อมูลผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจต่อสื่อวีดิทัศน์ฯ ในช่วงเดือนกรกฎาคม ถึงเดือนตุลาคม 2564 โดยตอบแบบประเมินที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นและได้รับการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์ด้านโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงให้คำแนะนำและเก็บข้อมูลผ่าน Google form โดยการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” ดำเนินการพัฒนาได้ชุดความรู้ 1 รูปแบบ ประกอบด้วย VDO Clip จำนวน 7 หัวข้อ ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ในการให้ความรู้และมีแนวทางการปฏิบัติตนของผู้ป่วยในรูปแบบสื่อวีดิทัศน์ สถานพยาบาลสามารถเผยแพร่สื่อในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงที่ขึ้นทะเบียนรายใหม่ ให้สามารถดูแลและจัดการตนเองได้ ทุกที่ ทุกเวลาตอบสนองการดำเนินชีวิตยุค New Normal โดยมีกลุ่มเป้าหมายที่สามารถนำสื่อความรู้ไปใช้ได้ ประกอบด้วย ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง บุคลากรทางการแพทย์และประชาชนที่สนใจ โดยมีการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทางต่าง ๆ เช่น การประชาสัมพันธ์ ณ สถานบริการสาธารณสุข (โดยมีแพทย์และพยาบาลวิชาชีพให้คำปรึกษา) หรือติดตามผ่านช่องทางออนไลน์ ได้แก่ Website ช่อง YouTube กองโรคไม่ติดต่อ Facebook เพจกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค รายละเอียดตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 สรุปผลการทบทวน สื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ด้านโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงที่เกี่ยวข้อง

ลำดับ	กรอบเนื้อหา	จำนวนสื่อที่เกี่ยวข้อง	ความครบถ้วนของเนื้อหา		หมายเหตุ
			ครบถ้วน	ไม่ครบถ้วน	
1	โภชนาการสำหรับผู้ป่วยไตเสื่อม	9	-	9	ส่วนใหญ่ขาดประเด็นความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารโรคไตเสื่อม
2	โภชนาการสำหรับผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้	9	3	6	เนื้อหาครบถ้วนแต่ระยะเวลาไม่เหมาะสม
3	การดูแลเท้าในผู้ป่วยโรคเบาหวานด้วยตนเองในผู้ป่วยที่ควบคุมไม่ได้	7	2	5	เนื้อหาครบถ้วนแต่ระยะเวลาไม่เหมาะสม กลุ่มเป้าหมายไม่ใช่กลุ่มประชาชน

ลำดับ	กรอบเนื้อหา	จำนวนสื่อที่เกี่ยวข้อง	ความครบถ้วนของเนื้อหา		หมายเหตุ
			ครบถ้วน	ไม่ครบถ้วน	
4	วิธีการรักษาด้วย Insulin, วิธีการฉีดอินซูลินให้เข้าใจง่าย, การปรับยาอินซูลินด้วยตนเองในผู้ป่วยที่ฉีดอินซูลิน	13	-	13	
5	สมุนไพร กับผู้ป่วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง	7	-	7	
6	การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ตั้งครรภ์	4	1	3	เนื้อหาครบถ้วนแต่ระยะเวลา/การใช้คำบรรยายไม่ตรงกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นประชาชน
7	การออกกำลังกายในผู้ป่วยโรคเรื้อรัง (สาริตให้สามารถปฏิบัติตามได้)	15	8	7	โรคเบาหวาน 12 เรื่อง ครบถ้วน 5 เรื่อง ไม่ครบถ้วน 7 เรื่อง โรคความดันโลหิตสูง 3 เรื่อง ครบถ้วน 3 เรื่อง
8	การเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้ด้วยตนเอง	11	3	8	โรคเบาหวาน 6 เรื่อง ครบถ้วน 1 เรื่อง ไม่ครบถ้วน 5 เรื่อง โรคความดันโลหิตสูง 5 เรื่อง ครบถ้วน 2 เรื่อง ไม่ครบถ้วน 3 เรื่อง
9	การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในเดือนรวมฤดูร้อน	6	-	6	

ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้อีวีดีทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินฯ จำนวน 953 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 89.51 อายุระหว่าง 30-59 ปี ร้อยละ 87.41 และผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติงานหน้าที่ใน NCD Clinic ร้อยละ 82.05 และเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง ร้อยละ 11.86 มีความพึงพอใจต่ออีวีดีทัศน์ (VDO Clip) ภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 92.24 โดยบุคลากรทางการแพทย์และผู้ป่วยโรคเบาหวาน/โรคความดันโลหิตสูง มีความพึงพอใจในภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 91.57 และ ร้อยละ 95.32 ตามลำดับ รายละเอียดตามตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจ ฯ (N = 953 คน)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	853	89.51
ชาย	100	10.49
อายุ		
น้อยกว่า 30 ปี	109	11.44
30-59 ปี	833	87.41
60 ปีขึ้นไป	11	1.15
ประเภทผู้รับชม		
บุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติงานหน้าที่ใน NCD Clinic	782	82.05
ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน/โรคความดันโลหิตสูง	58	6.09
ผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง	113	11.86

ผลการประเมินความพึงพอใจ VDO Clip การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเองของบุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติงานหน้าที่ใน NCD Clinic จำนวน 782 คน จำแนกคะแนนรวมออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด (5), มาก (4), ปานกลาง (3), น้อย (2) และน้อยที่สุด (1) และแบ่งเกณฑ์แปลผลคะแนนเป็น 3 ระดับ คือ (1) ผลระดับความพึงพอใจระดับมาก ถึง มากที่สุด จัดอยู่ระดับมาก (2) ผลระดับความพึงพอใจระดับปานกลาง จัดอยู่ระดับปานกลางและ (3) ผลระดับความพึงพอใจระดับน้อย ถึง น้อยที่สุด จัดอยู่ระดับน้อย โดยพบว่า ร้อยละ 91.57

ของบุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติหน้าที่ใน NCD Clinic มีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าบุคลากรทางการแพทย์ มากกว่าครึ่ง มีความพึงพอใจทุกด้านอยู่ในระดับมาก กล่าวคือ (1) ด้านเนื้อหา ได้แก่ เนื้อหา มีประโยชน์ ตรงความต้องการ และ เข้าใจง่าย ผลการประเมินอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 94.62 และ 87.47 เช่นเดียวกันกับ (2) ด้านการนำเสนอ ได้แก่ ทันสมัย น่าสนใจ, การยกตัวอย่างเข้าใจง่าย สามารถนำไปใช้ได้ และระยะเวลา มีความเหมาะสม ที่มีผลการประเมินอยู่ในระดับมากเช่นกัน ร้อยละ 90.54, 89.90 และ 82.35 ตามลำดับ (3) ด้านการนำไปใช้ประโยชน์ ได้แก่ สามารถนำความรู้จากคลิปวิดีโอไปใช้ประโยชน์ได้จริง ผลการประเมินอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 91.18 และแนะนำบุคลากรอื่นให้สามารถปฏิบัติตามได้ ร้อยละ 85.17 รายละเอียดแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละผลการประเมินความพึงพอใจ ของบุคลากรทางการแพทย์ ที่ปฏิบัติหน้าที่ ใน NCD Clinic (N = 782 คน)

ลำดับ	รายการ	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)		
		มาก	ปานกลาง	น้อย
ด้านเนื้อหา				
1	มีประโยชน์ ตรงความต้องการ	740 (94.62)	40 (5.12)	2 (0.26)
2	เข้าใจง่าย	657 (87.47)	93 (11.89)	5 (0.64)
ด้านการนำเสนอ				
1	การนำเสนอ ทันสมัย น่าสนใจ	708 (90.54)	70 (9.00)	4 (0.46)
2	การยกตัวอย่างเข้าใจง่าย สามารถนำไปใช้ได้	703 (89.90)	72 (9.20)	7 (0.90)
3	ระยะเวลา มีความเหมาะสม	644 (82.35)	128 (16.37)	10 (1.28)

ลำดับ	รายการ	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)		
		มาก	ปานกลาง	น้อย
ด้านการนำไปใช้ประโยชน์				
1	ท่านสามารถนำความรู้จากคลิปวิดีโอ ไปใช้ประโยชน์ได้จริง	713 (91.18)	67 (8.57)	2 (0.26)
2	ท่านสามารถนำความรู้จากคลิปวิดีโอ ไปแนะนำบุคลากรอื่นให้สามารถปฏิบัติตามได้	666 (85.17)	104 (13.30)	12 (1.54)
ความพึงพอใจต่อการรับชม VDO Clip ในภาพรวม		716 (91.57)	61 (7.80)	5 (0.64)

ผลการประเมินความพึงพอใจ ๔ ของผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงและผู้ดูแล จำนวน 171 คน พบว่า ร้อยละ 95.32 ของผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง และผู้ดูแล มีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง และผู้ดูแล มากกว่าครึ่ง มีความพึงพอใจทุกด้านอยู่ในระดับมาก กล่าวคือ (1) ด้านเนื้อหา ได้แก่ เนื้อหามีประโยชน์ ตรงความต้องการ และ เนื้อหาเข้าใจง่าย ผลการประเมินอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 98.24 และ 92.99 ตามลำดับ เช่นเดียวกันกับ (2) ด้านการนำเสนอ ได้แก่ การยกตัวอย่างเข้าใจง่าย สามารถนำไปใช้ได้, ทันสมัย น่าสนใจ และระยะเวลาเหมาะสม ที่มีผลการประเมินอยู่ในระดับมากเช่นกัน ร้อยละ 94.15, 93.56 และ 79.53 ตามลำดับ และ (3) ด้านการนำไปใช้ประโยชน์ ได้แก่ สามารถนำความรู้จากคลิปวิดีโอไปใช้ประโยชน์ได้จริง ผลการประเมินอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 99.42 และแนะนำบุคลากรอื่นให้สามารถปฏิบัติตามได้ ร้อยละ 94.15 รายละเอียดแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละแสดงผลการประเมินความพึงพอใจ ฯ ของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง และผู้ดูแล (N = 171 คน)

ลำดับ	รายการ	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)		
		มาก	ปานกลาง	น้อย
ด้านเนื้อหา				
1	มีประโยชน์ ตรงความต้องการ	168 (98.24)	3 (1.75)	0 (0.00)
2	เข้าใจง่าย	159 (92.99)	12 (7.02)	0 (0.00)
ด้านการนำเสนอ				
1	การนำเสนอ ทันสมัย น่าสนใจ	160 (93.56)	11 (6.43)	0 (0.00)
2	การยกตัวอย่างเข้าใจง่าย สามารถนำไปใช้ได้	161 (94.15)	10 (5.85)	0 (0.00)
3	ระยะเวลามีความเหมาะสม	136 (79.53)	35 (20.47)	0 (0.00)
การนำไปใช้ประโยชน์				
1	ท่านสามารถนำความรู้จากคลิปวิดีโอ ไปใช้ประโยชน์ได้จริง	170 (99.42)	1 (0.58)	0 (0.00)
2	ท่านสามารถนำความรู้จากคลิปวิดีโอ ไปแนะนำบุคลากรอื่น ให้สามารถปฏิบัติตามได้	161 (94.15)	10 (5.85)	0 (0.00)
ความพึงพอใจต่อการรับชมคลิปวิดีโอ ในภาพรวม		163 (95.32)	8 (4.68)	0 (0.00)

อภิปรายผล

การศึกษานี้เป็นการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” มีประเด็นหลักที่นำมาอภิปราย 2 ประเด็น ได้แก่ 1) การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้และสร้างทักษะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงรายใหม่ โดยใช้สื่อออนไลน์ และ 2) การประเมินความพึงพอใจสื่อเพื่อให้สามารถนำข้อมูลไปพัฒนาสื่อให้มีความสอดคล้องเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย โดยมีรายละเอียด ดังนี้

การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้และสร้างทักษะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงรายใหม่ โดยใช้สื่อออนไลน์ เพื่อให้ผู้ป่วยได้ใช้ในการศึกษาและเตรียมความพร้อมของทั้งตนเอง ผู้ดูแลเมื่อได้รับการวินิจฉัยเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน หรือโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องการพัฒนาแบบการให้ความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้สื่อเรียนรู้ด้วยตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ของโสภณพันธ์ สะอาด⁽⁷⁾ ที่พัฒนาสื่อการสอนแบบสื่อวีดิทัศน์เป็นสื่อเพื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองเรื่องการนัดทำด้วยกะลา ผลการศึกษาสรุปว่าการใช้สื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองแบบสื่อวีดิทัศน์ส่งผลดีกับผู้ป่วยโดยผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนหลังการเรียนรู้สื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 18.16$) โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนสูงกว่าก่อนการเรียนรู้สื่อด้วยตนเองซึ่งอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 14.13$) เช่นเดียวกันกับการศึกษาในนักศึกษาพยาบาล พบว่ามีความพึงพอใจต่อสื่อวีดิทัศน์ระดับมากที่สุด

สอดคล้องกับการศึกษาประสิทธิภาพของการใช้สื่อวีดิทัศน์เรื่องการตรวจประเมินสภาพเท้าผู้ที่เป็นโรคเบาหวานต่อความรู้ ความมั่นใจและความพึงพอใจของนักศึกษาพยาบาล ของสุวิจนา น้อยแนม, กมลรัตน์ กิตติพิมพานนท์, ผจงจิต ไกรถาวร, ธิดา ทองวิเชียร.⁽⁹⁾ ที่ทำการศึกษเปรียบเทียบความรู้ความมั่นใจในการประเมินสภาพเท้าก่อนและหลังการใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่องการตรวจประเมินสภาพเท้าผู้ที่เป็นเบาหวาน พบว่า หลังการใช้สื่อวีดิทัศน์ นักศึกษาพยาบาลมีคะแนนความรู้ในการประเมินสภาพเท้าก่อนดูสื่อวีดิทัศน์เรื่องการตรวจประเมินสภาพเท้าผู้ที่เป็นเบาหวาน คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 9.13 คะแนน (SD= 1.65) และหลังดูสื่อวีดิทัศน์มีคะแนนเฉลี่ย 12.53 คะแนน (SD=1.54) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนความรู้ก่อนและหลังด้วยสถิติ Paired t-test พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีผลคะแนนเฉลี่ยความรู้หลังดูสื่อวีดิทัศน์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) และด้านความมั่นใจในการประเมินสภาพเท้าก่อนและหลังใช้สื่อวีดิทัศน์ กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความมั่นใจในการประเมินสภาพเท้าก่อนดูสื่อวีดิทัศน์เรื่องการตรวจประเมินสภาพเท้าผู้ที่เป็นเบาหวาน คะแนนเฉลี่ย 28.31 คะแนน (SD=8.41) และภายหลังดูสื่อวีดิทัศน์เรื่องการตรวจประเมินสภาพเท้าคะแนนเฉลี่ย 41.10 คะแนน (SD=4.98) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนความมั่นใจก่อนเรียนและหลังเรียนด้วยสถิติ Paired t-test พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความมั่นใจในการตรวจประเมินสภาพเท้าเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$)

การประเมินความพึงพอใจสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินฯ จำนวน 953 คน ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อ วีดิทัศน์ (VDO Clip) ภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 92.24 โดยบุคลากรทางการแพทย์และผู้ป่วยโรคเบาหวาน/โรคความดันโลหิตสูง มีความพึงพอใจในภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 91.57 และร้อยละ 95.32 ตามลำดับสอดคล้องกับการศึกษาผลของการให้ความรู้โดยใช้สื่อวีดิทัศน์และคู่มือการดูแลเท้าต่อพฤติกรรมการปฏิบัติเพื่อป้องกันการเกิดแผลที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้โดยเนตรนภา ปาวงค์ และพรภิมล สุขเพียร⁽¹⁰⁾ ที่ศึกษาความพึงพอใจของพยาบาลวิชาชีพต่อการใช้สื่อวีดิทัศน์และคู่มือพบว่าความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด จำแนกรายข้อพบว่ารูปแบบการให้ความรู้ผ่านสื่อวีดิทัศน์และคู่มือสามารถส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 สามารถดูแลเท้าไม่ให้เกิดแผลได้อย่างถูกต้องและคู่มือและสื่อวีดิทัศน์มีความเหมาะสมสำหรับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในการป้องกันการเกิดแผลที่เท้า โดยสรุปการพัฒนาแบบการให้ความรู้และสร้างทักษะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงรายใหม่ในรูปแบบสื่อออนไลน์มีความสำคัญและมีความจำเป็น สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูง ผู้ดูแลผู้ป่วย และบุคลากรสาธารณสุขเป็นอย่างมากเนื่องด้วยสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ได้อุบัติขึ้นในประเทศไทย

มีผู้ติดเชื้อและเสียชีวิตจำนวนมากทำให้ทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ออกมาตรการเพื่อส่งเสริมการปรับตัวที่เหมาะสมสำหรับวิถีชีวิตแบบใหม่ (New normal) รวมถึงการปรับรูปแบบการจัดบริการโรคไม่ติดต่อ เช่น การตรวจรักษาผ่านระบบการพบแพทย์ทางไกล (Telemedicine) การรับยาทางไปรษณีย์ หรือผ่านช่องทาง Fast Track ในโรงพยาบาล และการบริการที่ต้องปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วยโดยตรง เช่น การสนับสนุนการจัดการตนเอง การให้คำปรึกษาโดยทีมสหวิชาชีพ ซึ่งการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์การบริการในผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงผ่านสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” ที่มีการเผยแพร่ผ่านสื่อออนไลน์ช่วยให้การให้ความรู้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ผู้ดูแลผู้ป่วย และบุคลากรสาธารณสุขสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองทุกที่ทุกเวลา เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถจัดการตนเอง ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และระดับความดันโลหิตได้ นำไปสู่การลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่อไป

สรุปผลการศึกษา

ผลการใช้สื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง รูปแบบการให้ความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้สื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง การสรุปผลข้อมูลโดยแบ่งรายละเอียด ดังนี้

1. การพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip)

“การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” ดำเนินการพัฒนาได้ชุดความรู้ 1 รูปแบบ ประกอบด้วย VDO Clip จำนวน 7 หัวข้อ ประกอบด้วย (1) เลือกทานกันสักนิด พืชโตเบาหวานและความดันโลหิตสูง, (2) ผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง...ออกกำลังกายอย่างไรให้ปลอดภัย, (3) เคล็ดลับขจัดความเครียด เคลียร์ความกังวล, (4) รู้เรื่องยารักษาเบาหวาน, (5) เข้าใจยาความดันฯ พร้อมกันใน 5 นาที, (6) รู้ค่า...รู้ความเสี่ยง ประเมินตนเองได้ ห่างไกลโรคแทรกซ้อน และ (7) นาฬิกาฉุกเฉิน...รู้ไว้แก้ได้ (เบาหวานและความดันโลหิตสูง) ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) ในการให้ความรู้และมีแนวทางการปฏิบัติตนของผู้ป่วยในรูปแบบ สื่อวีดิทัศน์ที่ชัดเจน

2. ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้สื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินฯ จำนวน 953 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 89.51 อายุระหว่าง 30-59 ปี ร้อยละ 87.41 และผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติงานใน NCD Clinic ร้อยละ 82.06 และเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง ร้อยละ 11.86 มีความพึงพอใจต่อ VDO Clip ภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 92.24 โดยบุคลากรทางการแพทย์และผู้ป่วยโรคเบาหวาน/โรคความดันโลหิตสูง มีความพึงพอใจในภาพรวมในระดับมาก ร้อยละ 91.57 และ ร้อยละ 95.32 ตามลำดับ

ข้อเสนอแนะ

จากการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์การบริการในผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงผ่านสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” เพื่อช่วยในการให้ความรู้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ผู้ดูแลผู้ป่วย และบุคลากรสาธารณสุขสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองทุกที่ทุกเวลา ผู้ป่วยสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้ตลอด บุคลากรสาธารณสุขสามารถใช้เป็นสื่อเรียนรู้ให้กับผู้ป่วยได้ ซึ่งการพัฒนาดำเนินการได้ตามวัตถุประสงค์ แต่ยังมีข้อจำกัดในการดำเนินงานและการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ จึงมีข้อเสนอในการพัฒนา ดังนี้

1. ปรับคำค้น (Key word) ในการค้นหาให้ชัดเจนและสามารถเข้าถึงได้ง่ายในช่องทางออนไลน์

2. เพิ่มช่องทางการเข้าถึงสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) “การให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงด้วยตนเอง” หลายช่องทางมากขึ้นและเพิ่มการประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่อง

3. ควรมีการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์เพิ่มเติมในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดีและในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี เนื่องจากผู้ป่วยที่ตอบแบบประเมินความพึงพอใจกลับมาส่วนใหญ่เสนอให้มีการพัฒนาสื่อวีดิทัศน์ (VDO Clip) เพิ่มเติมในประเด็นนี้

แนะนำการอ้างอิงสำหรับบทความนี้

หทัยชนก เกตุจุนา, ขวัญชนก ธีสระ, เบญจมาศ นาคราช, จิตรา บุญโพก. การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้และสร้างทักษะเพื่อการดูแลโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ด้วยตนเองโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ผ่านช่องทางออนไลน์. วารสารสถาบันป้องกันควบคุมโรคเขตเมือง. 2567;9(2):293-310.

Suggested citation for this article

Ketjuna H, Theesara K, Nakkarach B, Boonpok J. Developing a model for providing knowledge and building skills for self-care of diabetes and hypertension using online media. Institute for Urban Disease Control and Prevention Journal. 2024;9(2):293-310.

เอกสารอ้างอิง

1. วิชัย เอกพลากร. การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรกราฟฟิคแอนดี้ไซน์; 2564.
2. วิชัย เอกพลากร. การสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 5 พ.ศ. 2557-2558. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรกราฟฟิคแอนดี้ไซน์; 2557.
3. สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร [อินเทอร์เน็ต]. นนทบุรี: ร้อยละผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี; c2020.Health Data Center; 2563 [เข้าถึงเมื่อ 16 กันยายน 2563]; [ประมาณ 1 น.]. เข้าถึงได้จาก https://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/report.php?cat_id=b2b59e64c4e6c92d-4b1ec16a599d882b&id=137a726340e4dfde7bbbc5d8aeee3ac3
4. สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร [อินเทอร์เน็ต]. นนทบุรี: ร้อยละผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตได้ดี; c2020.Health Data Center; 2563 [เข้าถึงเมื่อ 16 กันยายน 2563]; [ประมาณ 1 น.]. เข้าถึงได้จาก https://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/report.php?cat_id=b2b59e64c4e6c92d-4b1ec16a599d882b&id=2e3813337b6b5377c2f68affe247d5f9
5. พลอยประกาย ฉลาดล้ำ, พิมพ์ลดา อนันต์ศิริเกษม, วิภา กลิ่นจำปา. การศึกษาผลของการสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2. วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข [อินเทอร์เน็ต]. ม.ค.-เม.ย.2566 [เข้าถึงเมื่อ 24 ก.ค. 2567];33:90-101. เข้าถึงได้จาก: <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/tnaph/issue/view/18117>

6. ศตพร ศิลปะการสกุณ, วิราสิริ วสิวีสิริ. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการตนเองในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในอำเภอคลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร. วารสารมหาจุฬาลงกรณ [อินเทอร์เน็ต]. ม.ค.-มิ.ย.2567 [เข้าถึงเมื่อ 24 ก.ค. 2567];15(1): 166-183. เข้าถึงได้จาก: <https://so06.tci-thaijo.org/index.php/gajasara/article/view/271296>
7. ไสยาพันธ์ สอาด. การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้สื่อเรียนรู้ด้วยตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง. วารสารวิทยบริการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ [อินเทอร์เน็ต]. พ.ค.-ส.ค. 2558 [เข้าถึงเมื่อ 24 ก.ค. 2567];26(2):41-49. เข้าถึงได้จาก: <https://journal.oas.psu.ac.th/index.php/asj/article/view/774/806>
8. วรธรรษา กุลตังวัฒนา. ผลของการใช้สื่อหนังสืออิเล็กทรอนิกส์เพื่อการส่งเสริมทัศนคติในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุแห่งหนึ่ง [อินเทอร์เน็ต] [วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต].กรุงเทพมหานคร:มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ; 2562. [เข้าถึงเมื่อ 30 มีนาคม 2566] เข้าถึงได้จาก: <http://ir-ithesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/473/1/gs601110082.pdf>
9. สุวัจนาน้อยแนม, กมลรัตน์ กิตติพิมพานนท์, ผจงจิต ไกรถาวร, ธิดา ทองวิเชียร. ประสิทธิภาพของการใช้สื่อวีดิทัศน์เรื่องการตรวจประเมินสภาพเท้าผู้ที่เป็นโรคเบาหวานต่อความรู้ ความมั่นใจและความพึงพอใจของนักศึกษาพยาบาล. วารสารวิจัยและนวัตกรรมทางการแพทย์พยาบาล [อินเทอร์เน็ต]. ก.ย.-ธ.ค. 2564 [เข้าถึงเมื่อ 24 ก.ค. 2567];27(3):402-414. เข้าถึงได้จาก: <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramanursej/rnj-v27-no3-sep-dec-2021-09>
10. เนตรนภา ปาวงค์, พรพิมล สุขเพ็ญ. ผลของการให้ความรู้โดยใช้สื่อวีดิทัศน์และคู่มือการดูแลเท้าต่อพฤติกรรมการปฏิบัติเพื่อป้องกันการเกิดแผลที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้. ราชารวดีสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร [อินเทอร์เน็ต]. ม.ค.-มิ.ย. 2567[เข้าถึงเมื่อ 24 ก.ค. 2567]; 14(1):37-51. เข้าถึงได้จาก: <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/bcnsurin/article/view/267094>