ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มเสี่ยง ในเขตพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยนกกก

Factors associated with health behaviors to prevent diabetes of the risk group in the area of responsibility for Ban Huai Nok Kok Health Promoting Hospital

ประภาพร คำแสนราช, รพีพรรณ ชมแผน, สุเวช พิมน้ำเย็น, ไพโรจน์ จันทรมณี และ ดาราวลี ใจสีคำ

Prapaporn Khamsaenrat, Rapeephan Chanpan, Suwech Pimnumyen, Phairoj Jantaramanee and Darawadee Srilaikam

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มเสี่ยงในเขตพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยนกกก กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกจากฐานข้อมูล การคัดกรองโรคเบาหวานของปีงบประมาณ 2563 ได้ผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน จำนวน 60 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ด้วยแบบสอบถามข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ 3 ด้าน ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย สภาวะจิตใจ ผลการศึกษาพบว่า ด้านการรับประทานอาหาร มีการรับประทานอาหารที่เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงลดลง ด้านการออกกำลังกาย มีการออกกำลังกายที่เหมาะสม รู้สึกเบื่อหน่าย ที่จะต้องมีการควบคุมอาหารออกกำลังกาย (ร้อยละ 75.0)

คำสำคัญ : พฤติกรรมสุขภาพ

ABSTRACT

This study aimed to study factors related to diabetes health behaviors of risk groups in the area responsible for Ban Huai Nok Kok Health Promoting Hospital. The sample group was selected from the diabetes screening database for fiscal year 2020, 60 people at risk of diabetes were collected by interviewing with three health behavioral questionnaires: diet. Exercise, mental state, the study found that Food Eating at a lower risk of high blood pressure Fitness Have proper exercise Feel bored That must have a diet and exercise (75.0 percent).

KEYWORDS : Health Behavior

บทนำ

ปัจจุบันสถานการณ์โรคไม่ติดต่อ นับเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของโลก ในพ.ศ.2545 พบผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อร้อยละ 45.9 ของจำนวนผู้ป่วยทั้งหมดและพบผู้เสียชีวิตด้วยโรคไม่ติดต่อถึงร้อยละ 58.5 ของจำนวนผู้เสียชีวิตทั้งหมดทั่วโลก และมีการณ์คาดการณ์ว่าอีก 20 ปีข้างหน้าในปีพ.ศ. 2565จะมีผู้ป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อถึงร้อยละ 60.0 และเสียชีวิตด้วยโรคไม่ติดต่อสูงถึงร้อยละ 73.0 ตามรายงานของประเทศในกลุ่มเอเชียตะวันออกเฉียงใต้พบว่าโรคไม่ติดต่อที่พบบ่อยมาก ได้แก่ มะเร็ง โรคหัวใจและหลอดเลือด และเบาหวาน ซึ่งพบสัดส่วนการป่วยร้อยละ 42.2 และสัดส่วนการตายร้อยละ 49.7 (WHO, 2003 กรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข, 2547)

สำหรับประเทศไทยมีการศึกษาความชุกของผู้ป่วยเบาหวาน ณ ช่วงเวลาต่างๆในกลุ่มประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป โดยใช้วิธีคัดกรองหรือด้วยการตรวจหาระดับน้ำตายในเลือดเมื่อปี พ.ศ.2539 – 2540 พบอัตราความชุก เท่ากับร้อยละ 4.4 โดยในปี พ.ศ.2539 พบอัตราความชุกในประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป เท่ากับร้อยละ 9.6 หรือคิดเป็นจำนวน 2.44 ล้านคน ในจำนวนนี้มีเพียงครึ่งหนึ่งที่รู้ตัวว่าเป็นเบาหวาน (ร้อยละ 4.8) อีกครั้งหนึ่งไม่รู้ตัวว่าเป็นเบาหวานเบาหวานมาก่อนและจากการสำรวจทั้งประเทศ ในปี พ.ศ.2547 มีผู้ป่วยโรคนี้เพิ่มขึ้น โดยพบความชุกในเพศชายร้อยละ 6.4 และในเพศหญิงร้อยละ 7.3 และอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นจากอัตรา 1,415.5 ต่อประชากรแสนคน ในปี พ.ศ.2541 เป็น 1,511.2 และ 2,131.4 ต่อประชากรแสนคนในปี พ.ศ.2544 และ พ.ศ.2547 ตามลำดับ ในภาคเหนือสถานการณ์ความชุกของโรคเบาหวานในกลุ่มผู้ที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปพบมีความชุกในเพศชายร้อยละ 5.6 และในเพศหญิงร้อยละ 6.9 (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2549) ส่วนอัตราด้วยโรคเบาหวานของประชากรไทยระหว่างปี พ.ศ.2540 – 2547 สูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัดโดยโรคเบาหวานพบอัตราตายเท่ากับ 7.5 ต่อประชากรแสนคนในปี พ.ศ.2540 และเพิ่มขึ้นเป็น 13.2 และ 12.3 ต่อประชากรแสนคน ในปี พ.ศ.2544 และ พ.ศ.2547 ตามลำดับ (กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข,2547)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคเบาหวาน ตำบลท่าสองยาง
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคเบาหวาน

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive tudy) เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ในกลุ่มประชากรที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไป ที่อยู่ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยนกกก

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือประชาชนอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป อยู่ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยนกกก โดยการสุ่มแบบเชิงสำรวจ ผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตร Taro Yamane จากจำนวน 71 ราย กำหนดค่าความเชื่อสั่นที่ 95%ค่าความคาดเคลื่อนไม่เกิน 0.05 % ดังนี้

1. มาจากหมู่ 4 จำนวน ผู้ชาย 27 คน ผู้หญิง 33 คน
2. มาจากหมู่บ้าน ห้วยนกกก จำนวน 30 คน
3. มาจากหมู่บ้าน พะน่อคี จำนวน 30 คน รวมกลุ่มตัวอย่าง 60 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีสัมภาษณ์ ประกอบด้วย ข้อมูล 2 ส่วนได้แก่

1) ข้อมูลทั่วไป มีข้อคำถามอยู่ 7 ข้อลักษณะคำถาม เป็นข้อคำถามแบบปลายปิด ปลายเปิดและเติมคำ

2) ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วย

2.1 พฤติกรรมด้านการรับประทานอาหาร มีคำถามปลายปิดจำนวน 8 ข้อย่อย

2.2 พฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย มีคำถามจำนวน 5 ข้อ

ลดลง หมายถึง หลังจากทราบผลการคัดกรองโรคแล้วผู้ตอบได้ปฏิบัติพฤติกรรม การรับประทานอาหารลดลงตามข้อความในประโยคนั้น

เท่าเดิม หมายถึง หลังจากทราบผลการคัดกรองโรคแล้วผู้ตอบได้ปฏิบัติ พฤติกรรม การรับประทานอาหารเท่ากับก่อนการคัดกรองโรคตามข้อความในประโยคนั้น

เพิ่มขึ้น หมายถึง หลังจากทราบผลการคัดกรองโรคแล้วผู้ตอบได้ปฏิบัติ พฤติกรรมการรับประทานอาหารเพิ่มขึ้นตามข้อความในประโยคนั้น

2.3 พฤติกรรมด้านอารมณ์และจิตใจ มี 1 ข้อใหญ่ในแต่ละข้อมีคำตอบให้เลือก 5 ข้อย่อย ลักษณะคำถามเป็นปลายปิด ผู้ตอบสามารถเลือกคำตอบได้มากกว่า 1 ข้อโดย เลือกตอบตามที่ได้ปฏิบัติจริงหรือตรงกับความเป็นจริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาในครั้งนี้ผู้ศึกษาทาการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองพร้อมกับผู้ช่วยเก็บข้อมูล จำนวน 2 คน โดยใช้วิธีสัมภาษณ์ผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรคเบาหวานในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยนกกก ตำบลแม่หละ อำเภอท่าสองยาง จังหวัดตาก โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2563 ถึง กุมภาพันธ์ 2564

โดยดำเนินงานตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุงประสงค์ของการวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลจากตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลของตัวอย่างตามแบบสอบถาม โดยการสัมภาษณ์
3. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาตรวจสอบความถูกต้อง และความสมบูรณ์ของข้อมูลแล้วจึงนำข้อมูลมาวิเคราะห์

ผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มเสี่ยงในเขตพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยนกกก กลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษาครั้งนี้คือ ประชาชนที่ได้รับการคัดกรองโรคและมีภาวะ เสี่ยงด้วยโรคเบาหวาน ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยนกกก กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่าง จำนวนทั้งสิ้น 60 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมเป็นแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จากการทบทวน เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวของ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 369 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาได้แก่ค่าร้อยละค่าเฉลี่ยค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน