

ชื่อเรื่อง : ผลการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด หอผู้ป่วย

อายุรกรรมหญิง โรงพยาบาลสตูล

ผู้นิพนธ์และสังกัด พว.สาวิตรี อิตถิ พว.มยุรา ธนภัทรภรณ์ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หน่วยงาน อายุรกรรมหญิง โรงพยาบาลสตูล อำเภอเมือง จังหวัดสตูล

บทนำ

เบาหวานเป็นหนึ่งในโรคเรื้อรังที่บั่นทอนคุณภาพชีวิตและคร่าชีวิตมนุษย์มากที่สุดโรคหนึ่ง และมีแนวโน้มอัตราการเกิดโรคเพิ่มมากขึ้นในอนาคตในช่วง 35 ปีที่ผ่านมาทั่วโลกมีผู้ป่วยเป็นเบาหวานเพิ่มขึ้นถึง 4 เท่า จาก 108 ล้านคนในปี 2523 เป็น 422 ล้านคนในปี 2557 และกำลังเป็นปัญหาใหญ่ในประเทศกำลังพัฒนา การที่โลกมีประชากรสูงวัยมากขึ้นและมีคนเป็นโรคอ้วนมากขึ้นทำให้โรคเบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขของโลก เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เป็นโรคระยะยาว และทำให้เสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อนต่างๆ เช่น กล้ามเนื้อหัวใจตาย หลอดเลือดสมอง ตาบอด ไตวาย ต้องตัดแขนขาและเสียชีวิตก่อนวัยอันควร อย่างไรก็ตามองค์การอนามัยโลกแนะนำว่าผู้ป่วยเบาหวานสามารถดูแลตนเองได้ด้วยการรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ ออกกำลังกายควบคู่ไปกับการรักษาด้วยยา (เสาวลักษณ์, 2559) สถิติเบาหวานทั่วโลกในปี 2558 มีผู้ป่วยเบาหวานจำนวน 415 ล้านคน (สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, 2557) ในปี พ.ศ.2557 มีผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานคิดเป็นอัตราตาย 17.53 ต่อแสนประชากร นอกจากนี้พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมีเพียงร้อยละ 37.9 นอกจากนี้ประมาณ 85%ของการสูญเสียจากเบาหวานสามารถป้องกันได้ หากค้นพบและรักษาภาวะแทรกซ้อนตั้งแต่เริ่มแรก ดังนั้นการตรวจประเมินเท้าผู้ป่วยเบาหวานอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง รวมถึงการดูแลรักษาผู้ป่วย และการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยและครอบครัวในการดูแลตนเอง (นุชรี, 2558) อย่างไรก็ตามองค์การอนามัยโลกแนะนำว่าผู้ป่วยเบาหวานสามารถดูแลตนเองได้ด้วยการรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ ออกกำลังกายควบคู่ไปกับการรักษาด้วยยา (เสาวลักษณ์, 2559)

โรงพยาบาลสตูลรับผู้ป่วยเบาหวานไว้ใน การดูแลตั้งแต่ปีงบประมาณ 2558-2559 จำนวน 189 คน และ 124 คน ตามลำดับ และผู้ป่วยเบาหวานมีภาวะแทรกซ้อนจำนวน 32 คน และ 26 คน ตามลำดับ จากการเก็บข้อมูลของหน่วยงานอายุรกรรมหญิง โรงพยาบาลสตูล พบว่ารับผู้ป่วยเบาหวานไว้ใน การดูแลตั้งแต่ปีงบประมาณ 2558-2559 จำนวน 102 คน และ 49 คน ตามลำดับ และมีผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนจำนวน 14 คน และ 9 คน ตามลำดับซึ่งพบว่าการดูแลตนเองที่

จำเป็นเมื่อมีภาวะเบี่ยงเบนทางสุขภาพอยู่ในระดับต่ำ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด หอผู้ป่วยอายุรกรรมหญิง โรงพยาบาลสตูล

วัตถุประสงค์และวิธีการ

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยเบาหวานที่รับไว้รักษาในหน่วยงานอายุรกรรมหญิง โรงพยาบาลสตูล ตั้งแต่เดือนตุลาคม 2559 ถึงเดือนธันวาคม 2559 เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แผนการทำกิจกรรมกลุ่ม และแบบบันทึกระดับน้ำตาลในเลือด เก็บข้อมูลก่อนทำกิจกรรมกลุ่มเมื่อ ตุลาคม-ธันวาคม 2559 หลังทำกิจกรรมกลุ่ม เมื่อ กุมภาพันธ์ -เมษายน 2560 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ร้อยละ

ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (N)	ระดับน้ำตาลในเลือดที่ควบคุมได้		ระดับน้ำตาลในเลือดที่เกินเกณฑ์	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ก่อนทำกิจกรรม	65	31	47.6	34	53.84
หลังทำกิจกรรม	65	45	69.33	20	30.67

ก่อนทำกิจกรรมกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน 65 รายมี น้ำตาลเกินเกณฑ์ ร้อยละ 53.84 และหลังการทำกิจกรรมกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน 20 ราย น้ำตาลเกินเกณฑ์ ร้อยละ 30.67

วิจารณ์

จากการศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตำบลบางแม่นาง อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองโดยรวมอยู่ในระดับสูง การรับรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ได้แก่ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน การรับรู้ความรุนแรงของโรคเบาหวาน การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อควบคุมโรค และการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติเพื่อการดูแลสุขภาพของผู้ป่วย

โรคเบาหวาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และแรงสนับสนุนทางสังคม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว แรงสนับสนุนทางสังคม จากเพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน ผู้ป่วยเบาหวานด้วยกัน และแรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคลากรด้าน สาธารณสุข มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน (วรรณรา และณิษานาฏ, 2557) สอดคล้องกับผลการวิจัยโดยการทำกิจกรรมกลุ่มของผู้ป่วยเบาหวาน ส่งผลต่อ พฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ทำให้สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

จากการศึกษาพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่ม เสี่ยงโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง ในจังหวัดสมุทรปราการ ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การช้ยา และการจัดการความเครียดที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานในกลุ่มเสี่ยง โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการ โดยภาพรวมอยู่ใน ระดับปานกลาง (ทัศนีย์,อินทัยและศศิธร, 2557)

จากการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับการรักษาในหน่วย ตรวจอายุรกรรม ของโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้ เกี่ยวกับโรคเบาหวานอยู่ในระดับสูง และมีทัศนคติเกี่ยวกับโรคเบาหวานในระดับสูง ผู้ป่วยมี พฤติกรรมในการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี (กฤติเดช,พิชสุดาและอภิเชษฐ์, 2559) ซึ่งสอดคล้องกับ ผลการวิจัยโดยผู้ป่วยเบาหวานที่มีการดูแลตนเองได้ดีนั้นต้องมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ซึ่ง เกิดจากการทำกิจกรรมกลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

- 1.ควรมีการวิจัยเพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่รับไว้ รักษาในหน่วยงานอายุรกรรมหญิง โรงพยาบาลสตูล เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับเสริมพลังอำนาจในการ ดูแลตนเองอย่างต่อเนื่อง
- 2.นำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ในการจัดระบบการวางแผนจำหน่ายผู้ป่วยโรคเบาหวานเพื่อให้ ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง
- 3.ควรศึกษาผลการดูแลตนเองของผู้ป่วยในระยะมาตามนัด

สรุป

กิจกรรมกลุ่มการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ ในระดับไม่เกินเกณฑ์ได้