

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ(Action Research) เพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ตำบลโปพาน อำเภอนาเชือก จังหวัดมหาสารคาม ประชากรที่ศึกษาคือ ผู้ป่วยเบาหวานสมัครเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 30 คน สมาชิกในครอบครัวของผู้ป่วยจำนวน 14 คน บุคลากรสาธารณสุขที่เกี่ยวข้อง จำนวน 3 คน เก็บข้อมูลระหว่างเดือนกรกฎาคม 2548 ถึง เดือน กันยายน 2548 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้โปรแกรมSPSS ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ในรูปแบบการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติ Paired t test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ระดับน้ำตาลในเลือด และความดันโลหิต ก่อนและหลังพัฒนา โดยกำหนดระดับนัยสำคัญสถิติที่ 0.05 ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ การสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์เจาะลึก และการสังเกตพฤติกรรม ทำการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ผลการวิจัยมีดังนี้

สถานการณ์ก่อนการวิจัย พบว่า ผู้ป่วยเบาหวาน ส่วนใหญ่ยังขาดความรู้เรื่องโรคเบาหวาน และมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้อง ครอบครัวผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการดูแลน้อย และเข้าใจว่าการดูแลผู้ป่วยเป็นหน้าที่ของบุคลากรทางการแพทย์และผู้ป่วยเองส่วนศูนย์สุขภาพชุมชนยังเน้นการให้บริการรักษาพยาบาลมากกว่าการติดตามดูแลสุขภาพผู้ป่วย จากการประชุมกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ครอบครัว บุคลากรสาธารณสุขจึงได้กิจกรรมหลัก 3 กิจกรรม คือ 1) การให้ความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวานและครอบครัว 2) การจัดตั้งกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน 3) การให้บริการผู้ป่วยเยี่ยมบ้าน ดำเนินกิจกรรมเป็นเวลา 3 เดือนประเมินหลังเสร็จสิ้นการพัฒนา พบว่าผู้ป่วยและผู้ดูแลเข้าร่วมอบรมทั้งหมด และได้รับคู่มือการดูแลสุขภาพตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวนผู้ป่วยมีความรู้ในระดับมากเพิ่มจาก 15 คนเป็นทั้งหมด(30คน) ผู้ป่วยเบาหวานได้จัดตั้งกลุ่มจำนวน 3 กลุ่ม ผู้ป่วยทั้งหมดได้รับการเชิงรุกและการดูแลสุขภาพจากบุคลากรสาธารณสุขและครอบครัวอย่างต่อเนื่อง การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.00$) ระดับน้ำตาลในเลือดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.00$) ผู้ป่วยมีน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติเพิ่มขึ้นร้อยละ 10 ครอบครัวของผู้ป่วยมีความรู้และเข้าใจสภาพปัญหาการเจ็บป่วย และให้การเอาใจใส่ในการดูแลผู้ป่วยมากขึ้น บุคลากรศูนย์สุขภาพชุมชนมีการพัฒนาทั้งทางด้านการบริหารจัดการ วิชาการ การให้บริการที่ตรงตามความต้องการของผู้ป่วยและการพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวานมีประโยชน์และผู้ป่วยให้ความร่วมมือขยายรูปแบบการดูแลตนเองเพื่อสร้างเครือข่ายของผู้ป่วยเบาหวานในชุมชนอื่นต่อไป

This action research aimed to develop a self care model for type 2 diabetes mellitus (DM) patients at Porpan Primary Care Unit, Nachuak District, Mahasarakham Province. The study emphasized on participation of patients, family in identifying problems and need, planning, implementing, reflecting and evaluation of its implementation. The research was conducted in 4 villages based on inclusion criteria. Samples were all 30 type – 2 DM patients, 14 Type – 2 DM patients' family members, and 3 health personnel from Porpan Primary Care Unit and Nongsra Primary Care Unit. The field study was conducted during July to September 2005. The data was analyzed for frequency, percentage, mean, standard deviation and paired t – test. data from focus group discussion and in – depth interviews was undergone content analysis. The results were as follows:

Before the study, most of the patients had low self care ability and inadequate knowledge on their illness. Family members seldom involved in patient's care and perceived that it was health personnel's role. Health service for type – 2 DM patients provided by PCU were mostly curative services than health promotion. After the participatory meeting of 3 sectors, they had set 3 projects for self care of DM patients development. The projects including 1) Improving knowledge of DM patients 2) Establishment of DM patients group 3) Home health care of DM patient. The projects were implemented for 3 months and then evaluation. It was found that all of patients and family members joint the training. All of them received type-2 DM patients self care guide book. Fifty percent more patients had increased the knowledge up to high level. They established 3 DM groups. All DM patients continuously received health promotion services from health personals and families. The patients were statistically significantly gained more knowledge and changed their self care behaviors ($p < 0.00$). Blood sugar level was significantly reduced ($P < 0.00$). All family members gained more knowledge, changed perception on DM and increased their participation in patients' care. Most of the patients reflected that the personnel of PCU has improved its management and services which responded to their problems and needs.