

รูปแบบการให้ความรู้ในการควบคุมอาหารตามหลักโภชนาการสำหรับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
NUTRITIONAL EDUCATION PATTERN ON DIETARY CONTROL ACCORDING TO
NUTRITION THERAPY FOR PATIENTS WITH TYPE II DIABETES

รุ่งนภา ปลื้มบุญ 5337358 NSCN/M

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : กิรดา ไกรนุวัตร, Ph.D. (NURSING), ปณัฏา ปรีทยาคม, วท.ม.
(วิทยาการระบาด)

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อค้นหารูปแบบการให้ความรู้ในการควบคุมอาหารตามหลักโภชนาการสำหรับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โดยการสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์ มีขั้นตอนการสืบค้นประกอบด้วย 1) กำหนดประเด็นปัญหาทางคลินิก 2) กำหนดการสืบค้นตามกรอบ PICO 3) การประเมินคุณภาพและระดับของหลักฐานเชิงประจักษ์ ผลการสืบค้นได้งานวิจัยจำนวน 10 เรื่อง เป็นงานวิจัยเชิงทดลองจำนวน 7 เรื่อง และงานวิจัยกึ่งทดลองจำนวน 3 เรื่อง เมื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์หลักฐานเชิงประจักษ์ได้องค์ความรู้ที่เป็นสาระสำคัญดังนี้ 1) คุณลักษณะของกลุ่มผู้ป่วย 2) รูปแบบของการให้ความรู้ 3) การสอนให้ความรู้ 4) สื่อที่ใช้ในการให้ความรู้ 5) การประเมินผลลัพธ์

การศึกษานี้มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการให้ความรู้ในการควบคุมอาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ควรเป็นรูปแบบการให้ความรู้ที่มีสาระเกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหารให้เหมาะสมตามหลักโภชนาการ ความต้องการพลังงานที่ร่างกายควรได้รับต่อวันที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมการบริโภค และวิถีชีวิตส่วนบุคคล ร่วมกับการฝึกทักษะการวางแผนการบริโภคอาหารตามหลักของอาหารแลกเปลี่ยน การนับปริมาณคาร์โบไฮเดรตและการจดบันทึกรายการอาหารที่รับประทานประจำวัน โดยการให้ความรู้สามารถจัดให้เป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม และมีการประเมินผลลัพธ์ของการให้ความรู้และฝึกทักษะจากระดับน้ำตาลสะสมในเลือด

คำสำคัญ : ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 / การให้ความรู้ด้านโภชนาการ / ระดับน้ำตาลสะสมในเลือด

**NUTRITIONAL EDUCATION PATTERN ON DIETARY CONTROL ACCORDING
TO NUTRITION THERAPY FOR PATIENTS WITH TYPE II DIABETES**

RUNGNAPHA PLUEMBOON 5337358 NSCN/M

M.N.S. (COMMUNITY NURSE PRACTITIONER)

**THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE : KERADA KRAINUWAT, Ph.D.
(NURSING), PANUDDA PRIYATRUK, M.N.S. (EPIDEMIOLOGY)**

ABSTRACT

This study aimed to analyze and synthesize a pattern of nutritional education based on nutrition therapy for dietary control among patients with type 2 diabetes mellitus. The steps of evidence searching consisted of 1) identifying clinical problems, 2) determining the search according to the PICO framework, and 3) evaluating levels and the quality of the evidence. Ten studies were selected for this study. Seven of them were experimental research studies, and the rest were quasi-experimental research studies. Knowledge and details from selected evidence analysis and synthesis were described as follows: 1) characteristics of patients, 2) nutritional education pattern, 3) knowledge teaching, 4) media used for teaching, and 5) outcomes evaluation.

This study suggested that nutritional education patterns for dietary control among patients with type 2 diabetes should include knowledge on how to select appropriate food based on nutrition therapy, an understanding of daily calories requirement, culture of consumption, and personal lifestyle. Skill practices were also included in terms of dietary planning based on food exchange lists, carbohydrates counting, and daily food intake recording. Knowledge could be provided to patients individually or in groups. Teaching outcomes were evaluated by using Hemoglobin A1c level.

**KEYWORDS: PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS/ NUTRITIONAL
EDUCATION/ HEMOGLOBIN A1C LEVEL**

109 pages.