

จรรย์รัตน์ งามบุญแกม 2557: ผลการให้ความรู้ด้านโภชนาการและการตรวจติดตาม
น้ำตาลในเลือดด้วยตนเอง (SMBG) ต่อระดับฮีโมโกลบินเอวันซี ของผู้ป่วยเบาหวาน
ชนิดที่ 2 วิทยาลัยวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์) สาขาหกรรมศาสตร์
ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์สิริพันธุ์
จุลกรังคะ, M.S. 152 หน้า

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาจำนวนผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีการวัดระดับ
น้ำตาลในเลือดด้วยตนเอง และผลของการให้ความรู้ด้านโภชนาการและการตรวจติดตามระดับ
น้ำตาลในเลือดด้วยตนเองต่อความรู้ด้านโภชนาการ การดูแลตนเองด้านต่าง ๆ และระดับ HbA_{1c}
ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 วางแผนการทดลองแบบ Pretest-Posttest Control Group Design
แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยสุ่มแบบ Cluster sampling
กลุ่มละ 20 คน ทั้งสองกลุ่มได้รับความรู้ทางโภชนาการเหมือนกัน แต่กลุ่มทดลองต้องมีการวัด
ระดับน้ำตาลในเลือดด้วยตนเองแบบมีแบบแผน (Structured testing) หลังได้รับความรู้ทาง
โภชนาการและได้รับการติดตามทางโทรศัพท์สัปดาห์ละ 1 ครั้ง จนครบ 24 สัปดาห์จากผู้วิจัย
เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ เอกสารประกอบการให้ความรู้โภชนาการ แบบสัมภาษณ์ แบบสอบถามและ
สมุดบันทึกการติดตามระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วย ดำเนินการทดลองตั้งแต่เดือนมกราคม
2557 ถึงเดือนกันยายน 2557 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ คือ t-test

ผลการวิจัย พบว่าผู้ป่วยที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาลเมโย ร้อยละ 40.2 มีการวัดระดับ
น้ำตาลในเลือดด้วยตนเอง จากการทดลองพบว่า ทั้งสองกลุ่มมีคะแนนความรู้ทางโภชนาการและ
คะแนนเฉลี่ยการดูแลตนเองด้านต่าง ๆ เพิ่มขึ้นแต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
($p > 0.05$) หลังการทดลองพบว่าระดับ HbA_{1c} ของกลุ่มทดลองลดลงจาก $9.11\% \pm 2.07\%$ เป็น
 $7.76\% \pm 1.19\%$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.016$) และมีค่าต่ำกว่ากลุ่มควบคุม ($9.19\% \pm 2.09\%$)
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.012$) แสดงให้เห็นว่าการวัดระดับน้ำตาลด้วยตนเองเป็นวิธีการที่ดี
วิธีหนึ่งในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2