

โรคเบาหวานเป็นภาวะการเจ็บป่วยเรื้อรัง ส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และภาวะเศรษฐกิจ การปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นแนวทางสำคัญที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุโรคเบาหวานมีภาวะสุขภาพที่ดี การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบหาความสัมพันธ์เชิงทำนาย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคมในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน และอำนาจการทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ตามกรอบแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 1996) เลือกกลุ่มตัวอย่างตามสะดวก เป็นผู้สูงอายุโรคเบาหวานจำนวน 197 รายที่มารับบริการที่โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ และโรงพยาบาลนครพิงค์ ระหว่างเดือน มิถุนายน ถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2547 เครื่องมือวิจัยเป็นแบบสอบถามประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคม แบบสอบถามได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหามากกว่า .80 และได้ทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้านการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคม โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคได้ค่ามากกว่า .80 และด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคมโดยใช้เทคนิคการทดสอบซ้ำ ได้ค่าความเชื่อมั่นมากกว่า .70 ขึ้นไป วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และ ทดสอบอำนาจในการทำนายโดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการศึกษาพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านโภชนาการ ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับเหมาะสมมาก ส่วนด้านกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง
2. กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ส่วนคะแนนการรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับต่ำ
3. การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 39.8 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .001

ผลการวิจัยครั้งนี้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับบุคลากรด้านสุขภาพ ในการวางแผนเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคเบาหวานปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมต่อไป

Diabetes mellitus (DM) is the chronic illness affecting the elderly in physical, mental social and economic aspects. Practicing health promoting behaviors is an approach to facilitate the elderly with DM to achieve optimal health. The purposes of this predictive correlation study were to investigate health promoting behaviors, perceived benefits and perceived barriers as well as perceived self efficacy, social support and predicting factors of health promoting behaviors among the elderly with DM. The Health Promotion Model developed by Pender (1996) was adopted to be a conceptual framework. The 197 study samples attending at the out patient unit of Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital and Nakornping Hospital during June to August, 2004 were chosen conveniently. The research instrument was a questionnaire consisting of a Demographic Data Recording Form, Health Promoting Behaviors, Perceived Benefits of Health Promoting Behavior, Perceived Barriers to Health Promoting Behavior, Perceived Self-efficacy and Social Support. The content validity of the questionnaire was approved by the experts and its content validity index were over .80. The reliability of the questionnaire was also tested. The Cronbach's coefficient alpha of perceived benefits of health promoting behavior, perceived barriers to health promoting behaviors, perceived self-efficacy and social support using test-retest, using test-retest, were above .70. Data were analyzed by using descriptive statistics and stepwise multiple regression.

The results revealed that:

1. The subjects had a highly appropriate level of overall health promoting behaviors. Considering each aspect of health promoting behaviors, health responsibility, nutrition, interpersonal relationship, spiritual growth and stress management were at a highly appropriate level whereas physical activity was at a moderately appropriate level;
2. The subjects had a high level of perceived benefits of health promoting behaviors, perceived self-efficacy and social support whereas perceived barriers to health promoting behaviors was at a low level; and
3. The perceived self-efficacy and social support, together could explain the variation of health promoting behaviors at 39.8 percent ($p < .001$).

The results of this study, hence, could be used as baseline information for health personnel to plan for appropriate program to promote health promoting behaviors of the elderly with DM.