

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “ภาวะเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานของประชาชนอายุ 40 ปีขึ้นไป จังหวัดสุพรรณบุรี ปี พ.ศ. 2549 ” เป็นการวิจัยทางระบาดวิทยาเชิงวิเคราะห์ แบบ Case-control Retrospective Study มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเป็นโรคเบาหวานของประชาชนอายุ 40 ปีขึ้นไป จังหวัดสุพรรณบุรี ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือประชาชนที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในพื้นที่ อำเภอเมือง อำเภออู่ทอง อำเภอสองพี่น้อง และอำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ประชาชนตามคุณลักษณะที่ผู้วิจัยกำหนด ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล เดือนธันวาคม 2549 – เดือนมกราคม 2550 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม Epi Info 2000 versoin 3.3.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ สถิติเชิงพรรณนา ใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และวิเคราะห์หาความเสี่ยงสัมพันธ์ต่อการเป็นโรคเบาหวาน โดยคำนวณค่า Odds Ratio (OR) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% Confidence Interval ของ OR

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยมีข้อค้นพบ ดังนี้

ประชาชนที่เข้าร่วมศึกษา โดยการสัมภาษณ์ทั้งหมด จำนวน 411 คน จำแนกเป็นกลุ่มเป็นโรคเบาหวาน จำนวน 204 คน และไม่เป็นโรคเบาหวานจำนวน 207 คน (มีสัดส่วนเท่ากับ 1:1)

1. คุณลักษณะทางประชากร

คุณลักษณะทางชีวสังคมและคุณลักษณะทางเศรษฐกิจและสังคมของประชาชนกลุ่มเป็นโรคเบาหวาน เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีอายุเฉลี่ย 60.98 ปี มีสถานภาพสมรสคู่ และจบการศึกษาระดับประถมศึกษา ประกอบอาชีพเกษตรกรและรับจ้าง มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 10,000 บาท และสิทธิในการรักษาพยาบาลมีบัตรประกันสุขภาพ เป็นส่วนมาก ในกลุ่มไม่เป็น

โรคเบาหวาน เพศชายและเพศหญิงมีสัดส่วนโดยประมาณเท่ากัน มีอายุเฉลี่ย 57.89 ปี มีสถานภาพสมรสคู่ จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ประกอบอาชีพรับจ้างและเกษตรกรกรรม มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 10,000 บาท และสิทธิในการรักษาพยาบาลส่วนมากมีบัตรประกันสุขภาพ เป็นส่วนมาก

ประวัติและพฤติกรรมด้านสุขภาพของประชาชน กลุ่มเป็นโรคเบาหวาน เมื่อมีอาการเจ็บป่วย จะไปรับการรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาล หรือสถานอนามัยใกล้บ้าน มีมารับประทานเป็นประจำ ไม่รับประทานยาสมุนไพรและยาแผนโบราณ เป็นส่วนมาก มีพฤติกรรมออกกำลังกายเป็นประจำและไม่ออกกำลังกายเป็นประจำ มีสัดส่วนโดยประมาณเท่ากัน มีการปฏิบัติงานบ้านเป็นประจำ ไม่สูบบุหรี่ มีระดับความดันโลหิตมากกว่า 140/90 mmHg และค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 เป็นส่วนมาก ในกลุ่มไม่เป็นโรคเบาหวาน เมื่อมีอาการเจ็บป่วย จะไปรับการรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาล หรือสถานอนามัยใกล้บ้าน มีและไม่มีการรับประทานเป็นประจำ มีสัดส่วนโดยประมาณเท่ากัน ไม่รับประทานยาสมุนไพรและยาแผนโบราณ มีพฤติกรรมออกกำลังกาย และมีการปฏิบัติงานบ้านเป็นประจำ ไม่สูบบุหรี่ มีระดับความดันโลหิตน้อยกว่า 140/90 mmHg เป็นส่วนมาก และมีค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 และน้อยกว่า 25 มีสัดส่วนโดยประมาณเท่ากัน

การปฏิบัติตนด้านสุขภาพ เรื่องการควบคุมความดันโลหิต การควบคุมระดับไขมัน การควบคุมน้ำหนักและรอบเอว และเพิ่มการบริโภคผัก ผลไม้และลดการบริโภคเนื้อ กลุ่มเป็นโรคเบาหวาน ส่วนมากปฏิบัติไม่ได้ และกลุ่มไม่เป็นโรคเบาหวาน ปฏิบัติได้และปฏิบัติไม่ได้มีสัดส่วนโดยประมาณเท่ากัน

2. ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของประชาชน ในกลุ่มเป็นโรคเบาหวานส่วนมากมีความรู้เรื่องโรคเบาหวานถูกต้อง และในกลุ่มไม่เป็นโรคเบาหวานส่วนมากมีความรู้เรื่องโรคเบาหวานถูกต้องเช่นกัน

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร (3 เดือนที่ผ่านมา) ของประชาชนในกลุ่มเป็นโรคเบาหวาน ส่วนมากมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเหมาะสม กลุ่มไม่เป็นโรคเบาหวานส่วนมากมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเหมาะสมเช่นกัน

3. ผลการวิเคราะห์ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานจำแนกตามปัจจัยต่างๆ

ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ โดยคำนวณค่า OR (Odds Ratio) และ 95% Confidence Interval ของ OR พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ คือ

ปัจจัยด้านการออกกำลังกาย ผู้ที่ไม่ปฏิบัติงานบ้านเป็นประจำ จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 6.1 เท่า ของผู้ที่ปฏิบัติงานเป็นประจำ ผู้ที่ไม่ออกกำลังกายเป็นประจำ จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 2.4 เท่า ของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำ ผู้ที่มีระดับความดันโลหิตมากกว่า 140/90 mmHg จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 4.6 เท่า ของผู้ที่มีระดับความดันโลหิตน้อยกว่า 140/90 mmHg

ปัจจัยด้านภาวะอ้วน ผู้ที่ไม่ควบคุมน้ำหนักและระดับรอบเอว จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 5.9 เท่า ของผู้ที่ควบคุมน้ำหนักและระดับรอบเอว ผู้ที่มีค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 3.3 เท่า ของผู้ที่มีค่าดัชนีน้อยกว่า 25

ปัจจัยด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผู้ที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเหมาะสมช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานได้ 0.4 เท่าของผู้ที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่เหมาะสม ผู้ที่ไม่เพิ่มการบริโภคผัก ผลไม้ และไม่ลดการบริโภคเกลือ จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 4.4 เท่า ของผู้ที่เพิ่มการบริโภคผัก ผลไม้ และลดการบริโภคเกลือ

ปัจจัยด้านความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ผู้ที่มีความรู้เรื่องโรคเบาหวานไม่ถูกต้อง จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 1.8 เท่า ของผู้ที่มีความรู้เรื่องโรคเบาหวานถูกต้อง

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการสรุปผลการวิจัย เรื่อง ภาวะเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานของประชาชนอายุ 40 ปีขึ้นไป จังหวัดสุพรรณบุรี สามารถนำประเด็นที่สำคัญมาอภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

การออกกำลังกาย ประชาชนที่ไม่ออกกำลังกายเป็นประจำ และไม่ปฏิบัติงานบ้านเป็นประจำ มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ของคณะกรรมการประสานงานสาธารณสุขระดับอำเภอบ้านนา จังหวัดนครนายก พบว่า ระดับการใช้กำลังกายในการดำเนินชีวิตประจำวันเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดโรคเบาหวาน โดยผู้ที่มีพฤติกรรมการใช้กำลังกายในการดำเนินชีวิตเป็นประจำ จะมีโอกาสเกิดโรคเบาหวานได้น้อยกว่า ผู้ที่ไม่ค่อยทำงานใดๆ เพราะผู้ที่ใช้แรงงานจากการประกอบอาชีพ นับเป็นการออกกำลังกายจากการประกอบอาชีพ สามารถช่วยลดความเสี่ยง และเป็นการป้องกันโรคเรื้อรังได้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ พัทธกรณ์

กึ่งแก้ว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ มีการออกกำลังกายมากกว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ มาลี จำนวนผล พบว่า การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอของผู้หญิงที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ช่วยลดจำนวนไขมันที่เกาะตามร่างกาย และเพิ่มความไวของเนื้อเยื่อในการตอบสนองต่ออินซูลิน สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ในระยะยาว และการออกกำลังกายที่เหมาะสม สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานคือการออกกำลังกายแบบแอโรบิก เพราะเป็นการออกแรงโดยอาศัยพลังงานที่เผาผลาญออกซิเจน นอกจากนี้ พบว่า ผู้ที่มีระดับความดันโลหิตมากกว่า 140/90 mmHg มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ของคณะกรรมการประสานงานสาธารณสุขระดับอำเภอบ้านนา จังหวัดนครนายก พบว่า คนที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน จะมีโรคความดันโลหิตสูงร่วมด้วยมากกว่าคนปกติ 3 เท่า

ภาวะอ้วน ประชาชนที่มีค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 และไม่ควบคุมน้ำหนัก มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ของคณะกรรมการประสานงานสาธารณสุขระดับอำเภอบ้านนา จังหวัดนครนายก พบว่า คนอ้วนมีโอกาสเป็นโรคเบาหวานมากกว่าคนไม่อ้วนและเริ่มอ้วน และการศึกษาของ พัทธภรณ์ กิ่งแก้ว พบว่า ภาวะโภชนาการของผู้ป่วยโรคเบาหวาน กลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ มีค่าดัชนีมวลกายสูงกว่าปกติ (54.5%) น้อยกว่ากลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ (61.8%) และกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ มีสัดส่วนระหว่างเส้นรอบเอวต่อเส้นรอบสะโพกสูงกว่าปกติ (47.3%) น้อยกว่ากลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ (50.9%)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ประชาชนที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเหมาะสม ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และผู้ที่ไม่เพิ่มการบริโภคผัก ผลไม้ และไม่ลดการบริโภคเกลือ มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พัทธภรณ์ กิ่งแก้ว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ มีความถี่ในการรับประทานผักใบเขียวต่างๆ เช่น ผักบุ้ง กะหล่ำปลี บวบ ผักกาด และแตงกวา มีความถี่ในการรับประทานสูงกว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ และการรับประทานอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ติดมัน เช่น หมูสามชั้น เนื้อติดมัน ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ มีความถี่ในการรับประทานต่ำกว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ และการรับประทานขนม และของหวานตามใจชอบ ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ รับประทานน้อยกว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้

ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ประชาชน ที่มีความรู้เรื่องโรคเบาหวานไม่ถูกต้อง มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นางลักขณ์ วุฒิไชยา พบว่า ประเด็น

ความรู้ที่ประชาชนส่วนใหญ่มีความรู้ เป็นความรู้ที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคเบาหวาน เนื่องจากได้รับความรู้จากหอกระจายข่าวมากกว่าวิธีอื่นๆ ซึ่งเป็นการได้รับข้อมูลทางเดียว อาจได้รับข้อมูลไม่ครบถ้วน ไม่เกิดการแลกเปลี่ยนและซักถาม และสอดคล้องกับการศึกษาของ วาสนา เตชะธีราวัฒน์ พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ คือความถี่ของการได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน การรับรู้ประโยชน์ของการป้องกันโรคเบาหวาน และสอดคล้องกับการศึกษาของ อรุณีย์ ศรีนิวล พบว่า การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานของประชาชนกลุ่มเสี่ยง คือผู้ที่อายุ 40 ปีขึ้นไป ผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย ผู้ที่อ้วน ผู้ที่มีภาวะเครียด ผู้ที่ป่วยเป็นตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง มีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะจากการวิจัยและข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. การดำเนินงานให้สุขศึกษา ประชาสัมพันธ์ แก่ประชาชน ควรจัดให้ประชาชนได้รับความรู้จากหลายๆ ช่องทาง และมีช่องทาง สำหรับประชาชนสอบถามข้อสงสัย หรือซักถามปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพได้
2. ปรับวิธีการดำเนินงาน ทั้งด้านการให้บริการ และให้ความรู้แก่ประชาชน ให้เหมาะสมกับสภาพของประชาชนในแต่ละพื้นที่
3. การวางแผนการดำเนินงานสาธารณสุข ควรนำข้อมูลจากผลการดำเนินการตรวจคัดกรองเบาหวานและความดันโลหิต มาจำแนกประชาชนออกเป็นกลุ่มเสี่ยงต่างๆ เช่น ประชาชนกลุ่มที่มีค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 ประชาชนกลุ่มที่มีระดับความดันโลหิตสูง และจัดบริการด้านการควบคุมและป้องกันโรคไม่ติดต่อ ที่เหมาะสมในแต่ละกลุ่ม เพื่อเป็นการแก้ไขปัญหาด้านสาธารณสุขได้ตรงประเด็นมากขึ้น
4. ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพ ในกลุ่มประชาชนที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน และไม่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน เพื่อนำผลการศึกษามาเป็นแนวทางในการดำเนินงานด้านสาธารณสุข ต่อไป

ข้อผิดพลาดที่พบในการวิจัยครั้งนี้ คือ

1. ความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากการปฏิเสธเข้าร่วมศึกษาของประชาชน ในขณะที่คนป่วยเป็นโรคเบาหวาน และมีปัจจัย ยินดีเข้าร่วมศึกษา

2. ความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากกรณีความจำ คนที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานสามารถจำรายละเอียดหรือปัจจัยที่ได้รับมากกว่าคนที่ไม่เป็นโรคเบาหวาน จึงค้นพบสาเหตุว่าเพราะอะไร ในขณะที่ผู้ที่ไม่เป็นโรคเบาหวาน จะไม่จำรายละเอียดหรือสิ่งที่เป็นปัจจัย

3. ความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากการค้นหาปัจจัย โดยผู้สัมภาษณ์ขึ้นเกี่ยวกับปัจจัยที่สงสัยนั้นๆ ในผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน มากกว่าผู้ที่ไม่เป็นโรคเบาหวาน จึงทำให้พบการได้รับปัจจัยมากกว่า ซึ่งในความเป็นจริง สัดส่วนการได้รับปัจจัยอาจพอๆ กัน

4. ความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากการไม่ได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างตามรูปแบบการศึกษาของ Case-Control Retrospective Study แต่ใช้วิธีการกำหนดคุณลักษณะและสัมภาษณ์ประชาชน เมื่อพบคุณลักษณะตามที่กำหนด ทำให้ค่าของอัตราเสี่ยงสัมพัทธ์มีความน่าเชื่อถือน้อย

5. ค่า Crude Odds ratio บอกได้แต่อัตราเสี่ยงของแต่ละปัจจัย โดยไม่มีการควบคุมปัจจัยอื่นๆ ที่อาจมารบกวน ทำให้ค่าอัตราเสี่ยงของแต่ละปัจจัยที่ได้มีค่ามากกว่า หรือน้อยกว่าความเป็นจริง หรืออาจเรียกได้ว่าเป็นความสับสนคลวง

การนำข้อมูลไปใช้ประโยชน์

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อต้องการทราบปัจจัยที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ของประชาชนอายุที่มี 40 ปีขึ้นไป จังหวัดสุพรรณบุรี สามารถนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ในการวางแผนการดำเนินงานสาธารณสุข และวางแผนการจัดบริการสาธารณสุขด้านการควบคุมและป้องกันโรคไม่ติดต่อ การส่งเสริมสุขภาพ ของประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่างๆ ได้ เช่น การดำเนินงานการตรวจคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตตามมาตรฐาน เพื่อค้นหาผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในระยะเริ่มแรก และควบคุมโรค ได้ต่อไป อย่างมีประสิทธิภาพ และในการดำเนินงานการให้สุขภาพแก่ประชาชน ควรให้ความรู้เรื่องโรคที่ตามมาจากการเป็นโรคเบาหวาน เช่น โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดเสื่อม และความรู้ด้านการปฏิบัติตนที่ถูกต้องแก่ประชาชนในกลุ่มเสี่ยง ต่อไป