

พฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ที่เป็นเบาหวานมีความสำคัญต่อผู้ที่เป็นเบาหวานในการที่จะดำรงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพที่ดีและความผาสุก การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยนำเอื้อ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม ที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ที่เป็นเบาหวาน และเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ระหว่างผู้ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ กับผู้ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ โดยศึกษาจากกลุ่มประชากร จำนวน 232 ราย ที่มารับการรักษาที่หน่วยบริการปฐมภูมิ ในเขตอำเภอสบปราบ จังหวัดลำปาง เก็บรวบรวมข้อมูล โดยวิธีการสัมภาษณ์จากแบบสัมภาษณ์ ได้แก่ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มที่เข้าร่วมในการศึกษา ปัจจัยที่เกี่ยวข้องพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และพฤติกรรมการควบมน้ำตาลในเลือด ทั้ง 4 ด้านคือ ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการใช้ยา และด้านการจัดการความเครียด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาสถิติสหสัมพันธ์สเปียร์แมน และ สถิติ ทดสอบค่าเฉลี่ยของประชากร 2 กลุ่มอิสระต่อกัน

จ

200811

ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ที่เป็นเบาหวานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 เมื่อพิจารณาทางด้านพบว่า ปัจจัยนำมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดทั้ง 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ 0.01 ได้แก่ ด้านการควบคุมอาหาร ( $r = 0.15$ ) ด้านการออกกำลังกาย ( $r = 0.30$ ) ด้านการใช้ยา ( $r = 0.34$ ) และด้านความเครียด ( $r = 0.16$ ) ปัจจัยเอื้อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดทั้ง 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 ได้แก่ ด้านการควบคุมอาหาร ( $r = 0.22$ ) ด้านการออกกำลังกาย ( $r = 0.32$ ) ด้านการใช้ยา ( $r = 0.20$ ) และด้านความเครียด ( $r = 0.21$ ) ปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดทั้ง 3 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 ได้แก่ ด้านการควบคุมอาหาร ( $r = 0.21$ ) ด้านการออกกำลังกาย ( $r = 0.27$ ) ด้านการใช้ยา ( $r = 0.27$ ) แต่พบว่าปัจจัยเสริมไม่มีความสัมพันธ์กับด้านการจัดการกับความเครียด ( $r = 0.07$ )

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ที่เป็นเบาหวานทั้ง 4 ด้านระหว่างกลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ และผู้ที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการใช้ยา และด้านการจัดการความเครียดมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า 3 ปัจจัยดังกล่าวมีความสำคัญต่อการปรับปรุงพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ที่เป็นเบาหวาน ดังนั้นเจ้าหน้าที่ ที่ปฏิบัติงานในหน่วยบริการปฐมภูมิ ควรคำนึงถึงปัจจัยดังกล่าวที่จะเป็นสาเหตุทำให้ผู้ที่เป็นเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ด้วยการสร้างเสริมสุขภาพในผู้ที่เป็นเบาหวานในด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการใช้ยา และด้านการจัดการความเครียด เพื่อให้ผู้ที่เป็นเบาหวานสามารถดำรงไว้ซึ่งพฤติกรรมสุขภาพและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

Glycemic control behaviors are important practice for persons with diabetes mellitus to maintain a healthy lifestyle and well-being. The aim of this descriptive study was to investigate the factors related to glycemic control behaviors among persons with diabetes mellitus in terms of the predisposing factor, enabling factor and reinforcing factor related to these behaviors and comparing the glycemic control behaviors between the group of persons who were able to control their blood sugar level and those unable to control their blood sugar level group. The study population was 232 persons who received health care services at the Primary Care unit, Sop Prap district, Lampang province. Data collection was conducted using an interview form including: general information of the participants and data of factors related to four glycemic control behaviors including diet control, exercise, drug using and stress management. The data were analyzed by using descriptive statistics, Spearman's correlation, and independent t-test.

The results revealed that predisposing factor, enabling factor and reinforcing factor related to glycemic control behaviors at a significance level of 0.01. When considering each factor the results found that the predisposing factors related to four glycemic control behaviors with a significance level of 0.01 including: diet control ( $r = 0.15$ ), exercise ( $r = 0.30$ ), drug using ( $r = 0.34$ ) and stress management ( $r = 0.16$ ). The enabling factors related to four glycemic control behaviors with a significance level of 0.01 including: diet control ( $r = 0.22$ ), exercise ( $r = 0.32$ ), drug using ( $r = 0.20$ ) and stress management ( $r = 0.21$ ). The reinforcing factors related to three glycemic control behaviors with a significance level of 0.01 including: diet control ( $r = 0.21$ ), exercise ( $r = 0.27$ ), and drug using ( $r = 0.27$ ). However, the reinforcing factor was not related to stress management ( $r = 0.07$ ).

When comparing the glycemic control behaviors between the group of persons who were able to control their blood sugar level and the group unable to control their blood sugar level, the results indicated that the four glycemic control behaviors including diet control, exercise, drug using and stress management were different between these two groups with a significance level of 0.05

The study results found that the three factors were important to improve health behaviors among persons with diabetes mellitus. To assure the glycemic control behaviors among persons with diabetes mellitus, public health personnel who are working in the Primary Care Unit should encourage healthy behaviors in terms of diet control, exercise, drug used and stress management for persons with diabetes mellitus and then these behaviors will be sustainable for good quality of life.