

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

1. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Design) โดยมีรูปแบบการวิจัยแบบมีกลุ่มควบคุมแบบสุ่มและมีการทดสอบก่อนและหลัง (Randomized Control-Group Pretest - Posttest Design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจ ต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 30 ราย คัดเลือกโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย จากนั้นแบ่งเข้ากลุ่มทดลอง 15 ราย กลุ่มควบคุม 15 ราย โดยการสุ่ม ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนมีนาคม พ.ศ. 2549 ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2549 โดยใช้แบบสัมภาษณ์ พฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และการเจาะเลือดเพื่อประเมินระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA_{1c}) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม SPSS for Window โดยข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวาน ใช้วิธีการแจกแจงความถี่ ร้อยละ และทดสอบความแตกต่างของข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่ม ด้วยสถิติทดสอบ Pearson chi-square test, Fisher's exact test ส่วนข้อมูลพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดทั้งโดยรวม และรายด้าน คือ พฤติกรรมด้านการควบคุมอาหาร พฤติกรรมด้านการรับประทานยาตามระดับน้ำตาลในเลือด พฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย และระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA_{1c}) ใช้วิธีการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม และภายในกลุ่ม ด้วยสถิติทดสอบที (Independent-sample t test, Paired-sample t test) และ Mann-Whitney U test , Wilcoxon-signed rank test ตามลักษณะการแจกแจงของประชากร สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวาน

ผู้ป่วยกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มีลักษณะทั่วไปไม่แตกต่างกัน ($P > 0.05$) คือ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง และมีอายุเฉลี่ยใกล้เคียงกัน โดยกลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 58.4 ปี (S.D. = 7.8) กลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 57.5 ปี (S.D. = 6.1) ทั้งสองกลุ่มมีสถานภาพการสมรสคู่ อาศัยอยู่กับสามี ภรรยาเป็นส่วนใหญ่ ด้านการศึกษาของทั้งสองกลุ่มอยู่ที่ระดับชั้นประถมศึกษา และอาชีพมีทั้งผู้ที่ไม่มีอาชีพ คือ พ่อบ้าน แม่บ้าน และผู้ที่มีอาชีพ คือ ทำนา ทำไร่ ทำสวน ค้าขาย รับจ้าง รายได้ต่อเดือนของทั้งสองกลุ่มค่อนข้างต่ำและใกล้เคียงกัน โดยกลุ่มทดลองรายได้เฉลี่ย 2,720 บาท (S.D. = 2526.49) กลุ่มควบคุมรายได้เฉลี่ย 2,283.33 บาท (S.D. = 2717.12) ทั้งสองกลุ่มมีสิทธิเบิกค่ารักษาทั้งหมด และระยะเวลาเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานใกล้เคียงกัน โดยกลุ่มทดลองระยะเวลาเฉลี่ย 9.67 ปี (S.D. = 4.06) กลุ่มควบคุมระยะเวลาเฉลี่ย 10.80 ปี (S.D. = 6.16)

1.2 พฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดทั้งโดยรวม และรายด้าน

กลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาล ในเลือดทั้งโดยรวม และรายด้าน คือ พฤติกรรมด้านการควบคุมอาหาร พฤติกรรมด้านการรับประทานยาลดระดับน้ำตาลในเลือด พฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย สูงกว่า กลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ และสูงกว่า ก่อนได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($P < 0.05$)

1.3 ระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA_{1c})

กลุ่มผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจ มีค่าเฉลี่ยของระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA_{1c}) ต่ำกว่า กลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ และต่ำกว่า ก่อนได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($P < 0.05$)

2. ข้อเสนอแนะ

2.1 ด้านปฏิบัติการพยาบาล

2.1.1 จากผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 เมื่อได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจ จะมีพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดทั้งโดยรวม และรายด้านอยู่ในระดับปฏิบัติตัวดี และผู้ป่วยส่วนใหญ่มีระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA_{1c}) ลดลงอยู่ในระดับควบคุมเบาหวานได้ดี และควบคุมเบาหวานได้ดีพอใช้ มีส่วนน้อยที่มีระดับน้ำตาลในเลือดลดลงอยู่ในระดับควบคุมเบาหวานไม่ดีนัก ควรแก้ไข ดังนั้นผู้วิจัยจึงเสนอแนะให้เจ้าหน้าที่ทีมสุขภาพโดยเฉพาะที่ศูนย์สุขภาพชุมชน นำโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจนี้ ไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ต่อไป

2.1.2 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจนี้ สำหรับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีระยะเจ็บป่วยนานตั้งแต่ 5 ปี ขึ้นไป ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ป่วยที่มีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน และมีประสบการณ์เกี่ยวกับโรคเบาหวานมาบ้างแล้ว ผู้วิจัยจึงไม่ได้เน้นเนื้อหาความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคเบาหวานเข้าไปในโปรแกรมมากนัก ฉะนั้นถ้าจะนำโปรแกรมไปใช้กับกลุ่มที่เพิ่งได้รับการวินิจฉัยโรคเบาหวาน ควรมีการเพิ่มเติมเนื้อหาความรู้ทั่ว ๆ ไปเกี่ยวกับโรค สาเหตุ อาการ และภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลันร่วมด้วย และควรที่จะคำนึงถึงสภาพจิตใจของผู้ป่วยร่วมด้วยเป็นสำคัญ โดยเฉพาะความวิตกกังวล ความกลัวต่อการเป็นโรคเบาหวาน เนื่องจาก วิธีการเสริมสร้างแรงจูงใจในโปรแกรมนี้ ส่วนหนึ่งเสริมสร้างโดยการกระตุ้นให้ผู้ป่วยเกิดความรู้สึกกลัว วิตกกังวล ต่อภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังในระดับที่กระตุ้นให้เกิดความตั้งใจในการปฏิบัติตัว

2.2 ด้านการศึกษาพยาบาล

2.2.1 โปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจนี้ ได้กระตุ้นให้ผู้ป่วยเบาหวาน มีแรงจูงใจในการปฏิบัติตัวตามแผนการปฏิบัติตัว โดยผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมขึ้นมาเป็นลำดับขั้นตอน และให้ผู้ป่วยมีสิทธิ์เลือกวิธีการปฏิบัติตัวที่ชื่นชอบและเข้าใจ นอกจากนี้ในด้านการจูงใจให้ผู้ป่วย ควบคุมอาหาร ผู้วิจัยได้เน้นให้ผู้ป่วยรับรู้ขนาด รูปร่างของอาหารที่ต้องรับประทานในแต่ละมื้ออาหาร มากกว่า ให้รับรู้จำนวนตัวเลข โดยการนำดินน้ำมันมาปั้นให้ได้ขนาดตามปริมาณอาหารที่ผู้ป่วยต้อง รับประทาน ซึ่งวิธีการดังกล่าวทำให้ผู้ป่วยสนใจ เข้าใจ จดจำ และสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ต่อเนื่อง ฉะนั้นผู้วิจัยเสนอแนะให้นำเทคนิคการวางแผนการปฏิบัติตัว ดังเช่น โปรแกรม การเสริมสร้างแรงจูงใจนี้ ไปสอนนักศึกษาในเรื่อง การให้คำแนะนำเกี่ยวกับการควบคุมอาหาร และ การออกกำลังกายในผู้ป่วยเบาหวาน

2.2.2 โปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจได้ประยุกต์แนวคิดทฤษฎีแรงจูงใจ ป้องกันโรคของโรเจอร์ มาเป็นกรอบในการจัดกิจกรรม และผลการวิจัยพบว่าผู้ป่วยมีแรงจูงใจ ในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด โดยประเมินจากพฤติกรรมและความรู้สึกที่แสดงออกถึงการ มีแรงจูงใจ ร่วมกับพฤติกรรมการปฏิบัติตัว ที่ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการปฏิบัติตัวดีขึ้น อยู่ในระดับ ปฏิบัติตัวดี และระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA_{1c}) ของผู้ป่วยส่วนใหญ่ลดลงอยู่ในระดับ ควบคุมเบาหวานได้ดี และควบคุมเบาหวานได้ดีพอใช้ ฉะนั้นในการสอนนักศึกษาเกี่ยวกับการ ประยุกต์ทฤษฎีไปใช้ในการปฏิบัติงานด้านการพยาบาล สามารถนำโปรแกรมนี้อไปเป็นตัวอย่างได้

2.3 ด้านการศึกษาวิจัย

2.3.1 ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ร่วมกับผู้ป่วยวางแผนการปฏิบัติตัว เช่น ด้านการควบคุมอาหาร ผู้วิจัยได้เน้นให้ผู้ป่วยรับรู้ขนาด รูปร่างตามปริมาณอาหารที่ผู้ป่วยควรจะ ได้รับ หรือควรที่จะลด โดยการปั้นดินน้ำมัน แล้วให้ผู้ป่วยดู แทนการให้ผู้ป่วยรับรู้สัดส่วน จำนวน ตัวเลข ผลการวางแผนดังกล่าว ทำให้ผู้ป่วยสนใจ เข้าใจ จดจำ และสามารถปฏิบัติตามได้ ฉะนั้นควร มีการศึกษาวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Design) โดยศึกษาผลของการให้คำแนะนำ เรื่องอาหารโดยกำหนดปริมาณอาหารเป็นขนาด รูปร่าง แทนปริมาณอาหารที่เป็นสัดส่วน จำนวน ตัวเลข ต่อพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ซึ่งผลการวิจัยจะได้วิธีการแนะนำเกี่ยวกับการ ควบคุมอาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวานโดยเฉพาะ

2.3.2 ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้โทรศัพท์กระตุ้นเตือน เนื่องจาก ผู้ป่วย กลุ่มทดลองทั้งหมดมีโทรศัพท์บ้าน และโทรศัพท์ติดตัว และผลการใช้โทรศัพท์ พบว่า ผู้ป่วย ทั้งหมดแสดงความคิดเห็นคล้ายกันว่า เป็นวิธีการที่ดี ทำให้จดจำวิธีการปฏิบัติตัวได้ดีขึ้น ทำให้รู้สึกว่ามีเจ้าหน้าที่ดูแลเอาใจใส่ส่งผลให้อยากปฏิบัติตัวต่อไป ฉะนั้นควรศึกษาวิจัยแบบ

กึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Design) โดยศึกษาผลของการใช้โทรศัพท์แนะนำการปฏิบัติตัวต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ซึ่งผลการวิจัยจะช่วยให้ได้รูปแบบการพยาบาลที่รวดเร็ว และสะดวก เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมการพยาบาลที่ศูนย์สุขภาพชุมชน หรือโรงพยาบาล หรือในกรณีที่ผู้ป่วยไม่สะดวกให้ติดตามเยี่ยมบ้าน เป็นต้น

2.3.3 ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้ทำการประเมินแรงจูงใจของผู้ป่วย จากพฤติกรรมและความรู้สึกที่แสดงออกถึงการมีแรงจูงใจ ฉะนั้น ในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการสร้างแบบวัดแรงจูงใจในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ซึ่งผลการวิจัยจะช่วยให้ได้แบบวัดแรงจูงใจที่สามารถประเมินออกมาเป็นค่าสถิติ ที่จะทำให้ง่ายต่อการประเมินและการจัดกลุ่มผู้ป่วยในแต่ละระดับของการมีแรงจูงใจในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด