

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญตาราง	ซ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
2. คำถามการวิจัย	6
3. วัตถุประสงค์การวิจัย	6
4. สมมติฐานการวิจัย	6
5. กรอบแนวคิดในการวิจัย	7
6. ขอบเขตของการวิจัย	9
7. คำนิยามตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย	10
8. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	12
บทที่ 2 วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	13
1. โรคเบาหวานชนิดที่ 2 และการเกิดภาวะแทรกซ้อนเรื้อรัง	13
2. การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และปัจจัยที่มีผล ต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	30
3. ทฤษฎีแรงจูงใจป้องกันโรคของโรเจอร์	56
4. กระบวนการกลุ่ม	61
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	68
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	71
1. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย	71
2. ประชากร	71
3. กลุ่มตัวอย่าง	72
4. รูปแบบการวิจัย	72
5. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	73

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
6. การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	77
7. การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	79
8. การเก็บรวบรวมข้อมูล	80
9. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย	87
บทที่ 4 ผลการวิจัยและอภิปรายผล	88
1. ผลการวิจัย	88
2. การอภิปรายผล	98
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	108
1. สรุปผลการวิจัย	108
2. ข้อเสนอแนะ	109
เอกสารอ้างอิง	112
ภาคผนวก	126
ภาคผนวก ก - จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์	127
ภาคผนวก ข - แผนการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างแรงจูงใจ และสื่อ	132
ภาคผนวก ค - ผลการอภิปรายกลุ่ม และการติดตามเยี่ยมบ้าน	146
ภาคผนวก ง - แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2	158
- คะแนนพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของกลุ่มตัวอย่าง	
- ระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA _{1c}) ของกลุ่มตัวอย่าง	
ภาคผนวก จ - การคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง	163
ภาคผนวก ฉ - รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ	165
ประวัติผู้เขียน	167

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 ปริมาณพลังงานที่ควรได้รับในแต่ละวัน	33
ตารางที่ 2.2 ปริมาณอาหารแลกเปลี่ยนหมวดข้าว/แป้ง	34
ตารางที่ 2.3 ปริมาณอาหารแลกเปลี่ยนหมวดผลไม้	35
ตารางที่ 2.4 ปริมาณอาหารแลกเปลี่ยนหมวดน้ำมัน	36
ตารางที่ 2.5 ปริมาณอาหารแลกเปลี่ยนหมวดเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน	37
ตารางที่ 2.6 ปริมาณอาหารแลกเปลี่ยนหมวดเนื้อสัตว์มีไขมันปานกลาง	37
ตารางที่ 2.7 ปริมาณอาหารแลกเปลี่ยนหมวดเนื้อสัตว์ประเภทมีไขมันมาก	38
ตารางที่ 2.8 ปริมาณอาหารแลกเปลี่ยนหมวดไขมัน	38
ตารางที่ 2.9 ปริมาณไฟเบอร์ (เส้นใยอาหาร) ของอาหาร	40
ตารางที่ 2.10 ค่าไกลซีมิกอินเดกซ์ในอาหารประเภทแป้ง	40
ตารางที่ 2.11 ค่าไกลซีมิกอินเดกซ์ของผลไม้ไทย	41
ตารางที่ 2.12 ปริมาณโคเลสเตอรอลในอาหารต่าง ๆ	42
ตารางที่ 2.13 ปัจจัยที่มีผลต่อการวัดระดับของ Glycated hemoglobin	51
ตารางที่ 2.14 เป้าหมายการควบคุมระดับน้ำตาลในผู้ป่วยเบาหวาน	52
ตารางที่ 2.15 ระดับการควบคุมเบาหวานต่อความเสี่ยงต่อการเกิดโรคแทรกซ้อน	52
ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวาน จำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา อาชีพหลักในปัจจุบัน รายได้ต่อเดือน ผู้พักอาศัยอยู่ด้วยหลัก ระยะเวลาเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน และสิทธิการรักษาพยาบาล	89
ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือดทั้งโดยรวมและรายด้าน และระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA _{1c}) ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	92
ตารางที่ 4.3 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด และระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA _{1c}) ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง	93

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.4 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด และระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA _{1c}) ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง	94
ตารางที่ 4.5 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด และระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA _{1c}) ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง	96
ตารางที่ 4.6 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด และระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA _{1c}) ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม	97

สารบัญภาพ

	หน้า
แผนภูมิที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	9
แผนภูมิที่ 2.1 รูปแบบของทฤษฎีแรงงูงใจป้องกันโรคของโรเจอร์	59
แผนภูมิที่ 3.1 สรุปขั้นตอนการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล	86