

ศิริพร เพิ่มพูล : ผลของการใช้โปรแกรมการให้ความรู้ โยคะและการกำกับตนเองต่อระดับฮีโมโกลบินเอวันซีในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2. (THE EFFECT OF USING GIVING INFORMATION, YOGA, AND SELF-REGULATION PROGRAM ON HbA1c IN TYPE 2 DIABETES PATIENTS) อาจารย์ที่ปรึกษา : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุริพร ธนศิลป์ , 120 หน้า. ISBN 974-17-5930-4.

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการใช้โปรแกรมการให้ความรู้ โยคะและการกำกับตนเองต่อระดับฮีโมโกลบินเอวันซีในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับการรักษาที่คลินิกเบาหวานแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 17 จ.สุพรรณบุรี ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 40 คน เก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมก่อนจนครบ 20 คน แล้วจึงเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มทดลองอีก 20 คน โดยคำนึงถึงความคล้ายคลึงกันในเรื่อง เพศ ระยะเวลาของการเป็นโรคและชนิดของยาเบาหวาน กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ในขณะที่กลุ่มทดลองได้รับการพยาบาลตามปกติและโปรแกรมการให้ความรู้ โยคะและการกำกับตนเองเป็นเวลา 9 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ โปรแกรมการให้ความรู้ โยคะและการกำกับตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาจากศาสตร์แห่งโยคะและการกำกับตนเองของ Kanfer (1980) โปรแกรมประกอบด้วย 5 ขั้นตอนคือ 1) การประเมินความต้องการและปัญหา 2) การให้ความรู้ 3) การฝึกทักษะโยคะ 4) การปฏิบัติ 5) การประเมินผล โดยมีแผนการสอนและคู่มือการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานเป็นสื่อที่ใช้ในโปรแกรม ซึ่งผ่านการตรวจสอบความเหมาะสมของการจัดกิจกรรมและความตรงตามเนื้อหา จากผู้ทรงคุณวุฒิ 7 ท่านและนำไปทดสอบความเหมาะสมของโปรแกรมกับผู้ป่วยเบาหวานที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ เครื่องตรวจระดับฮีโมโกลบินเอวันซี โดยผ่านการตรวจสอบจากโรงงานผู้ผลิตซึ่งกำหนดขั้นตอนนี้ไว้เป็นมาตรฐานทุกครั้งและทำการตั้งค่ามาตรฐานทุกครั้งก่อนนำไปใช้กับผู้ป่วย วิเคราะห์ข้อมูล โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบที และการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1.ระดับฮีโมโกลบินเอวันซีของกลุ่มทดลองภายหลังการได้รับโปรแกรมการให้ความรู้ โยคะและการกำกับตนเอง ต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

$$(\bar{X}_{\text{ก่อนทดลอง}} = 8.7, \bar{X}_{\text{หลังทดลอง}} = 7.68, t=4.118: P<.05)$$

2.เมื่อมีการปรับระดับฮีโมโกลบินเอวันซีก่อนการทดลองให้เท่ากันทั้ง 2 กลุ่มพบว่าระดับฮีโมโกลบินเอวันซีภายหลังเข้าร่วมโครงการ กลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

$$(\bar{X}_{\text{กลุ่มทดลอง}} = 7.68, \bar{X}_{\text{กลุ่มควบคุม}} = 8.14, F=5.084: P<.05)$$

KEYWORD: GIVING INFORMATION / YOGA / SELF-REGULATION / HbA1c LEVEL

SIRIPORN POEMPOON: THE EFFECT OF USING GIVING INFORMATION, YOGA, AND SELF-REGULATION PROGRAM ON HbA1c IN TYPE 2 DIABETES PATIENTS. THESIS ADVISOR: ASST. PROF. SUREEPORN THANASILP, D.N.S., 120 pp. ISBN974-17-5930-4.

This quasi-experimental research aimed to test the effect of Using Giving Information, Yoga, and Self-Regulation Program on glycosylate hemoglobin (HbA1c) level in Type 2 Diabetes patients. Study samples were 40 patients with Diabetes Clinic at outpatient department, Somdejphasunkharaj 17th Hospital Suphanburi province. The subjects were divided into a control group and experimental group. The groups were matched in terms of sex, drug treatment, and duration of illness. A control group received routine nursing care, while an experimental group received the nine weeks Giving Information, Yoga, and Self-Regulation Program together with routine nursing care. The program, based on Yoga concept, and Self-Regulation of Kanfer (1980), was comprised of five sessions: a) assessment, b) knowledge providing, c) skill of yoga, d) practice and e) evaluation. Data were analyzed using descriptive statistics, t-test, and ANCOVA.

The major findings were that posttest HbA1c level of an experimental group was significantly lower than that of the pretest ($\bar{X}_{pre} = 8.7$, $\bar{X}_{post} = 7.63$, $t = 4.118$, $p < .05$), and the posttest HbA1c level of an experimental group was significantly lower than that of a control group while the pretest HbA1c level was adjusted. ($\bar{X}_{experiment} = 7.68$, $\bar{X}_{control} = 8.14$, $F = 5.084$, $p < .05$).