

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



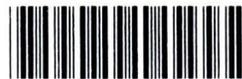
249698

ผลของโปรแกรมการสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมการจัดการตนเอง
และระดับไขมันในเลือดของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ

สุทธิลักษณ์ จันทะวัง

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
กันยายน 2554



ผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมการจัดการตนเอง
และระดับไขมันในเลือดของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ



สุทธิลักษณ์ จันทะวัง

วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
กันยายน 2554

ผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเอง
และระดับไขมันในเลือดของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ

สุทธิลักษณ์ จันทะวัง

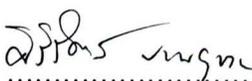
วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

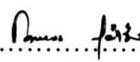
..........ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทวีลักษณ์ วรรณฤทธิ์

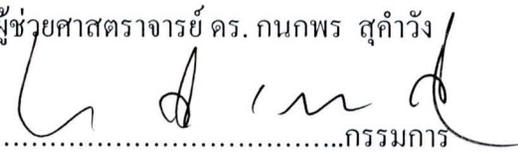
..........อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย

..........กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย

..........อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
อาจารย์ ดร. ทศพร คำผลศิริ

..........กรรมการ
อาจารย์ ดร. ทศพร คำผลศิริ

..........กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุขคำวัง

..........กรรมการ
ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ. พงษ์ศิริ ปรารธนาดี

14 กันยายน 2554

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย และอาจารย์ ดร. ทศพร คำผลศิริ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษาและแนะนำแนวทางอันเป็นประโยชน์ ตลอดจนช่วยเหลือแก้ไขข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่และสนับสนุนให้กำลังใจผู้วิจัยเสมอมา จนทำให้วิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์ด้วยดี ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและประทับใจในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์และผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการทำวิทยานิพนธ์เพื่อให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นและขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้อันมีค่าในระหว่างการศึกษา

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ หัวหน้าฝ่ายการพยาบาล และหัวหน้าหน่วยตรวจผู้ป่วยนอกอายุรกรรม แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ที่อนุญาตให้ผู้วิจัยทดสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้วิจัยและรวบรวมข้อมูล ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ประจำหน่วยตรวจผู้ป่วยนอกอายุรกรรมทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี รวมทั้งผู้สูงอายุที่มีภาวะไข้มันในเลือดผิดปกติที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติที่สนับสนุนทุนวิจัยสำหรับดำเนินการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา และสมาชิกในครอบครัวที่ให้กำลังใจช่วยเหลือและสนับสนุนผู้วิจัยเสมอมา ผู้วิจัยขอขอบคุณเพื่อนนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุทุกท่านที่คอยช่วยเหลือและให้กำลังใจด้วยดีเสมอมา คุณความดีและประโยชน์อันเกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ขอมอบแด่บุพการี คณาจารย์ และผู้สูงอายุที่มีภาวะไข้มันในเลือดผิดปกติทุกท่าน

สุทธิลักษณ์ จันทะวัง

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองและระดับไขมันในเลือดของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ

ผู้เขียน นางสาวสุทธิลักษณ์ จันทะวัง

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์	ปานอุทัย	อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
อาจารย์ ดร. ทศพร	คำผลศิริ	อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

บทคัดย่อ

249698

ภาวะไขมันในเลือดผิดปกติเป็นภาวะความเจ็บป่วยเรื้อรัง และเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุสามารถจัดการตนเองเกี่ยวกับภาวะไขมันในเลือดผิดปกติจะช่วยควบคุมระดับไขมันในเลือด การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองและระดับไขมันในเลือดของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ อายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 51 ราย ที่มารับบริการที่หน่วยตรวจผู้ป่วยนอกอายุรกรรม โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ระหว่างเดือนมีนาคมถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2554 โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุม 26 ราย และกลุ่มทดลอง 25 ราย กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มทดลองเข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 1) แบบวัดพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ และ 2) เครื่องตรวจวัดระดับไขมันในเลือด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา สถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกันและสถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน

ผลการศึกษาพบว่า

249698

1. ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติของกลุ่มที่เข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .001$

2. ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติหลังเข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .001$

3. ค่าเฉลี่ยระดับโคเลสเตอรอลรวม ไตรกลีเซอไรด์ แอลดีแอลโคเลสเตอรอล และเอชดีแอลโคเลสเตอรอลของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติก่อนและหลังเข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองไม่แตกต่างกัน

4. ค่าเฉลี่ยระดับโคเลสเตอรอลรวมของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

5. ค่าเฉลี่ยระดับไตรกลีเซอไรด์ของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองมีค่าต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .05$

6. ค่าเฉลี่ยระดับแอลดีแอลโคเลสเตอรอลของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .01$

7. ค่าเฉลี่ยระดับเอชดีแอลโคเลสเตอรอลในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .01$

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองมีผลให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติมีพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองดีขึ้น แต่ยังไม่เห็นผลชัดเจนในการควบคุมระดับไขมันในเลือดที่ผิดปกติ

Thesis Title Effects of a Self-management Supporting Program on Self- management Behaviors and Serum Lipid Level Among Elders with Dyslipidemia

Author Miss. Sutthilak Chantawang

Degree Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)

Thesis Advisory Committee

Assistant Professor Dr. Sirirat Panuthai Advisor

Lecturer Dr. Totsaporn Khampolsiri Co-advisor

ABSTRACT

249698

Dyslipidemia is a chronic illness and a risk factor of cardiovascular disease. Supporting dyslipidemia self-management in elderly people will help control serum lipid level. This experimental study aimed to determine the effects of a self-management supporting program on self-management behaviors and serum lipid level among elders with dyslipidemia. The samples were 51 elders, 60 years and older, with dyslipidemia who followed up at a medical clinic in the out patient department at Maharaj Nakorn Chiang Mai hospital during March to July 2011. Subjects were randomly assigned into experimental and control groups: 26 persons in the control group and 25 persons in the experimental group. Subjects in the control group received routine care while those in the experimental group attended the Self-management Supporting Program for elderly people with dyslipidemia. The research instruments consisted of the Self-management Supporting Program for elderly people with dyslipidemia. The instruments used for data collection consisted of 1) a questionnaire of self- management behavior for elderly people with dyslipidemia, and 2) serum lipid analyzer. Data were analyzed by descriptive statistics, t-test for independent and dependent samples.

The results of this study revealed that:

1. The mean difference of self-management behavior score of the experimental group after attending the Self-management Supporting Program was significantly higher than that of the control group at a level of $p < .001$.

2. The mean self-management behavior score of the experimental group after attending the Self-management Supporting Program was significantly higher than that of before at a level of $p < .001$.

3. The mean values of total cholesterol, triglyceride, LDL cholesterol and HDL cholesterol of the experimental group before and after attending the Self-management Supporting Program were not significantly different.

4. The mean value of total cholesterol of the experimental group after attending the Self-management Supporting Program and the control group were not significantly different.

5. The mean value of triglyceride of the experimental group after attending the Self-management Supporting Program was significantly lower than that of the control group at a level of $p < .05$.

6. The mean value of LDL cholesterol of the experimental group after attending the Self-management Supporting Program was significantly higher than that of the control group at a level of $p < .001$.

7. The mean value of HDL cholesterol of the experimental group after attending the Self-management Supporting Program was significantly higher than that of the control group at a level of $p < .01$.

Results from this study indicate that a self-management supporting program is effective in improving self-management behaviors of elderly people with dyslipidemia but does not have clear effect on controlling of serum lipid level.

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	5
สมมติฐานการวิจัย	5
ขอบเขตการวิจัย	6
นิยามศัพท์	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
ภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ	9
การจัดการตนเอง	22
การจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ	30
กรอบแนวคิดในการวิจัย	43
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	44
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	46
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	48
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	49
ขั้นตอนและวิธีการรวบรวมข้อมูล	50
การวิเคราะห์ข้อมูล	55

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล	57
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	57
การอภิปรายผล	67
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	74
สรุปผลการวิจัย	74
ข้อจำกัดในการวิจัย	76
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	76
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	77
เอกสารอ้างอิง	78
ภาคผนวก	85
ภาคผนวก ก เอกสารพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	86
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย	91
ภาคผนวก ค คะแนนพฤติกรรมสุขภาพและระดับไขมันในเลือดของกลุ่มตัวอย่าง	103
ภาคผนวก ง การคำนวณค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา	109
ภาคผนวก จ รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	110
ประวัติผู้เขียน	111

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า	
1	เกณฑ์ตัดสินภาวะผิดปกติของระดับไขมันในเลือด	10
2	เปรียบเทียบข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน โรคประจำตัว และชนิดของ ยาลดระดับไขมันในเลือด	59
3	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการจัดการตนเอง ของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	61
4	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มี ภาวะไขมันในเลือดผิดปกติก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเองภายในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง	62
5	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับไขมันในเลือดก่อนเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	63
6	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับไขมันในเลือดหลังเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	64
7	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับไขมันในเลือดก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติของกลุ่มทดลอง	65
8	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับไขมันในเลือดก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม	66
ก1	คะแนนพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง	103
ก2	ระดับไขมันในเลือดของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง	105
ก3	ระดับไขมันในเลือดของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง	107