

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม การฝึกสมาธิ การฝึก
ออกกำลังกาย ที่มีต่อการดูแลตนเองด้านสุขภาพในผู้ป่วยสูงอายุ
โรคเบาหวาน โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชเดชอุดม จังหวัด
อุบลราชธานี

ชื่อผู้ทำวิทยานิพนธ์ นางสาวธีรภา ธานี

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. นีออน กลิ่นรัตน์)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โชนิต แฉิงสกุล)

..... กรรมการ
(อาจารย์นายแพทย์วิชชัย กฤษณะประกรกิจ)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ การฝึกออกกำลังกายแบบแกว่งแขน ร่วมกับการ
ให้สุศึกษาเกี่ยวกับโรคเบาหวาน เป็นกลุ่มทดลองที่ 1, 2 และ 3 ส่วนกลุ่ม
ควบคุมได้รับเฉพาะการให้สุศึกษาเกี่ยวกับโรคเบาหวานอย่างเดียว ว่าเงื่อนไข
ใดมีผลต่อการดูแลตนเองด้านสุขภาพของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวาน กลุ่มตัวอย่าง
คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 24 คน ที่ได้มารับบริการรักษา

ในคลินิกโรคเบาหวาน ดิ็กผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชเดชอุดม จังหวัดอุบลราชธานี สุ่มอย่างง่ายและแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ใช้เวลาในการทดลอง 5 สัปดาห์ๆ ละ 2 วันๆ ละ 2 ชั่วโมง โดยมีผู้วิจัยนำกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ส่วนผู้ช่วยวิจัยนำกลุ่มทดลองกลุ่มที่ 3 และกลุ่มควบคุมเจ้าหน้าที่ที่มพยาบาลเป็นผู้ดำเนินการ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบบันทึกการตรวจสุขภาพ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง และแบบวัดความวิตกกังวลของ Spielberger มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .93 การวิเคราะห์ความแตกต่างของการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวาน ก่อน-หลังการทดลอง โดย Wilcoxon Matched-Pairs Signed Ranks Test สำหรับการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างกลุ่มใช้ Kruskal-Wallis One-Way Analysis of Variance

ผลการวิจัยพบว่า ผลการวัดความวิตกกังวลมีแนวโน้มลดลงทุกกลุ่ม แต่ยังไม่ถึงระดับมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่า การดูแลตนเองด้านสุขภาพบางส่วนก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ ในกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ระดับโคเลสเตอรอลในเลือดมีค่าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในกลุ่มทดลองที่ 3 การวัดค่าการทำงานของไต (ปัสสาวะและครีตินิน) พบว่า มีค่าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองที่ 1 พบว่า อัตราการเต้นของหัวใจและอัตราการเต้นของชีพจรมีค่าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผลการเปรียบเทียบการดูแลตนเองด้านสุขภาพระหว่างกลุ่มไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

THESIS TITLE : EFFECTS OF GROUP COUNSELING, MEDITATION, AND EXERCISE
ON HEALTH SELF-CARE OF ELDERLY DIABETIC PATIENTS AT
DET-UDOM ROYAL CROWN PRINCE HOSPITAL IN UBNRAJATHANEE
PROVINCE

AUTHOR : MISS TEERAPA THANEE

THESIS ADVISORY COMMITTEE

Neon Klinratana.....CHAIRMAN

(ASSOCIATE PROFESSOR DOCTOR NEON KLINRATANA)

Kosit Jaengskul.....MEMBER

(ASSISTANT PROFESSOR KOSIT JAENGSKUL)

Thawatchai Krisanaprakornkit.....MEMBER

(CLINICAL LECTURER THAWATCHAI KRISANAPRAKORNKIT)

ABSTRACT

The purpose of this research was to investigate the effects of group counseling, meditation, and exercise with teaching health education about diabetes mellitus as the treatments for experimental groups. The control group was taught only health education about diabetes mellitus. The sample were 24 elderly diabetic patients aged 60 years at Det-Udom Royal Crown Prince Hospital in Ubonrajathanee Province. They were randomly assigned into three experimental groups and one control group. All groups participated for ten sessions, sixty minutes each for five weeks. The first and second experimental

groups were led by the researcher, while the third experimental group was led by the assistant-researcher. The control group was taught health education by the health personnel. The research instruments were the health record form which was designed by the researcher, and Spielberger's The State Anxiety Inventory with the .93 reliability. Wilcoxon Matched-Pairs Signed Rank Test and Kruskal-Wallis One-Way Analysis of Variance were used for analyzing the differences within all four respectively.

The findings were as follows : The anxiety scores of the posttest in every group were lower than that of the pretest nonsignificantly. However, it was found that in the first and second experimental groups, the blood cholesterol of the group was lower than the pretest, while in the third experimental group, the function of the kidney (BUN, Creatinine) was better than that of the pretest at the .50 level of Significance. Nevertheless, it was found that there was no significant difference between the experimental and the control groups on health self-care.