

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่พบว่าเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญ ซึ่งเป็นกลุ่มโรคทางเมตาบอลิซึมซึ่งทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงอันเป็นผลมาจากความผิดปกติของตับอ่อนในร่างกาย โดยไม่สามารถสร้างฮอร์โมนอินซูลินหรือสร้างได้น้อยและความผิดปกติในการออกฤทธิ์ของอินซูลินหรือทั้งสองอย่างร่วมกันกับการที่ผู้ป่วยมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นระยะเวลานานๆ จะก่อให้เกิดความผิดปกติต่อการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย ได้แก่ ตา ไต หัวใจเส้นประสาทและหลอดเลือด ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อความสุขภาพและการดำเนินชีวิตก่อให้เกิดผลกระทบทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ทำให้คุณภาพชีวิตลดลงถึงแม้ว่าปัจจุบันจะมีความก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีและวิทยาการต่าง ๆ มากมายเกี่ยวกับโรคเบาหวาน แต่ยังพบอุบัติการณ์การเกิดโรคเบาหวานรายใหม่เพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่องซึ่งเป็นเหตุทำให้ประเทศต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายอย่างมหาศาลในการดูแลรักษาพยาบาลผู้ป่วยเบาหวานอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่เริ่มพบว่าเป็นโรค จนกระทั่งผู้ป่วยเสียชีวิต เพราะเมื่อผู้ป่วยเป็นเบาหวานแล้ว มักจะเกิดภาวะแทรกซ้อนตามมา ที่สำคัญได้แก่ โรคหัวใจ ไตวาย ตาบอด การตัดเท้าหรือขา ดังนั้นการป้องกันควบคุมโรคเบาหวานในประชากรทั่วไปเป็นเรื่องที่จำเป็นต้องวางแผน จัดทำโครงการต่าง ๆ เพื่อให้คนทุกคนมีความตระหนัก และเกิดพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง สิ่งหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดความกลัว และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องได้ คือข้อมูลสถานการณ์การป่วย การตายจากโรคเบาหวาน เนื่องจากธรรมชาติของมนุษย์นั้น หากให้ข้อมูลในสภาวะที่ยังอยู่ในความปกติก็มักไม่สนใจและไม่ใส่ใจ แต่ถ้าเป็นข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับความเป็นความตาย ความทุกข์ทรมานส่วนใหญจะสามารถชักจูงให้รับรู้ เกิดความตระหนัก และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบางอย่างได้ เพื่อความมีสุขภาพดีของตน (วนิดา ชูกลิ่น, 2549 : 8-9)

เบาหวานเป็นสาเหตุทำให้เกิดการป่วยและตายก่อนวัยอันสมควร จากภาวะแทรกซ้อนต่อตา ไต ระบบประสาท หัวใจและหลอดเลือดสมอง และจำนวนผู้ที่เสียชีวิต พบว่าอัตราส่วนการตายมาตรฐานของโรคเรื้อรัง 3 โรค ได้แก่ เบาหวาน หัวใจขาดเลือด หลอดเลือดสมอง ซึ่งโรคเบาหวานมีอัตราส่วนการตายมากที่สุดคิดเป็น 84.36 รองลงมาได้แก่ หัวใจขาดเลือด คิดเป็น 51.08 และหลอดเลือดสมอง คิดเป็น 46.30 อาจกล่าวได้ว่าโรคเบาหวานเป็นปัญหาด้านสาธารณสุขที่สำคัญ

ของประเทศไทย ซึ่งการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ เนื่องจากโรคเบาหวานเป็นโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมและการเกิดภาวะแทรกซ้อนที่ส่งผลให้เกิดความพิการทางด้านร่างกายส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจ การประกอบอาชีพ รายได้ของผู้ป่วยและครอบครัวซึ่งทำให้ประเทศไทยต้องเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาพยาบาลผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนและที่มีภาวะแทรกซ้อนเพิ่มขึ้นทุกปี (พวงเพ็ญ ขอดสกุลเพชร และคณะ, 2542 : 25)

สำหรับในพื้นที่จังหวัดระนองมีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานปี พ.ศ.2548 จำนวน 1,127 คน ปี พ.ศ.2549 จำนวน 1,276 คน จำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้น 149 คน คิดเป็นร้อยละ 13 ปี พ.ศ.2550 จำนวน 1,549 คน จำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้น 273 คน คิดเป็นร้อยละ 21 (กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ, 2553) และในพื้นที่อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง เป็นอำเภอที่มีประชากรจำนวน 41,329 คนมากเป็นอันดับ 1 ของจากประชากรในพื้นที่เขตจังหวัดเมืองระนอง มีโรงพยาบาลชุมชน มีขนาด 30 เตียง มีสถานีนามัย จำนวน 11 แห่ง มีผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการรักษาในสถานบริการของรัฐบาลต่อเนื่อง ปี พ.ศ.2552 จำนวน 495 คน คิดเป็นร้อยละ 1.2 โดยมีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวาน ปี พ.ศ.2549 จำนวน 437 คน ปี พ.ศ. 2550 จำนวน 451 คน และปี พ.ศ. 2551 จำนวน 481 คน ผู้ป่วยนอกรายใหม่และผู้ป่วยในที่มีภาวะแทรกซ้อนเป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ร้อยละ 98 และพบในวัยทำงานอายุ 41 ปีขึ้นไป โดยทั่วไปแผนการดูแลรักษาโรคเบาหวานในปัจจุบันยังมุ่งเน้นที่การใช้ยาลดระดับน้ำตาลในเลือดแต่ยังขาดการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการเกิดโรคเบาหวานรวมถึงการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน จึงได้มีการพยายามให้ความรู้แก่ผู้ป่วยในการดูแลตนเองมากขึ้น แต่เนื่องจากความรู้ต่าง ๆ ที่ผู้ป่วยได้รับมักจะไม่ได้นำไปสู่การปฏิบัติที่แท้จริง คือไม่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง ดังนั้นการศึกษาพฤติกรรมในรูปแบบต่างๆของผู้ป่วยที่มีผลต่อระดับน้ำตาลในเลือดเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ได้รับมาเป็นกลยุทธ์ในการให้บริการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีอายุยืนยาวสามารถปฏิบัติกิจกรรมทางสังคมที่ดีขึ้น(Social Activity) อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรม的自我ดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรม的自我ดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง

3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง

สมมติฐานการวิจัย

1. ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีข้อมูลส่วนบุคคล ด้านเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ระยะเวลาที่ทราบว่าเป็นโรคเบาหวาน สิทธิการรักษา และภาวะแทรกซ้อนที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
2. ความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีความสัมพันธ์เชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากร คือ ผู้ป่วยเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนรับบริการรักษาที่ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง จำนวน 612 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ การสุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนรับบริการรักษาที่ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ในปี พ.ศ. 2553 จำนวน 242 คน จากการคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรคำนวณจากสูตรของยามานะ (Yamane อ้างถึงในพวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2543 : 296) โดยมีคุณสมบัติดังนี้

- 1.1 ผู้ป่วยอยู่ในเขตพื้นที่อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง
- 1.2 ผู้ป่วยมารับการรักษาอย่างต่อเนื่องที่โรงพยาบาลกระบุรีและสถานบริการสุขภาพของรัฐบาล

- 1.3 ผู้ป่วยยินดีให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ในเรื่องความรู้เรื่องโรคเบาหวาน และพฤติกรรม การดูแลตนเอง ประกอบไปด้วย การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย และการรับประทานยา

3. ขอบเขตด้านตัวแปร

3.1 ตัวแปรต้น คือ ข้อมูลส่วนบุคคล และความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ประกอบไปด้วย

3.1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ สิทธิการรักษา ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน ระดับน้ำตาลในเลือด และการเกิดภาวะแทรกซ้อน

3.1.2 ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน

3.2 ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการดูแลตนเอง ประกอบด้วย การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย และการรับประทานยา

4. ขอบเขตด้านพื้นที่

พื้นที่ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีสำเนาทะเบียนบ้าน และพักอาศัยในพื้นที่อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง

5. ขอบเขตด้านระยะเวลา

ดำเนินการวิจัยพฤติกรรมการดูแลตนเองผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในระหว่างเดือน มกราคม 2553 - เดือนมิถุนายน 2554

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

พฤติกรรมการดูแลตนเอง หมายถึง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ประกอบด้วย ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา

ด้านการควบคุมอาหาร หมายถึง พฤติกรรมการรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ ไม่รับประทานอาหารว่าง ขนม ของจุบจิบระหว่างมื้ออาหาร ไม่ดื่มน้ำอัดลม การรับประทานอาหารหวานและขนมหวาน หรือรับประทานไม่เกิน 1- 2 คำ การควบคุมการรับประทานอาหารแต่ละวันให้มีปริมาณใกล้เคียงกัน และรับประทานผักและผลไม้ รวมทั้งการควบคุมน้ำหนักตัวอย่างสม่ำเสมอ

ด้านการออกกำลังกาย หมายถึง พฤติกรรมการออกกำลังกายที่เหนื่อยเหมาะสมตามกำลังของตนเองแล้วค่อยๆเพิ่มขึ้นต่อเนื่องอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที และออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ภูบ้านจนเหงื่อออก ทำสวน อย่างน้อย 20 นาที

ด้านการรับประทานยา หมายถึง พฤติกรรมการรับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานอย่างต่อเนื่อง รับประทานยาเบาหวานชนิดก่อนอาหารก่อนที่จะรับประทานอาหาร 30 นาที

ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน หมายถึง ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีความรู้เกี่ยวกับอาการของโรคเบาหวาน ระดับน้ำตาลในเลือดที่ต้องเหมาะสม อาการเด่นของโรคเบาหวาน คือ ปัสสาวะบ่อยและมาก หิวน้ำบ่อย น้ำหนักลด อาการหิว ใจสั่น เหนื่อยออก ตัวเย็นควรดูแลตนเองเบื้องต้น โดยยมน้ำตาลหรือลูกอมทันที

โรคเบาหวานชนิดที่ 2 หมายถึง โรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน เป็นภาวะที่ร่างกายมีการสร้างอินซูลิน แต่ตัวรับอินซูลิน ทำงานผิดปกติ ทำให้อินซูลินไม่ทำงาน โรคเบาหวานชนิดนี้มีอาการเกิดขึ้นอย่างช้า ๆ มักพบในบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป และคนอ้วนก็มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะเบาหวานชนิดนี้

สิทธิการรักษา หมายถึง ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีสิทธิการรักษาตามหลักประกันสุขภาพ เช่น สิทธิหลักประกันสุขภาพ สิทธิข้าราชการ สิทธิรัฐวิสาหกิจ สิทธิประกันสังคม และข้าราชการ

ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน หมายถึง ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานมากที่สุดปี นับจากวันที่แพทย์วินิจฉัย ได้แก่ 1-4 ปี 5-9 ปี และ 10 ปีขึ้นไป

การเกิดภาวะแทรกซ้อน หมายถึง ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีภาวะแทรกซ้อนในตา หัวใจ ไต และเท้า

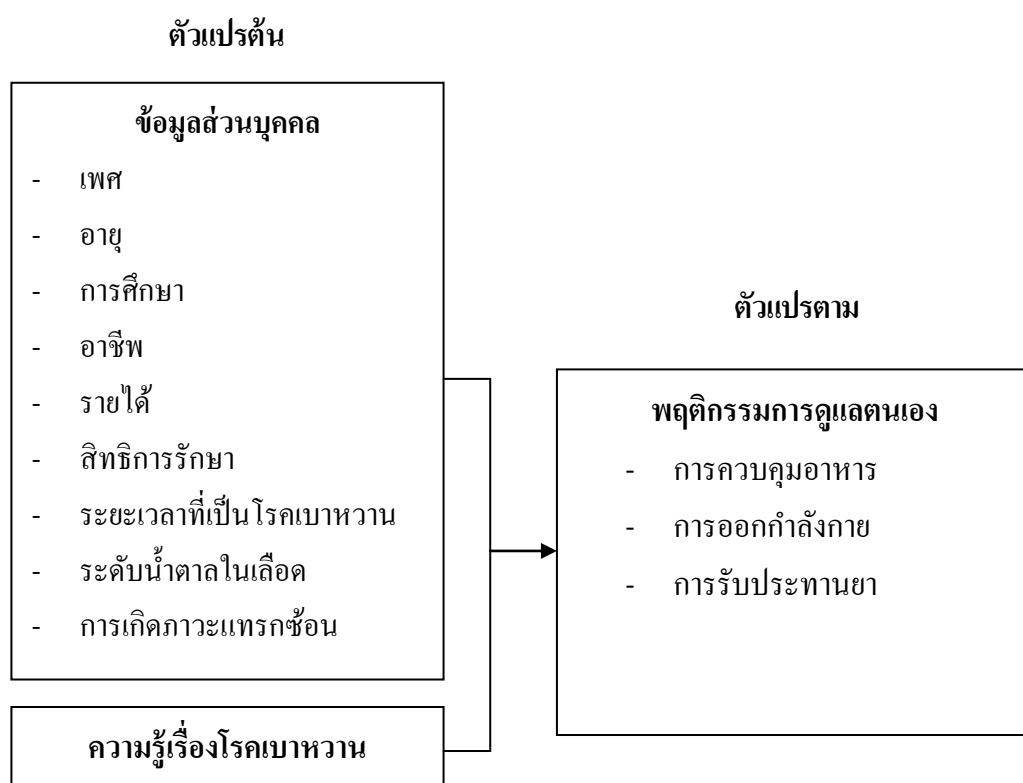
ระดับน้ำตาลในเลือด หมายถึง ระดับน้ำตาลในเลือดที่ปกติ ซึ่งอาจกระทำได้โดยการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การควบคุมน้ำหนักตัวไม่ให้อ้วนหรือน้ำหนักเกิน และการใช้ยารักษาเบาหวานทั้งชนิดรับประทานและชนิดฉีด เพื่อไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนจากระดับน้ำตาลในเลือดสูง และภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงและเรื้อรังในภายหลัง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

กรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานคือ ได้แก่ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ/รายได้ของผู้รับบริการ รายได้ของครอบครัว การประกันสุขภาพ ต้นทุนด้านเวลา เช่น เวลาที่รอคอยในการรับบริการ เวลาที่ใช้ในการเดินทางและเวลาที่ต้องหยุดงานเพื่อเข้ารับบริการสุขภาพ ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน และปัจจัยด้านระบบบริการของเพ็ญจันทร์ ประดับมุข (2549 : 29) และนำแนวคิดลักษณะทางประชากร และสถานะภาพทางเศรษฐกิจ สังคมนั้น มีความสำคัญต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัว การศึกษา อาชีพ และรายได้ เนื่องจากเป็นปัจจัยพื้นฐานอย่างหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของบุคคลของกิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์ (2546 : 8-10) มาเป็น

ต้นแบบและศึกษาจากเอกสาร ดำรงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ในการดูแลสุขภาพทั่วไปถูกต้องเพื่อรักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติสามารถป้องกันการเกิดโรคแทรกซ้อน ดังนี้

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย



ประโยชน์ของการวิจัย

1. นำผลการวิจัยใช้เป็นแนวทางช่วยให้ทีมสุขภาพเข้าใจพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง
2. เป็นแนวทางสำหรับทีมสุขภาพในการปรับปรุงประยุกต์วิธีการดูแลที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพแก่ผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวานให้มีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องเพื่อช่วยลดภาวะแทรกซ้อน
3. ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ได้รับการดูแลจากทีมสุขภาพเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างถูกต้อง เหมาะสม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข