

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง ในครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีภูมิลำเนาและอาศัยอยู่ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนองที่มารับบริการในคลินิกเบาหวานแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลกะบุรีและสถานีนามัย จำนวน 11 แห่ง ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง จำนวน 242 คน โดยผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามรูปตารางประกอบคำบรรยายแบ่งเป็น 5 ตอน ตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง

ตอนที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐาน

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ ปัญหาและอุปสรรค

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n = 242 คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	55	22.70
หญิง	187	77.30

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n = 242 คน)	ร้อยละ
อายุ		
20-29 ปี	3	1.24
30-40 ปี	7	2.90
41-50 ปี	48	19.83
51-60 ปี	91	37.60
61-70 ปี	64	26.44
71-80 ปี	22	9.09
81 ปีขึ้นไป	7	2.90
น้ำหนัก		
40-50 กิโลกรัม	37	15.30
51-60 กิโลกรัม	86	35.50
61-70 กิโลกรัม	83	34.30
71-80 กิโลกรัม	27	11.20
81 กิโลกรัมขึ้นไป	9	3.70
ส่วนสูง		
140-150 เซนติเมตร	63	26.03
151-160 เซนติเมตร	123	50.83
161-170 เซนติเมตร	48	19.83
171 เซนติเมตรขึ้นไป	8	3.31
ค่าดัชนีมวลกาย		
15-20 กก./ม. ²	28	11.57
21-30 กก./ม. ²	187	77.27
31-40 กก./ม. ²	27	11.16

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n = 242 คน)	ร้อยละ
สถานภาพสมรส		
โสด	5	2.06
สมรส	180	74.38
ม่าย	56	23.15
แยกกันอยู่	1	0.41
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	203	83.90
มัธยมศึกษา	24	9.90
ประกาศนียบัตร	4	1.70
ปริญญาตรี	10	4.10
ปริญญาโท	0	0.00
ไม่ได้เรียน	1	0.40
อาชีพ		
ข้าราชการ	5	2.10
รับจ้าง	26	10.70
เกษตรกรรวม	119	49.20
ค้าขาย	31	12.80
แม่บ้าน	48	19.80
ไม่มีอาชีพ	13	5.40
รายได้ในครอบครัวต่อเดือน		
3,000-5,000 บาท	86	35.50
5,001-10,000 บาท	84	34.70
10,001-15,000 บาท	29	12.00
15,001-20,000 บาท	12	5.00
20,000 บาทขึ้นไป	31	12.80

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n = 242 คน)	ร้อยละ
สิทธิการรักษา		
ข้าราชการ	32	13.22
รัฐวิสาหกิจ	1	0.41
ประกันสังคม	2	0.83
หลักประกันสุขภาพ	207	85.54
ชำระเงิน	0	0.00
ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน		
1 -4 ปี	108	44.60
5 - 9 ปี	81	33.50
10 ปีขึ้นไป	53	21.90
ระดับน้ำตาลในเลือด		
80-90 mg%	12	5.00
91-100 mg%	215	88.80
101-200 mg%	7	2.90
201 mg%ขึ้นไป	8	3.30
โรคแทรกซ้อน		
ไม่มี	224	92.60
มีโรคตา	9	3.70
มีโรคหัวใจ	2	0.80
มีโรคไต	4	1.70
มีโรคเท้า	3	1.20
รวม	242	100.00

จากตารางที่ 4.1 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 187 คน คิดเป็นร้อยละ 77.30 เป็นเพศชาย จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 22.70 มีอายุระหว่าง 51-60 ปี มากที่สุด จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 37.60 รองลงมาคือ อายุ 61-70 ปี

จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 26.44 และอายุระหว่าง 41-50 ปี จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 19.83 ส่วนใหญ่มีน้ำหนักระหว่าง 51-60 กิโลกรัม มากที่สุด จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 35.50 รองลงมาคือน้ำหนักระหว่าง 61-70 กิโลกรัม จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 34.30 และมีน้ำหนักระหว่าง 40-50 กิโลกรัม จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 15.30 และมีส่วนสูงระหว่าง 151-160 เซนติเมตร มากที่สุด จำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 50.83 รองลงมาคือ สูงระหว่าง 140-150 เซนติเมตร จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 26.03 และมีส่วนสูงระหว่าง 161-170 เซนติเมตร จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 19.83 และมีค่าดัชนีมวลกาย ระหว่าง 21-30 กก./ม.² จำนวน 187 คน คิดเป็นร้อยละ 77.27 รองลงมาคือ มีค่าดัชนีมวลกาย ระหว่าง 15-20 กก./ม.² จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 11.57 และมีค่าดัชนีมวลกาย ระหว่าง 31-40 กก./ม.² จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 11.16 มีสถานภาพสมรส มากที่สุด จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 74.38 รองลงมาคือ เป็นม้าย จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 23.15 และเป็นโสด จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 2.06 มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มากที่สุด จำนวน 203 คน คิดเป็นร้อยละ 83.90 รองลงมาคือ ระดับมัธยมศึกษา จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 9.90 และระดับปริญญาตรี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 4.10 ส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรกรรม มากที่สุด จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 49.20 รองลงมาคือ แม่บ้าน จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 19.80 และมีอาชีพค้าขาย จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 12.80 มีรายได้ระหว่าง 3,000-5,000 บาท จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 35.50 รองลงมาคือ รายได้ 5,001-10,000 บาท จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 34.70 และมีรายได้ระหว่าง 10,001-15,001 บาท จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 12.00

ส่วนใหญ่มีการใช้สิทธิการรักษาโดยใช้หลักประกันสุขภาพ จำนวน 207 คน คิดเป็นร้อยละ 85.54 รองลงมาคือ สิทธิของข้าราชการ จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 13.22 และใช้สิทธิการรักษาของประกันสังคม จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.83 และระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานมากที่สุด คือ 1-4 ปี จำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 44.60 รองลงมาคือ เป็นโรคเบาหวานมา 5-9 ปี จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 33.50 และเป็นโรคเบาหวานมา 10 ปีขึ้นไป จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 21.90 และมีระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร เดือนสุดท้าย มากที่สุด คือ มีระดับน้ำตาลในเลือดระหว่าง 91-100 mg% จำนวน 215 คน คิดเป็นร้อยละ 88.80 รองลงมาคือ มีระดับน้ำตาลในเลือดระหว่าง 80-90 mg% จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 5.00 และมีระดับน้ำตาลในเลือดระหว่าง 201 mg% ขึ้นไป จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 3.30 ส่วนใหญ่ไม่มีโรคแทรกซ้อน จำนวน 224 คน คิดเป็นร้อยละ 92.60 และมีโรคแทรกซ้อนเป็นโรคตา จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 3.70 รองลงมาคือ โรคไต จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.70 และเท้า จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.20

ตอนที่ 2 ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง

ตารางที่ 4.2 จำนวนและร้อยละความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จำแนกโดยรวม

ระดับคะแนนความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. สูง (ร้อยละ 80 ขึ้นไป)	51	21.08
2. ปานกลาง (ร้อยละ 60-79.9)	175	72.31
3. ต่ำ (ร้อยละ 60 ลงมา)	16	6.61
รวม	242	100.00

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ส่วนใหญ่มีคะแนนความรู้เรื่องโรคเบาหวาน จำนวน 175 คน คิดเป็นร้อยละ 72.31 อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 21.08 อยู่ในระดับสูง และจำนวนเพียง 16 คน คิดเป็นร้อยละ 6.61 เท่านั้น อยู่ในระดับต่ำ

ตารางที่ 4.3 จำนวนและร้อยละ ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จำแนกเป็นรายข้อ

ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. โรคเบาหวาน หมายถึงการที่ร่างกายมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่า 126 มิลลิกรัม%	7	2.90	235	97.10
2. อาการของโรคเบาหวานคือ ปัสสาวะบ่อย หิวบ่อย ดื่มน้ำมาก น้ำหนักลด	9	3.70	233	96.30
3. ระดับน้ำตาลในเลือดที่เหมาะสมของผู้ป่วยเบาหวานคือมากกว่า 130 มิลลิกรัม%	109	45.00	133	55.00

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. อาการเด่นของโรคเบาหวาน คือ เบื่ออาหาร ปวดศีรษะ แขนงเท้าอาก	78	32.20	164	67.80
5. ผู้ป่วยเบาหวานไม่จำเป็นต้องรับประทานอาหารให้ครบ 3 มื้อ	70	28.90	172	71.10
6. ผู้ป่วยเบาหวานควรควบคุมอาหารเพื่อให้ได้ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ	6	2.50	236	97.50
7. อาการหิว ใจสั่น เหงื่อออก ตัวเย็นควรดูแลตนเองเบื้องต้นโดยอมน้ำตาลหรือลูกอมทันที	17	7.00	225	93.00
8. ผลไม้ที่ผู้ป่วยเบาหวานไม่ต้องจำกัดปริมาณคือ ขนุน กล้วย	43	17.80	199	82.20
9. การรับประทานอาหารประเภท แป้ง อาหารทอด ขนมหวาน ทำให้ปริมาณน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติได้	18	7.40	224	92.60
10. ผู้ป่วยเบาหวานควรดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ เพื่อให้น้ำตาลในเลือดลดลง	16	6.60	226	93.40
11. การออกกำลังกายแต่ละครั้งควรใช้เวลา 30 นาทีขึ้นไป	8	3.30	234	96.70
12. การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้ป่วยเบาหวาน คือ การเดินเร็ว การรำไม้พลอง	26	10.70	216	89.30
13. ผู้ป่วยเบาหวานไม่ควรออกกำลังกายขณะหิวหรืออิ่ม	30	12.40	212	87.60
14. ท่านรับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานต่อเนื่อง	242	100.00	0	0.00
15. หลังรับประทานยาเบาหวานแล้วเกิดอาการหิว เหงื่อออก ใจสั่น คล้ายจะเป็นลมบ่อยๆ ควรปรึกษาแพทย์	19	7.90	223	92.10
16. ถ้าไม่ได้รับประทานอาหารในมือนั้น ๆ ไม่ต้องรับประทานยาเบาหวาน	67	27.70	175	72.30
17. คนอ้วน เสี่ยงต่อการเป็นเบาหวานมากกว่าคนผอม	38	15.70	204	84.30
18. ผู้ป่วยเบาหวานจำเป็นต้องให้ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่อ ตา ไต หัวใจ หรือเท้า	6	2.50	236	97.50

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
19. หากมีอาการ ชา ที่เท้าควรใช้กระเป๋าน้ำร้อนวางที่เท้าหรือใช้ยา หม่องนวด เข้า-เย็น	192	79.30	50	20.70
20. ผู้ป่วยเบาหวานควรได้รับการตรวจเลือดและการทำงานของไต อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง	10	4.10	232	95.90
รวม	51	24.42	191	78.58

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ความรู้เรื่องโรคเบาหวานของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอ
กระบุรี จังหวัดระนอง ส่วนใหญ่ตอบผิด จำนวน 191 คน คิดเป็นร้อยละ 78.58 และตอบถูก จำนวน
51 คน คิดเป็นร้อยละ 24.42

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรีจังหวัด ระนอง

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย
โรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จำแนกเป็นรายด้านและรวมทุกด้าน

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคเบาหวานชนิดที่ 2	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ พฤติกรรม	ลำดับ ที่
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.37	0.23	มาก	2
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.29	0.50	ปานกลาง	3
3. ด้านการรับประทานยา	2.68	0.24	มาก	1
รวม	2.44	0.24	มาก	

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 2.44$, S.D. = 0.24) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านการรับประทานยา ($\bar{X} = 2.68$, S.D. = 0.24) รองลงมาคือ ด้านการควบคุมอาหาร ($\bar{X} = 2.37$, S.D. = 0.23) และด้านการออกกำลังกาย ($\bar{X} = 2.29$, S.D. = 0.50)

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี ด้านการควบคุมอาหาร

ด้านการควบคุมอาหาร	$\bar{X}$	S.D.	ระดับพฤติกรรม	ลำดับที่
1. ท่านรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ และตรงเวลา	2.63	0.52	มาก	3
2. ท่านรับประทานอาหารว่าง ขนม ของจุบจิบระหว่างมื้ออาหาร	2.17	0.57	ปานกลาง	9
3. ท่านดื่มน้ำอัดลม น้ำหวาน น้ำผลไม้	2.41	0.57	มาก	7
4. ท่านรับประทานเนื้อปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง	2.46	0.59	มาก	6
5. ท่านงดรับประทานอาหารหวานและ ขนมหวาน หรือ รับประทานไม่เกิน 1-2 คำ	2.19	0.61	ปานกลาง	11
6. ท่านรับประทานอาหารตามความต้องการโดยไม่จำกัดปริมาณ	2.23	0.71	ปานกลาง	8
7. ท่านควบคุมการรับประทานอาหารแต่ละวันให้มีปริมาณใกล้เคียงกัน	2.57	0.70	มาก	5
8. ท่านรับประทานอาหารผักและ/หรือผลไม้ประเภทต่าง ๆ	2.72	0.48	มาก	1
9. ท่านรับประทานอาหาร ขนม ผลไม้ที่มีรสหวาน	2.13	0.52	ปานกลาง	12
10. ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงด้วยกะทิและไขมันเป็นส่วนประกอบเช่นของทอด ผัดต่าง ๆ แกงเขียวหวาน	2.15	0.51	ปานกลาง	10
11. ท่านรับประทานอาหารประเภทข้าว แป้ง ขนมปัง เผือก มัน	1.88	0.58	ปานกลาง	13
12. ท่านควบคุมน้ำหนักตัวอย่างสม่ำเสมอ	2.57	0.60	มาก	4
13. ท่านดื่มน้ำที่มีแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่	2.70	0.63	มาก	2
รวม	2.37	0.23	มาก	

จากตารางที่ 4.5 พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการควบคุมอาหารโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=2.37$, S.D. = 0.23) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ รับประทานอาหารผักและ/หรือผลไม้ประเภทต่าง ๆ ($\bar{X}=2.72$, S.D. = 0.48) รองลงมาคือ คีมีของที่มีแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่ ($\bar{X}=2.70$, S.D. = 0.63) และรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ และตรงเวลา ($\bar{X}=2.63$, S.D. = 0.52)

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี ด้านการออกกำลังกาย

ด้านการออกกำลังกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับพฤติกรรม	ลำดับที่
1. ท่านออกกำลังกายที่เหนื่อยเหมาะสมตามกำลังของตนเองแล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้นต่อเนื่องอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที	2.26	0.62	ปานกลาง	3
2. ท่านออกกำลังกายประจำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง	2.24	0.64	ปานกลาง	4
3. ท่านออกกำลังกายสม่ำเสมอติดต่อกันนานมากกว่า 3 เดือน	2.12	0.72	ปานกลาง	5
4. ท่านออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ภูบ้านจนเหงื่อออก ทำสวน อย่างน้อยวันละ 20 นาที	2.43	0.71	มาก	1
5. ท่านบันทึกน้ำหนักตัวของท่านเปรียบเทียบกับเดือนที่แล้ว	2.40	0.71	มาก	2
รวม	2.29	0.50	ปานกลาง	

จากตารางที่ 4.6 พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=2.29$, S.D. = 0.50) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ภูบ้านจนเหงื่อออก ทำสวน อย่างน้อย 20 นาที ($\bar{X}=2.43$, S.D.= 0.71) รองลงมาคือ บันทึกน้ำหนักตัวของท่านเปรียบเทียบกับเดือนที่แล้ว ($\bar{X}=2.40$, S.D. = 0.71) และออกกำลังกายที่เหนื่อยเหมาะสมตามกำลังของตนเองแล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้นต่อเนื่องอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที ($\bar{X}=2.26$, S.D. = 0.62)

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี ด้านการรับประทานยา

ด้านการรับประทานยา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับพฤติกรรม	ลำดับที่
1. ท่านรับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานอย่างต่อเนื่อง	2.98	0.15	มาก	1
2. ท่านรับประทานยาเบาหวานชนิดก่อนอาหาร ก่อนที่จะรับประทานอาหาร 30 นาที	2.78	0.55	มาก	5
3. ในบางครั้งท่านลืมรับประทานยาเบาหวาน	2.35	0.67	มาก	8
4. ถ้าท่านลืมรับประทานยาเบาหวาน ท่านจะรับประทานที่ที่นึกได้	2.14	0.86	ปานกลาง	9
5. ท่านปรับขนาดยาเบาหวานโดยการลดหรือเพิ่มยาหรือหยุดยาดด้วยตัวเอง	2.82	0.54	มาก	4
6. เมื่อมีอาการไม่สบาย ท่านจะดยาเบาหวานในมือนั้น	2.65	0.64	มาก	6
7. ท่านเคยซื้อยาเบาหวานมารับประทาน	2.93	0.34	มาก	3
8. ท่านรับประทานยาสมุนไพรหรืออาหารเสริมอื่นร่วมกับยาแผนปัจจุบันเพื่อรักษาเบาหวาน	2.53	0.63	มาก	7
9. ท่านพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง	2.95	0.26	มาก	2
รวม	2.68	0.24	มาก	

จากตารางที่ 4.7 พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการรับประทานยา โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 2.68$, S.D. = 0.24) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ รับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานอย่างต่อเนื่อง ($\bar{X} = 2.98$, S.D. = 0.15) รองลงมา คือ ท่านพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง ($\bar{X} = 2.95$, S.D. = 0.26) และเคยซื้อยาเบาหวานมารับประทาน ($\bar{X} = 2.93$, S.D. = 0.34)

ตอนที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานข้อที่ 1 คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีข้อมูลส่วนบุคคล ด้านเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ระยะเวลาที่ทราบว่าเป็นโรคเบาหวาน และภาวะแทรกซ้อนที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 4.8 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามเพศ

พฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคเบาหวานชนิดที่ 2	ชาย		หญิง		t	Sig.
	(n = 55 คน)		(n = 187 คน)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.33	0.21	2.38	0.24	-1.28	0.50
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.21	0.55	2.31	0.48	-1.27	0.08
3. ด้านการรับประทานยา	2.66	0.27	2.68	0.23	-0.56	0.37
รวม	2.40	0.26	2.46	0.23	-1.49	0.06

จากตารางที่ 4.8 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่เป็นเพศหญิงมีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่าเพศชาย เมื่อเปรียบเทียบด้วยสถิติ t - test พบว่า โดยรวม ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่แตกต่างกัน ($t = -1.49$, $\text{Sig.} = 0.06$) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายด้านพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.9 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี
จำแนกตามอายุ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	18-30 ปี		31-40 ปี		41-50 ปี		51-60 ปี	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.33	0.19	2.32	0.24	2.34	0.27	2.33	0.21
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.06	0.23	2.22	0.29	2.25	0.42	2.21	0.52
3. ด้านการรับประทานยา	2.40	0.39	2.63	0.17	2.67	0.26	2.66	0.26
รวม	2.26	0.24	2.39	0.21	2.42	0.22	2.40	0.24

ตารางที่ 4.9 (ต่อ)

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	61-70 ปี		71-80 ปี		81 ปีขึ้นไป	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.41	0.24	2.40	0.18	2.51	0.20
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.41	0.51	2.41	0.50	2.17	0.61
3. ด้านการรับประทานยา	2.69	0.19	2.78	0.16	2.58	0.36
รวม	2.51	0.24	2.53	0.19	2.42	0.33

จากตารางที่ 4.9 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอายุ 71-80 ปี มีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า อายุ 61-70 ปี และอายุ 81 ปีขึ้นไปกับอายุ 41-50 ปี ตามลำดับ จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ดังตารางที่ 4.10

ตารางที่ 4.10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามอายุ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
1. ด้านการควบคุมอาหาร	ระหว่างกลุ่ม	0.44	6	0.07	1.33	0.24
	ภายในกลุ่ม	13.01	235	0.05		
	รวม	13.45	241			
2. ด้านการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	2.16	6	0.36	1.46	0.19
	ภายในกลุ่ม	58.08	235	0.24		
	รวม	60.24	241			
3. ด้านการรับประทานยา	ระหว่างกลุ่ม	0.57	6	0.09	1.65	0.13
	ภายในกลุ่ม	13.51	235	0.05		
	รวม	14.08	241			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.70	6	0.11	2.07	0.05*
	ภายในกลุ่ม	13.26	235	0.05		
	รวม	13.96	241			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($F = 2.07$, $Sig. = 0.05$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอายุแตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.11 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามอายุ โดยรวมด้วยวิธีเชฟเฟ

พฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	18-30 ปี	31-40 ปี	41-50 ปี	51-60 ปี	61-70 ปี	71-80 ปี	81 ปีขึ้นไป
18-30 ปี	-	0.128	0.158	0.137	0.240*	0.265	0.155
31-40 ปี		-	0.029	0.008	0.112	0.136	0.027
41-50 ปี			-	0.020	0.082	0.107	0.002
51-60 ปี				-	0.103	0.127	0.018
61-70 ปี					-	0.024	0.084
71-80 ปี						-	0.109
81 ปีขึ้นไป							-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.11 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนองที่มีอายุ 18-30 ปี กับอายุ 61-70 ปี มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกัน โดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.12 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามสถานภาพ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	โสด		สมรส		ม่าย		แยกกัน	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.29	0.22	2.36	0.24	2.40	0.22	2.38	0.23
2. ด้านการออกกำลังกาย	1.92	0.26	2.29	0.49	2.32	0.53	2.40	0.50
3. ด้านการรับประทานยา	2.51	0.34	2.68	0.23	2.69	0.25	2.66	0.24
รวม	2.24	0.22	2.44	0.23	2.47	0.26	2.48	0.24

จากตารางที่ 4.12 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีสถานภาพแยกกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า สถานภาพม่าย และสถานภาพสมรส ตามลำดับ จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ดังตารางที่ 4.13

ตารางที่ 4.13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามสถานภาพ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	แหล่งของความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
1. ด้านการควบคุมอาหาร	ระหว่างกลุ่ม	0.10	3	0.03	0.59	0.62
	ภายในกลุ่ม	13.36	238	0.05		
	รวม	13.45	241			
2. ด้านการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	0.76	3	0.25	1.01	0.38
	ภายในกลุ่ม	59.48	238	0.25		
	รวม	60.24	241			
3. ด้านการรับประทานยา	ระหว่างกลุ่ม	0.15	3	0.05	0.89	0.44
	ภายในกลุ่ม	13.92	238	0.05		
	รวม	14.08	241			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.25	3	0.08	1.48	0.22
	ภายในกลุ่ม	13.71	238	0.05		
	รวม	13.96	241			

จากตารางที่ 4.13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีสถานภาพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน ($F = 1.48$, $Sig. = 0.22$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีสถานภาพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.14 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี
จำแนกตามระดับการศึกษา

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ประถมศึกษา		มัธยมศึกษา		ประกาศนียบัตร		ปริญญาตรี		ไม่ได้เรียน	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.36	0.23	2.37	0.20	2.34	0.32	2.46	0.24	1.92	0.23
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.28	0.48	2.23	0.51	2.65	0.41	2.54	0.63	1.40	0.50
3. ด้านการรับประทานยา	2.68	0.24	2.62	0.28	2.61	0.14	2.78	0.11	2.55	0.24
รวม	2.44	0.23	2.41	0.28	2.53	0.24	2.59	0.26	1.95	0.24

จากตารางที่ 4.14 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า การศึกษาประกาศนียบัตร และระดับประถมศึกษาตามลำดับ จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ดังตารางที่ 4.15

ตารางที่ 4.15 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน
ชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	แหล่งของความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
1. ด้านการควบคุมอาหาร	ระหว่างกลุ่ม	0.28	4	0.07	1.29	0.27
	ภายในกลุ่ม	13.17	237	0.05		
	รวม	13.45	241			
2. ด้านการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	2.01	4	0.50	2.04	0.08
	ภายในกลุ่ม	58.23	237	0.24		
	รวม	60.24	241			
3. ด้านการรับประทานยา	ระหว่างกลุ่ม	0.22	4	0.05	0.97	0.42
	ภายในกลุ่ม	13.85	237	0.05		
	รวม	14.08	241			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.52	4	0.13	2.31	0.06
	ภายในกลุ่ม	13.44	237	0.05		
	รวม	13.96	241			

จากตารางที่ 4.15 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน ($F = 2.31$, $Sig. = 0.06$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.16 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามอาชีพ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ข้าราชการ		รับจ้าง		เกษตรกร		ค้าขาย		แม่บ้าน		ไม่มีอาชีพ	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.53	0.29	2.33	0.14	2.38	0.25	2.30	0.17	2.37	0.24	2.35	0.23
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.80	0.34	2.38	0.49	2.24	0.52	2.24	0.41	2.34	0.44	2.32	0.65
3. ด้านการรับประทานยา	2.77	0.13	2.64	0.29	2.71	0.23	2.61	0.25	2.66	0.22	2.66	0.26
รวม	2.70	0.19	2.45	0.21	2.44	0.24	2.38	0.23	2.45	0.21	2.44	0.28

จากตารางที่ 4.16 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอาชีพข้าราชการมีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า อาชีพรับจ้าง อาชีพแม่บ้านและอาชีพเกษตรกรกับไม่มีอาชีพ ตามลำดับ จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ดังตารางที่ 4.17

ตารางที่ 4.17 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามอาชีพ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
1. ด้านการควบคุมอาหาร	ระหว่างกลุ่ม	0.33	5	0.06	1.21	0.30
	ภายในกลุ่ม	13.12	236	0.05		
	รวม	13.45	241			
2. ด้านการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	2.00	5	0.40	1.62	0.15
	ภายในกลุ่ม	58.24	236	0.24		
	รวม	60.24	241			
3. ด้านการรับประทานยา	ระหว่างกลุ่ม	0.33	5	0.06	1.15	0.33
	ภายในกลุ่ม	13.74	236	0.05		
	รวม	14.08	241			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.44	5	0.08	1.54	0.17
	ภายในกลุ่ม	13.52	236	0.05		
	รวม	13.96	241			

จากตารางที่ 4.17 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน ($F = 1.54$, $Sig. = 0.17$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอาชีพแตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.18 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี
จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	3,000-5,000		5,001-10,000		10,001-15,000		15,001-20,000		20,000 บาท ขึ้นไป	
	บาท		บาท		บาท		บาท		บาท	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.32	0.24	2.35	0.19	2.47	0.25	2.30	0.24	2.46	0.25
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.25	0.52	2.29	0.47	2.40	0.40	2.36	0.48	2.28	0.59
3. ด้านการรับประทานยา	2.65	0.23	2.68	0.24	2.71	0.29	2.67	0.26	2.72	0.19
รวม	2.40	0.25	2.44	0.22	2.53	0.21	2.45	0.26	2.48	0.27

จากตารางที่ 4.18 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีรายได้ต่อเดือน 10,000-15,000 บาท มีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า รายได้ต่อเดือน 20,000 บาทขึ้นไปและ 15,001-20,000 บาท ตามลำดับ จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ดังตารางที่ 4.19

ตารางที่ 4.19 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
1. ด้านการควบคุมอาหาร	ระหว่างกลุ่ม	0.79	4	0.20	3.74	0.05*
	ภายในกลุ่ม	12.66	237	0.05		
	รวม	13.45	241			
2. ด้านการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	0.59	4	0.14	0.59	0.67
	ภายในกลุ่ม	59.65	237	0.25		
	รวม	60.24	241			
3. ด้านการรับประทานยา	ระหว่างกลุ่ม	0.14	4	0.03	0.60	0.66
	ภายในกลุ่ม	13.94	237	0.05		
	รวม	14.08	241			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.37	4	0.09	1.63	0.16
	ภายในกลุ่ม	13.59	237	0.05		
	รวม	13.96	241			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.19 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรีจังหวัดระนอง ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน ($F = 1.63$, $Sig. = 0.16$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญสถิติที่ระดับ 0.05 ด้านการควบคุมอาหาร ส่วนด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยาไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.20 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน ด้านการควบคุมอาหาร ด้วยวิธีเชฟเฟ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	3,000- 5,000 บาท	5,001- 10,000 บาท	10,001- 15,000 บาท	15,001- 20,000 บาท	20,000 บาทขึ้นไป
3,000 - 5,000 บาท	-	0.032	0.147	0.016	0.136
5,001-10,000 บาท		-	0.115	0.049	0.104
10,001-15,000 บาท			-	0.164*	0.010
15,001-20,000 บาท				-	0.153
20,000 บาทขึ้นไป					-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.20 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีรายได้ต่อเดือน 10,001-15,000 บาท กับรายได้ต่อเดือน 15,001-20,000 บาท มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกัน ด้านการควบคุมอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.21 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามสิทธิการรักษา

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ข้าราชการ		รัฐวิสาหกิจ		ประกันสังคม		หลักประกัน สุขภาพ	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.43	0.22	2.38	0.23	2.50	0.70	2.35	0.30
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.41	0.50	1.80	0.50	2.60	0.56	2.27	0.90
3. ด้านการรับประทานยา	2.75	0.16	2.66	0.24	2.61	0.07	2.66	0.25
รวม	2.53	0.22	2.28	0.24	2.57	0.45	2.43	0.25

จากตารางที่ 4.21 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีสิทธิการรักษาประกันสังคม มีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า ผู้ที่มีสิทธิการรักษาข้าราชการและหลักประกันสุขภาพ ตามลำดับ จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ดังตารางที่ 4.22

ตารางที่ 4.22 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามสิทธิการรักษา

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	แหล่งของความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
1. ด้านการควบคุมอาหาร	ระหว่างกลุ่ม	0.21	3	0.07	1.31	0.27
	ภายในกลุ่ม	13.24	238	0.05		
	รวม	13.45	241			
2. ด้านการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	1.01	3	0.33	1.36	0.25
	ภายในกลุ่ม	59.23	238	0.24		
	รวม	60.24	241			
3. ด้านการรับประทานยา	ระหว่างกลุ่ม	0.22	3	0.07	1.25	0.28
	ภายในกลุ่ม	13.86	238	0.05		
	รวม	14.08	241			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.36	3	0.12	2.10	0.10
	ภายในกลุ่ม	13.60	238	0.05		
	รวม	13.96	241			

จากตารางที่ 4.22 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีสิทธิการรักษาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน ($F = 2.10$, $Sig. = 0.10$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีสิทธิการรักษาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.23 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี
จำแนกตามระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 1-4 ปี		ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 5-9 ปี		ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 10 ปีขึ้นไป	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.31	0.23	2.38	0.22	2.45	0.23
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.25	0.45	2.22	0.50	2.46	0.53
3. ด้านการรับประทานยา	2.63	0.26	2.70	0.23	2.73	0.17
รวม	2.40	0.22	2.43	0.24	2.55	0.25

จากตารางที่ 4.23 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 10 ปีขึ้นไป มีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า 5-9 ปี และ 1-4 ปี ตามลำดับ จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ดังตารางที่ 4.24

ตารางที่ 4.24 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จำแนกตามระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	แหล่งของความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
1. ด้านการควบคุมอาหาร	ระหว่างกลุ่ม	0.75	2	0.37	7.12	0.01*
	ภายในกลุ่ม	12.70	239	0.05		
	รวม	13.45	241			
2. ด้านการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	2.12	2	1.06	4.36	0.01*
	ภายในกลุ่ม	58.12	239	0.24		
	รวม	60.24	241			
3. ด้านการรับประทานยา	ระหว่างกลุ่ม	0.43	2	0.21	3.80	0.02*
	ภายในกลุ่ม	13.65	239	0.05		
	รวม	14.08	241			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.81	2	0.40	7.43	0.01*
	ภายในกลุ่ม	13.15	239	0.05		
	รวม	13.96	241			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.24 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($F = 7.43$, $Sig. = 0.01$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานแตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญสถิติที่ระดับ 0.05 ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา

ตารางที่ 4.25 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
อำเภอกระบุรี จำแนกตามระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน ด้านการควบคุมอาหาร ด้วยวิธีเชฟเฟ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 1-4 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 5-9 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 10 ปีขึ้นไป
1-4 ปี	-	0.075	0.141*
5-9 ปี		-	0.066
10 ปีขึ้นไป			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.25 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มี
ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 1-4 ปี กับ 10 ปีขึ้นไป มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันด้านการควบคุม
อาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.26 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
อำเภอกระบุรี จำแนกตามระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน ด้านการออกกำลังกาย ด้วยวิธี
เชฟเฟ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 1-4 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 5-9 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 10 ปีขึ้นไป
1-4 ปี	-	0.034	0.208*
5-9 ปี		-	0.243*
10 ปีขึ้นไป			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.26 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มี
ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 1-4 ปี กับ 10 ปีขึ้นไป และระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 5-9 ปี กับ 10 ปีขึ้นไป
มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกัน ด้านการออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.27 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
อำเภอกระบุรี จำแนกตามระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน ด้านการรับประทานยา ด้วยวิธีเชฟเฟ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 1-4 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 5-9 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 10 ปีขึ้นไป
1-4 ปี	-	0.034	0.208*
5-9 ปี		-	0.243*
10 ปีขึ้นไป			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.27 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 1-4 ปี กับ 10 ปีขึ้นไป และระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 5-9 ปี กับ 10 ปีขึ้นไป มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกัน ด้านการออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.28 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
อำเภอกระบุรี จำแนกตามระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน โดยรวมด้วยวิธีเชฟเฟ

พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 1-4 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 5-9 ปี	ระยะเวลาเป็น เบาหวาน 10 ปีขึ้นไป
1-4 ปี	-	0.036	0.150*
5-9 ปี		-	0.114*
10 ปีขึ้นไป			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.28 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 1-4 ปี กับ 10 ปีขึ้นไป และระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน 5-9 ปี กับ 10 ปีขึ้นไป มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกัน รวมทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.29 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี
จำแนกตามมีภาวะโรคแทรกซ้อน

พฤติกรรม การดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2	ไม่มีภาวะโรคแทรกซ้อน		มีภาวะโรคแทรกซ้อน		t	Sig.
	(n=224)		(n=18)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ด้านการควบคุมอาหาร	2.38	0.23	2.23	0.21	2.55	0.81
2. ด้านการออกกำลังกาย	2.31	0.49	2.05	0.54	2.11	0.58
3. ด้านการรับประทานยา	2.68	0.24	2.63	0.20	0.52	0.49
รวม	2.45	0.23	2.30	0.21	2.58	0.76

จากตารางที่ 4.29 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่ไม่มีภาวะโรคแทรกซ้อน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่าผู้ที่มีภาวะโรคแทรกซ้อน เมื่อเปรียบเทียบด้วยสถิติ t-test พบว่า โดยรวมผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่ภาวะโรคแทรกซ้อนต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ไม่แตกต่างกัน ($t = 2.58$, $\text{Sig.} = 0.76$) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายด้านพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีภาวะโรคแทรกซ้อนต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการรับประทานยา ไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 2 ความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีความสัมพันธ์เชิงบวก ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.30 ความสัมพันธ์ความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในอำเภอกระบุรี

ตัวแปร	พฤติกรรมการดูแลตนเอง			รวม
	ด้านการควบคุมอาหาร	ด้านการออกกำลังกาย	ด้านการรับประทานยา	
ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน	0.257*	0.107	0.151*	0.209*
รวม	0.687*	0.873*	0.510*	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.30 พบว่า ความสัมพันธ์ความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง โดยรวมมีความสัมพันธ์กันเชิงบวกอยู่ในระดับต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) ($r = 0.209$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์กันเชิงบวกอยู่ในระดับต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กับด้านการควบคุมอาหาร ($r = 0.257$) และด้านการรับประทานยา ($r = 0.151$) และความรู้มีความสัมพันธ์กับด้านออกกำลังกาย ($r = 0.107$)

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ ปัญหาและอุปสรรค

จากการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีปัญหาและอุปสรรคในการดูแลตนเอง ดังนี้

1. ผู้ป่วยให้ความสำคัญด้านการรับประทานยามากกว่าด้านอื่นๆ
2. เมื่อกลับบ้านผู้ป่วยขาดผู้ดูแลหลัก

3. ด้านครอบครัว ไม่ใส่ใจและไม่มีส่วนร่วมในการดูแลและไม่ตระหนักถึงโรคที่ผู้ป่วยเป็นโดยเฉพาะผู้สูงอายุ

4. พฤติกรรม ด้านการดูแลและเอาใจใส่สุขภาพตนเองมีน้อยทั้งทางด้านพฤติกรรม การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การรับประทานยาอย่างต่อเนื่อง ทักษะคติของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งอาจจะยังปรับเปลี่ยนได้ยาก

จากปัญหาที่พบสรุปได้ว่า ผู้ป่วยและญาติยังขาดความรู้ความเข้าใจในโรคเบาหวาน การได้รับข้อมูลยังไม่เพียงพอและครอบคลุม ทำให้เมื่อกลับบ้านไป ผู้ป่วยและครอบครัวขาดความตระหนักในการดูแลตนเอง ส่งผลให้พฤติกรรมทางสุขภาพ และทัศนคติเกี่ยวกับโรคเบาหวาน มาสามารถปรับเปลี่ยนได้ ทางคณะผู้จัดทำจึงได้พัฒนาการให้ความรู้ เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัว มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวานมากขึ้น กระตุ้นให้เกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเอง