

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนองครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive research) วัตถุประสงค์ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในอำเภอกระบุรีจังหวัดระนอง เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มารับบริการในคลินิกเบาหวานแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลกระบุรีและสถานีนาน้อย จำนวน 11 แห่ง จำนวน 242 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบที (t-test) การทดสอบเอฟ (F-test) และการทดสอบความสัมพันธ์ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถสรุปเป็นผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 77.30 มีอายุระหว่าง 51-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.60 ส่วนใหญ่มีน้ำหนักระหว่าง 51-60 กิโลกรัม คิดเป็นร้อยละ 35.50 มีส่วนสูงระหว่าง 151-160 เซนติเมตร คิดเป็นร้อยละ 50.83 มีค่าดัชนีมวลกาย ระหว่าง 21-30 กก./ม.² คิดเป็นร้อยละ 77.27 มีสถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 74.38 มีระดับการศึกษาประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 83.90 ส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 49.20 มีรายได้ระหว่าง 3,000-5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 35.50 ส่วนใหญ่มีการใช้สิทธิการรักษาโดยใช้หลักประกันสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 85.54 ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานมากที่สุด คือ 1-4 ปี คิดเป็นร้อยละ 44.60 และมีระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหารเดือนสุดท้าย คือ มีระดับน้ำตาลในเลือดระหว่าง 91-100 mg% คิดเป็นร้อยละ 88.80 ส่วนใหญ่ไม่มีโรคแทรกซ้อน คิดเป็นร้อยละ 92.60 และมีโรคแทรกซ้อน เป็นโรคตา คิดเป็นร้อยละ 3.70 รองลงมา คือ โรคไต คิดเป็นร้อยละ 1.70 และเท้า คิดเป็นร้อยละ 1.20

2. ด้านความรู้เรื่องผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง ส่วนใหญ่ความรู้เรื่องโรคเบาหวานอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 72.31 รองลงมาคือ ความรู้เรื่องโรคเบาหวานอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 21.08 และมีความรู้เรื่องโรคเบาหวานอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 6.61

3. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านการรับประทานยา รองลงมา คือ ด้านการควบคุมอาหาร และด้านการออกกำลังกาย

เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า

3.1 ด้านการควบคุมอาหาร พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการควบคุมอาหาร โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ รับประทานอาหารผักและ/หรือผลไม้ประเภทต่าง ๆ รองลงมาคือ ดื่มน้ำที่มีแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่ และรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ และตรงเวลา

3.2 ด้านการออกกำลังกาย พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ถูบ้านจนเหงื่อออก ทำสวน อย่างน้อย 20 นาที รองลงมาคือ บันทึกน้ำหนักตัวของท่านเปรียบเทียบกับเดือนที่แล้ว และออกกำลังกายทีละน้อยเหมาะสมตามกำลังของตนเองแล้วค่อย ๆ เพิ่มขึ้นต่อเนื่อง อย่างน้อยครั้งละ 30 นาที

3.3 ด้านการรับประทานยา พบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการรับประทานยา โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ รับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานอย่างต่อเนื่อง รองลงมาคือ พบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง และเคยซื้อยาเบาหวานรับประทาน

4. ผลการทดสอบสมมติฐาน

4.1 สมมติฐานข้อที่ 1 ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง ที่มีข้อมูลส่วนบุคคล ด้านเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ระยะเวลาที่ทราบว่า เป็นโรคเบาหวาน และภาวะแทรกซ้อนที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีรายละเอียดดังนี้

4.1.1 ด้านเพศ พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ไม่แตกต่างกัน

4.1.2 ด้านอายุ พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4.1.3 ด้านสถานภาพ พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนองที่มีสถานภาพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน

4.1.4 ด้านระดับการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน

4.1.5 ด้านอาชีพ พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน

4.1.6 ด้านรายได้ต่อเดือน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนองที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน

4.1.7 ด้านสิทธิการรักษา พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนองที่มีสิทธิการรักษาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมไม่แตกต่างกัน

4.1.8 ด้านระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4.1.9 ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่ภาวะโรคแทรกซ้อน ต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ไม่แตกต่างกัน

4.2 สมมติฐานข้อที่ 2 ความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีความสัมพันธ์เชิงบวก ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 พบว่า ความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง โดยรวมมีความสัมพันธ์กันเชิงบวกอยู่ในระดับต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ($r = 0.209$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์กับด้านการควบคุมอาหารและด้านการรับประทานยา

การอภิปรายผล

1. ด้านความรู้เรื่องผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 72.31 มีคะแนนความรู้เรื่องโรคเบาหวานอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ คิดเป็นร้อยละ 21.08 มีคะแนนความรู้เรื่องโรคเบาหวานอยู่ในระดับสูง และคิดเป็นร้อยละ 6.61 ที่มีคะแนนความรู้เรื่องโรคเบาหวานอยู่ในระดับต่ำสอดคล้องกับการศึกษาของกันธิกา ทวีรอด และตรีทิพย์ อนงค์ทอง (2550) ศึกษาเรื่อง ความรู้และการปฏิบัติตนของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการที่คลินิกโรคเบาหวานศูนย์สุขภาพชุมชนในผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานอยู่ในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 73.81 และกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตนเกี่ยวกับโรคเบาหวานอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 67.86 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความรู้ในการดูแลตนเองได้ค่อนข้างดี แต่ทั้งนี้ผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานควรมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลรักษาตนเองให้มากขึ้น เพราะส่งผลทำให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและปกติมากขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีอายุ 18-30 ปี กับอายุ 61-70 ปี มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัยของมงคลชัย แก้วเอี่ยม (2550) ศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยที่มีอายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน แหล่งของรายได้ที่ต่างกันมีแหล่งของรายได้ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการศึกษาด้านความรู้มีระดับปานกลาง ส่งผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับมาก ทั้งนี้ผู้ป่วยควรมีความรู้มากขึ้นเพื่อการดูแลสุขภาพร่างกายตนเองให้ปกติและแข็งแรงมากขึ้น

2. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านการรับประทานยา รองลงมา คือ ด้านการควบคุมอาหาร และด้านการออกกำลังกาย สอดคล้องกับมงคลชัย แก้วเอี่ยม (2550) ศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผลการศึกษาพบว่า มีการรับรู้ด้านสุขภาพในระดับดีและมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับดี

เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า

2.1 ด้านการควบคุมอาหาร พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการควบคุมอาหารโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ รับประทานอาหารผักและ/หรือผลไม้ประเภทต่าง ๆ รองลงมาคือ คี๊มของที่มีแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่ และรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ และตรงเวลา สอดคล้องกับงานวิจัยของอาทิตย์ บุญเรือง (2551 : 41-42) ได้ศึกษาการดูแลรักษาตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน โรงพยาบาลเทพากร อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยมีการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหารอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ผู้ป่วยควรดูแลตนเองเพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานมีการดูแลรักษาตนเองดีขึ้นและประสบความสำเร็จในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้มากยิ่งขึ้น มีการดำเนินชีวิตที่เป็นสุขและลดภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายแก่ผู้ป่วยได้

2.2 ด้านการออกกำลังกาย พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการออกกำลังกาย โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ถูบ้านจนเหงื่อออก ทำสวน อย่างน้อย 20 นาที รองลงมา คือ บันทึกน้ำหนักตัวของท่านเปรียบเทียบกับเดือนที่แล้ว และออกกำลังกายทีละน้อยเหมาะสมตามกำลังของตนเองแล้วค่อย ๆ เพิ่มขึ้นต่อเนื่องอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที สอดคล้องกับงานวิจัยของสุพรรณ บุญศิริ (2550 : 46) ได้ศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองและบทบาทสมาชิกครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ถึงอำเภอเวียงเชียงรุ้ง จังหวัดเชียงราย ผลการศึกษาพบว่า การดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวานโดยรวมอยู่ในระดับดี เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า การดูแลสุขภาพตนเองด้านการดูแลเท้า และการใช้ระบบบริการสุขภาพอยู่ในระดับดีมาก ส่วนด้านโภชนาการ ด้านการออกกำลังกายและกิจกรรมการพักผ่อน และด้านการจัดการความเครียดอยู่ในระดับดี ด้านบทบาทของสมาชิกครอบครัวในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานพบว่า ส่วนใหญ่มีการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานในทุกด้านอยู่ในระดับดี

2.3 ด้านการรับประทานยา พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้านการรับประทานยา โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ รับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานยาต่อเนื่อง รองลงมา คือ พบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง และเคยซื้อยาเบาหวานรับประทาน สอดคล้องกับงานวิจัยของสุริดา กรุดเนียม (2551 : 51) ได้ศึกษาแนวทางการพัฒนาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ที่มารับบริการในสถานอนามัยตำบลบ้านกุ่ม อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่ขาดความรู้ในเรื่องของการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย

พฤติกรรมกรรมการรับประทานยาอยู่ในระดับมาก ดังนั้นควรมีแนวทางการพัฒนาความรู้ ทักษะและพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคเบาหวานใช้กระบวนการวางแผนเชิงกลยุทธ์ ในแผนดังกล่าวนี้กำหนดเป็นยุทธศาสตร์การส่งเสริมความรู้ ทักษะและพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคเบาหวาน กลยุทธ์การเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานมากขึ้น

3. ผลการเปรียบเทียบผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีข้อมูลส่วนบุคคล ด้านเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ระยะเวลาที่ทราบว่าเป็นโรคเบาหวาน และภาวะแทรกซ้อนที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 พบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง ที่มีเพศ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเนื่อง สิทธิการรักษา ภาวะโรคแทรกซ้อนต่างกันมีพฤติกรรมในการดูแลตนเอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีเพศ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเนื่อง สิทธิการรักษา ภาวะโรคแทรกซ้อนต่างกัน อาจมีความสนใจในการดูแลตนเองให้มีระดับน้ำตาลในเลือดที่ดี เพราะทุกคนต้องสนใจดูแลตนเองให้มีร่างกายที่ปกติ มีระดับน้ำตาลในเลือดที่ปกติมากที่สุดส่วนที่มีอายุและระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานแตกต่างกัน มีพฤติกรรมในการดูแลตนเอง โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เป็นเพราะว่า ผู้ที่มีอายุและระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานมากกว่าได้รับความรู้และประสบการณ์ด้านความเจ็บป่วยที่น้อยกว่าผู้ที่เริ่มเป็นโรคเบาหวาน จึงส่งผลทำให้ผู้ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวานที่นานกว่า มีความรู้มากกว่าผู้ที่เริ่มเป็นโรคเบาหวาน เพราะต้องดูแลตนเองมาเป็นระยะเวลาที่นานกว่า ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของมงคลชัย แก้วเอี่ยม (2550) ศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผลการศึกษาพบว่า มีการรับรู้ด้านสุขภาพในระดับดีและมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองในระดับดี ระยะเวลาที่ทราบว่าเป็นโรคเบาหวาน ภาวะแทรกซ้อนที่แตกต่างกันมีแบบแผนการรับรู้ด้านสุขภาพที่ไม่แตกต่าง และที่มีระดับการศึกษา กับแหล่งของรายได้ที่แตกต่างกันมีแบบแผนการรับรู้ด้านสุขภาพที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และที่มีเพศ ระยะเวลาที่ทราบว่าเป็นโรคเบาหวาน ภาวะแทรกซ้อนที่แตกต่างกันมีแบบแผนการรับรู้ด้านสุขภาพที่ไม่แตกต่าง และที่มีอายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเนื่อง แหล่งของรายได้ที่ต่างกันมีแหล่งของรายได้ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4. ผลความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง พบว่า มีความสัมพันธ์เชิงบวก ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 พบว่า ความรู้เรื่องโรคเบาหวานกับพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง โดยรวมมีความสัมพันธ์กันเชิงบวกอยู่ในระดับต่ำมาก

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ($r = 0.209$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความรู้เรื่องโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์กับด้านการควบคุมอาหารและด้านการรับประทานยา สอดคล้องกับงานวิจัยของมงคลชัย แก้วเอี่ยม (2550) ศึกษาการรับรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานผลการศึกษพบว่ามีการรับรู้ด้านสุขภาพในระดับดีและมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับดี ส่วนแบบแผนการรับรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง มีความรู้เรื่องผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความรู้เรื่องโรคเบาหวานโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และมีพฤติกรรมมีพฤติกรรมดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านการรับประทานยารองลงมา คือ ด้านการควบคุมอาหาร และด้านการออกกำลังกาย เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ระดับพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานมีการดูแลตนเองให้อยู่ในระดับที่ดีมากขึ้น ผู้เขียนขอให้ข้อเสนอแนะดังนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. เนื่องจากผลการวิจัยพบว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้ในระดับปานกลางดังนั้น โรงพยาบาลกะบุรีและสถานีอนามัย จำนวน 11 แห่ง ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง ควรมีการส่งเสริมให้ความรู้กับผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 รวมทั้งให้ความรู้ในการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานให้กับญาติ ผู้ดูแลผู้ป่วยให้มีความเข้าใจในการควบคุมอาหาร การรับประทานยา การออกกำลังกาย และการรับประทานยา เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีการดูแลตนเองให้ปริมาณน้ำตาลในกระแสเลือดอยู่ในระดับปกติ และมีสุขภาพที่ดีขึ้น ตลอดจนติดตามแนะนำประเมินผลจากทีมสหวิชาชีพอย่างต่อเนื่อง เพราะระยะการป่วยของโรคเบาหวานมีผลต่อพฤติกรรมด้านการควบคุมอาหาร การออกกำลังกายและการรับประทานยา ดังนั้นทีมสหวิชาชีพควรจัดกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการดูแลตนเองและติดตามประเมินผล

2. ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานควรมีพฤติกรรมในการควบคุมการรับประทานยาที่เหมาะสม ถูกสัดส่วน มีการส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีการแบ่งกลุ่มการออกกำลังกายที่เหมาะสมตามวัย พร้อมบันทึกกิจกรรมประจำวันอย่างต่อเนื่องเป็นรูปธรรม การรับประทานยาเบาหวานต้องตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานอย่างต่อเนื่อง เพื่อส่งผลทำให้ผู้ป่วยสามารถควบคุมน้ำตาลในกระแสเลือดให้ปกติได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาแนวทางการพัฒนาความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานของโรงพยาบาลกระบี่และสถานีนอนมัย ในอำเภอกระบี่ จังหวัดระนอง
2. ควรมีการวิจัยและพัฒนาการออกกำลังกายที่เหมาะสมในผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวาน เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากระบบกระดูก ข้อและกล้ามเนื้อ