

การวิจัยแบบกรณีศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน และ ปัจจัย ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน กรณีศึกษาเป็นบุคคลที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมโรคเบาหวานไม่ได้ จำนวน 8 คน เลือกแบบเฉพาะเจาะจง จากผู้ที่มารับการรักษา ณ โรงพยาบาล แห่งหนึ่งในเขตภาคเหนือตอนล่าง เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกต การจดบันทึก การศึกษาเอกสาร และการให้การพยาบาล ระหว่างเดือน กรกฎาคม 2546 ถึง มกราคม 2548 และวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย พบว่า บุคคลที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน 8 ด้าน คือ 1) การรับประทานอาหาร 2) การออกกำลังกาย 3) การบริหารมือ-เท้า และการดูแลเท้า 4) การใช้ยา 5) การใช้สมุนไพร 6) การมาตรวจรักษาตามนัด 7) การจัดการกับความเครียด และ 8) การแสวงหาแหล่ง รักษา ซึ่งพฤติกรรมในการดูแลตนเองทั้ง 8 ด้านจะแตกต่างกันในแต่ละบุคคล การศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ การดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน พบว่ามี 2 ปัจจัย คือ

1. ปัจจัยภายใน ประกอบด้วย ภาวะสุขภาพ ภาวะเครียด ความชอบส่วนบุคคล ความเชื่อ ความกลัว ผลกระทบจากโรคเบาหวาน โดยมีปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวานได้ คือ ภาวะสุขภาพ โดยเฉพาะเมื่อมีภาวะแทรกซ้อนเพิ่มขึ้น ความกลัวผลกระทบจากโรคเบาหวาน ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคในการดูแล ตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน คือ ภาวะเครียด ความชอบส่วนบุคคล และสำหรับปัจจัยที่เป็นทั้งปัจจัยส่งเสริม และเป็นอุปสรรคในการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน คือ ความเชื่อในการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย

2. ปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย วิถีชีวิตที่ไม่เอื้ออำนวย ฤดูกาลที่มีผลไม้ การสนับสนุนทาง สังคม และสื่อวิทยุ-โทรทัศน์ โดยมีปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวานได้ คือ สื่อ รายการวิทยุ-โทรทัศน์ที่เป็นรายการธรรมะ และรายการส่งเสริมสุขภาพ ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคในการดูแล ตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน คือ วิถีชีวิตที่ไม่เอื้ออำนวย และฤดูกาลที่มีผลไม้ สำหรับปัจจัยที่เป็นทั้งปัจจัย ส่งเสริมและเป็นอุปสรรคในการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน คือ การสนับสนุนทางสังคมทั้งจาก ครอบครัว เพื่อนบ้าน เพื่อนที่เป็นโรคเบาหวาน หัวหน้างาน และเพื่อนร่วมงาน

ผู้วิจัยได้ดำเนินการส่งเสริมให้กรณีศึกษาดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน ดังนี้ คือ 1) สร้าง สัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่เป็นโรคเบาหวานและครอบครัว 2) ค้นหาปัจจัยทั้งที่เป็นอุปสรรคและส่งเสริมการ ดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน 3) ร่วมประเมินปัญหาและความต้องการ 4) ร่วมวางแผนและดำเนินการ ตามแผน และ 5) ประเมินผลการดูแลตนเองและการควบคุมโรคเบาหวาน ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือ การพยาบาลที่แตกต่างกันในแต่ละกรณีศึกษา ได้แก่ แบบบันทึกรายการกิจกรรม แบบบันทึกรายการอาหาร รายการอาหารสำหรับบุคคลที่เป็นโรคเบาหวาน รายการอาหารดัดแปลง รายการอาหารแลกเปลี่ยน การบริหาร ร่างกาย-เท้า และการดูแลเท้า เป็นต้น

ผลจากการควบคุมโรคเบาหวาน พบว่า ระดับน้ำตาลในเลือดของกรณีศึกษาส่วนใหญ่ลดลง ยกเว้น ในกรณีศึกษาสองคน และทุกกรณีศึกษามีพฤติกรรมในการดูแลตนเองเหมาะสมกับโรค มีภาวะสุขภาพดีขึ้น มีความพึงพอใจกับผลการตรวจระดับน้ำตาลในเลือด และมีความรู้สึกทางบวกต่อวิธีการในการดูแลตนเองเพื่อ ควบคุมโรคเบาหวานของตน ยกเว้นในกรณีศึกษาหนึ่งคน

การวิจัยนี้ช่วยให้บุคลากรทีมสุขภาพเข้าใจถึงความรู้สึกนึกคิดในการดูแลตนเองเพื่อควบคุมโรคเบาหวาน ของบุคคลที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมโรคเบาหวานไม่ได้ และสามารถนำกระบวนการวิจัยนี้ไปใช้ในการ พัฒนารูปแบบการพยาบาลเพื่อควบคุมโรคเบาหวานของคลินิกโรคเบาหวานในโรงพยาบาลต่อไป

This case study research method aimed to explore self care for diabetes control and factors related to self care for diabetes control of persons with type 2 diabetes who were unable to control their diabetes. Eight case studies were chosen purposively from clients who were attended diabetic clinic of one hospital located in the lower northern part of Thailand. Data were collected from July 2004 to January 2006, using in-depth interviews, observations, note taking, documentary reviews and nursing care. Data analysis was done by content analysis.

Results showed that persons with types 2 diabetes performed 8 types of self care activities: 1) diet, 2) exercise, 3) hand-leg exercise and foot care, 4) medication taking, 5) use of herbs, 6) clinic attending and following up, and 7) stress management 8) seeking various sources of treatment. Self-care activities varied from person to person. Factors related to self care for diabetes control comprised of 2 factors, internal and external.

1. Internal factors included health states, stress, personal preference, personal beliefs, and fear of impacts of diabetes. Factors enhancing self care for diabetes control were health states especially when having more complications, and fear of impacts of diabetes. Factors prohibited self care for diabetes control were, stress and personal preference. Factors both enhancing and prohibited self care for diabetes control were personal beliefs regarding nutrition and exercise.

2. External factors included inconvenience lifestyles and fruits' seasoning, social supports, TV and radio media. Factor enhancing self-care for diabetes control was TV and radio media, especially programs on religious and health promotion. Factors prohibited self-care for diabetes control were inconvenience lifestyles and fruits' seasoning. Factor both enhancing and prohibited self care for diabetes control was social support from various sources: family, neighbors, peer groups, boss and friends.

The researcher used case study approach in order to enhance self-care for diabetes control. The process comprised of: 1) making good relationship with persons with type 2 diabetes and their families; 2) assessing factors those enhance and prohibit self care for diabetes control; 3) assessing problems and needs; 4) planning and implementing; and 5) evaluating of self care and diabetes control. The researcher used a variety of tools/ instruments to care for specific problems of each person, such as records of daily activities; records of daily nutrition intake; list of nutrition; nutrition for persons with diabetes; food exchange list; and instruction of body and foot exercise and foot care.

Results of diabetes control showed decreasing in fasting blood glucose of almost all case studies, except in two persons. Most of case studies had improvement in health states, satisfied with their blood glucose levels, and had positive attitudes toward their own self care for diabetes control, except one person.

This research helps health care teams understand self care for diabetes control of persons with types 2 diabetes who were unable to control their own diabetes. The research process used in this study provides ways to do research and to develop the caring model for persons who are unable to control their diabetes attending at diabetic clinics in the hospitals.