

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัย เรื่อง รูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ใน จังหวัด สมุทรสงคราม ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อประเมินระดับความแตกฉานทางด้านสุขภาพ(การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้) ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม 2) เพื่อสำรวจพฤติกรรมกาดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) 3) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้), พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และ การควบคุมเบาหวาน ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) และ 4) เพื่อสังเคราะห์รูปแบบ ที่มีประสิทธิภาพใน การส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้) ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความแตกฉานด้านสุขภาพและพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ได้แก่ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการใน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม อายุ 50 – 80 ปี จำนวน 415 คน โดยการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง และตัวอย่างที่ใช้ในการทดสอบประสิทธิภาพของรูปแบบ การส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพได้แก่ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับการรักษาใน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม จำนวน 60 คน โดยการวิจัย ในครั้งนี้ดำเนินการในระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2559 ถึง วันที่ 30 มิถุนายน 2560 เครื่องมือที่ใช้ในการ วิจัย ประกอบด้วยแบบสอบถามเกี่ยวกับ สถานภาพส่วนบุคคล ความแตกฉานด้านสุขภาพ และ พฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริม สุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม คอมพิวเตอร์ สถิติด้วยค่าสถิติ ความถี่ (f) ร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การทดสอบ t-test การทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One – Way ANOVA) และ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แบบเพียร์สัน

5.1 สรุปผลการวิจัย

5.1.1 สถานภาพส่วนบุคคล

ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 66.5 มีอายุเฉลี่ย 64.11 ปี อายุต่ำสุด 50 ปี อายุสูงสุด 80 ปี ส่วนใหญ่มีช่วงอายุ 60 -69 ปี คิดเป็นร้อยละ 42.7 มีสถานภาพสมรสเป็นคู่ คิดเป็นร้อยละ 68.0 เป็นครอบครัว 1 ระดับ คิดเป็นร้อยละ 52.4 อยู่กับคู่สมรส คิดเป็นร้อยละ 39.63 มีระดับการศึกษาสูงสุดในระดับชั้นประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 71.3 มีอาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 29.2 มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 65.0 เป็นโรคเบาหวานมา 5 – 9 ปี คิดเป็นร้อยละ 39.8 ตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือดเดือนละวัน คิดเป็นร้อยละ 75.18 รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ 7 วันต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 33.0 ออกกำลังกาย 7 วันต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 26.2 มีภาวะโรคแทรกซ้อน คิดเป็น ร้อยละ 86.4 มีโรคแทรกซ้อน 1 โรค คิดเป็นร้อยละ 46.52 มีภาวะแทรกซ้อนเป็นโรคความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 60.52 ได้รับข้อมูลสุขภาพจากแหล่งข้อมูล 2 แหล่ง คิดเป็นร้อยละ 39.8 ได้รับข้อมูลจาก เจ้าหน้าที่สาธารณสุข คิดเป็นร้อยละ 34.27 มีระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ที่ 126 – 154 ml/dl คิดเป็นร้อยละ 51.45

5.1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีดังนี้

ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.6847$, S.D. = 0.64637) เมื่อพิจารณาเป็นรายระดับพบว่า ระดับขั้นพื้นฐาน (Functional Health Literacy) อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.1107$, S.D. = 0.86895) โดยมีข้อคำถามที่ว่า “ต้องการคนช่วยในการอ่านเอกสาร” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 3.2524$) และข้อคำถามที่ว่า “ตัวหนังสือในเอกสารมีขนาดเล็กเกินไป” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.9223$) ระดับขั้นการมีปฏิสัมพันธ์ (Interactive Health Literacy) อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.3282$, S.D. = 0.86856) โดยมีข้อคำถามที่ว่า “มีความเข้าใจในข้อมูลที่ท่านเลือก และ นำข้อมูลที่ค้นหาได้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 2.4369$) และข้อคำถามที่ว่า “มีมีการคัดเลือกข้อมูลที่ท่านต้องการ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.1553$) และระดับขั้นวิจารณ์ญาณ (Critical Health Literacy) อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.6141$, S.D. = 0.96810) โดยมีข้อคำถามที่ว่า “มีการคิดทบทวนก่อนการตัดสินใจที่จะนำข้อมูลที่รับไปใช้” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 2.6311$) และข้อคำถามที่ว่า “พิจารณาว่าข้อมูลที่ได้มีความน่าเชื่อถือเพียงไร” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.5728$)

5.1.3 ผลการเปรียบเทียบระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ ของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม จำแนกตามลักษณะทางประชากรศาสตร์

5.1.3.1 ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ที่มีเพศที่ต่างกันมีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ไม่แตกต่างกันในภาพรวม

5.1.3.2 ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ที่มีอายุต่างกันมีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ไม่แตกต่างกันในภาพรวม

5.1.3.3 ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพไม่แตกต่างกันในภาพรวม

5.1.3.4 ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีระดับความแตกฉานในภาพรวมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ที่ระดับ 0.05

5.1.3.5 ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ที่มีระดับรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกันมีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพไม่แตกต่างกันในภาพรวม

5.1.3.6 ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ที่มีระยะเวลาที่เป็นโรคต่างกัน มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพไม่แตกต่างกันในภาพรวม

5.1.3.7 ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ที่มีแหล่งข้อมูลต่างกันและระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพในภาพรวมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ที่ระดับ 0.05

5.1.4 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรม การดูแลตนเองด้านการดูแลร่างกาย ด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน ด้านการดูแลรักษา และด้านการดูแลจิตใจ อารมณ์ และสังคม ของผู้ป่วย

โรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม

ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ส่วนใหญ่มีคะแนน ระดับพฤติกรรม การดูแลตนเอง ในภาพรวม อยู่ในระดับดี จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 39.8 รองลงมา คือ อยู่ในระดับพอใช้ จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 36.1 อยู่ในระดับควรปรับปรุง จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 15.4 และอยู่ในระดับ ดีมาก จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 8.7 ตามลำดับ โดยมีค่าเฉลี่ย พฤติกรรม การดูแลตนเองใน ภาพรวม คือ $\bar{X} = 4.00$, S.D. = 0.334 และมีค่าเฉลี่ยเป็นรายด้าน เรียงจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านการดูแลรักษา ($\bar{X} = 4.36$, S.D. = 0.400), ด้านการดูแลร่างกาย ($\bar{X} = 4.00$, S.D. = 0.711), ด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน ($\bar{X} = 3.89$, S.D. = 0.531), ด้านการดูแลจิตใจ อารมณ์ และสังคม ($\bar{X} = 3.75$, S.D. = 0.721) ตามลำดับ

เมื่อพิจารณา พฤติกรรม การดูแลตนเอง ในรายด้าน พบว่า ด้านการดูแลร่างกาย มี ค่าเฉลี่ยในภาพรวม คือ $\bar{X} = 4.00$, S.D. = 0.711 โดยมีข้อคำถามที่ว่า “ท่านรักษาความสะอาดของ ร่างกายโดยการอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.83$) และข้อคำถามที่ว่า “ท่านรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ลิ้นจี่ ลองกอง เงาะ ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.35$) ด้านการ ป้องกันภาวะแทรกซ้อน มีค่าเฉลี่ยในภาพรวม คือ $\bar{X} = 3.89$, S.D. = 0.531 มีข้อคำถามที่ว่า “ท่าน ได้รับการตรวจร่างกายจากแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.52$) และข้อคำถามที่ว่า “เมื่อท่านต้องเดินทางท่านมีข้อเท้า ขนบบึงกรอบ หรือน้ำตาลติดตัว ไว้ เพื่อป้องกันการหมดสติจากภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำเกินไป ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.37$) ด้านการ ดูแลรักษา มีค่าเฉลี่ยในภาพรวม คือ $\bar{X} = 4.36$, S.D. = 0.400 มีข้อคำถามที่ว่า “ท่านไปรับการตรวจ รักษาที่โรงพยาบาล หรือสถานีนอนามัยตามนัด ” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.86$) และข้อคำถามที่ว่า “ท่านได้ศึกษาหาความรู้หรือคำแนะนำจากผู้อื่นเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.40$) และด้านการดูแลจิตใจ อารมณ์ และสังคม มีค่าเฉลี่ยในภาพรวม คือ $\bar{X} = 3.75$, S.D. = 0.721 มีข้อคำถามที่ว่า “ท่านไปร่วมงานประเพณีต่างๆ ของชุมชน เพื่อพบปะพูดคุยกับคน อื่นๆ” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.13$) และข้อคำถามที่ว่า “เมื่อท่านมีปัญหา ท่านไปขอคำแนะนำ และ คำปรึกษาจากครอบครัวและเพื่อนของท่านเสมอ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.09$)

5.1.5 ผลการวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่างความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้), พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และการควบคุมเบาหวาน ของผู้ป่วย เบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบล อำเภอบางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ผู้ป่วยโรคเบาหวาน มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพเฉลี่ย เท่ากับ 2.63 (S.D. = 0.507) มีคะแนนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ เท่ากับ 68.50 (S.D. = 8.425) และ มีค่าระดับน้ำตาลในเลือด (DTX) เท่ากับ 147.46 (S.D. = 41.915)

ผลการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และ นำข้อมูลไปใช้), พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และ ระดับน้ำตาลในเลือด (DTX) ของผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอ บางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า ความแตกฉาน ด้านสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับต่ำ มาก ($r = 0.09$, Sig. = 0.047) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับน้ำตาลในเลือด ($r = -0.023$, Sig. = 0.638) ส่วนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน นั้น พบว่า มีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับ น้ำตาลในเลือดอยู่ในระดับปานกลาง ($r = -0.50$, Sig. = 0.00)

5.1.6 รูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไป ใช้) ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม

ความแตกฉานด้านสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งประกอบด้วย ความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล สุขภาพ ความสามารถในการเข้าใจข้อมูลสุขภาพ และ ความสามารถในการนำข้อมูลไปใช้ได้อย่าง ถูกต้อง สามารถมีระดับที่สูงขึ้นได้โดยการที่ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการสนับสนุนจาก ผู้ที่ให้การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งได้แก่ ผู้ดูแล ญาติ พี่น้อง และเพื่อน และผู้ให้การรักษาอาการของ โรคเบาหวาน ซึ่งได้แก่ แพทย์ พยาบาล และ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข การสนับสนุนจากทั้ง 2 กลุ่ม สามารถทำได้ในลักษณะการให้การสนับสนุนด้านอารมณ์ ด้านสิ่งของหรือบริการ และด้านข้อมูล ข่าวสาร โดยลักษณะการให้การสนับสนุนแก่ผู้ป่วยเบาหวานของกลุ่มผู้ที่ให้การดูแลสุขภาพของผู้ป่วย เบาหวาน กับกลุ่มผู้ให้การรักษ อาการของโรคเบาหวาน จะให้การสนับสนุนทั้ง 3 ด้าน เหมือนกัน เพียงแต่ว่า จะเน้นการสนับสนุนที่ต่างกัน นั่นคือ กลุ่มผู้ที่ให้การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน จะ เน้นการสนับสนุนด้านอารมณ์ เนื่องจากเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดคอยดูแลผู้ป่วยอยู่ตลอดเวลา ส่วนกลุ่มผู้ให้

การรักษาอาการของโรคเบาหวาน นั้น จะเน้นการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร เนื่องจากเป็นผู้เรื่อง การดูแลรักษาสุขภาพผู้ป่วยเป็นอย่างดี ดังนั้น ข้อมูลข่าวสารที่ให้ผู้ป่วยจึงมีความถูกต้อง น่าเชื่อถือ

5.1.7 ผลการทดสอบประสิทธิภาพของรูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้) ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม

เมื่อเปรียบเทียบลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล ความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือดของผู้ร่วมทำกิจกรรม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ณ ช่วงเวลาก่อนการทดลอง พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน ดังนั้น จึงอาจสรุปได้ว่า คุณลักษณะของผู้ร่วมทำกิจกรรมในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีลักษณะคล้ายคลึงกัน ในช่วงเวลาก่อนการทดลองทำกิจกรรม

เมื่อเปรียบเทียบ ความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือดของผู้ร่วมทำกิจกรรม ในกลุ่มทดลอง ระหว่าง ก่อนการทดลอง และ หลังการทดลองทำกิจกรรมเป็นเวลา 3 เดือน พบว่า ความแตกฉานด้านสุขภาพ มีค่าเฉลี่ยสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 พฤติกรรมการดูแลตนเองมีค่าเฉลี่ยสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือด มีค่าเฉลี่ยลดลง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

เมื่อเปรียบเทียบ ความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือดของผู้ร่วมทำกิจกรรม ระหว่างในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังการทดลองทำกิจกรรมเป็นเวลา 3 เดือน พบว่า ความแตกฉานด้านสุขภาพ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 พฤติกรรมการดูแลตนเอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือด ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

เมื่อเปรียบเทียบ ความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือดของผู้ร่วมทำกิจกรรม ในกลุ่มควบคุม ระหว่าง ก่อนการทดลอง และ หลังการทดลองทำกิจกรรมเป็นเวลา 3 เดือน พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน

5.2 อภิปรายผล

จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพจาก เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีฐานะค่อนข้างยากจน โดยมากกว่า 50 เปอร์เซ็นต์ มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน ซึ่งบุคคลเหล่านี้ไม่ค่อยมีโอกาสได้รับข้อมูลสุขภาพจากที่อื่น นอกจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ วิภาพร สิทธิศาสตร์และ สุชาดา สนวนุ่ม (2550) เรื่อง “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนเขตความรับผิดชอบของสถานีอนามัยบ้านเสาหิน ตำบลวัดพริก อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ” ซึ่งพบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการปรึกษาแพทย์ พยาบาล หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ทั้งนี้ที่เมื่อมีอาการผิดปกติ มีการปฏิบัติในระดับมากที่สุด

5.2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ใน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ได้ผลออกมาดังนี้

5.2.1.1 จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ รวมอยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นเพราะว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่มีฐานะยากจน และมีระดับการศึกษาส่วนใหญ่ต่ำกว่ามัธยมศึกษา ซึ่งทำให้ผู้ป่วยมีความสามารถในการเข้าใจข้อมูลได้น้อย และมีโอกาสได้รับข้อมูลสุขภาพได้น้อยซึ่งการเรียนรู้ หมายถึง เข้าใจความหมายของสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยประสบการณ์ (พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2556: 243)

5.2.1.2 จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ ระดับพื้นฐาน (Functional Health Literacy) สูงกว่าระดับอื่นๆ เนื่องจากระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ระดับพื้นฐาน (Functional Health Literacy) คือ ต้องการคนช่วยในการอ่านเอกสารซึ่งผู้ป่วย ส่วนใหญ่จะเป็นผู้สูงอายุ และมีระดับการศึกษาที่ต่ำดังนั้นจึงต้องการคนช่วยในการอ่านเอกสารที่มากับยา เพื่อความถูกต้องและชัดเจน ภัททิกา ต่างใจเย็น (2551: 25) ความรู้ หมายถึง การรู้ในข้อเท็จจริง ทฤษฎีเหตุการณ์ หรือสิ่งต่างๆที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าสังเกตประสบการณ์ต้องอาศัยระยะเวลา สามารถที่จะวัดระดับ ความรู้ได้

5.2.1.2 จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที่ จังหวัดสมุทรสงคราม มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ ระดับขั้นการมีปฏิสัมพันธ์ (Interactive Health Literacy) ต่ำกว่าระดับอื่นๆ เนื่องจากมีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ระดับขั้นการมีปฏิสัมพันธ์ (Interactive Health Literacy) คือ มีความเข้าใจในข้อมูลที่ เลือก และ นำข้อมูลที่ค้นหาได้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นสูงอายุและมีฐานะยากจน ทำให้ไม่มีโอกาสที่จะได้รับข้อมูลจากแหล่งอื่นๆ และไม่ค่อยจะแลกเปลี่ยนข้อมูลกับคนอื่นซึ่งจากข้อมูลก็พบว่า ข้อมูลส่วนใหญ่ผู้ป่วยได้รับจาก เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งโดยทั่วไปแล้วผู้ป่วยมักจะเป็นผู้รับฟังข้อมูลจาก เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เสียเป็นส่วนใหญ่ ครอนบาค (Cronbach, 1954) ได้กล่าวถึงสภาพการณ์ที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้ ผลการปฏิบัติ (Consequence) เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามมาจากการกระทำ ถ้าผล ของพฤติกรรมเป็นที่น่าพอใจ และบรรลุเป้าหมายที่มุ่งหวัง ผู้เรียนก็นำพฤติกรรมนั้นไปใช้ใน สถานการณ์ใหม่ที่มีความคล้ายคลึงกัน

5.2.1.3 จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที่ จังหวัดสมุทรสงคราม มีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ในระดับระดับขั้นวิจารณ์ญาณ (Critical Health Literacy) นั้นพบว่า ผู้ป่วย พิจารณาข้อมูลที่คิดว่าเหมาะสมกับอาการเจ็บป่วยของตนเอง เนื่องจากผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นโรคเบาหวานมาเป็นเวลาหลายปี (เฉลี่ยประมาณ 5 – 9 ปี) ดังนั้นจึงสามารถพิจารณาได้ว่าข้อมูลที่รับจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ว่ามีความน่าเชื่อถือและเหมาะสมกับตนเองหรือไม่

5.2.2 ผลการเปรียบเทียบระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ ของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการ ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที่ จังหวัดสมุทรสงคราม ตามลักษณะส่วนบุคคล พบว่า การศึกษา ที่ต่างกันมีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Williams et al. (1998), Baker et al. (2002), และ Schillinger et al. (2006) และสามารถอธิบายได้ดังนี้

5.2.2.1 จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที่ จังหวัดสมุทรสงคราม มีระดับการศึกษาต่ำกว่ามัธยม จะมีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ น้อยนั้นอาจเป็นเพราะผู้ป่วยจะมีความสามารถในการ อ่าน เข้าใจ ค้นหา และ วิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพน้อย ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของกรมสนับสนุนบริการสุขภาพกระทรวงสาธารณสุข (ธันวาคม , 2553)“ความฉลาดทางสุขภาพ ” และกำหนดคำนิยามไว้ว่า หมายถึง “ความสามารถและทักษะในการเข้าถึงข้อมูล ความรู้ ความเข้าใจ เพื่อวิเคราะห์ ประเมินการปฏิบัติ

และจัดการตนเอง รวมทั้งสามารถชี้แนะเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล ครอบครัวและชุมชน เพื่อสุขภาพที่ดี”

5.2.2.2 จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ส่วนใหญ่มีแหล่งข้อมูลจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพราะผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ จึงทำให้การค้นหาข้อมูลจากแหล่งอื่นๆ เป็นเรื่องที่ทำได้ยาก ดังนั้น ทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม จึงได้ทำการนัดผู้ป่วยทุกวันพฤหัสบดีของต้นเดือน เพื่อติดตามข้อมูลทางด้านสุขภาพของผู้ป่วย ซึ่งสอดคล้องกับ วัฒนธรรม (2543 : 14) ได้กล่าวเกี่ยวกับความหมายของแหล่งเรียนรู้ไว้ว่า แหล่งเรียนรู้หมายถึง แหล่งที่มีข้อมูลข่าวสารความรู้ความเข้าใจ และความชำนาญ หรือศูนย์การเรียนรู้ด้วยตนเองที่มีข้อมูลความรู้ที่ผู้เรียนสามารถเลือกศึกษาค้นคว้าตามความต้องการ หรือแหล่ง เรียนรู้ต่างๆ เช่น ศูนย์วิทยุสื่อสาร ห้องสมุด ห้องโสตทัศนศึกษา ห้องสมุด ห้องปฏิบัติการวิชาการ ต่างๆ ซึ่งคนที่มีแหล่งเรียนรู้มากก็มีโอกาสเรียนรู้ได้ดีกว่าคนที่มีแหล่งเรียนรู้น้อย

5.2.3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลร่างกาย ด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน ด้านการดูแลรักษา และด้านการดูแลจิตใจ อารมณ์ และสังคม ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ได้ผลออกมาดังนี้

1) จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม ส่วนใหญ่ มีคะแนนระดับพฤติกรรม การดูแลตนเองในภาพรวม อยู่ในระดับดีมาก อาจเป็นเพราะว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มาเข้ารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ได้รับคำแนะนำจากแพทย์ พยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเอง การปฏิบัติตนที่ถูกต้องเหมาะสม อยู่ตลอดเวลา ทำให้มีความรู้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กฤษณา คำลอยฟ้า (2554) ที่ศึกษา พฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานในคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลแก่งสนามนาง อำเภอกำแพงแสน จังหวัด นครราชสีมา พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก

2) จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลร่างกาย นั้น พบว่า มีข้อคำถามที่ว่า “ท่านรักษาความสะอาดของร่างกายโดยการอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อาจเป็นเพราะว่า ในอำเภอบางคนทีเป็นพื้นที่เพาะปลูกผลไม้ ซึ่งผู้ป่วยทำงานในสวน จึงต้องมีการรักษาความสะอาดของร่างกาย ที่ผู้ป่วยต้องปฏิบัติเป็น ประจำวันทุก

วัน และข้อความที่ว่า “ท่านรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ลิ้นจี่ ลองกอง เงาะ ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เนื่องจากในพื้นที่ อำเภอบางคนที่เป็นแหล่งของผลไม้ ทำให้ในช่วงฤดูการของผลไม้ ผู้ป่วยมีโอกาสรับประทานผลไม้ที่มีรสหวานมากขึ้น

3) จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน นั้น พบว่า มีข้อความที่ว่า “ท่านได้รับการตรวจร่างกายจากแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เนื่องจากผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จึงต้องให้ความสำคัญกับการตรวจสุขภาพตนเอง ประจำปี นอกเหนือจากการมารับการตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือดตามนัด และข้อความที่ว่า “เมื่อท่านต้องเดินทางท่านมีข้อพับ ขนมปังกรอบ หรือน้ำตาลติดตัวไว้ เพื่อป้องกันการหมดสติจากภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำเกินไป ” จากการสังเกต ผู้วิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในอำเภอบางคนที ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุและไม่ค่อยมีโอกาสได้เดินทางบ่อยนัก จึงไม่ได้คำนึงถึงการป้องกันภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำเกินไปเท่าที่ควร

4) จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลรักษา มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าด้านอื่นๆ โดยมี ข้อความที่ว่า “ท่านไปรับการตรวจรักษาที่โรงพยาบาล หรือสถานอนามัยตามนัด ” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อาจเป็นเพราะว่าแพทย์ และพยาบาล ที่ทำงานในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในอำเภอบางคนที เน้นให้การรักษายาบาลกับผู้ป่วย และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ยังให้ความสำคัญในการให้ผู้ป่วยมารับการตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด เดือนละวัน ทุกเดือน และข้อความที่ว่า “ท่านได้ศึกษาหาความรู้หรือคำแนะนำจากผู้อื่นเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เนื่องจากผู้ป่วยคิดว่าได้รับ ข้อมูลด้านสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขแล้ว จึงไม่ค่อยได้หาความรู้เพิ่มจากที่อื่น

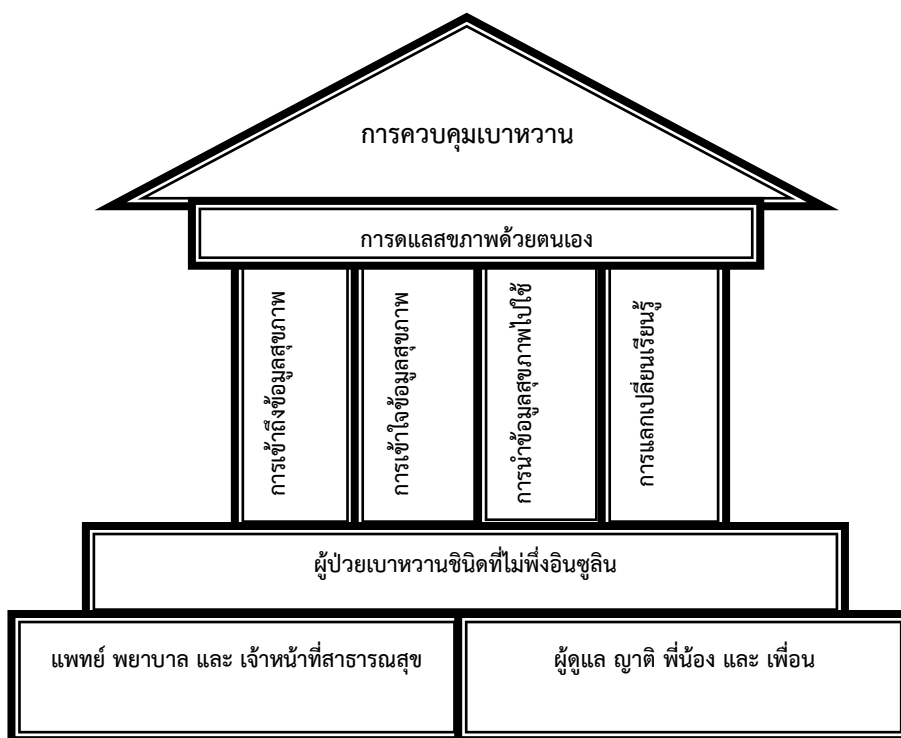
5) จากการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการดูแลจิตใจ อารมณ์ และสังคม มีค่าเฉลี่ยต่ำกว่าด้านอื่นๆ โดยมีข้อความที่ว่า “ท่านไปร่วมงาน ประเพณีต่างๆ ของชุมชนเพื่อพบปะพูดคุยกับคนอื่น ๆ ” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เนื่องจากผู้ป่วยที่เป็นผู้สูงอายุ เมื่อว่างเว้นจากงานมักจะมีการไปร่วมงานประเพณีต่างๆ ของชุมชนเป็นประจำ และข้อความที่ว่า “เมื่อท่านมีปัญหาท่านไปขอคำแนะนำ และคำปรึกษาจากครอบครัวและเพื่อนของท่านเสมอ ” มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด แต่ถึงแม้ว่าผู้ป่วยจะมีการ พบปะพูดคุยกับคนอื่น ๆ แต่มักจะไม่ค่อยได้พูดถึงเรื่องปัญหามากนัก ส่วนมากมักจะพูดคุยในเรื่องสนุกสนานทั่วไป

5.2.4 ผลการวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่างความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้), พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และการควบคุมเบาหวาน ของผู้ป่วย เบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบล อำเภอบางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

ความแตกฉานด้านสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับต่ำมาก นั้นหมายความว่า เมื่อไหร่ก็ตามที่ผู้ป่วยเบาหวานมีความแตกฉานด้านสุขภาพดีขึ้นพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยก็จะดีขึ้นด้วย ส่วนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน นั้น พบว่า มีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในระดับปานกลาง นั้นหมายความว่า เมื่อไหร่ก็ตามที่ผู้ป่วยเบาหวานมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่ดีขึ้น ระดับน้ำตาลในเลือดก็จะมีลดลง หรืออาจกล่าวได้ว่าผู้ป่วยสามารถควบคุมเบาหวานได้ดีขึ้น

5.2.5 รูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้) ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม

จากข้อค้นพบที่ว่า ความแตกฉานด้านสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งประกอบด้วย ความสามารถในการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ความสามารถในการเข้าใจข้อมูลสุขภาพ และ ความสามารถในการนำข้อมูลไปใช้ได้อย่างถูกต้อง สามารถมีระดับที่สูงขึ้นได้โดยการที่ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการสนับสนุนจากผู้ที่ให้การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งได้แก่ ผู้ดูแล ญาติ พี่น้อง และเพื่อน และผู้ให้การรักษาอาการของโรคเบาหวาน ซึ่งได้แก่ แพทย์ พยาบาล และ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งจากการได้รับการสนับสนุนจากทั้ง 2 กลุ่มนี้ ทำให้ผู้ป่วยมีความแตกฉานด้านสุขภาพดีขึ้น และจะ ส่งผลทำให้ ทั้ง พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยดีขึ้น และ การควบคุมเบาหวานของผู้ป่วยดีขึ้น ตามลำดับ ซึ่งสามารถแสดง ดังภาพที่ 5.1



ภาพที่ 5.1 รูปแบบการส่งเสริม ความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้) ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ใน อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม

จากภาพที่ 5.1 แสดงให้เห็นว่า ผู้ที่ให้การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งได้แก่ ผู้ดูแล ญาติ พี่น้อง และเพื่อน และผู้ให้การรักษาอาการของโรคเบาหวาน ซึ่งได้แก่ แพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข จะเป็นผู้ช่วยเหลือให้การสนับสนุนแก่ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน เพื่อที่จะทำให้ผู้ป่วย มีความสามารถในการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ความสามารถในการเข้าใจข้อมูลสุขภาพ และ ความสามารถในการนำข้อมูลไปใช้ได้อย่างถูกต้อง พร้อมทั้งส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน สิ่งต่างๆที่กล่าวมาจะช่วยทำให้ผู้ป่วยเบาหวานมีพฤติกรรมการดูแลตนเองดีขึ้น และสามารถควบคุมเบาหวานของตนเองได้ดีขึ้น ตามลำดับ

5.2.6 ผลการทดสอบประสิทธิภาพของรูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ (การค้นหา เข้าใจ และนำข้อมูลไปใช้) ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม

เมื่อเปรียบเทียบ ความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือดของผู้ร่วมทำกิจกรรม ในกลุ่มทดลอง ระหว่าง ก่อนการทดลอง และ หลังการทดลองทำกิจกรรมเป็นเวลา 3 เดือน พบว่า ความแตกฉานด้านสุขภาพ มีค่าเฉลี่ยสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 พฤติกรรมการดูแลตนเองมีค่าเฉลี่ยสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือด มีค่าเฉลี่ยลดลง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 นั้นหมายความว่า รูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ แบบใหม่ สามารถช่วยทำให้ ผู้ป่วย เบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจ อมปลวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม มีความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และการควบคุมเบาหวาน ที่ดีขึ้น

เมื่อเปรียบเทียบ ความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือดของผู้ร่วมทำกิจกรรม ในกลุ่มควบคุม ระหว่าง ก่อนการทดลอง และ หลังการทดลองทำกิจกรรมเป็นเวลา 3 เดือน พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน นั้นหมายความว่า ในช่วงที่มีการทำกิจกรรมเพื่อทดสอบประสิทธิภาพของ รูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ ด้วยกระบวนการกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน นั้น ไม่ปรากฏว่า มีปัจจัยอื่นใดที่อาจจะส่งผลทำให้ความแตก ฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ ระดับน้ำตาลสะสมในเลือดของผู้ร่วมทำกิจกรรม ดีขึ้น

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า รูปแบบการส่งเสริมความแตกฉานด้านสุขภาพ ด้วยกระบวนการกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน มีประสิทธิภาพในการช่วยทำให้ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจอมปลวก อำเภอ บางคนที จังหวัด สมุทรสงคราม มีความแตกฉานด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และการควบคุมเบาหวาน ที่ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง รูปแบบการส่งเสริม ความแตกฉานด้านสุขภาพ ในผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ไม่พึ่งอินซูลิน (เบาหวานชนิดที่ 2) ใน จังหวัด สมุทรสงคราม ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

5.3.1.1 เจ้าหน้าที่ควรให้ความดูแล และความสนใจแก่ผู้ป่วยที่มีระดับความแตกฉาน ด้านสุขภาพที่ต่ำเป็นพิเศษ อย่างเช่น เอกสารควรมีเนื้อหาที่ง่าย ต่อการเข้าใจ มีขนาดตัวหนังสือที่เห็น ได้ชัด และมีการพูดคุยให้ความรู้แก่ผู้ป่วยกลุ่มนี้ให้มาก

5.3.1.2 มีการจัดกิจกรรมให้ผู้ป่วยที่มีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ที่ต่ำ ได้มี โอกาสได้รับข้อมูลข่าวสารทางด้านสุขภาพที่มากขึ้น อย่างเช่น มีการจัดวิทยากรอบรมให้ความรู้ หรือ มีการใช้สื่อ เช่น วิดีโอ แผ่นพับ แก่ผู้ป่วยกลุ่มนี้ให้มาก

5.3.1.3 มีการจัดกิจกรรมให้ผู้ป่วยที่มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ ที่ต่ำ ได้มีการ แลกเปลี่ยนข้อมูลกับ ผู้ป่วยที่มีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ที่สูง เพื่อเพิ่มโอกาสที่จะได้รับข้อมูล ทางด้านสุขภาพใหม่ ๆ เช่น การเยี่ยมบ้าน โดยจัดให้ผู้ป่วยที่มีระดับ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ที่สูงมี โอกาสได้พูดคุยกับผู้ป่วยที่มีระดับความแตกฉานด้านสุขภาพที่ต่ำ

5.3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

5.3.2.1 ควรศึกษาวิจัยถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อ ความแตกฉานด้านสุขภาพ ของผู้ โรคเบาหวานในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม

5.3.2.2 ควรขยายขอบเขตพื้นที่วิจัยให้กว้างขึ้น โดยอาจจะศึกษาหัวข้อดังกล่าวนี้ทั่ว ทั้งเขตที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม

5.3.2.3 ควรศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความแตกฉานด้านสุขภาพ กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในมิติอื่นๆ