

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยนี้ต้องการศึกษา ประสบการณ์การเรียนรู้การดูแลเท้าของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนที่เท้า ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิด ทฤษฎีต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. แนวคิดการเรียนรู้
 - 1.1 องค์ประกอบการเรียนรู้
 - 1.2 อิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมสุขภาพ
 - 1.3 อิทธิพลทางวัฒนธรรมต่อพฤติกรรมสุขภาพ
 - 1.4 ปฏิกริยาโต้ตอบอิทธิพลทางสังคม
 - 1.5 การเรียนรู้ทางสังคม
 - 1.6 การเรียนรู้ของผู้ใหญ่
2. โรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อนที่เท้า
 - 2.1 การเปลี่ยนแปลงของเท้าจากหลอดเลือดแดงเสื่อม
 - 2.2 การเปลี่ยนแปลงของเท้าจากประสาทส่วนปลายเสื่อม
 - 2.3 การเกิดแผลที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวาน
 - 2.4 การดูแลเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน
3. แนวคิดปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ (symbolic interaction)

แนวคิดการเรียนรู้

การเรียนรู้ คือกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม อันเป็นผลเนื่องมาจากการปฏิสัมพันธ์ (interaction) ที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้เพื่อช่วยให้บุคคลสามารถแก้ไขปัญหา หรือปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมได้ (เชียรศรี วิวิธสิริ, 2527, หน้า 122)

การเรียนรู้ เป็นผลมาจากการมีประสบการณ์ และพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ควรเป็นพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวร มิใช่พฤติกรรมอันเป็นผลมาจากความเจริญเติบโตตามวัยหรือวุฒิภาวะ หรือการเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจากโรคภัย ฤทธิ์ยา หรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นตามสัญชาตญาณ การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นเนื่องจากมีประสบการณ์สามารถพิจารณาได้ 3 ประเด็นคือ (เชียรศรี วิวิธสิริ, 2527, หน้า 122)

1. การเรียนรู้ในฐานะเป็นผลผลิต (learning as product) เน้นที่ประสบการณ์ซึ่งเป็นผลลัพธ์สุดท้าย หรือผลของการเรียนรู้ ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
2. การเรียนรู้ในฐานะเป็นกระบวนการ (learning as process) เน้นที่เหตุการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างการเรียนรู้ จนกระทั่งทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้
3. การเรียนรู้ในฐานะเป็นองค์ประกอบ (learning as function) เน้นที่องค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้ เช่น แรงจูงใจ ความพร้อม การถ่ายโอนการเรียนรู้ ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีอิทธิพลต่อกระบวนการเกิดการรับรู้ของบุคคล ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ของบุคคลได้

โดยสรุปอาจกล่าวได้ว่า การเรียนรู้เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม อันเป็นผลมาจากปฏิสัมพันธ์ และการมีประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในตัวบุคคล กับสิ่งแวดล้อมโดยอาศัยแรงจูงใจ ความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นควรเป็นพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวร

องค์ประกอบการเรียนรู้ การเรียนรู้เป็นกระบวนการของการได้รับความรู้ ความเข้าใจ หรือทักษะโดยผ่านการมีประสบการณ์ หรือจากการได้ศึกษาในสิ่งนั้น ซึ่งเกิดขึ้นจากองค์ประกอบสำคัญ 4 องค์ประกอบคือ ผู้เรียน สิ่งที่จะเรียน กระบวนการ และสิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้ (Coleman, 1969, pp. 378-396 อ้างถึงใน ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ, 2536, หน้า 49-52) ดังนี้

1. ผู้เรียน ประสิทธิภาพของการเรียนรู้ และผลของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น จะเป็นผลหรือมีอิทธิพลมาจากสิ่งที่ผู้เรียนนำติดตัว มาสู่สิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้นั้น ๆ เพราะว่าการเรียนรู้จะเกิดขึ้นมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ

- 1.1 การเรียนรู้เดิมของผู้เรียน ความรู้ความเข้าใจเดิม ที่เกี่ยวข้องมีผลต่อการเรียนรู้ โดยจะมีบทบาทเป็นตัวเชื่อมโยง หรือเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ใหม่ (อดิศักดิ์ สัตย์ธรรม, 2539, หน้า 148)

- 1.2 แรงจูงใจพื้นฐานของผู้เรียน ความสนใจ ความรู้สึกต้องการ คือแรงจูงใจที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ แรงจูงใจที่เกิดขึ้น จึงมาจากการประเมินความเกี่ยวข้องกับตนเอง และผลประโยชน์ที่ตนจะได้รับ จากการที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งนั้น ๆ แรงจูงใจสามารถเกิดได้ทั้งโดยอิทธิพลของบุคคลเอง และสิ่งภายนอก (อดิศักดิ์ สัตย์ธรรม, 2539, หน้า 148)

- 1.3 ประสบการณ์ของผู้เรียน ผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้เมื่อได้นำข้อมูลข่าวสารผ่านกระบวนการเรียนรู้ ในลักษณะของการประมวล ควบคุมข้อมูลข่าวสาร เพื่อให้ได้ข้อสรุปในความรู้

ที่เห็นประจักษ์แก่ตนเอง ความรู้เช่นนั้นจะถูกเก็บไว้ หรือนำมาใช้ในทันที ขึ้นอยู่กับเงื่อนไข ความจำเป็น ความต้องการ และความรีบด่วน ผู้เรียนที่มีประสบการณ์ในการประมวลข้อมูลข่าวสารมาก จึงมีแนวโน้มที่จะมีทักษะสูงในการเรียนรู้ (อดิศักดิ์ สัตย์ธรรม, 2539, หน้า 149)

1.4 วุฒิภาวะและความสามารถในการปรับตัวของผู้เรียน จะมีผลต่อความอดทน ความมีสมาธิ และความตั้งใจที่แน่วแน่ของผู้เรียน

2. สิ่งที่จะเรียน (task to be learned) เป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบสำคัญดังนี้ (อดิศักดิ์ สัตย์ธรรม, 2539, หน้า 150-152)

2.1 ความน่าสนใจ (attractiveness) ความน่าสนใจของข้อมูลข่าวสารเป็นองค์ประกอบเบื้องต้น ที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ ทั้งโดยความตั้งใจและไม่ตั้งใจ ในลักษณะของตัวกำหนดให้เกิดการเรียนรู้ แม้ว่าผู้เรียนจะได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งไปแล้ว แต่ การเรียนรู้จะไม่เกิดขึ้น หากข้อมูลข่าวสารนั้นไม่มีความน่าสนใจ ประเด็นที่ทำให้ข้อมูลเกิดความน่าสนใจได้แก่ ประโยชน์ที่ผู้เรียนได้รับ และวิธีการนำเสนอข้อมูล

2.2 ความสำคัญของข้อมูลข่าวสาร มีผลต่อการเรียนรู้ 2 ระยะ ในระยะแรก ผู้เรียนมักมีแนวโน้มจะยอมรับ หากข้อมูลข่าวสารมีความเกี่ยวข้องกับตนโดยตรง ทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้เร็ว โดยการยอมรับเอาข้อมูลนั้น ๆ มาเลย ในระยะต่อมา เป็นระยะการประมวลข้อมูลข่าวสาร ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถโยงความสัมพันธ์ กับข้อมูลข่าวสารที่เคยเกี่ยวข้องมาก่อน ทำให้ผู้เรียนสามารถถ่ายโยงการเรียนรู้ได้

2.3 ความยากง่าย เป็นองค์ประกอบที่มีผลต่อการเรียนรู้อย่างมาก โดยเฉพาะในระยะของการประมวลผลข้อมูลข่าวสาร โดยทั่วไปแล้วการเรียนรู้จะเกิดขึ้นง่าย ถ้าสิ่งที่เรียนนั้นสั้น และง่าย และถ้าผู้เรียนรู้จักเนื้อหา นั้น ๆ มาก่อน จะทำให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจมากยิ่งขึ้น

2.4 ความน่าเชื่อถือของข้อมูลข่าวสาร สามารถสร้างให้เกิดการเรียนรู้ได้เพราะผู้เรียนจะเกิดความมั่นใจที่จะนำไปปฏิบัติ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง

2.5 ความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ ข้อมูลข่าวสารที่ชี้ให้เห็นถึงความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ จะช่วยให้ผู้เรียนมองเห็นผลที่เกิดขึ้นจริง ทำให้เกิดการเรียนรู้โดยไม่ต้องผ่านประสบการณ์การทดลองด้วยตนเอง

3. กระบวนการ การเรียนรู้เป็นกระบวนการต่อเนื่อง ซึ่งเป็นผลจากองค์ประกอบ 4 อย่างคือ (Kolb, 1975 อ้างถึงใน ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ, 2536, หน้า 50-51)

3.1 การมีประสบการณ์ตรง โดยการค้นหาและปรับตัว ให้เข้ากับสภาพปัญหาของการเรียนรู้

3.2 การสังเกตและการสะท้อนความคิด โดยการศึกษาปัญหา เพื่อจะได้ทำความเข้าใจปัญหาทั้งหมด

3.3 การสร้างแนวคิดหลักที่เป็นนามธรรม โดยใช้เหตุผลวิเคราะห์ปัญหาหรือแนวคิดที่มีความหมายต่อตนเอง

3.4 การตรวจสอบว่าแนวคิดนั้นนำมาใช้ในสถานการณ์ใหม่ได้หรือไม่

4. สิ่งแวดล้อม ปัจจัยแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ ประกอบด้วย (อดิศักดิ์ สัตย์ธรรม, 2539, หน้า 152-154)

4.1 สถานการณ์แวดล้อม หมายถึงภาวะที่มืองค์ประกอบหลาย ๆ ด้านซึ่งมีปฏิสัมพันธ์กันและมีบทบาทต่อการกำหนดระดับการเรียนรู้ สถานการณ์ที่ผู้รับบริการไปโรงพยาบาลสามารถกำหนดการเรียนรู้ของผู้รับบริการได้ โดยองค์ประกอบในสถานการณ์นั้น ได้แก่ ความวิตกกังวล ความเร่งรีบ ความสับสน ความเหนื่อยล้า สิ่งเหล่านี้มีปฏิสัมพันธ์กันและส่งผลโดยรวมต่อการเรียนรู้

4.2 สภาพแวดล้อมทางกายภาพ สภาพแวดล้อมทางกายภาพที่แวดล้อมผู้เรียนในขณะที่มีการเรียนรู้ เช่น สภาพภูมิอากาศ อุณหภูมิ แสงสว่าง กลิ่น คิว้น และสภาพภูมิประเทศ มีผลต่อการรับรู้ ในขณะที่เดียวกันก็ส่งผลต่อการเรียนรู้ได้เช่นกัน ปัจจัยเหล่านี้สามารถทำความรบกวนต่อการทำงานของระบบประสาทภายในของผู้เรียน

4.3 สภาพแวดล้อมทางสังคม สังคมที่ผู้เรียนอาศัยอยู่ ได้แก่ สังคมเมือง หรือสังคมชนบท ซึ่งเกี่ยวข้องกับครอบครัว เครือญาติ เพื่อนบ้าน สังคมต่าง ๆ เหล่านี้มีเงื่อนไขที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ บทบาทของสมาชิกในสังคมมีอิทธิพลทั้งในด้านที่ส่งเสริมและยับยั้งหรือเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้

4.4 ช่องทางหรือสื่อ นำข้อมูลข่าวสาร ช่องทางหรือตัวสื่อที่มีผลต่อการเรียนรู้ ได้แก่ ความเหมาะสมต่อสถานการณ์การเรียนรู้ โดยการใช้สื่อเอกสารที่เสนอรายละเอียดในรูปแบบต่าง ๆ ตามความสนใจของผู้เรียน และการเข้าถึงช่องทางหรือตัวสื่อ ในขณะที่ผู้เรียนได้รับรู้และเกิดความสนใจในสิ่งที่เรียนรู้แล้ว หากผู้เรียนสามารถเข้าถึงช่องทางหรือสื่อ ย่อมทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้

นอกจากนี้สิ่งแวดล้อมสามารถส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ ถ้าสิ่งแวดล้อมนั้นส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีอิสระในการค้นพบ และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้พบปัญหา ให้ข้อมูลป้อนกลับทันทีทันใดเกี่ยวกับผลสืบเนื่องของพฤติกรรมปฏิบัติของผู้เรียน ส่งเสริมให้ผู้เรียนเรียนตามความสามารถของตนเอง เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ใช้ความสามารถของตนอย่างเต็มที่ที่จะค้นพบ

ความสัมพันธ์ที่แตกต่างกันหลายอย่าง และช่วยให้ผู้เรียนได้ค้นพบสิ่งที่เป็นผลของการผสมผสานกันระหว่างองค์ประกอบทางกายภาพ วัฒนธรรม และสังคม (Kolb, 1975 อ้างถึงใน ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ, 2536, หน้า 52)

โดยสรุปอาจกล่าวได้ว่า ประสิทธิภาพของการเรียนรู้ และผลของการเรียนรู้ มีอิทธิพลมาจากการผสมผสานระหว่างผู้เรียน สิ่งที่จะเรียน กระบวนการ และสิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้ เพราะนอกจากความสามารถเฉพาะตัวของผู้เรียนเองแล้ว สารเนื้อหาของสิ่งที่จะเรียนจะต้องเอื้อให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ และทำให้ผู้เรียนเห็นว่ามีความสำคัญต่อตนเอง อีกทั้งจะต้องไม่ยากเกินกว่าที่ผู้เรียนจะสามารถเข้าใจได้ นอกจากนี้ปัจจัยแวดล้อมต่าง ๆ ยังมีอิทธิพลให้เกิดการเรียนรู้ขึ้นได้ ถ้าสิ่งแวดล้อมนั้นส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ใช้ความสามารถของตนอย่างเต็มที่ตลอดกระบวนการเรียนรู้

องค์ประกอบสนับสนุนการเรียนรู้ องค์ประกอบที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการเรียนรู้ และทำให้การเรียนรู้ประสบผลสำเร็จได้ ประกอบด้วย (วุฒิชัย จานงค์, 2536, หน้า 477-488)

1. ความพร้อม (readiness) ในการที่บุคคลจะเกิดการเรียนรู้ได้นั้น บุคคลจะต้องมีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และความพร้อมทางความสนใจ ดังนั้นก่อนการเรียนรู้ใดควรมีการเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ ให้บุคคลพร้อมที่จะเรียนรู้ได้ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการเรียนรู้
2. การจูงใจ การจูงใจมีส่วนช่วยโดยตรงที่จะให้เกิดการเรียนรู้ขึ้นได้ในเบื้องต้น และยังมีผลต่อการสร้างความพร้อมในการเรียนรู้ นอกจากนี้ยังมีความสำคัญในกระบวนการเรียนรู้ทั้งหมด การจูงใจที่มีผลต่อการเรียนรู้อาจพิจารณาได้ 3 ลักษณะ ดังนี้
 - 2.1 การจูงใจในฐานะที่เป็นตัวพลัง (energizer) การเพิ่มการจูงใจสามารถนำไปสู่การเพิ่มกิจกรรมต่าง ๆ มากขึ้น แม้จะอยู่ในขอบเขตจำกัดก็ตาม ความเคลื่อนไหวทางกายภาพ เช่นความหิว ความต้องการทางเพศ ความเจ็บปวด เป็นแรงขับเคลื่อนพื้นฐาน สิ่งเหล่านี้สร้างขึ้นมาจากธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต ในขณะที่แรงขับเคลื่อนเพิ่มมากขึ้น ปฏิกริยาโต้ตอบเพื่อสนองความพึงพอใจก็เพิ่มสูงขึ้นด้วย นอกจากนี้แรงขับที่เกิดจากการเรียนรู้ เช่นความกลัว สามารถเพิ่มกิจกรรมของสิ่งมีชีวิต และสามารถจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ขึ้นได้
 - 2.2 การจูงใจในฐานะที่เป็นสิ่งเร้า (stimulus) การที่บุคคลจะเลือกปฏิบัติกิจกรรมใดขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าที่เป็นแรงขับภายใน ดังนั้นปฏิกริยาโต้ตอบที่แตกต่างกันต่อสิ่งเร้าแต่ละอย่างก็เพื่อตอบสนองภาวะความต้องการภายในของบุคคล

2.3 การจูงใจในฐานะที่เป็นแรงเสริม (reinforced) แรงเสริมเป็นตัวกระตุ้นที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ การให้การเสริมแรงทางบวก เช่นการให้คำชมเชย รางวัล จะทำให้ผู้เรียนเกิดความพึงพอใจ และมีการตอบสนองที่ดีในทางปฏิบัติ ส่วนแรงเสริมทางลบ เป็นการพยายามทำให้เกิดการตอบสนองเพิ่มขึ้น โดยการกำจัดสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ออกไป เช่น การกำจัดเสียงดัง การลดการตำหนิ เป็นต้น

3. ความต้องการ ความต้องการระดับต่าง ๆ ของมนุษย์เป็นส่วนประกอบสำคัญในการจูงใจ ความต้องการของมนุษย์ไม่อาจสังเกตเห็นได้ จนกว่าความต้องการนั้นจะแสดงออกมาในรูปของแรงขับ (drive) และความกระวนกระวาย (anxiety) จึงจะทราบได้ว่าบุคคลนั้นมีความต้องการอะไร การสนองความต้องการของบุคคลถือว่าเป็นกระบวนการจูงใจที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งความต้องการพื้นฐานของบุคคลประกอบด้วย ความต้องการทางด้านร่างกายหรือต้องการวัตถุที่จะมาทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ (physiological needs or survival needs) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (safety needs) ความต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่น (love and belonging needs) ความต้องการได้รับการยกย่อง หรือความต้องการที่จะเห็นคุณค่าและความสามารถของตัวเอง (self-esteem needs) และความต้องการเป็นตัวของตัวเอง สามารถกระทำตนได้ตามความสามารถที่เป็นจริง (self-actualization needs) ดังนั้นบุคคลจะเรียนรู้ได้ดีเมื่อได้สนองตอบความต้องการของผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนอยากเรียน เมื่อผู้เรียนสามารถเรียนรู้และปฏิบัติได้อย่างราบรื่น จะทำให้เกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ต่อไป

4. ความแตกต่างระหว่างบุคคล ความแตกต่างระหว่างบุคคลมีผลกระทบต่อการเรียนรู้โดยตรง เพราะความสามารถในการเรียนรู้ย่อมแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นผลมาจากกรรมพันธุ์ และสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้อายุ และประสบการณ์เดิมของแต่ละบุคคลยังมีผลต่อการเรียนรู้ที่ต่างกันด้วย

อิทธิพลทางสังคมต่อพฤติกรรมสุขภาพ อิทธิพลทางสังคมเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในบุคคล โดยมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านความเชื่อ ทศนคติ หรือการปฏิบัติ ซึ่งมีอิทธิพลมาจากบุคคลอื่น หรือกลุ่มอื่น ความสามารถในการมีอิทธิพลต่อบุคคลอื่นนี้เรียกว่า อำนาจทางสังคม (social power) ดังนั้นอำนาจทางสังคมนี้จะถูกแปลไปเป็นอิทธิพลทางสังคม เมื่อการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในความเชื่อ ทศนคติ และการปฏิบัติของบุคคล โดยแท้จริงแล้วการมีความสัมพันธ์กันในสังคม และอำนาจทางสังคมนี้จะเกิดขึ้นร่วมกัน เพราะในขณะที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ บุคคลจะมีอิทธิพลต่อบุคคลอื่นด้วย (Raven, 1974 ; French & Raven, 1959 อ้างถึงใน ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ, 2536, หน้า 154-155)

การเรียนรู้และการพัฒนาแนวคิด ความเชื่อ และการปฏิบัติซึ่งเกิดจากอิทธิพลของสังคม และมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมสุขภาพ อิทธิพลทางสังคมนั้น ได้แก่ (เฉลิมพล ตันสกุล, 2541, หน้า 61-64)

1. ครอบครัว เป็นสถาบันทางสังคมที่สำคัญที่สุด และเป็นหน่วยงานของสังคมที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดระหว่างสมาชิกในครอบครัว สมาชิกทุกคนมีบทบาทปฏิภริยาที่สัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน เช่น ช่วยเหลือกัน เอาใจกัน สั่งสอนกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน ครอบครัวจะเป็นสถาบันที่ถ่ายทอดรักษาวัฒนธรรม สมาชิกจะรับแบบแผนความประพฤติ การปฏิบัติ ตลอดจนความเชื่อต่าง ๆ และถ่ายทอดสู่สมาชิกอื่นในครอบครัวเดียวกัน (Calhoun, Light & Keller, 1994, p. 107 อ้างถึงใน เฉลิมพล ตันสกุล, 2541, หน้า 62)

2. กลุ่มบุคคลในสังคม จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพได้มาก อิทธิพลของกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้น จะมีมากขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพหรือการยึดกันของกลุ่ม ถ้ามีการยึดกันมากเท่าใดระหว่างสมาชิกในกลุ่มก็ยิ่งจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งในด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติมากยิ่งขึ้นเท่านั้น ดังนั้นจึงควรศึกษากลุ่มของสังคมที่มีในชุมชนและใช้ประโยชน์กลุ่มของสังคมนั้น ๆ ให้เป็นประโยชน์ เพราะเมื่อสมาชิกในกลุ่มส่วนใหญ่เห็นด้วยสมาชิกก็มักจะมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงตามกลุ่มสังคมที่อยู่เพื่อต้องการให้กลุ่มยอมรับตนเอง

3. สถานภาพทางสังคม สถานภาพทางสังคมที่แตกต่างกันของบุคคล จะมีผลทำให้พฤติกรรมสุขภาพของบุคคลแตกต่างกัน การปฏิบัติตนของสมาชิกในชุมชนที่มีสถานภาพทางสังคมที่แตกต่างกันนี้จะเกี่ยวข้องกันกับตำแหน่ง หน้าที่ ระดับการศึกษา และเศรษฐกิจด้วย เช่น กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขไปแนะนำให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีได้ ย่อมเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับคนในชุมชนต่อไป

4. สื่อมวลชน ความเจริญทางเทคโนโลยีในยุคสารสนเทศ ทำให้การเผยแพร่ข่าวสารทำได้รวดเร็ว การโฆษณาต่าง ๆ จึงมีผลต่อการประพฤติปฏิบัติของบุคคลอย่างมาก

อิทธิพลทางวัฒนธรรมต่อพฤติกรรมสุขภาพ วัฒนธรรมคือความรู้ ความเชื่อ และวิถีในการกระทำทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งมนุษย์ได้มีส่วนร่วมในฐานะเป็นสมาชิกของสังคม และได้มีการถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่ง เป็นการแสดงออกถึงวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง มนุษย์จะคิดสร้างระเบียบ กฎเกณฑ์ วิถีในการปฏิบัติ ตลอดจนระบบความเชื่อ ความคิด ความรู้และเทคโนโลยีต่าง ๆ ในการควบคุมและใช้ประโยชน์จากธรรมชาติ ซึ่งวัฒนธรรมของชาวไทยที่มีผลก่อให้เกิดปัญหาต่อพฤติกรรมสุขภาพนั้นมีหลายอย่าง เช่น วัฒนธรรมการรับประทานอาหาร การใช้แหล่งน้ำดื่มน้ำใช้ เป็นต้น จะเห็นได้ว่าวัฒนธรรมของแต่ละสังคมชุมชนจะเป็นตัว

กำหนดวิถีชีวิตของชุมชนหรือสมาชิกในชุมชนนั้น (Calhoun, Light & Keller, 1994, p. 54-55 อ้างถึงใน เจลิมพล ดันสกุล, 2541, หน้า 60 -62)

ปฏิริยาโต้ตอบอิทธิพลทางสังคม ปฏิริยาโต้ตอบอิทธิพลทางสังคม เป็นผลมาจากอำนาจทางสังคม ปฏิริยาโต้ตอบดังกล่าว ได้แก่ (ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวิง สุวรรณ, 2536, หน้า 158-161)

1. การยินยอม (compliance) การยินยอมจะเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลยอมรับสิ่งที่มีอิทธิพลต่อตัวเขา และเพื่อมุ่งหวังจะให้เกิดความพึงพอใจจากบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพลนั้น การที่บุคคลยอมรับทำตามสิ่งที่คุณอื่นอยากให้นั้น เป็นเพราะคาดหวังว่าตนเองจะได้รับรางวัลหรือการยอมรับจากคนอื่นในการเห็นด้วยและทำตาม ดังนั้นความพึงพอใจที่ได้จากการยอมรับทำตามนั้น เป็นผลมาจากอิทธิพลของสังคมหรืออิทธิพลของสิ่งทีก่อให้เกิดการยอมรับนั้น

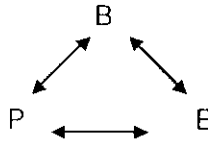
2. การเลียนแบบ (identification) การเลียนแบบเป็นภาวะการณที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลยอมรับสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น ซึ่งการยอมรับนี้เป็นผลมาจากความต้องการที่จะสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างตนเองกับบุคคลหรือกลุ่มคนอื่น

3. การเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความต้องการที่อยากจะเปลี่ยน (internalization) การเปลี่ยนแปลงแบบนี้จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นยอมรับสิ่งที่มีอิทธิพลเหนือกว่า และสิ่งนั้นตรงกับความต้องการภายในของบุคคลนั้น พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปโดยกระบวนการนี้จะสอดคล้องกับค่านิยมเดิม และความพึงพอใจที่บุคคลได้จากการเปลี่ยนแปลงนี้จะขึ้นอยู่กับเนื้อหาของละเอียดของพฤติกรรมนั้น ๆ

โดยสรุปจะเห็นได้ว่า การที่บุคคลจะเกิดการเรียนรู้ นั้น นอกจากอิทธิพลที่เกิดจากภายในตัวของบุคคลเองแล้ว อิทธิพลทางสังคมไม่ว่าจะเป็นครอบครัว กลุ่มบุคคลในสังคม สถานภาพทางสังคม และสื่อมวลชน ตลอดจนอิทธิพลทางวัฒนธรรม ความเชื่อ วิธีการดำเนินชีวิตยังเป็นปัจจัยเสริมสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ขึ้น โดยมีผลทำให้บุคคลเกิดการยอมรับและกระทำตามในที่สุด

การเรียนรู้ทางสังคม (social learning) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม เชื่อว่าพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลเกิดจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมหรือสังคม โดยบุคคลและสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน และบุคคลจะพัฒนาพฤติกรรมของตนให้สอดคล้องเข้ากับลักษณะของสังคมแวดล้อม พฤติกรรมที่เกิดขึ้นอาจเกิดจากประสบการณ์ตรงของผู้เรียน หรือจากการสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่น (ฉลอง ทับศรี, ม.ป.ป., หน้า 61) การเรียนรู้ทางสังคม มีองค์ประกอบ 3 ประการคือ ตัวบุคคล (P) สภาพแวดล้อม (E) และพฤติกรรม (B) องค์ประกอบ

ดังกล่าวจะทำหน้าที่ประสานสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ดังภาพ (Bandura, 1986 อ้างถึงใน สุรางค์ ใควตระกูล, 2536, หน้า 169; ไพบูลย์ เทวรักษ์, 2540, หน้า 149)



P หมายถึง ตัวบุคคล (person)

B หมายถึง พฤติกรรมของบุคคล (person's behavior)

E หมายถึง สิ่งแวดล้อม (environment)

ภาพที่ 1 การเรียนรู้ทางสังคม

จากภาพแสดงว่า องค์ประกอบทั้ง 3 ประการมีอิทธิพลต่อกระบวนการเรียนรู้สิ่งแวดล้อมทางสังคมของคน กล่าวคือ ตัวบุคคลผู้นั้นมีความสามารถในการรับรู้ มีความคิด ความเชื่อพื้นฐานต่าง ๆ ซึ่งจะประสานสัมพันธ์กับการแสดงออกของคนผู้นั้น เป็นผลย้อนกลับให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามตัวแบบ ส่วนสิ่งแวดล้อมทางสังคมก็มีความสำคัญต่อการเรียนรู้ของคนเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะวัฒนธรรม ประเพณี ศาสนา คือภูมิปัญญาของมนุษย์ที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข แต่มีเงื่อนไขต่าง ๆ ในตัวมนุษย์และแนวทางปฏิบัติที่แปลกแยกกันไป ทำให้องค์ประกอบของกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมทั้ง 3 ประการมีอิทธิพลต่อกัน แต่น้ำหนักความเข้มของอิทธิพลไม่เท่ากัน และเวลา สถานที่ เหตุการณ์ จะเป็นตัวแปรสำคัญ รวมทั้งอิทธิพลของการเสริมแรงซึ่งเป็นการจูงใจให้บุคคลเพิ่ม หรือลดพฤติกรรมต่าง ๆ (ไพบูลย์ เทวรักษ์, 2540, หน้า 150) จะเห็นได้ว่า ความแตกต่างของการเรียนรู้ (learning) และการกระทำ (performance) มีความสำคัญที่ทำให้พฤติกรรมของบุคคลแตกต่างกัน คือ พฤติกรรมสนองตอบที่เกิดจากการเรียนรู้ทำให้บุคคลแสดงออกหรือกระทำอย่างสม่ำเสมอ หรือไม่เคยกระทำเลย อีกกรณีหนึ่งคือพฤติกรรมที่ไม่เคยแสดงออกทางการกระทำ อาจเกิดจากบุคคลไม่เคยเรียนรู้มาก่อน (Bandura, 1986 อ้างถึงใน สุรางค์ ใควตระกูล, 2536, หน้า 169) ซึ่งบันดูราชี้ให้เห็นว่าการเรียนรู้สิ่งแวดล้อมทางสังคมนั้น เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้จากการสังเกต (observational learning) การรู้จักควบคุมตนเอง (self-regulatory) และการรู้จักความสามารถของตนเอง (self-efficacy) ดังนี้

1. การเรียนรู้จากการสังเกต (observational learning) การเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม ซึ่งทั้งผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน พฤติกรรมของ

คนเราส่วนมากจะเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต หรือการเลียนแบบจากตัวแบบ (modeling) สำหรับตัวแบบไม่จำเป็นต้องเป็นตัวแบบที่มีชีวิตเท่านั้น แต่อาจเป็นตัวแบบสัญลักษณ์ เช่น ตัวแบบที่เห็นในโทรทัศน์ รูปภาพ การ์ตูน หนังสือ คำบอกเล่าด้วยคำพูด หรือข้อมูลที่เขียนเป็นลายลักษณ์อักษร การเรียนรู้โดยการสังเกตผู้เรียนจะต้องมีความสามารถที่จะรับรู้สิ่งเร้า สามารถสร้างรหัสหรือกำหนดสัญลักษณ์ของสิ่งที่สังเกตเก็บไว้ในความจำระยะยาว และสามารถเรียกใช้ในขณะที่ต้องสังเกตต้องการแสดงพฤติกรรมเหมือนตัวแบบ ซึ่งกระบวนการที่สำคัญในการเรียนรู้โดยการสังเกต ประกอบด้วย (Bandura, 1986 อ้างถึงใน ไพบูลย์ เทวรักษ์, 2540, หน้า 145-450)

1.1 กระบวนการตั้งใจ (attention process) บุคคลจะเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบที่สร้างความพอใจให้กับตน ตัวแบบจะดึงดูดให้ผู้สังเกตตั้งใจที่จะเรียนรู้พฤติกรรมต่าง ๆ ที่ตัวแบบมีลักษณะเด่น และมีคุณค่าเพียงพอ นอกจากนี้ผู้สังเกตต้องเป็นผู้มีความสามารถในการรับสัมผัส การรับรู้ และมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ด้วย

1.2 กระบวนการจดจำ (retention process) เป็นกระบวนการจำตัวแบบของบุคคล เมื่อบุคคลสามารถจำตัวแบบได้ จะเป็นการถ่ายทอดการเลียนแบบหรือกระทำตามแบบ ดังนั้นบุคคลจะพยายามจัดระบบโครงสร้างความจำ ซึ่งอาจจะเป็นสัญลักษณ์ของตัวแบบ หรือลักษณะสำคัญของตัวแบบที่เป็นข้อมูลสำหรับช่วยให้คนตอบสนองคล้ายตัวแบบมากที่สุดเท่าที่สามารถจะปฏิบัติได้ และบุคคลจำตัวแบบได้ไม่เท่ากันซึ่งขึ้นอยู่กับโครงสร้างทางปัญญาของแต่ละบุคคลด้วย

1.3 กระบวนการกระทำ (production process) การที่บุคคลสะสมประสบการณ์ และจดจำข้อมูลความรู้จากตัวแบบ เมื่อมีโอกาสที่จะแสดงออก บุคคลก็จะกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ตามตัวแบบที่ตนเองสามารถจะทำได้

1.4 กระบวนการจูงใจ (motivation process) บุคคลจะเรียนรู้พฤติกรรมต่าง ๆ ต้องอาศัยการจูงใจ หรือสิ่งกระตุ้นให้บุคคลกระทำตามตัวแบบ เนื่องจากคาดหวังว่า การแสดงพฤติกรรมตามตัวแบบจะนำประโยชน์มาให้ และสามารถหลีกเลี่ยงปัญหาได้

2. การรู้จักควบคุมตนเอง (self-regulatory) และการรู้จักความสามารถของตนเอง (self-efficacy) ความสามารถที่จะควบคุมกิจกรรมการเรียนรู้ของตนเอง โดยการเข้าใจถึงผลที่เกิดตามมาของพฤติกรรม ถ้าผลที่เกิดตามมาของพฤติกรรมของผู้เรียน คือ รางวัล ผู้เรียนก็จะมี ความพอใจในพฤติกรรมของตนเอง แต่ถ้าผลที่ตามมาเป็นการลงโทษก็จะก่อให้เกิดความไม่พอใจ ทั้งความพอใจ หรือไม่พอใจมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับมาตรฐานของพฤติกรรมที่ผู้แสดงพฤติกรรมได้ตั้งไว้ (Bandura, 1977 อ้างถึงใน สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2536, หน้า 174) ซึ่งจะต้องเป็นเกณฑ์ที่

ผู้เรียนจะสามารถทำได้เหมือนจริง เพราะถ้าตั้งเกณฑ์เกินความสามารถจริงก็จะประสบความสำเร็จ ผิดหวังเกิดความท้อแท้ ไม่พยายามที่จะประกอบพฤติกรรม ในกรณีที่เกณฑ์ที่ตั้งไว้สูงพอที่จะท้าทายให้ผู้เรียนพยายามประกอบพฤติกรรม ถ้าผู้เรียนทำได้ก็จะเกิดความพอใจเป็นแรงเสริมด้วยตนเองและทำให้ผู้เรียนมีแรงจูงใจที่จะเรียนรู้ต่อไป (Bandura, 1982 อ้างถึงใน สุรางค์ ใต้ตระกูล, 2536, หน้า 174)

จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมของบุคคลมีผลมาจก ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ส่งผลให้บุคคลกระทำ หรือไม่กระทำพฤติกรรมที่สนองต่อการเรียนรู้ นั้น ในการเรียนรู้ทางสังคมอาจเรียนรู้ได้จากประสบการณ์ตรงของผู้เรียน หรือจากการสังเกตผู้อื่น โดยผู้เรียนต้องมีความสามารถในการควบคุมตนเอง และรู้จักความสามารถของตนเองในการตั้งเกณฑ์ของพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจที่จะเรียนรู้ต่อไป

การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นกับบุคคลตลอดชีวิต บุคคลจะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากสภาพการดำรงชีวิต สภาพแวดล้อม เรียนรู้เพื่อการแก้ปัญหาต่าง ๆ การเรียนรู้บางอย่างได้มาจากการเรียนรู้ในสถาบันการศึกษา แต่จะมีการเรียนรู้เฉพาะตัวของแต่ละบุคคลในแง่มุมต่าง ๆ กันที่ได้มาจากการเรียนรู้นอกสถาบันการศึกษา โดยเฉพาะการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ เนื่องจากผู้ใหญ่เป็นผู้ที่มีความคิดเป็นของตนเอง สามารถคิดแก้ปัญหาได้ด้วยความสามารถของตนเอง ซึ่งโนลล์ (Malcolw S. Knowles) ได้สรุปพื้นฐานทฤษฎีการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่ จากแนวความคิดของลินเดอร์แมน และจากการวิจัยในระยะต่อ ๆ มาซึ่งมีสาระสำคัญดังนี้ (Knowles, 1978, p. 31 อ้างถึงใน สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2536, หน้า 193-194 ; Knowles, 1978, อ้างถึงใน เขียวศรี วิวิธสิริ, 2527, หน้า 156-158)

1. ความต้องการและความสนใจ (needs and interests) ผู้ใหญ่จะถูกชักจูงให้เกิดการเรียนรู้ได้ดีเมื่อตรงกับความต้องการและความสนใจในประสบการณ์ที่ผ่านมา และเรื่องที่จะเรียนรู้นั้นเป็นประโยชน์ จำเป็นต้องรู้ ดังนั้นผู้ใหญ่จะมีความพร้อมที่จะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ได้ถ้าผู้ใหญ่เกิดความต้องการที่จะเรียนรู้ ซึ่งความพร้อมสามารถสร้างได้โดยวิธีการกระตุ้น ในรูปแบบของการกระทำ อาจจะทำในลักษณะของความมุ่งหวังระดับสูง และกระบวนการวินิจฉัยตนเอง

2. สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตผู้ใหญ่ (life situations) การเรียนรู้ของผู้ใหญ่จะได้ผลดีถ้าถือเอาชีวิตของผู้ใหญ่เป็นศูนย์กลางในการเรียนการสอน (life - centered) โดยอาศัยปัญหาเป็นหลัก (problem centered) เพราะผู้ใหญ่จะเรียนรู้เมื่อเขาขาดความรู้และประสบการณ์ในการแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวัน เป็นการเรียนรู้เพื่อนำความรู้ไปใช้ทันทีหรือโดยเร็วที่สุด

3. การวิเคราะห์ประสบการณ์ (analysis of experience) ประสบการณ์เป็นแหล่งการเรียนรู้ที่มีคุณค่ามากที่สุดสำหรับผู้ใหญ่ เนื่องจากผู้ใหญ่สะสมประสบการณ์ด้วยวิธีการต่าง ๆ มาตั้งแต่เด็ก ยิ่งอายุมากขึ้นก็ยิ่งสะสมประสบการณ์กว้างขวางมากขึ้น ประสบการณ์มีผลต่อการเรียนรู้ของผู้ใหญ่หลายประการดังนี้

3.1 ผู้ใหญ่สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือประสบการณ์กับผู้อื่นได้ เป็นการขยายโลกทัศน์ของผู้ใหญ่คนอื่นให้กว้างขวางมากขึ้น ดังนั้นผู้ใหญ่จึงเป็นแหล่งวิทยาการสำคัญในการเรียนรู้

3.2 ผู้ใหญ่มีประสบการณ์เดิมเป็นพื้นฐาน และสามารถนำประสบการณ์เดิมนี้ออกไปเกี่ยวข้องหรือสัมพันธ์กับประสบการณ์ใหม่ ๆ ได้ จึงทำให้ประสบการณ์ใหม่มีความหมายมากขึ้น

3.3 ผู้ใหญ่มีลักษณะฝังแน่นกับความเคยชินหรือประสบการณ์เดิมที่ผ่านมา ทำให้ผู้ใหญ่เปลี่ยนแปลงอะไรได้ยาก จึงควรวเคราะห์ถึงประสบการณ์ของผู้ใหญ่แต่ละคนอย่างละเอียดว่า มีส่วนไหนของประสบการณ์ที่จะนำมาใช้ในการเรียนการสอนได้บ้าง

4. ผู้ใหญ่ต้องการเป็นผู้นำตนเอง (self - directing) ความต้องการที่อยู่ในส่วนลึกของผู้ใหญ่คือ การมีความรู้สึกต้องการที่จะสามารถนำตนเองได้ รู้จักเหตุผล สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ดังนั้นผู้ใหญ่จึงต้องการให้คนอื่นยอมรับและปฏิบัติต่อตนด้วยความยกย่องนับถือ ให้สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเองมิใช่คอยแต่จะรับคำสั่งให้ปฏิบัติตาม

5. ความแตกต่างระหว่างบุคคล (individual difference) ความแตกต่างระหว่างบุคคลจะมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในแต่ละบุคคลเมื่อมีอายุเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นการสอนผู้ใหญ่จะต้องเตรียมการในด้านรูปแบบของการเรียนการสอน (style) เวลา สถานที่สอน และประการสำคัญคือ ความสามารถในการเรียนรู้ในแต่ละขั้นของผู้ใหญ่ ย่อมเป็นไปตามความสามารถของผู้ใหญ่แต่ละคน

อาจกล่าวได้ว่า การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ส่วนใหญ่เป็นการเรียนรู้นอกสถาบันการศึกษา ซึ่งโดยธรรมชาติของผู้ใหญ่จะมีความแตกต่างกันระหว่างบุคคล และประสบการณ์เดิม ผู้ใหญ่จึงเรียนรู้ตามความต้องการและความสนใจของตนเอง โดยเรียนรู้จากปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองเป็นหลัก ดังนั้นการให้ความรู้กับผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่ จึงต้องคำนึงถึงรูปแบบการสอน สถานที่ เวลาที่เหมาะสม และที่สำคัญต้องคำนึงถึงความสามารถที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคลด้วย

โรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อนที่เท้า

เบาหวานเป็นกลุ่มอาการของโรค ที่เกิดจากความผิดปกติของการเผาผลาญสารอาหาร คาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมัน สาเหตุเนื่องจากขาดอินซูลิน หรือหน้าที่ของอินซูลินลดลง มีผล

ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูง เบาหวานที่พบเป็นส่วนใหญ่มากกว่าร้อยละ 85 เป็นเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน สาเหตุสำคัญเกิดจากพันธุกรรมและความอ้วน พบได้ในทุกอายุแต่พบมากภายหลังอายุ 35 ปี เบาหวานชนิดนี้จะมีระดับอินซูลินปกติ สูงหรือต่ำก็ได้ จำนวนบีต้าเซลล์ไม่ถูกทำลาย แต่การหลังอินซูลินลดลง หรือเซลล์ดื้อต่ออินซูลิน (insulin resistance) ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานเป็นเวลานาน และมีภาวะควบคุมโรคไม่ดี จะมีผลทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนจากการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดแดง (macrovascular complication) และประสาทส่วนปลายเสื่อม (peripheral neuropathy) ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดอาการเท้าชา ปวดขา การรับความรู้สึกต่าง ๆ ลดลง รูปร่างเท้าผิดปกติ และการเกิดแผลที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวานได้ (ชัชชาญ ตีโรจนวงศ์, 2537, หน้า 12-14)

การเปลี่ยนแปลงของเท้าจากหลอดเลือดแดงเสื่อม ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ดีเป็นระยะเวลานาน จะมีผลทำให้ผนังหลอดเลือดแดงขนาดใหญ่หนาตัวขึ้น ส่วนหลอดเลือดแดงขนาดเล็กจะมีการหนาตัวของส่วนเบสเม้นท์เมมเบรน (capillary basement membrane) ผลจากการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดแดงทั้งขนาดใหญ่และเล็ก ทำให้เกิดภาวะเส้นเลือดตีบแข็ง (atherosclerosis) มีผลให้เลือดมาเลี้ยงเนื้อเยื่ออ่อนลง ตลอดจนความสามารถในการต้านทานการติดเชื้อแบคทีเรียลดลง (Colwell et al., 1979, p. 225 ; Levin, 1981, pp. 281-284 ; เทพ หิมะทองคำ, 2541, หน้า 41-42 ; ศรีจิตรา บุญนาค, 2526, หน้า 367 ; สาธิต วรณแสง, 2527, หน้า 68)

การเกิดโรคหลอดเลือดแดงตีบพบได้ร้อยละ 15.9 ของผู้ป่วยเบาหวาน และมักเป็นที่เส้นเลือดส่วนปลายขา (tibial and peroneal vessels) (McMillan, 1986, p. 325 ; ชัชชาญ ตีโรจนวงศ์, 2537, หน้า 13) ทำให้เกิดอาการปวดน่องเวลาเดิน (intermittent claudication) ปวดหน้าขาและก้นกบเป็นพัก ๆ อาการปวดอาจเกิดที่ขาข้างใดข้างหนึ่งก่อนแล้วลุกลามไปอีกข้าง ถ้าการขาดเลือดมาเลี้ยงเป็นมากขึ้น จะทำให้ผู้ป่วยมีอาการปวดตลอดเวลาที่ปลายเท้า (rest pain) แม้นอนเฉย ๆ จะปวดเมื่อยตื้อ ๆ และมักปวดมากตอนกลางคืน อาการปวดจะดีขึ้นเมื่อนั่งหรือเท้าต่ำลง (dependency) อาการดังกล่าวเป็นอาการนำของการขาดเลือดไปเลี้ยงเท้า ในกรณีนี้ที่หลอดเลือดตีบมาก ๆ จะทำให้เกิดแผล (ischemic ulcer) และเกิดเนื้อตาย (gangrene) ที่เท้าได้ (Lippman, 1982, p. 722 ; ชัชชาญ ตีโรจนวงศ์, 2537, หน้า 13-14) นอกจากนี้เท้าที่ขาดเลือดไปเลี้ยงจะเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ผิวหนัง โดยมีลักษณะแห้ง บางเป็นมัน มีสะเก็ดลอก มีจุดต่าง (moltting) เมื่อจับต้องผิวหนังที่เท้าจะรู้สึกว่าย่นโดยเฉพาะบริเวณหลังเท้า นอกจากนี้ขนที่เท้าจะ

ร่วง เล็บเท้าหนา มีสีเหลือง เล็บงอกช้า คำศัพท์ที่หลังเท้าข้อเท้าด้านในและได้ข้อพับได้เบา หรือ คำไม่ได้ รวมทั้งเนื้อเยื่อใต้ผิวหนังที่เยียวลีบ (Rowbotham, Gibbons & Kozak, 1984, pp. 10 -14)

การเปลี่ยนแปลงของเท้าจากเส้นประสาทเสื่อม ผู้ป่วยเบาหวานจะเกิดภาวะแทรกซ้อนจากเส้นประสาทเสื่อมได้มากขึ้นกับระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน พบว่าอัตราการเกิดเส้นประสาทเสื่อมร้อยละ 7.5 เมื่อเริ่มวินิจฉัยว่าเป็นโรคเบาหวาน และจะเพิ่มขึ้นมากกว่าร้อยละ 40 เมื่อเป็นโรคเบาหวานนานเกิน 20 ปี (ชัยชาญ ดีโรจนวงศ์, 2537, หน้า 13) การเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทเกิดจากหลอดเลือดแดงขนาดเล็กที่ไปเลี้ยงเส้นประสาทและผิวหนังตีบแคบ มีผลให้เลือดไปเลี้ยงเส้นประสาทไม่เพียงพอ ทำให้เกิดเส้นประสาทอักเสบและเสื่อมได้ในที่สุด (Petrix, 1976, p. 1794 ; Martin, 1953, p. 595) ภาวะเส้นประสาทเสื่อม อาจจะมีการเสื่อมทั้งเส้นประสาทรับความรู้สึก (sensory) เส้นประสาทที่ไปเลี้ยงกล้ามเนื้อบริเวณเท้า (motor) และเส้นประสาทอัตโนมัติที่ไปเลี้ยงต่อมเหงื่อ"หลอดเลือดบริเวณเท้า (autonomic) (ชัยชาญ ดีโรจนวงศ์, 2537, หน้า 13 ; เทพ นิมะทองคำ, 2541, หน้า 59-60) ดังนี้

ประสาทรับความรู้สึกเสื่อมจะทำให้การรับความรู้สึกบริเวณเท้าลดลง ผู้ป่วยจะมีอาการชาที่เท้า 2 ข้าง สูญเสียการรับความรู้สึกเจ็บปวดหรือความรู้สึกร้อนเย็น จึงมีโอกาที่จะทำให้เกิดบาดแผลได้ง่าย และเมื่อเกิดบาดแผลขึ้นผู้ป่วยเบาหวานมักไม่หยุดใช้เท้าเนื่องจากขาดความรู้สึกเจ็บปวด และมักไม่ได้สังเกตความผิดปกติที่เกิดขึ้น

ประสาทควบคุมกล้ามเนื้อเสื่อม จะทำให้กล้ามเนื้อเล็ก ๆ บริเวณเท้า (intrinsic muscle) ตีบลง ทำให้กล้ามเนื้อที่เท้าเสียสมดุลย์ เท้าของผู้ป่วยจึงมีรูปร่างผิดปกติ เท้าจะหดสั้นและบิดออกข้างนอก เรียกว่า นิวโรออสทีโออาร์โทรพาธี (neuro-osteoarthropathy) (Kozak & Rowbotham, 1984, p. 7) ทำให้จุดรับน้ำหนักของเท้ามีการเปลี่ยนแปลงไปจากปกติ ผู้ป่วยจึงมีโอกาสเกิดตาปลาหรือเป็นแผลได้ง่ายขึ้นในจุดที่ลงน้ำหนักของเท้า (Brand, 1983, p. 830 ; Boulton et al., 1983, p. 26)

ประสาทอัตโนมัติเสื่อม มีผลต่อการควบคุมการหลั่งเหงื่อ การหดและขยายตัวของหลอดเลือดเสียไป ทำให้มีเหงื่อออกน้อย ผิวหนังแห้ง หนาด้าน เป็นสะเก็ด และผิวหนังแตกได้ง่าย โดยเฉพาะบริเวณฝ่าเท้า เมื่อผิวหนังบริเวณฝ่าเท้าแห้งแตก จะทำให้ผิวหนังอักเสบและเกิดเป็นแผลลุกลามขึ้น (Brand, 1983, pp. 830-831 ; Bovington, 1983, p. 739)

การเกิดแผลที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวาน แผลที่เท้าเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่งที่

ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเป็นเวลานาน บางครั้งต้องลงเอยด้วยการถูกตัดขา หรือถึงกับเสียชีวิตเนื่องจากโรคติดเชื้อรุนแรง (ชัยชาญ ดีโรจนวงศ์, 2537, หน้า 10) ซึ่งสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดแผลที่เท้าในผู้ป่วยเบาหวานคือ 1) การถูกทำลายโดยตรง 2) การขาดเลือดไปเลี้ยงเท้า 3) การอักเสบจากแรงกดซ้ำ 4) การติดเชื้อ (Brand, 1986, pp. 376-380) ดังนี้

1. การถูกทำลายโดยตรง เท้าของผู้ป่วยเบาหวานอาจเกิดแผลได้จากการเหยียบของมีคม เนื่องจากการเดินเท้าเปล่า หรือสวมรองเท้าแตะบาง ๆ ตลอดจนมีวัตถุมีคมตกอยู่ในรองเท้าก่อนสวม แม้เหยียบวัตถุมีคมก็อาจไม่รู้รู้สึกเจ็บ นอกจากนี้ความร้อนยังเป็นอันตรายต่อเท้า เพราะผู้ป่วยเบาหวานการรับสัมผัสต่ออุณหภูมิร้อนเย็นลดลง ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงการวางกระเป๋า น้ำร้อนที่เท้า

2. การขาดเลือดไปเลี้ยงเท้า การเกิดแผลหรือเนื้อตายเป็นผลจากการที่ได้รับแรงกดที่กระทำอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานาน ๆ แม้จะเป็นแรงกดต่ำ ๆ ประมาณ 1 หรือ 2 ปอนด์ต่อตารางนิ้ว ก็สามารถที่จะทำให้เลือดไปเลี้ยงเท้าไม่เพียงพอ สาเหตุที่สำคัญมักเกิดจากการสวมรองเท้าที่บีบรัด ซึ่งทำให้เกิดตุ่มพองและผิวหนังถลอกเป็นแผล

3. การอักเสบจากแรงกดซ้ำ ๆ การอักเสบจากแรงกดเกิดจากแรงกดที่สูงกว่า 1 หรือ 2 ปอนด์ต่อตารางนิ้ว แต่ไม่มากพอที่จะทำลายเนื้อเยื่อโดยตรง สาเหตุการอักเสบจากแรงกดซ้ำ ๆ จะพบได้น้อยกว่าการเกิดจากสาเหตุที่เท้าถูกทำลายโดยตรง หรือจากการขาดเลือดไปเลี้ยงเท้า เฉพาะที่ โดยทำการทดลองในหนูที่ใส่เบาะรองเท้า (footpad) เพื่อศึกษาถึงความแตกต่างในระดับของแรงกดที่แตกต่างกันในแต่ละรูปแบบและระยะเวลาที่กระทำซ้ำ ๆ เช่น ใช้แรงกด 20 ปอนด์ต่อตารางนิ้ว ซึ่งเป็นแรงกดที่เกิดขึ้นเมื่อคนเดินตามปกติ และให้แรงกดนั้นกระทำวันละ 10,000 ครั้ง ทุก ๆ วัน ซึ่งเท่ากับระยะทางที่คนวิ่งเหยาะ ๆ บนพื้นที่แข็ง ๆ เป็นระยะทาง 7 ไมล์ทุกวัน พบว่าบริเวณที่กดกับเบาะรองเท้าจะมีอุณหภูมิสูงขึ้น และเกิดอาการบวมในวันที่ 2 และ 3 ต่อมาเกิดตุ่มพองและเนื้อตายใน 1 สัปดาห์ และเกิดแผลที่เท้าหนูทุกตัว แต่หลังจากนั้นอาการบวมเริ่มลดลง และเท้าของหนูเริ่มเป็นปกติในสัปดาห์ที่ 6 แสดงให้เห็นว่าแรงกดที่กระทำซ้ำ ๆ จะเป็นสาเหตุให้ค่อย ๆ เกิดการอักเสบ พร้อมกับอาการบวมที่เท้าได้ แต่ภายหลังที่แรงกดลดลงจนไม่มีแรงกดมากระทำอีก เท้าจะเริ่มกลับสู่สภาพปกติได้ดังเดิม (Brand, 1986, pp. 378 -379)

4. การติดเชื้อ การติดเชื้อเป็นผลที่เกิดตามมาจากการที่เท้าถูกทำลายโดยตรง การขาดเลือดไปเลี้ยงเท้าและการอักเสบจากแรงกดซ้ำ ๆ มาก่อนทำให้เกิดแผลที่ผิวหนัง แต่ผู้ป่วยยังคง

เดินหรือทำกิจวัตรตามปกติ โดยไม่รู้สึเจ็บปวด หรือรู้สึกว่ามีแผลเกิดที่เท้า เนื่องจากการรับความรู้สึกเจ็บปวดลดลง ความเจ็บปวดจะเกิดขึ้นเมื่อแผลลุกลามเข้าไปในเนื้อเยื่อลึก ๆ เช่น กระดูก ข้อต่อ และเส้นเอ็น เมื่อมีการติดเชื้อขึ้นที่แผล เนื้อเยื่อเหล่านี้ต้องการเลือดไปเลี้ยงบริเวณที่มีการอักเสบมากกว่าปกติ

จากภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังของโรคเบาหวานที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของเท้า และสาเหตุส่งเสริมบางประการดังที่กล่าวมาแล้ว เท้าจึงมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดแผลได้ง่าย และเมื่อเกิดแผลผู้ป่วยอาจจะไม่รู้สึเจ็บปวดที่เท้าทั้ง ๆ ที่กำลังเดินอยู่ หรือขณะพักก็ตาม กว่าจะทราบแผลก็ลุกลามไปมาก ซึ่งอาจจะเป็นสาเหตุให้เกิดการสูญเสียเท้าไปจนเกิดความพิการ แต่ภาวะเสี่ยงดังกล่าวจะลดลงได้ถ้าผู้ป่วยสามารถเรียนรู้การดูแลเท้าอย่างต่อเนื่อง และมีแนวทางการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลเท้าอย่างถูกต้อง

การดูแลเท้า ผู้ป่วยเบาหวานควรดูแลเท้าเพื่อป้องกันการเกิดแผล โดยปฏิบัติดังนี้

1. ตรวจดูเท้าทุกวัน ถ้ามีแผลหรือมีการอักเสบแม้เพียงเล็กน้อย ต้องปรึกษาแพทย์ทันที
2. ล้างเท้าให้สะอาดด้วยสบู่อ่อนทุกวัน และเช็ดให้แห้ง โดยเฉพาะที่ซอกนิ้วเท้า
3. ถ้าผิวแห้งมาก ให้แช่เท้าในน้ำ 15-20 นาทีต่อวัน และทาด้วยลาโนลิน หรือวาสลีน
4. ไม่เดินเท้าเปล่า ควรสวมรองเท้าทุกครั้งที่ยอกจากบ้าน เลือกรองเท้าที่ไม่หลวมหรือคับจนเกินไป และควรเป็นรองเท้าหนัง ถ้าเป็นรองเท้าใหม่อย่าสวมนานเกินวันละ 2-3 ชั่วโมงในวันแรก และควรมีรองเท้าสำหรับใช้สับเปลี่ยนในแต่ละวัน 3 คู่ โดยสับเปลี่ยนรองเท้าคู่ใหม่ทุก 5 ชั่วโมง โดยเฉพาะผู้ป่วยที่ทำงานนอกบ้านควรปฏิบัติอย่างเคร่งครัด เพราะแรงบีบรัดจากรองเท้าภายใน 5 ชั่วโมง จะไม่ทำให้เกิดเนื้อตายต่อเท้าผู้ป่วยเบาหวาน แต่ถ้าใส่รองเท้าคู่เดียวมานาน 8-10 ชั่วโมง จะมีโอกาสเสี่ยงสูงต่อการเกิดเนื้อตายที่เท้าได้ (Brand, 1983, p. 833)
5. ควรสวมถุงเท้าด้วยเสมอ โดยเลือกถุงเท้าที่สะอาด ไม่รัดแน่น และควรเปลี่ยนถุงเท้าบ่อย ๆ มากกว่า 1 ครั้งต่อวัน เพื่อป้องกันเท้าอับชื้นซึ่งเป็นสาเหตุของเชื้อรา
6. ก่อนสวมรองเท้าควรตรวจตราภายในรองเท้าว่ามีวัตถุมีคมอยู่หรือไม่
7. หลีกเลี่ยงการใช้ของร้อน ๆ วางที่เท้า เช่น การประคบร้อน การวางกระเป๋าน้ำร้อน
8. ควรตัดเล็บในแนวตรง อย่าให้สั้นชิดผิวหนังจนเกินไป ไม่ควรใช้วัตถุแข็งแคะซอกเล็บ

9. ไม่ควรซื้อยากัดลอกตาปลามาใช้เอง บริเวณที่เป็นตาปลาควรได้รับการตัดออกอย่างสม่ำเสมอโดยผู้ที่มีความชำนาญ เช่น แพทย์หรือพยาบาล ห้ามทำด้วยตนเอง เพื่อไม่ให้หนังแข็งมากจนทำให้กตเนื้อได้ผิวหนังเกิดเป็นเนื้อตาย (เทพ หิมะทองคำ, 2541, หน้า 62)
10. ไม่ควรนั่งไขว่ห้าง ควรบริหารเท้า และขาวันละ 1 - 2 ครั้ง เพื่อให้การไหลเวียนของเลือดดีขึ้น

ในกรณีที่เกิดแผล ควรดูแลรักษาบาดแผลเพื่อป้องกันการติดเชื้อและการลุกลามของแผลดังนี้ (เทพ หิมะทองคำ, 2541, หน้า 61-64)

การรักษาเบื้องต้น เมื่อเป็นแผลจากของมีคมหรือแผลขีดข่วนควรล้างแผลให้สะอาดด้วยน้ำอุ่นและสบู่ เช็ดให้แห้งและใส่ยาฆ่าเชื้อ เช่น น้ำยาเบตาดีนเจ็จจาง (น้ำยาเบตาดีน 1 ส่วน ต่อน้ำเกลือออร์มัล 3 ส่วน) ปิดแผลด้วยผ้าปิดแผลที่แห้งและผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว ไม่ควรใช้พลาสติกปิดแผลโดยตรงและไม่ควรใช้น้ำยาฆ่าเชื้อที่มีสีติดผิวหนังซึ่งล้างออกยาก เช่น ยาแดง หรือทิงเจอร์ไอโอดีน เพราะจะทำให้สังเกตการเปลี่ยนแปลงของแผลยาก ถ้าหากแผลบวมแดงขึ้นและมีน้ำเหลืองออกมา แม้ว่าจะไม่มีความเจ็บปวดก็ควรรีบไปพบแพทย์โดยเร็ว

การรักษาโดยแพทย์ หลักใหญ่ของการรักษาโดยแพทย์ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของแผลดังนี้

1. การทำแผล หากมีหนองคั่งต้องเปิดแผลให้กว้างเพื่อระบายหนองออก ตัดเนื้อเน่าหรือเนื้อที่ตายออก ล้างแผลด้วยน้ำเกลือหรือน้ำยาเบตาดีนอย่างเจ็จจาง แล้วปิดแผลด้วยผ้าก๊อซชุบสารละลายดังกล่าว ควรทำแผลวันละ 2-4 ครั้ง และรักษาแผลให้มีความชุ่มชื้นอยู่เสมอ
2. การใช้ยาปฏิชีวนะ จะพิจารณาตามลักษณะและความรุนแรงของแผล
3. การหยุดพักบริเวณที่เป็นแผล โดยเฉพาะจุดที่ลงน้ำหนักควรนอนพักเฉย ๆ พยายามเดินเท่าที่จำเป็น ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่สามารถนอนพักเฉย ๆ ได้ อาจจำเป็นต้องใส่เฝือกเพื่อป้องกันการกดทับแผล หรือสวมรองเท้าที่ทำขึ้นเป็นพิเศษซึ่งหลีกเลี่ยงการลงน้ำหนักในบริเวณที่เป็นแผล
4. การผ่าตัดหลอดเลือด ในกรณีที่แผลนั้นมีการขาดเลือดเนื่องจากมีเส้นเลือดตีบแข็ง
5. การผ่าตัดเท้าทั้ง จะทำต่อเมื่อไม่สามารถรักษาแผลด้วยวิธีที่กล่าวมาได้ผล ระดับที่ผ่าตัดจะอยู่ได้เข้าหรือเหนือเข่านั้นขึ้นอยู่กับลักษณะของแผล หลังการผ่าตัดแล้วสามารถประกอบขาเทียมได้ซึ่งจะช่วยให้อาการดีขึ้นและเคลื่อนไหวได้ดังเดิม

การรักษาแผลที่เท้าขึ้นถ้าหากไม่ได้รับการตั้งแต่เริ่มต้นโดยเร็ว นอกจากจะทำให้เกิดผลเสียทางด้านจิตใจแล้วยังทำให้เสียเวลาและสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายในการรักษามาก ผู้ป่วยต้อง

160892

๑
b16.46d
K 726
๑

สูญเสียทางเศรษฐกิจเนื่องจากจำเป็นต้องหยุดงานเป็นระยะเวลาาน บางครั้งต้องเสียชีวิตและอาจเสียชีวิตได้

จะเห็นได้ว่าผู้ที่เป็นโรคเบาหวานเป็นเวลานาน และมีภาวะควบคุมโรคไม่ดีจะมีผลทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อน จากการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดแดง (macrovascular complication) และประสาทส่วนปลายเสื่อม (peripheral neuropathy) ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดอาการเท้าชา ปวดขา การรับความรู้สึกต่าง ๆ ลดลง รูปร่างเท้าผิดปกติ และการเกิดแผลที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวานได้ ซึ่งเมื่อเกิดภาวะแทรกซ้อนดังกล่าวขึ้น ผู้ป่วยจำเป็นต้องเรียนรู้ในการดูแลเท้าตนเอง เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดกับเท้า และเป็นการลดความสูญเสีย ความทุพพิกิริยา และความพิการที่จะเกิดขึ้นได้

แนวคิดปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ (symbolic interaction)

ทฤษฎีปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์เป็นทฤษฎีหนึ่งทางสังคมวิทยาที่ แมกซ์ เวเบอร์ (Weber) เสนอความเห็นว่าเป็นการเน้นเกี่ยวกับเรื่องการกระทำระหว่างกันของมนุษย์ในสังคม และสัญลักษณ์ โดยให้ความสำคัญคนแต่ละคนหรือปัจเจกบุคคล การที่มนุษย์แสดงพฤติกรรมหรือการกระทำออกมาอย่างหนึ่งย่อมมีความหมายและมีเหตุผลอยู่เบื้องหลังการกระทำนั้น ด้วยเหตุนี้ความสัมพันธ์ใดที่สามารถเข้าถึงได้ด้วยการตีความ ก็จะสามารถนำมาอธิบายอย่างเป็นเหตุเป็นผลได้ แนวคิดของเวเบอร์แสดงให้เห็นว่าการทำความเข้าใจถึงพฤติกรรมของมนุษย์นั้น จะต้องผ่านการตีความเท่านั้นจึงจะช่วยให้เข้าใจความรู้สึกนึกคิด และเข้าใจพฤติกรรมของผู้กระทำได้อย่างแท้จริงและชัดเจนมากขึ้น (Weber, 1964 อ้างถึงใน สุชาติดา รัชชกุล, 2541, หน้า 25)

ต่อมาเฮร์เบิร์ต บลูเมอร์ (Blumer) ได้พัฒนาแนวคิดปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ พร้อมทั้งได้เสนอแนวคิดลักษณะการกระทำระหว่างกันของมนุษย์ที่เกี่ยวกับการตีความหรือให้ความหมาย 3 ประการคือ (Blumer, 1969, อ้างถึงใน สมจิต หนูเจริญกุล, 2537 ค, หน้า 6)

1. บุคคลจะปฏิบัติต่อสิ่งต่าง ๆ ตามความหมายที่สิ่งเหล่านี้มีต่อตนเอง
2. ความหมายของสิ่งต่าง ๆ ต่อบุคคล เรียนรู้จากปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
3. บุคคลจะกำหนด คงไว้ และปรับเปลี่ยนความหมายเหล่านี้โดยผ่านกระบวนการแปลงจากประสบการณ์ และผลของการกระทำที่เกิดขึ้น

จะเห็นว่าทฤษฎีนี้มองภาพรวมทั้งผู้กระทำ การกระทำ และความหมายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการปฏิสังสรรค์ระหว่างบุคคล นอกจากนั้นแล้วบลูเมอร์ ยังอธิบายว่าการปฏิสังสรรค์ของ

บุคคลเป็นกระบวนการตีความ ประกอบด้วย 2 ขั้นตอน ดังนี้ (Blumer, 1969, pp. 2-5 อ้างถึงใน สุชาติ รัชชกุล, 2541, หน้า 28)

ขั้นตอนแรก ผู้กระทำเป็นผู้บ่งชี้กับตัวเองในสิ่งที่ตนกระทำ คือบุคคลจะชี้ให้ตนเอง ทราบถึงความหมายของการกระทำนั้น ๆ หมายถึงผู้กระทำมีการปฏิสังสรรค์กับตนเอง หรือมี กระบวนการสื่อสารกับตนเอง

ขั้นตอนที่สอง เมื่อมีการปฏิสังสรรค์กับตนเองเกิดขึ้นแล้ว การตีความจะเกิดตามมา ดังนั้นการตีความจึงเป็นการจัดการกับความหมายด้วยลักษณะ และวิธีการต่าง ๆ ตามที่ผู้กระทำ สามารถที่จะเลือกตรวจสอบ การจัดกลุ่มใหม่ หยุดการกระทำ หรือมีการเปลี่ยนแปลงความหมาย ใหม่ให้เป็นไปตามสถานการณ์ที่ผู้กระทำกำลังเผชิญอยู่ และเป็นผู้กำหนดทิศทางการกระทำของ ตนเอง เพื่อให้เป็นไปตามความต้องการของผู้กระทำเอง

กล่าวโดยสรุปว่า แนวคิดปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ มีหลักการเน้นการกระทำระหว่างกัน ของมนุษย์ในสังคม โดยให้ความสำคัญในการทำความเข้าใจพฤติกรรมของปัจเจกบุคคลโดยการ ตีความ โดยมนุษย์เป็นผู้ที่กำหนดหรือให้ความหมายต่อพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อสถานการณ์ ต่าง ๆ ดังนั้นมนุษย์จึงสามารถให้ความหมายต่อสิ่งต่าง ๆ ทั้งหลาย รวมทั้งมีการเปลี่ยนแปลง นิยามความหมายใหม่ และปรับเปลี่ยนทิศทางได้ตลอดเวลา