

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยศึกษาสองกลุ่มวัดสองครั้ง ก่อนการทดลอง และหลังการทดลองเสร็จสิ้น เพื่อศึกษารูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในชุมชนโดยใช้การสนับสนุนของครอบครัวและการมีส่วนร่วมของชุมชน ในหมู่บ้านเขตตำบลตาคลี อำเภอตาคลี จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 54 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 27 คน กลุ่มควบคุม 27 คน ผลการวิจัยได้เสนอในตารางประกอบคำบรรยายโดยแบ่งออกเป็น 6 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ส่วนที่ 3 คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ส่วนที่ 4 การเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ส่วนที่ 5 การเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ส่วนที่ 6 การเปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการรวบรวมข้อมูลแล้วนำมาวิเคราะห์ด้วยคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติทางสังคมศาสตร์ ได้ผลการวิเคราะห์ซึ่งสามารถอธิบายในรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ ระยะเวลาที่เป็นโรค วิเคราะห์โดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานดังรายละเอียดในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 จำนวน และร้อยละของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำแนกตาม
ข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มควบคุม (n = 27)		กลุ่มทดลอง (n = 27)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ				
ชาย	10	37.04	10	37.04
หญิง	17	62.96	17	62.96
ระดับการศึกษา				
ประถมศึกษา	26	96.30	26	96.30
ไม่ได้เรียน	1	3.70	1	3.70
ระยะเวลาการเป็นโรคเบาหวาน				
1-5 ปี	17	62.96	17	62.96
มากกว่า 5 ปีขึ้นไป	10	37.04	10	37.04
ระยะเวลาการเจ็บป่วยเฉลี่ย (ปี)		5.22		5.15
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (ปี)		4.47		3.95

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มควบคุม (n = 27)		กลุ่มทดลอง (n = 27)		
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
อายุ					
40-55 ปี	9	33.33	12	44.44	
56-65 ปี	11	40.74	8	29.63	$\chi^2 = .90$
66 ปีขึ้นไป	7	25.93	7	25.93	p = .32
อายุเฉลี่ย (ปี)		59.78		59.96	
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (ปี)		8.97		9.21	
อาชีพ					
เกษตรกร	8	29.63	10	37.04	$\chi^2 = 1.38$
รับจ้าง	7	25.93	5	18.52	p = .42
แม่บ้าน	6	22.22	4	14.81	
ไม่ได้ทำงาน	5	18.52	6	22.22	
ค้าขาย	1	3.70	2	7.41	
สถานภาพสมรส					
คู่	19	70.37	22	81.48	$\chi^2 = .91$
โสด/ หม้าย/ หย่า	8	29.63	5	18.16	p = .17

จากตารางที่ 5 พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมากกว่าครึ่งเป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 62.96 ระดับการศึกษาจบประถมศึกษาร้อยละ 96.30 ไม่ได้เรียนคิดเป็นร้อยละ 3.70 ระยะเวลาการเป็นโรคเบาหวาน 1-5 ปี คิดเป็นร้อยละ 62.96 เป็นโรคเบาหวานมานานมากกว่า 5 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.04 ค่าเฉลี่ยของระยะเวลาเจ็บป่วยในกลุ่มทดลองเท่ากับ 5.15 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 3.95) ค่าเฉลี่ยของระยะเวลาเจ็บป่วยในกลุ่มควบคุมเท่ากับ 5.22 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 4.47)

ในกลุ่มทดลองมีอายุอยู่ระหว่าง 40-55 ปีคิดเป็นร้อยละ 44.44 รองลงมาอายุ 56-65 ปี คิดเป็นร้อยละ 29.63 อายุเฉลี่ยเท่ากับ 59.96 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 9.21) ประกอบอาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 37.04 รองลงมาคือไม่ได้ทำงาน คิดเป็นร้อยละ 22.22 และรับจ้างคิดเป็นร้อยละ 18.52 มีสถานภาพสมรสคู่เป็นส่วนใหญ่คิดเป็นร้อยละ 81.84

ในกลุ่มควบคุมมีอายุอยู่ระหว่าง 56-65 ปีคิดเป็นร้อยละ 40.74 รองลงมาอายุ 40-55 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.33 อายุเฉลี่ยเท่ากับ 59.78 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 8.97) ประกอบอาชีพ เกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 29.63 รองลงมาคืออาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 25.93 และแม่บ้านคิด เป็นร้อยละ 22.22 มีสถานภาพสมรสคู่เป็นส่วนใหญ่คิดเป็นร้อยละ 70.37 จากการทดสอบความ แตกต่างของสัดส่วนใน กลุ่มอายุ อาชีพ และสถานภาพสมรส ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติไคสแควร์ (Chi-Square Test) พบว่าไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวาน

ผู้วิจัยได้นำผลการศึกษามาวิเคราะห์และนำเสนอผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการควบคุม โรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองของผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานได้ผลดังรายละเอียดในตารางที่ 6-7

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม (n = 27)

พฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวาน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	M (ความหมาย)	SD	M (ความหมาย)	SD
หมวดที่ 1 การควบคุมอาหาร				
1. รับประทานอาหาร ตรงเวลาทุกมื้อ	3.15 (ดี)	0.82	3.26 (ดี)	0.71
2. ไม่รับประทานอาหารที่มีไขมันสูง	2.85 (ดี)	0.46	2.89 (ดี)	0.58
3. รับประทานอาหารผักประเภทใบ	3.26 (ดี)	0.86	3.52 (ดีมาก)	0.70
4. ไม่รับประทานอาหารจุบจิบ	3.04 (ดี)	1.09	2.93 (ดี)	1.11
5. ไม่รับประทานอาหารและเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง	3.07 (ดี)	0.92	3.04 (ดี)	0.75
6. รับประทานอาหาร ข้าว หรืออาหารประเภทแป้ง รวมกันไม่มากกว่า 3 ทักพีต่อมื้อ	3.07 (ดี)	0.92	3.04 (ดี)	0.75
7. งดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	3.41 (ดี)	0.93	3.78 (ดีมาก)	0.42
8. รับประทานอาหารที่ปรุงด้วยวิธี ต้ม นึ่ง ย่าง	3.00 (ดี)	0.62	3.11 (ดี)	0.70
คะแนนรวมหมวดที่ 1	3.07 (ดี)	0.36	3.22 (ดี)	0.30
หมวดที่ 2 การใช้ยา				
9. รับประทานยาตรงตามเวลาที่แพทย์สั่ง	3.15 (ดี)	1.00	3.93 (ดีมาก)	0.28
10. รับประทานยาตามขนาดที่แพทย์สั่ง	3.93 (ดีมาก)	0.27	3.93 (ดีมาก)	0.28
11. ไม่ได้ใช้ยาหม้อ ยาลูกกลอน	3.74 (ดีมาก)	0.81	3.85 (ดีมาก)	0.60
คะแนนรวมหมวดที่ 2	3.60 (ดีมาก)	0.36	3.90 (ดีมาก)	0.26

ตารางที่ 6 (ต่อ)

พฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวาน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	M (ความหมาย)	SD	M (ความหมาย)	SD
หมวดที่ 3 การออกกำลังกาย				
12. ออกกำลังกายวันละ 30 นาที อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง	2.33 (ปานกลาง)	1.14	2.70 (ดี)	0.78
13. รับประทานอาหารหรืออาหารว่างก่อน ออกกำลังกาย 30-60 นาที	2.30 (ปานกลาง)	1.20	2.30 (ปานกลาง)	1.07
14. มีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลัง ออกกำลังกายทุกครั้ง	2.37 (ปานกลาง)	1.18	2.85 (ดี)	0.91
15. บริหารเท้าทุกวัน	2.56 (ดี)	1.28	2.67 (ดี)	1.07
คะแนนรวมหมวดที่ 3	2.39 (ปานกลาง)	1.06	2.63 (ดี)	0.74
หมวดที่ 4 การดูแลสุขภาพทั่วไป				
16. อาบน้ำแปรงฟันวันละ 2 ครั้ง	3.41 (ดี)	1.05	3.85 (ดีมาก)	0.06
17. สวมรองเท้าที่เหมาะสมกับเท้าตลอดเวลา	3.11 (ดี)	1.09	3.19 (ดี)	1.08
18. ตรวจสอบเท้าทุกวัน	3.26 (ดี)	1.10	3.07 (ดี)	1.11
19. ปรีกษาแพทย์หรือพยาบาลเมื่อพบเท้าผิดปกติ	3.52 (ดีมาก)	0.98	3.48 (ดี)	0.89
20. ไม่แช่เท้าในน้ำอุ่นหรือเอากระเป๋าน้ำร้อนมา วางบนเท้า	3.70 (ดีมาก)	0.72	3.81 (ดีมาก)	0.62
21. เตรียมลูกอม น้ำหวาน หรือน้ำตาลก้อนเพื่อ รับประทานเมื่อมีอาการน้ำตาลในเลือดต่ำ	2.56 (ดี)	1.37	2.74 (ดี)	1.43
คะแนนรวมหมวดที่ 4	3.26 (ดี)	0.54	3.36 (ดี)	0.56
หมวดที่ 5 การจัดการกับความเครียด				
22. นอนหลับสนิทในเวลากลางคืน	3.15 (ดี)	0.77	3.11 (ดี)	0.97
23. ปฏิบัติกิจกรรมที่ชอบหรืองานอดิเรก เพื่อผ่อนคลายความเครียด	2.96 (ดี)	0.98	2.96 (ดี)	0.71
24. เมื่อมีปัญหาไม่สบายใจ เครียดวิตกกังวลได้ พูดคุยปรึกษากับญาติหรือคนใกล้ชิด	2.81 (ดี)	1.11	2.96 (ดี)	0.90
25. ทำกิจกรรมที่ทำให้จิตใจสงบ	2.96 (ดี)	1.02	3.15 (ดี)	1.00
26. พยายามไม่หมกมุ่นกับปัญหาต่าง ๆ	3.33 (ดี)	0.83	3.19 (ดี)	0.79
คะแนนรวมหมวดที่ 5	3.04 (ดี)	0.67	3.07 (ดี)	0.44

จากตารางที่ 6 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีจำนวน 19 ข้อ รองลงมาคือระดับดีมากจำนวน 4 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลางจำนวน 3 ข้อ หลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานของกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีจำนวน 18 ข้อ รองลงมาคือระดับดีมากจำนวน 7 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลางจำนวน 1 ข้อ พิจารณาแยกรายละเอียดดังนี้

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 1 เรื่องการควบคุมอาหารอยู่ในระดับดีทั้งก่อนและหลังการทดลอง คะแนนรายข้อหลังการทดลองผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรม การรับประทานผักประเภทใบและการดื่มน้ำที่มีแอลกอฮอล์เปลี่ยนจากระดับดีไปเป็นระดับ ดีมาก

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 2 เรื่องการใช้อาหารอยู่ในระดับดีมากทั้งก่อนและหลังการ ทดลอง คะแนนรายข้อหลังการทดลองผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมรับประทาน ยาตรงตามเวลาที่แพทย์สั่งเปลี่ยนจากระดับดีไปเป็นระดับดีมาก

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 3 เรื่องการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลางก่อนการ ทดลองและเปลี่ยนเป็นระดับดีหลังการทดลอง คะแนนรายข้อหลังการทดลองผู้ป่วยเบาหวาน ในกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมออกกำลังกายวันละ 30 นาทีอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง และ การยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลังออกกำลังกายเปลี่ยนจากระดับปานกลางไปเป็นระดับดี

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 4 เรื่องการดูแลสุขภาพทั่วไปอยู่ในระดับดีทั้งก่อนและหลัง การทดลอง คะแนนรายข้อหลังการทดลองผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมอาบน้ำ แปรงฟันวันละ 2 ครั้งเปลี่ยนจากระดับดีไปเป็นระดับดีมากและการปรึกษาแพทย์หรือพยาบาล เมื่อพบทำผิดปกติเปลี่ยนจากระดับดีมากเป็นระดับดี

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 5 เรื่องการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับดีทั้งก่อนและ หลังการทดลอง คะแนนรายข้อทุกข้ออยู่ในระดับดีไม่มีการเปลี่ยนแปลง

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนพฤติกรรมควบคุมโรคเบาหวาน
ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง (n = 27)

พฤติกรรมควบคุมโรคเบาหวาน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	M (ความหมาย)	SD	M (ความหมาย)	SD
หมวดที่ 1 การควบคุมอาหาร				
1. รับประทานอาหาร ตรงเวลาทุกมื้อ	2.85 (ดี)	0.95	3.52 (ดีมาก)	0.51
2. ไม่รับประทานอาหารที่มีไขมันสูง	2.74 (ดี)	0.53	3.00 (ดี)	0.56
3. รับประทานอาหารประเภทโปรตีน	3.44 (ดี)	0.58	3.78 (ดีมาก)	0.42
4. ไม่รับประทานอาหารจุบจิบ	2.52 (ดี)	1.16	3.56 (ดีมาก)	0.70
5. ไม่รับประทานอาหารและเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง	2.59 (ดี)	0.80	3.37 (ดี)	0.74
6. รับประทานอาหาร หรืออาหารประเภทแป้ง รวมกันไม่มากกว่า 3 ทศวรรษต่อมื้อ	2.44 (ปานกลาง)	1.05	3.44 (ดี)	0.93
7. งดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	3.41 (ดี)	1.05	3.89 (ดีมาก)	0.32
8. รับประทานอาหารที่ปรุงด้วยวิธี ต้ม นึ่ง ย่าง	2.70 (ดี)	0.61	3.48 (ดี)	0.51
คะแนนรวมหมวดที่ 1	2.84 (ดี)	0.42	3.51 (ดีมาก)	0.32
หมวดที่ 2 การใช้ยา				
9. รับประทานยาตรงตามเวลาที่แพทย์สั่ง	3.59 (ดีมาก)	0.69	3.96 (ดีมาก)	0.19
10. รับประทานยาตามขนาดที่แพทย์สั่ง	3.70 (ดีมาก)	0.54	3.96 (ดีมาก)	0.19
11. ไม่ได้ใช้ยาหม้อ ยาลูกกลอน	3.59 (ดีมาก)	1.01	3.96 (ดีมาก)	0.19
คะแนนรวมหมวดที่ 2	3.63 (ดีมาก)	0.52	3.96 (ดีมาก)	0.11
หมวดที่ 3 การออกกำลังกาย				
12. ออกกำลังกายวันละ 30 นาที อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง	2.44 (ปานกลาง)	1.09	3.67 (ดีมาก)	0.73
13. รับประทานอาหารหรืออาหารว่างก่อน ออกกำลังกาย 30-60 นาที	2.11 (ปานกลาง)	1.12	3.04 (ดี)	1.32
14. มีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลัง ออกกำลังกายทุกครั้ง	2.48 (ปานกลาง)	1.12	3.85 (ดีมาก)	0.36
15. บริหารเท้าทุกวัน	2.30 (ปานกลาง)	1.17	3.67 (ดีมาก)	0.56
คะแนนรวมหมวดที่ 3	2.33 (ปานกลาง)	0.92	3.56 (ดีมาก)	0.54

ตารางที่ 7 (ต่อ)

พฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวาน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	M (ความหมาย)	SD	M (ความหมาย)	SD
หมวดที่ 4 การดูแลสุขภาพทั่วไป				
16. อาบน้ำแปรงฟันวันละ 2 ครั้ง	3.48 (ดี)	0.98	3.70 (ดีมาก)	0.87
17. สวมรองเท้าที่เหมาะสมกับเท้าตลอดเวลา	3.11 (ดี)	1.19	3.26 (ดี)	0.98
18. ตรวจสภาพเท้าทุกวัน	2.33 (ปานกลาง)	1.27	3.81 (ดีมาก)	0.48
19. ปรีกษาแพทย์หรือพยาบาลเมื่อพบเท้าผิดปกติ	2.70 (ดี)	1.35	3.96 (ดีมาก)	0.19
20. ไม่แช่เท้าในน้ำอุ่นหรือเอากะเป้าน้ำร้อนมาวางบนเท้า	3.11 (ดี)	1.31	3.89 (ดีมาก)	0.42
21. เตรียมลูกอม น้ำหวาน หรือน้ำตาลก้อนเพื่อรับประทานเมื่อมีอาการน้ำตาลในเลือดต่ำ	2.30 (ปานกลาง)	1.33	3.63 (ดีมาก)	0.57
คะแนนรวมหมวดที่ 4	2.84 (ดี)	0.62	3.71 (ดีมาก)	0.35
หมวดที่ 5 การจัดการกับความเครียด				
22. นอนหลับสนิทในเวลากลางคืน	3.07 (ดี)	0.78	3.41 (ดี)	0.69
23. ปฏิบัติกิจกรรมที่ท่านชอบหรืองานอดิเรกเพื่อผ่อนคลายความเครียด	3.04 (ดี)	0.89	3.56 (ดีมาก)	0.58
24. เมื่อมีปัญหาไม่สบายใจ เครียดวิตกกังวล ท่านพูดคุยปรึกษากับญาติหรือคนใกล้ชิด	2.81 (ดี)	1.08	3.63 (ดีมาก)	0.57
25. ทำกิจกรรมที่ทำให้จิตใจสงบ	3.15 (ดี)	1.03	3.52 (ดีมาก)	0.64
26. พยายามไม่หมกมุ่นกับปัญหาต่าง ๆ	3.00 (ดี)	1.04	3.81 (ดีมาก)	1.06
คะแนนรวมหมวดที่ 5	3.01 (ดี)	0.57	3.59 (ดีมาก)	0.32

จากตารางที่ 7 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีจำนวน 16 ข้อ รองลงมาคือระดับดีมากจำนวน 3 ข้อและอยู่ในระดับปานกลางจำนวน 7 ข้อ หลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมากจำนวน 19 ข้อรองลงมาคือระดับดีจำนวน 7 ข้อ พิจารณาแยกแยะหมวดดังนี้

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 1 เรื่องการควบคุมอาหารในผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลอง หลังการทดลองเปลี่ยนจากระดับดีเป็นระดับดีมาก คะแนนรายข้อมีการเปลี่ยนแปลงเรื่องพฤติกรรมรับประทานอาหารตรงเวลา รับประทานผักประเภทใบและการดื่มน้ำที่มี

แอลกอฮอล์เปลี่ยนจากระดับดีไปเป็นระดับดีมาก และพฤติกรรมการรับประทานข้าวหรืออาหารประเภทแป้งเปลี่ยนจากระดับปานกลางเป็นระดับดี

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 2 เรื่องการใช้อาหารอยู่ในระดับดีมากทั้งก่อนและหลังการทดลอง โดยมีคะแนนรายข้ออยู่ในระดับดีมากไม่มีการเปลี่ยนแปลงหลังการทดลอง

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 3 เรื่องการออกกำลังกายเปลี่ยนจากระดับปานกลางเป็นระดับดีมากหลังการทดลอง คะแนนรายข้อมีการเปลี่ยนแปลงเรื่องพฤติกรรมออกกำลังกายวันละ 30 นาทีอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง การยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลังออกกำลังกายและการบริหารเท้าเปลี่ยนจากระดับปานกลางไปเป็นระดับดีมากและการรับประทานอาหารว่างก่อนออกกำลังกาย 30-60 นาทีเปลี่ยนจากระดับปานกลางเป็นระดับดี

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 4 เรื่องการดูแลสุขภาพทั่วไปเปลี่ยนจากระดับดีเป็นระดับดีมากหลังการทดลอง คะแนนรายข้อมีการเปลี่ยนแปลงเรื่องพฤติกรรมอาบน้ำแปรงฟันวันละ 2 ครั้ง การปรึกษาแพทย์หรือพยาบาลเมื่อพบเท้าผิดปกติและไม่แช่เท้าในน้ำอุ่นหรือเอากะเปาะน้ำร้อนมาวางบนเท้าเปลี่ยนจากระดับดีไปเป็นระดับดีมาก ในส่วนพฤติกรรมการตรวจสุขภาพเท้าและการเตรียมลูกอม น้ำหวาน หรือน้ำตาลก้อนเพื่อรับประทานเมื่อมีอาการน้ำตาลในเลือดต่ำเปลี่ยนจากระดับปานกลางเป็นระดับดีมาก

คะแนนรวมรายด้านหมวดที่ 5 เรื่องการจัดการกับความเครียดเปลี่ยนจากระดับดีเป็นระดับดีมากหลังการทดลองคะแนนรายข้อทุกข้อเปลี่ยนจากระดับดีเป็นระดับดีมากยกเว้นการนอนหลับสนิทในเวลากลางคืนไม่มีการเปลี่ยนแปลง

ส่วนที่ 3 คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผู้วิจัยได้นำผลการศึกษามาวិเคราะห์และนำเสนอผลการวิเคราะห์คะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลองของผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองทั้งโดยรวมและรายด้าน โดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานได้ผลดังรายละเอียดในตารางที่ 8-10

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คุณภาพชีวิตโดยรวม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	M (ความหมาย)	SD	M (ความหมาย)	SD
กลุ่มควบคุม (n = 27)	87.59 (ปานกลาง)	11.50	87.15 (ปานกลาง)	9.80
กลุ่มทดลอง (n = 27)	89.33 (ปานกลาง)	10.61	96.30 (ดี)	8.13

จากตารางที่ 8 พบว่า ก่อนการทดลองผู้ป่วยเบาหวานทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อการทดลองเสร็จสิ้นผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคุณภาพชีวิตโดยรวมดีขึ้นเป็นระดับดี ผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมไม่มีการเปลี่ยนแปลงของระดับคุณภาพชีวิตโดยรวม

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนคุณภาพชีวิตรายด้านของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มควบคุม (n = 27)

คุณภาพชีวิตรายด้าน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	M (ความหมาย)	SD	M (ความหมาย)	SD
ด้านสุขภาพกาย	23.33 (ปานกลาง)	4.76	23.15 (ปานกลาง)	3.97
ด้านจิตใจ	20.22 (ปานกลาง)	3.11	20.11 (ปานกลาง)	2.47
ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	10.67 (ปานกลาง)	1.36	10.59 (ปานกลาง)	1.39
ด้านสิ่งแวดล้อม	27.33 (ปานกลาง)	3.11	26.85 (ปานกลาง)	2.74

จากตารางที่ 9 พบว่า คุณภาพชีวิตรายด้านของกลุ่มควบคุมทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนคุณภาพชีวิตรายด้านของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง (n = 27)

คุณภาพชีวิตรายด้าน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	M (ความหมาย)	SD	M (ความหมาย)	SD
ด้านสุขภาพกาย	23.81 (ปานกลาง)	3.09	25.63 (ปานกลาง)	3.03
ด้านจิตใจ	20.93 (ปานกลาง)	3.08	22.23 (ปานกลาง)	2.20
ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	10.70 (ปานกลาง)	1.84	11.60 (ดี)	1.05
ด้านสิ่งแวดล้อม	27.15 (ปานกลาง)	3.77	29.44 (ปานกลาง)	2.87

จากตารางที่ 10 พบว่า คุณภาพชีวิตรายด้านของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ทั้งด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับปานกลาง โดยคุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคมมีการเปลี่ยนแปลงจากระดับปานกลางเป็นระดับดีหลังการทดลอง

ส่วนที่ 4 การเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

จากการทำการศึกษาเรื่องผลลัพธ์ของการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในชุมชนโดยการสนับสนุนของครอบครัวและการมีส่วนร่วมของชุมชน นำมาวิเคราะห์และนำเสนอการเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยการหาผลต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองดังรายละเอียดในตารางที่ 11

ตารางที่ 11 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

พฤติกรรม	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง				
การควบคุมโรคเบาหวาน	M (SD)	M (SD)	d (SD)	df	t	p
						(One-Tailed)
กลุ่มทดลอง (n = 27)	75.04 (9.77)	94.33 (5.13)	19.30 (11.35)			
				52	5.75	<.01
กลุ่มควบคุม (n = 27)	79.70 (11.10)	83.48 (7.99)	3.78 (8.23)			

จากตารางที่ 11 พบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองเท่ากับ 75.04 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 9.77) กลุ่มควบคุมเท่ากับ 79.70 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 11.10) และค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานหลังการทดลองในกลุ่มทดลองเท่ากับ 94.33 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 5.13) และกลุ่มควบคุมเท่ากับ 83.48 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 7.99) แสดงให้เห็นว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานหลังการทดลองของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมสูงขึ้น

จากการเปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่าในกลุ่มทดลองมีผลต่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลอง เท่ากับ 19.30 (ส่วนเบี่ยงเบน

มาตรฐาน = 11.35) มากกว่าในกลุ่มควบคุมซึ่งมีผลต่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลอง เท่ากับ 3.78 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 8.23) เมื่อนำมาทดสอบความแตกต่างโดยใช้สถิติที พบว่าผลต่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = -5.75$, $df = 52$, $p < .01$)

ส่วนที่ 5 การเปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

จากการทำการศึกษารื่องผลลัพธ์ของการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในชุมชนโดยการสนับสนุนของครอบครัวและการมีส่วนร่วมของชุมชน นำมาวิเคราะห์และนำเสนอผลการเปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยการหาผลต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ดังรายละเอียดในตารางที่ 12

ตารางที่ 12 เปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คะแนน	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง				
คุณภาพชีวิต	M (SD)	M (SD)	$\bar{d}$ (SD)	df	t	p
						(One-Tailed)
กลุ่มทดลอง (n = 27)	89.33 (10.61)	96.30 (8.13)	6.96 (7.32)			
				52	3.66	.001
กลุ่มควบคุม (n = 27)	87.59 (11.49)	87.15 (9.79)	-0.44 (7.53)			

จากตารางที่ 12 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองเท่ากับ 89.33 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 10.61) กลุ่มควบคุมเท่ากับ 87.59 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 11.49) และค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตหลังการทดลองในกลุ่มทดลองเท่ากับ 96.30 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 8.13) กลุ่มควบคุมเท่ากับ 87.15 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 9.79) แสดงให้เห็นว่าค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงขึ้น

จากการเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่าในกลุ่มทดลองมีผลต่างค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลอง เท่ากับ 6.96 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 7.32) มากกว่าในกลุ่มควบคุม

ซึ่งมีผลต่างค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลอง เท่ากับ -0.44 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 7.53) เมื่อนำมาหาความแตกต่างโดยใช้สถิติที พบว่าผลต่างค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 3.66$, $df = 52$, $p = .001$)

ส่วนที่ 6 การเปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

จากการทำการศึกษาเรื่องผลลัพธ์ของการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในชุมชนโดยการสนับสนุนของครอบครัวและการมีส่วนร่วมของชุมชน นำมาวิเคราะห์และนำเสนอการเปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ของผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยการหาผลต่างของค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนและหลังการทดลอง ดังรายละเอียดในตารางที่ 13

ตารางที่ 13 การเปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ระดับ HbA1c	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง				
	M (SD)	M (SD)	$\bar{d}$ (SD)	df	t	p
						(One-Tailed)
กลุ่มทดลอง (n = 27)	9.48 (2.59)	8.49 (1.51)	0.99 (1.75)			
				52	1.76	.004
กลุ่มควบคุม (n = 27)	8.39 (1.44)	8.11 (1.95)	0.28 (1.11)			

จากตารางที่ 13 พบว่า ค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองเท่ากับ 9.48 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 2.59) กลุ่มควบคุมเท่ากับ 8.39 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.44) และค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c หลังการทดลองในกลุ่มทดลองเท่ากับ 8.49 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.51) และกลุ่มควบคุมเท่ากับ 8.11 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.95) แสดงให้เห็นว่าค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c หลังการทดลองของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมลดลง

จากการเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่าในกลุ่มทดลองมีผลต่างค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนและหลังการทดลอง เท่ากับ 0.99 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.75) มากกว่าในกลุ่มควบคุมซึ่งมีผลต่างค่าเฉลี่ยค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ก่อนและหลังการทดลองเท่ากับ 0.28 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

= 1.11) เมื่อนำมาหาความแตกต่างโดยใช้สถิติที่พบว่าผลต่างค่าเฉลี่ยระดับ HbA1c ของกลุ่มทดลองลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 1.76$, $df = 52$, $p = .004$)

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University