

ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร
และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง

สิริลักษณ์ วินิจนัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

มีนาคม 2554

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ สิริลักษณ์ วินิจชัย ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร.อาภรณ์ คีนาน)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภรภัทร เสงอุดมทรัพย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธาน
(ดร.สุวัฒนา คำสุข)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.อาภรณ์ คีนาน)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภรภัทร เสงอุดมทรัพย์)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์)

คณะพยาบาลศาสตร์ อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์)

วันที่ เดือน พ.ศ. 2554

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์ ระดับบัณฑิตศึกษา

จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ประจำภาคปลาย ปีการศึกษา 2552

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความมุ่งมั่นของผู้วิจัย ได้รับกำลังใจและความกรุณาอย่างสูงจาก รองศาสตราจารย์ ดร.อาภรณ์ ดินาน อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภรภัทร เสงอุดมทรัพย์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำแนวทางที่ต้องด้วยความละเอียดถี่ถ้วน และเอาใจใส่ด้วยดีเสมอมา ขอขอบพระคุณ ดร.สุวัฒนา คำสุข ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกที่กรุณาให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ และขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลเมืองชะเชิงเทรา จังหวัดชะเชิงเทรา หัวหน้าฝ่ายการพยาบาล หัวหน้าหอผู้ป่วย ตลอดจนเพื่อนร่วมงานใน โรงพยาบาลทุกท่านที่กรุณาให้โอกาสช่วยเหลือและสนับสนุนให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสศึกษาต่อ ขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ที่กรุณาให้ทุนสนับสนุนบางส่วนในการวิจัย ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่กรุณาถ่ายทอดความรู้ ปลูกฝังให้มีการพัฒนาความคิดแนวทางในการพัฒนางานพยาบาล และสร้างความภาคภูมิใจในวิชาชีพพยาบาล

ท้ายที่สุดผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ และสมาชิกในครอบครัวทุกท่าน เพื่อนที่ศึกษาในสาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ รวมทั้งท่านอื่น ๆ ที่มีได้เอ่ยถึงในที่นี้ ที่ให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือมาโดยตลอดจนข้าพเจ้าสามารถทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้สำเร็จ

สิริลักษณ์ วินิจฉัย

49920897: สาขาวิชา: การพยาบาลผู้ใหญ่; พย.ม. (การพยาบาลผู้ใหญ่)

คำสำคัญ: ภาวะอ้วนลงพุง/ การรับรู้การเจ็บป่วย/ พฤติกรรมการรับประทานอาหาร/ พฤติกรรม
การออกกำลังกาย

สิริลักษณ์ วินิจฉัย: ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรม
การรับประทานอาหารและพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง
(RELATIONSHIPS BETWEEN PERCEIVED ILLNESS, EATING BEHAVIOR, AND
EXERCISE BEHAVIOR OF METABOLIC SYNDROME PATIENTS) คณะกรรมการควบคุม
วิทยานิพนธ์: อาภรณ์ ดীনาน, Ph.D., ภรภัทร เสงอุคมทรัพย์, Ph.D., 79 หน้า ปี พ.ศ. 2554.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วย
พฤติกรรมการรับประทานอาหารและพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง
กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำนวน 200 ราย ที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอก
โรงพยาบาลเมืองฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา เก็บข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคม ถึงเดือน
กรกฎาคม พ.ศ. 2553 โดยใช้แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป แบบสัมภาษณ์การรับรู้การเจ็บป่วย
แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการรับประทานอาหารเฉพาะโรค และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการ
ออกกำลังกาย วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
และค่าความสัมพันธ์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างมีระดับการรับรู้การเจ็บป่วยอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 40.84$, $SD = 6.97$) มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารเฉพาะโรคอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 59.10$, $SD = 7.96$) และมีพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 17.00$, $SD = 5.93$)
2. การรับรู้การเจ็บป่วยมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการรับประทานอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.141$, $p < .05$) แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วยกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย ($r = .080$, $p > .05$)

จากผลการศึกษานี้ พยาบาลควรส่งเสริมให้ผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง มีการรับรู้
การเจ็บป่วยของภาวะอ้วนลงพุง การจัดการภาวะอ้วนลงพุง รวมทั้งควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่
เกี่ยวข้องกับการจัดการภาวะอ้วนลงพุงซ้ำ โดยเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างให้มากขึ้น

49920897: MAJOR: ADULT NURSING; M.S.N. (ADULT NURSING)

KEYWORD: METABOLIC SYNDROME/ PERCEIVED ILLNESS / EATING BEHAVIOR /
EXERCISE BEHAVIOR

SIRILUX WINIJCHAI: RELATIONSHIPS BETWEEN PERCEIVED ILLNESS,
EATING BEHAVIOR, AND EXERCISE BEHAVIOR OF METABOLIC SYNDROME
PATIENTS. ADVISORY COMMITTEE: APORN DEENAN, Ph.D., PORNPAT
HENGUDOMSUB, Ph.D., 79 P. 2010.

The purpose of this research was to study relationships between perceived illness, eating behavior, and exercise behavior of metabolic syndrome patients (MS patients). A sample of 200 MS patients at out patient department of Chachoengsao Hospital was recruited. Data were collected from May, 2010 through July, 2010 by interviewing questionnaires including demographic data, perceived illness of metabolic syndrome, eating behavior, and exercise behavior. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's correlation coefficients.

The results were as follow:

1. The level of perceived illness, eating behavior, and exercise behavior were at a moderate with the mean of 40.84, ($SD = 6.97$), 59.10, ($SD = 7.96$), and 17.00, ($SD = 5.93$) respectively.

2. Perceived illness was significantly negative related to eating behavior ($r = -.141$, $p < .05$); however, no significant relationship between perceived illness and exercise behavior ($r = .080$, $p > .05$) was found.

From the results of this study, nurses should promote perceived illness of MS and its management. Further research should be conducted in a larger sample size to investigate factors related to management MS in people with metabolic syndrome.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
คำถามการวิจัย.....	4
สมมติฐานการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
ภาวะฮั่นลงพุง.....	8
การรับรู้การเจ็บป่วย.....	20
พฤติกรรมการรับประทานอาหาร.....	23
พฤติกรรมการออกกำลังกาย.....	30
3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	37
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	37
เครื่องมือในการวิจัย.....	38
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	40

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	41
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	42
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
4 ผลการวิจัย.....	43
ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล.....	44
ส่วนที่ 2 การรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมรับประทานอาหาร และพฤติกรรม การออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง.....	48
ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรม การรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วย ที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง.....	51
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	52
สรุปผลการวิจัย.....	52
การอภิปรายผล.....	53
ข้อเสนอแนะ.....	57
ข้อจำกัดของการวิจัย.....	57
บรรณานุกรม.....	58
ภาคผนวก.....	65
ภาคผนวก ก	66
ภาคผนวก ข	68
ภาคผนวก ค	70
ภาคผนวก ง	72
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	79

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1	สรุปเกณฑ์การวินิจฉัยผู้ป่วยที่มีภาวะอ้วนลงพุง..... 10
2	การเลือกรับประทานอาหารตามโซนสี..... 25
3	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์ อ้วนลงพุงจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส ศาสนา ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ของครอบครัว น้ำหนัก ส่วนสูง เส้นรอบเอว ค่าดัชนีมวลกาย โรคประจำตัวค่าความดันโลหิต ระดับไขมันในเลือด ระดับน้ำตาลในเลือด ความคิดเห็นต่อภาวะอ้วนลงพุง ($n=200$)..... 44
4	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำแนกตามระดับความดันโลหิต ระดับไตรกลีเซอไรด์ ระดับเอช-ดี-แอล โคเลสเตอรอล ระดับน้ำตาลในเลือด ($n=200$) 47
5	คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ การเจ็บป่วยของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำแนกตามรายข้อและโดยรวม ($n=200$)..... 48
6	คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับ พฤติกรรมการรับประทานอาหารเฉพาะโรคของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำแนกตามรายข้อและโดยรวม ($n=200$)..... 49
7	คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม การออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำแนกตามรายข้อและโดยรวม ($n=200$) 50
8	ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการออกกำลังกาย ของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง ($n=200$) 51

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
2 ความสัมพันธ์ของอาหารที่รับประทาน การเกิดพลังงานในร่างกายและ การเก็บสะสมพลังงานอยู่ในรูปของไขมัน.....	14
3 ชงโภชนาการ.....	27