

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง ดำเนินการเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนพฤษภาคม ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2553 กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง ที่มารับบริการ ณ แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลเมืองฉะเชิงเทรา จำนวน 200 ราย เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ ซึ่งประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป แบบสัมภาษณ์การรับรู้การเจ็บป่วย แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการรับประทานอาหารเฉพาะโรค และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการออกกำลังกาย ผลการวิจัยนำเสนอด้วยตารางประกอบคำบรรยายโดยแบ่งเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 การรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหารและพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง

ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง

จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส ศาสนา ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ของครอบครัว น้ำหนัก ส่วนสูง เส้นรอบเอว ค่าดัชนีมวลกาย โรคประจำตัว ค่าความดันโลหิต ระดับไขมันในเลือด ระดับน้ำตาลในเลือด ความถี่เห็นต่อภาวะอ้วนลงพุง ($n=200$)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	63	31.5
หญิง	137	68.5
อายุ ($M=49.77$, $SD=7.86$, $Min=25$, $Max=60$)		
20 – 30 ปี	5	2.5
31 – 40 ปี	20	10.0
41 – 50 ปี	72	36.0
51- 60 ปี	103	51.5
สถานภาพสมรส		
คู่	170	85.0
โสด	13	6.5
หม้าย	8	4.0
หย่าหรือแยกกันอยู่	9	4.5
ศาสนา		
พุทธ	191	95.5
คริสต์	4	2.0
อิสลาม	5	2.5

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้เรียน	9	4.5
ประถมศึกษา	130	65.0
มัธยมศึกษา	34	17.0
อนุปริญญา	6	3.0
ปริญญาตรี	16	8.0
สูงกว่าปริญญาตรี	5	2.5
อาชีพ		
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	29	14.5
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	19	9.5
เกษตรกรรม	22	11.0
รับจ้าง	106	53.0
ค้าขาย	24	12.0
รายได้ของครอบครัว ($M=10862$, $SD=11348.4$, $Min=500$, $Max=75000$)		
น้อยกว่า 5,000 บาท	91	45.5
5,000 – 10,000 บาท	70	35.0
10,001 – 15,000 บาท	10	5.0
มากกว่า 15,000 บาท	29	14.5
เส้นรอบเอว ($M=94.42$, $SD=8.97$, $Min=80$, $Max=119$)		
หญิง 80 – 90 ซม.	58	29.0
มากกว่า 90 ซม.	79	39.5
ชาย 90-100 ซม.	37	18.5
มากกว่า 100 ซม.	26	13.0

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ค่าดัชนีมวลกาย ($M=27.66$, $SD=5.12$, $Min=17.28$, $Max=51.11$)		
น้อยกว่า 18.5 กิโลกรัม/เมตร ²	2	1.0
18.5 - 24.9 กิโลกรัม/เมตร ²	59	29.5
มากกว่า 25 กิโลกรัม/เมตร ²	139	69.5
โรคประจำตัว (ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์)		
เบาหวาน	63	31.5
ความดันโลหิตสูง	14	7.0
เบาหวาน,ความดันโลหิตสูง	52	26.0
เบาหวาน,ไขมันสูง	29	14.5
เบาหวาน,ความดันโลหิตสูง,ไขมันสูง	42	21.0
ความคิดเห็นต่อภาวะอ้วนลงพุง		
ไม่มีภาวะเสี่ยง	37	18.5
ภาวะเสี่ยง	109	54.5
เป็นภาวะอ้วนลงพุง	54	27.0

จากตารางที่ 3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 68.5 อายุระหว่าง 51 - 60 ปี ร้อยละ 51.5 ($M=49.77$, $SD=7.86$) สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 85 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 95.5 มีการศึกษาในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 65 ประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 53 รายได้ของครอบครัว น้อยกว่า 5,000 บาท ร้อยละ 45.5 ($M=10862$, $SD=11348.4$) เพศหญิงมีเส้นรอบเอวมมากกว่า 90 ซม. ร้อยละ 39.5 เพศชายมีเส้นรอบเอว 90-100 ซม. ร้อยละ 18.5 ($M=94.42$, $SD=8.97$) ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 กิโลกรัม/เมตร² ร้อยละ 69.5 ($M=27.66$, $SD=5.12$) มีโรคประจำตัวเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 31.5 และกลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่ามีภาวะเสี่ยงต่อภาวะอ้วนลงพุง ร้อยละ 54.5

ตารางที่ 4 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง
จำแนกตามระดับความดันโลหิต ระดับไตรกลีเซอไรด์ ระดับเอช-ดี-แอล
โคเลสเตอรอล ระดับน้ำตาลในเลือด ($n=200$)

เกณฑ์การวินิจฉัยภาวะอ้วนลงพุง	จำนวน	ร้อยละ
ระดับความดันโลหิต		
ควบคุมได้	89	44.5
ควบคุมไม่ได้	111	55.5
ระดับไตรกลีเซอไรด์ ($M=169.96$, $SD=95.70$, $Min=48$, $Max=886$)		
≥ 150 มิลลิกรัมเดซิลิตร	113	56.5
< 150 มิลลิกรัมเดซิลิตร	87	43.5
ระดับเอช-ดี-แอล โคเลสเตอรอล ($M=51.08$, $SD=12.15$, $Min=18$, $Max=87$)		
ชาย ≤ 40 มิลลิกรัมเดซิลิตร	13	6.5
> 40 มิลลิกรัมเดซิลิตร	50	25.0
หญิง ≤ 50 มิลลิกรัมเดซิลิตร	73	36.5
> 50 มิลลิกรัมเดซิลิตร	64	32.0
ระดับน้ำตาลในเลือด ($M=153.99$, $SD=53.97$, $Min=60$, $Max=388$)		
≥ 100 มิลลิกรัมเดซิลิตร	193	96.5
< 100 มิลลิกรัมเดซิลิตร	7	3.5

จากตารางที่ 4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ควบคุมความดันโลหิตไม่ได้ ร้อยละ 55.5 ระดับไตรกลีเซอไรด์ ≥ 150 มิลลิกรัมเดซิลิตร ร้อยละ 56.5 ($M=169.96$, $SD=95.70$) ผู้ชายที่มีระดับเอช-ดี-แอล โคเลสเตอรอล ≥ 40 มิลลิกรัมเดซิลิตร ร้อยละ 25 ผู้หญิงที่มีระดับเอช-ดี-แอล โคเลสเตอรอล ≤ 50 มิลลิกรัมเดซิลิตร ร้อยละ 36.5 ($M=51.08$, $SD=12.15$) ระดับน้ำตาลในเลือด ≥ 100 มิลลิกรัมเดซิลิตร ร้อยละ 96.5

ส่วนที่ 2 การรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และพฤติกรรม การออกกำลังกายของผู้ป่วย ที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง

ตารางที่ 5 คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้
การเจ็บป่วยของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำแนกตามรายข้อและโดยรวม ($n=200$)

การรับรู้การเจ็บป่วย	Min	Max	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับ
1. รับประทานอาหารมันจัด หวานจัด	1	5	3.97	0.86	ดี
2. ไม่ออกกำลังกาย	1	5	4.00	0.86	ดี
3. อายุที่มากขึ้น	1	5	3.42	0.94	ดี
4. คัดมีแอลกอฮอล์	1	5	2.62	1.11	ปานกลาง
5. เกิดกับฉันไปตลอดชีวิต	1	5	3.09	1.05	ปานกลาง
6. อาการเสลงเรื่อย ๆ	1	5	2.98	0.88	ปานกลาง
7. เกิดโรคเรื้อรังอื่น ๆ	1	5	4.12	0.85	ดี
8. รู้สึกท้อแท้หมดหวัง	1	5	2.59	1.07	ปานกลาง
9. วิดกกังวลเกี่ยวกับอนาคตของครอบครัว	1	5	2.66	1.06	ปานกลาง
10. หมดความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน	1	5	2.41	1.08	ปานกลาง
11. ควบคุมอาหารทอด, มัน, หวาน	1	5	3.59	1.00	ปานกลาง
12. ทำให้เสียเงินในการรักษา	1	5	2.51	1.14	ปานกลาง
13. ขาดความมั่นใจในตนเอง	1	5	2.72	1.21	ปานกลาง
14. รู้สึกอายรูปร่าง	1	5	2.67	1.21	ปานกลาง
โดยรวม	21.07	59.36	40.84	6.97	ปานกลาง

จากตารางที่ 5 พบว่า การรับรู้การเจ็บป่วยของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุงโดยรวม อยู่ใน
ระดับปานกลาง ($M = 40.84$, $SD = 6.97$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การรับรู้การเจ็บป่วยของ
ผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุงอยู่ในระดับดี คือ ภาวะอ้วนลงพุงทำให้เกิดโรคเรื้อรัง ($M = 4.12$, $SD =$
 0.85) ภาวะอ้วนลงพุงเกิดจากการไม่ออกกำลังกาย ($M = 4.00$, $SD = 0.86$) ภาวะอ้วนลงพุงมีสาเหตุ
จากการกินอาหารที่มันจัด หวานจัด ($M = 3.97$, $SD = 0.86$) ภาวะอ้วนลงพุงเกิดขึ้นตามอายุที่มากขึ้น
($M = 3.42$, $SD = 0.94$) ส่วนข้อคำถามอื่น ๆ อยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 6 คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม
การรับประทานอาหารเฉพาะโรคของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำแนกตามรายข้อ
และโดยรวม ($n=200$)

พฤติกรรมการรับประทานอาหารเฉพาะโรค	Min	Max	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับ
1. เลือกซื้อเนื้อสัตว์ ประเภทเนื้อติดมัน	1	5	2.20	1.12	ดี
2. เลือกซื้อของหวานที่มีส่วนผสมของกะทิ	1	5	2.29	1.06	ดี
3. ใช้กะทิปรุงอาหาร	1	5	2.24	0.86	ดี
4. หมักเนื้อสัตว์ ก่อนปรุงอาหาร	1	5	2.58	1.22	ปานกลาง
5. ใช้กะปิ น้ำปลา เต้าเจี้ยว ชุปก่อน ปรุงอาหาร	1	5	3.57	1.26	ปานกลาง
6. ดื่มน้ำอัดลม	1	5	2.23	1.30	ดี
7. รับประทานอาหารขนมปัง ขนมเค้ก หรือคุกกี้	1	5	2.19	1.05	ดี
8. ดื่มนมที่มีรสหวาน หรือนมเปรี้ยว	1	5	1.97	1.02	ดี
9. รับประทานอาหารปลา ร้า ปลาเค็ม ปลาสาม	1	5	2.37	1.00	ปานกลาง
10. รับประทานอาหารไส้กรอก กุนเชียง หมูหยอง	1	5	2.01	0.88	ดี
11. รับประทานอาหารเครื่องในสัตว์ ไช้แดง กุ้ง	1	5	2.35	0.96	ปานกลาง
12. รับประทานอาหารข้าวขาหมู ข้าวมันไก่	1	5	2.19	1.07	ดี
13. รับประทานอาหารกระป๋อง	1	5	2.14	0.85	ดี
14. รับประทานอาหารผลไม้รสหวาน	1	5	2.29	1.04	ดี
15. รับประทานอาหารประเภทผัด หรือทอด	1	5	2.61	1.03	ปานกลาง
16. รับประทานอาหารขนมขบเคี้ยวสำเร็จรูป	1	5	1.94	0.96	ดี
17. รับประทานอาหารปรุงสำเร็จ	1	5	2.55	1.40	ปานกลาง
โดยรวม	41.12	75.24	59.10	7.96	ปานกลาง

จากตารางที่ 6 พบว่า พฤติกรรมการรับประทานอาหารเฉพาะโรคของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุงโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 59.10, SD = 7.96$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พฤติกรรมการรับประทานอาหารเฉพาะโรคอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ใช้กะปิ น้ำปลา เต้าเจี้ยว ชุปก่อน ปรุงอาหาร ($M = 3.57, SD = 1.26$) รับประทานอาหารประเภทผัด หรือทอด ($M = 2.61, SD = 1.03$) หมักเนื้อสัตว์ ก่อนปรุงอาหาร ($M = 2.58, SD = 1.22$) รับประทานอาหารปรุงสำเร็จ

($M = 2.55$, $SD = 1.40$) รับประทานปลา ร้า ปลาเค็ม ปลาสิ้ม ($M = 2.37$, $SD = 1.00$) รับประทาน
เครื่องในสัตว์ ไช้แดง กุ้ง ($M = 2.35$, $SD = 0.96$) ส่วนข้อคำถามอื่น ๆ อยู่ในระดับดี

ตารางที่ 7 คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม
การออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง จำแนกตามรายข้อและโดยรวม
($n=200$)

พฤติกรรมการออกกำลังกาย	Mim	Max	M	SD	ระดับ
1. ปรีกษาแพทย์ก่อนออกกำลังกาย	1	4	2.48	1.09	ปานกลาง
2. ประเมินความพร้อมก่อนออกกำลังกาย	1	4	2.22	1.18	ปานกลาง
3.อบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกาย	1	4	2.30	1.23	ปานกลาง
4. ออกกำลังกายติดต่อกันอย่างน้อย 10-30 นาที	1	4	2.66	1.19	ปานกลาง
5. สังเกตความผิดปกติระหว่างออกกำลังกาย	1	4	2.59	1.22	ปานกลาง
6. หยุดออกกำลังกายเมื่อมีอาการหน้ามืด ใจสั่น	1	4	2.27	1.18	ปานกลาง
7. สังเกตอาการผิดปกติหลังการออกกำลังกาย	1	4	2.51	1.19	ปานกลาง
โดยรวม	7.00	28.00	17.00	5.93	ปานกลาง

จากตารางที่ 7 พบว่า พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุงจำแนก
โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 17.00$, $SD = 5.93$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า พฤติกรรม
การออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง

ส่วนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง

ตารางที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการรับรู้การเจ็บป่วย พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์อ้วนลงพุง ($n=200$)

ตัวแปร	การรับรู้การเจ็บป่วย	p-value
พฤติกรรมการรับประทานอาหาร	-.141	.046
พฤติกรรมการออกกำลังกาย	.080	.259

จากตารางที่ 8 การวิเคราะห์ข้อตกลงเบื้องต้นในการใช้สถิติของ Pearson's Correlation พบว่า ตัวแปรมีการแจกแจงแบบปกติ ดังนั้นจึงทำการวิเคราะห์โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficients) ซึ่งจากผลการวิเคราะห์ พบว่า การรับรู้การเจ็บป่วยมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการรับประทานอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.141, p < .05$) ส่วนการรับรู้การเจ็บป่วยไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย ($r = .080, p > .05$)