

การศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการ  
ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

Study the level of food consumption behavior of patients. Diabetes services at Mamang Song  
Ton Sub-district Health Promotion Hospital , Mueang District, Nakhon Si Thammarat Province

วิชาญ แสงสุขวาว<sup>1</sup> อมฤทธิ์ จันทนลาซ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>สาขาการบัญชี <sup>2</sup>สาขาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ คณะบริหารศาสตร์ มหาวิทยาลัยเฉลิมกาญจนา

99 หมู่ 6 ต.โพธิ์ อ.เมือง จ.ศรีสะเกษ 33000

\*E-mail: kruvon\_49@hotmail.com

**บทคัดย่อ**

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานที่มารับบริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช จำนวน 88 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้สถิติค่าไคสแควร์ (Chi Square)

ผลการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุอยู่ในช่วง 50-59 ปี ส่วนใหญ่ นับถือศาสนาพุทธ มีสถานภาพสมรส มีระดับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา ส่วนใหญ่ ประกอบอาชีพเกษตรกร รายได้ของบุคคลต่อเดือนอยู่ในช่วงน้อยกว่า 5,000 บาท การได้รับ ข้อมูลข่าวสารการส่งเสริมสุขภาพโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริม สุขภาพโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง และมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี ผลการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารการส่งเสริมสุขภาพจากสื่อเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข และสื่ออาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านต่างกัน มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) และการได้รับข้อมูลข่าวสารการส่งเสริมสุขภาพ จาก สื่อโทรทัศน์ สื่อวิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออินเทอร์เน็ต และสื่อบุคคลในครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กัน ( $p > 0.05$ )และปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ พบว่า ไม่มี ความสัมพันธ์กัน ( $p > 0.05$ )

**คำสำคัญ:** พฤติกรรมการบริโภคอาหาร , ผู้ป่วยโรคเบาหวาน

**Abstract**

This research aimed to study the level of food consumption behavior of patients. Diabetes services at Mamang Song Ton Sub-district Health Promotion Hospital , Mueang District, Nakhon Si Thammarat Province The samples were diabetic patients. Who received services in district hospitals, health sub-two mango trees Muang district of Nakhon Si Thammarat. 88 people. The tools used for collecting data are questionnaires. The statistics used for data analysis are Percentage, Average , The standard deviation (SD) using the chi-square statistics (Chi Square).

The results showed that most of the samples were female. Aged 50-59 years, mostly Buddhists Have marital status There is a level of education at the elementary level. Most are agricultural workers. The income of a person per month is in the range of less than 5,000 baht. The overall health promotion information is at a moderate level. Have knowledge about promotion Overall health is at a high level. And health promoting behaviors overall good level study factors associated with the received information from the media, health promotion, public health officials and the media for the village health volunteers as well. Have health promoting behaviors Correlated with statistical significance ( $p < 0.05$ ) and receiving health promotion information from television, radio, print media Internet media And family

media There was no relationship ( $p > 0.05$ ) and knowledge about health promotion was found that there was no relationship ( $p > 0.05$ ).

**Keywords :** dietary behavior, diabetic patients

## 1. บทนำ

โรคเบาหวานเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประชากรในประเทศไทย พิจารณาด้านความรุนแรงของโรคเบาหวานแล้ว พบว่าโรคนี้เป็นปัญหาที่คุกคามชีวิต คนไทยในระดับต้น ๆ กล่าวคือ คนไทยเสียชีวิตด้วยโรคเบาหวานสูงขึ้น โดยมีอัตราการตาย 7.9 - 11.8 ต่อประชากรแสนคน นอกจากนี้ยังมีโรคแทรกซ้อน เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ จอ ตาเสื่อม ระบบประสาทเสื่อม และโรคหลอดเลือด สาเหตุของการเกิดภาวะแทรกซ้อน เป็นผลจากการที่ร่างกายมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงหรือต่ำกว่าปกติ อันเนื่องมาจากความไม่สมดุล ระหว่างความต้องการอินซูลินกับการสร้าง หรือการใช้ของร่างกาย ซึ่งเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ทำให้วิถีการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการบริโภคอาหารเปลี่ยนแปลงไป เป็นต้น จากการระบาดของวิทยาของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง พบว่า สาเหตุหลักของโรคส่วนใหญ่ร้อยละ 90 เกิดจากพฤติกรรม อาทิ ขาดการออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่ไม่คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ ความเครียด อาจจะทำให้มีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยเป็นโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือด โรคไขมัน และโรคอ้วน เป็นต้น (สำนักงานโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข, 2558)

สำหรับประเทศไทยข้อมูลจากสำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข พบว่า มีผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวานพบคนไทยนอนรักษาตัวที่โรงพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุขด้วย โรคเบาหวานเพิ่มขึ้น 4.01 เท่า เฉพาะปี พ.ศ. 2554 และจากการสำรวจสถานะสุขภาพอนามัยของคน ไทย 15 ปีขึ้นไป พบความชุกของการเกิดโรคเบาหวานไม่มีความแตกต่างกัน อยู่ที่ร้อยละ 6.9 ซึ่งประมาณได้ว่าคนไทยวัย 15 ปีขึ้นไป ประมาณ 3.64 ล้านคน กำลังเผชิญกับโรคเบาหวานเนื่องจากผู้ ที่เป็นโรคเบาหวานบางรายยังไม่ทราบว่าตนเป็นโรคเบาหวานจึงไม่ได้ดูแลตนเองให้ระดับน้ำตาลใน เลือดอยู่ในเกณฑ์ ซึ่งการที่น้ำตาลในเลือดสูงเป็นระยะเวลาานานจะส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่อ เท้า ไต ตา ระบบประสาท หัวใจ และหลอดเลือด ทำให้เกิดอาการป่วย และตายก่อนวัยอันควร

(สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข, 2554)

จากการสำรวจข้อมูลในจังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า จำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้น ทุกปีจากอัตรา 712.32, 840.26, 1128.73 ต่อแสนประชากร ในปี 2554, 2555, 2556 ตามลำดับพบ ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานจากสถิติอัตราการเกิดโรคจะเห็นได้ว่าผู้ป่วยโรคเบาหวานมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ส่งผลให้เกิดปัญหาทางสาธารณสุข (สำนักงานนโยบาย และยุทธศาสตร์ สำนักปลัดกระทรวงสาธารณสุข ผู้ป่วยในกลุ่ม 75 กลุ่มโรค, 2556)

จากการสำรวจข้อมูลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช เพิ่มขึ้นทุกปีจากอัตรา 107,114,121 ต่อประชากรแสนคน ในปี พ.ศ. 2556, 2557, 2558 ตามลำดับ พบผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานต่อแสนประชากรในเขตรับผิดชอบทั้งหมด 6 หมู่บ้านพบว่าโรคเบาหวานทั้งหมด 115 คน จากสถิติอัตราการเกิดโรคจะเห็นได้ว่า ผู้ป่วย โรคเบาหวานมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ส่งผลให้เกิดปัญหาทางสาธารณสุข ปัญหาทางด้านร่างกาย จิตใจ ครอบครัวย และสังคมของผู้ป่วย (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น, 2558)

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น และผลการศึกษาที่ผ่านมา ทำให้คณะผู้วิจัยมีความสนใจที่จะ ศึกษาเกี่ยวกับระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช และศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช เพื่อใช้เป็น แนวทางในการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนที่เป็นโรคเบาหวานต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

2.2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

### 3.ขอบเขตการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช สามารถแบ่งขอบเขตการวิจัยได้ดังนี้

#### 3.1 ด้านเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวาน และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ด้านข้อมูลส่วนบุคคลด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพที่ได้รับ และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

#### 3.2 ขอบเขตด้านประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช และกลุ่ม ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ จำนวน 88 คน

#### 3.3 ขอบเขตด้านพื้นที่

พื้นที่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษาเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 6 หมู่บ้าน คือ หมู่ 1, 2, 3, 4, 5, และ 6

### 4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส รายได้/เดือน ระดับ การศึกษา อาชีพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

4.2 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

4.3 แหล่งข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพที่ได้รับ มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภค อาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

### 5. นิยามศัพท์เฉพาะ

5.1 พฤติกรรม หมายถึงการกระทำซึ่งเป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิด ความต้องการของจิตใจที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าซึ่งอาจสังเกตได้โดยตรงหรือทางอ้อมบางลักษณะอาจสังเกตได้โดยไม่ใช้เครื่องมือช่วยเหลือต้องใช้เครื่องมือช่วย

5.2 พฤติกรรมในการบริโภคอาหาร หมายถึงเป็นการแสดงออกของบุคคลที่สังเกตไม่ได้ เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร โดยมีความสัมพันธ์กับสิ่งอื่นๆ ได้แก่ ความเชื่อในการบริโภคอาหาร เป็นความพอใจ และประสบการณ์ที่ได้รับการถ่ายทอด และสะสมกันมา

5.3 โรคเบาหวาน หมายถึง ภาวะที่ร่างกายมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าคนปกติ มีค่า มากกว่า 126 mg/dL เกิดขึ้นเนื่องจากร่างกายไม่สามารถนำน้ำตาลในเลือด ซึ่งได้จากอาหารไปใช้ได้ ตามปกติ

### 6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

6.1 ทำให้ทราบถึงระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่รับบริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

6.2 ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

6.3 ใช้เป็นแนวทางในการวางแผนการดำเนินงานเพื่อแก้ไขปัญหาโรคเบาหวานในเขต พื้นที่รับผิดชอบของ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช

### 7.วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องการศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับ บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) แบบหาความสัมพันธ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราชและเพื่อศึกษาปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานด้านการได้รับข้อมูลข่าวสาร ทางสุขภาพ และด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยมี วิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

## 7.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

7.1.1 ประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยกำหนด ผู้ป่วยโรคเบาหวานทั้งหมด 88 คน ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น, 2559)

7.1.2 กลุ่มตัวอย่าง การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช จำนวน 88 คน (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น, 2559)

7.1.3 การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับ บริการในเขตพื้นที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช จำนวน 88 คน โดยจะทำการเก็บกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

## 7.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยศึกษา แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมา กำหนดเป็นแบบสอบถามเพื่อใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย 4 ส่วน และ แบบสอบถาม โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

**ตอนที่ 1** เป็นแบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส รายได้ เดือน ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวน 6 ข้อ เป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะ เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ

**ตอนที่ 2** เป็นแบบสอบถามข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวาน โดยมีลักษณะคำถามเป็นการประเมินความรู้ จำนวน 10 ข้อ โดยผู้ตอบแบบสอบถาม เลือกตอบคำว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” เพียง 2 ตัวเลือกเท่านั้น

### เกณฑ์การให้คะแนนและประเมินผล

คำตอบใช่ ได้คะแนน 1 คะแนน

คำตอบไม่ใช่ ได้คะแนน 0 คะแนน

โดยมีเกณฑ์การวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานในภาพรวม พิจารณาตามเกณฑ์ของ (Best, 1977)

ระดับต่ำ 0.00 -0.33

ระดับปานกลาง 0.34- 0.66

ระดับสูง 0.67- 1.00

การแปลความหมายคะแนนเฉลี่ยแบบทดสอบระดับแหล่งข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพเป็น รายข้อ แบ่งเป็น 3 ระดับ

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 0.00 - 1.00 หมายถึงข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพอยู่ในระดับ

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 1.01 - 2.00 หมายถึงข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 2.01 - 3.00 หมายถึงข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพอยู่ในระดับสูง

**ตอนที่ 4** เป็นแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยตั้ง คำถามที่เป็นพฤติกรรมการบริโภคอาหาร มีจำนวน 10 ข้อ โดยมีให้เลือกตอบ 4 ตัวเลือก ดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้น 5 - 7 วัน

ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้น 3 - 4 วัน

ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้น 1 - 2 วัน

ไม่ปฏิบัติเลย หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ไม่ได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้นเลย

การวัดระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน 3 ระดับ และใช้คะแนน เฉลี่ยระหว่างคะแนนสูงสุด และคะแนนต่ำสุดมาจัดระดับ โดยใช้เกณฑ์การพิจารณาในภาพรวม ดังนี้ ( Best, 1977)

การแปลความหมายคะแนนเฉลี่ยแบบทดสอบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานในภาพรวม แบ่งเป็น 3 ระดับ

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 0.00 -1.00 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับต่ำ

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 1.01 -2.00 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 2.01 -3.00 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับสูง

การวัดระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน 3 ระดับ และใช้คะแนน เฉลี่ยระหว่างคะแนนสูงสุด และคะแนนต่ำสุดมาจัดระดับ โดยใช้เกณฑ์การพิจารณาเป็นรายข้อดังนี้ ( Best, 1977)

ระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ระดับคะแนน

ระดับต่ำ 0.00 -1.00

ระดับปานกลาง 1.01-2.00

ระดับสูง 2.01-3.00

การแปลความหมายคะแนนเฉลี่ยแบบทดสอบระดับพฤติกรรม การบริโภคอาหารของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานเป็นรายข้อ แบ่งเป็น 3 ระดับ

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 0.00 - 1.00 หมายถึงพฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับต่ำ

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 1.01 - 2.00 หมายถึงพฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 2.01 - 3.00 หมายถึงพฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่ในระดับสูง

### 7.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยมีขั้นตอนและ เงื่อนไขในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

7.3.1 ผู้วิจัยได้ติดต่อประสานงานกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช

7.3.2 ผู้วิจัยเข้าพบและแนะนำตัวต่อหัวหน้าโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสอง ต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราชผู้นำชุมชนและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเพื่อ ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการทำการวิจัยและทำหน้าที่สื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

7.3.3 ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับ บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช ในวันที่มีคลินิกผู้ป่วยโรคเบาหวานและวันบริการคลินิกทั่วไปโดยมี เงื่อนไขในการเก็บข้อมูลดังนี้ กรณีผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่มาตามวันที่มีคลินิกผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผู้วิจัยจะลง ไปเก็บข้อมูลที่บ้านผู้ป่วยด้วยตนเอง

7.3.4 ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์ครบถ้วน เพื่อใช้ใน การวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป แบบสอบถาม จากการทบทวนวรรณกรรม

### 7.4 การทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือการวิจัย

7.4.1 กำหนดขอบเขต โครงสร้างของเนื้อหาแบบสอบถาม จากการทบทวนวรรณกรรม จากตำรา งานวิจัย และเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

7.4.2 สร้างคำถามของแบบสอบถาม และกำหนดเกณฑ์ในการให้คะแนน

7.4.3 ตรวจสอบความรู้ความถูกต้องของภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา พร้อมทั้ง ภาษาในข้อความให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และนำมาแก้ไขปรับปรุงแบบสอบถามก่อนนำไปใช้

7.4.4 ทดสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับประชาชนที่มี คุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50คน ซึ่งได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามพฤติกรรม การบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานได้ค่าเท่ากับ 0.853

### 7.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาจัดระเบียบและทำการวิเคราะห์ ข้อมูล โดยใช้สถิติทางการวิจัยดังนี้

7.5.1 การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยด้านบุคคล ประกอบด้วย อายุ เพศ ศาสนา สถานภาพการ สมรส ระดับการศึกษา รายได้ของบุคคลต่อเดือน และอาชีพโดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage)

7.5.2 การวิเคราะห์ระดับการได้รับข้อมูลข่าวสารการส่งเสริมสุขภาพ วิเคราะห์โดยใช้ค่า ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation; S.D.)

7.5.3 การวิเคราะห์ระดับความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม การบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวาน วิเคราะห์โดยใช้ ค่าร้อยละ (Percentage)ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (Standard Deviation; S.D.)

7.5.4 การหาความสัมพันธ์ข้อมูลปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ของบุคคลต่อเดือนปัจจัยด้านการได้รับ ข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ และปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยใช้ค่าสถิติ ไค-สแควร์ (Chi - Square)

### 8.สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรม การบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับ บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับ บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น จำนวน 88 คนที่อาศัยอยู่ใน

พื้นที่ตำบล มะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็น แบบสอบถามวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ระดับความรู้ และระดับ พฤติกรรมได้แก่ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าร้อยละ (Percentage) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation; S.D.) และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการ บริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วง สองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช โดยใช้ค่าไคสแควร์ (Chi - Square)

### 8.1 สรุปผลการวิจัย

8.1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล จากผลการศึกษาปัจจัย ด้านบุคคลของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 88 คนพบว่ากลุ่ม ตัวอย่างเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 76.10 ช่วงอายุส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 50-59 ปี คิดเป็น ร้อยละ 65.90 สถานภาพการสมรสส่วนใหญ่มีสถานภาพ สมรสคิดเป็นร้อยละ 84.10 รายได้ส่วนใหญ่รายได้ของ บุคคลต่อเดือนอยู่ในช่วง น้อยกว่า 5,000 บาทคิดเป็นร้อย ละ 51.10 ระดับการศึกษาจบการศึกษาระดับ ประถมศึกษาคิดเป็นร้อยละ 48.90 และการประกอบ อาชีพส่วนใหญ่จะเป็นเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 63.60

8.1.2 ปัจจัยด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวาน ผล การศึกษาระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่ม ตัวอย่างที่ศึกษาในภาพรวมซึ่งจัด อยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 1.31 ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐานเท่ากับ 0.53 และเมื่อวิเคราะห์ปัจจัยด้านการ ได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพเกี่ยวกับการ บริโภคอาหาร ของผู้ป่วยโรคเบาหวาน การบริโภคอาหารของกลุ่ม ตัวอย่างจำแนกตามรายช้อ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มี ความรู้อยู่ใน ระดับปานกลาง

8.1.3 ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผลการศึกษาปัจจัยด้านความรู้ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานของ กลุ่มตัวอย่าง ในภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับสูง มีคะแนน เฉลี่ยรวม 0.69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.11 และ เมื่อวิเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม รายช้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับสูง 5.1.4 ปัจจัยด้านพฤติกรรมการบริโภค อาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานผลการศึกษาระดับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่างภาพรวมอยู่

ใน ระดับดี ค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 1.93 ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐานเท่ากับ 0.34 และเมื่อวิเคราะห์ พฤติกรรมการ บริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายช้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มี พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ใน ระดับดี

### 8.2 อภิปรายผล

จากผลการศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการ ณ โรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบลมะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช สามารถ นำเสนอผลการศึกษามา อภิปรายผลดังนี้

#### 8.2.1 ปัจจัยด้านบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภค อาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

1) เพศ จากการศึกษา พบว่า เพศกับพฤติกรร มการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานไม่ม ีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ( $p > 0.05$ ) ซึ่งไม่สอดคล้องกับ สมมติฐานที่ตั้งไว้เนื่องจาก เพศหญิงรับประทานอาหารที่มีไขมันและรับประทาน อาหารประเภท ขนมหวานมากกว่าเพศชาย พบว่า เพศ ชายกับเพศหญิงมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่สัมพันธ์ กัน เช่น การรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก เช่น หมู ทอด หนังกุ้งทอด และ การรับประทานขนม หวาน เช่น สังขยา ลอดช่อง กลัวยาววชชี เป็นประจำเสี่ยงต่อการเกิด โรคเบาหวานซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของ หนึ่งฤดี ไทร บุรี อรสา นาคพล และสุไลยา มุซอ (2555) ที่ศึกษา พฤติกรรมการดูแล ตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผู้ที่มา รับประทานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าช้าง ตำบล ช้างซ้าย อำเภอพระพรหม จังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า เพศ ไม่มีความสัมพันธ์พฤติกรรม การดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงอย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ( $p > 0.05$ )

2) ช่วงอายุ จากการศึกษาพบว่า ช่วงอายุกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานไม่ม ีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ( $p > 0.05$ ) ซึ่งไม่สอดคล้องกับ สมมติฐานที่ตั้งไว้เนื่องจากผล การศึกษา พบว่า ช่วงอายุทุกช่วงมีพฤติกรรมการบริโภค อาหาร ซึ่ง สอดคล้องกับการศึกษาของ อรสา นาคพล และสุไลยา มุซอ (2555) ที่ศึกษาพฤติกรรมการดูแล ตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผู้ที่มารับบริการ โรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าช้าง ตำบลช้าง ซ้าย อำเภอพระ พรหม จังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า อายุ ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแล ตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ( $p > 0.05$ )

3) สถานภาพการสมรส จากการศึกษา พบว่า สถานภาพการสมรสกับพฤติกรรมการบริโภค อาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ( $p > 0.05$ ) ซึ่ง ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากผลการศึกษาพบว่า สถานภาพสมรส โสด หย่าร้าง และแยกกันอยู่ ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับวิจัยของอัสมา ก โคลีโคลี รอปีอะห์ ดอเลาะ และ อัม รัน วาเฮง (2555) ได้ ทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชน บ้าน อุเคะ หมู่ที่ 5 ตำบลกรงปินัง อำเภอกรงปินัง จังหวัดยะลา ผล การศึกษาพบว่าสถานภาพการสมรสกับพฤติกรรม การ บริโภคอาหารของประชาชนไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ( $n > 0.05$ )

4) ระดับการศึกษา จากการศึกษาพบว่า ระดับ การศึกษากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ ผู้ป่วย โรคเบาหวานมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ( $p < 0.01$  ซึ่งสอดคล้องกับ สมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากผลการศึกษา พบว่า ระดับการศึกษาในระดับต่าง ๆ มีพฤติกรรมการ บริโภคอาหารที่มีความสัมพันธ์กัน ซึ่ง สอดคล้องกับวิจัยของอามีเดห์ คีอบิงหมี, พาอีชะ สะตาปอ และฟาติละ หะซาซู (2555) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการ บริโภคอาหารของประชาชนตำบลราตา ปันยง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี ผลการศึกษาพบว่าระดับการศึกษา กับ พฤติกรรมการบริโภค อาหารของประชาชนมีความสัมพันธ์ กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ( $p < 0.05$ )

5) อาชีพ จากผลการศึกษา พบว่า ด้านอาชีพกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ( $p > 0.05$ )ซึ่งไม่ สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้เนื่องจากผล การศึกษาอาชีพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการ บริโภค อาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับวิจัยของสุภา ลักษณ์ แก้วทอง สุดารัตน์ ล้วนวนิช และเสาวรส เรืองสุข (2555) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรม ส่งเสริม สุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับ บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้าน ไม้แดง ตำบลท่าเรือ อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า ระดับการศึกษา ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ( $p > 0.05$ )

6) รายได้ของบุคคลต่อเดือน จากการศึกษา พบว่า รายได้ของบุคคลต่อเดือนกับพฤติกรรมการบริโภค อาหาร ของผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ( $p > 0.05$ ) ซึ่ง ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้เนื่องจากผลการศึกษารายได้ของบุคคลต่อเดือน ไม่มี

ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับวิจัยของ สุภาลักษณ์ แก้วทอง สุดารัตน์ ล้วนวนิช และเสาวรส เรืองสุข (2555) ได้ ทำการศึกษาปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มารับบริการ ณ โรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านไม้แดง ตำบลท่าเรือ อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า ระดับ การศึกษา ไม่มี ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วย โรคเบาหวานกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ( $p > 0.05$ )

### 8.2.2 ปัจจัยด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ

จากการศึกษาพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ( $p > 0.05$ ) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากผลการศึกษาพบว่า การได้รับ ข้อมูลข่าวสารทาง สุขภาพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ ผู้ป่วย โรคเบาหวาน ซึ่งผลการศึกษาสอดคล้องกับวิจัย ศรีณญา สิงห์มณี จิตตรา มีเต็ง (2556) ได้ ทำการศึกษา พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่มารับ บริการ ณ โรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบลเฉลิมพระ เกียรติ บ้านหัวคลองแหลม ตำบลแหลม อำเภอหัวไทร จังหวัด นครศรีธรรมราชพบว่าปัจจัยการ ได้รับข้อมูลข่าวสาร เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแล ตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ( $p > 0.05$ )

### 8.2.3 ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

จากการศึกษาพบว่า ด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภค อาหารกับพฤติกรรมการ บริโภคอาหารของผู้ป่วย โรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ( $p > 0.05$ ) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยด้านความรู้กับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กัน ผล การศึกษาสอดคล้องกับวิจัย ศรีณญา สิงห์มณีจิตตรา มีเต็ง (2556) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคเบาหวาน ที่มารับ บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริม สุขภาพตำบลเฉลิมพระเกียรติ บ้านหัวคลองแหลม ตำบล แหลม อำเภอหัวไทร จังหวัดนครศรีธรรมราชพบว่าปัจจัยการ ได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ กับพฤติกรร มการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่มีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ ( $p > 0.05$ )

## 8.3 ข้อเสนอแนะ

### 8.3.1 ข้อเสนอที่ได้จากการวิจัย

1) จากการศึกษาระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับสูงแต่ยังมีบางส่วนมีความรู้ในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่าประชาชนยังขาดความรู้ ความเข้าใจ ในด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานดังนั้น เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้ ความเข้าใจมากยิ่งขึ้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการส่งเสริมทางด้านสอนและการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่พัฒนาความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยจัดชมรมรักสุขภาพเกี่ยวกับเรื่องอาหารและโภชนาการขึ้น เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันและอนาคตได้

2) จากการศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ซึ่งมีพฤติกรรมบางส่วนที่ต้องแก้ไข ได้แก่ รับประทาน อาหารหรือขนมหวานที่ปรุงด้วยกะทิ เช่น แกงเขียวหวาน ก๋วยเตี๋ยว บัวยอด ลอดช่อง และการรับประทานอาหารประเภทอาหารรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก เช่น หมูทอด หนังไก่ทอด เป็นต้น

### 8.3.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรมีการศึกษาวิจัยถึงปัจจัยอื่นที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน เช่น ปัจจัยทางสังคมวัฒนธรรม เพื่อให้ครอบคลุมถึงพฤติกรรมการดูแลตนเอง

2) ในการศึกษาต่อไป ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือด โรคหัวใจขาดเลือด โรคไขมันในเส้นเลือดสูงที่เป็นปัญหา ทางด้านสาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติตนที่ถูกต้องและการพัฒนาสุขภาพที่ดีของผู้ป่วย

## 9. บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข กรมควบคุมโรค. (2554). **คู่มือการดูแลตนเองเบื้องต้นเรื่องเบาหวาน “รู้ทันเบาหวาน”**. กรุงเทพฯ : สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก กรมควบคุมโรค. (2547). **แนวทางการเฝ้าระวังโรคเบาหวาน ความดันโลหิต และโรคหัวใจขาดเลือด**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รับส่ง สิ้นค้าและวัสดุภัณฑ์ กรมควบคุมโรค. (2547). **คู่มือการดูแลตนเองเบื้องต้น เรื่องเบาหวานสำหรับ ผู้เสี่ยงต่อโรค**.

จุฑารัตน์ ลมอ่อน. (2548). **ผลโปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลเพ็ญ อำเภอยุทธยา จังหวัดอุดรธานี**. (วิทยานิพนธ์ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น).

เฉลิมพล ต้นสกุล. (2541). **พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข.พิมพ์ครั้งที่ 2**. กรุงเทพมหานคร, ภาควิชาสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

เทพ หิมะทองคำ. (2549). **ความรู้เรื่องโรคเบาหวานฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพฯ: วิทยพัฒน์, จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์).

นิตยาภัทรกรรม. (2542). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของประชากรวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร**. (ภาคนิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต).

นรินทร์ สังข์รักษาและคณะ. (2552). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในจังหวัดนครปฐม**. รายงานการวิจัย. นครปฐม, สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม .

บัณฑิต สร้อยจักร. (2547). **ผลของโปรแกรมการเรียนรู้ที่มีต่อพฤติกรรมการควบคุมโรคเบาหวานในผู้สูงอายุศูนย์สุขภาพชุมชนดงแคนใหญ่ อำเภอด่านช้าง จังหวัดสุพรรณบุรี**. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพฤติกรรมศาสตร์และการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2553). **การเขียนรายงานการวิจัยและวิทยานิพนธ์ (พิมพ์ครั้งที่ 10)กรุงเทพฯ: เรือนแก้ว**

บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2553). **เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย (พิมพ์ครั้งที่ 7)**. กรุงเทพฯ : ศรีอนันต์การพิมพ์

ปัทมา ท่อเจริญ. (2550). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารท้องถิ่นของผู้บริโภคในเขตเทศบาลเมืองพังงา จังหวัด พังงา, บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการตลาด, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต**



ยูวดี รอดจากภัย. (2554). แนวคิดและทฤษฎีการสร้างเสริมสุขภาพ. ชลบุรี : โรงพิมพ์บริษัทโฮโกะเพรส จำกัด . (2553). การเขียนรายงานการวิจัยและวิทยานิพนธ์ (พิมพ์ครั้งที่ 10) กรุงเทพฯ :

เรือนแก้ว วิถี แจ่มกระจ่าง(2541) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร,ปริญญา นิพนธ์, คณะพัฒนาสังคมสถาบันบัณฑิตพัฒนาบริหารศาสตร์

วดีนาจันทร์ศิริ (2550) การคุ้มครองและพฤติกรรมผู้บริโภคด้านอาหารและโภชนาการ, พิมพ์ครั้งที่ 2นนทบุรี, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

สมาน มานะกิจ (2539) ความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมเกี่ยวกับการจัดการมูลฝอยติดเชื้อของผู้บริหารและพนักงานของสถานพยาบาลเอกชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาค นิพนธ์พัฒนบริหารศาสตร์มหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม),กรุงเทพฯ, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ถ่ายเอกสาร

สุรางค์ ไคว์ตระกูล(2554) จิตวิทยาการศึกษา, พิมพ์ครั้งที่ 9 กรุงเทพฯ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เอกพงษ์ ณ เชียงใหม่ (2552). ผลการใช้กระบวนการกลุ่มต่อความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมของผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ณ หน่วยบริการปฐมภูมิห้วยแหวน จังหวัดลา พูน วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ บัณฑิตวิทยาลัย , มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2553). การเขียนรายงานการวิจัยและวิทยานิพนธ์ (พิมพ์ครั้งที่ 10)กรุงเทพฯ:

เรือนแก้ว บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2553). เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย (พิมพ์ครั้งที่ 7) กรุงเทพฯ : ศรีอนันต์การพิมพ์

ปัทมา ท่อเจริญ. (2550) พฤติกรรมการบริโภคอาหารท้องถิ่นของผู้บริโภคในเขตเทศบาลเมืองพังงา จังหวัด พังงา, บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการตลาด, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวน ดุสิต

ยูวดี รอดจากภัย. (2554). แนวคิดและทฤษฎีการสร้างเสริมสุขภาพ. ชลบุรี : โรงพิมพ์บริษัทโฮโกะเพรส จำกัด . (2553). การเขียนรายงานการวิจัยและวิทยานิพนธ์ (พิมพ์ครั้งที่ 10)กรุงเทพฯ:

เรือนแก้ว วิถี แจ่มกระจ่าง(2541) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร, ปริญญา นิพนธ์ คณะพัฒนาสังคมสถาบันบัณฑิตพัฒนาบริหารศาสตร์, วดีนาจันทร์ศิริ (2550) การคุ้มครองและพฤติกรรมผู้บริโภคด้านอาหารและโภชนาการ, พิมพ์ครั้งที่ 2

นนทบุรี, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

สมาน มานะกิจ (2539) ความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมเกี่ยวกับการจัดการมูลฝอยติดเชื้อของผู้บริหารและพนักงานของสถานพยาบาลเอกชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาค นิพนธ์พัฒนบริหารศาสตร์มหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม),กรุงเทพฯ, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ถ่ายเอกสาร

สุรางค์ ไคว์ตระกูล(2554) จิตวิทยาการศึกษา, พิมพ์ครั้งที่ 9 กรุงเทพฯ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เอกพงษ์ ณ เชียงใหม่. (2552). ผลการใช้กระบวนการกลุ่มต่อความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมของผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ณ หน่วยบริการปฐมภูมิห้วยแหวน จังหวัดลา พูน วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่