

ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองต่อระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะ  
และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน

นางสาวอุทัยพรรณ รุดคง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2549

ISBN 974-14-2024-2

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF SELF-MANAGEMENT PROGRAM ON HbA<sub>1c</sub>  
AND QUALITY OF LIFE OF ELDERLY PATIENTS WITH  
DIABETES MELLITUS

Miss Uthaipan Rudkhong

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Nursing Science Program in Nursing Science

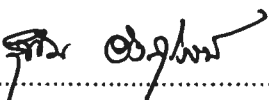
Faculty of Nursing  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2006  
ISBN 974-14-2024-2

**490314**

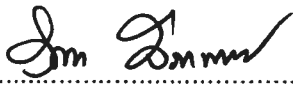
หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองต่อระดับฮีโมโกลบินที่มี  
น้ำตาลเกาะและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน  
โดย นางสาวอุทัยพรรณ รุดคง  
สาขาวิชา พยาบาลศาสตร์  
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.อ.หญิง ดร.ศิริพันธุ์ สาส์ตย์

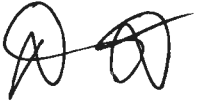
---

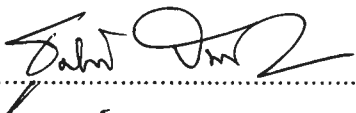
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต

  
..... คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ ร.ต.อ.หญิง ดร.ยุพิน อังสุโรจน์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
..... ประธานกรรมการ  
(ศาสตราจารย์ ดร.วีณา จีระแพทย์)

  
..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.อ.หญิง ดร.ศิริพันธุ์ สาส์ตย์)

  
..... กรรมการ  
(อาจารย์ ดร.ชูศักดิ์ ชัมภลลิขิต)

อุทัยพรรณ รุดคง : ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองต่อระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะและ  
 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน (EFFECTS OF SELF-MANAGEMENT PROGRAM  
 ON HbA<sub>1c</sub> AND QUALITY OF LIFE OF ELDERLY PATIENTS WITH DIABETES  
 MELLITUS) อ. ที่ปรึกษา : ผศ. ร.อ.หญิง ดร.ศิริพันธุ์ สาสัตย์, 160 หน้า  
 ISBN 974-14-2024-2.

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะและคุณภาพ  
 ชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวานก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการจัดการตนเองและเปรียบเทียบระดับฮีโมโกลบินที่มี  
 น้ำตาลเกาะและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวานกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการจัดการตนเองกับกลุ่มที่ได้รับการ  
 พยาบาลตามปกติ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารักษาที่คลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลควน  
 ชนุน จำนวน 40 คน โดยจับคู่ เพศ อายุ ระยะเวลาการเป็นโรค และชนิดของยาเบาหวานที่ได้รับ แล้วสุ่มด้วยการจับ  
 ฉลากแต่ละคู่เข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการจัดการตนเอง ส่วนกลุ่ม  
 ควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการจัดการตนเองและเครื่องมือที่ใช้ใน  
 การเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามคุณภาพชีวิต ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 5  
 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .88 และหาความเที่ยงได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ .88  
 เครื่องตรวจระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะสำหรับห้องปฏิบัติการ ที่ผ่านการตรวจสอบจากโรงงานผู้ผลิต ซึ่ง  
 กำหนดการตรวจสอบไว้เป็นมาตรฐานและตรวจสอบความเที่ยงตรงด้วยสารมาตรฐานที่ทราบค่า 2 ระดับทุกครั้ง  
 ก่อนนำไปใช้กับผู้ป่วย วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที่  
 ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะของผู้สูงอายุโรคเบาหวานหลังได้รับโปรแกรมการจัดการตนเองต่ำกว่าก่อน  
 ได้รับโปรแกรมการจัดการตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $\bar{x} = 7.36\%$ ,  $SD = 1.06$ )
2. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวานหลังได้รับโปรแกรมการจัดการตนเองสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการ  
 จัดการตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $\bar{x} = 134.00$ ,  $SD = 7.82$ ) คุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดีมาก
3. ระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะของผู้สูงอายุโรคเบาหวานระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการจัดการตนเองและ  
 กลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติไม่แตกต่างกันที่ระดับ .05 ( $\bar{x}_{\text{กลุ่มทดลอง}} = 7.36\%$ ,  $SD = 1.06$ ;  $\bar{x}_{\text{กลุ่มควบคุม}} = 8.15\%$ ,  
 $SD = 2.49$ )
4. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวานกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการจัดการตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการ  
 พยาบาลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $\bar{x}_{\text{กลุ่มทดลอง}} = 134.00$ ,  $SD = 7.82$ ;  $\bar{x}_{\text{กลุ่มควบคุม}} = 115.35$ ,  
 $SD = 16.37$ ) คุณภาพชีวิตของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับดีมากส่วนกลุ่มควบคุมอยู่ในระดับดี

สาขาวิชา      พยาบาลศาสตร์  
 ปีการศึกษา      2549

ลายมือชื่อผู้จัดทำ.....  
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

# # 4677636636 : MAJOR NURSING SCIENCE

KEY WORD: SELF- MANAGEMENT PROGRAM / HbA<sub>1c</sub> / QUALITY OF LIFE

UTHAIPAN RUDKHONG : EFFECTS OF SELF-MANAGEMENT PROGRAM ON HbA<sub>1c</sub> AND QUALITY OF LIFE OF ELDERLY PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS. THESIS ADVISOR : ASST.PROF.CAPT.SIRIPHUN SASAT, Ph.D., 160pp. ISBN 974-14-2024-2.

The purpose of this quasi-experimental research were 1) to compare HbA<sub>1c</sub> and quality of life of elderly patients with diabetes mellitus in the experimental group before and after received the program and 2) to compare HbA<sub>1c</sub> and quality of life of elderly patients with diabetes mellitus between the experimental group and control group. Forty elderly patients with type 2 diabetes mellitus from the Diabetes Clinic at Khuankanun Hospital were assigned into experimental and control group by using matched pair with sex, age, duration of illness, and type of medication. There were 20 patients in each group. The experimental instrument was a self-management program and was tested for validity. The instrument for collecting data was Quality of Life Questionnaire and was tested for validity with content validity index of .88 and reliability with alpha of .88 and HbA<sub>1c</sub> Automated Chemistry Analyzer was tested from producer and was tested by standard solution 2 level before patient's HbA<sub>1c</sub> testing. Data were analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation and t-test.

The major findings were as follow:

1. The HbA<sub>1c</sub> of elderly patients with diabetes mellitus after received the program was significant lower than those before received the program at level of .05. ( $\bar{x}$  = 7.36%, SD = 1.06)
2. The quality of life of elderly patients with diabetes mellitus after received the program was significant higher than those before received the program at level of .05. ( $\bar{x}$  = 134.00, SD = 7.82). Level of quality of life was very good.
3. The HbA<sub>1c</sub> of elderly patients with diabetes mellitus in experimental group and control group was not significant different at level of .05. ( $\bar{x}_{\text{experimental group}}$  = 7.36%, SD = 1.06;  $\bar{x}_{\text{control group}}$  = 8.15%, SD = 2.49)
4. The quality of life of elderly patients with diabetes mellitus in experimental group and control group was significant at level of .05. ( $\bar{x}_{\text{experimental group}}$  = 134.00, SD = 7.82;  $\bar{x}_{\text{control group}}$  = 115.35, SD = 16.37). Level of quality of life of experimental group was very good and control group was good.

Field of study	Nursing Science	Student's signature..... <i>Uthai Pan Rudkhong</i> .....
Academic year	2006	Advisor's signature..... <i>Siriphan Sasat</i> .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.อ.หญิง ดร.ศิริพันธุ์ สาส์ตย์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ คำปรึกษา ชี้แนะแนวทางที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนตลอดเวลาอันมีค่ายิ่งตรวจสอบ แก้ไขข้อบกพร่อง ต่าง ๆ ด้วยความห่วงใย เอาใจใส่ และให้กำลังใจด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณา ของอาจารย์เป็นอย่างยิ่งจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.วีณา จีระแพทย์ ประธานสอบวิทยานิพนธ์ และ อาจารย์ ดร.ชูศักดิ์ ชัมภลิจิต กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้ ข้อเสนอแนะ และ ข้อคิดเห็นต่าง ๆ ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น กราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่าน ที่ได้กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ รวมทั้ง คณาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ทุกท่านที่ประสิทธิประสาทวิชาความรู้ให้ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการ หัวหน้าพยาบาล เจ้าหน้าที่แผนกชั้นสูตรโรงพยาบาล ความชนน ทุกท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์และช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลทำให้ผู้วิจัยสามารถ ทำวิทยานิพนธ์สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ขอบพระคุณหัวหน้าพยาบาล โรงพยาบาลป่าพะยอม และ โรงพยาบาลศรีบรรพต ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการทดลองใช้เครื่องมือวิจัย

ขอกราบขอบพระคุณผู้สูงอายุทั้ง 40 ท่าน ที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยด้วยความเต็มใจ ขอบพระคุณสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่กรุณาให้ทุนสนับสนุนทุนการทำวิจัยครั้งนี้

ท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณแม่ที่เป็นแรงบันดาลใจให้ผู้วิจัยเลือกเรียนการ พยาบาล ผู้สูงอายุ ขอบคุณพี่สาว น้องชาย น้องสะใภ้ คุณนฤมล นุ้ยนุ่น คุณกัญญา เพ็งศรี เจ้าหน้าที่หอผู้ป่วยในพิเศษ ญาติพี่น้อง และกัลยาณมิตรทุกท่าน ที่ให้กำลังใจและช่วยเหลือ สนับสนุนในการทำวิจัยเป็นอย่างดีตลอดมา สำหรับคุณความดีและประโยชน์อันพึงมีจากงานวิจัย นี้ ผู้วิจัยขอมอบอุทิศแด่คุณพ่อ ผู้ให้ชีวิตที่ล่วงลับไปแล้ว

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ .....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญแผนภูมิ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
ปัญหาการวิจัย.....	6
แนวคิดเหตุผลและสมมติฐานของการวิจัย .....	6
ขอบเขตของการศึกษาวิจัย .....	10
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย .....	10
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	13
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	14
โรคเบาหวานในผู้สูงอายุ.....	15
ความรู้และแนวคิดเกี่ยวกับการสูงอายุ.....	27
แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ.....	33
แนวคิดการจัดการตนเองและการกำกับตนเอง .....	40
การให้ความรู้ การเยี่ยมบ้าน และการใช้โทรศัพท์ติดตาม .....	44
บทบาทของพยาบาลในการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน .....	47
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	50
โปรแกรมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน.....	52
กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	55

	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	56
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	56
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	58
การดำเนินการทดลอง.....	68
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	76
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	77
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	91
สรุปผลการวิจัย.....	94
การอภิปรายผลการวิจัย.....	94
ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย.....	104
รายการอ้างอิง.....	107
ภาคผนวก.....	120
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	121
ภาคผนวก ข การวิเคราะห์คุณภาพชีวิตรายข้อ.....	123
การเปรียบเทียบระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะรายบุคคล	
การจับคู่กลุ่มตัวอย่าง	
ระดับน้ำตาลในเลือดของกลุ่มตัวอย่าง	
ผลการปฏิบัติเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	
ผลการทดสอบการแจกแจงของข้อมูล	
ภาคผนวก ค ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	133
ภาคผนวก ง ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล.....	137
ภาคผนวก จ ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง.....	141
ภาคผนวก ฉ ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้กำกับการทดลอง.....	148
ภาคผนวก ช ผลการประเมินเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	154



	หน้า
ภาคผนวก ข หนังสือแจ้งผลการพิจารณาจริยธรรม.....	157
หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูล	
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	160

## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงเกณฑ์การวินิจฉัยโรคเบาหวาน.....	18
2 แสดงเป้าหมายการควบคุมโรคเบาหวาน.....	26
3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาการเป็นโรค รายได้ ผู้ดูแล และโรคร่วม.....	80
4 แสดงค่าเฉลี่ยระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	83
5 แสดงค่าเฉลี่ยของคะแนนคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	84
6 แสดงการเปรียบเทียบระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	85
7 แสดงการเปรียบเทียบระดับฮีโมโกลบินที่มีน้ำตาลเกาะและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม .....	86
8 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง จำแนกตามรายด้านและโดยรวม.....	87
9 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุมจำแนกตามรายด้านและโดยรวม.....	89

## สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ	หน้า
1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรม และสิ่งแวดล้อม.....	41
2 แสดงขั้นตอนการดำเนินการทดลอง.....	78