

ชื่อผลงานวิจัย R2R “การดูแลผู้ป่วยเบาหวานเพื่อให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ในเดือนรอมฎอน”

เขตพื้นที่รับผิดชอบ ของ รพ.สต.เขาขาว อำเภอละงู จังหวัดสตูล

บทคัดย่อ:

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว สถานที่บริการใกล้บ้านใกล้ใจ ได้รับความดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานไว้จำนวนหนึ่ง ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นผู้ป่วยที่สามารถคุมสภาวะของโรคได้ดี จากบริบทของพื้นที่ที่ประชาชนส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม จากผลการเก็บข้อมูล จะเห็นได้อย่างชัดเจนว่ามีช่วงเวลาหนึ่งที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานจะมีอัตราการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้น้อย ซึ่งสัมพันธ์กับปฏิทินชุมชนที่เป็นเดือนรอมฎอน **วัตถุประสงค์** เพื่อพัฒนาระบบบริการและแก้ไขปัญหาการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้น้อยในเดือนรอมฎอนของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่อยู่ภายใต้การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว **กลุ่มเป้าหมาย** ผู้ป่วยโรคเบาหวานในความดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว จำนวน 19 คน

การดำเนินการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว ได้ทดลองแก้ปัญหาโดยการจัดกิจกรรมกลุ่มก่อนเข้าสู่เดือนรอมฎอน เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ โดยกิจกรรมประกอบไปด้วย 1.ชี้แจงคุณสมบัติของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่สามารถถือศีลอดได้(ต้องเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภท 2 , ในรอบ3 เดือนที่ผ่านมา สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ , ต้องมีความสามารถในการถือศีลอดได้) 2. การบริหารยา ปรับยาผู้ป่วยโรคเบาหวานที่จะถือศีลอด 3.การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหาร ลดหวาน 4.ภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นจากการถือศีลอดและแนวทางแก้ไข 5.ภาวะแทรกซ้อนที่อาจจะตามมาจากการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ **ผลที่ได้รับ** 1.เกิดรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในเดือนรอมฎอน เพื่อใช้ในปียต่อไป 2.ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ร้อยละ 42.85 **ข้อเสนอแนะ** ต้องมีการดำเนินการจัดกิจกรรมก่อนเข้าสู่เดือนรอมฎอน 1 สัปดาห์

วิชумаศ ปือราเฮง*

อารญา ชูโชติ**

ภัสรา หะมะ***

มาซูรี สาจิ****

วิชума พิชญ์วรกุล*****

บทนำ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว ได้รับความดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานไว้จำนวน ๓๔ คน ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นผู้ป่วยที่สามารถคุมสภาวะของโรคได้ดี ไม่มีภาวะแทรกซ้อน แต่ก็ยังมีปัญหาในเรื่องของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ ทั้งนี้วัดได้จาก ค่าระดับน้ำตาลในเลือดที่มากกว่า ๑๓๐ mg/dl และค่า HbA๑c ที่มากกว่า ๗ จากบริบทของพื้นที่ที่ประชาชนส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม จากผลการเก็บข้อมูล จะเห็นได้อย่างชัดเจนว่ามีช่วงเวลาหนึ่งที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานจะมีอัตราการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้น้อย ซึ่งสัมพันธ์กับปฏิทินชุมชนที่เป็นเดือนรอมฎอน บทบัญญัติทางศาสนากำหนดให้มีการถือศีลอด อีกทั้งในปีงบประมาณนี้ผลของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานควบคุมได้ในระดับที่น้อยกว่าเกณฑ์ คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน

*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ พยาบาลศาสตรบัณฑิต วพบ.จังหวัดนนทบุรี

**พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ พยาบาลศาสตรบัณฑิต วพบ.สงขลา

***พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ พยาบาลศาสตรบัณฑิต วพบ.ยะลา

****พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ พยาบาลศาสตรบัณฑิต วพบ.จังหวัดนนทบุรี

*****นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยทักษิณ

ทั้งหมดในอำเภอละงู ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ เพียงร้อยละ ๖.๓๑ และผู้ป่วยเบาหวานที่อยู่ในเขตตำบลเขาขาว ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ เพียงร้อยละ ๑๓.๕๕

เนื่องจากผู้ป่วยโรคเบาหวานภายใต้การดูแลโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว ยังไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนขึ้น (ตา ไต เท้า) แต่หากยังมีปัญหาในเรื่องของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ โอกาสที่ผู้ป่วยโรคเบาหวานจะมีภาวะแทรกซ้อนก็อาจเกิดขึ้นได้ ในการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานนั้น ไม่ได้มีความมุ่งหวังให้ผู้ป่วยหายจากโรค แต่มุ่งหวังให้ ผู้ป่วยเบาหวานจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีและยืนยาว หากผู้ป่วยเบาหวานควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี ภาวะแทรกซ้อนอาจจะเกิดขึ้นได้น้อยลง และหากเป็นการมีส่วนร่วมของตัวผู้ป่วยก็อาจเป็นการแก้ปัญหาที่ยั่งยืน จึงได้มีการดำเนินการ “การดูแลผู้ป่วยเบาหวานเพื่อให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ในเดือนรอมฎอน” เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานสามารถดูแลตัวเองให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

กรอบแนวคิด/ทฤษฎี/หลักการที่นำมาใช้

ผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ในเดือนรอมฎอน

วิเคราะห์สาเหตุ

พฤติกรรมมารับประทานอาหาร
แบบแผนกิจวัตรประจำวันเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมกินยาไม่ต่อเนื่อง

} ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ } เกิดภาวะแทรกซ้อน

ทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม (self-care theory)

ทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม (Orem, ๒๐๐๑) เป็นแนวคิดที่สร้างขึ้นหรือค้นพบจากความเป็นจริงเกี่ยวข้องกับการพยาบาล มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรยายอธิบายทำนายหรือกำหนดวิธีการพยาบาลเป็นทฤษฎีทางการพยาบาลที่รู้จักแพร่หลายในวิชาชีพพยาบาลและมีการนำไปใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติการพยาบาลเป็นพื้นฐานของการสร้างหลักสูตรในโรงพยาบาลบางแห่งและเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยทางการพยาบาลโอเร็มอธิบายมโนทัศน์ของการดูแลไว้ว่า “การดูแลตนเองเป็นการปฏิบัติกิจกรรมที่บุคคลริเริ่ม

และกระทำเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองในการดำรงไว้ซึ่งชีวิตสุขภาพและความเป็นอยู่อันดี” การสร้างทฤษฎีการดูแลตนเองโอเร็มใช้พื้นฐานความเชื่อที่นำมาอธิบายมโนทัศน์หลักของทฤษฎีได้แก่

๑. บุคคลเป็นผู้มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง
๒. บุคคลเป็นผู้ที่มีความสามารถและเต็มใจที่จะดูแลตนเองหรือผู้ที่อยู่ในความปกครองของตนเอง
๓. การดูแลตนเองเป็นสิ่งสำคัญและเป็นความจำเป็นในชีวิตของบุคคลเพื่อดำรงรักษาสุขภาพชีวิตการพัฒนาการและความเป็นปกติสุขของชีวิต (Well being)
๔. การดูแลตนเองเป็นกิจกรรมที่เรียนรู้และจดจำไว้ได้จากสังคมสิ่งแวดล้อม
๕. การศึกษาและวัฒนธรรมมีอิทธิพลต่อบุคคล
๖. การดูแลตนเองหรือการดูแลผู้อยู่ในความปกครองหรือผู้อื่นเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นต่อการยกย่องส่งเสริม
๗. ผู้ป่วยคนชราคนพิการหรือทารกต้องได้รับการช่วยเหลือดูแลจากบุคคลอื่นเพื่อสามารถที่จะกลับมารับผิดชอบต่อตนเองได้ตามความสามารถที่มีอยู่ขณะนั้น
๘. การพยาบาลเป็นการบริการเพื่อมนุษย์ซึ่งกระทำโดยมีเจตนาที่จะช่วยเหลือสนับสนุนบุคคลที่มีความต้องการที่ดำรงความมีสุขภาพดีในช่วงระยะเวลาหนึ่ง

ผลงานวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ ๒ ของ วรรณศรียี สิริวัฒนพรกุล , นางนุช โอบะ และ สุชาติ อินทรกำแหง ณ ราชสิมา

พฤติกรรมกรรมการควบคุมอาหาร พฤติกรรมการควบคุมอาหารกับระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งกล่าวว่า การรับประทานอาหารที่ถูกต้องทำให้สามารถควบคุมเบาหวานได้ดี

พฤติกรรมกรรมการออกกำลังกาย คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ได้แก่ การออกกำลังกาย การกินอาหารที่ถูกต้อง การนอนหลับผู้ป่วยมีค่าเฉลี่ยของระดับน้ำตาลในเลือดที่ลดลงและไม่เกิน ๑๓๐ mg%

พฤติกรรมกรรมการใช้ยา ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการใช้ยาโดยรวมของผู้ป่วยอยู่ในระดับดี แต่ยังมีบางข้อที่มีค่าเฉลี่ยในระดับปานกลาง ได้แก่ รับประทานยาอย่างเดี่ยวโดยไม่ได้ออกกำลังกาย หรือไม่มีการควบคุมอาหาร ถึงแม้ว่าจะพบว่า พฤติกรรมการใช้ยาในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ ๒ ของงานวิจัยนี้อยู่ในระดับดี แต่มีค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือดสูงมาก จึงควรหาสาเหตุที่แท้จริงต่อไป

แรงสนับสนุนของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับน้ำตาลในเลือดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การได้รับบริการ การจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดและฮีโมโกลบินเอวันซีของผู้ป่วยเบาหวานลดลง (เผยแพร่ใน วารสารพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๒ ก.ค.- ธ.ค. ๒๕๕๐)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อพัฒนาระบบบริการและแก้ไขปัญหาการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้น้อยในเดือนรอมฎอนของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่อยู่ภายใต้การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว
๒. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานในความดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาวควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ทั้งก่อน ขณะ และหลัง เดือนรอมฎอน อย่างน้อยร้อยละ ๔๐

วิธีการดำเนินงาน

จากการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพในช่วงเดือนรอมฎอน พฤติกรรมของผู้ป่วยเบาหวานเปลี่ยนแปลงไปคือ

๑. พฤติกรรมการกินยา ไม่ได้รับประทานยาตามแพทย์สั่ง
๒. พฤติกรรมการรับประทานอาหาร เน้นรับประทานอาหารหวานเป็นหลักในการละศีลอด
๓. แบบแผนกิจกรรมประจำวัน ช่วงกลางวันจะลดการทำกิจกรรมประจำวันลง
- ก. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว ได้แก่ปัญหาโดยการจัดกิจกรรมกลุ่มก่อนเข้าสู่เดือนรอมฎอน ๑ สัปดาห์ เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ โดยกิจกรรมประกอบไปด้วย

๑.ชี้แจงคุณสมบัติของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่สามารถถือศีลอดได้

๑.๑ ต้องเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานประเภท ๒

๑.๒ ในรอบ ๓ เดือนที่ผ่านมา สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ หากระดับน้ำตาลในเลือดไม่สามารถควบคุมได้อาจจะเกิดภาวะแทรกซ้อนขณะถือศีลอดได้

๑.๓ ต้องมีความสามารถในการถือศีลอดได้ โดย ซูเราะห์ อัลบะกอเราะฮ์ โองการที่ ๑๘๔ . “วันต่าง ๆ ที่ถูกกำหนดไว้ (ต้องถือศีลอด) ผู้ใดในหมู่สุเจ้าป่วย หรืออยู่ระหว่างเดินทาง ก็ให้ถือศีลอดในวันอื่น (ชดเชย) และสำหรับผู้ที่ไม่สามารถถือศีลอดได้ (เช่น คนป่วย คนชรา) ต้องชดเชยด้วยการให้อาหารแก่ผู้ขัดสน และผู้ใดสมัครใจทำความดียอมเป็นการดีกว่าสำหรับเขา และถ้าสุเจ้าถือศีลอดยิ่งดีกว่าสำหรับสุเจ้า หากสุเจ้ารู้” เป็นข้อยกเว้นให้บุคคลที่เจ็บป่วยสามารถชดเชยเป็นการให้อาหารแก่ผู้อื่นได้

๒. การบริหารยา ปรับยาผู้ป่วยโรคเบาหวานที่จะถือศีลอด เป็นไปตามหลักเกณฑ์และแนวทางการบริหารยาในเดือนรอมฎอน ของโรงพยาบาลละฮู เช่น Glipizide ๑x๒ oral ac ก็จะปรับเป็น ½-๐-๑ oral ac เป็นต้น และแนวทางในการรับประทานยาก่อนอาหารเย็น กินยาหลังจากละศีลอด แล้วไปละหมาดตอนค่ำ (มักริบ) จึงมารับประทานอาหาร

๓.การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรับประทานอาหาร ลดหวาน เน้นการบริโภคอินทผลัมตามหลักสุนนะห์ทดแทนขนมหวานและน้ำหวานต่างๆ และการส่งเสริมการทำกิจกรรมในช่วงกลางวัน เช่น ละหมาดตะราเวียะ เป็นต้น

๔.ภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นจากการถือศีลอดและแนวทางแก้ไข มีการแจกแผ่นความรู้อาการของระดับน้ำตาลในเลือดต่ำและสูง สาเหตุ และวิธีการแก้ไข พร้อมทั้งเบอร์โทรศัพท์หากมีภาวะฉุกเฉินเกิดขึ้น

๕.ภาวะแทรกซ้อนที่อาจจะตามมาจากการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ สมอง ตา ไต เท้า

๖.การตรวจระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยก่อนเข้าสู่เดือนรอมฎอน

ข. มีการตรวจระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยที่สมัครใจในเดือนรอมฎอน

ค. จัดกิจกรรมกลุ่มหลังเดือนรอมฎอน ๑ สัปดาห์ เพื่อทบทวนในตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยกิจกรรมประกอบไปด้วย

๑. การตรวจระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วย

๒. แบ่งกลุ่มทบทวนตนเอง

๒.๑ กลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้(<๑๓๐mg%)

๒.๒ กลุ่มที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ (>๑๓๐mg%)

๓. กำหนดข้อตกลงร่วมกันเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานปีถัดไป เกิดระบบบริการและแก้ไข

ปัญหาการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้น้อยในเดือนรอมฎอนของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่อยู่ภายใต้

การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว

๔. สอบถามความพึงพอใจของการจัดการระบบการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดเดือนรอมฎอน

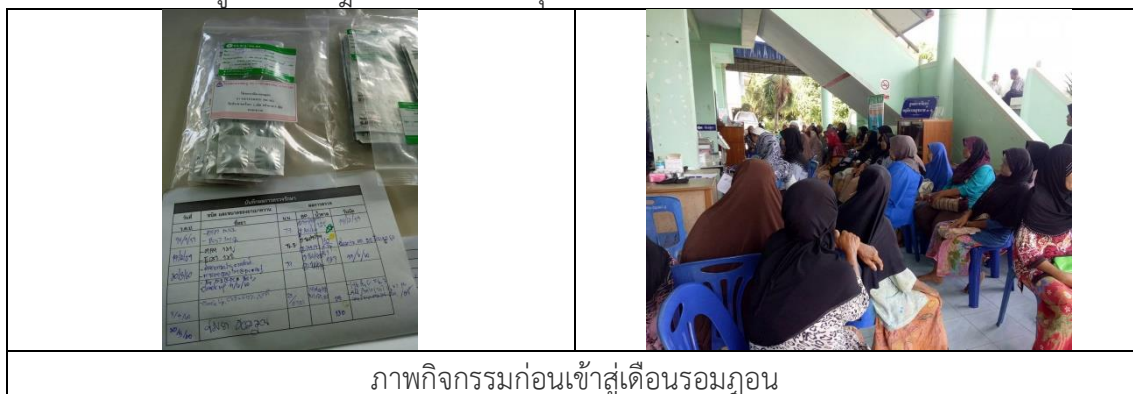
ผลการวิจัยและอภิปรายผล

จากการดำเนินงานนี้ สามารถนำเสนอโดยจำแนกไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ และขออภิปรายผลไปพร้อมด้วย ดังนี้

ผลการดำเนินงานตามวัตถุประสงค์ ข้อที่ ๑. เพื่อพัฒนาระบบบริการและแก้ไขปัญหาการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้น้อยในเดือนรอมฎอนของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่อยู่ภายใต้การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว พบว่า เกิดระบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานก่อนเข้าสู่

รอมฎอน โดยมีการดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ๖ ขั้นตอน มีการสอบถามความพึงพอใจ พบว่าผู้ป่วยเบาหวานพึงพอใจต่อระบบ ร้อยละ ๑๐๐

อภิปรายได้ว่า โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาวเกิดระบบบริการและแก้ไขปัญหาการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้น้อยในเดือนรอมฎอนของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่อยู่ภายใต้การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว ผู้ป่วยเบาหวานมีความพึงพอใจต่อระบบบริการในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่เดือนรอมฎอน เพื่อให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้ได้



ภาพกิจกรรมก่อนเข้าสู่เดือนรอมฎอน

ผลการดำเนินงานตามวัตถุประสงค์ ข้อที่ ๒. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานในความดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาวควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ทั้งก่อน ขณะ และหลังเดือนรอมฎอน อย่างน้อยร้อยละ ๔๐ พบว่า

ตาราง๑. แสดง จำนวนผู้ป่วยเบาหวานภายใต้การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาวที่ได้รับการตรวจระดับน้ำตาลในเลือดในระยะเวลา ก่อน หลัง และ ในเดือนรอมฎอน ประจำปี ๒๕๖๐

จำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่ยินยอม และ ได้รับการตรวจ DTX ทั้ง ๒ ครั้ง (๑๙ คน)	ผล DTX <๑๓๐ mg/dl	ผล DTX >๑๓๐ mg/dl
ก่อน(๑)	๗ คน(๓๖.๘๔%)	๑๒ คน(๖๓.๑๕%)
ในเดือนรอมฎอน	๓ คน(๑๖.๘๕%)	๔ คน(๕๗.๑๕%)
หลัง(๒)	๗ คน(๓๖.๘๔%)	๑๒ คน(๖๓.๑๕%)

อธิบาย จำนวนผู้ป่วยเบาหวานในความดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว จำนวน ๑๙ คน ที่ยินยอมและได้รับการตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ทั้งก่อนและหลังเดือนรอมฎอน โดยมีผู้ป่วยที่ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ไม่เกิน ๑๓๐ mg% จำนวน ๗ คน ทั้งก่อนและหลังเดือนรอมฎอน โดยคิดเป็นร้อยละ ๓๖.๘๔

ตาราง ๒. แสดง จำนวนผู้ป่วยเบาหวานภายใต้การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
 เขาขาวที่ได้รับการตรวจระดับน้ำตาลในเลือดและผลการเปรียบเทียบ ก่อน และ หลัง เดือนรอมฎอน
 ประจำปี ๒๕๖๐

จำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่ ยินยอม และ ได้รับการตรวจ DTX ทั้ง ๒ ครั้ง	๑ > ๒ ดีขึ้น	๒ > ๑ ควบคุมไม่ได้
๑๙ คน	๑๐ คน	๙ คน
คิดเป็น %	๕๒.๖๓	๔๗.๓๖

อภิปรายได้ว่า จำนวนผู้ป่วยเบาหวานในความดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
 เขาขาว จำนวน ๑๙ คน ที่ยินยอมและได้รับการตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ทั้งก่อนและหลังเดือน
 รอมฎอน โดยมีผู้ป่วยที่ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ไม่เกิน ๑๓๐ mg% จำนวน ๗ คน ทั้งก่อน
 และหลังเดือนรอมฎอน โดยคิดเป็นร้อยละ ๓๘.๘๔ แต่เมื่อมาเปรียบเทียบผลระดับน้ำตาลในเลือด
 ทั้ง ๒ ครั้ง ทำให้พบว่า มีผู้ป่วยจำนวน ๑๐ คน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ ๕๒.๖๓ มีระดับน้ำตาลในเลือดที่
 ดีขึ้น ซึ่งเป็นแนวโน้มที่ดี ถึงแม้ว่าระดับน้ำตาลในเลือดจะยังไม่อยู่ในเกณฑ์ ไม่เกิน ๑๓๐ mg%
 แต่ก็แสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยเบาหวาน ร้อยละ ๕๒.๖๓ ดูแลตัวเองได้ดียิ่งขึ้นในเดือนรอมฎอน



สรุปผลและข้อเสนอแนะ

สรุปผล

๑. เกิดรูปแบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในเดือนรอมฎอน เพื่อใช้ในปีย่อยๆ ไป
๒. ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ร้อยละ ๕๒.๘๕ ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น ทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น และการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้นั้นจะสามารถป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้

ข้อเสนอแนะ:

ต้องมีการดำเนินการจัดกิจกรรมก่อนเข้าสู่เดือนรอมฎอน ๑ สัปดาห์

เอกสารอ้างอิงและแหล่งข้อมูลอ้างอิงภาคสนาม

สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย . ๒๕๕๗ . แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน พ.ศ.

๒๕๕๗ . กรุงเทพมหานคร : ศรีเมืองการพิมพ์.

ทรรศนีย์ สิริวัฒนพรกุล และคณะ . ๒๕๕๐ . ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับน้ำตาลในเลือดของ

ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ ๒ . วารสารพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร , ๕๗-๖๗

กุสุมา กังหลี . ๒๕๕๗ . ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้เป็น

เบาหวานชนิดที่สอง โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า . วารสารพยาบาลทหารบก , ๒๕๖-๒๖๘

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณผู้ให้การสนับสนุนการดำเนินงานนี้ ทุกท่านและทุกภาคส่วน อาทิ บุคลากรภายในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาว สำนักงานสาธารณสุขอำเภอละงู ทีมโรคเรื้อรังโรงพยาบาลละงู อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.)ตำบลเขาขาว ตลอดจน ผู้ป่วยโรคเบาหวานภายใต้การดูแลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาขาวทุกท่าน