

# ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง

## Health Literacy and Health Behaviors among Patients with Chronic Kidney Disease, San Kamphaeng Hospital.

(Received: March 26,2025 ; Revised: March 29,2025 ; Accepted: March 30,2025)

ธนิต บรรณผล<sup>1</sup>

Thanit Bansophon<sup>1</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังทุกระยะ โรงพยาบาลสันกำแพง ระยะ 2 – 4 จำนวน 222 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า 1) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 55.4 อายุเฉลี่ย 67.38 ปี S.D. 7.71 ต่ำสุด 29 ปี สูงสุด 88 ปี สถานภาพสมรส ร้อยละ 60.04 การศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 72.1 ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 43.7 รายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท ร้อยละ 82.0 ใช้สิทธิบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า ร้อยละ 92.3 ค่าไต(eGFR) เฉลี่ย 61.76 S.D. 19.28 ต่ำสุด 19.00 สูงสุด 89.74 ระยะไตเสื่อม stage2 ร้อยละ 57.7 รองลงมา stage1 ร้อยละ 35.53 stage3a ร้อยละ 13.47 stage3 ร้อยละ 33.8 stage4 ร้อยละ 8.6 2) ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง 2.1) ความรู้เกี่ยวกับโรคไตเรื้อรัง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับโรคไตเรื้อรัง อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 79.19) 2.2) ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย = 2.88 S.D. = 1.46) 3) พฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = 3.97 S.D. = 1.12)

**คำสำคัญ:** ความรอบรู้ด้านสุขภาพ, พฤติกรรมสุขภาพ, ผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง

### Abstract

This survey research aimed to study the health literacy and health behavior of diabetic patients with chronic kidney disease at San Kamphaeng Hospital. The sample consisted of 222 diabetic patients with chronic kidney disease at all stages, San Kamphaeng Hospital, stages 2-4. Data were collected using a questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics, including frequency, percentage, mean, and standard deviation.

The results of the research found that 1) The majority of the sample was female, 55.4 percent, with an average age of 67.38 years, S.D. 7.71, the lowest age was 29 years, the highest age was 88 years, 60.04 percent were married, 72.1 percent had a primary education, 43.7 percent were unemployed, 82.0 percent had an income of less than 5,000 baht, and 92.3 percent used the universal health insurance card. The average kidney value (eGFR) was 61.76, S.D. 19.28, the lowest was 19.00, and the highest was 89.74. The stage of kidney failure was stage 2 at 57.7 percent, followed by stage 1 at 35.53 percent, stage 3a at 13.47 percent, stage 3 at 33.8 percent, and stage 4 at 8.6 percent. 2) Health literacy in diabetic patients with chronic kidney disease San Kamphaeng Hospital 2.1) Knowledge about chronic kidney disease It was found that the sample group had knowledge about chronic kidney disease at a moderate level (79.19%). 2.2) Health literacy in diabetic patients with chronic kidney disease at San Kamphaeng Hospital was at a moderate level overall (mean = 2.88 S.D. = 1.46). 3) Health behavior in diabetic patients with chronic kidney disease at San Kamphaeng Hospital was at a high level overall (mean = 3.97 S.D. = 1.12).

**Keywords:** Health literacy, Health behavior, Diabetic patients with chronic kidney disease

<sup>1</sup> นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ (ด้านเวชกรรม) โรงพยาบาลสันกำแพง

**บทนำ**

โรคไตเรื้อรังในผู้ป่วยเบาหวานเป็นปัญหาที่มีความสำคัญและส่งผลกระทบต่อสังคมและระบบสุขภาพทั่วโลกเนื่องจากโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับการเกิดโรคไตเรื้อรัง โดยเฉพาะในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 1 และชนิดที่ 2 ที่มีอัตราการเกิดโรคไตเรื้อรังสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้มีโรคเบาหวาน การเกิดโรคไตเรื้อรังสูงกว่ผู้ที่ไม่ได้มีโรคเบาหวาน การเกิดโรคไตในผู้ป่วยเบาหวานมักจะเกี่ยวข้องกับการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดที่ไม่ดี ซึ่งจะก่อให้เกิดความเสียหายต่อหลอดเลือดในไตและนำไปสู่ภาวะไตวายเรื้อรังในที่สุด โรคไตเรื้อรังในผู้ป่วยเบาหวานเป็นภาวะที่ใหญ่โตทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม เนื่องจากต้องใช้ทรัพยากรในการรักษาอย่างมากมาย ทั้งในด้านการรักษาตัวในโรงพยาบาล การใช้ยา และการดูแลในระยะยาว<sup>1,2</sup>

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศพบว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพ<sup>3,4,5</sup> และพฤติกรรมสุขภาพ<sup>6</sup> มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการควบคุมโรคเบาหวาน และป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคไตเรื้อรัง รวมถึงการลดความเสี่ยงในการเกิดภาวะไตวายเรื้อรังในผู้ป่วยที่มีโรคเบาหวาน มีการศึกษาความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังหลายชิ้นระบุว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังมีผลสำคัญต่อการตัดสินใจในการดูแลสุขภาพ เช่น การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ที่ทำให้โรคไตแย่ลง การศึกษาผลการวิจัยของอรอนงค์ นิลพัฒน์ (2563)<sup>8</sup> สะท้อนถึงความสำคัญของการมีความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ดีในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง เนื่องจากสามารถช่วยให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมและทำให้การควบคุมโรคเบาหวานและโรคไตมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งลดความเสี่ยงในการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคทั้งสองได้ การเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตจึงมีความสำคัญอย่าง

ยิ่งในการปรับปรุงคุณภาพชีวิตและชะลอการดำเนินของโรคในระยะยาว

สถานการณ์ปัจจุบันของผู้ป่วยโรคเบาหวานที่รับการรักษาพยาบาลใน โรงพยาบาลสันกำแพง อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ มีอัตราอุบัติการณ์โรคเบาหวาน พ.ศ .2564-2566 เท่ากับ 693.59, 743 และ 1495. 15 ต่อประชากร 100, 000 ตามลำดับ) โรงพยาบาลสันกำแพง, 2567) ซึ่งพบว่ามีผู้ป่วยภาวะไตเรื้อรังร่วมด้วย เท่ากับร้อยละ 20.36, 21.08 และ 22.50 จึงกล่าวได้ว่าผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี หรือผู้ป่วยโรคเบาหวานมีภาวะแทรกซ้อนทางไตมากขึ้น ซึ่งโรคเบาหวานเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดไตเสื่อม ผู้วิจัยในบทบาทแพทย์ที่ให้การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคเบาหวานร่วมกับบุคลากรในโรงพยาบาลสันกำแพง พบว่า ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังส่วนใหญ่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรม สุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การรับประทานอาหารหวานจัด เค็มจัด ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เสี่ยงต่อการเกิดไตเสื่อมเพิ่มมากขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา เรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังโรงพยาบาลสันกำแพง

**วัตถุประสงค์ของงานวิจัย**

เพื่อศึกษาความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง

**วิธีดำเนินการวิจัย**

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง

**ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

**ประชากร** คือ ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง

**กลุ่มตัวอย่าง** ผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังทุกระยะ โรงพยาบาลสันกำแพง ระยะ 2 – 4 จำนวน 222 คน การคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง การหาจำนวนกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie and Morgan วิธีการสุ่มที่คำนึงถึงความน่าจะเป็น (Probability sampling) โดยกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือก กลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

เกณฑ์ การคัดเข้าของกลุ่ม ตัวอย่าง (Inclusion criteria) 1) ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง 2) สามารถอ่าน ฟัง เขียนภาษาไทยได้ 3) ไม่เป็นผู้ทุพพลภาพและไม่เป็นผู้พิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม 4) ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

เกณฑ์ การคัดออกของกลุ่ม ตัวอย่าง (Exclusion criteria) 1) อาสาสมัครเป็นผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังทุกระยะที่ ที่ตอบแบบสอบถามไม่ครบตามที่กำหนด 2) อาสาสมัครไม่สะดวกในการให้ข้อมูล

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) ประกอบไปด้วย 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป จำนวน 9 ข้อ ประกอบด้วย อายุ เพศ ศาสนา สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ของครอบครัว โรคประจำตัว และระยะที่ทราบว่าป่วยเป็นโรคไตเรื้อรัง

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะไตเรื้อรัง

2.1 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคไตเรื้อรัง เป็นแบบสอบถามที่มีจำนวน 5 ข้อ คะแนน เต็ม 5 คะแนน มีตัวเลือกให้ตอบ 2 ตัวเลือก คือ ใช่ และ ไม่ใช่ โดยผู้ตอบเลือกเพียงคำตอบเดียว มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ตอบข้อความถูกต้อง =1 คะแนน ตอบข้อความไม่ถูกต้อง =0 คะแนน

เกณฑ์การแปลผล ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการแบ่ง ระดับคะแนนโดยการแจกแจงความถี่และคำนวณหาค่าร้อยละของผู้ตอบถูกต้อง กำหนดเกณฑ์ในการแปลผลคะแนน ดังนี้

คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60 (0-5 คะแนน) หมายถึง มีความรู้ในระดับต่ำ

คะแนน ระหว่างร้อยละ 60-79 (6-8 คะแนน) หมายถึง มีความรู้ในระดับปานกลาง

คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป )9-10 คะแนน) หมายถึง มีความรู้ในระดับสูง

2.2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก (Likert scales) โดยกลุ่มตัวอย่างเลือกตอบได้เพียงคำตอบเดียว กำหนดระดับคะแนนแบบสอบถามแต่ละด้านเป็น 5 ระดับ ได้แก่ ระดับ 5 หมายถึง มากที่สุด ระดับ 4 หมายถึง มาก ระดับ 3 หมายถึง ปานกลาง ระดับ 2 หมายถึง น้อย และระดับ 1 หมายถึง น้อยที่สุด ซึ่งในแต่ละ ด้านมีจำนวนข้อคำถามดังต่อไปนี้ 1) ด้านการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ มี 5 ข้อ คะแนนเต็ม 25 คะแนน 2) ด้านทักษะการสื่อสารในการป้องกันและควบคุมโรค มี 4 ข้อ คะแนนเต็ม 20 คะแนน 3) ด้านทักษะการจัดการตนเองให้ปลอดภัยจากโรค มี 5 ข้อ คะแนนเต็ม 25 คะแนน 4) ด้านทักษะการตัดสินใจในการป้องกันและควบคุมโรค มี 5 ข้อ คะแนนเต็ม 25 คะแนน และ 5) ด้านการรู้เท่าทันสื่อในการป้องกันและควบคุมโรค มี 5 ข้อ คะแนนเต็ม 25 คะแนน เกณฑ์การแปลผล ค่าคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ด้านสุขภาพทั้ง 5 ด้าน ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการแบ่ง ระดับคะแนนแบ่งเป็น 5 ระดับ 8 ดังนี้

ค่าคะแนนเฉลี่ย 4.20 - 5.00 หมายถึง มีความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับมากที่สุด

ค่าคะแนนเฉลี่ย 3.40 - 4.19 หมายถึง มีความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับมาก

ค่าคะแนนเฉลี่ย 2.60 - 3.39 หมายถึง มีความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับปานกลาง

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.80 - 2.59 หมายถึง มีความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับน้อย

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.79 หมายถึง มีความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับน้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง ผู้วิจัยนำมาจากอรอนงค์ นิลพัฒน์ (2567) เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก (Likert scales) โดยกลุ่มตัวอย่างเลือกตอบได้เพียงคำตอบเดียว กำหนดระดับคะแนนแบบสอบถามแต่ละด้านเป็น 5 ระดับ ได้แก่ ระดับ 5 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองเป็นประจำ 6-7 ครั้ง/สัปดาห์ ระดับ 4 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองบ่อยครั้ง 4-5 ครั้ง/สัปดาห์ ระดับ 3 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองเป็นบางครั้ง 3 ครั้ง/สัปดาห์ ระดับ 2 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองนานๆ ครั้ง 1 ครั้ง/สัปดาห์ และระดับ 1 หมายถึง ไม่เคยมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะที่ 2-4 ประกอบด้วย 4 ด้าน ดังนี้ด้านการบริโภคอาหาร มี 7 ข้อ คะแนนเต็ม 35 คะแนน ด้านการออกกำลังกาย มี 3 ข้อ คะแนนเต็ม 15 คะแนน ด้านการจัดการความเครียด มี 3 ข้อ คะแนนเต็ม 15 คะแนน ด้านการจัดการดูแลตนเอง มี 7 ข้อ คะแนนเต็ม 35 คะแนน

ค่าคะแนนเฉลี่ย 4.20 - 5.00 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพพระดับมากที่สุด

ค่าคะแนนเฉลี่ย 3.40 - 4.19 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพพระดับมาก

ค่าคะแนนเฉลี่ย 2.60 - 3.39 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพพระดับปานกลาง

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.80 - 2.59 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพพระดับน้อย

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.79 หมายถึง มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพพระดับน้อยที่สุด

**การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ**  
ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยการให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ได้ค่า และวางแผนนำไปตรวจสอบความเที่ยงตรง (Reliability) ของแบบสอบถามโดยนำแบบสอบถามที่ได้ตรวจสอบ ความตรงตามเนื้อหาแล้วไปทดลองใช้ (Tryout) กับผู้ป่วยเบาหวานที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

### ขั้นตอนและวิธีรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองภายหลังได้รับการรับรองจริยธรรมโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. จัดทำหนังสือขออนุญาตในการทำวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่

2. ชี้แจงโครงการงานวิจัยเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และขออนุญาตดำเนินการศึกษาการศึกษาวิจัยต่อหัวหน้างานการพยาบาลผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลสันกำแพง

3. ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด พร้อมทั้งทำหนังสือเชิญกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์เข้าร่วมวิจัย วางแผนการลงเก็บข้อมูลในพื้นที่ และแจ้งวันเวลานัดหมายกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอลงเก็บข้อมูล

4. เริ่มเก็บข้อมูล ตามวันเวลาและสถานที่ที่กำหนด ดังนี้

1) ทีมผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสร้างสัมพันธภาพระหว่างทีมผู้วิจัยและกลุ่มตัวอย่างพร้อมทั้งแนะนำตัว อธิบายวัตถุประสงค์ในการวิจัยและขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ชี้แจงสิทธิประโยชน์ของกลุ่มตัวอย่างที่จะได้รับเมื่อเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ โดยใช้เอกสารแนะนำข้อมูล เปิดโอกาสให้ซักถามและให้เวลาในการตัดสินใจในการเข้าร่วมการวิจัย และขอความร่วมมือในการทำวิจัยและความสมัครใจกับกลุ่มตัวอย่าง

2) หลังจากกลุ่มตัวอย่างยินดีให้ความร่วมมือและตอบรับในการเข้าร่วมการวิจัยทีมผู้วิจัยดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างลงนามเข้าร่วมการวิจัยในหนังสือยินยอมด้วยความสมัครใจ

3) ผู้วิจัยทำและผู้ช่วยการเก็บข้อมูลด้วยการให้ผู้ป่วยตอบแบบสอบถามเองและการสัมภาษณ์ซึ่งหน้า ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยใช้การสัมภาษณ์ที่เป็นส่วนตัวปราศจากการรบกวน เพื่อให้ตอบคำถามได้อย่างสะดวก ไม่รู้สึกอึดอัดหรือเกิดความลำบากใจในการตอบแบบสัมภาษณ์

4) หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของข้อมูลและเก็บข้อมูลเพิ่มเติมกรณีที่ข้อมูลไม่ครบถ้วนและนำไปวิเคราะห์ทางสถิติตามขั้นตอนที่วางแผนไว้

#### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ผ่านโปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ จำนวน (Number) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

**การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง** โครงการวิจัยนี้ โดยอยู่ระหว่างยื่นขอการรับรองจาก คณะกรรมการพิจารณาด้านจริยธรรมการวิจัยใน มนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่

#### ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 55.4 อายุเฉลี่ย 67.38 ปี S.D.

ตารางที่ 1 ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง (n=348)

ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	2.40	1.34	น้อย
ด้านทักษะการสื่อสาร	2.38	1.21	น้อย
ด้านการตัดสินใจ	3.88	1.48	มาก
ด้านทักษะการจัดการตนเอง	3.30	1.32	ปานกลาง
ด้านการรู้เท่าทันสื่อ	2.45	1.26	น้อย
โดยรวม	2.88	1.46	ปานกลาง

จากตารางที่ 1 พบว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย = 2.88 S.D. = 1.46) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่อยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านการตัดสินใจ ระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านทักษะ

7.71 ต่ำสุด 29 ปี สูงสุด 88 ปี สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 60.04 การศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 72.1 ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 43.7 รายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท ร้อยละ 82.0 ใช้สิทธิ์บัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า ร้อยละ 92.3 ค่าไต(eGFR) เฉลี่ย 61.76 S.D. 19.28 ต่ำสุด 19.00 สูงสุด 89.74 ระยะไตเสื่อม stage2 ร้อยละ 57.7 รองลงมา stage1 ร้อยละ 35.53 stage3a ร้อยละ 13.47 stage3 ร้อยละ 33.8 stage4 ร้อยละ 8.6

2. ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง

2.1 ความรู้เกี่ยวกับโรคไตเรื้อรัง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับโรคไตเรื้อรัง อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 79.19)

2.2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง

การจัดการตนเอง และระดับน้อย ได้แก่ ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ ด้านทักษะการสื่อสาร ด้านการรู้เท่าทันสื่อ

2. พฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง

**ตารางที่ 2** พฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง (n=348)

พฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
ด้านการรับประทานอาหาร	3.68	1.09	มาก
ด้านการใช้ยา	4.39	0.93	มากที่สุด
ด้านการจัดการความเครียด	4.50	0.91	มากที่สุด
ด้านการออกกำลังกาย	3.31	1.40	ปานกลาง
ด้านอื่น ๆ	4.59	0.93	มากที่สุด
โดยรวม	3.97	1.12	มาก

จากตารางที่ 2 พบว่า พฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = 3.97 S.D. = 1.12) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่อยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ด้านการใช้ยา ด้านการจัดการความเครียด และด้านอื่น ๆ ระดับมาก ได้แก่ ด้านการรับประทานอาหาร และระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านการออกกำลังกาย

**สรุปและอภิปรายผล**

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 55.4 อายุเฉลี่ย 67.38 ปี S.D. 7.71 ต่ำสุด 29 ปี สูงสุด 88 ปี สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 60.04 การศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 72.1 ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 43.7 รายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท ร้อยละ 82.0 ใช้สิทธิ์บัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า ร้อยละ 92.3 ค่าไต(eGFR) เฉลี่ย 61.76 S.D. 19.28 ต่ำสุด 19.00 สูงสุด 89.74 ระยะไตเสื่อม stage2 ร้อยละ 57.7 รองลงมา stage1 ร้อยละ 35.53 stage3a ร้อยละ 13.47 stage3 ร้อยละ 33.8 stage4 ร้อยละ 8.6 ความรอบรู้ด้านสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง แสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ยังมีระดับความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับโรคไม่เพียงพอ นอกจากนี้ ความรอบรู้ด้านสุขภาพโดยรวมยังอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อแยกเป็นรายด้าน พบว่าด้านการตัดสินใจ อยู่ในระดับมาก ซึ่งบ่งชี้ว่าผู้ป่วยมี

ความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างมีเหตุผลและสามารถเลือกวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องได้ ด้านทักษะการจัดการตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง หมายความว่าผู้ป่วยมีความสามารถในการจัดการตนเองในระดับปานกลาง แต่ยังคงต้องการการพัฒนาทักษะการจัดการตนเองเพิ่มเติม ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ, ด้านทักษะการสื่อสาร, และด้านการรู้เท่าทันสื่อ อยู่ในระดับน้อย ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยยังต้องการการสนับสนุนและการพัฒนาทักษะเหล่านี้เพิ่มเติมเพื่อให้สามารถเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับการศึกษาของขวัญทิพย์ เสงไป (2567)<sup>8</sup> ได้ศึกษาความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคไตเรื้อรังในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตำบลบ้านใหม่ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันโรคไตเรื้อรังในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และสอดคล้องกับการศึกษาของสุรียา พองเกิด และคณะ (2564)<sup>9</sup> ได้ศึกษาความรอบรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้และควบคุมไม่ได้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้มีคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง (Mean = 42.13, SD.= 7.09) และสอดคล้องกับการศึกษาของ สุพัตรา เชาวไวย และคณะ (2566) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรอบรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ระยะที่ 1-2 พบว่า

กลุ่มตัวอย่างมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ ด้านพฤติกรรมการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับปานกลาง

พฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง พบว่าพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรัง โรงพยาบาลสันกำแพง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย = 3.97 S.D. = 1.12 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่อยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ด้านการใช้ยา ด้านการจัดการความเครียด และด้านอื่น ๆ ระดับมาก ได้แก่ ด้านการรับประทานอาหาร และระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านการออกกำลังกาย แสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังที่โรงพยาบาลสันกำแพงมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีในหลายด้าน แต่ยังคงต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติมในด้านการออกกำลังกายเพื่อปรับปรุงสุขภาพโดยรวมให้ดียิ่งขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ อรอนงค์ นิลพัฒน์ (2567)<sup>๘</sup> ได้ศึกษาความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ชุมชนนาปู่ อำเภอเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก (mean = 4.22, S.D. = 1.10) โดยพฤติกรรมด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุดคือการออกกำลังกายมีคะแนนอยู่ในระดับมาก (mean = 4.32, S.D. = 1.09) ส่วนด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดอยู่ในระดับมากคือการจัดการดูแลตนเอง (mean = 4.05,

S.D. = 1.10) และสอดคล้องกับการศึกษาของสุรียา พองเกิด และคณะ (2564)<sup>๙</sup> ได้ศึกษาความรอบรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้และควบคุมไม่ได้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้มีคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง อยู่ในระดับพอใช้ (Mean = 40.86, SD.= 5.81)

### ข้อเสนอแนะ

1. ผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังที่โรงพยาบาลสันกำแพงมีความต้องการการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพในหลายด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ ทักษะการสื่อสาร และการรู้เท่าทันสื่อ เพื่อให้สามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
2. การปรับปรุงพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะโรคไตเรื้อรังจึงควรเน้นการสนับสนุนและการให้ความรู้ในหลายด้าน รวมถึงการออกกำลังกายและการจัดการความเครียดอย่างเหมาะสมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการควบคุมโรค
3. ควรมีการเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพสามารถช่วยให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคแทรกซ้อนและชะลอการเสื่อมของไตได้

### เอกสารอ้างอิง

1. Fenta ET, Eshetu HB, Kebede N, Bogale EK, Zewdie A, Kassie TD, Anagaw TF, Mazengia EM, Gelaw SS.(2023). Prevalence and predictors of chronic kidney disease among type 2 diabetic patients worldwide, systematic review and meta-analysis. *Diabetol Metab Syndr.* 2023 Nov 28;15(1):245. doi: 10.1186/s13098-023-01202-x. PMID: 38012781; PMCID: PMC10683270.
2. Yujiao Deng Na Li Ying Meng Wang Si Yang and other.(2021). Global, Regional, and National Burden of Diabetes-Related Chronic Kidney Disease From 1990 to 2019. *Endocrinol.* , 01 July 2021 Sec. *Clinical Diabetes Volume 12 - 2021* | <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.672350>
3. กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. การประเมินและสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy). [อินเทอร์เน็ต]. 2558 [เข้าถึงเมื่อ 2567 ธันวาคม 18]. เข้าถึงจาก: <http://www.hed.go.th/linkHed/364>.
4. วชิระ เพ็งจันทร์. (2561, พฤษภาคม). การขับเคลื่อนองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ. การประชุมสาธารณสุขแห่งชาติ ครั้งที่ 16 ณ ห้องประชุมเอเธอร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล <https://psdg.anamai.moph.go.th/th/cms-of-82/download/?did=191554&id=36576&reload=>
5. Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259-267. <https://doi.org/10.1093/heapro/15.3.259>

6. Kim, S., & Lee, J. Y. (2016). Health literacy and self-care behaviors among older adults with type 2 diabetes. *Journal of Community Health Nursing*, 33(6), 179-190. <https://doi.org/10.1080/07370016.2016.1154443>
7. อรอนงค์ นิลพัฒน์. (2563). ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ชุมชนนาโพ อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดอุดรธานี. *วารสารอนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขภาพชุมชน*. สืบค้นจาก <https://he03.tci-thaijo.org/index.php/ech/article/view/2698>
8. ขวัญทิพย์ เฮงไป๋.(2567). ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคไตเรื้อรังในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ตำบลบ้านใหม่ อำเภอบางบาล จังหวัดนนทบุรี. [ออนไลน์] <https://ssjnonthaburi.moph.go.th/nont-oa/>
9. สุรียา ฟองเกิด ยะวิษฐา สุชาวสนะ บุศรา สุขสวัสดิ์ ศุภรา หิমানันโต (2564). ความรอบรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้และควบคุมไม่ได้. *วารสารวิชาการสุขภาพภาคเหนือ* . 8(1), 208-33.
10. สุพัตรา เขาวีไวย กิตติพงษ์ พลทิพย์ วิราพร สืบสุนทร จีรวรรณ ชาประดิษฐ์ ชุมศรี ต้นเกต.(2566). ความสัมพันธ์ระหว่างความรอบรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ระยะที่ 1-2. *วารสารการแพทย์โรงพยาบาลศรีสะเกษ สุรินทร์ บุรีรัมย์*, 38(1), 11-20