

ความชุกของโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานของประชากรและความ
ฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วยในเขตบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
บ้านกล้วยแพะ อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง

The Prevalence of Hypertension and Diabetes and Patient's
Health Literacy in the Catchment Area of Ban KluaiPhae District
Health Promotion Hospital, Amphoe Meuang, Lampang Province

ยุพา อภิโกมลกร

สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
ตำบลชมพู อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง 52000

บทคัดย่อ

โรคไม่ติดต่อเรื้อรังกลายเป็นปัญหาสำคัญทางสาธารณสุขของประเทศไทย งานวิจัย
นี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกและความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง
และโรคเบาหวานในเขตบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ ในเดือน
เมษายน และเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2559 การศึกษาใช้รูปแบบการศึกษาภาคตัดขวาง (Cross-
sectional study) การรวบรวมข้อมูลมี 2 ส่วน ได้แก่ การศึกษาความชุกของผู้ป่วย จากข้อมูล
สุขภาพในพื้นที่วิจัยและฐานข้อมูล Health Data Center และการประเมินความฉลาดทาง
สุขภาพของผู้ป่วย 201 คน ด้วยแบบสอบถาม ขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้จากการประมาณค่าโดย
ใช้ตารางของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และวิเคราะห์
ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า เขตพื้นที่บริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
บ้านกล้วยแพะ มีอัตราชุกของโรคความดันโลหิตสูงมากกว่าโรคเบาหวาน และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น
ตามอายุ อัตราชุกของผู้ป่วยโรคเบาหวานในพื้นที่วิจัยสูงกว่าอัตราชุกของผู้ป่วยในระดับอำเภอ
และจังหวัด โดยเฉพาะในกลุ่มอายุมากกว่า 60 ปี (ร้อยละ 40.86 และ 23.25 ตามลำดับ) และ
ร้อยละ 50 ของผู้ป่วยอยู่ในระดับเสี่ยงด้านความฉลาดทางสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษา
ระดับประถมศึกษาและต่ำกว่าได้รับข้อมูลสุขภาพทุกเดือนจากอาสาสมัคร (อสม.) / เพื่อนบ้าน ร้อยละ 70 ของผู้ป่วยมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและ
โรคเบาหวาน อย่างไรก็ตามพบว่า ด้านการใช้บริการกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีข้อจำกัดในด้านการ
อ่าน การเลือกข้อมูล ความเข้าใจข้อมูล และการพิจารณาข้อมูลข่าวสาร ผลการวิจัยเป็น
ประโยชน์ต่อการวางแผนควบคุมโรคและการส่งเสริมสุขภาพให้มีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ : ความชุก โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ความฉลาดทางสุขภาพ

Abstract

Non-communicable chronic disease has rapidly become a major public health concern in Thailand. This research aims to study the prevalence of hypertension and diabetes as well as patient's health literacy, in the service area of Ban KluaiPhae District Health Promotion Hospital between April–May, 2016. Using a Cross-sectional study design, data collection was derived from research area and Health Data Center. Sample size was estimated by Krejcie & Morgan table at 95% confidence interval. Health literacy of 201 patients was assessed by questionnaire. The data were analyzed by descriptive statistics. Research results showed that the prevalence for hypertension was higher than Diabetes; especially for those who aged 60 and over (rates were 40.86% and 23.25% respectively), and the prevalence rate for hypertension is more likely to increase with age. The prevalence of diabetes in the research area was higher than the prevalence in district and province level. In addition, 50% of the patients had HbA1c at a risk level. Health literacy survey results indicated that most of the sample had finished primary school level/lower. They received health information monthly from health volunteer/neighbors. 70% of samples had a basic knowledge about the diseases but they had limited ability in gathering information, reading, understanding and critical thinking. The research results will enhance the efficiency of disease control and health promotion planning.

Keywords : Prevalence, Hypertension, Diabetes, Health Literacy

บทนำ

การวิจัยครั้งนี้ เริ่มจากผู้บริหารของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะได้ขอคำแนะนำแนวทางควบคุมโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานจากผู้วิจัย เนื่องจากมีผลงานด้านการควบคุมโรคดังกล่าวต่ำกว่าเกณฑ์ที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด และเป็นปัญหาในลักษณะเดียวกันอีกหลายพื้นที่

โรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน เป็นโรคในกลุ่มโรค NCDs องค์การอนามัยโลก (WHO) เล็งเห็นว่าเป็นปัญหาใหญ่ที่กำลังทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ สืบเนื่องจากสถิติผู้เสียชีวิตจากกลุ่มโรค NCDs ในปี พ.ศ. 2552 พบว่า สาเหตุการเสียชีวิตของประชากรโลกทั้งหมด มีถึงร้อยละ 63 ที่เกิดจากกลุ่มโรค NCDs และที่สำคัญกว่านั้นคือ กว่าร้อยละ 80 เป็นประชากรของประเทศที่กำลังพัฒนา สำหรับประเทศไทยเองสถิติล่าสุดพบว่ามีถึง 14 ล้านคนที่เป็นโรคในกลุ่มโรค NCDs และที่สำคัญยังเป็นสาเหตุหลักของการเสียชีวิตของประชากรทั้งประเทศ จากสถิติปี พ.ศ. 2552 พบว่า มีประชากรเสียชีวิต จากกลุ่มโรค NCDs มากกว่า 300,000 คน หรือคิดเป็น ร้อยละ 73 ของการเสียชีวิตของประชากรไทย ทั้งหมดในปี พ.ศ. 2552 คิดเป็นมูลค่าความเสียหายทางเศรษฐกิจถึง 200,000 ล้านบาทต่อปี อีกทั้งสถิติการเสียชีวิตดังกล่าวยิ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของทั้งโลก (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2559)

สำหรับสถานการณ์โรคไม่ติดต่อเรื้อรังของจังหวัดลำปาง โรคความดันโลหิตสูง หัวใจขาดเลือด หลอดเลือดสมอง เป็นปัญหาสุขภาพอันดับ 1 ของจังหวัดลำปาง โดยเฉพาะโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ในปี พ.ศ. 2558 (รายงาน 30 กรกฎาคม 2558) ลำปางมีผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 61,224 คน เป็นผู้ป่วยรายใหม่ จำนวน 4,614 คน และมีผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน 31,486 คน เป็นผู้ป่วยรายใหม่ 3,789 คน

จากสถานการณ์ดังกล่าว ปีงบประมาณ 2556 กระทรวงสาธารณสุขจึงมีนโยบายการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โดยใช้ “ป้องกัน จราจรชีวิต 7 สี” เป็นเครื่องมือในการจัดระดับความรุนแรงของโรค นอกจากนี้ความฉลาดทางสุขภาพ (Health Literacy) เป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับภาวะสุขภาพในปัจจุบัน องค์การอนามัยโลกจึงได้รณรงค์เรื่องความฉลาดทางปัญญาด้านสุขภาพเพราะ 1) โรคภัยไข้เจ็บรวมถึงสุขภาพจิตและสุขภาพสังคมทวีจำนวนขึ้นอย่างรวดเร็วรุนแรงและการระบาดก็เป็นไปอย่างกว้างขวางทั่วโลก 2) ในทุกประเทศยังมีช่องว่างระหว่างความมีกับไม่มี รู้กับไม่รู้ของประชากรในประเทศที่ทำให้คุณภาพชีวิตแตกต่างกันได้อย่างมาก และ 3) ในโลกปัจจุบันมีความซับซ้อนประชาชนทุกคนต้องเรียนรู้เพื่อให้สามารถปฏิบัติของตนเอง ปฏิสัมพันธ์หรือนำความรู้ไปสื่อสารกับผู้อื่นและมีวิจรณ์ญาณคือรู้จักใช้ความคิดและรู้จักความรับผิดชอบต่อสังคมด้านสุขภาพ

การวิจัยครั้งนี้ จึงศึกษาความชุกของโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน และระดับความเสี่ยงของโรคตามแนวคิด “ป้องกันจรรยาชีวิต 7 สี” เพื่อประเมินสถานการณ์ของปัญหาในเชิงระบาดวิทยา และประเมินความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วยในเขตบริการสุขภาพของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ เพื่อประโยชน์ในการวางแผนควบคุมโรคและการส่งเสริมสุขภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความชุกของโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานของประชากรในเขตบริการสุขภาพของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะตามกลุ่มอายุ
2. เพื่อศึกษาความชุกตามระดับความเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานของผู้ป่วยในเขตบริการสุขภาพของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ
3. เพื่อประเมินความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วยในเขตบริการสุขภาพของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ

ขอบเขตการวิจัย

สำรวจความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานในเขตบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ โดยใช้แบบสอบถาม ในเดือนเมษายน พ.ศ. 2559 และศึกษาความชุกของโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ในเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2559 โดยใช้ข้อมูลการคัดกรองโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ ส่วนข้อมูลการคัดกรองโรคฯ ระดับอำเภอและจังหวัด เข้าถึงจากฐานข้อมูล Health Data Center ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง ซึ่งเป็นฐานข้อมูลสุขภาพออนไลน์ของกระทรวงสาธารณสุข

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. สถานบริการทุกแห่งที่มีการรายงานผลในฐานข้อมูล Health Data Center ใช้วิธีการคัดกรองโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน และการบันทึกผลตามมาตรฐานการปฏิบัติงานอย่างเดียวกัน

2. สถานบริการสุขภาพในสังกัดกระทรวงสาธารณสุขแต่ละแห่ง มีการบันทึกข้อมูลในฐานข้อมูล Health Data Center ให้เป็นปัจจุบัน

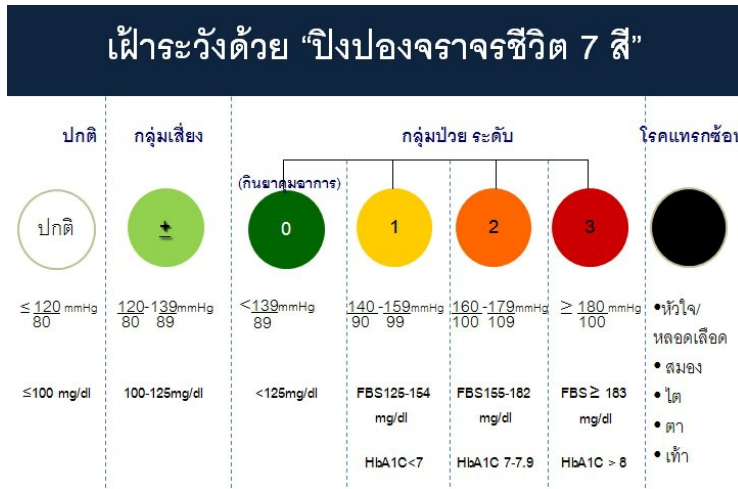
วิธีดำเนินการวิจัย

ใช้การศึกษาภาคตัดขวาง (Cross-sectional study) วิธีการศึกษาแบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่ การใช้แบบสอบถามเก็บข้อมูลความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วย ในเดือนเมษายน 2559 และการศึกษาความชุกของโรคฯ จากข้อมูลการคัดกรองโรคฯ ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ และจากฐานข้อมูล HDC ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง ในเดือนพฤษภาคม 2559

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความชุกของโรค คือ ประชากรในเขตบริการของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ จำนวน 2,958 คน กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่ได้รับการคัดกรองโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน จำนวน 1,985 คน

สำหรับกลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการประเมินความฉลาดทางสุขภาพ จำนวน 201 คน เป็นผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบไม่อาศัยความน่าจะเป็นขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้จากการประมาณค่าโดยใช้ตารางของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95%

เกณฑ์ประเมินโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานใช้เกณฑ์การเฝ้าระวังตามแนวคิด “ป้องกันจรรยาชีวิต 7 สี” ตามระบบการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกัน โรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานในประเทศไทย ตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข (วิชัย เทียนถาวร, 2556)



ภาพที่ 1 แนวคิดการเฝ้าระวังโรคด้วย “ปิงปองจราจรชีวิต 7 สี”

แบบวัดความฉลาดทางสุขภาพในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ในเขตพื้นที่บริการของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง มี 3 ตอนประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับเรื่องโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานเป็นแบบวัดของกองสุขศึกษากรมสนับสนุนสุขภาพกระทรวงสาธารณสุขประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน จำนวน 14 ข้อ แบบวัดมีลักษณะให้เลือกตอบว่าใช่ / ไม่ใช่ / ไม่แน่ใจ ถ้าตอบถูกได้ 1 คะแนน ถ้าตอบผิดหรือไม่แน่ใจได้ 0 คะแนน

ตอนที่ 3 แบบวัดพฤติกรรมการใช้บริการประกอบด้วยการวัดความฉลาดทางสุขภาพด้านการใช้ระบบบริการสุขภาพระดับปฏิบัติส่วนตัวระดับปฏิสัมพันธ์และระดับวิจรณ์ญาณแปลจากแบบวัดความฉลาดทางสุขภาพของ (Ishikawa และคณะ, 2010)

เกณฑ์การให้คะแนนให้คะแนนเป็น 1 เมื่อทำไม่ได้ / ไม่เคยทำ, 2 ทำนาน ๆ ครั้ง, 3 ทำบางครั้ง, 4 ทำบ่อยครั้ง และ 5 คะแนน หากทำทุกครั้ง

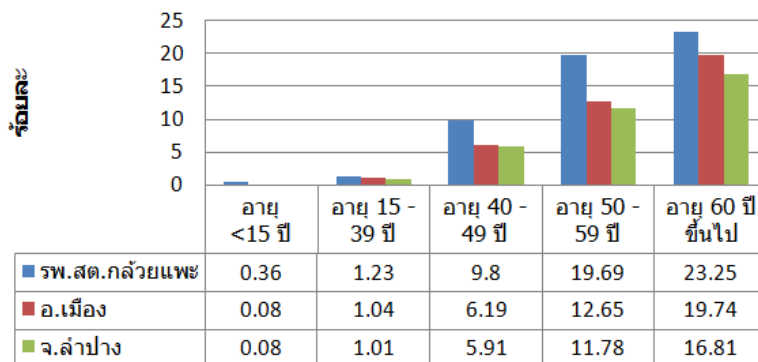
การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ จำนวน อัตราร้อยละ

ผลการวิจัย

ผลการวิจัย แบ่งเป็น 2 ตอน ได้แก่ ความชุกของโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน และความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานในเขตบริการของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ

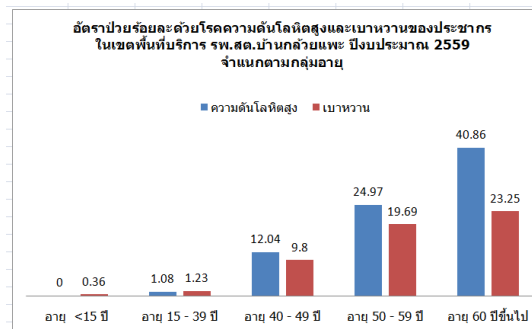
ตอนที่ 1 ความชุกของโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน

จากการศึกษาความชุกของโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน โดยใช้ข้อมูลจากการคัดกรองโรคของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะและข้อมูลจากระดับอำเภอ และระดับจังหวัด เข้าถึงจากฐานข้อมูล Health Data Center ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง ผลการศึกษาพบว่า ร้อยละของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามอายุในทุกพื้นที่ โดยพบอัตราป่วย ประมาณร้อยละ 12 ร้อยละ 25 และมากกว่าร้อยละ 40 ในกลุ่มอายุ 40-49 ปี กลุ่มอายุ 50-59 ปี และกลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไปตามลำดับ



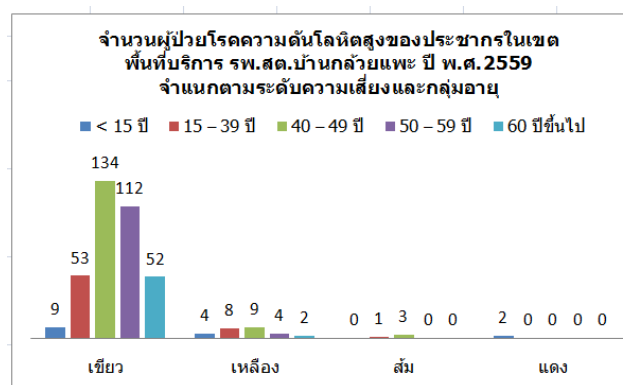
ภาพที่ 2 เปรียบเทียบอัตราร้อยละด้วยโรคเบาหวานระหว่าง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ อ.เมืองลำปาง และ จ.ลำปาง จำแนกตามกลุ่มอายุ

ส่วนโรคเบาหวาน จากภาพที่ 2 พบว่า มีอัตราป่วยเพิ่มขึ้นตามกลุ่มอายุเช่นเดียวกัน และในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะเริ่มพบได้ในกลุ่มอายุ <15 ปี นอกจากนี้ยังมีอัตราร้อยละของผู้ป่วยมากกว่าผู้ป่วยฯ ในเขต อ.เมืองลำปาง และ จ.ลำปาง ในทุกกลุ่มอายุ โดยมีอัตราชุกของโรคเบาหวานต่ำกว่าโรคความดันโลหิตสูง ดังแสดงในภาพที่ 2 และ ภาพที่ 3

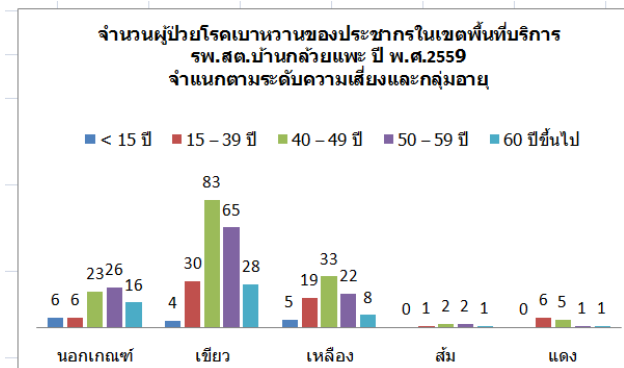


ภาพที่ 3 เปรียบเทียบอัตราชุกด้วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ในเขตพื้นที่บริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ จำแนกตามกลุ่มอายุ

เมื่อศึกษาผลการประเมินภาวะเสี่ยงโดยใช้เกณฑ์ “ป้องกันจราจรชีวิต 7 สี” กลับพบว่า จำนวนผู้ป่วยที่ควบคุมโรคไม่ได้ พบในผู้ป่วยโรคเบาหวานมากกว่าผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในทุกกลุ่มอายุ คือ มีความเสี่ยงในระดับ เหลือง ส้ม และแดง และผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้ผลการตรวจเป็นสีเขียวจากการตรวจ FBS เมื่อมีการตรวจซ้ำด้วย HbA1clevel พบว่า มีระดับความเสี่ยง สีเหลือง ส้ม และแดง จำนวน 28, 16 และ 3 คน ตามลำดับรายละเอียดแสดงใน ภาพที่ 4 ภาพที่ 5 และ ตารางที่ 1



ภาพที่ 4 จำนวนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในเขตพื้นที่บริการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ จำแนกตามระดับความเสี่ยงและกลุ่มอายุ



ภาพที่ 5 จำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานในเขตพื้นที่บริการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านกล้วยแพะ จำแนกตามระดับความเสี่ยงและกลุ่มอายุ

ตารางที่ 1 จำนวนผู้ป่วยตามผลการตรวจ HbA1c ในผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ผ่านการตรวจ FBS

HbA1c level	MDlevel (FBS)				
	นอกเกณฑ์	เขียว	เหลือง	ส้ม	แดง
นอกเกณฑ์	77	163	32	3	7
เหลือง	0	28	24	1	0
ส้ม	0	16	21	1	1
แดง	0	3	10	1	5

ตอนที่ 2 ความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานในเขตของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ

จากการสำรวจข้อมูลความฉลาดทางสุขภาพในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานในเขตพื้นที่บริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง จำนวน 201 คน โดยใช้แบบสอบถามพบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่รับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะร้อยละ 72.6 และเป็นผู้ป่วยที่รับบริการที่สถานบริการสุขภาพอื่นร้อยละ 27.4 เป็นผู้ป่วยชายร้อยละ 35.8 และผู้ป่วยหญิงร้อยละ 64.2 อายุสูงสุด 88 ปี และอายุต่ำสุด 37 ปี

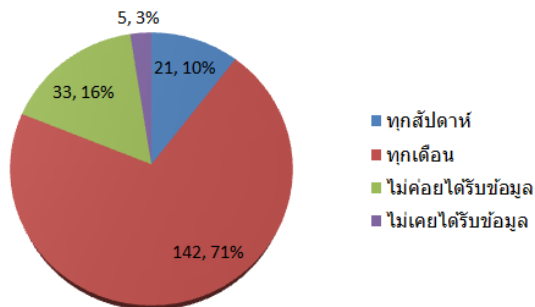
ด้านการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาสูงสุดระดับประถมศึกษา ร้อยละ 56.2 และต่ำกว่าประถมศึกษา ร้อยละ 40.3

ด้านการนับถือศาสนา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ นับถือศาสนาพุทธร้อยละ 93.5 ด้านการประกอบอาชีพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ประกอบอาชีพรับจ้างร้อยละ 62.2 รองลงมา ทำกิจการส่วนตัวหรือค้าขายร้อยละ 16.9 และไม่ได้ทำงานร้อยละ 16.4

ด้านการรับข้อมูลข่าวสาร

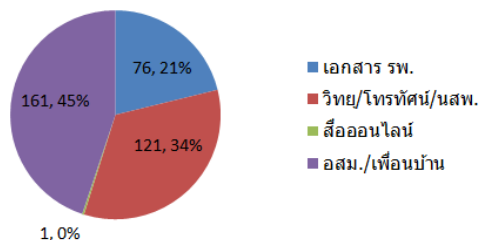
1) ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 70.6 เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลตนเองเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานทุกเดือน

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความถี่ของการได้รับข้อมูลข่าวสาร



2) แหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วย และการดูแลตนเอง ส่วนใหญ่ ได้รับจากอสม./เพื่อนบ้าน ร้อยละ 45 รองลงมา คือ วิทยุ/โทรทัศน์/หนังสือพิมพ์ ร้อยละ 34 และ เอกสารของโรงพยาบาล ร้อยละ 21

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามแหล่งข้อมูลที่ได้รับ



ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน

จากการสำรวจความฉลาดทางสุขภาพในด้านความรู้พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีค่าคะแนนเฉลี่ยของความรู้ 10.4 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.4 จากคะแนนเต็ม 14 และมีผลสำรวจรายชื่อ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบถูกเกี่ยวกับความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน

ความรู้ที่สอบถาม	จำนวน (ร้อยละ)
1.ความดันโลหิตปกติ คือ ความดันโลหิตเท่ากับหรือต่ำกว่า 120/80 มม./ปรอท	106 (72.6)
2.ความดันโลหิตสูง คือ ความดันโลหิตเท่ากับหรือสูงกว่า 140/90 มม./ปรอท	103 (70.5)
3.ติดตามโรคที่ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง บุตรมีโอกาasเป็นโรคความดันโลหิตสูงได้	83 (56.9)
4.ผู้ที่รับประทานอาหารรสเค็ม เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง	121 (82.9)
5.คนอ้วน และอ้วนลงพุง เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ได้มากกว่าคนปกติ	128 (87.67)
6.ผู้ที่มีภาวะเครียดเป็นประจำ เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน	117 (80.1)
7.ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน	102 (69.9)
8.ผู้ที่สูบบุหรี่ เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน	78 (53.4)
9.การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้งๆ ละอย่างน้อย 30 นาที จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน	116 (79.45)
10.ผู้ที่รับประทานอาหารมัน หรือกะทิ เป็นประจำ เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน	117 (80.1)
11.ผู้ที่กินผัก และผลไม้สดอย่างน้อยวันละ 5 ชนิดต่อวัน ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคความดันโลหิต และโรคเบาหวาน	116 (79.45)
12.เบาหวาน คือ ระดับน้ำตาลในเลือดสูงเท่ากับหรือสูงกว่า 100-125 มก./ดล.	84 (57.3)
13.ติดตามโรคที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน บุตรมีโอกาasเป็นโรคเบาหวานได้	93 (63.7)
14.ผู้ที่รับประทานอาหารรสหวาน ขนมหวาน เป็นประจำ เสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน	134 (91.8)

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้ป่วยร้อยละ 70 ขึ้นไป มีความรู้พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานถูกต้อง ยกเว้น ความรู้เกี่ยวกับปัจจัยทางพันธุกรรมที่มีผลต่อโรคเบาหวาน (ร้อยละ 63.7) ความรู้เกี่ยวกับระดับน้ำตาลในเลือด (ร้อยละ 57.3) บิตามารดาที่ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงบุตรมีโอกาสเป็นโรคความดันโลหิตสูงได้ (ร้อยละ 56.9) และปัจจัยเสี่ยงจากการสูบบุหรี่ (ร้อยละ 53.4)

ระดับความฉลาดในการใช้บริการสุขภาพ

จากการสำรวจความฉลาดทางสุขภาพ ด้านการให้บริการสุขภาพพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีความฉลาดทางสุขภาพในระดับปานกลาง และค่อนข้างต่ำ ทั้งในระดับปฏิบัติส่วนตัว ระดับปฏิสัมพันธ์ และระดับวิจารณ์ญาณ รายละเอียดแสดงในตารางที่ 3 จากตารางพบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีความฉลาดทางสุขภาพระดับปานกลาง และค่อนข้างต่ำ สำหรับกลุ่มค่อนข้างต่ำ จำแนกรายละเอียดตามระดับ ดังนี้

ระดับปฏิบัติส่วนตัว พบว่า ร้อยละ 21.9 - 40.4 ของผู้ป่วยมีข้อจำกัดในการอ่าน และความเข้าใจในเอกสารที่ได้รับแจก ต้องให้คนอื่นช่วยอ่านให้ฟัง

ระดับปฏิสัมพันธ์ พบว่า ร้อยละ 23.3 - 33.5 ของผู้ป่วยมีข้อจำกัด ได้แก่ การติดตามข้อมูล การเลือกข้อมูล และความเข้าใจข้อมูล ส่วนการการพูดคุยเกี่ยวกับโรคและการประยุกต์ใช้ข้อมูล มีร้อยละ 10.3 - 11.6 ที่มีการปฏิบัติในเกณฑ์ค่อนข้างต่ำ

ระดับวิจารณ์ญาณ พบว่า ร้อยละ 19.8 - 31.5 ของผู้ป่วยมีข้อจำกัดด้านการพิจารณาข้อมูลข่าวสาร การตรวจสอบข้อมูล การค้นหาข้อมูลมาใช้ประโยชน์ และการประเมินข้อมูล

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของระดับความฉลาดในการใช้บริการสุขภาพของผู้ป่วย
จำแนกตามระดับ *

คำถาม	ระดับความฉลาดทางสุขภาพของผู้ป่วย	
	ค่อนข้างต่ำ จำนวน (ร้อยละ)	ปานกลาง จำนวน (ร้อยละ)
ระดับปฏิบัติส่วนตัว การอ่านคำแนะนำหรือเอกสารที่โรงพยาบาลแจก		
1. พบว่าตัวหนังสือในเอกสารมีขนาดเล็กเกินไป	54 (37)	64 (43.8)
2. พบว่ามีข้อความหรือภาพที่ดูแล้วไม่เข้าใจ	32 (21.9)	80 (54.8)
3. สนใจอ่าน ทำความเข้าใจคำแนะนำจากเอกสาร	32 (21.9)	61 (41.8)
4. ต้องใช้เวลาในการอ่านทำความเข้าใจนาน	34 (23.3)	75 (51.4)
5. ต้องให้คนอื่นช่วยอ่านให้ฟัง	59 (40.4)	20 (13.7)
ระดับปฏิสัมพันธ์ ตั้งแต่ได้รับการวินิจฉัยว่า เป็นโรคเบาหวานหรือ โรคความดันโลหิตสูง คุณได้		
6. รวบรวมหรือติดตามข้อมูลเกี่ยวกับโรคที่เป็นจากหลายๆ แหล่งเช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ฯลฯ	39 (26.7)	48 (32.9)
7. เลือกข้อมูลเกี่ยวกับโรคที่เป็นได้ตามความต้องการ	49 (33.5)	53 (36.3)
8. เข้าใจข้อมูลต่าง ๆ ที่หามาได้	34 (23.3)	68 (46.6)
9. พูดคุยเกี่ยวกับการเจ็บป่วยของคุณ เช่น หมอ พยาบาล ญาติ และเพื่อน	15 (10.3)	23 (15.8)
10. นำข้อมูลที่ได้มามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน	17 (11.6)	45 (30.8)

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของระดับความฉลาดในการใช้บริการสุขภาพของผู้ป่วย
จำแนกตามระดับ ฯ (ต่อ)

คำถาม	ระดับความฉลาด ทางสุขภาพของผู้ป่วย	
	ค่อนข้างต่ำ จำนวน (ร้อยละ)	ปานกลาง จำนวน (ร้อยละ)
ระดับวิจารณ์ญาณ ตั้งแต่ได้รับการวินิจฉัยว่า เป็นโรคเบาหวาน หรือ โรคความดันโลหิตสูง คุณได้		
11. พิจารณาว่าข้อมูลที่ได้มานั้นเหมาะกับกรณีของคุณ เช่น การปฏิบัติตัวทางสุขภาพที่คนอื่นบอกไว้	30 (20.5)	61 (41.8)
12. พิจารณาความน่าเชื่อถือของข้อมูลโดยเปรียบเทียบข้อมูลจากหลายแหล่ง	29 (19.8)	63 (43.2)
13. ตรวจสอบความถูกต้องน่าเชื่อถือของข้อมูล เช่น วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย ของสินค้าที่โฆษณาว่ารักษาอาการที่คุณเป็นได้	39 (26.7)	67 (45.9)
14. ค้นหาหรือติดตามข้อมูลมาใช้ในการปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพ เช่น การกินอาหาร การออกกำลังกาย และการผ่อนคลายความเครียด	36 (24.7)	55 (37.7)
15. เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ ท่านจะวิเคราะห์และประเมินข้อมูลไม่เชื่อโดยทันที	46 (31.5)	62 (42.5)

สรุปผลการวิจัย

เขตพื้นที่บริการ รพ.สต.บ้านกล้วยแพะมีอัตราชุกของโรคความดันโลหิตสูงมากกว่าโรคเบาหวานและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามอายุ โดยมีอัตราชุกสูงสุดในกลุ่มประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป พบมากกว่า ร้อยละ 40 ในโรคความดันโลหิตสูง และร้อยละ 23.25 ในโรคเบาหวาน และพบว่า อัตราชุกของผู้ป่วยโรคเบาหวานมากกว่าอัตราชุกของผู้ป่วยในเขตบริการของ อ.เมืองลำปาง และ จ.ลำปาง ในทุกกลุ่มอายุและมีผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงมากกว่าผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง พบจากการตรวจน้ำตาลด้วย HbA1c ในผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้ผลการตรวจเป็นสีเขียวหรือปกติ

จากการสำรวจข้อมูลความฉลาดทางสุขภาพในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานจำนวน 201 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาสูงสุดระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า นับถือศาสนาพุทธ และประกอบอาชีพรับจ้าง

ร้อยละ 70.6 เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลตนเองเกี่ยวกับโรค และการดูแลตนเองทุกเดือน แหล่งข้อมูลข่าวสารส่วนใหญ่ คือ อสม./เพื่อนบ้าน ร้อยละ 45 รองลงมา คือ วิทยุ/โทรทัศน์/หนังสือพิมพ์ ร้อยละ 34 และเอกสารของโรงพยาบาล ร้อยละ 21

จากการสำรวจความฉลาดทางสุขภาพในด้านความรู้พบว่า ผู้ป่วยมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ 10.4 จากคะแนนเต็ม 14 และ ร้อยละ 70 ขึ้นไป มีความรู้พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานถูกต้อง ยกเว้นความรู้เกี่ยวกับระดับน้ำตาลในเลือด ปัจจัยทางพันธุกรรม และปัจจัยด้านการสูบบุหรี่ ส่วนความฉลาดทางสุขภาพด้านการใช้บริการสุขภาพพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีความฉลาดทางสุขภาพในระดับปานกลาง และค่อนข้างต่ำ มีข้อจำกัดในด้านการอ่าน และความเข้าใจในเอกสารที่ได้รับแจก การติดตามข้อมูล การเลือกข้อมูล และความเข้าใจข้อมูล รวมถึงการพิจารณาข้อมูลข่าวสาร การตรวจสอบข้อมูล การค้นหาข้อมูลมาใช้ประโยชน์ และประเมินข้อมูล

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

โรคความดันโลหิตสูงจะทำให้มีความเสี่ยงต่อโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่าของคนทั่วไป และเพิ่มความเสี่ยงต่อการป่วยและเสียชีวิตด้วยโรคหลอดเลือดหัวใจ หลอดเลือดสมอง และโรคไต การวินิจฉัยพบในระยะแรกของโรคและการรักษาทันที่ด้วย การใช้ยาและปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตจะช่วยลดความเสี่ยงจากภาวะแทรกซ้อน (Lago และคณะ, 2007)

ความฉลาดทางสุขภาพจะมีความสัมพันธ์กับการรับผิดชอบต่อสุขอนามัยของผู้ป่วย (กองสุขศึกษา, 2554) ทำให้ภาวะเสี่ยงต่อโรคระดับบุคคลและความชุกของโรคในระดับพื้นที่ลดลง PRECEDE PROCEDE Model เป็นทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ครอบคลุมด้านบุคคล และสิ่งแวดล้อม (Gielen และคณะ, 2017) สำหรับแนวทางส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับลักษณะผู้ป่วยของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วยแพะ มีดังนี้

การจัดกิจกรรมสื่อสารสุขภาพโดยใช้สื่อรูปภาพที่บ่งชี้ถึงข้อมูล (Infographics) จะช่วยลดข้อจำกัดในด้านการอ่าน และความเข้าใจในเอกสารที่ได้รับแจก และเสริมความรู้เกี่ยวกับระดับน้ำตาลในเลือดกับการควบคุมเบาหวาน ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคด้านพันธุกรรมและการสูบบุหรี่

กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า และประกอบอาชีพรับจ้าง ส่งผลต่อความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล และการพิจารณาข้อมูลข่าวสาร การให้สุขศึกษาแบบกลุ่ม จะช่วยส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นช่วยเพิ่มการมีปฏิสัมพันธ์และวิจารณ์ญาณ และอาจจัดให้มีการเผยแพร่ความรู้ผ่านเสียงตามสาย จะช่วยผู้ที่รู้หนังสือน้อยเข้าถึงข้อมูลสุขภาพได้มากขึ้น

โรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานเป็นโรคที่มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิต โดยเฉพาะพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการออกกำลังกาย การจัดกิจกรรมที่เพิ่มปัจจัยเสริมและปัจจัยเอื้อต่อการการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น กิจกรรมรณรงค์ และสถานที่ออกกำลังกาย จะช่วยกระตุ้นให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

เอกสารอ้างอิง

- กองสุศึกษา. (2554). ความฉลาดทางสุขภาพ. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพฯ : กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2559). กลุ่มโรค NCDs. แหล่งที่มา : www.thaihealth.or.th/microsite/categories/5/ncds/2/173/176NCDs.html, เข้าถึงเมื่อวันที่ 1 พฤศจิกายน 2559.
- วิชัย เทียนถาวร, (2556). ระบบการเฝ้าระวัง ควบคุมป้องกัน โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงในประเทศไทย : นโยบายสู่การปฏิบัติ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.
- Gielen, A. C., McDonald, E. M., Gary, T. L., and Bone, L. R. (2017). Using the precede-precede model to apply health behavior theories. p. 407-417. San Francisco : Jossey-Bass.
- Ishikawa, H., and Kiuchi, T. (2010). Health literacy and health communication. Biopsychosoc. 4, 18. Doi : 10.1186/1751-0759-4-18.
- Lago, R. M., Singh, P. P., and Nesto, R. W. (2007). Diabetes and hypertension. Nature Clinical Practice Endocrinology & Metabolism. 3, 10 : 667.