

บทที่ 5

บทสรุป

ในการศึกษาเรื่องการประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลพุทธชินราช มีวัตถุประสงค์ในการประเมินผลการจัดการเรียนรู้ 4 ด้าน ตามรูปแบบของเคิร์กแพทริก (Kirkpatrick) ได้แก่ ด้านปฏิกิริยา ด้านความรู้และเจตคติ ด้านพฤติกรรมดูแลตนเอง และด้านผลลัพธ์ ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน 200 คนที่ขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยเบาหวานของศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลกโดยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ สามารถสื่อสารรู้เรื่อง เป็นโรคเบาหวานมากกว่า 1 ปี ได้รับความรักษาต่อเนื่องที่โรงพยาบาลพุทธชินราช เป็นผู้มีอายุ 40-70 ปี ไม่มีโรคที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรม มีระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ระหว่าง 130-250 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตรติดต่อกันอย่างน้อย 2 ครั้งและยินยอมสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเองมีการจัดกิจกรรมตามกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองโดยการแบ่งกลุ่มผู้ป่วยออกเป็น 4 รุ่นใช้เวลารุ่นละ 1 วัน ในวันที่ 6 ธันวาคม พ.ศ. 2553 ถึง วันที่ 9 ธันวาคม พ.ศ. 2553 ที่ห้องประชุมพุทธชื่อน โรงพยาบาลพุทธชินราช และติดตามผลพฤติกรรมดูแลตนเองและผลลัพธ์หลังการจัดกิจกรรม 2 เดือน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้แบ่งเป็น 6 ส่วน คือ 1) เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามข้อมูลด้านประเมินปฏิกิริยา (ความพึงพอใจ) จำนวน 7 ข้อ 3) แบบสอบถามข้อมูลด้านความรู้ จำนวน 30 ข้อ 4) แบบสอบถามข้อมูลด้านเจตคติ จำนวน 25 ข้อ 5) แบบสอบถามข้อมูลด้านพฤติกรรมดูแลตนเอง จำนวน 30 ข้อ และ 6) แบบบันทึกด้านผลลัพธ์เป็นการติดตามบันทึกผลการหาค่าระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร 6-8 ชั่วโมงหลังการเข้าร่วมกิจกรรม 2 เดือน จากรายงานผลทางห้องปฏิบัติการ โดยผู้ศึกษาได้จัดทำขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับโรคเบาหวาน และ พฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน และ นำมาหาดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับเนื้อหา (IOC) ได้เท่ากับ 0.80 -1.00 และนำข้อคิดและ

ข้อเสนอแนะมาปรับแก้ไขให้สมบูรณ์ นำไปทดสอบกับกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน จากนั้นนำแบบสอบถามด้านปฏิกิริยา ด้านเจตคติ และด้านพฤติกรรม การดูแลตนเองนำมาตรวจสอบหาค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbrach's Alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .96 และส่วนแบบทดสอบด้านความรู้ นำมาหาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ r(B) (บุญเชิด ภิญญโณนนตพงษ์, ม.ป.ป.) ซึ่งเป็นสูตรที่พัฒนาจากวิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่าเท่ากับ .79

ผู้ศึกษาทำการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยได้มีการเก็บข้อมูลเป็น 3 ระยะ คือ ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม หลังการเข้าร่วมกิจกรรมทันที และหลังการเข้าร่วมกิจกรรม 2 เดือน รวบรวมแบบสอบถามได้จำนวน 200 ชุด แล้วนำข้อมูลมาประมวลผลข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป ใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการอธิบายลักษณะของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม การประเมินปฏิกิริยา (Reaction Evaluation) การประเมินความรู้ และเจตคติ (Learning and Attitude Evaluation) การประเมินพฤติกรรม (Behavior Evaluation) และการประเมินผลลัพธ์ (Result Evaluation) ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวานและทดสอบความแตกต่างด้านความรู้ ด้านเจตคติ ด้านพฤติกรรม และด้านผลลัพธ์ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้วิธีการทดสอบค่าทีอิสระ (t-test Independent) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ปรากฏผลการวิจัย ดังนี้

สรุปผลการประเมิน

1. ผลการประเมินปฏิกิริยา (Reaction Evaluation) ของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อการจัดกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยเบาหวานที่มีต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้ เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลก ผู้ป่วยมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน ทุกด้าน ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินใจว่าผ่านการประเมิน เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า

1.1 ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในด้านเนื้อหาการเรียนรู้ตรงกับความต้องการโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินใจว่าผ่านการประเมิน โดยประเด็นเนื้อหาความรู้ในเรื่องการดูแลทำมีค่าเฉลี่ยสูงสุด

1.2 ระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อการจัดกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในด้านความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินถือว่าผ่านการประเมิน โดยประเด็นการใช้เวลาในการบรรยายให้ความรู้มีค่าเฉลี่ยสูงสุด

1.3 ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในด้านการเรียนรู้มีประโยชน์สามารถนำไปปฏิบัติหรือปรับใช้ได้จริงอยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินถือว่าผ่านการประเมิน

1.4 ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเอง ของ ผู้ป่วยเบาหวาน ใน ด้านวิทยากรและทีมสุขภาพ มีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ที่อยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินถือว่าผ่านการประเมิน

1.5 ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในด้านการเรียนรู้มีประโยชน์สามารถนำไปปฏิบัติหรือปรับใช้ได้จริงอยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินถือว่าผ่านการประเมิน

1.6 ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยเบาหวานในด้านวิทยากรและทีมสุขภาพมีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ที่อยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินถือว่าผ่านการประเมิน

1.7 ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในด้านการประสานงานและการอำนวยความสะดวกอยู่ในระดับมากที่สุด ผลการตัดสินถือว่าผ่านการประเมิน

2. ผลการประเมินและเปรียบเทียบระดับความรู้และเจตคติ (Learning and Attitude Evaluation) ของผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในศูนย์เบาหวานต่อโรคเบาหวาน

2.1 ผลการประเมินและเปรียบเทียบระดับความรู้

2.1.1 ผลการประเมินความรู้ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมต่อโรคเบาหวาน ระดับความรู้หลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมส่วนใหญ่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ยกเว้น ข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน 3 ข้อ ได้แก่ 1) การลิ้มรับประทานยาเบาหวานในมื้อใด ผู้ป่วยสามารถรับประทานเพิ่มปริมาณในมื้อต่อไปได้ 2) การออกกำลังกายสม่ำเสมอในลักษณะที่อยู่กับที่ ไม่ได้ช่วยให้น้ำตาลในเลือดลดลง และ 3) เมื่อมีกิจกรรมที่ต้องใช้แรงงานมากกว่าปกติที่เคยปฏิบัติ ควรรับประทานอาหารมากขึ้น

2.1.2 ผลการเปรียบเทียบความรู้ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมต่อโรคเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ระดับความรู้ของผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมกิจกรรมต่อโรคเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมผ่านเกณฑ์การประเมิน เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ผู้ป่วยมีความรู้หลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.2 ผลการประเมินและเปรียบเทียบระดับเจตคติ

2.2.1 ผลการประเมินเจตคติของผู้เข้าร่วมกิจกรรมต่อโรคเบาหวาน ระดับเจตคติหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมส่วนใหญ่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ยกเว้นข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน 3 ข้อ ได้แก่ 1) เชื่อว่าการดื่มเหล้าและแอลกอฮอล์ไม่มีผลต่อการควบคุมโรคเบาหวาน 2) คิดว่าการรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานทำให้ชีวิตยุ่งยาก และ 3) คิดว่าการออกกำลังกายเพียงครั้งละ 10 นาที ก็เป็นการเพียงพอแล้ว

2.2.2 ผลการเปรียบเทียบเจตคติของผู้เข้าร่วมกิจกรรมต่อโรคเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ระดับเจตคติของผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมกิจกรรมต่อโรคเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมผ่านเกณฑ์การประเมิน และเมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ผู้ป่วยมีเจตคติหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเอง (Behavior Evaluation) ของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในศูนย์เบาหวาน พบว่า

3.1 ผลการประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม หลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมและรายข้อผ่านเกณฑ์ที่กำหนดในระดับมากและมากที่สุด

3.2 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมกิจกรรมต่อโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมผ่านเกณฑ์การประเมิน และเมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง หลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผลการประเมินด้านผลลัพธ์ (Result Evaluation) โดยการดูค่าของระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน 2 เดือนหลังการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของ

ผู้ป่วยเบาหวาน พบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรม มีกลุ่มผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีมีจำนวน 125 คนคิดเป็นร้อยละ 62.50 ซึ่งไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินที่กำหนด

อภิปรายผล

ผลการศึกษาเรื่อง การประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลพุทธชินราช มีข้อค้นพบที่นำมาอภิปรายผลตามจุดมุ่งหมายของการศึกษาดังนี้

1. **ผลการประเมินด้านปฏิบัติการ** ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ทุกด้านในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุดและผ่านการเกณฑ์การตัดสินในทุกประเด็นการประเมิน โดยมีระดับความพึงพอใจสูงสุดในประเด็นวิทยากรและทีมสุขภาพมีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ แสดงให้เห็นว่าการให้ความรู้โดยวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีและการเสริมสร้างแรงจูงใจก่อนการให้ความรู้ รวมทั้งการพูดคุยอย่างเป็นกันเองเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในวิธีการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเอง และการสาธิตวิธีการเลือกชนิดและปริมาณอาหารที่ควรรับประทานจากโมเดลอาหารเสมือนจริงและมีการฉายวีดิทัศน์เกี่ยวกับพยาธิสภาพของการเกิดโรคและภาวะแทรกซ้อนของภาวะน้ำตาลในเลือดสูง ทำให้ผู้ป่วยมีการตอบสนองต่อสถานการณ์ได้เป็นอย่างดี มีความสนใจซักถามข้อสงสัยและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างกว้างขวาง โดยวิทยากรจะคอยเสริมความรู้และให้คำแนะนำแนวทางปฏิบัติตัวที่ถูกต้องและเหมาะสมให้ เนื่องจากผู้ป่วยบางคนเป็นผู้สูงอายุที่อาจจะรู้สึกท้อแท้และหมดหวังกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ดังนั้นลักษณะของเนื้อหาสาระของการจัดการเรียนรู้ต้องมีความชัดเจน เข้าใจง่ายและสามารถนำไปปรับใช้ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตประจำวันได้ พร้อมทั้งการยกย่องชมเชยและพูดให้กำลังใจเป็นระยะ ซึ่งดีกว่าการพูดให้ฟังเพียงอย่างเดียว สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปราณี ลักนาจันทโชติ (2548) ซึ่งได้ศึกษาผลการให้ข้อมูลและความรู้พร้อมเอกสารประกอบ การฝึกทักษะเรื่องการเลือกอาหารจากโมเดลอาหารและการออกกำลังกาย การใช้บุคคลตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จในการดูแลตนเอง การพูดคุยถึงภาวะระดับน้ำตาลในเลือดและการอธิบายปัจจัยเสี่ยงของหลอดเลือด การให้คำปรึกษา แนะนำ ซึ่งแนะนำแนวทางการดูแลตนเองและการสนับสนุนด้านอารมณ์จิตใจ พบว่าทำให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมดูแลตนเองดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ในด้านเนื้อหาการเรียนรู้ตรงกับความต้องการมีระดับความพึงพอใจรองลงมา แสดงให้เห็นว่าวิทยากรได้จัดเตรียมเนื้อหาความรู้มาเป็นอย่างดี สามารถทำให้ผู้รับสนใจและเข้าใจง่ายขึ้น

ส่วนในประเด็นความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกปฏิบัติด้านการดูแลเท้าและการนวดเท้า มีระดับความพึงพอใจต่ำสุดของการประเมินปฏิบัติการ ทั้งนี้อาจกล่าวได้ว่าประเด็นการดูแลเท้าและการนวดเท้าเป็นประเด็นความรู้ที่จำเป็นและสำคัญอีกประการหนึ่งซึ่งถ้ามีการดูแลไม่ดีหรือไม่ถูกต้องตามแนวทางการดูแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวานก็อาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนของการเกิดแผลที่เท้าเรื้อรังจนถึงระดับความรุนแรงทำให้ต้องถูกตัดขาหรือเท้าได้ทำให้ผู้ป่วยมีความสนใจในประเด็นนี้และเห็นว่าระยะเวลาที่ใช้ในการสาธิต ฝึกทักษะในการปฏิบัติการดูแลเท้าและการนวดเท้าไม่เพียงพอต่อการจดจำขั้นตอนและวิธีการที่ถูกต้องได้หมด

2. ผลการประเมินด้านความรู้และด้านเจตคติของผู้ป่วยเบาหวาน ที่เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเอง ที่มีต่อโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้ป่วยมีความรู้และเจตคติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่ากระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ใน 5 ด้าน ได้แก่ ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน การรับประทานอาหาร การช้ยา การออกกำลังกายและการดูแลเท้า สามารถสนับสนุนให้ผู้ป่วยเบาหวานเกิดพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องมากกว่าเดิม เนื่องจากผู้ป่วยสามารถนำความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนที่ถูกต้องและเหมาะสมไปปรับใช้ ทำให้เกิดความมั่นใจในการจัดการตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น รวมทั้งการเรียนรู้ประสบการณ์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติตัวในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ทำให้เกิดความรู้สึกคาดหวังว่าจะสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้เหมือนผู้อื่น และไม่ต้องการให้ตนเองเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานเกิดความรู้สึกตระหนักที่จะนำความรู้ที่ได้รับไปปรับพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพตนเองให้มากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สิทธิชัย ไชยช่วย (2540) ซึ่งได้ศึกษาผลผลิตของการจัดกิจกรรมให้ความรู้ความเข้าใจแก่ผู้ป่วยเบาหวาน พบว่าผู้ป่วยสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ดีขึ้นกว่าเดิม และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กอบไชค วุฒิโชติวิญญ์กิจ (2547) ได้ศึกษาผลการดำเนินงานกิจกรรมป้องกันควบคุมโรคหัวใจ หลอดเลือดและเบาหวาน พบว่าผลการให้ความรู้ที่ถูกต้องกับผู้ป่วยเป็นการส่งเสริมได้ตระหนักถึงภาวะของโรคมากขึ้นและนำไปสู่การดูแลสุขภาพตนเองและสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลตนเองได้ดีกว่าเดิม และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ จามจุรี แซ่หลู่ (2543, หน้า 163) ได้ศึกษาผลการรับรู้ภาวะสุขภาพและวิธีการดูแลตนเองในผู้ป่วยเอดส์ พบว่าทำให้ผู้ป่วยมองเห็นทางหายจากโรค คิดที่จะดูแลตนเอง เริ่มรับรู้ว่าการดูแลตนเองจะช่วยให้มีชีวิตรอดยืนยาวขึ้น ทำให้ปรับการดำเนินชีวิตให้สมดุลด้วยการคงวิถีชีวิต

2.1 ผลการประเมินด้านความรู้เรื่องยาเบาหวานพบไม่ผ่านการประเมิน ในประเด็น การลิมิตินยา แล้วสามารถกินเพิ่มในมื้อถัดไปได้ (ตอบถูก ร้อยละ 69.00) แสดงว่า การดูแลผู้ป่วย เบาหวานอย่างต่อเนื่องควรต้องมีการสอบถามและประเมินพฤติกรรมเรื่องการรับประทานยาที่ ถูกต้องด้วยทุกครั้ง เพื่อให้มีผลด้านการดูแลรักษาอย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนด้านความรู้ในเรื่องของ การออกกำลังกาย ในประเด็นที่ผู้ป่วยมีความเข้าใจว่าการออกกำลังกายสม่ำเสมอในลักษณะที่อยู่ กับที่ ไม่ได้ช่วยให้น้ำตาลในเลือดลดลง (ตอบถูกร้อยละ 41.50) และเข้าใจว่าเมื่อมีกิจกรรมที่ต้องใช้ แรงงานมากกว่าปกติที่เคยปฏิบัติ ก็ไม่จำเป็นต้องรับประทานอาหารเพิ่มมากขึ้น (ตอบถูกร้อยละ 75.50) ซึ่งผลการตัดสินถือว่าไม่ผ่านการประเมิน แสดงว่า ผู้ป่วยเบาหวานยังขาดความรู้ในเรื่อง การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องและยังมีพฤติกรรมในการออกกำลังกายที่ยังไม่ถูกต้องและเหมาะสม ซึ่ง สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุกันยา ไหญ่วงศ์ (2546) พบว่า ผลของการสร้างพลังเพื่อควบคุม ระดับน้ำตาลในเลือด ผู้ป่วยสามารถวิเคราะห์ปัญหา วางแผน และนำไปปฏิบัติได้ มีการรับรู้ใน ความสามารถของตนเองอยู่ในระดับสูง แต่พบว่า มีพฤติกรรมในการออกกำลังกายที่ถูกต้องอยู่ใน ระดับปานกลาง และสอดคล้องกับ เพ็ญจันทร์ ประดับมุก (2530) ได้ศึกษาความเชื่อและแรงจูงใจมี ผลต่อการดูแลสุขภาพของตนเอง พบว่า การเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตโดย การสอนและให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ การปรับตัวเข้ากับข้อจำกัดต่างๆ เป็นสิ่งจำเป็นถึงแม้ว่า จะป่วยมานาน ก็ไม่ใช่ที่ผู้ป่วยจะมีทักษะในการดูแลสุขภาพตนเองได้ดี ดังนั้นในการให้ความรู้ อย่างต่อเนื่องไม่เพียงแต่จะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้เพียงอย่างเดียว ต้องทำให้ผู้เรียนเกิด กระบวนการคิดวิเคราะห์ มีความเข้าใจ ปรับวิธีคิด ค่านิยม ความเชื่อและทัศนคติด้วย ดังนั้น พยาบาลผู้ดูแลต้องให้ความรู้เรื่องโรคและเป็นที่ปรึกษาแก่ผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้มีพฤติกรรมที่ ถูกต้องตามความรู้ที่ได้รับ

2.2 ผลการประเมินด้านเจตคติต่อโรคเบาหวาน ผลการวิเคราะห์พบว่า ในภาพรวม ผู้ป่วยมีค่าเฉลี่ยเจตคติต่อโรคเบาหวานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่ง สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อรอนงค์ นารอด (2544, หน้า 53) พบว่า หลังจากการใช้รูปแบบ การสอนผู้ป่วยเบาหวาน ทำให้ผู้ป่วยมีความรู้เรื่องโรคเจตคติในการปฏิบัติตน และความสามารถใน การดูแลตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และสอดคล้องกับ นงนุช โอบะ (2549, หน้า 113-120) ซึ่งผลการศึกษาพบว่า หลังการให้โปรแกรมการพยาบาลในผู้ป่วยเบาหวานมีค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติต่อโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ส่วนการประเมินผลในครั้งนี้ที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน คือด้านการรับประทานอาหาร ใน ประเด็นที่เชื่อว่าการดื่มเหล้าและแอลกอฮอล์ไม่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาล และในประเด็น

ด้านการออกกำลังกายเพียงครั้งละ 10 นาที ก็เพียงพอแล้ว แสดงว่า ผู้ป่วยเบาหวานยังมีความเชื่อมั่นในพฤติกรรมที่ตัวเองเคยปฏิบัติอยู่เป็นประจำว่าถูกต้องและไม่มีผลต่อการควบคุมโรคเบาหวานหรือ ในปัจจุบันยังไม่เห็นผลชัดเจนจากการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมที่ผ่านมา ส่วนในประเด็นการรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานทำให้ชีวิตยุ่งยาก แสดงว่า ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้สึกว่าเป็นพฤติกรรมที่ปรับเปลี่ยนยาก ทำให้การดำเนินชีวิตไม่เป็นไปตามปกติที่เป็นอยู่ ซึ่งในการติดตามในประเด็นเรื่องเจตคตินี้ต้องใช้เวลาในการติดตามให้นานกว่านี้ รวมทั้งการสนับสนุนให้ความช่วยเหลือและการพูดคุยให้กำลังใจ เพื่อที่จะส่งผลทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนด้านความรู้สึกนึกคิดเป็นเชิงบวก ให้เห็นคุณค่าและประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลตนเองที่เหมาะสมว่ามีผลต่อการดำเนินชีวิตในผู้ป่วยเบาหวาน ดังนั้นทีมผู้ดูแลด้านการพยาบาลควรต้องติดตามต่อเนื่องเป็นรายบุคคล เพื่อปรับเปลี่ยนทัศนคติและให้คำปรึกษา สร้างเสริมคุณค่าของพฤติกรรมที่เหมาะสมและให้มีความตระหนักถึงการมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนในระยะยาวจากการมีเจตคติเชิงลบในพฤติกรรมดูแลตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับสมจิต แซ่จิ่ง (2547, หน้า 99) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพในผู้ป่วยเบาหวาน พบว่า เจตคติที่มีต่อโรคเบาหวานเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมในด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน ปัจจุบันมีการปรับเปลี่ยนวิธีการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานโดยการให้ ครอบครัว ญาติหรือผู้ดูแลเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลตนเองของผู้ป่วย จากการศึกษาพบว่า สอดคล้องกับ เสถียร พงษ์ศิริวินา (2546, หน้า 118-124) ซึ่งได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน พบว่า เจตคติ ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานและลักษณะครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในการให้ความรู้จะมีผลทำให้ผู้ได้รับมีพฤติกรรมตามความรู้ที่ได้รับด้วย และการจะทำให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมที่ถูกต้องได้ ผู้ป่วยต้องมีเจตคติที่ดีต่อโรคนั้นด้วยเช่นกัน ดังนั้นการพัฒนาระบบการให้การดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานซึ่งเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ควรจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนการดูแลตนเองในระบบเครือข่ายการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน โดยให้ชุมชน ครอบครัว ญาติ ผู้ดูแล หรือบุคคลต้นแบบที่ประสบความสำเร็จในการดูแลตนเอง เข้ามามีส่วนร่วมในการให้ความช่วยเหลือเพื่อปรับเปลี่ยนเจตคติเชิงบวกแก่ผู้ป่วยเบาหวานด้วย จะเกิดผลดียิ่งขึ้น

3. ผลการประเมินด้านพฤติกรรมดูแลตนเอง พบว่า ในภาพรวมและรายด้านผู้ป่วยมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมดูแลตนเอง ทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับสูงและผ่านเกณฑ์การประเมิน และพบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับ สิทธิชัย ไชยช่วย (2540) พบว่าหลังการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยเบาหวาน

ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานสามารถมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองได้ดีกว่าเดิม และสอดคล้องกับ กอบโซค วุฒิชิตวณิชยกิจ และคณะ (2547) พบว่าการให้ความรู้ที่ถูกต้องแก่ผู้ป่วยเบาหวานทำให้ผู้ป่วยสามารถสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลตนเองและการปฏิบัติตนเองได้ดีกว่าเดิม และสอดคล้องกับ ภาวนา กิริติยุตวงศ์ (2537) พบว่าหลังการส่งเสริมความรู้ในการดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวานทำให้ผู้ป่วยสามารถปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนเข้ากิจกรรมและสอดคล้องกับ วรวรรณ์ ทิพย์วาริรมย์ (2543, หน้า 113-114) พบว่าผลการให้ความรู้ต่อความสามารถในการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ทำให้ผู้ป่วยมีความสามารถในการดูแลตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง มีคุณภาพชีวิตดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ ศิริมา เนาวรัตน์ (2541) ได้ศึกษาผลของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับบุคคลอ้างอิงต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในผู้ป่วยเบาหวาน พบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมปฏิบัติไปในทางที่ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

4. ผลการประเมินด้านผลลัพธ์ โดยการศึกษาระดับค่าน้ำตาลในเลือดหลังการเข้าร่วมกิจกรรม 2 เดือน จากผลการวิเคราะห์พบว่าผู้ป่วยที่สามารถควบคุมระดับได้ดี คือมีค่าระดับค่าน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร 6-8 ชั่วโมงน้อยกว่า 127 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร มีจำนวนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับ ประภาลี โภภาสันนท์ (2542, บทคัดย่อ) ได้ศึกษา พบว่าผลของการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ในผู้ป่วยเบาหวานกลุ่มทดลองมีการควบคุมโรคดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ ภาวนา กิริติยุตวงศ์ (2537, 113-114) ได้ศึกษาผลหลังการส่งเสริมความรู้ในการดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวาน พบว่าผู้ป่วยมีระดับค่าเฉลี่ยของน้ำตาลในเลือดลดลง และสอดคล้องกับ อรอนงค์ นารอด (2544, หน้า 53) ได้ศึกษาพบว่าหลังการนำรูปแบบการสอนผู้ป่วยเบาหวานต่อความสามารถในการปฏิบัติตนผู้ป่วยมีระดับน้ำตาลในเลือดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ นางนุช โอบะ (2549, หน้า 113-120) ศึกษาผลหลังการใช้โปรแกรมการพยาบาลแบบตั้งเป้าหมาย พบว่าระดับน้ำตาลในเลือดของกลุ่มทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการศึกษาครั้งนี้ผลระดับน้ำตาลในเลือดหลังการเข้าร่วมกิจกรรม 2 เดือน พบว่า มีผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี จำนวน 125 คนคิดเป็นร้อยละ 62.50 ซึ่งไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินที่กำหนด ซึ่งสอดคล้องกับ กัญญา บุตรสรนรินทร์ (2540, หน้า 68-69) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการลดลงของระดับน้ำตาลในเลือด พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีการปฏิบัติตัวที่ดีจะมีระดับน้ำตาลในเลือดลดลงเพียงร้อยละ 32.9 ส่วนในกลุ่มที่มีการปฏิบัติตัวไม่ดีลดลงเพียงร้อยละ 15.9 ซึ่งจากผลของระดับน้ำตาลในเลือดที่ติดตามผลในการศึกษาครั้งนี้ไม่ผ่านเกณฑ์ที่กำหนด อาจเป็นเพราะการ

ติดตามผลลัพธ์ในครั้งนี้เป็นการติดตามผลของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวาน ในระยะสั้นเกินไป ซึ่งอาจจะยังไม่เห็นผลในระดับของค่าน้ำตาลเลือดได้อย่างชัดเจนหรืออาจเป็นเพราะการปฏิบัติกิจกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่ถูกต้องและเหมาะสม เป็นไปอย่างไม่สม่ำเสมอ จึงทำให้ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีตามเป้าหมายได้ ดังนั้นการศึกษาระดับน้ำตาลในเลือด จึงควรมีการติดตามศึกษาผลของระดับน้ำตาลในเลือดอย่างต่อเนื่อง เช่น ทุก 3 เดือน ทุก 6 เดือน ทุก 1 ปี เป็นต้น รวมทั้งตลอดการรักษาและทุกครั้งที่มาพบแพทย์ด้วย พร้อมทั้งการให้คำปรึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในการดูแลตนเองอย่างต่อเนื่องตามผลของระดับน้ำตาลในเลือดในวันที่มาพบแพทย์

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาเรื่องการประเมินกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลพุทธชินราช มีประเด็นที่ค้นพบและสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในด้านการพัฒนาและด้านวิชาการต่อไป ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการประเมินไปใช้

1. **ด้านปฏิกริยา** คือ ความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมตามกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งเป็นโรคที่ไม่ติดต่อเรื้อรัง ผู้ป่วยจะมีการพบปะและได้รับคำแนะนำในเนื้อหาของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ จากทีมงานด้านการพยาบาลอย่างต่อเนื่อง อาจทำให้เกิดความเบื่อหน่ายและหมดหวัง โดยเฉพาะในผู้ป่วยสูงอายุที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด ดังนั้นในการจัดกิจกรรมพยาบาลและทีมผู้ให้บริการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ป่วยก่อนและให้ความเป็นกันเอง ทำให้เกิดความเชื่อถือศรัทธา มั่นใจ แล้วจากนั้นค่อย ๆ สอดแทรกความรู้และเสริมแรง จูงใจ ให้ผู้ป่วยเห็นคุณค่าในตนเองและคุณค่าของพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง เหมาะสมเพื่อที่จะส่งผลให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น อาจใช้ลักษณะการนำเสนอในรูปแบบต่าง ๆ ที่หลากหลาย มีความน่าสนใจเพื่อเป็นเทคนิคในการเสริมแรงจูงใจและส่งเสริมการเรียนรู้ เช่น การจัดกิจกรรมฐานการเรียนรู้จากประสบการณ์หรือบุคคลต้นแบบ การเข้าค่ายฝึกปฏิบัติ การฉายวิดีโอที่น่าสนใจเน้นทักษะในการฝึกปฏิบัติ การจัดกิจกรรมควรวีให้สอดคล้องตามวิถีชีวิตของกลุ่มผู้ป่วย และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้หรือฝึกอบรมโดยนำกรณีศึกษาผู้ป่วยที่ประสบความสำเร็จในการดูแลตนเองหรือผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อนแล้ว มาให้ข้อมูลที่แท้จริงแก่กลุ่มผู้ป่วยเบาหวานด้วยตนเอง นอกจากนี้ควรมีการจัดกิจกรรมเสริมความรู้

เกี่ยวกับโรคเบาหวานแก่ ญาติผู้ป่วยหรือผู้ดูแลที่อยู่ในครอบครัว เช่น สามี ภรรยา บุตร ผู้ดูแลผู้ป่วย เป็นต้น เพื่อให้กลุ่มบุคคลเหล่านี้ สามารถที่จะให้การสนับสนุนแก่ผู้ป่วยในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและมีส่วนช่วยให้ผู้ป่วยสามารถมีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้และปลอดภัยจากการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานได้

2. ด้านความรู้และเจตคติต่อโรคเบาหวาน ของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเอง

2.1 ด้านความรู้ ควรให้มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมความรู้และทักษะในการสนับสนุนพฤติกรรมดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวานอย่างมีประสิทธิภาพ สิ่งสำคัญต้องหาแนวทางการดำเนินงานเพื่อปรับเปลี่ยนเจตคติให้เกิดเจตคติเชิงบวกในผู้ป่วยเบาหวานให้ได้ก่อน โดยการกระตุ้นให้ผู้ป่วยเห็นคุณค่าของพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง เหมาะสม และเกิดประโยชน์ในการปรับเปลี่ยนสุขภาพให้เป็นไปในทางที่พึงประสงค์และสามารถปฏิบัติได้และมีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตประจำวันของผู้ป่วย

2.2 ด้านเจตคติ ควรจัดกิจกรรมในลักษณะที่เป็นการกระตุ้นให้ผู้ป่วยเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ให้มีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองว่าสามารถปฏิบัติตัวในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ด้วยตนเอง เน้นการสร้างพลังอำนาจในตนเองให้ผู้ป่วยเกิดการคิดวิเคราะห์เพื่อช่วยในการตัดสินใจต่อคุณค่าของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเชิงบวก มีความรู้สึกนึกคิดเชิงบวกมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้สามารถควบคุมโรคได้และส่งผลไม่ทำให้เกิดโรคจากภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้เหมือนบุคคลปกติทั่วไป

3. ด้านพฤติกรรมดูแลตนเอง ควรเน้นพฤติกรรมในการดูแลตนเองทั้ง 5 ด้านไปพร้อม ๆ กันเพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานเกิดความตระหนักในการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องและเหมาะสมกับโรคเบาหวานอย่างต่อเนื่องโดยการพูดคุยกระตุ้นให้ผู้ป่วยใส่ใจต่อพฤติกรรมที่ควรปฏิบัติเพื่อไม่ให้เกิดการละเลยซึ่งจะส่งผลต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนขึ้นได้ โดยเฉพาะพฤติกรรมที่ส่งผลต่อระดับน้ำตาลในเลือด เช่น การลิ้มรับประทานยาเบาหวาน การหยุดรับประทานยาเอง การรับประทานยาไม่สัมพันธ์กับมื้อของการรับประทานอาหาร การไม่ต่อเนื่องในการออกกำลังกายหรือไม่ให้ความสำคัญในการออกกำลังกาย เป็นต้น รวมทั้งการพัฒนาระบบเครือข่ายในการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นและมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาคุณภาพบริการและสุขภาพของผู้ป่วย จึงต้องมีการเชื่อมโยงการดูแลผู้ป่วยกับเครือข่ายบริการทุกระดับ (ปฐมภูมิ ทุติยภูมิ และตติยภูมิ) อย่างครอบคลุมและทั่วถึงต่อไป รวมทั้งการสนับสนุนการมีส่วนร่วมของเครือข่ายการดูแล

ผู้ป่วย เช่น ชุมชน ครอบครัว ญาติ ผู้ดูแล และบุคคลต้นแบบ เป็นต้น เพื่อส่งผลให้การดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น นอกจากนั้นควรมีการพัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศเพื่อเชื่อมโยงการดูแลผู้ป่วยเบาหวานให้ครอบคลุมพื้นที่การดูแลผู้ป่วยเบาหวานได้อย่างทั่วถึงและต่อเนื่อง มีความสะดวกรวดเร็วและไม่ให้เกิดความซ้ำซ้อนในระบบการให้บริการ เช่น ระบบข้อมูลสารสนเทศ การรับและส่งต่อผู้ป่วยเพื่อดูแลต่อเนื่อง การเยี่ยมบ้าน การให้บริการคัดกรองภาวะเสี่ยงที่เกิดจากโรคเบาหวาน เป็นต้น ซึ่งส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพในระบบการดูแลผู้ป่วยเบาหวานอย่างครบวงจร เพื่อเป็นการติดตามดูแลพฤติกรรมและการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานอย่างต่อเนื่อง

4. ด้านผลลัพธ์ โดยการประเมินค่าระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยหลังการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้ ควรมีการติดตามอย่างต่อเนื่องเป็นระยะ ๆ โดยการประเมินทั้งค่าระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหารตามปกติในการนัดพบแพทย์ต่อเนื่องและการหาค่าระดับน้ำตาลสะสม (HbA1C) ในผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลไม่ได้ต่อเนื่อง ควรมีการเจาะเลือดหาค่าระดับน้ำตาลในเลือดขณะอยู่ที่บ้านร่วมด้วย เพื่อช่วยในการวางแผนการรักษาของแพทย์และเป็นการประเมินความเสี่ยงของการเกิดภาวะเสี่ยงซ้อนจากโรคเบาหวานด้วย

ข้อเสนอแนะในการศึกษาค้นคว้าครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาผลของการดำเนินงาน ทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ โดยให้ครอบครัวและชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม
2. ควรศึกษาเปรียบเทียบตัวแปรอื่น ๆ เช่น ระดับฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA1C) ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) และความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) และควรมีการติดตามผลลัพธ์จากการดูแลตนเองในระยะยาวกว่านี้ เช่น ระยะเวลา 6 เดือน ระยะเวลา 1 ปี ระยะเวลา 1-2 ปี เป็นต้น
3. ควรศึกษาการควบคุมโรคของผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาชีพแตกต่างกัน
4. ควรศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการควบคุมโรคเบาหวาน