ชื่อเรื่อง การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้ด้านการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตโดยใช้สื่อเรียนรู้ในท้องถิ่นสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน เทศบาลตำบลโพนแพง อำเภออากาศอำนวย จังหวัดสกลนคร

ผู้วิจัย สุระเดช ไชยตอกเกี้ย สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ผู้ร่วมวิจัย สุพรรณี พฤกษา จิตติมา พีรกมล บุญเลี้ยง สุพิมพ์ และจิราพัชร สุมะลิ

ระยะเวลา เดือนสิงหาคม พ.ศ. 2561 ถึง เดือนธันวาคม พ.ศ. 2561

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) มีวัตถุประสงค์พัฒนารูปแบบการให้ความรู้ด้านการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตโดยใช้สื่อเรียนรู้ในท้องถิ่นสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน เทศบาลตำบลโพนแพง อำเภออากาศอำนวย จังหวัดสกลนคร การวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอนขั้นตอนที่ 1 ศึกษาศึกษาสถานการณ์สภาพปัญหาและความต้องการการพัฒนารูปแบบการให้ความรู้ด้านการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตโดยใช้สื่อเรียนรู้ในท้องถิ่นสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานขั้นตอนที่ 2 พัฒนารูปแบบการให้ความรู้ด้านการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตโดยใช้สื่อเรียนรู้ในท้องถิ่นสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ขั้นตอนที่ 3 ศึกษาประสิทธิภาพของรูปแบบการให้ความรู้ด้านการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตโดยใช้สื่อเรียนรู้ในท้องถิ่นสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ต่อความรู้เกี่ยวกับคาร์โบไฮเดรต พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และระดับน้ำตาลในเลือด ในรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่าง 1 กลุ่ม (The One–Group Pretest–Posttest Design) จำนวน 39 คน เข้าร่วมโครงการเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ เปรียบเทียบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติ Paired sample T-Test กำหนดระดับความเชื่อมั่นที่ 0.05

ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการให้ความรู้ด้านการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตโดยใช้สื่อเรียนรู้ในท้องถิ่นสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ประกอบด้วย 1) ระบบการสร้างความรู้ 2) กลไกที่สำคัญในการขับเคลื่อนระบบ ภายหลังนำรูปแบบที่สร้างขึ้นไปสู่การปฏิบัติ พบว่า ความรู้เกี่ยวกับคาร์โบไฮเดรตเพิ่มขึ้น ระดับพฤติกรรมการรับประทานอาหารภาพรวมดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$) โดยมีพฤติกรรม 1) การชั่งหรือตวงข้าวก่อนรับประทาน 2) การรับประทานผลไม้จนอิ่ม 3) การนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตในการรับประทานอาหารแต่ละมื้อ 4) การจำกัดปริมาณอาหารจำพวกข้าว แป้ง 5) การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ดีขึ้นอย่างชัดเจน และระดับน้ำตาลในเลือดเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติ ($p<0.05$) และกลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อรูปแบบการให้ความรู้ อยู่ในระดับสูง จากผลการวิจัยในครั้งนี้สามารถเป็นแนวทางในการดูแลสุขภาพด้านโภชนาการของผู้ป่วยโรคเบาหวานได้เป็นอย่างดี

Title Development of Carbohydrate Counting Education Model Using by Local Learning Media for Diabetes Mellitus Patients in Phonphang Subdistrict Municipality, Akat Am Nuai District, Sakon Nakhon Province

Author Suradech Chaitokkia, Department of Food and Nutrition, Faculty of Science and Technology

Co-Researcher Supannee Pruksa, Chittima Peerakamol, Bunliang Suphim and Jirapat Sumali

Year August 2018 to December 2018

Abstract

This study was a research and development. The purposes were to development of carbohydrate counting model using local learning media for diabetic patients in Phon Phang Sub-district Municipality, Akat Amnuai District, Sakon Nakhon Province. The research is divided into 3 steps: Step 1; study of situations, state of problems, and the needs for developing carbohydrate counting models using local learning media for diabetic patients. Step 2; develop the carbohydrate counting model using local learning media for diabetic patients. Step 3; study the effectiveness of carbohydrate counting model using local learning media for diabetic patients about the knowledge of carbohydrates, eating habits and blood glucose levels in quasi-experimental research by collecting data before and after the experiment, the one-group pretest-posttest design consists of 39 participants in joining the project during 8 weeks, compare the differences before and after the test using paired sample T-Test. The confidence level is at 0.05.

The results showed that the carbohydrate counting model using local learning media for diabetic patients consisted of 1) knowledge creation system 2) important mechanism for driving the system, after the model was tested, it was found that knowledge about carbohydrates was increased, the overall of food habits were significantly improved at ($p<0.05$) with the behavior of 1) measuring or measuring rice before eating, 2) eating fruit until satiety, 3) counting the carbohydrate units in each meal. 4) limiting the amount of starchy food 5) drinking alcohol clearly improved and the blood sugar level decreased significantly at ($p<0.05$) and the subjects were satisfied with the study model at a high level. From the result, it can be a good guideline for health care of diabetic patients.