

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากวิถีการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยในปัจจุบัน ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมมาก โดยมักจะมีการบริโภคอาหารประเภทน้ำตาล แป้ง และไขมันมาก แต่มีการออกกำลังกายน้อย ทำให้คนไทยมีแนวโน้มป่วยเป็นโรคเบาหวานเพิ่มมากขึ้นทุกปี จากสถิติของสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา พบว่าจำนวนผู้ตายและอัตราตายด้วยโรคเบาหวานสูงขึ้นตามลำดับเวลา ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโรคมีความรุนแรงมากขึ้น โดยในปี 2547 พบอัตราตายโรคเบาหวานต่อประชากรแสนคน เท่ากับ 12.3 (จำนวน 7,665 ราย) เป็นผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย 1.6 เท่า และในปีเดียวกันพบจำนวนผู้ป่วยในที่ได้รับการรักษาจากสถานบริการสาธารณสุขของกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 247,165 ราย คิดเป็นอัตราป่วยเฉพาะผู้ป่วยใน เท่ากับ 444.16 ต่อประชากรแสนคน (อัญชลี ศิริพิทยาคุณกิจ, 2548) โรคเบาหวานนี้จึงเป็นตัวชี้วัดหนึ่งในนโยบาย “คนไทยแข็งแรง เมืองไทยแข็งแรง” (Healthy Thailand) นั่นคือ ลดอัตราป่วยและตาย ด้วยโรคเบาหวาน และมีเป้าหมาย คือ จำนวนผู้ป่วยในที่ได้รับการรักษาในสถานบริการ ของกระทรวงสาธารณสุขด้วยโรคเบาหวาน เพิ่มไม่เกินร้อยละ 10

โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรังที่ต้องดูแลและรักษาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตของผู้ป่วย ซึ่งผู้ป่วยมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องปรับเปลี่ยนแบบแผนการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับภาวะโรค ทั้งทางด้านการควบคุมอาหาร การรับประทานยาให้สม่ำเสมอ การออกกำลังกาย การดูแลตนเองอย่างเคร่งครัดตามแผนการรักษา หากผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้ลดลงอยู่ในเกณฑ์ หรือใกล้เคียงกับเกณฑ์ปกติ บ่อยๆให้มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานาน ย่อมมีภาวะเสี่ยงสูงที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ทำให้ผู้ป่วยต้องได้รับความทุกข์ทรมานหรือเสียชีวิตได้ เช่น โรคหัวใจ ไตวาย ตาบอด ต้อตืดเท้าหรือขา เป็นต้น ประเทศไทยเราต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาพยาบาลจำนวนมาก นอกจากภาวะแทรกซ้อนทางกายดังกล่าวแล้ว พบว่าโรคเบาหวานยังมีภาวะแทรกซ้อนทางจิตใจร่วมด้วย จากงานวิจัยต่างๆ พบว่าภาวะซึมเศร้าเป็นอาการแทรกซ้อนที่พบได้บ่อยในผู้ป่วยเบาหวาน โดยมีโอกาสมากกว่าคนปกติราว 2 เท่า (ลิตานันท์ พูนผลทรัพย์, 2548)

พบว่า ความชุกของภาวะซึ่มเศร้าในผู้ป่วยโรคเบาหวาน ประมาณร้อยละ 20 – 30 (สิตานันท์ พูนผลทรัพย์, 2548) และถ้าผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีโรคทางกายอื่น ๆ รวมด้วย ยิ่งทำให้เกิดปัญหาภาวะซึ่มเศร้ามากขึ้น (ศิริชัย คาริการ์นนท์, 2544)

ภาวะซึ่มเศร้า เป็นความเจ็บป่วยจิตเวชอย่างหนึ่งที่มีความรุนแรง มีโอกาสที่จะเกิดซ้ำก่อน ความสูญเสียอย่างมากทั้งต่อบุคคลและสังคม ซึ่งมีนัยทางการแพทย์ จำเป็นต้องให้การวินิจฉัย และให้การรักษาอย่างต่อเนื่อง โดยทั่วไปภาวะซึ่มเศร้ามีการประเมินและการวัดหลากหลายรวมถึงการจัดระดับตามความรุนแรง มีนัยว่าถ้าภาวะซึ่มเศร้านั้นอยู่ในระดับที่รุนแรงก็จะมีแนวโน้มที่จะป่วยเป็นโรคซึ่มเศร้าได้ (ชรณินทร์ กองสุข, 2549) อย่างไรก็ตามภาวะซึ่มเศร้าในผู้ป่วยเบาหวานมักไม่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ผู้ดูแลทำให้อาการเป็นอยู่นาน ซึ่งภาวะซึ่มเศร้าที่เรื้อรัง ทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคซึ่มเศร้า เกิดความรู้สึกต่อตนเองต่ำ แยกตัวจากสังคม มีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ส่งผลให้ความร่วมมือในแบบแผนการรักษาด้วยยา การควบคุมอาหาร และการดูแลตัวเองลดน้อยลง และไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในระดับเป้าหมายได้ (สิตานันท์ พูนผลทรัพย์, 2548) ทำให้เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน คุณภาพชีวิตผู้ป่วยแย่ง และเพิ่มค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล อีกทั้งส่งผลกระทบต่อครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม และประเทศชาติ

จากงานวิจัยของ สิตานันท์ พูนผลทรัพย์ และคณะ (2548) พบว่าภาวะซึ่มเศร้าเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลที่ชัดเจนมาก เพราะเมื่อทดสอบพร้อมกับปัจจัยต่างๆ พบว่าภาวะซึ่มเศร้าเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดสูงที่สุด ตามด้วยการไม่ควบคุมอาหารและดัชนีมวลกาย ข้อค้นพบนี้ชี้แนะว่าภาวะซึ่มเศร้าในผู้ป่วยเบาหวานเป็นสิ่งที่พบได้บ่อย และมีความสัมพันธ์ที่ชัดเจนกับการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

โรคเบาหวานถือว่าเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญอีกปัญหาหนึ่ง ของจังหวัดหนองคาย เนื่องจาก พบว่า อัตราตายของผู้ป่วยเบาหวานมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ในปี 2549 พบอัตราตาย 8.01 ต่อแสนประชากร จัดเป็นสาเหตุการตายอันดับที่ 7 ของจังหวัด (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองคาย, 2549) ทั้งนี้เกิดจากผู้ป่วยเบาหวานไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ซึ่งมีปัจจัยหลายอย่างที่มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

โรงพยาบาลหนองคาย ยังไม่เคยมีรายงาน หรือการศึกษาวิจัยเรื่องของภาวะซึ่มเศร้าของผู้ป่วยเบาหวานมาก่อน ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะศึกษาในเรื่องภาวะซึ่มเศร้าของผู้ป่วยเบาหวาน ที่มารับการตรวจรักษาในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลหนองคาย รวมทั้งศึกษาบริบทชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะซึ่มเศร้าด้วย จะได้เป็นแนวทางปฏิบัติในการคัดกรองและดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่มี

ภาวะซึมเศร้า เพื่อป้องกันการดำเนินไปสู่โรคซึมเศร้า ซึ่งอาจช่วยให้ผู้ป่วยควบคุมน้ำตาลได้ดีขึ้น ส่งผลชะลอการดำเนินของโรค และเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวาน ให้ผู้ป่วยสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาถึงภาวะซึมเศร้าของผู้ป่วยเบาหวาน ที่มารับบริการในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลหนองคาย
2. เพื่อศึกษาบริบทชีวิตของกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะซึมเศร้า

#### คำถามการศึกษา

1. ภาวะซึมเศร้าของผู้ป่วยเบาหวาน ที่มารับบริการในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลหนองคาย เป็นอย่างไร
2. บริบทชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะซึมเศร้า เป็นอย่างไร

#### ขอบเขตการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาถึงภาวะซึมเศร้า ในผู้ป่วยเบาหวาน ที่มารับการตรวจรักษาในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลหนองคาย และศึกษาบริบทชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะซึมเศร้า โดยทำการศึกษาระหว่างเดือน มิถุนายน ถึง เดือน กรกฎาคม 2550

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษา

ผลของการศึกษาที่ได้ จะเป็นสิ่งที่ช่วยกระตุ้นให้ทีมสหสาขาวิชาชีพ ได้เห็นความสำคัญของการหาแนวทางปฏิบัติในการคัดกรองและดูแลผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะซึมเศร้า เพื่อป้องกันการดำเนินไปสู่โรคซึมเศร้า ช่วยให้ผู้ป่วยควบคุมน้ำตาลได้ดีขึ้น ส่งผลให้ชะลอการดำเนินของโรค และเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเบาหวาน

#### นิยามศัพท์

ภาวะซึมเศร้า หมายถึง สภาพจิตใจที่หดหู่ เศร้าหมอง ท้อแท้ หมดหวัง มองโลกในแง่ร้าย รู้สึกคุณค่าในตนเองลดลง ต่ำหนีดตัวเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น น้ำหนักตัวลดลง หรือเพิ่มขึ้น อ่อนเพลีย เมื่อยล้า นอนไม่หลับ และการทำกิจกรรมต่างๆเปลี่ยนแปลง เช่น การไม่

สนใจสิ่งแวดล้อม ภาวะเครียด มีการควบคุมตนเองได้น้อยลง ซึ่งประเมินได้จากแบบวัดภาวะซึมเศร้า The Center for Epidemiologic Studies-Depression scale(CES-D) ฉบับแปลเป็นภาษาไทย เป็นเครื่องมือที่พัฒนาและดัดแปลงโดย วิไล คุปต์นริตติชัยกุล และพนม เกตุมาน ซึ่งการแปลผลผู้ป่วยที่มีภาวะซึมเศร้า คือ มีคะแนนรวมมากกว่าหรือเท่ากับ 19

**บริบทชีวิต** หมายถึง สภาพหรือสถานการณ์แวดล้อม ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล ได้แก่ สภาพสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม

**ผู้ป่วยเบาหวาน** หมายถึง ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคเบาหวาน ทั้งชนิดพึ่งอินซูลินและไม่พึ่งอินซูลิน ที่มารับบริการตรวจรักษา ในคลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลหนองคาย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved