

| | | | |
|--------------------------|---|----------|---------------|
| ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ | วิถีชีวิตชุมชนกับการเกิดโรคเบาหวาน กรณีศึกษา ชุมชนบ้านจัว ตำบลสมัย อำเภอสบปราบ จังหวัดลำปาง | | |
| ชื่อผู้เขียน | นางสาวนันท์พร ศรีสุทระ | | |
| ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต | สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ | | |
| คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ | รองศาสตราจารย์มนัส | ยอดคำ | ประธานกรรมการ |
| | ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชวลิต | พุททวงศ์ | กรรมการ |
| | รองศาสตราจารย์อ่อนเณก | ช่างน้อย | กรรมการ |

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่องวิถีชีวิตชุมชนกับการเกิดโรคเบาหวาน กรณีศึกษาชุมชนบ้านจัว ตำบลสมัย อำเภอสบปราบ จังหวัดลำปาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิถีชีวิตชุมชนกับการเกิดโรคเบาหวาน การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัย สรุปได้ดังนี้

ปัจจัยแวดล้อมต่างๆที่นำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานของชุมชนบ้านจัว พบว่า สภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ส่งผลกระทบต่อการเล่นแปลงอาชีพ ทำให้มีฐานะความเป็นอยู่ดีขึ้น มีรายได้ซื้อหาความสะดวกสบาย ชื่อสิ่งของอุปโภคบริโภคต่างๆมากขึ้น ระดับการศึกษาที่น้อยทำให้ขาดความรู้ ความเข้าใจในการป้องกันโรค เพศชายที่มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ การขาดการออกกำลังกาย และปัจจัยทางด้านสังคม วัฒนธรรม ค่านิยม ความเชื่อ ซึ่งเป็นผลมาจากการถ่ายทอดความรู้ การเรียนรู้ การเลียนแบบ ปัจจัยเหล่านี้เป็นปัจจัยที่เอื้อต่อการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน

วิถีชีวิตกับปัจจัยการเกิดโรคเบาหวานพบว่า ด้านการบริโภค มีการบริโภคอาหารที่มีคาร์โบไฮเดรตที่มีสัดส่วนของแป้งสูง อาหารประเภทเนื้อสัตว์มากขึ้น อาหารที่มีกากใยน้อยลง การประกอบอาหารจะมีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบในการปรุงรส วิธีการประกอบอาหารจะเป็นแบบสังคมเมืองมากขึ้น มีค่านิยมบริโภคนิยมมากขึ้น นอกจากนี้ มีการสูบบุหรี่ ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบ ด้านการออกกำลังกาย มีการออกกำลังกายน้อย กิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวันมีการเคลื่อนไหวน้อยลง คนในชุมชนส่วนใหญ่มีความเครียดและมีวิธีการจัดการกับความเครียดที่ไม่ถูกต้อง วิถีชีวิตเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อการเกิดโรคเบาหวานของชุมชนบ้านจัว

| | | | |
|----------------------------|--|--------------|----------|
| Thesis Title | Community Life Style and Diabetes : Case Study of Bann Chua ,Samai Sub-District , Sob Prab District , Lampang Province | | |
| Author | Miss Nunthaporn Srisutha | | |
| M.Ed. | Health Promotion | | |
| Examining Committee | Assoc. Prof. Manus | Yodcome | Chairman |
| | Asst . Prof. Dr. Chavalit | Phuthawongce | Member |
| | Assoc. Prof. Anek | Changnoi | Member |

Abstract

The purpose of the study was to examine Community Life Style and Diabetes : Case study of Ban Chua Samai Sub – District , Sob Prap District , Lampang Province . This Research utilized qualitative method.

According to the results of this study , many environment factors are found as follows; Physical factors effected to occupations changing , possible to be in a better money status , more money to buy anything and get convenience . Furthermore , low education made them inadequate knowledge for take care health , sex , male tend to have risking behaviors such as smoking ,drinking , and insufficiency exercise , Another one is social and culture factors which is imitating their parents . All factors are enabling for risking behavior such as eating behavior, exercise behavior and the stress management causing Diabetes.

The factors which affected Life Style and caused Diabetes searched that eating behavior , people liked eating food with high carbohydrate , cholesterol , protein ,sugar and low fiber , cooking behavior , people liked to put sugar in food and liked to eat Fast-food as eating fashion value , and have always smoking , drinking , drinking drink with sugar , lack of exercise , people have less movement in their action in life style and a wrong stress management . All Life Style of Ban Chua Community caused Diabetes.