

## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	4
ขอบเขตการศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน	6
การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	9
โภชนาการสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน	14
แนวคิดเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน	18
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	20
กรอบแนวคิดในการศึกษา	23
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	24
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	24
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	24
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	27
สถานที่ในการดำเนินการศึกษา	27
การเก็บรวบรวมข้อมูล	27
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	28
การวิเคราะห์ข้อมูล	28

บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	30
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	52
สรุปผลการศึกษา	52
อภิปรายผล	56
ข้อเสนอแนะ	65
บรรณานุกรม	67
ภาคผนวก	74
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	75
ภาคผนวก ข การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมโครงการ	76
ภาคผนวก ค แบบสัมภาษณ์	77
ประวัติผู้เขียน	82

## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
4.1 ลักษณะทั่วไป	32
4.2 ค่าระดับน้ำตาลในเลือด	36
4.3 การดูแลตนเองในด้านโภชนาการ	38
4.4 การดูแลตนเองในด้านสุขภาพ	42
4.5 การดูแลตนเองในภาพรวมทั้งด้านโภชนาการและด้านสุขภาพ	44
4.6 ความสัมพันธ์ระหว่างการดูแลตนเองด้านโภชนาการกับระดับน้ำตาลในเลือด	47
4.7 ความสัมพันธ์ระหว่างการดูแลตนเองด้านสุขภาพกับระดับน้ำตาลในเลือด	50