

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพต่อความรู้และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของ ผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ในหมู่บ้านคำพระ อำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ

เมชาวี ทรัพย์สมบัติ, จันทิมา ทองอ่อน, ชนาพร ฉิมมะลี,
กรกวรรณ ดารุนิกร, อัครพล วุฒิเสลา

บทคัดย่อ การวิจัยเชิงกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความรู้และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพในหมู่บ้านคำพระ อำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ คำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยประชากร 2 กลุ่มที่อิสระต่อกัน ได้จำนวน 32 คนต่อกลุ่ม เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.75 และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติเชิงอนุมาน (Independent-Samples T-Test) ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงกว่ากลุ่มควบคุม 2.84 คะแนน (95%CI: 2.10 ถึง 3.58) ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.046$) นอกจากนี้ยังพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงกว่ากลุ่มควบคุม 9.66 คะแนน (95%CI: 7.76 ถึง 15.54) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$)

ผลการศึกษาครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพมีผลสำคัญในการส่งเสริมความรู้และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบในผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน การให้ความรู้และการส่งเสริม การปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพในช่องปากสามารถช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคปริทันต์อักเสบ และช่วยเสริมสร้างสุขภาพช่องปากที่ดีในผู้สูงอายุกลุ่มนี้ได้มีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ : โปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ ความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ

Effects of the dental health promotion program on knowledge and practices in preventing periodontal disease among elderly people with diabetes in Kham Phra village
Hua Taphan District, Amnat Charoen Province

Mechawee Sapsombut, Janthima Thongon, Chanaphon Chimmalee,
Kornkawat darunikorn, Akkaraphon wuttisalao

Abstract This quasi-experimental study aimed to compare the knowledge and preventive practices regarding periodontal disease between elderly individuals with diabetes in the experimental and control groups, before and after receiving a dental health promotion program. The study was conducted in Kamphra Village, Huatatphan District, Amnat Charoen Province. The sample size was calculated using a formula for comparing the means of two independent groups, with 32 participants in each group. Data were collected using a questionnaire with a reliability coefficient of 0.75. The data were analyzed using descriptive statistics and inferential statistics, with Independent-Samples T-Test.

The results showed that, after the intervention, the experimental group had a significantly higher mean score in knowledge about periodontal disease prevention compared to the control group mean difference = 2.84, (95% CI: 2.10 to 3.58; $p=0.046$). Additionally, the experimental group exhibited significantly higher mean scores in preventive practices compared to the control group mean difference (9.66, 95% CI: 7.76 to 15.54; $p<0.001$). These findings emphasize the importance of promoting dental health to enhance both knowledge and preventive practices related to periodontal disease in elderly individuals with diabetes.

Keywords: Dental health promotion program, Knowledge of periodontal disease prevention, Practices of periodontal disease prevention

บทนำ

สถานการณ์โรคเบาหวานในปัจจุบันเป็นปัญหาสาธารณสุขที่มีความสำคัญทั่วโลก โดยในปี 2566 มีรายงานจำนวนผู้ป่วยเบาหวานทั่วโลกมากถึง 537 ล้านคน โดยร้อยละ 90 เป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และคาดการณ์ว่าภายในปี 2573 จำนวนผู้ป่วยจะเพิ่มขึ้นเป็น 643 ล้านคน และในปี 2588 จะเพิ่มเป็น 783 ล้านคน โดยกลุ่มประชากรที่น่ากังวลที่สุดคือผู้สูงอายุ (IDF Diabetes Atlas, 2021) ในบริบทของประเทศไทย สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยได้รายงานไว้ว่า ประเทศไทยกำลังเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์” (Aged Society) โดยในปี 2568 คาดว่าจะมีผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้นถึง 5.3 ล้านคน หรือร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งหมายความว่าผู้สูงอายุ 1 ใน 5 คนจะป่วยด้วยโรคเบาหวาน (สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย, 2562)

โรคเบาหวานเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญต่อการเกิดโรคในช่องปาก โดยเฉพาะปัญหาโรคปริทันต์อักเสบ ซึ่งโรคปริทันต์อักเสบมีสาเหตุจากหลายปัจจัย โดยการศึกษาที่ผ่านมาระบุว่า แบคทีเรียในคราบจุลินทรีย์ เป็นปัจจัยหลักที่ทำให้เกิดโรค ร่วมกับปัจจัยส่งเสริมอื่นๆ เช่น พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากที่ไม่ดี โรคประจำตัว การอักเสบของเนื้อเยื่อรอบฟัน และภูมิคุ้มกันที่อ่อนแอ จากข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (WHO) ระบุว่าประชากรกว่า 3,500 ล้านคนทั่วโลก ที่ได้รับผลกระทบจากโรคในช่องปาก โดยกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานมีความเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อนจากโรคปริทันต์สูงถึงร้อยละ 59 และสัดส่วนกลุ่มอายุที่พบมาก เป็นกลุ่มผู้สูงอายุ ร้อยละ 40 ในประเทศไทยพบว่าผู้ป่วยเบาหวานที่เป็นผู้สูงอายุมีภาวะแทรกซ้อนในช่องปาก ร้อยละ 35.7 (รายงานกรมอนามัย, 2566) สาเหตุสำคัญมาจากการขาดความรู้และการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคที่เหมาะสม โดยพบว่าผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้ทางด้านปริทันต์อยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 28.6 (รายงานการสำรวจสุขภาพประชากรสูงอายุ, 2566) และมีพฤติกรรมการป้องกันปริทันต์อักเสบอยู่ในระดับต่ำเช่นเดียวกัน ร้อยละ 30.2 (กรมสุขภาพจิต, 2566)

ในจังหวัดอำนาจเจริญ มีผู้ป่วยเบาหวานที่ขึ้นทะเบียนในปี 2566 จำนวน 23,317 ราย แต่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีเพียง 5,554 ราย คิดเป็นร้อยละ 23.82 ซึ่งยังต่ำกว่าเกณฑ์เป้าหมายที่กำหนดไว้ที่ร้อยละ 40 สถานการณ์ในตำบลคำพระ อำเภอหัวตะพาน พบว่ามีผู้ป่วยเบาหวานจำนวน 593 คน หรือร้อยละ 11.4 ของประชากรทั้งหมด โดยในจำนวนนี้มีผู้สูงอายุถึง 344 คน คิดเป็นร้อยละ 27.48 (ระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพจังหวัดอำนาจเจริญ, 2567) พบว่าผู้ป่วยเบาหวานจำนวนมากยังขาดความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพช่องปาก รวมถึงยังไม่มีพฤติกรรมป้องกันโรคที่เพียงพอ ดังนั้น การศึกษครั้งนี้จึงมุ่งพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมทันตสุขภาพที่มุ่งเน้นการเพิ่มพูนความรู้ ปรับพฤติกรรมให้เหมาะสม และสนับสนุนการดูแลสุขภาพช่องปากในกลุ่มผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน โดยนำแนวคิดของทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และการสนับสนุนทางสังคม (Social Support) เพื่อสร้างแรงจูงใจและเพิ่มประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพช่องปากของผู้ป่วยเบาหวานหมู่บ้านคำพระ อำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพช่องปากในกลุ่มผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์งานวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ

2. เพื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ

วิธีการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental study) โดยแบ่งการศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง (Experimental Group) และกลุ่มควบคุม (Control Group) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพต่อความรู้และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ในหมู่บ้านคำพระ อำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรในการศึกษานี้ คือ ผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวานในหมู่บ้านคำพระ อำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคเบาหวาน ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) บ้านคำพระ อำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ โดยมี 2 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มที่ได้รับการตามปกติของ รพ.สต.

เกณฑ์คัดเข้า (Inclusion criteria) ดังนี้

1. สามารถช่วยเหลือตัวเองได้พูดคุยสื่อสารรู้เรื่องและอ่านออกเขียนได้ไม่เป็นอุปสรรคต่อการสัมภาษณ์
2. เป็นผู้ที่สนใจและยินดีให้ความร่วมมือตลอดการศึกษา

เกณฑ์คัดออก (Exclusion criteria) ดังนี้

1. ผู้เข้าร่วมวิจัยเจ็บป่วยกะทันหันในระหว่างการดำเนินการวิจัย และแพทย์วินิจฉัยว่าไม่สามารถเข้าร่วมต่อไปได้

2. เป็นผู้ที่ไม่สามารถเข้าร่วมการศึกษาตลอดระยะเวลาโครงการวิจัย

การคำนวณขนาดตัวอย่าง คำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยประชากร 2 กลุ่มที่อิสระต่อกัน ดังนี้

$$n/gr = \frac{2(Z_{\alpha} + Z_{\beta})^2 \sigma^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2}$$

$$= 25.76$$

ดังนั้น ต้องใช้กลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณ จำนวน 26 คน แต่เพื่อป้องกันปัญหาการสูญหายจากการติดตามที่อาจส่งผลกระทบต่อผลการศึกษานี้ จึงได้มีการคำนวณปรับเพิ่มขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่คาดว่าจะสูญหาย ร้อยละ 10 เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนที่ต้องการจะศึกษา โดยยึดหลัก Principle of Intention to Treat (ITT) จึงได้กลุ่มละ 32 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 64 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ทำการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling) ด้วยวิธีการจับสลากมาจากรายชื่อทั้งหมด 12 หมู่บ้าน ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 32 คน

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ ดำเนินการจัดกิจกรรม 12 สัปดาห์ โดยมีการเข้าร่วมกิจกรรม 5 ครั้ง และการติดตามผลโดยการโทรติดต่อและผ่านช่องทางออนไลน์จำนวน 7 ครั้ง โดยใช้แนวคิดทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม(Social Support Theory) ในรูปของข้อมูล ข่าวสาร การให้ความพอใจ การแสดงถึงความห่วงใย มาประยุกต์ใช้กับการส่งเสริมทันตสุขภาพ โดยเน้นให้บุคคลได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง ได้แก่ ครอบครัว เพื่อน ชุมชน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข จะช่วยเพิ่มความตระหนักรู้ แรงจูงใจและการปฏิบัติตนที่เหมาะสมในการดูแลสุขภาพช่องปาก และแนวคิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง(Self-Efficacy Belief) ที่มุ่งเน้นการสร้างเชื่อมั่นในความสามารถของบุคคลที่จะปฏิบัติพฤติกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพโดยการให้ผู้เข้าร่วมการลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง และเรียนรู้จากผู้เชี่ยวชาญ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) กิจกรรมที่ 1 “กิจกรรมสานสัมพันธ์ รู้จักกัน ให้ความรู้”

สัปดาห์ที่ 1 ใช้เวลา 3 ชั่วโมง สถานที่จัดกิจกรรมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคำพระ ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ และสิทธิของกลุ่มตัวอย่างพร้อมทั้งมีการเซ็นใบยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย หลังจากนั้นก็มีกิจกรรมสนทนากลุ่มสร้างความสัมพันธ์จากนั้นมีการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามส่วนบุคคลโดยใช้แบบสอบถามพร้อมทั้งเริ่มดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ

2) กิจกรรมที่ 2 “ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ฉันททำได้”

สัปดาห์ที่ 2 และ 4 ใช้เวลา 2 ชั่วโมง สถานที่จัดกิจกรรมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคำพระ โดยดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพการความรู้และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน

3) กิจกรรมที่ 3 “แลกเปลี่ยนเรียนรู้ นำไปสู่การปฏิบัติตัว”

สัปดาห์ที่ 7 ใช้เวลา 2 ชั่วโมง สถานที่จัดกิจกรรมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคำพระ โดยดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพการความรู้และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ได้แก่ กิจกรรมเรียนรู้รับฟัง

ทันตสุขภาพ ส่งเสริมแลกเปลี่ยนเรียนรู้การปฏิบัติตัว ปรึกษาปัญหาสุขภาพช่องปาก รับฟังข้อมูลการเข้าถึงบริการทางทันตกรรม

4) กิจกรรมที่ 4 “กระตุ้นความจำ นำไปใช้”

สัปดาห์ที่ 8,9,10 ใช้เวลา 10 – 15 นาที/คน ในการโทรพูดคุย หรือซักถามผ่านช่องทางออนไลน์ เพื่อสอบถามพฤติกรรมและความรู้โดยใช้สมุดบันทึกพฤติกรรม และมีอาสาสมัครสาธารณสุข ในการติดตามผู้เข้าร่วมที่ไม่สามารถติดตามผ่านทางช่องทางโทรศัพท์ได้

5) กิจกรรมที่ 5 “ฉันทรู้ ฉันทัน ป้องกัน ปริทันต์อักเสบ”

สัปดาห์ที่ 3,5,6,11 เป็นการใช้ LINE OA (LINE official account) “รู้เท่าทันปริทันต์อักเสบ” มาให้ความรู้โดยส่งความรู้ไปในช่องทางแอปพลิเคชันไลน์ของผู้เข้าร่วมวิจัยและมี อสม. ช่วยในการติดตามประสานงาน

6) กิจกรรมที่ 6 “ทบทวนความรู้ กระตุ้นเตือนความจำ”

สัปดาห์ที่ 12 ใช้เวลา 3 ชั่วโมง สถานที่จัดกิจกรรมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคำพระ โดยดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพความรู้และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน

7) กิจกรรมที่ 7 วิเคราะห์และสรุปผล

สัปดาห์ที่ 13 – 14 ผู้วิจัยทำการรวบรวมข้อมูล และวิเคราะห์ผลข้อมูลจากการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามทั้งก่อนและหลัง รวมทั้งสมุดบันทึกพฤติกรรมดูแลสุขภาพในช่องปากของผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน

2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เป็นแบบสอบถาม และกิจกรรมสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมจากทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ เพศ น้ำหนัก ส่วนสูง ดัชนีมวลกาย ระดับน้ำตาลเฉลี่ยสะสมครั้งล่าสุดภายใน 3 เดือน ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน การอยู่อาศัย สถานภาพสมรส อาชีพ ระดับการศึกษา โรคร่วม ประวัติการสูบบุหรี่ และ การเข้าถึงแหล่งบริการทันตกรรม มีจำนวนคำถามทั้งหมด 13 ข้อ โดยลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) และเติมข้อความ (Open-ended questionnaires)

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพในช่องปาก จำนวน 15 ข้อ โดยแยกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ 1. ความรู้ในการแปรงฟันที่ถูกวิธีและการเลือกใช้ยาสีฟันที่เหมาะสม 2. ความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ โดยมีการวัดเป็น ถูก หรือ ผิด มีระดับการวัดเป็นมาตรอันดับ (Ordinal scale) ลักษณะคำถามมีทั้งพฤติกรรมด้านบวกและด้านลบ จากนั้นแปลผลเป็น 3 ระดับ ได้แก่ มีความรู้อยู่ในระดับสูง ระดับปานกลาง และระดับต่ำ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพช่องปาก จำนวน 10 ข้อ โดยแยกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ 1. การปฏิบัติตนในการทำความสะอาดช่องปาก 2. การบริโภคอาหารที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคในช่องปาก มีระดับการวัดเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) จากนั้นแปลผลเป็น 5 ระดับ ไม่เคยปฏิบัติเลย ปฏิบัตินานๆครั้ง (1-2 วัน/สัปดาห์) ปฏิบัติบางครั้ง (3-4 วัน/สัปดาห์) ปฏิบัติบ่อยครั้ง (5-6 วัน/สัปดาห์) และปฏิบัติประจำ

การวิเคราะห์ข้อมูล โดยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ด้วยการแจกแจงค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าต่ำสุด-สูงสุด และสถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics) ใช้สถิติทดสอบ Independent Sample T-Test ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยตัวแปรระหว่างกลุ่ม และ Paired Sample T-Test ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยตัวแปรภายในกลุ่ม

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 64 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 32 คน โดยด้านอายุ ทั้งสองกลุ่ม ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 60-69 ปี โดยในกลุ่มทดลอง คิดเป็นร้อยละ 75 และในกลุ่มควบคุม คิดเป็นร้อยละ

ละ 93.8 เพศ พบว่า กลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 75 แต่ในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 59.4 ดัชนีมวลกาย พบว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีดัชนีมวลกายปกติ คิดเป็นร้อยละ 53.1 และ ร้อยละ 68.8 การพักอาศัย พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบุตรและหลาน คิดเป็นร้อยละ 37.5 และ ร้อยละ 50.0 อาชีพ พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 81.3 และ ร้อยละ 53.1 ระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่จบระดับประถมศึกษา ร้อยละ 68.8 และ ร้อยละ 53.1 โรคร่วม พบว่า กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีโรคร่วมเป็นโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 34.4 และในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ไม่มีโรคร่วม ร้อยละ 43.8 การสูบบุหรี่ พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ไม่เคยสูบบุหรี่ ร้อยละ 78.1 และ ร้อยละ 90.6 การเข้าถึงแหล่งบริการทันตกรรม พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เข้ารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ร้อยละ 68.8 และ ร้อยละ 65.6 ตามลำดับ

2. ความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ

ภายหลังทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงกว่ากลุ่มควบคุม 2.84 คะแนน (95%CI: 2.10 ถึง 3.58) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value=0.046) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนทดลองและหลัง

ความรู้ในการป้องกัน โรคปริทันต์อักเสบ	n	$\bar{x}$ (S.D.)	Mean Difference	95%CI	p-value
ก่อนทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	8.28 (2.31)	2.81	-1.73 ถึง 3.89	0.328
กลุ่มควบคุม	32	11.09 (2.02)			
หลังทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	13.91 (1.25)	2.84	2.10 ถึง 3.58	0.046*
กลุ่มควบคุม	32	11.06 (1.68)			

*p-value<0.05

ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงกว่ากลุ่มควบคุม 2.84 (95%CI: 2.10 ถึง 3.58) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value=0.046) ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนทดลองและหลัง

ความรู้ในการป้องกันโรค ปริทันต์อักเสบ	n	$\bar{x}$ (S.D.)	Mean Difference	95%CI	p-value
ก่อนทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	8.28 (2.31)	2.81	-1.73 ถึง 3.89	0.328
กลุ่มควบคุม	32	11.09 (2.02)			
หลังทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	13.91 (1.25)	2.84	2.10 ถึง 3.58	0.046*
กลุ่มควบคุม	32	11.06 (1.68)			

*p-value<0.05

3. การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ

ภายหลังทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบนสูงกว่ากลุ่มควบคุม 9.66 คะแนน (95%CI: 7.76 ถึง 15.54) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value<0.001) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนทดลองและหลังทดลอง

การปฏิบัติตนในการ ป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ	n	$\bar{x}$ (S.D.)	Mean Difference	95%CI	p-value
ก่อนทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	31.47 (4.79)	1.22	0.68 ถึง 3.12	<0.001*
กลุ่มควบคุม	32	32.69 (2.43)			
หลังทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	43.00 (4.65)	9.66	7.76 ถึง 11.54	<0.001*
กลุ่มควบคุม	32	33.34 (2.64)			

*p-value<0.05

ภายหลังทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงกว่ากลุ่มควบคุม 9.66 (95%CI: 7.76 ถึง 15.54) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนทดลองและหลังทดลอง

การปฏิบัติตนในการ ป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ	n	$\bar{x}$ (S.D.)	Mean Difference	95%CI	p-value
ก่อนทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	31.47 (4.79)	1.22	0.68 ถึง 3.12	<0.001*
กลุ่มควบคุม	32	32.69 (2.43)			
หลังทดลอง					
กลุ่มทดลอง	32	43.00 (4.65)	9.66	7.76 ถึง 11.54	<0.001*
กลุ่มควบคุม	32	33.34 (2.64)			

* $p\text{-value}<0.05$

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) อีกทั้งยังสูงกว่ากลุ่มควบคุม ($p\text{-value}<0.046$) สอดคล้องกับการศึกษาของ ศตายุ ผลแก้ว (2564) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับทฤษฎีแรงสนับสนุนทางด้านสังคมต่อพฤติกรรมในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ พบว่า กลุ่มที่ได้รับโปรแกรม ในด้านความรู้ในการแปรงฟันที่ถูกต้อง การเลือกใช้ยาสีฟันที่เหมาะสม การดูแลสุขภาพในช่องปาก รวมถึงการได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลช่องปาก มีคะแนนความรู้ในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบ สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.05$) และสอดคล้องกับการศึกษาของ สอดคล้องกับการศึกษาของ ณัฐดนัย วรศรีศิริ (2565) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมแรงจูงใจร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคปริทันต์ของผู้ป่วยเบาหวานโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค ร่วมกับทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม พบว่า หลังจากการให้ความรู้และคำแนะนำแก่ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโปรแกรม ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความรุนแรงของโรคปริทันต์ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคปริทันต์อักเสบ การรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญ

ด้านการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบพบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) อีกทั้งยังสูงกว่ากลุ่ม

ควบคุม ($p\text{-value} < 0.001$) สอดคล้องกับการศึกษาของ สุธาสินี สมานชาติ (2563) กฤษณ์ ประสิทธิ์โชค (2563) และจิรัฐดา บัวผิว (2562) ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการดูแลช่องปากสำหรับผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน เพื่อป้องกันโรคปริทันต์อักเสบโดยเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลช่องปากให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยพบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโปรแกรม มีพฤติกรรมในการดูแลช่องปากดีขึ้น อาการอักเสบในเหงือกลดลง และความเสี่ยงต่อการเกิดโรคปริทันต์ลดลงอย่างชัดเจน และสอดคล้องกับการศึกษาของ สุปรีชา โกษารักษ์ (2560) ที่ได้ศึกษาผลการเปรียบเทียบการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบระหว่างกลุ่มทดลองและควบคุม ในด้านการปฏิบัติตนในการทำมาสะอาดช่องปาก และด้านการบริโภคอาหารที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคในช่องปาก โดยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนด้านการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) ส่วนกลุ่มควบคุมพบความแตกต่างอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมการส่งเสริมทันตสุขภาพ มีการให้ความรู้และฝึกปฏิบัติให้กับกลุ่มทดลองอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยังมีการกำกับและติดตามผ่านช่องทางโทรศัพท์ที่เอื้อต่อการให้ความช่วยเหลือโดยง่าย ทำให้กลุ่มทดลองมีระดับการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปริทันต์อักเสบที่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างเห็นได้ชัด

ข้อเสนอแนะ

1. การศึกษาครั้งถัดไป ควรเน้นไปที่การพัฒนาโปรแกรมที่ช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มเป้าหมายให้เกิดผลอย่างต่อเนื่องในระยะยาว โดยเพิ่มระยะการติดตามและประเมินผล เพื่อให้มั่นใจได้ว่าโปรแกรมห่วงสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. ควรขยายการใช้โปรแกรมไปในกลุ่มเป้าหมายอื่น ๆ เช่น กลุ่มผู้ป่วยโรคหัวใจหรือกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงร่วมในการเกิดปัญหาสุขภาพช่องปาก โดยจะช่วยให้เกิดความหลากหลายในการนำใช้โปรแกรม ตามกลุ่มเสี่ยงที่เป็นปัญหาในแต่ละพื้นที่

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ผศ.ดร.ประเสริฐ ประสมรักษ์ และคณาจารย์หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดลทุกท่าน ที่ให้ความรู้และตรวจสอบข้อมูลการวิจัย ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคำพระ และผู้เข้าร่วมวิจัยที่ให้ความร่วมมือในการวิจัย จนกระทั่งงานวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การศึกษานี้ ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จังหวัดอำนาจเจริญ เลขที่การวิจัย 31/2567 ลงวันที่ 26 กรกฎาคม 2567

เอกสารอ้างอิง

- Tay WM, Yeo JF, Goh LG. (2022). The effect of clinical interventions on the oral health-related quality of life in older adults . ค้นจาก dpubmed:<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35916114/>
- Wang TF, Jen IA, Chou C. (2014). Effects of periodontal therapy on metabolic control in patients with type 2 diabetes mellitus and periodontal disease: a meta-analysis. ค้นจาก pubmed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25526470/>
- กรมอนามัย สำนักงานสาธารณสุข. (2560). แนวทางการดูแลสุขภาพในช่องปากผู้ป่วยเบาหวาน สำหรับทันตบุคลากรและบุคลากรสาธารณสุข. ค้นจาก dental.anamai:<https://dental.anamai.moph.go.th/web-upload/5x9c01a3d6e5539cf478715290ac946bee/tinymce/07/Dental%20Guideline%20for%20DM%20patients.pdf>
- Mingcan CH. (2023). Diabetes mellitus promotes susceptibility to periodontitis-novel insight into the molecular mechanisms. ค้นจาก pubmed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37664859/>
- โรงพยาบาลเปาโล. (21 กันยายน 2566). โรคปริทันต์ กับผู้ป่วยเบาหวาน ความเสี่ยงด้านสุขภาพที่ต้องระวัง ค้นจาก paolohospital: <https://www.paolohospital.com/th-th/kaset/Article/Details/โรคปริทันต์กับผู้ป่วยเบาหวาน-ความเสี่ยงด้านสุขภาพที่ต้องระวัง->
- rattinan. (20 มิถุนายน 2564). คราบหินปูน หินน้ำลาย ฤทธิ์เยอะอย่างนี้สมควรปราบ. ค้นจาก rattinan: <https://www.rattinan.com/calculus-teeth/>
- rattinan. (11 มิถุนายน 2564). เชื้อราในช่องปาก คืออะไร เกิดจากสาเหตุใด มีวิธีรักษาอย่างไร? ค้นจาก rattinan: <https://www.rattinan.com/oral-thrush/>
- กรมอนามัย สำนักทันตสาธารณสุข. (2560). แนวทางการดูแลสุขภาพช่องปากผู้ป่วยเบาหวาน สำหรับทันตบุคลากรและบุคลากรสาธารณสุข. ค้นจากdental.anamai: https://dental.anamai.moph.go.th/th/handbook/download?id=113206&mid=35799&mkey=m_document&lang=th&did=33899
- กรมอนามัย สำนักทันตสาธารณสุข. (2560). แนวทางการดูแลสุขภาพช่องปากผู้ป่วยเบาหวาน สำหรับทันตบุคลากรและบุคลากรสาธารณสุข. เข้าถึงได้จาก dental.anamai: <https://dental.anamai.moph.go.th/web-upload/5x9c01a3d6e5539cf478715290ac946bee/tinymce/07/Dental%20Guideline%20for%20DM%20patients.pdf>
- ธนาคม เสนา. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคปริทันต์อักเสบในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เขตอำเภอศรีรัตนะ จังหวัดศรีสะเกษ. เข้าถึงได้จาก thaijo: <https://he03.tci-thaijo.org/index.php/scintc/article/view/1165>
- สุธาสิณี สมานชาติ. (2563). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากกับสภาวะสุขภาพช่องปากของสูงอายุที่มารับบริการทันตกรรม โรงพยาบาลเทศบาลเมือง สาขาโรงพยาบาลสระบุรี. เข้าถึงได้จาก digital.library.tu: https://digital.library.tu.ac.th/tu_dc/frontend/Info/item/dc:187520
- จิรสุตา บัวผัน. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพช่องปากของผู้ป่วยเบาหวาน ตำบลม่วงหวานอำเภอน้ำพอง

จังหวัดขอนแก่น. เข้าถึงได้จาก thaijo:

<https://he02.tcithaijo.org/index.php/jkkpho/article/view/245208>

สิริพรรณ พันธุ์พิบูลย์. (2557). พฤติกรรมทันตสุขภาพของผู้สูงอายุ จังหวัดอำนาจเจริญ. เข้าถึงได้จาก

ppdental.anamai:https://ppdental.anamai.moph.go.th/elderly/paper/paper.php?id_a_1=134

กฤษณ์ ประสิทธิ์โชค. (2563). ปัจจัยด้านพฤติกรรมและตำแหน่งฟันที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดโรค

ปริทันต์ในวัยกลางคน. เข้าถึงได้จาก thaijo: [https://he02.tci-](https://he02.tci-thaijo.org/index.php/ppkjournal/article/download/241634/167695)

[thaijo.org/index.php/ppkjournal/article/download/241634/167695](https://he02.tci-thaijo.org/index.php/ppkjournal/article/download/241634/167695)