

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ความเป็นมาของปัญหา.....	1
คำถามงานวิจัย.....	5
จุดมุ่งหมายของการวิจัย	5
ความสำคัญของการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	6
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
สมมุติฐานของการวิจัย.....	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน.....	9
ประเภทของโรคเบาหวาน	11
การออกกำลังกายในผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวาน	26
การฝึกเทคนิคเท้าเต่อขึ้นที่ต่อการลดระดับน้ำตาลในเลือด	41
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	55
กรอบแนวคิดในการวิจัย	58
3 วิธีดำเนินการวิจัย	59
กลุ่มตัวอย่าง.....	59
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	60
การเก็บรวบรวมข้อมูล	62
การออกแบบการวิจัย	63

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิจัย	64
ลักษณะทางประชากรของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวาน.....	64
พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวาน.....	66
ภาวะสุขภาพของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวาน.....	75
การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและภาวะ สุขภาพของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลอง.....	77
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	79
สรุปผลการวิจัย	79
อภิปรายผลการวิจัย	81
ข้อเสนอแนะ	82
บรรณานุกรม.....	83
ภาคผนวก	90
ประวัติผู้วิจัย	107

สารบัญตาราง

ตาราง

หน้า

1	ความถี่และร้อยละของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวาน จำแนกตาม 1 ลักษณะทางประชากร.....	64
2	ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม ของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานก่อนการทดลอง	67
3	ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม ของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานหลังการทดลอง.....	71
4	ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ ผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานจำแนกตามภาวะสุขภาพก่อนการทดลอง	75
5	ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ ผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานจำแนกตามภาวะสุขภาพหลังการทดลอง	76
6	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลอง.....	77
7	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลอง.....	77
8	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างระดับน้ำตาลเกาะเม็ดเลือดแดง ของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานก่อนและหลังการทดลอง.....	78

สารบัญภาพ

ภาพ

หน้า

1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	58
---	---------------------------	----