

ระบบประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพ ด้านที่ ๘ ด้านสุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ

หมวดที่ ๓ กระบวนการสุขศึกษาในสถานพยาบาล

๓.๑ การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพกลุ่มป่วย

ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ (HB) และหรือ ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL) ที่สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพที่สำคัญของผู้ป่วย

สรุปปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของโรงพยาบาลโนนคูณ ปีงบประมาณ ๒๕๖๙

๕ อันดับโรคที่พบบ่อยในคลินิกผู้ป่วยนอก

๑. เบาหวานที่ไม่ต้องพึ่งอินซูลิน
๒. ความดันโลหิตสูง
๓. โรคทางเดินอาหาร
๔. หวัด (เยื่อจมูกและลำคออักเสบ)
๕. ความผิดปกติอื่นของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อสลายตัว)

ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL) ผลแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จำนวน ๑๗๐ คน ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลโนนคูณ

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน														
เพศ	ชาย		หญิง		รวม									
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ								
	64	37.65	106	62.35	170	100								
ช่วงอายุ	30-39 ปี		40-49 ปี		50-59 ปี		60-69 ปี		70 ขึ้นไป		รวม			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
	2	1.18	8	4.71	39	22.94	67	39.41	54	31.76	170	100.00		
ระดับการศึกษา	ไม่ได้เรียนหนังสือ		ประถมศึกษา		ม.ต้น		ม.ปลาย/ปวช.		อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรีขึ้นไป		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	10	5.88	132	77.65	13	7.65	12	7.06	1	0.59	2	1.18	170	100.00
สถานะ	อส.ม.		ทานก้ำกั้มกรรมก		ประชาชนในชุมชน		รวม							
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ						
	8	4.71	6	3.53	156	91.77	170	100.00						

สรุปผลการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ							สำหรับหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในตำบลจัดการคุณภาพชีวิต										
องค์ประกอบการวัด	คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม						คะแนนรวมเฉลี่ย	ร้อยละจากคะแนนเต็ม	ระดับความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ	จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน							
										ดีมาก		ดี		พอใช้		ไม่ดี	
										จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.38	3.58	3.35	3.32			3.41	68.18	พอใช้	84	49.41	21	12.35	32	18.82	33	19.41
2.การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.31	3.65	3.38	3.98			3.58	71.62	ดี	87	51.18	23	13.53	33	19.41	27	15.88
3.การตัดสินใจใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.48	3.54	3.39	3.46			3.47	69.38	พอใช้	91	53.53	21	12.35	29	17.06	29	17.06
4.การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.68	3.78	3.74	3.66			3.71	74.29	ดี	110	64.71	24	14.12	21	12.35	15	8.82
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละความรู้ด้านสุขภาพ							3.54	70.87	ดี	60	35.29	49	28.82	28	16.47	33	19.41
1.พฤติกรรมกาบริโภคอาหาร	2.92	3.32	3.24	3.36	3.36	3.46	3.28	65.53	พอใช้	41	24.12	55	32.35	32	18.82	42	24.71
2.พฤติกรรมกาออกกำลังกาย	2.76	3.16					2.96	59.29	ไม่ดี	43	25.29	13	7.65	35	20.59	79	46.47
3. การจัดการความเครียด	3.65	3.77					3.71	74.18	ดี	108	63.53	9	5.29	19	11.18	34	20.00
4. พฤติกรรมการป้องกันภาวะแทรกซ้อน	4.42	4.53	4.50	4.05	4.01		4.30	86.02	ดีมาก	125	73.53	10	5.88	19	11.18	16	9.41
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละพฤติกรรมสุขภาพ							3.56	71.26	ดี	61	35.88	34	20.00	52	30.59	23	13.53

จากการวิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จำนวน ๑๗๐ คน ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลโนนคูณ พบว่า

๑. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	คะแนน	ระดับ
๑.๑. การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๖๘.๑๘	ระดับพอใช้
๑.๒. การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๗๑.๖๒	ระดับดี
๑.๓. การตัดสินใจใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๖๙.๓๘	ระดับพอใช้
๑.๔. การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๗๔.๒๙	ระดับดี
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละความรอบรู้ด้านสุขภาพ	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๗๐.๘๗	ระดับดี

๒. พฤติกรรมสุขภาพ

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	คะแนน	ระดับ
๒.๑ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๖๕.๖๓	ระดับพอใช้
๒.๒ พฤติกรรมการออกกำลังกาย	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๕๙.๒๙	ระดับไม่ดี
๒.๓ การจัดการความเครียด	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๗๔.๑๘	ระดับดี
๒.๔ พฤติกรรมการป้องกันภาวะแทรกซ้อน	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๘๖.๐๒	ระดับดีมาก
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละพฤติกรรมสุขภาพ	ร้อยละจากคะแนนเต็ม ๗๑.๒๖	ระดับดี

๑. การวิเคราะห์ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy)

จากกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จำนวน ๑๗๐ คน พบว่า ภาพรวมความรอบรู้ด้านสุขภาพอยู่ใน ระดับดี (ร้อยละ ๗๐.๘๗) แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีศักยภาพในการรับรู้ เข้าใจ และใช้ข้อมูลสุขภาพได้ค่อนข้างเหมาะสม เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า

- ด้านการเข้าใจข้อมูล (๗๑.๖๒%) และการประยุกต์ใช้ข้อมูล (๗๔.๒๙%) อยู่ในระดับดี สะท้อนว่าผู้ป่วยสามารถตีความและนำข้อมูลไปใช้ในชีวิตประจำวันได้
- ด้านการเข้าถึงข้อมูล (๖๘.๑๘%) และการตัดสินใจ (๖๙.๓๘%) อยู่ในระดับพอใช้ อาจยังมีข้อจำกัด เช่น การเข้าถึงแหล่งข้อมูลที่เหมาะสม ความมั่นใจในการเลือกใช้อ้างอิงข้อมูลสุขภาพ
- แม้ภาพรวมอยู่ในระดับดี แต่ “ต้นทางของกระบวนการ” (เข้าถึง + ตัดสินใจ) ยังอ่อนกว่าปลายทาง (เข้าใจ + ประยุกต์ใช้) อาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพการดูแลตนเองในระยะยาว

๒. การวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพ

ภาพรวมพฤติกรรมสุขภาพอยู่ใน ระดับดี (ร้อยละ ๗๑.๒๖) แต่เมื่อพิจารณารายด้าน พบความแตกต่างชัดเจน

ด้านที่ดี

- การป้องกันภาวะแทรกซ้อน (๘๖.๐๒%) ระดับดีมาก ผู้ป่วยให้ความสำคัญกับการกินยา พบแพทย์ และติดตามอาการ
- การจัดการความเครียด (๗๔.๑๘%) ระดับดี มีทักษะในการดูแลสุขภาพจิตพอสมควร

ด้านที่ควรพัฒนา

- การบริโภคอาหาร (๖๕.๖๓%) ระดับพอใช้ อาจยังบริโภคเค็ม มัน หรือหวานเกิน
- การออกกำลังกาย (๕๙.๒๙%) ระดับไม่ดี (ต่ำสุด) เป็น “จุดอ่อนหลัก” ของพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มนี้

พฤติกรรมที่ต้องใช้ “ความต่อเนื่องและวินัย” (เช่น ออกกำลังกาย) มีคะแนนต่ำ ในขณะที่พฤติกรรมที่เกี่ยวกับ “การรักษา” (เช่น ป้องกันภาวะแทรกซ้อน) มีคะแนนสูง

การวิเคราะห์ปัจจัยตามกรอบ PRECEDE Model

๑. ปัจจัยนำ (Predisposing Factors)

เป็นปัจจัยภายในบุคคลที่มีผลต่อการเกิดพฤติกรรม ได้แก่ ความรู้ ความเชื่อ ทศนคติ และความรอบรู้ด้านสุขภาพ จากผลการศึกษา พบว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพภาพรวมอยู่ใน ระดับดี (๗๐.๘๗%) ด้านการเข้าใจข้อมูล และการประยุกต์ใช้ อยู่ในระดับดี แต่ การเข้าถึงข้อมูล และการตัดสินใจ อยู่ในระดับพอใช้ แสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยมีพื้นฐานความรู้และความเข้าใจที่ดี แต่ยังคงขาดทักษะในการค้นหาและเลือกใช้อ้างอิงข้อมูล อย่างเหมาะสม ส่งผลให้บางพฤติกรรม เช่น การออกกำลังกาย ยังไม่ถูกนำไปปฏิบัติจริง

สรุปปัจจัยนำ:

- ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง
- ความเข้าใจในการดูแลตนเอง
- ทศนคติและการรับรู้ความรุนแรงของโรค
- ความสามารถในการตัดสินใจด้านสุขภาพ (ยังต้องพัฒนา)

๒. ปัจจัยเอื้อ (Enabling Factors)

เป็นปัจจัยด้านทรัพยากร สิ่งแวดล้อม หรือโอกาสที่เอื้อต่อการแสดงพฤติกรรม จากผลการศึกษา (เชื่อมโยงทางอ้อม) พบว่า พฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ใน ระดับไม่ดี (๕๙.๒๙%) พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ใน ระดับพอใช้ (๖๕.๖๓%) สะท้อนถึงข้อจำกัดด้านสิ่งแวดล้อม เช่น ขาดสถานที่ออกกำลังกายที่เหมาะสม ไม่มีโปรแกรมหรือกิจกรรมส่งเสริมอย่างต่อเนื่อง การเข้าถึงอาหารสุขภาพยังจำกัด (อาหารเค็ม/อาหารสำเร็จรูปในชุมชน) ข้อจำกัดด้านเวลา หรือภาระงานของผู้ป่วย

สรุปปัจจัยเอื้อ:

- การเข้าถึงบริการสุขภาพ
- สื่อ/ช่องทางให้ความรู้สุขภาพ
- สิ่งแวดล้อมในชุมชน (สถานที่ออกกำลังกาย อาหาร)
- ระบบสนับสนุนจากหน่วยบริการ (คลินิก NCD / รพ.สต.)

๓. ปัจจัยเสริม (Reinforcing Factors)

เป็นปัจจัยที่ช่วยสนับสนุนหรือกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น แรงสนับสนุนทางสังคม จากผลการศึกษา พบว่า พฤติกรรมการป้องกันภาวะแทรกซ้อนอยู่ใน **ระดับดีมาก (๘๖.๐๒%)** การจัดการ ความเครียดอยู่ใน **ระดับดี (๗๔.๑๘%)** สะท้อนว่า ผู้ป่วยได้รับการติดตามดูแลจากบุคลากรสาธารณสุขอย่างต่อเนื่อง มีแรงสนับสนุนจากครอบครัวหรือชุมชน มีระบบบริการสุขภาพที่ช่วย “กระตุ้นเตือน” เช่น นัด ติดตามรับยา

สรุปปัจจัยเสริม:

- การสนับสนุนจากครอบครัว
- การติดตามจากบุคลากรสาธารณสุข
- อสม. และเครือข่ายชุมชน
- กิจกรรมกลุ่มผู้ป่วย (เช่น ชมรมผู้ป่วยเบาหวาน/ความดัน)

สรุปภาพรวมเชิงวิเคราะห์ (เชื่อมโยงทั้ง ๓ ปัจจัย)

แม้ว่าผู้ป่วยจะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับดี (ปัจจัยนำ) และได้รับการสนับสนุนจากระบบ บริการสุขภาพ (ปัจจัยเสริม) แต่ยังพบข้อจำกัดด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากร (ปัจจัยเอื้อ) โดยเฉพาะในเรื่อง การออกกำลังกายและการบริโภคอาหาร ส่งผลให้พฤติกรรมสุขภาพบางด้านยังไม่เหมาะสม

แบบฟอร์ม

การประเมินพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยรายบุคคล โรงพยาบาลโนนคูณ จังหวัดศรีสะเกษ



แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยรายบุคคล

ชื่อ-สกุลผู้ป่วย: HN:
โรคประจำตัว: สถานที่:

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ/ พฤติกรรมสุขภาพ	ข้อมูลจากผู้ป่วย	การวิเคราะห์ปัจจัยกำหนดพฤติกรรม สุขภาพ
ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HL)		
การรับประทานอาหาร		
การออกกำลังกาย		
การรับประทานยา		

สรุปผลการประเมิน

.....
.....
.....

แนวทางดำเนินงานต่อ

.....
.....
.....

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....
.....

ลงชื่อผู้ประเมิน

.....
(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่...../...../.....

ตัวอย่าง

การประเมินพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยรายบุคคล



แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยรายบุคคล

ชื่อ-สกุลผู้ป่วย: ทศวิมล จันทร์ HN: 18190
 โรคประจำตัว: DM, U.H.T สถานที่: Health Point - รพ.วิฑูรย์

ความรู้ด้านสุขภาพ/ พฤติกรรมสุขภาพ	ข้อมูลจากผู้ป่วย	การวิเคราะห์ปัจจัยกำหนดพฤติกรรม สุขภาพ
ความรู้ด้านสุขภาพ (HL)	- ดินดี DTX ไม่ถูกต้อง - ไม่เข้าใจโรค	HL ระดับปานกลาง
การรับประทานอาหาร	- รับประทานอาหาร ไม่ครบถ้วน 1/2 มื้อ	ปัจจัยหลัก: ขาดความรู้เรื่องโรค ปัจจัยรอง: ไม่สนใจเรื่องสุขภาพ ปัจจัยเสริม: ขาดแรงจูงใจในการปฏิบัติ
การออกกำลังกาย	- ไม่ออกกำลังกาย	ปัจจัยหลัก: ไม่รู้วิธีออกกำลังกาย ปัจจัยรอง: ไม่สะดวกออกกำลังกาย ปัจจัยเสริม: ขาดแรงจูงใจในการปฏิบัติ
การรับประทานยา	- สวมกินยาตามสั่ง	ปัจจัยหลัก: เข้าใจดีกับผลของโรค ปัจจัยเสริม: ไม่รู้วิธีรับประทานยา วิธีเสริม: ไม่รู้วิธีรับประทานยา

สรุปผลการประเมิน

ผู้ป่วยมีความรู้เรื่องโรคปานกลาง เข้าใจโรคเบาหวาน และภาวะแทรกซ้อน แต่ไม่ลงมือปฏิบัติ
 ทำกิจกรรมออกกำลังกายไม่ครบถ้วน 1/2 มื้อ ไม่สนใจเรื่องสุขภาพ
 ไม่ออกกำลังกาย ไม่รู้วิธีออกกำลังกาย ไม่สะดวกออกกำลังกาย ขาดแรงจูงใจในการปฏิบัติ

แนวทางดำเนินงานต่อ

- จัดนิทรรศการให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน
- จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น งดสูบบุหรี่ งดดื่มแอลกอฮอล์
- ส่งเสริมให้ผู้ป่วยออกกำลังกายสม่ำเสมอ

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

-

ลงชื่อผู้ประเมิน

นางสาวเกษมณี นน้อม

(นางสาวเกษมณี นน้อม)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

วันที่ 19 / 8.10 / 69

ตัวอย่าง

การประเมินพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยรายบุคคล



แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยรายบุคคล

ชื่อ-สกุลผู้ป่วย: ดร.สุวิทย์ สุขวงศ์ HN: 16793
 โรคประจำตัว: DM T.H.T สถานที่: Health Station - จิตวิทยารพ.

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ/ พฤติกรรมสุขภาพ	ข้อมูลจากผู้ป่วย	การวิเคราะห์ปัจจัยกำหนดพฤติกรรม สุขภาพ
ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HL)	- เข้าใจดี - เข้าใจดีเกี่ยวกับสุขภาพ - เข้าใจดี	- ระดับความรู้ดี - มีปัจจัยแวดล้อมส่งเสริมสุขภาพ - ปัจจัยเสริม: ขาดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ
การรับประทานอาหาร	- รับประทานอาหาร/ผลไม้ - ไขมัน	ปัจจัยหลัก: ขาดความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ ปัจจัยเสริม: ไม่ค่อยออกกำลังกาย ปัจจัยเสริม: ขาดความรู้เกี่ยวกับไขมัน
การออกกำลังกาย	- เดินเล่น 10 นาที - ไม่ออกกำลังกายเลย - ขาดแรงจูงใจ	ปัจจัยหลัก: ขาดแรงจูงใจในการออกกำลังกาย ปัจจัยเสริม: ไม่ค่อยออกกำลังกาย ปัจจัยเสริม: ขาดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ
การรับประทานยา	- กินยาเป็นประจำทุกวัน	ปัจจัยหลัก: ตระหนักถึงความสำคัญ ปัจจัยเสริม: เข้าใจโรคดี ปัจจัยเสริม: ขาดความรู้เกี่ยวกับ

สรุปผลการประเมิน
 ผู้ป่วยมีความรอบรู้ด้านสุขภาพดี เข้าใจโรคดีและ เข้าใจสุขภาพดี ขาดความรู้เกี่ยวกับไขมันในเลือด
 ทราบความสำคัญ เข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพดี
 พฤติกรรมการรับประทานอาหาร/ผลไม้ ไม่ค่อยออกกำลังกายเลย สัมภาษณ์

แนวทางดำเนินงานต่อ
 - ให้คำปรึกษาสุขภาพ
 - เสนอความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ และส่งเสริมการออกกำลังกาย ขาดความรู้
 - ส่งเสริมให้ออกกำลังกายหรือออกกำลังกาย และให้กำลังใจแก่ผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ลงชื่อผู้ประเมิน

นางสาวเกษมณี นบเนียม

(นางสาวเกษมณี นบเนียม)

นักวิชาการสาธารณสุข

ตำแหน่ง

วันที่ ๑๐ / ๑๑ / ๖๙

สรุปการประเมินพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยรายบุคคล

จากการวิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จำนวน ๑๗๐ คน ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลโนนคูณ พบว่า พฤติกรรมสุขภาพโดยรวมยังอยู่ในระดับ **ควรปรับปรุง** ซึ่งส่งผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและความดันโลหิต

ด้านความรอบรู้ด้านสุขภาพ ผู้ป่วยมีความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงในระดับจำกัด ยังขาดทักษะในการนำข้อมูลไปใช้ในการดูแลตนเอง เช่น การเลือกอาหาร การควบคุมพฤติกรรม และการใช้ยาอย่างเหมาะสม ซึ่งเป็น ปัจจัยนำ (Predisposing factors) ที่สำคัญ

ด้านพฤติกรรมการรับประทานอาหาร พบว่าผู้ป่วยยังมีการบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม และอาหารแปรรูปเป็นประจำ รวมถึงขาดการควบคุมปริมาณอาหาร ส่งผลโดยตรงต่อระดับน้ำตาลและความดันโลหิต โดยมีทั้งปัจจัยนำ (ความรู้/ความเชื่อ) และ ปัจจัยเอื้อ (Enabling factors) เช่น ความเคยชินในการบริโภคและการเข้าถึงอาหารสุขภาพที่จำกัด

ด้านการออกกำลังกาย พบว่ามีการออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอหรือไม่เพียงพอ เนื่องจากขาดแรงจูงใจ มีข้อจำกัดด้านเวลา หรือสภาพร่างกาย ซึ่งสะท้อนทั้งปัจจัยนำและปัจจัยเอื้อ

ด้านการรับประทานยา พบว่าผู้ป่วยมีความไม่สม่ำเสมอในการใช้ยา เช่น ลืมรับประทานยา หรือหยุดยาเองเมื่ออาการดีขึ้น สะท้อนถึงความเชื่อและความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง (ปัจจัยนำ) รวมถึงการขาดระบบสนับสนุน เช่น การติดตามจากญาติหรือบุคลากรสาธารณสุข (ปัจจัยเสริม Reinforcing factors) โดยสรุป ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมสุขภาพและการควบคุมโรค ได้แก่

ปัจจัย	พฤติกรรม
ปัจจัยนำ	ความรู้ไม่เพียงพอ ความเชื่อและทัศนคติที่ไม่เหมาะสม
ปัจจัยเอื้อ	ข้อจำกัดด้านเวลา สิ่งแวดล้อม และการเข้าถึงทรัพยากรสุขภาพ
ปัจจัยเสริม	การสนับสนุนจากครอบครัวและระบบบริการสุขภาพยังไม่ต่อเนื่อง

ส่งผลให้ผู้ป่วยมีความเสี่ยงต่อ การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและความดันโลหิตไม่ได้ตามเกณฑ์ และเพิ่มโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนในระยะยาว