

การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลและแบบแผนการดำเนินชีวิตระหว่างกลุ่มที่มีและไม่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิก: กรณีศึกษาจังหวัดนครราชสีมา

ขวัญใจ สิทธิธนิก* พย.ม. (การพยาบาลผู้ใหญ่)

พรทิพย์ มาลาธรรม**Ph.D. (Nursing), Doctoral Portfolio Certificate in Gerontology (USA)

พรรณวดี พุฒวัฒน์*** วท.ด. (โภชนศาสตร์)

ฉัตรประอร งามอุโฆษ**** M.D.

บทคัดย่อ: การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงบรรยายแบบภาคตัดขวาง เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคล (เพศ อายุ และประวัติการมีญาติสายตรงเป็นเบาหวาน) และแบบแผนการดำเนินชีวิต (แบบแผนการรับประทานอาหาร การมีกิจกรรมทางกาย การสูบบุหรี่ และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์) ระหว่างกลุ่มที่มีและไม่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิกในประชาชนเขตอำเภอเมืองนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา ในผู้ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนได้กลุ่มตัวอย่าง 149 ราย เก็บข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกข้อมูลและแบบสอบถามแบบแผนการรับประทานอาหาร กิจกรรมทางกาย การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การตรวจร่างกาย และตรวจทางห้องปฏิบัติการ แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มที่มี และไม่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิก ตามเกณฑ์ของโครงการศึกษาคอเลสเตอรอลของสหรัฐอเมริกา (National Cholesterol Education Program ATP III) แต่ใช้เกณฑ์เส้นรอบเอวตามเกณฑ์ของชาวเอเชีย กลุ่มตัวอย่างมีอายุตั้งแต่ 20 ถึง 88 ปี เฉลี่ย 50.38 ปี เป็นเพศหญิงร้อยละ 56.4 เพศชายร้อยละ 43.6 พบผู้มีกลุ่มอาการเมตาบอลิครวมร้อยละ 30.1 โดยกลุ่มที่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิกมีอายุเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มที่ไม่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิก และมีจำนวนการสูบบุหรี่น้อยกว่าในกลุ่มที่ไม่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อควบคุมตัวแปร เพศ อายุ และเส้นรอบเอว ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการสูบบุหรี่และการมีกลุ่มอาการเมตาบอลิก นอกจากนี้ พบว่า เพศ ประวัติการมีญาติสายตรงเป็นโรคเบาหวาน แบบแผนการรับประทานอาหาร กิจกรรมทางกาย และการดื่มสุราไม่มีความสัมพันธ์กับการมีกลุ่มอาการเมตาบอลิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การที่แบบแผนการดำเนินชีวิตของสองกลุ่มไม่แตกต่างกันในครั้งนี้ อาจเนื่องมาจากมีปัจจัยเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาการเมตาบอลิกมีหลากหลาย และการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนมีข้อจำกัดในการวิจัยครั้งนี้ อย่างไรก็ตาม จากการที่พบกลุ่มอาการเมตาบอลิกในกลุ่มผู้สูงอายุมากกว่าวัยอื่น จึงควรป้องกันหรือชะลอการมีกลุ่มอาการเมตาบอลิกตั้งแต่ก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุเพื่อการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดในระยะยาว

คำสำคัญ: แบบแผนการดำเนินชีวิต แบบแผนการรับประทานอาหาร การมีกิจกรรมทางกาย การสูบบุหรี่ กลุ่มอาการเมตาบอลิก

*นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่) โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และ พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลบ้านเหลื่อม จังหวัดนครราชสีมา

**Corresponding author ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
E-mail: porntip.mal@mahidol.ac.th

***รองศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

****ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลและแบบแผนการดำเนินชีวิตระหว่างกลุ่มที่มีและไม่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิก:
กรณีศึกษาจังหวัดนครราชสีมา

A Comparison of Personal Factors and Lifestyles between Persons with and without Metabolic Syndrome: A Case Study in Nakhon Ratchasima Province

Kwunchai Sitthinok M.N.S. (Adult Nursing)*

*Porntip Malathum**Ph.D. (Nursing), Doctoral Portfolio Certificate in Gerontology (USA)*

*Panwadee Putwatana*** D.Sc. (Nutrition)*

*Chardpraorn Ngamukos**** M.D.*

Abstract: This descriptive, cross-sectional design aimed to compare personal factors (gender, age, and being the first degree relatives of diabetes persons) and lifestyles (dietary patterns, physical activity, smoking, and alcohol consumption) between persons with and without metabolic syndrome at a district in Nakhon Ratchasima Province. Multi-stage sampling was used to recruit a sample of 149 persons aged at least 20 years. The research instruments included the Demographic Data Questionnaire, the Pattern of Food Consumption Questionnaire, the Global Physical Activity Questionnaire, the Smoking Questionnaire, and the Alcohol Consumption Questionnaire, physical examination, and laboratory testing. The sample was divided into two groups: metabolic syndrome and non-metabolic syndrome according to the diagnostic criteria of metabolic syndrome of the National Cholesterol Education Program ATP III, but the waist circumference was based on the criterion of Asian people. The analysis revealed that 56.4% were female and 43.6% were male. The age of the sample ranged from 20 to 88 years with a mean of 50.38 years. The prevalence of the metabolic syndrome was 30.1%. The mean age in the metabolic syndrome group was significantly higher than that in the non-metabolic syndrome group, but the smoking pack year in the metabolic syndrome group was significantly lower than that in the non-metabolic syndrome group. Additionally, gender, being the first degree relatives of diabetes persons, dietary pattern, physical activity, and alcohol consumption were not significantly related to metabolic syndrome. However, it is too early to conclude that lifestyle variables are not significant because the metabolic syndrome involves several components. The non-significant findings might be due to a limitation to control extraneous variables in this study. However, an intervention program should be developed to early prevent or delay the metabolic syndrome, which is a risk factor of cardiovascular disease in the long term.

Keywords: Lifestyles, Dietary pattern, Physical activity, Smoking, Metabolic syndrome

*Master Student, Master of Nursing Science Program (Adult Nursing), Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, and Professional Nurse, Banluam Hospital, Nakornratchasima Province

**Corresponding author, Assistant Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, E-mail: porntip.mal@mahidol.ac.th

***Associate Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

****Assistant Professor, Department of Medicine, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University