พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของเด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วน ที่เข้ารับการรักษาที่ โรงพยาบาลศิริราช

สุเนตรา นุ่นลอย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)
สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2554

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล
Copyright by Mahidol University

พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของเด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วนที่เข้ารับการรักษา ที่โรงพยาบาลศิริราช
WEIGHT-CONTROL BEHAVIORS AMONG OBESE CHILDREN AND ADOLESCENTS AT SIRIRAJ HOSPITAL

สุเนตรา นุ่นลอย 4836103 PHPH/M

วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : ประสิทธิ์ ลีระพันธ์, ปร.ด., ลักขณา เติมศิริกุลชัย, ปร.ด., จีรันดา สันติประภพ, พ.บ., dip. American Sub-board of Pediatric Endocrinology

บทคัดย่อ

ภาวะอ้วนในเด็กและวัยรุ่นก่อให้เกิดผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ ตลอดจนโรคแทรกซ้อนที่มากมายและร้ายแรง ภาวะอ้วนในเด็กไทยทั้งก่อนวัยเรียนและเด็กวัยเรียนมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น โดยเด็กและวัยรุ่นเหล่านี้จะมีความเสี่ยงสูงที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วนในอนาคต การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ต่อความอ้วนและการตัดสินใจเข้ารับการรักษาและพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักขณะเข้ารับการรักษาในโปรแกรมการลดและควบคุมน้ำหนักของโครงการวิจัยของสาขาวิชาต่อมไร้ท่อและเมตาบอลิสม ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล โดยใช้การศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกในกลุ่มเด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วนที่เข้าร่วมโปรแกรมการลดและควบคุมน้ำหนักในโครงการวิจัยฯ จำนวน 24 ราย รวมทั้งผู้ปกครองของเด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วน และ แพทย์ผู้ให้การรักษา วิเคราะห์ข้อมูลโดยการถอดเทปบันทึกเสียงแบบคำต่อคำ วิเคราะห์เนื้อหา จัดเป็นหมวดหมู่ และตีความหมาย ดึงสาระสำคัญตามวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อพรรณนาและอธิบายถึง พฤติกรรมการแสวงหาบริการทางสุขภาพของเด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วนก่อนตัดสินใจการเข้ารับการรักษาในโปรแกรมการลดและควบคุมน้ำหนักของโครงการวิจัยฯ พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักตามระบบการรักษาของโรงพยาบาลศิริราช และ ปัจจัยในการควบคุมน้ำหนัก

ผลการวิจัย พบว่า เด็กและวัยรุ่นรับรู้ความอ้วนของตนเองว่าเป็นปัญหาหลังจากมีภาวะอ้วนมาแล้วช่วงเวลาหนึ่ง โดยมีปัจจัยร่วมที่สำคัญที่ทำให้ตระหนักต่อปัญหาคือ ความสวยงาม การล้อเลียนจากคนรอบข้าง และปัญหาสุขภาพ หลังจากนั้นก็มีการแสวงหาวิธีการแก้ไขปัญหา ส่วนใหญ่เป็นการจัดการปัญหาด้วยตนเอง เช่น ผู้ปกครองคอยตักเตือน หรือห้ามเรื่องกิน การควบคุมการกินและการออกกำลังกาย มีเพียงส่วนน้อยที่เข้ารับการรักษาจากแพทย์ทันที เนื่องจากการมีปัญหาสุขภาพร่วมด้วย เด็กและวัยรุ่นอ้วนที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลศิริราช เป็นกลุ่มที่ไม่สามารถจัดการกับภาวะอ้วนได้ด้วยตนเอง และบางคนก็มีโรคอื่นๆร่วมด้วย กระบวนการรักษาที่โรงพยาบาลศิริราชไม่เน้นเรื่องการให้ยา แต่เน้นเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิดต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ผลการรักษา แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ 1. กลุ่มที่ลดน้ำหนักได้ดี เป็นกลุ่มที่ปฏิบัติได้ตามที่แพทย์แนะนำอย่างเคร่งครัดและต่อเนื่อง เนื่องจากเด็กตระหนักได้ด้วยตนเองและการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อนเป็นอย่างดี 2. กลุ่มที่ควบคุมน้ำหนักไม่สม่ำเสมอ พบว่า เด็กมีความตั้งใจในการควบคุมตนเองได้ดีมากในระยะแรก แต่ในระหว่างการควบคุมน้ำหนักมีเหตุปัจจัยเข้ามามีผลทำให้ไม่อาจควบคุมได้อย่างจริงจังและต่อเนื่อง เช่น การเรียน การสอบ ผู้ปกครองไม่สามารถพามาตามนัด และเด็กเกิดความรู้สึกท้อขึ้นมาเป็นครั้งคราว จากปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น ทำให้การควบคุมน้ำหนักทำได้เป็นช่วงๆ และ 3. กลุ่มที่น้ำหนักเพิ่มขึ้น พบว่า ในระยะเริ่มต้น เด็กสามารถควบคุมตนเองได้ในระดับหนึ่ง แต่จากการที่เด็กมีลักษณะการพึ่งพิงผู้อื่นสูง ประกอบกับผู้ปกครองให้การสนับสนุนไม่ต่อเนื่องและจริงจัง ทำให้เด็กกลุ่มนี้ไม่สามารถปฏิบัติตามที่แพทย์ผู้ให้การรักษาแนะนำได้ จึงมีผลให้น้ำหนักเพิ่มขึ้น

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า การควบคุมน้ำหนักได้ดีมากน้อยเพียงไรของเด็กและวัยรุ่นอ้วน ขึ้นอยู่กับตนเองปฏิบัติ นอกจากนี้ยังต้องได้รับการสนับสนุนจากผู้ปกครองและทำหน้าที่อย่างจริงจังและต่อเนื่องด้วย ซึ่งความเข้าใจดังกล่าวนี้สามารถนำไปเป็นพื้นฐานในการปรับเปลี่ยนโปรแกรมการให้การรักษาแก่เด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วน โดยเฉพาะแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และการให้สุขศึกษาเด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วน รวมทั้งการปรับแผนการสร้างความร่วมมือจากผู้ปกครองเพื่อการส่งเสริมและป้องกันภาวะอ้วนในเด็กและวัยรุ่นต่อไป

คำสำคัญ: พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนัก / เด็กและวัยรุ่นที่มีภาวะอ้วน

213 หน้า

Copyright by Mahidol University

WEIGHT CONTROL BEHAVIORS AMONG OBESE CHILDREN AND ADOLESCENTS AT SIRIRAJ HOSPITAL

SUNATTRA NUNLOI 4836103 PHPH/M

M.Sc.(PUBLIC HEALTH) MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES

THESIS ADVISORY COMMITTEE: PRASIT LEERAPUN, Ph.D., LUKKHANA TERMSIRIKULCHAI, Ph.D., JEERUNDA SUNTIPRAPOP, M.D.

ABSTRACT

Obesity in children and adolescents has numerous physical and mental impacts and can result in many severe complications. Obesity in both Thai preschool and elementary school children has increased and this group of children are at risk of becoming obese adults in the future. The goal of this study was to assess overall perceptions about obesity, decisions to seek medical treatment, and weight control behaviors in obese children receiving medical treatment from the Weight Control Program at the Division of Endocrinology and Metabolism, Department of Pediatrics, Faculty of Medicine, Siriraj Hospital. Descriptive qualitative research was employed and data collection was done by using in-depth interviews with 24 obese children and adolescents. The research includes interviews with the guardians of those obese children and adolescents, and the physicians who provided treatment for the sample patients. Data were analyzed by content analysis of tape records. Data were categorized and interpreted, and important issues were determined in accordance with the research objectives, in order to describe and explain the health service seeking behaviors of obese children and adolescents before making the decision to get medical treatment at the Weight Control Program. These weight control behaviors in accordance with the treatment system at Siriraj Hospital and the factors affecting weight control behaviors were the focus of this study.

The findings showed that the sampled children and adolescents perceived that their obesity was a problem after having been obese for a period of time. The important factors that created their awareness of this problem were their physical image, teasing by surrounding people, and various health problems. Solution-seeking then followed, where most of the samples managed the problems by themselves; their guardians reminding them to limit their food consumption, assisting with diet control and exercise, etc. Only a few obese children received medical treatment immediately due to health problems. The group of obese children and adolescents who received treatment at Siriraj Hospital were those who could not manage their problems by themselves. Some of them also had health problems. The treatment process at Siriraj Hospital did not focus on medication, but rather on the modification of food consumption behaviors, exercise, and close and regular counseling. There were three groups of treatment outcomes: 1) The group who had a 'good' level of weight control. This group complied strictly and continuously with the medical recommendations because the samples had self-awareness and received good support from their families and friends; 2) The group who controlled weight irregularly. This group had a high level of intention to control themselves during the first period, but during the weight control period there were factors that made them unable to control their weight seriously and continuously. For example, guardians could not take their children to medical appointments, and once in awhile the children felt discouraged, which resulted in only periodic weight control; and 3) The group who gained weight. This group could control their weight to some extent during the first period, but due to the high level of dependent characteristics of this group, coupled with the inconsistent support of guardians, this group of children did not comply with the recommendations made by the physicians, and therefore gained weight.

The research results revealed that successful weight control of obese children and adolescents depended largely on their practices. In addition, support from the childrens' guardians must be continuous and regular. Their body of knowledge can be utilized by improving the basic data of the treatment program for obese children and adolescents, specifically the behavioral modification program and health education activities, including improvement of plans for establishing cooperation from children's guardians in order to prevent obesity in children and adolescents.

KEYWORDS: WEIGHT CONTROL BEHAVIOR/OBESE CHILDREN AND ADOLESCENTS

213 pages

Copyright by Mahidol University