

## บทที่ 6

### สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของการแนะนำทางด้านโภชนาบั้ร่วมกับ การรับประทาน เม็ดแมงลัก ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ที่ศูนย์บริการสาธารณสุข 47 คลองขวาง พบว่าการให้คำแนะนำแก่ชวักโภชนาบั้ร่วมกับเม็ดแมงลัก สามารถลดระดับน้ำตาลกลูโคส โคลเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ และกัตยโคฮีโมโกลบินในเลือดลงได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ซึ่งเป็นประโยชน์มากสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน ในการควบคุมระดับน้ำตาลกลูโคส โคลเลสเตอรอล และไตรกลีเซอไรด์ในเลือดเป็นการป้องกันภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานทั้งเฉียบพลันและเรื้อรัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคไต และเป็นการช่วยลดปริมาณการใช้ยาดน้ำตาลและไขมันในเลือด

การให้คำแนะนำแก่ชวักโภชนาบั้ร่วมกับเม็ดแมงลักไม่ สามารถทำให้ระดับเฮชดีแอลโคเลสเตอรอลเพิ่มขึ้น และระดับแอลดีแอลโคเลสเตอรอลลดลงได้ ซึ่งน่าจะทำให้การศึกษาต่อไปถึงแนวทางการให้โภชนาบั้แก่ผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งจะมีผลเพิ่มเฮชดีแอลโคเลสเตอรอล และลดแอลดีแอลโคเลสเตอรอลในเลือดได้ ส่วนใยอาหารที่เลือกใช้ ควรเลือกใช้ใยอาหารที่มีอยู่ในแหล่งอาหารอื่นๆ เนื่องจากในประเทศไทยมีผักผลไม้ อยู่มาหลายชนิดให้นำมาปรุงเป็นอาหารได้

ผลจากงานวิจัยนี้สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางทำให้ความรู้คำปรึกษา คำแนะนำ  
เกี่ยวกับโภชนบำบัดในผู้ป่วยเบาหวาน และไขมันในเลือดสูงได้



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย