

REFERENCES

- (1). Siripittayakunkit Anchalee. Weekly Epidemiological Surveillance Report 2005. 36, 47 (2005).
- (2). King H, Aubert RE, Herman WH. Global burden of diabetes, 1995-2025: prevalence, numerical estimates, and projections. Diabetes Care 21(1998): 1414-31.
- (3). American Diabetes Association. Diagnosis and classification of diabetes mellitus. Diabetes Care 27(suppl1) (2004) :S5-S14.
- (4). Nitiyanant W. Diabetes mellitus in Thailand. J ASEAN Federation of Endocrine Societies 17 (suppl 2) (1999): 18-25.
- (5). Garcia MJ, McNamara PM, Gordon T, Kannell WB. Morbidity and mortality in diabetics in the Framingham population. Sixteen year follow-up study. Diabetes 23 (1974): 105-11.
- (6). Stamler J, Vaccaro O, Neaton JD, Wentworth D. Diabetes, other risk factors and 12-yr cardiovascular mortality for men screened in the Multiple Risk Factor Intervention Trial. Diabetes Care 16 (1993) :434-44.
- (7). Panzram G. Mortality and survival in Type 2 diabetes (non-insulin-dependent) diabetes mellitus. Diabetologia 30 (1987) :123-31.
- (8). Walters DP, Gatling W, Houston AC, Mullee MA, Julious SA, Hill RD. Mortality in diabetic subjects: an eleven-year follow-up of a community-based population. Diabet Med 11 (1994) :968-73.
- (9). Pan X, Li G, Hu Y, et al. Effects of diet and exercise in preventing NIDDM in people with impaired glucose tolerance. Diabetes Care 20(4) (1997) :537-44.
- (10). Helmrich SP, Ragland DR, Leung RW, Pfaffenbarger RS. Physical activity and reduced occurrence of non-insulin-dependent diabetes mellitus. N Engl J Med 325 (1991) :147-52.
- (11). Manson JE, Rimm EB, Stampfer MJ, et al. Physical activity and incidence of non-insulin-dependent diabetes mellitus in women. Lancet 338 (1991) :774-778.
- (12). Burchfiel CM, Sharp DS, Curb JD et al. Physical activity and incidence of diabetes: The Honolulu Heart Program. Am J Epidemiol 41 (1995) :360-68.
- (13). Patricia Anderson-Parrado, Type 2 diabetes and obesity: an all-too-common combination; Better Nutrition. April, 1998.
- (14). A.L. Davis, Fighting obesity: physical activity has major role, BMJ 329 (2004): 53.

- (15). Skarfors ET, Wegener TA, Lithell H, Selinus I. Physical training as treatment for Type 2 diabetes (non-insulin-dependent) diabetes mellitus in elderly men. A feasibility study over 2 years. Diabetologia 30 (1987) : 930-33.
- (16). Schneider SH, Khachadurian AK, Amoroso LF, Clemow L, Ruderman N. Ten year experience with an exercise based outpatient lifebehavior modification program in the treatment of diabetes mellitus. Diabetes Care 15(suppl) (1992) : 1800-10.
- (17). M. Corretti, G.D. Plotnick and R.A. Vogel, Effect of treadmill exercise on flow-mediated brachial artery vasoactivity, J Am Coll Cardiol 27 (1996) : 130A.
- (18). G.F. Fletcher, G.J. Balady, E.A. Amsterdam, B. Chaitman, R. Eckel, J. Fleg, V.F. Froelicher, A.S. Leon, I.L. Pina and R. Rodney *et al.*, Exercise standards for testing and training: a statement for healthcare professionals from the American Heart Association, Circulation 104 (2001) : 1694–1740.
- (19). C.A. DeSouza, L.F. Shapiro, C.M. Clevenger, F.A. Dinunno, K.D. Monahan, H. Tanaka and D.R. Seals, Regular aerobic exercise prevents and restores age-related decline in endothelial-dependent vasodilation in healthy men, Circulation 102 (2000) : 1351–1357, .
- (20). R. Ashenden, C. Silagy and D. Weller, A systematic review of the effectiveness of promoting lifebehavior change in general practice, Fam Pract 14 (1997) : 160–176.
- (21). National Diabetes Information Clearinghouse. Am I at Risk for Type 2 Diabetes? Taking Steps to Lower Your Risk of Getting Diabetes. Available from: <http://diabetes.niddk.nih.gov>
- (22). J. Woollard, L.J. Beilin, T. Lord, I. Puddey, D. MacAdam and I. Rouse, A controlled trial of nurse counselling on lifebehavior change for hypertensives treated in general practice: preliminary results, Clin Exp Pharmacol Physiol 22 (1995): 466–468.
- (23). J. Laitakari, On the practical applicability of stage models to health promotion and health education, Am J Health Behav 22(1) (1998): 28–38.
- (24). N.H. Miller, Aggressive blood pressure management, J Cardiovasc Nurs 18 (2) (2003): 108–115.
- (25). Botorff M , Role of the pharmacist, Pharmacotherapy 26(12 Pt 2) (2006) :227S-232S.

- (26). Shah Jayendra H et.al , Factors Affecting Compliance in Type 2 Diabetic Patients: Experience from the Diabetes Outcomes in Veterans Study (DOVES), International journal of diabetes in developing country 23 (2003) :75-82.
- (27). Kurtz MS. Adherence to diabetic regimens: empirical status and clinical applications. Diabetes Educ 16 (1990) :50-56.
- (28). Churkoney KA, Hart LK. The relationship between health belief model and compliance of persons with diabetes mellitus. Diabetes Care 3 (1980): 594-8.
- (29). E.C. Wright, Non-compliance—or how many aunts has Matilda?, Lancet 342 (1993), 909–913.
- (30). J. Urquhart, Role of patient compliance in clinical pharmacokinetics. A review of Recent research, Clin Pharmacokinet 27 (1994): 202–215.
- (31). J. Urquhart, Patient compliance with prescribed drug regimens: overview of the past 30 years of research, Clin Meas Drug Eval (1995): 213–227.
- (32). J.A. Cramer, Microelectronic systems for monitoring and enhancing patient compliance with medication regimens, Drugs 49 (1995): 321–327.
- (33). J. Urquhart, The electronic medication event monitor. Lessons for pharmacotherapy, Clin Pharmacokinet 32 (1997): 345–356.
- (34). Bruce, David G., et al. Longitudinal Predictors of Reduced Mobility and Physical Disability in Patients with Type 2 Diabetes: Diabetes Care 28 (2005): 2441-2447.
- (35). Gregg, Edward W., et al. Diabetes and Incidence of Functional Disability in Older Women: Diabetes Care 25 (2002): 61-67.
- (36). World Health Organisation Department of Noncommunicable Disease Surveillance. Definition, Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus and its Complications, 1999.
- (37). Rother, KI (2007). Diabetes Treatment — Bridging the Divide. N Engl J Med 356 (15): 1499-1501.
- (38). Eberhart, MS; Ogden C, Engelgau M, Cadwell B, Hedley AA, Saydah SH. Prevalence of Overweight and Obesity Among Adults with Diagnosed Diabetes -- - United States, 1988--1994 and 1999--2002". Morbidity and Mortality Weekly Report 53 (45) (2004): 1066-1068.
- (39). Genuth S (Jan-Feb 2006). Insights from the diabetes control and complications trial/epidemiology of diabetes interventions and complications study on the use of

- intensive glycemic treatment to reduce the risk of complications of type 1 diabetes.. Endocr Pract 12 Suppl 1 : 34-41. PMID 16627378. 40"Effect of intensive blood-glucose control with metformin on complications in overweight patients with Type 2 diabetes (UKPDS 34). UK Prospective Diabetes Study (UKPDS) Group". *Lancet* 352 (1998): 854-65. PMID 9742977.
- (41). William J. Cromie., et al. "Diet Can Reduce Risk of Diabetes" Gazette the Harvard University (February 1997): <http://www.hno.harvard.edu/gazette>
- (42). G Hu., et al. Joint association of coffee consumption and other factors to the risk of Type 2 diabetes: a prospective study in Finland. International Journal of Obesity 30 (2006): 1742–1749.
- (43). Hiroyasu Iso .,et al .The Relationship between Green Tea and Total Caffeine Intake and Risk for Self-Reported Type 2 Diabetes among Japanese Adults. Ann Intern Med 144 (2006): 554-562.
- (44). Rob M. van Dam ., et al .Dietary Patterns and Risk for Type 2 Diabetes Mellitus in U.S. Men: Annual of Internal medicine 136 Issue 3 (2002): 201-209.
- (45). Thomas L Halton .,et al "Potato and french fry consumption and risk of Type 2 Diabetes in women" American Journal of Clinical Nutrition 83(2) (2006): 284-290.
- (46). Yunsheng Ma M.D., Ph.D., et al .Low-carbohydrate and high-fat intake among adult patients with poorly controlled Type 2 diabetes mellitus: Nutrition (2006) : 1129-1136.
- (47). Gillen L. J., et al. Achieves optimal fat and energy balance in patients with Type 2 diabetes: Nutrition Research Newsletter, August, 2005
- (48). Manisha Chandalia ., et al .Beneficial Effects of High Dietary Fiber Intake in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus: N Engl J Med 342 (2000): 1392-1398.
- (49). Jennie Brand-Miller et al. Low-Glycemic Index Diets in the Management of Diabetes: Diabetes care 26 (2003): 2261-2267.
- (50). Jørgen Vesti Nielsen ., et al .Low-carbohydrate diet in Type 2 diabetes. Stable improvement of bodyweight and glycemic control during 22 months follow-up: Nutrition & Metabolism, 3 (2006): 22.
- (51). D.M. Morrato ., et al . Physical activity in U.S. adults with diabetes and at risk for developing diabetes: Diabetes Care 30 (2007): 203–209.

- (52). Harry T ., et al . Role of Exercise for Type 2 Diabetic Patient Management: South Med J 95(1) (2002): 72-77.
- (53). American Diabetes Association. Physical Activity/Exercise and Diabetes: Diabetes Care 27 (2004): S58-S62.
- (54). Henrik Wagner ., et al .Combined Treatment With Exercise Training and Acarbose Improves Metabolic Control and Cardiovascular Risk Factor Profile in Subjects With Mild Type 2 Diabetes: Diabetes Care 29 (2006): 1471-1477.
- (55). Sompol Sanguanrungririkul . Effectiveness of exercise training on asymptomatic cardiac autonomic neuropathy in Type 2 diabetes. Thesis for Degree of Master of Sciences in Health development Faculty of Medicine Chulalongkorn University, (2004).
- (56). Thomas DE ., et al .Exercise for Type 2 diabetes mellitus: The Cochrane Database of Systematic Reviews Issue 2 (2007).
- (57). Carmen Castaneda et al .A Randomized Controlled Trial of Resistance Exercise Training to Improve Glycemic Control in Older Adults With Type 2 Diabetes: Diabetes Care 25 (2002): 2335-2341.
58. Tanasescu M, et al. Physical activity in relation to cardiovascular disease and total mortality among men with Type 2 diabetes. Circulation107 (2003): 2435-9.
- (59). Boule NG, Haddad E, Kenny GP, Wells GA, Sigal RJ. Effects of exercise on glycemic control and body mass in Type 2 diabetes mellitus: a meta-analysis of controlled clinical trials. JAMA 286 (2001): 1218-1227.
- (60). C.L. Gillies et al.Pharmacological and lifebehavior interventions to prevent or delay Type 2 diabetes in people with impaired glucose tolerance: systematic review and meta-analysis. BMJ 334 (2007): 299.
- (61). So Hun Kim.,et al. Effects of lifebehavior modification on metabolic parameters and carotid intima-media thickness in patients with Type 2 diabetes mellitus: Metabolism 55(8) (2006): 1053-1059.
- (62). Rob M. van Dam ., et al .The Epidemiology of Lifebehavior and Risk for Type 2 Diabetes: European Journal of Epidemiology18 (12) (2003): 1115-1125.
- (63). Ruben K. Israni .Lifebehavior Changes Effective in Preventing Type 2 Diabetes : (2007): www.medpagetoday.com
- (64). William C. Knowler., et al .Reduction in the Incidence of Type 2 Diabetes with Lifebehavior Intervention or Metformin: N Engl J Med346 (2002): 393-403.
- (65). Jaakko Tuomilehto., et al .Prevention of Type 2 Diabetes Mellitus by Changes in

- Lifebehavior among Subjects with Impaired Glucose Tolerance: N Engl J Med 344 (2001): 1343-1350.
- (66). S.H. Ko .,et al .Long-term effects of a structured intensive diabetes education programme (SIDEPE) in patients with Type 2 diabetes mellitus: a 4-year follow-up study: Diabetic Medicine 24 (2007): 55-62.
- (67). RE Glasgow.,et al .Nutrition education and social learning interventions for Type 2 diabetes: Diabetes Care12 (2) (1989): 150-152.
- (68). Juan José Gagliardino., et al .A Model Educational Program for People With Type 2 Diabetes A cooperative Latin American implementation study (PEDNID-LA): Diabetes Care 24 (2001): 1001-1007.
- (69). Panngam Prasaichaimontri. Effectiveness of diabetes management program at Somdejpranangchaosirikir hospital . Thesis for Degree of Master of Sciences in Pharmacy in Clinical pharmacy Department of Pharmacy Faculty of Pharmaceutical Sciences Chulalongkorn University (2003).
- (70). Pensiri Wangkladkaew. Clinical outcome of nutrition counselling in Non Insulin Dependent Diabetic patient at public health center 62 the bangkok metropolitan administration. Thesis for Degree of Master of Sciences in Food Chemistry and Medical nutrition Department of Food Chemistry Faculty of Pharmaceutical Sciences Chulalongkorn University (2002).
- (71). Rathaporn Lohavisavapanich . Impact of education and counselling provided by a clinical pharmacist on diabetic outpatient at King Chulalongkorn Memorial hospital. Thesis for Degree of Master of Sciences in Pharmacy in Clinical pharmacy Department of Pharmacy Faculty of Pharmaceutical Sciences Chulalongkorn University (2003).
- (72). Z Ghazanfari., et al .Lifebehavior Education and Diabetes Mellitus Type 2: A Non-Randomized Control Trial: Iranian J Publ Health 36(2) (2007): 68-72.
- (73). Trudi Deakin ., et al .Patients with Type 2 diabetes who participate in group education programs require less medication: Medical Condition News (2005)
- (74). Dr Nishan Wijenaikie . Managing your diabetes: Taking your medicine , Diabetologist West Suffolk Diabetes Service (2005)
- (75). Blanca Rosa Duran-Varela.Pharmacological therapy compliance in diabetes: salud pública de méxico 43 (3) (2001).

- (76). Denys T. Lau ., et al .Oral Antihyperglycemic Medication Nonadherence and Subsequent Hospitalization Among Individuals With Type 2 Diabetes: Diabetes Care 27 (2004): 2149-2153.
- (77). Richard Grant et al., Relationship Between Patient Medication Adherence and Subsequent Clinical Inertia in Type 2 Diabetes Glycemic Management Diabetes Care 30 (2007): 807-812.
- (78). Ajzen, I., & Fishbein, M. Understanding attitudes and predicting social behavior: New York: Prentice Hall (1980).
- (79). Hair J, Anderson R, Tatham R, Black W, Multivariate Data Analysis Fifth Edition, Prentice Hall, Upper Saddle River, New Jersey 07458.
- (80). National Heart L and Blood Institute, Obesity education initiative: the evidence report, Nation Institutes of Health, Bethesda, MD (1998).
- (81). Haskell WL, Ainsworth BE, Leon AS, Jacobs DR Jr, Montoye HJ, Sallis JF, Paffenbarger RS Jr. Compendium of physical activities: Classification of energy costs of human physical activities. Medicine and Science in Sports and Exercise 25 (1993):71-80.
- (82). Anun Sornpuang. Factors related to regularity of follow up among diabetic patients in community hospital, Kanchanaburi province. Thesis for Degree of Master of Sciences ,Department of preventive and social medicine, Faculty of medicine, Chulalongkorn University (1998).
- (83). Summana Moolasarn. Usage of and Cost of Complementary/Alternative Medicine In Diabetic Patients. J Med Assoc Thai 88(11) (2005): 1630-1637.
- (84). Prasak Santiparp. Physical activity behavior and related factors among undergraduate students in Rajabhat Chandrakasem institute Bangkok. Thesis for Degree of Master of Sciences ,Department of preventive and social medicine, Faculty of medicine, Chulalongkorn University (2003).

APPENDICES

APPENDIX A

แบบสอบถามผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

โปรดตอบแบบสอบถาม โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงคำตอบของท่าน

หรือเติมคำตอบลงในช่องว่าง (.....) ที่เว้นให้

1. วันเกิด: วันที่เดือน.....พ.ศ.....เบอร์มือถือ.....
2. เพศ ชาย หญิง
3. สถานภาพสมรส โสด สมรส / คู่ หม้าย / หย่า / แยก
4. ระดับการศึกษา
 - ไม่ได้เรียนหนังสือ ประถม มัธยม
 - อนุปริญญา ปริญญาตรี ปริญญาโท อื่นๆ
5. อาชีพ
 - รับราชการ รัฐวิสาหกิจ นักเรียน / นักศึกษา
 - ธุรกิจส่วนตัว พ่อค้า / แม่ค้า แม่บ้าน
 - พนักงานบริษัท รับจ้าง เกษตรกรรม
 - อื่นๆ.....
6. น้ำหนัก.....กิโลกรัม
7. ส่วนสูง.....เซนติเมตร
8. ระดับกลูโคสในเลือด.....มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร

ส่วนที่ 2 แบบบันทึกพฤติกรรมกรรมการรับประทานอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

1. ท่านรับประทานอาหารกลางวัน

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านรับประทานอาหารกลางวันบ่อยแค่ไหน ทุกวัน วันเว้นวัน หรือไม่
รับประทานอาหารเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

2. ท่านรับประทานอาหารเย็น

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านรับประทานอาหารเย็นบ่อยแค่ไหน ทุกวัน วันเว้นวัน หรือไม่
รับประทานอาหารเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

3. ท่านรับประทานอาหารเช้า

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านรับประทานอาหารเช้าบ่อยแค่ไหน ทุกวัน วันเว้นวัน หรือไม่
รับประทานอาหารเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

4. ท่านมักจะรับประทานอาหารหลัง 3 ทุ่ม หรือก่อนนอน

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านมักรับประทานอาหารหลัง 3 ทุ่มหรือก่อนนอน บ่อยแค่ไหน ทุก
วัน วันเว้นวัน หรือไม่รับประทานอาหารเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

5. ปกติท่านรับประทานอาหารข้าว 1 จาน

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ปกติท่านรับประทานอาหารข้าว 1 จานบ่อยแค่ไหน ทุกวัน วันเว้นวัน หรือไม่
รับประทานอาหารเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

6. ปกติท่านรับประทานข้าว 2 งานขึ้นไป

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ปกติท่านรับประทานข้าว 2 งานบ่อยแค่ไหน ทุกวัน วันเว้นวัน หรือไม่
รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

7. ท่านชอบรับประทานอาหารประเภทของทอด เช่น ปาท่องโก๋ เต้าหู้ทอด

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานอาหารประเภทของทอด เช่น ปาท่องโก๋ เต้าหู้

ทอด หรือไม่ ถ้าไม่ แล้วพวกหอยทอด, ผัดไทย, ลูกชิ้นทอดล่ะ ชอบรับประทานหรือไม่

ทานบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือนหรือไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานของทอด ดังนั้นจึงต้องซักถามเพื่อให้ได้

คำตอบที่ต้องการ)

8. ท่านรับประทานอาหารประเภทขนมหวาน เช่น ฝอยทอง ทองหยิบ ขนมหัก

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานอาหารประเภทขนมหวาน เช่น ฝอยทอง

ทองหยิบ ขนมหัก ถ้าไม่ชอบแล้ว โดนัท, สลิม, ทับทิมกรอบ, ไอศกรีมล่ะ ชอบรับประทาน

หรือไม่ ทานบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่

เปอร์เซ็นต์

(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานของหวาน ขนมหวาน ดังนั้นจึงต้อง

ซักถามเพื่อให้ได้คำตอบที่ต้องการ)

9. ท่านชอบรับประทานชาหมูเป็นประจำ

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานชาหมูเป็นประจำหรือไม่ ถ้าไม่ชอบแล้ว ข้าพฉัน
ไก่อ๊ะ ชอบรับประทานหรือไม่ ท่านบ๋อยแคไหนด ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่
รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์
(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานของมัน ดังนั้นจึงต้องซักถามเพื่อให้ได้
คำตอบที่ต้องการ)

10. ท่านรับประทานแกงกะทิเป็นประจำ

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานแกงกะทิเป็นประจำหรือไม่ ท่านบ๋อยแคไหนด ทุก
วัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือนหรือไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์
(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานอาหารประเภทแกงกะทิ ดังนั้นจึงต้อง
ซักถามเพื่อให้ได้คำตอบที่ต้องการ)

11. ท่านชอบรับประทานหนังสัตว์, เครื่องในสัตว์ หรือ เนย

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานหนังสัตว์, เครื่องในสัตว์ หรือ เนยเป็นประจำ
หรือไม่ ท่านบ๋อยแคไหนด ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่
เปอร์เซ็นต์
(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานหนังสัตว์ เครื่องในสัตว์ หรือพวกไขมัน
ดังนั้นจึงต้องซักถามเพื่อให้ได้คำตอบที่ต้องการ)

12. ท่านมักรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ละครุด ลำไย ทูเรียน ลิ้นจี่

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ละครุด ลำไย ทูเรียน ลิ้นจี่ เป็นประจำหรือไม่ ท่านบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่รับประทานเลย คิด เป็นกี่เปอร์เซ็นต์

(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน ดังนั้นจึงต้องซักถาม เพื่อให้ได้คำตอบที่ต้องการ)

13. ท่านมักชอบรับประทานเพื่อให้หมด ไม่เหลือทิ้งเสียของ

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานเพื่อให้หมด ไม่เหลือทิ้งเสียของเป็นประจำ หรือไม่ ท่านบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่ เปอร์เซ็นต์

14. ท่านชอบรับประทานของหวานปิดท้ายหลังรับประทานอาหารคาวเช่น บัวลอย ขนมหม้อแกง

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานของหวานปิดท้ายหลังรับประทานอาหารคาวเช่น บัวลอย ขนมหม้อแกงเป็นประจำหรือไม่ ท่านบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่ รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

15. ท่านรับประทานน้ำอัดลม น้ำหวาน หรือ ซากาแฟใส่น้ำตาลเป็นประจำ

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานของหวานปิดท้ายหลังรับประทานน้ำอัดลม น้ำหวาน หรือ ซากาแฟใส่น้ำตาลเป็นประจำ หรือไม่ ท่านบ่นบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือ ไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

16. ท่านมักจะมิขนมดุง ของหวาน ช็อคโกแลต หรือ ไอศกรีม ดัดไว้ที่บ้านเพื่อรับประทานเสมอ

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านมักจะมิขนมดุง ของหวาน ช็อคโกแลต หรือ ไอศกรีม ดัดไว้ที่บ้านเพื่อรับประทานเสมอหรือไม่ ท่านบ่นบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือ ไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

17. ท่านชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น แม็คโดนัล, เคเอฟซี เป็นประจำ

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น แม็คโดนัล, เคเอฟซี เป็นประจำหรือไม่ ท่านบ่นบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือ ไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

18. ท่านชอบดื่มเครื่องดื่มที่มีเบียร์ หรือ ไวน์

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบดื่มเครื่องดื่มที่มีเบียร์ หรือ ไวน์ หรือไม่ ท่านบ่นบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือ ไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

19. ท่านชอบรับประทานอาหารที่มีคาร์โบไฮเดรตเป็นส่วนประกอบสูง เช่น เส้นก๋วยเตี๋ยว, บะหมี่, ขนมหุ้น

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานอาหารที่มีคาร์โบไฮเดรตเป็นส่วนประกอบสูง เช่น เส้นก๋วยเตี๋ยว, บะหมี่, ขนมหุ้น หรือไม่ทานบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีคาร์โบไฮเดรตเป็นส่วนประกอบสูง ดังนั้นจึงต้องซักถามเพื่อให้ได้คำตอบที่ต้องการ)

20. ท่านชอบรับประทานผักที่มีคาร์โบไฮเดรตสูง เช่น ฟักทอง แครอท มันเทศ มันฝรั่ง

คำถามของผู้สัมภาษณ์: ท่านชอบรับประทานผักที่มีคาร์โบไฮเดรตสูง เช่น ฟักทอง แครอท มันเทศ มันฝรั่ง หรือไม่ทานบ่อยแค่ไหน ทุกวัน ทุกอาทิตย์ ทุกเดือน หรือไม่รับประทานเลย คิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์

(ผู้สัมภาษณ์ต้องการข้อมูลพฤติกรรมการรับประทานผักที่มีคาร์โบไฮเดรตสูง ดังนั้นจึงต้องซักถามเพื่อให้ได้คำตอบที่ต้องการ)

ส่วนที่ 3 แบบบันทึกพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

คำชี้แจง โปรดระบุชนิดและความถี่ของการออกกำลังกายที่ท่านออกในแต่ละระยะเวลา 1 สัปดาห์ (ตอบได้มากกว่า 1 ชนิด)

ท่านออกกำลังกายคือ	ครั้งละกี่นาที	สัปดาห์ละกี่ครั้ง
1.
2.
3.
4.
5.

ลักษณะงานอาชีพที่ท่านทำคือ

.....

ท่านทำงานบ้านอะไรบ้างเช่น ทำสวน ถูบ้าน ซ่อมรั้ว

งานบ้านที่ท่านทำคือ	ครั้งละกี่นาที	สัปดาห์ละกี่ครั้ง
1.
2.
3.
4.
5.

ส่วนที่ 4 แบบทดสอบความรู้ของผู้ป่วยเกี่ยวกับโรคเบาหวาน

คำชี้แจง โปรดเติมคำตอบลงในช่องว่าง (.....) ที่กำหนด

1. ท่านเป็นโรคเบาหวานชนิดใด

.....

2. อาการอย่างหนึ่งของโรคเบาหวาน คือ ปัสสาวะบ่อย ใช่หรือไม่

.....

3. ผู้ป่วยโรคเบาหวานควรรับประทานยาตามแพทย์สั่ง ใช่หรือไม่

.....

4. โรคไตเป็นโรคแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นกับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ใช่หรือไม่

.....

5. ผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่ควรรับประทานอาหารที่มีรสหวานจัด ใช่หรือไม่

.....

6. ผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่ควรเป็นแผล ใช่หรือไม่

.....

7. ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานจะมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่า 126 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร ใช่หรือไม่

.....

8. ถ้ามีน้ำตาลในเลือดสูงเกินไป จะทำให้ตาบอดได้ ใช่หรือไม่

.....

9. โรคเบาหวานเป็นโรคที่สามารถถ่ายทอดได้ทางพันธุกรรม ใช่หรือไม่

.....

10. ผู้ป่วยโรคเบาหวานไม่ควรรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ลำไย , ละมุด , ทุเรียน ไข่หรือไม้

.....

ส่วนที่ 5 บันทึกพฤติกรรมการใช้ยาของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

คำชี้แจง โปรดตอบแบบสอบถาม โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง O ที่ตรงคำตอบของท่าน หรือทำเครื่องหมาย × ลงบนบริเวณที่ท่านมีความเห็นตรงมากที่สุด

1. การที่ท่านจะรับประทานยารักษาโรคเบาหวานให้ตรงตามแพทย์สั่งเป็นการยากหรือง่ายเท่าใด เป็นที่เปอร์เซ็นต์
2. เมื่อท่านรับประทานยาในสัปดาห์ที่แล้ว ท่านรับประทานยาถูกต้องตามจำนวนที่แพทย์สั่งกี่เปอร์เซ็นต์
3. เมื่อท่านรับประทานยาในสัปดาห์ที่แล้ว ท่านรับประทานยาตรงตามเวลาที่แพทย์สั่งกี่เปอร์เซ็นต์

APPENDIX B

Code book

The Operationalization of the variables

No.	Variables	Attributes
1.	Male	1 = Male 2 = Female
2.	Marital/committed-cohabitation Status	1 = Single 2 = Married
3.	Level of education	1 = Completed grade school 2 = Completed high school 3 = Completed junior high school 4 = Technical school 5 = Bachelor degree
4.	Occupations	1 = Civil servant 2 = Employee 3 = Officer 4 = Farmer 5 = Merchant 6 = House maid
5.	Eating behavior score	Score 0-100
6.	Diabetes knowledge score	Score 0-10
7.	Compliance score	Score 0-100
8.	Age	19.35-92.21
9.	Fasting blood glucose	113-404 mg/dL

BIOGRAPHY

Jiraganya Boondarick was born in Bangkok, Thailand, on September 29, 1979. She graduated from Bodindecha (sing signhasenee) School in 1997 and received her Bachelor of Science degree in Pharmacy from Chulalongkorn University in March 2002. Jiraganya worked in private company from 2004 until now, in the position of regulatory affair pharmacist. She entered the Degree of Master of Science in Social and Administrative Pharmacy Program, Faculty of Pharmaceutical Science at Chulalongkorn University in 2006.