

ชื่อโครงการ (ไทย) การศึกษาเพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดโรคนิ่วของชุมชน : กรณีศึกษาชุมชน อบต. สบเปิง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่

ชื่อโครงการ (อังกฤษ) The study to reducing the risk from having gallstone for the people in case of Sopperng community, aumpher Maetang, Chiang – mai province.

ผู้วิจัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ฉัฐพัชร ด้งกานี

ปีงบประมาณ พ.ศ. 2552

บทคัดย่อ

การศึกษาเพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดโรคนิ่วของชุมชน : กรณีศึกษาชุมชน อบต. สบเปิง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของคุณภาพน้ำสำหรับการบริโภคกับการเกิดโรคนิ่วของชุมชน ศึกษาพฤติกรรมกรบริโภค การดำรงชีวิต เพื่อเป็นแนวทางในการลดความเสี่ยงของการเกิดนิ่ว และจัดทำหนังสือ “นิ่วในไต” (ฉบับเพื่อประชาชน) แบ่งการศึกษาเป็น 4 ส่วน คือ การศึกษาบริบทชุมชน การตรวจวิเคราะห์คุณภาพน้ำจากแหล่งน้ำที่ชาวบ้านใช้ในการบริโภค การตรวจปัสสาวะอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่าง และการจัดประชุมแบบมุ่งเน้นกลุ่มเป้าหมาย (focus group) ผลจากการศึกษาบริบทชุมชน อบต. สบเปิง โดยการสุ่มจากประชากร 13 หมู่บ้าน จำนวน 1,500 ครัวเรือน พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นหัวหน้าครอบครัว มีอายุเฉลี่ย 51 ปี มีระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบประถมศึกษาปีที่ 4–6 ส่วนใหญ่ยึดอาชีพรับจ้าง รองลงมาคือ เกษตรกร (คือทำนาทำสวน) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,366 บาท ชอบรับประทานอาหารพื้นเมืองและยอดผักต่างๆ ผักตามฤดูกาล ปรุงอาหารรับประทานเอง การบริโภคสัตว์ปีกนานๆ ครั้ง เกี่ยวกับการกลั่นปัสสาวะส่วนใหญ่ตอบนานๆ ครั้ง ไม่มีความรู้เกี่ยวกับโรคนิ่ว และไม่ทราบว่าตนเองเป็นโรคนิ่วหรือไม่ สำหรับการตรวจวิเคราะห์คุณภาพน้ำและการตรวจปัสสาวะกระทำโดยคัดเลือกอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเป็นโรคนิ่ว เข้าร่วมโครงการวิจัย กำหนดเป็นตัวแทนของแต่ละหมู่บ้านทั้ง 13 หมู่บ้าน หมู่บ้านละ 4 ครัวเรือน ครัวเรือนละ 1 คน รวม 52 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 26 คน จาก 13 หมู่บ้าน หมู่บ้านละ 2 ครัวเรือน ครัวเรือนละ 1 คน กลุ่มที่ 1 ให้บริโภคน้ำตามปกติในชีวิตประจำวัน กลุ่มที่ 2 ให้บริโภคน้ำจากน้ำดื่มบรรจุขวดซึ่งโครงการวิจัยจัดหาให้เป็นเวลา 2 เดือน 15 วัน เก็บปัสสาวะของอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มไปตรวจในห้องปฏิบัติการด้านเทคนิคการแพทย์ โรงพยาบาลแม่แตงจำนวน 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 ตรวจปัสสาวะก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย ครั้งที่ 2 เก็บปัสสาวะตรวจเมื่อเข้าร่วมโครงการครบ 2 เดือน 15

วัน เพื่อหาดัชนีบ่งชี้การเป็นโรคนิ่ว คือ แคลเซียมออกซาเลต (cal. ox. crystal) และผลึกกรดยูริก (uric acid crystal) ผลการตรวจปัสสาวะของอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 2 พบว่าไม่มีความแตกต่างที่เป็นนัยของโรคนิ่วขณะเดียวกันได้เก็บตัวอย่างน้ำจากแหล่งน้ำอุปโภคบริโภคของอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการวิจัย โดยสุ่มจาก 13 หมู่บ้าน หมู่บ้านละ 2 คร้วเรือน ยกเว้นครัวเรือนที่มีแหล่งน้ำคล้ายคลึงกัน รวมได้ 24 ตัวอย่าง เก็บตัวอย่างน้ำ 2 ครั้ง คือ เดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2552 ใช้เป็นตัวแทนของฤดูร้อน และเดือนกันยายน พ.ศ. 2552 ใช้เป็นตัวแทนของฤดูฝน ผลการวิเคราะห์คุณภาพน้ำทั้งด้านกายภาพและเคมีพบว่าอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานคุณภาพน้ำบาดาลที่ใช้บริโภค ส่วนคุณภาพน้ำด้านชีวภาพพบว่าไม่มีฟีคอลด โคลิฟอร์มแบคทีเรียสูงเกินเกณฑ์มาตรฐานมาก แสดงว่ามีการปนเปื้อนของน้ำโสโครกจากอาคารบ้านเรือน และผลจากการจัดประชุมแบบมุ่งเน้นกลุ่มเป้าหมาย (focus group) ทำให้ทราบว่าชุมชนส่วนใหญ่ไม่มีความรู้เกี่ยวกับโรคนิ่ว และเมื่อเป็นโรคนิ่วแล้วไม่รู้จักรักษาป้องกันและดูแลสุขภาพเพื่อไม่ให้เกิดเป็นโรคนิ่วซ้ำ นอกจากนี้พบว่าชาวบ้านมีพฤติกรรมบริโภคอาหารประเภทยอดผักและผักสดเป็นประจำ และไม่ดื่มน้ำตาม จำนวนน้ำที่ดื่มต่อวันน้อย เหตุผลที่ดื่มน้ำน้อยเพราะไม่เอายกปัสสาวะบ่อยและมีพฤติกรรมการกลั้นปัสสาวะด้วย

ผลจากการศึกษาวิจัยทำให้ทราบปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคนิ่วของชุมชน อบต. สบเปิงว่าไม่น่าจะเกิดจากชนิดของน้ำที่บริโภค แต่น่าจะเกิดจากพฤติกรรมในการดำรงชีวิต คือ อาชีพ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร การบริโภคยอดผักต่างๆ การดื่มน้ำน้อยและการกลั้นปัสสาวะซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดตะกอนนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ นอกจากนี้แหล่งน้ำอุปโภคบริโภค ส่วนใหญ่เป็นแหล่งน้ำใต้ดิน และส่วนใหญ่ไม่ได้ปรับปรุงคุณภาพน้ำก่อนบริโภค ดังนั้นการลดความเสี่ยงต่อการเกิดนิ่วของชุมชน จึงควรต้องมีวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่างๆ ดังกล่าว รวมถึงการปรับปรุงคุณภาพน้ำอุปโภคบริโภคให้ได้มาตรฐานคุณภาพน้ำดื่มและถูกหลักสุขาภิบาลให้ครบทั้ง 13 หมู่บ้าน

Research title : The study to reducing the risk from having gallstone for the people in case of Sopperng community, aumpher Maetang, Chiang – mai province.

Author : Assistant professor Natdaphat Longani

Year : 2009

Abstract

The study to reducing the risk from having gallstone for the people in case of Sopperng community, aumpher Matang, Chiang – mai province consist of 4 parts ; to study general life style of the community, to analyse the quality of water from the supplied sources, to have urine analysis for volunteer groups, and to arrange meeting for focus groups. The aim is to study the relationship between the occurring of gallstone and the quality of consuming water, eating habit, and life styles of the population. Also, the aim is to provide “hand books” about gallstone for the people From the result of the study of 13 mooban which include 1,500 families, it is found that most of the people who answer the questionnaire are the head of the families whose average age is 51, most of them have finished their 4 - 6 grades for their education, most are employees while some are farmers or gardeners, the average monthly salary is 5,366 baths, their foods consist of various kind of local vegetables from which they do their own cooking, most consume fowl meat once in a while. Most rarely restrain or suppress their need to urinate. They have no knowledge about gallstone and have no idea whether they have or have not got the disease. For the analysis of the consuming water and urine analysis, the volunteers who are at risk of having gallstone are selected to represent the population of all the 13 mooban. Four volunteers are selected from each of the 13 mooban , so totally there are 52 volunteers. Next, the 52 volunteers are partitioned into 2 sets of 26 volunteers. For the 4 volunteers of each groups, that represent each of the 13 mooban, two are chosen for one set and the other two are for the other set. For 2 months and 15 days, the 26 volunteers of the first set will continue consuming their usual

water in the mooban, while the other 26 volunteers of the second set will consume the water provided by the researcher team. Before and after 2 months and 15 days period, urine of all volunteers from both sets are analysed in the lab of Maetang hospital. The aim is to compare the amounts of substances called calcium oxalate crystal and uric acid crystal which are related to the disease. The result from two urine analysis of the second set show no significant difference between the two analysis. For the analysis of the quality of the consuming water. The samples are collected from two families of each of the 13 mooban. There are 24 samples since the water from some repeated or similar source are excluded. The first collection of samples was on July 2009. These samples represent water in rainy season. The results of the analysis, in physical and chemical aspects, show that the water is in the standard level for consuming. But in biological aspect, it is found that the amount of fecal coliform bacteria is much higher than the standard level. This is caused by sewage water from houses in the community. For arranging meeting for focus groups, it is found that most people in the community have no knowledge about gallstone, do not know how to protect themselves, and do not know how to prevent the disease from recurring. Also, it is found that people in community have the habit of consuming young vegetable leaves and bitter taste vegetables without water followed. The daily drinking water is little and the reason is that people do not want to go to toilet oftenly. They have the habit of restraining or suppressing their need to urinate. According to this study it is unlikely that the source for consuming water is the risk factor of having gallstone but it is more likely that some life styles, careers, eating habit, drinking little water, restraining the need to urinate are the causes of having gallstone in urinary bladders. Moreover, most of the sources of consuming water are natural underground water that have not been treated properly before consuming. Therefore, in order to reduce the risk factors of having gallstone in the community, there should be some ways that could help the people in changing some habits that have been mentioned. Also, standard treatments of water for consuming and using should be introduced for all of the 13 mooban