

Original Article

ภาวะไตเสื่อมในบุคลากร คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น Chronic Kidney Disease in Personnel in Faculty of Medicine, Khon Kaen University

ชุตินา วรณูปถัมภ์

หน่วยสร้างเสริมสุขภาพ งานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลศรีนครินทร์
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ผู้รับผิดชอบบทความ : ชุตินา วรณูปถัมภ์

หน่วยสร้างเสริมสุขภาพ งานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลศรีนครินทร์
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40002
E-mail : chutima@kku.ac.th โทร : 043-363078

บทคัดย่อ

หลักการและวัตถุประสงค์ : โรคไตวายเรื้อรังเป็นปัญหาสาธารณสุขสำคัญของไทยและทั่วโลก มีผู้ป่วยไทยประมาณร้อยละ 17.60 (8-10 ล้านราย) จากการตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากร คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นในปี 2562 พบบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อมถึงร้อยละ 34.83 (1,031 คนจาก 3,020 คน) โดยร้อยละ 90 อยู่ในระยะที่สามารถชะลอไตเสื่อมได้หากมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จึงได้จัดทำงานวิเคราะห์เรื่อง “ภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น” เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการดูแลและให้คำแนะนำที่เหมาะสม วัตถุประสงค์เพื่อสะท้อนให้เห็นอุบัติการณ์การเกิดไตเสื่อมของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปัจจัย/สาเหตุของการเกิดภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มีภาวะไตเสื่อม ระดับของภาวะไตเสื่อม (ระยะของไตเสื่อม) การปฏิบัติตัว และการดูแลรักษา อุปสรรคและปัจจัยเกื้อหนุนที่เกี่ยวข้องกับการชะลอการเสื่อมของไต

วิธีการศึกษา : เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้รูปแบบการศึกษาย้อนหลังจากข้อมูล การตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มารับการตรวจ

รับต้นฉบับ
13 สิงหาคม 2568

แก้ไขต้นฉบับ
24 ตุลาคม 2568

รับต้นฉบับตีพิมพ์
3 พฤศจิกายน 2568

สุขภาพประจำปี 2562 และได้รับการตรวจค่าอัตราการกรองของไต (eGFR) ระหว่างวันที่ 4 มิถุนายน พ.ศ. 2562 ถึง 31 พฤษภาคม พ.ศ. 2563 ณ คลินิกตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากรหน่วยสร้างเสริมสุขภาพ งานเวชกรรมสังคม จำนวน 2,960 คน มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่และร้อยละ

ผลการศึกษา : บุคลากรที่ได้รับการตรวจสุขภาพและได้รับการตรวจค่า eGFR จำนวน 2,960 คน พบมีภาวะไตเสื่อม (eGFR < 90 ml/min/1.73 m²) จำนวน 1,031 คน คิดเป็นอุบัติการณ์การเกิดภาวะไตเสื่อมของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ร้อยละ 34.83 โดยส่วนใหญ่อยู่ในระยะเริ่มต้น คือระยะที่ 2 (stage 2) ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมของผู้มีภาวะไตเสื่อม (n=1,031): เทียบกับผู้ไม่มีภาวะไตเสื่อม พบสัดส่วนเพศชายสูงกว่าเพศหญิง (ร้อยละ 61.14 ของเพศชายทั้งหมด) พบในกลุ่มอายุ ≥ 60 ปีมากที่สุด (ร้อยละ 79.7) พบในบุคลากรสายสนับสนุนมากกว่าบุคลากรทางการแพทย์เล็กน้อย (ร้อยละ 37.75 และ 34.88 ตามลำดับ) พบในกลุ่ม BMI 25.00-29.99 (น้ำหนักเกิน) มากที่สุด (ร้อยละ 41.23) ปัจจัยเสี่ยงที่พบมาก: มีประวัติญาติเป็นไตวายเรื้อรัง (ร้อยละ 57.43), ประวัติเป็นนิ่วในไต (ร้อยละ 100), การสูบบุหรี่ (ร้อยละ 71.43), การดื่มแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 43.53)

สรุป : จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ส่วนใหญ่มีภาวะไตเสื่อมอยู่ในระยะที่ 2 (stage 2) ซึ่งเป็นระยะที่สามารถชะลอไตเสื่อมได้ นำไปสู่การวางแผนหาแนวทางในการดูแล เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้ความเข้าใจ เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และได้รับการรักษาที่ถูกต้องเหมาะสม

คำสำคัญ : ภาวะไตเสื่อม, บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Abstract

Background and Objective : Chronic kidney disease is a major public health problem in Thailand and worldwide. Approximately 17.60% of Thais (8–10 million people) are affected. According to the 2019 annual health checkup of personnel at the Faculty of Medicine, Khon Kaen University, 34.83% (1,031 out of 3,020 people) were found to have renal impairment. Of these, 90% were in stages where kidney deterioration could be slowed if behavioral modifications were made. Therefore, an analysis entitled “Kidney Impairment of Personnel in Faculty of Medicine, Khon Kaen University” was conducted to provide basic information for planning appropriate care and advice. The objectives are to reflect: the incidence of renal impairment among personnel at the Faculty of Medicine, Khon Kaen University; the factors or causes of renal impairment among the

affected staff; the level (stage) of renal impairment, personal behaviors and care; as well as the obstacles and supporting factors related to slowing the progression of renal deterioration

Methods : This study involved data collection using a retrospective study design from the annual health check-up records of personnel at the Faculty of Medicine, Khon Kaen University, who underwent their 2019 annual check-up and had their estimated glomerular filtration rate (eGFR) measured between June 4, 2019 and May 31, 2020 at the Annual Health Check-up Clinic for Staff, Health Promotion Unit, Department of Community Medicine, with a total of 2,960 participants. The data were analyzed using frequency and percentage distributions.

Results : Among the 2,960 personnel who underwent health check-ups and eGFR testing, 1,031 individuals were found to have renal impairment ($\text{eGFR} < 90 \text{ ml/min/1.73 m}^2$), representing an incidence of 34.83% among the personnel at the Faculty of Medicine, Khon Kaen University. The majority were in the early stage, specifically stage 2. General information and behaviors of those with renal impairment ($n=1,031$): Compared to those without renal impairment, the proportion of males was higher than females (61.14% of all males). The highest prevalence was found in the age group ≥ 60 years (79.7%). Renal impairment was observed slightly more in support staff than in medical staff (37.75% and 34.88% respectively). The highest prevalence was in the BMI range of 25.00-29.99 (overweight), at 41.23%. Common risk factors observed were: a family history of chronic kidney disease (57.43%), a history of kidney stones (100%), smoking (71.43%), and alcohol consumption (43.53%)

Conclusion : From the data analysis, it was found that most personnel at the Faculty of Medicine, Khon Kaen University with renal impairment were in stage 2, which is a stage in which kidney deterioration can still be slowed. This finding leads to planning appropriate care approaches to promote knowledge and understanding among personnel, encourage behavior modification, and ensure that they receive proper and suitable treatment.

Keywords : Kidney Impairment, Personnel in Faculty of Medicine, Khon Kaen University

บทนำ

โรคไตวายเรื้อรังเป็นโรคที่พบบ่อยและเป็นปัญหาด้านสาธารณสุขที่สำคัญระดับโลก รวมทั้งประเทศไทย ซึ่งเป็นโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หายขาด จำเป็นต้องได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง และสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายในการรักษาสูง โดยเฉพาะเมื่อเข้าสู่โรคไตวายระยะสุดท้าย ซึ่งต้องได้รับการรักษาโดยการบำบัดทดแทนไตเท่านั้น ข้อมูลการศึกษาจากสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย พบว่าคนไทยป่วยเป็นโรคไตเรื้อรัง ประมาณร้อยละ 17.60 ของประชากร คิดเป็นผู้ป่วยราว 8 - 10 ล้านราย มีผู้ป่วยที่ต้องได้รับการบำบัดทดแทนไตประมาณ 1,439 รายต่อล้านประชากร และมีแนวโน้มมากขึ้นในทุก ๆ ปี โดย 80,000 คน ไตวายระยะสุดท้าย โดยปัจจุบัน พบว่า มีผู้ป่วยที่ได้รับการบำบัดทดแทนไต ไม่ว่าจะเป็นการฟอกเลือดหรือการล้างไตทางหน้าท้อง จำนวนประมาณ 70,000 ราย และมีจำนวนเพิ่มขึ้นประมาณ 10,000 - 15,000 รายต่อปี ซึ่งมีแนวโน้มมากขึ้นในทุก ๆ ปี ดังนั้น สิ่งสำคัญที่สุดคือ การป้องกัน การดูแลตนเอง และประชาชนทุกคนควรมีความรู้เรื่องโรคไต ต้องรู้จักระมัดระวังเรื่องการรับประทานอาหาร การใช้ยาที่เหมาะสม มีการคัดกรองหน้าที่ไตเบื้องต้น เพื่อที่จะสามารถวินิจฉัย และรับการรักษาตั้งแต่ระยะเริ่มแรก จนสามารถชะลอการเสื่อมของไตได้ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรค หรือมีการดำเนินของโรคแย่ลง ที่ต้องทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย และมีคุณภาพชีวิตแย่ลง

โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เป็นโรงพยาบาลตติยภูมิที่เป็นศูนย์กลางของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีศักยภาพด้านบุคลากร เครื่องมือและเทคโนโลยีทางการแพทย์ขั้นสูง สามารถทำการรักษาด้วยเทคโนโลยี และวิทยาการขั้นสูง ทำให้มีจำนวนผู้มาเข้ารับบริการเป็นจำนวนมากในแต่ละวัน นอกจากนั้นยังมีบุคลากรในองค์กรเป็นจำนวนมาก ซึ่งบุคลากรทุกคนจำเป็นต้องได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี ซึ่งเป็นมาตรฐานของโรงพยาบาล ตามนโยบายกระทรวงสาธารณสุข เพื่อให้บุคลากรในองค์กรมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง สมบูรณ์ ปราศจากอาการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย ทำให้การปฏิบัติงานมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผลมากขึ้น หากบุคลากรมีอาการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย มุ่งหวังให้สามารถรักษาให้หายขาด หรือควบคุมโรคได้ ทั้งนี้เพื่อพร้อมให้บริการที่ดี มีคุณภาพ บังเกิดความประทับใจแก่ผู้รับบริการ แต่จากข้อมูลผลการตรวจสุขภาพประจำปีของบุคลากรในปี 2562 พบว่า บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่ต้องได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี จำนวนทั้งหมด 4,252 ราย มารับการตรวจสุขภาพประจำปี จำนวน 3,020 ราย (ร้อยละ 71.03) พบมีผลการตรวจสุขภาพที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเรื้อรังในอนาคต จำนวน 1,318 คน (ร้อยละ 43.64) และภาวะป่วยโรคเรื้อรัง ซึ่งต้องให้คำแนะนำและส่งต่อการรักษา จำนวน 597 คน (ร้อยละ 19.76) ซึ่งภาวะเจ็บป่วย และความผิดปกติอื่น ๆ ที่พบ และมีผลต่อการทำหน้าที่ของไต ได้แก่ ความดันโลหิตสูง จำนวน 121 คน (ร้อยละ 4.27) ระดับน้ำตาลในเลือดสูง จำนวน 174 คน (ร้อยละ 9.54) ระดับไขมันใน

เลือดผิดปกติ จำนวน 939 คน (ร้อยละ 51.88) อ้วนลงพุง จำนวน 246 คน (ร้อยละ 8.15) นอกจากนี้จากการวิเคราะห์ผลการตรวจยังพบภาวะสุขภาพที่มีความผิดปกติอย่างใดอย่างหนึ่ง จำนวน 2,429 คน (ร้อยละ 80.43) ซึ่งเป็นความผิดปกติที่พบเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมากคือ การมีความผิดปกติของการทำงานของไต โดยบุคลากรมีค่าอัตราการกรองของไตต่ำกว่า $70 \text{ ml/min/1.73 m}^2$ จำนวน 153 คน (ร้อยละ 5.17) และมีค่าอัตราการกรองของไตต่ำกว่า $60 \text{ ml/min/1.73 m}^2$ จำนวน 32 คน (ร้อยละ 1.08) ได้รับการส่งต่อพบแพทย์เรื่องความผิดปกติของการทำงานของไต จำนวน 121 คน (ร้อยละ 20.27) จากการศึกษาพบว่า การเริ่มมีค่าอัตราการกรองของไตลดลง เป็นความผิดปกติเริ่มแรก หากไม่ดูแลรักษาก็จะเข้าสู่ระยะไตวายในภายหน้า ซึ่งโรคไตเรื้อรังไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่สามารถชะลอความเสื่อมของไตได้ เพื่อลดการเข้าสู่ระยะที่ต้องได้รับการบำบัดทดแทนไต โดยต้องทราบว่ามีภาวะไตเสื่อมอยู่ในระดับใด ระยะของไตเรื้อรังแบ่งตามอัตราการกรองของไต มีทั้งหมด 5 ระยะ ซึ่งบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม ต้องได้รับคำแนะนำและการรักษาจากอายุรแพทย์โรคไต หากพบความเสื่อมของไตอยู่ในระดับที่ 4 หรือ 5 เนื่องจากไตเรื้อรังระดับ 5 เป็นระยะที่ต้องเตรียมความพร้อมสำหรับการบำบัดทดแทนไต ปัญหาเหล่านี้หากได้รับคำแนะนำหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรม มีการป้องกันและรักษาตั้งแต่ระยะเริ่มต้น ก็จะสามารถชะลอภาวะเจ็บป่วยที่รุนแรง และภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ โดยจะนำมาซึ่งการรักษาที่ยั่งยืน ชี้อายุยืน และสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายมากขึ้น

หน่วยสร้างเสริมสุขภาพ งานเวชกรรมสังคม เป็นหน่วยงานหนึ่งในโรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่ได้รับมอบหมายในการตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากร คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เล็งเห็นความสำคัญในการสร้างเสริมภาวะสุขภาพไตของบุคลากร เพื่อป้องกัน และชะลอภาวะไตเสื่อม จึงได้ทำผลงานเชิงวิเคราะห์เรื่อง “ภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น” ที่เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี ในปี 2562 เพื่อให้บุคลากรในหน่วยงานมีความรู้ และนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการสร้างเสริมสุขภาพ วางแผนการดูแล ให้ความรู้ คำแนะนำ คำปรึกษา เพื่อการมีสุขภาพ และคุณภาพชีวิตที่ดี

วิธีการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้รูปแบบการศึกษาย้อนหลังจากข้อมูลการตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มารับการตรวจสุขภาพประจำปี 2562 และได้รับการตรวจค่าอัตราการกรองของไต (eGFR) ระหว่างวันที่ 4 มิถุนายน พ.ศ. 2562 ถึง 31 พฤษภาคม พ.ศ. 2563 ณ คลินิกตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากร หน่วยสร้างเสริมสุขภาพ งานเวชกรรมสังคม จำนวน 2,960 คน มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่และร้อยละ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา เป็นแบบบันทึกข้อมูล ประกอบด้วย 1) แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของบุคลากรที่มารับการตรวจสุขภาพ ได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่งการทำงาน และดัชนีมวลกาย 2) แบบบันทึกข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพออนไลน์ 3) ผลตรวจทางห้องปฏิบัติการ ได้แก่ ค่าอัตราการกรองของไต (eGFR) 4) แบบบันทึกข้อมูลผลตรวจสุขภาพที่ผิดปกติ และเสี่ยงสูง

การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในแบบบันทึกข้อมูลทั่วไป แบบบันทึกข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพออนไลน์ ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ และแบบบันทึกผลตรวจสุขภาพบุคลากรที่มีความผิดปกติและเสี่ยงสูงที่ได้รับการส่งต่อพบแพทย์ การวิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่และร้อยละ

ผลการศึกษา

1) ข้อมูลทั่วไป พฤติกรรมสุขภาพ และอุบัติการณ์การเกิดภาวะไตเสื่อมของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่มารับการตรวจสุขภาพประจำปี 2562 และได้รับการตรวจค่าอัตราการกรองของไต (eGFR) จำนวน 2,960 คน พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 2,610 คน ร้อยละ 88.17 อยู่ในช่วงอายุ 30-59 ปี จำนวน 2,269 คน ร้อยละ 76.66 เป็นบุคลากรทางการแพทย์ จำนวน 2,115 คน ร้อยละ 71.45 มีดัชนีมวลกายน้อยกว่า 25 กก./ตร.ม จำนวน 2,021 คน ร้อยละ 68.28 ในจำนวนบุคลากรที่เป็นกลุ่มเป้าหมายมีการให้ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ จำนวน 1,915 คน คิดเป็นร้อยละ 64.70 พบว่าส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 1,337 คน ร้อยละ 69.82 โดยกลุ่มที่มีโรคประจำตัวพบเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติมากที่สุด จำนวน 164 คน ร้อยละ 28.37 มีญาติสายตรงเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด จำนวน 923 คน ร้อยละ 73.20 มีพฤติกรรมไม่สูบบุหรี่ จำนวน 1,880 คน ร้อยละ 98.17 ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จำนวน 1,219 คน ร้อยละ 63.66 มีพฤติกรรมออกกำลังกาย < 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที จำนวน 675 คน ร้อยละ 35.25 และชอบรับประทานอาหารรสหวานมากที่สุด จำนวน 899 คน ร้อยละ 46.95 (ตารางที่ 1)

โดยบุคลากรกลุ่มเป้าหมายตรวจพบภาวะไตเสื่อม จำนวน 1,031 คน คิดเป็นอุบัติการณ์การเกิดภาวะไตเสื่อมของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ร้อยละ 34.83

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มเป้าหมาย (n=2,960)

ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมสุขภาพ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	350	11.83
หญิง	2,610	88.17
อายุ (ปี)		
< 30	607	20.51
30 - 59	2,269	76.66
≥ 60	84	2.83
ตำแหน่งการทำงาน		
บุคลากรทางการแพทย์	2,115	71.45
บุคลากรสายสนับสนุน	845	28.55
ดัชนีมวลกาย (กก./ตร.ม)		
< 25.00	2,021	68.28
25.00 - 29.99	701	23.68
≥ 30.00	238	8.04
โรคประจำตัวญาติสายตรง (n= 1,915)		
ไม่มี	654	34.15
มี	1,261	65.85
เบาหวาน	758	60.11
ความดันโลหิตสูง	923	73.20
ไขมันในเลือดผิดปกติ	21	1.67
ไตวายเรื้อรัง	101	8.01
โรคประจำตัว/ประวัติการเจ็บป่วย (n= 1,915)		
ไม่มี	1,337	69.82
มี	578	30.18
ไขมันในเลือดผิดปกติ	164	28.37
ความดันโลหิตสูง	125	21.63
เบาหวาน	61	10.55
ไทรอยด์	80	13.84
ไต	3	0.52
นิ่วในไต	2	0.35
อื่นๆ	243	42.04

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มเป้าหมาย (n=2,960) (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมสุขภาพ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
การสูบบุหรี่ (n= 1,915)		
ไม่สูบ	1,880	98.17
เคยสูบ	21	1.10
สูบ	14	0.73
การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (n= 1,915)		
ไม่ดื่ม	1,219	63.66
เคยดื่ม	611	31.91
ดื่ม	85	4.44
การออกกำลังกายในปัจจุบัน (n= 1,915)		
ไม่ออกกำลังกาย	506	26.42
< 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที	675	35.25
< 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ $\geq$ 30 นาที	352	18.38
$\geq$ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที	93	4.86
$\geq$ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ $\geq$ 30 นาที	289	15.09
รสชาติอาหารที่ชอบรับประทาน (n= 1,915)		
รสหวาน	899	46.95
รสเค็ม	519	27.10
รสมัน	472	24.65
ไม่ชอบทุกข้อ	700	36.55

2) สัดส่วนของปัจจัยหรือสาเหตุของการเกิดภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มีภาวะไตเสื่อม

บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มีภาวะไตเสื่อม คือ มีค่า eGFR < 90 ml/min/1.73 m² จำนวน 1,031 คน พบส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 214 คน ร้อยละ 61.14 อยู่ในช่วงอายุ $\geq$ 60 ปี จำนวน 67 คน ร้อยละ 79.76 เป็นบุคลากรสายสนับสนุน จำนวน 360 คน ร้อยละ 37.75 มีดัชนีมวลกายอยู่ในช่วง 25.00–29.99 กก./ตร.ม จำนวน 289 คน ร้อยละ 41.23 มีการให้ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ จำนวน 661 คน คิดเป็นร้อยละ 64.11 พบมีโรคประจำตัวเป็นนิ่วในไต จำนวน 2 คน ร้อยละ 100.00 มีญาติสายตรงเป็นโรคไตวายเรื้อรัง จำนวน 58 คน ร้อยละ 57.43 มีพฤติกรรมสูบบุหรี่ จำนวน 10 คน ร้อยละ 71.43 ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จำนวน 37 คน ร้อยละ 43.53 มีการออกกำลังกาย $\geq$ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที จำนวน 45 คน ร้อยละ

48.39 ไม่ชอบรับประทานอาหารทั้งรสหวาน เค็ม และมัน จำนวน 275 คน ร้อยละ 39.29 แต่รสชาติอาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุด คือ รสหวาน จำนวน 297 คน ร้อยละ 33.04 (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 สัดส่วนของปัจจัยหรือสาเหตุของการเกิดภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มีภาวะไตเสื่อม (n= 2,960)

ข้อมูลทั่วไป	บุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม		บุคลากรที่ไม่มีภาวะไตเสื่อม		รวม
	(n= 1,031)		(n= 1,929)		
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	
เพศ					
ชาย	214	61.14	136	38.86	350
หญิง	817	31.30	1,793	68.70	2,610
อายุ (ปี)					
< 30	84	13.84	523	86.16	607
30 - 59	880	38.78	1,389	61.22	2,269
≥ 60	67	79.76	17	20.24	84
ตำแหน่งการทำงาน					
บุคลากรทางการแพทย์	671	34.88	1,444	65.12	2,115
บุคลากรสายสนับสนุน	360	37.75	485	65.25	845
ดัชนีมวลกาย (กก./ตร.ม)					
25.00 - 29.99	659	32.61	1362	67.39	2,021
< 25.00	289	41.23	412	58.77	701
≥ 30.00	83	34.87	155	65.13	238
โรคประจำตัวญาติสายตรง (n= 1,915)					
ไม่มี	201	30.73	453	69.27	654
มี ³	460	36.48	801	63.52	1,261
เบาหวาน	323	42.61	435	57.39	758
ความดันโลหิตสูง	204	22.10	719	77.90	923
ไขมันในเลือดผิดปกติ	10	47.62	11	52.38	21
ไตวายเรื้อรัง ³	58	57.43	43	42.57	101

ตารางที่ 2 สัดส่วนของปัจจัยหรือสาเหตุของการเกิดภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มีภาวะไตเสื่อม (n= 2,960) (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	บุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม		บุคลากรที่ไม่มีภาวะไตเสื่อม		รวม
	(n= 661)		(n= 1,254)		
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)
โรคประจำตัว/ประวัติการเจ็บป่วย (n= 1,915)					
ไม่มี	398	29.77	939	70.23	1,337
มี	263	45.50	315	54.50	578
ไขมันในเลือดผิดปกติ	85	51.83	79	48.17	164
ความดันโลหิตสูง	77	61.60	48	38.40	125
เบาหวาน	25	56.82	19	43.18	44
ไทรอยด์	16	20.00	64	80.00	80
ไต	2	66.67	1	33.33	3
นิ่วในไต	2	100.00	0	0.00	2
อื่นๆ	111	45.68	132	54.32	243
การสูบบุหรี่ (n= 1,915)					
ไม่สูบ	638	33.94	1242	66.06	1,880
เคยสูบ	13	61.90	8	38.10	21
สูบ	10	71.43	4	28.57	14
การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (n= 1,915)					
ไม่ดื่ม	436	35.77	783	64.23	1,219
เคยดื่ม	188	30.77	423	69.23	611
ดื่ม	37	43.53	48	56.47	85
การออกกำลังกายในปัจจุบัน (n= 1,915)					
ไม่ออกกำลังกาย	145	28.66	361	71.34	506
< 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที	227	33.63	448	66.37	675
< 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ ≥ 30 นาที	105	29.83	247	70.17	352
≥ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที	45	48.39	48	51.61	93
≥ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ ≥ 30 นาที	139	48.10	150	51.90	289
รสชาติอาหารที่ชอบรับประทาน (n= 1,915)					
รสหวาน	297	33.04	602	66.96	899
รสเค็ม	153	29.48	366	70.52	519
รสมัน	153	32.42	319	67.58	472
ไม่ชอบทุกข้อ	275	39.29	425	60.71	700

3) ระยะของภาวะไตเสื่อม

บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่มารับการตรวจสุขภาพประจำปี 2562 จำนวน 3,020 คน มีผลตรวจค่าอัตราการกรองของไต (eGFR) จำนวน 2,960 คน พบมีภาวะไตเสื่อม จำนวน 1,031 คน คิดเป็นร้อยละ 34.83 มีภาวะไตเสื่อมระยะที่ 2 มากที่สุด คือ จำนวน 999 คน ร้อยละ 96.90 (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ระยะของภาวะไตเสื่อม (n= 1,031)

ระยะไตเสื่อม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระยะที่ 2	999	96.90
ระยะที่ 3	30	2.91
- ระยะที่ 3a	28	93.33
- ระยะที่ 3b	2	7.14
ระยะที่ 4	2	0.19
ระยะที่ 5	0	0.00

3.1 ข้อมูลทั่วไปของบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม จำแนกตามระยะไตเสื่อม

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะไตเสื่อมระยะที่ 2 พบเป็นเพศหญิง จำนวน 790 คน ร้อยละ 79.08 ช่วงอายุ 30-59 ปี จำนวน 853 คน ร้อยละ 85.38 เป็นบุคลากรทางการแพทย์ จำนวน 650 คน ร้อยละ 65.07 ส่วนใหญ่มีดัชนีมวลกาย < 25.00 กก./ตร.ม. จำนวน 634 คน ร้อยละ 63.46 (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 ข้อมูลทั่วไปของบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม จำแนกตามระยะไตเสื่อม (n= 1,031)

ข้อมูลทั่วไป	ระยะไตเสื่อม					รวม (คน)	ร้อยละ
	ระยะที่ 2	ระยะที่ 3		ระยะที่ 4	ระยะที่ 5		
	(n= 999)	3a (n= 28)	3b (n= 2)	(n= 2)	(n= 0)		
เพศ							
ชาย	209 (20.92)	4 (14.29)	1 (50.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	214	20.76
หญิง	790 (79.08)	24 (85.71)	1 (50.00)	2 (100.00)	0 (0.00)	817	79.24
อายุ (ปี)							
< 30	83 (8.31)	1 (3.58)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	84	8.15
30 - 59	853 (85.38)	24 (85.71)	1 (50.00)	2 (100.00)	0 (0.00)	880	85.35
≥ 60	63 (6.31)	3 (10.71)	1 (50.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	67	6.50
ตำแหน่งการทำงาน							
บุคลากรทางการแพทย์	650 (65.07)	18 (64.29)	1 (50.00)	2 (100.00)	0 (0.00)	671	65.08
บุคลากรสายสนับสนุน	349 (34.93)	10 (35.71)	1 (50.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	360	34.92

ตารางที่ 4 ข้อมูลทั่วไปของบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม จำแนกตามระยะไตเสื่อม (n= 1,031) (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ระยะไตเสื่อม					รวม (คน)	ร้อยละ
	ระยะที่ 2	ระยะที่ 3		ระยะที่ 4	ระยะที่ 5		
	(n= 999)	3a (n= 28)	3b (n= 2)	(n= 2)	(n= 0)		
ดัชนีมวลกาย (กก./ตร.ม)							
< 25.00	634 (63.46)	22 (78.57)	2 (100.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	659	63.92
25.00 – 29.99	283 (28.33)	5 (17.86)	0 (0.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	289	28.03
≥ 30.00	82 (8.21)	1 (3.57)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	83	8.05

3.2 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม จำแนกตามระยะไตเสื่อม กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะไตเสื่อมระยะที่ 2 มีการให้ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ จำนวน 661 คน พบไม่มีโรคประจำตัวหรือประวัติการเจ็บป่วย จำนวน 387 คน ร้อยละ 60.47 แต่ในกลุ่มที่มีโรคประจำตัวพบเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติมากที่สุด จำนวน 71 คน ร้อยละ 28.06 มีญาติสายตรงเป็นโรคเบาหวานมากที่สุด จำนวน 313 คน ร้อยละ 70.50 และมีพฤติกรรมสุขภาพ สูบบุหรี่ จำนวน 9 คน ร้อยละ 1.41 ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จำนวน 37 คน ร้อยละ 5.78 มีการออกกำลังกาย < 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที จำนวน 220 คน ร้อยละ 34.37 และไม่ออกกำลังกายเลย จำนวน 145 คน ร้อยละ 21.94 ชอบรับประทานอาหารรสหวานมากที่สุด จำนวน 290 คน ร้อยละ 45.31 (ตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม จำแนกตามระยะไตเสื่อม (n= 661)

ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ	ระยะไตเสื่อม					รวม (คน)	ร้อยละ
	ระยะที่ 2	ระยะที่ 3		ระยะที่ 4	ระยะที่ 5		
	(n= 640)	3a (n= 17)	3b (n= 2)	(n= 2)	(n= 0)		
โรคประจำตัวญาติสายตรง							
ไม่มี	196 (30.63)	4 (23.53)	1 (50.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	201	30.41
มี ^a	444 (69.37)	13 (76.47)	1 (50.00)	2 (100.00)	0 (0.00)	460	69.59
เบาหวาน	313 (70.50)	9 (69.23)	0 (0.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	323	70.22
ความดันโลหิตสูง	191 (43.02)	10 (76.92)	1 (100.00)	2 (100.00)	0 (0.00)	204	44.35
ไขมันในเลือดผิดปกติ	10 (2.25)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	10	2.17
ไตวายเรื้อรัง	54 (12.16)	3 (23.07)	0 (0.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	58	12.61

ตารางที่ 5 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม จำแนกตามระยะไตเสื่อม (n= 661) (ต่อ)

ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ	ระยะไตเสื่อม					รวม (คน)	ร้อยละ
	ระยะที่ 2	ระยะที่ 3		ระยะที่ 4	ระยะที่ 5		
	(n= 640)	3a (n= 17)	3b (n= 2)	(n= 2)	(n= 0)		
โรคประจำตัว/ประวัติการเจ็บป่วย							
ไม่มี	387 (60.47)	3 (17.65)	0 (0.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	398	60.21
มี	253 (39.53)	14 (82.35)	2 (100.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	263	39.79
ไขมันในเลือดผิดปกติ	71 (28.06)	12 (85.71)	1 (50.00)	1 (100.00)	0 (0.00)	85	32.32
ความดันโลหิตสูง	67 (26.48)	8 (57.14)	1 (50.00)	1 (100.00)	0 (0.00)	77	29.28
เบาหวาน	23 (9.09)	2 (14.29)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	25	9.51
ไทรอยด์	13 (5.14)	3 (21.43)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	16	6.08
ไต	1 (0.40)	0 (0.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	2	0.76
นิ่วในไต	2 (0.79)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	2	0.76
อื่นๆ	110 (43.48)	1 (7.14)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	111	42.59
การสูบบุหรี่							
ไม่สูบ	618 (96.56)	16 (94.12)	2 (100.00)	2 (100.00)	0 (0.00)	638	96.52
เคยสูบ	13 (2.03)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	13	1.97
สูบ	9 (1.41)	1 (5.88)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	10	1.51
การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์							
ไม่ดื่ม	418 (65.31)	15 (88.24)	1 (50.00)	2 (100.00)	0 (0.00)	436	65.96
เคยดื่ม	185 (28.91)	2 (11.76)	1 (50.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	188	28.44
ดื่ม	37 (5.78)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	37	5.60
การออกกำลังกายในปัจจุบัน							
ไม่ออกกำลังกาย	143 (22.34)	2 (11.76)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	145	21.94
< 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที	220 (34.37)	6 (35.30)	0 (0.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	227	34.34
< 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ ≥ 30 นาที	100 (15.63)	3 (17.65)	1 (50.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	105	15.88
≥ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที	43 (6.72)	1 (5.88)	1 (50.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	45	6.81
≥ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ ≥ 30 นาที	134 (20.94)	5 (29.41)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	139	21.03
รสชาติอาหารที่ชอบรับประทาน							
รสหวาน	290 (45.31)	6 (35.29)	0 (0.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	297	44.93
รสเค็ม	150 (23.44)	3 (17.65)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	153	23.15
รสมัน	152 (23.75)	1 (5.88)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	153	23.15
ไม่ชอบทุกข้อ	262 (40.94)	10 (58.82)	2 (100.00)	1 (50.00)	0 (0.00)	275	41.60

4) การปฏิบัติตัวและ/หรือการดูแลรักษา

4.1 การปฏิบัติตัวและ/หรือการดูแลรักษา

การปฏิบัติตัวและ/หรือการดูแลรักษาของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ที่มีภาวะไตเสื่อม จากการตรวจสุขภาพประจำปี ณ คลินิกตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากร พบมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามคำแนะนำ จำนวน 910 คน ร้อยละ 88.26 และได้รับการดูแลส่งต่อรักษา จำนวน 121 คน ร้อยละ 11.74 ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 การปฏิบัติตัวและ/หรือการดูแลรักษา (n= 1,031)

การปฏิบัติตัวและ/หรือการดูแลรักษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามคำแนะนำ	910	88.26
ได้รับการดูแลส่งต่อรักษา	121	11.74
ห้องตรวจเวชปฏิบัติทั่วไป	102	84.29
ห้องตรวจอายุรกรรมเบอร์ 9	18	14.88
คลินิกไตเสื่อม	1	0.83

4.2 การติดตามการดูแลรักษา

จากการติดตามบุคลากรที่ได้รับการส่งต่อรักษาในห้องตรวจต่าง ๆ จำนวน 121 คน พบว่า ส่วนใหญ่บุคลากรไปรับการรักษาตามคำแนะนำ จำนวน 103 คน ร้อยละ 85.12 และไม่ไปรับการรักษา จำนวน 18 คน ร้อยละ 14.88 โดยให้เหตุผลว่าต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยตนเอง โดยบุคลากรที่ไปรับการรักษาส่วนใหญ่ ได้รับการรักษาให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยไม่ใช้ยา จำนวน 86 คน ร้อยละ 86.50 และได้รับการวินิจฉัยเป็นโรคไตเสื่อม ที่ต้องติดตามการรักษาต่อเนื่อง จำนวน 17 คน ร้อยละ 16.50 จากการติดตามผลลัพธ์การรักษาเป็นเวลา 6 เดือน พบว่าส่วนใหญ่สามารถควบคุมโรคหรือชะลอไตเสื่อมได้ดี จำนวน 88 คน ร้อยละ 85.44 ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 การติดตามการดูแลรักษา (n= 121)

การติดตามการดูแลรักษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ผู้ที่ได้รับการส่งต่อรักษา		
ไปรับการรักษา	103	85.12
ไม่ไปรับการรักษา	18	14.88
การรักษา		
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมยังไม่ใช้ยา	86	83.50
ได้รับการวินิจฉัย/รักษา	17	16.50
ผลลัพธ์การรักษา		
ควบคุมโรคได้ดี	88	85.44
ควบคุมโรคได้ไม่ดี	15	14.56
ติดตามไม่ได้/ไม่มีการตรวจซ้ำ	18	14.88

สรุปผลการวิเคราะห์

ผลงานเชิงวิเคราะห์เรื่อง ภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพไตของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่มารับการตรวจสุขภาพประจำปี ณ คลินิกตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากร หน่วยสร้างเสริมสุขภาพ งานเวชกรรมสังคม เพื่อสะท้อนกลับข้อมูลให้บุคลากรและกลุ่มเสี่ยงทราบ นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ สร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคไตเสื่อม ทำให้มีสุขภาพที่ดี สามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพและมีคุณภาพ และเป็นแนวทางในการปฏิบัติให้การดูแลบุคลากรที่มีผลตรวจค่าอัตราการกรองของไต (eGFR) ต่ำผิดปกติ ตั้งแต่วันที่ 4 มิถุนายน พ.ศ. 2562 ถึงวันที่ 31 พฤษภาคม พ.ศ. 2563 กลุ่มเป้าหมาย คือ บุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่มารับการตรวจสุขภาพประจำปี 2562 ณ คลินิกตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากร และได้รับการเจาะเลือดตรวจค่าอัตราการกรองของไต (eGFR) จำนวนทั้งหมด 2,960 คน โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบบันทึกการตรวจสุขภาพประจำปี สำหรับบุคลากร ได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่ง ดัชนีมวลกาย ค่าตรวจอัตราการกรองของไต (eGFR) และแบบบันทึกข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพออนไลน์ ผู้วิเคราะห์ในฐานะเป็นผู้รับผิดชอบการตรวจสุขภาพประจำปีของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายและข้อมูลได้ ซึ่งข้อมูลถูกนำมาใช้โดยไม่แสดงตัวบุคคล เป็นการแสดงภาพรวม จึงไม่สามารถสืบถึงเจ้าของข้อมูลได้ มีการสร้างแบบบันทึกข้อมูลขึ้น เพื่อทำการดึงข้อมูลที่ต้องการมาทำการวิเคราะห์ ได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่ง ดัชนีมวลกาย โรคประจำตัว ค่าตรวจอัตราการกรองของไต (eGFR) และข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และร้อยละ

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบบุคลากรกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 2,960 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 2,610 คน ร้อยละ 88.17 อยู่ในช่วงอายุ 30-59 ปี จำนวน 2,269 คน ร้อยละ 76.66 เป็นบุคลากรทางการแพทย์ จำนวน 2,115 คน ร้อยละ 71.45 มีดัชนีมวลกายน้อยกว่า 25 กก./ตร.ม จำนวน 2,021 คน ร้อยละ 68.28 มีการให้ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ จำนวน 1,915 คน พบว่าส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 1,337 คน ร้อยละ 69.82 โดยกลุ่มที่มีโรคประจำตัวพบเป็นโรคไขมันในเลือดผิดปกติมากที่สุด จำนวน 164 คน ร้อยละ 28.37 มีญาติสายตรงเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด จำนวน 923 คน ร้อยละ 73.20 มีพฤติกรรมไม่สูบบุหรี่ จำนวน 1,880 คน ร้อยละ 98.17 ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จำนวน 1,219 คน ร้อยละ 63.66 มีพฤติกรรมการออกกำลังกาย < 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที จำนวน 675 คน ร้อยละ 35.25 และชอบรับประทานอาหารรสหวานมากที่สุด จำนวน 899 คน ร้อยละ 46.95

อุบัติการณ์การเกิดภาวะไตเสื่อมของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบจำนวน 1,031 คน คิดเป็นร้อยละ 34.83

สัดส่วนปัจจัยและสาเหตุของการเกิดภาวะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ จากบุคลากรที่มีภาวะไตเสื่อม จำนวน 1,031 คน พบส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 214 คน ร้อยละ 61.14 อยู่ในช่วงอายุ ≥ 60 ปี จำนวน 67 คน ร้อยละ 79.76 เป็นบุคลากรสายสนับสนุน จำนวน 360 คน ร้อยละ 37.75 มีดัชนีมวลกายอยู่ในช่วง 25.00–29.99 กก./ตร.ม จำนวน 289 คน ร้อยละ 41.23 มีการให้ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ จำนวน 661 คน พบมีโรคประจำตัวเป็นนิ่วในไต จำนวน 2 คน ร้อยละ 100.00 มีญาติสายตรงเป็นโรคไตวายเรื้อรัง จำนวน 58 คน ร้อยละ 57.43 มีพฤติกรรมสูบบุหรี่ จำนวน 10 คน ร้อยละ 71.43 ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ จำนวน 37 คน ร้อยละ 43.53 มีการออกกำลังกาย ≥ 3 ครั้ง/สัปดาห์ และ < 30 นาที จำนวน 45 คน ร้อยละ 48.39 ชอบรับประทานอาหารรสหวาน จำนวน 297 คน ร้อยละ 33.04

ผลการวิเคราะห์ระยะไตเสื่อมในบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ พบบุคลากรมีภาวะไตเสื่อมระยะที่ 2 มากที่สุด จำนวน 999 คน ร้อยละ 96.90 รองลงมา คือ ระยะที่ 3 จำนวน 30 คน ร้อยละ 2.91 (ระยะที่ 3a จำนวน 28 คน ร้อยละ 93.33 และระยะที่ 3b จำนวน 2 คน ร้อยละ 7.14) และระยะ 4 จำนวน 2 คน ร้อยละ 0.19

การปฏิบัติตัวและ/หรือการดูแลรักษาของบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ที่มีภาวะไตเสื่อม พบบุคลากรมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามคำแนะนำ จำนวน 910 คน ร้อยละ 88.26 และได้รับการดูแลส่งต่อรักษา จำนวน 121 คน ร้อยละ 11.74 จากการติดตามบุคลากรที่ได้รับการส่งต่อรักษาในห้องตรวจต่าง ๆ ได้แก่ ห้องตรวจเวชปฏิบัติทั่วไป จำนวน 102 คน ร้อยละ 84.29 ห้องตรวจอายุรกรรมเบอร์ 9 จำนวน 18 คน ร้อยละ 14.88 และคลินิกไตเสื่อม จำนวน 1 คน ร้อยละ 0.83 พบว่าส่วนใหญ่บุคลากรไปรับการรักษาตามคำแนะนำ จำนวน 103 คน ร้อยละ 85.12 และ

ไม่ไปรับการรักษา จำนวน 18 คน ร้อยละ 14.88 โดยให้เหตุผลว่าต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยตนเอง โดยให้เหตุผลว่าต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยตนเอง โดยบุคลากรที่ไปรับการรักษาส่วนใหญ่ได้รับการรักษาให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยไม่ใช้ยา จำนวน 86 คน ร้อยละ 86.50 และได้รับการวินิจฉัยเป็นโรคไตเสื่อม ที่ต้องติดตามการรักษาต่อเนื่อง จำนวน 17 คน ร้อยละ 16.50 จากการติดตามผลลัพธ์การรักษาเป็นเวลา 6 เดือน พบว่าส่วนใหญ่สามารถควบคุมโรคหรือชะลอไตเสื่อมได้ดี จำนวน 88 คน ร้อยละ 85.44 ควบคุมโรคได้ไม่ดี จำนวน 15 คน ร้อยละ 14.56 และติดตามไม่ได้/ไม่มีการตรวจซ้ำ จำนวน 18 คน ร้อยละ 14.88

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบบุคลากรคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นส่วนใหญ่มีภาวะไตเสื่อมอยู่ในระยะที่ 2 ซึ่งเป็นระยะที่สามารถชะลอไตเสื่อมได้ หากมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและได้รับการรักษาที่ถูกต้องเหมาะสม เช่น ดื่มน้ำให้เพียงพออย่างน้อย 8-10 แก้วต่อวัน ออกกำลังกาย และพักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงความเครียด การกลั่นปัสสาวะ การสูบบุหรี่ ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงอาหารรสหวาน มัน และเค็ม เป็นต้น ดังนั้นจึงควรเผยแพร่ผลการวิเคราะห์นี้ให้แก่บุคลากรทราบ และสร้างความรู้ความเข้าใจ เพื่อให้บุคลากรเกิดแรงจูงใจตระหนัก และใส่ใจในการปฏิบัติตัว เพื่อป้องกันหรือชะลอภาวะไตเสื่อมได้

เอกสารอ้างอิง

1. สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย. (2563). วันไตโลก 2562 “ทุกคน ทั่วไทย ไตแข็งแรง” Kidney Health for Everyone Everywhere. ค้นเมื่อ 6 มิถุนายน 2563, จาก <https://www.hooninside.com/news-feed/94048/view>.