

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ที่คลินิก
โรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่

ผู้เขียน นายยุทธพงษ์ พรหมเสนา

ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุระรอง ชินวงศ์

บทคัดย่อ

โรคความดันโลหิตสูงเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของทุกประเทศทั่วโลก สำหรับประเทศไทยจำนวนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการควบคุมระดับความดันโลหิตของผู้ป่วย

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดีมาก (มีระดับความดันโลหิตต่ำกว่า 140/90 มิลลิเมตรปรอทหรือต่ำกว่า 130/80 มิลลิเมตรปรอทในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มีโรคเบาหวานหรือโรคไตเรื้อรังร่วมด้วย) และกลุ่มที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ (ระดับความดันโลหิตสูงกว่าหรือเท่ากับ 140/90 มิลลิเมตรปรอทหรือสูงกว่าหรือเท่ากับ 130/80 มิลลิเมตรปรอทในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มีโรคเบาหวานหรือโรคไตเรื้อรังร่วมด้วย) โดยสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจากผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่มารับการตรวจรักษาที่คลินิกโรคความดันโลหิตสูง แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่าง เดือนมีนาคม 2550 ถึงเดือนเมษายน 2550 กลุ่มละ 100 คน สิ่งที่วัดคือพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ในด้านการรับประทานยา การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด การควบคุมปัจจัยเสี่ยง และการมาตรวจตามนัด เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้น จำนวน 30 ข้อ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและเชิงอนุมาน โดยใช้ SPSS for Windows version 11.0

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุน้อยกว่า 60 ปี สถานะภาพสมรสคู่ มีการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีอาชีพ และไม่มีรายได้ ในกลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดีมากส่วนใหญ่ใช้สิทธิการรักษาข้าราชการ กลุ่มตัวอย่างที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดีมากส่วนใหญ่ใช้สิทธิการรักษาบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า กลุ่มนี้มีสัดส่วนของการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูงมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดีมากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.002$)

กลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดีมาก และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ มีพฤติกรรมการดูแลตนเองได้เหมาะสมในด้านการรับประทานยา (ร้อยละ 98.40 และ 94.60) ด้านการควบคุมอาหาร (ร้อยละ 75.67 และ 57.00) ด้านการออกกำลังกาย (ร้อยละ 91.33 และ 79.17) ด้านการจัดการกับความเครียด (ร้อยละ 94.00 และ 93.40) ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยง (ร้อยละ 85.20 และ 85.00) และด้านการตรวจตามนัด (ร้อยละ 91.67 และ 93.00) ตามลำดับ

กลุ่มตัวอย่างที่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดีมาก มีสัดส่วนของการดูแลตนเองได้เหมาะสมในด้านการรับประทานยา การควบคุมอาหาร และการออกกำลังกาย โดยมีสัดส่วนการดูแลตนเองได้เหมาะสมสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) แต่พบว่า สัดส่วนของการดูแลตนเองได้เหมาะสมในด้านการจัดการกับความเครียด การควบคุมปัจจัยเสี่ยง และการตรวจตามนัด ไม่แตกต่างกัน

จากผลการศึกษา เจ้าหน้าที่ทีมสุขภาพควรเน้นการส่งเสริมให้สุภศึกษาคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลตนเองให้รับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ ด้านการควบคุมอาหาร และด้านการออกกำลังกาย แก่ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โดยเฉพาะในกลุ่มตัวอย่างที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้

Independent Study Title Self - Care Behavior Among Hypertensive Patients at Hypertension Clinic, Nakornping Hospital, Chiang Mai Province

Author Mr. Yuthapong Promsena

Degree Master of Public Health

Independent Study Advisor Assist. Prof. Dr. Surarong Chinwong

ABSTRACT

Hypertension is one of the most affected public health problems around the world. Prevalence of hypertension in Thailand has increased continuously. Self-care of hypertensive patients is an important factor to control blood pressure. The objective of this study was to investigate self - care behaviors in two groups of hypertensive patients based on the achievement of target blood pressure; well-controlled (blood pressure < 140/90 mmHg or < 130/80 mmHg in patients with diabetes or chronic renal failure) and poorly-controlled (blood pressure \geq 140/90 mmHg or \geq 130/80 mmHg in patients with diabetic or chronic renal failure). By using purposive sampling, 100 samples per group were selected from hypertensive patients received services from Hypertension Clinic, Nakornping Hospital, Chiang Mai Province, from March to April 2007. Data on self-care behaviors were collected for compliance to drug regimens, dietary control, exercise behaviors, stress management, control of risk factor, and compliance with follow up visit with doctors. A 30-item questionnaire was developed for the purpose of this study. SPSS for Windows version 11.0 was used to analysis data.

Most subjects were female, younger than 60 years of age, married, primary school educated, job less with no income. The well-controlled subjects were covered by the Civil Service health care coverage. The poorly-controlled subjects were covered by the Universal Healthcare Coverage program. The poorly-controlled group had higher rate of disease complications than the well-controlled group ($p=0.002$).

The well-controlled and the poorly-controlled groups had high proportion of hypertensive patients who had appropriate self-care behaviors as followed: compliance with drug regimens (98.40% and 94.60%), diet control (75.67% and 57.00%), exercise behaviors (91.33% and 79.17%), stress management (94.00% and 93.40%), control of risk factors (85.20% and 85.00%) and compliance with follow-up visit with doctors (91.67% and 93.00%), respectively.

The average scores of self - care behaviors in the well controlled group were significantly higher than those in the poorly controlled group in compliance with drug regimens, dietary control, and exercise behaviors ($p<0.001$). However, there was no significant difference of the average scores of self - care behaviors between the groups for stress management, risk factor control, and compliance with follow-up visit with doctors.

In conclusion, health care team should emphasize on giving suggestion to hypertensive patients, especially in poorly-controlled ones, on appropriate self - care behaviors on compliance with drug regimens, dietary control, and exercise.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved