

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในโรงพยาบาลสันทราย อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ผู้ศึกษานำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยบรรยายประกอบตาราง ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส
ระดับการศึกษา และศาสนา

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n = 131)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	64	51.15
ชาย	63	48.85
อายุ (ปี) ($\bar{X} = 55.24$, S.D. = 10.94)		
30 – 40	14	10.68
41 – 50	32	24.42
51 – 60	49	37.40
61 – 70	26	19.84
71 – 80	10	7.63
สถานภาพสมรส		
โสด	9	6.87
สมรสคู่	114	87.02
หม้าย/แยกกันอยู่	8	6.11
นับถือศาสนา		
พุทธ	129	98.47
คริสต์	1	0.76
อิสลาม	1	0.76

ตาราง 4.1 กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 51.15 มีอายุระหว่าง 51-60 ปี ร้อยละ 37.40 สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 87.02 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 98.47

ตาราง 4.2 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n = 131)	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา	6	4.58
ประถมศึกษา	86	65.65
มัธยมศึกษา/ปวช.	15	11.45
อนุปริญญา/ปวส.	8	6.11
ปริญญาตรี	16	12.21
อาชีพ		
แม่บ้าน, พ่อบ้าน, อยู่บ้านเฉย ๆ	26	19.85
รับจ้าง	36	27.48
เกษตรกรกรรม	22	16.79
ค้าขาย	20	15.27
รัฐวิสาหกิจ	6	4.58
รับราชการ	21	16.03
รายได้ ($\bar{X} = 2,473.28, S.D. = 5,917.72$)		
1,000 – 2,000 บาท	15	11.45
2,001 – 4,000 บาท	35	26.72
4,001 – 6,000 บาท	32	24.43
6,001 ขึ้นไป	10	7.63
ไม่มีรายได้	39	29.77

ตาราง 4.2 กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 65.65 ประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 27.48 และไม่มีรายได้ ร้อยละ 29.77

ตาราง 4.3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเอง
ระดับความดันโลหิต และระยะเวลาที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n = 131)	ร้อยละ
การรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเอง		
ไม่ดี (ปวดศีรษะ ปวดท้ายทอย หน้ามืด ใจสั่น)	3	2.29
ปานกลาง	47	35.88
ดี	81	61.83
ระดับความดันโลหิต (มิลลิเมตรปรอท)		
ระดับความดันโลหิตซิสโตลิก		
สูงกว่าปกติ (130-139)	70	53.44
สูงเล็กน้อย (140-159)	57	43.51
ปานกลางถึงรุนแรง (> 160)	4	3.05
ระดับความดันโลหิตไดแอสโตลิก		
สูงกว่าปกติ (85-89)	107	81.68
สูงเล็กน้อย (90-99)	23	17.56
ปานกลางถึงรุนแรง (> 100)	1	0.76
ระยะเวลาที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง (ปี) (\bar{X} = 4.88, S.D. = 4.01)		
1-5	90	68.70
6-10	33	25.19
11-15	3	2.29
16-20	5	3.81

ตาราง 4.3 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองดี ร้อยละ 61.83 ระดับความดันซิสโตลิกอยู่ในระดับปกติ ร้อยละ 53.44 และระดับความดันไดแอสโตลิกปกติ ร้อยละ 81.68 ระยะเวลาที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง 1-5 ปี ร้อยละ 68.70

ตาราง 4.4 จำนวนและร้อยละ จำแนกตามแหล่งที่ให้คำแนะนำ เรื่องที่ได้รับคำแนะนำ
และความสามารถในการควบคุมความดันโลหิตสูง

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n = 131)	ร้อยละ
แหล่งที่ได้คำแนะนำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
แพทย์	128	32.49
พยาบาล	125	31.73
นักโภชนาการ	19	4.82
ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง	37	9.39
ญาติพี่น้องและเพื่อน	48	12.08
สื่อวิทยุโทรทัศน์ และเอกสารต่าง ๆ	33	8.38
เจ้าหน้าที่อนามัย	4	1.02
เรื่องที่ได้รับคำแนะนำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
การควบคุมอาหาร	117	18.40
การออกกำลังกาย	115	18.08
การจัดการกับความเครียด	66	10.38
การรับประทานยา	130	20.44
การมาตรวจตามนัด	120	18.87
การควบคุมปัจจัยเสี่ยง	88	13.84
ความสามารถในการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง (n = 131)		
ควบคุมได้เนื่องจาก		
ประสบการณ์ที่เคยประสบความสำเร็จ	42	32.06
ประสบการณ์จากผู้อื่น	20	15.27
ได้รับคำแนะนำ	64	48.88
ควบคุมไม่ได้	5	3.82

ตาราง 4.4 กลุ่มตัวอย่างได้รับคำแนะนำจากแพทย์ ร้อยละ 32.49 และพยาบาล ร้อยละ 31.73 เรื่องที่ได้รับคำแนะนำคือ การรับประทานยา ร้อยละ 20.44 มีความสามารถในการควบคุมความดันโลหิตสูงได้ เนื่องจากการได้รับคำแนะนำ ร้อยละ 48.88 และประสบการณ์ที่เคยประสบความสำเร็จ ร้อยละ 32.06

ส่วนที่ 2 การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

ตาราง 4.5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างโดยรวมและรายด้าน (n = 131)

การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองโดยรวม	4.27	0.46	ค่อนข้างสูง
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองรายด้าน			
ด้านการตรวจตามนัด	4.70	0.47	สูง
ด้านการรับประทานยา	4.65	0.49	สูง
ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยง	4.33	1.01	ค่อนข้างสูง
ด้านการจัดการความเครียด	3.99	0.63	ค่อนข้างสูง
ด้านการออกกำลังกาย	3.99	0.87	ค่อนข้างสูง
ด้านการควบคุมอาหาร	3.93	0.80	ค่อนข้างสูง

ตาราง 4.5 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ค่าเฉลี่ย 4.27 การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองรายด้านอยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านการตรวจตามนัด ค่าเฉลี่ย 4.70 ด้านการรับประทานยา ค่าเฉลี่ย 4.65 และการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองรายด้านอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ได้แก่ ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยง ค่าเฉลี่ย 4.33 ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านการออกกำลังกาย ค่าเฉลี่ย 3.99 ด้านการควบคุมอาหารมีค่าเฉลี่ย 3.93

ตาราง 4.6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง
ด้านการควบคุมอาหาร (n = 131)

การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหาร	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหารโดยรวม	3.93	0.80	ค่อนข้างสูง
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหารรายข้อ			
ไม่เติมน้ำปลา ซีอิ๊ว หรือเกลือ			
ขณะรับประทานอาหาร	4.09	3.61	ค่อนข้างสูง
ไม่รับประทานอาหารที่มีรสเค็ม	3.94	0.84	ค่อนข้างสูง
ไม่รับประทานอาหารพวกแป้งและน้ำตาล			
มาก	3.93	0.78	ค่อนข้างสูง
ไม่รับประทานอาหารที่มีคลอเลสเตอรอล			
สูง	3.92	0.82	ค่อนข้างสูง
ใช้น้ำมันพืชในการปรุงอาหาร	3.89	0.75	ค่อนข้างสูง
ไม่รับประทานอาหารที่มีไขมันสูง	3.79	0.84	ค่อนข้างสูง

ตาราง 4.6 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมอาหารโดยรวม อยู่ในระดับค่อนข้างสูง ค่าเฉลี่ย 3.93 พิจารณารายข้อตามลำดับคะแนนสูงสุด 3 ลำดับ ได้แก่ การไม่เติมน้ำปลา ซีอิ๊ว หรือ เกลือขณะรับประทานอาหาร ไม่รับประทานอาหารที่มีรสเค็ม และไม่รับประทานอาหารพวกแป้งและน้ำตาลมาก ค่าเฉลี่ย 4.09, 3.94 และ 3.93 ตามลำดับ

ตาราง 4.7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง
ด้านการออกกำลังกาย (n = 131)

การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการออกกำลังกาย	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการออกกำลังกายโดยรวม	3.99	0.87	ค่อนข้างสูง
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการออกกำลังกายรายชื่อ			
หยุดออกกำลังกายเมื่อมีอาการผิดปกติ แล้วรีบไปปรึกษาแพทย์	4.34	2.76	ค่อนข้างสูง
สังเกตอาการผิดปกติหลังจาก ออกกำลังกายได้	4.09	0.91	ค่อนข้างสูง
ไม่ออกกำลังกายแบบการยก แยก ลาก ดึงของหนัก	3.93	0.95	ค่อนข้างสูง
ออกกำลังกายแบบค่อยเป็นค่อยไป	3.82	1.00	ค่อนข้างสูง
ออกกำลังกายโดยการเดิน วิ่งเยาะ ๆ อย่างน้อย 30 นาที	3.77	0.97	ค่อนข้างสูง

ตาราง 4.7 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองด้านการออกกำลังกาย
โดยรวม อยู่ในระดับค่อนข้างสูง มีค่าเฉลี่ย 3.99 พิจารณารายชื่อตามลำดับคะแนนสูงสุด 3 ลำดับ
ได้แก่ การหยุดออกกำลังกาย เมื่อมีอาการผิดปกติแล้วรีบไปปรึกษาแพทย์ สังเกตอาการผิดปกติ
หลังจากออกกำลังกายได้ และไม่ออกกำลังกายแบบการยก แยก ลาก ดึงของหนัก ค่าเฉลี่ย 4.34,
4.09 และ 3.93 ตามลำดับ

ตาราง 4.8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง
ด้านการจัดการกับความเครียด (n = 131)

การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการจัดการกับความเครียด	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการจัดการกับความเครียดโดยรวม	3.99	0.63	ค่อนข้างสูง
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการจัดการกับความเครียดรายข้อ			
เมื่อมีความเครียดสามารถผ่อนคลาย ความเครียดโดยการนอนหลับ เดินเล่น อ่านหนังสือ หรืออยู่เฉย ๆ	4.23	0.78	ค่อนข้างสูง
เมื่อมีความเครียดจะไม่ผ่อนคลาย ความเครียดโดยการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา หรือใช้ยาระงับประสาท	4.04	0.88	ค่อนข้างสูง
เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจมักจะปรึกษากับ ผู้ใกล้ชิด	4.00	0.85	ค่อนข้างสูง
เมื่อมีความเครียดมักจะผ่อนคลาย ความเครียดโดยการนั่งสมาธิ	3.97	0.95	ค่อนข้างสูง
เมื่อมีอาการหงุดหงิดหรืออารมณ์เสีย สามารถควบคุมอารมณ์ได้	3.95	0.73	ค่อนข้างสูง
เมื่อมีความโกรธหรือโมโห สามารถใช้วิธี ระบายอารมณ์กับผู้ใกล้ชิด	3.79	0.84	ค่อนข้างสูง

ตาราง 4.8 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองด้านการจัดการกับความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ค่าเฉลี่ย 3.99 พิจารณารายข้อตามลำดับคะแนนสูงสุด 3 ลำดับ ได้แก่ เมื่อมีความเครียดสามารถผ่อนคลายความเครียดโดยการนอนหลับ เดินเล่น อ่านหนังสือ หรืออยู่เฉย ๆ เมื่อมีความเครียดจะไม่ผ่อนคลายความเครียดโดยการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา หรือใช้ยาระงับประสาท และเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจมักจะปรึกษากับผู้ใกล้ชิด ค่าเฉลี่ย 4.23, 4.04 และ 4.00 ตามลำดับ

ตาราง 4.9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง
ด้านการรับประทานยา (n = 131)

การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการรับประทานยา	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการรับประทานยาโดยรวม	4.66	0.49	สูง
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการรับประทานยารายชื่อ			
รับประทานยาตามจำนวนที่แพทย์สั่ง	4.71	0.49	สูง
หยุดรับประทานยาเมื่อมีอาการผิดปกติ			
แล้วรีบไปพบแพทย์ทันที	4.70	0.49	สูง
ไม่ซื่อพยายามรับประทานเอง	4.67	0.66	สูง
รับประทานยาตรงตามเวลา	4.66	0.56	สูง
ไม่หยุดรับประทานยาเองเมื่ออาการดีขึ้น	4.53	0.82	สูง

ตาราง 4.9 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการรับประทานยา โดยรวม อยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 4.66 พิจารณารายชื่อตามลำดับคะแนนสูงสุด 3 ลำดับ ได้แก่ การรับประทานยาตามจำนวนที่แพทย์สั่ง การหยุดรับประทานยาเมื่อมีอาการผิดปกติแล้วรีบไปพบแพทย์ทันที และไม่ซื่อพยายามรับประทานเอง ค่าเฉลี่ย 4.71, 4.70 และ 4.67 ตามลำดับ

ตาราง 4.10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง
ด้านการมาตรฐานนัด (n = 131)

การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการมาตรฐานนัด	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการมาตรฐานนัดโดยรวม	4.70	0.49	สูง
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการมาตรฐานนัดรายข้อ			
ไปตรวจตามแพทย์นัดทุกครั้ง	4.72	0.49	สูง
เมื่อมีอาการผิดปกติ เช่น ปวดมึนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน บวมตามปลายมือ			
ปลายเท้าสามารถรีบไปพบแพทย์ทันที	4.67	0.50	สูง

ตาราง 4.10 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการมาตรฐานนัดโดยรวมอยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 4.70 พิจารณารายข้อตามลำดับคะแนนสูงสุด 3 ลำดับ ได้แก่ ไปตรวจตามแพทย์นัดทุกครั้ง และเมื่อมีอาการผิดปกติ เช่น ปวดมึนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน บวมตามปลายมือปลายเท้าสามารถรีบไปพบแพทย์ทันที ค่าเฉลี่ย 4.72 และ 4.67 ตามลำดับ

ตาราง 4.11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง
ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยง (n = 131)

การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยง	\bar{X}	S.D.	ระดับ
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยงโดยรวม	4.33	1.01	ค่อนข้างสูง
การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยงรายข้อ			
สามารถควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ ปกติ	4.66	4.49	ค่อนข้างสูง
สามารถพักผ่อนอย่างเพียงพอ	4.37	0.60	ค่อนข้างสูง
สามารถดูแลตนเองไม่ให้ท้องผูก	4.22	0.67	ค่อนข้างสูง
ไม่ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	4.21	0.82	ค่อนข้างสูง
สามารถรับประทานอาหารจุกจิก	4.16	0.76	ค่อนข้างสูง

ตาราง 4.11 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยงโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ค่าเฉลี่ย 4.33 พิจารณารายข้อตามลำดับคะแนนสูงสุด 3 ลำดับ ได้แก่ สามารถควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ สามารถพักผ่อนอย่างเพียงพอ และสามารถดูแลตนเองไม่ให้ท้องผูก ค่าเฉลี่ย 4.66, 4.37 และ 4.22 ตามลำดับ