

ผลการศึกษา

ผลการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้ยาและการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 54 คนที่มาใช้บริการ ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนโรงพยาบาลเชิงดาวตำบลเชิงดาว อำเภอเชิงดาว จังหวัดเชียงใหม่ โดยเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนพฤษภาคม 2551 ถึง เดือนมิถุนายน 2551 ซึ่งผลการศึกษาได้นำเสนอโดยการบรรยายประกอบตารางดังนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของประชากร
- ส่วนที่ 2 ข้อมูลการใช้ยาของประชากร
- ส่วนที่ 3 ข้อมูลการบริโภคอาหารของประชากร

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

## ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มประชากร

ข้อมูลทั่วไปของประชากร จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพการสมรส ศาสนา ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ระยะเวลาการรักษาโรคความดันโลหิตสูง ระดับความดันโลหิตครั้งหลังสุด ระยะเวลาการมาตรวจตามนัด ประวัติความดันโลหิตสูงในครอบครัว จำนวนชนิดยาที่ใช้ การดื่มน้ำ ความเครียด การนอนหลับ การมาตรวจตามนัด การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ดัชนีมวลกายและดัชนีสุขภาพ ซึ่งมีรายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4.1-4.8

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของประชากร (N = 54) จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส และศาสนา

ข้อมูลทั่วไปของประชากร	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	33	61.00
ชาย	21	39.00
อายุ(เฉลี่ย 60 ปี สูงสุด 86 ปี ต่ำสุด 43 ปี)		
41-50 ปี	13	24.00
51-60 ปี	16	30.00
มากกว่า 60 ปี	25	46.00
สถานภาพสมรส		
คู่	41	76.00
หม้าย	12	22.00
โสด	1	2.00
ศาสนา		
พุทธ	51	94.00
คริสต์	3	6.00

จากตารางที่ 4.1 ประชากรเป็นเพศหญิงร้อยละ 61 มีอายุมากกว่า 60 ปีร้อยละ 46.00 สถานภาพสมรสคู่ร้อยละ 76.00 และนับถือศาสนาพุทธร้อยละ 94.00

ตารางที่ 4.2 จำนวนและร้อยละของประชากร( N = 54 )จำแนกตามระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้

ข้อมูลทั่วไปของประชากร	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	50	93.00
มัธยมศึกษา	4	7.00
อาชีพ		
รับจ้าง	24	44.00
พ่อบ้าน/แม่บ้าน	20	37.00
ค้าขาย	8	15.00
เกษตรกรกรรม	2	4.00
รายได้ของครอบครัว/เดือน		
ต่ำกว่า 1,000 บาท	12	22.00
1,001-3,000 บาท	27	50.00
3,001-6,000 บาท	11	21.00
มากกว่า 6,000 บาท	4	7.00

จากตารางที่ 4.2 ประชากรมีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 93.00 มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 44.00 รายได้อยู่ในช่วง 1,001-3,000 บาท ร้อยละ 50.00

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางที่ 4.3 จำนวนและร้อยละของประชากรที่ศึกษา (N = 54) จำแนกตามระยะเวลาที่รักษาโรค ระดับความดันครั้งหลังสุด ระยะเวลาการมาตรวจตามนัด ประวัติความดันโลหิตสูงในครอบครัว

ข้อมูลทั่วไปของประชากร	จำนวน	ร้อยละ
ระยะเวลาที่รักษาโรค		
มากกว่า 5 ปี	42	78.00
3-4 ปี	11	20.00
1-2 ปี	1	2.00
ระดับความดันครั้งหลังสุด (มิลลิเมตรปรอท)		
$\geq 140, < 90$	31	57.00
$< 140/90$	16	30.00
$\geq 140/90$	6	11.00
$< 140, \geq 90$	1	2.00
ระยะเวลาการมาตรวจตามนัด		
1 เดือน	48	89.00
2 เดือน	4	7.00
<1 เดือน	2	4.00
ประวัติความดันโลหิตสูงในครอบครัว		
ไม่มี	26	48.00
มี	28	52.00
แม่	10	19.00
พ่อ	8	15.00
พี่ชายและ/น้องชาย	6	11.00
พี่สาวและ/น้องสาว		
พ่อและแม่	4	7.00

จากตารางที่ 4.3 ประชากรได้รับการรักษามากกว่า 5 ปีร้อยละ 78.00 มีระดับความดันตัวบนสูงร้อยละ 57 มาตรวจตามนัดทุก 1 เดือนร้อยละ 89 มีประวัติโรคความดันโลหิตสูงในครอบครัวร้อยละ 52 พบในแม่ร้อยละ 10

ตารางที่ 4.4 จำนวนและร้อยละของประชากร (N = 54) จำแนกตามจำนวนชนิดยา

ข้อมูลทั่วไปของประชากร	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนชนิดยาที่ใช้		
1 ชนิด	25	46.00
Diuretic	16	30.00
Beta-blocker	4	7.00
ACE	4	7.00
CCB	1	2.00
2 ชนิด	22	41.00
ACE+Diuretic	6	11.00
Diuretic+Beta-blocker	6	11.00
CCB+Diuretic	4	7.00
ACE+Beta-blocker	3	6.00
ACE+CCB	3	6.00
3 ชนิด	7	13.00
ACE+Diuretic+Beta-blocker	3	6.00
CCB+Diuretic+Beta-blocker	2	3.00
ACE+Diuretic+CCB	1	2.00
ACE+CCB+Beta-blocker	1	2.00

หมายเหตุ ACE=angiotensin converting enzyme

CCB=calcium channel blocker

จากตารางที่ 4.4 ประชากรได้รับการรักษาด้วยยา 1 ชนิด 2 ชนิดและ 3 ชนิด ร้อยละ 46.00 , 41.00 และ 13.00 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.5 จำนวนและร้อยละของประชากร (N = 54) จำแนกตาม การดื่มน้ำ ความเครียด การนอนหลับ และการมาตรวจตามนัด

ข้อมูลทั่วไปของประชากร	จำนวน	ร้อยละ
การดื่มน้ำ(แก้ว/วัน)		
4-6 แก้ว	11	20.00
7-8 แก้ว	29	54.00
>8 แก้ว	14	26.00
ความเครียด		
ไม่มี	32	59.00
มี	22	41.00
รายได้ไม่เพียงพอ กับรายจ่าย/หนี้สิน	11	20.00
การเจ็บป่วย	10	19.00
ความขัดแย้งในครอบครัว	1	2.00
การนอนหลับ		
ปกติ	28	52.00
นอนไม่หลับเป็นบางครั้ง	21	39.00
นอนไม่หลับบ่อยครั้ง	5	9.00
การมาตรวจตามนัด		
สม่ำเสมอ	49	91.00
ไม่สม่ำเสมอ	5	9.00

จากตารางที่ 4.5 ประชากรดื่มน้ำวันละ 7-8 แก้วร้อยละ 54.00 ไม่มีความเครียดร้อยละ 59.00 การนอนหลับปกติร้อยละ 52.00 และมาตรวจตามนัดอย่างสม่ำเสมอร้อยละ 91.00

ตารางที่ 4.6 จำนวนและร้อยละของประชากร (N = 54) จำแนกตามการออกกำลังกาย

ข้อมูลทั่วไปของประชากร	จำนวน	ร้อยละ
การออกกำลังกาย		
ออกกำลังกาย	33	61.00
ชนิดของการออกกำลังกาย		
เดิน	19	35.00
ปั่นจักรยาน และทำงาน	10	18.00
วิ่ง	3	6.00
แอโรบิก	1	2.00
จำนวนครั้งของการออกกำลังกาย/สัปดาห์		
1-2 ครั้ง	3	6.00
3-4 ครั้ง	9	17.00
5-6 ครั้ง	4	7.00
7 ครั้ง	17	31.00
ระยะเวลาที่ออกกำลังกาย/ครั้ง		
<20 นาที	8	15.00
20-30 นาที	20	37.00
>30 นาที	5	9.00
ไม่ออกกำลังกาย	21	39.00

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 จากตารางที่ 4.6 ประชากรมีการออกกำลังกายร้อยละ 61.00 ด้วยการเดินร้อยละ 35.00  
 ออกกำลังกายทุกวันร้อยละ 31.00 และใช้เวลาในการออกกำลังกาย 20-30 นาทีร้อยละ 37.00  
 All rights reserved

ตารางที่ 4.7 จำนวนและร้อยละของประชากร (N = 54) จำแนกตามการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่ และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ข้อมูลทั่วไปของประชากร	จำนวน	ร้อยละ
การสูบบุหรี่		
ไม่สูบ	51	94.00
สูบ	3	6.00
จำนวนครั้งที่สูบ/สัปดาห์		
5-6 ครั้ง	1	2.00
7 ครั้ง	2	4.00
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		
ไม่ดื่ม	44	81.00
ดื่ม	10	19.00
ปริมาณการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์/ครั้ง		
<1 แก้ว	2	4.00
1-2 แก้ว	8	15.00
จำนวนครั้งของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์/สัปดาห์		
1-2 ครั้ง	6	11.00
3-4 ครั้ง	2	4.00
5-6 ครั้ง	1	2.00
7 ครั้ง	1	2.00

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

จากตารางที่ 4.7 ประชากรส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ร้อยละ 94.00 และไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 81.00 สำหรับผู้ที่ดื่มจะดื่ม 1-2 แก้วต่อครั้งร้อยละ 15.00 โดยดื่ม 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ร้อยละ 11.00



ตารางที่ 4.8 จำนวนและร้อยละของประชากร(N=54)จำแนกตามดัชนีมวลกาย และดัชนีสุขภาพ

จำนวน	ร้อยละ	ดัชนีมวลกาย	ดัชนีสุขภาพ	การแปลผล
3	6.00	$\geq 30$	$\leq 82$	โรคอ้วนอันตราย
24	44.00	25.00-29.90	>82-95	โรคอ้วน
12	22.00	23.00-24.90	>95-100	ท้วม
12	22.00	18.50-22.90	>100-112	สมส่วน
3	6.00	<18.50	>112	ผอม

จากตารางที่ 4.8 ประชากรร้อยละ 44.00 มีภาวะโภชนาการอ้วน มีภาวะโภชนาการท้วม และสมส่วนร้อยละ 22 เท่ากัน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 Copyright© by Chiang Mai University  
 All rights reserved

## ส่วนที่ 2 ข้อมูลการใช้ยา

การศึกษาการใช้ยาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โดยใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ซึ่งมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.9

ตารางที่ 4.9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปฏิบัติของประชากร(N=54)จำแนกตามการใช้ยา

การใช้ยา	$\mu$	$\sigma$	ระดับการปฏิบัติ
โดยรวม	47.26	3.67	ดี
รายด้าน			
การใช้ยาถูกต้องตามหลักการ	34.17	2.33	ดี
ด้านการป้องกันการเกิดอันตราย และอาการข้างเคียงจากการใช้ยา	13.09	1.89	พอใช้

จากตารางที่ 4.9 ประชากรมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการใช้ยาโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\mu=47.26$ ,  $\sigma=3.67$ ) เมื่อพิจารณาการใช้ยารายด้านพบว่า ด้านการใช้ยาถูกต้องตามหลักการอยู่ในระดับดี ( $\mu=34.17$ ,  $\sigma=2.33$ ) ส่วนด้านการป้องกันการเกิดอันตรายและอาการข้างเคียงจากการใช้ยาอยู่ในระดับพอใช้ ( $\mu=13.09$ ,  $\sigma=1.89$ )

ตารางที่ 4.10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการปฏิบัติของประชากร(N=54)จำแนกตามการใช้ยาโดยแบ่งตามระดับความดันโลหิต

การใช้ยา	N	$\mu$	$\sigma$	ระดับการปฏิบัติ
การใช้ยาโดยรวม				
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	47.53	2.80	ดี
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	46.63	5.25	ดี
การใช้ยาถูกต้องตามหลักการ				
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	34.39	1.97	ดี
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	33.63	3.03	ดี
การป้องกันการเกิดอันตรายและอาการข้างเคียงจากการใช้ยา				
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	13.09	1.90	พอใช้
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	13.00	2.01	พอใช้

จากตารางที่ 4.10 ประชากรกลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$  และ $< 140/90$  มิลลิเมตรปรอท มีการปฏิบัติในการใช้ยาโดยรวม( $\mu=47.53$  ,  $46.63$  ตามลำดับ) และการใช้ยาถูกต้องตามหลักการอยู่ในระดับดีทั้ง 2 กลุ่ม( $\mu=34.39$  ,  $33.63$  ตามลำดับ) ส่วนการป้องกันการเกิดอันตรายและอาการข้างเคียงจากการใช้ยาอยู่ในระดับพอใช้ทั้ง 2 กลุ่ม( $\mu=13.09$  ,  $13.00$  ตามลำดับ)

### ส่วนที่ 3 ข้อมูลการบริโภคอาหารของประชากร

การศึกษาการบริโภคอาหารของประชากรประกอบด้วย การบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่ ได้แก่ ชนิด และปริมาณอาหารที่บริโภค สำหรับการบริโภคอาหารเฉพาะโรคประกอบด้วย อาหารที่บริโภคได้ไม่จำกัด อาหารที่บริโภคได้แต่ต้องจำกัดปริมาณ และอาหารและเครื่องดื่ม ที่เป็นข้อห้าม ซึ่งมีรายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4.11 และ 4.15

ตารางที่ 4.11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการปฏิบัติของประชากร(N=54) จำแนกตามการบริโภคอาหารโดยรวมและการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่โดยรวม

การบริโภคอาหาร	$\mu$	$\sigma$	ระดับการปฏิบัติ
การบริโภคอาหารโดยรวม	1.72	0.10	พอใช้
การบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่โดยรวม	1.28	0.12	ควรปรับปรุง
การบริโภคอาหารกลุ่มไขมัน	2.53	0.24	ดี
การบริโภคอาหารกลุ่มผัก	1.03	0.32	ควรปรับปรุง
การบริโภคอาหารกลุ่มผลไม้	0.91	0.24	ควรปรับปรุง
การบริโภคอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์	0.81	0.26	ควรปรับปรุง
การบริโภคอาหารกลุ่มแป้ง	0.49	0.35	ต้องปรับปรุง
การบริโภคอาหารกลุ่มนม	0.15	0.22	ต้องปรับปรุง

จากตารางที่ 4.11 ประชากรมีการบริโภคอาหารโดยรวม( $\mu=1.72$  ,  $\sigma=0.10$ ) อยู่ในระดับพอใช้ การบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่โดยรวมอยู่ในระดับที่ควรปรับปรุง( $\mu=1.28$  ,  $\sigma=0.12$ ) นอกจากนี้เมื่อพิจารณาตามกลุ่มอาหารพบว่า การบริโภคอาหารไขมันอยู่ในระดับดี( $\mu=2.53$  ,  $\sigma=0.24$ ) การบริโภคผัก( $\mu=1.03$  ,  $\sigma=0.32$ ) การบริโภคผลไม้( $\mu=0.91$  ,  $\sigma=0.24$ ) และการบริโภคอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์อยู่ในระดับที่ควรปรับปรุง( $\mu=0.81$  ,  $\sigma=0.26$ ) ที่ต้องปรับปรุงคือ การบริโภคอาหารกลุ่มข้าว-แป้ง( $\mu=0.49$  ,  $\sigma=0.35$ ) และการบริโภคอาหารกลุ่มนม( $\mu=0.15$  ,  $\sigma=0.22$ )

ตารางที่ 4.12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการปฏิบัติของประชากร(N=54)จำแนกตามอาหารที่เป็นข้อห้าม การบริโภคอาหารเฉพาะโรคโดยรวม อาหารที่บริโภคได้แต่ต้องจำกัดปริมาณ และอาหารที่บริโภคได้โดยไม่จำกัดปริมาณ

(N = 54)

การบริโภคอาหาร	$\mu$	$\sigma$	ระดับการปฏิบัติ
อาหารและเครื่องดื่มที่เป็นข้อห้าม	2.51	0.25	ดี
การบริโภคอาหารเฉพาะโรคโดยรวม	2.42	0.20	พอใช้
อาหารที่บริโภคได้แต่ต้องจำกัดปริมาณ	2.34	0.28	พอใช้
อาหารที่บริโภคได้โดยไม่จำกัดปริมาณ	1.53	0.33	พอใช้

จากตารางที่ 4.12 การบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่เป็นข้อห้ามของประชากรอยู่ในระดับดี ( $\mu=2.51$ ,  $\sigma=0.25$ ) อาหารเฉพาะโรคโดยรวม( $\mu=2.42$ ,  $\sigma=0.20$ ) อาหารที่บริโภคได้โดยไม่จำกัดปริมาณ( $\mu=1.53$ ,  $\sigma=0.33$ ) และอาหารที่บริโภคได้แต่ต้องจำกัดปริมาณ( $\mu=2.34$ ,  $\sigma=0.28$ )อยู่ในระดับพอใช้

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปริมาณการบริโภคอาหารของประชากร (N = 54) จำแนกตามกลุ่มอาหาร

กลุ่มอาหาร	ปริมาณการบริโภค		ปริมาณที่ควรบริโภค**
	$\mu$	$\sigma$	
กลุ่มข้าว-แป้ง	8.89 ทัพพี/วัน	0.91	10 ทัพพี/วัน
กลุ่มเนื้อสัตว์	4.90 ช้อนกินข้าว/วัน	0.87	9 ช้อนกินข้าว/วัน
กลุ่มผัก	3.42 ทัพพี/วัน	0.78	5 ทัพพี/วัน
กลุ่มผลไม้	2.63 ส่วน/วัน	0.88	4 ส่วน/วัน
กลุ่มไขมัน	2.17 ช้อนกินข้าว/วัน	0.87	-
กลุ่มนม	0.33 แก้ว/วัน	0.50	1 แก้ว/วัน

\*\*ปริมาณที่ควรบริโภคสำหรับผู้ที่ต้องการพลังงาน 2,000 กิโลแคลอรี/วัน

จากตารางที่ 13 ประชากรบริโภคอาหารกลุ่มข้าวและแป้งเฉลี่ย 8.89 ทัพพี/วัน การบริโภคอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์ 4.90 ช้อนกินข้าว/วัน การบริโภคอาหารกลุ่มผัก 3.42 ทัพพี/วัน กลุ่มผลไม้ 2.63 ส่วน/วัน กลุ่มไขมัน 2.17 ช้อนกินข้าว/วัน และกลุ่มนม 0.33 แก้ว/วัน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางที่ 4.14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการปฏิบัติของประชากร( N = 54 )  
 จำแนกตามการบริโภคอาหารโดยแบ่งตามระดับความดันโลหิต

การบริโภคอาหาร	N	$\mu$	$\sigma$	ระดับการปฏิบัติ
การบริโภคอาหารเฉพาะโรคโดยรวม				
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	2.44	0.18	พอใช้
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	2.36	0.25	พอใช้
การบริโภคอาหารโดยรวม				
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	1.73	0.09	พอใช้
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	1.69	0.12	พอใช้
การบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่โดยรวม				
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	1.28	0.10	ควรปรับปรุง
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	1.29	0.15	ควรปรับปรุง

จากตารางที่ 4.14 ประชากรกลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$  และ $< 140/90$  มิลลิเมตรปรอท มีการบริโภคอาหารเฉพาะโรคโดยรวม( $\mu=2.44$  ,  $2.36$  ตามลำดับ) การบริโภคอาหารโดยรวม( $\mu=1.73, 1.69$  ตามลำดับ) อยู่ในระดับพอใช้ทั้ง 2 กลุ่ม สำหรับการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่โดยรวม( $\mu=1.28$  ,  $1.29$  ตามลำดับ) อยู่ในระดับควรปรับปรุงทั้ง 2 กลุ่ม



ข้อมูลด้านอื่นๆที่อาจมีผลต่อระดับความดันโลหิตนอกจากการใช้ยาและการบริโภคอาหารของประชากร รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 4.15

ตารางที่ 4.15 จำนวนและร้อยละของประชากร(N=54)ที่มีความดันโลหิต $\geq 140/90$  และ $< 140/90$  มิลลิเมตรปรอท จำแนกตามการออกกำลังกาย ดัชนีมวลกาย และความเครียด

ตัวแปร	N	จำนวน	ร้อยละ
การออกกำลังกาย(มีการออกกำลังกาย)			
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	22	57.90
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	11	68.80
ดัชนีมวลกาย(เป็นโรคอ้วน)*			
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	20	57.00
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	7	44.00
ความเครียด(มีความเครียด)			
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$	38	16	42.10
กลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$	16	6	37.50

\*ประชากรมีค่าดัชนีมวลกาย $\geq 25$  กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

จากตารางที่ 4.15 ประชากรกลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $\geq 140/90$  มีการออกกำลังกายน้อยกว่ากลุ่มที่มีระดับความดันโลหิต $< 140/90$  คือร้อยละ 57.90 และ 68.80 ตามลำดับ และเป็นโรคอ้วนร้อยละ 57.00 รวมทั้งมีความเครียดร้อยละ 42.10