

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหาความชุกและ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะความดันโลหิตสูงของผู้ที่อาศัยอยู่เขตพื้นที่แนวชายแดนไทย-พม่า จังหวัดแม่ฮ่องสอน กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3,280 คน เป็นคนไทย จำนวน 2,924 คน ต่างด้าว จำนวน 356 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดที่ได้รับการคัดกรองโรคความดันโลหิตสูงในปี พ.ศ. 2556 ในพื้นที่เขตรับผิดชอบของ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในเขตอำเภอเมือง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ได้แก่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาปลาจาด โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหมอกจำแป่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านในสอย และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านผาบ่อง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษารั้งนี้ เป็นแบบบันทึกปัจจัยเสี่ยงของภาวะความดันโลหิตสูง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ที่พัฒนาขึ้นมาจากการทบทวนวรรณกรรม ประกอบด้วยข้อมูล 3 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐาน ส่วนที่ 2 ภาวะสุขภาพ ส่วนที่ 3 พฤติกรรม ซึ่งแบบบันทึกปัจจัยเสี่ยงของภาวะความดันโลหิตสูงได้ผ่านการตรวจสอบทางด้านจริยธรรมและดำเนินการรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคมถึงมิถุนายน พ.ศ. 2557 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) และ อัตราเสี่ยงสัมพัทธ์ (Prevalence Ratio)

5.1 สรุปผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย (ร้อยละ 51.0) โดยมีอายุอยู่ในช่วง 45 - 54 และ 55 - 64 ปี มากที่สุด (ร้อยละ 33.5 และ 24.7) เป็นเชื้อชาติไทย (ร้อยละ 89.2) อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลผาบ่อง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหมอกจำแป่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในสอยและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาปลาจาด (ร้อยละ 48.3 31.1 12.4 และ 8.2 ตามลำดับ) สำหรับด้านการประวัติความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของครอบครัว (ร้อยละ 34.6) มีประวัติความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง โดยพบว่าส่วนใหญ่ (ร้อยละ 67.3) ของกลุ่มตัวอย่างมีประวัติจากโรคความดันโลหิตสูง ขณะที่กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 23.1 มีประวัติความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของครอบครัวจากโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานมีเพียงร้อยละ 8.4 จากโรคเบาหวานเพียงชนิดเดียว

2. ภาวะสุขภาพ

กลุ่มตัวอย่างที่มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ทั่วไปและอ้วน(ร้อยละ18.4 และ 27.0) ส่วนขนาดรอบเอวในเพศชายส่วนใหญ่ (ร้อยละ 81.0) มีขนาดรอบเอวในเกณฑ์มาตรฐาน ขณะที่ในเพศหญิงมีขนาดรอบเอวที่เกินมาตรฐาน (ร้อยละ 54.8) ด้านระดับน้ำตาลในเลือดที่ผิดปกติ (ร้อยละ 14.0) สำหรับการมีโรคร่วม ส่วนใหญ่เป็น โรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 80.2) ขณะที่ ร้อยละ 11.6 เป็นโรคความดันโลหิตสูงและ โรคเบาหวาน มีเพียง ร้อยละ 8.2 เป็นโรคเบาหวานเพียงชนิดเดียว ขณะที่ข้อมูลภาวะโรคซึมเศร้าในช่วง 2 สัปดาห์ก่อนเก็บข้อมูลมีเพียงเล็กน้อย (ร้อยละ 8.3)

3. พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับภาวะความดันโลหิตสูง

กลุ่มตัวอย่างที่รับประทานอาหารที่มีรสเค็มจัดมีเพียงเล็กน้อย (ร้อยละ 10.2) การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ร้อยละ 17.5 โดยส่วนใหญ่ดื่มอยู่ในช่วง 1 - 3 ครั้งต่อสัปดาห์ สำหรับการสูบบุหรี่ ร้อยละ 13.7 สูบบุหรี่และปัจจุบันยังคงสูบบุหรี่ โดยพบจำนวนบุหรี่ที่สูบ ร้อยละ 41.2 สูบบุหรี่ 4 - 6 มวนต่อวัน

4. อัตราความชุกของภาวะความดันโลหิตสูง

อัตราความชุกของภาวะความดันโลหิตสูงมีร้อยละ 24.5 หากจำแนกตามพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลผาบ่อง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหมอกจำแป้ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในซอยและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาปลาจาด มีร้อยละ 28.7 20.9 20.6 และ 18.9 ตามลำดับ

5. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะความดันโลหิตสูง

1) กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากกว่าหรือเท่ากับตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 3.5 เท่า เมื่อเทียบกับอายุน้อยกว่า 40 ปี ($p < .001$) เพศ พบว่าเพศหญิงมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.3 เท่า เมื่อเทียบกับเพศชาย ($p < .001$) เชื้อชาติ พบว่า เชื้อชาติไทย มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.3 เท่า เมื่อเทียบกับบุคคลต่างด้าว ($p < .05$) ประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของครอบครัว พบว่า ครอบครัวที่มีประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของครอบครัว มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.8 เท่า เมื่อเทียบกับที่ไม่มีประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ($p < .001$) และด้านถิ่นที่อยู่อาศัย พบว่า ด้านถิ่นที่อยู่อาศัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่อยู่ทีศใต้ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลผาบ่อง และ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในซอย) มีความเสี่ยงต่อการเป็นภาวะความดันโลหิตสูง 1.3 เท่า เมื่อเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ทางตอนเหนือ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาปลาจาดและ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหมอกจำแป้)

2) ปัจจัยเสี่ยงด้านภาวะสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีดัชนีมวลกายที่อยู่ในเกณฑ์อ้วนและท้วม มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.5 เท่า เมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ ($p < .001$) ขนาดรอบเอว ในเพศชายที่มีขนาดรอบเอวเกิน มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 2.3 เท่า เมื่อเทียบกับเพศชายในเกณฑ์ปกติ ($p < .001$) เช่นเดียวกันกับขนาดรอบเอวในเพศหญิงที่มีขนาดรอบเอวเกิน มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.7 เท่า เมื่อเทียบกับกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงในเกณฑ์ปกติ ($p < .001$) ระดับน้ำตาลในเลือดที่เกินเกณฑ์มาตรฐาน มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.9 เท่า เมื่อเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ ($p < .001$) การมีโรคร่วม ได้แก่ โรคเบาหวานมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 2.9 เท่า เมื่อเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีโรคร่วม ($p < .001$)

3) ปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรม พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่สูบบุหรี่จะมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.2 เท่า เมื่อเทียบกับกลุ่มที่ไม่สูบบุหรี่ ($p < .05$) การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง 1.2 เท่า เมื่อเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ($p < .05$) และการรับประทานอาหารรสเค็มในการศึกษาไม่พบความสัมพันธ์กับภาวะโรคความดันโลหิตสูง

5.2 ข้อเสนอแนะ

5.2.1 ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้ประโยชน์

1) เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ควรให้ความสำคัญกับการเฝ้าระวังโรคความดันโลหิตสูงอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในกลุ่มประชาชนที่อาศัยอยู่เขตพื้นที่แนวชายแดนไทย-พม่ามากขึ้น เนื่องจากมีความชุกของภาวะความดันโลหิตสูงที่ค่อนข้างสูงกว่าภาพรวมในระดับจังหวัด โดยมีรายละเอียดที่ควรคำนึงถึงประชาชนที่อาศัยอยู่เขตพื้นที่ตอนล่างของจังหวัดแม่ฮ่องสอนที่เป็นเชื้อชาติไทย ที่อาจถูกละเลย ในกลุ่มที่เป็นเพศหญิง ที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป และครอบครัวมีประวัติความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง มีค่าดัชนีมวลกาย และขนาดรอบเอวที่เกินค่ามาตรฐาน พร้อมทั้งการมีโรคร่วม มีพฤติกรรมที่ชอบสูบบุหรี่ ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2) หน่วยงานสาธารณสุขหรือชุมชนควรทำการเฝ้าระวังปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง โดยการจัดทำโครงการป้องกันและควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคความดันโลหิตสูงให้กับกลุ่มประชาชนที่มีลักษณะดังนี้ ดังนี้

2.1) ผู้ที่มีดัชนีมวลกายและขนาดรอบเอวเกินค่ามาตรฐาน

2.2) ผู้ที่มีระดับน้ำตาลเลือดเกินค่ามาตรฐาน และการมีโรคร่วมจากโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน

2.3) ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงในการเลิกสูบบุหรี่และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

5.2.2 ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1) ควรทำการศึกษาในประชาชนที่อาศัยอยู่เขตพื้นที่แนวชายแดนไทย-พม่า ในประเด็นภาวะซึมเศร้าที่ส่งผลต่อการเป็นโรคความดันโลหิตสูง โดยทำการศึกษาและติดตามภาวะซึมเศร้าใช้ระยะเวลาในการศึกษาที่ยาวนานขึ้น

2) ควรทำการศึกษาในประชาชนที่อาศัยอยู่เขตพื้นที่แนวชายแดนไทย-พม่า ในประเด็นการรับประทานอาหารที่มีรสเค็มจัด โดยมีการวัดปริมาณของการบริโภคเกลือที่เข้าสู่ร่างกาย (Sodium intake) ไม่ใช่เฉพาะรายงานการรับประทานอาหารที่มีรสเค็มจัดเท่านั้น

3) ควรทำการศึกษาเชิงคุณภาพในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่อาศัยอยู่เขตพื้นที่ตามแนวชายแดนไทย-พม่า ว่ามีปัจจัยเสี่ยงของการป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง มาจากปัจจัยอะไร เพื่อนำผลมาเปรียบเทียบกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะความดันโลหิตสูง ว่ามีอะไรที่สอดคล้องหรือแตกต่างกัน



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved