

พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์

Self-care Behavior of Hypertensive Patients at Grok-Khi-Noo
Tambon Health Promotion Hospital, Mueang District, Buri Ram Province

ชนาธิป สันติวงศ์¹ กัญปะนา ภาพยนตร์² เสาวนีย์ ชูจันทร์^{*3}

Chanathib suntiwong¹ Kanpana pabpayon² Saowanee Choojan^{*3}

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น วิทยาเขตบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์ ประเทศไทย 31000

¹Faculty of Nursing Western University Buriram Campus, Buriram, Thailand 31000

²โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู จังหวัดบุรีรัมย์ ประเทศไทย 31000

²Grok-Khi-Noo Sub District Health Promoting Hospital, Buriram, Thailand 31000

³คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา ประเทศไทย 30000

³Faculty of Nursing Nakhon Ratchasima Rajabhat University, Nakhon Ratchasima Thailand 30000

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา เพื่อศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์และมารับบริการตรวจรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 225 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือวิจัยใช้แบบสอบถามซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างด้วย Independent t-test และ One-Way Analysis of Variance (ANOVA) ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับดี และพบว่าผู้ป่วยที่มีปัจจัยเสริมการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 สำหรับปัจจัยด้านชีวสังคม ปัจจัยนำ และปัจจัยเอื้อพบว่าไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ : พฤติกรรมการดูแลตนเอง, โรคความดันโลหิตสูง

Abstract

This descriptive research aimed to study self-care behaviors of hypertension patients and to compare differences between biosocial factors, predisposing factors, enabling factors, reinforcing factors and self-care behaviors of the patients. The sample was hypertension patients who were diagnosed by physician and who were visited Grok-Khi-Noo Tambon Health Promotion Hospital in Buriram Province. The 225 patients were randomized by using simple random sampling method. The research tool was a questionnaire, which was

Corresponding Author: *E-mail: saowanee.newwy@gmail.com

วันที่รับ (received) 9 มิ.ย. 2564 วันที่แก้ไขเสร็จ (revised) 25 ส.ค. 2564 วันที่ตอบรับ (accepted) 30 ต.ค. 2564

examined for content validity and analyzed for confidence. Data were analyzed by using statistics, percentage, independent t-test and One-Way Analysis of Variance (ANOVA). From the result of this research, it was found that the patients with hypertension had a good level of the proper self-care behaviors and it was found that the patients with different social reinforcing factors had different self-care behaviors with statistical significant difference ($p < .05$) while the patients with different biosocial factors, predisposing factors, enabling factors did not make any difference.

Keywords : Self-care Behavior, Hypertensive

บทนำ

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคไม่ติดต่อและเป็นปัญหาสาธารณสุขของประเทศไทยโดย พบว่า มีจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มมากขึ้นทุกปี เห็นได้จากสถิติจำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทั่วประเทศ ปี พ.ศ.2559 มีจำนวนผู้ป่วย 1,306,070 ราย คิดเป็นอัตรา 2008.92 ต่อประชากรแสนคน ปี พ.ศ. 2560 มีจำนวนผู้ป่วย 1,363,616 ราย คิดเป็นอัตรา 2091.28 ต่อประชากรแสนคนและในปี พ.ศ. 2561 มีจำนวนผู้ป่วย 1,468,433 ราย คิดเป็นอัตรา 2,245.09 ต่อประชากรแสนคน¹ จะเห็นได้ว่าจากสถิติดังกล่าวของประเทศไทยมีจำนวนผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้นทุกปีและเมื่อพิจารณาจำนวนผู้ป่วยเป็นรายจังหวัด ซึ่งของจังหวัดบุรีรัมย์นั้นพบว่าปี พ.ศ. 2559 มีจำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง 31,839 ราย คิดเป็นอัตรา 2009.09 ต่อประชากรแสนคน ปี พ.ศ. 2560 มีจำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง 34,124 รายคิดเป็นอัตรา 2248.48 ต่อประชากรแสนคน และปี พ.ศ. 2561 มีจำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง 35,184 รายคิดเป็นอัตรา 2210.56 ต่อประชากรแสนคน¹ ซึ่งจะเห็นได้ว่าสถิติผู้ป่วยความดันโลหิตสูงมีจำนวนเพิ่มขึ้นทุกปี ไม่แตกต่างจากสถิติของประเทศไทย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู ตำบลชุมเห็ด อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ มีผู้มารับบริการตรวจรักษาโรคความดันโลหิตสูงเป็นจำนวนมากและมีสถิติผู้ป่วยเพิ่มขึ้นทุกปี สอดคล้องกับสถิติของประเทศไทยที่เพิ่มขึ้นทุกปี โดยผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู ในปี พ.ศ. 2561 มีจำนวน 463 ราย ปี พ.ศ. 2562 มีจำนวน 487 ราย และในปี พ.ศ. 2563 มีจำนวน 518 ราย² จะเห็นได้ว่าผู้ป่วยมีจำนวนเพิ่มขึ้นทุกๆ ปี และจากผลการสำรวจสถานะสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู ระหว่างกันยายน-ตุลาคม 2563 พบว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงจำนวน 518 ราย มีผู้ป่วยที่มี

ความดันอยู่ในเกณฑ์ปกติ (120-139 ม.ม.ปรอท) เพียงร้อยละ 23.9 และมีผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูง ระดับ 1 (140-159 ม.ม.ปรอท) ร้อยละ 43.5 ความดันโลหิตสูงระดับ 2 (160-179 ม.ม.ปรอท) ร้อยละ 23.9 และความดันโลหิตสูงระดับรุนแรง (มากกว่า 180 ม.ม.ปรอทขึ้นไป) ร้อยละ 8.6 นอกจากนี้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงยังมีภาวะโภชนาการระดับต่ำ ร้อยละ 23.2 เป็นโรคอ้วนระดับ 1 ร้อยละ 34.4 และโรคอ้วนระดับ 2 ร้อยละ 12.1 ซึ่งสถานะสุขภาพดังกล่าวทำให้ทราบว่าผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่เหมาะสม จึงส่งผลให้ระดับความดันโลหิตให้อยู่ในระดับสูงกว่าค่าปกติ

จากผลการศึกษาวิจัยที่ผ่านมา พบว่า วิธีป้องกันอันตรายและภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูงกระทำได้โดยผู้ป่วยต้องมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งประกอบด้วย การควบคุมอาหาร การรับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด การควบคุมปัจจัยเสี่ยงและการมาพบแพทย์ตามนัด ซึ่งพฤติกรรมต่างๆ เหล่านี้พบว่าปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ความรู้ ความเชื่อของบุคคล และปัจจัยภายนอก ได้แก่ การเข้าถึงบริการสุขภาพ และการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรม^{3,4} ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและศึกษาความแตกต่างของปัจจัยด้านชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานและเป็นแนวทางการพัฒนาส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองที่เหมาะสมต่อไป

คำถามการวิจัย

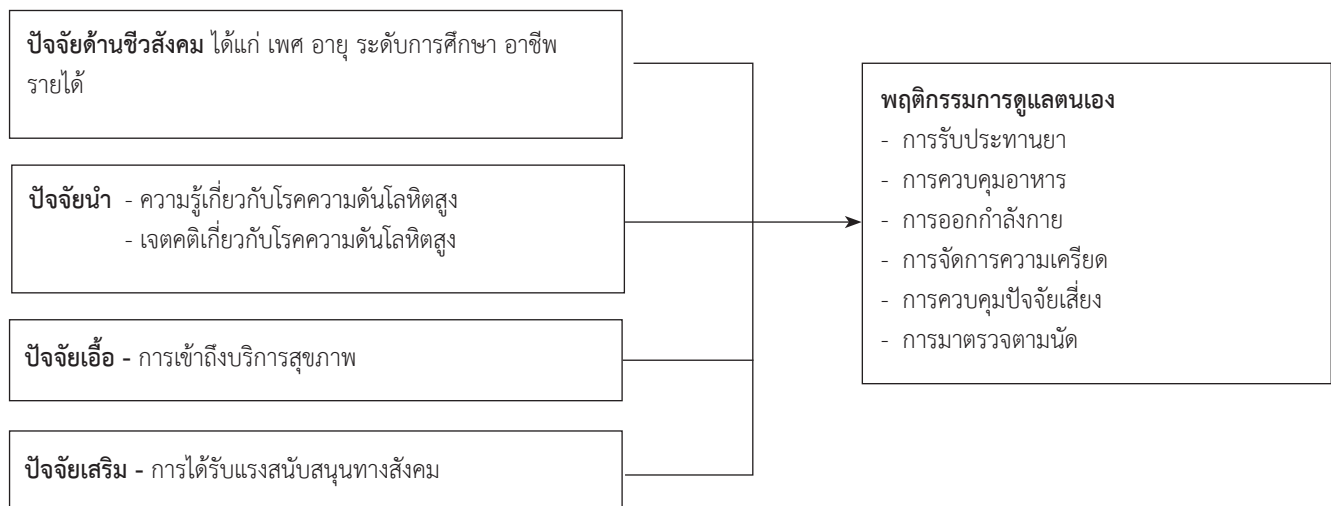
พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับใด

ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มีปัจจัยด้านชีวสังคม ปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมแตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันหรือไม่

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการศึกษา เป็นการศึกษเชิงพรรณนา (Descriptive Study) ศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ได้ศึกษา ได้แก่ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ และมารับการรักษาโรคความดันโลหิตสูงที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู จังหวัดบุรีรัมย์ ในปีงบประมาณ 2563 จำนวนทั้งสิ้น 518 คน และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยสูตรการคำนวณจากจำนวนประชากรได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 225 คน โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าศึกษาดังนี้

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำกรอบแนวคิดทฤษฎีในการวิเคราะห์สาเหตุพฤติกรรมโดยใช้ PRECEED Model เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมของบุคคลโดยเชื่อว่าปัจจัยด้านชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และเจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การเข้าถึงบริการสุขภาพ และปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงแตกต่างกัน ซึ่งพฤติกรรมการดูแลตนเองประกอบด้วย การรับประทานยา การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด การควบคุมปัจจัยเสี่ยงและการมาตรวจตามนัด

1. เป็นผู้ป่วยที่มาใช้บริการ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโกรกขี้หนู ตำบลชุมเห็ด อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์

2. เป็นผู้ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง

3. เป็นผู้นิยมนำเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้
กลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) โดยจับฉลากชื่อผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มาใช้บริการในแต่ละวัน เก็บข้อมูลระหว่างเดือนมกราคม-กุมภาพันธ์ 2564

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ใช้แบบสอบถามซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาด้านเอกสารวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบบสอบถามประกอบด้วย 6 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคม จำนวน 7 ข้อ เป็นมาตราประมาณค่า 3 ระดับ คือ มาก ปานกลาง และน้อย

ตอนที่ 3 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 16 ข้อ มีลักษณะการตอบว่า ใช่/ไม่ใช่และ ไม่ทราบ โดยเมื่อตอบถูกได้ 1 คะแนน และตอบผิดได้ 0 คะแนน

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 14 ข้อ เป็นข้อคำถามมาตราประมาณค่า 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ตอนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 30 ข้อ เป็นข้อคำถามมาตราประมาณค่า 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง และไม่ปฏิบัติ

ตอนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการเข้าถึงบริการสุขภาพ จำนวน 7 ข้อ เป็นมาตราประมาณค่า 3 ระดับ คือ มาก ปานกลาง และน้อย

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา และได้ปรับปรุงแบบสอบถาม แล้วนำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ที่มีความคล้ายคลึงกันกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โดยหาค่าความเชื่อมั่นแบบทดสอบความรู้ใช้สูตร KR.20 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.77 และแบบทดสอบวัดเจตคติ แรงสนับสนุนทางสังคม การเข้าถึงบริการสุขภาพและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.80

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง การวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบุรีรัมย์ เลขที่หนังสือรับรอง BRO 2020-21 ลงวันที่ 12 ตุลาคม 2563 ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายเหตุผลในการทำวิจัย ให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจ และมีความสมัครใจพร้อมทั้งลงนามเข้าร่วมโครงการวิจัย และตอบแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยระบุว่าข้อมูลทั้งหมดที่ได้จะเป็นความลับ กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะไม่ตอบแบบสอบถามได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำหนังสือราชการ

ขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ตามกำหนดวัน/เวลาที่ขออนุญาตดังนี้

1. สืบจากรายชื่อผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มาใช้บริการ

2. สุ่มตัวอย่างแบบง่ายโดยวิธีจับฉลากได้รายชื่อผู้ป่วยเป็นกลุ่มตัวอย่าง

3. อธิบายวัตถุประสงค์การวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจ และลงนามเข้าร่วมโครงการ

4. ให้ผู้ป่วยตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ในกรณี que ผู้ป่วยอ่านหนังสือไม่ได้หรืออ่านไม่คล่อง ผู้วิจัยจะช่วยอ่านข้อคำถามแล้วให้ผู้ป่วยเป็นคนเลือกคำตอบ

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปในการวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โดยการวิเคราะห์ปัจจัยด้านเพศด้วย t-test (Independent Sample t-test) และวิเคราะห์ปัจจัยเกี่ยวกับอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง เจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง การเข้าถึงบริการสุขภาพ และการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ด้วยสถิติ One-way Analysis of Variance (ANOVA)

ผลการวิจัย

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 225 คน มีแบบสอบถามที่สมบูรณ์นำมาวิเคราะห์ข้อมูลได้จำนวน 215 ชุด ผลการศึกษามีดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ข้อมูลปัจจัยชีวสังคมของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงถึงร้อยละ 65.1 และเป็นเพศชายถึงร้อยละ 34.9 มีอายุต่ำสุด 32 ปี และอายุสูงสุด 88 ปี อายุเฉลี่ยที่ 66.3 ปี โดยส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่มีอายุมากกว่า 61 ปีขึ้นไปร้อยละ 68.5 รองลงมาเป็นกลุ่มที่มีอายุ 40-60 ปี ร้อยละ 28.6 ระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 82.3 เป็นกลุ่มระดับอนุปริญญาและสูงกว่าเพียงร้อยละ 1.4 การประกอบอาชีพโดยส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างไม่ได้ประกอบอาชีพร้อยละ 41.4 รองลงมา คือ อาชีพเกษตรกร ร้อยละ 31.9 น้อยที่สุด คือ พนักงานบริษัทและราชการมีเพียงร้อยละ 1.9 รายได้ส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 1,000-4,999 บาท

ร้อยละ 39.7 รองลงมาคือ รายได้น้อยกว่า 1,000 บาท ร้อยละ 34.6 ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้มากกว่า 10,000 บาท ขึ้นไปมีจำนวนน้อยที่สุดเพียงร้อยละ 8.9 รายได้ต่ำสุดอยู่ที่ 500 บาท และรายได้สูงสุดอยู่ที่ 25,000 บาท รายได้เฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างนี้ คือ 4,547.31 บาท สถานภาพสมรส ส่วนใหญ่มีคู่สมรส ร้อยละ 72.1 รองลงมาเป็นหม้าย ร้อยละ 24.7 และโสด ร้อยละ 3.3

กลุ่มตัวอย่างนี้ส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มมีความรู้สูงเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงถึงร้อยละ 91.2 มีเจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 93.0 มีการเข้าถึงบริการสุขภาพในระดับมาร้อยละ 96.7 และได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับมากถึงร้อยละ 86.5

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

พฤติกรรม	$\bar{X}$	S.D	ผลประเมินพฤติกรรม
ด้านการรับประทานยา	2.71	0.25	ดี
ด้านการควบคุมอาหาร	2.22	0.29	ปานกลาง
ด้านการออกกำลังกาย	2.86	2.12	ดี
ด้านการจัดการความเครียด	2.68	0.36	ดี
ด้านการควบคุมปัจจัยเสี่ยง	2.53	0.63	ดี
ด้านการมาตรวจตามนัด	2.60	0.48	ดี
พฤติกรรมโดยรวม	2.56	0.19	ดี

จากตารางที่ 1 พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิต พบว่า พฤติกรรมการออกกำลังกาย มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{X} = 2.86$, S.D = 2.12) เมื่อพิจารณาโดยภาพรวมแล้ว พบว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีพฤติกรรมในระดับดี รองลงมาคือ พฤติกรรมการรับประทานยา ($\bar{X} = 2.71$, S.D = 0.25) และน้อยที่สุด คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.22$, S.D = 0.29)

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

ปัจจัย	พฤติกรรมการณ์การดูแลตนเองรวม 6 ด้าน		F-test	P-value
	$\bar{X}$	S.D		
ปัจจัยนำ				
1. ความรู้โรคความดันโลหิตสูง				
ความรู้สูง (ร้อยละ 80 ขึ้นไป)	2.57	0.19		
ความรู้ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	2.50	0.16	2.87	0.05
ความรู้น้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	2.37	0.20		
2. เจตคติโรคความดันโลหิตสูง				
เจตคติระดับสูง (3.68-5.00)	2.76	0.10		
เจตคติระดับปานกลาง (2.34-3.67)	2.57	0.18	1.01	0.36
เจตคติระดับน้อย (1.00-2.33)	2.56	0.19		
ปัจจัยเอื้อ				
การเข้าถึงบริการสุขภาพ				
การเข้าถึงบริการระดับมาก (2.34 – 3.00)	2.57	0.19		
การเข้าถึงบริการระดับปานกลาง (1.67-2.33)	2.39	0.25	2.71	0.06
การเข้าถึงบริการระดับน้อย (1.00-1.66)	-	-		

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง (ต่อ)

ปัจจัย	พฤติกรรม การดูแลตนเองรวม 6 ด้าน		F-test	P-value
	$\bar{X}$	S.D		
ปัจจัยเสริม				
แรงสนับสนุนทางสังคม				
ได้รับแรงสนับสนุนระดับมาก (2.34 – 3.00)	2.65	0.08	11.46	0.00*
ได้รับแรงสนับสนุนระดับปานกลาง (1.67-2.33)	2.58	0.19		
ได้รับแรงสนับสนุนระดับน้อย (1.00-1.66)	2.39	0.14		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างด้านปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง พบว่า

ปัจจัยนำ ประกอบด้วยความรู้และเจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ปัจจัยความรู้ พบว่า ผู้ที่มีความรู้สูงมีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่า ($\bar{X} = 2.57$, S.D = 0.19) ผู้ที่มีความรู้ต่ำ และความรู้ปานกลาง ส่วนปัจจัยด้านเจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง พบว่า ผู้ที่มีเจตคติในระดับสูงมีค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับที่สูงกว่าผู้ที่มีเจตคติระดับปานกลางและระดับน้อย เมื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของปัจจัยนำ พบว่า ปัจจัยด้านความรู้และเจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงมีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวม 6 ด้าน ไม่แตกต่างกัน

ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การเข้าถึงบริการสุขภาพ พบว่าผู้ที่มีการเข้าถึงบริการสุขภาพในระดับมากมีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงสูงกว่า ($\bar{X} = 2.57$, S.D = 0.19) กลุ่มที่มีการเข้าถึงบริการสุขภาพในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.39$, S.D = 0.25) และไม่มีผู้เข้าถึงบริการสุขภาพในระดับน้อย เมื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของปัจจัยเอื้อ พบว่า ปัจจัยเอื้อที่ต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงไม่แตกต่างกัน

ปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม พบว่าผู้ที่มีแรงสนับสนุนระดับมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง สูงกว่า ($\bar{X} = 2.65$, S.D = 0.08) กลุ่มที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง และระดับน้อย เมื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของปัจจัยเสริม พบว่าปัจจัยเสริมที่ต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

จากผลการศึกษาวิจัย พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง พฤติกรรมโดยรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.56$, S.D = 0.19) ซึ่งพฤติกรรมที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ พฤติกรรมการควบคุมอาหาร ได้แก่ การบริโภคอาหารที่มีคอเลสเตอรอลสูง กะทิและของมันของทอด การปรุงอาหารด้วยซุส และผงปรุงรสในปริมาณมากกว่า 1 ช้อนชา การบริโภคอาหารที่มีรสเค็มและอาหารที่มีไขมันสูง พฤติกรรมการบริโภคอาหารเหล่านี้จึงมีผลทำให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดีเท่าที่ควร ทั้งนี้เนื่องจากมาจากความเคยชินกับการบริโภคที่ต้องปรุงด้วยผงซุสและอาหารประเภทไขมันจะมีความอร่อย และมีรสชาติดี นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการรับประทานยาที่ไม่เหมาะสม คือ การหยุดรับประทานยาเอง เมื่อมีอาการเวียนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน ใจสั่น โดยไม่ปรึกษาแพทย์

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบปัจจัยชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

จากผลการศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านชีวสังคม ได้แก่ ปัจจัยด้านเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้และเจตคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การเข้าถึงบริการสุขภาพ และปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

ปัจจัยชีวิตสังคม ผลการวิจัย พบว่า ผู้ป่วยที่มีปัจจัยด้านเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยที่พบว่า ปัจจัยเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ ไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วย^{5,6,7} และขัดแย้งกับการศึกษาที่พบว่าปัจจัยด้านอายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และรายได้ มีผลต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ทั้งนี้เนื่องจากปัจจัยด้านเพศมีอิทธิพลต่อสุขภาพ และการเจ็บป่วยที่ต่างกันโดยเพศหญิงจะมีลักษณะนิสัย ในการสนใจดูแลตนเองมากกว่าเพศชาย คนที่อายุน้อย อายุระหว่าง 31-49 ปี มีพฤติกรรม การดูแลตนเองดีกว่าผู้ป่วย ที่มีอายุมากกว่า 60 ปี เนื่องจากช่วงอายุดังกล่าวเป็นวัยทำงาน ทำให้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความรู้กับเพื่อนร่วมงานและได้รับความรู้จากสื่อต่าง ๆ ได้รวดเร็วกว่าจึงทำให้สามารถนำความรู้ มาปฏิบัติและดูแลตัวเองได้ดีกว่ากลุ่มผู้ที่มีอายุมาก⁵ ส่วนระดับ การศึกษาจะเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญยิ่งต่อการพัฒนา ความรู้ส่งผลให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพ นอกจากนี้ยังพบว่ารายได้มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตด้านการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน และมีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

เนื่องจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มที่มีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน คือ เป็นกลุ่มเพศหญิงเป็น ส่วนใหญ่ มีอายุ 61 ปีขึ้นไป มีระดับการศึกษาจบชั้นประถมศึกษา อาชีพส่วนใหญ่เป็นบุคคลที่ไม่ได้ทำงาน มีรายได้ อยู่ระหว่าง 1,000-4,999 บาท โดยมีรายได้เฉลี่ย 4,547 บาท ดังนั้นเมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงจึงไม่พบ ความแตกต่างกันในทุกปัจจัย

ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้และเจตคติ เกี่ยวกับโรค ความดันโลหิตสูง ซึ่งปัจจัยความรู้เป็นปัจจัยที่สำคัญส่งผล ต่อพฤติกรรม การแสดงออกของพฤติกรรมสุขภาพ ทำให้ ความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การดูแลตนเองของบุคคล^{6,7} ส่วนเจตคติเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การดูแลตนเอง เพราะหากผู้ป่วยมีความรู้สึก ความคิดเห็น ความเชื่อในทางบวก ก็จะมีแนวโน้มในการปฏิบัติพฤติกรรมที่ตนเองว่าดี⁴ จากผล การวิจัย พบว่า กลุ่มผู้ป่วยที่มีระดับความรู้และเจตคติใน ระดับสูง ปานกลางและน้อย มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรม การดูแลตนเองอยู่ในระดับที่ใกล้เคียงกัน จึงทำให้เมื่อ

วิเคราะห์เปรียบเทียบปัจจัยด้านความรู้และเจตคติเกี่ยวกับ โรคความดันโลหิตสูงกับพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูงไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องจากลักษณะ กลุ่มตัวอย่างมีความคล้ายคลึงกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่ม ประชาชนในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริม สุขภาพตำบลโกรกขี้หนู มารับการตรวจรักษาที่โรงพยาบาล ในคลินิกเดียวกัน ซึ่งผู้ป่วยทุกรายที่มารับการตรวจรักษาที่คลินิก นี้จะได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ทุกอย่าง ย่อมส่งผลให้มีความรู้ความเข้าใจและเจตคติเกี่ยวกับ โรคความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับสูงที่ใกล้เคียงกัน ดังนั้นเมื่อ วิเคราะห์เปรียบเทียบปัจจัยด้านความรู้และเจตคติเกี่ยวกับ โรคความดันโลหิตสูง จึงไม่พบความแตกต่างกันเกี่ยวกับ พฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การเข้าถึงบริการสุขภาพ เป็นปัจจัยที่สำคัญและมีผลต่อพฤติกรรม การดูแล ตนเองของ บุคคลซึ่งการเข้าถึงบริการสุขภาพ หมายถึง การเข้าถึง แหล่งบริการสุขภาพ การได้รับข้อมูลข่าวสารความ สะดวก ในการมารับบริการและความสามารถจ่ายค่ารักษาพยาบาล สอดคล้องกับผลงานวิจัยที่ว่าผู้ที่มีการเข้าถึงบริการสุขภาพ จะมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การดูแลตนเองที่ดีกว่า^{4,6} สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้เป็นประชาชนในเขต ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โกรกขี้หนู ผู้ป่วยทุกคนมีที่พักอาศัยอยู่ใกล้เคียงและอยู่ติด กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแห่งนี้ ดังนั้นการมารับ บริการตรวจรักษาจึงเป็นไปอย่างสะดวก ผู้ป่วยสามารถเดินมา ได้เองหรือซื้อรถจักรยานยนต์มาได้เนื่องจากใกล้บ้าน อีกทั้งการ จ่ายค่ารักษาพยาบาลผู้ป่วยเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ จึงได้รับการรักษาฟรี และทุกครั้งที่มาใช้บริการผู้ป่วยทุกรายจะได้รับความรู้ เรื่องการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองทุกครั้ง จึงส่งผลให้ เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูงไม่แตกต่างกัน

ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม เป็นการที่บุคคลได้รับความรัก ความเอาใจใส่ ความช่วยเหลือ จากบุคคลใกล้ชิด ได้แก่ สามี ภรรยา ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน อสม.และบุคลากรทางการแพทย์ ผลงานวิจัยพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การดูแล ตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง^{4,6,7} สอดคล้องกับการวิจัย ครั้งนี้พบว่า ค่าเฉลี่ยของผู้ที่ได้แรงสนับสนุนทางสังคมระดับมาก มีพฤติกรรม การดูแลตนเองอยู่ในระดับดีกว่ากลุ่มอื่นๆ

และเมื่อเปรียบเทียบปัจจัยเสริมด้านการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ก็พบว่า มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การนำผลวิจัยไปใช้

1. จากการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง มีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง คือ รับประทานอาหารที่มีไขมันสูง กะทิ ของทอด และปรุงอาหารด้วยผงชูรส รวมทั้งปรุงรสด้วยน้ำปลามากกว่า 1 ช้อนชา ซึ่งส่งผลถึงการควบคุมระดับความดันโลหิต เจ้าหน้าที่ควรให้คำแนะนำเพิ่มเติมให้ผู้ป่วยได้ตระหนักถึงผลเสียของการปรุงอาหารด้วยผงชูรส ผงปรุงรส และบริโภคอาหารที่มีไขมันสูง ซึ่งมีผลต่อสุขภาพและระดับความดันโลหิต

2. ควรสนับสนุนให้ผู้ป่วยได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมอย่างต่อเนื่องในการปฏิบัติการดูแลตนเองด้านการรับประทานยา การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด การควบคุมปัจจัยเสี่ยงและการมาตรวจตามนัด โดยผู้ให้การสนับสนุนผู้ป่วยควรประกอบด้วย สามี ภรรยา บุตร ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน อสม. และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย

ควรมีการจัดทำโปรแกรมสุขศึกษาในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องและตระหนักถึงความสำคัญของการมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรมการควบคุมอาหารและควบคุมปัจจัยเสี่ยง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคเบาหวาน เนื่องจากเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่มีผู้ป่วยจำนวนมาก และผู้ป่วยมีความจำเป็นที่ต้องได้รับการส่งเสริมให้มีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องเหมาะสม

References

1. Strategy and Planning Division Office of the Permanent Secretary Ministry of Public Health 5 years (2017-2021). Srimuang Printing Co., Ltd. 2020; 1,1-52. (In Thai)
2. Grok-Khi-Noo Tambon Promotion Hospital. The Results of Health Status Survey of Hypertensive Patients in 2020. Grok-Khi-Noo Tambon Health Promotion Hospital, Amphur Mueng, Buriram Province. 2020. (In Thai)
3. Jenjob J, Chomson S. Factors related to Blood pressure control behaviors of Patients with essential Hypertension of Ban Keskasorn Sub-district health promotion Hospital Lankrabue District, Kamphaeng Phet Province. Journal of Naresuan research and innovation. 2018; 12, 721-734. (In Thai)
4. Ladapha RK, Jewpattanakul Y. Factors Related to Health Literacy Among High-Risk Hypertension Population in Bangkok. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2020; 21(3), 140-150. (In Thai)
5. Techajawijitcharu C. Health Literacy: A key Indicator towards Good Health Behavior and Health Outcomes. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2018; 19, 1-11. (In Thai)
6. Khammark S. Factors Related to Self-Care Behaviors among Patients with Hypertension of Nanglao Tambon Health Promotion Hospital, Amphur Satingphra, Sonkhla Province. Journal of Nursing and Public Health. 2016; 3(3), 153-169. (In Thai)
7. Worku KC, Asasahegn A, Hagos D, Ashenafi E, Tamene F, Addis G, et al. Knowledge on Hypertension and Self-Care Practice among Adult Hypertensive Patients at University of Gondar Comprehensive Specialized Hospital, Ethiopia 2019. International Journal of Hypertension. 2020; 1-7.