

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพและความดันโลหิตสูง
ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

ผู้เขียน นายศิริวัฒน์ วงศ์พุทศคำ

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ ดร. พิภู	บุญช่วง	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พวงพยอม	ปัญญา	กรรมการ

บทคัดย่อ

โรคความดันโลหิตสูงเป็นภาวะความเจ็บป่วยเรื้อรังที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้วยตนเองจึงเป็นสิ่งจำเป็น ในการควบคุมอาการของโรคการจัดการตนเองอย่างต่อเนื่องเป็นวิธีการหนึ่งส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพดังกล่าว การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพและความดันโลหิตสูงของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มารักษาที่คลินิกความดันโลหิตสูง แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลน่าน ระหว่างเดือนกรกฎาคมถึงเดือนธันวาคม พ.ศ. 2550 จำนวน 30 ราย แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 15 ราย กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับแผนการจัดการตนเอง เครื่องมือที่ใช้ในดำเนินการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 1) แผนการจัดการตนเองสำหรับผู้ป่วยความดันโลหิตสูง 2) คู่มือการจัดการตนเองสำหรับผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและแบบบันทึกพฤติกรรมสุขภาพด้วยตนเอง ได้รับการตรวจสอบเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 1) แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ทดสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .91 ทดสอบความเชื่อมั่นโดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ได้เท่ากับ .94 3) เครื่องวัดความดันโลหิต และ

4) แบบบันทึกความดันโลหิต วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่ไม่อิสระต่อกัน และสถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน

ผลการศึกษานี้พบว่า

1. ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มที่ได้รับการจัดการตนเองภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
2. ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มที่ได้รับการจัดการตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
3. ความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มที่ได้รับการจัดการตนเองภายหลังการทดลองลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
4. ความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการจัดการตนเองต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า การจัดการตนเองในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ผู้ป่วยสามารถปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพได้เหมาะสม และลดความดันโลหิตได้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะว่าควรนำการจัดการตนเองไปใช้เป็นแนวทางเพื่อควบคุมความดันโลหิตสำหรับผู้ป่วยความดันโลหิตสูงต่อไป

Thesis Title Effects of Self-management on Health Behaviors and Blood Pressure Among Hypertensive Patients

Author Mr. Siriwat Wongputtakham

Degree Master of Nursing Science (Adult Nursing)

Thesis Advisory Committee

Associate Professor Dr. Pikul Boonchuang	Chairperson
Assistant Professor Dr. Paungpayom Panya	Member

ABSTRACT

Hypertension is a chronic illness which can not be treated, therefore, health behaviors are necessary to control the illness. Self-management is one means to enhance health behaviors. This quasi-experimental study aimed to examine effects of self-management on health behaviors and blood pressure among hypertensive patients. Thirty subjects were purposively selected from patients attending the hypertensive clinic, out-patients department, Nan hospital, and were assigned into either a control or experimental group, 15 in each group. The subjects in the control group received routine care while those in the experimental group received the self-management plan. The research instruments consisted of: 1) The self-management plan for hypertensive patients, 2) handbook for self-management among hypertensive patients, including health behaviors recording form, which was validated by 5 experts. The instruments used for data collection consisted of: 1) Demographic data recording form, 2) health behaviors for hypertensive patients questionnaire, the content validity was tested by 5 experts was .91 and the reliability was tested by Pearson product-moment correlation coefficient and was .94, 3) mercury sphygmomanometer, and 4) blood pressure recording form. Data were analyzed by t-test for independent and dependent sample.

The results of this study revealed that:

1. Health behaviors mean score of hypertensive patients after receiving the self-management plan was significantly higher than that of before ($p < .001$).
2. Health behaviors mean score of hypertensive patients who received the self-management plan was significantly higher than those who did not ($p < .001$).
3. Blood pressure of the hypertensive patients who received the self-management plan had significantly decreased compared to before ($p < .001$).
4. Blood pressure of the hypertensive patients who received the self-management plan was significantly lower than those who did not ($P < .001$).

The results from this study indicate that the continuation of self-management results in appropriate health behaviors among hypertensive patients. Therefore, the application of self-management for blood pressure control is recommended.