

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในชมรมผู้สูงอายุตำบล บางนกแขวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม

นางสาวโชจิรัส พลไชยมาตย์¹
เสนห์ แสงเงิน²

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนามีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และหาความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในชมรมผู้สูงอายุตำบลบางนกแขวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงครามเป็นอย่างไร ประชากร คือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง อายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 597 คน คำนวณโดยใช้สูตร Yamane Taro และเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 10% เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง ได้กลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 262 คน คัดเลือกโดยการสุ่มตัวอย่างแบบ Systematic Random Sampling เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคล, ด้านความรู้, ด้านทัศนคติ, ปัจจัยเอื้อ, ปัจจัยเสริม, และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง นำไปทดลองใช้และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลวิจัยพบว่า ด้านความรู้มีค่าเฉลี่ยในระดับสูง ถึงร้อยละ 66.00 ($= 2.59$, S.D. = 0.61) ด้านทัศนคติมีค่าเฉลี่ยในระดับสูงถึงร้อยละ 52.30 ($= 2.52$, S.D. = 0.50) ปัจจัยเอื้อมีค่าเฉลี่ยในปานกลางร้อยละ 83.60 ($= 2.62$, S.D. = 0.31) ปัจจัยเสริมอยู่ในระดับสูงร้อยละ 76.00 ($= 2.52$, S.D. = 0.24) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีค่าเฉลี่ยในระดับระดับปานกลาง ถึงร้อยละ 63.70 ($= 1.97$, S.D. = 0.31) ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ด้านความรู้, ด้านทัศนคติและปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($r = 0.18$, p -value < 0.001, $r = 0.12$, p -value = 0.05 และ $r = 0.25$, p -value < 0.001 ตามลำดับ) แต่ปัจจัยเอื้อไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิต ($r = -0.07$, p -value = 0.29) ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย สถานพยาบาลและบุคลากรควรมีพัฒนาารูปแบบส่งเสริมกิจกรรมต่างๆในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โดยจัดให้มีโครงการหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับครอบครัว และสภาพแวดล้อม เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความตื่นตัวและตระหนักในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง

คำสำคัญ : พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ, โรคความดันโลหิตสูง, ผู้สูงอายุ

ABSTRACT

This descriptive research aimed to study predisposing factors, enabling factors, and reinforcing factors associated with health care behavior of hypertensive patients in the elderly club in bang nok khwaek sub-district, Bang Khonthi, Samut Songkhram. Population was 597 elderly people and the sample size calculating used Yamane Taro formula for 262 cases. Data were collected by questionnaires composed of 6 parts; personal characteristics, knowledge, attitude, enabling factors, reinforcing factors, and health care behavior of hypertensive patients. Try out testing reliability by Cronbach's coefficient alpha was 0.91, and statistic analyzed used Pearson's

¹สาขาวิชาบริหารสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

Product Moment Correlation Coefficient. The result showed that knowledge had mean score with high level 66.00% ($= 2.59$, S.D. = 0.61). Attitude had mean score with high level 90.67% 52.30 ($= 2.52$, S.D. = 0.50). Enabling factors had mean score with medium level 83.60% ($= 2.62$, S.D. = 0.31). Reinforcing factors had mean score with high level 76.00% ($= 2.52$, S.D. = 0.24). Health care behavior of hypertensive patients with medium level 63.70 ($= 1.97$, S.D. = 0.31). Association analyzed found that predisposing factors both knowledge, attitude and Reinforcing factors were positively associated with Health care behavior of hypertensive patients with significance at 0.05 ($r = 0.18$, p -value < 0.001 , $r = 0.12$, p -value = 0.05 and $r = 0.25$, p -value < 0.001 respectively). Suggestions from research Hospitals and personnel should develop a model to promote various activities in health care for hypertensive patients. By providing projects or activities suitable for families and the environment for the elderly to be alert and aware of behavioral changes in self-care

Keywords : Self-care Behaviors ,Hypertension, Elderly

บทนำ

สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย จากสถิติข้อมูลประชากรผู้สูงอายุ พบว่า ในปี พ.ศ.2559 มีจำนวนประชากรทั้งประเทศ จำนวน 66,413,979 คน โดยเป็นประชากรสูงอายุ จำนวน 10,225,322 คน คิดเป็นร้อยละ 15.45 ของประชากรทั้งหมด (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2561) ปัจจุบันโรคความดันโลหิตสูงถือเป็นปัญหาใหญ่ที่กำลังทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ สังเกตจากสถิติผู้เสียชีวิตจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ในปี พ.ศ. 2552 และที่สำคัญกว่านั้นคือ กว่า 80% เป็นประชากรของประเทศที่กำลังพัฒนาสำหรับประเทศไทย จากการสำรวจประชากรไทยวัยผู้ใหญ่ พบว่า 21.4% เป็นโรคความดันโลหิตสูง และพบว่าประเทศไทยมีภาวะจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในสัดส่วนที่สูงกว่านานาชาติ โดยสาเหตุของการเสียชีวิตถึง 300,000 กว่ารายในปี พ.ศ. 2552 หรือ คิดเป็น 73% ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ประเทศไทยมีสถิติการเสียชีวิตและผลกระทบจาก กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมากกว่าทั้งโลกซึ่งจากการสำรวจสุขภาพคนไทย พ.ศ. 2557 พบว่าผู้สูงอายุไทยในปี 2560 จะมีปัญหาเรื่องการเป็นโรคความดันเลือดสูงเพิ่มขึ้น และทวีความรุนแรงมากขึ้น (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2560) จังหวัดสมุทรสงครามมีผู้ป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น และพบมากในกลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งผู้ป่วยที่คุมความดันโลหิตไม่ได้ มักจะพบมีปัจจัยเสี่ยงคือภาวะอ้วน เนื่องจากมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง และขาดการดูแลรักษาอย่างต่อเนื่อง (สำนักการแพทย์เขตสุขภาพที่ 5 ,2561)ซึ่งโรคความดันโลหิตสูงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในกลุ่มผู้สูงอายุจำนวนมาก ซึ่งการควบคุมความดันโลหิตเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ป่วยจะต้องมีการดูแลตนเองโดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อการเพิ่มขึ้นของระดับความดันโลหิตให้เหมาะสม ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การรับประทานยา และการมาตรวจรักษาตามแพทย์นัดตั้งนั้น การศึกษาครั้งนี้จึงมีความสนใจศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในชมรมผู้สูงอายุตำบลบางนกแขวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงครามประยุกต์ใช้แบบจำลองการวางแผนส่งเสริมสุขภาพ (PRECEDE PROCEED Model) ของ Lawrence W. Green (1974) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อทราบพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อนำผลการศึกษามาเป็นแนวทางในการส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพ และเป็นแนวทางการให้คำปรึกษาที่สอดคล้องกับปัญหาที่แท้จริง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในชมรมผู้สูงอายุตำบลบางนกแขวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงครามเป็นอย่างไร
2. เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรค

ความดันโลหิตสูงในชมรมผู้สูงอายุตำบลบางนกแขวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงครามเป็นอย่างไร

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research Study)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรคือ ผู้ป่วยที่แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง ชมรมผู้สูงอายุ ตำบลบางนกแขวก ในพื้นที่ตำบลบางนกแขวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม จำนวน 597 คน ซึ่งสามารถสื่อความหมาย เข้าใจได้ ตอบแบบสอบถามได้ ไม่มีความพิการ หรือไม่เป็นอัมพาต และไม่มีโรคแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูง คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตร Yamane Taro และเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 10% เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง ได้กลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 262 คน เลือกรายชื่อผู้สูงอายุเป็นตัวแทนในการเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีการสุ่มแบบมีระบบ (Systematic Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้การเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถาม มีทั้งหมด 6 ส่วน ได้แก่แบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะส่วนบุคคล แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยนำด้านความรู้และด้านทัศนคติเกี่ยวกับโรคความดัน แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อต่อการเข้าถึงบริการสุขภาพ ปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลในครอบครัว เพื่อนบ้าน บุคลากรสาธารณสุข และสื่อต่างๆ และแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง

สถิติวิเคราะห์ ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) โดยใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ลักษณะส่วนบุคคลโดยใช้ Inferential Statistics โดยใช้ Chi-Square วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองและสถิติสัมพันธ์สหสัมพันธ์ด้วยวิธีการของ Pearson's Product moment correlation Coefficient วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

ผลการวิจัย

จากการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 184 คน คิดเป็นร้อยละ 70.20 มีอายุเฉลี่ยระหว่าง 70-79 ปี จำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 46.90 มีสถานภาพสมรส จำนวน 231 คน คิดเป็นร้อยละ 88.20 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 76.30 มีอาชีพค้าขาย/ทำธุรกิจส่วนตัว จำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 42.7 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ระหว่าง 5,000 - 10,000 บาทต่อเดือน จำนวน 225 คน คิดเป็นร้อยละ 85.90 ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับสูงร้อยละ 66.00 ($= 2.59, S.D. = 0.61$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่าข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง อาหารทอด อาหารที่มีกะทิ ทำให้มีโอกาสเกิดโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 93.90 ในด้านทัศนคติอยู่ในระดับสูงถึงร้อยละ 52.30 ($= 2.52, S.D. = 0.50$) ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ถ้าปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของแพทย์จะลดภาวะแทรกซ้อนได้ ($= 2.74, S.D. = 0.50$) ปัจจัยเอื้อต่อการเข้าถึงบริการสุขภาพ พบว่าอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 83.60 ($= 2.62, S.D. = 0.31$) ปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลในครอบครัว เพื่อนบ้าน บุคลากรสาธารณสุข และสื่อต่างๆพบว่า ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคลากรสาธารณสุข และสื่อต่างๆมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($= 2.81, S.D. = 0.42$) รองลงมาคือด้านแรงสนับสนุนจากเพื่อนบ้านและแรงสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว ($= 2.53, S.D. = 0.66, = 2.37, S.D. = 0.56$) ตามลำดับ ในส่วนของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยอยู่ระดับปานกลาง ร้อยละ 63.70 คะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 1.97 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.31 เมื่อพิจารณาข้อคำถามรายด้านพบว่าด้านการรับประทานอาหาร ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ไม่เติมน้ำปลา เกลือซอส ในอาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว ($= 2.19, S.D. = 0.57$) ด้านการออกกำลังกาย พบว่ามีการอบอุ่นร่างกายก่อนการออกกำลังกาย ($= 2.51, S.D. = 0.64$) ด้านการจัดการความเครียด พบว่า ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือเมื่อเกิดความเครียด มีปัญหาไม่สบายใจ ท่านจะพูดคุยหรือปรึกษาบุคคลที่ไว้ใจ ($= 2.83, S.D. = 0.41$) และ ด้านการรับประทานยาและการมาตรวจรักษาตามแพทย์นัด พบว่า ไม่ซื้อยาความดันมารับประทานเอง ($= 2.61, S.D. = 0.71$) เมื่อพิจารณาปัจจัยนำพบว่า เพศ

โรคประจำตัว และอาชีพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง($X^2 = 1.36$, p -value = 0.05, $X^2 = 10.11$, p -value = 0.01, $X^2 = 30.39$, p -value < 0.001) ตามลำดับ

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในชมรมผู้สูงอายุตำบลบางนกแขวก อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม

(n=262)

ปัจจัย	พฤติกรรมการออกกำลังกาย		
	r	p	ระดับความสัมพันธ์
ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง	0.18	<0.001	มีความสัมพันธ์ทางบวก
ปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง	0.12	0.05*	มีความสัมพันธ์ทางบวก
ปัจจัยเอื้อด้านการเข้าถึงบริการสุขภาพ	0.07	0.29	ไม่มีความสัมพันธ์
ปัจจัยเสริม	0.25	<0.001	มีความสัมพันธ์ทางบวก
การได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว	0.34	0.05	มีความสัมพันธ์ทางบวก
การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนบ้าน	0.37	<0.001	มีความสัมพันธ์ทางบวก
การได้รับการสนับสนุนจากบุคลากรสาธารณสุขและสื่อต่างๆ	0.36	<0.001	มีความสัมพันธ์ทางบวก

จากตารางที่ 1 พบว่า ปัจจัยนำด้านความรู้, ด้านทัศนคติและปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($r = 0.18$, p -value < 0.001, $r = 0.12$, p -value = 0.05 และ $r = 0.25$, p -value < 0.001 ตามลำดับ) แต่ปัจจัยเอื้อไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิต ($r = -0.07$, p -value = 0.29)

สรุปและอภิปรายผล

ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง พบว่า เพศ โรคประจำตัว และอาชีพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ส่วนปัจจัยส่วนบุคคลด้าน อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ไม่มีความสัมพันธ์ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง เป็นการปฏิเสธสมมติฐานข้อที่ 1 อภิปรายได้ว่า ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายที่มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองอยู่เสมอ สามารถสร้างความตระหนักในการดูแลสุขภาพเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงได้มากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับกัลยารัตน์ แก้ววันดี, วราภรณ์ ศิริสว่าง, จิตติมา กตัญญู.(2558) พบว่า อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่างปัจจัยนำด้านความรู้และทัศนคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในผู้สูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาของ เนตรดาว โสภิกุล (2557) ที่พบว่าความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน และสอดคล้องกับเนาวรัตน์ จันทานนท์, บุษราคม สิงห์ชัย และ วิวัฒน์ วรวงษ์.(2554) พบว่าระดับความเชื่อของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 สำหรับปัจจัยเอื้อด้านการเข้าถึงบริการสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงไม่มีความสัมพันธ์ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงซึ่งแนวคิดทฤษฎี PRECEDE Framework ปัจจัยเอื้อ คือ สิ่งที่มีเอื้ออำนวยให้บุคคลมีการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพได้ง่าย ซึ่งอาจจะบุคคลหรือองค์กรสอดคล้องกับ จุฑารัตน์ ทิพย์ญาณ.(2554) ที่พบว่า ปัจจัยด้านการเข้าถึงสถานบริการด้านสุขภาพไม่มีความสัมพันธ์ต่อการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลในครอบครัว เพื่อนบ้าน บุคลากรสาธารณสุข และสื่อต่างๆมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรม

การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งการสนับสนุนจากสังคม และการให้กำลังใจจากบุคคลในครอบครัว บุคลากรสาธารณสุข เพื่อเป็นแรงขับในการแสดงพฤติกรรมสุขภาพวัยเริ่ม นมรีกซ์ และคณะ (2561)พบว่า ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุภาวะน้ำหนักเกิน

ข้อเสนอแนะ

ควรศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องของปัญหาและอุปสรรคของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค อีกทั้งยังควรมีการศึกษาพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองเปรียบ เทียบในกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในเขตเมืองกับผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตชนบทและการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่คาดว่าจะมีผลต่อ พฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ เช่น แรงจูงใจภายใน สภาวะการเจ็บป่วย การสูญเสีย ความคาดหวัง เป็นต้น

บรรณานุกรม

- สุภาพร พูลเพิ่ม.(2554).ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในเขตตำบลชีเหล็ก อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี. วารสารวิชาการวิทยาลัยนครราชสีมา. ปีที่ 5 (ฉบับที่ 2) หน้า 49-54
- เนตรดาว โสภิกุล.(2557).ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้ สูงอายุในชุมชน ตำบลบึงสาร อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี. ปีที่ 6 (ฉบับที่ 3), หน้า 171-178
- จตุรรัตน์ ทิพย์ญาณ.(2554).การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง อำเภอ نابอน จังหวัดนครศรีธรรมราช.วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- กัลยารัตน์ แก้ววันดี.(2558). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของ ของประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองยวง อำเภอเวียงหนอง ล่อง.วิทยานิพนธ์ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตร มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- เรียม นมรีกซ์.(2561).การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสมาชิกชมรมแอโรบิก อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม.วิทยานิพนธ์ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตร มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2561). สถานการณ์ผู้สูงอายุ ค้นเมื่อ [10 มกราคม 2562] จาก [http://www.nso.go.th/]
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2560). ลดปัจจัยเสี่ยงโรคเรื้อรัง NCD ค้นเมื่อ [15 มกราคม 2562] จาก[https://www.thaihealth.or.th/Books/540/]
- Bloom BS. (1968). Mastery learning. UCLA – CSEIP Evaluation Comment. Los Angeles: University of California at Los Angeles.
- Green L, Kreuter M. (2005). Health program planning: An educational and ecological approach. 4th Edition. New York: McGraw Hill.
- Supaporn Pulpong. (2011). Factors affecting self-care behaviors of hypertensive patients in Khilek Subdistrict, Mueang , Ubon Ratchathani. Academic Journal of Nakhon Ratchasima College. Year 5 (Issue 2), Page 49-54
- Netdao Sorapakul. (2014). Factors related to health promotion behaviors of people Elderly in the community of Bueng San Sub-district, Ongkharak Nakhon Nayok . Academic Journal, Pathum Thani University. Year 6 (Issue 3), Page 171-178
- Jutarat Thipyanan (2011). Perception of self-care ability of hypertensive patients in Na Bon , Nakhon

Si Thammarat . Master of Science Thesis. Health System Management Branch Thaksin University.

Kanlayarat Kaewwande (2015). The relationship between personal factors and self-care behaviors of hypertensive people at Nong Yuang Subdistrict Health Promoting Hospital Wiang Nong Long . Thesis Master of Public Health Program, Chiang Mai Rajabhat University

Ream Nomrak. (2561). The study of factors affecting weight control behavior of members of Aerobic Club, Muang , Nakhon Pathom. Thesis Master of Public Health Program, Silpakorn University.

National Statistical Office (2018). Situation of the elderly at [10 January 2019] from [<http://www.nso.go.th/>]

Department of Health. (2017). Reducing chronic disease risk factors. NCD at [15 January 2019] from [<https://www.thaihealth.or.th/Books/540/>]