

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของผู้ที่มีความดันโลหิตสูง
ระยะเริ่มต้นในจังหวัดสมุทรสงคราม

อุไรพร คล้าฉิม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรการพยาบาลมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

พฤษภาคม 2554

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ดร.ชนัญชิตาคุณฤทิ์ ทูลศิริ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนิ์ สรรเสริญ
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่กรุณาให้คำปรึกษาและแนะนำแนวทางที่ถูกต้อง ตลอดจนแก้ไข
ข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความละเอียดและเอาใจใส่ด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง
จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่าน ที่กรุณาให้ความรู้
ให้คำปรึกษา ตรวจสอบแก้ไขและวิจารณ์ผลงาน รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะทำให้งานวิจัยมีความ
สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบ
และให้คำแนะนำในการแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยให้มีคุณภาพ นอกจากนี้ขอขอบพระคุณ
เจ้าหน้าที่สาธารณสุขระดับอำเภอ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขระดับตำบล และอาสาสมัครสาธารณสุข
ทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยเป็นอย่างดี ทำให้วิทยานิพนธ์
ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

ขอขอบพระคุณ ครอบครัว พี่ น้อง เพื่อน ๆ และเพื่อนร่วมงาน ที่เป็นกำลังใจ และให้
การสนับสนุนผู้วิจัยเสมอมา

คุณค่าและประโยชน์ของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตัญญูกตเวทิตาแด่
บุพการี บุรพจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านทั้งในอดีตและปัจจุบัน ที่ทำให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มี
การศึกษาและประสบความสำเร็จมาตราบทุกวันนี้

อุไรพร คำจำนัม

51924220: สาขาวิชา: การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน; พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คำสำคัญ: พฤติกรรมการป้องกันโรค/ ความดันโลหิตสูง/ ความดันโลหิตสูงระยะเริ่มต้น

อุไรพร คล้าฉิม: ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระยะเริ่มต้นในจังหวัดสมุทรสงคราม (FACTORS RELATED TO HYPERTENSIVE PROTECTION BEHAVIORS OF PEOPLE WITH PREHYPERTENSION IN SAMUT SONGKHRAM PROVINCE) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ชนัญชิตาคุณฎี ทูลศิริ, ปร.ด., รัชณี สรรเสริญ, Ph.D., 117 หน้า. ปี พ.ศ.2554

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระยะเริ่มต้นในจังหวัดสมุทรสงคราม กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระยะเริ่มต้น ทั้งเพศชายและเพศหญิง อายุ 35- 59 ปี จำนวน 365 คน กลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสัมภาษณ์ ประกอบด้วย 1) แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบประเมินอันตรายต่อสุขภาพ 3) แบบประเมินการเผชิญปัญหาต่อโรคความดันโลหิตสูง และ 4) แบบประเมินพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาด้วยกราฟแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งด้านการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การควบคุมน้ำหนัก การผ่อนคลายความเครียด และการควบคุมการดื่มสุรา ส่วนการควบคุมการสูบบุหรี่มีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับไม่ดี จากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ พบว่าการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .130, p < .05$) ส่วนค่าดัชนีมวลกายไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ($r = -.07, p > .05$) สำหรับการประเมินอันตรายต่อสุขภาพและการประเมินการเผชิญปัญหามีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .421, p < .01$ และ $r = .553, p < .01$ ตามลำดับ)

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ควรมีการเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงในกลุ่มผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระยะเริ่มต้น ทั้งด้านการประเมินอันตรายต่อสุขภาพ และการประเมินการเผชิญปัญหา เพื่อเสริมสร้างความสามารถของตนเองนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและควบคุมระดับความดันโลหิตตั้งแต่ระยะเริ่มต้น โดยพยาบาลชุมชนเป็นผู้ให้การสนับสนุน ให้กำลังใจ ประเมินภาวะสุขภาพ และคัดกรองความเสี่ยงอย่างต่อเนื่อง

51924220: MAJOR: COMMUNITY NURSE PRACTITIONER; M.N.S. (COMMUNITY NURSE PRACTITIONER

KEYWORDS: PREVENTIVE HEALTH BEHAVIORS/ HYPERTENSION/ PREHYPERTENSION
 URAIPORN KLUMCHIM: FACTORS RELATED TO HYPERTENSIVE PROTECTION
 BEHAVIORS OF PEOPLE WITH PREHYPERTENSION IN SAMUT SONGKHRAM PROVINCE.
 ADVISORY COMMITTEE: CHANANDCHIDADUSSADEE TOONSIRI, Ph.D., RACHANEE
 SUNSERN, Ph.D. 117 P. 2011.

The purpose of this research was to determine factors related to hypertensive protection behaviors of people with prehypertension in Samut Songkhram Province. The 365 prehypertension samples were male and female, aged between 35-59 years, and randomly selected through a multistage sampling technique. Research instruments included 1) personal information 2) the assessment of threat appraisal 3) an assessment of coping response to hypertension and 4) evaluation of hypertension protection behavior. Statistics used for analyzing the data were frequency, percentage, mean, standard deviation and the Pearson's Product Moment Correlation Coefficient.

The findings of this research revealed that most of the hypertensive protection behaviors in people with prehypertension were rated at the moderate level in diet control, physical activity, they maintained a healthy weight, enjoyed relaxation, consumed moderate amounts of alcohol; however, hypertensive protection behaviors of smoking control were rated at the low level. Regarding the correlation analysis, it was found that education had positive relations with the hypertensive protection behaviors at the low level with statistical significance at .05 level ($r = .130, p < .05$); whereas, BMI (body mass index) did not have any relations with hypertensive protection behaviors ($r = -.07, p > .05$). It also revealed that both of the threat appraisal and the assessment of the coping response to hypertension had positive relations with the hypertensive protection behaviors at the moderate level with statistical significance at .01 level ($r = .421, p < .01$ and $r = .553, p < .01$, respectively).

The research findings also showed that there should be enhancement of the knowledge about the prevention of hypertension in people with prehypertension in the aspects of both threat appraisal and assessment of coping response to hypertension in order to strengthen their own ability which would lead to the behavior modifications and the early control of blood pressure. To achieve this, the community nurses should give them encouragement, support, health status assessment and continuous screening of the risk.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	6
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
สมมติฐานของการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	11
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	13
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับความดันโลหิตสูง.....	13
แนวทางการป้องกันและควบคุมโรคความดันโลหิตสูง.....	23
พฤติกรรมในการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง.....	26
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันโรค.....	43
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมในการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง.....	45
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	52
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	52
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	56
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ.....	60
การรวบรวมข้อมูล.....	62

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย	
การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง.....	62
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	63
4 ผลการวิจัย.....	64
ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล.....	64
ส่วนที่ 2 การประเมินอันตรายต่อสุขภาพ.....	68
ส่วนที่ 3 การเผชิญปัญหาต่อโรคความดันโลหิตสูง.....	69
ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง.....	70
ส่วนที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคล การประเมินอันตรายต่อสุขภาพ การเผชิญปัญหาต่อโรคความดันโลหิตสูงกับพฤติกรรมการป้องกัน โรคความดันโลหิตสูง.....	72
5 สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	74
สรุปผลการวิจัย.....	75
อภิปรายผลการวิจัย.....	76
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	82
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป.....	83
บรรณานุกรม.....	84
ภาคผนวก.....	96
ภาคผนวก ก	97
ภาคผนวก ข	99
ภาคผนวก ค	101
ภาคผนวก ง	105
ภาคผนวก จ	111
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	117

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 การจำแนกระดับความดันโลหิตในผู้ที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป.....	16
2 การเปรียบเทียบค่าความรุนแรงของโรคความดันโลหิตสูง ระหว่าง WHO และ JNC VII.....	17
3 การแบ่งกลุ่มเสี่ยงตามผลการวัดความดันโลหิตตามมาตรฐาน.....	22
4 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพื้นที่ที่ใช้ในการศึกษา.....	55
5 จำนวนและร้อยละของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระยะเริ่มต้น จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพและรายได้.....	64
6 จำนวนและร้อยละของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระยะเริ่มต้น จำแนกตาม ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับโรคความดันโลหิตสูง	66
7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้การประเมินอันตรายต่อ สุขภาพ (การรับรู้ความรุนแรงของโรคความดันโลหิตสูงและการรับรู้โอกาสเสี่ยง ต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง) จำแนกตามรายด้าน.....	68
8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้การเผชิญปัญหาต่อ โรคความดันโลหิตสูง (ความคาดหวังถึงผลของพฤติกรรมการป้องกัน โรคความดันโลหิตสูงและความคาดหวังความสามารถของตนเองในการป้องกัน โรคความดันโลหิตสูง) จำแนกตามรายด้าน.....	69
9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการป้องกัน โรคความดันโลหิตสูงจำแนกตามรายด้านและรายข้อ.....	70
10 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคล การประเมินอันตรายต่อสุขภาพ การเผชิญปัญหาต่อโรคความดันโลหิตสูง กับพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของผู้ที่มีความดันโลหิตสูง ระยะเริ่มต้น.....	72

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	12
2 กรอบแนวคิดทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค.....	44
3 ขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	54