

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

Factors Affecting Eating Behaviors among Hypertensive Patients

อัมภากร หาญณรงค์, พย.ม.¹ Ampakorn Hanarong, M.N.S.

ชนัญชิตาคุชฎี ทูลศิริ, ปร.ด.^{2,*} Chanandchidadussadee Toonsiri, Ph.D.

สมสมัย รัตนกรีกากุล, ส.ด.² Somsamai Rattanagreethakul, Dr.P.H.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในเขตอำเภอตำบลจันทน์ จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งได้มาด้วยการสุ่มแบบกลุ่ม จำนวน 109 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์ความรู้เรื่องการบริโภคอาหาร แบบสัมภาษณ์การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความรุนแรงของโรคความดันโลหิตสูง แบบสัมภาษณ์การรับรู้ประโยชน์ของการบริโภคอาหาร แบบสัมภาษณ์การรับรู้อุปสรรคของการบริโภคอาหาร และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ ถึง เดือนมีนาคม พ.ศ 2559 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา และสถิติสมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่างโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี ($M = 92.86$, $SD = 15.53$) และปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ การรับรู้อุปสรรคของการบริโภคอาหารเฉพาะโรคความดันโลหิตสูง ($\beta = -.510$) และความรู้เรื่องการบริโภคอาหาร ($\beta = .236$) โดยสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้ร้อยละ 41.1 ($R^2 = .411$, $p < .001$) จากผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะว่าพยาบาลและบุคลากรสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องควรนำผลวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรม/โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม และคงอยู่อย่าง

ยั่งยืนในกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงเพื่อให้มีภาวะสุขภาพที่ดีในระยะยาว โดยเน้นเรื่องการรับรู้อุปสรรคของการบริโภคอาหารเฉพาะโรคความดันโลหิตสูง และให้ความรู้เรื่องการบริโภคอาหาร

คำสำคัญ: ปัจจัยทำนาย พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

Abstract

The purpose of this research was to identify factors predicting eating behaviors among hypertensive patients. A cluster random sampling method was used to recruit the sample of 109 hypertensive patients in Dankhunted district, Nakhonrachasima province. Research instruments included a demographic data, knowledge, perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, and eating behaviors questionnaires. Data collection took place from February to March, 2016. Data were analyzed by using descriptive statistics and Stepwise multiple regression analysis.

The results revealed that the sample had the mean score of eating behaviors at a good level ($M = 92.86$, $SD = 15.53$). The significant predictors of eating behaviors were perceived barriers ($\beta = -.510$) and knowledge ($\beta = .236$).

¹ พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกุดพิमान ต.กุดพิमान อ.ตำบลจันทน์ จ.นครราชสีมา

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

* ผู้เขียนหลัก (Corresponding author) e-mail: stoonsiri@hotmail.com

The model explained 41.1 % of variance. These findings suggest that nurses and related health care providers could apply these study results to develop activities/ programs to promote proper eating behaviors and sustainable among hypertensive patients for good health status in long term. The program should focus on perceived barriers and knowledge.

Key words: Predictive factors, eating behaviors, hypertensive patients

ความสำคัญของปัญหา

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคเรื้อรังและเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้วและประเทศที่กำลังพัฒนา และเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตของประชากรทั่วโลก และคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2568 ประชากรวัยผู้ใหญ่ทั่วโลกจะป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงประมาณ 1.5 พันล้านคน (World Health Organization [WHO], 2013) สำหรับประเทศไทยโรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาด้านสาธารณสุขของประชากรไทยมากที่สุด จากสถิติผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงของกระทรวงสาธารณสุข ปี พ.ศ. 2557 พบว่าในรอบ 8 ปี ที่ผ่านมามีผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ต้องนอนรักษาในโรงพยาบาลเพิ่มขึ้น โดยเพิ่มขึ้นจาก 964.29 ต่อแสนประชากรในปี พ.ศ. 2550 เป็น 1,411.78 ต่อแสนประชากรในปี พ.ศ. 2557 (สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข, 2558) จากการสำรวจของสำนักสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา เกี่ยวกับการเข้ารับการรักษาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงย้อนหลังตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548-2556 พบว่า มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2550 ซึ่งมีผู้ป่วยเข้ารับการรักษาเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในปี พ.ศ. 2556 พบว่ามีอัตราผู้ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงเท่ากับ 3,457.96 ต่อแสนประชากร (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข, 2556)

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่ก่อให้เกิดความผิดปกติในอวัยวะหลายระบบไม่เพียงแต่ระดับความดันโลหิตเท่านั้น ในผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูงเรื้อรังจะทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนทางระบบหัวใจและหลอดเลือดตลอดจน

อวัยวะอื่น ๆ ที่สำคัญ (จักรพันธ์ ชัยพรหมประสิทธิ์, 2550) โรคความดันโลหิตสูงส่วนใหญ่ร้อยละ 90-95 เกิดขึ้นโดยไม่ทราบสาเหตุ ปัจจัยที่ทำให้ไม่สามารถควบคุมภาวะความดันโลหิตได้มาจากหลายปัจจัย โดยเฉพาะปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคล ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม การบริโภคเกลือในปริมาณสูง รับประทานอาหารไขมันอิ่มตัวสูง มีแคลเซียมและโปแตสเซียมปริมาณน้อย การดื่มแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ การมีน้ำหนักตัวเกิน ขาดการออกกำลังกาย และความเครียด (WHO, 2006) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่เหมาะสมจะสามารถลดความดันโลหิตและลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน การที่ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จะสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้นั้น ควรต้องมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่เหมาะสม ซึ่งพฤติกรรมหนึ่งที่มีความสำคัญและสามารถทำให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้นั้นคือ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร อาหารสำหรับผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงประกอบด้วย อาหารที่มีไขมันและโคเลสเตอรอลต่ำ รับประทานผัก ผลไม้ในปริมาณมากขึ้น ลดปริมาณเนื้อสัตว์ ลดอาหารเค็ม จำกัดเกลือแร่ในอาหาร ซึ่งจะสามารถลดระดับความดันซิสโตลิกลงได้ 2-8 มิลลิเมตรปรอท (Joint National Committee [JNC], 2003)

สำหรับตำบลกุดพิมาน อำเภอด่านขุนทด จังหวัดนครราชสีมา มีผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง 472 ราย คิดเป็น 4,710 ต่อแสนประชากร ในจำนวนนี้มีผู้ป่วยที่ควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในระดับปกติไม่ได้จำนวน 323 ราย คิดเป็นร้อยละ 68.43 (คลินิกโรคเรื้อรัง โรงพยาบาลด่านขุนทด, 2557) และมีภาวะแทรกซ้อนเกิดขึ้น การที่ผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมความดันโลหิตได้ สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่เหมาะสม โดยเฉพาะพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ประชาชนในพื้นที่มีวัฒนธรรมการบริโภคอาหารเป็นอาหารพื้นบ้านที่ค่อนข้างมีรสเค็มและเป็นอาหารที่ใช้เกลือในการถนอมอาหาร เช่น ปลาร้า ปลาจ่อม เป็นต้น เนื่องจากหาซื้อได้ง่ายและราคาถูก จากการศึกษาของ วราพร ศรีแก้ว (2554) ที่ได้ศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลด่านขุนทด พบว่า ผู้ป่วยมีพฤติกรรม