

บทความวิจัย

ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการป้องกันความดันโลหิตสูงในกลุ่มประชาชนที่มี ภาวะก่อนเป็นโรคความดันโลหิตสูง

Predictive Factors of Hypertension Preventive Behaviors among People with Pre-hypertension

นุจรี อ่อนสีน้อย¹ ยวดี ลีลัคณาวิระ^{2*} ชัญญชิตาดุษฎี ทูลศิริ²
Nootjaree Onsrinoi¹ Yuwadee Leelukkanaveera^{2*} Chananchidadussadee Toonsiri²

¹โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองเหียง อำเภอพนสนธิคม จังหวัดชลบุรี

¹Nongheang health promotion hospital, Phanatnikhom district, Chonvuri province

²สาขาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

²Community nursing, Faculty of Nursing, Burapha University, Muang District, Chonburi province

*Corresponding author: yuwadeel@buu.ac.th

บทคัดย่อ

โรคความดันโลหิตสูง นับเป็นหนึ่งในปัญหาสาธารณสุขสำคัญที่กำลังคุกคามโลก และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นโรคเรื้อรังที่เปรียบเสมือนเพชรฆาตเงียบที่คร่าชีวิตคนจำนวนมากแบบไม่รู้ตัว การศึกษาวิจัยเชิงพยากรณ์ (predictive research) ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง และปัจจัยทำนายพฤติกรรมการป้องกันความดันโลหิตสูงในกลุ่มประชาชนที่มีภาวะก่อนเป็นโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ประชาชนที่มีค่าความดันโลหิตอยู่ระหว่าง 120-129/80-89 มิลลิเมตรปรอท จากการตรวจคัดกรองโรคในชุมชนในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา ในเขตอำเภอพนสนธิคม จังหวัดชลบุรี จำนวน 257 คน ซึ่งได้มาด้วยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ ข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง แบบสัมภาษณ์เจตคติต่อโรค และพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง แบบสัมภาษณ์การรับรู้แหล่งประโยชน์ในชุมชน แบบสัมภาษณ์การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการป้องกันภาวะความดันโลหิตสูง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และสถิติถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 2.59$, $SD = 0.29$) ปัจจัยที่สามารถทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด คือ เพศหญิง ($\beta = 0.353$) รองลงมาคือ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta = 0.281$) และความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ($\beta = 0.189$) โดยสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของประชาชนที่มีภาวะก่อนเป็นโรคความดันโลหิตสูงได้ ร้อยละ 27.6 ($R^2 = 0.276$, $p < 0.01$)

จากผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะว่า พยาบาลและบุคลากรด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้อง ควรนำผลการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรม/โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงในประชาชนที่มีภาวะก่อนเป็นโรคความดันโลหิตสูง โดยเฉพาะเพศชาย โดยเน้นการสนับสนุนทางสังคม และการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง

คำสำคัญ: ปัจจัย; พฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง; ภาวะก่อนเป็นโรคความดันโลหิตสูง

Abstract

Hypertension is one of the major public health problems that threatens the world and is increasing steadily. It is a chronic disease like a silent killer that kills many people without warning signs or symptoms. This correlational predictive research aim to reveal the hypertension preventive behaviors of people with pre-hypertension and to identify the factors predicting of them. The participants were 257 registered persons with their blood pressure of 120-129/80-89 mmHg when screening tested in their community at the last 6 month ago in Phanat Nikhom District, Chon Buri Province based on multistage sampling method. The research instruments were a demographic data, knowledge, attitude, perceived of resource agency, social support, and hypertension preventive behaviors questionnaires. Data was analyzed by using descriptive statistics and the Stepwise multiple regression analysis.

The results revealed that the hypertension preventive behaviors of the sample was at a moderate level ($M = 2.59$, $SD = 0.29$). The significant predictors of hypertension preventive behaviors were female gender ($\beta = 0.353$), social support ($\beta = 0.281$), and knowledge ($\beta = 0.189$) and could explained the variance of hypertension preventive behaviors among pre-hypertension by 27.6% ($R^2 = 0.276$, $p < 0.01$).

These findings suggest that nurses and other health care providers should apply these study results to develop activities or programs to promote hypertension preventive behavior among people with pre-hypertension especially male by focusing on social support and knowledge of hypertension.

Keywords: factor; hypertension prevention behavior; people with pre-hypertension

ความเป็นมาของปัญหา

ปัจจุบันปัญหาสุขภาพของประชากรโลก มีแนวโน้มของการเปลี่ยนแปลงจากการเกิดโรคติดต่อเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม และสภาพแวดล้อม ทำให้วิถีการดำรงชีวิตเปลี่ยนแปลงไป ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ เป็นสาเหตุทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมากขึ้น โรคความดันโลหิตสูง เป็นโรคเรื้อรังที่เป็นพหุผลชาติเฉียบ (silent killer) คือ มักไม่ปรากฏอาการในระยะเริ่มแรก แต่หากไม่ได้รับการรักษาและควบคุมความดันโลหิตให้อยู่ในระดับปกติ จะทำให้มีภาวะแทรกซ้อนตามมา เนื่องจากหลอดเลือดถูกทำลายและแข็งตัว ทำให้อวัยวะต่างๆ ที่สำคัญถูกทำลาย เป็นผลให้เกิดความดันโลหิตสูงวิกฤต หัวใจวาย ไตวาย อัมพาต พิการ และเสียชีวิตก่อนวัยอันควร¹⁻³ จากรายงานขององค์การอนามัยโลก พบผู้เป็นความดันโลหิตทั่วโลกสูงมากถึง 1 พันล้านคน ซึ่งจำนวน 2 ใน 3 อยู่ในประเทศกำลังพัฒนา โดยประชากรวัยผู้ใหญ่ทั่วโลก 1 ใน 3 คน มีภาวะความดันโลหิตสูง⁴ ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ พบประชากรวัยผู้ใหญ่ 1 ใน

3 คน มีภาวะความดันโลหิตสูงเช่นเดียวกัน และคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2568 ประชากรวัยผู้ใหญ่ทั่วโลกจะป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้นเป็น 1.56 พันล้านคน โดยในแต่ละปีประชากรทั่วโลกเสียชีวิตจากโรคนี้ถึง 7.5 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 12.8 ของสาเหตุการตายทั้งหมด⁴

โรคความดันโลหิตสูงในประเทศไทย เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญมาก เป็น 1 ใน 5 โรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายให้มีการดำเนินงานเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง ในปี พ.ศ. 2555 พบผู้ป่วยรายใหม่โรคความดันโลหิตสูงมีจำนวนผู้ป่วยสูงสุดถึง 602,548 คน⁵ ดังนั้น หากไม่ได้รับการส่งเสริม ป้องกันอย่างต่อเนื่อง จะทำให้มีจำนวนผู้ป่วยสะสม และผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลทำให้มีผู้พิการและเสียชีวิตด้วยโรคดังกล่าวเพิ่มขึ้น ก่อให้เกิดปัญหาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ การดำเนินชีวิต ภาวะทางเศรษฐกิจของผู้ป่วย ครอบครัว และประเทศชาติในระยะยาวอีกด้วย

จากการคัดกรองความดันโลหิตสูงในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่า ในปี พ.ศ. 2552 และ พ.ศ. 2553 มีผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 25.52 เป็น