

บทคัดย่อ

ชื่อรายงานการวิจัย : ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขภาพศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการดูแลตนเอง
ในผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

ชื่อผู้วิจัย : รองศาสตราจารย์ วริยา สุขวงศ์, อาจารย์ พ.ต.หญิง ธนพร วรรณกุล,
อาจารย์ชลิดา โสภิตภักดีพงษ์

ปีที่ทำการวิจัย : 2554

.....
การศึกษาเรื่องประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขภาพศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการดูแลตนเอง
ในผู้ป่วยความดันโลหิตสูง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขภาพศึกษาที่มีต่อ
ความรู้และพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยกึ่ง
ทดลองกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียว วัดสองครั้งก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน
เลือกโดยวิธีการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง โดยมีเกณฑ์คือ ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรค
ความดันโลหิตสูง หรือมีค่าความดันโลหิต Systolic มากกว่าหรือเท่ากับ 140 mmHg และมีค่า
ความดัน Diastolic มากกว่าหรือเท่ากับ 90 mmHg โปรแกรมสุขภาพศึกษาประกอบด้วยการสอนสุข
ศึกษาเรื่องความดันโลหิตสูง เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในการดูแลตนเองและปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมในการดูแลตนเองในเรื่องการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การผ่อนคลาย
ความเครียด การงดหรือลดปริมาณการสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การรับประทาน
ยาอย่างถูกต้อง และการตรวจตามนัด เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนของโรคหลอดเลือดสมอง เครื่องมือ
ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้และพฤติกรรม
ในการดูแลตนเอง และเครื่องวัดความดันโลหิต เก็บข้อมูลก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 2
สัปดาห์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา และสถิติอ้างอิงโดยใช้ dependent t-test

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการดูแลตนเองสูง
กว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการดูแล
ตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษานี้แสดงว่าโปรแกรมสุขภาพศึกษา มีผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้และ
พฤติกรรมในการดูแลตนเองดีขึ้น

คำสำคัญ : ประสิทธิภาพ, โปรแกรมสุขภาพศึกษา, การดูแลตนเอง, ความดันโลหิตสูง