

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการดูแลตนเองต่อการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง น้ำหนักตัว และการควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง

จารุณี ปลายยอด* พย.ม, ว.พย. (การพยาบาลอายุรศาสตร์-ศัลยศาสตร์)

อรสา พันธุ์ภักดี** พย.ด.

ชีวรัตน์ ต่ายเกิด*** วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)

บทคัดย่อ: การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการดูแลตนเองต่อการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง น้ำหนักตัว และการควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่เป็นความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุที่ไม่สามารถควบคุมความดันโลหิตได้ จำนวน 53 ราย ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี ซึ่งโปรแกรมส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการดูแลตนเอง เป็นโปรแกรมที่ประยุกต์มาจากโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองของผู้เป็นความดันโลหิตสูงการดูแลตนเองเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ที่สร้างโดย อรสา พันธุ์ภักดีและคณะ โดยใช้ทฤษฎีความพร้อมในการดูแลตนเองของโอเรม โปรแกรมดังกล่าวประกอบด้วย 1) การให้ความรู้และคำแนะนำเพื่อการควบคุมความดันโลหิต 2) การประชุมกลุ่มย่อยเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์การดูแลและการให้กำลังใจ และ 3) การติดตามเพื่อกระตุ้นเตือนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเอง ใช้เวลาในการดำเนินโปรแกรม 6 เดือน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง เครื่องวัดความดันโลหิตชนิดปรอท และเครื่องชั่งน้ำหนัก วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยายและ paired sample t-test ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเอง 1) ค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองโดยรวมและรายด้านสูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2) ค่าเฉลี่ยของความดันซิสโตลิกและความดันไดแอสโตลิกต่ำกว่าก่อนเข้าโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ 3) ค่าเฉลี่ยของน้ำหนักตัวลดลงจากก่อนเข้าโปรแกรม แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมสามารถช่วยส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองของผู้เป็นความดันโลหิตสูงได้ และผู้เป็นความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมความดันโลหิตได้

คำสำคัญ: การมีส่วนร่วมในการดูแลตนเอง การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง น้ำหนักตัว การควบคุมความดันโลหิต โรคความดันโลหิตสูง

*Corresponding author, พยาบาลผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง (APN) สาขาอายุรศาสตร์-ศัลยศาสตร์ โรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี
E-mail: jarunee_pop@hotmail.com

**รองศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

***พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ กลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการดูแลตนเองต่อการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง
น้ำหนักตัวและการควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง

Effects of a Promoting Self-Care Participation Program on Perceived Self-Care Ability, Body Weight, and Blood Pressure Control in Persons with Hypertension

Jarunee Plaiyod* M.S.(Nursing), APN (Medical-Surgical Nursing)

Orasa Panpakdee** D.N.S

Cheewarat Taikerd*** (Counseling Psychology)

Abstract: This quasi-experimental research study aimed to examine the effectiveness of promoting self-care participation program on perceived self-care agency, body weight, and blood pressure control in uncontrolled hypertensive patients. Purposive sampling was used to select 53 patients from hypertension clinic, Outpatient Department, Inburi Hospital, Singburi Province. Orem's self-care deficit nursing theory was used as conceptual framework for this study. A Promotion of Self-Care Participation Program developed by Panpakdee and colleagues was used as the intervention procedures. The program consisted of 1) teaching about hypertension and self-care management for blood pressure control, 2) small group discussions for sharing experiences of self-care management, and feedback, and 3) motivating of self-care practice. The study was conducted for 6 months. The following instruments were used to collect data: 1) the Demographic Questionnaire, 2) the Perceived Self-Care Ability Questionnaire, 3) a sphygmomanometer, and 4) a weighing scale. Data were analyzed using descriptive statistics and paired t-test. The results showed that after completing the program: 1) the mean scores of perceived self-care ability in total and in each dimension were significantly higher than those before entering the program; 2) the means of systolic and diastolic blood pressure were significantly lower than those before entering the program, and 3) the mean score of body weight was not significantly different than that before entering the program. The findings of this study indicated that promoting patients participate in self-care could help the patients control their blood pressure.

Keywords: Self-care participation program, Perceived self-care ability, Body weight, Blood pressure control, Hypertension

*Corresponding author, Advanced Practiced Nurse (Medical-Surgical Nursing), Inburi Hospital, Singburi Province,
E-mail: jarunee_pop@hotmail.com

**Associate Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

***Professional Nurse, Psychiatric Department, Inburi Hospital, Singburi Province