

# กรณีศึกษา: พฤติกรรม ปัญหาและอุปสรรคในการควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระดับรุนแรงในชุมชน\*

สมณฑา ห่วงทอง\*\* พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

นพวรรณ เปี้ยชื่อ\*\*\* Ph.D. (Nursing), APN/NP

จุฬารักษ์ กวีวิรัชชัย\*\*\*\* ปร.ด. (วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีศึกษา)

บทคัดย่อ: การศึกษาแบบกรณีศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรม ปัญหาและอุปสรรคในการควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่มีความดันโลหิตสูง ที่อาศัยอยู่ในอำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นผู้ที่มีความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุและมีความดันโลหิตอยู่ในระดับรุนแรง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกต วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า กรณีศึกษาจำนวน 2 ราย เพศชายอายุ 50 ปี และเพศหญิงอายุ 52 ปี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีโซเดียมและไขมันสูง ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ ไม่ออกกำลังกาย นอนหลับไม่เพียงพอ ขาดการพักผ่อนหย่อนใจ รับประทานยาไม่ต่อเนื่อง ลืมรับประทานยา และปรับขนาดยาเอง โดยมีปัญหาและอุปสรรคคือ 1) ความชอบอาหารที่มีไขมันสูงและอาหารผ่านขบวนการ มีความรู้ความเข้าใจไม่เพียงพอเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีโซเดียมและไขมันสูง การออกกำลังกาย และการรับประทานยา ลักษณะของการทำงาน และปัญหาเศรษฐกิจสังคมของครอบครัว 2) ขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับครอบครัวและสังคม 3) เพื่อนบ้าน ลักษณะชุมชนที่มีการสูบบุหรี่และไม่มี การออกกำลังกาย อิทธิพลของสื่อ ปัญหา ระบบบริการสุขภาพ และ 4) ทศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงและการออกกำลังกาย รวมทั้งธรรมเนียมของชุมชนในการดื่มสุราในงานเลี้ยง ผลการศึกษาครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะสำหรับบุคลากรทีมสุขภาพที่ปฏิบัติงานในชุมชนในการประเมินปัญหาอุปสรรคของการควบคุมความดันโลหิต ให้ข้อมูลเกี่ยวกับโซเดียมและไขมันในอาหาร เครื่องปรุงรส และเครื่องดื่ม ข้อมูลไขมันในอาหาร และความสำคัญของการรับประทานยาอย่างต่อเนื่อง วิธีการสร้างแรงจูงใจเพื่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติในการบริโภค การออกกำลังกาย การผ่อนคลายความเครียด และการรับประทานยาในผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระดับรุนแรง รวมทั้งการประสานความร่วมมือและพัฒนา ระบบการรักษาติดตามเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดี

คำสำคัญ: กรณีศึกษา ผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระดับรุนแรง การควบคุมความดันโลหิต ปัญหา และอุปสรรคในการควบคุมความดันโลหิต

\*ได้รับการสนับสนุนจากโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลดำเนินสะดวก อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี และนักศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน) โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*\*Corresponding author, รองศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล, E-mail: noppawan.pia@mahidol.ac.th

\*\*\*\*ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

กรณีศึกษา: พฤติกรรม ปัญหาและอุปสรรคในการควบคุมความดันโลหิต  
ของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระดับรุนแรงในชุมชน

## Case Study: Behaviors, Problems, and Barriers of Blood Pressure Control in Persons with Severe Hypertension in a Community\*

Sumonta Huangtong\*\*M.N.S. (Community Health Nurse Practitioner)

Noppawan Piaseu\*\*\*Ph.D. (Nursing), APN/NP

Chularuk Kaveevivitchai\*\*\*\*Ph.D. (Science and Technology Education)

**Abstract:** This case study research was aimed to investigate behaviors, problems, and barriers to blood pressure control in persons with severe hypertension living in Damneon Saduak District, Ratchaburi Province. They were diagnosed with primary hypertension at a severe level. Data were collected by in-depth interviews, and observation, then analyzed using content analysis. There were two cases including a male aged 50 years and a female aged 52 years. The findings revealed that the cases had food intake with high sodium, fat, and alcohol. They also smoked, did not exercise, had insufficient sleep and relaxation, did not adhere to medication, forgot to take medication, and self adjusted dosages. They therefore could not control their blood pressure. Problems and barriers consisted of 4 levels of environment: 1) individual and family level including preference for food with high fat content and processed food, insufficient knowledge on sodium consumption, exercise and medication taking, type of work, social and economic problems of the family; 2) interaction within family and social level including poor family relationship, and lack of interaction with family and society; 3) community level including neighbors, smoking environments, lack of exercise, mass media, and health service system; and 4) community beliefs and cultural practices including attitude toward consumption of food containing fat, exercise, and tradition of alcohol consumption. Results suggested that health care team working in the community: 1) assess problems on blood pressure control, 2) develop an approach to control food consumption of high sodium and fat by providing information about fat, sodium and concealed sodium including seasonings and beverages, 3) address the significance of medication adherence, and 4) promote attitudes that will lead to healthy behaviors for food consumption, exercise, and stress relaxation in persons with severe hypertension. This study also suggested the coordination and development of monitoring systems aimed for positive treatment outcomes.

**Keywords:** Case study, Persons with severe hypertension, Blood pressure control, Problems, and barriers to blood pressure control

---

\*Supported by the Potential Development of Thai People Project, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

\*\*Professional Nurse, Damneon Saduak Hospital, Ratchaburi Province; and Master Student, Master of Nursing Science Program (Community Health Nurse Practitioner), Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

\*\*\*Corresponding author, Associate Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, E-mail: noppawan.pia@mahidol.ac.th

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