

วาสุกรี เสงวนกุล 2550: พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเป็นโรคความดันโลหิตสูงของผู้สูงอายุ
ตำบลบ้านโพธิ์ จังหวัดนครราชสีมา วิทยานิพนธ์การศึกษาระดับปริญญาโท
สาขาการศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการศึกษาศาสตร์ ประธานกรรมการที่ปรึกษา:
รองศาสตราจารย์ศิริพันธุ์ จุลกรังคะ, M.S. 136 หน้า

ในการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเป็นโรคความดันโลหิต
สูงของผู้สูงอายุ ซึ่งได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ และการ
ดื่มสุรา โดยศึกษาจากผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งอาศัยอยู่ในตำบลบ้านโพธิ์ จ.นครราชสีมา
จำนวน 285 คน ได้จากวิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิ (Proportional stratified sampling) เครื่องมือที่ใช้
ในการรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ
หาค่าร้อยละ และศึกษาความสัมพันธ์โดยใช้ Chi-square และ Fisher's exact test

ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุกลุ่มความดันปกตินิยมใช้น้ำมันถั่วเหลืองประกอบอาหารแต่
ผู้สูงอายุกลุ่มความดันโลหิตสูงนิยมใช้น้ำมันหมูและบริโภคอาหารที่มีกรดไขมันอิ่มตัว ได้แก่
หมูติดมัน แกงเขียวหวาน และอาหารที่มีไขมันเค็มสูง ได้แก่ เครื่องปรุงรส ปลาร้า หน่อไม้ดอง
เปรี้ยว ผักกาดดอง มากกว่ากลุ่มความดันปกติ อาหารประเภทผักผลไม้ กลุ่มตัวอย่างบริโภคไม่
มากนักโดยที่ผักบุ้ง มะเขือเทศ ถั่วฝักยาว ส้มเขียวหวานและกล้วยเป็นอาหารที่ผู้สูงอายุกลุ่ม
ความดันปกตินิยมบริโภค นอกจากนี้ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มมากกว่า ร้อยละ 80 ไม่นิยมบริโภค
ผลิตภัณฑ์แปรรูปจากข้าว ขนม ถั่วเมล็ดแห้งและธัญพืช ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา
ครั้งนี้มีผู้สูบบุหรี่เพียงร้อยละ 8 และดื่มสุรา ร้อยละ 14 เมื่อทดสอบสมมติฐาน พบว่าพฤติกรรมการ
บริโภคอาหารทั้ง 4 กลุ่ม คือ อาหารที่มีกรดไขมันอิ่มตัวบางประเภท อาหารแปรรูปและน้ำตาล
ผักผลไม้ และอาหารที่มีไขมันเค็มสูง มีความสัมพันธ์กับความดันโลหิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .05 เช่นเดียวกับการออกกำลังกาย

Wasugree Chavengkull 2007: Risk Behaviors Leading to the Hypertension in the Elderly in Tumbon Banpo, Nakhon Ratchasima Province. Master of Home Economics, Major Field: Home Economics, Department of Home Economics. Thesis Advisor: Associate Professor Siripun Chulakarangka, M.S. 136 pages.

The aim of this research was to study risk behaviors causing hypertension in the elderly population. Those were nutrient consuming behavior, exercising behavior, smoking and alcoholic drinking. The sample consisted of 285 people of 60 years or older, living in Tumbon Banpo, Nakhon Ratchasima province selected by using proportional stratified sampling. The data were collected by interviewing; and analyzed by the statistically program; Chi-square and Fisher's exact tests presented by percentage value.

According to the analyzed data, soybean oil was usually used for cooking in the normal blood pressure sampling group, while lard and saturated fatty acid food were usually used among the high blood pressure people, for example, pork with fat, Kang Kiew Warn and high sodium food which were condiment, Pla- ra, fermented bamboo shoot, mustard greens pickled. The normal tension range people normally consumed fruits and vegetables, for example, swamp morning glory, tomato, string bean, orange and banana. Moreover, both two groups did not consume starchy and sugar, seeds and cereals. The drinking and smoking behavior were rarely found in the respondents and they also did less in exercise. The hypothesis testing found that the consuming behavior of 4 kinds of food, high saturated fatty acid food, starchy and sugar food, fruit and vegetables, and high sodium food, related to the hypertension in the elderly significantly with the .05 level statistically. So did the exercising.