

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการควบคุมโรค ความดันโลหิตสูงและระดับความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูงที่อยู่ใน ตำบลหัวถนน อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ และได้รับการ คัดเลือกแบบเจาะจง ตามเกณฑ์ที่กำหนดจำนวน 50 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่ม ควบคุม กลุ่มละ 25 ราย โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมการจัดการตนเอง และกลุ่ม ควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ซึ่งโปรแกรมส่งเสริมการจัดการตนเอง มี 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การติดตามตนเอง 2) การประเมินตนเอง 3) การเสริมแรงตนเอง เครื่องมือรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการควบคุมโรค ความดันโลหิตสูง แบบบันทึกระดับความดันโลหิต และแบบบันทึกเกี่ยวกับพฤติกรรมการควบคุม โรคความดันโลหิตสูง หาค่าความเที่ยงได้เท่ากับ 0.83 ทดสอบสมมติฐาน โดยการทดสอบใช้สถิติ การทดสอบทีอิสระ และการทดสอบค่าที่เป็นรายคู่

ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตสูงของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง ทันที และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001
2. ระดับความดันโลหิต ภายในกลุ่มทดลอง พบว่า ระดับความดันโลหิต หลังการ ทดลองทันที และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ ตีต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 แต่ภายหลังการทดลองทันที ไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง 4 สัปดาห์
3. กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง และระดับความดันโลหิต หลัง การทดลองทันที และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ ตีต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมส่งเสริมการจัดการตนเองมีผลให้ผู้ผู้ป่วยมี พฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงดีขึ้น และระดับความดันโลหิตของผู้ป่วยลดลง จึง สามารถนำโปรแกรมส่งเสริมการจัดการตนเองไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลที่ สภาพการณ์ใกล้เคียงกัน เพื่อส่งเสริมให้ผู้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงที่ดี และผู้ป่วยสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตอยู่ในเกณฑ์ปกติต่อไป

A quasi-experimental study aimed to compare blood pressure control behaviors and blood pressure levels of hypertensive patients receiving self-management program. Subjects consisted of 50 primary hypertensive patients living in Tambol Huathanon, Thatako District, Nakornsawan Province. They were purposively assigned to experimental or control group, each group composed of 25 patients. Experimental group received self-management encouraging program while control group received routine care. The program consisted of self-blood pressure monitoring, self-evaluation, and self-reinforcement. Research instruments were a questionnaire about patient demographic data and hypertension-control behaviors and a book for recording blood pressure and blood pressure control behaviors. Cronbach alpha coefficient of the instrument was 0.83. Data were analyzed by independent t-test and paired t-test. The results of this study revealed that:

1. Behaviors of the experimental group immediately and four weeks after implementation the program were statistically higher than those before implementation the program ($p < .001$).

2. Blood pressure levels of the experimental group immediately and four weeks after implementation the program were statistically better than before implementation the program ($p < .001$). There were no statistically significant difference of the blood pressure level between immediately and four weeks after implementation the program.

3. Blood pressure control behaviors and blood pressure levels of experimental group immediately and four weeks after implementation the program were statistically better than control group ($p < .001$).

The results of the study indicated that the self-management encouraging program could be used to promote hypertension-control behaviors and lower blood pressure among primary hypertensive patients. Therefore the program could be implemented effectively in nursing practice in similar conditions.