

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติการบริโภคนอาหารเพื่อควบคุมภาวะความดันโลหิตสูงในผู้สูงอายุ โดยใช้กรอบแนวคิดการพัฒนาแนวปฏิบัติของ Stetler (Model of Reasearch Utilization to facillitate evidence – based practice) ในปี ค.ศ. 1994 โดยเริ่มจากการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาจากประสบการณ์ในการปฏิบัติงานร่วมกับการศึกษาปรากฏการณ์ทางคลินิกโดยการสังเกตและการสัมภาษณ์เชิงลึกด้านการบริโภคนอาหาร และ ทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง สืบค้นงานวิจัยและหลักฐานเชิงประจักษ์จากฐานข้อมูลได้งานวิจัย และหลักฐานเชิงประจักษ์ ได้งานวิจัยที่เกี่ยวข้องจำนวน 4 เรื่อง จากผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์นำข้อมูลมาจัดหมวดหมู่ได้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการบริโภคนอาหารเพื่อควบคุมภาวะความดันโลหิตสูงในผู้สูงอายุ จึงนำข้อมูลดังกล่าวมาพัฒนาเป็นแนวปฏิบัติการบริโภคนอาหารเพื่อควบคุมภาวะความดันโลหิตสูงในผู้สูงอายุ และพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินแนวปฏิบัติ หาความเที่ยงตรงของเนื้อหาในแนวปฏิบัติโดยผู้ทรงคุณวุฒิ โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญในหน่วยบริการปฐมภูมิ 1 ท่าน พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ 1 ท่าน นักโภชนาศาสตร์ 1 ท่าน และปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วจัดทำคู่มืออาหารสำหรับผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง นำแนวปฏิบัติที่ได้ไปใช้กับผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง 2 ราย ที่หน่วยบริการปฐมภูมิลำไทร ต.ลำไทร อ.ลำลูกกา จ.ปทุมธานี

ผลการทดลองใช้แนวปฏิบัติการบริโภคนอาหารเพื่อควบคุมภาวะความดันโลหิตสูงในผู้สูงอายุ พบว่า พฤติกรรมการบริโภคนอาหารอยู่ในระดับปานกลางและสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้

ข้อเสนอแนะในการศึกษานี้ พยาบาลผู้ที่จะนำแนวปฏิบัติไปใช้ควรได้รับการฝึกอบรมทำความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารควบคุมระดับความดันโลหิต และในอนาคตควรศึกษาแนวปฏิบัติที่พัฒนาขึ้นด้วยการทำวิจัยทางคลินิกและประเมินประสิทธิผลของแนวปฏิบัติทางคลินิกเพื่อให้มีแนวพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเกิดประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงต่อไป