210354



การพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลทางคลินิกเพื่อควบคุมความดันโลหิตโดยส่งเสริมการควบคุมตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ
(DEVELOPMENT OF A CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE FOR BLOOD PRESSURE CONTROL IN PATIENTS WITH ESSENTIAL HYPERTENSION USING SELF-MONITORING WITH LIFESTYLE MODIFICATION)

อรพรรณ เบี๋ญโกบ 4936702 NSFN/M

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัว)

คณะกรรมการควบคุมสารนิพนธ์: กนกพร หมู่พยัคฆ์, วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)
สุพินดา เรืองจิรัษเฐียร, Ph.D.(Nursing)

## บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลทางคลินิกเพื่อควบคุมความดันโลหิตโดยส่งเสริมการควบคุมตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ โดยใช้กรอบแนวคิดการใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ของซูคัพ (Soukup, 2000) ประกอบด้วย การวิเคราะห์ปัญหา การสืบค้นงานวิจัยและหลักฐานเชิงประจักษ์ การประเมินคุณภาพของงานวิจัย การสังเคราะห์ผลการวิจัยและความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ จากหลักฐานเชิงประจักษ์ จำนวน 14 เรื่องเป็นงานวิจัยเชิงทดลอง 13 เรื่อง (ระดับ 2) งานวิจัยกึ่งทดลอง 1 เรื่อง (ระดับ 3) ผลการสังเคราะห์ได้นำมาพัฒนาเป็นแนวปฏิบัติการพยาบาลทางคลินิกและนำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้อง ได้รับข้อเสนอแนะและปรับปรุงแก้ไขแนวปฏิบัติการพยาบาลประกอบด้วย การใช้การควบคุมตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการรับประทานอาหารและการออกกำลังกาย และติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่องในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ส่งเสริมให้ระดับความดันโลหิตของผู้ป่วยลดลง ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ปฏิบัติตามขั้นตอนการดำเนินงานโดยใช้กรอบแนวคิดการใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ของซูคัพ (Soukup, 2000) จนกระทั่งถึงระยะที่ 2 เท่านั้น เนื่องจากระยะเวลาในการศึกษาจำกัดส่วนในระยะที่ 3 และ 4 ผู้ศึกษามีการวางแผนที่จะดำเนินการในหน่วยงานต่อไป

ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะว่าควรมีการนำแนวปฏิบัติการพยาบาลไปทดลองใช้เพื่อประเมินความเป็นไปได้ก่อนนำไปปฏิบัติจริง และในอนาคตควรมีการศึกษาข้อมูลเชิงประจักษ์เพิ่มเติมเพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลให้มีคุณภาพและนำไปศึกษาวิจัยเพื่อทดสอบประสิทธิภาพต่อไป

คำสำคัญ: โรคความดันโลหิตสูง / การควบคุมตนเอง / การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

145 หน้า

210354



DEVELOPMENT OF A CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE FOR BLOOD PRESSURE CONTROL IN PATIENTS WITH ESSENTIAL HYPERTENSION USING SELF-MONITORING WITH LIFESTYLE MODIFICATION

ORAPUN BENKOB 4936702 NSFN/M

M.N.S. (FAMILY NUSRE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORS: KANOKPORN MOOPAYAK, M.Sc. (PUBLIC HALTH), SUPINDA RUANGJIRUTTEAN, Ph.D. (NURSING)

## ABSTRACT

The purpose of this study was to develop a clinical nursing practice guideline (CNPG) for blood pressure control in patients with essential hypertension using self-monitoring with lifestyle modification. A conceptual framework of the evidence-based practice model developed by Soukup (2000) was used in this study which consisted of identifying problems, searching related research studies and evidence-based data, evaluating the quality of research studies, and synthesizing the research results and the possibility of applying them to practice. Fourteen pieces of evidence were selected: 13 randomized controlled trial studies (Evidence level 2) and one non-randomized controlled trial study (Evidence level 3). Recommendations from the synthesis of research studies were used to develop the guideline. Then, the guideline was determined and adjusted for its validity by five experts. This guideline used self-monitoring as a strategy to help patients modify their health behaviours in regards to nutrition and exercise, so that the patients could lower blood pressure continuously. The development of the CNPG was based on the conceptual framework of Soukup's evidence-based practice model (2000). This study only included phases 1 and 2 in the evidence-based practice model due to the limitation of study time. The researcher plans to further develop this guideline through phases 3 and 4 of the model in researcher's work setting.

From this study, the researcher suggests that the CNPG should be tested before being used in practice. Further evidence should also be gathered on a regular basis to continue developing the CNPG to ensure quality. Finally, experimental studies should be conducted to determine the effectiveness of the CNPG.

KEY WORDS: HYPERTENSION / SELF-MONITORING / LIFESTYLE MODIFICATION

145 pp.