

การพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลในการควบคุมการรับประทานอาหารและการออกกำลังกายในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ

(THE DEVELOPMENT OF A CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE FOR DIETARY CONTROL AND EXERCISE FOR PATIENTS WITH ESSENTIAL HYPERTENSION)

ปีะนุช ระยะปูโล 4936701 NSFNM

พ.ย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัว)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ดวงใจ รัตนธัญญา, ปร.ด. (ประชากรและพัฒนา),
นันทิยา วัฒยุ, Ph.D. (Nursing)

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลในการควบคุมการรับประทานอาหารและการออกกำลังกายในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ โดยใช้กรอบแนวคิดการใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ของชูคัพ (Soukup, 2000) ซึ่งมี 4 ระยะ สำหรับการศึกษาครั้งนี้ได้ศึกษาจนถึงระยะที่ 2 เท่านั้นและได้วางแผนในการดำเนินการในระยะที่ 3 และ 4 ในหน่วยงานต่อไป สำหรับรูปแบบการดำเนินงานประกอบด้วย การวิเคราะห์ปัญหา การสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้องโดยได้คัดเลือกหลักฐานเชิงประจักษ์ที่มีความเหมาะสมได้หลักฐานเชิงประจักษ์จำนวน 12 เรื่อง เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ในระดับ 1, 2, 3 และ 7 ร้อยละ 8.33, 58.33, 25.00 และ 8.33 ตามลำดับ สำหรับแนวปฏิบัติการพยาบาลที่พัฒนาขึ้นได้ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน และนำมาปรับปรุงแก้ไขให้มีความเหมาะสม สาระหลักที่ได้จากหลักฐานเชิงประจักษ์และนำมาสร้างเป็นแนวปฏิบัติการพยาบาล คือ การประเมินภาวะสุขภาพทั้งด้านพฤติกรรมการรับประทานอาหารและการออกกำลังกาย การให้ความรู้และฝึกทักษะร่วมกับการตั้งเป้าหมายในการรับประทานอาหารและการออกกำลังกายและสนับสนุนให้สามารถใช้และมีการประเมินผล ครอบครัวของผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการจัดการกับปัญหาร่วมกับผู้ป่วย โดยมีทีมสุขภาพที่เกี่ยวข้องวางแผนในการดูแลและเสริมแรงจูงใจติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง ต่อไป

คำสำคัญ : โรคความดันโลหิตสูง / การควบคุมการรับประทานอาหาร / การออกกำลังกาย

THE DEVELOPMENT OF A CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE FOR DIETARY CONTROL AND EXERCISE FOR PATIENTS WITH ESSENTIAL HYPERTENSION

PIYANOOT RAYAPULO 4936701 NSFN/M

M.N.S (FAMILY NURSE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE : DUANGJAI RATTANATHANYA, Ph.D. (Population and development), NANTIYA WATTHAYU, Ph.D. (Nursing)

ABSTRACT

The purpose of this study was to develop a clinical nursing practice guideline for dietary control and exercise for patients with essential hypertension based on the conceptual model of research utilization proposed by Soukup (2000). The guideline consisted of four phases. This study only included phase 1 and 2 in evidence-based practice model. The researcher plans to further develop this guideline through phases 3 and 4 of the model in the researcher's work setting. The model involves analyzing problems, searching for research evidence, and selecting relevant and appropriate evidence. In this study, a total of 12 research studies were selected. The level of evidence including level 1, 2, 3 and 7 were 8.33%, 58.33%, 25.00% and 8.33% respectively. The developed clinical nursing practice guideline was examined by a panel of five experts to ensure content validity, and it was revised and improved based on the experts' comments and suggestions. The main contents derived from the selected research evidence were used to develop a clinical nursing practice guideline including assessment of health conditions regarding dietary intake and exercise, providing knowledge and skills practice. Goals setting for dietary intake and exercise, and encouraging family members of hypertensive patients to assist hypertensive patients in managing their health problem, Healthcare team members should conduct the plan of care and continuously establishing motivation and following up on patients' progress.

Based on the findings of the present study, it is recommended that the developed clinical nursing practice guideline should be tried out and its processes and outcomes should be carefully evaluated before it is implemented in an actual clinical setting to provide care to patients with essential hypertension.

KEY WORDS : HYPERTENSION / DIETARY CONTROL / EXERCISE

139 pages