

กรณีศึกษา: พฤติกรรม ปัญหาและอุปสรรคในการควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระดับรุนแรงในชุมชน

CASE STUDY: BEHAVIORS, PROBLEMS AND BARRIERS OF BLOOD PRESSURE CONTROL IN PERSONS WITH SEVERE HYPERTENSION IN A COMMUNITY

สุนทดา ห่วงทอง 5036203 RACN/M

พญ. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารานิพนธ์: นพวรรณ เปียชื่อ, Ph.D. (Nursing), ชุพารักษ์ กวีวิชชัย, ปร.ต. (วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีศึกษา)

#### บทคัดย่อ

การศึกษารั้งนี้เป็นแบบกรณีศึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรม ปัญหาและอุปสรรคในการควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับรุนแรง โดยใช้แนวคิดเชิงนิเวศวิทยาเป็นกรอบในการศึกษา กรณีศึกษาจำนวน 2 ราย อายุ 50 และ 52 ปี อาศัยอยู่ในอำเภอคำเนินสะดวက จังหวัดราชบุรี ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นผู้ที่มีความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุและมีความดันโลหิตอยู่ในระดับรุนแรง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงสืบ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า กรณีศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีโซเดียมและไขมันสูง คุ้มครองคุ้นที่มีออกซอลอต สูบบุหรี่ นอกจากนี้กรณีศึกษายังไม่ออกกำลังกาย นอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ ขาดการพักผ่อนหย่อนใจ รับประทานยาไม่ต่อเนื่อง ลืมรับประทานยา และปรับขนาดยาเอง จึงทำให้ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้โดยมีปัญหาและอุปสรรคจากสิ่งแวดล้อม 4 ระดับ คือ 1) ระดับบุคคลและครอบครัว ได้แก่ ความชอบอาหารที่มีไขมันสูงและอาหารผ่านกระบวนการ มีความรู้ความเข้าใจไม่เพียงพอเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีโซเดียมและไขมันสูง การออกกำลังกายและการรับประทานยา ลักษณะของการประกอบอาชีพ และปัญหาเศรษฐกิจสังคมของครอบครัว 2) ระดับปัจจัยสัมพันธ์ของครอบครัวและสังคม ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี ขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับครอบครัวและสังคม 3) ระดับชุมชน ได้แก่ เพื่อนบ้าน ลักษณะชุมชนที่มีการสูบบุหรี่และไม่มีการออกกำลังกาย สื่อ ต่างๆ ระบบบริการสุขภาพ และ 4) ระดับของความเชื่อและธรรมเนียมปฏิบัติของชุมชน คือ ทัศนคติในเชิงลบเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย รวมทั้งธรรมเนียมของชุมชนในการดื่มน้ำร้อนในงานเลี้ยง

ผลการศึกษารั้งนี้มีข้อเสนอแนะสำหรับพยาบาลที่ปฏิบัติงานในชุมชนในการประเมินปัญหาอุปสรรคของการควบคุมความดันโลหิตและพัฒนาแนวทางการควบคุมอาหารที่มีปริมาณโซเดียมและไขมันสูง โดยให้ข้อมูลเกี่ยวกับโซเดียมและโซเดียมแฝงในอาหาร เครื่องปรุงรส เครื่องดื่ม ข้อมูลไขมันในอาหารและความสำคัญของการรับประทานยาอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งวิธีการสร้างแรงจูงใจเพื่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติในเชิงบวก อันจะนำไปสู่พฤติกรรมสุขภาพในการบริโภค การออกกำลังกาย การผ่อนคลายความเครียดและการรับประทานยาเพื่อควบคุมความดันโลหิตของผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระดับรุนแรง การศึกษารั้งนี้ยังมีข้อเสนอแนะในการประสานความร่วมมือและพัฒนาระบบการรักษาด้วยความเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีอีกด้วย

คำสำคัญ : ผู้ที่มีความดันโลหิตสูงระดับรุนแรง / การควบคุมความดันโลหิต

**CASE STUDY: BEHAVIORS, PROBLEMS AND BARRIERS OF BLOOD PRESSURE CONTROL IN PERSONS WITH SEVERE HYPERTENSION IN A COMMUNITY**

SUMONTA HUANGTONG 5036203 RACN/M

M.N.S. (COMMUNITY HEALTH NURSE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: NOPPAWAN PIASEU, Ph.D. (Nursing), CHULARUK KAVEEVIVITCHAI, Ph.D. (Science and Technology Education)

**ABSTRACT**

The present study was a case study aimed to investigate behaviors, problems, and barriers to blood pressure control in persons with severe hypertension. The ecological model was used as the conceptual framework. There were two cases, aged 50 and 52 years old, living in Damneon Saduak District, Ratchaburi Province. They were diagnosed with primary hypertension at a severe level. Data were collected by in-depth interviews, and analyzed by content analysis.

The findings revealed that the cases had food intake with high sodium, fat, and alcohol. They also smoked, did not exercise, had insufficient sleep and relaxation, did not adhere to medication, forgot to take medication, and self adjusted dosages. They therefore could not control their blood pressure. Problems and barriers spanned 4 levels of environment: 1) individual and family level (preference for food with high fat content and processed food, insufficient knowledge on sodium consumption, exercise and medication taking, type of work, social and economic problems of the family), 2) interaction within family and social level (poor family relationship, lack of interaction with family and society), 3) community level (neighbors, smoking environments, lack of exercise, mass media, and health service system), 4) community beliefs and cultural practices (negative attitude toward healthy food consumption and exercise, tradition of drinking alcohol).

Results suggested that nurses working in the community assess problems on blood pressure control, develop an approach to control food consumption of high sodium and fat by providing information on fat, sodium and concealed sodium including seasoning and beverages, and address the significance of medication adherence, as well as promote positive attitudes that will lead to healthy behaviors in persons with severe hypertension. This study also suggested the coordination and development of monitoring systems aimed for a positive treatment outcome.

**KEY WORDS: PERSONS WITH SEVERE HYPERTENSION/ BLOOD PRESSURE CONTROL**