

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคเรื้อรังและเป็นปัญหาที่สำคัญของประเทศ เนื่องจากเป็นโรคที่พบได้บ่อยหากไม่ได้รับการรักษาควบคุมความดันโลหิตให้คงที่แล้ว อาจมีภาวะแทรกซ้อนหรือเป็นโรคที่เป็นสาเหตุเริ่มต้นของโรคอื่นๆ ที่อันตรายอีกหลายโรค เช่น โรคหลอดเลือดสมอง รวมไปถึงการก่อให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการเป็นอัมพฤกษ์ อัมพาตสูงกว่าคนที่ไม่ได้ป่วย ความดันโลหิตสูงอาจไม่มีอาการปรากฏเป็นปี ๆ จนกระทั่งมีผลทำลายอวัยวะ คือหลอดเลือดของสมอง ตา หัวใจและไต เนื่องจากธรรมชาติของโรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่ค่อย ๆ เกิดขึ้นทีละน้อย ดังนั้นในระยะแรกจึงไม่ปรากฏอาการให้เห็นหรือทราบ จึงมีผู้กล่าวว่าความดันโลหิตสูงเป็น “Silent killer” หรือ “เพชฌฆาตเงียบ” กล่าวคือผู้ป่วยจะไม่ปรากฏอาการของโรคหรือมีอาการเพียงเล็กน้อยนานเป็นปี (กรรณิการ์ เรือนจันทร์, 2535) นั่นคือ ถ้าไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ จะมีผลทำให้เกิดความพิการซึ่งจะก่อให้เกิดความสูญเสียทั้งด้านครอบครัว เศรษฐกิจ สังคมและประเทศชาติ ในประเทศไทย จากการสำรวจของกระทรวงสาธารณสุข ในปี 2545 พบว่า ภาวะความดันโลหิตสูงเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับที่ 3 (กองสถิติกระทรวงสาธารณสุข, 2547) ในภาคเหนือพบผู้ป่วยที่มีรักษาด้วยโรคความดันโลหิตเป็นสาเหตุของการตายใน 10 อันดับแรก สำหรับสถานีอนามัยบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย ในปีงบประมาณ 2540 มีผู้ป่วยเข้ามารักษาด้วยโรคความดันโลหิตสูงชนิดที่ไม่ทราบสาเหตุ จำนวน 55 คน และสถิติในปีงบประมาณ 2548 เพิ่มขึ้นเป็น 92 คน ซึ่งมีจำนวนเพิ่มขึ้นตามลำดับ

เนื่องจากผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง มีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากโรคความดันโลหิตสูง คือ ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันลดลง การแสดงบทบาททางด้านสังคมลดลงหรือไม่ได้ตามที่สังคมคาดหวัง เพราะผู้ป่วยจะรู้สึกว่าตนเองแตกต่างจากบุคคลอื่น (Power & Jalowiec, 1987) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ทำให้ผู้ป่วยเกิดความเครียดด้านจิตใจขึ้นได้ บุคคลมีการมองโลกในแง่ร้ายนั้นจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางกาย (Seligman, 1990) หากผู้ป่วยมีกระบวนการเผชิญความเครียดที่ไม่เหมาะสมโดยการไม่ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องและไม่ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติตัวเพื่อควบคุมระดับความดันโลหิตจะเกิดอันตรายร้ายแรงได้ (สุขุมล ด้อยแก้ว, 2540)

ดังนั้นผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงควรปรับเปลี่ยนแบบแผนการดำเนินชีวิตจากเดิมที่เคยเป็นอยู่ให้สอดคล้องกับแผนการรักษาหากปรับตัวได้ดีก็สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข หากปรับตัวไม่ได้จะทำให้เกิดความเครียดไม่มีความสุขในชีวิต การมองโลกในแง่ดีจะทำให้เกิดความสุขในชีวิต จัดความเครียด การมองโลกในแง่ดีจะส่งผลต่อสุขภาพร่างกายในทางที่ดี ทำให้มีอายุยืนยาว (Karren, 2002) ถ้าเขาคิดว่าเขาไม่มีความสุข (Campbell, 1976) บุคคลสามารถฝึกเปลี่ยนแนวคิดได้ ก็จะสามารถเปลี่ยนอารมณ์และพฤติกรรมได้ (Bilodeau, 1994) ทศนคติพื้นฐานของบุคลิกภาพในเรื่องมองโลกในแง่ดี หรือมองโลกในแง่ร้ายนั้น ไม่ใช่ลักษณะทางพันธุกรรม ฉะนั้น จึงสามารถลดระดับทัศนคติทางลบต่อโลกต่อชีวิตหรือมองโลกในแง่ร้ายลงได้ (แสงสุรีย์ ลำอานกุล, 2533) ผู้วิจัยจึงได้จัดทำโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดี เพื่อเสริมสร้างการมองโลกในแง่ดี และความสุขในชีวิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง เพื่อให้ทราบถึงวิธีการในการให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงได้เรียนรู้ถึงวิธีการมองโลกในแง่ดีอันจะเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างการมองโลกในแง่ดี และความสุขในชีวิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีต่อการมองโลกในแง่ดีและความสุขในชีวิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

สมมุติฐานการวิจัย

1. หลังจากผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีการมองโลกในแง่ดีและ มีความสุขในชีวิตมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม
2. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดี มีการมองโลกในแง่ดีและมีความสุขในชีวิตก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน
3. หลังจากผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีการมองโลกในแง่ดีและมีความสุขในชีวิตมากกว่าผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การที่บุคคลยอมรับสภาพความจริงที่เกิดขึ้นและมีแนวโน้มที่จะเชื่อว่าสิ่งดีๆ จะเกิดขึ้นเสมอในชีวิต และมีปฏิกิริยาตอบสนองในทางบวกต่ออุปสรรคหรือปัญหาที่เกิดขึ้น โดยใช้แบบวัดการมองโลกในแง่ดีของ Seligman (1990) ซึ่งแปลโดย

พิมพ์พรณ กวางเดินดง (2542) ผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากพิมพ์พรณ กวางเดินดง (2542) เพื่อให้มีความเหมาะสมในการใช้ศึกษากับกลุ่มตัวอย่างในชนบท

2. ความสุขในชีวิต หมายถึง ความรู้สึกเป็นสุข มีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น รู้จักยอมรับคนอื่น เห็นคุณค่าในตนเอง มีความเคารพในตนเองสูง และมองโลกในแง่ดี โดยใช้แบบวัดความสุขของ The Oxford Happiness Questionnaire แปลโดย สหรัฐ เจตมโนรมย์ (2546)

3. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง หมายถึง ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงทั้งเพศชายและเพศหญิง ไม่จำกัดอายุ ที่มารับการรักษาในสถานอนามัยบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ในช่วงเดือน ตุลาคม พ.ศ.2548 ถึง เดือนกันยายน พ.ศ. 2549 ที่เป็นผู้ป่วยที่มีระดับความดันโลหิตตั้งแต่ 140/90 มิลลิเมตรปรอทขึ้นไปและได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง

4. โปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีหมายถึง โปรแกรมที่ดัดแปลงจากแนวคิดการมองโลกในแง่ดีของ Seligman สามารถเปลี่ยนแนวคิดอัตโนมัติทางลบหรือการมองโลกในแง่ลบเป็นการมองโลกในแง่ดีได้ โดยสอนให้บุคคลยอมรับสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้นและมีแนวโน้มที่จะเชื่อว่าสิ่งดีๆ จะเกิดขึ้นเสมอและมีปฏิกิริยาตอบสนองในทางบวกต่ออุปสรรคหรือปัญหาที่เกิดขึ้น

ขอบเขตในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มีระดับคะแนนการมองโลกในแง่ร้ายปานกลางถึงระดับคะแนนการมองโลกในแง่ร้ายอย่างมาก

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงผลของโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีต่อการมองโลกในแง่ดีและความสุขในชีวิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง
2. ผลวิจัยสามารถนำไปเป็นแนวทางเพื่อพัฒนางานด้านการพยาบาลและการสาธารณสุขของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
3. ได้แนวทางในการให้ความรู้แก่ผู้ป่วย และบุคคลทั่วไปโดยการประยุกต์เทคนิคต่างๆ จากโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีต่อความสุขในชีวิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง