

## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภาพ	ฅ
<b>บทที่ 1    บทนำ</b>	<b>1</b>
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 คำถามการวิจัย	6
1.3 วัตถุประสงค์ทั่วไป	6
1.4 วัตถุประสงค์เฉพาะ	6
1.5 สมมติฐานการวิจัย	7
1.6 ขอบเขตการวิจัย	7
1.7 ตัวแปรในการวิจัย	7
1.8 คำจำกัดความในการวิจัย	8
<b>บทที่ 2    ทบทวนวรรณกรรม</b>	<b>11</b>
ส่วนที่ 1 โรคความดันโลหิตสูง กลุ่มเสี่ยงและการป้องกัน	11
ส่วนที่ 2 บทบาท ภารกิจของศูนย์บริการสาธารณสุข ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ	39
ส่วนที่ 3 ทฤษฎี แนวคิด กระบวนการที่ประยุกต์ใช้ในงานวิจัย และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	40
แนวคิดนวัตกรรมการดูแลภาวะเรื้อรัง	41
แนวคิดแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ	55
กรอบแนวคิดในการวิจัย	64

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 3</b>	
<b>วิธีดำเนินการวิจัย</b>	<b>65</b>
3.1 รูปแบบการวิจัย และแผนภูมิกระบวนการ	65
3.2 พื้นที่วิจัย ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	67
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	71
3.4 การสร้างเครื่องมือและการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	74
3.5 การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล	75
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล	84
<b>บทที่ 4</b>	
<b>ผลการวิจัย</b>	<b>85</b>
<b>บทที่ 5</b>	
<b>อภิปรายผล</b>	<b>101</b>
<b>บทที่ 6</b>	
<b>สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ</b>	<b>118</b>
<b>บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาไทย</b>	<b>123</b>
<b>บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาอังกฤษ</b>	<b>137</b>
<b>รายการอ้างอิง</b>	<b>151</b>
<b>ภาคผนวก</b>	<b>168</b>
ภาคผนวก ก  รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	169
ภาคผนวก ข  เอกสารรับรองโครงการวิจัย	170
ภาคผนวก ค  เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	172
ภาคผนวก ง  ตารางแสดงการจำแนกรายชื่อ	190
<b>ประวัติผู้วิจัย</b>	<b>195</b>

## สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
2.1	ระดับความดันโลหิตแบ่งตามเกณฑ์ขององค์การอนามัยโลก และของ The Seventh Joint National Committee on the Detection, Evaluation, and Treatment of Hypertension	12
2.2	แนวทางปริมาณอาหารที่แนะนำให้บริโภค สำหรับประชาชนทั่วไป	23
2.3	ตัวอย่างชนิดและปริมาณของอาหารที่คนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไปจนถึงวัยผู้สูงอายุ	24
2.4	ตัวอย่างกลุ่มอาหารที่ให้พลังงานและคุณค่าทางโภชนาการเท่ากันหรือใกล้เคียงกัน	24
2.5	การปรับใช้แนวแนวทางอาหารด้านความดันโลหิตสูงร่วมกับการรับประทานอาหารตามธงโภชนาการในงานวิจัย	25
2.6	ความสัมพันธ์ระหว่างดัชนีมวลกาย ระดับความอ้วน และภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคสำหรับประเทศในเอเชีย	27
4.1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณลักษณะส่วนบุคคล	86
4.2	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม ระหว่างกลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบต่อการรับรู้โอกาสเสี่ยง ความรุนแรง ประโยชน์และอุปสรรค	90
4.3	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม ระหว่างกลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบต่อการรับรู้การมีส่วนร่วม	93
4.4	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม ระหว่างกลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบในเรื่องพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง	96
4.5	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม ระหว่างกลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบในเรื่องดัชนีมวลกาย และรอบเอว	98
4.6	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม ระหว่างกลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบในเรื่องระดับระดับความดันโลหิตซิสโตลิก และไดแอสโตลิก	100

## สารบัญแผนภาพ

แผนภาพ	หน้า
2.1 แนวคิดนวัตกรรมการดูแลภาวะเรื้อรัง (Innovative Care for Chronic Conditions: ICC)	44
2.2 แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ สำหรับใช้ทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรค	60
2.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย	64
3.1 รูปแบบการวิจัย	65
3.2 ขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง	70
3.3 ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง	83