

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การพัฒนาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลท่าช้าง อำเภอท่าช้าง จังหวัดสิงห์บุรี
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทัศนีย์ กระจ่างอินทร์ นายแพทย์อัมรินทร์ รวยอาจิณ
ชื่อนักศึกษา	รุ่งนภา ประยงค์หอม
สาขา	ยุทธศาสตร์การพัฒนา
ปีการศึกษา	2548

บทคัดย่อ

การวิจัยและพัฒนามีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลท่าช้าง อำเภอท่าช้าง จังหวัดสิงห์บุรี โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่เน้นการมีส่วนร่วมอย่างสำคัญจากทุกฝ่ายในทุกขั้นตอน เริ่มตั้งแต่การศึกษาสภาพปัจจุบัน การกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาและการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อการพัฒนา เป็นการสร้างโอกาสให้ทุกฝ่ายเรียนรู้ร่วมกันจากการร่วมกิจกรรมพัฒนาในแต่ละขั้นตอนตามความเหมาะสม โดยใช้แนวทางการรักษาโรคความดันโลหิตสูงเป็นกรอบการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงทุกคนไม่รับประทานยาตามแผนการรักษาของแพทย์ มีการเพิ่มหรือลดขนาดการรับประทานยา ลืมรับประทานยา รับประทานยาสมุนไพรหลายชนิดตามความเชื่อ ไม่ออกกำลังกาย รับประทานอาหารตามความเคยชิน โดยเฉพาะอาหารที่มีรสเค็ม คีมีแอลกอฮอล์ และมีวิธีการจัดการกับความเครียดตามความชอบและความเหมาะสมของตน เป็นปัญหาที่เกิดจากการขาดความรู้ ความเข้าใจที่ชัดเจนเรื่องโรคความดันโลหิตสูงและขาดความตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลตนเองอย่างเหมาะสม และต้องการการพัฒนา เมื่อใช้ยุทธศาสตร์การเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักในคุณค่าและความสำคัญในการดูแลตนเอง คือ การให้คำปรึกษารายกลุ่ม การให้คำปรึกษารายบุคคล การฝึกอบรม การเสนอตัวแบบที่มีภาวะแทรกซ้อนรุนแรง และการทำกลุ่มช่วยเหลือกันเอง มีดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงทุกคนเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และความเชื่อที่ถูกต้อง มีพฤติกรรมการดูแลตนเองเหมาะสม ทั้งการรับประทานยา การออกกำลังกายและการรับประทานอาหาร สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ เมื่อผ่านกระบวนการพัฒนาอย่างมีส่วนร่วมแล้ว ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ร่วมกิจกรรมการพัฒนา มีผลการพัฒนาและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเองตามดัชนีชี้วัด ทั้งยังก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันของผู้มีส่วนสำคัญ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงทุกฝ่ายด้วย

This study was a research and development approach aiming at self-care behavioral development of hypertension patients of Tha Chang Hospital, Tha Chang District, Sing Buri Province. The study used participatory action research emphasizing intensive participation by all stakeholders in every step of the research procedures which started with studying the present condition, constructing the success indicators of the development and conducting the development activities for providing all stakeholders with learning opportunities by participation in every step of the activities as appropriate using the hypertension cure approach as the research framework.

The result of the research revealed that every hypertension patients didn't take medicine according to the doctors' prescription, increasing or decreasing the dosage, forgetting to take medicine, taking various herbal medicine due to their beliefs, taking no exercise, eating food as to their habits particularly with salty food, drinking alcohol and managing their stress as they thought best. These problems were caused by a lack of clear knowledge and understanding about hypertension. They also lacked awareness of the importance of appropriate self-caring methods and needed development. When using the strategy to construct knowledge, understanding and awareness of value in self-caring using various methods: group counseling, individual counseling, training, presenting a model with serious complications, groups helping one another, the success indicators to show achievement in development were all hypertension patients participating in the activities until they knew, understood, believed properly, and had the proper self-caring behavior in taking medicine, exercising and eating food. The patients could control their blood pressure level. After passing the participatory development procedure, the hypertension patients who participated in the development activities developed and adapted their self-caring behavior according to the indicators. In addition, the activities helped construct a participatory learning process through all related stakeholders in self-caring of the hypertension patients.