

ความรู้และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง
และโรค เบาหวาน ในกลุ่มเสี่ยงหมู่ที่ 7, 12 และ 14 ตำบลห้วยเม็ก
อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์

นางพิชญ์ สีสาล

มิถุนายน 2559

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาความรู้และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรค เบาหวาน ในกลุ่มเสี่ยงหมู่ที่ 7, 12 และ 14 ตำบลห้วยเม็ก อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์ ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจาก นายสุทิน ชนะบุญ วิทยากรชำนาญการ วิทยาลัยการ สาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น และนายสุรเชษฐ์ ภูถาวรณ นายแพทย์ชำนาญการ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพองชัย จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษา ข้อคิดเห็น ตลอดจนให้ คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ในการทำการศึกษครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) หมู่ที่ 7, 12 และ 14 ตำบลห้วยเม็ก ที่ได้ช่วย ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบพระคุณประชาชนกลุ่มตัวอย่างหมู่ที่ 7, 12 และ 14 ตำบลห้วยเม็ก อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่ได้สละเวลาและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์ทำให้ได้ข้อมูลที่ สมบูรณ์ครบถ้วน และได้ผลการศึกษาที่เป็นประโยชน์ในการนำข้อมูลไปจัดการส่งเสริมความรู้ และพฤติกรรมสุขภาพสำหรับประชาชนต่อไป

พิชญา สีลาพล

บทคัดย่อ

ชื่อภาคินพนธ์ : ความรู้และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรค เบาหวาน ในกลุ่มเสี่ยงหมู่ที่ 7, 12 และ 14 ตำบลห้วยเม็ก อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์

ชื่อผู้เขียน : นางพิชญา สีลาพล

อาจารย์ที่ปรึกษา : (1) อาจารย์ ดร.สุทิน ชนะบุญ (2) นายแพทย์สุรเชษฐ์ ภูลวรรณ

ปีการศึกษา : 2559

โรคไม่ติดต่อที่สำคัญโดยเฉพาะ โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง เป็นปัญหาวิกฤตของสังคมโลกและประเทศไทย ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย ครอบครัว และสังคม กลุ่มโรคดังกล่าวเป็นผลมาจาก 4 พฤติกรรมเสี่ยงหลัก ได้แก่ การสูบบุหรี่ การบริโภค เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์การมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอ และ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม การศึกษาเชิงสำรวจครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาความรู้และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรค เบาหวาน และ (2) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรค เบาหวาน ในประชาชนกลุ่มเสี่ยงหมู่ที่ 7, 12 และ 14 ตำบลห้วยเม็ก อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์ เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม และสถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ t - test และ F - test

กลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนกลุ่มเสี่ยงหมู่ที่ 7, 12 และ 14 ตำบลห้วยเม็ก อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่มีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป ได้มาโดยการสุ่มแบบบังเอิญ จำนวน 255 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถามความรู้การดูแลสุขภาพในโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน (K-R 20 = 0.78 (2) และแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน (α = 0.81) เก็บรวบรวมข้อมูลในเดือน เมษายน 2559 และวิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่าง ส่วนมากเป็นเพศหญิง มีอายุเฉลี่ย 51 ปี มากกว่าครึ่ง มีอายุระหว่าง 35-45 ปี ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสแล้ว ระดับการศึกษามากกว่าครึ่ง จบการศึกษาระดับประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งมีอาชีพ ทำไร่/ทำนา/ทำสวน มากกว่าครึ่งมีรายได้ ต่ำ

กว่า 5,000 บาทต่อเดือน ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคกลุ่มตัวอย่าง มากกว่าครึ่ง ไม่มีปัจจัยเสี่ยงและไม่มีโรคประจำตัว แหล่งรับรู้ความรู้ด้านสุขภาพ มากกว่าครึ่ง ได้รับความรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข การปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วย มากกว่าครึ่งไปรับการรักษาที่โรงพยาบาล และส่วนใหญ่ไม่ใช้ภูมิปัญญาในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค สรุประดับความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งมีระดับความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนผลการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานพบว่า พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับโรคเบาหวาน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.18) ส่วนพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง พบว่า อยู่ในระดับ ไม่ดี (ค่าเฉลี่ย 1.97) โดยพบว่า ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้และความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนปัจจัยเพศ อายุ สถานภาพสมรส ปัจจัยเสี่ยง (ดัชนีมวลกาย) แหล่งข่าวสารด้านสุขภาพ การปฏิบัติตัวเมื่อเจ็บป่วยและการใช้ภูมิปัญญาในการส่งเสริมสุขภาพ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพให้ประชาชนมีความตระหนักในเรื่องการดูแลสุขภาพของตนเอง ทั้งด้านการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและการจัดการความเครียดที่เหมาะสม เพื่อป้องกันการเกิดโรคเรื้อรังตามมาในอนาคต

2. หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ควรสร้างความตระหนักให้กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงอย่างเหมาะสมเพื่อป้องกันการเกิดโรค รวมทั้งส่งเสริมการจัดการความรู้และการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ: ความรู้ พฤติกรรมเสี่ยง กลุ่มเสี่ยง โรคความดันโลหิตสูงและโรค เบาหวาน

สารบัญ

เนื้อหา	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทกัณฑ์	ข
สารบัญ	ค
สารบัญตาราง	ง
สารบัญแผนภูมิ	จ
บทที่ 1 บทนำ	
ปัญหา: ที่มาและความสำคัญ	1
คำถามการวิจัย	9
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	10
สมมติฐานการวิจัย	10
ขอบเขตการศึกษา	10
นิยามศัพท์	11
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	12
กรอบแนวคิดของการศึกษา	12
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ	13
แนวคิดเกี่ยวกับความรู้	17
แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเอง	17
แนวคิดการป้องกันโรค	19
แนวคิดการได้รับข้อมูลข่าวสาร	19
แนวคิดเรื่องโรคความดันโลหิตสูง	21
แนวคิดเรื่องโรคเบาหวาน	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	40

สารบัญ (ต่อ)

เนื้อหา	หน้า
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการศึกษา	
รูปแบบการศึกษา	45
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	45
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	46
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	49
การเก็บรวบรวมข้อมูล	50
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	50
จริยธรรมในการวิจัย	51
บทที่ 4 ผลการศึกษา	
ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	52
ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และ โรคเบาหวาน	57
พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและ โรคเบาหวาน	60
การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรเพื่อทดสอบสมมติฐาน	63
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา	
สรุปผลการศึกษา	65
อภิปรายผลการศึกษา	67
ข้อเสนอแนะ	67
บรรณานุกรม	70
ภาคผนวก	74

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. การประเมินความรุนแรงของโรคความดันโลหิตสูงใช้กำหนดจากระดับความดันโลหิตที่ วัดในคลินิก โรงพยาบาล หรือสถานบริการสาธารณสุขเป็นหลัก	23
2. แสดงระดับความรุนแรงของโรคความดันโลหิตสูง	26
3. ประสิทธิภาพของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการรักษาโรคความดันโลหิตสูง	28
4. ข้อห้ามใช้และข้อควรระวังในการใช้ยาลดความดันโลหิตกลุ่มต่าง ๆ	30
5. การแปลผลระดับพลาสมาเกลือโคส	35
6. แสดงคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน	48
7. แสดงเกณฑ์การให้คะแนนพฤติกรรมสุขภาพ	48
8. แสดงข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	54
9. แสดงความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน จำแนกรายข้อ	57
10. แสดงระดับความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน	59
11. แสดงความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานจำแนกตามประเภทโรค	60
12. แสดงพฤติกรรมสุขภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน จำแนกรายข้อ	60
13. แสดงระดับพฤติกรรมสุขภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน จำแนกรายโรค	63
14. แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างพฤติกรรมสุขภาพจำแนกตามเพศ	64
15. แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างพฤติกรรมสุขภาพจำแนกตามอายุ	64

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1. แสดงความสัมพันธ์การเปลี่ยนแปลง ตามรูปแบบ 4 x 4 x 4	2
2. ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง	3
3. ร้อยละการคัดกรองผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (DM HT) จังหวัดกาฬสินธุ์ แยกเป็นกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มสงสัยรายใหม่ปี พ.ศ. 2557	7
4. อัตราความชุกต่อแสนประชากรของผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (DM HT MI Stroke COPD) จังหวัดกาฬสินธุ์ ปี พ.ศ. 2552-2557	8
5. อัตราอุบัติการณ์ต่อแสนประชากรของผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (DM HT MI Stroke) จังหวัดกาฬสินธุ์ ปี พ.ศ. 2552-2557	8
6. แสดงกรอบแนวคิดในการศึกษา	12
7. แนวทางการเริ่มต้นรักษาและการปรับขนาดยาลดความดันโลหิต	29
8. การเลือกใช้ยาลดความดันโลหิตที่สามารถเสริมฤทธิ์กัน	30