

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง มีรายละเอียดการดำเนินการศึกษา ดังนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้คือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงทั้งหมดจำนวน 155 คน การศึกษานี้ได้ทำการศึกษาในประชากรทั้งหมด และได้กำหนดคุณสมบัติดังนี้

เกณฑ์การคัดเข้า

1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่รับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งป่าป้อ ต.เสริมขวา อ.เสริมงาม จ.ลำปาง ระหว่างเดือนตุลาคม 2555 – เดือนพฤษภาคม 2556
2. กรณีผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานร่วม กำหนดระดับความดันโลหิตซิสโตลิก (systolic blood pressure, SBP) ≥ 130 มม.ปรอท และ/หรือความดันโลหิตไดแอสโตลิก (diastolic blood pressure, DBP) ≥ 85 มม. ปรอท ถือเป็นผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
3. เป็นผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมาแล้วอย่างน้อย 1 ปี

เกณฑ์การคัดออก

1. ไม่มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ เช่น ผู้ป่วยจิตเวช ผู้สูงอายุความจำเสื่อม
2. ไม่ยินดีเข้าร่วมและไม่ให้ความร่วมมือในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เป็นแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นให้ครอบคลุมเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ลักษณะทางประชากรและสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษารายได้ต่อเดือน สถานะสุขภาพและประสบการณ์

การเจ็บป่วย ได้แก่ ดัชนีมวลกาย ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคประจำตัวอื่น นอกจากโรคความดันโลหิตสูง วิธีการดูแลตนเองอื่นนอกจากการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลบ้านโป่งป่าป้อ และการรับประทานยาหรืออาหารเสริมเพิ่มเติม

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ประยุกต์จาก Jan Warren-Findlow and Rachel B. Seymour (2011) รวม 32 ข้อ ประกอบด้วย 6 ประเด็น ได้แก่

1. การใช้ยาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง
2. การบริโภคอาหารและเกลือ
3. กิจกรรมทางกาย
4. การสูบบุหรี่
5. การดื่มแอลกอฮอล์
6. การจัดการกับน้ำหนักตัวของตนเอง

ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ เป็นข้อคำถามทั้งด้านบวกและด้านลบคละกัน ให้กลุ่มตัวอย่างเลือกตอบ โดยลักษณะคำถามในประเด็น การใช้ยาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง การบริโภคเกลือ กิจกรรมทางกาย การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์และการจัดการน้ำหนักตัวของตนเอง ถามในระยะเวลา 7 วันที่ผ่านมา ว่ามีพฤติกรรมในเรื่องนั้นๆ ที่วัน

ประเด็น การจัดการกับน้ำหนักตนเอง เป็นลักษณะคำถามแสดงทัศนคติ ถามใน 1 เดือนที่ผ่านมา คุณมีความคิดเห็นกับพฤติกรรมสุขภาพเรื่องนั้นๆ ระดับใด แบ่งเป็น 5 ระดับ

เห็นด้วยอย่างมาก	5 คะแนน
เห็นด้วย	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างมาก	1 คะแนน

วิธีการให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับข้อคำถามในแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง แต่ละประเด็นมีวิธีการให้คะแนนแตกต่างกัน ดังนี้

1. การใช้ยา ใช้ 3 หัวข้อ

คำถามข้อ 1 - 3 กำหนดตัวเลขของวันในสุดสัปดาห์ของแต่ละบุคคล

- 1.1 กินยาลดความดันโลหิตตามแพทย์สั่ง
- 1.2 กินยาลดความดันโลหิตในเวลาเดียวกัน

1.3 กินยาลดความดันโลหิตตามจำนวนที่แพทย์แนะนำ

ให้คะแนนช่วง 0 - 21 โดยดู 3 ข้อในช่วง 7 วันที่ผ่านมาเพื่อพิจารณาการยึดมั่น ถ้าปฏิบัติตามครบใน 7 วันให้ คะแนน = 7 รวมทั้ง 3 ข้อ คะแนน = 21 แสดงว่ามีการยึดมั่น (คะแนน < 21 แสดงว่าไม่มีการยึดมั่น)

2. การบริโภคอาหารและเกลือ มีทั้งหมด 12 ข้อกำหนดหลักการปฏิบัติที่มีความสัมพันธ์กับการรับประทานเพื่อสุขภาพ ได้แก่ หลีกเลี่ยงการปรุงรสเค็มเพิ่มขณะทำอาหาร หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่เกลือโซเดียมเป็นส่วนประกอบ

9 ข้อจะเป็นการคัดค้าน/ปฏิเสธ ซึ่งเป็นหัวข้อด้านตรงกันข้ามกับ Coded หมายถึงคะแนนได้จากการคำนวณ ดังนี้

	คำถามเชิงบวก	คำถามเชิงลบ
ปฏิบัติตาม	1	0
ไม่ปฏิบัติ	0	1

คะแนน ≥ 6 แสดงว่ามีการยึดมั่น

3. กิจกรรมทางกาย กำหนด 2 หัวข้อ

3.1 ใน 7 วันที่ผ่านมา คุณมีกิจกรรมทางกายอย่างน้อย 30 นาที กี่วัน

3.2 ใน 7 วันที่ผ่านมาคุณมีการออกกำลังกายเพิ่มเติมระหว่างวัน เช่น วิ่ง เดินเร็ว ปั่นจักรยาน จากนั้นให้คะแนน คะแนน ≥ 8 แสดงว่ามีการยึดมั่น

4. การสูบบุหรี่ 1 หัวข้อ

ถามว่าใน 7 วันที่ผ่านมา คุณสูบบุหรี่ กี่วัน

หากตอบว่า 0 วันหรือไม่เคยสูบเลย แสดงว่ามีการยึดมั่น

5. การจัดการกับน้ำหนักตัวของตนเอง 10 หัวข้อ กำหนดกิจกรรม เช่น เห็นด้วยหรือไม่ว่าการออกกำลังกายช่วยลดน้ำหนักตัวหรือคงไว้ซึ่งน้ำหนักตัว

คำถาม : กิจกรรมที่จะจัดการกับน้ำหนักที่ผ่านมา 30 วัน แบ่งเป็น 5 ลำดับ

เห็นด้วยอย่างมาก 5 คะแนน

เห็นด้วย 4 คะแนน

ไม่แน่ใจ 3 คะแนน

ไม่เห็นด้วย 2 คะแนน

ไม่เห็นด้วยอย่างมาก 1 คะแนน

คะแนน ≥ 40 ซึ่งเป็นที่ยอมรับว่า สามารถจัดการกับน้ำหนักได้ดีแสดงว่ามีการยึดมั่น

6. การดื่มแอลกอฮอล์ กำหนด 3 หัวข้อ นำมาวิเคราะห์ อ้างอิงจาก JNC7 หากตอบว่า ใน 7 วันที่ผ่านมาไม่ได้ดื่ม หรือไม่เคยดื่มเลย แสดงว่ามีการยึดมั่น

การแปลผลการให้คะแนน จะพิจารณาแต่ละประเด็นแยกส่วน โดยดูว่าผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีการยึดมั่นในแต่ละประเด็นอย่างไร

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้ศึกษาสร้างแบบสอบถาม โดยประยุกต์จาก Jan, Warren-Findlow and Rachel B. Seymour (2011) คือ แบบสอบถาม H-scale (Hypertension Self-Care Activity Level Effects) รวม 32 ข้อ โดยให้เนื้อหาสอดคล้องกับบริบทชุมชน นำไปตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของเนื้อหา จำนวนที่ใช้ โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน จากนั้นปรับแก้ไขให้มีความเหมาะสมด้านเนื้อหา ความชัดเจนของภาษา ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2. การหาความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ (Reliability)

ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง ที่จะศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแม่เลียง ตำบลเสริมขวา อำเภอเสริมงาม จังหวัดลำปาง จำนวน 30 คน หลังจากนั้นนำไปหาความเชื่อมั่นในส่วนของพฤติกรรม的自我ดูแลตนเอง โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ถ้ามีค่าเท่ากับหรือมากกว่า 0.70 ถือว่า แบบสัมภาษณ์นั้นมีความเชื่อมั่นที่จะนำไปใช้ได้จริง

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษครั้งนี้ผู้ศึกษาจะนำโครงร่างการค้นคว้าอิสระเสนอต่อคณะกรรมการจริยธรรม สาขาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่และทำหนังสือขออนุญาตทำการศึกษา รวมทั้งได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีการศึกษา สิทธิในการเข้าร่วมการศึกษาโดยสมัครใจของกลุ่มตัวอย่าง ให้ประชากรที่ศึกษาทราบและเข้าถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างที่สามารถออกจากการศึกษาได้โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อกลุ่มตัวอย่างและผู้เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้ถือเป็นความลับส่วนบุคคล จะทำการเผยแพร่ผลการศึกษาในภาพรวม การเก็บข้อมูลจะเริ่มขึ้นเมื่อกลุ่มตัวอย่างแสดงความยินยอมเข้าร่วมการศึกษาเท่านั้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาคำเนินการเก็บข้อมูลโดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้ศึกษาคำเนินการขออนุมัติหนังสือ แนะนำตัวจากสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งป่าป้อ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียดการศึกษา ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. จัดเตรียมสถานที่และความพร้อมในการดำเนินกิจกรรม
3. ผู้ศึกษาพบกลุ่มประชากรที่เป็นกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ตรวจสอบคุณสมบัติกลุ่มประชากร ชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์ และให้กลุ่มประชากรลงนามยินยอมเข้าร่วมการศึกษา
4. ดำเนินกิจกรรมตามแผนที่กำหนดไว้
5. ผู้ศึกษาทำการตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูล
6. ผู้ศึกษารวบรวมประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูลเรียบร้อยแล้วจึงทำการกำหนดรหัสแล้วทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติวิเคราะห์ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. พฤติกรรมการดูแลตนเองทั้ง 6 ประเด็น ได้แก่ การใช้ยา การบริโภคอาหารและเกลือ กิจกรรมทางกาย การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ และการจัดการกับน้ำหนักตัวของตนเอง ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางประชากรและสังคม สถานะทางสุขภาพ และประสบการณ์การเจ็บป่วยกับการควบคุมความดันโลหิตโดยใช้สถิติ Chi-square และ Fisher's Exact
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการยึดมั่นต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองกับการควบคุมความดันโลหิต โดยใช้สถิติ Chi-square และ Fisher's Exact