

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การพัฒนาแบบแผนการรับประทานอาหารสำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว	
ผู้เขียน	นางสาวดวงเดือน บุคดา	
ปริญญา	พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)	
คณะกรรมการที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิวพร อึ้งวัฒนา รองศาสตราจารย์ ดร. วราภรณ์ บุญเชียง	อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

บทคัดย่อ

การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับโรคถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการควบคุมระดับความดันโลหิตในกลุ่มผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ทั้งนี้การรับประทานอาหารควรมีความสอดคล้องกับบริบทแวดล้อมและวิถีชีวิตของผู้ที่เป็นโรคด้วย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพัฒนา (Developmental research design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบแผนการรับประทานอาหารสำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้ โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวและศึกษาความเป็นไปได้ของการใช้แบบแผนในสภาพการณ์จริง ประชากรที่ศึกษาประกอบด้วย ผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้ 68 คน สมาชิกในครอบครัว 68 คน และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้แก่ อาสาสมัครสาธารณสุขเชิงวิชาชีพด้านการดูแลสุขภาพ และเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานโรคเรื้อรัง จำนวน 11 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามสถานการณ์การรับประทานอาหารของผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้ และสมาชิกในครอบครัว แนวคำถามการสนทนากลุ่ม สำหรับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน และแบบสอบถามความเป็นไปได้ของการใช้แบบแผนการรับประทานอาหาร สำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้ และ 2) เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษาในระยะนี้ คือ แผนกิจกรรมสำหรับการประชุมระดมสมองเพื่อพัฒนาแบบแผนการรับประทานอาหาร สำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ชนิดควบคุมไม่ได้ โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัยพบว่า จากการมีส่วนร่วมในทุกด้านของครอบครัวทำให้ได้แบบแผนการรับประทานอาหารสำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้ ที่มีชื่อแบบแผนว่า “กินหือดี กินหือล้า กินหือไกล โรคความดันโลหิตสูง” ที่มีสาระหลักของแผน 3 ประเด็น คือ “เพิ่มผัก” “ไม่หนักเค็ม” และ “กินพออิ่ม” และเมื่อนำแบบแผนการรับประทานอาหารสำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้ ที่พัฒนาขึ้นไปใช้ในสภาพการณ์จริง พบว่าแบบแผนฯมีความเหมาะสมกับบริบทวิถีชีวิต และการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงและสมาชิกครอบครัวในระดับปานกลาง (\bar{X} =2.50, S.D. =0.62 และ \bar{X} =2.47, S.D.= 0.61)

ข้อเสนอแนะจากการใช้แบบแผนฯ ได้แก่ ควรมีการเพิ่มเติมรายละเอียดในแต่ละข้อของแบบแผนฯ และควรปรับสื่อที่ใช้ประกอบการเผยแพร่แบบแผนฯ ให้มีความเหมาะสมมากขึ้น เพื่อประโยชน์ต่อการนำไปการรณรงค์ให้เกิดการปฏิบัติตัวตามแบบแผนฯอย่างต่อเนื่อง และการรณรงค์ต่อยอดในชุมชนรวมถึงควรมีการพัฒนาต่อยอดแบบแผนการรับประทานอาหารสำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงชนิดควบคุมไม่ได้นี้ ไปสู่การสร้างเมนูอาหารลดความดันโลหิตสูงที่สามารถทำได้ง่าย และใช้ผักในท้องถิ่นที่มีคุณสมบัติในการลดความดันโลหิตมาเป็นวัตถุดิบต่อไป

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Thesis Title	Development of Eating Pattern for People with Uncontrolled Hypertension Using Family Participation Approach	
Author	Miss Duangduen Budda	
Degree	Master of Nursing Science (Community Nurse Practitioner)	
Advisory Committee	Assistant Professor Dr. Siwaporn Aungwattana	Advisor
	Associate Professor Dr. Waraporn Boonchiang	Co-advisor

ABSTRACT

Eating is the essential factor which influence in controlled blood pressure level among hypertensive persons, as the result of this reason the eating pattern have to suit with the context and life style of these person. The developmental research design was used to conduct the study. This study aimed to develop eating pattern for people with uncontrolled hypertension using family participation based on the family participation concept from related literature reviewed and to study about feasibility of using the eating pattern in the real situation. The population in the study consisted of 1) People with uncontrolled hypertension 68 people, 2) The people with uncontrolled hypertension's family members 68 people, and 3) Healthcare volunteer villages who is health care expertise and primary health care hospital staff who has responsibility about chronic care disease 11 people. The study instruments comprised of 1) a questionnaires regarding eating situation of People with Uncontrolled Hypertension 2) a questionnaires regarding eating situation of the family member 3) focus group question outline for approach the healthcare volunteer villages and primary health care hospital staff 4) a questionnaires regarding feasibility of using the eating pattern in the real situation and 5) Developmental plan of the eating pattern for people with uncontrolled hypertension using family participation Approach. The data were analyzed using descriptive statistics and qualitative analysis.

The result of using the family participation approach to develop the eating pattern for people with uncontrolled hypertension consisted of 1) the eating pattern which compounded of three main ideas; increasing vegies consume, low salt consume and appropriated eating 2) the feasibility of using the eating pattern in the real situation showed that the eating pattern was suited with the uncontrolled hypertensive persons and their family member context and their life style moderately, the average feasibility score and the standard deviation of these issues is 2.50 and 2.47 (\bar{X} =2.50, S.D. =0.62 and \bar{X} =2.47, S.D.= 0.61) respectively. Therefore, the eating pattern have to add more detail and adjust some detail of the eating pattern mass media because of future benefits like for promote uncontrolled hypertensive persons and their family members to continue with the eating plan and promote this eating pattern in the community space. Moreover, in the future, the eating plan is should developed to become the hypertension recipe that using the local vegetables which action on lowering high blood pressure and a menu in the recipe should be easy for cooking.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved