

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการพยาบาลที่บ้าน ต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองและระดับความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิต ที่รับบริการในคลินิกความดันโลหิตสูง งานผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 58 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 28 คน และกลุ่มทดลอง 30 คน ระหว่างเดือนกันยายน พ.ศ. 2553 ถึง กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2554 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและผลดำเนินการ โปรแกรมการพยาบาลที่บ้าน นำเสนอในรูปแบบของการบรรยาย ตาราง และกราฟ แบ่งเป็น 7 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบลักษณะทั่วไปก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง
- ส่วนที่ 3 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ระดับความดันซิสโตลิก และระดับความดันไดแอสโตลิก ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะทดลองที่แตกต่างกัน
- ส่วนที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ภายในกลุ่มทดลอง และระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ในระยะทดลองที่แตกต่างกัน
- ส่วนที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ภายในกลุ่มทดลองและระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ในระยะทดลองที่แตกต่างกัน
- ส่วนที่ 6 เปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันไดแอสโตลิก ภายในกลุ่มทดลอง และระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ในระยะทดลองที่แตกต่างกัน
- ส่วนที่ 7 ผลดำเนินการ โปรแกรมการพยาบาลที่บ้าน

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้คือผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ที่รับบริการในคลินิกความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 58 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 28 คน และกลุ่มทดลอง 30 คน จำแนกข้อมูลทั่วไป และข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ ระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยโรค น้ำหนักตัว ดัชนีมวลกาย ระดับความดันโลหิต บุคคลในครอบครัวที่เป็นหลักในการดูแลสุขภาพผู้ป่วย กลุ่มยาที่ใช้รักษาความดันโลหิต จำนวนชนิดยาที่ใช้ควบคุมความดันโลหิต ดังตารางที่ 4.1 และ 4.2

ตารางที่ 4.1
จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ				
ชาย	12	42.9	13	43.3
หญิง	16	57.1	17	56.7
อายุ (ปี)				
31 – 40	1	3.6	1	3.3
41 – 50	1	3.6	0	0
51 – 60	7	25.0	7	23.4
61 – 70	11	39.2	15	50.0
71 – 80	7	25.0	6	20.0
81 – 90	1	3.6	1	3.3
	$\bar{X} = 64.11$	SD = 10.24	$\bar{X} = 64.4$	SD = 9.13
	Min = 34	Max = 82	Min = 36	Max = 81
สถานภาพสมรส				
โสด	0	0	1	3.3
คู่	19	67.9	16	53.4
หม้าย / หย่า / แยก	9	32.1	13	43.3
ระดับการศึกษา				
ต่ำกว่าระดับประถมศึกษา	0	0	2	6.6
ระดับประถมศึกษา	25	89.3	20	66.7
สูงกว่าระดับประถมศึกษา	3	9.7	8	26.7
อาชีพ				
ไม่ประกอบอาชีพ	7	25.0	12	40.0
รับจ้าง	5	17.9	3	10.0
ค้าขาย	5	17.9	6	20.0
รับราชการ	0	0	3	10.0
เกษตรกรกรรม	9	32.1	3	10.0
อื่นๆ	2	7.1	3	10.0

จากตารางที่ 4.1 กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง โดยกลุ่มควบคุม ร้อยละ 57.1 กลุ่มทดลอง ร้อยละ 56.7 กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 64.11 ปี (SD = 10.24) และ 64.40 ปี (SD = 9.13) ตามลำดับ และพบอายุในช่วง 61 – 70 ปี มากที่สุด ร้อยละ 39.3 และ 50 ตามลำดับ สำหรับสถานภาพสมรส ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ รองลงมาเป็นสถานภาพสมรสหย่า แยก กลุ่มควบคุม ร้อยละ 67.9 และ 32.1 ตามลำดับ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 53.3 และ 43.3 ตามลำดับ

ระดับการศึกษาส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม อยู่ในระดับประถมศึกษา กลุ่มควบคุม ร้อยละ 89.3 กลุ่มทดลอง คิดเป็นร้อยละ 66.7 กลุ่มควบคุมมีอาชีพเกษตรกรมากที่สุด ร้อยละ 32.1 รองลงมา คือ ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 25.0 ส่วนกลุ่มทดลอง ไม่ได้ประกอบอาชีพมากที่สุด ร้อยละ 40.0 รองลงมา ประกอบอาชีพค้าขาย ร้อยละ 20.0

ตารางที่ 4.2

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ ของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง (ปี)				
น้อยกว่า 5 ปี	19	67.9	14	46.7
5 – 9	3	10.7	13	43.3
10 – 14	6	21.4	3	10.0
	$\bar{X} = 5.39$ SD = 3.98		$\bar{X} = 4.93$ SD = 3.52	
	Min = 1	Max = 14	Min = 1	Max = 14
ระดับความรุนแรงของโรค				
ความดันโลหิตสูงระดับ 1	24	85.7	26	86.7
ความดันโลหิตสูงระดับ 2	4	14.3	4	13.3
ระดับความดันโลหิต (มิลลิเมตรปรอท)				
ความดันซิสโตลิก	$\bar{X} = 138.00$ SD = 8.92		$\bar{X} = 140.60$ SD = 11.02	
	Min = 120	Max = 160	Min = 120	Max = 160

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความดันไดแอสโตลิก	$\bar{X} = 91.36$ SD = 4.31 Min = 80 Max = 100		$\bar{X} = 89.90$ SD = 4.07 Min = 80 Max = 100	
ดัชนีมวลกาย (กิโลกรัมต่อตารางเมตร)				
น้อยกว่า 18	2	7.1	1	3.3
18.00 – 22.99	6	21.5	9	30.0
23.00 - 24.99	2	7.1	7	23.3
25.00 - 29.99	16	57.2	10	33.4
มากกว่า 30	2	7.1	3	10.0
	$\bar{X} = 25.09$ SD = 4.16 Min = 13.74 Max = 33.30		$\bar{X} = 25.35$ SD = 4.45 Min = 15.76 Max = 41.44	
บุคคลในครอบครัวที่เป็นหลักในการดูแลสุขภาพผู้ป่วย				
บุตร	10	35.7	12	40.0
คู่สมรส	15	53.6	13	43.3
บิดา/ มารดา	0	0	1	3.3
ญาติ	3	10.7	4	13.4
4กลุ่มของยาลดความดันโลหิตที่ได้รับ				
diuretics	19	67.86	22	73.33
beta-adrenergic receptor blockers	12	42.86	10	33.33
calcium channel blockers	4	14.29	10	33.33
angiotensin receptor blockers	1	3.57	2	6.67
angiotensin converting enzyme inhibitors	12	48.86	9	30.00
จำนวนยาลดความดันโลหิตที่ได้รับ				
1 ชนิด	7	25.00	9	30.00
2 ชนิด	16	57.14	17	56.67
3 ชนิด	5	17.86	4	13.33

จากตารางที่ 4.2 กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูงเฉลี่ย 5.39 ปี (SD = 3.98) และ 4.93 ปี (SD = 3.52) ตามลำดับ และพบระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูงน้อยกว่า 5 ปี มากที่สุด ร้อยละ 67.9 และ 46.7 ตามลำดับ ระดับความรุนแรงของโรค ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่เป็นความดันโลหิตสูงระดับ 1 ร้อยละ 85.7 และ 86.7 ตามลำดับ โดยค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก และระดับความดันไดแอสโตลิก ของกลุ่มควบคุม 138 มิลลิเมตรปรอท (SD = 8.92) และ 91.36 มิลลิเมตรปรอท (SD = 4.31) ตามลำดับ ของกลุ่มทดลอง 140.60 มิลลิเมตรปรอท (SD = 11.02) และ 89.90 มิลลิเมตรปรอท (SD = 4.07) ตามลำดับ

กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่าดัชนีมวลกาย เฉลี่ย 25.09 กิโลกรัมต่อตารางเมตร (SD = 4.16) และ 25.35 กิโลกรัมต่อตารางเมตร (SD = 4.45) ตามลำดับ และพบค่าดัชนีมวลกาย ในช่วง 25.00 - 29.99 กิโลกรัมต่อตารางเมตร มากที่สุด ร้อยละ 57.1 และ 33.3 ตามลำดับ บุคคลในครอบครัวที่เป็นหลักในการดูแลสุขภาพผู้ป่วย ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง เป็นคู่สมรส มากที่สุด ร้อยละ 53.6 และ 43.3 ตามลำดับ และรองลงมา เป็นบุตร ร้อยละ 35.7 และ 40.0 ตามลำดับ กลุ่มควบคุมและ กลุ่มทดลองส่วนใหญ่ได้รับยาขับปัสสาวะ ร้อยละ 67.86 และ 73.33 ตามลำดับ และส่วนใหญ่ได้รับยาลดความดันโลหิต 2 ชนิด คือ ร้อยละ 57.14 และ 56.67 ตามลำดับ

4.2 เปรียบเทียบลักษณะทั่วไปก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 4.3

เปรียบเทียบความแตกต่างของข้อมูลทั่วไปก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Independent t – test

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t	p-value
	(n = 28)		(n = 30)			
	Mean	SD	Mean	SD		
อายุ	64.11	10.24	64.40	9.13	.12	.909
ระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง(ปี)	5.39	3.98	4.93	3.52	-.47	.643
ระดับความดันซิสโตลิก	138.00	8.92	140.60	11.00	.98	.330

จากตารางที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของข้อมูลทั่วไปและข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ ก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Independent t-test พบว่า อายุ ระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง และระดับความดันซิสโตลิก ก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ไม่แตกต่างกัน ส่วนระดับความดันไดแอสโตลิก จากการทดสอบการกระจายของข้อมูลระดับความดันไดแอสโตลิก ก่อนการทดลอง พบว่ามีการกระจายไม่เป็นแบบปกติ ผู้วิจัยจึงเปรียบเทียบ ความแตกต่างของระดับความดันไดแอสโตลิก ก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Mann – Whitney U พบว่า ระดับความดันไดแอสโตลิก ($\bar{X} = 91.36$, $SD = 4.31$) ก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ไม่แตกต่างกัน ($Z = -1.28$ $p = .202$) ดังตารางที่ 4.14

4.3 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ระดับความดันซิสโตลิกและระดับความดันไดแอสโตลิก ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองในระยะทดลองที่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.4

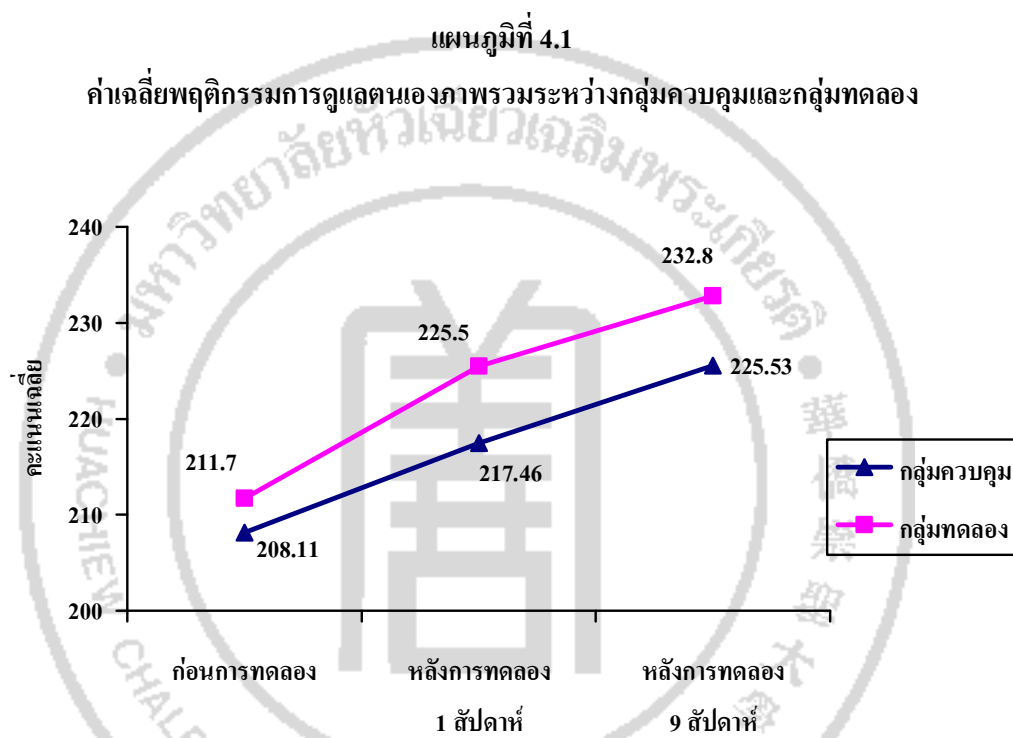
ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มควบคุม
และกลุ่มทดลอง

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)	
	Mean	SD	Mean	SD
พฤติกรรมการดูแลตนเอง - ภาพรวม (คะแนนเต็ม 250)				
ก่อนการทดลอง	208.11	21.32	211.70	19.22
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	217.46	20.57	225.50	11.08
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	225.53	18.36	232.80	11.22
- ด้านการควบคุมอาหารและ ควบคุมน้ำหนัก (คะแนนเต็ม 60)				
ก่อนการทดลอง	44.39	8.24	45.67	6.99
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	48.00	6.95	50.67	4.68
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	51.00	6.50	53.67	4.20

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

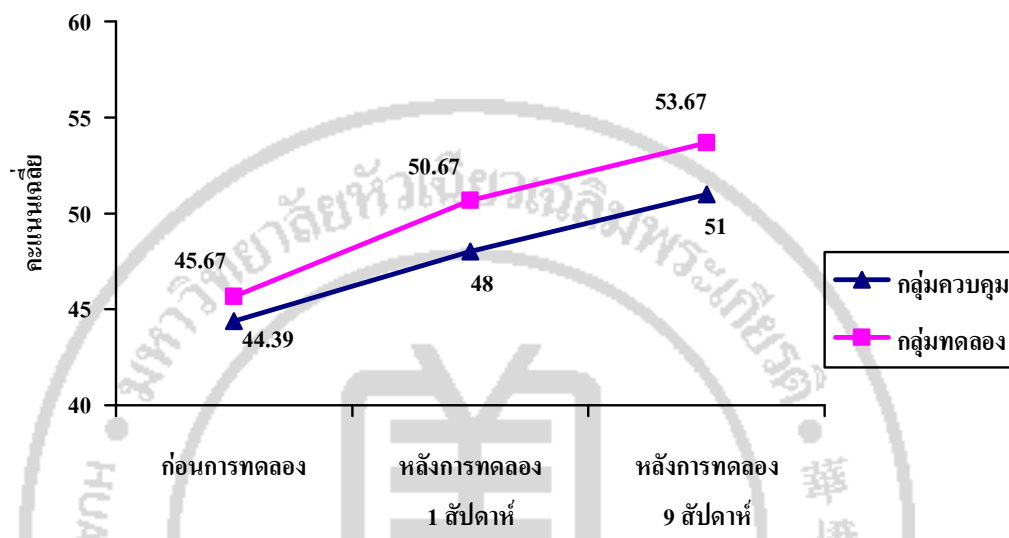
ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)	
	Mean	SD	Mean	SD
- ด้านการออกกำลังกาย (คะแนนเต็ม 20)				
ก่อนการทดลอง	14.68	4.75	14.30	4.77
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	16.18	4.15	16.43	3.11
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	16.64	3.75	17.67	2.80
- ด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัด (คะแนนเต็ม 60)				
ก่อนการทดลอง	54.39	3.86	54.90	6.36
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	56.14	3.79	57.10	3.32
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	57.54	2.81	58.40	1.89
- ด้านการจัดการกับความเครียด (คะแนนเต็ม 40)				
ก่อนการทดลอง	32.89	4.83	34.37	3.94
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	33.71	4.37	35.90	3.21
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	35.46	3.89	36.63	3.06
- ด้านการลดปัจจัยเสี่ยง (คะแนนเต็ม 30)				
ก่อนการทดลอง	26.68	4.05	27.27	3.93
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	27.04	3.33	28.07	3.18
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	27.68	3.01	28.47	2.42
- ด้านการติดตามผลการรักษาและ ผลการดูแลตนเอง (คะแนนเต็ม 40)				
ก่อนการทดลอง	35.07	3.95	35.20	4.98
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	36.39	3.81	37.33	2.47
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	37.21	3.33	37.97	2.59

จากตารางที่ 4.4 พบว่า หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองทั้งภาพรวม และรายด้านทุกด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมอาหารและควบคุมน้ำหนัก ด้านการออกกำลังกาย ด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัด ด้านการจัดการกับความเครียด ด้านการลดปัจจัยเสี่ยง และด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเอง สูงกว่าก่อนการทดลอง ดังแผนภูมิที่ 4.1 – 4.7



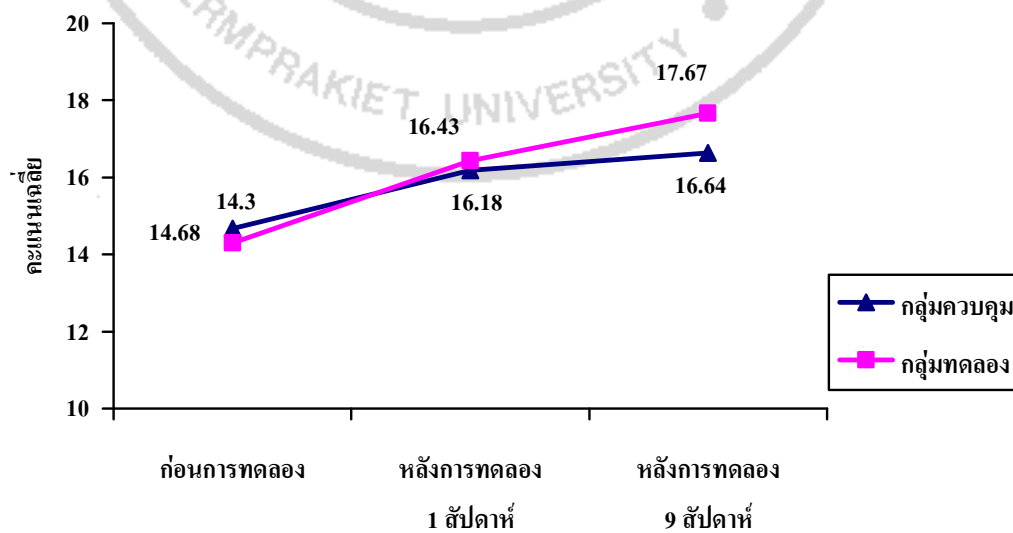
แผนภูมิที่ 4.2

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหารและควบคุมน้ำหนัก
ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



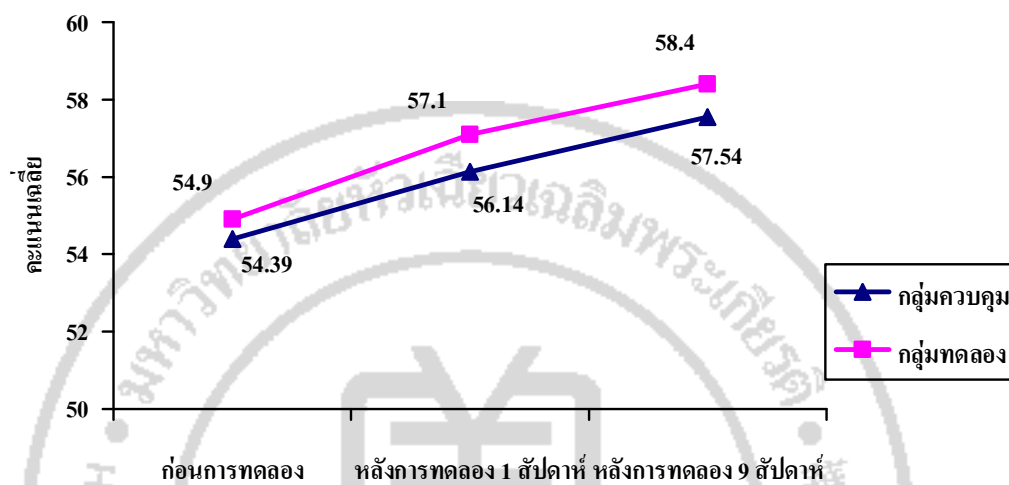
แผนภูมิที่ 4.3

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการออกกำลังกายระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



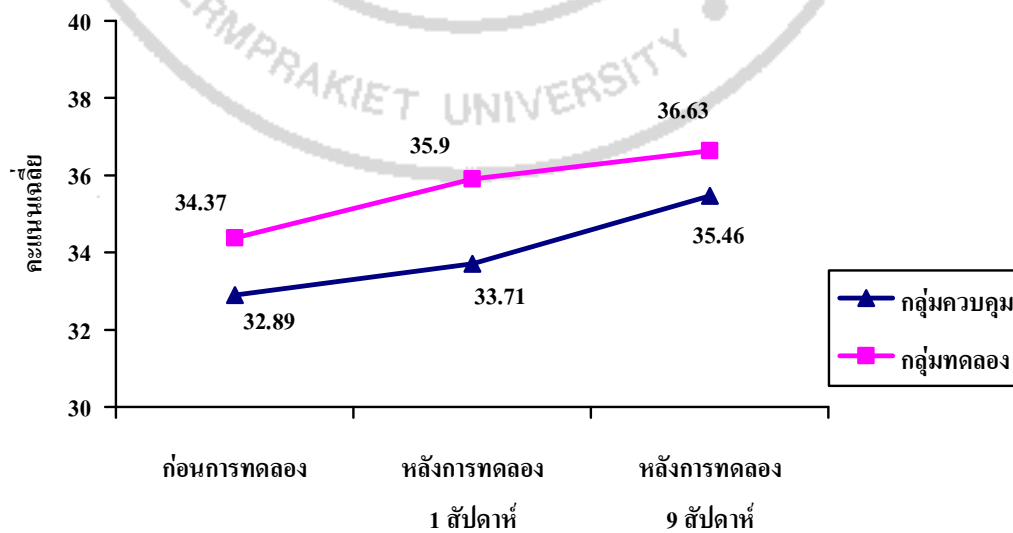
แผนภูมิที่ 4.4

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัด ระหว่าง
กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



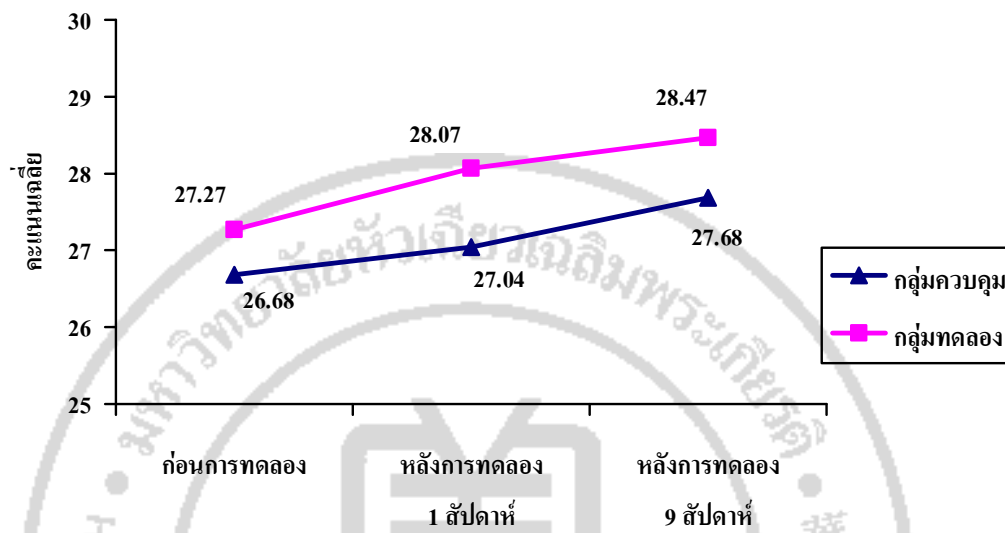
แผนภูมิที่ 4.5

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการจัดการความเครียดระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



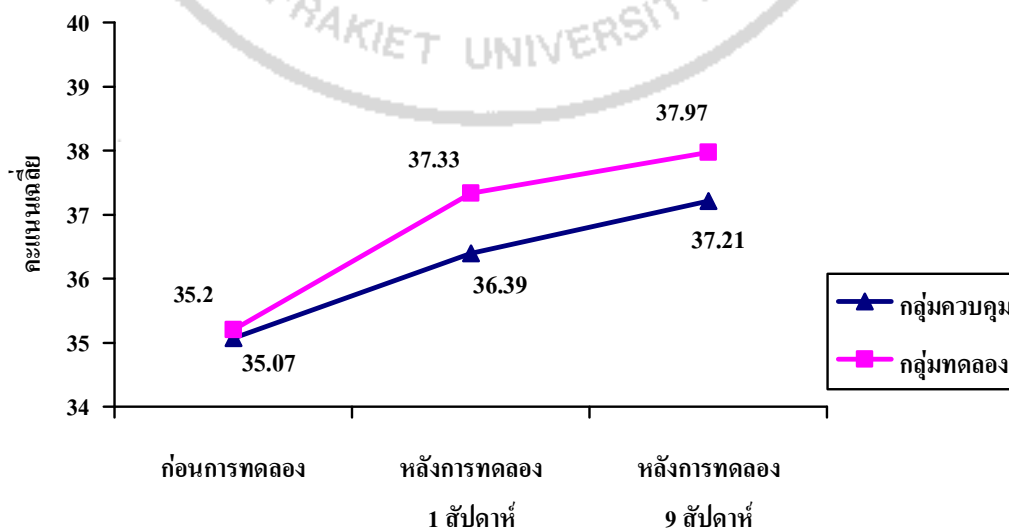
แผนภูมิที่ 4.6

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการลดปัจจัยเสี่ยง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



แผนภูมิที่ 4.7

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเอง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



ตารางที่ 4.5

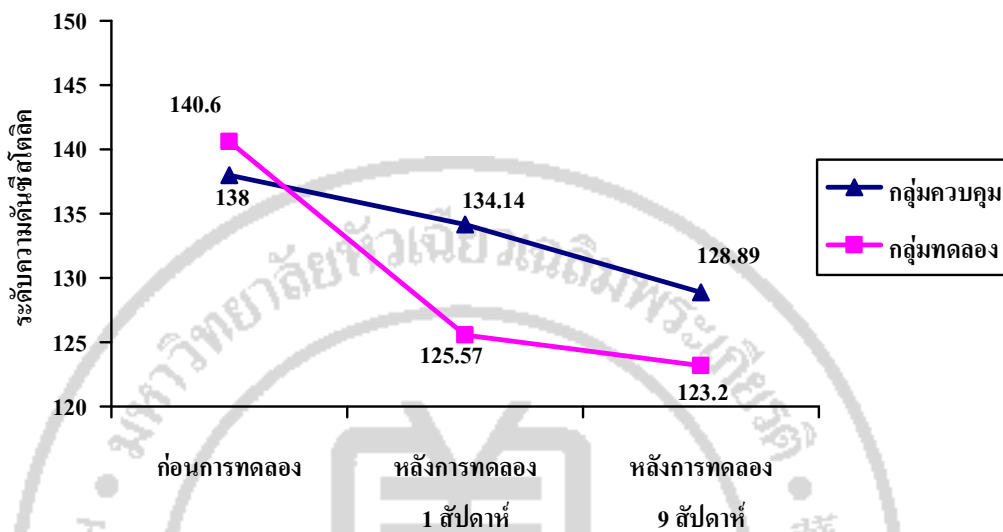
ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับความดันซิสโตลิก และระดับความดันไดแอสโตลิก
ของกุ่มควบคุมและกุ่มทดลอง

ข้อมูล	กุ่มควบคุม (n = 28)		กุ่มทดลอง (n = 30)	
	Mean	SD	Mean	SD
ความดันซิสโตลิก				
ก่อนการทดลอง	138.00	8.92	140.60	11.02
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	134.14	14.30	125.57	10.56
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	128.89	10.06	123.20	13.96
ความดันไดแอสโตลิก				
ก่อนการทดลอง	91.36	4.31	89.90	4.07
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	87.11	7.18	80.73	6.64
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	82.61	4.94	78.50	7.21

จากตารางที่ 4.4 พบว่าหลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ กุ่มควบคุมและ กุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิกและค่าเฉลี่ยระดับความดันไดแอสโตลิกต่ำกว่าก่อนการทดลอง ดังแผนภูมิที่ 4.8 – 4.9

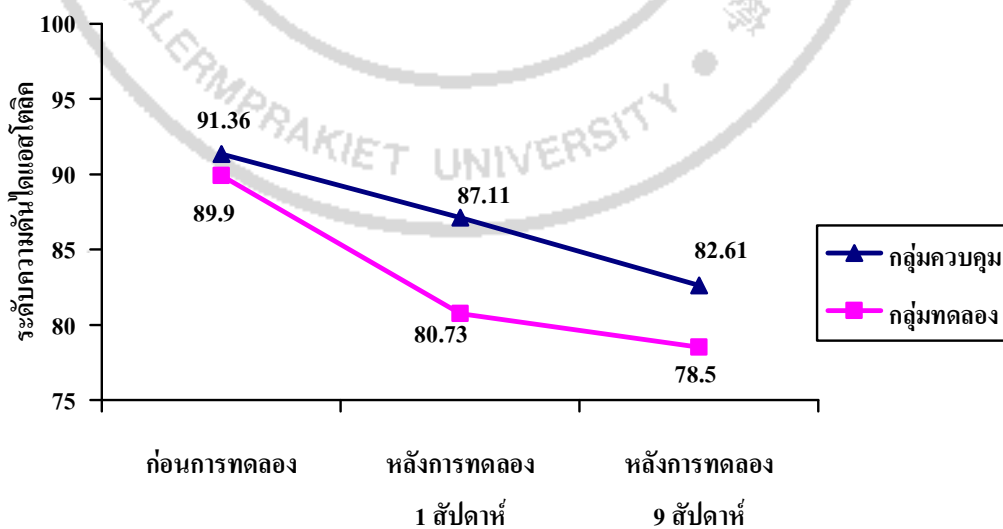
แผนภูมิที่ 4.8

ค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



แผนภูมิที่ 4.9

ค่าเฉลี่ยระดับความดันไดแอสโตลิก ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง



4.4 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ภายในกลุ่มทดลอง และระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ในระยะทดลองที่แตกต่างกัน

จากการทดสอบการกระจายของข้อมูลพฤติกรรมการดูแลตนเองภาพรวม ก่อนการทดลอง พบว่ามีการกระจายแบบปกติ ผู้วิจัยจึงเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ในกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Repeated Measures ANOVA และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Independent t – test

ตารางที่ 4.6

เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเอง ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะทดลองที่แตกต่างกัน ด้วยสถิติ Repeated Measures ANOVA

ข้อมูล	ก่อนการทดลอง (n = 30)		หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ (n = 30)		หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ (n = 30)		F	p-value
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD		
พฤติกรรมการดูแลตนเอง								
- ภาพรวม	211.70	19.22	225.50	11.08	232.80	11.22	32.61	< .001
- ด้านการควบคุมอาหาร และควบคุมน้ำหนัก	45.67	6.99	50.67	4.68	53.67	4.20	50.75	< .001
- ด้านการออกกำลังกาย	14.30	4.77	16.43	3.11	17.67	2.80	18.84	< .001
- ด้านการรับประทานยา และตรวจตามนัด	54.90	6.36	57.10	3.32	58.40	1.89	9.60	< .001
- ด้านการจัดการกับ ความเครียด	34.37	3.94	35.90	3.21	36.63	3.06	11.03	<.001
- ด้านการลดปัจจัยเสี่ยง	27.27	3.93	28.07	3.18	28.47	2.42	3.80	.028
- ด้านการติดตามผลการ รักษาและผลการดูแล ตนเอง	35.20	4.98	37.33	2.47	37.97	2.59	9.74	<.001

จากตารางที่ 4.6 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเอง ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Repeated Measures ANOVA สรุปผลได้ดังนี้

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองภาพรวม ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหารและควบคุมน้ำหนัก ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการออกกำลังกาย ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัด ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการจัดการกับความเครียด ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเอง ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการลดปัจจัยเสี่ยง ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เนื่องจากผลการศึกษาพบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองภาพรวม และค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองรายด้านทุกด้าน ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ จึงต้องทำการเปรียบเทียบพหุคูณเพื่อทดสอบว่า คู่ใดบ้างที่มีความแตกต่างกันต่อไป ดังตารางที่ 4.7

ตารางที่ 4.7
เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มทดลอง
ในระบะทดลองที่แตกต่างกัน ด้วยสถิติ Pairwise Comparisons

ข้อมูล	Mean	SD	Mean Difference	p-value
พฤติกรรมการดูแลตนเอง				
-ภาพรวม				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	211.70	19.22	-13.80	<.001
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	225.50	11.08		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	211.70	19.22	-21.10	<.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	232.80	11.22		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	225.50	11.08	-7.30	<.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	232.80	11.22		
-ด้านการควบคุมอาหารและความชุ่มชื้น				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	45.67	6.99	-5.00	<.001
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	50.67	4.68		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	45.67	6.99	-8.00	<.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	53.67	4.20		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	50.67	4.68	-3.00	<.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	53.67	4.20		
-ด้านการออกกำลังกาย				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	14.30	4.77	-2.13	<.001
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	16.43	3.11		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	14.30	4.77	-3.37	<.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	17.67	2.80		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	16.43	3.11	-1.23	.004
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	17.67	2.80		

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ข้อมูล	Mean	SD	Mean Difference	p-value
-ด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัด				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	54.90	6.36	-2.20	.003
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	57.10	3.32		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	54.90	6.36	-3.50	.004
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	58.40	1.89		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	57.10	3.32	-1.30	.013
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	58.40	1.89		
-ด้านการจัดการกับความเครียด				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	34.37	3.94	-1.53	.007
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	35.90	3.21		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	34.37	3.94	-2.27	.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	36.63	3.06		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	35.90	3.21	-.73	.012
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	36.63	3.06		
-ด้านการลดปัจจัยเสี่ยง				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	27.27	3.93	-.80	.115
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	28.07	3.18		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	27.27	3.93	-1.20	.033
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	28.47	2.42		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	28.07	3.18	-4.00	.110
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	28.47	2.42		

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ข้อมูล	Mean	SD	Mean Difference	p-value
-ด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเอง				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	35.20	4.98	-2.13	.007
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	37.33	2.47		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	35.20	4.98	-2.77	.003
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	37.97	2.59		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	37.33	2.47	-.63	.007
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	37.97	2.59		

จากตารางที่ 4.7 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเอง ของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ทำการ Pairwise Comparisons ด้วยวิธี Least Significant Difference (LSD) สรุปผลได้ดังนี้

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองภาพรวม และค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหารและควบคุมน้ำหนัก ของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสูงกว่าหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการออกกำลังกาย ของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสูงกว่าหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัดของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่าหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองด้านการจัดการกับความเครียด ของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่า หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองด้านการลดปัจจัยเสี่ยง ของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ กับก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ กับหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเองของ กลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ สูงกว่าหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าว จะพบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองภาพรวมและทุกราย ด้าน ของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ เมื่อเปรียบเทียบกับหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ มีค่าเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองดีขึ้น แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองยังสามารถรักษาพฤติกรรม การดูแลตนเองที่เหมาะสมให้คงอยู่ แม้จะเสร็จสิ้น โปรแกรมการพยาบาลที่บ้านแล้ว

ตารางที่ 4.8

เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเอง ระหว่างกลุ่มควบคุมและ
กลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Independent t – test

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)		t	p-value
	Mean	SD	Mean	SD		
พฤติกรรมกรรมการดูแลตนเอง						
- ภาพรวม						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	217.46	20.57	225.50	11.08	1.83	.074
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	225.53	18.36	232.80	11.22	1.80	.078
- ด้านการควบคุมอาหารและ ควบคุมน้ำหนัก						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	48.00	6.95	50.67	4.68	1.70	.095
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	51.00	6.50	53.67	4.20	1.84	.072
- ด้านการออกกำลังกาย						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	16.18	4.15	16.43	3.11	.27	.791
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	16.64	3.75	17.67	2.80	1.18	.242
- ด้านการรับประทานยาและ ตรวจตามนัด						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	56.14	3.79	57.10	3.32	1.03	.309
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	57.54	2.81	58.40	1.89	1.37	.178
- ด้านการจัดการกับความเครียด						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	33.71	4.37	35.90	3.21	2.17	.035
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	35.46	3.89	36.63	3.06	1.28	.207
- ด้านการลดปัจจัยเสี่ยง						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	27.04	3.33	28.07	3.18	1.21	.233
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	27.68	3.01	28.47	2.42	1.10	.274

ตารางที่ 4.8 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)		t	p-value
	Mean	SD	Mean	SD		
- ด้านการติดตามผลการรักษา และผลการดูแลตนเอง						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	36.39	3.81	37.33	2.47	1.11	.274
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	37.21	3.33	37.97	2.59	.96	.344

จากตารางที่ 4.8 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเอง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Independent t – test สรุปผลได้ดังนี้

ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองภาพรวม และค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองรายด้านทุกด้าน ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองด้านการจัดการกับความเครียด ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.5 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ภายในกลุ่มทดลอง และระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ในระยะทดลองที่แตกต่างกัน

จากการทดสอบการกระจายของข้อมูลระดับความดันซิสโตลิก ก่อนการทดลอง พบว่ามี การกระจายแบบปกติ ผู้วิจัยจึงเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ในกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Repeated Measures ANOVA และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับ ความดันซิสโตลิก ระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Independent t – test

ตารางที่ 4.9

เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะทดลอง ที่แตกต่างกัน ด้วยสถิติ Repeated Measures ANOVA

ข้อมูล	ก่อนการทดลอง (n = 30)		หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ (n = 30)		หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ (n = 30)		F	p-value
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD		
ความดันซิสโตลิก	140.60	11.02	125.57	10.56	123.20	13.96	39.33	< .001

จากตารางที่ 4.8 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Repeated Measures ANOVA สรุปผลได้ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

เนื่องจากผลการศึกษพบว่าค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ จึงต้องทำการเปรียบเทียบพหุคูณเพื่อทดสอบว่าคู่ใดบ้างที่มีความแตกต่างกันต่อไป ดังตารางที่ 4.10

ตารางที่ 4.10
เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ของกลุ่มทดลอง
ในระยะ ทดลอง ที่แตกต่างกัน ด้วยสถิติ Pairwise Comparisons

ข้อมูล	Mean	SD	Mean Difference	p-value
ความดันซิสโตลิก				
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	140.60	11.02	15.03	<.001
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	125.57	10.56		
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	140.60	11.02	17.40	<.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	123.20	13.96		
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	125.57	10.56	2.37	.307
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	123.20	13.96		

จากตารางที่ 4.10 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ทำการ Pairwise Comparisons ด้วยวิธี Least Significant Difference (LSD) สรุปผลได้ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ ต่ำกว่า ก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ ต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แต่หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกับ หลังการทดลอง 1 สัปดาห์

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าว จะพบว่าค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนการทดลองมีความแตกต่างกัน และเมื่อเปรียบเทียบกับหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ไม่แตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองยังสามารถรักษาระดับความดันซิสโตลิกให้คงอยู่ในเกณฑ์ปกติ แม้จะเสร็จสิ้น โปรแกรมการพยาบาลที่บ้านแล้ว

ตารางที่ 4.11

เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Independent t – test

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)		t	p-value
	Mean	SD	Mean	SD		
ความดันซิสโตลิก						
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	134.14	14.30	125.57	10.56	-2.61	.012
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	128.89	10.06	123.20	13.96	-1.77	.082

จากตารางที่ 4.11 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ด้วยสถิติ Independent t – test สรุปผลได้ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระดับความดันซิสโตลิก ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนหลังการทดลอง 9 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน

4.6 เปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันไดแอสโตลิกภายในกลุ่มทดลองและระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองในระยะทดลองที่แตกต่างกัน

จากการทดสอบการกระจายของข้อมูลระดับความดันไดแอสโตลิก ก่อนการทดลอง พบว่ามีการกระจายไม่เป็นแบบปกติ ผู้วิจัยจึงเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันไดแอสโตลิกในกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Friedman และเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันไดแอสโตลิกระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Mann – Whitney U

ตารางที่ 4.12

เปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันโลหิตภายในกลุ่มทดลอง
ในระยษะทดลองที่แตกต่างกัน ด้วยสถิติ Friedman

ข้อมูล	ก่อนการทดลอง (n = 30)	หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ (n = 30)	หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ (n = 30)	Chi-Square	p-value
	Mean Rank	Mean Rank	Mean Rank		
ความดันโลหิต	2.83	1.65	1.52	39.40	< .001

จากตารางที่ 4.12 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันซิสโตลิกภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Friedman สรุปผลได้ดังนี้

ระดับความดันโลหิตภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

เนื่องจากผลการศึกษาพบว่าระดับความดันโลหิตภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ จึงต้องทำการเปรียบเทียบพหุคูณเพื่อทดสอบว่าคู่ใดบ้างที่มีความแตกต่างกันต่อไป ดังตารางที่ 4.13

ตารางที่ 4.13
เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของระดับความดันโลหิตซิสโตลิก ของกลุ่มทดลอง
ในระยะเวลาทดลองที่แตกต่างกัน

ข้อมูล	Mean Rank	Sum of Rank	q	$q_{.05,29,3}$	สรุป
ความดันโลหิตซิสโตลิก					
ระยะที่ 1 ก่อนการทดลอง	2.83	84.9	6.46	3.49	reject H_0
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	1.65	49.5			
ระยะที่ 2 ก่อนการทดลอง	2.83	84.9	7.18	3.49	reject H_0
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	1.52	45.6			
ระยะที่ 3 หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	1.65	49.5	.71	3.49	accept H_0
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	1.52	45.6			

จากตารางที่ 4.13 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของระดับความดันโลหิตซิสโตลิก ของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ โดยใช้สูตรคำนวณหาค่า q

$$\text{จากสูตร } q = \frac{T_i - T_j}{SE}$$

$$T = \text{Mean Rank} \times n$$

$$SE = \sqrt{\frac{nk(k+1)}{12}}$$

n หมายถึง จำนวนตัวอย่าง

k หมายถึง จำนวนกลุ่มศึกษา

$q_{\alpha, \gamma, k}$ หมายถึง ค่าที่ได้จากการเปิดตาราง (อรุณ จิรวินน์กุล, 2552)

γ หมายถึง ค่าองศาแห่งความอิสระ (n - 1)

หากค่า q ที่คำนวณได้มากกว่าค่า $q_{\alpha, \gamma, k}$ ที่ได้จากตาราง แสดงว่า ปฏิเสธสมมติฐานนัย (Null Hypothesis) นั่นคือ ระดับความดันไดแอสโตลิกรายคู่ที่ทดสอบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ α ที่กำหนด

หากค่า q ที่คำนวณได้น้อยกว่าค่า $q_{\alpha, \gamma, k}$ ที่ได้จากตาราง แสดงว่า ยอมรับสมมติฐานนัย นั่นคือ ระดับความดันไดแอสโตลิกรายคู่ที่ทดสอบ ไม่แตกต่างกัน (ปาริชาติ โรจน์พลากร – กุ๊ช และยวดี ฤชา, 2549)

การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของระดับความดันไดแอสโตลิก ของกลุ่มทดลอง ในระหว่างการทดลองที่ต่างกัน (ตารางที่ 4.13) สรุปผลได้ดังนี้

ระดับความดันไดแอสโตลิกของกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ ต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่หลังการทดลอง 9 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกับหลังการทดลอง 1 สัปดาห์

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าว จะพบว่าระดับความดันไดแอสโตลิกของกลุ่มทดลองหลังการทดลอง 9 สัปดาห์ เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนการทดลองมีความแตกต่างกัน และเมื่อเปรียบเทียบกับหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ไม่แตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองยังสามารถรักษาระดับความดันไดแอสโตลิกให้คงอยู่ แม้จะเสร็จสิ้นโปรแกรมการพยาบาลที่บ้านแล้ว

ตารางที่ 4.14

เปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันไดแอสโตลิก ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Mann – Whitney U

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม (n = 28)		กลุ่มทดลอง (n = 30)		Z	p-value
	Mean Rank	Sum of Ranks	Mean Rank	Sum of Ranks		
ความดันไดแอสโตลิก						
ก่อนการทดลอง	32.02	896.50	27.15	814.50	-1.28	.202
หลังการทดลอง 1 สัปดาห์	36.59	1024.50	22.88	686.50	-3.20	.001
หลังการทดลอง 9 สัปดาห์	33.89	949.00	25.40	762.00	-2.34	.019

จากตารางที่ 4.14 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความดันโลหิตระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Mann – Whitney U สรุปผลได้ดังนี้

ระดับความดันโลหิต ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลอง ไม่แตกต่างกัน ส่วนระยะหลังการทดลอง 1 และ 9 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และ .05 ตามลำดับ

4.7 ผลดำเนินการโปรแกรมการพยาบาลที่บ้าน

การดำเนิน โปรแกรมการพยาบาลที่บ้าน โดยประยุกต์ทฤษฎีการบรรลุเป้าหมายของกิจผู้วิจัยได้ให้การพยาบาลที่บ้าน 4 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 1, 2, 4 และ 7 โดยวางแผนการเยี่ยมแต่ละครั้ง ประมาณ 1 ชั่วโมงหรือขึ้นอยู่กับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัว จากการดำเนิน โปรแกรมการพยาบาลที่บ้าน พบว่าการปฏิสัมพันธ์ในการพยาบาลที่บ้านครั้งแรก ใช้เวลาประมาณ 1.5 – 2 ชั่วโมง เนื่องจากต้องใช้เวลาในการสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้กลุ่มทดลองและครอบครัวเกิดความไว้วางใจ ซึ่งจะนำไปสู่การประเมินโน้ตสนและการแลกเปลี่ยนข้อมูลต่อไป สำหรับการพยาบาลที่บ้านครั้งที่ 2 – 4 ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ในโปรแกรมการพยาบาลที่บ้านผู้วิจัยได้แลกเปลี่ยนการรับรู้กับผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลตนเองในการควบคุมภาวะความดันโลหิตสูง ร่วมกันค้นหาปัญหา ตั้งเป้าหมาย และหาวิธีแก้ปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลตนเอง โดยบันทึกในแบบบันทึกแผนกิจกรรมเพื่อบรรลุเป้าหมายการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยและครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยนำข้อมูลวิเคราะห์พฤติกรรมดูแลตนเองของกลุ่มทดลองได้รายละเอียด ดังนี้

1. พฤติกรรมดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหารและควบคุมน้ำหนัก พบว่ากลุ่มทดลองมีปัญหาการรับประทานอาหารที่มีโซเดียมสูง การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง และการควบคุมน้ำหนัก รายละเอียดของแต่ละปัญหา เป้าหมายและวิธีการเพื่อบรรลุเป้าหมาย เป็นดังนี้

1.1 ปัญหาการรับประทานอาหารที่มีโซเดียมสูง กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมเพิ่มเติม น้ำปลาในอาหารที่ปรุงสำเร็จแล้วระหว่างการรับประทานอาหาร มีการใช้เครื่องปรุงหลายชนิดในการประกอบอาหาร รับประทานอาหารแปรรูปที่มีโซเดียมสูงเป็นประจำ ได้แก่ ปลาเค็ม อาหารทะเลตากแห้ง ไข่เค็ม ผักกาดกระป๋อง และผลไม้ดอง รับประทานผลไม้กับน้ำจิ้มพริกเกลือหรือกะปิเป็นประจำ และในบางครั้งครัวมักจะทำอาหารสำเร็จรูปรับประทาน เช่น แกงถุน ก๋วยเตี๋ยว อาหารตามสั่ง ซึ่งเป็นอาหารที่ไม่สามารถควบคุมปริมาณโซเดียมได้ และมักจะมีโซเดียมสูงเป็นส่วนใหญ่ และจากการแลกเปลี่ยนการรับรู้ระหว่างผู้วิจัย กับกลุ่มทดลองและครอบครัว พบว่า

นอกจากความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับปริมาณโซเดียมในอาหารแล้ว ปัญหาที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ การรับรู้รสชาติอาหาร ซึ่งกลุ่มทดลองและครอบครัว เคยชินกับการรับประทานอาหารที่มีรสชาติเค็ม จึงตัดสินใจว่าอาหารที่ตนเองรับประทานเป็นอาหารที่ไม่เค็ม ซึ่งจากการให้การพยาบาลที่บ้าน ผู้วิจัยทดลองชิมอาหารของกลุ่มทดลอง พบว่ามีรสชาติเค็มในหลายครอบครัว และจากการคำนวณปริมาณโซเดียมที่กลุ่มทดลองได้รับ ส่วนใหญ่มากกว่า 2,400 มิลลิกรัมต่อวัน สำหรับวิธีการแก้ไข ปัญหาเพื่อบรรลุเป้าหมาย ที่กลุ่มทดลองได้กำหนดไว้เพื่อบรรลุเป้าหมายในการลดการรับประทาน อาหารที่มีโซเดียมสูง คือ ลดการใส่เครื่องปรุงในอาหาร โดยลดชนิดของเครื่องปรุง และลดปริมาณ การใส่เครื่องปรุงในการประกอบอาหาร หรือใช้เครื่องเทศแทนการใช้เครื่องปรุง สำหรับกลุ่ม ทดลองและครอบครัวที่ชอบเติมน้ำปลาในระหว่างการรับประทานอาหาร ปรับพฤติกรรมโดยไม่นำ ขวดน้ำปลาหรือถ้วยน้ำปลาไว้ในสำหรับ และนำขวดน้ำปลาออกจากโต๊ะอาหาร ลดหรือเลี่ยง การรับประทานอาหารแปรรูปที่มีโซเดียมสูง โดยหลีกเลี่ยงการซื้ออาหารประเภทดังกล่าว หรือ กรณีที่ทำอาหารแปรรูปเอง เช่น ปลาเค็มจะลดปริมาณการใส่เกลือให้น้อยลง และหลีกเลี่ยง การรับประทานผลไม้จิ้มพริกเกลือหรือกะปิ สำหรับครอบครัวที่ซื้ออาหารสำเร็จรูปรับประทาน ซึ่งมีข้อจำกัดในการปรับเปลี่ยน จึงเลือกวิธีแก้ไขปัญหาโดยจะไม่เติมเครื่องปรุงเพิ่ม และการแก้ไข ปัญหาประการสุดท้ายที่ตกลงร่วมกัน คือ การฝึกรับประทานอาหารที่รสชาติไม่เค็ม เพื่อให้เกิด ความเคยชินทั้งกลุ่มทดลองและครอบครัวต่อไป

1.2 ปัญหาการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง กลุ่มตัวอย่างรับประทานอาหารประเภท ที่มีไขมันชนิดอิ่มตัวสูง เช่น การใช้น้ำมันปาล์ม ในการประกอบอาหารเป็นประจำ และมี 1 ครอบครัวที่ใช้น้ำมันหมูทุกวัน โดยบอกว่ารสชาติดีกว่าน้ำมันพืช การประกอบอาหารที่ใช้น้ำมัน มาก เช่น อาหารทอด ผัด เนื่องจากเป็นการประกอบอาหารที่สะดวกต่อครอบครัว มีกลุ่มทดลอง บางครอบครัวที่ชอบรับประทานอาหารประเภทที่มีไขมันสูง เช่น กะทิ หมูสามชั้น หนั๋งไก่ และมี กลุ่มทดลอง 1 รายที่รับประทานชาเย็นทุกวัน ซึ่งเป็นเครื่องดื่มที่มีไขมันสูง วิธีการแก้ไขปัญหาเพื่อ บรรลุเป้าหมาย ที่กลุ่มตัวอย่างได้กำหนดไว้เพื่อบรรลุเป้าหมายในการลดการรับประทานอาหารที่มี ไขมันสูง คือ การปรับเปลี่ยนการใช้น้ำมันในการประกอบอาหาร โดยเปลี่ยนมาใช้ น้ำมันถั่วเหลือง หรือน้ำมันทานตะวันแทน ซึ่งจากการติดตามพบว่า สามารถปรับเปลี่ยนได้ในบางครอบครัว โดยครอบครัวที่ไม่สามารถปรับเปลี่ยนได้ เนื่องจากรู้สึกว่าการรสชาติอาหารไม่อร่อยเหมือนกับใช้ น้ำมันปาล์ม และถ้าใช้น้ำมันถั่วเหลืองในการประกอบอาหารประเภททอด หรือ ผัด จะทำให้อาหาร เป็นไข สำหรับการแก้ไขปัญหาเรื่องประเภทของการประกอบอาหาร กำหนดเป้าหมายโดยจะลด การประกอบอาหารประเภททอด และผัด เปลี่ยนเป็นการต้ม ตุ่น นึ่ง มากขึ้น และลดการรับประทาน อาหารประเภทที่มีไขมันสูงให้น้อยลง

1.3 ปัญหาการควบคุมน้ำหนัก กลุ่มตัวอย่างรับประทานอาหารมากเกินไป และรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง ทำให้ได้พลังงานเกินความต้องการของร่างกาย โดยจะพบในกลุ่มตัวอย่างที่มีน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์มาตรฐาน ขาดการออกกำลังกายทำให้เกิดการสะสมของพลังงานมากเกินไป วิธีการแก้ไขปัญหาเพื่อบรรลุเป้าหมาย ที่กลุ่มตัวอย่างได้กำหนดไว้เพื่อบรรลุเป้าหมายในการควบคุมน้ำหนัก โดยเฉพาะในกลุ่มทดลองที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินเกณฑ์มาตรฐาน คือ การลดปริมาณข้าวต่อมื้อให้น้อยลงโดยเริ่มลดลงมื้อละครึ่งทัพพี และเมื่อเคยชินค่อย ๆ ลดลงมื้อละ 1-2 ทัพพี ตามความเหมาะสมของผู้ป่วยแต่ละราย ลดการรับประทานอาหารประเภทที่มีไขมันสูง โดยกลุ่มทดลองและครอบครัวจะหลีกเลี่ยงการประกอบอาหารหรือซื้ออาหาร ประเภททอด หรือผัด ซึ่งจะสามารถลดพลังงานที่ได้รับต่อวันประมาณ 200 – 300 กิโลแคลอรี (น้ำมันปาล์ม และน้ำมันถั่วเหลือง 1 ช้อนโต๊ะ ให้พลังงาน 130 กิโลแคลอรี) ซึ่งจากการติดตามประเมินผลการบรรลุเป้าหมายในการพยาบาลที่บ้านครั้งที่ 3 และ 4 พบว่ากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหารและควบคุมน้ำหนัก ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

2. พฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการออกกำลังกาย พบว่ากลุ่มทดลองส่วนใหญ่ขาดการออกกำลังกาย จึงตกลงร่วมกันเลือกวิธีการแก้ไขปัญหา โดยกำหนดเป้าหมายเกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายโดยใช้ความแรงน้อยถึงปานกลาง ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือก การเดิน ส่วนรายอื่น ๆ เลือก เล่นฮูลาฮูป การแกว่งแขน การปั่นจักรยาน การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ โดยกำหนดตามลมหายใจ การรคน้ำต้นไม้และทำงานบ้าน ระยะเวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง บางรายจะทำติดต่อกัน 20 – 30 นาที แต่บางรายทำวันละ 2 ครั้ง ๆ ละ 10 - 15 นาที และในรายที่รคน้ำต้นไม้ทำงานบ้าน ทำติดต่อกันนาน 45 – 60 นาที สำหรับความบ่อยของการออกกำลังกาย กลุ่มทดลองจะออกกำลังกาย อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง แต่ส่วนใหญ่จะทำทุกวัน ซึ่งจากการติดตามประเมินผลการบรรลุเป้าหมายในการพยาบาลที่บ้านครั้งที่ 3 และ 4 พบว่ากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลตนเองด้านการออกกำลังกาย ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

3. พฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัด พบว่า กลุ่มทดลอง 3 รายที่มักจะลืมกินยา และมีการตัดสินใจแก้ปัญหาก็ไม่ถูกต้องเมื่อนึกได้ว่าลืมกินยา พบว่า บางรายจะกินเลยเมื่อนึกได้ แต่บางรายเห็นว่าเลยเวลาที่แพทย์สั่ง จึงไม่กินรอมือต่อไปเลย ซึ่งบางครั้งในแผนการรักษาของแพทย์ได้รับประทานวันละ 1 ครั้ง จึงทำให้ขาดยาในวันนั้นไป และบางรายทำงานนอกบ้าน นึกได้ตอนที่ออกจากบ้านไปทำงานแล้ว โดยไม่มียาคิดตัวไป จึงทำให้ขาดยา และพบกลุ่มทดลองบางรายหยุดยาเอง โดยวัดความดันโลหิตที่บ้านและพบว่าความดันโลหิตอยู่ในระดับปกติ เข้าใจว่าไม่จำเป็นต้องกินยาจึงหยุดในวันนั้น และบางรายหยุดยาเนื่องจากเห็นว่าอาการปกติดี ส่วนเรื่องการรับรู้เกี่ยวกับการออกฤทธิ์ของยาและอาการข้างเคียงของยา พบว่ากลุ่มทดลองส่วนใหญ่ไม่ทราบเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าว จึงไม่มีการสังเกตอาการผิดปกติจากอาการข้างเคียงของยา

วิธีการแก้ไขปัญหากลุ่มทดลองได้กำหนดไว้เพื่อบรรลุเป้าหมายในการใช้ยาต่อเนื่องตามแผนการรักษา คือ กรณีที่ลืมกินยา จะใช้วิธีนำถุงยาไว้บริเวณใกล้ ๆ กับโต๊ะอาหาร หรือตู้เย็น บางรายใช้วิธีให้สมาชิกในครอบครัวที่มีโรคประจำตัว ช่วยเตือนกันเวลาจะรับประทานยา ส่วนกลุ่มทดลองที่ทำงานนอกบ้าน ใช้การแบ่งยาไว้ในกระเป๋าคือจะคิดตัวไปทำงานด้วย และกรณีที่ลืมกินยา เมื่อนึกได้รับประทานทันทีที่นึกได้ แต่หากใกล้เวลารับประทานยามื้อต่อไป ให้งดรับประทานยาในมื้อนั้นและรับประทานยาในมื้อต่อไปตามปกติ โดยไม่เพิ่มขนาดยาเป็นสองเท่า ส่วนรายที่หยุดยาเอง และการสังเกตอาการผิดปกติจากอาการข้างเคียงของยา หลังจากแลกเปลี่ยนข้อมูลการรับรู้ระหว่างผู้วิจัย และกลุ่มทดลองแล้ว กำหนดเป้าหมายว่าจะรับประทานยาต่อเนื่องไม่หยุดยาเอง และจะสังเกตอาการผิดปกติจากอาการข้างเคียงของยา เพื่อจะได้แจ้งแพทย์และพยาบาลทราบเมื่อมาตรวจตามนัด ส่วนปัญหาเกี่ยวกับการตรวจตามนัด พบเพียงบางรายเท่านั้นที่ไม่สามารถตรวจตามนัดได้ เนื่องจากคนที่พามาโรงพยาบาลติดภารกิจ วิธีการแก้ไขปัญหามาบรรลุเป้าหมาย คือ กำหนดเป้าหมายว่าให้ได้รับการรักษาที่ต่อเนื่องและไม่ขาดยา โดยถ้าวันที่นัดหมายไม่สามารถมาได้ ขอให้เลื่อนมาก่อนหรือหลังการนัด โดยมาตรวจในคลินิกความดันโลหิตสูง โดยที่ไม่ขาดยา ซึ่งจากการติดตามประเมินผลการบรรลุเป้าหมายในการพยาบาลที่บ้านครั้งที่ 3 และ 4 พบว่ากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลตนเองด้านการรับประทานยาและตรวจตามนัดตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

4. พฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการจัดการกับความเครียด พบว่ากลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความเครียดเกี่ยวกับ ปัญหาครอบครัวและเศรษฐกิจ ปัญหาด้านการงาน และมีบางรายที่ไม่มีวิธีการจัดการกับความเครียด หลังจากแลกเปลี่ยนข้อมูลการรับรู้ระหว่างผู้วิจัยกับกลุ่มทดลองและครอบครัวแล้ว กลุ่มตัวอย่างเลือกวิธีการจัดการความเครียด โดยการออกกำลังกาย และฝึกการควบคุมตนเอง โดยการเตือนสติเมื่อมีอารมณ์โกรธ แต่ในกลุ่มทดลองบางรายมีวิธีการจัดการกับความเครียดของตนเองอยู่แล้ว เช่น นั่งสมาธิ สวดมนต์ อ่านหนังสือธรรมะ การทำใจให้ว่างไม่ยึดติด และการเตือนสติตนเองอยู่เสมอ ซึ่งจากการติดตามประเมินผลการบรรลุเป้าหมายในการพยาบาลที่บ้านครั้งที่ 3 และ 4 พบว่ากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลตนเอง ด้านการจัดการกับความเครียด ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

5. พฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการลดปัจจัยเสี่ยง พบว่ากลุ่มทดลองบางรายดื่มกาแฟเป็นประจำทุกวัน วิธีการแก้ไขปัญหากลุ่มตัวอย่างจะลดปริมาณกาแฟลง และบางรายงดกาแฟ มีกลุ่มทดลอง 1 รายสูบบุหรี่ทุกวัน มี 2 รายที่ดื่มสุราเป็นประจำ มี 2 รายที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงกำลังทุกวัน วิธีการแก้ไขปัญหาเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงดังกล่าว กลุ่มทดลองเลือกวิธีค่อย ๆ ลดปริมาณลง โดยกำหนดเป้าหมายระยะเวลาในการลด ตามความเหมาะสมของกลุ่มทดลองแต่ละราย ซึ่งจาก

การติดตามประเมินผลการบรรลุเป้าหมายในการพยาบาลที่บ้านครั้งที่ 3 และ 4 พบว่ากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลตนเอง ด้านการลดปัจจัยเสี่ยง ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

6. พฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเอง พบว่ากลุ่มทดลองส่วนใหญ่ทราบเกี่ยวกับระดับความดันโลหิตของตนเอง แต่บางรายไม่ทราบว่าอยู่ในระดับที่ควบคุมได้ดีหรือไม่ และเมื่อมีอาการผิดปกติที่สงสัยว่าเป็นสาเหตุจากความดันโลหิตสูงก็จะวัดความดันโลหิตเองที่บ้าน หรือให้อสม. ใกล้บ้านวัดให้ หรือไปรับการรักษาที่สถานีนามัยคลินิก โรงพยาบาล วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเองดังกล่าว โดยมีการแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับการใช้แบบบันทึกระดับความดันโลหิต ในคู่มือ “การดูแลตนเองเมื่อเป็นความดันโลหิตสูง” ซึ่งมีแถบสีจำแนกระดับของความดันโลหิต ส่วนการติดตามวัดความดันโลหิตเมื่อมีอาการผิดปกติ ร่วมกันวางแผนหาแหล่งประโยชน์ใกล้บ้าน ส่วนใหญ่เป็น อสม. ซึ่งจากการติดตามประเมินผลการบรรลุเป้าหมายในการพยาบาลที่บ้านครั้งที่ 3 และ 4 พบว่ากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลตนเอง ด้านการติดตามผลการรักษาและผลการดูแลตนเอง ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

