

การสังเคราะห์องค์ความรู้จากงานวิจัย ประจำปีการศึกษา ๒๕๕๖
กลุ่มงานวิจัยและพัฒนาวิชาการ วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี

ประเด็นงานวิจัย	ชื่องานวิจัย	ความรู้ที่สังเคราะห์ได้
<p>การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในชุมชนแบบองค์รวม</p>	<p>๑) ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุตำบลธงชัย อำเภอเมืองจังหวัดเพชรบุรี (น.ส.วิไลวรรณ คมขำและคณะ)</p> <p>๒) ผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง จัดทำโดย (น.ส.จันทร์จิรา สีสว่าง และน.ส.ดวงหทัย ยอดทอง)</p> <p>๓) ประสบการณ์ชีวิตของผู้สูงอายุไทยที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง (น.ส.จันทร์จิรา สีสว่างและคณะ)</p> <p>๔) ศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี (น.ส.อุไรรัชต์ บุญแท้)</p>	<p>งานวิจัยทั้ง ๖ เรื่องนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงพรรณนา วิจัยคุณภาพและวิจัยเชิงทดลอง ผลการวิจัยทำให้ทราบข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับ</p> <p>๑) ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนธงชัย ประกอบด้วยด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ มีข้อเสนอแนะเรื่อง การออกกำลังกายกับการควบคุมความดันโลหิต การรวมกลุ่มเพื่อจัดกิจกรรมที่ยั่งยืนโดยใช้ชุมชนเป็นฐานและให้ความสำคัญกับสถาบันครอบครัว และการทำงานเชิงสหวิชาชีพในรูปแบบเครือข่าย</p> <p>๒) ภาวะสุขภาพผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี ประกอบด้วยด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมร่างกาย ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการจัดการกับความเครียดและด้านโภชนาการ พบว่าพฤติกรรมทางกายอยู่ในระดับปานกลาง และด้านอื่นๆ อยู่ในระดับสูง</p> <p>๓) ประสบการณ์ชีวิตผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน จากการสัมภาษณ์เชิงลึก 30 ราย ผลการวิเคราะห์เนื้อหา พบว่า มีการให้ความหมายในด้านลบ ชีวิตอยู่บนความไม่แน่นอน ต้องรับประทุษร้ายตลอดชีวิต มีการแสดงออกด้านอารมณ์ กลัว กังวลและโกรธ แต่ก็ต้องการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตในการดูแลตนเอง เช่น การควบคุมอาหาร การออกกำลังกายและการจัดการกับความเครียด</p> <p>๔) โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน ใช้ทฤษฎีการจัดการตนเองในผู้ป่วยโรคเรื้อรังตามแนวคิดของ Lorig & Holman (2003) ประกอบด้วย การจัดการทางการแพทย์ การจัดการกับบทบาทและการจัดการกับอารมณ์ โดยเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง พบว่า หลังการทดลองมีพฤติกรรมดูแลตนเองสูงขึ้น ค่าเฉลี่ยความดันโลหิตลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม</p>

ประเด็นงานวิจัย	ชื่องานวิจัย	ความรู้ที่สังเคราะห์ได้
		<p>ผลการวิจัยสะท้อนว่า โปรแกรมการจัดการตนเองสำหรับผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งประกอบไปด้วยการจัดการทางสุขภาพที่ครอบคลุมมิติด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในด้านการจัดการตนเอง และการลดความดันโลหิตสำหรับผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลการสังเคราะห์จากงานวิจัยเหล่านี้จึงได้ถูกนำไปพัฒนาเป็นคู่มือการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในชุมชนแบบองค์รวม เพื่อเผยแพร่ให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะความดันโลหิตสูงนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป</p>