

ความรู้ทางโภชนาการและการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง คลินิกส่งเสริมสุขภาพ  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๑๒ ยะลา

ชูไฮลา แวะหะยี

กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ทางโภชนาการ และการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง เป็นการศึกษาภาคตัดขวาง (Cross-sectional descriptive study) ในกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงที่มารักษาคลินิกส่งเสริมสุขภาพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา จำนวน 97 คน ซึ่งได้มาด้วยการสุ่มแบบกลุ่มขอเครซซีและมอร์แกนงทาโร ยามาเน (Taro Yamane, 1973) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป ภาวะสุขภาพ ความรู้ทางโภชนาการ และการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง การวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product-moment)

**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง ประกอบไปด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล เกี่ยวกับ เพศ อายุ การสูบบุหรี่ ระดับการศึกษา ข้อมูล BMI การรับประทานยา แหล่งอาหารที่รับประทาน โรคประจำตัว อาชีพ และสถานภาพสมรส จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้ทางโภชนาการของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งผู้ศึกษาได้สร้างขึ้นโดยพัฒนาจากการศึกษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหาร วิธีการดำเนินชีวิต และรายการอาหารในท้องถิ่นพื้นบ้าน ของประชากรผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา ที่นิยมบริโภคประจำ ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับอาหารโรคความดันโลหิตสูง อาหารที่ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงควรเลือกบริโภค และควรหลีกเลี่ยง ลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 12 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติตนในการบริโภคของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ประกอบด้วย ความถี่ในการรับประทานอาหารแต่ละประเภท จำนวน 27 ข้อ

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ทางโภชนาการและการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงในระดับดี ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) ได้แก่ อาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ ) ได้แก่ เพศ สถานภาพ ระดับการศึกษา และ การไม่ได้ประกอบอาชีพ แต่ความรู้ทางโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุโรคความดัน

โลหิตสูง ดังนั้นบุคลากรทางการแพทย์ในคลินิกส่งเสริมสุขภาพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา ควรมีการส่งเสริมให้ความรู้เรื่องการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงในรูปแบบใหม่ๆ เพื่อเป็นการส่งเสริมความรอบรู้ และการสร้างความตระหนักให้กับผู้สูงอายุ และบุคคลในครอบครัวให้มีพฤติกรรมปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงอย่างถูกต้อง

#### **การนำไปใช้ประโยชน์**

1. นำข้อมูลที่ได้จากการวิจัย ไปประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพด้านการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุที่มีสาเหตุ ลักษณะ และระดับความรุนแรงของโรคที่คล้ายกัน
2. เพื่อทราบถึงระดับความรู้ทางโภชนาการและการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง ในการนำไปใช้เป็นแนวทางในการให้ความรู้ทางโภชนาการของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง คลินิกส่งเสริมสุขภาพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา
3. เพื่อทราบถึงการปฏิบัติตัวในการบริโภคอาหารของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง คลินิกส่งเสริมสุขภาพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา