

ผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพต่อการรับรู้ พฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตและ  
ระดับความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๒ พิษณุโลก

คมขำ สุทธิ  
ศูนย์อนามัยที่ ๒ พิษณุโลก

#### บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความรุนแรง การรับรู้โอกาสเสี่ยง และการคาดหวังในผลลัพธ์ต่อการปฏิบัติตัว ๒) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรม สุขภาพและ ๓) เปรียบเทียบระดับความดันซิสโตลิกและไดแอสโตลิกของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุม ระดับความดันโลหิตไม่ได้ ก่อนและหลังเข้าร่วมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มเดียวกัน และระหว่าง กลุ่มโดยกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ผู้ป่วยที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๒ พิษณุโลก รวม ๖๒ ราย โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรม โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เป็นเวลา ๑๒ สัปดาห์ กลุ่มเปรียบเทียบให้การพยาบาลตามปกติ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย แบบประเมินการรับรู้ความรุนแรง การรับรู้ โอกาสเสี่ยงและการคาดหวังในผลลัพธ์ต่อการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดัน โลหิตไม่ได้ แบบประเมินพฤติกรรม และวัดความดันโลหิต ก่อนและหลังการทดลอง ของทั้ง ๒ กลุ่ม วิเคราะห์ ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา , Paired sample t-test, Independent-t test ผลการวิจัย พบว่าหลังการ ทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความรุนแรง การรับรู้โอกาสเสี่ยง และการคาดหวังในผลลัพธ์ต่อ การปฏิบัติตัวสูงกว่าก่อนการทดลอง และ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p<0.001$ ) ค่าเฉลี่ย คะแนนพฤติกรรมสุขภาพ สูงกว่าก่อนการทดลอง และ สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ( $p<0.001$ ) และผู้ป่วยกลุ่มทดลองสามารถควบคุมความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้มากกว่าก่อนการ ทดลองและลดลงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p<0.001$ )

**คำสำคัญ :** ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันไม่ได้ โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สุขภาพการรับรู้ พฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิต ระดับความดันโลหิต



The effect of health behavior modification program to health perception , health behavior hypertension controlling and Blood pressure level among patients Uncontrolled Blood pressure level in Health promoting hospital , Health promotion center ๒ [Phitsanulok](#) province.

คมขำ สุทธิ  
Health Promotion Center ๒

## Abstract

The purposes of this quasi-experimental research to ๑) compare the mean scores of perceived severity, perceive vulnerability, and expectations the response efficacy ๒) compare the mean scores of health behavior, and ๓) compare the systolic and diastolic blood pressure levels of patients with uncontrolled hypertension before and after participating in health behavior modification within the same group and between groups. The sample group consists of patients with uncontrolled hypertension in outpatient services at the Phitsanulok health promotion hospital, totaling ๖๒ participants. The experimental group participated in a health behavior modification program for ๑๒ weeks, while the comparison group received standard nursing care. Data were collected using a general patient interview form, an assessment of compare the mean scores of perceived severity, perceive vulnerability, and expectations the response efficacy among patients with uncontrolled hypertension, a behavior assessment, and blood pressure measurements before and after the trial for both groups. Data analysis was performed using descriptive statistics, paired sample t-test, and independent t-test. **The results indicated** that after using health behavior modification program, the experimental group had higher mean scores for compare the mean scores of perceived severity, perceive vulnerability, and expectations the response efficacy than before the trial, and these scores were significantly higher than those of the control group ( $p < 0.001$ ). The mean health behavior scores were also higher than before using health behavior modification program and significantly higher than those of the comparison group ( $p < 0.001$ ). Furthermore, the experimental group was able to maintain their blood pressure within acceptable limits more effectively than before the trial and showed a greater reduction compared to the comparison group, with statistical significance ( $p < 0.001$ ).

**Keywords** Uncontrolled hypertension patients, health behavior modification program, perceived, blood pressure control behavior, blood pressure levels.