

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยมีแนวโน้มโครงสร้างทางด้านประชากรเปลี่ยนไป โดยเฉพาะประชากรวัยสูงอายุ มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 4.7 ในปี พ.ศ.2513 เป็นร้อยละ 5.4 หรือประมาณ 3.7 ล้านคน ในปี พ.ศ.2523 และเป็นร้อยละ 6.1 หรือประมาณ 4.2 ล้านคน ในปี พ.ศ.2533 อีกทั้งมีแนวโน้มจะสูงขึ้นถึงร้อยละ 7.6 หรือประมาณ 4.8 ล้านคนในปี พ.ศ.2543 (คณะกรรมการวางแผนพัฒนาสาธารณสุข ฉบับที่ 7, 2534) นอกจากนี้ประชากรไทยยังมีอายุขัยเฉลี่ยสูงขึ้น ชายจะมีอายุ 63.50 ปี หญิงจะมีอายุ 68.75 ปี (คณะกรรมการวางแผนพัฒนาสาธารณสุข ฉบับที่ 7, 2534)

ปัจจุบันแม้ว่า ความสามารถและพัฒนาการทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์มีความก้าวหน้า ทำให้มนุษย์มีอายุยืนขึ้น แต่ด้วยวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีกำลังวังชาถดถอย ร่างกายมีความเสื่อมโทรมตามสภาพทางธรรมชาติ โรคภัยไข้เจ็บจึงมักเบียดเบียนได้ง่ายกว่าในวัยหนุ่มสาว และในขณะเดียวกันยังมีโรคซึ่งไม่ติดต่อ (Non-communicable disease) อันเกิดจากความเสื่อมของระบบอวัยวะ และโรคที่เกิดจากพัฒนาการทางด้านอุตสาหกรรม และเทคโนโลยีของมนุษย์ (Man-made disease) ได้แก่ โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง มะเร็ง เบาหวานและอุบัติเหตุ ได้กลายเป็นสาเหตุการตายในผู้สูงอายุ จากสถิติสาธารณสุข 2528 ได้รายงานสาเหตุการตายในผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป พบว่า 4 สาเหตุแรกของการตาย ได้แก่ โรคหัวใจร้อยละ 40.6 วัณโรคปอดร้อยละ 37.4 โรคหลอดเลือดในสมองร้อยละ 35.2 และมะเร็งร้อยละ 35 และจากสถิติจำนวนผู้ป่วยนอกของสถานพยาบาลสาธารณสุข สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ปี พ.ศ. 2530 มีผู้ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงในอัตรา 2.8 ต่อประชากรแสนคน แต่มีผู้ป่วยตายด้วยโรคความดันโลหิตสูงอัตรา 3.3 ต่อประชากรแสนคนในปีเดียวกัน ส่วนสถิติการตายด้วยภาวะเลือดออกในสมอง และในกระโหลกศีรษะของกลุ่มผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป มีจำนวน 1,671 ราย คิดเป็นร้อยละ 41 ของจำนวนการตายด้วยโรคนี้ และมีผู้สูงอายุจำนวน 6,040 ราย ตายด้วย

โรคหัวใจวายคิดเป็นร้อยละ 42 จะเห็นได้ว่า การตายของผู้สูงอายุด้วยโรคดังกล่าวนี้ล้วนเป็นภาวะแทรกซ้อนของความดันโลหิตสูง (Marcinek, 1980, p. 928 อ้างในสุภาพ ไบนแก้ว, 2528 หน้า 2) โรคความดันโลหิตสูงจึงเป็นปัญหาด้านสุขภาพที่เรื้อรังในผู้สูงอายุที่มีปัจจัยเสี่ยงและมีการเปลี่ยนแปลงไปตามความรุนแรงของโรค อันอาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ ถ้าไม่ได้รับการรักษาหรือปฏิบัติตนไม่ถูกต้อง เป้าหมายสำคัญในการดูแลรักษาโรคความดันโลหิตสูงคือการควบคุมอาการของโรค เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น การที่จะควบคุมโรคความดันโลหิตสูงให้ได้ดีนั้นจะต้องมีการดูแลตนเองอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอในเรื่องการรับประทานอาหาร การรับประทานยา การออกกำลังกาย การพักผ่อน การมาตรวจตามนัดและการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุของโรค

ในสังคมไทยปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจและการขยายตัวทางด้านอุตสาหกรรมสูงขึ้น เป็นเหตุให้ประชาชนมีการย้ายถิ่นที่อยู่อาศัยเพื่อประกอบอาชีพ โดยเฉพาะในเมืองใหญ่ ๆ โอกาสที่ผู้สูงอายุจะได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัวมีน้อยลง ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่ผู้สูงอายุซึ่งสามารถช่วยเหลือตนเองได้ จะต้องดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ว่าจะมีความพิการหรือภาวะเจ็บป่วย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเฉพาะกรณีจากประชากรผู้สูงอายุที่มารับการรักษาในคลินิกผู้ป่วยนอกโรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ทั้งนี้เพื่อนำผลการวิจัยมาเป็นแนวทางในการเผยแพร่ความรู้และการปฏิบัติตัวสำหรับผู้สูงอายุทั่วไปที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูงและผู้ที่มีความดันโลหิตสูง เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตนเองได้อย่างถูกต้อง เป็นผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และมีชีวิตอยู่ในวัยสุดท้ายอย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการดูแลตนเอง โดยทั่วไปของผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง
2. เพื่อศึกษาความรู้และการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาดังนี้ เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey research) เพื่อศึกษาความรู้และการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง โดยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่

มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและหญิง จำนวน 100 คน ซึ่งมารับการรักษาที่คลินิกโรคความดันโลหิตสูง ตึกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ตั้งแต่วันที่ 18 มีนาคม 2535 ถึง วันที่ 15 สิงหาคม 2535

คำจำกัดความในการวิจัย

ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ไม่จำกัดเพศและสถานที่อยู่อาศัย เป็นผู้มารับการรักษาที่คลินิกผู้ป่วยนอกด้วยโรคความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปไม่จำกัดเพศที่ได้รับการรักษาที่คลินิกความดันโลหิตสูง แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

การดูแลตนเอง หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการในการดูแลตนเองโดยทั่วไป ตามระยะพัฒนาการและในภาวะเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาพ ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. เพื่อทราบการดูแลตนเองเกี่ยวกับกิจวัตรประจำวัน สุขภาพอนามัยทั่วไป ตลอดจนความรู้และการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง
2. เพื่อเป็นแนวทางให้ความรู้ที่เหมาะสมในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง
3. เพื่อเป็นแนวทางให้ความรู้แก่ครอบครัวเพื่อมีบทบาทในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง
4. เพื่อให้พยาบาลและเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่มีโรคความดันโลหิตสูงสามารถดูแลตนเองได้อย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ