



**EFFECTS OF SELF-CARE PROMOTION PROGRAM ON  
KNOWLEDGE, SELF-CARE PRACTICES AND BLOOD PRESSURE  
IN HYPERTENSIVE ELDERLY WOMEN**

**TASSANEE KRIRKGULTHORN**

ดุษฎีนิพนธ์  
จาก  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT  
OF THE REQUIREMENTS FOR  
THE DEGREE OF DOCTOR OF NURSING SCIENCE  
FACULTY OF GRADUATE STUDIES  
MAHIDOL UNIVERSITY  
2001**

**ISBN 974-665-629-5**

**COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY**

TH  
T 211 e  
2001  
C-5

3936423 NSNS/D : MAJOR: NURSING; D.N.S.  
KEY WORDS : HYPERTENSION / ELDERLY WOMEN/ SELF-CARE  
PROMOTION/ SELF-CARE PRACTICES/ BLOOD  
PRESSURE/ HYPERTENSIVE KNOWLEDGE

TASSANEE KRIRKGULTHORN: EFFECTS OF SELF-CARE  
PROMOTION PROGRAM ON KNOWLEDGE, SELF-CARE PRACTICES AND  
BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE ELDERLY WOMEN. THESIS  
ADVISORS: WICHIT SRISUPHAN, Dr.P.H. JARIYAWAT KOMPAYAK, Dr.P.H.  
SOMCHIT PADUMANONDA, Dr.P.H. 209 p. ISBN 974-665-629-5

The prevalence of hypertension is accelerating as the longevity of the aging population increases. Various studies have been conducted to improve self-care in order to control blood pressure but not in Thai elderly women. This experimental research aimed to test the effects of a Self-care Promotion Program for the Hypertensive elderly that was a home-based program. This program was based on the Self-care Deficit Theory of Nursing and the Nursing Model for Chronic Illness Management.

The sample included 64 elderly women, aged 60-70 years, afflicted with mild or moderate combined hypertension and isolated systolic hypertension. The subjects were randomly assigned to an experimental or control group. The experimental group received a five-phase self-care promotion program and a manual booklet: *Self-care Manual for the Elderly with Hypertension*. The control group received only routine care. Data were gathered using Self-care Scales for the Elderly with Hypertension, the Hypertensive Questionnaire and blood pressure readings using a sphygmomanometer. Data was analyzed using descriptive statistics and t-test.

The findings revealed that the experimental group had significantly increased hypertensive knowledge and self-care practice mean scores at the post-intervention phase (12<sup>th</sup> week) and had significantly higher scores than the control group. At post-intervention, those who received the program had significantly reduced their systolic and diastolic blood pressure and had significantly lower blood pressure than those who did not receive the program. This study suggests that the Self-care Promotion Program could improve hypertensive knowledge, self-care practices and blood pressure reduction among hypertensive elderly women. Suggestions to extend the application of this Program to various contexts and to expand knowledge are being discussed.

3936423 NSNS/D : สาขาวิชา : พยาบาลศาสตร์ : พย.ค.

ทัศนีย์ เกริกกุลธร : ผลของโปรแกรมส่งเสริมการดูแลตนเองต่อ ความรู้ การปฏิบัติ  
กิจกรรมการดูแลตนเอง และความดันโลหิตของสตรีสูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง (EFFECTS OF  
SELF-CARE PROMOTION PROGRAM ON KNOWLEDGE, SELF-CARE PRACTICES AND  
BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE ELDERLY WOMEN) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ :  
วิจิตร ศรีสุพรรณ, Dr.P.H., จริยาวัตร คมพยัคฆ์, Dr.P.H., สมจิต ปทุมมานนท์, Dr.P.H.  
209 หน้า ISBN 974-665-629-5

ความดันโลหิตสูง เป็นโรคที่พบมากในผู้สูงอายุและมีแนวโน้มจะเพิ่มมากขึ้นตามการ  
เพิ่มจำนวนของประชากรสูงอายุ มีการวิจัยหลายเรื่องที่มีมุ่งส่งเสริมการดูแลตนเองเพื่อควบคุมความ  
ดันโลหิตแต่ยังไม่มีการศึกษาในสตรีสูงอายุไทย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อทดสอบ  
ผลของโปรแกรมส่งเสริมการดูแลตนเองสำหรับผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงที่เน้นการดูแลที่  
บ้าน ซึ่งสร้างขึ้นตามทฤษฎีความพร้อมในการดูแลตนเองและแนวคิดการดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง  
กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงอายุ 60-70 ปี โรคความดันโลหิตสูงชนิดซิสโตลิก-ไดแอสโตลิก และชนิด  
ซิสโตลิกสูงอย่างเดียวที่มีความดันโลหิตสูงในระดับอ่อนหรือปานกลางจำนวน 64 คน แบ่งกลุ่ม  
ตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยวิธีการสุ่ม กลุ่มทดลองได้รับการดูแลที่บ้านตาม  
โปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเอง 5 ขั้นตอนร่วมกับการดูแลตามปกติ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการ  
ดูแลตามปกติเพียงอย่างเดียว รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบวัดการดูแลตนเองของผู้สูงอายุโรค  
ความดันโลหิตสูง แบบวัดความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และเครื่องวัดความดันโลหิตชนิด  
ปรอท

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและ  
คะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองมากกว่าก่อนการทดลองและมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติ กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความดันโลหิตซิสโตลิกและไดแอสโตลิกลดลง และมีค่า  
เฉลี่ยความดันโลหิตทั้งสองค่าต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่า  
โปรแกรมการส่งเสริมการดูแลตนเองช่วยให้ผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูงมีการพัฒนาความรู้  
และการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองส่งผลให้ระดับความดันโลหิตลดลง ผลการวิจัยนี้เสนอ  
แนะให้ประยุกต์ใช้โปรแกรมนี้ในโรงพยาบาลและสถานบริการสุขภาพอื่นๆ รวมทั้งเสนอแนะให้มีการ  
ศึกษาวิจัยเพื่อขยายองค์ความรู้ต่อไป