

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา

รายงานสรุปกิจกรรม/ โครงการ Faculty Practice (รายบุคคล/ รายกลุ่ม)

1. ชื่อกิจกรรม/ โครงการ/ ประเด็น

การพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมโรคไม่ได้

2. วัตถุประสงค์/ เป้าหมายของกิจกรรม/ โครงการ (Focus กลุ่มเป้าหมาย/ ผู้ป่วย)

1. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติมากขึ้น
2. เพื่อส่งเสริมความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูง ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้
3. เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติทางการพยาบาลการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ที่เหมาะสมกับบริบทพื้นที่

3. สถานที่ (ระบุหน่วยบริการ/ หอผู้ป่วย/ แผนก/ โรงพยาบาล)

สถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติฯ บ้านโหล่ง อำเภอรังปิ้ง จังหวัดยะลา

4. ระยะเวลา

ตั้งแต่ 19 กรกฎาคม 2567 ถึง 29 พฤษภาคม 2568

5. ผู้รับผิดชอบกิจกรรม/ โครงการ (ระบุชื่อ-สกุล และตำแหน่ง)

นางสาวคอรี่เยาะ เลาะปนสา ตำแหน่ง อาจารย์

6. รายชื่อพยาบาล APN / ผู้ชำนาญการขึ้นไป ที่ร่วมงาน (ระบุชื่อ-สกุล และตำแหน่ง)

นางสาวชอบาร์ยะ เปตาลี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รับผิดชอบงานควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

7. หน้าที่รับผิดชอบ

1. จัดทำแผนการปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ที่มารับบริการในคลินิกโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง สถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติฯ บ้านโหล่ง
2. ปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ที่มารับบริการในคลินิกโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง สถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติฯ บ้านโหล่ง
3. สรุปผลการดำเนินงานร่วมกับพยาบาลวิชาชีพในคลินิกโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง สถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติฯ บ้านโหล่ง

8. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จของกิจกรรม/ โครงการ (Focus ผลที่เกิดกับกลุ่มเป้าหมาย/ ผู้ป่วย)

1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ เพิ่มขึ้นร้อยละ 20 จากจำนวนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้

2. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ อย่างน้อยร้อยละ 70 ของกลุ่มเป้าหมาย มีคะแนนความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้น
3. มีแนวปฏิบัติทางการพยาบาลการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ที่เหมาะสมกับบริบทพื้นที่ 1 เรื่อง

9. ผลการดำเนินการดัชนีชี้วัดความสำเร็จ

1. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ เพิ่มขึ้นร้อยละ 20 จากจำนวนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้
2. ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมาย มีคะแนนความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้น
3. มีแนวปฏิบัติทางการพยาบาลการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ที่เหมาะสมกับบริบทพื้นที่ 1 เรื่อง

10. แนวทางการพัฒนา/การนำไปใช้ประโยชน์

เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตไม่ได้ ทั้งในเรื่องการให้การศึกษาเพื่อส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องการดูแลสุขภาพและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูง ที่เหมาะสมกับบริบทพื้นที่อย่างต่อเนื่อง และพัฒนาต่อยอดเรื่องการส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ลดอัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูงอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

11. ภาคผนวก

แนวปฏิบัติทางการพยาบาลเรื่อง “การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ในบริบทชาวไทยมุสลิม”

แนวปฏิบัติทางการพยาบาล

เรื่อง: การดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่สามารถควบคุมโรคได้ ในบริบทชาวไทยมุสลิม

คอรียะฮะ เลาะป็นสา

อาจารย์สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ยะลา

บทนำ

โรคความดันโลหิตสูงเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญในประเทศไทย โดยเฉพาะในจังหวัดชายแดนภาคใต้ พบผู้ป่วยที่ไม่สามารถควบคุมความดันโลหิตได้สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง การดูแลผู้ป่วยต้องคำนึงถึงปัจจัยด้านพฤติกรรม การรับประทานอาหาร การใช้ยา รวมทั้งบริบททางวัฒนธรรมและศาสนาอิสลามของชุมชนไทยมุสลิม เพื่อให้การพยาบาลมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- เพื่อส่งเสริมความรู้และพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตของชาวไทยมุสลิม
- เพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคความดันโลหิตสูง
- เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลที่สอดคล้องกับบริบทวัฒนธรรมอิสลามและนำไปใช้ได้จริงในชุมชน

ขอบเขตการปฏิบัติ

- ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มีค่าความดันโลหิต $\geq 140/90$ mmHg ติดต่อกัน ≥ 2 ครั้ง
- ผู้ป่วยที่รับประทานยาไม่สม่ำเสมอ หรือไม่สามารถควบคุมโรคได้ตามแผนการรักษา
- ใช้สำหรับการดูแลผู้ป่วยที่ให้บริการในคลินิก NCD, ชุมชน และครัวเรือนของชาวไทยมุสลิม

ตารางแนวปฏิบัติทางการพยาบาล (Nursing Practice Guideline)

ขั้นตอนการพยาบาล	รายละเอียดแนวปฏิบัติ	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
Assessment (การประเมิน)	- วัดความดันโลหิตอย่างน้อย 2 ครั้งในแต่ละครั้งที่มาตรวจหรือมารับบริการในคลินิกที่รพ.สต. - ชักประวัติการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพในการดำเนินชีวิตแต่ละวัน (อาหาร การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่/ดื่มชา กาแฟ)	- ข้อมูลผู้ป่วยครบถ้วน - ระบุปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้ควบคุมโรคไม่ได้

	- ประเมินการรับประทานยาความดันโลหิตสม่ำเสมอและรับประทานยาถูกต้องตามแผนการรักษาหรือไม่ - ประเมินความรู้และทัศนคติของผู้ป่วยต่อโรค - ประเมินปัจจัยทางศาสนาและวัฒนธรรม (การถือศีลอดช่วงรอมฎอน การปฏิบัติศาสนกิจ อื่นๆ) - ประเมินการสนับสนุนจากครอบครัวและผู้นำศาสนา	
Diagnosis (การวินิจฉัยทางการพยาบาล)	ระบุการวินิจฉัย: (ตัวอย่างการวินิจฉัย) - การรับประทานยาความดันโลหิตไม่สม่ำเสมอเนื่องจากขาดความรู้/ความเข้าใจ - มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีโซเดียมสูงตามวัฒนธรรม - เสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากความดันโลหิตสูงเนื่องจากการควบคุมโรคไม่ได้	- ได้ข้อวินิจฉัยที่ตรงกับปัญหาจริงของผู้ป่วย
Planning (การวางแผนการพยาบาล)	- ร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัวกำหนดเป้าหมาย เช่น ควบคุมความดัน < 140/90 mmHg ภายใน 3 เดือน - วางแผนสุขภาพและการปรับพฤติกรรม โดยใช้ภาษาไทย-มลายู - จัดตารางการใช้ยาที่เหมาะสมกับช่วงเวลาละหมาดและรอมฎอน - ประสานผู้นำศาสนาในการสนับสนุนการดูแลสุขภาพ	- มีแผนการพยาบาลรายบุคคล (Individualized Care Plan) - ผู้ป่วยและครอบครัวยอมรับและร่วมมือในแผน
Implementation (การปฏิบัติการพยาบาล)	1. การให้สุขภาพ (โดยใช้ภาษาทั้งไทยและมลายู เพื่อเพิ่มความเข้าใจแก่ผู้ป่วย) : อธิบายโรคและภาวะแทรกซ้อน, แนะนำโภชนาการฮาลาล ลดเค็ม ลดมัน, แนะนำการออกกำลังกายที่เหมาะสม, การจัดเวลารับประทานยาในช่วงรอมฎอน 2. การปรับพฤติกรรมสุขภาพ: ลดการบริโภคคาเฟอีน, ส่งเสริมกิจกรรมทางศาสนาที่ช่วยเคลื่อนไหวร่างกาย (เช่น นมาซยืดเหยียด)	- ผู้ป่วยปฏิบัติตามแผนที่กำหนด $\geq 70\%$ - ครอบครัว/ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม

	3. การสนับสนุนครอบครัว/ชุมชน: เชิญชวนโต๊ะครู อิหม่าม และครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วม 4. การติดตามต่อเนื่อง: นวัตกรรมความดันเป็นระยะ, เยี่ยมบ้านกรณีเสี่ยงสูง	
Evaluation (การประเมินผล)	- ประเมินค่าความดันโลหิตทุกนัด - ประเมินความรู้โดยใช้แบบสอบถาม/การสัมภาษณ์ - ประเมินพฤติกรรมสุขภาพและการรับประทานยา - ประเมินความพึงพอใจของผู้ป่วย ครอบครัว และบุคลากร	- $\geq 50\%$ ของผู้ป่วยควบคุมความดันได้ตามเกณฑ์ - $\geq 70\%$ ของผู้ป่วยมีความรู้และพฤติกรรมสุขภาพดีขึ้น

ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

- ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง $\geq 50\%$ สามารถควบคุมระดับความดันให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- ผู้ป่วย $\geq 70\%$ มีความรู้และทักษะในการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น
- ครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วย ≥ 70

ข้อพิจารณาทางวัฒนธรรมและศาสนา

- การสื่อสารใช้ทั้งภาษาไทยและภาษามลายูตามความถนัดของผู้ป่วย
- เคารพหลักศาสนาอิสลาม เช่น การแต่งกาย การแยกเพศ การถือศีลอด
- ปรับคำแนะนำด้านโภชนาการและการใช้ยาให้เหมาะสมกับการปฏิบัติศาสนกิจ