

ภาคผนวก ก.

No.....

แบบบันทึกการเก็บข้อมูลการถ่ายทอดเชื้อและการให้การบริบาลทางเภสัชกรรม

1. Patient biodata

ชื่อ-สกุล.....HN.....เพศ.....สถานภาพ.....
 น้ำหนัก.....อายุ.....อาชีพ.....ศาสนา.....
 การศึกษา.....การแพ้ยา.....
 ที่อยู่.....

โรคประจำตัว(ระบุปีที่เริ่มเป็น)

ประวัติการใช้ยา.....

ปัจจัยเสี่ยง 1. อายุปี

2. ประวัติโรคในครอบครัว.....

3. พฤติกรรม

หัวข้อ	ครั้งที่ 1 วันที่.....	ครั้งที่ 2 วันที่.....	ครั้งที่ 3 วันที่.....	ครั้งที่ 4 วันที่.....
การรับประทาน -ชอบอาหารเค็ม -ชอบอาหารมัน -ชอบดื่มชา/กาแฟ -ชอบเครื่องดื่มบำรุงกำลัง -ชอบดื่มแอลกอฮอล์ -สูบบุหรี่				
ขาดการออกกำลังกาย				
ขาดการพักผ่อน				
มีความเครียด				
น้ำหนัก (kg)				

2. Medication history

No.....

Date	ครั้งที่ 1 วันที่.....	ครั้งที่ 2 วันที่.....	ครั้งที่ 3 วันที่.....	ครั้งที่ 4 วันที่.....
CC				
BP				
BW				
Medication	จำนวนยาที่รับ (เม็ด)			

3. Lab test

วันที่	ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ

4. Drug-related problem

No.....

ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยา	จำนวนปัญหาที่พบ				หมายเหตุ
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
	วันที่	วันที่	วันที่	วันที่	
1. ผู้ป่วยมีข้อบ่งใช้ในการใช้ยารักษาแต่ไม่ได้รับยา (Untreated indication) เนื่องจาก					
1.1 ไม่ได้รับการรักษาอาการหรือภาวะที่นำผู้ป่วยมาพบแพทย์					
1.2 ไม่ได้รับการรักษาอาการหรือภาวะที่เกิดขึ้นใหม่หลังได้รับการรักษาไประยะหนึ่ง					
1.3 หยดสั่งใช้ยาที่ผู้ป่วยต้องใช้ในการควบคุมหรือรักษาอาการหรือโรคที่เป็นขณะนั้น					
1.4 ไม่สั่งใช้ยาที่ควรให้เพื่อเสริมฤทธิ์ในการรักษา					
2. ผู้ป่วยใช้หรือได้รับยาที่ไม่เหมาะสมกับภาวะความเจ็บป่วย โรคหรืออาการหรือสภาพที่ผู้ป่วยเป็น ทำให้มีอาการหรือโรคยังเป็นปัญหากับผู้ป่วยอยู่ (improper drug selection) เนื่องจาก					
2.1 การเลือกใช้ยาที่มีข้อห้ามใช้					
2.2 การเลือกใช้ยาที่มีประสิทธิภาพแต่ไม่ใช่ว่าที่ปลอดภัยสำหรับผู้ป่วยรายนั้น					

ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยา	จำนวนปัญหาที่พบ				หมายเหตุ
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
	วันที่	วันที่	วันที่	วันที่	
3. ผู้ป่วยได้รับยาที่ถูกต้องแต่ขนาดยาที่ผู้ป่วยได้รับน้อยเกินไป (Sub-therapeutic dosage) เนื่องจาก					
3.1 การกำหนดขนาดยาในขนาดที่ต่ำเกินไป					
3.2 ระยะเวลาในการบริหารยาแต่ละมื้อห่างกันมากเกินไป					
3.3 การเลือกบริหารยาด้วยวิธีทางที่ไม่เหมาะสม					
4. ผู้ป่วยได้รับยาที่ถูกต้องแต่ขนาดที่ผู้ป่วยได้รับนั้นมากเกินไป (Overdosage) เนื่องจาก					
4.1 การกำหนดขนาดยาที่สูงเกินไป					
4.2 การบริหารยาด้วยอัตราเร็วมากเกินไป					
4.3 ระยะเวลาในการบริหารยาแต่ละมื้อถี่เกินไป					
5. การเกิดอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา (adverse drug reaction)					
5.1 การเกิดอาการข้างเคียงจากการใช้ยา					
5.2 การแพ้ยา					

ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยา	จำนวนปัญหาที่พบ				หมายเหตุ
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
	วันที่	วันที่	วันที่	วันที่	
6. การเกิดอันตรกิริยาของยา (Drug interaction) หมายถึง ผู้ป่วยเกิด (actual) และ/หรือมีความเป็นไปได้ที่จะเกิด (potential) โรคหรืออาการอันเป็นผลจากอันตรกิริยาต่อไปนี้					
6.1 การเกิดอันตรกิริยาระหว่างยากับยา					
6.2 การเกิดอันตรกิริยาระหว่างยากับอาหาร					
6.3 การเกิดอันตรกิริยาระหว่างยากับผลตรวจทางห้องปฏิบัติการของผู้ป่วย					
7. ผู้ป่วยไม่ได้รับยาตามสั่ง (Failure to receive drug) ซึ่งอาจเกิดจาก					
7.1 การไม่ให้ความร่วมมือในการใช้ยาตามสั่งของผู้ป่วยเอง 7.1.1 การนับเม็ดยาที่เหลือ (เม็ด) 7.1.2 self report “ในอาทิตย์ที่ผ่านมา ลืมกินยาก็ครั้ง” (ครั้ง) 7.1.3 morisky (ตอบใช่=1 ไม่ใช่=0) - ท่านเคยลืมรับประทานยาหรือไม่ - ท่านเคยรับประทานยาไม่ตรงเวลาหรือไม่ - ท่านเคยหยุดยาเองหรือไม่เมื่อท่านรู้สึกว่าการดีขึ้น - ท่านเคยหยุดยาเองหรือไม่เมื่อท่านรู้สึกว่ายาก็ทำให้อาการแย่ลง					

ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยา	จำนวนปัญหาที่พบ				หมายเหตุ
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	
	วันที่	วันที่	วันที่	วันที่	
8. ผู้ป่วยได้รับยาโดยไม่มีข้อบ่งชี้ หรือไม่มีข้อมูลยืนยันถึงข้อบ่งชี้ (Drug use without indication) ได้แก่					
8.1 การใช้ยาโดยไม่มีโรคหรืออาการที่เป็นข้อบ่งชี้ หรือใช้ยาโดยไม่มีควมจำเป็น					
รวมปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยาที่พบในแต่ละครั้ง					
จำนวนปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยาที่เกิดขึ้นใหม่					
จำนวนปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยาเดิมที่ยังไม่สามารถแก้ไขได้					

ภาคผนวก ข.

แบบสำรวจความพึงพอใจของผู้รับบริการให้คำแนะนำปรึกษาด้านยา

กลุ่มทดลอง

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านในการปฏิบัติงานของเภสัชกรโดยเรียงจากเห็นด้วยมากที่สุดไปน้อยที่สุด

ความหมายของตัวเลข 5 4 3 2 1
 มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

หัวข้อความพึงพอใจ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
เภสัชกรมีส่วนลดหรือแก้ปัญหาการใช้ยาของท่าน					
ท่านพึงพอใจต่อการปฏิบัติงานของเภสัชกรในช่วงเวลาที่ผ่านมา					
เภสัชกรควรปฏิบัติงานเช่นนี้ไปเรื่อยๆ					
การปฏิบัติงานของเภสัชกรตอนนี้ทำให้ท่านเสียเวลามากกว่าได้ประโยชน์					
เภสัชกรทำให้ท่านสับสนในการใช้ยามากขึ้น					
เภสัชกรยังปฏิบัติกับท่านไม่ดีเท่าที่ท่านคาดไว้					

ข้อเสนอแนะ.....

ภาคผนวก ก.

แบบสำรวจความพึงพอใจของผู้รับบริการให้คำแนะนำปรึกษาด้านยา
กลุ่มควบคุม

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเห็นของท่านในการปฏิบัติงานของเภสัชกร โดยเรียง
จากเห็นด้วยมากที่สุด ไปน้อยที่สุด

ความหมายของตัวเลข 5 4 3 2 1
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

หัวข้อความพึงพอใจ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
เภสัชกรมีส่วนลดหรือแก้ปัญหาการใช้ยาของท่าน					
เภสัชกรทำให้ท่านมีความรู้ ความเข้าใจและปลอดภัยในการใช้ยามากขึ้น					
ท่านพึงพอใจต่อการปฏิบัติของเภสัชกรในช่วงเวลาที่ผ่านมา					
เภสัชกรควรปฏิบัติงานเช่นนี้ไปเรื่อยๆ					

ข้อเสนอแนะ.....

ภาคผนวก ง.

กลุ่มทดลอง

ใบเชิญชวนเข้าร่วมโครงการวิจัย

เรื่อง ผลของการให้บริการถ่ายทอดเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลเทพา
เรียน ท่านผู้อ่านที่นับถือ

ผู้วิจัยใคร่ขอเล่าถึงโครงการวิจัยเรื่อง “ผลของการให้บริการถ่ายทอดเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลเทพา” และขอเชิญชวนท่านเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่ไม่แสดงอาการผิดปกติให้เห็นชัดในทันทีทันใดต้องรอรยะเวลาหรือผลทางห้องปฏิบัติการมายืนยัน การใช้ยาไม่สม่ำเสมอหรือไม่ต่อเนื่อง หรือการหยุดรับประทานยาอาจทำให้ไม่สามารถควบคุมความดันโลหิตได้ซึ่งอาจเกิดผลเสียต่อหัวใจ ไต ตาได้

ดังนั้นในการวิจัยนี้จะศึกษาผลของการให้บริการถ่ายทอดเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชน เพื่อเป็นแนวทางหนึ่งของการให้บริการทางเภสัชกรรม โดยถ่ายทอดตามใบสั่งยาซึ่งสามารถจ่ายได้หลายครั้งตามเงื่อนไขที่กำหนดร่วมกันระหว่างทีมที่รักษาผู้ป่วย ซึ่งการวิจัยนี้มีแพทย์อย่างน้อย 2 ท่านร่วมพิจารณาการคัดเลือกผู้ป่วยเข้าโครงการวิจัย ซึ่งท่านเป็นผู้ที่แพทย์ลงความเห็นว่าคุณสามารถเข้าโครงการวิจัยนี้ได้

ถ้าท่านเข้าร่วมโครงการนี้ท่านจะได้รับการนัดหมายให้มารับยาต่อเนื่องที่คลินิกเวชปฏิบัติครอบครัว 4 ครั้ง ทุก 1 เดือนแต่ละครั้งที่ท่านมาจะมีขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับท่านคือ

1. ท่านจะได้พบกับเภสัชกรเพื่อรับข้อมูลเรื่องโรคและการใช้ยา และซักถามเกี่ยวกับปัญหาการใช้ยา ซึ่งท่านต้องใช้เวลาครั้งละประมาณ 15 นาที
2. ได้รับการตรวจเลือดเพื่อดูการทำงานของไตในเดือนแรกของการเข้าโครงการวิจัยจำนวน 1 ครั้ง
3. ตอบแบบสอบถามความพึงพอใจต่อการบริการของเภสัชกรที่ท่านได้รับในครั้งที่ 4 ซึ่งเป็นครั้งสุดท้ายของโครงการวิจัย

ถ้าท่านต้องการที่จะถอนตัวออกจากการโครงการวิจัยนี้เมื่อใด ท่านก็สามารถกระทำได้อย่างอิสระ ซึ่งจะได้รับการรักษาจากคลินิกเวชปฏิบัติครอบครัวตามปกติ หากท่านมีคำถามใดๆ ก่อนที่จะตัดสินใจเข้าร่วมโครงการนี้ โปรดซักถามผู้วิจัยได้อย่างเต็มที่ ณ ศูนย์สุขภาพชุมชน

ในวันราชการเวลา 8.00-12.00 น. หมายเลขโทรศัพท์ 074-376238, โรงพยาบาลเทพาในวันราชการเวลา 13.00-14.00 น. หมายเลขโทรศัพท์ 074-376359-60 ต่อ 112, มือถือโทรศัพท์ 09-876191

ซึ่งถ้าพิจารณาเห็นว่าผู้วิจัยปฏิบัติไม่ถูกต้อง สามารถแจ้งต่อ ผศ.ดร.สิริศรีณี ปิ่นสุวรรณ ประธานกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โทรศัพท์ 074-288909

ขอขอบคุณอย่างสูง

เภสัชกรหญิงมณฑา อินุทัย

ผู้วิจัย

ภาคผนวก จ.

กลุ่มควบคุม

ใบเชิญชวนเข้าร่วมโครงการวิจัย

เรื่อง ผลของการให้บริการถ่ายทอดเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลเทพา
เรียน ท่านผู้อ่านที่นับถือ

ผู้วิจัยใคร่ขอแจ้งถึงโครงการวิจัยเรื่อง “ผลของการให้บริการถ่ายทอดเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลเทพา” และขอเชิญชวนท่านเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่ไม่แสดงอาการผิดปกติให้เห็นชัดในทันทีทันใดต้องรอรยะเวลาหรือผลทางห้องปฏิบัติการมายืนยัน การใช้ยาไม่สม่ำเสมอหรือไม่ต่อเนื่อง หรือการหยุดรับประทานยาอาจทำให้ไม่สามารถควบคุมความดันโลหิตได้ซึ่งอาจเกิดผลเสียต่อหัวใจ ไต ตา ได้

ดังนั้นในการวิจัยนี้จะศึกษาผลของการถ่ายทอดเนื่องรักษาความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชน เพื่อเป็นแนวทางหนึ่งของการให้บริการทางเภสัชกรรม โดยถ่ายทอดตามใบสั่งยาซึ่งสามารถจ่ายได้หลายครั้งตามเงื่อนไขที่กำหนดร่วมกันระหว่างทีมที่รักษาผู้ป่วย ซึ่งการวิจัยนี้มีแพทย์อย่างน้อย 2 ท่านร่วมพิจารณาการคัดเลือกผู้ป่วยเข้าโครงการวิจัย ซึ่งท่านเป็นผู้ที่แพทย์ลงความเห็นว่าคุณสามารถเข้าโครงการวิจัยนี้ได้

ถ้าท่านเข้าร่วมโครงการนี้ท่านจะได้รับการนัดหมายให้มารับยาต่อเนื่องที่คลินิกเวชปฏิบัติครบถ้วน 4 ครั้ง ทุก 1 เดือนจะมีขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับท่านคือ

1. ได้รับการตรวจเลือดเพื่อดูการทำงานของไตในเดือนแรกของการเข้าโครงการวิจัยจำนวน 1 ครั้ง
2. ในเดือนที่ 4 ท่านจะได้พบกับเภสัชกรเพื่อรับข้อมูลเรื่องโรคและการใช้ยา และซักถามเกี่ยวกับปัญหาการใช้ยา ซึ่งท่านต้องสละเวลาประมาณ 15 นาที และตอบแบบสอบถามความพึงพอใจต่อการบริการของเภสัชกรที่ท่านได้รับ

ถ้าท่านต้องการที่จะถอนตัวออกจากโครงการวิจัยนี้เมื่อใด ท่านก็สามารถกระทำได้อย่างอิสระ ซึ่งจะได้รับการรักษาจากคลินิกเวชปฏิบัติครบถ้วนตามปกติ หากท่านมีคำถามใดๆ ก่อนที่จะตัดสินใจเข้าร่วมโครงการนี้ โปรดซักถามผู้วิจัยได้อย่างเต็มที่ ณ ศูนย์สุขภาพชุมชน

ในวันราชการเวลา 8.00-12.00 น. หมายเลขโทรศัพท์ 074-376238, โรงพยาบาลเทพาในวันราชการเวลา 13.00-14.00 น. หมายเลขโทรศัพท์ 074-376359-60 ต่อ 112, มือถือโทรศัพท์ 09-8761914

ซึ่งถ้าพิจารณาเห็นว่าผู้วิจัยปฏิบัติไม่ถูกต้อง สามารถแจ้งต่อ ผศ.ดร.ศิริศรีมี ปิ่นสุวรรณ ประธานกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โทรศัพท์ 074-288909

ขอขอบคุณอย่างสูง

เภสัชกรหญิงมณฑา อินอุทัย

ผู้วิจัย

ภาคผนวก ฉ.

ใบสมัครใจเข้าร่วมโครงการ

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของการให้บริการจ่ายยาต่อเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรใน
ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลเทพา

วันที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ วันที่ เดือน พ.ศ.

ข้าพเจ้านาย/นาง/นางสาวนามสกุลอายุ.....ปี

ขอลงนามในใบสมัครใจเข้าร่วม โครงการวิจัยนี้ โดยก่อนที่จะลงนามในใบสมัครใจให้ทำการวิจัย
ข้าพเจ้าได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย วิธีการวิจัย สิ่งที่ข้าพเจ้าต้องปฏิบัติหรือได้รับ
ระหว่างทำการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากโครงการวิจัยอย่างละเอียด ทั้งจากใบเชิญชวนเข้า
ร่วมโครงการวิจัยที่แนบมาด้วยและจากผู้วิจัยเอง ซึ่งข้าพเจ้ามีความเข้าใจดีแล้ว และผู้วิจัยรับรองว่าจะ
ตอบคำถามต่างๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัย ด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้น จนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ และผู้วิจัยได้แจ้งให้ข้าพเจ้าทราบว่าข้าพเจ้ามีสิทธิ
บอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ โดยการบอกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้จะไม่
ผลต่อการรักษาโรคที่ข้าพเจ้าจะได้รับจากศูนย์สุขภาพชุมชนและโรงพยาบาลเทพา

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยเฉพาะใน
รูปที่เป็นสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบสมัคร
ใจนี้ด้วยความเต็มใจ พร้อมทั้งผู้วิจัยได้มอบเอกสารใบเชิญชวนและสำเนาใบสมัครใจเข้าร่วมโครงการ
ให้ข้าพเจ้าไว้อย่างละ 1 ฉบับ

ลงนาม (ผู้สมัครใจ)

(.....)

ลงนาม(พยาน)

(.....)

ลงนาม (ผู้วิจัย)

(นางสาวมณฑา อินอุทัย)

ภาคผนวก ช.

แบบบันทึกการประสานงาน

วันที่.....

เรียน.....

ชื่อผู้ป่วย.....HN

ผู้ป่วยมีปัญหาที่เภสัชกรสัมภาษณ์คือ

ปัญหา	ข้อเสนอแนะ	ผลการพิจารณาของแพทย์
ลงชื่อเภสัชกร		ลงชื่อแพทย์

ภาคผนวก ข.

แบบบันทึกผลการประสานงาน

No

ชื่อผู้ป่วย HN

วันที่	ปัญหาที่พบจากการใช้ยา	แนวทางการแก้ไข/ป้องกัน	ประสานงานกับแพทย์ 1) โทรศัพท์ 2) แบบบันทึก	ผลการประสานงาน

ภาคผนวก ฉ.

การประเมิน ADRs โดยใช้ Naranjo's algorithm (Naranjo *et al.*, 1981)

รายการประเมิน	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ	คะแนน
1. เคยมีสรุปหรือรายงานปฏิกิริยานี้กับยาที่สงสัยชนิดนี้มาแล้ว	+1	0	0	
2. อาการไม่พึงประสงค์เกิดขึ้นภายหลังจากการได้รับยาที่สงสัย	+2	-1	0	
3. อาการไม่พึงประสงค์ดีขึ้นเมื่อหยุดยาที่สงสัยหรือให้ยาด้านที่เฉพาะเจาะจง	+1	0	0	
4. อาการไม่พึงประสงค์ดังกล่าวเกิดขึ้นอีกเมื่อเริ่มให้ยาที่สงสัยใหม่	+2	-1	0	
5. ปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นสามารถเกิดจากสาเหตุอื่นที่นอกเหนือจากยาได้	-1	+2	0	
6. ปฏิกิริยาเกิดขึ้นอีกเมื่อให้ยาหลอก	-1	+1	0	
7. สามารถตรวจวัดปริมาณยาได้ในเลือดหรือของเหลวอื่นได้ในความเข้มข้นที่เป็นพิษ	+1	0	0	
8. ปฏิกิริยารุนแรงขึ้นเมื่อเพิ่มขนาดยา หรือลดลงเมื่อลดขนาดยา	+1	0	0	
9. ผู้ป่วยเคยมีปฏิกิริยาลักษณะนี้มาแล้วเมื่อได้รับยาในครั้งก่อน	+1	0	0	
10. อาการไม่พึงประสงค์นั้นมีหลักฐานได้รับการยืนยันโดยวิธีอื่นที่เหมาะสม	-1	0	0	
รวมคะแนน				
ระดับความรุนแรง				

ระดับความรุนแรง

ระดับคะแนน

ระดับความรุนแรง

ระดับคะแนน

Certain

>9

Probable

5-8

Possible

1-4

Doubtful

<0

คู่มือการดูแลสุขภาพสำหรับผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

โรคความดันโลหิตสูง พบได้บ่อยในปัจจุบัน สามารถวินิจฉัยโรคจากการวัดความดันโลหิตดังนี้ ค่าความดันโลหิตตัวบน (Systolic blood pressure, SBP) ≥ 140 mmHg และ/หรือ ค่าความดันโลหิตตัวล่าง (Diastolic blood pressure, DBP) ≥ 90 mmHg

อาการแสดง

ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงอาจมีหรือไม่มีแสดงอาการก็ได้ ซึ่งในรายที่มีอาการ มักพบได้บ่อยคือ ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ หรือเหนื่อยง่าย ความดันโลหิตสูงอาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของหัวใจ สมอง ไตและระบบประสาทและหลอดเลือดในร่างกาย จัดเป็นอวัยวะสำคัญที่พบว่าการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะในทางเสื่อมได้บ่อย (target organ damage, TOD) ดังนี้

- โรคหัวใจ (Heart disease)
 - Angina : เช่น เจ็บหน้าอก, หายใจเหนื่อย
 - Heart failure : เช่น เหนื่อยง่าย, นอนราบไม่ได้
- โรคไต (Renal disease) : เช่น ปัสสาวะออกน้อย, ปัสสาวะไม่ออก , ปวดเอว
- โรคระบบประสาทและหลอดเลือด (neurological deficits)
 - :เช่น มีอาการปวดประสาท
- โรคตา (Ophthalmic change): เห็นภาพไม่ชัด, เห็นภาพซ้อน

การแบ่งระดับความดันโลหิตตาม JNC – VI

ประเภท	ค่าความดัน โลหิตตัวบน (SBP)	ค่าความดัน โลหิตตัวล่าง (DBP)
ระดับเหมาะสม (optimal)	<120	<80
ระดับปกติ (normal)	<130	<85
ระดับสูง (high normal)	130 – 139	85 – 89
โรคความดันโลหิต		
ระดับ 1	140 – 159	90 – 99
ระดับ 2	160 – 179	100 – 109
ระดับ 3	≥180	≥110

จุดมุ่งหมายของการรักษา

1. ลดอัตราการบาดเจ็บและอัตราการตาย
2. เพื่อควบคุมระดับความดันโลหิต ซึ่งมีการกำหนดระดับที่เหมาะสมตามโรคที่ผู้ป่วยเป็นดังนี้

โรค	ระดับความดันโลหิต (mmHg)
ความดันโลหิตสูงอย่างเดียว	≤ 140/90
ความดันโลหิตสูง + เบาหวานที่มีระดับโปรตีนในปัสสาวะ < 1 กรัม/วัน	<130/80
ความดันโลหิตสูง + เบาหวานที่มีระดับโปรตีนในปัสสาวะ > 1 กรัม/วัน	<125/75

3. เพื่อควบคุมปัจจัยเสี่ยงของโรคหัวใจและหลอดเลือด ได้แก่

- 3.1 งดการสูบบุหรี่
- 3.2 การควบคุมโรคเบาหวาน
- 3.3 การควบคุมระดับไขมันในเลือด
- 3.4 ประวัติโรคในครอบครัว พบว่าผู้มีญาติเป็นโรคความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไขมันในเลือดสูงมักมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดได้ง่าย ฉะนั้นผู้ป่วยที่มีประวัติเช่นนี้ต้องปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด
- 3.5 ผู้ที่มีอายุ > 60 ปี

การปฏิบัติตนในผู้ป่วยโรคความดัน

1. การควบคุมพฤติกรรมรับประทานดังนี้
 - 1.1 อาหารเค็ม เนื่องจากอาหารรสเค็มจะมีเกลือเป็นส่วนผสม เมื่อรับประทานเข้าไปในร่างกายจะมีผลเพิ่มการทำงานของไต โดยไตดูดน้ำมากขึ้น ปริมาณน้ำในร่างกายมีมากขึ้น หัวใจจึงต้องบีบตัวเพิ่มมีผลให้ความดันโลหิตสูง เช่น ข้าวต้ม, ปลาเค็ม, ปลาแห้ง, กะปิ, น้ำปลา, อาหารหมักดอง, อาหารกึ่งสำเร็จรูป เป็นต้น
 - 1.2 อาหารมัน อาจทำให้เกิดภาวะไขมันในเลือดสูงขึ้น ซึ่งจะส่งเสริมให้เกิดภาวะโรคหลอดเลือดและหัวใจเร็วขึ้น
 - 1.3 เครื่องดื่มเกลือแร่ มีส่วนผสมของเกลือ โซเดียม ทำให้ไตทำงานหนักมากขึ้น ร่างกายกำจัดโซเดียมได้ไม่ดี ส่งผลให้ความดันโลหิตสูงขึ้นได้

- 1.4 เครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน เช่น ชา กาแฟ การดื่มในปริมาณที่มากเกินไปหรือดื่มบ่อย อาจทำให้ความดันสูงขึ้น ดังนั้นผู้ป่วยความดันโลหิตสูงจึงควรดื่มลด ให้เหลือ 1 แก้ว/วัน
- 1.5 การสูบบุหรี่ ทำให้หลอดเลือดหัวใจตีบตันเร็วขึ้น และนอกจากนี้บุหรี่ยังทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น ประมาณ 20 mmHg เป็นเวลานาน 15 นาที
- 1.6 เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ ในปริมาณที่มากเกินไปทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้นได้ ดังนั้นไม่ควรดื่มเกิน 30 มิลลิลิตร / วัน
2. พฤติกรรมการออกกำลังกาย ควรแนะนำให้ผู้ป่วยออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ติดต่อกันครั้งละ 20-30 นาที เป็นอย่างน้อย 2-3 ครั้ง/สัปดาห์ ควรเริ่มต้นทีละน้อยแล้วค่อยๆเพิ่มขึ้นตามกำลังความสามารถของร่างกาย การออกกำลังกายที่จะช่วยเผาผลาญพลังงานส่วนเกินและควบคุมน้ำหนักได้
3. การพักผ่อน ที่เหมาะสมตามความต้องการของร่างกายจะทำให้ผู้ป่วยมีความผ่อนคลายที่ดี

4. ความเครียด มีผลเพิ่มความดันโลหิต ผู้ป่วยจึงควรหาทางผ่อนคลายความเครียด เช่น การออกกำลังกาย การท่องเที่ยว เป็นต้น
5. การใช้ยาตามแพทย์สั่งอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้สามารถควบคุมโรคความดันโลหิตไว้ได้

จะเห็นว่าการรักษาโรคให้ได้ผลดี ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติของผู้ป่วยเป็นหลัก การเริ่มต้นที่ดีจะช่วยชะลอภาวะของโรคลงได้

**มีปัญหาเรื่องการใช้ยาปรึกษาเภสัชกร
ด้วยความปรารถนาดีจากโรงพยาบาลเทพา**

074-376359-60 , 376461

ต่อ 112



ที่ ทม 1207/1024

คณะเภสัชศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ตู้ ปณ. 7 ต. คอหงส์

อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา 90112

หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อรับรองว่า

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของการให้บริการจ่ายยาต่อเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชนของตำบลเทพา

หัวหน้าโครงการ : นางสาวมณฑา อินอุทัย

ภาควิชา : นักศึกษาปริญญาโท ภาควิชาเภสัชกรรมคลินิก

ได้ผ่านการพิจารณาและได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการ Ethics Committee ซึ่งเป็นคณะกรรมการพิจารณาศึกษาวิจัยในคนของคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ แล้ว

ให้ไว้ ณ วันที่ 23 พ.ค. 2546

ประธานกรรมการ

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิริรัศมี ปิ่นสุวรรณ)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีคณะเภสัชศาสตร์

ภาคผนวก จ.



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ฝ่ายเภสัชกรรมชุมชน ร.พ.เทพา อ.เทพา จ.สงขลา โทร.(074)376359-60 ต่อ 119

ที่ วันที่ 24 มิถุนายน 2546

เรื่อง การอนุญาตให้ทำวิจัยและการมอบหมายให้แพทย์เป็นผู้พิจารณาในการคัดเลือกผู้ป่วย

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเทพา

ข้าพเจ้า นางสาวมณฑา อิน้อย นักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในหลักสูตรเภสัชศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเภสัชกรรมคลินิก ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลของการให้บริการจ่ายยาต่อเนื่องรักษาโรคความดันโลหิตสูงโดยเภสัชกรในศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลเทพา จึงขออนุญาตเก็บข้อมูลในศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลเทพา (ในที่นี้เรียกว่า คลินิกเวชปฏิบัติครอบครัวโรงพยาบาลเทพา) และในขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดมีความจำเป็นต้องมีแพทย์จำนวน 2 ท่าน เป็นผู้มีส่วนร่วมในการพิจารณาคัดเลือก จึงขออนุญาตให้ พ.ญ.พรทิพย์ เพชรมณี และ พ.ญ.ผ่องพรรณ รัตนอมศรีมงคล ทำการคัดเลือกผู้ป่วยที่มีความเหมาะสมในโครงการนี้ด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตและดำเนินการต่อไปด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวมณฑา อิน้อย)

เภสัชกร 5

25 มิ.ย 2546