

## บทที่ 4

### การอภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องผลการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่มีต่อภาวะสุขภาพของผู้ป่วย  
ความดันโลหิตสูง ในโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดนราธิวาส ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัย ตามลำดับดังนี้

#### วัตถุประสงค์

##### 1. วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาผลการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่มีต่อภาวะสุขภาพของผู้ป่วยความดัน  
โลหิตสูง ในโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดนราธิวาส

##### 2. วัตถุประสงค์เฉพาะ

2.1 เพื่อเปรียบเทียบภาวะสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดัน  
โลหิตสูง ก่อนทดลองกับหลังทดลอง ใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ของกลุ่มทดลอง

2.2 เพื่อเปรียบเทียบภาวะสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดัน  
โลหิตสูง ก่อนทดลองกับหลังทดลอง ใช้การดูแลสุขภาพตามปกติ ของกลุ่มควบคุม

2.3 เพื่อเปรียบเทียบภาวะสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดัน  
โลหิตสูง หลังการทดลอง ใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของกลุ่มทดลอง กับการดูแล  
สุขภาพตามปกติของกลุ่มควบคุม

#### สมมติฐาน

1. สุขภาพกายของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มทดลอง หลังการทดลองใช้การดูแลสุขภาพแบบ  
องค์รวม ดีกว่าก่อนการทดลอง
2. พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มทดลอง หลังการทดลองใช้การดูแลสุขภาพ  
แบบองค์รวม ดีกว่าก่อนการทดลอง
3. สุขภาพกายของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองใช้การดูแล  
สุขภาพตามปกติ ไม่แตกต่างกัน

4. พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองใช้การดูแลสุขภาพตามปกติ ไม่แตกต่างกัน
5. สุขภาพกายของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มทดลอง หลังทดลองใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ดีกว่ากลุ่มควบคุมหลังใช้การดูแลสุขภาพตามปกติ
6. พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มทดลอง หลังทดลองใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ดีกว่ากลุ่มควบคุมหลังใช้การดูแลสุขภาพตามปกติ

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้ป่วยในคลินิกความดันโลหิตสูง ที่มีมารับบริการแบบไป – กลับ ของโรงพยาบาลสุศิริน จังหวัดนครราชสีมา เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 25 คน และเป็นกลุ่มควบคุมจำนวน 25 คน

### แบบแผนการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ที่ใช้รูปแบบการวิจัยเป็นแบบที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แบบสุ่มตัวอย่างและมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Randomized Control Group Pretest Posttest Design)

### เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย

#### 1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบวัดภาวะสุขภาพ เป็นแบบตรวจร่างกายและทางห้องปฏิบัติการของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน 7 ข้อ และแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งเป็นแบบสอบถามผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ซึ่งในแบบสอบถามจะมีข้อความที่มีลักษณะเชิงนิมิต (Positive Scale) และเชิงนิเสธ (Negative Scale) จำนวน 22 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกด้วยวิธีทดสอบค่าที (t - test) อยู่ระหว่าง 2.226 – 6.369 และค่าความเชื่อมั่น .86

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย แผนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ซึ่งใช้กับผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มทดลอง ระยะเวลา 2 สัปดาห์ต่อครั้งๆ ละ 2 ½ ชั่วโมง รวม 6 ครั้ง

## วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

### 1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยจัดกลุ่มเพื่อการทดลองจากการสุ่มตัวอย่าง ได้กลุ่มทดลองที่ใช้แผนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม จำนวน 25 คน และกลุ่มควบคุมที่ใช้แผนการดูแลสุขภาพตามปกติ จำนวน 25 คน

1.2 ทำการบันทึกการตรวจร่างกายและตรวจทางห้องปฏิบัติการ สอบถามพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงทั้งสองกลุ่ม รวบรวมคะแนนที่ได้จากการตรวจร่างกายและตรวจทางห้องปฏิบัติการ และการตอบแบบสอบถามดังกล่าว ไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

### 2. ระยะการทดลอง

ผู้วิจัยนำแผนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมไปใช้กับผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 25 คน ในคลินิกความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลสุคริริน อำเภอสุคริริน จังหวัดนราธิวาส

### 3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 เมื่อครบระยะเวลา 3 เดือน ได้ทำการบันทึกการตรวจร่างกายและตรวจทางห้องปฏิบัติการ และสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ กับกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างกันก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งเป็นแบบสอบถามชุดเดิมที่ใช้ก่อนการทดลอง

3.2 นำคะแนนดิบที่ได้ไปวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาคะแนนเฉลี่ย (Arithmetic Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนที่วัดได้จากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนและหลังการทดลอง

2. หาค่าการทดสอบที แบบไม่อิสระต่อกัน (Dependent t – test) ของคะแนนที่วัดได้จากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนและหลังการทดลอง

3. หาค่าการทดสอบที แบบอิสระต่อกัน (Independent t – test) ของคะแนนที่วัดได้จากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ในระยะก่อนและหลังการทดลอง

## สรุปผลการวิจัย

### ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มทดลองหลังการทดลองใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ดีวก่อนใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มควบคุม ก่อนกับหลังการใช้การดูแลสุขภาพตามปกติไม่แตกต่างกัน
3. สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มทดลองหลังทดลองใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมดีวกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การดูแลสุขภาพตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## การอภิปรายผล

### การอภิปรายผลการวิจัยนี้ ผู้วิจัยอภิปรายตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ตามลำดับดังนี้

1. จากผลการวิจัยพบว่า สุขภาพกายของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มทดลองหลังการทดลอง ดีวก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสาเหตุ ของการปฏิบัติตามการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยอาศัยหลักการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เทคนิคการปรับพฤติกรรม และแนวคิดการมีส่วนร่วม โดยให้ผู้ป่วยสามารถดูแลสุขภาพของตนเองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม โดยมีการสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย ศึกษาข้อมูลพื้นฐานของผู้ป่วย ร่วมกันค้นหาปัญหาความเจ็บป่วย กำหนดเป้าหมายในการหาวิธีการแก้ปัญหาแล้วช่วยกันแก้ปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ถูกต้อง และร่วมกันประเมินผล สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับสิ่งแวดล้อมในลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้า พฤติกรรมและ ผลกรรม ไม่ว่าจะเป็นสิ่งเร้าหรือผลกรรมก็ตามมีผลทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลงการแสดงพฤติกรรมตามไปด้วย โดยที่ผลกรรมที่เกิดขึ้นจากการแสดงพฤติกรรมนั้น ถ้าผู้ป่วยแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมก็จะได้รับการยอมรับภายในกลุ่ม ซึ่งจะเป็นตัวเสริมแรงให้บุคคลแสดงพฤติกรรมนั้นซ้ำอีก (สม โทชน์ เข้มสุภาวิช, 2526 : 27) และภายในกลุ่มยังมีความเป็นกันเอง มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ตลอดจนมีส่วนร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ ร่วมปฏิบัติ ร่วมแก้ปัญหา และร่วมในการประเมินผลในการทำกิจกรรมต่างๆที่ช่วยกระตุ้นให้มีการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม

จึงทำให้สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มีการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมดีกว่าก่อนการทดลอง

สอดคล้องกับการศึกษาของ ชนินันท์ วโรทัย และคณะ (2538 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมการออกกำลังกายที่เน้นการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านบางละมุง ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเห็นว่าการรวมกลุ่มออกกำลังกาย ทำให้คนมีสุขภาพแข็งแรงหายปวดเมื่อยจิตใจแจ่มใสและมีความพึงพอใจเห็นความสำคัญในการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตลอดจนการรวมกลุ่มออกกำลังกายเป็นแรงกระตุ้นทำให้เกิดความต้องการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องตลอดไป

เช่นเดียวกับการศึกษาของ วิไลวรรณ ขอดกล้า (2540 : บทคัดย่อ) ในเรื่องของผลการจัดโปรแกรมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยใช้โปรแกรมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมกับกลุ่มทดลอง ผลการศึกษาพบว่า สุขภาพกาย สุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่มีการใช้โปรแกรมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมหลังการทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่กลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองใช้โปรแกรมสุขภาพทั่วไปไม่มีผลไม่แตกต่างกัน

2. จากผลการวิจัยพบว่า สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มควบคุมก่อนและหลังใช้การดูแลสุขภาพตามปกติ ไม่แตกต่างกันเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะสาเหตุ การได้รับความรู้และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ยังขาดความต่อเนื่อง ขาดการกระตุ้น และสิ่งเร้าใจ ขาดการรวมกลุ่มที่ช่วยกันร่วมคิดค้นปัญหา และแก้ปัญหาของตนเองและภายในกลุ่ม และแลกเปลี่ยนแนวความคิดซึ่งกันและกันมีน้อย เมื่อเสร็จสิ้นการตรวจรักษา แต่ครั้งต่างคนก็ต่างแยกย้ายกันไป และการปฏิบัติต่อผู้ป่วยของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขยังเป็นแบบแยกส่วน มีแนวโน้มสนใจในมิติทางร่างกาย ซึ่งทางด้านจิตใจและความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจะถูกละเลย สนใจเฉพาะส่วนของร่างกายที่มีความรู้เฉพาะทางเท่านั้น การมองความเจ็บป่วยหรือโรคไม่ต่างกับความซับซ้อนของเครื่องจักร โดยละเลยการมองชีวิตทั้งระบบ (รุจิณาด อรรถดิษฐ์, 2541 : 48) จึงส่งผลให้ความร่วมมือในการรักษา การทำกิจกรรมต่างๆ หรือการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในการดูแลสุขภาพตามปกติ ไม่แตกต่างกันไปจากเดิม

3. ผลการวิจัยพบว่า สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การดูแลสุขภาพตามปกติ ซึ่งในระยะก่อนการทดลองสุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน ซึ่งถือได้ว่าเป็นผลมาจากแบบแผนการวิจัยที่มีการสุ่มกลุ่ม

ตัวอย่างและจัดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการสุ่มทำให้ยอมรับได้ว่าทั้งสองกลุ่มมีสุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพไม่แตกต่างกัน แต่หลังการทดลองสุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในกลุ่มทดลองที่ใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพราะการปฏิบัติตามการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ทำให้ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงได้เริ่มมีการดูแลสุขภาพของตนเองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยร่วมกันประเมินสุขภาพของตนเอง พร้อมกับย้อนถามตนเองและสำรวจตนเองเกี่ยวกับแบบแผนการดำเนินชีวิตทั้งหมด ที่ได้ร่วมกันสร้างสัมพันธภาพ ร่วมกันค้นหาปัญหา กำหนดเป้าหมาย การแก้ปัญหาและประเมินผล ทำให้ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มีการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ได้ร่วมรับรู้ ร่วมคิด ร่วมปฏิบัติด้วยตนเอง ทำให้เกิดการเรียนรู้ คิดเป็น แก้ปัญหาของตนเองได้ สามารถนำไปใช้ปฏิบัติเป็นประจำ มองเห็นว่าปัญหาสุขภาพสามารถแก้ไขได้ด้วยตนเอง จากการศึกษาที่ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงมีพฤติกรรมต่างๆ ที่ถูกต้องหรือไม่ถูกต้องนั้น เกิดจากการเรียนรู้ทั้งต้นและการเรียนรู้พฤติกรรมเหล่านั้น สามารถเรียนรู้ได้โดยประสบการณ์ตรงหรือไม่ก็โดยการสังเกต (ประเทือง ภูมิภัทราคม, 2540 : 59) และการเรียนรู้พฤติกรรมส่วนมากมาจากการสังเกต ตัวแบบ การรับข่าวสารต่างๆ มาประมวล โดยการแปลงสภาพเป็นการแทนด้วยสัญลักษณ์ที่จะเป็นเครื่องชี้แนะการกระทำ และการใช้เทคนิคการเสนอตัวแบบ ก็สามารถทำให้ผู้ป่วยที่ถูกปรับพฤติกรรมนั้น ไม่ค่อยรู้สึกขัดใจ หรือต่อต้าน จึงทำให้ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มีการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมมีสุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพเป็นไปในทางที่ดีขึ้น ส่วนการดูแลสุขภาพตามปกตินั้น ผู้ป่วยได้รับความรู้จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขก็จริงแต่ผู้ป่วยไม่ได้มีสัมพันธภาพภายในกลุ่มและระหว่างเจ้าหน้าที่ และไม่ได้มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาทั้งของตนเองและภายในกลุ่ม และขาดการกระตุ้นในการทำกิจกรรมต่างๆ จึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้การดูแลสุขภาพตามปกติมีการเปลี่ยนแปลงน้อยกว่า การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ราไพ ศรีนวล (2534 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้กระบวนการปรับพฤติกรรมต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ของหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นพาหะของโรคไวรัสตับอักเสบบี ระยะแพร่เชื้อ ณ โรงพยาบาลราชวิถี จำนวน 72 คน ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความเชื่อด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคไวรัสตับอักเสบบี และการปฏิบัติตัวในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสตับอักเสบบี มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ในขณะที่ วิณา ทองวิเศษกุล (2528 : 75-76) ได้ทำการวิจัยเชิงทดลอง เรื่องผลการให้แรงเสริมทางบวกต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ ด้านเจตคติ และการปฏิบัติของนักเรียน โรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา ผลการทดลองพบว่าพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่ได้รับแรงเสริมทางบวกดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ และพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับแรงเสริมทางบวกมีความแตกต่างกับกลุ่มที่ไม่ได้รับแรงเสริมในระยะทดลองอย่างมีนัยสำคัญ

เช่นเดียวกับ สุภาวดี ลิ้มปพานนท์ (2537 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องประสิทธิผลของ โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ ต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรู้ และการปฏิบัติตัว ในเรื่อง การดูแลสุขภาพในด้าน การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การดูแลเท้า และการลดการสูบบุหรี่ ของผู้ป่วยโรคเบาหวานให้ดีขึ้น

### ข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่มีต่อภาวะสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ในโรงพยาบาลชุมชนจังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ 2 ลักษณะดังนี้

#### 1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

1.1 ผลการวิจัย พบว่า ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม มีภาวะสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพ ดีกว่าก่อนใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ซึ่งโรงพยาบาลและสถานพยาบาลทางสาธารณสุข ควรนำการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ไปใช้ในการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงกลุ่มอื่น

1.2 ผลการวิจัย พบว่า ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม มีภาวะสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพกายและพฤติกรรมสุขภาพ ดีกว่าผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการดูแลสุขภาพตามปกติ ดังนั้นจึงควรนำวิธีการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม มาจัดอบรมแก่เจ้าหน้าที่ทางด้านสาธารณสุข ให้เกิดความตระหนักในการที่จะส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้ป่วย เพื่อเป็นการพัฒนาบุคลากรของหน่วยงานให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

1.3 ผลการวิจัย พบว่า ภาวะสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงหลังการทดลองใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ดีกว่าก่อนการใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ซึ่งในการนำการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ไปใช้ในหน่วยงาน ควรมีการติดตามประเมินผล เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวของผู้ป่วย

ความดันโลหิตสูงในระยะยาวต่อไป เพื่อความคงทนของความรู้ และพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสม

1.4 ภายใต้งานโครงการประกันสุขภาพถ้วนหน้านี้ จะต้องมีการพัฒนาให้สถานพยาบาลมีคุณภาพ โดยจัดให้มีหน่วยบริการปฐมภูมิ ที่มีขนาดไม่ใหญ่ กระจายทั่วถึง และพัฒนาให้มีคุณภาพที่ตอบสนองความต้องการของประชาชน ได้สอดคล้องมากขึ้น สร้างให้มีบรรยากาศเป็นกันเองกับผู้ใช้บริการ มีระบบที่จัดให้ผู้ใช้บริการและผู้รับบริการมีโอกาสรู้จักกัน มีความรับผิดชอบในการดูแลสุขภาพร่วมกันอย่างต่อเนื่อง เน้นพัฒนาสถานพยาบาลให้มีความใกล้ชิดกับประชาชน รวมทั้งกระตุ้นให้มีการสร้างเสริมสุขภาพควบคู่ไปกับการรักษาพยาบาล ดังคำกล่าวที่ว่า “สถานพยาบาลใกล้ใจ” (สำนักพัฒนาเครือข่ายบริการสุขภาพ, 2544 : 3) จากแนวคิดดังกล่าว สอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ที่ได้ใช้การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมแล้วทำให้ภาวะสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงดีกว่าก่อนได้รับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ซึ่งสามารถนำการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมไปใช้ในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในแต่ละหน่วยบริการปฐมภูมิได้ เพื่อให้มีการดูแลสุขภาพร่วมกันอย่างต่อเนื่อง

## 2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งได้ศึกษาผลของการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่มีต่อภาวะสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงแล้วนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรจัดให้มีการศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับพฤติกรรมและการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยที่มีภาวะความดันโลหิตสูง เพื่อจะได้ศึกษาผู้ป่วยได้ละเอียดและมีความครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

2.2 การศึกษาวิจัยครั้งนี้ จะเห็นได้ว่าการเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพเพียง 2 วิธี เท่านั้น ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรจะมีการเปรียบเทียบการดูแลสุขภาพที่มีวิธีการรูปแบบต่างๆ กัน เพื่อจะได้วิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดและมีความเหมาะสมกับผู้ป่วย

2.3 การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงทดลองที่มุ่งเน้นการจัดโปรแกรมการดูแลสุขภาพแก่ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงเท่านั้น ซึ่งในการวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาปัจจัยร่วมที่ทำให้ผู้ป่วยที่มีภาวะความดันโลหิตสูง ปฏิบัติตัวได้ไม่ถูกต้อง, ไม่ให้ความร่วมมือในการรักษาและความสม่ำเสมอในการรับประทานยาตามแพทย์สั่ง

2.4 การวิจัยครั้งนี้ มีระยะเวลาในการศึกษาทดลองเพียงแค่ 3 เดือน ซึ่งในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการเพิ่มระยะเวลาในการศึกษาเป็น 1 ปี หรือมากกว่านั้น เพื่อได้มีโอกาสติดตามการเปลี่ยนแปลง เช่น ภาวะแทรกซ้อนของโรค การเปลี่ยนแปลงของระดับความดันโลหิต เป็นต้น