

ชื่อเรื่อง	ประสิทธิผลโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมต่อระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ที่รับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองแขง
ชื่อ-สกุลนักศึกษา	อรรณวุฒิ โคตรสีเขียว
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปณิธาน กระสังข์
หลักสูตร	สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา	การบริหารสาธารณสุข
ปี พ.ศ.	2568

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) เปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรม 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรม 3) เปรียบเทียบค่าความดันโลหิต (ซิสโตลิก) ของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงก่อนและหลังได้รับโปรแกรม โดยประยุกต์แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมของประเวศ วสี ได้แก่โปรแกรมฝึกสุขภาวะทางจิตใจ ด้านร่างกาย การส่งเสริมสุขภาพที่สมบูรณ์ทางสังคม ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิต การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเอง ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ แบบกึ่งทดลองกลุ่มเดียว ประชากรเป็นผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 147 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาโดยเลือกแบบเจาะจง จำนวน 36 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบทดสอบความรู้ และแบบประเมินพฤติกรรม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ แจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่า t แบบ Paired Sample t-test ผลการศึกษา พบว่า 1) หลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิต สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม 2) หลังได้รับโปรแกรมกลุ่มมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม และ 3) หลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าความดันโลหิต (ซิสโตลิก) ลดลงต่ำกว่าก่อนได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**คำสำคัญ :** โรคความดันโลหิตสูง การส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม พฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง

<b>Title</b>	Effectiveness of a holistic health promotion program on self-care behavior levels in hypertensive patients receiving services at Nong Wang Subdistrict Health Promoting Hospital
<b>Name</b>	Atthavut Kotseekhao
<b>Advisor</b>	Assistant Professor Dr. Panitan Grasung
<b>Degree</b>	Master of Public Health
<b>Program</b>	Public Health Administration
<b>Year</b>	2025

---

### **Abstract**

The objectives of this study were to 1) compare knowledge about hypertension among hypertensive patients before and after receiving the program, 2) compare self-care behaviors in hypertensive patients before and after receiving the program, and 3) compare the systolic blood pressure values of hypertensive patients before and after receiving the program. The conceptual framework was applied to holistic health promotion of Prawet Wasi, including mental health training programs, physical health, promoting complete social well-being, knowledge about hypertension, and behavioral changes in self-care practices. The study methodology was quantitative: a one-group quasi-experimental design. The population consists of 147 patients with hypertension. The sample was obtained through purposive sampling, consisting of 36 people. The tools used were knowledge tests and behavioral assessments. Statistics used for the data analysis include frequency, percentage, mean and standard deviation, and t-test statistics. The research findings were as follows: 1) After receiving the program, the experimental group had higher knowledge about hypertension than before receiving the program. 2) After receiving the program, the experimental group had better self-care behaviors than before receiving the program. 3) After receiving the program, the experimental group had a significantly lower systolic blood pressure than before receiving the program, with statistical significance at the .01 level.

**Keywords:** Hypertension of disease, holistic health promotion, self-care behaviors