

**ประสิทธิผลของการวัดความดันโลหิตที่บ้านและลดอาหารเค็ม  
ต่อการลดการเกิดโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาฝื่อ  
อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ**

นางสาวจัญญา โห่งนาคำ และคณะ      รพ.สต.นาฝื่อ

โรคความดันโลหิตสูงมีแนวโน้มสูงขึ้นทุกๆ ปี ตำบลนาฝื่อ อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญมีผู้ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงจำนวนมากและมีกลุ่มเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่เพิ่มขึ้นในทุกปี การศึกษาครั้งนี้เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการวัดความดันโลหิตและการลดอาหารที่มีรสเค็มต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ เป็นการศึกษาเชิงปฏิบัติการ ศึกษาในกลุ่มเสี่ยงที่เป็นผู้ที่มารับบริการรักษาพยาบาลที่ รพ.สต.นาฝื่อ ในช่วงเดือนมีนาคม 2562 จำนวน 46 ราย กลุ่มตัวอย่างจะได้ร่ำสุศึกษารายบุคคลเกี่ยวกับการลดการทานอาหารรสเค็มและวัดความดันโลหิตที่บ้านอย่างต่อเนื่องโดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านอย่างต่อเนื่องนาน 14 วัน เข้าเย็น แล้วนำมาหาค่าเฉลี่ย สถิติที่ใช้การศึกษา จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติเชิงอนุมาน paired t-test

ผลการศึกษาพบว่าภายหลังกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้านอย่างต่อเนื่องและการได้รับสุศึกษาการลดการบริโภคอาหารที่มีรสเค็ม พบว่ากลุ่มเสี่ยงมีค่าระดับความดันโลหิตลดลงทั้งค่าบนและค่าล่าง โดยค่าบนมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 135 มิลลิกรัมปรอท ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  $p\text{-value} < 0.05$  และค่าล่างมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 78 มิลลิกรัมปรอท ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.5 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value} < 0.05$