

ภาวะความดันโลหิตสูง ของประชากรวัยผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุในชุมชนชนบท

กัตติกา ธนะขำ และ กุศล สุนทรธาดา
สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

บทคัดย่อ

โรคความดันโลหิตสูงเกิดจากหลายปัจจัย ทั้งจากพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และพฤติกรรมเสี่ยงในการดำเนินชีวิต ซึ่งโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนส่วนใหญ่จะไม่มีอาการแสดงให้เห็น การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของโรค และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ กับภาวะความดันโลหิตสูงของประชาชนในชุมชนชนบท อายุ 40 ปีขึ้นไป ของจังหวัดน่าน โดยใช้ข้อมูลทุติยภูมิจากโครงการคัดกรองโรคไม่ติดต่อในชุมชน จังหวัดน่าน ปี พ.ศ. 2547 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้ 4,322 คน โดยกำหนดภาวะความดันโลหิตสูงที่ความดันซิสโตลิก 140 มิลลิเมตรปรอท และความดันไดแอสโตลิก 90 มิลลิเมตรปรอท วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ตารางไขว้ และสถิติการถดถอย โลจิสติก

ผลการศึกษาพบว่า ความชุกของภาวะความดันโลหิตสูงของประชากรในชุมชนที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไป พบร้อยละ 18.3 โดยพบในเพศชายสูงกว่าเพศหญิง (ร้อยละ 20.9 และ 16.4) และพบในผู้สูงอายุ สูงกว่าวัยผู้ใหญ่ที่มีอายุ 40 - 59 ปี (ร้อยละ 24.9 และ 14.8) เมื่อวิเคราะห์ด้วยสมการถดถอยโลจิสติก พบว่า อายุ ดัชนีมวลกาย มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะความดันโลหิตสูง และบุคคลที่เคยตรวจพบภาวะความดันโลหิตสูง และเคยตรวจพบภาวะน้ำตาลในเลือดสูง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ พฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพ ได้แก่ การรับประทานอาหารที่มีรสเค็ม อาหารที่ใส่ผงชูรส อาหารที่มีไขมันสูง การดื่มสุรา และความเครียด มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะความดันโลหิตสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากข้อค้นพบครั้งนี้มีข้อเสนอแนะคือ ควรมีการรณรงค์ ให้สูขศึกษาและคำแนะนำ และสร้างพลังอำนาจแก่บุคคลและชุมชน เพื่อกระตุ้น และสร้างจิตสำนึกให้กับประชาชนในการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ในการลดการบริโภคอาหารที่มีโซเดียม อาหารที่มีไขมันสูง และลดการดื่มสุรา รวมทั้งการควบคุมน้ำหนักตัว และความเครียด เพื่อลดอุบัติการณ์ของภาวะความดันโลหิตสูงของประชาชนในชุมชน โดยเฉพาะในเพศชายและผู้สูงอายุ

คำสำคัญ: โรคความดันโลหิตสูง/ พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ/ ประชากรในชุมชนชนบท