

ผลของการใช้นวัตกรรม “ตวงเกลือ มั่น ตาล ตวงตาล มั่น เกลือ” ต่อการควบคุมระดับความดันโลหิต
และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

THE EFFECT OF THE INNOVATION “TUANGKLUA MUN TAN TUNGTAN MUN KLUA”
ON BLOOD PRESSURE AND BLOOD SUGAR LEVEL IN PATIENT WITH NON-COMMUNICABLE
DISEASES

จามจรี ปิตตาระพา นิภาพร แก้วบุตตี อภิเชษฐ์ พุนทรัพย์ และ ชนกานต์ แสงคำกุล*

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พุทธชินราช พิษณุโลก

*corresponding author e-mail : chao_chanakan@hotmail.com

บทคัดย่อ

โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของโลกในปัจจุบัน ซึ่งนำไปสู่การเกิดการเกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง ได้แก่ โรคจอประสาทตาเสื่อม โรคไตวายเรื้อรัง โรคหัวใจและหลอดเลือด แผลเรื้อรังที่เท้า รวมทั้ง โรคหลอดเลือดสมอง การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้นวัตกรรม “ตวงเกลือ มั่น ตาล ตวงตาล มั่น เกลือ” ต่อการควบคุมระดับความดันโลหิตและระดับน้ำตาลในเลือด ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ตำบลวังงาม อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 15 คน ที่ได้รับการสอน สาธิต และนำนวัตกรรมกลับไปใช้ในการตวงเกลือ และน้ำตาลในชีวิตประจำวัน วิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงพรรณนาและสถิติทดสอบค่าเฉลี่ยของประชากร 2 กลุ่มสัมพันธ์กัน (Paired-t test) ผลการศึกษาพบว่าภายหลังจากการนำนวัตกรรมไปใช้ ผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง มีค่าเฉลี่ยค่าความดันโลหิตช่วงบน ค่าความดันโลหิตช่วงล่าง และค่าระดับน้ำตาลปลายนิ้ว (DTX) ต่ำกว่าก่อนการใช้นวัตกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสามารถสรุปและอภิปรายได้ว่า การตวงเกลือและน้ำตาลเพื่อบริโภคในชีวิตประจำวันตามแบบนวัตกรรม “ตวงเกลือ มั่น ตาล ตวงตาล มั่น เกลือ” สามารถลดค่าความดันโลหิตช่วงบน ค่าความดันโลหิตช่วงล่าง และค่าระดับน้ำตาลปลายนิ้ว (DTX) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้

คำสำคัญ : โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เกลือ น้ำตาล นวัตกรรม

Abstract

Non-communicable diseases is a major public health problem in the world today. It can lead to severe complications, such as retinopathy, chronic kidney disease, cardiovascular disease chronic ulceration and stroke. The purpose of this study was to examine the effect of “TuangKlua Mun Tan Tungtan Mun Klua” innovation to control blood pressure level and blood glucose level in 15 patients with Non-communicable diseases in Ngiu Ngam District, Muang, Phitsanulok Province, Who were taught and demonstrated and took innovation to measure salt and sugar in daily life at home. The data were analyzed using descriptive statistic and pair-t test. The results show that: after participating in using “TuangKlua Mun Tan Tungtan Mun Klua” innovation, they had systolic blood pressure, diastolic blood pressure and fingertip blood glucose (DTX) significantly lower than those before participating ($p < .05$). It can be summarized and discussed that measuring salt and sugar for consumption in the daily life according to the innovative “TuangKlua Mun Tan Tungtan Mun Klua” could reduce the systolic blood pressure, diastolic blood pressure and fingertip blood glucose (DTX) in patients with chronic non-communicable disease.

Keywords : noncommunicable diseases salt sugar innovation