**ชื่อเรื่อง** ผลของ A KAPHO program ต่อการลดโอกาสเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดเชิงรุก

**ชื่อผู้วิจัย** นางนูรีซาน โต๊ะเด็น

**ชื่อสถาบัน** โรงพยาบาลกะพ้อ

**บทนำ** ในประเทศไทย โรคหัวใจและหลอดเป็นสาเหตุการตายอันดับต้นๆ พ.ศ. 2557 มีประชากรป่วยเป็นโรคนี้ 264,820 คน เสียชีวิต 58,681 คน หรือเฉลี่ยชั่วโมงละ 7 คน คิดเป็นอัตราตาย 90.34 ต่อแสนประชากร (สำนักงานโรคไม่ติดต่อ 2557) สำหรับโรงพยาบาลกะพ้อ มีร้อยละผู้ป่วยโรคโรคนี้ต่อประชากรกลางปี พ.ศ. 2556 -2558 เท่ากับ 6.63 ,9.51 ,9.86 โดยมาจากผู้ป่วยกลุ่มโรคเรื้อรัง (NCD) 41.67,25,57.14 ตามลำดับ จะเห็นได้ว่ามีแนวโน้มสูงขึ้นทุกๆปี ซึ่งถ้ามีการควบคุมปัจจัยเสี่ยงหรือโรคเรื้อรังที่เป็นอยู่ได้ดี โอกาสที่จะเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดก็จะน้อยลง

**วัตถุประสงค์** เพื่อศึกษาผลของ A KAPHO program ต่อการลดโอกาสเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด

**ระเบียบวิธีวิจัย** เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง นำ A KAPHO program มาศึกษากลุ่มเสี่ยง CVD ในเขตอำเภอกะพ้อ จังหวัดปัตตานี ระหว่างเดือนก.พ. ถึง ก.ค. 2559 โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียว จำนวน 30 ราย การเลือกตัวอย่างจะเลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติดังนี้ 1.มีคะแนน Thai CV risk score ระดับปานกลาง ถึง สูงอันตราย 2.อายุ 35-70 ปี 3.เป็นโรคความดันโลหิตสูงร่วมกับเบาหวาน วิเคราะห์ข้อมูลก่อนและหลังด้วยสถิติ paired sample t-test

**วิธีดำเนินการ** A KAPHO ประกอบด้วย A: Assessment ,K: Knowledge , A: Action group , P: practice ,H: Home health care ,O: Other professional โดยเน้นหลัก 3D2E คือ disease ,diet ,drug ,exercise และ emotion ดำเนินกิจกรรม 5 สัปดาห์ แบ่งเป็นกิจกรรมกลุ่ม 2 สัปดาห์ และกิจกรรมรายบุคคล 2 สัปดาห์ ,สัปดาห์ที่ 1สร้างสัมพันธภาพ ประเมิน BMI,BP,FBS,cholesterol เพื่อประกอบการคำนวณ Thai CV risk , ประเมินความรู้และพฤติกรรมสุขภาพ ,ให้ความรู้เรื่องโรค อาหาร ยา ,เปิด VDO clip เรื่องACS ภาษามลายู จัดทำโดยรพ.กะพ้อ ,สาธิตการออกกำลังกายและการผ่อนคลายความเครียดหลังละหมาด, แจกรายชื่อกลุ่ม CVD risk ที่อยู่ในเขตรับผิดชอบของอสม.แต่ละท่าน ,สัปดาห์ที่ 2สนทนากลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันเรื่องโรค อาหาร ยา ,ประชาสัมพันธ์ช่องทางด่วน, ทำและทานอาหารตัวอย่างร่วมกัน ,ออกกำลังกายและผ่อนคลายความเครียดร่วมกัน,สัปดาห์ที่ 3-4 ติดตามเยี่ยมบ้าน ค้นหาและแก้ไขปัญหาของผู้ป่วยร่วมกันเป็นทีมสหวิชาชีพ ,สัปดาห์ที่ 5 ประเมิน BMI,BP,FBS,cholesterol ประเมินความรู้ พฤติกรรมสุขภาพ และสรุปผล

**ผลการศึกษา** คะแนนโอกาสเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดของกลุ่มเสี่ยงก่อนและหลังเข้าร่วม A KAPHO program ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .001) ก่อนเข้าร่วมส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง และหลังเข้าร่วมอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนความรู้ของกลุ่มเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดก่อนและหลังเข้าร่วม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .000) และคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดก่อนและหลังเข้าร่วม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .000)

**สรุป** A KAPHO program เป็นการดูแลผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง CVD เชิงรุก สามารถลดโอกาสเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด เพิ่มความรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสมกับโรคของผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงได้ และอาจส่งผลให้กลุ่มเสี่ยง เมื่อมีอาการ ACS เข้ารับการรักษาได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งเป็นประโยชน์กับผู้ป่วยสูงสุด

**คำสำคัญ** A KAPHO