

บทคัดย่อ

171721

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาการบริการและศึกษาผลของการพัฒนาการบริการเพื่อแก้ไขปัญหานอนไม่หลับของผู้ป่วยในหอผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนครินทร์ จังหวัดนครราชสีมาโดยนักวิจัยและพยาบาลหอผู้ป่วยนอกร่วมกันศึกษาวิเคราะห์ปัญหาการให้บริการผู้ป่วยนอนไม่หลับ แล้วร่วมมือกันพัฒนาการบริการเพื่อแก้ไขปัญหานอนไม่หลับของผู้ป่วย โดยสร้างแนวทางปฏิบัติการให้บริการผู้ป่วยนอนไม่หลับ ตรวจสอบความเที่ยงตรงตามกระบวนการของเมสัน ประชากร คือ บุคลากรทางการพยาบาลและผู้ป่วยนอนไม่หลับจำนวน 30 คน ประเมินผลโดยสัมภาษณ์ความคิดเห็นต่อแนวทางปฏิบัติในบุคลากรทางการพยาบาลที่เกี่ยวข้องและใช้แบบสัมภาษณ์ก่อนและหลังรับบริการในผู้ป่วยนอนไม่หลับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าคะแนนร้อยละ

ผลการพัฒนาการบริการเพื่อแก้ไขปัญหานอนไม่หลับของผู้ป่วยพบว่า ผู้ป่วยนอนไม่หลับเข้ารับบริการโดยความสมัครใจจำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 30.6 จากจำนวนผู้ป่วยนอนไม่หลับที่มารับบริการจำนวน 98 คน ซึ่งมีผู้ป่วยเลือกฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 ฝึกทำสมาธิ 14 คน คิดเป็นร้อยละ 46.7 ฝึกหายใจ 6 คน คิดเป็นร้อยละ 20.0 ก่อนฝึกผ่อนคลายพบว่าผู้ป่วยมีคุณภาพการนอนหลับโดยภาพรวมทั้งหมดลดลงคืบอยู่ในระดับไม่ดีคิดเป็นร้อยละ 33.3 ระยะเวลาการนอนหลับในแต่ละคืนน้อยกว่า 5 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 10.0 ลักษณะสิ่งรบกวนที่เป็นปัญหาสำคัญที่ทำให้ผู้ป่วยนอนไม่หลับคือการนอนไม่หลับหลังจากเข้านอนไปแล้วนานกว่า 30 นาที และตื่นกลางดึกหรือตื่นเช้ามืดกว่าปกติมีความถี่ 3 ครั้ง/สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 10.0 จากผลการวิจัยครั้งนี้ผู้ป่วยนอนไม่หลับมีความรู้เรื่องการนอนไม่หลับเพิ่มขึ้น โดยก่อนให้บริการมีความรู้ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 70.0 หลังให้บริการมีความรู้ระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 73.3 ด้านคุณภาพการนอนหลับผู้ป่วยนอนไม่หลับที่เลือกวิธีฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อมีคุณภาพการนอนหลับดีขึ้นโดยก่อนให้บริการมีคุณภาพการนอนหลับดีคิดเป็นร้อยละ 30.0 หลังให้บริการคิดเป็นร้อยละ 90.0 ซึ่งดีมากกว่าการฝึกทำสมาธิและการฝึกหายใจ ส่วนด้านความพึงพอใจ

ค่าบริการ มีความพึงพอใจระดับมากทั้งก่อนและหลังการให้บริการในด้านการให้เกียรติผู้รับบริการ ด้านข้อมูลที่ได้รับ ด้านคุณภาพการบริการ โดยก่อนให้บริการคิดเป็นร้อยละ 63.3 เท่ากันหลังให้บริการคิดเป็นร้อยละ 76.6, 83.3, 73.3 ตามลำดับ ผู้บริหารการพยาบาลและผู้ให้บริการที่ร่วมโครงการทุกคนเห็นควรให้นำแนวทางปฏิบัติการให้บริการผู้ป่วยนอนไม่หลับไปปฏิบัติงานต่อไป

ABSTRACT

171721

The purpose of this action research were to development of service and study effects of develoment of service for solve insomnia problems of patients in The Out Patient Department Nakornratchasima-rajanakarindra Psychiatric Hospital Nakornratchasima Province. Researcher and the out patient nursing care team had analyzed problems of service for insomnia patients. They had agreed to development of service to solve insomnia problems of patients by made an insomnia service practice guideline. This practice guideline was tested for the reliability by Mason'method. The population of this study were administrator, registered nurse and 30 insomnia patients. The evaluation tools were in – depth interview guideline for administrators, nurse and pre – post questionnaires in insomnia patients. The data were analyzed for percent.

The result of develoment of service to solve insomnia problems of patients findings were as follows insomnia patients. Into this research by voluntarily participated 30 insomnia patients (30.6 percent form 98 insomnia patients). The insomnia patients selected muscle relaxation method 10 persons (33.3 percent), meditation method 14 persons (46.7 percent), breathing exercise method 6 persons (20.0 percent). Before insomnia patients were relaxation technique that the patients had slept quality overall very bad 33.3 percent, hours of sleep per night less than 5 hours 10.0 percent and had troubled sleeping that severe problems to patients by cannot get to sleep within 30 minutes and wake up in the middle of the night or early morning three or more times a week 10.0 percent. The research findings that the insomnia patients had knowledged about insomnia before service had middle level 70.0 percent, after service had high level 73.3 percent, quality of sleep that the patients who selected muscle relaxation had very good quality of sleep before service 30.0 percent, after service 90.0 percent and better than meditation and breathing exercise method. Before and after service the patients had the high satisfaction on courtesy,

171721

medical information, quality of care before service 63.3 percent after service courtesy 76.6 percent, medical information 83.3 percent, quality of care 73.3 percent. Both administrator and nurse agree that the insomnia practice guideline could help improving service for insomnia patients.