

การออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานมีความสำคัญในการควบคุมโรค ดังนั้นการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน จึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทีมสุขภาพที่มีหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน เพื่อให้สามารถให้การดูแลอย่างมีประสิทธิภาพ การศึกษาเชิงพัฒนาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพังงา โดยใช้กรอบแนวคิดการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกของสภาวิจัยทางการแพทย์และสาธารณสุขแห่งชาติ ประเทศออสเตรเลีย (National Health and Medical Research Council [NHMRC], 1999) และศึกษาความเป็นไปได้ในการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกจากพยาบาลวิชาชีพจำนวน 5 คน โดยใช้แบบสอบถามความเป็นไปได้ในการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาของแนวปฏิบัติทางคลินิกที่พัฒนาขึ้น และแบบสอบถาม โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา

ผลการศึกษา มีดังนี้

1. แนวปฏิบัติทางคลินิกที่พัฒนาขึ้นมาจากหลักฐานเชิงประจักษ์จำนวน 27 เรื่อง และพิจารณาจัดหมวดหมู่อ้างอิงตามองค์ประกอบของสถาบันรับรองคุณภาพองค์กรสุขภาพ (JCAHO, 2001) ประกอบด้วย 6 หมวด ได้แก่ 1) การพิทักษ์สิทธิผู้ป่วยและจริยธรรม 2) การประเมินก่อนออกกำลังกาย 3) การส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกาย 4) การให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน 5) การติดตามประเมินพฤติกรรมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง และ 6) การพัฒนาคุณภาพการบริการ

2. การนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานไปใช้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 100 เห็นด้วยในระดับมากกว่า การนำแนวปฏิบัติทางคลินิกไปใช้ช่วยให้หน่วยงานสามารถประหยัดและลดต้นทุนทั้งด้านกำลังคน เวลา และงบประมาณ แนวปฏิบัติสามารถแก้ไขปัญหาหรือทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีต่อผู้รับบริการ และมีความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติที่จะนำไปใช้ในหน่วยงาน และกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 80 เห็นด้วยในระดับมากกว่าข้อเสนอแนะในแนวปฏิบัติมีความชัดเจน และกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 60 เห็นด้วยในระดับมากเกี่ยวกับความสะดวกในการนำไปปฏิบัติ สามารถเข้าใจได้ง่าย และความเหมาะสมกับการนำไปใช้ในหน่วยงาน

ผลการศึกษาครั้งนี้สรุปได้ว่า แนวปฏิบัติทางคลินิกที่พัฒนาขึ้นมีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ในหน่วยงาน อย่างไรก็ตาม อาจต้องมีการปรับให้ง่ายต่อการนำไปใช้ และปรับปรุงอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้ได้แนวปฏิบัติทางคลินิกที่เหมาะสม และควรนำเสนอต่อผู้บริหารเพื่อนำสู่ขั้นตอนการนำไปใช้ เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในหน่วยงานต่อไป

Exercise in older persons with diabetes is very important for controlling the disease. Therefore, development of clinical practice guidelines (CPGs) to promote exercise behavior among older persons with diabetes is necessary for health care team who are responsible for the care of older persons with diabetes, to provide effective care. This developmental study aimed to develop CPGs for the promotion of exercise behavior among older persons with diabetes at the Diabetic Clinic of Phang- nga Hospital. The CPGs development framework of the Australian National Health and Medical Research Council (NHMRC, 1999) was applied as a framework for this study. The feasibility of the CPGs implementation was examined among 5 professional nurses by using a feasibility of using CPGs questionnaire. The CPGs and the questionnaire were assessed for content validity by 3 experts. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results of the study are as follows:

1. The CPGs were developed from 27 evidences and classified according to the Joint Commission on Accreditation of Healthcare Organization (JCAHO, 2001). The guidelines consisted of six components: 1) protection of clients' rights and ethics, 2) assessment before exercise, 3) promoting exercise behavior, 4) education about exercise in older persons with diabetes, 5) continuous monitoring and evaluation of exercise behavior, and 6) quality improvement of the health service.

2. Following the implementation of the CPGs for promotion of exercise behavior among older persons with diabetes, one hundred percent of sample strongly agreed that the CPGs implementation would enable the organization to be more economize and decrease capital investment of personnel, time and budget. The CPGs were seen as helpful in solving problems or giving good outcome to the persons served and feasible for implementation in work unit. In addition, 80 percent of sample agreed that the recommendations of CPGs were clear and 60 percent of sample agreed with the following issues: convenience of practice implementation, easiness for understanding and appropriateness for use in the work unit.

From the results of this study, it can be concluded that the developed CPGs are feasible for implementation. However, the CPGs must be adjusted and revised regularly to obtain suitable CPGs. These should be presented to the administrators for further implementation and for improvement of the quality for promotion of exercise behavior among older persons with diabetes in the work unit.