

พฤติกรรม การดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขัง ทัณฑสถาน
โรงพยาบาลราชทัณฑ์

Self – Care Behaviors in the Prevention of Cerebrovascular Disease of Prisoners
in Medical Correctional Institution

คำนำ

โรคหลอดเลือดสมอง (Stroke หรือ Cerebrovascular Accident หรือ CVA) จัดว่าเป็นโรคที่ก่อให้เกิดปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญของโลก เนื่องจากเป็นภาวะที่พบได้บ่อย เกิดความพิการได้มาก และมีอัตราการตายสูง ในประเทศสหรัฐอเมริกาโรคหลอดเลือดสมองเป็นสาเหตุสำคัญอันดับสาม รองจากบาดเจ็บทางสมองที่ทำให้ผู้ป่วยเกิดความพิการ และเป็นสาเหตุของการตายเป็นอันดับสองของประชากรในซีกโลกตะวันตกรองจากโรคหัวใจและมะเร็ง สำหรับในประเทศไทยโรคหลอดเลือดสมองเป็นปัญหาสำคัญในทางการแพทย์และสาธารณสุข เช่นเดียวกัน จากรายงานของกองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข ในปี พ.ศ. 2534 พบว่าโรคหลอดเลือดสมองเป็นสาเหตุของการตายอยู่ในอันดับที่ 7 และในปีเดียวกัน สำนักงานสถิติแห่งชาติ รายงานสถิติคนพิการทั้งประเทศมีจำนวน 1,101,500 คน จากประชากร 57 ล้านคน หรือเท่ากับร้อยละ 1.8 ในจำนวนคนพิการดังกล่าวเป็นผู้ป่วยพิการจากโรคหลอดเลือดสมองร้อยละ 9.6 (เสก, 2539)

อุบัติการณ์ของการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง (เสก, 2539) โดยเฉลี่ยประมาณ 140-240 คน ต่อแสนประชากรของประเทศสหรัฐอเมริกา และมีอัตราความชุกของโรคประมาณ 1.7 ล้านคน หรือประมาณ 500-600 คน ต่อแสนประชากร สำหรับประเทศไทยพบค่าความชุกของโรค 690 คนต่อแสนประชากร (นิพนธ์ , 2544)

ปัญหาโรคหลอดเลือดสมองไม่พบเฉพาะแต่สังคมภายนอกเท่านั้น แม้แต่ในเรือนจำก็พบปัญหานี้เช่นกัน ปัจจุบันมีผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองที่กระทำคามผิด และถูกดำเนินคดีเข้ามาอยู่ในเรือนจำเป็นจำนวนมาก ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ซึ่งเป็นโรงพยาบาลแห่งเดียวของกรมราชทัณฑ์ที่รับรักษาผู้ต้องขังจากเรือนจำต่างๆ ทั่วประเทศ ซึ่งมีผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเข้ามารักษาที่นี้ด้วย กรมราชทัณฑ์จึงได้มีนโยบายให้ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์รับดูแลผู้ต้องขัง

โรคหลอดเลือดสมอง อัมพาต พิกการ ผู้สูงอายุ ฯลฯ จนกว่าจะช่วยเหลือตัวเองได้ดี หรือ พันโทษหรือเสียชีวิตในเรือนจำ เพราะผู้ต้องขังป่วยเหล่านี้เป็นผู้ที่ดูแลตัวเองได้น้อย หรือไม่สามารช่วยเหลือตัวเองได้เลย ซึ่งเป็นภาระของบุคลากรฝ่ายควบคุมที่ต้องดูแล ทางกรมราชทัณฑ์จึงต้องส่งมาที่ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์

จากสภาพปัญหาดังกล่าว ถ้ามีอุบัติการณ์ของ โรคหลอดเลือดสมองเป็นจำนวนมาก จะทำให้มีปัญหาตามมาอีกมากมายเป็นภาระต่อเรือนจำที่ต้องดูแล ครอบครัวและประเทศชาติที่ต้องเสียงบประมาณในการดูแลรักษาไปตลอดชีวิต จึงควรมีการป้องกันโดยให้ความรู้ในการดูแลตนเองในด้านการป้องกัน โรคหลอดเลือดสมอง จะช่วยดึงดูดความสนใจให้ทำความเข้าใจกับข้อมูลที่ชัดเจน และมีผลต่อการจูงใจให้มีการปฏิบัติพฤติกรรมได้ถูกต้อง

สิ่งที่สำคัญที่สุดคือการป้องกันก่อนที่จะเกิดอาการของโรค ซึ่งมีผู้ต้องขังกลุ่มเสี่ยงเป็นจำนวนมาก ได้แก่ ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน หัวใจ ไขมันในเส้นเลือด และผู้ที่มีความเครียด ซึ่งบุคคลเหล่านี้มีความเสี่ยงที่จะเกิดโรคหลอดเลือดสมองได้ ถ้าได้มีการสอน ฝึกทักษะหรือแนะนำให้มีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้อง และควบคุมโรคประจำตัวต่างๆ ที่เป็นอยู่ให้อยู่ในเกณฑ์ที่ปกติ ก็จะช่วยป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองได้

เสก (2539) กล่าวว่า ปัจจุบันอุบัติการณ์ของการเกิดโรคหลอดเลือดสมองมีแนวโน้มจะลดลง โดยอัตราการลดลงเป็น 1 เปอร์เซ็นต์ต่อปี ทั้งนี้อาจจะเป็นผลเกี่ยวเนื่องมาจากการป้องกันการดูแล หรือการลดปัจจัยเสี่ยงของโรคหลอดเลือดสมอง

ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะที่เป็นพยาบาลปฏิบัติงานในทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ซึ่งต้องดูแลผู้ต้องขังป่วยโรคหลอดเลือดสมองและกลุ่มเสี่ยง จึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของพฤติกรรมดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขัง ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ เพื่อนำผลที่ได้มาใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค เป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตที่ดีแก่ผู้ต้องขัง ซึ่งจะช่วยให้ผู้ต้องขังมีความรู้ ทักษะ การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องไม่เกิดโรคหลอดเลือดสมอง มีชีวิตอยู่ในเรือนจำอย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีชีวิตที่ยืนยาว และเมื่อพ้นโทษออกไปสามารถดูแลตนเองได้ โดยไม่ต้องเป็นภาระกับครอบครัว และสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์หลัก

เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขัง
ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์

วัตถุประสงค์เฉพาะ

เพื่อศึกษาประเด็นต่อไปนี้

1. พฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขังทัณฑสถาน
โรงพยาบาลราชทัณฑ์
2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคลกับพฤติกรรมการ
ดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์

ขอบเขตการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือด
สมองของผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ที่รับไว้รักษาในโรงพยาบาล
2. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาในผู้ต้องขัง ซึ่งเป็นผู้ต้องขังป่วย จำนวน 328 คน ชาย 246
คน หญิง 82 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ

แบ่งเป็น 2 กลุ่มปัจจัย คือ

1. ปัจจัยภายใน ประกอบด้วย

- 1.1 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง
- 1.2 เจตคติต่อการดูแลตนเอง
- 1.3 การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค
- 1.4 การรับรู้ความรุนแรงของโรค
- 1.5 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันโรค

2. ปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย

- 2.1 การได้รับรู้ข้อมูลข่าวสาร
- 2.2 การได้รับการสนับสนุน แนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์
- 2.3 การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ
- 2.4 การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้ต้องขัง)
- 2.5 การมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์

ตัวแปรตาม

พฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ในด้านต่างๆ ดังนี้

1. ด้านการบริโภคอาหาร
2. ด้านการป้องกันโรค
3. ด้านการออกกำลังกาย
4. ด้านการจัดการกับความเครียด
5. ด้านการตรวจสุขภาพประจำปี

ตัวแปรอธิบาย

ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ (ก่อนต้องโทษ) สถานภาพสมรส
คดีโทษ

นิยามศัพท์

เพื่อให้การวิจัยครั้งนี้มีความเข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดนิยามปฏิบัติการของตัวแปรและศัพท์ที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. ปัจจัยภายในตัวบุคคล หมายถึง สิ่งชักนำหรือสิ่งกระตุ้นที่อยู่ในตัวบุคคลนั้นๆ ให้พฤติกรรมการดูแลตนเองที่เหมาะสมครอบคลุมทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน การจัดการกับอารมณ์ และการป้องกันโรค ซึ่งประกอบด้วย

1.1 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง หมายถึง ความสามารถทางสติปัญญาในการจดจำและเข้าใจในเรื่องเกี่ยวกับการดูแลตนเอง

1.2 เจตคติต่อการดูแลตนเอง หมายถึง ความรู้สึก ความเชื่อต่อสิ่งต่างๆ มีทิศทางทั้งทางบวก และทางลบของผู้ต้องขังที่มีต่อการดูแลตนเอง

1.3 การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค หมายถึง ความเชื่อหรือคาดคะเนของบุคคลที่เกิดจากการรับรู้ว่ามีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ที่มีผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น พฤติกรรมในด้านการป้องกันโรค พฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย พฤติกรรมด้านการจัดการกับความเครียด พฤติกรรมด้านการตรวจสุขภาพประจำปี

1.4 การรับรู้ความรุนแรงของโรค หมายถึง การรับรู้ที่มีต่อความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง การรู้ถึงสถานการณ์ของโรคในปัจจุบัน อาการ สาเหตุการตาย การสูญเสียค่าใช้จ่ายของประเทศชาติ ครอบครัว

1.5 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันโรค หมายถึง การรับรู้ถึงผลดีของการปฏิบัติตามคำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ ที่มีผลต่อการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

2. ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล หมายถึง สิ่งชักนำหรือสิ่งกระตุ้นที่เกิดขึ้นภายนอกตัวบุคคลนั้นๆ ให้มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองที่เหมาะสมครอบคลุมทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน การจัดการกับอารมณ์ และการป้องกันโรค ซึ่งประกอบด้วย

2.1 การได้รับข้อมูลข่าวสาร หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

2.2 การได้รับการสนับสนุน แนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ ครอบครัว ญาติ และเพื่อน หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสารจากบุคลากรทางด้านสุขภาพ ครอบครัว ญาติ เพื่อนผู้ต้องขังด้วยกัน เพื่อสนับสนุนให้มีพฤติกรรมดูแลตนเอง ในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

2.3 นโยบายของกรมราชทัณฑ์ หมายถึง การมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์ เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ต้องขังในการป้องกันโรคไม่ติดเชื้อ ได้แก่ โรคหลอดเลือดสมอง

3. พฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง หมายถึง การที่ผู้ต้องขังเกิดการเรียนรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตน ในการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งประกอบด้วย

3.1 การบริโภคอาหาร หมายถึง การรับประทานอาหารของผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ โดยมีอาหารให้รับประทานวันละ 3 มื้อ มีการจัดกับข้าวมื้อละ 2 อย่างครบทุกมื้อ โดยมีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน ถูกหลักอนามัย มีคุณภาพและปริมาณเพียงพอ ตลอดจนมีการจัดอาหารเฉพาะโรคสำหรับผู้ต้องขังป่วย

3.2 การป้องกันโรค หมายถึง การที่ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ มีการปฏิบัติตนเพื่อขยับยั้งไม่ให้เกิดโรค จัดการเกิดโรคให้กับตนเอง

3.3 การออกกำลังกาย หมายถึง การที่ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายตามความสามารถและความเหมาะสมของแต่ละบุคคล เช่น การวิ่ง การเดินเร็ว การเดินแอโรบิค การเล่นกีฬาต่างๆ รวมทั้งการออกกำลังกายโดยใช้อุปกรณ์ เช่น การปั่นจักรยาน การใช้ลู่วิ่ง ไฟฟ้า การออกกำลังกายกล้ามเนื้อแขนขา และมีการกระทำอย่างสม่ำเสมอ วันละ 30 นาที อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง

3.4 การจัดการกับความเครียด หมายถึง การที่ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ กระทำเพื่อการผ่อนคลายความเครียด มีการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม เพื่อให้เกิดความ

สมคูลของร่างกาย ประกอบด้วย การค้นหาสาเหตุของความเครียด และแก้ไขที่สาเหตุของความเครียด เช่น ปรีกษาคณโกลีซิด ฟังเพลง ดูภาพยนตร์ นั่งสมาธิ

3.5 การตรวจสุขภาพประจำปี หมายถึง การที่ผู้ต้องขังทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี ได้แก่ เอ็กซเรย์ปอด ตรวจเลือด และการตรวจร่างกายปีละครั้งเป็นประจำทุกปี

4. ผู้ต้องขัง ตามพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ. 2479 หมายความว่ารวมถึง นักโทษเด็ดขาด คนต้องขัง คนฝากขัง (วิสัย, 2538)

4.1 นักโทษเด็ดขาด หมายถึง บุคคลที่ถูกขังไว้ตามหมายจำคุกภายหลังคำพิพากษาถึงที่สุด

4.2 คนต้องขัง หมายถึง บุคคลที่ถูกขังไว้ตามหมายขัง

4.3 คนฝากขัง หมายถึง บุคคลที่ถูกฝากให้ควบคุมไว้ตามประมวลกฎหมาย

5. ผู้ต้องขังป่วย หมายถึง ผู้ต้องขังโดยทั่วไป ที่มีอาการเจ็บป่วยทั้งทางร่างกายและจิตใจ ตามกฎกระทรวงมหาดไทย ตามความในมาตรา 58 แห่งพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ. 2479 ดังนี้

5.1 ผู้ต้องขังที่เจ็บป่วยทางร่างกาย

5.2 ผู้ต้องขังที่เจ็บป่วยทางจิตใจ

5.3 ผู้ต้องขังที่ติดฝิ่น กัญชา สิ่งเสพติดอื่นๆ เช่น กัญชา

5.4 ผู้ต้องขังหญิงมีครรภ์ หรือ มีลูกอ่อน

6. ทัณฑสถาน หมายถึง ที่ซึ่งควบคุมผู้ต้องขัง ซึ่งที่ใช้ต่อเนื่องกันกับที่ใช้ควบคุม กักขังผู้ต้องขัง ที่อื่นใด ที่รัฐมนตรีมหาดไทย ได้กำหนดและประกาศในราชกิจจานุเบกษา กำหนดอาณาเขตไว้โดยชัดเจน มีหน้าที่และความรับผิดชอบในการควบคุมนักโทษเด็ดขาดที่แยกประเภทแล้ว เพื่อประโยชน์ในการควบคุม อบรม ฝึกวิชาชีพ ตามประเภทของนักโทษ เช่น ทัณฑสถานหญิงกลาง ทัณฑสถานวัยหนุ่มกลาง ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์