

การวิจัยประสบการณ์ชีวิตครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความหมายและประสบการณ์ของการจัดการตนเองจากผู้ให้ข้อมูลคือผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่มีคุณภาพชีวิตดีจำนวน 10 ราย คัดเลือกจากผู้ที่มีคะแนนคุณภาพชีวิตตั้งแต่ 96 ขึ้นไปจากแบบประเมินคุณภาพชีวิตของกรมสุขภาพจิต พ.ศ.2545 เครื่องมือการวิจัย คือ แนวการสัมภาษณ์ เทปบันทึกเสียงและบันทึกภาคสนาม เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกและบันทึกเทป วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีโคไลซี (Colaizzi) ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัยได้ว่า ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่มีคุณภาพชีวิตดี ให้ความหมายของการจัดการตนเองว่าเป็นการปรับตัวโดยได้รับการยอมรับจากครอบครัว การรับรู้อันตรายถ้าไม่ได้รับการรักษา การมีคุณค่าเมื่อเข้ากลุ่มและการพึ่งพาตนเอง ประสบการณ์การจัดการตนเองของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่มีคุณภาพชีวิตดีแบ่งออกได้ 4 ประเด็น คือ 1) ตกใจ เสียใจ ไม่คาดคิด ปกปิดไม่ให้ใครรู้เนื่องจากกลัวคนรังเกียจ 2) ครอบครัวอุ้มชูให้ดูแลตนเองได้ โดยการพาไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษา 3) ภูมิใจในการช่วยเหลือผู้อื่น ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์เริ่มมีร่างกายแข็งแรงขึ้นจากการรับประทานยาต้านไวรัสสม่ำเสมอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ใช้การรักษาทางเลือก เข้ากลุ่มผู้ติดเชื้อช่วยเหลือผู้อื่น ดูแลไม่ให้มีโรคแทรกซ้อนและทำจิตใจให้แจ่มใส 4) ตื่นจากฝันฝันชีวิตสู่ออนาคต ร่างกายแข็งแรงขึ้นจากการปฏิบัติตนที่ถูกต้อง เริ่มทำงานพึ่งตนเองได้ และสร้างอนาคตให้กับครอบครัว ดังนั้นพยาบาลจึงควรจัดการให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ได้รับการยอมรับจากครอบครัว ชุมชน ได้รับยาต้านไวรัสสม่ำเสมอ การเข้ากลุ่มผู้ติดเชื้อได้ช่วยเหลือผู้อื่นและมีงานทำ ทำให้การจัดการตนเองเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์สามารถพึ่งตนเอง มีคุณภาพชีวิตที่ดีและไม่เป็นภาระแก่ครอบครัวและสังคม

This phenomenological study aimed to study meaning and experiences of self management of HIV/AIDS patients with good quality of life. Informants were 10 HIV/AIDS patients who had QOL score over 96 measured by Mental Health Department QOL scale 2002. Research instruments were interview guideline, tape recorder and field note. Data were collected by in-depth interviewed with tape recorded. Colaizzi method was used for data analysis. Research result revealed that : HIV/AIDS patients with good quality of life perceived meaning of self management as accepted from their family, perceived threat without treatment, increased self esteem after joined HIV groups and self reliance. Self management experiences were divided into four themes. First theme was frighten, unexpected and concealed of secret. Second theme : with help of family HIV/AIDS patients sought treatment from medical doctors. Third theme were having good nutrition, took regular antiretrovirus drugs, tried alternative therapies, avoided opportunistic infection, thought positively, joined HIV group and helping others. Fourth theme were recovered from nightmare, felt stronger, started working to earn family living and began their own future. Nurses should manage for HIV/AIDS patients acceptance in the families and community. Support them with regular antiretrovirus drugs, help them to join HIV groups or others works. When HIV/AIDS patients can rely on themselves they will have good quality of life and not being a burden of the family and society.