

การให้สุขภาพจิตศึกษาเพื่อเพิ่มความรู้แก่ผู้ดูแลและลดการกลับเป็นซ้ำของผู้ป่วยโรคอารมณ์สองขั้ว: การพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจักษ์

PSYCHOEDUCATION TO INCREASE KNOWLEDGE OF CAREGIVERS AND REDUCE RELAPSE OF PATIENTS WITH BIPOLAR DISORDERS: EVIDENCE-BASED NURSING

ภัทราวรรณ สุนทโร 4836939 NSMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: อติรัตน์ วัฒนไพลิน, กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร),

อติยา พรชัยเกตุ โอว ยอง, Ph.D. (Nursing)

#### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์หลักฐานเชิงประจักษ์เพื่อหาแนวทางการให้สุขภาพจิตศึกษาแก่ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคอารมณ์สองขั้ว โดยมีขั้นตอนการศึกษาค้นคว้าดังนี้ (1) กำหนดประเด็นปัญหาทางคลินิก คือ “สุขภาพจิตศึกษาเพื่อเพิ่มความรู้ของผู้ดูแล และลดการกลับเป็นซ้ำในผู้ป่วยโรคอารมณ์สองขั้วมีรูปแบบอย่างไร” (2) สืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้องกับประเด็นปัญหาทางคลินิกได้จำนวน 5 เรื่อง เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ระดับ II (randomized controlled trials) จำนวน 4 เรื่อง ระดับ IV (งานวิจัยวัดก่อนและหลังการบำบัด) จำนวน 1 เรื่อง (3) วิเคราะห์และสังเคราะห์หลักฐานเชิงประจักษ์ สรุปเป็นข้อแนะนำได้ ดังนี้ 1) ผู้ดูแลและผู้ป่วยโรคอารมณ์สองขั้วที่อยู่ในช่วงระยะอาการรุนแรงด้วยภาวะเมเนียหรือภาวะซึมเศร้า ควรได้รับสุขภาพจิตศึกษาโดยให้ความสำคัญกับครอบครัวซึ่งเป็นการบำบัดครอบครัวหรือการบำบัดการสมรส และ ผู้ดูแลของผู้ป่วยโรคอารมณ์สองขั้วที่อยู่ในช่วงระยะอาการสงบควรเข้ารับสุขภาพจิตศึกษารายกลุ่ม หรือการอบรมเชิงปฏิบัติการให้สุขภาพจิตศึกษาสำหรับผู้ดูแล 2) ผู้ให้สุขภาพจิตศึกษาจะต้องเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยอารมณ์สองขั้ว การจัดและดำเนินการกลุ่มและได้รับการฝึกเป็นผู้บำบัดรายครอบครัว 3) เนื้อหาของสุขภาพจิตศึกษา ควรประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับโรคอารมณ์สองขั้ว สาเหตุ การระบุอาการนำของภาวะเมเนียและภาวะซึมเศร้า การรักษาโรคอารมณ์สองขั้ว ความสำคัญและบทบาทของครอบครัวต่อการปฏิบัติตามแผนการรักษา ปักจียปกป้องและการระบุปักจียกระตุ้นให้เกิดการกลับเป็นซ้ำ แผนการป้องกันการกลับเป็นซ้ำ การจัดการกับความเครียดในครอบครัวโดยการฝึกทักษะการสื่อสารและการแก้ปัญหา แหล่งประโยชน์ทางสังคม และประเด็นด้านกฎหมาย ภาวะฉุกเฉินและข้อมูลที่สำคัญอื่นๆ เช่น การฆ่าตัวตาย การตั้งครรภ์ ปักจียทางพันธุกรรม และสรุปการบำบัดแต่ละครั้ง

ผู้ดูแลและผู้ป่วยโรคอารมณ์สองขั้ว ควรได้รับสุขภาพจิตศึกษาที่เหมาะสมกับระยะอาการของผู้ป่วย และควรนำรูปแบบการให้สุขภาพจิตศึกษาไปทดลองนำร่องในหน่วยงานเพื่อเป็นการพัฒนาโปรแกรมการบำบัดให้เหมาะสมก่อนขยายผลไปยังหน่วยงานอื่น

คำสำคัญ: ผู้ดูแล / ผู้ป่วยโรคอารมณ์สองขั้ว / การกลับเป็นซ้ำ / การให้สุขภาพจิตศึกษา / การพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจักษ์

# PSYCHOEDUCATION TO INCREASE KNOWLEDGE OF CAREGIVERS AND REDUCE RELAPSE OF PATIENTS WITH BIPOLAR DISORDERS: EVIDENCE-BASED NURSING

PHATTRAWAN SUNTHARO 4836939 NSMH/M

M.N.S. (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRIC NURSING)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: ATIRAT WATTANAPAILIN, Ed.D.,  
ATITTAYA PORNCHAIKATE AU YEONG, Ph.D. (NURSING)

## ABSTRACT

This study aimed at analyzing and synthesizing empirical research evidence to develop psychoeducational recommendations for caregivers of patients with bipolar disorders. The study methodology comprised: 1) identifying the clinical problem of study, that is “what is the format of psychoeducation intervention to increase caregivers’ knowledge and reduce relapse of patients with bipolar disorders?”; 2) searching the evidence related to the clinical problem, five research studies were found: four were level 2 evidence (randomized controlled trial research studies), and one was level 4 evidence (pre-post test research studies); and 3) analyzing and synthesizing the evidence.

The results led to the following recommendations: 1) psychoeducation interventions for caregivers of patients with bipolar disorders in acute mania or a depressive episode should consist of family focused psychoeducation treatment such as family therapy or marriage therapy, while caregivers of patients with bipolar disorders in a latent phase should participate in group psychoeducation or a psychoeducation group workshop; 2) therapists for psychoeducation programs should possess experience in bipolar disorder care, group management, and be trained as a family therapist; 3) the contents of psychoeducation comprised knowledge on the nature of bipolar disorders, causes, signs and prodrome symptoms of mania and depressive episodes, therapy, treatment regimen compliance, family role in the treatment regimen compliance, preventive and risk factors of relapse such as interrupted social life and alcohol and drug abuse, relapse prevention plan, family stress management by communication skills and problem solving skills training, source of social and legal support, emergency management and other information such as suicide, pregnancy, and genetic factors.

Caregivers and patients with bipolar disorders should receive psychoeducation intervention as appropriate to the psychotic symptoms. A pilot study of this psychoeducation program should be carried out in a clinical setting in order to develop appropriate psychoeducational guidelines for caregivers of patients with bipolar disorders before extensive implementation in other organizations.

**KEY WORDS:** CAREGIVERS / PATIENTS WITH BIPOLAR DISORDER /  
RELAPSE / PSYCHOEDUCATION / EVIDENCE-BASED NURSING

127 pages