

บทคัดย่อ

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังจะมีการดำเนินของโรครุนแรงเพิ่มขึ้น ถ้าผู้ป่วยไม่สามารถหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่างๆที่ส่งเสริมให้เกิดความรุนแรงของโรค และมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่ไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสมกับโรค ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมเป็นอย่างมาก ผู้ป่วยจะมีอาการหายใจลำบากรุนแรงบ่อยครั้ง เป็นผลทำให้ขาดความมั่นใจในความสามารถของตนเองในการปฏิบัติกิจกรรม ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลง และสูญเสียบทบาทในครอบครัวและสังคม แนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเป็นวิธีการหนึ่งที่จะส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความมั่นใจในความสามารถของตนเองในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้มากขึ้น ทั้งยังช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพที่ถูกต้องและเหมาะสมกับโรค ซึ่งจะส่งผลให้ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีสมรรถภาพปอดดีขึ้น อาการหายใจลำบากและความรุนแรงของโรคลดลง ทำให้ผู้ป่วยดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพตามความเหมาะสมกับความสามารถในตนเอง

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โดยใช้กรอบแนวคิดการพัฒนาแนวปฏิบัติของ Stetler (Model of Research Utilization to facilitate evidence – based practice) ในปี ค.ศ. 1994 โดยเริ่มจากการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาจากประสบการณ์ในการปฏิบัติงานร่วมกับการศึกษาปรากฏการณ์ทางคลินิกโดยการสังเกตและการสัมภาษณ์เชิงลึกด้านการบริหารการหายใจ และออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง สืบค้นงานวิจัยและหลักฐานเชิงประจักษ์จากฐานข้อมูลได้งานวิจัยและหลักฐานเชิงประจักษ์ ได้งานวิจัยเกี่ยวข้องจำนวน 8 เรื่อง จากผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์นำข้อมูลมาจัดหมวดหมู่ได้เป็นข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพ การบริหารการหายใจและออกกำลังกาย สำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง จึงนำข้อมูลดังกล่าวมาพัฒนาเป็นแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินแนวปฏิบัติ หากความเที่ยงตรงของเนื้อหาในแนวปฏิบัติโดยผู้ทรงคุณวุฒิ โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคระบบทางเดินหายใจ 1 ท่าน พยาบาลผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานผู้ป่วยนอก 1 ท่าน นักกายภาพบำบัด 1 ท่าน และปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วจัดทำคู่มือให้ความรู้เรื่องโรคและพฤติกรรมดูแลสุขภาพ และ คู่มือการบริหารการหายใจและออกกำลังกาย สำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง นำแนวปฏิบัติที่ได้ไปใช้กับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง 2 ราย ที่แผนกผู้ป่วยนอก อายุรกรรม สถาบันบาราศนราดูร

ผลการทดลองใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังพบว่า ค่าคะแนนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเพิ่มขึ้นและคะแนนการรับรู้อาการหายใจลำบากลดลง แสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ปฏิบัติกิจกรรมการดูแลสุขภาพ บริหารการหายใจ และ ออกกำลังกายได้ถูกต้อง เหมาะสมกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมากขึ้น ดังนั้นแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง สามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล และ เป็นประโยชน์ในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งนี้ การนำแนวปฏิบัติทางคลินิกนี้ไปใช้ควรมีการพร้อมของบุคลากรที่เกี่ยวข้องในด้านความรู้ เรื่องโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง การฟื้นฟูสมรรถภาพปอด เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันและตระหนักถึงความจำเป็นและให้ความร่วมมือในการใช้แนวปฏิบัติ และในอนาคตควรศึกษาแนวปฏิบัติที่พัฒนาขึ้นด้วยการทำวิจัยทางคลินิกและประเมินประสิทธิผลของแนวปฏิบัติทางคลินิกเพื่อให้มีแนวพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเกิดประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังต่อไป