

บทที่ 4

สรุปและข้อเสนอแนะ

การศึกษาพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกเพื่อเสริมสร้างพลังอำนาจแก่ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ผู้ศึกษาขอเสนอบทสรุปและข้อเสนอแนะในการศึกษาและประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการศึกษา ดังต่อไปนี้

1. บทสรุป
2. สะท้อนการปฏิบัติ
3. ข้อเสนอแนะ

บทสรุป

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ พัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โดยใช้กรอบแนวคิดของ The Stetler Model ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการ 6 ขั้นตอน โดยเริ่มจากขั้นเตรียมการ คือ เลือกระยะต้นปัญหา และ วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา จากประสบการณ์การปฏิบัติงานด้านการพยาบาล ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และ แนวทางในการดูแลผู้ป่วย จากผู้เชี่ยวชาญในหน่วยงาน ได้แก่ อายุรแพทย์ที่เชี่ยวชาญโรคระบบทางเดินหายใจ และ พยาบาลประจำหน่วยงานผู้ป่วยนอกอายุรกรรม และจากการศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับโรค การดูแลผู้ป่วย และ สถิติผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง จากเอกสารวิชาการวารสาร งานวิจัย และ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ พร้อมทั้งกำหนดวัตถุประสงค์การศึกษา นำไปสู่การค้นคว้างานวิจัยและหลักฐานเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้อง ประเมินและวิเคราะห์งานวิจัยที่คัดเลือกจำนวน 8 เรื่อง ถึงความน่าเชื่อถือที่จะนำลงสู่การปฏิบัติ จุดแข็ง และจุดอ่อนของงานวิจัยในภาพรวม และ ความเป็นไปได้ในการนำลงสู่การปฏิบัติ พร้อมทั้งปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ ได้แก่ อายุรแพทย์ที่เชี่ยวชาญโรคระบบทางเดินหายใจ พยาบาลผู้เชี่ยวชาญในการดูแลผู้ป่วยโรคระบบทางเดินหายใจ และ นักกายภาพบำบัด บันทึกรายละเอียดขั้นตอนการดำเนินการที่ชัดเจน ลงมือดำเนินการ นำไปสู่การพัฒนาแนวปฏิบัติ หาความตรงของเนื้อหาในแนวปฏิบัติทางคลินิกโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องเหมาะสม นำแนวปฏิบัติที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้จริงกับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง จำนวน 2 ราย ที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกอายุรกรรม สถาบันบำราศนราดรุร จังหวัดนนทบุรี โดยผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ ประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ คือการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ศึกษากับผู้ป่วย การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการดูแลตนเอง การบริหาร

การหายใจและออกกำลังกายกล้ามเนื้อที่ช่วยในการหายใจ การส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งการติดตามประเมินผลใช้ระยะเวลา 4 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลลัพธ์ ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ดัดแปลงมาจาก นัยนา อินทร์ประสิทธิ์, 2544 แบบวัดการรับรู้อาการหายใจลำบาก (Dyspnea Visual Analogue Scale, DVAS) พัฒนาจาก จันจิรา วิรัช, 2544 และ แบบบันทึกจำนวนครั้งของการฝึกบริหารการหายใจ และ ออกกำลังกาย จากการศึกษาพบว่ามีความเป็นได้ในการนำแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังไปใช้ในสถานการณ์จริง และ จัดทำคู่มือแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเพื่อสะดวกในการนำไปใช้

สะท้อนการปฏิบัติ

การพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง เป็นการประยุกต์กระบวนการใช้ผลงานวิจัยของ Stetler ถือเป็นจัดการความรู้รูปแบบหนึ่งในการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกที่ดี เนื่องจากเป็นการดำเนินการโดยพยาบาลผู้ปฏิบัติงานเพื่อใช้ความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ทำงานผสมผสานกับองค์ความรู้ภายนอก ที่ได้จากหลักฐานเชิงประจักษ์ ร่วมกับการพิจารณาปัญหาความต้องการขององค์กร เป็นการแก้ปัญหาที่เกิดจากสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง และบุคลากรในหน่วยงานเกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งและแก้ไขปัญหามิทางเดียวกัน ร่วมกับความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ

1. การเลือกประเด็นปัญหาและวิเคราะห์ปัญหาในการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิก โดยแหล่งข้อมูลจากประสบการณ์ปฏิบัติทำงานร่วมกับการศึกษาปรากฏการณ์ในสถานการณ์จริงในการดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองและจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทำให้สามารถสรุปประเด็นของปัญหาที่เกิดขึ้นการได้ชัดเจน

2. การร่วมพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นภายในหน่วยงานเป็นการร่วมพิจารณาร่วมกันของเจ้าหน้าที่ ที่ปฏิบัติงาน วิเคราะห์ถึงสาเหตุแนวทางแก้ไขปัญหาโดยพิจารณาว่าปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นปัญหาที่หน่วยงานต้องการแก้ไขหรือไม่ ทำนายผลลัพธ์ด้านสุขภาพ ค่าใช้จ่าย ความคุ้มทุน ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ จากข้อมูลการดำเนินการวิเคราะห์ประเด็นของปัญหาที่เกิดขึ้นซึ่งจะทำให้ความเข้าใจรับทราบที่ตรงกันของเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานและเกิดความร่วมมือดำเนินการแก้ไขปัญหามิทางเดียวกัน

3. การสืบค้นงานวิจัยและหลักฐานเชิงประจักษ์จากระบบฐานข้อมูลต่างๆ และงานวิจัยที่ตีพิมพ์เผยแพร่และไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่ (วิทยานิพนธ์และสารนิพนธ์ระดับบัณฑิตศึกษา) เป็นการทบทวนงานวิจัยอย่างเป็นระบบข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลที่ได้และนำไปใช้ในการพัฒนาแนวปฏิบัติ เป็นการรวบรวมข้อมูลก่อนดำเนินการเพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานคลอบคลุมเพียงพอ มีความสอดคล้องเหมาะสมและมีความเชื่อถือในการพัฒนาแนวปฏิบัติ

4. การเขียนแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีวิธีดำเนินการ รายละเอียด เนื้อหา ภาษาที่ชัดเจน อ่านเข้าใจง่ายสามารถนำไปใช้ได้จริงและการสร้างคู่มือหรือแบบบันทึกควรนำคู่มือหรือแบบบันทึกที่มีอยู่ในหน่วยงานมาประกอบใช้หรือปรับปรุงให้มีความสอดคล้องกับแนวปฏิบัติที่พัฒนาขึ้นและลดความซ้ำซ้อน

5. การหาความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้ศึกษานำแนวปฏิบัติที่สร้างขึ้นหาความตรงจากเนื้อหาผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วย แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคระบบทางเดินหายใจ 1 ท่าน นักกายภาพบำบัดที่มีความเชี่ยวชาญเรื่องการบริหารการหายใจ และ พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์ 1 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องคลอบคลุมของเนื้อหา และ ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ นำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปใช้จริง และประเมินความยากง่ายของเนื้อหา

6. นำแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ไปใช้กับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง 2 ราย ที่แผนกผู้ป่วยนอก อายุรกรรม สถาบันบำราศนราดูร จากการศึกษาผู้ศึกษาอภิปรายเหตุผลที่ทำให้เกิดผลลัพธ์ดังกล่าวเป็น ประเด็นดังนี้

แนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ในการศึกษาครั้งนี้เป็นแนวปฏิบัติที่พัฒนามาจากหลักฐานความรู้เชิงประจักษ์เกี่ยวกับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ซึ่งประกอบด้วย กระบวนการต่างๆ ที่สนับสนุนให้ผู้ป่วยมีความสามารถในการปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และมีทักษะในการบริหารการหายใจ และออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดได้ด้วยตนเองและมีประสิทธิภาพคือ

6.1 การให้ความรู้ เรื่องโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง สาเหตุ พยาธิสภาพของโรค อาการหายใจลำบาก สาเหตุและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดอาการหายใจลำบากเรื้อรัง การรักษา และ คำแนะนำในการปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลสุขภาพสำหรับผู้ป่วย เกี่ยวกับ การป้องกันการเกิดอาการกำเริบและการกลับซ้ำโรค การรับประทานอาหารที่เหมาะสม การป้องกันอาการท้องผูก การนอนหลับพักผ่อน การสงวนพลังงาน การใช้ยาที่ถูกต้อง การใช้ยาพ่นขยายหลอดลมที่ถูกวิธี และการไออย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้ภาษาที่ชัดเจนเข้าใจง่าย เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยซักถาม และ

แสดงความคิดเห็นได้ตลอดเวลา พร้อมทั้งจัดทำคู่มือสำหรับผู้ป่วย ที่ใช้ภาษาเข้าใจง่าย มีภาพประกอบที่ชัดเจน

6.2 สาธิตทำบริหารการหายใจและออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด แสดงท่าทางอย่างชัดเจนจนผู้ป่วยสามารถปฏิบัติตามได้ อธิบายถึงผลดีของการบริหารการหายใจ พร้อมทั้งให้คู่มือที่มีขั้นตอนการปฏิบัติชัดเจนให้ผู้ป่วยสามารถนำไปปฏิบัติด้วยตนเองที่บ้านได้

6.3 ให้ผู้ป่วยฝึกทักษะการบริหารการหายใจและออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดจนสามารถปฏิบัติได้ พร้อมทั้งให้คำปรึกษาแนะนำอย่างใกล้ชิด โดยคำนึงถึงสมรรถภาพร่างกายของผู้ป่วย หยุดพักเมื่อผู้ป่วยมีอาการเหนื่อย และจัดเตรียมอุปกรณ์ และบุคลากรในการช่วยเหลือเมื่อเกิดอาการกำเริบรุนแรงขณะบริหารการหายใจ

6.4 พยาบาลควรมีการเสริมแรงทางบวก โดยการชมเชย ให้กำลังใจผู้ป่วยเกี่ยวกับการดูแลตนเอง การบริหารการหายใจและออกกำลังกาย ให้ผู้ป่วยปฏิบัติต่อไปอย่างต่อเนื่อง

6.5 การติดตามเยี่ยมเพื่อประเมินปัญหา ร่วมกับผู้ป่วยหาแนวทางการแก้ไข และสนับสนุนการฝึกทักษะการบริหารการหายใจและออกกำลังกาย เพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

ข้อเสนอแนะ

1. การนำแนวปฏิบัติทางคลินิกนี้ไปใช้ควรมีการพร้อมของบุคลากรที่เกี่ยวข้องในด้านความรู้ เรื่องโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง การฟื้นฟูสมรรถภาพปอด เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันและตระหนักถึงความจำเป็นและให้ความร่วมมือในการใช้แนวปฏิบัติ

2. นำแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังไปบูรณาการเข้ากับกระบวนการพยาบาลเพื่อให้หน่วยงานมีการดำเนินการพยาบาลผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. ควรมีการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังไปทำการวิจัยโดยการเพิ่มจำนวนประชากรที่ศึกษา มีกลุ่มควบคุมกลุ่มทดลอง และเพิ่มระยะเวลาในการติดตามประเมินผล

4. เผยแพร่แนวปฏิบัติทางคลินิกในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ผู้ระดับหน่วยงานเครือข่ายพยาบาลผู้ดูแลผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และตีพิมพ์ในวารสารบทความวิชาการทางการแพทย์เพื่อให้เกิดการนำไปใช้ในวงกว้างต่อไป