

ผู้ป่วยในหอผู้ป่วยหนักอายุรกรรมต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่นำไปสู่ภาวะเครียดทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ มีผลกระทบทำให้รบกวนการนอนหลับ โดยพบว่ามียังยหลายประการที่รบกวนการนอนหลับของผู้ป่วยทั้งปัสัยภายใน และปัสัยภายนอกร่างกาย ทำให้คุณภาพการนอนหลับลดลง การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณภาพการนอนหลับ และปัสัยรบกวนการนอนหลับของผู้ป่วยในหอผู้ป่วยหนักอายุรกรรม โรงพยาบาลลำปาง กลุ่มตัวอย่าง คือผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาในหอผู้ป่วยหนักอายุรกรรม จำนวน 60 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามคุณภาพการนอนหลับ ซึ่งประเมินโดยใช้มาตรวัดคุณภาพการนอนหลับโดยการเปรียบเทียบกับสาคาที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดของเวอร์เรนและสไนเคอร์-ฮาลเฟิร์น และแบบสอบถามปัสัยรบกวนการนอนหลับที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม หาความตรงด้านเนื้อหาของเครื่องมือ โดยการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิได้ค่าดัชนีความตรงเท่ากับ 1.0 และหาความเชื่อมั่นโดยใช้โดยวิธีทดสอบซ้ำ ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามคุณภาพในการนอนหลับ และแบบสอบถามปัสัยรบกวนการนอนหลับเท่ากับ 0.98 และ 0.95 ตามลำดับวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า

1. คุณภาพการนอนหลับใน 24 และ 48 ชั่วโมงหลังได้รับการรักษาในหอผู้ป่วยหนักอายุรกรรม อยู่ในระดับไม่ดีมาก และปานกลางตามลำดับ โดยปัสัยรบกวนการนอนหลับใน 24 และ 48 ชั่วโมงหลังได้รับการรักษา คือ ปัสัยภายในร่างกายได้แก่ อาการหายใจเหนื่อยหอบเป็นปัสัยรบกวนการนอนหลับมากที่สุด รองลงมา คือ ความกลัวตาย/กลัวพิการ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับภาวะเจ็บป่วย ความเจ็บปวดและไม่สุขสบายจากการใส่ท่อช่วยหายใจตามลำดับ ปัสัยภายนอกร่างกายที่รบกวนการนอนหลับคือ การดูดเสมหะซึ่งเป็นปัสัยรบกวนการนอนหลับมากที่สุด รองลงมา คือ แสงไฟ การวัดสัญญาณชีพ และเสียงเจ้าหน้าที่ ตามลำดับ

2. คุณภาพการนอนหลับหลังวันถอดท่อช่วยหายใจก่อนการย้ายออกจากหอผู้ป่วยหนักอายุรกรรมอยู่ในระดับดี และปัสัยที่รบกวนการนอนหลับ คือ ปัสัยภายนอกร่างกาย ได้แก่ สภาพแวดล้อมในหอผู้ป่วยหนักอายุรกรรม คือ แสงไฟ และเสียงรบกวนจากเจ้าหน้าที่

ผลของการศึกษาครั้งนี้ใช้เป็นแนวทางสำหรับพยาบาลในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการนอนหลับให้แก่ผู้ป่วยในหอผู้ป่วยหนักอายุรกรรม ซึ่งจะส่งผลให้มีการฟื้นฟูสภาพด้านร่างกาย และจิตใจ

ABSTRACT

176097

Patients in the Medical Intensive Care Unit are faced with situations leading to physical and psychological stress which affect sleep disturbance. There are several factors including endogenous and exogenous factors which affect to decrease quality of sleep. The objectives of this study were to study the quality of sleep and sleep disturbing factors of patients in the Medical Intensive Care Unit in Lampang Hospital. The sample included 60 patients in the Medical Intensive Care Unit who met the inclusion criteria. The instruments were composed of the Demographic Data Recording Form, the Sleep Quality Questionnaire which was modified from the Verran and Snyder-Halpern visual analog scale, and the Sleep Disturbing Factors Questionnaire which developed by the researcher from a review of literature. The content validity index were validated by the experts and the obtained value was 1.0. The test-retest reliabilites of the Sleep Quality Questionnaire and the Sleep Disturbing Factors Questionnaire were 0.98 and 0.95, respectively. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results revealed that :

1. Quality of sleep within 24 and 48 hours after admission in the Medical Intensive Care Unit was very poor and moderate, respectively. Sleep disturbing factors within 24 and 48 hours after admission were endogenous factors. Dyspnea was the most sleep disturbing factors, followed by fear of death/disability, anxiety about illness, pain and discomfort of endotracheal tube intubation, respectively. Exogenous factors affecting sleep disturbance, endotracheal tube suctioning was the most sleep disturbing factors, followed by light, vital signs and staff noise, respectively.

2. Quality of sleep in the day after extubation before transferring from the Medical Intensive Care Unit was good. The sleep disturbing factors was exogenous factors, environment in the Medical Intensive Care Unit, namely light and staff noise.

The results of this study could be used as a nursing guideline for promoting sleep in their patients in the Medical Intensive Care Unit and also could improve both their physical and psychological states.