

3837037 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : พยาบาลศาสตรบัณฑิต ; วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร)

คำสำคัญ : การส่งเสริม, การปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนา, ความวิตกกังวล

อภิปชา ผ่องญาติ : การส่งเสริมการปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนาเพื่อลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก (FACILITATION OF BUDDHIST MEDITATION TRAINING TO RELIEVE ANXIETY AMONG COLORECTAL CANCER PATIENTS) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : สมพร เจริญชัยศรี, ปร.ค.(ประสาทวิทยาศาสตร์), พยอม อยู่สวัสดิ์, Ph.D.(Nursing), ชิน โอสธ หัสบำเรอ, พ.บ..293 หน้า ISBN 974-663-569-7

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีวัตถุประสงค์คือ ค้นหารูปแบบการส่งเสริมการปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนาเพื่อลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักที่ได้รับการรักษาด้วยเคมีบำบัด ประเภทผู้ป่วยในโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ คัดเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนดจำนวน 14 คน การดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 4 ขั้นตอนคือ ขั้นเตรียมความพร้อม ขั้นพัฒนารูปแบบชั่วคราว ขั้นการปฏิบัติตามรูปแบบที่พัฒนาขึ้น และขั้นการประเมินผล การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์เจาะลึก การสังเกต การบันทึกข้อมูลภาคสนาม และตรวจสอบข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบสามเส้า การวิเคราะห์ข้อมูลใช้เทคนิคการจัดหมวดหมู่ การตีความ และการสร้างข้อสรุป

ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าคะแนนความวิตกกังวลขณะได้รับการรักษาด้วยเคมีบำบัดและความวิตกกังวลแฝงหลังฝึกปฏิบัติสมาธิน้อยกว่าก่อนฝึกปฏิบัติสมาธิ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) โดยผู้ป่วยมีความกังวล 11 ด้าน คือ กังวลเกี่ยวกับผลการรักษาและการรอดชีวิต ครอบครัวญาติพี่น้อง วิธีการตรวจรักษา อาการข้างเคียงจากเคมีบำบัด สภาพความเป็นอยู่ในโรงพยาบาล การเงิน การงาน ภาพลักษณ์ สุขภาพและการดูแลตนเอง การเป็นภาระแก่ผู้อื่น และเพศสัมพันธ์กับคู่สมรส

2. รูปแบบการส่งเสริมการปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนาเพื่อลดความวิตกกังวล ในผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก คือรูปแบบการดูแลระหว่างบุคคล ประกอบด้วย 6 ขั้นตอนต่อเนื่อง คือ การเตรียมความพร้อม การสร้างสัมพันธภาพการช่วยเหลืออย่างเอื้ออาทร สะท้อนปัญหาความทุกข์กายและใจ ให้ข้อมูลความรู้สร้างความเข้าใจ สาธิตทดลองและปรับแก้ และติดตามประเมินผลความก้าวหน้า โดยใช้ 16 วิธี แบ่งเป็นวิธีที่พยาบาลใช้ต่อตนเอง 3 วิธี, ผู้ป่วย 11 วิธี, ครอบครัวผู้ป่วย 1 วิธี และสิ่งแวดล้อม 1 วิธี

3. แนวทางการปฏิบัติสมาธิของผู้ป่วย พบว่า วิธีการปฏิบัติสมาธิที่ผู้ป่วยส่วนใหญ่ฝึกปฏิบัติได้คือวิธีอานาปานสติสมาธิ และการปฏิบัติสมาธิเป็นกระบวนการเรียนรู้ ผ่านกระบวนการ 6 ระยะ คือ ตระหนักปัญหาทางจิต สะท้อนคิดพิจารณาเกิดความรู้สึกในวิธีการ ศึกษาจนเข้าใจและตัดสินใจเลือกวิธีฝึก ฝึกปฏิบัติแล้วปรับปรุง พยายามฝึกฝนจนสำเร็จ ประจักษ์ผลและนำไปใช้ และปัจจัยส่งเสริมได้แก่ ความศรัทธาในศาสนา ความตั้งใจเพียรพยายาม มีพื้นฐานเกี่ยวกับสมาธิ ครอบครัวสนับสนุนกระตุ้นเตือน การแนะนำให้กำลังใจในกลุ่มผู้ป่วยมะเร็ง มีสถานที่เอื้ออำนวย เห็นตัวอย่างผู้อื่นฝึกได้ผลดี และมีอุปกรณ์ช่วยการเรียนรู้ ปัจจัยขัดขวาง ได้แก่ ภาระงาน จุกจิก ปัญหาสุขภาพ เล่นเทปไม่เป็น, ไม่มีเทปหรือเครื่องเล่นเทป อ่านหนังสือไม่เก่ง สายตาไม่ดี รำคาญเครื่องวัด และขาดความศรัทธาในศาสนา