

การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับโปรแกรมการเลิกบุหรี่ในวัยผู้ใหญ่

SYNTHESIS OF RESEARCH ON SMOKING CESSATION PROGRAM IN ADULTS

เพียงพินพ์ ปัจระสี 4937020 RACN/N

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: นพวรรณ เปี๊ยซื่อ Ph.D. (Nursing), อรสา พันธ์ภักดี พย.ด.

บทคัดย่อ

การสูบบุหรี่เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพ การเลิกบุหรี่ทำได้ค่อนข้างยาก เนื่องจากบุหรี่มีสารเสพติดและยังมีปัจจัยทางสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องอีกด้วย ปัจจุบันได้มีการพัฒนาโปรแกรมการเลิกบุหรี่ในรูปแบบต่างๆ ที่ให้ผลแตกต่างกันในแต่ละกลุ่มประชากร การศึกษารังนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ สังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการเลิกบุหรี่ในวัยผู้ใหญ่ โดยสืบค้นงานวิจัยจากการสารและหลักฐานข้อมูลทางอิเล็กทรอนิกส์ ในช่วงปี 1999-2007 ผลการศึกษาพบงานวิจัยจำนวน 21 เรื่อง เป็นงานวิจัยระดับ A จำนวน 15 งานวิจัย ระดับ B จำนวน 6 งานวิจัย กลุ่มตัวอย่างอยู่ในวัยผู้ใหญ่ที่มีพฤติกรรมสูบบุหรี่อย่างน้อย 1 นาที/วัน ทั้งกลุ่มผู้ป่วย กลุ่มปกติ และกลุ่มเฉพาะ โปรแกรมการเลิกบุหรี่มี 6 รูปแบบคือ 1) การสร้างแรงจูงใจ 2) การให้คำแนะนำ 3) การให้คำปรึกษา 4) การใช้กิจกรรมบำบัดเพื่อเลิกบุหรี่ 5) การให้ยาช่วยเลิกบุหรี่ และ 6) การติดตามเพื่อกระตุ้นให้เลิกบุหรี่ ทุกงานวิจัยเป็นโปรแกรมการเลิกบุหรี่แบบพสมพسان โดยใช้รูปแบบการให้คำปรึกษาเป็นพื้นฐาน ผลลัพธ์ของโปรแกรมคืออัตราการเลิกบุหรี่ร้อยละ 5.7- 69 โปรแกรมการเลิกบุหรี่ที่เป็นรูปแบบพสมพسانมีประสิทธิภาพสูงในผู้สูบบุหรี่ที่ป่วยด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ ระยะเวลาที่เหมาะสมในการจัด โปรแกรมการเลิกบุหรี่คือ 4-6 เดือน ผลลัพธ์ของโปรแกรมไม่แตกต่างกันสำหรับผู้ให้โปรแกรมที่มีวิชาชีพแตกต่างกัน ลักษณะการให้โปรแกรมเป็นรายบุคคลได้ผลดีในกลุ่มที่ป่วย ส่วนการให้โปรแกรมเป็นกลุ่มเหมาะสมสำหรับผู้ที่มีพฤติกรรมและอยู่ในสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษารังนี้เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ ที่จะนำไปใช้ปฏิบัติในทางคลินิก เพื่อส่งเสริมการเลิกบุหรี่ให้เหมาะสมตามกลุ่มเป้าหมาย ทั้งนี้เพื่อให้มีภาวะสุขภาพที่ดี

คำสำคัญ: โปรแกรมการเลิกบุหรี่/วัยผู้ใหญ่

**SYNTHESIS OF RESEARCH ON SMOKING CESSATION PROGRAM IN
ADULTS**

PHIANGPHIM PUNRASI 4937020 RACN /N

M.N.S. (COMMUNITY HEALTH NURSE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: NOPPAWAN PIASEU, Ph.D.
(Nursing), ORASA PANPAKDEE (D.N.S)

ABSTRACT

Smoking is a major factor affecting health. Smoking cessation is quite difficult due to addictive substance in cigarettes as well as environmental factors. Smoking cessation programs are currently developed in various forms, resulting different outcomes in different populations. This study analyzed and synthesize research related to smoking cessation programs in adults. Research literatures and evidence from electronic sources from 1999-2007 were searched. Results revealed that there were 21 studies including 15 studies for evidence level A, and 6 studies for evidence level B. The sample were adults who smoked for at least one cigarette a day, including patients, non-patients, and specific groups. There were six types of smoking cessation program: 1) Motivation, 2) Advice, 3) Counseling, 4) Activity therapy, 5) Medication, and 6) A follow up for smoking cessation encouragement. All studies were combined programs. The counseling is basic type of programs. The programs outcome was a quit rate ranging from 5.7 % to 69 %. Combined smoking cessation programs were most effective in patients with smoking related disease. The program duration 4-6 months were mostly appropriated. The outcomes were not different in different professions of provider. Individual smoking cessation programs were effective in the patient groups, whereas group programs were appropriate for persons with similar behaviors and environment.

Knowledge gained from this study is empirical evidence suggesting approaches to clinical implication for promoting smoking cessation as appropriate for the health of each target population.

KEY WORDS: SMOKING CESSATION PROGRAM/ ADULT

155 pages