

การบำบัดทางพฤติกรรมปัญญาในผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์: การสังเคราะห์งานวิจัย

## COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY AMONG PATIENTS WITH HIV/AIDS: RESEARCH SYNTHESIS

นิตยา จันทร์ฤกษ์ 4836257 RAMH/ M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: พชรินทร์ นันทจันทร์, Ph.D. (Nursing), โสภณ แสงอ่อน, Ph.D. (Nursing)

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการบำบัดทางพฤติกรรมปัญญา (Cognitive Behavioral Therapy [CBT]) ในผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์โดยรวบรวมหลักฐานงานวิจัยจากแหล่งต่างๆ ได้แก่ ฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์และห้องสมุด มีงานวิจัยที่นำมาศึกษาจำนวน 11 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยเชิงทดลองที่เป็น Randomized control trial จำนวน 8 เรื่อง และเป็นงานวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi - experimental research) จำนวน 3 เรื่อง ผลการศึกษาสรุปเป็น 6 ส่วน คือ 1) ผู้บำบัด: อาจเป็นจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือพยาบาลจิตเวชที่ผ่านการอบรม CBT และมีประสบการณ์ทำงานด้านโรคเอดส์ 2) ผู้รับการบำบัด: ผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ยังไม่แสดงอาการและผู้ป่วยเอดส์ เพศชาย เพศหญิง และเกณฑ์ที่ติดเชื้อเอชไอวีจากกร่วมเพศและเพศสัมพันธ์กับต่างเพศ 3) กิจกรรมที่ใช้ในการบำบัด: ประกอบด้วย การปรับเปลี่ยนโครงสร้างทางปัญญา (cognitive restructuring) การฝึกทักษะแก้ปัญหา (problem solving) การสื่อสารแบบกล้าแสดงออก การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (behavioral change strategies) การให้ความรู้เรื่องโรค และการรักษา ความร่วมมือต่อการรักษา และการฝึกการผ่อนคลาย (relaxation training) 4) ระยะเวลา ความถี่และจำนวนครั้งในการบำบัด: แต่ละครั้งใช้เวลา 1 ชั่วโมงครั้งถึง 2 ชั่วโมงครั้ง ความถี่ ทุก 1 สัปดาห์จำนวน 7-20 ครั้ง 5) ผลลัพธ์ของการบำบัด: หลังการบำบัดด้วย CBT ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น มีความร่วมมือต่อการรักษาเพิ่มขึ้น ภาวะซึมเศร้าลดลง มีการปรับตัวต่อสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดที่เหมาะสม และมีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมดีขึ้น 6) มีการเปรียบเทียบ CBT กับการบำบัดแบบ Individual Psychoeducation, Social support group (PSC), Experiential-oriented therapy (ET) พบว่าการบำบัดแบบ CBT และแบบ Individual Psychoeducation, Social support group, Experiential-oriented therapy มีประสิทธิผลที่ดีใกล้เคียงกันแต่ CBT ให้ผลดีกว่าเรื่องลดการใช้สารเสพติดเมื่อเปรียบเทียบกับ PSC องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

คำสำคัญ : การบำบัดทางพฤติกรรมปัญญา / ผู้ติดเชื้อเอชไอวี / ผู้ป่วยเอดส์

# COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY AMONG PATIENTS WITH HIV/AIDS: RESEARCH SYNTHESIS

NITAYA JUNLERG 4836257 RAMH/ M

M.N.S. (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRIC NURSING)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: PATCHARIN NINTACHAN, Ph.D. (NURSING), SOPIN SANGON, Ph.D. (NURSING)

## ABSTRACT

The present study aimed at analyzing and synthesizing research literature on cognitive behavioral therapy among patients with HIV/AIDS. A total of 11 research studies (eight were randomized controlled trials, and three were quasi-experimental studies) were compiled from various electronic and library databases. The findings of the study can be divided into six parts as follows: 1) *the therapists* included psychiatrists, psychologists, and psychiatric nurses who had undergone training in cognitive behavioral therapy and had experience working with patients with HIV/AIDS; 2) *the clients* were patients with asymptomatic HIV infections and AIDS who were either male or female and who had contracted AIDS from heterosexual or homosexual relationships; 3) *the activities* used in therapy were composed of cognitive restructuring, problem solving, behavioral change strategies, expressive communication, dissemination of knowledge about the disease, its treatment, adherence to treatment, and relaxation training; 4) as for *duration, frequency, and number of sessions*, the findings showed that each therapy session lasted one and a half hours to two and a half hours, once a week, for 7 to 20 weeks; 5) *the outcomes* included improved quality of life, increased adherence to treatment, decreased depression, better adjustment to stressful situations, and increased perception of social support; and 6) *a comparison of CBT* with other forms of therapy, Individual Psychoeducation, Social support group (PSC), and Experiential-oriented therapy (ET), showed that both CBT and other forms of therapy were similarly effective, but CBT demonstrated to be more effective in reducing substance abuse than PSC. The body of knowledge derived in this study could be applied to provide care for patients with HIV/AIDS more efficiently and effectively.

KEY WORDS: COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY/ PATIENTS WITH HIV/AIDS

230 pages