

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเป็นความเจ็บป่วยเรื้อรัง ซึ่งมีอาการเหนื่อยหอบ เป็นอาการที่พบได้บ่อย ดังนั้นผู้ที่เป็โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังจึงมีความทนทานในการออกกำลังกายและการทำหน้าทีของร่างกายลดลง การฟื้นฟูสมรรถภาพปอดเป็นวิธีการหนึ่งในการลดอาการเหนื่อยหอบ ทำให้ความทนทานในการออกกำลังกายและการทำหน้าทีของร่างกายดีขึ้น การศึกษาเชิงปฏิบัติการครั้งนี้เป็นการศึกษาประสิทธิผลของการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ที่มารับการตรวจรักษาที่คลินิกโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลปาย จังหวัดแม่ฮ่องสอน ตั้งแต่เดือนกันยายน พ.ศ. 2552 ถึง เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 กลุ่มตัวอย่างมี 2 กลุ่ม คือ กลุ่มก่อนการใช้แนวปฏิบัติ (จำนวน 25 ราย) และกลุ่มหลังการใช้แนวปฏิบัติ (จำนวน 28 ราย) เครื่องมือดำเนินการศึกษาคือ แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่บ้าน พัฒนาโดย กนกพิณ อยู่ภู (2551) โดยประเมินประสิทธิผลของการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิก ได้แก่ ระดับความรุนแรงของอาการหายใจลำบาก ความทนทานในการออกกำลังกาย พฤติกรรมการออกกำลังกาย และการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการออกกำลังกาย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติทดสอบค่าทีสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน

1. ความรุนแรงของอาการหายใจลำบากในผู้ที่เป็โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มหลังการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดน้อยกว่ากลุ่มก่อนการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

2. ความทนทานในการออกกำลังกาย ซึ่งประเมินจากระยะทางที่เดินได้ใน 6 นาที ในผู้ที่เป็โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มหลังการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดมากกว่ากลุ่มก่อนการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

3. พฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้ที่เป็โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มหลังการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดดีกว่ากลุ่มก่อนการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

4. การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการออกกำลังกายในผู้ที่เป็โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มหลังการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดดีกว่ากลุ่มก่อนการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าควรมีการนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดไปใช้ เพื่อให้การดูแลผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเป็นไปอย่างมีคุณภาพ

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a chronic illness which dyspnea is a common occurrence. For this reason, persons with COPD usually have exercise intolerance and a decrease in functional capacity. Pulmonary rehabilitation is one of the ways to lessen dyspnea resulting in the increase of exercise tolerance and functional capacity. This operational study aimed to determine the effectiveness of implementing clinical practice guidelines (CPG) for pulmonary rehabilitation among persons with COPD attending the COPD clinic, Pai hospital, Mae Hong Son province, from September 2009 to February 2010. There were 2 groups of subjects, before and after implementing CPG (n=25 and 28, respectively). The study instrument was the CPG for pulmonary rehabilitation among persons with COPD living at home developed by Kanokpin U-phu (2008). Outcomes of the CPG measured were dyspnea severity, exercise tolerance, exercise behavior, and perceived exercise self-efficacy. Data were analyzed by using t-test for independent group.

The study results revealed that:

1. Dyspnea severity of the group after CPG implementation was less than that of the group before CPG implementation.
2. Exercise tolerance which was measured by 6 minute walk test of the group after CPG implementation was more than that of the group before CPG implementation.
3. Exercise behavior of the group after CPG implementation was better than that of the group before CPG implementation.
4. Perceived exercise self-efficacy of the group after CPG implementation was more than that of the group before CPG implementation.

The results of this study demonstrate that the CPG for pulmonary rehabilitation should be implemented so that the quality of care for persons with COPD can be improved.