

การนอนหลับมีความสำคัญอย่างมากต่อสุขภาพ โดยเฉพาะในผู้ที่มีการเจ็บป่วยเรื้อรัง เนื่องจากการนอนหลับจะช่วยให้มีการฟื้นฟูและซ่อมแซมร่างกาย ปัญหาการนอนหลับเป็น ปัญหาที่พบได้บ่อยในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดแดงโคโรนารีที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล ซึ่งมี ปัจจัยรบกวนหลายประการที่ส่งผลต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วย การศึกษาครั้งนี้มี วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยรบกวนการนอนหลับของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดแดงโคโรนารีใน โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาในหอผู้ป่วยสามัญอายุรกรรม ตั้งแต่ 2 คืนขึ้นไป จำนวน 113 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลทั่วไปและแบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่รบกวนการนอนหลับซึ่งผู้วิจัยสร้าง จากการทบทวนวรรณกรรม ความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่านได้ค่าดัชนีความตรงเท่ากับ 0.81 และหาความเชื่อมั่นโดยวิธีทดสอบซ้ำ ได้ค่าความ เชื่อมั่นเท่ากับ 0.93 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า

1. ปัจจัยด้านร่างกายที่รบกวนการนอนหลับของกลุ่มตัวอย่าง คือ อาการใจสั่น อาการ เจ็บอก อาการหายใจเหนื่อยหอบ อาการหายใจลำบากและการถ่ายปัสสาวะบ่อย และการสะดุ้งตื่น กลางดึก รบกวนการนอนหลับคิดเป็นร้อยละ 78.76, 77.88, 61.06, 60.18 และ 57.52 ตามลำดับ โดยมีระดับการรบกวนการนอนหลับปานกลางถึงมาก
2. ปัจจัยทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่รบกวนการนอนหลับของกลุ่มตัวอย่าง คือ ความ วิตกกังวลต่อความเจ็บป่วย ความกลัวโรคกำเริบมากขึ้น ความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัว ความ วิตกกังวลต่อค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และความรู้สึกไม่แน่นอนต่อการรักษาพยาบาล รบกวน การนอนหลับคิดเป็นร้อยละ 64.60, 61.95, 41.59, 39.82 และ 36.28 ตามลำดับ โดยมีระดับการ รบกวนการนอนหลับปานกลางถึงมาก
3. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่รบกวนการนอนหลับของกลุ่มตัวอย่าง คือ ความแออัดของ หอผู้ป่วย เสียงผู้ป่วยอื่น แสงสว่างของไฟในห้อง ความไม่คุ้นเคยสภาพแวดล้อมและความไม่เป็น ส่วนตัว รบกวนการนอนหลับคิดเป็นร้อยละ 67.26, 58.41, 57.52, 56.64 และ 44.25 ตามลำดับ โดยมีระดับการรบกวนการนอนหลับน้อย

ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับปัจจัยที่รบกวนการนอนหลับ ของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดแดงโคโรนารีที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลอุดรดิตถ์ เพื่อสามารถ นำไปใช้ในการวางแผนการปฏิบัติการพยาบาลในการลดความไม่สุขสบายทางร่างกาย ลดความ วิตกกังวล และจัดการกับสิ่งแวดล้อมในหอผู้ป่วยเพื่อให้ผู้ป่วยมีคุณภาพการนอนหลับที่ดี

Sleep is of great importance for health especially for chronically ill patients in order to recover and restore health. Sleep disturbance is common among hospitalized coronary artery disease patients as there are several factors disturbing the quality of sleep of these patients. The objective of this study was to study the sleep disturbing factors among patients with coronary artery disease in the Medical unit at Uttaradit hospital. Purposive sampling was use to recruit 113 patients who were admitted for at least two nights and met other inclusion criteria. The instruments composed of the Demographic Data Recording Form and the Sleep Disturbing Factors Questionnaire developed by the researcher based on a literature review. The content validity index was validated by three experts with the value 0.81. The test-retest reliability obtained the value of 0.93. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results revealed that:

1. Physical factors disturbing sleep included palpitations, chest pain, hyperpnea dyspnea and frequent nocturia and awakenings during the night at 78.76%, 77.88%, 61.06%, 60.18% and 57.72%, respectively. Sleep disturbance intensity ranged from moderate to maximum.

2. Psychological factors disturbing sleep included anxiety about illness, fear of disease exacerbation, anxiety about their family, anxiety about the cost of treatment, and uncertainty of illness at 64.60%, 61.95%, 41.59%, 39.82% and 36.28%, respectively. Sleep disturbance intensity ranged from moderate to maximum.

3. Environmental factors disturbing sleep included the environment in the ward overcrowding, noise from other patients, bright lights, unfamiliar with the unit and not having privacy in the ward at 67.26%, 58.41%, 57.52%, 56.64% and 44.25 %, respectively. Sleep disturbance intensity was minimal.

These findings can be used as baseline information of factors disturbing sleep among patients with coronary heart disease in Uttaradit hospital. They can guide nurses in planning nursing interventions to decrease discomfort, anxiety and promote an appropriate environment for good quality of sleep.