

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



250015

**ผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองและอาการ
ปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง**

กานดาเจษฎา นิ่มทรง

**วิทยานิพนธ์เสนอบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของงานศึกษา
หลักสูตรปริญญาโทสาขาสถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการออกแบบและวิชาชีพชุมชน
พฤษภาคม 2555
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยนเรศวร**

600254705

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



250015

ผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองและอาการ
ปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง



กาญจนา นิ่มตรง

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวรเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน
พฤษภาคม 2555
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยนเรศวร

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้พิจารณาวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองและการปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง” ของ กาญจนา นิมิตรง เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ของมหาวิทยาลัยนเรศวร

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชมนาด วรรณพรศิริ)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงนุช ไอบะ)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ. อาทิตย์ เหล่าเรืองธนา)

.....กรรมการ

(ดร.สุชาดา อินทรกำแหง ณราชสีมา)

อนุมัติ



.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คินีจ ภัฏพัฒนวิบูลย์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

11 พฤษภาคม 2555

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงนุช โอบะ ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์อาทิตย์ เหล่าเรืองธนา ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา คำแนะนำ แนวทางที่ถูกต้อง ช่วยเหลือ และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในทุกขั้นตอน การทำวิทยานิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดีจึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณกรรมการพิจารณาโครงร่างวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร.พูลสุข หิงคานนท์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จรรยา สันตยากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทวีศักดิ์ ศิริไพบุลย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชมนาด วรรณพรศิริ และ ดร.สุชาดา อินทรกำแหง ณ ราชสีมาที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะ ข้อปรับปรุงอันเป็นแนวทางสำคัญในการดำเนินการวิจัย และทำให้วิทยานิพนธ์นี้มีความเป็นวิชาการสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณนายแพทย์ธนิต ต้นอารีย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์แสงหล้า พลนอก ดร.จิตติอาภา ตั้งคำวานิช คุณนงลักษณ์ บุญเยี่ยมและ คุณปิยมาลัย อาชาสันติสุข ที่กรุณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือวิจัย และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่กรุณารับรองและเห็นชอบในการดำเนินการวิจัย

ขอขอบพระคุณโรงพยาบาลกำแพงเพชรที่อนุญาตให้เก็บข้อมูลเพื่อหาความเที่ยงของเครื่องมือวิจัย

ขอขอบพระคุณบุคลากรและอาสาสมัครสาธารณสุขในสถานีนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินีบ้านไตรตรึงษ์ อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชรที่อำนวยความสะดวกให้ความร่วมมือในการจัดอบรม การช่วยเหลือติดตามกลุ่มตัวอย่างและเก็บข้อมูลตลอดโครงการวิจัย และขอขอบคุณผู้ป่วยโรคปอดหลังส่วนล่างเรื้อรังกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัยเป็นอย่างดี รวมทั้งทุกท่านที่ไม่ได้กล่าวนามไว้ ณ ที่นี้ ที่ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนด้านต่าง ๆ

กาญจนา นิมตรง

ชื่อเรื่อง	ผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองและอาการปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง
ผู้วิจัย	กาญจนา นิมตรง
สถานที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงนุช โอบะ
กรรมการที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ.อาทิตย์ เหล่าเรืองธนา
ประเภทสารนิพนธ์	วิทยานิพนธ์ พย.ม. สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน, มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2554
คำสำคัญ	ปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง พฤติกรรมการดูแลตนเอง โปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุน อาการปวด

บทคัดย่อ

250015

การพยาบาลแบบสนับสนุนและให้ความรู้ มีความจำเป็นต่อการส่งเสริมพฤติกรรม การดูแลตนเอง เมื่อบุคคลอยู่ในภาวะเบี่ยงเบนทางสุขภาพ การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองและอาการปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง คัดเลือกจาก ผู้ป่วยที่มารับการรักษาจากสถานีนอนามัยเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา นวมินทราชินี บ้านไทรตรีงษ์ อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 26 ราย โดยให้ได้รับโปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนประกอบด้วย การสอน การสร้างสิ่งแวดล้อมทั้งในสถานบริการและที่บ้านของผู้ป่วย การสนับสนุนและการชี้แนะ เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย ประกอบด้วย แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรังและแบบประเมินอาการปวดหลังของฮอสเวลท์รี มีค่าความเที่ยงคำนวณจากสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราคเท่ากับ 0.89 และ 0.71 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานโดยการทดสอบความแปรปรวนโดยสถิติเอฟใน ANOVA แบบการทดลองแบบวัดซ้ำ

ผลการวิจัย พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรังที่ได้รับ โปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และพบว่าอาการปวดของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง หลังการทดลอง น้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

250015

ผลการวิจัยแสดงว่า โปรแกรมการให้ความรู้และการสนับสนุนมีประสิทธิภาพในการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง และลดอาการปวดสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้

Title EFFECTIVENESS OF EDUCATIVE SUPPORTIVE PROGRAM
ON SELF-CARE BEHAVIORS AND PAIN LEVEL AMONG
PATIENTS WITH CHRONIC LOW BACK PAIN

Author Kanchan Nimtrong

Advisor Assistant Professor Nongnut Oba, Ph.D.

Co-Advisor Assistant Professor Artit Laoruengthana, M.D.

Academic Paper Thesis M.N.S. in Community Nurse Practitioner
Naresuan University, 2011

Keyword Chronic Low Back Pain, Self-care behavior,
Educative and Supportive Program, Pain level.

ABSTRACT

250015

Supportive and educative nursing care was essential for promoting self-care behaviors in people. The purposes of this quasi – experimental research were to determine the effects of educative and supportive program on self-care behaviors and pain level among patients with chronic low back pain. Twenty-six patients with chronic low back pain at Tritrung Queen Sirikit Health Center, Amphor Muang, Kamphangphet Province were purposively selected. This sample received the designed educative and supportive program consisted of teaching, guiding, supporting and providing a suitable environment at both of Health Center and the patient's home for 12 weeks. The data collected instruments consisted of self-care behaviors questionnaires and Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire which were approved by 5 experts and their reliability were 0.89 and 0.71, respectively. The data were analyzed using frequency, percentage, mean and standard deviation. The hypotheses were tested by repeated measure design of ANOVA.

The results of the study revealed that the mean score for self-care behaviors of the sample after intervention were significantly higher than pre-intervention scores ($p < .001$). Moreover, the mean score for pain level after interventions were significantly lower than pre-intervention score ($p < .001$). These results implied that educative supportive program could improve self-care behaviors and pain level in patients with chronic low back pain.

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาของปัญหา	1
จุดมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
สมมติฐานของการวิจัย	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
ปวดหลัง.....	7
ผลกระทบของอาการปวดหลัง.....	22
แนวคิด และทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเรม (Orem).....	25
ระบบการพยาบาลแบบสนับสนุนและให้ความรู้.....	29
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	31
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	37
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	38
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	39
การควบคุมคุณภาพของเครื่องมือ.....	43
การดำเนินการทดลอง.....	43
การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง.....	45
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	46
การวิเคราะห์ข้อมูล	46

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	48
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป พฤติกรรมการดูแลตนเอง และอาการปวดของผู้ป่วยโรค ปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง.....	48
ตอนที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองใน 3 ช่วงเวลาของ ผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง	54
ตอนที่ 3 เปรียบเทียบอาการปวดก่อนการทดลอง การทดลองสัปดาห์ที่ 6 และ การทดลองสัปดาห์ที่ 12 ของผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง	59
5 บทสรุป.....	61
สรุปผลการวิจัย.....	61
ผลการวิจัย.....	62
อภิปรายผล.....	64
ข้อเสนอแนะ.....	68
บรรณานุกรม.....	69
ภาคผนวก.....	74
ประวัติผู้วิจัย.....	133

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยโรคปอดหลังส่วนล่างเรื้อรัง	48
2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคะแนนอาการปอด หลังของผู้ป่วยโรคปอดหลังส่วนล่างเรื้อรัง	53
3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรค ปอดหลังส่วนล่างเรื้อรังก่อนการทดลอง การทดลองสัปดาห์ที่ 6 และการทดลองสัปดาห์ที่ 12	54
4 วิเคราะห์ความแปรปรวนเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปอดหลัง ส่วนล่างเรื้อรังกลุ่มทดลองในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน	57
5 การเปรียบเทียบความแตกต่างพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยปอดหลัง ส่วนล่างเรื้อรังในช่วงเวลาต่างกัน	58
6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ คะแนนอาการปอดหลังของผู้ป่วยปอด หลังส่วนล่างเรื้อรังก่อนการทดลอง การทดลองสัปดาห์ที่ 6 และการทดลอง สัปดาห์ที่ 12	59
7 วิเคราะห์ความแปรปรวนเปรียบเทียบคะแนนอาการปอดหลัง ของผู้ป่วยปอดหลัง ส่วนล่างเรื้อรังในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน	59
8 การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนอาการปอดหลัง ในผู้ป่วยปอดหลังส่วนล่าง เรื้อรังในช่วงเวลาต่างกัน	60

สารบัญญภาพ

ภาพ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	36
2 การออกแบบการวิจัย.....	37
3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและรวบรวมข้อมูล	47
4 สิ่งแวดล้อมก่อนการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมภาชนะบรรจุน้ำ เพื่อซักผ้าตั้งอยู่กับพื้น.....	131
5 สิ่งแวดล้อมหลังการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมจัดหาอุปกรณ์ มารองภาชนะบรรจุน้ำตั้งอยู่ระดับใกล้เคียงกับเครื่องซักผ้า.....	131
6 สิ่งแวดล้อมก่อนการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมการกักหยิบของ ชายให้กับลูกค้า	131
7 สิ่งแวดล้อมหลังการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมการลงนั่งแล้ว เลือกหยิบของชายให้กับลูกค้า.....	131
8 สิ่งแวดล้อมก่อนการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมกักหยิบของขณะ ทำงานในไร่.....	132
9 สิ่งแวดล้อมหลังการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมปรับเปลี่ยนท่า เป็นการนั่งแทน	132
10 สิ่งแวดล้อมก่อนการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมที่นอนฟองน้ำ ยุบ อ่อนตัวตรงกลางที่นอน	132
11 สิ่งแวดล้อมหลังการทดลองลักษณะทั่วไปของสภาพสิ่งแวดล้อมใช้ผ้ารองช่วง กลางที่นอนเวลานอนพื้นที่เกือบเสมอกัน.....	132