

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาทั้งทดลอง แบบ 2 กลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (two groups pretest-posttest design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้คือ ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 30 ราย รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกันยายน พ.ศ. 2553 ถึง เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2554 จัดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มตัวอย่างที่มารับบริการ 15 รายแรกให้เข้ากลุ่มทดลองหลังจากได้กลุ่มทดลองครบ กลุ่มตัวอย่าง 15 รายต่อไปให้เข้ากลุ่มควบคุม หลังจากนั้นทำการจับคู่กลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติเหมือนหรือใกล้เคียงกันคือ เพศ เดียวกัน มีช่วงอายุแตกต่างกันไม่เกิน 10 ปี และระดับความรุนแรงของโรคอยู่ในระดับเดียวกัน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย 1) เครื่องมือดำเนินการศึกษาได้แก่ โปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ที่ผู้ศึกษาทบทวนวรรณกรรมและประยุกต์จากโปรแกรมส่งเสริมการจัดการกับอาการหายใจลำบากของ สินีนาฏ ป้อมเย็น (2547) ที่สร้างขึ้นตามแนวคิดรูปแบบการจัดการกับอาการของ ลาร์สัน และคณะ (Larson et al., 1994) คู่มือการจัดการอาการหายใจลำบากสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และแบบบันทึกวิธีการจัดการและผลของวิธีการจัดการอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ซึ่งผู้ศึกษานำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเนื้อหา จากนั้นนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข และนำโปรแกรมไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อประเมินความเข้าใจในเนื้อหา และนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้จริง 2) เครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดอาการหายใจลำบาก และแบบบันทึกระยะทางที่สามารถเดินบนทางราบในเวลา 6 นาที

ผู้ศึกษารวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง สำหรับกลุ่มทดลองในสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1 ผู้ศึกษาพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบาก และให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ประเมินประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบากของตนเอง ผู้ศึกษาให้ความรู้กับกลุ่มตัวอย่างและ

ผู้ดูแลเกี่ยวกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังในผู้สูงอายุ ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับความหมาย พยาธิสภาพของโรค สาเหตุของการเกิดโรค อาการและอาการแสดง การดูแลรักษา และการจัดการกับอาการหายใจลำบากในเรื่องการรับประทานอาหารและน้ำที่เหมาะสม การป้องกันอันตรายและหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ทำให้อาการของโรคเลวลง การใช้ยาและการสังเกตฤทธิ์ข้างเคียงของยา ในสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 2 ผู้ศึกษาให้ความรู้และให้กลุ่มตัวอย่างฝึกทักษะเกี่ยวกับเทคนิคการสว่นพลังงาน การฝึกผ่อนคลาย การจัดทำที่เหมาะสมเมื่อมีอาการหายใจลำบาก การไอที่มีประสิทธิภาพ การใช้ยาพ่นสูดชนิดต่างๆ และการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ในสัปดาห์ที่ 3 และสัปดาห์ที่ 5 ผู้ศึกษาดูตามผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากจากแบบบันทึกวิธีการจัดการและผลของวิธีการจัดการอาการหายใจลำบากที่กลุ่มตัวอย่างบันทึกไว้ และสนับสนุนโดยการให้กำลังใจและกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดการอาการหายใจลำบากอย่างต่อเนื่อง และในสัปดาห์ที่ 8 ผู้ศึกษาดูตามผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบาก และประเมินอาการหายใจลำบากของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบวัดอาการหายใจลำบาก และทำการทดสอบความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายโดยการให้กลุ่มตัวอย่างเดินบนพื้นราบ 6 นาทีเป็นครั้งที่ 2 ส่วนในกลุ่มควบคุม ในสัปดาห์ที่ 1 ผู้ศึกษาประเมินอาการหายใจลำบากโดยใช้แบบวัดอาการหายใจลำบาก และทดสอบความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายโดยให้กลุ่มตัวอย่างเดินบนทางราบในเวลา 6 นาที หลังจากนั้นให้การดูแลกลุ่มตัวอย่างตามปกติ และในสัปดาห์ที่ 8 ผู้ศึกษาประเมินอาการหายใจลำบาก และทดสอบความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายของกลุ่มตัวอย่างเป็นครั้งที่ 2 หลังจากนั้นผู้ศึกษาให้ความรู้เกี่ยวกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และการจัดการกับอาการหายใจลำบากในเรื่องการรับประทานอาหารและน้ำที่เหมาะสม การป้องกันอันตรายและหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ทำให้อาการของโรคเลวลง การใช้ยาและการสังเกตฤทธิ์ข้างเคียงของยา นอกจากนี้ได้ฝึกทักษะเกี่ยวกับเทคนิคการสว่นพลังงาน การฝึกผ่อนคลาย การจัดทำที่เหมาะสมเมื่อมีอาการหายใจลำบาก การไอที่มีประสิทธิภาพ การใช้ยาพ่นสูดชนิดต่างๆ และการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังให้กับกลุ่มตัวอย่าง และมอบคู่มือการจัดการอาการหายใจลำบากสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังให้กับกลุ่มตัวอย่าง เมื่อดำเนินการรวบรวมข้อมูลเรียบร้อยแล้ว ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

ผลการศึกษาพบว่า

1. หลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบาก ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

2. ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากมีความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. ควรนำโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากนี้ไปใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีความสามารถในการจัดการกับอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม โดยจัดให้มีการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการจัดการกับอาการหายใจลำบากกับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังทุกรายที่มารับบริการในโรงพยาบาล ทั้งในแผนกผู้ป่วยนอกและแผนกผู้ป่วยใน โดยจัดเป็นการให้ความรู้เป็นรายกลุ่ม หรือการให้ความรู้ในรูปแบบของการวางแผนก่อนการจำหน่าย

2. ควรนำโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากนี้ไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการจัดอบรมให้บุคลากรทางการแพทย์ มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และการส่งเสริมการจัดการกับอาการหายใจลำบาก เพื่อสามารถให้การดูแลและส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีความสามารถในการจัดการกับอาการหายใจลำบากได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรนำโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากไปศึกษากับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เป็นเพศหญิง เพื่อศึกษาว่าโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากสามารถนำไปใช้กับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังได้ทุกเพศหรือไม่

2. ควรศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก โดยการศึกษาผลลัพธ์อื่นๆ เช่น การกลับเข้ารับการรักษาซ้ำ ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล หรือคุณภาพชีวิต