

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



246242

ผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อความสามารถในการทำหน้าที่
ของร่างกาย และอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ฉัตริกรณ์ ยอเสนา

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
กันยายน 2554

๐๐๐๒๕๐๔๕๕

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



246242

ผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อความสามารถในการทำหน้าที่
ของร่างกาย และอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง



ฉัตริภรณ์ ยอเสน

วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
กันยายน ๒๕๕๔

ผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อความสามารถในการทำหน้าที่
ของร่างกาย และอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ชิตติกรณ์ ยอเสน

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทวีลักษณ์ วรรณฤทธิ์

.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โรจน์ จินตนาวัฒน์

.....กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โรจน์ จินตนาวัฒน์

.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุคำวัง

.....กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุคำวัง

.....กรรมการ
อาจารย์ ดร. ทศพร คำผลศิริ

.....กรรมการ
ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ. พงษ์ศิริ ปรารณชาติ

22 สิงหาคม 2554

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดีด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โรจน์ จินตนาวัฒน์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุคำวัง อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ และช่วยตรวจทานแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อันเป็นประโยชน์ในการทำวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่งจึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้ นอกจากนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และให้ข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ รวมทั้งคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่านที่ให้คำแนะนำเพื่อให้วิทยานิพนธ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลสันป่าตอง เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่กรุณาอำนวยความสะดวกและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยเฉพาะผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังทุกท่านที่กรุณาสละเวลาและให้ความร่วมมือ ยินดีเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่าง ทำให้การทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ถ่ายทอดความรู้ อันเป็นพื้นฐานในการทำวิจัยครั้งนี้ ขอบพระคุณ ครอบครัวอันเป็นที่รักยิ่ง โดยเฉพาะ คุณพ่อซึ่งท่านป่วยเป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ท่านเป็นแรงบันดาลใจที่สำคัญ ที่ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจอย่างมาก รวมถึงเพื่อนๆ ทุกคน อีกทั้งผู้ร่วมงาน ที่เป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยมีพลังในการทำวิจัยในครั้งนี้ คุณความดีและประโยชน์อันเกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ผู้วิจัยขอบอบแด่บุพการี คณาจารย์ ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังทุกท่าน รวมทั้งผู้ที่กล่าวถึงทุกท่านที่ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ปี 2553 ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในโอกาสนี้ด้วย

ชิติภรณ์ ขอสเณ

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อความสามารถในการทำ
หน้าที่ของร่างกาย และอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้น
เรื้อรัง

ผู้เขียน นางธิดิภรณ์ ขอสเน

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โรจน์ จินตนาวัฒน์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุกำวัง อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

บทคัดย่อ

246242

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเป็นโรคเรื้อรังที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ ก่อให้เกิดผลกระทบมากมาย หากไม่สามารถควบคุมโรคได้ โดยทำให้ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายลดลง และมีอาการหายใจลำบากเพิ่มมากขึ้น ซึ่งการสนับสนุนการจัดการตนเอง เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยเพิ่มความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และลดอาการหายใจลำบาก การวิจัยเชิงทดลองครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยสูงอายุที่มารับการตรวจรักษาที่คลินิกโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างเดือนมกราคม พ.ศ. 2554 ถึงเดือนเมษายน พ.ศ. 2554 จำนวน 32 ราย ทำการสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 16 ราย โดยให้ทั้ง 2 กลุ่ม มีความคล้ายคลึงกันในด้านเพศ อายุ และความรุนแรงของโรค โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 2 ส่วนคือ 1) เครื่องมือที่ใช้ดำเนินการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และคู่มือการให้ความรู้การจัดการตนเองในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่สร้างขึ้นโดยผู้วิจัย วิจัยทัศนคติการเสนอตัวแบบสัญลักษณ์เรื่องพฤติกรรมออกกำลังกาย และวิจัยทัศนคติการเสนอตัวแบบ เกี่ยวกับการใช้ยา

สำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง แบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการปฏิบัติการจัดการตนเองในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง แบบสอบถามพฤติกรรมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และแบบบันทึกการตั้งเป้าหมายในการจัดการตนเอง 2) เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป แบบบันทึกระยะทางที่ผู้ป่วยเดินได้บนพื้นราบภายในเวลา 6 นาที และแบบประเมินอาการหายใจลำบาก วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา การทดสอบค่าที การทดสอบแมนวิทนียู และการทดสอบ วิลคอกซัน แมช แพร์ โซจิ้น แรงค์

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง มีความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย มากกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
2. ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง มีความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย มากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
3. ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง มีอาการหายใจลำบากรุนแรงน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)
4. ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง มีอาการหายใจลำบากรุนแรงน้อยกว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

ผลของการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง สามารถช่วยเพิ่มความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และลดอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังได้

Thesis Title Effects of a Self-management Supporting Program on Functional Capacity and Dyspnea Among Elders with Chronic Obstructive Pulmonary Disease

Author Mrs. Thitiporn Yorsen

Degree Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)

Thesis Advisory Committee

Assistant Professor Dr. Rojanee	Chintanawat	Advisor
Assistant Professor Dr. Khanokporn	Sucamvang	Co-advisor

ABSTRACT

246242

Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is one of the most common chronic diseases among the elderly. The disease causes plentiful impacts to elderly if it cannot be controlled resulting in decreased functional capacity and increased dyspnea. Self-management support is an important method to increase functional capacity and decrease dyspnea. The purpose of this experimental research was to examine the effects of a self-management supporting program on functional capacity and dyspnea among elders with chronic obstructive pulmonary disease. The subjects were 32 elderly with COPD who attended the COPD clinic at San-Pa-Thong hospital, Chiang Mai province during January 2011 to April 2011. The subjects were randomly assigned into experimental and control groups, 16 in each group considering the similarities in gender, age, and severity of the disease. The experimental group attended the self-management supporting program for 6 weeks, while those in the control group received usual care.

The instruments used in this study consisted of self-management supporting program among elders with COPD, the self-management education manual, videotape showing exercise role modeling and videotape showing the using medication modeling for elderly with COPD, the perceived self-efficacy questionnaire, the self-management behavior questionnaire and goal

setting of self-management recording form. Data collection tools consisted of the demographic data recording form, a 6 Minute Walk Test (6MWT) recording form and a dyspnea recording form. Data were analyzed using descriptive statistics, independent t-test, paired t-test, Mann whitney U- test and Wilcoxon matched pairs signed-rank test.

The results of this study revealed that:

1. The elders with COPD who attended the self- management supporting program had significantly higher functional capacity than that of the group who received usual care at a level of $p < .001$.
2. After attending the self- management supporting program, the elders with COPD had significantly higher functional capacity than before attending the program at a level of $p < .001$.
3. The elders with COPD who attended the self- management supporting program had significantly less severe dyspnea than that of the group who received usual care at a level of $p < .01$; and
4. After attending the self- management supporting program, the elders with COPD had significantly less severe dyspnea than before attending the program at a level of $p < .01$.

The results of this study indicate that the self- management supporting program can increase functional capacity and decrease dyspnea among the elders with chronic obstructive pulmonary disease.

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ฦ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	6
สมมติฐานการวิจัย	6
ขอบเขตการวิจัย	7
นิยามศัพท์	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังในผู้สูงอายุ	9
ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	20
อาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	24
การจัดการตนเอง	27
กรอบแนวคิดทฤษฎี	37
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	38
ลักษณะประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	38
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	39
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	42
การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง	43
ขั้นตอนและวิธีการรวบรวมข้อมูล	44
การวิเคราะห์ข้อมูล	52

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล	54
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	54
การอภิปรายผล	67
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	72
สรุปผลการวิจัย	72
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	74
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	74
เอกสารอ้างอิง	75
ภาคผนวก	83
ภาคผนวก ก เอกสารรับรองโครงการ	84
ภาคผนวก ข เอกสารพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง	85
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย	91
ภาคผนวก ง ระยะทางที่เดินบนทางราบในเวลา 6 นาที (เมตร) ก่อนและหลัง ได้รับโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองต่อความสามารถ ในการทำหน้าที่ของร่างกายและอาการหายใจลำบาก ในผู้สูงอายุ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	112
ภาคผนวก จ คะแนนอาการหายใจลำบากก่อนและหลังได้รับโปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเองต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและ อาการหายใจลำบาก ในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	113
ภาคผนวก ฉ คะแนนการปฏิบัติพฤติกรรมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุโรคปอด อุดกั้นเรื้อรัง ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเองต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและ อาการหายใจลำบาก ในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	114

ญ

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก ข รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	116
ประวัติผู้เขียน	117

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา จำนวนสมาชิกในครอบครัว	56
2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอาชีพปัจจุบัน รายได้เฉลี่ยของตนเอง ต่อเดือน	57
3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม ระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยโรค ระดับความรุนแรงของโรค (ตามเกณฑ์ของโกลด์, 2010) โรคประจำตัว ประวัติการสูบบุหรี่ กลุ่มยารักษาโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่ได้รับ	58
4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม การกลับเข้ารับรักษาในโรงพยาบาล (ภายในระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา) พฤติกรรมการออกกำลังกาย และการปฏิบัติตนเมื่อ มีปัญหาไม่สบายใจ	60
5 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย จากระยะทางที่เดินได้ ใน 6 นาที ก่อนการได้รับโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง ระหว่างผู้สูงอายุ ที่ได้รับ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง และผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแลตามปกติ	61
6 เปรียบเทียบคะแนนอาการหายใจลำบาก ก่อนการได้รับ โปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเอง ระหว่างผู้สูงอายุที่ได้รับ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง และผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแลตามปกติ	62
7 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย จากระยะทางที่เดินได้ ใน 6 นาที หลังได้รับ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองระหว่างผู้สูงอายุที่ได้รับ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง และผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแลตามปกติ	63
8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย จากระยะทางที่เดินได้ ใน 6 นาที ก่อนและหลังได้รับ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเองของผู้สูงอายุ ที่ได้รับโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง	64
9 เปรียบเทียบคะแนนอาการหายใจลำบาก หลังได้รับ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการ ตนเอง ระหว่างผู้สูงอายุที่ได้รับ โปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง และผู้สูงอายุ ที่ได้รับการดูแลตามปกติ	65

10	เปรียบเทียบคะแนนอาการหายใจลำบาก ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมสนับสนุน การจัดการตนเอง ของผู้สูงอายุที่ได้รับโปรแกรมสนับสนุนการจัดการตนเอง	66
11	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจัดการตนเองของกลุ่มที่ได้รับ โปรแกรม (กลุ่มทดลอง) ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	115