

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อหาความสัมพันธ์ (correlational descriptive research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเอง ความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม และความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลตนเองและความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมทั้งเพศชายและหญิง ที่มารับการตรวจรักษาที่ห้องตรวจโรคกระดูกและข้อ แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในช่วงเดือน มกราคม ถึงเดือน มีนาคม พ.ศ. 2543 เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) ตามคุณสมบัติที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป 2) แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ 3) แบบประเมินความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมที่ผู้วิจัยประยุกต์มาจากแนวคิดของ เบลลามี่ และคณะ (Bellamy et al., 1988) ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/FW ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง มีอายุในช่วง 60 – 74 ปี มีสถานภาพสมรสคู่ มีดัชนีมวลกายมากกว่าเกณฑ์ นับถือศาสนาพุทธ ได้รับการศึกษาระดับประถมศึกษา ไม่ได้ประกอบอาชีพ มีรายได้เฉลี่ย 3,425.6 บาทต่อเดือน มีรายได้จากการประกอบอาชีพ อาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย ผู้ดูแลหลักเมื่อเจ็บป่วย คือ บุตรหลาน มีโรคประจำตัวมากกว่า 1 โรค มีระยะเวลาของการเป็นโรคเฉลี่ย 4.39 ปี และระยะเวลาที่ได้รับการรักษาเฉลี่ย 2.96 ปี เป็นโรคข้อเข่าเสื่อมทั้ง 2 ข้อ และใช้การรักษาทางเลือกร่วมด้วย ส่วนใหญ่ได้รับคำแนะนำเรื่องโรคข้อเข่าเสื่อมจากแพทย์ที่ให้การรักษา
2. ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับปานกลาง
3. ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในระดับปานกลาง
4. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม มีความสัมพันธ์ทางลบกับ

ความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r_s = -.787$)

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับพยาบาลและบุคลากรที่เกี่ยวข้องในทีมสุขภาพได้วางแผนหารูปแบบที่สนับสนุนให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องเพื่อลดความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม
2. เป็นแนวทางสำหรับการวิจัยเกี่ยวกับการปฏิบัติเพื่อการดูแลตนเอง และลดความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ
3. เป็นแนวทางด้านการศึกษาพยาบาลในการจัดการเรียนการสอนในเรื่องของพฤติกรรมการดูแลตนเองและความรุนแรงของโรค

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยที่พบความสัมพันธ์ทางลบ ระหว่างพฤติกรรมการดูแลตนเองกับความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม ดังนั้นผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. ผลการวิจัยที่ได้สามารถนำไปวางแผนเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้อง โดยการให้ความรู้หรือคำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง โดยเฉพาะการให้ความรู้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ข้อเข่าที่ถูกต้อง เช่น หลีกเลี่ยงการนั่งพับเพียบ การนั่งยอง ๆ การนั่งคุกเข่าหรือนั่งขัดสมาธิ การควบคุมน้ำหนักร่างกาย การบริหารข้อเข่า การใช้อุปกรณ์ช่วยในการเคลื่อนไหว เป็นต้น เพื่อป้องกันไม่ให้อัตราความรุนแรงของโรคเพิ่มมากขึ้น
2. จากผลการวิจัยที่พบว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อมจากบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลรอบข้างมากเป็นอันดับสองรองจากแพทย์ ดังนั้นในการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหรือให้คำแนะนำเรื่องการปฏิบัติตัวแก่ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ควรจะให้ญาติหรือบุคคลในครอบครัวมารับฟังด้วย เพื่อผู้สูงอายุนำไปปฏิบัติได้ถูกต้องและสามารถให้ความรู้ที่ถูกต้องแก่เพื่อนบ้านและชุมชน

ด้านการบริหารการพยาบาล

ผลการวิจัยที่ได้จะเป็นข้อมูลนำเสนอผู้บริหารของแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ เพื่อตระหนักถึงการพัฒนาบทบาท และความสามารถของพยาบาลในการให้ความรู้ ข้อมูลต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุ

ด้านการศึกษาพยาบาล

ผลการวิจัยที่ได้จะเป็นข้อมูลเพื่อจัดให้มีการเรียนการสอน ในเรื่องการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีพฤติกรรม的自我ดูแลตนเองที่ถูกต้องแก่บุคลากรทางด้านสุขภาพทุกหลักสูตร

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไปคือ

1. ศึกษาแนวทางการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีพฤติกรรม的自我ดูแลตนเองที่ดี เพื่อลดความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม
2. มีการศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้ง และทราบเหตุผลของพฤติกรรม的自我ดูแลตนเองในเรื่องต่าง ๆ เพื่อสามารถนำมาปรับใช้ในการให้ความรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ