

#### บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการสร้างจินตภาพต่อความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัด ที่มารับการรักษาที่คลินิกเคมีบำบัด แผนกผู้ป่วยนอกศัลยกรรมห้องเบอร์ 1 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ จำนวน 20 ราย ผลการศึกษาได้นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยาย โดยแบ่งเป็น 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ ก่อนได้รับเคมีบำบัดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความกังวลขณะเผชิญ ก่อนและหลังได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ส่วนที่ 4 ข้อมูลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ หลังได้รับเคมีบำบัดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

## ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาทั้งหมดมี 20 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 ราย และกลุ่มควบคุม 10 ราย ซึ่งมีข้อมูลทั่วไปนำเสนอในตาราง ที่ 1 ถึง 3

### ตารางที่ 1

จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ จำนวนครั้งที่มารับเคมีบำบัดรวมครั้งนี้ และคะแนนความวิตกกังวลแฝง ซึ่งเป็นลักษณะที่ใช้ในการจัดกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมให้มีความใกล้เคียงกันมากที่สุด

| ข้อมูลทั่วไป                                  | กลุ่มทดลอง (n = 10) |        | กลุ่มควบคุม (n = 10) |        |
|-----------------------------------------------|---------------------|--------|----------------------|--------|
|                                               | จำนวน               | ร้อยละ | จำนวน                | ร้อยละ |
| <b>อายุ</b>                                   |                     |        |                      |        |
| 30-34 ปี                                      | 1                   | 10     | -                    | -      |
| 35-39 ปี                                      | 3                   | 30     | 3                    | 30     |
| 40-44 ปี                                      | 3                   | 30     | 4                    | 40     |
| 45-49 ปี                                      | 3                   | 30     | 3                    | 30     |
| <b>จำนวนครั้งที่มารับเคมีบำบัดรวมครั้งนี้</b> |                     |        |                      |        |
| 2                                             | 2                   | 20     | 1                    | 10     |
| 3                                             | 3                   | 30     | 3                    | 30     |
| 4                                             | -                   | -      | 1                    | 10     |
| 5                                             | 3                   | 30     | 3                    | 30     |
| 6                                             | 2                   | 20     | 2                    | 20     |
| <b>คะแนนความวิตกกังวลแฝง</b>                  |                     |        |                      |        |
| 31 - 40 คะแนน                                 | 2                   | 20     | 2                    | 20     |
| 41 - 50 คะแนน                                 | 7                   | 70     | 6                    | 60     |
| 51 - 60 คะแนน                                 | 1                   | 10     | 2                    | 20     |

หมายเหตุ อายุเฉลี่ยกลุ่มทดลอง = 40.9 (S.D = 5.36) กลุ่มควบคุม = 41.8 (S.D = 4.19)

คะแนนความวิตกกังวลแฝงเฉลี่ยกลุ่มทดลอง = 46.3 (S.D = 5.91) กลุ่มควบคุม = 46.3 (S.D = 6.01)

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอายุกระจายอยู่ในระหว่าง 35 ถึง 39 ปี 40 ถึง 44 ปี และ 45 ถึง 49 ปี ( $\bar{X} = 40.9$   $SD = 5.36$ ) คิดเป็นร้อยละ 30 มารับเคมีบำบัดครั้งที่ 3 หรือ 5 มากที่สุด (ร้อยละ 30) และส่วนใหญ่มีคะแนนความวิตกกังวลแฝงอยู่ในช่วง 41 ถึง 50 คะแนน ( $\bar{X} = 46.3$   $SD = 5.91$ ) คิดเป็นร้อยละ 70 ส่วนกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 40 ถึง 49 ปี ( $\bar{X} = 41.8$   $SD = 4.19$ ) คิดเป็นร้อยละ 40 มารับเคมีบำบัดครั้งที่ 3 หรือ 5 มากที่สุด (ร้อยละ 30) และส่วนใหญ่มีคะแนนความวิตกกังวลแฝงอยู่ในช่วง 41 ถึง 50 คะแนน ( $\bar{X} = 46.3$   $SD = 6.01$ ) คิดเป็นร้อยละ 60

## ตารางที่ 2

จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และอาชีพ

| ข้อมูลทั่วไป         | กลุ่มทดลอง (n = 10) |        | กลุ่มควบคุม (n = 10) |        |
|----------------------|---------------------|--------|----------------------|--------|
|                      | จำนวน               | ร้อยละ | จำนวน                | ร้อยละ |
| <b>สถานภาพสมรส</b>   |                     |        |                      |        |
| โสด                  | 1                   | 10     | 4                    | 40     |
| คู่                  | 7                   | 70     | 6                    | 60     |
| หม้าย                | 2                   | 20     | -                    | -      |
| <b>ระดับการศึกษา</b> |                     |        |                      |        |
| ประถมศึกษา           | 5                   | 50     | 7                    | 70     |
| มัธยมศึกษา           | 2                   | 20     | 1                    | 10     |
| อนุปริญญา            | 1                   | 10     | 1                    | 10     |
| ปริญญาตรี            | 2                   | 20     | -                    | -      |
| สูงกว่าปริญญาตรี     | -                   | -      | 1                    | 10     |
| <b>อาชีพ</b>         |                     |        |                      |        |
| ข้าราชการ            | 5                   | 50     | 3                    | 30     |
| เกษตรกรรวม           | -                   | -      | 1                    | 10     |
| ค้าขาย               | 1                   | 10     | 2                    | 20     |
| รับจ้าง              | 1                   | 10     | 2                    | 20     |
| ไม่ได้ประกอบอาชีพ    | 3                   | 30     | 2                    | 20     |

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองมีสถานภาพสมรสคู่มากที่สุด (ร้อยละ 70) ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 50 และรับราชการมากที่สุด (ร้อยละ 50) ส่วนกลุ่มควบคุมมีสถานภาพสมรสคู่มากที่สุด (ร้อยละ 60) ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 70 และรับราชการมากที่สุด (ร้อยละ 30)

## ตารางที่ 3

จำนวน ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้ของครอบครัวต่อเดือน การจ่ายค่ารักษาพยาบาล ปัญหาเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเจ็บป่วย และความรุนแรงของมะเร็ง

| ข้อมูลทั่วไป                                                                                              | กลุ่มทดลอง (n = 10) |        | กลุ่มควบคุม (n = 10) |        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------|----------------------|--------|
|                                                                                                           | จำนวน               | ร้อยละ | จำนวน                | ร้อยละ |
| รายได้ของครอบครัวต่อเดือน (เทียบกับรายได้ของครอบครัวต่อเดือนเฉลี่ยของประชากรในภาคเหนือ เท่ากับ 6,260 บาท) |                     |        |                      |        |
| น้อยกว่า 6,260 บาท                                                                                        | 6                   | 60     | 8                    | 80     |
| เท่ากับหรือมากกว่า 6,260 บาท                                                                              | 4                   | 40     | 2                    | 20     |
| การจ่ายค่ารักษาพยาบาล                                                                                     |                     |        |                      |        |
| เบิกต้นสังกัด                                                                                             | 5                   | 50     | 4                    | 40     |
| สังคมสงเคราะห์                                                                                            | 1                   | 10     | 2                    | 20     |
| บัตรประกันสุขภาพ                                                                                          | 1                   | 10     | -                    | -      |
| จ่ายเอง                                                                                                   | 3                   | 30     | 4                    | 40     |
| ปัญหาเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเจ็บป่วย                                                                     |                     |        |                      |        |
| ไม่มี                                                                                                     | 6                   | 60     | 6                    | 60     |
| มี                                                                                                        | 4                   | 40     | 4                    | 40     |
| ความรุนแรงของมะเร็ง                                                                                       |                     |        |                      |        |
| ระยะที่ 2                                                                                                 | 6                   | 60     | 8                    | 80     |
| ระยะที่ 3                                                                                                 | 4                   | 40     | 2                    | 20     |

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือนน้อยกว่า 6,260 บาท คิดเป็นร้อยละ 60 จ่ายค่ารักษาด้วยการเบิกต้นสังกัดมากที่สุด (ร้อยละ 50) ส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเจ็บป่วย คิดเป็นร้อยละ 60 และมีความรุนแรงของการเป็นมะเร็งด้านระยะที่ 2 มากที่สุด (ร้อยละ 60) ส่วนกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือน น้อยกว่า 6,260 บาท คิดเป็นร้อยละ 80 จ่ายค่ารักษาพยาบาลเองและเบิกต้นสังกัดมากที่สุด (ร้อยละ 40) ส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเจ็บป่วย คิดเป็นร้อยละ 60 และมีความรุนแรงของการเป็นมะเร็งด้านระยะที่สองมากที่สุด (ร้อยละ 80)

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ ก่อนได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 4

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ ก่อนได้รับเคมีบำบัดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

| กลุ่มตัวอย่าง | ความวิตกกังวลขณะเผชิญก่อนได้รับเคมีบำบัด |       | t     |
|---------------|------------------------------------------|-------|-------|
|               | Mean                                     | S.D   |       |
| กลุ่มทดลอง    | 50.300                                   | 3.335 | -0636 |
| กลุ่มควบคุม   | 51.600                                   | 5.542 |       |

$p > .05$

จากตารางที่ 4 พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ ก่อนได้รับเคมีบำบัดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ ก่อนและหลังได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 5

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ ก่อนและหลังได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

| กลุ่มตัวอย่าง | ก่อนได้รับเคมีบำบัด |       | หลังได้รับเคมีบำบัด |       | t         |
|---------------|---------------------|-------|---------------------|-------|-----------|
|               | Mean                | S.D   | Mean                | S.D   |           |
| กลุ่มทดลอง    | 50.300              | 3.335 | 41.100              | 2.846 | 7.608***  |
| กลุ่มควบคุม   | 51.600              | 5.524 | 55.100              | 6.489 | -4.768*** |

\*\*\*  $p < .001$

จากตารางที่ 5 พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ หลังได้รับเคมีบำบัดลดลงจากก่อนได้รับเคมีบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญภายหลังได้รับเคมีบำบัดมากกว่าก่อนได้รับเคมีบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )

ส่วนที่ 4 ข้อมูลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ หลังได้รับเคมีบำบัดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 6

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญ หลังได้รับเคมีบำบัดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

| กลุ่มตัวอย่าง | ความวิตกกังวลขณะเผชิญหลังได้รับเคมีบำบัด |       | t                     |
|---------------|------------------------------------------|-------|-----------------------|
|               | Mean                                     | S.D   |                       |
| กลุ่มทดลอง    | 41.100                                   | 2.846 | -6.249 <sup>***</sup> |
| กลุ่มควบคุม   | 55.100                                   | 6.489 |                       |

<sup>\*\*\*</sup> p < .001

จากตารางที่ 6 พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญหลังได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .001)

## การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการสร้างจินตภาพต่อความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัด กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัดที่มารับการรักษาที่คลินิกเคมีบำบัด แผนกผู้ป่วยนอกศัลยกรรม หอเบอร์ 1 โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนครเชียงใหม่ จำนวน 20 ราย โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นสองกลุ่ม กลุ่มละ 10 ราย ได้แก่ กลุ่มทดลองที่เป็นกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพจากผู้วิจัย และกลุ่มควบคุมที่เป็นกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำมาอภิปรายผลการศึกษาได้ ดังนี้

### 1. ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาค้นคว้าพบว่ากลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอายุกระจายอยู่ในระหว่าง 35 ถึง 39 ปี 40 ถึง 44 ปี และ 45 ถึง 49 ปี คิดเป็นร้อยละ 30 ( $\bar{X} = 41.8$  S.D = 4.19) ส่วนกลุ่มควบคุมมีอายุระหว่าง 40 ถึง 49 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 ( $\bar{X} = 40.9$  S.D = 5.36) สอดคล้องกับอุบัติการณ์ของโรคมะเร็งเต้านมที่มักพบในผู้ที่มีอายุระหว่าง 35 ถึง 54 ปี (Groenwald, Frogge, Goodman, & Yarbro, 1992) ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้จัดให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มให้มีอายุใกล้เคียงกัน โดยแตกต่างกันไม่เกินห้าปี ส่วนความรุนแรงของมะเร็งเต้านมพบว่าทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เป็นมะเร็งเต้านมระยะที่สองมากที่สุด (ร้อยละ 60 และ 80 ตามลำดับ) ในผู้ป่วยที่ทราบความรุนแรงของการเป็นมะเร็งเต้านมระยะสุดท้ายอาจส่งผลให้เกิดความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น เนื่องจากผู้ป่วยส่วนใหญ่มีความเชื่อว่ามะเร็งเป็นโรคร้ายแรงรักษาไม่หาย ทำให้กังวลถึงระยะเวลาการมีชีวิตอยู่และการพลัดพรากจากครอบครัว (สมจิต หนูเจริญกุล, 2536) จากการสอบถามในการศึกษาค้นคว้าพบว่าผู้ป่วยทุกรายทราบว่าเป็นโรคมะเร็ง แต่ส่วนใหญ่ไม่ทราบความรุนแรงของโรค มีเพียง 3 รายเท่านั้นที่ทราบว่าเป็นมะเร็งเต้านมระยะที่สอง ส่วนจำนวนครั้งของการมารับเคมีบำบัดพบว่าทั้งสองกลุ่มได้รับเคมีบำบัดรวมครั้งนี้เป็นครั้งที่สามและห่ามากที่สุด (ร้อยละ 30) ซึ่งในการศึกษาค้นคว้านี้ได้จัดให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีความใกล้เคียงกันของจำนวนครั้งที่มารับเคมีบำบัด โดยให้มีความแตกต่างกันไม่เกินหนึ่งครั้ง ส่วนคะแนนความวิตกกังวลของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอยู่ในช่วง 41-50 คะแนนมากที่สุด ( $\bar{X} = 46.3$  SD = 5.91) และ ( $\bar{X} = 46.3$  SD = 6.01) คิดเป็นร้อยละ 70 และ 60 ตามลำดับ โดยในการศึกษาค้นคว้านี้ผู้วิจัยได้ควบคุมระดับความวิตกกังวลในในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

ให้มีความใกล้เคียงกันมากที่สุด โดยให้มีความแตกต่างกันไม่เกิน 5 คะแนน เนื่องจากความวิตกกังวลแฝงเป็นความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะของบุคคลค่อนข้างคงที่ และไม่ปรากฏเป็นพฤติกรรมโดยตรง แต่จะมีอิทธิพลต่อการรับรู้และการประเมินสิ่งเร้าเป็นตัวเสริมหรือเพิ่มความรุนแรงของความวิตกกังวลขณะเผชิญ (Spielberger & Gueervero, 1982; Spielberger & Sydeman, 1994)

สำหรับลักษณะกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ได้แก่ สถานภาพสมรสพบว่าทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีสถานภาพสมรสคู่มากที่สุด (ร้อยละ 70 และ 60 ตามลำดับ) ทางด้านการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษามากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 50 และ 70 ตามลำดับ และรับราชการมากที่สุด (ร้อยละ 50 และ 30 ตามลำดับ) จากการศึกษาครั้งนี้พบว่ารายได้ของครอบครัวต่อเดือนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมน้อยกว่ารายได้ของครอบครัวต่อเดือนเฉลี่ยของประชาชนในภาคเหนือ ซึ่งเท่ากับ 6,260 บาท (สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, 2540, หน้า 113) มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 60 และ 80 ตามลำดับ และพบว่ากลุ่มทดลองจ่ายค่ารักษาพยาบาลด้วยการเบิกต้นสังกัดมากที่สุด (ร้อยละ 50) และกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่จ่ายค่ารักษาพยาบาลเองและเบิกต้นสังกัดคิดเป็นร้อยละ 40 และทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเจ็บป่วยคิดเป็นร้อยละ 60 เนื่องจากค่ารักษาในโรงพยาบาลของรัฐบาลไม่สูงมากนัก และถึงแม้ว่าผู้ป่วยมีปัญหาค่าใช้จ่ายในการรักษาก็สามารถขอความช่วยเหลือจากแผนกสังคมสงเคราะห์ของโรงพยาบาลได้ ปัญหาค่าใช้จ่ายในการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองจึงมีไม่มาก ซึ่งจากลักษณะพื้นฐานทั่วไปที่กล่าวมาในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลนี้เป็นสิ่งที่ผู้วิจัยควบคุมกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มให้มีความใกล้เคียงกัน อีกทั้งเมื่อทดสอบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลขณะเผชิญก่อนได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลอง ( $\bar{X} = 50.300$   $SD = 3.335$ ) และกลุ่มควบคุม ( $\bar{X} = 51.600$   $S.D = 5.542$ ) พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน (ตารางที่ 4) จึงเป็นหลักฐานสนับสนุนว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มนี้มีความวิตกกังวลขณะเผชิญก่อนการได้รับเคมีบำบัดไม่แตกต่างกัน

## 2. ผลของการสร้างจินตภาพต่อความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัด

ผลการศึกษาพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญภายหลังการฝึกการสร้างจินตภาพหลังได้รับเคมีบำบัดลดลงจาก 50.300 ( $S.D = 3.335$ ) เป็น 41.100 ( $S.D = 2.846$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) (ตารางที่ 5) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่หนึ่งที่ระบุว่า ผู้ป่วย

มะเร็งเต้านมหลังได้รับเคมีบำบัดในกลุ่มทดลองจะมีคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญลดจากก่อนการฝึกการสร้างจินตภาพ และคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญหลังได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลอง ( $\bar{X} = 41.100$  S.D = 2.846) ยังน้อยกว่ากลุ่มควบคุม ( $\bar{X} = 55.100$  S.D = 6.489) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) (ตารางที่ 6) จึงสนับสนุนสมมติฐานที่สองที่ระบุว่าผู้ป่วยมะเร็งเต้านมหลังได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มทดลองจะมีคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญน้อยกว่ากลุ่มควบคุม

ทั้งนี้สามารถอธิบายผลการศึกษาได้ว่า ความวิตกกังวลขณะเผชิญของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัดตามแนวคิดของสปิลเบอร์เกอร์ เป็นผลเนื่องจากการใช้กระบวนการทางปัญญารับรู้สิ่งเร้าที่เข้ามากระทบแล้วบุคคลมีการประเมินสิ่งเร้านั้นว่าคุกคาม และอาจทำให้เกิดอันตรายต่อตนเอง โดยสิ่งที่คุกคามอาจมีจริงหรืออาจเกิดจากการคาดเดาล่วงหน้าจากประสบการณ์ในอดีตก็ได้ ขบวนการที่เกิดขึ้นจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีรวิทยาขึ้น (Spielberger & Gueervero, 1982; Spielberger & Sydeman, 1994) ซึ่งความวิตกกังวลที่เกิดจากการประเมินสถานการณ์ด้วยกระบวนการทางปัญญานั้นจะเป็นการทำงานของเปลือกสมองซีกซ้ายจากการได้รับข้อมูลจากสถานการณ์ในขณะที่ได้รับเคมีบำบัด ทำให้มีการสร้างความคิดในเชิงเปรียบเทียบวิเคราะห์วิจารณ์ ผู้ป่วยจะมีการคาดคะเนถึงความทุกข์ทรมานขณะได้รับเคมีบำบัด การเกิดอันตราย ความไม่ปลอดภัย และ/หรือ ความสูญเสียที่จะเกิดต่อตนเอง (Horowitz, 1978 cited in Stephens, 1993) ซึ่งจะมีผลกระทบการทำงานของระบบลิมบิกในส่วนที่รับรู้อารมณ์ด้านลบทำให้ผู้ป่วยเกิดความวิตกกังวลขึ้น

การสร้างจินตภาพเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถลดความวิตกกังวลลงได้ และเป็นวิธีที่เมื่อได้รับการฝึกฝนแล้วจะเป็นแนวทางที่ปฏิบัติง่าย ใช้ได้สะดวกฝึกได้โดยไม่รบกวนผู้อื่น ผู้ป่วยสามารถกระทำต่อเนื่องและบ่อยครั้งตามความต้องการ และไม่ก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อน เมื่อให้ผู้ป่วยในกลุ่มทดลองปฏิบัติจึงพบว่าความวิตกกังวลลดลง ในการศึกษาครั้งนี้กลุ่มทดลองได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพด้วยการฟังเทปซึ่งมีเนื้อหาในเทปประกอบด้วยสองส่วนคือ ส่วนที่หนึ่งเป็นเพลงบรรเลงนำก่อนการสร้างจินตภาพ 20 วินาที แล้วเริ่มนำเข้าสู่การผ่อนคลาย ซึ่งเป็นการสร้างสมาธิเตรียมตัวให้พร้อม ซึ่งจะช่วยให้สามารถสร้างจินตภาพได้ง่ายขึ้น และในส่วนที่สองจะเป็นการเบี่ยงเบนความสนใจโดยใช้คำบรรยาย ชักนำให้ผู้ป่วยจินตนาการถึงภาพบรรยากาศที่พึงพอใจ ประกอบกับเสียงธรรมชาติเพื่อเหนี่ยวนำให้เกิดการสร้างจินตภาพ การสร้างจินตภาพให้เกิดผลสำเร็จต้องผ่านการฝึกในสองขั้นตอนนี้

การสร้างจินตภาพที่ประกอบไปด้วยการเบี่ยงเบนความสนใจร่วมกับการผ่อนคลาย จะช่วยเบี่ยงเบนความคิดจากความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไปยังภาพที่สร้างโดยความคิดขึ้นมาแทน (Tiemann, 1994) การสร้างจินตภาพจะกระตุ้นการทำงานที่เปลือกสมองซีกขวาให้มีการใช้ความคิดเห็นภาพ (imagic thought) (Horowitz, 1978 cited in Stephens, 1993) ความคิดที่ถูกสร้างขึ้นจากการชี้นำที่ผู้วิจัยจัดให้ผู้ป่วยฟังทางหูฟังนั้นจะช่วยเบี่ยงเบนความสนใจของผู้ป่วยออกจากความหมกมุ่น ครุ่นคิด ให้มาสู่สิ่งกระตุ้นชนิดใหม่ ซึ่งมีพลังอำนาจอยู่ในตัว จังหวะการพูด ท่วงทำนอง น้ำเสียง และเสียงธรรมชาติประกอบการพูดจะช่วยสร้างบรรยากาศทำให้ผู้ป่วยรู้สึกผ่อนคลาย สงบ และสบายใจ การมุ่งความสนใจอยู่กับจินตภาพที่สร้างขึ้นโดยความคิดทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ปิดกั้นการรับรู้สภาพความเป็นจริงในสิ่งแวดล้อมนั้น ๆ ได้ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ทำให้ผู้ป่วยไม่รู้เหตุการณ์ขณะได้รับเคมีบำบัด นอกจากนี้ความคิดที่สร้างจากการใช้จินตภาพนี้ยังกระตุ้นการทำงานของระบบลิมบิกในส่วนที่ก่อให้เกิดการรับรู้อารมณ์ด้านบวก ผู้ป่วยจะรับรู้ถึงความสงบ ความสุขสบายที่เกิดขึ้น (กัมมันต์ พันธุมจินดา, 2530; Horowitz, 1978 cited in Stephens, 1993)

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยสังเกตพบว่าพฤติกรรมการแสดงออกของผู้ป่วยขณะฝึกการสร้างจินตภาพพบว่า ผู้ป่วยทุกรายมีอาการสงบ ไม่กระสับกระส่าย การหายใจเป็นปกติและจากการสอบถามความรู้สึกจากการฟังเทปฝึกการสร้างจินตภาพพบว่าผู้ป่วยทั้ง 10 รายชอบฟังเทปที่ผู้วิจัยจัดทำ โดยผู้ป่วยให้เหตุผลที่คล้ายคลึงกันว่า การฝึกการสร้างจินตภาพช่วยทำให้รู้สึกสบายใจ สงบ เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ลดความเบื่อหน่าย และทำให้ลืมความคิดเกี่ยวกับอาการข้างเคียงของเคมีบำบัดที่เกิดขึ้นได้ และมีผู้ป่วยสองรายให้เหตุผลเพิ่มเติมว่า การสร้างจินตภาพทำให้รู้สึกสงบ สบายใจ และทำให้ผ่อนคลายได้ชั่วคราว แต่ในขณะที่กำลังฝึกการสร้างจินตภาพจะรู้สึกสงบและสบายใจมาก และเมื่อเกิดความวิตกกังวลขึ้นอีกจะต้องเริ่มสร้างจินตภาพขึ้นมาใหม่ ทั้งนี้เนื่องจากการสร้างจินตภาพจะมีประสิทธิภาพในการลดความวิตกกังวลในระยะเวลานั้น ผลที่เกิดขึ้นจึงเกิดเฉพาะวันต่อวันไม่ได้มีผลต่อเนื่องยาวนาน (Rees, 1995) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของคิง (King, 1988) ที่ศึกษาผลของการสร้างจินตภาพร่วมกับการผ่อนคลายต่อการลดความวิตกกังวลขณะเผชิญของนักศึกษาพยาบาลระดับปริญญาโทจำนวน 33 คน แบ่งเป็น 1 กลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง โดยแบ่งระยะเวลาการศึกษาเป็น 3 ช่วง ช่วงละ 2 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากการฝึกการสร้างจินตภาพระดับความวิตกกังวลขณะเผชิญลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ในแต่ละช่วงเวลาของการศึกษาและระดับความวิตกกังวลขณะเผชิญที่ลดลงจะเริ่มมีระดับสูงขึ้นอีกในระยะเวลา 2 สัปดาห์หลังเลิกฝึก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความวิตกกังวล

ที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคลมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาขึ้นกับสิ่งเร้าที่บุคคลรับรู้ก่อให้เกิดการคุกคามทั้งทางชีวภาพ และความปลอดภัยของตนเอง (Kneisl, 1996) จึงเห็นได้ว่าการฝึกการสร้างจินตภาพที่กลุ่มทดลองได้รับจากผู้วิจัยในครั้งนี้จะช่วยเบี่ยงเบนความสนใจซึ่งมีผลต่อภาวะจิตใจของผู้ป่วยอย่างมาก เพราะขณะที่ฝึกการสร้างจินตภาพทำให้ไม่รับรู้เหตุการณ์ขณะได้รับเคมีบำบัด จึงส่งผลให้ระดับความวิตกกังวลน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพ

สำหรับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ผลการศึกษาพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญภายหลังได้รับเคมีบำบัดจาก 51.600 (S.D = 5.542) เพิ่มขึ้นเป็น 55.100 (S.D = 6.489) ซึ่งมากกว่าก่อนได้รับเคมีบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) (ตาราง ที่ 5) และพบว่าคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญภายหลังได้รับเคมีบำบัดของกลุ่มควบคุม ( $\bar{X} = 55.100$  S.D = 6.489) มากกว่ากลุ่มทดลอง ( $\bar{X} = 41.100$  S.D = 2.846) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) (ตารางที่ 6) ทั้งนี้อธิบายได้ว่า การรักษาด้วยเคมีบำบัดก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่อร่างกายอย่างมาก ทำให้เกิดความทุกข์ทรมานเป็นประสบการณ์ในทางลบต่อการรักษา จึงทำให้ผู้ป่วยเกิดความวิตกกังวลเป็นอย่างมาก (สมจิต หนูเจริญกุล, 2536) จากการสอบถามผู้ป่วยที่มารับการรักษาด้วยเคมีบำบัดพบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่เกิดอาการคลื่นไส้และอาเจียนมากในการรักษาครั้งก่อน แม้จะได้รับยาต้านการอาเจียนแล้วก็ตาม จึงเกิดความวิตกกังวลว่าตนเองเกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน และความไม่สบายจากผลของยา นอกจากนี้ภายหลังการได้รับเคมีบำบัดทำให้รู้สึกเบื่ออาหารและผอมลงเป็นจำนวนมาก ทำให้ผู้ป่วยวิตกกังวลมากยิ่งขึ้นเกี่ยวกับอาการเหล่านี้เมื่อต้องมารับเคมีบำบัดในครั้งต่อมา ในผู้ป่วยบางรายที่มีความวิตกกังวลสูงจึงส่งเสริมให้เกิดอาการคลื่นไส้และอาเจียนจากการคาดคะเน ประกอบกับการรักษาด้วยเคมีบำบัดเป็นการรักษาต่อเนื่องยาวนาน เมื่อผู้ป่วยต้องมารับการรักษาในแต่ละครั้ง และมีอาการไม่สบายจากการได้รับเคมีบำบัด ซึ่งความวิตกกังวลจึงเกิดเพิ่มมากยิ่งขึ้น จากผลการศึกษาพบว่า คะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มควบคุมภายหลังการให้เคมีบำบัดสูงกว่าก่อนการให้เคมีบำบัด ถึงแม้จะสิ้นสุดการให้เคมีบำบัดในแต่ละครั้งแล้วความวิตกกังวลของผู้ป่วยยังคงอยู่ ทั้งนี้เนื่องจากชนิดของเคมีบำบัดที่ผู้ป่วยมะเร็งเต้านมกลุ่มตัวอย่างได้รับเป็นยากลุ่มที่ทำให้เกิดอาการคลื่นไส้และอาเจียนเรื้อรังและผู้ป่วยกลุ่มนี้จะเป็นผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาในแผนผู้ป่วยนอก ดังนั้นหลังจากการได้รับยาเคมีบำบัดแล้วผู้ป่วยจะต้องกลับบ้านและมักเกิดความไม่สบายในขณะที่อยู่บ้าน ยิ่งผู้ป่วยคาดคะเนถึงอาการข้างเคียงที่เกิดจากเคมีบำบัดซึ่งทำให้ผู้ป่วยรู้สึกไม่สบาย จึงทำให้ระดับความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น และผู้ป่วยในกลุ่มนี้ได้รับการพยาบาลตามปกติจากเจ้าหน้าที่ประจำคลินิกเคมีบำบัด ซึ่งผู้ป่วยจะได้รับการดูแลปัญหาทางด้านร่างกายเป็นส่วนใหญ่

ส่วนปัญหาความวิตกกังวลที่เกิดจากการมารับการรักษาด้วยเคมีบำบัดอาจไม่ได้รับการแก้ไขอย่างจริงจัง ระดับความวิตกกังวลภายหลังได้รับเคมีบำบัดในกลุ่มควบคุมจึงไม่ลดลงซ้ำยังเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) (ตารางที่ 5)

ผลจากการศึกษาที่ได้แสดงให้เห็นว่าการฝึกการสร้างจินตภาพในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัดสามารถลดความวิตกกังวลภายหลังได้รับเคมีบำบัดได้ โดยช่วยเบี่ยงเบนความสนใจของผู้ป่วยออกจากเหตุการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล นอกจากนี้จากการสอบถามผู้ป่วยทุกรายพบว่า การสร้างจินตภาพเกิดผลดีต่อผู้ป่วยที่ศึกษาเพิ่มเติมคือ ทำให้อาการคลื่นไส้และอาเจียนจากการคาดคะเนของผู้ป่วยลดลง และยังส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถนอนหลับพักผ่อนได้ดีขึ้นอีกด้วย

#### ข้อสังเกตที่ได้จากการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ฝึกการสร้างจินตภาพให้กับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งหมด 22 ราย ในจำนวนนี้มี 9 รายที่ไม่สามารถฝึกการสร้างจินตภาพได้สำเร็จ ในเวลา 1 ชั่วโมง และมี 3 รายที่สามารถฝึกการสร้างจินตภาพได้สำเร็จ แต่ในวันที่ 8 ของการมารับเคมีบำบัดผู้ป่วยมีปริมาณเม็ดเลือดขาวต่ำมาก แพทย์ได้เลื่อนการรับเคมีบำบัดออกไปอีก 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยจึงได้ตัดผู้ป่วยทั้ง 12 ราย ออกจากการวิจัย สำหรับผู้ป่วยทั้ง 9 ราย ที่ไม่สามารถฝึกการสร้างจินตภาพได้สำเร็จ พบว่ามีอายุอยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย 5 ราย วัยผู้สูงอายุ 4 ราย ส่วนความรุนแรงของมะเร็งเต้านม พบว่าเป็นมะเร็งเต้านมระยะที่สอง 8 ราย ระยะที่สาม 1 ราย และมารับเคมีบำบัดครั้งที่สามมากที่สุด จำนวน 6 ราย และครั้งที่ห้าจำนวน 3 ราย ส่วนคะแนนความวิตกกังวลแบ่งส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 41 ถึง 50 คะแนน จำนวน 7 ราย และอยู่ในช่วง 51 ถึง 60 คะแนน 2 ราย มีสถานภาพสมรสคู่มากที่สุด 8 ราย และโสด 1 ราย ทางด้านระดับการศึกษามีความหลากหลาย ตั้งแต่ระดับประถมศึกษา จนถึงปริญญาโท นอกจากนี้ยังมีอาชีพที่หลากหลาย ตั้งแต่ข้าราชการ แม่บ้าน ค้าขาย และเกษตรกร

จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของผู้ป่วยทั้ง 9 ราย ขณะฝึกการสร้างจินตภาพ พบว่าผู้ป่วยมีอาการกระสับกระส่าย หายใจเร็ว คัดจมูก และอัตราการหายใจเร็วขึ้น ประมาณ 28-30 ครั้งต่อนาที และจากการสอบถามถึงความชัดเจนในการเห็นภาพบรรยากาศ พบว่าผู้ป่วยไม่สามารถใช้ความคิดสร้างภาพตามการชี้นำในเทปที่ผู้วิจัยจัดมาให้ รวมทั้งไม่สามารถจำเนื้อหาหรือรายละเอียดในเทปได้ แม้จะได้รับการฟังเทปหลายครั้ง ในการศึกษาครั้งนี้ต้องการทราบผลของการสร้าง จินตภาพจึงจำเป็นต้องตัดผู้ป่วยที่ไม่สามารถสร้างจินตภาพได้ออกจากการศึกษา