

การดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งเป็นภาระที่ก่อให้เกิดความเครียด ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งมีความเสี่ยงสูงในการเกิดความตึงเครียด ความกดดัน การรบกวนอารมณ์ ตลอดจนปัญหาสุขภาพ การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อสรุปหลักฐานเชิงประจักษ์เกี่ยวกับวิธีการช่วยเหลือผู้ดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง การสืบค้นข้อมูลกระทำอย่างเป็นระบบ เพื่อค้นหางานวิจัยทั้งที่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่และไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่ที่รายงานไว้ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 ถึง พ.ศ. 2549 ประเมินคุณภาพงานวิจัยโดยใช้แบบประเมินคุณภาพงานวิจัยเชิงทดลองที่พัฒนาโดยสถาบันโจแอนนาบริกส์ สกัดข้อมูลโดยใช้แบบสกัดข้อมูลที่พัฒนาโดยสถาบันโจแอนนาบริกส์ ผลการสืบค้นอย่างเป็นระบบพบงานวิจัยที่ศึกษาประสิทธิผลของวิธีการช่วยเหลือผู้ดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งทั้งหมด 25 เรื่อง งานวิจัยจำนวน 7 เรื่องถูกคัดออก เนื่องจากไม่สามารถเข้าถึงรายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ได้ งานวิจัยจำนวน 18 เรื่องผ่านเกณฑ์การคัดเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนด ซึ่งเป็นการศึกษาเชิงทดลองจำนวน 11 เรื่อง และแบบกึ่งทดลองจำนวน 7 เรื่อง ไม่มีงานวิจัยเชิงทดลองที่สามารถนำมาเปรียบเทียบกันได้มากกว่าสองเรื่องขึ้นไป ดังนั้นจึงใช้วิธีการสรุปเชิงเนื้อหาเพื่อบรรยายลักษณะของวิธีการและประสิทธิผลของวิธีการช่วยเหลือ

วิธีการช่วยเหลือผู้ดูแล สรุปได้เป็น 2 หมวด คือ หมวดแรกเป็นวิธีการที่มุ่งเน้นการส่งเสริมความสามารถในการดูแลผู้ป่วย และหมวดที่เป็นวิธีการที่มุ่งเน้นการส่งเสริมสุขภาพของผู้ดูแล งานวิจัยจำนวน 15 เรื่องรายงานประสิทธิผลของวิธีการส่งเสริมความสามารถของผู้ดูแลใน

การดูแลผู้ป่วย วิธีการได้แก่ การสนับสนุนความรู้และข้อมูล การฝึกทักษะ การให้คำปรึกษา และการสนับสนุนการแก้ไขปัญหา วิธีการช่วยเหลือเกือบทั้งหมดมีเนื้อหาสาระที่คล้ายคลึงกัน โดยครอบคลุมการดูแลสำหรับผู้ป่วยโรคมะเร็ง มีการวัดผลลัพธ์ที่แตกต่างกันออกไป ได้แก่ การเพิ่มความสามารถในการดูแล ลดความตึงเครียด ลดปฏิริยาการตอบสนองด้านลบจากการจัดการกับอาการ ลดความรู้สึกเป็นภาระ เพิ่มสมรรถนะแห่งตน และเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ดูแล

งานวิจัยจำนวน 3 เรื่อง ศึกษาวิธีการส่งเสริมสุขภาพของผู้ดูแล โดยงานวิจัย 1 เรื่อง เปรียบเทียบประสิทธิผลของการสัมผัสและการนัดต่อความวิตกกังวล ความซึมเศร้า และความเหนื่อยล้า ผลการวิจัยพบว่า การสัมผัสไม่มีผลต่อผลลัพธ์ดังกล่าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่การนัดให้ประสิทธิผลอย่างมีนัยสำคัญ งานวิจัยเรื่องที่ 2 ศึกษาประสิทธิผลของกิจกรรมการสร้างสรรค์งานศิลปะต่อความเครียด ความวิตกกังวล และผลกระทบทางจิตอารมณ์ด้านลบในผู้ดูแล ผลการวิจัยแสดงผลลัพธ์ที่ดีของวิธีการช่วยเหลือต่อผลลัพธ์เหล่านี้ งานวิจัยเรื่องสุดท้าย รายงานผลของการส่งเสริมการนอนหลับโดยการฝึกการผ่อนคลาย การให้ความรู้เกี่ยวกับวงจรการนอนหลับ และการจัดการเกี่ยวกับวงจรมีกิจกรรมและการพักผ่อน ผลการวิจัยแสดงผลอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติต่อคุณภาพการนอนหลับ ความซึมเศร้า และคุณภาพชีวิต

การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบครั้งนี้ให้หลักฐานเชิงประจักษ์เกี่ยวกับวิธีการช่วยเหลือด้านการส่งเสริมความสามารถในการดูแลผู้ป่วย และวิธีการส่งเสริมสุขภาพของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง องค์ประกอบหลักของวิธีการช่วยเหลือ ประกอบด้วย การดูแลที่ครอบคลุมและเป็นแบบองค์รวม การเรียนรู้จากการปฏิบัติ และการติดตามสนับสนุนเป็นระยะ การฝึกการผ่อนคลาย การนัดและกิจกรรมการสร้างสรรค์งานศิลปะสามารถใช้เป็นวิธีการลดความเครียด ความวิตกกังวล ความเหนื่อยล้า และความตึงเครียดด้านอารมณ์ในผู้ดูแล ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษารั้งต่อไปควรมีการวิจัยซ้ำและทดสอบวิธีการช่วยเหลือรูปแบบใหม่

Providing care for a cancer patient is a stressful task. Caregivers of cancer patients are at risk of having higher levels of tension, depression, mood disturbance, as well as health problems. This systematic review aimed to summarize the best available evidence on helping methods for caregivers of cancer patients. A systematic search was undertaken to identify both published and unpublished studies from 1997 to 2006. The Study Appraisal Form for experimental study developed by the Joanna Briggs Institute was used to appraise the studies. Data was extracted by using the Data Extract Form developed by the Joanna Briggs Institute. The systematic search identified a total of 25 studies evaluating the effects of interventions in helping caregivers of cancer patients. Seven studies were excluded because of inaccessibility to full text. Eighteen studies met the review inclusion criteria, of which 11 were RCTs and 7 quasi-experimental studies. No two or more comparable RCTs were identified, thus, the results were narrative summarized to describe the characteristics of helping interventions and determine the effectiveness of those interventions.

Methods of helping caregivers were summarized into 2 categories. The first category of helping method focused on promoting patient care ability and the second focused on promoting health of caregivers. Fifteen studies reported the effects of interventions on promoting patient care

ability among caregivers which included knowledge and informational support, skill training, counseling, and problem solving support. Almost all interventions focused on similar contents regarding comprehensive care for cancer patients and different outcomes of interventions were reported among those studies. These included increased level of care ability, decreased tension, decreased negative response in symptom management, decreased perceived care burden, increased self-efficacy, and increased quality of life.

Three quasi-experimental studies focused on promoting health of caregivers. One study compared effects of massage therapy and healing touch on anxiety, depression, and fatigue of caregivers. The results showed non-significant effect for touch therapy, while significant effects for massage therapy. The second study compared effects of the creative art intervention on stress, anxiety, and positive psychological effect. The results revealed significant effects of this helping method on these outcomes. The last study reported the effect of sleep promotion through relaxation training, providing knowledge about sleep cycle, and activity-rest circle management. The results revealed no statistical significant effects on quality of sleep, depression, and quality of life.

This systematic review suggests available evidence on helping methods for promoting patient care ability and promoting health among caregivers of cancer patients. The core components of helping methods include comprehensive and holistic care, learning from practice, and continuous follow up and support. Relaxation training, massage therapy and creative art intervention can be used as intervention in relieving stress, anxiety, fatigue, and emotional depression among caregivers. Further study is suggested in terms of replication and testing new interventions of helping methods.