

รูปแบบกิจกรรมพื้นฟูสุขภาพกายและจิตใจของผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาโรคถุงลมโป่งพอง

ในโรงพยาบาลปัตตานี อ.ปัตตานี จ.บุรีรัมย์

ละมัย บุราษรัมย์, พย.บ.¹

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) ที่ประยุกต์ใช้การ PAOR (Plan-Act-Observe-Reflect) มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความต้องการจำเป็นในการพัฒนากิจกรรมพื้นฟูสุขภาพ ให้กับผู้ป่วยโรคถุงลมโป่งพอง 2) พัฒนารูปแบบกิจกรรมพื้นฟูสุขภาพกายและจิตใจของผู้ป่วยโรคถุงลมโป่งพอง 3) ประเมิน สถานการณ์ด้านสุขภาพกายและจิตใจของผู้ป่วยโรคถุงลมโป่งพองหลังการใช้รูปแบบกิจกรรม และ 4) เปรียบเทียบสุขภาพกาย และจิตใจของผู้ป่วยโรคถุงลมโป่งพองก่อนและหลังการใช้รูปแบบกิจกรรมพื้นฟูสุขภาพในโรงพยาบาลปัตตานี อำเภอปัตตานี จังหวัดบุรีรัมย์ กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย 3 กลุ่ม ได้แก่ 1) พยาบาลและบุคลากรทางการแพทย์ จำนวน 10 คน 2) ผู้ป่วยโรคถุงลมโป่งพองสำหรับศึกษาความต้องการจำเป็น จำนวน 103 คน และ 3) ผู้ป่วยโรคถุงลมโป่งพองสำหรับทดลองใช้รูปแบบ กิจกรรม จำนวน 34 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามความต้องการจำเป็น แบบประเมินรูปแบบกิจกรรม และ แบบประเมินสถานการณ์สุขภาพ ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 คน มีค่า IOC ระหว่าง 0.66–1.00 และค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.826 และ 0.802 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติเชิงพรรณนา (ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน) ค่าดัชนี PNI modified และสถิติเชิงอนุมาน (Paired t-test) วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ผลการศึกษาพบว่า 1) ความต้องการจำเป็นในการพัฒนากิจกรรมพื้นฟูสุขภาพ 3 ลักษณะ ได้แก่ การจัด กิจกรรมสันทนาการเพื่อคลายความเครียด (PNI = 0.634) การมองร่างกายให้กับผู้ป่วยที่ดูแลสุขภาพดี (PNI = 0.563) และการ บริหารกล้ามเนื้อแขนและขา (PNI = 0.517) ตามลำดับ 2) รูปแบบกิจกรรมพื้นฟูสุขภาพ "ปัตตานี-แคร์ โมเดล" (Pakham CARE Model) ที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วย 4 รูปแบบ ได้แก่ กิจกรรมส่งเสริมโภชนาการเพื่อระบบทางเดินหายใจ ($\bar{X} = 4.27$, S.D. = 0.55) กิจกรรมส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ($\bar{X} = 4.23$, S.D. = 0.51) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางจิตวิญญาณและจิตใจ ($\bar{X} = 4.19$, S.D. = 0.53) และกิจกรรมสร้างแรงจูงใจและความสัมพันธ์ทางสังคม ($\bar{X} = 4.18$, S.D. = 0.46) โดยทั้ง 4 รูปแบบได้รับการ ประเมินในระดับมากทั้งหมด 3) สถานการณ์ด้านสุขภาพกายและจิตใจของผู้ป่วยหลังการใช้รูปแบบกิจกรรมโดยรวมอยู่ใน ระดับมาก ($\bar{X} = 3.77$, S.D. = 0.66) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า สุขภาพจิตใจมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 3.80$, S.D. = 0.42) รองลงมาคือสุขภาพกาย ($\bar{X} = 3.75$, S.D. = 0.90) และ 4) ผู้ป่วยมีคะแนนสุขภาพกายและจิตใจหลังการใช้รูปแบบกิจกรรม พื้นฟูสุขภาพสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยสุขภาพจิตใจมีการพัฒนาสูงกว่า สุขภาพกาย สรุปได้ว่า รูปแบบกิจกรรมพื้นฟูสุขภาพที่พัฒนาขึ้นเป็นวัตถุประสงค์ที่มีประสิทธิผลและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ใน โรงพยาบาลชุมชนหรือพื้นที่ชนบทที่มีทรัพยากรากด้ได้ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของชุมชนและการดูแลแบบองค์รวม

คำสำคัญ : การพื้นฟูสมรรถภาพปอด, โรคปอดอักเสบ, โรคถุงลมโป่งพอง

¹ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ, โรงพยาบาลปัตตานี อ.ปัตตานี จังหวัดบุรีรัมย์, E-mail: lamairita144@gmail.com

Physical and Mental Health Rehabilitation Activities for Patients Receiving Treatment for Emphysema at Pakham Hospital, Pakham District, Buriram Province

Lamai Poosaram, RN.¹

Abstract

This participatory action research (PAR) applied the PAOR cycle (Plan-Act-Observe-Reflect) with the following objectives: 1) to study the needs for developing health rehabilitation activities for emphysema patients, 2) to develop a physical and mental health rehabilitation activity model for emphysema patients, 3) to assess the physical and mental health status of emphysema patients after using the activity model, and 4) to compare the physical and mental health of emphysema patients before and after using the health rehabilitation activity model at Pakham Hospital, Pakham District, Buriram Province. The research samples consisted of three groups: 1) 10 nurses and medical personnel, 2) 103 emphysema patients for needs assessment, and 3) 34 emphysema patients for the activity model trial. Research instruments included needs assessment questionnaires, activity model evaluation forms, and health status assessment forms, which were validated for content validity by three experts with IOC values ranging from 0.66 to 1.00 and reliability coefficients of 0.826 and 0.802, respectively. Quantitative data were analyzed using descriptive statistics (frequency, percentage, mean, and standard deviation), the PNI modified index, and inferential statistics (paired t-test). Qualitative data were analyzed using content analysis.

The findings revealed that 1) the top three needs for developing health rehabilitation activities were recreational activities for stress relief (PNI = 0.634), reward activities for patients with good health maintenance (PNI = 0.563), and arm and leg muscle exercises (PNI = 0.517), respectively. 2) The developed "Pakham CARE Model" health rehabilitation activity model consisted of four components: nutritional promotion activities for the respiratory system ($\bar{X} = 4.27$, S.D. = 0.55), physical fitness promotion activities ($\bar{X} = 4.23$, S.D. = 0.51), spiritual and mental wellness promotion activities ($\bar{X} = 4.19$, S.D. = 0.53), and motivation and social relationship building activities ($\bar{X} = 4.18$, S.D. = 0.46), with all four components evaluated at a high level. 3) The overall physical and mental health status of patients after using the activity model was at a high level ($\bar{X} = 3.77$, S.D. = 0.66). When examined by dimension, mental health had the highest mean score ($\bar{X} = 3.80$, S.D. = 0.42), followed by physical health ($\bar{X} = 3.75$, S.D. = 0.90). 4) Patients had significantly higher physical and mental health scores after using the health rehabilitation activity model compared to before using it ($p < 0.05$), with mental health showing greater improvement than physical health. In conclusion, the developed health rehabilitation activity model is a scalable and effective innovation suitable for implementation in community hospitals and resource-limited rural settings, prioritizing community participation and holistic care delivery.

KEYWORDS : pulmonary rehabilitation, pneumonia, emphysema

¹ Professional Nurse, Pakham Hospital, Pakham District, Buriram Province, E-mail: lamairita144@gmail.com