

ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองผ่านระบบบริการสุขภาพทางไกลต่อพฤติกรรมการจัดการตนเอง คุณภาพชีวิตและการเคลื่อนไหวของมือในผู้ป่วยโรคหนังแข็ง

อรทัย วันทา

โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ที่มา (794 คำ)

คลินิกโรคหนังแข็งมีผู้ป่วยมาใช้บริการประมาณ 500 รายต่อปี โรคหนังแข็งส่งผลให้มือและข้อนิ้วมียึดติดอาจเกิดรูปพิการของมือ ทำให้การเคลื่อนไหวของมือลำบากพบปัญหาร้อยละ 30 ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน ความเย็นทำให้อาการรุนแรงขึ้นมีการศึกษาพบว่าการบริหารมืออย่างถูกต้องและต่อเนื่องรวมทั้งการบำบัดด้วยความร้อนช่วยให้อาการเคลื่อนไหวและการทำหน้าที่ของมือดีขึ้น ทำกิจวัตรได้เองและลดการพึ่งพาผู้อื่น การนำแนวคิดการจัดการตนเองมาใช้ทำให้ผู้ป่วยเริ่มสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและมีคุณภาพชีวิตที่ดี ผู้วิจัยจึงพัฒนาโปรแกรมการจัดการตนเองในผู้ป่วยหนังแข็งตามแนวคิดของนางลักษณ์ เมธากาญจนศักดิ์ โปรแกรมใช้เวลา 6 สัปดาห์ ประกอบด้วย การให้ข้อมูลฯ มีคู่มือการจัดการตนเองและคลิปบริหารมือและข้อต่อร่วมกับการสอนผ่านระบบบริการสุขภาพทางไกลโดยการติดตามทางโทรศัพท์เพื่อสอบถามปัญหา ทบทวนการปฏิบัติและให้กำลังใจ

วัตถุประสงค์ (179 คำ)

เพื่อประเมินผลของโปรแกรมการจัดการตนเองผ่านระบบบริการสุขภาพทางไกลต่อพฤติกรรมการจัดการตนเอง คุณภาพชีวิตและการเคลื่อนไหวของมือในผู้ป่วยโรคหนังแข็ง

ระเบียบวิธีวิจัย (798 คำ)

เป็นวิจัยแบบ RCT คำนวณและคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด เป็นผู้ป่วยที่มีการเคลื่อนไหวของมือจำกัดจากการประเมิน Hand Mobility in scleroderma (HAMIS) คะแนน ≥ 1 ไม่มีปัญหาสายตาและการรับรู้รู้สึก มือไม่มีแผลติดเชื้อ คัดออกหากมี severe contracture HAMIS คะแนน ≥ 27 หลังผ่านจริยธรรม แบ่งผู้ป่วยเป็น 3 กลุ่มๆ ละ 24 ราย สุ่มจากคอมพิวเตอร์ส่วนกลางของคลินิกวิจัยแบบ block of six กลุ่ม 1 เป็นกลุ่มควบคุม กลุ่ม 2 ได้รับโปรแกรมการจัดการตนเองโดยได้รับคู่มือการจัดการตนเองและคลิปบริหารมือ กลุ่ม 3 ได้โปรแกรมฯ เหมือนกลุ่ม 2 และมีการติดตามทางโทรศัพท์สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 5 ครั้ง ทั้ง 3 กลุ่มให้บริหารมือวันละ 1 ครั้ง รวม 5 ครั้ง และให้บันทึกการบริหารมือทุกวัน ประเมินผลลัพธ์ 6 สัปดาห์โดยผู้ที่ไม่ทราบกลุ่มของผู้เข้าร่วมวิจัย เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่าง 3 กลุ่มโดย Kruskal-Wallis test

ผลวิจัย (775 คำ)

จากผู้เข้าร่วมโครงการ 72 คน มี 70 คนที่เข้าตามเกณฑ์ สุ่มแบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่ม 1 เป็นกลุ่มควบคุมจำนวน 22 คน อีก 2 คนมีแผลอักเสบที่มือถูกคัดออกก่อนจบโครงการ กลุ่ม 2 ได้โปรแกรมการจัดการตนเองและคลิปบริหารมือ 24 คน และกลุ่ม 3 ได้โปรแกรมการจัดการตนเอง คลิปบริหารมือและติดตามทางโทรศัพท์ 24 คน ทั้งสามกลุ่มอายุเฉลี่ย 55.9 ± 9.9 ปี ส่วนใหญ่เป็นชนิดหนังแข็งกระจายร้อยละ 79.2 ติดตามที่ 6 สัปดาห์ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม พบว่ากลุ่ม 3 มีพฤติกรรม自我管理 ด้านป้องกันการบาดเจ็บและการปรับอุปกรณ์ให้จับถนัดมือ ($p=0.014, p=0.023$) และแรงกำมือทั้ง 2 ข้าง ($p=0.028, 0.044$) ดีขึ้นกว่ากลุ่ม 1 และ 2 อย่างมีนัยสำคัญ คุณภาพชีวิตกลุ่ม 2 และ 3 ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ($p<0.002, p<0.0005$) สรุปได้ว่า โปรแกรมการ

จัดการตนเองผ่านระบบบริการสุขภาพทางไกล ทำให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการจัดการตนเอง การเคลื่อนไหวของมือและคุณภาพชีวิตดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

การนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์ (389 คำ)

คู่มือการจัดการตนเองและคลิปปริหารมือได้จัดทำเป็น QRcode ให้ผู้ป่วยนำไปปฏิบัติตามได้อย่างต่อเนื่อง ทำให้การเคลื่อนไหวมือและการทำกิจวัตรประจำวันได้ดีขึ้นร้อยละ 80 ผู้วิจัยร่วมกับทีมสหสาขาวิชาชีพจัดทำเป็นแนวปฏิบัติในการดูแลผู้ป่วยโรคหนังแข็งและนำไปใช้ในคลินิกขยายผลไปใช้ในโรงพยาบาลเครือข่ายทั้งในและต่างประเทศ ผลงานวิจัยนำเสนอที่ประชุมสมาคมรูมาติสซั่มแห่งประเทศไทยแล้วและกำลังจะตีพิมพ์วารสาร

บทเรียนที่ได้รับ (381 คำ)

โปรแกรมการจัดการตนเองผ่านระบบบริการสุขภาพทางไกลในผู้ป่วยโรคหนังแข็ง มีคลิปปริหารมือทำให้ผู้ป่วยฝึกตามได้ง่าย และการติดตามทางโทรศัพท์ทำให้พยาบาลเข้าใจปัญหาผู้ป่วยและช่วยแก้ไขได้ทันทีและถูกต้อง อุปกรณ์ที่ใช้ประเมิน HAMIS ที่ผู้วิจัยดัดแปลงเป็นวัสดุที่หาง่ายเช่น ดินสอ หลอดด้ายและท่อพีวีซี ทำให้นักกายภาพบำบัดและพยาบาลทั้งในและนอกโรงพยาบาลใช้เป็นเครื่องมือประเมินและติดตามผู้ป่วยโรคหนังแข็งได้ตรงกัน

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ (400 คำ)

การดูแลผู้ป่วยโรคหนังแข็งในโรงพยาบาลโดยใช้โปรแกรมการจัดการตนเองผ่านระบบบริการสุขภาพทางไกล ทำให้ผู้ป่วยเข้าใจวิธีการจัดการตนเองและประเมินผลว่าการใช้มือดีขึ้นโดยใช้วัสดุที่หาง่ายที่ชุมชนส่งผลให้ผู้ป่วยทำกิจวัตรประจำวันใกล้เคียงกับชีวิตปกติและทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น นอกจากนี้หน่วยงานมีระบบสนับสนุนทั้งการอบรมการให้ทุนวิจัยรวมทั้งมีพี่เลี้ยงคอยดูแลช่วยเหลือจนทำให้สามารถพัฒนางานประจำเป็นวิจัยสำเร็จ

การสนับสนุนที่ได้รับจากผู้บริหารหน่วยงาน/องค์กร

การสนับสนุนเชิงนโยบาย	ผู้บริหารและองค์กร สนับสนุนการทำวิจัยในหน่วยงาน
การสนับสนุนงบประมาณ	ทุนกลุ่มวิจัยโรคหนังแข็ง คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ให้คำปรึกษา	คณาจารย์ในอนุสาขาโรคข้อและรูมาติสซั่ม สาขาวิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
จัดอบรมให้ความรู้ในหน่วยงาน	มีการจัดอบรม R2R
ส่งอบรมเพิ่มความรู้นอกหน่วยงาน	มีอบรมวิชาการสมาคมโรคข้อและรูมาติสซั่มแห่งประเทศไทย และอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยนี้เกี่ยวข้องกับผู้ป่วย	โรคหนังแข็ง (Systemic sclerosis; Scleroderma)
---------------------------------	---

ประเด็นหลัก	การบริการผู้ป่วยในโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ
-------------	--

คำสำคัญ	โรคหนังแข็ง การบริหารมือ การจัดการตนเอง การบริการสุขภาพทางไกล
---------	---

งานวิจัยเป็นนวัตกรรมหรือไม่	ไม่เป็น
-----------------------------	---------

คุณอำนวย	นางสาวพรนิภา หาญละคร
----------	----------------------