

งานมหกรรมคุณภาพ โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า ประจำปี พ.ศ.2565

1. ชื่อผลงาน/โครงการพัฒนา/งานนวัตกรรม : โครงการส่งเสริมศักยภาพการดูแลตนเองในผู้ป่วยวัยรุ่นที่มีโรคเรื้อรัง

2. คำสำคัญ : ส่งเสริมศักยภาพการดูแลตนเอง, ผู้ป่วยวัยรุ่น

3. สรุปผลงานโดยย่อ : จากการดำเนินงานตามแผนในระยะเวลา 1 ปี กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังอายุ > 12 ปีที่มีปัญหาพฤติกรรมในการดูแลตนเองและไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำในการรักษาและการพยาบาลที่เข้ารับการรักษาในหอผู้ป่วยกุมารเวช 4 จำนวน 22 ราย จากการประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นโดยใช้แบบประเมิน (CES-D) พบผู้ป่วยมีภาวะซึมเศร้า 1 ราย ผลการดำเนินงานตามแผนผู้ป่วยมีความวิตกกังวลลดลง สามารถดูแลตนเอง บอกวิธีการรับประทานยาและการปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง ให้ร่วมมือในการพยาบาลเมื่อต้องทำหัตถการ คิดเป็นร้อยละ 90.9 ประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรม แบบสอบถามที่ให้ผู้ปกครองนำไปประเมินต่อบ้าน คิดเป็นร้อยละ 90.9 บรรลุเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของโครงการ ที่ผู้ป่วยสามารถนำศักยภาพที่มีมาดูแลตนเองได้อย่างถูกต้องส่งผลให้การ Re - Admit ด้วยสาเหตุการปฏิบัติตัวไม่ถูกต้องเป็น 0

4. หน่วยงานเจ้าของผลงาน : หอผู้ป่วยกุมารเวช 4

5. ชื่อนามสกุลสมาชิกในทีม :

ชื่อเจ้าของผลงาน : ร.อ.หญิง วราภรณ์ รัตนวงศ์เวที พยาบาลหอผู้ป่วยกุมารเวช 4

ที่ปรึกษาโครงการ : พ.ท.หญิง ธัญญา อรรถจริยา หัวหน้าหอผู้ป่วยกุมารเวช 4

6. ปัญหาและสาเหตุโดยย่อ :

จากสถานการณ์โควิด-19 ที่ผ่านมา หอผู้ป่วยกุมารเวช 4 ต้องให้การดูแลผู้ป่วยอายุเด็กที่มีอายุมากกว่า 9 ปีขึ้นไป โดยเริ่มตั้งแต่เดือน พ.ค.64 เป็นต้นมา จากการเก็บข้อมูลพบว่าในระยะเวลา 5 เดือน (พ.ค. ถึง ก.ย.64) มีผู้ป่วยช่วงอายุมากกว่า 12 ปี จำนวน 5 รายที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง Re-Admit ด้วยสาเหตุเดิม เช่น ผู้ป่วยมีปัญหาการรับประทานยาไม่สม่ำเสมอและปฏิบัติตัวไม่ถูกต้อง มีความเครียด ความวิตกกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์ที่ต้องรับประทานยาหากต้องรับประทานยาช่วงกลางวันโรงเรียน เป็นเพศหญิงจำนวน 3 รายจาก 11 รายที่ Re-Admit 3 ครั้ง เพศชาย 3 ราย โดยมี 2 ราย Re - Admit 2 ครั้ง ในเวลา 4 เดือน ซึ่งช่วงวัยนี้เป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับภาพลักษณ์ของตนเอง รู้สึกแปลกแยกต่างไปจากกลุ่มเพื่อน วิตกกังวลถึงโรงเรียนเมื่อเข้ารับการรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาล รวมทั้งครอบครัวหรือผู้ดูแลมีความเครียดสะสมในการเจ็บป่วยของผู้ป่วยด้วยข้อจำกัดเรื่องเวลา การทำงาน สภาพการเงินของครอบครัว ส่งผลให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นภาระ

ของครอบครัว ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดลง เกิดความท้อแท้ เพิกเฉยและไม่เห็นความสำคัญของการรับประทานยาและการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องและเหมาะสมกับโรค แต่วัยนี้เป็นช่วงที่มีการรับรู้ มีศักยภาพดูแลตนเองช่วยเหลือตนเองได้ หากได้รับการเสริมแรง ฝึกฝนและส่งเสริม จึงนำมาสู่การดำเนินโครงการส่งเสริมศักยภาพการดูแลตนเองในผู้ป่วยกลุ่มนี้เพื่อการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม โดยใช้ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตของวัยรุ่นเพื่อผู้ป่วยเกิดความไว้วางใจทำให้รับรู้และเข้าถึงปัญหาได้ถูกต้อง จากนั้นใช้หลักการให้คำปรึกษา ให้ผู้ป่วยเสนอวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับตนเองด้วยเทคนิค Evidence Base CBT (cognitive behavioral therapy) และหลัก 4P (Predisposing Factors / Precipitating Factors / Perpetuating Factors / Protective Factors) เพื่อให้ผู้ป่วยเห็นถึงศักยภาพที่ตนเองมีและเสริมแรงจิตใจทางบวกสะท้อนจุดแข็งของตนเองให้ผู้ป่วยได้รับรู้ รวมทั้งวิธีการชมเชยและให้รางวัลที่เหมาะสมตามช่วงวัย ให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นและให้ความร่วมมือในการรักษาและการพยาบาลต่อไป

7. เป้าหมายของโครงการ :

1. ผู้ป่วยให้ความร่วมมือในการรักษาและการพยาบาล ร้อยละ 90
2. ผู้ป่วยสามารถบอกวิธีการจัดยา บอกเวลาในการรับประทานยา และการปฏิบัติตัวได้ถูกต้องตามโรคที่ผู้ป่วยเป็น ร้อยละ 90
3. ผู้ป่วยมีศักยภาพในการดูแลตนเอง สามารถบอกศักยภาพและจุดแข็งที่ตนเองมี เพื่อเป็นแรงเสริมทางบวกของผู้ป่วย โดยพยาบาลสังเกตพฤติกรรมก่อนผู้ป่วยกลับบ้าน ร้อยละ 90
4. ผู้ป่วยมีศักยภาพในการดูแลตนเอง โดยผู้ปกครองหรือผู้ดูแลสังเกตพฤติกรรมตามแบบประเมินการดูแลตนเอง ร้อยละ 90
5. อัตราการ Re-admit ด้วยสาเหตุเดิม คิดเป็นร้อยละ 0

8. กิจกรรมพัฒนา :

1. ชักประวัติ พูดคุยทำความเข้าใจกับผู้ป่วยโดยใช้ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตวัยรุ่น สร้างความไว้วางใจเพื่อให้ผู้ป่วยเปิดใจระบายความวิตกกังวล บอกเล่าปัญหาของตนเองหรือครอบครัวที่ส่งผลต่อการรับประทานยาและการรักษา
2. ใช้หลักการให้คำปรึกษาเพื่อสะท้อนถึงปัญหาที่มีร่วมกัน
3. ใช้หลัก Evidence Base CBT (cognitive behavioral therapy) หรือ 4P (Predisposing Factors / Precipitating Factors / Perpetuating Factors / Protective Factors) ให้ผู้ป่วยเห็นถึงจุดแข็งที่ตนเองมีเพื่อใช้เป็นแรงเสริมศักยภาพในการดูแลตนเอง

4. ให้ผู้ป่วยเสนอวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับตนเอง พุดคุยทำข้อตกลงในการแก้ปัญหาร่วมกัน โดยมีพยาบาลและญาติผู้ดูแลเสริมแรงทางบวกเพื่อเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

5. ให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการดูแลตนเอง

5.1 เมื่อแจกยา ใช้การสอบถามว่ายาที่ผู้ป่วยรับประทานในมือนั้นครบหรือไม่

5.2 ให้ผู้ป่วยจัดยาเองโดยมีพยาบาลอยู่ด้วย

5.3 ชมเชยเมื่อผู้ป่วยปฏิบัติได้ถูกต้องและให้ความร่วมมือในการพยาบาล

6. ก่อนผู้ป่วยกลับบ้าน ใช้วิธีการตั้งนาฬิกาปลุกที่โทรศัพท์มือถือของผู้ป่วย รวมทั้งให้ผู้ป่วยถ่ายภาพยาที่ต้องรับประทานในแต่ละเวลาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเมื่อผู้ป่วยจัดยารับประทานที่บ้าน

7. พยาบาลประเมินศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโดยการสังเกตจากพฤติกรรม ก่อนผู้ป่วยกลับบ้าน

8. ให้ผู้ปกครองหรือผู้ดูแล ประเมินโดยการสังเกต สอบถามผู้ป่วยและบันทึกในแบบประเมินการดูแลตนเองของผู้ป่วยเมื่ออยู่บ้าน สัปดาห์ละ 1 ครั้ง และนำมาให้พยาบาลที่หอผู้ป่วยกุมาร 4 เมื่อมาตรวจครั้งต่อไป

9. การประเมินผลการเปลี่ยนแปลงและผลลัพธ์ :

จำนวนผู้ป่วยเด็กทั้งหมด 22 ราย เพศชาย 8 คน เพศหญิง 14 คน

1. ผู้ป่วยทั้ง 22 คน สามารถปรับตัวต่อการเจ็บป่วย มีปฏิสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่หอผู้ป่วย เห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ สามารถดูแลตนเอง และให้ความร่วมมือในการรักษาและการพยาบาล คิดเป็นร้อยละ 100

2. จำนวนผู้ป่วยที่สามารถจัดยารับประทานเอง บอกเวลาในการรับประทานยาได้ถูกต้องและบอกการปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง 20 คน คิดเป็นร้อยละ 90.9

3. คะแนนผลการประเมินศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโดยการสังเกตจากพฤติกรรม ประเมินโดยพยาบาลก่อนผู้ป่วยกลับบ้านจำนวนผู้ป่วยที่สามารถบอกศักยภาพและจุดแข็งที่ตนเองมีเพื่อเป็นแรงเสริมทางบวกในการดูแลตนเอง ผ่านทุกหัวข้อในแบบประเมิน จำนวน 20 ราย คิดเป็นร้อยละ 90.9

4. ผู้ปกครองประเมินความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยขณะอยู่ที่บ้าน ที่ผู้ปกครองให้ความร่วมมือและผู้ผู้ป่วยปฏิบัติได้ครบตามหัวข้อประเมิน จำนวน 20 ราย คิดเป็นร้อยละ 90.9

5. การ Re-admit ด้วยเรื่องการปฏิบัติตนไม่ถูกต้อง เช่นไม่รับประทานยา ไม่จำกัดน้ำและอาหาร คิดเป็นร้อยละ 0

10. บทเรียนที่ได้รับ :

1. ปัญหาที่พบระหว่างการดำเนินการผู้ปกครองในผู้ป่วยบางรายมีความคิดเชิงลบต่อการเจ็บป่วยของผู้ป่วย ไม่ช่วยเสริมแรงทางบวก แต่หลังจากได้ทำการพูดคุยโดยใช้หลักการให้คำปรึกษากับผู้ปกครอง ทำให้ปรับความคิด ความเข้าใจที่มีต่อการเจ็บป่วยของผู้ป่วย สามารถช่วยเสริมแรงทางบวกให้กับผู้ป่วย รู้สึกถึงการมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น

2. ควรเพิ่มการพูดคุยทำความเข้าใจและผู้ปกครอง เพื่อระบายความวิตกกังวลก่อนเริ่มปรับพฤติกรรมของผู้ป่วย

3. ผู้ป่วยเด็กอายุตั้งแต่ 12 ปีขึ้นไป เป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ดังนั้นการดูแลรักษาในผู้ป่วยกลุ่มนี้ จำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยดังกล่าว กิจกรรมการเพิ่มศักยภาพการดูแลตนเองในผู้ป่วยวัยรุ่นที่มีโรคเรื้อรัง ถือเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถปรับตัว และดูแลตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นการเพิ่มความสำเร็จในการรักษา

11. ติดต่อทีมงาน : ร.อ.หญิง วราภรณ์ รัตนวงศ์เวที หอผู้ป่วยกุมารเวช 4 (94125)

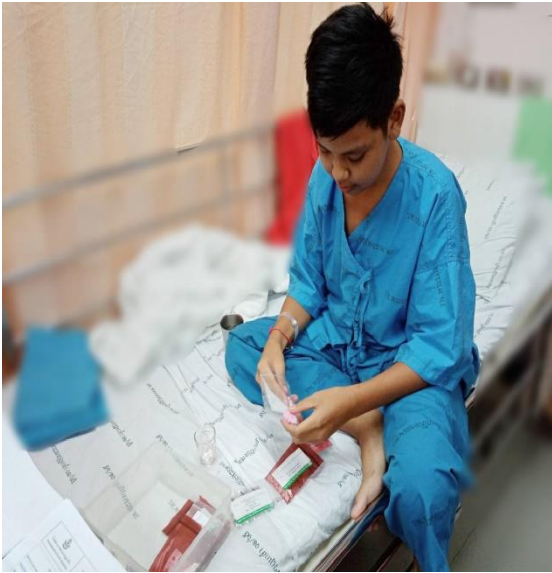
ภาคผนวก

แบบประเมินศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโดยการสังเกตจากพฤติกรรม
ประเมินโดยพยาบาลก่อนผู้ป่วยกลับบ้าน

หัวข้อการประเมิน	พฤติกรรม	
	ใช่	ไม่ใช่
1. ผู้ป่วยบอกชื่อยา วิธีการใช้และเวลารับประทานยาได้ถูกต้อง		
2. ผู้ป่วยมีปฏิสัมพันธ์และให้ความร่วมมือในการพยาบาล		
3. ผู้ป่วยบอกจุดแข็ง เห็นคุณค่า มีความภาคภูมิใจในตนเอง		
4. ผู้ป่วยบอกข้อควรปฏิบัติตัวที่เหมาะสมกับการเจ็บป่วยได้ถูกต้อง		
5. ผู้ป่วยสามารถบอกวิธีการแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างเหมาะสม		
6. ผู้ป่วยมีสีหน้าหรืออาการวิตกกังวลลดลง เมื่อรับรู้ว่ามีนัดมารักษาในโรงพยาบาลครั้งต่อไป		

แบบประเมินการดูแลตนเองของผู้ป่วยเมื่ออยู่บ้าน โดยผู้ปกครองสังเกตจากพฤติกรรม
บันทึกสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

หัวข้อการประเมิน	พฤติกรรม	
	ปฏิบัติได้ >3 ครั้ง ต่อสัปดาห์	ปฏิบัติได้ < 3 ครั้ง ต่อสัปดาห์
1. ผู้ป่วยรับประทานยาครบ ถูกต้อง ตรงตามเวลา		
2. ผู้ป่วยมีความรับผิดชอบต่อการดูแลตนเอง		
3. ผู้ป่วยรับประทานอาหาร ดื่มน้ำได้ถูกต้องคำแนะนำที่ได้รับ		
4. ผู้ป่วยสามารถบอกวันนัดมาตรวจครั้งต่อไปได้		
5. ผู้ป่วยมีวิธีแก้ปัญหา การจัดการอารมณ์ พฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสม		



นาฬิกาปลุก	นาฬิกา	จับเวลา	ตัวจับเวลา
07:30น. ปลุก			<input checked="" type="checkbox"/>
18:00น. ปลุก			<input checked="" type="checkbox"/>
20:00น. ปลุก			<input checked="" type="checkbox"/>

ให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการดูแลตนเอง โดยให้ผู้ป่วย
จัดยารับประทานในแต่ละมือเอง โดยมีพยาบาลดูแล

ร่วมกันกำหนดเวลาและให้ผู้ป่วยตั้งเวลาใน
โทรศัพท์ เพื่อรับประทานยาเองในแต่ละมือ



บันทึกภาพยาในแต่ละมือ เพื่อทบทวน ตรวจสอบความถูกต้อง