

ดูแลกาย รักษาใจ เสริมสร้างภาพลักษณ์การมีชีวิตร่วมกับถุงทวารเทียม

Take care of your body, take care of your mind, enhance perceive self-image
among people living with colostomy

สรุปผลงานโดยย่อ :

จากสภาพการณ์ที่ผ่านมา หอผู้ป่วยในศัลยกรรม มีผู้ป่วยมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักที่ต้องได้รับการผ่าตัดทวารเทียมทางหน้าท้อง หรือการผ่าตัดเปิดลำไส้ใหญ่ออกทางหน้าท้อง (Colostomy) นับเป็นหนึ่งในการรักษามะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักที่ค่อนข้างมีประสิทธิภาพ เพื่อเป็นการระบายออกของอุจจาระแทนที่ทวารหนัก จากสถิติปี 2564 - 2567 พบผู้ป่วยที่มีทวารเทียม จำนวน 16, 24, 22 และ 75 ตามลำดับ และมีภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัดทวารเทียม จำนวน 9, 10, 12 และ 14 ตามลำดับ จากการผ่าตัดนี้พบว่าผู้ป่วยต้องเผชิญหน้ากับสภาพร่างกายและวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ทำให้ผู้ป่วยและญาติเกิดความเครียด ความกังวล จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพ จิตใจ รวมถึงทักษะการเข้าสังคมและปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น อย่างไรก็ตาม การใส่ใจดูแลกลุ่มผู้ป่วยที่มีทวารเทียมอย่างต่อเนื่องทั้งทางด้านร่างกาย ควบคู่ไปกับการรักษาเยียวยาจิตใจ ถือเป็นกุญแจสำคัญหลักในการกระตุ้นให้ผู้ป่วยยอมรับ ปรับตัว เปิดใจเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบใหม่ร่วมกับการมีถุงทวารเทียมทางหน้าท้อง จึงได้มีการนำเทคโนโลยีเข้ามามีส่วนร่วมสำคัญในการสร้างกลุ่ม Line Application ในรูปแบบ Open chat ที่เป็นกลุ่มปิด ใช้สำหรับสื่อสารการดูแลผู้ป่วยที่มีทวารเทียม และให้คำปรึกษาระหว่างผู้ป่วย ญาติที่ดูแลกับพยาบาลเฉพาะทาง (ET nurse) และผู้ป่วยกับผู้ป่วย หรือญาติผู้ดูแลกับผู้ดูแล (เพื่อนช่วยเพื่อน) เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น (จุฬาร ประสังสิต และกาญจนา รุ่งแสงจันทร์, 2562)

คำสำคัญ

การดูแลต่อเนื่องที่บ้าน ผู้ป่วยทวารเทียม, การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง, ไลน์แอปพลิเคชัน

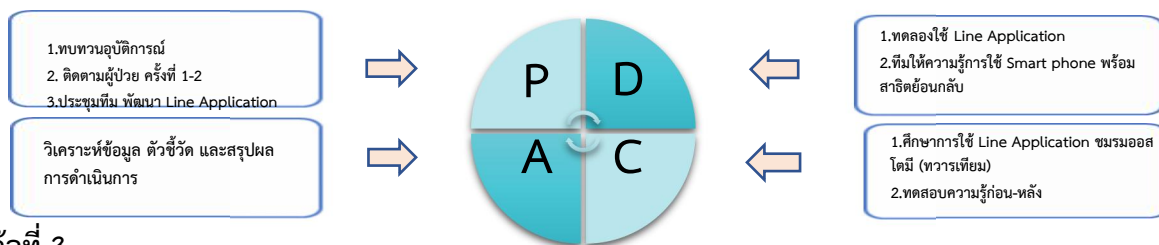
เป้าหมาย

1. พัฒนา Line application สำหรับการดูแลผู้ป่วยทวารเทียมที่บ้าน
2. ผู้ป่วยที่มีทวารเทียมและผู้ดูแล มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลลำไส้เปิดทางหน้าท้อง ระดับมาก (7-10 คะแนน)
3. ผู้ป่วยที่มีทวารเทียมและผู้ดูแล มีความวิตกกังวล ระดับต่ำ (0-4 คะแนน)
4. ผู้ป่วยที่มีทวารเทียม มีการรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง เชิงบวกระดับดี (41-50 คะแนน)
5. อัตราความพึงพอใจของผู้ป่วยและผู้ดูแล $\geq 85\%$

กิจกรรมการพัฒนา (process):

1. ทบทวนอุบัติการณ์การเกิดภาวะแทรกซ้อน วิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติงาน นำเสนอปัญหาต่อทีมงาน พบว่าผู้ป่วยและญาติผู้ดูแลขาดความรู้ในการดูแลทวารเทียม วิตกกังวล สูญเสียภาพลักษณ์ในการเข้าสังคม และมีความต้องการให้พยาบาลหาแนวทางในการช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน
2. **วงล้อที่ 1** ติดตามผู้ป่วยทวารเทียม ใช้วิธีโทรสอบถามอาการกับผู้ดูแล ไม่สามารถสอบถามผู้ป่วยได้ 100% เนื่องจากผู้ป่วยและญาติบางราย ไม่มีโทรศัพท์ พร้อมกับการให้ข้อมูลบางอย่างไม่ชัดเจน จากนั้นบันทึกข้อมูล ประชุมวิเคราะห์ผล และแก้ไขปรับปรุงวงล้อที่ 2

3. วงล้อที่ 2 ติดตามผู้ป่วยทวารเทียม ใช้วิธีพบผู้ป่วยจากวันนัดติดตามอาการของผู้ป่วย แต่ไม่สามารถพบผู้ป่วยได้ 100% เนื่องจากผู้ป่วยบางรายไม่มีวันนัดติดตามอาการ จากนั้นบันทึกข้อมูล ประชุมวิเคราะห์ผล และแก้ไขปรับปรุงวงล้อที่ 3
4. สรุปข้อมูล ปัญหา นำเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาและกลวิธีในการพัฒนาคุณภาพการดูแลผู้ป่วยทวารเทียมให้ทีมงานรับทราบและมีส่วนร่วม โดยการพัฒนา Line Application ที่มีรายละเอียดเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม การลดความวิตกกังวลและการเสริมสร้างภาพลักษณ์ พร้อมติดตามผลเป็นระยะ
5. พัฒนา Line Application เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม การลดความวิตกกังวล และการเสริมสร้างภาพลักษณ์กับผู้ป่วยทวารเทียมและญาติผู้ดูแล โดยใช้กรอบแนวคิด PDCA ดังรายละเอียดต่อไปนี้



วงล้อที่ 3

P (Plan): 1. ทีมผู้พัฒนาดำเนินการตามข้อที่ 1-4

2. พัฒนา Line Application เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม การลดความวิตกกังวลและการเสริมสร้างภาพลักษณ์กับผู้ป่วยทวารเทียมและญาติผู้ดูแล มีรายละเอียดดังนี้

- เปิด Line add cloud สร้างกลุ่ม Line open chat (กลุ่มปิด)
- เพิ่มเติมรายละเอียดใน Line add cloud ประกอบด้วย 3 ไอคอน 1) ความรู้เรื่องการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม โดยใช้แบบประเมินความรู้และทักษะการดูแลทวารเทียม 2) วิธีลดความวิตกกังวล โดยใช้แบบประเมินความเครียด กรมสุขภาพจิต และ 3) วิธีการเสริมสร้างภาพลักษณ์ โดยใช้แบบสัมภาษณ์การรับรู้ภาพลักษณ์สำหรับผู้ป่วยทวารเทียม

D (Do): 1. ทดลองใช้ Line Application กับกลุ่มผู้ป่วยทวารเทียม 2 คน และญาติ 2 คน พบว่า ใช้งานง่าย ไม่ซับซ้อน มีภาพประกอบชัดเจนในการให้ข้อมูล มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มารับบริการ อย่างไรก็ตามพบปัญหา คือกลุ่มทดลองเป็นผู้สูงอายุ มีความลำบากในการใช้ Smart Phone ซึ่งกลุ่มเหล่านี้ต้องการผู้ช่วยเหลือ เช่น ญาติ หรือพยาบาล

2. ทีมผู้พัฒนา Line Application ให้ความรู้เรื่องการใช้ Smart phone และ Line Application กับผู้ป่วยและญาติ พร้อมให้สาธิตย้อนกลับจนมั่นใจว่า สามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง

C (Check): ศึกษาผลของการใช้ Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม) ต่อความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม ลดความวิตกกังวลและเสริมสร้างภาพลักษณ์กับผู้ป่วยทวารเทียมจำนวน 20 คน และญาติผู้ดูแลจำนวน 10 คน ช่วงระหว่างวันที่ 9 กค. 2565 จนถึงวันที่ 9 มค. 2566 ดำเนินการดังนี้

1. แจงวัตถุประสงค์ วิธีการ และประโยชน์ที่จะได้รับในการเข้าร่วมใช้ Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม) ให้กับผู้ป่วยทวารเทียมและญาติผู้ดูแลทราบ

2. ทดสอบก่อนเริ่มใช้ Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม) (Pre-test) โดยใช้แบบประเมินความรู้ เรื่องการดูแลลำไส้เปิดทางหน้าท้อง

3. ผู้ป่วยทวารเทียมและญาติผู้ดูแลใช้ Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม) ภายใต้การดูแลของทีมผู้พัฒนาใช้ระยะเวลา 5-10 นาที

4. ทดสอบหลังใช้ Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม) (Post test) โดยใช้แบบประเมินในข้อ 2
A (Act): ผลของการใช้ Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม) ต่อความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม การลดความวิตกกังวลและการเสริมสร้างภาพลักษณ์กับผู้ป่วยทวารเทียม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

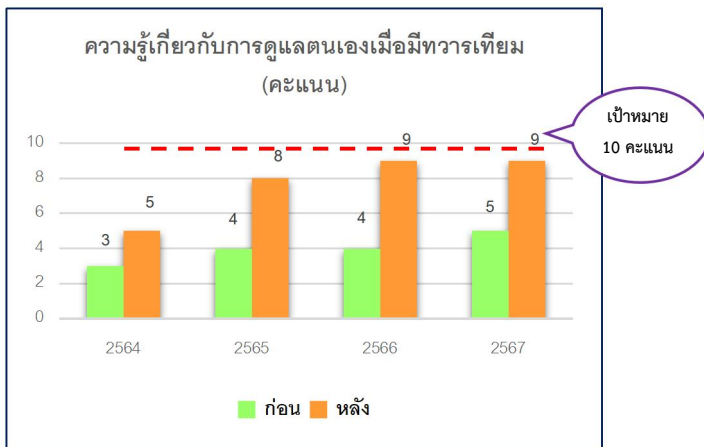
1. แจ้งวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการใช้ Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม)

2. เซ็นต์ไบนินยอมในการให้ข้อมูล และการไม่เผยแพร่ข้อมูลสู่สาธารณะ

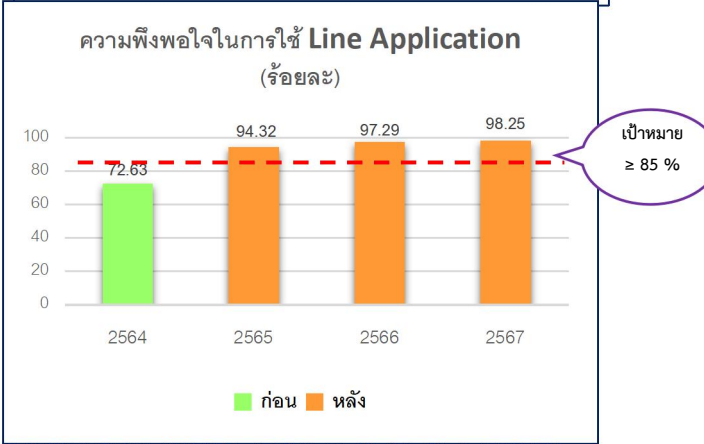
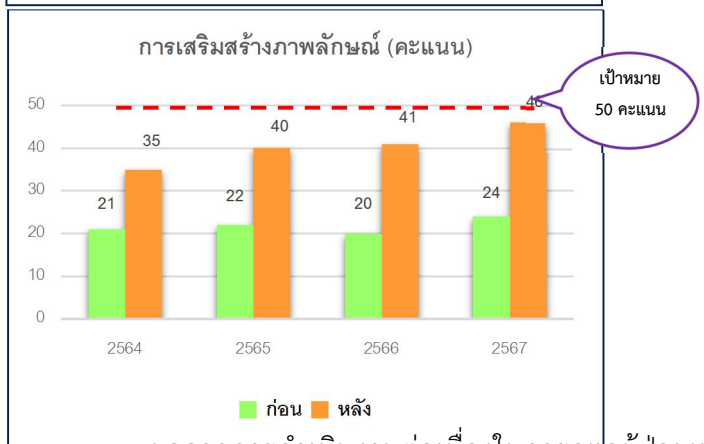
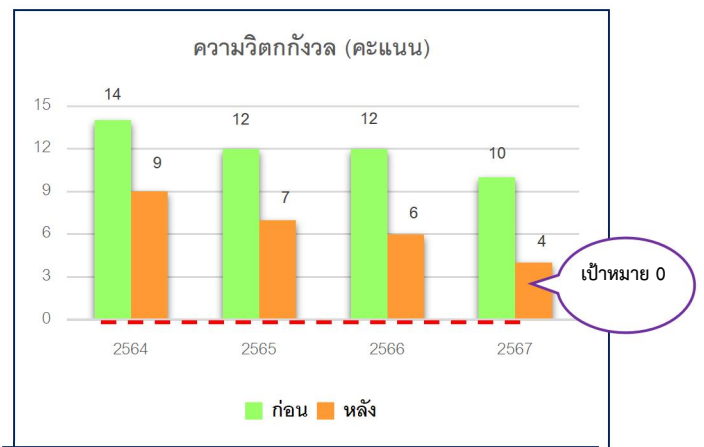
3. เข้าไลน์กลุ่ม โดยสแกน QR Code จากนั้นรอ Admin ระบบตอบรับเพื่อเพิ่มเข้ากลุ่ม Line Application ชมรมออสโตมี (ทวารเทียม)

การประเมินผลการเปลี่ยนแปลง (Performance): ปี 2564 - 2567

1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม



2. ความวิตกกังวล



ผลจากการดำเนินงานต่อเนื่องในการดูแลผู้ป่วยทวารเทียมต่อเนืองที่บ้าน ตั้งแต่ ปี 2564-2567 พบว่าผู้ป่วยและผู้ดูแลมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม การเสริมสร้างภาพลักษณ์เชิงบวก และความพึงพอใจในการใช้ Line Application ทั้งก่อนและหลัง มีแนวโน้มที่ดีขึ้น ส่วนความวิตกกังวล มีแนวโน้มที่ลดลงเนื่องจากได้พัฒนาการดูแลผู้ป่วยทวารเทียมต่อเนื่องที่บ้าน โดยที่แบบเดิมใช้วิธีโทรสอบถามอาการกับญาติผู้ดูแล

วิธีพบผู้ป่วยจากวันนัดติดตามอาการของผู้ป่วย และได้พัฒนา Line Application ซึ่งช่วยเพิ่มความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อมีทวารเทียม ลดความวิตกกังวล พร้อมเสริมสร้างภาพลักษณ์กับผู้ป่วยทวารเทียมและญาติผู้ดูแล

บทเรียนที่ได้รับ

การดำเนินงานการดูแลผู้ป่วยทวารเทียมต่อเนื่องที่บ้าน ผู้ป่วยต้องเผชิญหน้ากับสภาพร่างกายและวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ทำให้ผู้ป่วยและญาติเกิดความเครียด ความกังวล จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพ จิตใจ รวมถึงทักษะการเข้าสังคมและปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

การนำเทคโนโลยีเข้ามามีส่วนสำคัญในการดูแลผู้ป่วยทวารเทียมต่อเนื่องที่บ้าน โดยการสร้างกลุ่ม Line Application ในรูปแบบ Open chat ที่เป็นกลุ่มปิด ใช้สำหรับสื่อสารการดูแลผู้ป่วยที่มีทวารเทียม และให้คำปรึกษาระหว่างผู้ป่วย ญาติที่ดูแลกับพยาบาลเฉพาะทาง (ET nurse) และผู้ป่วยกับผู้ป่วย หรือญาติผู้ดูแลกับญาติผู้ดูแล (เพื่อนช่วยเพื่อน) ส่งผลให้ผู้ป่วยปลอดภัย คลายวิตกกังวล มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลทวารเทียม และที่สำคัญสามารถดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข

แผนการดำเนินงานในอนาคตคือ ทีมจะพัฒนาต่อยอดรูปแบบการดูแลผู้ป่วยทวารเทียมต่อเนื่องที่บ้าน ในรูปแบบ Tele nurse ที่มีการสื่อสารเป็น Realtime เพื่อให้สามารถตอบทุกประเด็นปัญหาในการดูแลผู้ป่วยได้ครอบคลุม ส่งผลให้การดำรงชีวิตในสังคมมีความสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

- สมาชิกทีม :**
- 1.นางพลอยไพลิน วงษ์สิงห์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
 - 2.นางสาวปริยากร ชอบดี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
 - 3.นางสาวรัตน์มณี แสงแดง พยาบาลวิชาชีพ
 - 4.นางสาวรัตติญาพร จันทวารีย์ พยาบาลวิชาชีพ

การติดต่อกับทีมงาน

นางพลอยไพลิน วงษ์สิงห์ หอผู้ป่วยในศัลยกรรม รพ.๕๐ พรรษา มหาวิทยาลัยราชภัฏจ.อุบลราชธานี
Ploychompoo_ET@hotmail.com, 080-899-7898

อ้างอิง

จุฬารัตน์ ประสงค์, กาญจนา รุ่งแสงจันทร์. การพยาบาลผู้ป่วยที่มีลำไส้และรูเปิดทวารทางหน้าท้อง
ประสบการณ์จากผู้เชี่ยวชาญ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: พี.เอ.อีฟวิง; 2562.

บุษยรัตน์ ศิลปะวิทยาทร และบุญพิชชา จิตต์ภักดี, “การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศด้านสุขภาพในการพยาบาลเพื่อความปลอดภัยของผู้ป่วย”, วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ (Journal of Nursing and Therapeutic Care) 26 (เมษายน-มิถุนายน 2563): 6.