

การพัฒนารูปแบบการให้โภชนบำบัดเพื่อชะลอไตเสื่อมในผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะ 3-4

คำสำคัญ : โรคไตวายเรื้อรัง, พฤติกรรม, การดูแลตนเอง, โปรแกรมการให้โภชนบำบัด

1.สรุปผลงานโดยย่อ : จากผลการดำเนินงานการดูแลด้านโภชนบำบัดผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะ 3-4 ที่เข้ารับคำปรึกษาด้านโภชนาการ พบว่า ผู้ป่วยยังขาดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง จึงได้ปรับเปลี่ยนแนวทางการส่งปรึกษาด้านอาหารและโภชนาการในคลินิกโรคไตวายเรื้อรัง พร้อมทั้งเก็บรวบรวมข้อมูลสนับสนุนเพื่อนำมาวิเคราะห์ โดยมีกลุ่มตัวอย่าง 30 ราย โดยมีเครื่องมือ ดังนี้

แบบสอบถามประวัติการบริโภคอาหารประจำวัน (Daily Food Intake Questionnaire)

ชื่อ..... เพศ..... อายุ..... ปี.....

1. ประเภทของอาชีพ.....

2. รับประทานอาหารเป็นประจำทุกวันหรือไม่.....

3. รับประทานอาหารนอกบ้านเป็นประจำหรือไม่.....

4. รับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำหรือไม่.....

5. รับประทานอาหารที่มีรสเค็มเป็นประจำหรือไม่.....

6. รับประทานอาหารที่มีรสหวานเป็นประจำหรือไม่.....

7. รับประทานอาหารที่มีไขมันสูงเป็นประจำหรือไม่.....

8. รับประทานอาหารที่มีรสเผ็ดเป็นประจำหรือไม่.....

9. รับประทานอาหารที่มีรสเปรี้ยวเป็นประจำหรือไม่.....

10. รับประทานอาหารที่มีรสขมเป็นประจำหรือไม่.....

แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร (Food Behavior Questionnaire)

1. ปริมาณอาหารที่รับประทานต่อวัน.....

2. วิธีการปรุงอาหาร.....

3. การเลือกซื้ออาหาร.....

4. การเลือกซื้อวัตถุดิบ.....

5. การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์.....

6. การเลือกซื้อเครื่องดื่ม.....

7. การเลือกซื้อขนม.....

8. การเลือกซื้อผลไม้.....

9. การเลือกซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....

10. การเลือกซื้อเครื่องดื่มอัดลม.....

แบบประเมินการรับประทานอาหารอย่างง่ายสำหรับผู้ป่โรคไตเรื้อรัง (Simple Food Assessment Form for CKD Patients)

ชื่อ..... เพศ..... อายุ..... ปี.....

1. ปริมาณอาหารที่รับประทานต่อวัน.....

2. วิธีการปรุงอาหาร.....

3. การเลือกซื้ออาหาร.....

4. การเลือกซื้อวัตถุดิบ.....

5. การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์.....

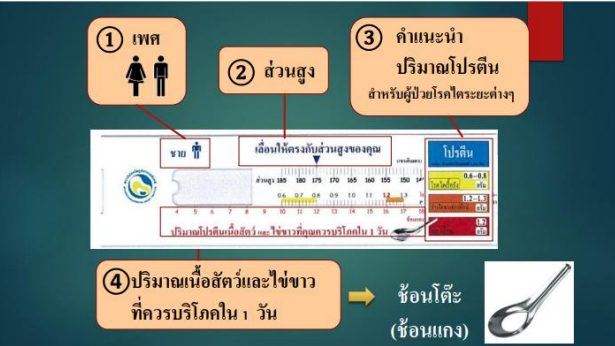
6. การเลือกซื้อเครื่องดื่ม.....

7. การเลือกซื้อขนม.....

8. การเลือกซื้อผลไม้.....

9. การเลือกซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์.....

10. การเลือกซื้อเครื่องดื่มอัดลม.....



แบบแผนอาหารสำหรับผู้ป่โรคไตเรื้อรังก่อนได้รับการบำบัด (Diet Plan for CKD Patients before treatment)

ประเภทอาหาร	ปริมาณ
ข้าว	1 ทัพพี
แกง	1 ทัพพี
ผัก	1 ทัพพี
ผลไม้	1 ทัพพี
นม	1 ทัพพี
ไข่	1 ฟอง
ปลา	1 ทัพพี
เนื้อสัตว์	1 ทัพพี
ถั่ว	1 ทัพพี
ธัญพืช	1 ทัพพี
ไขมัน	1 ทัพพี
น้ำตาล	1 ทัพพี
เกลือ	1 ทัพพี

2.เป้าหมาย/วัตถุประสงค์

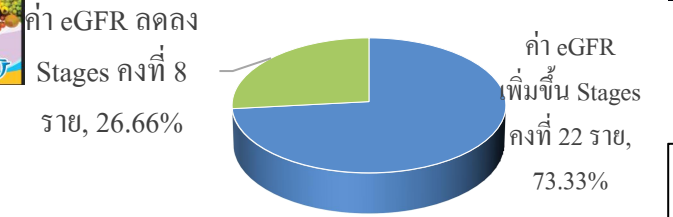
- ชะลอการเสื่อมของไตในผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะที่ 3-4 ที่ได้รับการให้โภชนบำบัด
- เพื่อเปรียบเทียบระดับความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผลทางห้องปฏิบัติการ ก่อน-หลังได้รับโภชนบำบัด

3.กิจกรรมพัฒนา

- ใช้เครื่องมือในการศึกษา
- Individual Conseling
- ทีมสหสาขาวิชาชีพมีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วย



การให้โภชนบำบัด ชะลอการเสื่อมของไตในผู้ป่วยไตระยะ 3-4 จำนวน 30 ราย พบว่าผู้ป่วยทั้ง 30 ราย สามารถชะลอไตเสื่อมได้ทั้งหมด ดังนี้



ตัวชี้วัดความสำเร็จที่สำคัญ

ชะลอการเสื่อมของไตในผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะที่ 3-4 หลังจากได้รับการให้โภชนบำบัด พบว่า

ตารางที่ 1 แสดงผลของระดับความรู้ พฤติกรรม (ก่อน-หลัง) ให้ความรู้ทางโภชนาการสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง

ตัวแปร (ช่วงคะแนน)	ก่อนการให้คำปรึกษา				หลังการให้คำปรึกษา			
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	จำนวน (คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย	S.D.	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ความรู้								
-ดี (8-10)	8.86	0.84	15	50	8.94	0.75	19	63.3
-ปานกลาง (5-7)	6.22	0.78	9	30	6.36	0.80	11	36.66
-ต่ำ (0-4)	3.5	0.5	6	20	-	-	-	-
พฤติกรรม								
-ดี (8-10)	8.85	0.86	14	46.66	9.13	0.81	23	76.66
-ปานกลาง (5-7)	6.18	0.78	11	36.66	6.5	0.53	7	23.33
-ต่ำ (0-4)	3.2	0.74	5	16.66	-	-	-	-

ตารางเปรียบเทียบผลทางห้องปฏิบัติการก่อน-หลังให้ความรู้

****อยู่ในช่วงวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำมาเปรียบเทียบ****

บทเรียนที่ได้รับ :

- ปรับทัศนคติต่อโรคให้เป็นในเชิงบวก ต้องทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจที่ดี
- สื่อการสอนที่เหมาะสม เช่น รูปภาพ จะทำให้ผู้ป่วยเข้าใจมากขึ้น
- ติดตามผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง และรับประทานยาตามแผนการรักษาของแพทย์
- ข้อจำกัดทางด้านเศรษฐกิจฐานะของผู้ป่วย

