



แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

รายบุคคล

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ชื่อ...ปฐพร แสงเขียว.....ตำแหน่ง...พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน).....

ภาควิชา.....การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต.....

1. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยภาวะเฉียบพลัน/อุบัติเหตุ/ฉุกเฉิน | <input checked="" type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวช |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยในภาวะวิกฤต | <input type="checkbox"/> การพยาบาลเวชปฏิบัติทั่วไป/ครอบครัว/ชุมชน |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยเรื้อรัง | <input type="checkbox"/> การพยาบาลส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยสุดท้าย | <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับการตรวจ/การบำบัดพิเศษ |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผดุงครรภ์ | |
| <input type="checkbox"/> อื่น ๆ (ระบุ)..... | |

2. กลุ่มผู้ป่วย/ผู้รับบริการเป้าหมาย

2.1 รายบุคคล

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> ทารกแรกเกิด | <input type="checkbox"/> เด็กและวัยรุ่น |
| <input type="checkbox"/> ผู้ใหญ่ | <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุ |
| <input checked="" type="checkbox"/> ผู้ป่วยจิตเวช | <input type="checkbox"/> หญิงตั้งครรภ์ |
| <input type="checkbox"/> อื่น ๆ เช่น..... | |

2.2 รายครอบครัว/กลุ่ม/ชุมชน(ระบุ)

- ครอบครัว
- กลุ่ม/ชุมชน
- อื่น ๆ เช่น.....

3 สถานที่ปฏิบัติการพยาบาลในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการ

3.1 โรงพยาบาลระบุ.....

หอผู้ป่วย ระบุ.....

- คลินิกผู้ป่วยนอก/ Ambulatory Care Setting ระบุ.....

3.2 ในชุมชน ระบบบริการสุขภาพ ระดับปฐมภูมิ

- ศูนย์บริการสาธารณสุข/โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ระบุ.....
- โรงเรียน.....
- Home Health Care /Hospice Care.....
- ศูนย์พัฒนาเด็กปฐมวัย.....

- ศูนย์ผู้สูงอายุ
- อื่น ๆ (ระบุ)

4 บทบาทการพยาบาลที่ต้องการไปปฏิบัติการพยาบาล

- Direct care
- Consultation
- พัฒนาระบบบริการและคุณภาพการพยาบาล

อื่น ๆ ระบุ

สาขาความเชี่ยวชาญหรือความสนใจเฉพาะทาง

การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล

หัวข้อ/ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice...การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล

คำจำกัดความ

1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าหมายถึง ผู้สูงอายุที่อยู่ในความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์ ที่ได้รับการคัดกรองโดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) ที่เป็นผู้ที่มีความเศร้าเล็กน้อยและปานกลาง

2. การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล หมายถึง กระบวนการระลึกถึงความหลัง ตามประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของผู้สูงอายุ เป็นความทรงจำที่มีความหมาย มีคุณค่า และมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ ผ่านการเล่าเรื่องจากความทรงจำ โดยใช้คำถาม สิ่งของ ภาพถ่าย ภาพวาด เพื่อกระตุ้นความทรงจำเรื่องราวที่สัมพันธ์กับสิ่งของ ภาพถ่าย ภาพวาดนั้นๆ การระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีต ความรู้สึกและความคิด และการค้นหาความหมายในความทรงจำนั้น กระบวนการคิดถึงประสบการณ์ในอดีตที่มีความหมายต่อผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า ทำให้ผู้สูงอายุยอมรับเหตุการณ์ในอดีตที่สามารถแก้ไข มาสร้างความมั่นใจภาคภูมิใจในตนเอง สามารถปรับตัวต่อความคับข้องใจในปัจจุบัน มีแนวทางในการแก้ไขปัญหา เพื่อความมีคุณค่าในตนเอง และลดอาการซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าได้

กลุ่มเป้าหมาย/หน่วยงาน...ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในเขตรับผิดชอบของ รพ.สต.ม่อนดินแดง

ระยะเวลา.....มิถุนายน 2564 - พฤษภาคม 2565.....**จำนวน...82...ชั่วโมง**

เป้าหมาย/ผลลัพธ์

ระยะสั้น

1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้ามีความรู้เกี่ยวกับโรคซึมเศร้า
2. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าไม่มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

ระยะยาว

1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้ามีความพึงพอใจในชีวิต
2. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าสามารถดูแลตนเองได้ โดยรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและจัดการกับปัญหาวิกฤติของตนเองได้

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 1 28 กรกฎาคม 2564 (5 ชม.)	-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ม่อนดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) เรื่อง การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วย การระลึกความหลังแบบรายบุคคล <u>เยี่ยมบ้าน ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 1</u> -สร้างสัมพันธภาพ -ให้ข้อมูลเกี่ยวกับจำนวนครั้งและ ระยะเวลาที่พบผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้า -แนะนำการบำบัดด้วยการระลึกถึง ความหลัง อธิบายประโยชน์ วัตถุประสงค์ -ประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุ อย่างครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของ สมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับ ประวัติชีวิต ความสนใจและ ความชอบของผู้ป่วย	-รพ.สต.ม่อนดินแดง ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ -บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้าน ม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัด อุตรดิตถ์	1.แผนการดูแลผู้สูงอายุที่มี ภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การ บำบัดด้วยการระลึกความหลัง แบบรายบุคคล 2.ผลการประเมินโดยใช้แบบ วัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุ ของไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) 3. แบบบันทึกผลการประเมิน สภาพจิตของผู้สูงอายุ ครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ ของสมอง รวบรวมข้อมูล เกี่ยวกับประวัติชีวิต ความ สนใจและความชอบของผู้ป่วย
ครั้งที่ 2 4 สิงหาคม 2564 (4 ชม.)	<u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 2</u> -สร้างความไว้วางใจ -ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญใน ชีวิต -ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และ ความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้ คำถามสะท้อนประสบการณ์ของ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้าน ม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัด อุตรดิตถ์	-รายงานเหตุการณ์สำคัญใน ชีวิต ความทรงจำวัยเด็ก

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยเด็ก) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป 		
<p>ครั้งที่ 3 11 สิงหาคม 2564 (4 ชม.)</p>	<p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 3</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยรุ่น) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป 	<p>- บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยรุ่น</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
<p>ครั้งที่ 4</p> <p>18 สิงหาคม 2564</p> <p>(4 ชม.)</p>	<p>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 4</p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยทำงาน) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยทำงาน</p>
<p>ครั้งที่ 5</p> <p>25 สิงหาคม 2564</p> <p>(4 ชม.)</p>	<p>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 5</p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (วิทยุ) - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (วิทยุ)</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป * การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น 		
<p>ครั้งที่ 6 1 กันยายน 2564 (4 ชม.)</p>	<p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 6</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (ภาพถ่ายในอดีต) - ตั้งเ็นฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” 	<p>- บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (ภาพถ่ายในอดีต)</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว -ใช้การสรุปความ -นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น		
ครั้งที่ 7 8 กันยายน 2564 (4 ชม.)	เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 7 - กล่าวทักทาย - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - ส่งเสริมการคิดเชิงบวกและการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์ -ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude) -แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” -ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว -ใช้การสรุปความ -นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์	-บันทึกสรุปข้อคิดจากการสนทนาเพื่อส่งเสริมการคิดทางบวกและแนวทางการนำการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์ไปใช้

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
<p>ครั้งที่ 8 15 กันยายน 2564 (4 ชม.)</p>	<p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</u> <u>คนที่ 1 ครั้งที่ 8</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข - ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ด้านลบและอำนวยความสะดวกในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรงจำและกระตุ้นการสะท้อน - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป - *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>-บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข</p>
<p>ครั้งที่ 9 22 กันยายน 2564 (4 ชม.)</p>	<p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</u> <u>คนที่ 1 ครั้งที่ 9</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา</p>	<p>-บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของ</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ด้านลบและอำนวยความสะดวกในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรงจำและกระตุ้นการสะท้อน - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น 	อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์	ความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข
ครั้งที่ 10 29 กันยายน 2564 (4 ชม.)	<p>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 10</p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - สรุปประเด็นสำคัญของการสนทนา แสดงความขอบคุณ 	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์	-บันทึกสรุปผลการบำบัดด้วยวิธีการระลึกความหลัง ผลการประเมินการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ พฤติกรรม และการรับรู้

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<ul style="list-style-type: none"> - ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้ป่วย ทบทวนความคืบหน้าที่เกิดขึ้น - ประเมินการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ พฤติกรรมและการรับรู้ -กระตุ้นให้ผู้ป่วยมีการสะท้อนความคิดเห็นเชิงบวกต่อประสบการณ์ที่ผ่านมา 		
<p>ครั้งที่ 11 26 มกราคม 2565 (4 ชม.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ม่อนดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) เรื่อง การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล <u>เยี่ยมบ้าน ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 1</u> -สร้างสัมพันธภาพ -ให้ข้อมูลเกี่ยวกับจำนวนครั้งและระยะเวลาที่พบผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า -แนะนำการบำบัดด้วยการระลึกถึงความหลัง อธิบายประโยชน์ วัตถุประสงค์ -ประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของสมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประวัติชีวิต ความสนใจและความชอบของผู้ป่วย 	<ul style="list-style-type: none"> -รพ.สต.ม่อนดินแดง ต.ท่าเสา อ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ -บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์ 	<ol style="list-style-type: none"> 1.แผนการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล 2.ผลการประเมินโดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) 3. แบบบันทึกผลการประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุ ครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของสมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประวัติชีวิต ความสนใจและความชอบของผู้ป่วย
<p>ครั้งที่ 12 2 กุมภาพันธ์ 2565 (4 ชม.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 2</u> -สร้างความไว้วางใจ -ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต -ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้ 	<ul style="list-style-type: none"> -บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์ 	<ul style="list-style-type: none"> -รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยเด็ก

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<p>คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยเด็ก) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป 		
<p>ครั้งที่ 13 9 กุมภาพันธ์ 2565 (4 ชม.)</p>	<p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 3</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต - ตั้งใจฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยรุ่น) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ 	<p>- บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยรุ่น</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป		
<p>ครั้งที่ 14 16 กุมภาพันธ์ 2565 (4 ชม.)</p>	<p>เข้าพบ <u>ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</u> คนที่ 2 ครั้งที่ 4</p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยทำงาน) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้าน ม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัด อุตรดิตถ์</p>	<p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยทำงาน</p>
<p>ครั้งที่ 15 23 กุมภาพันธ์ 2565 (4 ชม.)</p>	<p>เข้าพบ <u>ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</u> คนที่ 2 ครั้งที่ 5</p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (วิทยุ) - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้าน ม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัด อุตรดิตถ์</p>	<p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (วิทยุ)</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป * การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น 		
<p>ครั้งที่ 16 2 มีนาคม 2565 (4 ชม.)</p>	<p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 6</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (ภาพถ่ายในอดีต) - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” 	<p>- บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (ภาพถ่ายในอดีต)</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p>		
<p>ครั้งที่ 17 9 มีนาคม 2565 (4 ชม.)</p>	<p>เข้าพบ <u>ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 7</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ</p> <p>- ส่งเสริมการคิดเชิงบวกและการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p>	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>-บันทึกสรุปข้อคิดจากการสนทนาเพื่อส่งเสริมการคิดทางบวกและแนวทางการนำการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์ไปใช้</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
<p>ครั้งที่ 18 16 มีนาคม 2565 (4 ชม.)</p>	<p>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 8</p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข - ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ด้านลบและอำนวยความสะดวกในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรงจำและกระตุ้นการสะท้อน - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป - *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p>	<p>-บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข</p>
<p>ครั้งที่ 19 23 มีนาคม 2565 (4 ชม.)</p>	<p>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 9</p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย 	<p>-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา</p>	<p>-บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของ</p>

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ด้านลบและอำนวยความสะดวกในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรงจำและกระตุ้นการสะท้อน - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น 	อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์	ความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข
ครั้งที่ 20 30 มีนาคม 2565 (4 ชม.)	<p><u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 10</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -- กล่าวทักทาย -สรุปประเด็นสำคัญของการสนทนา แสดงความขอบคุณ 	-บ้านผู้ป่วย หมู่ 4 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์	-บันทึกสรุปผลการบำบัดด้วยวิธีการระลึกความหลัง ผลการประเมินการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ พฤติกรรม และการรับรู้

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	<ul style="list-style-type: none"> - ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้ป่วย ทบทวนความคืบหน้าที่เกิดขึ้น - ประเมินการเปลี่ยนแปลงของอาการ พฤติกรรมและการรับรู้ - กระตุ้นให้ผู้ป่วยมีการสะท้อนความคิดเห็นเชิงบวกต่อประสบการณ์ที่ผ่านมา 		

ลงชื่อ..... *ปัทมา แสงเขียว* ผู้ปฏิบัติ
(นางสาวปัทมา แสงเขียว)

ลงชื่อ..... *อรุณ อธิธรรม* ผู้รับรอง
(..... *น.ร.อรุณ อธิธรรม*)
รองผู้อำนวยการกลุ่มงานวิชาการ

ลงชื่อ..... *สุชาดา อินทรกำแหง* ผู้กำกับติดตามแผน
(นางสุชาดา อินทรกำแหง ณ ราชสีมา)
ผู้อำนวยการ

แบบรายงานผลการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ปีการศึกษา 2564 (มิถุนายน 2564 – 31 พฤษภาคม 2565)

1. ชื่อ-สกุล นางสาวปฐพร แสงเขียว
2. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวช
3. กลุ่มประชากรเป้าหมาย ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล ชุมชนในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพม่อนดินแดง
5. ระยะเวลาการปฏิบัติงาน

ระหว่างวันที่ 28 กรกฎาคม 2564 – 30 มีนาคม 2565 รวมระยะเวลา 20 วัน

รวมระยะเวลาปฏิบัติงาน 82 ชั่วโมง

6. ผลการดำเนินงาน

6.1 ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นแก่ผู้รับบริการ

6.1.1 ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า มีความรู้เกี่ยวกับโรคซึมเศร้า ไม่มีภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

6.1.2 ผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคซึมเศร้ามีความพึงพอใจในชีวิต สามารถดูแลตนเองได้ โดยรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและจัดการกับปัญหาวิกฤติของตนเองได้

6.1.2 ในรอบ 1 เดือน หลังให้การพยาบาลพบว่า ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า สามารถใช้ชีวิตอยู่ในชุมชนได้อย่างมีความสุข เห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น สามารถจัดการกับปัญหาวิกฤติของตนเองได้อย่างเหมาะสม

6.2 ผลลัพธ์ที่เกิดต่อสถานบริการสุขภาพ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลม่อนดินแดง ได้รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าโดยการบำบัดด้วยวิธีการระลึกถึงความหลัง

6.3 ผลลัพธ์ที่เกิดต่ออาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล

เป็นการพัฒนาสมรรถนะในการปฏิบัติทางการพยาบาล และเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญของตนเองอย่างต่อเนื่องในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในชุมชนและสามารถนำไปบูรณาการกับพันธกิจอื่น ได้แก่ งานวิจัย การผลิตเอกสารทางวิชาการ

ลงชื่อ.....*ปฐพร แสงเขียว*.....

(นางสาวปฐพร แสงเขียว)

อาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล