



แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

รายบุคคล

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ชื่อ...สืบตระกูล ต้นตลานุกุล.....ตำแหน่ง...พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน).....

ภาควิชา.....การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ.....

1. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยภาวะเฉียบพลัน/อุบัติเหตุ/ฉุกเฉิน | <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวช |
| <input type="checkbox"/> การพยาบาลผู้ป่วยในภาวะวิกฤต | <input type="checkbox"/> การพยาบาลเวชปฏิบัติทั่วไป/ครอบครัว/ชุมชน |
| <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> ผู้ใหญ่ | <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุ |
| <input type="checkbox"/> ผู้ป่วยจิตเวช | <input type="checkbox"/> หญิงตั้งครรภ์ |
| <input type="checkbox"/> อื่น ๆ เช่น..... | |

2.2 รายครอบครัว/กลุ่ม/ชุมชน(ระบุ)

- | |
|---|
| <input type="checkbox"/> ครอบครัว |
| <input type="checkbox"/> กลุ่ม/ชุมชน..... |
| <input type="checkbox"/> อื่น ๆ เช่น..... |

3 สถานที่ปฏิบัติการพยาบาลในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการ

3.1 โรงพยาบาลระบุ

 หอผู้ป่วย ระบุ หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ 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

การดูแลผู้ป่วยโรคเอส แอล อี

หัวข้อ/ประเด็นการปฏิบัติ Faculty Practice...การพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี

คำจำกัดความ

1. ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี (SLE : Systemic lupus erythematosus) เป็นโรคที่มีการอักเสบเรื้อรังของเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน และมีความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกัน ส่งผลให้เกิดพยาธิสภาพของอวัยวะที่เกี่ยวข้องทั่วร่างกาย เช่น ผิวหนัง ข้อ ไต ระบบประสาทส่วนกลาง หลอดเลือด หัวใจ ปอด และระบบทางเดินอาหาร ซึ่งอาจเกิดกับระบบใดระบบหนึ่ง หรือหลายระบบพร้อมกัน

2. การพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี หมายถึง การพัฒนาทักษะสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ความสามารถในการจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต รวมถึงการปรับตัวที่เหมาะสมเพื่อให้อยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

กลุ่มเป้าหมาย/หน่วยงาน...ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์

ระยะเวลา.....มิถุนายน 2565 - พฤษภาคม 2566.....จำนวน...80...ชั่วโมง

เป้าหมาย/ผลลัพธ์

ระยะสั้น

1. ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ได้รับการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎี

ทักษะชีวิต

ระยะยาว

1. มีแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 1 20 มิถุนายน 2565 (4 ชม.)	พบหัวหน้าหอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ เพื่อชี้แจง วัตถุประสงค์ และขั้นตอนการ พัฒนาการพยาบาลเพื่อพัฒนา ทักษะสุขภาพในการดูแลตนเอง โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	ความร่วมมือในการพัฒนาการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 2 22 มิถุนายน 2565 (4 ชม.)	จัดประชุมผู้ที่เกี่ยวข้องในหอผู้ป่วย อายุรกรรมชายเพื่อกำหนดปัญหา ในทางปฏิบัติการพยาบาลเพื่อ พัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแล ตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะ ชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	- หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ยังไม่มี แนวทางการพยาบาลเพื่อ พัฒนาทักษะสุขภาพในการ ดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรค เอส แอล อี - แนวทางการพยาบาลเพื่อ พัฒนาทักษะสุขภาพในการ ดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคเอส

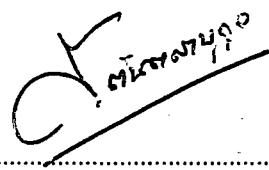
วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
			แอล อี ยังไม่ครอบคลุม และขาดความต่อเนื่อง
ครั้งที่ 3 24 มิถุนายน 2565 (4 ชม.)	จัดประชุมผู้ที่เกี่ยวข้องในหอผู้ป่วยอายุรกรรมชายเพื่อกำหนดผลลัพธ์ร่วมกับการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุตรดิตถ์	- ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี มีทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองดีขึ้น (คะแนนทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น) - ผู้รับบริการเกิดความพึงพอใจและปลอดภัยจากการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต
ครั้งที่ 4 27 มิถุนายน 2565 (4 ชม.)	สืบค้นหลักฐานอ้างอิงและสรุปความรู้จากหลักฐานที่สืบค้นได้เกี่ยวกับวิถีปฏิบัติที่เป็นเลิศการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุตรดิตถ์	แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ
ครั้งที่ 5 28 มิถุนายน 2565 (4 ชม.)	สืบค้นหลักฐานอ้างอิงและสรุปความรู้จากหลักฐานที่สืบค้นได้เกี่ยวกับวิถีปฏิบัติที่เป็นเลิศการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถ	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุตรดิตถ์	แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
	นำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ		
ครั้งที่ 6 29 มิถุนายน 2565 (4 ชม.)	สืบค้นหลักฐานอ้างอิงและสรุป ความรู้จากหลักฐานที่สืบค้นได้ เกี่ยวกับวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพ ในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความ น่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถ นำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	แนวทางการพยาบาลเพื่อ พัฒนาทักษะสุขภาพในการ ดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตที่มี ประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมา แก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มี ความคุ้มค่า และมีความพึง พอใจ
ครั้งที่ 7 4 กรกฎาคม 2565 (4 ชม.)	ทำการยกร่างแนวทางการพยาบาล เพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการ ดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎี ทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	ร่างแนวทางการพยาบาล เพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพใน การดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรค เอส แอล อี
ครั้งที่ 8 8 กรกฎาคม 2565 (4 ชม.)	นำเสนอร่างแนวทางการพยาบาล เพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการ ดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎี ทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	ข้อเสนอแนะจากการนำเสนอ ร่างแนวทางการพยาบาล เพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพใน การดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรค เอส แอล อี
ครั้งที่ 9 11 กรกฎาคม 2565 (4 ชม.)	นำผลจากการนำเสนอร่างแนว ทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตใน ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี มาปรับปรุง ก่อนทำการทดสอบคุณภาพ	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	ร่างแนวทางการพยาบาล เพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพใน การดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรค เอส แอล อี ที่ปรับแก้ เตรียม สำหรับนำไปทำการทดสอบ คุณภาพ

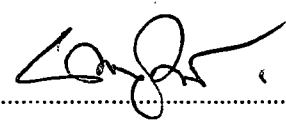
วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
ครั้งที่ 10 13 กรกฎาคม 2565 (4 ชม.)	ทดสอบคุณภาพแนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพ ในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ ด้านความเหมาะสมของภาษาและ รูปแบบ (ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1)	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ คนที่ 1 เพิ่มเติมให้แนวทาง ทางการพยาบาลเพื่อพัฒนา ทักษะสุขภาพในการดูแล ตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎี ทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น
ครั้งที่ 11 15 กรกฎาคม 2565 (4 ชม.)	ทดสอบคุณภาพแนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพ ในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ ด้านความเหมาะสมของภาษาและ รูปแบบ (ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2)	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ คนที่ 2 เพิ่มเติมให้แนวทาง ทางการพยาบาลเพื่อพัฒนา ทักษะสุขภาพในการดูแล ตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎี ทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น
ครั้งที่ 12 18 กรกฎาคม 2565 (4 ชม.)	ทดสอบคุณภาพแนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพ ในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ ด้านความเหมาะสมของภาษาและ รูปแบบ (ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3)	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ คนที่ 3 เพิ่มเติมให้แนวทาง ทางการพยาบาลเพื่อพัฒนา ทักษะสุขภาพในการดูแล ตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎี ทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น
ครั้งที่ 13 1 สิงหาคม 2565 (4 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 14 2 สิงหาคม 2565 (4 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
			ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 15 3 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 16 4 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 17 5 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 18 6 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 19 7 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 20 8 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย

วันที่ (เวลา)	ขั้นตอน/รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่	ผลผลิต
			ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 21 9 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 22 10 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 23 11 สิงหาคม 2565 (8 ชม.)	ทดสอบความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	การประยุกต์ใช้แนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะ สุขภาพในการดูแลตนเองโดย ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
ครั้งที่ 24 22 สิงหาคม 2565 (4 ชม.)	แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและ ประเมินผลหลังทดลองใช้แนวทาง ทดสอบคุณภาพแนวทางการ พยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพ ในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	แนวทางการพยาบาลเพื่อ พัฒนาทักษะสุขภาพในการ ดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรค เอส แอล อี
ครั้งที่ 25 25 สิงหาคม 2565 (4 ชม.)	สรุปแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนา ทักษะสุขภาพในการดูแลตนเอง โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตใน ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี	หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตถ์	แนวทางการพยาบาลเพื่อ พัฒนาทักษะสุขภาพในการ ดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรค เอส แอล อี

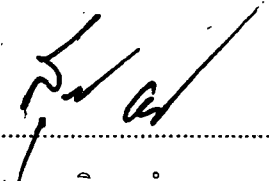
 สิริประภพกุล

ลงชื่อ.....ผู้ปฏิบัติ
(นายสีบตระกูล ตันตลานกุล)



ลงชื่อ.....ผู้รับรอง
(นางสาวเสาวลักษณ์ เนตรซัง)

หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ



ลงชื่อ.....ผู้กำกับติดตามแผน
(นางสุชาดา อินทรกำแหง ณ ราชสีมา)

ผู้อำนวยการ

แบบรายงานผลการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ปีการศึกษา 2565 (มิถุนายน 2565 – 31 พฤษภาคม 2566)

1. ชื่อ-สกุล นายสืบตระกูล ตันตลานุกุล
2. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล การพยาบาลผู้ป่วยในระยะเจ็บป่วยเรื้อรัง
3. กลุ่มประชากรเป้าหมาย ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุตรดิตถ์
5. ระยะเวลาการปฏิบัติงาน

ระหว่างวันที่ 20 มิถุนายน 2565 ถึงวันที่ 18 กันยายน 2566 รวมระยะเวลา 25 วัน

รวมระยะเวลาปฏิบัติงาน 80 ชั่วโมง

6. ผลการดำเนินงาน

6.1 ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นแก่ผู้รับบริการ

- ผู้ป่วยโรคเอส แอล อี มีทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองดีขึ้น คะแนนทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองก่อนให้ความรู้ 3/10 คะแนน คะแนนทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองหลังให้ความรู้ 10/10 คะแนน

- ผู้รับบริการมีความพึงพอใจอยู่ในระดับดีมาก (ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในการรับบริการพยาบาลต่อเจ้าหน้าที่ โดยรวมเท่ากับ 4.5) และปลอดภัยจากการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต

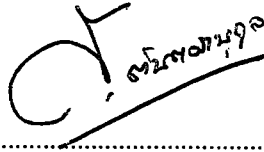
6.2 ผลลัพธ์ที่เกิดต่อสถานบริการสุขภาพ

หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ ได้แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี และสามารถนำไปขับเคลื่อนการดำเนินการดูแลผู้ป่วยโรคเอส แอล อี เพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองตามทฤษฎีทักษะชีวิต

6.3 ผลลัพธ์ที่เกิดต่ออาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล

จากการนำแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อีไปใช้ พบว่า ผู้ป่วยตรวจพบโรคเอสแอลอีมีภาวะไตวายเรื้อรังร่วมด้วยตั้งแต่การวินิจฉัยครั้งแรก เกิดจากไม่ทราบว่าเป็นโรค เริ่มจากมีอาการบวมเล็กน้อยเป็นระยะเวลานาน จนอาการมากขึ้นจึงมาตรวจที่โรงพยาบาล จากการสอบถามพฤติกรรมดูแลสุขภาพที่ผ่านมารับประทานอาหารเน้นเค็ม หวาน เผ็ดจัด ขาดการออกกำลังกาย เป็นปัจจัยเสริมที่ทำให้โรคไตรุนแรงเร็วขึ้น เนื่องจากโรคเอสแอลอียังไม่มีการรักษาที่ทำให้หายขาดได้ จึงส่งผลให้การเจ็บป่วยเรื้อรัง ผู้ป่วยจะมีความเครียด และทุกข์ทรมานจากอาการแทรกซ้อนต่างๆ ได้แก่ คลื่นไส้อาเจียน ปวดท้อง เจ็บหรือเสบเพดานปาก ผื่นขึ้นบ่อย อาการปวดข้อ ข้ออักเสบที่พบได้บ่อย แต่การ

ปฏิบัติตัวที่ดีการ เลือกรักษาที่ถูกต้องจะสามารถควบคุมอาการของโรคได้ เนื่องจากโรคนี้เป็นโรคเรื้อรัง แต่สามารถรักษาและควบคุมโรคให้ได้ดี พยาบาลจึงมีบทบาทสำคัญในการให้ความรู้คำแนะนำเกี่ยวกับการเอาใจใส่ดูแลตนเองของผู้ป่วย การรู้จักรักษาความสะอาดในการรับประทานอาหาร หลีกเลี่ยงปัจจัยที่ทำให้โรคกำเริบ รีบมาพบแพทย์เมื่อมีอาการผิดปกติความร่วมมือจากผู้ป่วย ครอบครัว และญาติ เกี่ยวกับการรักษาพยาบาลอย่างเคร่งครัดสม่ำเสมอไม่เปลี่ยนแพทย์ เปลี่ยนสถานรักษา ซึ่งทำให้การรักษาขาดตอนไม่ต่อเนื่องจึงจะช่วยทำให้การรักษาหรือการควบคุมโรคประสบผลสำเร็จได้



ลงชื่อ.....

(นายสีบตระกูล ตันตลานกุล)

อาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 1

หลังจากพบหัวหน้าหอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตต์ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการพัฒนาการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอสแอล อี ได้รับความร่วมมือในการพัฒนาการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอสแอล อี

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 2

หลังจากจัดประชุมผู้ที่เกี่ยวข้องในหอผู้ป่วยอายุรกรรมชายเพื่อกำหนดปัญหาในทางปฏิบัติการพยาบาลเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการปรับตัวผู้ป่วยโรคเอสแอล อี พบว่า

1) หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย โรงพยาบาลอุดรดิตต์ ยังไม่มีแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอสแอล อี

2) แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองผู้ป่วยโรคเอสแอล อี ยังไม่ครอบคลุมและขาดความต่อเนื่อง

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 3

หลังจากจัดประชุมผู้ที่เกี่ยวข้องในหอผู้ป่วยอายุรกรรมชายเพื่อกำหนดผลลัพธ์ร่วมกันการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองผู้ป่วยโรคเอสแอล อี ได้ผลลัพธ์ร่วมกันในการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองผู้ป่วยโรคเอสแอล อี ดังนี้

- ผู้ป่วยโรคเอสแอล อี มีทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองดีขึ้น (คะแนนทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น)
- ผู้รับบริการเกิดความพึงพอใจ และปลอดภัยจากการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 4

หลังจากสืบค้นหลักฐานอ้างอิงและสรุปความรู้จากหลักฐานที่สืบค้นได้ เกี่ยวกับวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศปฏิบัติการพยาบาลเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการปรับตัวผู้ป่วยโรคเอสแอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ ได้แนวทางปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองผู้ป่วยโรคเอสแอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ จำนวน 2 เรื่อง

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 5

หลังจากสืบค้นหลักฐานอ้างอิงและสรุปความรู้จากหลักฐานที่สืบค้นได้ เกี่ยวกับวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศปฏิบัติการพยาบาลเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการปรับตัวผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ ได้แนวทางปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ จำนวน 2 เรื่อง

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 6

หลังจากสืบค้นหลักฐานอ้างอิงและสรุปความรู้จากหลักฐานที่สืบค้นได้ เกี่ยวกับวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศปฏิบัติการพยาบาลเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการปรับตัวผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ ได้แนวทางปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่มีประสิทธิภาพ ความน่าเชื่อถือ เป็นที่ยอมรับและสามารถนำมาแก้ไขปัญหาที่พบได้ ประหยัด มีความคุ้มค่า และมีความพึงพอใจ จำนวน 6 เรื่อง

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 7

ร่างแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต

การพยาบาล

การพยาบาลผู้ป่วยใช้กระบวนการพยาบาลที่ครอบคลุมการประเมินภาวะสุขภาพ การกำหนดข้อวินิจฉัย การพยาบาล การวางแผนการพยาบาล เพื่อนำไปปฏิบัติการพยาบาลแก่ผู้ป่วย และการประเมินผลดังนี้

1. **การซักประวัติ** ความซักประวัติเกี่ยวกับความเจ็บป่วยในอดีต ประวัติการแพ้สารเคมี ยา อาหาร และอื่นๆ ประวัติการเกิดโรค เอสแอลอีในครอบครัว ประวัติการเจ็บป่วยในปัจจุบัน คือ อาการและอาการแสดง ระยะเวลาที่เริ่มมีอาการ ปัจจัยเสริม การรับรู้เกี่ยวกับการเจ็บป่วย การรักษาและการดูแลตนเอง ความวิตกกังวล การตอบสนองและการปรับตัวต่อการเจ็บป่วย

2. **การตรวจร่างกาย** ควรตรวจร่างกายทุกระบบ โดยเฉพาะความผิดปกติของผิวหนัง ความผิดปกติของข้อและกล้ามเนื้อ ความผิดปกติของระบบประสาท หัวใจและหลอดเลือด ระบบทางเดินปัสสาวะ ระบบทางเดินอาหาร ต่อมไทรอยด์ ความผิดปกติของตา

3. **การตรวจทางห้องปฏิบัติการและอื่นๆ** ประกอบด้วยการตรวจเลือด เพื่อตรวจหาระบบของแอนติบอดี คอมพลีเมนต์ แกมมาโกลบูลิน อิมมูโนโกลบูลิน ทรานสอะมีเนส จำนวนเม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาว และเกร็ดเลือด การแข็งตัวของเลือด การตกตะกอนของเม็ดเลือดแดง ครีเอตินิน และอะมิเลส ดารถ่ายภาพรังสีปอด หัวใจ ท้อง การตรวจคลื่นไฟฟ้า หัวใจและสมอง การกรวดน้ำไขสันหลัง การตรวจสมองด้วย MRI และ CT เพื่อหาความผิดปกติ

ข้อวินิจฉัยการพยาบาล

1. ไม่สุขสบายเนื่องจากปวดข้อและกล้ามเนื้อ
2. มีโอกาสเกิดการติดเชื้อเนื่องจากภูมิคุ้มกันผิดปกติ
3. วิดกกังวลและกลัวเนื่องจากภาพลักษณ์เปลี่ยนแปลงและเจ็บป่วยเรื้อรัง
4. มีโอกาสได้รับสารอาหารไม่เพียงพอเนื่องจากมีแผลในปากและทางเดินอาหารผิดปกติ

การประเมินผล

ภายหลังให้การพยาบาล ประเมินผลตามเกณฑ์ที่กำหนด แนะนำผลการประเมินไปปรับปรุงแผนการพยาบาลให้มีประสิทธิภาพต่อไป

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 8

ข้อเสนอแนะจากการนำเสนอร่างแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ให้ปรับเพิ่มเติมข้อควรปฏิบัติในการควบคุมโรค

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 9

ร่างแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ที่ปรับแก้ เตรียมสำหรับนำไปทำการทดสอบคุณภาพ

การพยาบาล

การพยาบาลผู้ป่วยใช้กระบวนการพยาบาลที่ครอบคลุมการประเมินภาวะสุขภาพ การกำหนดข้อวินิจฉัยการพยาบาล การวางแผนการพยาบาล เพื่อนำไปปฏิบัติการพยาบาลแก่ผู้ป่วย และการประเมินผลดังนี้

1. การซักประวัติ ความซักประวัติเกี่ยวกับความเจ็บป่วยในอดีต ประวัติการแพ้สารเคมี ยา อาหาร และอื่นๆ ประวัติการเกิดโรค เอสแอลอีในครอบครัว ประวัติการเจ็บป่วยในปัจจุบัน คือ อาการและอาการแสดง ระยะเวลาที่เริ่มมีอาการ ปัจจัยเสริม การรับรู้เกี่ยวกับการเจ็บป่วย การรักษาและการดูแลตนเอง ความวิตกกังวล การตอบสนองและการปรับตัวต่อการเจ็บป่วย

2. การตรวจร่างกาย ควรตรวจร่างกายทุกระบบ โดยเฉพาะความผิดปกติของผิวหนัง ความผิดปกติของข้อและกล้ามเนื้อ ความผิดปกติของระบบประสาท หัวใจและหลอดเลือด ระบบทางเดินปัสสาวะ ระบบทางเดินอาหาร ต่อมน้ำเหลือง ความผิดปกติของตา

3. การตรวจทางห้องปฏิบัติการและอื่นๆ ประกอบด้วยการตรวจเลือด เพื่อตรวจหาระบบของแอนติบอดี คอมพลีเมนต์ แกมมาโกลบูลิน อิมมูโนโกลบูลิน ทรานสอะมีเนส จำนวนเม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาว และเกร็ดเลือด การแข็งตัวของเลือด การตกตะกอนของเม็ดเลือดแดง ครีเอตินิน และอะมิเลส ดารถ่ายภาพรังสีปอด หัวใจ ท้อง การตรวจคลื่นไฟฟ้า หัวใจและสมอง การกรวดน้ำไขสันหลัง การตรวจสมองด้วย MRI และ CT เพื่อหาความผิดปกติ

ข้อวินิจฉัยการพยาบาล

1. ไม่สุขสบายเนื่องจากปวดข้อและกล้ามเนื้อ
2. มีโอกาสเกิดการติดเชื้อเนื่องจากภูมิคุ้มกันผิดปกติ
3. วิตกกังวลและกลัวเนื่องจากภาพลักษณ์เปลี่ยนแปลงและเจ็บป่วยเรื้อรัง
4. มีโอกาสได้รับสารอาหารไม่เพียงพอเนื่องจากมีแผลในปากและทางเดินอาหารผิดปกติ

การประเมินผล

ภายหลังให้การพยาบาล ประเมินผลตามเกณฑ์ที่กำหนด แนะนำผลการประเมินไปปรับปรุงแผนการพยาบาลให้มีประสิทธิภาพต่อไป

ข้อควรปฏิบัติในการควบคุมโรค

1. หลีกเลี่ยงแสงแดด และแสงนีออนเป็นสาเหตุทำให้โรคกำเริบได้ ควรใช้ครีมกันแดดเป็นประจำ โดยใช้ครีมกันแดดที่ปกป้องทั้ง UVA และ UVB ที่มี SPF 15 ขึ้นไป หลีกเลี่ยงการออกแดดโดยตรง
2. หลีกเลี่ยงการติดเชื้อ ดูแลความสะอาดของร่างกายโดยเฉพาะอวัยวะสืบพันธุ์และช่องปาก
3. รับประทานอาหารปรุงสุกผ่านความร้อนใหม่ๆ ดื่มน้ำสะอาด ผู้มีอาการทางไตร่วมด้วย ควรรับประทานอาหารจำกัดเกลือ
4. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
5. หลีกเลี่ยงสภาวะเครียดอาจทำให้โรคกำเริบได้
6. ไม่ควรซื้อยากินเองควรไปพบแพทย์
7. ไม่ควรเปลี่ยนแพทย์หรือสถานรักษาด้วยตนเองเพราะจะขาดการรักษาที่ต่อเนื่อง
8. หลีกเลี่ยงบริเวณแออัดอากาศไม่บริสุทธิ์ ไม่เข้าใกล้ผู้ที่กำลังติดเชื้อ เช่น ไข้หวัด
9. ถ้ามีอาการผิดปกติซึ่งบ่งว่ามีอาการติดเชื้อ เช่น มีไข้ มีตุ่มหนอง ควรรีบกลับไปพบแพทย์ทันที / หรือพบแพทย์ก่อนนัด
10. ถ้าหากรับประทานยาที่กดภูมิคุ้มกันอยู่ เช่น อิมบูเรน แอนติบอดี ให้หยุดยาชั่วคราวระหว่างการติดเชื้อ
11. ทำงานหรือเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับสภาวะของโรคที่เป็นอยู่
12. ในช่วงที่มีการรักษาด้วยยาต้องรับประทานยาตามขนาดและระยะเวลาที่แพทย์กำหนดอย่างเคร่งครัด
13. ไม่ควรตั้งครรภ์ในระยะที่โรคกำเริบ เพราะอาจเป็นอันตรายต่อแม่และเด็กในครรภ์

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 10

ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 เพิ่มเติมให้แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น

การมีสุขนิสัยที่ดี ปฏิบัติตามสุขบัญญัติ (สุขบัญญัติ 10 ได้แก่ ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด ดูแลรักษาสุขภาพช่องปากและฟัน ล้างมือให้สะอาด กินอาหารสุกสะอาด งดบุหรี่และสุรา สร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวให้อบอุ่น ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ทำจิตใจให้แจ่มใส มีจิตสำนึกต่อส่วนรวมและสังคม)

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 11

ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 เพิ่มเติมให้แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น

ป้องกันการติดเชื้อ เป็นส่วนหนึ่งของสุขบัญญัติแต่แยกหัวข้อเพื่อเน้นย้ำความสำคัญ เนื่องจากทั้งโรคเอสแอล อีและยากดภูมิคุ้มกันอาจทำให้ติดเชื้อได้ง่ายและรุนแรงขึ้น อีกทั้งเมื่อติดเชื้อแล้วก็อาจเป็นสาเหตุให้โรคเอสแอล อีกำเริบได้ด้วย ผู้ป่วยควรรับประทานอาหารที่สะอาดและปรุงสุกใหม่ด้วยความร้อน หากไปในสถานที่ที่มีคนอยู่มาก ให้ระวังการติดเชื้อ ควรล้างมือบ่อย สวมใส่หน้ากากอนามัย รวมถึงควรดูแลสุขภาพช่องปากอย่างเหมาะสมเพื่อป้องกันฟันผุและเหงือกอักเสบ

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 12

ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 เพิ่มเติมให้แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น

เน้นย้ำเรื่อง ห้ามขาดยา ปรับยาหรือหยุดยาเอง ยกเว้นกรณีแพ้ยาหากกังวลเกี่ยวกับการใช้ยาควรปรึกษาแพทย์ผู้ดูแล หากรับประทานยาเพิ่มเติมจากแพทย์ท่านอื่นหรือรับประทานยาสมุนไพรควรแจ้งแพทย์ผู้ดูแลรับทราบด้วย

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 13 - 23

ได้ประยุกต์ใช้แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี ดังนี้

ข้อมูลทั่วไป : ผู้ป่วยชายไทย อายุ 35 ปี สัญชาติไทย สถานภาพโสด ไม่ได้ประกอบอาชีพ อาศัยอยู่กับบิดา มารดา
อาการสำคัญ : ซีด ซ้ออักเสบ ก่อนมา โรงพยาบาล 1 สัปดาห์

ประวัติการเจ็บป่วยปัจจุบัน : 1 สัปดาห์ ก่อนมาโรงพยาบาล ปวด บวมแดง ตามข้อ ซีด รักษา ตัวในโรงพยาบาล นาน 12 วัน แพทย์อนุญาตให้กลับบ้าน หลังจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล ได้รับการประสานร่วมวางแผนการจำหน่ายผู้ป่วยเพื่อเตรียมตัว ผู้ป่วย ญาติและผู้ดูแลก่อนกลับบ้าน

ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต : ผู้ป่วยมีประวัติ โรคเอสแอลอีตรวจพบเมื่อปี 2556 เริ่มจากมีอาการบวมทั้งตัว ไปรักษาที่โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง และส่งต่อไปรักษาที่โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ได้รับการวินิจฉัย SLE ร่วมกับมีภาวะไตวายเรื้อรัง และบำบัดด้วยวิธีล้างไตทางหน้าท้อง ปี 2560 มีนัดติดตามผลทุก 1 เดือน

การประเมินตามระบบ

รูปร่างทั่วไป : รูปร่างผอม น้ำหนัก 35 กิโลกรัม ส่วนสูง 155 เซนติเมตร BMI 14.56 อ่อนเพลีย

สัญญาณชีพ : อุณหภูมิ 37.2 องศาเซลเซียส ชีพจร 74 ครั้ง/นาที อัตราการหายใจ 22 ครั้ง/นาที ความดันโลหิต 165/98 มิลลิเมตรปรอท

ระบบประสาท : รู้สึกตัว พูดคุยถามตอบรู้เรื่อง ดี รู้วัน เวลา สถานที่ (GCS=15 คะแนน) Pupil Ø 2mm RTL (BE) แขน ขากำลึงปกติ

ผิวหนัง : ผิวน้ำ มีผื่นแดงนูน ดูซีด ผิวน้ำ บริเวณข้อมือ ข้อเท้าแดงเล็กน้อย

ศีรษะและใบหน้า : ศีรษะสมมาตรกันดี คลำไม่ พบก้อน ใบหน้าบวม ตาทั้งสองข้างลักษณะสมมาตร กันดี หนึ่งตาบวมเล็กน้อยการมองเห็นปกติ ใบหู จมูก มีลักษณะภายนอกปกติ

ทรวงอกและทางเดินหายใจ : ทรวงอกรูปร่าง ปกติลักษณะสมมาตรกันดี ไม่มีอาการหายใจเหนื่อย

หัวใจและหลอดเลือด : การเต้นของหัวใจ สม่ำเสมอ ไม่มีเสียง Murmur ชีพจร 74 ครั้ง/นาที จังหวะสม่ำเสมอ

ช่องท้องและทางเดินอาหาร : มีแผล Exit site และสาย Tenckhoff บริเวณรอบแผลไม่บวมแดง

กล้ามเนื้อและกระดูก : โครงสร้างร่างกายปกติ แขนขาไม่มีรอยโรคของการหักหรือผิดปกติ Motor power grade 4 ประเมินระดับการดูแลแบบประคับประคอง (PSS score) 90%

การประเมิน ADL เท่ากับ 19/20

ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาล	กิจกรรมการพยาบาล
<p>มีภาวะซีด และเสี่ยงต่อภาวะทุพโภชนาการ เนื่องจากการย่อยและการดูดซึมผิดปกติ</p> <p>ข้อมูลสนับสนุน</p> <p>1. ร่างกายซูบผอม BMI 14.56 kg/m² อ่อนเพลีย ซีด</p> <p>2. Hematocrit 28% (ก่อนออกจากโรงพยาบาล)</p> <p>3. มีอาการคลื่นไส้</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <p>ปลอดภัยจากภาวะซีดและไม่เกิดภาวะทุพโภชนาการ</p>	<p>1. ทบทวนกับผู้ป่วยให้ไปรับการฉีดยา Espogen 4000 unit (sc) สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตามกำหนดนัดในสมุดบันทึก</p> <p>2. ให้คำแนะนำเรื่องอาหารสำหรับผู้ป่วยและผู้ดูแล ในการจัดอาหารให้ผู้ป่วยได้รับประทาน เพื่อลดภาวะซีด เพิ่มโปรตีน ลดภาวะทุพโภชนาการ</p> <p>- อาหารที่รับประทาน ได้แก่ ไก่ย่าง ไก่อบ หมูบึ่ง หมูอบ ปลา ย่าง ปลานึ่ง ปลาเผา กุ้งเผา ไข่ขาวต้ม ตุ่น ทอด ขนมไส้แยม โดนัท</p> <p>- อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง ได้แก่ เครื่องในสัตว์ หนั้หมู หนั้ไก่ คอหมูย่าง ไข่แดง หมูสามชั้น หมูกรอบ ไข่ปลา ปลาเล็กปลาน้อย กุ้งแห้ง ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ้ว ข้าวราดแกงกะทิ ทองหยิบ ขนมหม้อแกง</p>

ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาล	กิจกรรมการพยาบาล
<p>เกณฑ์การประเมินผล</p> <p>1. รับประทานอาหารได้อย่างน้อยครั้ง ถ้วยต่อ มื้อ ครบทั้ง 3 มื้อ</p> <p>2. ไม่มีอาการแสดงของอาการขาดน้ำ และทุพโภชนาการ ได้แก่ ไม่มีสมาธิ ชูบ ผอม ผิวแห้ง</p> <p>3. Hematocrit > 30% 4. BMI 18.5-22.9 kg/m²</p>	<p>- อาหารที่มีโพแทสเซียมสูงที่ควรหลีกเลี่ยง ได้แก่ ผักมีสี ผักโขม ผักบุง กถั่ว ผลไม้แห้ง</p> <p>3. แนะนำให้รับประทานอาหารครั้งละน้อยๆ แต่บ่อยครั้งได้</p> <p>4. แนะนำให้รับประทานยาตามแผนการรักษา ได้แก่ Folic acid 5 mg 1 tab oral OD pc, B.co 1 tab oral tid pc, Ferrous fumarate 200 mg 1 tab oral tid pc, Plasil 1 tab oral tid ac</p> <p>5. เน้นย้ำการมาเจาะเลือดไปตรวจรักษาตามนัดเพื่อแก้ไขภาวะซีด</p> <p>การประเมินผล</p> <p>รับประทานอาหารได้ครบทั้ง 3 มื้อ ส่วนใหญ่เป็นข้าวต้มมีผลไม้ครั้งถ้วย ยังมีอาการชูบผอม ผิวแห้ง BMI 16.65 kg/m² (ระยะเวลา 1 เดือน), Hematocrit 30% (มารับเลือดที่โรงพยาบาล 1 ถู)</p>
<p>ผู้ป่วยวิตกกังวลและท้อแท้เนื่องจากภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง</p> <p>ข้อมูลสนับสนุน</p> <p>1. จากการประเมินภาวะซึมเศร้าแบบ 2Q 9Q กับ ผู้ป่วยและผู้ดูแลมีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อย</p> <p>2. ผู้ป่วยบ่นเวลานอนจะเครียดเรื่องการเจ็บป่วยมาก</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <p>ผู้ป่วยและญาติคลายความวิตกกังวล</p> <p>เกณฑ์การประเมินผล</p> <p>1. ผู้ป่วยหน้าตาแจ่มใส ไม่มีอาการซึมเศร้า 2. แบบประเมินภาวะ 2Q ปกติ</p> <p>3. ผู้ป่วยไม่บ่นแสดงความท้อแท้</p>	<p>1. สร้างสัมพันธภาพให้เกิดความเชื่อถือ ไว้วางใจ และเชื่อมั่นว่าพยาบาลเป็นที่ปรึกษาแก่ เขาได้</p> <p>2. อธิบายและโน้มน้าวให้ผู้ป่วยและญาติเห็นความสำคัญ ทำความเข้าใจเกี่ยวกับโรคว่า ภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้น เกิดจากการปฏิบัติตัวส่วนหนึ่ง หากมีการจัดการตนเองและ ปฏิบัติตัวถูกต้องตามแผนการรักษา การเกิดภาวะแทรกซ้อนจะน้อยลง และจะสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ</p> <p>3. กระตุ้นให้ผู้ป่วยช่วยเหลือตนเอง ตั้งแต่การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันต่างๆ กล่าวชมเชย เมื่อผู้ป่วยปฏิบัติได้ เพื่อให้มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองมากขึ้น 4. ได้ให้กำลังใจเสริมพลังอำนาจ ชื่นชมที่สามารถปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง</p> <p>5. ประเมินภาวะซึมเศร้าด้วยแบบประเมิน 2Q, 9Q ก่อนและหลังให้การพยาบาล</p> <p>การประเมินผล</p> <p>ผู้ป่วยหน้าตาแจ่มใส ไม่มีอาการซึมเศร้า แบบประเมินภาวะ 2Q ปกติผู้ป่วยไม่บ่นแสดง ความท้อแท้</p>

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 24

จากการนำแนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิตในผู้ป่วยโรคเอส แอล อีไปใช้ พบว่า ผู้ป่วยตรวจพบโรคเอสแอลอีมีภาวะไตวายเรื้อรังร่วมด้วยตั้งแต่การวินิจฉัยครั้งแรก เกิดจากไม่ทราบว่าเป็นโรค เริ่มจากมีอาการบวมเล็กน้อยเป็นระยะเวลานาน จนอาการมากขึ้นจึงมาตรวจที่โรงพยาบาล จากการสอบถามพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพที่ผ่านมาได้รับประทานอาหารเน้นเค็ม หวาน เผ็ดจัด ขาดการออกกำลังกาย เป็นปัจจัยเสริมที่ทำให้โรคไตรุนแรงเร็วขึ้น เนื่องจากโรคเอสแอลอียังไม่มีการรักษาที่ทำให้หายขาดได้ จึงส่งผลให้การเจ็บป่วยเรื้อรัง ผู้ป่วยจะมีความเครียด และทุกข์ทรมานจากอาการแทรกซ้อนต่างๆ ได้แก่ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง เจ็บหรือแสบเพดานปาก ผื่นขึ้นบ่อย อาการปวดข้อ ข้ออักเสบที่พบได้บ่อย แต่การปฏิบัติตัวที่ดีการ เลือกรักษาที่ถูกต้องจะสามารถควบคุมอาการของโรคได้ เนื่องจากโรคนี้นั้นเป็นโรคเรื้อรัง แต่สามารถรักษาและควบคุมโรคให้ได้ดี พยาบาลจึงมีบทบาทสำคัญในการให้ความรู้คำแนะนำเกี่ยวกับการเอาใจใส่ดูแลตนเองของผู้ป่วย การรู้จักรักษาความสะอาดในการรับประทาน อาหาร หลีกเลี่ยงปัจจัยที่ทำให้โรคกำเริบ รับประทานแพทย์เมื่อมีอาการผิดปกติความร่วมมือจากผู้ป่วย ครอบครัว และญาติ เกี่ยวกับการรักษาพยาบาลอย่างเคร่งครัดสม่ำเสมอไม่เปลี่ยนแพทย์ เปลี่ยนสถานรักษา ซึ่งทำให้การรักษาขาดตอนไม่ต่อเนื่องจึงจะช่วยให้การรักษาหรือการควบคุมโรคประสบผลสำเร็จได้

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ครั้งที่ 25

แนวทางการพยาบาลเพื่อพัฒนาทักษะสุขภาพในการดูแลตนเองโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทักษะชีวิต
ในผู้ป่วยโรคเอส แอล อี

การพยาบาล

การพยาบาลผู้ป่วยใช้กระบวนการพยาบาลที่ครอบคลุมการประเมินภาวะสุขภาพ การกำหนดข้อวินิจฉัยการพยาบาล การวางแผนการพยาบาล เพื่อนำไปปฏิบัติการพยาบาลแก่ผู้ป่วย และการประเมินผลดังนี้

1. การซักประวัติ ความซักประวัติเกี่ยวกับความเจ็บป่วยในอดีต ประวัติการแพ้สารเคมี ยา อาหาร และอื่นๆ ประวัติการเกิดโรค เอสแอลอีในครอบครัว ประวัติการเจ็บป่วยในปัจจุบัน คือ อาการและอาการแสดง ระยะเวลาที่เริ่มมีอาการ ปัจจัยเสริม การรับรู้เกี่ยวกับการเจ็บป่วย การรักษาและการดูแลตนเอง ความวิตกกังวล การตอบสนองและการปรับตัวต่อการเจ็บป่วย

2. การตรวจร่างกาย ควรตรวจร่างกายทุกระบบ โดยเฉพาะความผิดปกติของผิวหนัง ความผิดปกติของข้อและกล้ามเนื้อ ความผิดปกติของระบบประสาท หัวใจและหลอดเลือด ระบบทางเดินปัสสาวะ ระบบทางเดินอาหาร ต่อมไทรอยด์ ความผิดปกติของตา

3. การตรวจทางห้องปฏิบัติการและอื่นๆ ประกอบด้วยการตรวจเลือด เพื่อตรวจหาระบบของแอนติบอดี คอมพลีเมนต์ แกมมาโกลบูลิน อิมมูโนโกลบูลิน ทรานสอะมีเนส จำนวนเม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาว

และเกร็ดเลือด การแข็งตัวของเลือด การตกตะกอนของเม็ดเลือดแดง ครีเอตินิน และอะมิเลส ดารถ่ายภาพรังสีปอด หัวใจ ท้อง การตรวจคลื่นไฟฟ้า หัวใจและสมอง การกรวดน้ำไขสันหลัง การตรวจสมองด้วย MRI และ CT เพื่อหาความผิดปกติ

ข้อวินิจฉัยการพยาบาล

1. ไม่สุขสบายเนื่องจากปวดข้อและกล้ามเนื้อ
2. มีโอกาสเกิดการติดเชื้อเนื่องจากภูมิคุ้มกันผิดปกติ
3. วิดกกังวลและกลัวเนื่องจากภาพลักษณ์เปลี่ยนแปลงและเจ็บป่วยเรื้อรัง
4. มีโอกาสได้รับสารอาหารไม่เพียงพอเนื่องจากมีแผลในปากและทางเดินอาหารผิดปกติ

การประเมินผล

ภายหลังให้การพยาบาล ประเมินผลตามเกณฑ์ที่กำหนด แนะนำผลการประเมินไปปรับปรุงแผนการพยาบาลให้มีประสิทธิภาพต่อไป

ข้อควรปฏิบัติในการควบคุมโรค

1. การมีสุขนิสัยที่ดี ปฏิบัติตามสุขบัญญัติ (สุขบัญญัติ 10 ได้แก่ ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด ดูแลรักษาสุขภาพช่องปากและฟัน ล้างมือให้สะอาด กินอาหารสุกสะอาด งดบุหรี่และสุรา สร้างสมัพันธ์ภาพในครอบครัวให้อบอุ่น ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ทำจิตใจให้แจ่มใส มีจิตสำนึกต่อส่วนรวมและสังคม)
2. ป้องกันการติดเชื้อ เป็นส่วนหนึ่งของสุขบัญญัติแต่แยกหัวข้อเพื่อเน้นย้ำความสำคัญ เนื่องจากทั้งโรคเอสแอลอีและยากดภูมิคุ้มกันอาจทำให้ติดเชื้อได้ง่ายและรุนแรงขึ้น อีกทั้งเมื่อติดเชื้อแล้วก็อาจเป็นสาเหตุให้โรคเอสแอลอีกำเริบได้ด้วย ผู้ป่วยควรรับประทานอาหารที่สะอาดและปรุงสุกใหม่ด้วยความร้อน หากไปในสถานที่มีคนอยู่มาก ให้ระวังการติดเชื้อควรล้างมือบ่อย สวมใส่หน้ากากอนามัย รวมถึงควรดูแลสุขภาพช่องปากอย่างเหมาะสมเพื่อป้องกันฟันผุและเหงือกอักเสบ
3. หลีกเลียงแสงแดด และแสงนีออนเป็นสาเหตุทำให้โรคกำเริบได้ ควรใช้ครีมกันแดดเป็นประจำ โดยใช้ครีมกันแดดที่ปกป้องทั้ง UVA และ UVA ที่มี SPF 15 ขึ้นไป หลีกเลียงการออกแดดโดยตรง
4. ไม่ควรซื้อยากินเองควรไปพบแพทย์ ห้ามขาดยา ปรับยาหรือหยุดยาเอง ยกเว้นกรณีแพ้ยาหากกังวลเกี่ยวกับการใช้ยาควรปรึกษาแพทย์ผู้ดูแล หากรับประทานยาเพิ่มเติมจากแพทย์ท่านอื่นหรือรับประทานยาสมุนไพรควรแจ้งแพทย์ผู้ดูแลรับทราบด้วย
5. ไม่ควรเปลี่ยนแพทย์หรือสถานรักษาด้วยตนเองเพราะจะขาดการรักษาที่ต่อเนื่อง
6. ถ้ามีอาการผิดปกติซึ่งบ่งว่ามีอาการติดเชื้อ เช่น มีไข้ มีตุ่มหนอง ควรรีบกลับไปพบแพทย์ทันที / หรือพบแพทย์ก่อนนัด
7. ทำงานหรือเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับสถานะของโรคที่เป็นอยู่
8. ไม่ควรตั้งครรภ์ในระยะที่โรคกำเริบ เพราะอาจเป็นอันตรายต่อแม่และเด็กในครรภ์