

แบบรายงานผลการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ปีการศึกษา 2566 (มิถุนายน 2566 – 31 พฤษภาคม 2567)

1. ชื่อ-สกุล นางสาวปฐพร แสงเขียว
2. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวช
3. กลุ่มประชากรเป้าหมาย ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล ชุมชนในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพม่อนดินแดง
5. ระยะเวลาการปฏิบัติงาน
ระหว่างวันที่ 28 กรกฎาคม 2566 - 31 มีนาคม 2567 รวมระยะเวลา 30 วัน
รวมระยะเวลาปฏิบัติงาน 120 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.....

(นางสาวปฐพร แสงเขียว)

อาจารย์ผู้ปฏิบัติการพยาบาล



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 2566 - พฤษภาคม 2567.....**จำนวน...120...ชั่วโมง**

เป้าหมาย/ผลลัพธ์

ระยะสั้น

1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้ามีความรู้เกี่ยวกับโรคซึมเศร้า
2. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าไม่มีภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

ระยะเวลา

1. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้ามีความพึงพอใจในชีวิต
2. ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าสามารถดูแลตนเองได้ โดยรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและจัดการกับปัญหา

วิกฤติของตนเองได้

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|---|
| <p>ครั้งที่ 1</p> <p>28 กรกฎาคม 2566</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p>-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ม่อนดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) เรื่อง การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วย การระลึกความหลังแบบรายบุคคล</p> <p><u>เยี่ยมบ้าน ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 1</u></p> <p>-สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>-ให้ข้อมูลเกี่ยวกับจำนวนครั้งและ ระยะเวลาที่พบผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้า</p> <p>-แนะนำการบำบัดด้วยการระลึกถึง ความหลัง อธิบายประโยชน์ วัตถุประสงค์</p> <p>-ประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุ อย่างครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของ สมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับ ประวัติชีวิต ความสนใจและ ความชอบของผู้ป่วย</p> | <p>บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอ เมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p> <p>1.แผนการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การ บำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล</p> <p>ผู้ป่วยหญิง นางไพล เหลือหลาย อายุ 75 ปีที่มีอาการ สำคัญ ความรู้สึกเศร้าและความเหงา มีอาการหลังจากการ ระบาดของ COVID-19 นอนหลับยาก น้ำหนักลด และ หมดความสนใจในการเข้าสังคมกับผู้อื่น</p> <p>2.ผลการประเมินโดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุ ของไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS)</p> <p>ผลการประเมิน TGDS = 23 คะแนน (คะแนน 19-24 ซึมเศร้าปานกลาง)</p> <p>คะแนนระหว่าง 13-18 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้า เล็กน้อย</p> <p>คะแนนระหว่าง 19-24 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้า ปานกลาง</p> <p>คะแนนระหว่าง 25-30 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้า รุนแรง</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|--|
| | | <p>3. แบบบันทึกผลการประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุ ครอบครัว ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ ของสมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประวัติชีวิต ความสนใจ และความชอบของผู้ป่วย</p> <p>ผู้หญิงสูงอายุ แต่งกายด้วยเสื้อคอกระเช้า ผ้าถุงลายไทย สะอาด ผมหวีเป็นระเบียบเรียบร้อย นั่งอยู่ในบ้าน สีหน้า เมื่อแรกพบมีความกระตือรือร้น ตอบคำถามได้ดี ไม่มี อาการวิงเวียน นอนดูทีวี ผู้ป่วยอยู่บ้านกับสามีและลูก ไม่มี ความวิตกกังวล ซักถามตอบได้ตรงประเด็น ผู้ป่วยเคย ประกอบอาชีพเกษตรกร มีความสนใจในเรื่องการประกอบ อาชีพ มีงานอดิเรกปลูกต้นไม้ เลี้ยงสุนัข ชอบเข้าร่วม กิจกรรมในชุมชนเมื่อมีงานบุญ</p> |
| <p>ครั้งที่ 2 4 สิงหาคม 2566 (4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 2</u></p> <p>-สร้างความไว้วางใจ</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญใน ชีวิต</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และ ความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้ คำถามสะท้อนประสบการณ์ของ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญใน ชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำ วัยเด็ก)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจใน เรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับ</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยเด็ก</p> <p>ผู้ป่วยเป็นบุตรคนที่สามของบิดามารดา ตอนเด็กช่วยพ่อ แม่ทำงานบ้านและเลี้ยงน้องที่ยังเล็กๆ อีกจำนวน 5 คน เรียนหนังสือจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ไม่ได้เรียนหนังสือ ต่อ ความทรงจำวัยเด็กที่ประทับใจคือ ตอนเด็กเป็นคน เรียบร้อยและมีความรับผิดชอบช่วยงานบ้าน พ่อแม่ มอบหมายให้ดูแลความสะอาดบ้าน และออกไปช่วยงานใน ไร่ ความประทับใจคือชอบเป็นแม่ค้า ชอบเอาของพ่อของ แม่ไปขายที่โรงเรียน พ่อแม่ก็จะแบ่งเงินให้เป็นจำนวน เล็กน้อย รู้สึกดีใจ เพราะเป็นเด็กสมัยก่อนถ้าไม่ได้เงินจาก ที่พ่อแม่ให้ก็ไม่มียาได้อะไร ที่ประทับใจอีกเรื่องคือการได้ ไปเที่ยวไหว้พระงานพระแท่นศิลาอาสน์ งานวัดธรรมมา งานวัดท่า เตี้ยวันนี้ก็ต้องรอให้ลูกหลานพาไป ถ้าลูกหลาน ไม่ได้พาไปก็จะได้ไม่ได้ คนเมื่อก่อนนี้จะใกล้ชิดวัดวา แล้ว งานวัดก็เป็นงานประจำปีที่รอคอย คนต่างจังหวัดก็ยังมา เที่ยวกัน อย่างงานพระแท่นจะมีคนจากต่างจังหวัดมานอน ค้าง แต่เราเป็นคนอุดรติดรถเราก็กลับบ้านเรา ตอนนั้นยัง</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|---|
| | <p>และติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> | <p>ไม่ได้มีเรื่องอะไรให้คิด ก็ได้แต่ตามพ่อแม่ ไปไหนก็ไปกันกับพี่กับน้องชีวิตตอนเด็กมีความสุขมาก</p> |
| <p>ครั้งที่ 3</p> <p>11 สิงหาคม 2566</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 3</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยรุ่น)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยรุ่น</p> <p>หลังจากออกจากโรงเรียนก็ทำงานช่วยพ่อแม่ แล้วก็เริ่มอาชีพของตนเอง เริ่มค้าขาย โดยพ่อแม่แบ่งที่ทำการให้เพื่อให้ปลูกผักทำสวน นอกจากอาชีพเกษตรกรรมแล้วก็ประกอบอาชีพค้าขายเล็กๆ น้อยๆ คือเอาผักที่ปลูกไปขาย มีอะไรก็เอาไปขาย เอาเงินเก็บไว้ใช้ส่วนตัวและแบ่งเงินให้พ่อแม่เพื่อเลี้ยงดูน้อง ๆ อีกหลายคน นอกจากนี้ยังเป็นแรงงานช่วยพ่อแม่ด้วย รู้สึกภาคภูมิใจที่มีอาชีพและมีรายได้เป็นของตัวเอง ตอนนี้ก็เริ่มจะมีคนมาชอบ รักชอบกันเอง พ่อแม่ไม่ได้บังคับให้ดูกันเอาเอง ว่าใครดีใครไม่ดี รักกันก็ต้องพากันไปในทางที่ดี พ่อแม่ไม่ห้ามให้คบกับแฟน มีเวลาว่างก็จะไปเที่ยวกันเป็นกลุ่มๆ บางทีก็เจอกันตามงานเทศกาลประจำปีอย่างงานสงกรานต์ จะพากันไปชนทรายเข้าวัดนี่ถึงแล้วมีความสุข เดียวนี้ไม่เป็นแบบนี้กันแล้ว</p> <p>ผู้ป่วยเล่าเรื่องราวให้ฟังอย่างตั้งใจ และยิ้ม ตอบทุกคำถามที่พยาบาลถาม ตอบตรงคำถาม สีหน้าสดใ มีความสุข</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบ ครั้งต่อไป | |
| <p>ครั้งที่ 4</p> <p>18 สิงหาคม 2566</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 4</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และ ความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้ คำถามสะท้อนประสบการณ์ของ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำ วัยทำงาน) - แสดงออกถึงความสนใจใน เรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับ และติดตามเรื่องราวโดยการพยัก หน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่า เรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบ ครั้งต่อไป | <p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยทำงาน</p> <p>ตอนที่อายุ 19 ปี แฟนก็มาสู่ขอก็เลยแต่งงาน แต่งงานไม่นานก็มีลูก แฟนเป็นคนดี ช่วยกันทำมาหากิน ช่วยกันเลี้ยงลูก รับผิดชอบดูแลดี ช่วยกันทำงาน แล้วก็เก็บเงินสร้างบ้าน พ่อแม่ก็แบ่งที่ให้ปลูกบ้านอยู่ใกล้ๆ กัน มีอะไรก็จะได้ช่วยเหลือกัน ขาดเหลืออะไรจะได้ช่วยกันได้ ไม่ค่อยได้ไปเที่ยวไหนไกลๆ กันเพราะเมื่อก่อนก็จะทำมาหากิน เก็บเงินเก็บทอง ไปไหนก็ไปรถไฟกัน ก็สะดวกดี แต่ไปกันหลายคนก็เสียเงินเยอะ นั่งรถไฟไปกรุงเทพบ้าง ส่วนใหญ่ก็จะไปไม่ไกลมากอย่างพิษณุโลก ไปเที่ยวงานวัดใหญ่ ไปสุโขทัย ไปเที่ยวงานพระแม่ย่า งานพวกนี้ก็จะต่อๆ กัน สนุก ไปกันหลายคน พอลูกโตเริ่มเข้าโรงเรียนก็ยิ่งต้องทำงานเยอะ เพราะต้องเอาเงินไว้ให้ลูกเข้าโรงเรียนด้วย ก็ให้เขาเรียนอย่างที่ยากเรียน ไม่อยากเรียนก็มาทำอย่างพ่อแม่ คิดว่าตนเองและสามีเป็นพ่อแม่ที่ดี ลูกเค้าไม่เกรง ไม่เหลวไหล รู้สึกภูมิใจ ตอนนั้นแกมาแล้วลูกๆ ก็ดี มาเลี้ยงดูพ่อแม่ จนแฟนตายไปเนี่ย</p> <p>ผู้ป่วยมีสีหน้ามีความสุขสอดคล้องกับเรื่องที่เล่าที่เป็นความสุข</p> |
| <p>ครั้งที่ 5</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 5</u></p> | <p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (วิทยุ)</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|----------------------------------|---|--|
| 25 สิงหาคม 2566 (4 ชม.) | <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (วิทยุ)</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | <p>ผู้ป่วยเล่าถึงวิทยุ เมื่อก่อนวิทยุเป็นสิ่งที่หายากเหมือนกัน มีวิทยุฟังก็ดี ได้ฟังข่าวสาร โทรทัศน์ก็กว่าจะซื้อได้ก็ต้องเก็บเงิน ข่าวสารอะไรก็ได้ฟังจากวิทยุ รายการวิทยุที่ชอบฟังเมื่อก่อนนี่ก็ฟัง วล 14 ฟังเพลงลูกทุ่ง ฟังลิเก ไปนั่งทำงานตายห่วย ถอนหญ้า ก็เอาฟังด้วยกัน คนเมื่อก่อนไม่ได้มีมหรสพอะไร มีวิทยุใส่ถ่านเปิดให้ดังๆ ก็มีความสุขแล้ว เดียวนี้ก็ฟังวิทยุกองทัพอากาศที่ 3 แล้วก็ดูโทรทัศน์ วิทยุก็โฆษณาเยอะมาก ส่วนโทรทัศน์ก็ดูบ้างไม่ดูบ้าง ทีวี่ก็มีแค่ข่าวคนฆ่ากันตาย ข่าวฆ่าเมีย เป็นอะไรเล็กกันแล้วก็ยังไม่ไปตามฆ่ากัน มันไม่ไหว มันเป็นอะไรกัน มีแต่ข่าวฆ่าแกงกัน ฟังวิทยุดีกว่า เดียวนี้มีรายการเพลงเพราะๆ เขาเอาเพลงเก่ามาเปิด ฟังแล้วก็เพราะดี ถ้าเป็นทีวี่ก็ดูได้ถ้าเป็นรายการเพลง เดียวนี้ประกวดร้องเพลงเยอะ คนไทยก็ร้องเพลงกันเก่งๆ</p> <p>ผู้ป่วยมีสมาธิ ตั้งใจเล่าเรื่องราว สีหน้าขณะเล่าสอดคล้องกับเรื่องราว มียิ้มแย้มแจ่มใสเป็นระยะ</p> |
| ครั้งที่ 6 1 กันยายน 2566 | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 6</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (ภาพถ่ายในอดีต)</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|---|--|
| (4 ชม.) | <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่มีภาวะซิมเคร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (ภาพถ่ายในอดีต)</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซิมเคร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซิมเคร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | <p>ผู้ป่วยเลือกภาพที่ถ่ายร่วมกับครอบครัวที่ไปเที่ยวพิษณุโลก ไปไหว้พระพุทธรูปชินราช เล่าถึงการเดินทางว่าเดินทางไปโดยรถไฟ ไปกับลูกและสามี ไปพักอยู่กับญาติที่ย้ายไปอยู่ที่จังหวัดพิษณุโลก เมื่อก่อนนี้เวลาไปต่างจังหวัดจะเลือกไปจังหวัดที่มีญาติหรือคนรู้จัก เพราะไม่ได้ไปนอนโรงแรมหรือรีสอร์ทเหมือนกันคนเดียวนี้ เหมือนไปเยี่ยมกัน ไปเที่ยวแล้วก็กลับมาบ้าน ซ็อกกับข้าวมาทำกินด้วยกัน ถามสารทุกข์สุกดิบ คุยกันเรื่องเก่าๆ พวกลูกๆ ก็ชอบ เพราะเดินทางรถไฟ ข้างทางก็มีของขาย ไปเที่ยวไปนอนค้างคืนเดี๋ยวก็กลับ ตอนนั้นก็เหลือแต่หลานๆ วยเดี๋ยวกันตายกันหมดแล้ว นี่ก็เป็นรูปที่ไปกันพร้อมหน้าพร้อมตา เมื่อก่อนนี้ไม่ค่อยได้ถ่ายรูปเพราะหาช่างยาก รูปเก่าๆ ก็เลยไม่มีเดี๋ยวนี้ก็ไม่ค่อยไปไหนแล้ว แก่แล้ว เดินทางไปบางที่มันก็เหนื่อย ลูกหลานก็อยากให้ไป บางที่ขัดเขาไม่ได้ก็ไป ก็สบายลูกหลานก็ดูแลดี อยากกินอะไรก็เอามาให้ บางที่เดินไม่ไหวก็เข็นรถไปให้</p> <p>ผู้ป่วยเล่าถึงอดีตด้วยสีหน้ามีความสุข อารมณ์สอดคล้องกันเรื่องที่เล่า</p> |
| <p>ครั้งที่ 7</p> <p>8 กันยายน 2566</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซิมเคร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 7</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> | <p>-บันทึกสรุปข้อคิดจากการสนทนาเพื่อส่งเสริมการคิดทางบวกและแนวทางการนำการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์ไปใช้</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - ส่งเสริมการคิดเชิงบวกและการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์ - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น | <p>พยาบาลถามซักถามเรื่องความเจ็บป่วย ว่าผู้ป่วยวางแผนการดำเนินชีวิตอย่างไร</p> <p>ผู้ป่วยบอกว่ามันเป็นเรื่องของอนิจจัง ทุกคนเกิดมาก็ต้องตาย อายุมากแล้วก็พยายามคิดถึงสิ่งที่ดีๆ ที่เขาเคยทำให้เรื่องดีๆ ที่เขาช่วยเหลือดูแลลูกๆ กันมา ตอนพ่อแม่เราอยู่เราก็ดูแลเขา ตอนนี้พวกลูกหลานก็เลยมาดูแลเราตอบแทน บางทีนึกขึ้นมามันก็ไม่อยากกินข้าว น้ำหนักมันก็เลยลด ทำให้ไม่ค่อยมีแรง เป็นห่วงลูกหลานด้วยดูทีวีเห็นมีคนเป็นโควิดเยอะ เราอยู่บ้านแต่ลูกหลานออกไปทำงาน ก็กลัวว่าเขาจะติดจะป่วยกัน แล้วก็ไม่ค่อยมีใครมาหา ไม่ค่อยมีคนพูดคุย คนวัยเดียวกัน ก็เหงาบ้าง แต่ก็ต้องอยู่ให้ได้ เพราะเดี๋ยวถ้าโควิดดีขึ้น ลูกหลานก็คงจะมาเยี่ยมมาหา ก็จะพยายามปรับตัวให้ได้ ทำใจให้ได้ ลูกหลานจะได้ไม่เป็นห่วงก็เป็นอย่างนี้ ลูกหลานเขาก็ต้องทำงานเลี้ยงตัวเอง เลี้ยงครอบครัว ตอนเราอายุเท่าเขาเราก็ทำงานเลี้ยงลูกเหมือนกันมันก็เป็นวัฏจักร</p> <p>ผู้ป่วยมีสีหน้าเรียบเฉย ยิ้มน้อยๆ มองปัญหาและกล่าวถึงเหตุการณ์ด้วยความเข้าใจ มีความคิดเชิงบวกต่อเหตุการณ์</p> |
| <p>ครั้งที่ 8</p> <p>15 กันยายน 2566</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 8</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย | <p>--บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความ</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|------------------|---|--|
| (4 ชม.) | <p>- ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ</p> <p>- สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ด้านลบและอำนวยความสะดวกในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรงจำและกระตุ้นการสะท้อน</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>ยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข</p> <p>ตอนนี้เป็นช่วงสุดท้ายของชีวิตแล้ว ไม่รู้จะไปเมื่อไร เพื่อนสนิทก็ทยอยกันไปทีละคนสองคน เราก็ออยู่กับลูกหลานไป ตอนนี้ก็ไม่มีเรื่องอะไรต้องคิดละ เพราะว่าอยู่กับลูกหลานสบายดี อะไรที่ผ่านมาก็ผ่านมาหมดแล้ว</p> <p>ที่คุยกับพยาบาลก็ดีมากเลย ได้เล่าเรื่องเก่าๆ หนูก็คงเกิดไม่ทัน แต่พ่อแม่หนูก็อาจจะมีเรื่องอะไรคล้ายๆ นี้ใช้ไหม</p> <p>มีพยาบาลมาคุยทุกอาทิตย์ๆ ก็ดี ทำให้หายเหงา ลูกหลานก็ฟังบ้าง แต่เขาก็มีงานต้องทำ ผู้ป่วยบอกให้มาเยี่ยมอีกให้หายเหงา</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|---|
| <p>ครั้งที่ 9</p> <p>22 กันยายน 2566</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 1 ครั้งที่ 9</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 | <p>-บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข</p> <p>ผู้ป่วยเล่าว่าการที่พยาบาลได้มาพูดคุยทุกสัปดาห์ ทำให้รู้ว่าต้องมองปัญหาที่เจอในชีวิตอย่างไร มีลูกหลานคอยให้กำลังใจ รู้สึกว่าก็อยากจะอยู่เป็นกำลังใจให้ลูกหลาน</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|--|---|
| | <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบ ครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้น ความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการ ไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 10</p> <p>29 กันยายน 2566</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 10</u></p> <p>-- กล่าวทักทาย</p> <p>-สรุปประเด็นสำคัญของการ สนทนา แสดงความขอบคุณ</p> <p>- ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การ เรียนรู้ของผู้ป่วย ทบทวนความ คืบหน้าที่เกิดขึ้น</p> <p>- ประเมินการเปลี่ยนแปลงของ อารมณ์ พฤติกรรมและการรับรู้</p> <p>-กระตุ้นให้ผู้ป่วยมีการสะท้อน ความคิดเห็นเชิงบวกต่อประสบการณ์ ที่ผ่านมา</p> | <p>-บันทึกสรุปผลการบำบัดด้วยวิธีการระลึกความหลัง ผล การประเมินการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ พฤติกรรม และการ รับรู้</p> <p>ผู้ป่วยรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากยิ่งขึ้น รู้สึกมีความสุขใน การใช้ชีวิตประจำวัน อารมณ์ผู้ป่วยไม่มีความเศร้า รับประทานอาหารได้มากขึ้น น้ำหนักตัวไม่ลดลงกว่าเดิม สี หน้าสดขึ้นยิ้มแย้มแจ่มใส กล่าวขอบคุณพยาบาลที่ให้เวลา มาพบผู้ป่วยที่บ้าน ตั้งใจฟัง ตั้งใจซักถาม</p> <p>ผลการประเมิน TGDS = 15 คะแนน (คะแนน 13-18 ซึมเศร้าเล็กน้อย)</p> <p>คะแนนระหว่าง 13-18 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้า เล็กน้อย</p> <p>คะแนนระหว่าง 19-24 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้า ปานกลาง</p> <p>คะแนนระหว่าง 25-30 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้า รุนแรง</p> |
| <p>ครั้งที่ 11</p> <p>26 มกราคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p>-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ม่อนดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) เรื่อง การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วย การระลึกความหลังแบบรายบุคคล</p> <p><u>เยี่ยมบ้าน ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 1</u></p> | <p>บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอ เมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p> <p>บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอ เมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|------------------|--|---|
| | <p>-สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>-ให้ข้อมูลเกี่ยวกับจำนวนครั้งและระยะเวลาที่พบผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>-แนะนำการบำบัดด้วยการระลึกถึงความหลัง อธิบายประโยชน์ วัตถุประสงค์</p> <p>-ประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของสมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับ ประวัติชีวิต ความสนใจและความชอบของผู้ป่วย</p> | <p>1.แผนการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล</p> <p>ผู้ป่วยชาย นายนิคม มามิ่ง อายุ 73 ปี อาการสำคัญรู้สึกเศร้าและเหงาตั้งแต่การสูญเสียภรรยาเมื่อไม่นานมานี้ มีอาการนอนหลับยาก เบื่ออาหาร และน้ำหนักลด มีประวัติเป็นโรคเบาหวานและกำลังรับประทานยารักษาอยู่</p> <p>2.ผลการประเมินโดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS)</p> <p>ผลการประเมิน TGDS = 23 คะแนน (คะแนน 19-24 ซึมเศร้าปานกลาง)</p> <p>คะแนนระหว่าง 13-18 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าเล็กน้อย</p> <p>คะแนนระหว่าง 19-24 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าปานกลาง</p> <p>คะแนนระหว่าง 25-30 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้ารุนแรง</p> <p>3. แบบบันทึกผลการประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุ ครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของสมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประวัติชีวิต ความสนใจและความชอบของผู้ป่วย</p> <p>ผู้ชายสูงอายุ แต่งกายด้วยเสื้อกล้าม นุ่งกางเกงขาสั้น สะอาด นั่งอยู่ในบ้าน สีหน้าเมื่อแรกพบมีความกระตือรือร้น ตอบคำถามได้ดี เปิดฟังรายการวิทยุ ผู้ป่วยอยู่บ้านกับลูก ไม่มีความวิตกกังวล ซักถามตอบได้ตรงประเด็น ผู้ป่วยเคยประกอบอาชีพเกษตรกร มีความสนใจในเรื่องการประกอบอาชีพ มีงานอดิเรกปลูกต้นไม้ ไม่มีสัตว์เลี้ยง ชอบเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนเมื่อมีงานบุญ</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|--|---|
| <p>ครั้งที่ 12</p> <p>26 มกราคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 2</u></p> <p>-สร้างความไว้วางใจ</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยเด็ก)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยเด็ก</p> <p>ผู้ป่วยเป็นบุตรคนแรกของบิดามารดา ตอนเด็กช่วยพ่อแม่ทำงานบ้านและเลี้ยงน้องที่ยังเล็กๆ อีกจำนวน 3 คน เรียนหนังสือจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ไม่ได้เรียนหนังสือต่อ ความทรงจำวัยเด็กที่ประทับใจคือ ตอนเด็กเป็นคนเรียบร้อยและมีความรับผิดชอบช่วยงานบ้าน เป็นกำลังหลักของพ่อแม่ พ่อแม่มอบหมายให้ช่วยดูน้อง และออกไปช่วยงานในไร่ในสวน ความประทับใจคือเมื่อขายผลผลิตได้พ่อแม่ก็จะแบ่งเงินให้เป็นจำนวนเล็กน้อย รู้สึกดีใจ เพราะเป็นเด็กสมัยก่อนถ้าไม่ได้เงินจากที่พ่อแม่ให้ก็ไม่มีรายได้อะไร ที่ประทับใจอีกเรื่องคือการได้ไปเที่ยวกับเพื่อนๆ งานวัด เดินไปไหว้พระทุกปี จะพากันไปตอนเย็น กว่าจะกลับบ้านก็เป็นตอนกลางคืน เดินกว่าจะถึงบ้านนานมาก ๆ กว่าที่จะถึง เตี้ยวันนี้ถ้าลูกหลานไม่ได้พาไปก็จะไม่ได้ไปเที่ยวงานพระแท่น คนเมื่อก่อนนี้จะใกล้ชิดวัดวา แล้วงานพระแท่นก็เป็นงานใหญ่ คนต่างจังหวัดก็จะมากัน มานอนค้าง แต่เราเป็นคนอุดรติดรถเราก็กลับบ้านเรา ตอนนั้นยังไม่ได้มีเรื่องอะไรให้คิด ก็ได้แต่ตามพ่อแม่ ไปไหนก็ไปกับพี่กับน้องชีวิตตอนเด็กมีความสุขมาก งานวัดที่ไปก็รอบๆ อุดรติดรถ มีทั้งวัดพระแท่น วัดท่าถนน วัดธรรมมา ช่วงวันลอยกระทง</p> |
| <p>ครั้งที่ 13</p> <p>2 กุมภาพันธ์ 2567</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 3</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยรุ่น</p> <p>หลังออกจากโรงเรียนก็ทำงานช่วยพ่อแม่ แล้วก็เริ่มอาชีพของตนเอง โดยพ่อแม่แบ่งที่ทำกินให้เพื่อให้ปลูกผักทำสวน นอกจากอาชีพเกษตรกรแล้วยังประกอบอาชีพค้าขายเล็กๆ น้อยๆ คือเอาผักที่ปลูกไปขาย เอาเงินเก็บไว้ใช้ส่วนตัวและ</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|---|--|
| (4 ชม.) | <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต</p> <p>- ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยรุ่น)</p> <p>- แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>- ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>- ใช้การสรุปความ</p> <p>- นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> | <p>แบ่งเงินให้พ่อแม่เพื่อเลี้ยงดูน้อง ๆ อีกหลายคน นอกจากนี้ยังเป็นแรงงานช่วยพ่อแม่ด้วย รู้สึกภาคภูมิใจที่มีอาชีพและมีรายได้เป็นของตัวเอง ตอนนี้ก็เริ่มจะมีคนมาสนใจแล้ว พ่อแม่ไม่ได้บังคับให้ดูกันเอง ว่าใครดีใครไม่ดี รักกันก็ต้องพากันไปในทางที่ดี พ่อแม่ไม่ห้ามให้คบกับแฟน มีเวลาว่างก็จะไปเที่ยวกันเป็นกลุ่มๆ บางทีก็เจอกันตามงานเทศกาลประจำปีอย่างงานสงกรานต์ จะพากันไปขนทรายเข้าวัด นึกถึงแล้วก็มีความสุข เดียวนี้ไม่เป็นแบบนี้กันแล้ว อีกอย่างหนึ่งที่ประทับใจคือได้ติดรถขายยาไปฉายหนังกลางแปลงตามวัดหรือศาลากลางบ้านในหมู่บ้าน ก็ทำให้ได้ไปเที่ยวไปด้วย ได้รู้จักสถานที่ต่างๆ แฟนที่มาเป็นเมียกันนี้ก็เจอกันตอนที่ไปฉายหนังกลางแปลง</p> <p>ผู้ป่วยเล่าเรื่องราวให้ฟังอย่างตั้งใจ และยิ้ม ตอบทุกคำถามที่พยาบาลถาม ตอบตรงคำถาม สิ้นน้ำเสตใน มีความสุข</p> |
| <p>ครั้งที่ 14</p> <p>3 กุมภาพันธ์ 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 4</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต</p> <p>- ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้</p> | <p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยทำงาน</p> <p>ตอนที่อายุ 22 ปี บอกให้พ่อแม่ไปขอสาวแต่งงาน แต่งงานไม่นานก็มีลูก แฟนเป็นคนดี ขยันขันแข็ง ช่วยกันทำมาหากิน ช่วยกันเลี้ยงลูก รับผิดชอบดูแลดี ช่วยกันทำงาน แล้วก็เก็บเงินสร้างบ้าน แต่งงานแล้วมีลูกก็ไม่ค่อยมีเวลาไปกับรถขายยาแล้ว ไปกับรถขายยา ไม่ได้เงิน แต่ก็ได้เที่ยว ต่อมาก็เลยฝึกเป็นนักพากษ์หนึ่งบ้าง ก็ได้เงินเล็กๆ น้อยๆ แต่งงานแล้ว ไม่ค่อยได้ไปเที่ยวไหนไกลๆ กันเพราะเมื่อก่อนก็จะทำมาหากิน เก็บเงินเก็บทอง ไปไหนก็ไปรถไฟกัน แต่ไปกันหลายคนก็เสียเงินเยอะ นั่งรถไฟไปกรุงเทพบ้าง ส่วนใหญ่ก็</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|--|--|
| | <p>คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยทำงาน) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป | <p>จะไปไม่ไกลมากอย่างอยุธยา ไปเที่ยวงานวัด ไปเที่ยวอยุธยา สนุก ไปกันหลายคน พอลูกโตเริ่มเข้าโรงเรียนก็ยิ่งต้องทำงานเยอะเพราะต้องเอาเงินไว้ให้ลูกเข้าโรงเรียนด้วยก็ให้เขาเรียนอย่างที่ยากเรียน ไม่อยากเรียนก็มาทำอย่างพ่อแม่ คิดว่าตนเองและสามีเป็นพ่อแม่ที่ดี ลูกเค้าไม่เกรง ไม่เหลวไหล รู้สึกภูมิใจ ตอนนี้แกมาแล้วลูกๆ ก็ดี มาเลี้ยงดูพ่อแม่ จนแฟนตายไปเนี่ย</p> <p>ผู้ป่วยมีสีหน้ามีความสุขสอดคล้องกับเรื่องที่เล่าที่เป็นความสุข</p> |
| <p>ครั้งที่ 15 9 กุมภาพันธ์ 2567 (4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 5</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (วิทยุ) - ตั้งใจฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า | <p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (วิทยุ)</p> <p>ผู้ป่วยเล่าถึงวิทยุ เมื่อก่อนวิทยุเป็นสิ่งที่หายากเหมือนกัน มีวิทยุฟังก็ดี ได้ฟังข่าวสาร โทรทศน์ก็กว่าจะซื้อได้ก็ต้องเก็บเงิน ข่าวสารอะไรก็ได้ฟังจากวิทยุ รายการวิทยุที่ชอบฟังเมื่อก่อนนี่ก็ฟัง วบล 14 ฟังเพลงลูกทุ่ง ฟังลิเก ไปนั่งทำงานด้ายหญ้า ถอนหญ้า ก็เอาฟังด้วยกัน คนเมื่อก่อนไม่ได้มีมหรสพอะไร มีวิทยุใส่ถ่านเปิดให้ดังๆ ก็มีความสุขแล้ว แต่ตอนหนุ่มๆ ก็ไปกับรถขายยา วันไหนไปก็รู้สึกมีความสุข ได้ดูหนังไปด้วย ได้เที่ยวรู้จักคน ตอนนั้นก็ดู โทรทศน์บ้างไม่ดูบ้าง ทีวีก็มีแค่ข่าวฆ่ากันตาย มันไม่ไหวมันเป็นอะไรกัน มีแต่ข่าวฆ่าแกงกัน ฟังวิทยุดีกว่า เดี่ยวนี้มีรายการเพลงเพราะๆ เขาเอาเพลงเก่ามาเปิด ฟังแล้วก็</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|--|
| | <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | <p>เพราะดี ถ้าเป็นทีวีก็ได้ถ้าเป็นรายการเพลง เดี่ยวนี้ประกวดร้องเพลงเยอะ คนไทยก็ร้องเพลงกันเก่งๆ</p> <p>ผู้ป่วยมีสมาธิดี ตั้งใจเล่าเรื่องราว สีหน้าขณะเล่าสอดคล้องกับเรื่องราว มียิ้มแย้มแจ่มใสเป็นระยะ</p> |
| <p>ครั้งที่ 16</p> <p>10 กุมภาพันธ์ 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 6</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (ภาพถ่ายในอดีต)</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (ภาพถ่ายในอดีต)</p> <p>ผู้ป่วยเลือกภาพที่ถ่ายร่วมกับครอบครัวที่ไปเที่ยวอยุธยา เล่าถึงการเดินทางว่าเดินทางไปโดยรถไฟ ไปกับลูกและภรรยา ไปพักอยู่กับญาติที่ย้ายไปอยู่ที่จังหวัดอยุธยา เมื่อก่อนนี้เวลาไปต่างจังหวัดจะเลือกไปจังหวัดที่มีญาติหรือคนรู้จัก เพราะไม่ได้ไปนอนโรงแรมหรือรีสอร์ท เหมือนกันคนเดี๋ยวนี้ เหมือนไปเยี่ยมกัน ไปเที่ยวแล้วก็กลับมาบ้าน ซ้อมกับข้าวมาทำกินด้วยกัน ตามสารทุกข์สุกดิบ คุยกันเรื่องเก่าๆ พวกลูกๆ ก็ชอบ เพราะเดินทางรถไฟ ข้างทางก็มีของขาย ไปอยุธยาผ่านพิชัยก็ซื้อไส้กรอก ผ่านนครสวรรค์ก็ซื้อปลาเห็ด เทียวสองสามวันก็กลับ ขากลับก็ซื้อข้าวเกรียบกุ้งอยุธยามาฝากญาติๆ กัน เดี่ยวนี้ก็คงจะตายกันหมดแล้ว เพราะก็แก่ๆ กันแล้ว เหมือนกัน นี่ก็เป็นรูปที่ไปกันพร้อมหน้าพร้อมตา เมื่อก่อน</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ -แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” -ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว -ใช้การสรุปความ -นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป *การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น | <p>ก็ไม่ค่อยได้ถ่ายรูปเพราะหาช่างยาก เดียวนี้พวกเด็กเขาถ่ายจากโทรศัพท์กัน มีรูปเยอะ แต่หุตาก็ไม่ค่อยดี เลยมองไม่เห็น เดียวนี้ก็ไม่ค่อยไปไหนแล้ว แก่แล้ว เดินทางไปบางที่มันก็เหนื่อย ลูกหลานก็อยากให้ไป บางทีขัดเขาไม่ได้ก็ไปก็สบายลูกหลานก็ดูแลดี อยากกินอะไรก็เอามาให้ บางทีเดินไม่ไหวก็เข็นรถไปให้</p> <p>ผู้ป่วยเล่าถึงอดีตด้วยสีหน้ามีความสุข อารมณ์สอดคล้องกันเรื่องที่เล่า</p> |
| <p>ครั้งที่ 17</p> <p>16 กุมภาพันธ์ 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 7</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - ส่งเสริมการคิดเชิงบวกและการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์ -ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของ | <p>-บันทึกสรุปข้อคิดจากการสนทนาเพื่อส่งเสริมการคิดทางบวกและแนวทางการนำการมองปัญหาอย่างสร้างสรรค์ไปใช้</p> <p>พยาบาลถามซักถามเรื่องการเสียชีวิตของสามี หลังจากนั้นผู้ป่วยวางแผนการดำเนินชีวิตอย่างไร</p> <p>ผู้ป่วยบอกว่ามันเป็นเรื่องของอนิจจัง ทุกคนเกิดมาก็ต้องตาย แต่ว่าก็นึกถึงภรรยาอยู่ เพราะอยู่ด้วยกันมามากกว่าอยู่กับพ่อแม่ ก็พยายามคิดถึงสิ่งที่ดีๆ ที่เขาเคยทำให้ เรื่องดี ๆ ที่เขาช่วยเหลือดูแลดูๆ กันมา ตอนพ่อแม่เราแก่เขาก็ไม่ได้รังเกียจ ก็ช่วยกันดูแลจนพ่อแม่ก็ตายไป ตอนนี้อายุไม่อยู่แล้ว บางทีนึกขึ้นมามันก็ไม่อยากกินข้าว ไม่ค่อยมีคนพูดคุย คนวัยเดียวกัน ก็เหงาบ้าง แต่ก็ต้องอยู่ให้ได้ เพราะก็ยังมีลูกหลานที่หมั่นมาเยี่ยมมาหา พวกลูกหลานมาที่ก็เสียงดัง สนุกดี พอเขากลับไปทำงานก็เจ็บเหงาสองสาม</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|--|--|
| | <p>ตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | <p>วันแล้วก็ปรับตัวได้ ทำใจได้ ก็เป็นอย่างนี้ ลูกหลานเขาก็ต้องทำงานเลี้ยงตัวเอง เลี้ยงครอบครัว ตอนเราอายุเท่าเขา เราก็ทำงานเลี้ยงลูกเหมือนกันมันก็เป็นวัฏจักร</p> <p>ผู้ป่วยมีสีหน้าเรียบเฉย ยิ้มน้อยๆ มองปัญหาและกล่าวถึงเหตุการณ์ด้วยความเข้าใจ มีความคิดเชิงบวกต่อเหตุการณ์</p> |
| <p>ครั้งที่ 18</p> <p>17 กุมภาพันธ์ 2567 (4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 8</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ</p> <p>- สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ด้านลบและอำนวยความสะดวกในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้</p> | <p>--บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข</p> <p>ตอนนี้ในช่วงสุดท้ายของชีวิตแล้ว ไม่รู้จะไปเมื่อไร เพื่อนสนิทก็ทยอยกันไปทีละคนสองคน เราก็อยู่กับลูกหลานไป ตอนนี้ก็ไม่มีเรื่องอะไรต้องคิดละ เพราะว่าอยู่กับลูกหลานสบายดี อะไรที่ผ่านมาก็ผ่านมาหมดแล้ว</p> <p>ที่คุยกับพยาบาลก็ดีมากเลย ได้เล่าเรื่องเก่าๆ หนูก็คงเกิดไม่ทัน แต่พ่อแม่หนูก็อาจจะมีเรื่องอะไรคล้ายๆ นี้ใช้ไหม</p> <p>มีพยาบาลมาคุยทุกอาทิตย์ๆ ก็ดี ทำให้หายเหงา ลูกหลานก็ฟังบ้าง แต่เขาก็มีงานต้องทำ ผู้ป่วยบอกให้มาเยี่ยมอีกให้หายเหงา</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|--|
| | <p>วัตถุประสงค์เพื่อกระตุ้นความทรงจำและกระตุ้นการสะท้อน</p> <ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป <p>*การใช้วัตถุประสงค์เพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 19 23 กุมภาพันธ์ 2567 (4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 9</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ - สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา | <p>- บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข</p> <p>ผู้ป่วยเล่าว่าการที่พยาบาลได้มาพูดคุยทุกสัปดาห์ ทำให้รู้ว่าต้องมองปัญหาที่เจอในชีวิตอย่างไร มีลูกหลานคอยให้กำลังใจ รู้สึกว่าก็อยากจะเป็นกำลังใจให้ลูกหลาน</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|---|---|
| | <p>ปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ ด้านลบและอำนวยความสะดวกใน การแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุ ระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้ วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรง จำและกระตุ้นการสะท้อน</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของ ตนเอง รับฟังความคิดเห็นของ ผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจใน เรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับ และติดตามเรื่องราวโดยการพยัก หน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่า เรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบ ครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้น ความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการ ไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 20 24 กุมภาพันธ์ 2567</p> | <p><u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 10</u> -- กล่าวทักทาย</p> | <p>-บันทึกสรุปผลการบำบัดด้วยวิธีการระลึกความหลัง ผล การประเมินการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ พฤติกรรม และการ รับรู้</p> <p>ผู้ป่วยรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากยิ่งขึ้น รู้สึกมีความสุขใน การใช้ชีวิตประจำวัน อารมณ์ผู้ป่วยไม่มีความเศร้า สีหน้า</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|--|
| | <p>-สรุปประเด็นสำคัญของการสนทนา แสดงความขอบคุณ</p> <p>- ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้ป่วย ทบทวนความคืบหน้าที่เกิดขึ้น</p> <p>- ประเมินการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ พฤติกรรมและการรับรู้</p> <p>-กระตุ้นให้ผู้ป่วยมีการสะท้อนความคิดเห็นเชิงบวกต่อประสบการณ์ที่ผ่านมา</p> | <p>สดชื่นยิ้มแย้มแจ่มใส กล่าวขอบคุณพยาบาลที่ให้เวลามาพบผู้ป่วยที่บ้าน ตั้งใจฟัง ตั้งใจซักถาม</p> <p>ผลการประเมิน TGDS = 17 คะแนน (คะแนน 13-18 ซึมเศร้าเล็กน้อย)</p> <p>คะแนนระหว่าง 13-18 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าเล็กน้อย</p> <p>คะแนนระหว่าง 19-24 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าปานกลาง</p> <p>คะแนนระหว่าง 25-30 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้ารุนแรง</p> |
| <p>ครั้งที่ 21</p> <p>2 มีนาคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p>-วางแผนกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ม่อนดินแดง (พยาบาลวิชาชีพ) เรื่อง การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล</p> <p><u>เยี่ยมบ้าน ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 1</u></p> <p>-สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>-ให้ข้อมูลเกี่ยวกับจำนวนครั้งและระยะเวลาที่พบผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>-แนะนำการบำบัดด้วยการระลึกถึงความหลัง อธิบายประโยชน์ วัตถุประสงค์</p> <p>-ประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของ</p> | <p>บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p> <p>บ้านผู้ป่วย หมู่ 2 บ้านม่อนดินแดง ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์</p> <p>1.แผนการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าที่บ้านโดยใช้การบำบัดด้วยการระลึกความหลังแบบรายบุคคล</p> <p>ผู้ป่วยชาย นายบุญมา เรืองเทพ อายุ 71 ปี อาการสำคัญ รู้สึกเศร้าและเหงาตั้งแต่การสูญเสียภรรยาเมื่อไม่นานมานี้ มีอาการนอนหลับยาก เบื่ออาหาร และน้ำหนักลด มีประวัติเป็นโรคเบาหวานและกำลังรับประทานยาอยู่</p> <p>2.ผลการประเมินโดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS)</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|--|
| | <p>ส่อง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประวัติชีวิต ความสนใจและความชอบของผู้ป่วย</p> | <p>ผลการประเมิน TGDS = 23 คะแนน (คะแนน 19-24 ซึมเศร้าปานกลาง)</p> <p>คะแนนระหว่าง 13-18 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าเล็กน้อย</p> <p>คะแนนระหว่าง 19-24 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าปานกลาง</p> <p>คะแนนระหว่าง 25-30 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้ารุนแรง</p> <p>3. แบบบันทึกผลการประเมินสภาพจิตของผู้สูงอายุ ครอบคลุม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล การทำหน้าที่ของสมอง รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประวัติชีวิต ความสนใจและความชอบของผู้ป่วย</p> <p>ผู้ชายสูงอายุ แต่งกายด้วยเสื้อกล้าม นุ่งกางเกงขาสั้นสะอาด นั่งอยู่ในบ้าน สีหน้าเมื่อแรกพบมีความกระตือรือร้น ตอบคำถามได้ดี เปิดฟังรายการวิทยุ ผู้ป่วยอยู่บ้านกับลูก ไม่มีความวิตกกังวล ซักถามตอบได้ตรงประเด็น ผู้ป่วยเคยประกอบอาชีพเกษตรกร มีความสนใจในเรื่องการประกอบอาชีพ มีงานอดิเรกปลูกต้นไม้ ไม่มีสัตว์เลี้ยง ชอบเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนเมื่อมีงานบุญ</p> |
| <p>ครั้งที่ 22 3 มีนาคม 2567 (4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 2</u></p> <p>-สร้างความไว้วางใจ</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต</p> <p>- ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยเด็ก</p> <p>ผู้ป่วยเป็นบุตรคนแรกของบิดามารดา ตอนเด็กช่วยพ่อแม่ทำงานบ้านและเลี้ยงน้องที่ยังเล็กๆ อีกจำนวน 3 คน เรียนหนังสือจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ไม่ได้เรียนหนังสือต่อ</p> <p>ความทรงจำวัยเด็กที่ประทับใจคือ ตอนเด็กเป็นคนเรียบร้อยและมีความรับผิดชอบช่วยงานบ้าน เป็นกำลังหลักของพ่อแม่ พ่อแม่มอบหมายให้ช่วยดูน้อง และออกไป</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|---|
| | <p>คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <ul style="list-style-type: none"> - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยเด็ก) - แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ” - ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว - ใช้การสรุปความ - นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป | <p>ช่วยงานในไร่ในสวน ความประทับใจคือเมื่อชายผลผลิตได้พ่อแม่ก็จะแบ่งเงินให้เป็นจำนวนเล็กน้อย รู้สึกดีใจ เพราะเป็นเด็กสมัยก่อนถ้าไม่ได้เงินจากที่พ่อแม่ให้ก็ไม่มีรายได้อะไร ที่ประทับใจอีกเรื่องคือการได้ไปเที่ยวกับเพื่อนๆ งานวัด เดินไปไหว้พระทุกปี จะพากันไปตอนเย็น กว่าจะกลับบ้านก็เป็นตอนกลางคืน เดินกว่าจะถึงบ้านนานมาก ๆ กว่าจะถึง เตียวนี้ถ้าลูกหลานไม่ได้พาไปก็จะไม่ได้ไปเที่ยวงานพระแท่น คนเมื่อก่อนนี้จะใกล้ชิดวัดวา แล้วงานพระแท่นก็เป็นงานใหญ่ คนต่างจังหวัดก็จะมากัน มานอนค้าง แต่เราเป็นคนอุดรดีดัดเรากลับบ้านเรา ตอนนั้นยังไม่ได้มีเรื่องอะไรให้คิด ก็ได้แต่ตามพ่อแม่ ไปไหนก็ไปกันกับพี่กับน้องชีวิตตอนเด็กมีความสุขมาก งานวัดที่ไปก็รอบๆ อุดรดีดัด มีทั้งวัดพระแท่น วัดท่าถนน วัดธรรมมา ช่วงวันลอยกระทง</p> |
| <p>ครั้งที่ 23 9 มีนาคม 2567 (4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 3</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - กล่าวทักทาย - ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต - ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า - กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญใน | <p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยรุ่น</p> <p>หลังจากออกจากโรงเรียนก็ทำงานช่วยพ่อแม่ แล้วก็เริ่มอาชีพของตนเอง โดยพ่อแม่แบ่งที่ทำกินให้เพื่อให้ปลูกผักทำสวน นอกจากอาชีพเกษตรกรแล้วยังประกอบอาชีพค้าขายเล็กน้อยๆ คือเอาผักที่ปลูกไปขาย เอาเงินเก็บไว้ใช้ส่วนตัวและแบ่งเงินให้พ่อแม่เพื่อเลี้ยงดูน้อง ๆ อีกหลายคน นอกจากนี้ยังเป็นแรงงานช่วยพ่อแม่ด้วย รู้สึกภาคภูมิใจที่มีอาชีพและมีรายได้เป็นของตัวเอง ตอนนี่ก็เริ่มจะมีคนมาสนใจแล้ว พ่อแม่ไม่ได้บังคับให้ดูกันเอง ว่าใครดีใครไม่ดี รักกันก็ต้องพากันไปในทางที่ดี พ่อแม่ไม่ห้ามให้คบกับแฟน มีเวลาว่างก็จะไปเที่ยวกันเป็นกลุ่มๆ บางทีก็เจอกันตามงานเทศกาลประจำปีอย่างงานสงกรานต์ จะพากันไปชนทรายเข้าวัด นึกถึงแล้วมีความสุข เตียวนี้ไม่เป็นแบบนี้กันแล้ว อีกอย่างหนึ่งที่ประทับใจคือได้ติดรถขายยาไปฉายหนังกลางแปลงตามวัดหรือศาลากลางบ้านในหมู่บ้าน ก็ทำให้</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|---|
| | <p>ชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยรุ่น)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> | <p>ได้ไปเที่ยวไปด้วย ได้รู้จักสถานที่ต่างๆ แฟนที่มาเป็นเมียกันนี้ก็เจอกันตอนที่ไปฉายหนังกลางแปลง</p> <p>ผู้ป่วยเล่าเรื่องราวให้ฟังอย่างตั้งใจ และยิ้ม ตอบทุกคำถามที่พยาบาลถาม ตอบตรงคำถาม สีหน้าสดใสน มีความสุข</p> |
| <p>ครั้งที่ 24</p> <p>10 มีนาคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 4</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิต</p> <p>-ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ (ความทรงจำวัยทำงาน)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับ</p> | <p>-รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ความทรงจำวัยทำงาน</p> <p>ตอนที่อายุ 22 ปี บอกให้พ่อแม่ไปขอสาวแต่งงาน แต่งงานไม่นานก็มีลูก แฟนเป็นคนดี ขยันขันแข็ง ช่วยกันทำมาหากิน ช่วยกันเลี้ยงลูก รับผิดชอบดูแลดี ช่วยกันทำงาน แล้วก็เก็บเงินสร้างบ้าน แต่งงานแล้วมีลูกก็ไม่ค่อยมีเวลาไปกับรถขายยาแล้ว ไปกับรถขายยา ไม่ได้เงิน แต่ก็ได้เที่ยว ต่อมาก็เลยฝึกเป็นนักพากษ์หนังบ้าง ก็ได้เงินเล็กๆ น้อยๆ แต่งงานแล้ว ไม่ค่อยได้ไปเที่ยวไหนไกลๆ กันเพราะเมื่อก่อนก็จะทำมาหากิน เก็บเงินเก็บทอง ไปไหนก็ไปรถไฟกัน แต่ไปกันหลายคนก็เสียเงินเยอะ นั่งรถไฟไปกรุงเทพบ้าง ส่วนใหญ่ก็จะไปไม่ไกลมากอย่างอยุธยา ไปเที่ยวงานวัด ไปเที่ยวอยุธยา สนุก ไปกันหลายคน พอลูกโตเริ่มเข้าโรงเรียนก็ยิ่งต้องทำงานเยอะเพราะต้องเอาเงินไว้ให้ลูกเข้าโรงเรียนด้วย ก็ให้เขาเรียนอย่างที่เขาอยากเรียน ไม่อยากเรียนก็มาทำอย่างพ่อแม่ คิดว่าตนเองและสามีเป็นพ่อแม่ที่ดี ลูกเต้าไม่เกเร ไม่เหลวไหล รู้สึกภูมิใจ ตอนนี้แก่มาแล้วลูกๆ ก็ดี มาเลี้ยงดูพ่อแม่ จนแฟนตายไปเนี่ย</p> <p>ผู้ป่วยมีสีหน้ามีความสุขสอดคล้องกับเรื่องที่เล่าที่เป็นความสุข</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|--|
| | <p>และติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> | |
| <p>ครั้งที่ 25</p> <p>16 มีนาคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 5</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญในชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการเล่าถึงเรื่องราวในอดีต (วิทยุ)</p> <p>- ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้คำถามสะท้อนประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญในชีวิตและความทรงจำ</p> <p>- แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>- ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> | <p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (วิทยุ)</p> <p>ผู้ป่วยเล่าถึงวิทยุ เมื่อก่อนวิทยุเป็นสิ่งที่หายากเหมือนกัน มีวิทยุฟังก็ดี ได้ฟังข่าวสาร โทรทัศน์ก็กว่าจะซื้อได้ก็ต้องเก็บเงิน ข่าวสารอะไรก็ได้ฟังจากวิทยุ รายการวิทยุที่ชอบฟังเมื่อก่อนนี่ก็ฟัง วล 14 ฟังเพลงลูกทุ่ง ฟังลิเก ไปนั่งทำงานด้ายหญ้า ถอนหญ้า ก็เอาฟังด้วยกัน คนเมื่อก่อนไม่ได้มีมหรสพอะไร มีวิทยุใส่ถ่านเปิดให้ดังๆ ก็มีความสุขแล้ว แต่ตอนหนุ่มๆ ก็ไปกับรถขายยา วันไหนไปก็รู้สึกมีความสุข ได้ดูหนังไปด้วย ได้เที่ยวรู้จักคน ตอนนั้นก็ดูโทรทัศน์บ้างไม่ดูบ้าง ทีวีก็มีแค่ขาวดำกันตาย มันไม่ไหวมันเป็นอะไรกัน มีแต่ขาวดำแกงกัน ฟังวิทยุดีกว่า เดี่ยวนี้มีรายการเพลงเพราะๆ เขาเอาเพลงเก่ามาเปิด ฟังแล้วก็เพราะดี ถ้าเป็นทีวีก็ดูได้ถ้าเป็นรายการเพลง เดี่ยวนี้ประกวดร้องเพลงเยอะ คนไทยก็ร้องเพลงกันเก่งๆ</p> <p>ผู้ป่วยมีสมาธิดี ตั้งใจเล่าเรื่องราว สีหน้าขณะเล่าสอดคล้องกับเรื่องราว มียิ้มแย้มแจ่มใสเป็นระยะ</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|---|--|
| | <p>- ใช้การสรุปความ</p> <p>- นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบ ครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้น ความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการ ไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 26</p> <p>17 มีนาคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 6</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ให้ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์สำคัญใน ชีวิตโดยใช้วัตถุที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าต้องการนำมาประกอบการ เล่าถึงเรื่องราวในอดีต (ภาพถ่ายใน อดีต)</p> <p>- ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และ ความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้ คำถามสะท้อนประสบการณ์ของ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าแบ่งปันเหตุการณ์สำคัญใน ชีวิตและความทรงจำ</p> <p>- แสดงออกถึงความสนใจใน เรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับ และติดตามเรื่องราวโดยการพยัก หน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>- ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่า เรื่องราว</p> | <p>- รายงานเหตุการณ์สำคัญในชีวิต เรื่องเล่าจากวัตถุที่เลือก (ภาพถ่ายในอดีต)</p> <p>ผู้ป่วยเลือกภาพที่ถ่ายร่วมกับครอบครัวที่ไปเที่ยวอยุธยา เล่าถึงการเดินทางว่าเดินทางไปโดยรถไฟ ไปกับลูกและ ภรรยา ไปพักอยู่กับญาติที่ย้ายไปอยู่ที่จังหวัดอยุธยา เมื่อก่อนนี้เวลาไปต่างจังหวัดจะเลือกไปจังหวัดที่มีญาติ หรือคนรู้จัก เพราะไม่ได้ไปนอนโรงแรมหรือรีสอร์ท เหมือนกันคนเดียวเหมือนไปเยี่ยมกัน ไปเที่ยวแล้วก็ กลับมาบ้าน ซื่อกับข้าวมาทำกินด้วยกัน ตาม สารทุกข์สุกดิบ คอยกันเรื่องเก่าๆ พวกลูกๆ ก็ชอบ เพราะ เดินทางรถไฟ ข้างทางก็มีของขาย ไปอยุธยาผ่านพิชัยก็ซื้อ ไส้กรอก ผ่านนครสวรรค์ก็ซื้อปลาเห็ด เที่ยวสองสามวันก็ กลับ ขากลับก็ซื้อข้าวเกรียบกุ้งอยุธยามาฝากญาติๆ กัน เดี๋ยวนี้ก็จะตายกันหมดแล้ว เพราะก็แก่ๆ กันแล้ว เหมือนกัน นี่ก็เป็นรูปที่ไปกันพร้อมหน้าพร้อมตา เมื่อก่อน ก็ไม่ค่อยได้ถ่ายรูปเพราะหาช่างยาก เดี่ยวนี้พวกเด็กเขา ถ่ายจากโทรศัพท์กัน มีรูปเยอะ แต่ดูก็ไม่ค่อยดี เลยมอง ไม่เห็น เดี่ยวนี้ก็ไม่ค่อยไปไหนแล้ว แก่แล้ว เดินทางไปบาง ที่มันก็เหนื่อย ลูกหลานก็อยากให้ไป บางทีขัดเขาไม่ได้ก็ไป ก็สบายลูกหลานก็ดูแลดี อยากกินอะไรก็เอามาให้ บางที เดินไม่ไหวก็เข็นรถไปให้</p> <p>ผู้ป่วยเล่าถึงอดีตด้วยสีหน้ามีความสุข อารมณ์สอดคล้อง กันเรื่องที่เล่า</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|--|--|---|
| | <p>- ใช้การสรุปความ</p> <p>- นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบ ครั้งต่อไป</p> <p>* การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้น ความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการ ไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 27</p> <p>23 มีนาคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 7</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ</p> <p>- ส่งเสริมการคิดเชิงบวกและการ มองปัญหาอย่างสร้างสรรค์</p> <p>- ตั้งในฟัง ประเมินอารมณ์และ ความรู้สึกของผู้ป่วยเป็นระยะ ใช้ คำถามสะท้อนประสบการณ์ของ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของ ตนเอง รับฟังความคิดเห็นของ ผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude)</p> <p>- แสดงออกถึงความสนใจใน เรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับ และติดตามเรื่องราวโดยการพยัก หน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>- ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่า เรื่องราว</p> | <p>- บันทึกสรุปข้อคิดจากการสนทนาเพื่อส่งเสริมการคิด ทางบวกและแนวทางการนำการมองปัญหาอย่าง สร้างสรรค์ไปใช้</p> <p>พยาบาลถามซักถามเรื่องการเสียชีวิตของสามี หลังจากนั้น ผู้ป่วยวางแผนการดำเนินชีวิตอย่างไร</p> <p>ผู้ป่วยบอกว่ามันเป็นเรื่องของอนิจจัง ทุกคนเกิดมาก็ต้อง ตาย แต่ว่าก็นึกถึงภรรยาอยู่ เพราะอยู่ด้วยกันมามากกว่า อยู่กับพ่อแม่ ก็พยายามคิดถึงสิ่งที่ดีๆ ที่เขาเคยทำให้ เรื่อง ดีๆ ที่เขาช่วยเหลือดูแลลูกๆ กันมา ตอนพ่อแม่เราแก่เขาก็ ไม่ได้รังเกียจ ก็ช่วยกันดูแลจนพ่อแม่ก็ตายไป ตอนนั้นเขาไม่ อยู่แล้ว บางทีนึกขึ้นมามันก็ไม่อยากกินข้าว ไม่ค่อยมีคน พูดคุย คนวัยเดียวกัน ก็เหงาบ้าง แต่ก็ต้องอยู่ให้ได้ เพราะ ก็ยังมีลูกหลานที่หมั่นมาเยี่ยมมาหา พวกลูกหลานมาที่ก็ เสียงดัง สนุกดี พอเขากลับไปทำงานก็เจียบเหงาสองสาม วันแล้วก็ปรับตัวได้ ทำใจได้ ก็เป็นอย่างนี้ ลูกหลานเขาก็ ต้องทำงานเลี้ยงตัวเอง เลี้ยงครอบครัว ตอนเราอายุเท่าเขา เราก็ทำงานเลี้ยงลูกเหมือนกันมันก็เป็นวัฏจักร</p> <p>ผู้ป่วยมีสีหน้าเรียบเฉย ยิ้มน้อยๆ มองปัญหาและกล่าวถึง เหตุการณ์ด้วยความเข้าใจ มีความคิดเชิงบวกต่อเหตุการณ์</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|--|--|
| | <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบ ครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้น ความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการ ไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 28</p> <p>24 มีนาคม 2567 (4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 8</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ</p> <p>- สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อ ประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้น ด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญ ปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ ด้านลบและอำนวยความสะดวกใน การแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุ ระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้ วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรง จำและกระตุ้นการสะท้อน</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะ ซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของ ตนเอง รับฟังความคิดเห็นของ ผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจใน เรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับ</p> | <p>--บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของ ผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความ ยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่ง ความสุข</p> <p>ตอนนี้ในช่วงสุดท้ายของชีวิตแล้ว ไม่รู้จะไปเมื่อไร เพื่อน สนิทก็ทยอยกันไปทีละคนสองคน เราก็อยู่กับลูกหลานไป ตอนนี้ก็ไม่มีเรื่องอะไรต้องคิดละ เพราะว่าอยู่กับลูกหลาน สบายดี อะไรที่ผ่านมาก็ผ่านมาหมดแล้ว</p> <p>ที่คุยกับพยาบาลก็ดีมากเลย ได้เล่าเรื่องเก่าๆ หนูก็คงเกิด ไม่ทัน แต่พ่อแม่หนูก็อาจจะมีเรื่องอะไรคล้ายๆ นี้ใช่ไหม</p> <p>มีพยาบาลมาคุยทุกอาทิตย์ๆ ก็ดี ทำให้หายเหงา ลูกหลาน ก็ฟังบ้าง แต่เขาก็มีงานต้องทำ ผู้ป่วยบอกให้มาเยี่ยมอีกให้ หายเหงา</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|---|---|
| | <p>และติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 29</p> <p>30 มีนาคม 2567</p> <p>(4 ชม.)</p> | <p><u>เข้าพบ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า คนที่ 2 ครั้งที่ 9</u></p> <p>- กล่าวทักทาย</p> <p>- ทบทวนเรื่องราวจากความทรงจำ</p> <p>- สนับสนุนการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข ตรวจสอบและเอาใจใส่กับอารมณ์ด้านลบและอำนวยความสะดวกในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุระบุวิธีรับมือกับอารมณ์ของเขา ใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความทรงจำและกระตุ้นการสะท้อน</p> <p>- กระตุ้นให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง รับฟังความคิดเห็นของ</p> | <p>-บันทึกสรุปการสะท้อนเชิงบวกต่อประสบการณ์ของผู้สูงอายุ โดยเน้นด้านบวกของความทรงจำ เช่น ความยืดหยุ่น กลยุทธ์การเผชิญปัญหา หรือช่วงเวลาแห่งความสุข</p> <p>ผู้ป่วยเล่าว่าการที่พยาบาลได้มาพูดคุยทุกสัปดาห์ ทำให้รู้ว่าต้องมองปัญหาที่เจอในชีวิตอย่างไร มีลูกหลานคอยให้กำลังใจ รู้สึกว่าก็อยากจะทำอยู่เป็นกำลังใจให้ลูกหลาน</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|---|--|---|
| | <p>ผู้สูงอายุโดยใช้ทัศนคติไม่ตัดสิน (nonjudgmental attitude)</p> <p>-แสดงออกถึงความสนใจในเรื่องราวที่กำลังรับฟัง การยอมรับและติดตามเรื่องราวโดยการพยักหน้าและการใช้คำพูด “ค่ะ”</p> <p>-ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นในเล่าเรื่องราว</p> <p>-ใช้การสรุปความ</p> <p>-นัดหมายวันเวลาสถานที่ในการพบครั้งต่อไป</p> <p>*การใช้วัตถุและวัสดุเพื่อกระตุ้นความจำของผู้ป่วยและกระตุ้นการไตร่ตรองในระดับที่ลึกขึ้น</p> | |
| <p>ครั้งที่ 30</p> <p>31 มีนาคม 2567 (4 ชม.)</p> | <p><u>เยี่ยมบ้าน ครอบครัวที่ 1 ครั้งที่ 10</u></p> <p>-- กล่าวทักทาย</p> <p>-สรุปประเด็นสำคัญของการสนทนา แสดงความขอบคุณ</p> <p>- ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้ป่วย ทบทวนความคืบหน้าที่เกิดขึ้น</p> <p>- ประเมินการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ พฤติกรรมและการรับรู้</p> <p>-กระตุ้นให้ผู้ป่วยมีการสะท้อนความคิดเห็นเชิงบวกต่อประสบการณ์ที่ผ่านมา</p> | <p>-บันทึกสรุปผลการบำบัดด้วยวิธีการระลึกความหลัง ผลการประเมินการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ พฤติกรรม และการรับรู้</p> <p>ผู้ป่วยรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากยิ่งขึ้น รู้สึกมีความสุขในการใช้ชีวิตประจำวัน อารมณ์ผู้ป่วยไม่มีความเศร้า สีหน้าสดชื่นยิ้มแย้มแจ่มใส กล่าวขอบคุณพยาบาลที่ให้เวลามาพบผู้ป่วยที่บ้าน ตั้งใจฟัง ตั้งใจซักถาม</p> <p>ผลการประเมิน TGDS = 17 คะแนน (คะแนน 13-18 ซึมเศร้าเล็กน้อย)</p> <p>คะแนนระหว่าง 13-18 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าเล็กน้อย</p> <p>คะแนนระหว่าง 19-24 คะแนน ถือว่าเป็นผู้มีความเศร้าปานกลาง</p> |

| วันที่ (เวลา) | กิจกรรม | ผลผลิต |
|------------------|---------|---|
| | | คะแนนระหว่าง 25-30 คะแนนถือว่าเป็นผู้มีความเส้ำ ร่นแรง |