



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

ปีการศึกษา 2566

ชื่อ – สกุล นางจกกลณี ตั๊ยเจริญ

เชี่ยวชาญ การพยาบาลผู้สูงอายุเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ: กรณีโรคเบาหวาน

หน่วยให้บริการ ชุมชนหมู่ 5 บ้านบึงพญาปราบ ต.บ้านเกาะ

เขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลขนาย

หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ ทำให้จำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะกลุ่มที่มีโรคเรื้อรังร่วม เช่น โรคเบาหวาน ซึ่งเป็นหนึ่งในปัญหาสุขภาพที่พบได้บ่อยและส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมาก ข้อมูลจากกระทรวงสาธารณสุขระบุว่า อัตราการป่วยด้วยโรคเบาหวานในกลุ่มผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี และส่วนใหญ่ยังไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้อย่างมีประสิทธิภาพ โรคเบาหวานในผู้สูงอายุมีความซับซ้อนมากกว่ากลุ่มวัยอื่น เนื่องจากการเสื่อมถอยของร่างกาย การใช้ยาหลายชนิด การมีโรคร่วม และข้อจำกัดในการดูแลตนเอง ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น แผลเบาหวาน การติดเชื้อ ภาวะน้ำตาลในเลือดผิดปกติ รวมถึงภาวะซึมเศร้าและคุณภาพชีวิตที่ลดลง

จังหวัดนครราชสีมามีประชากรจำนวนมากที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน เนื่องจากพฤติกรรมการดำเนินชีวิตที่ไม่เหมาะสม เช่น การบริโภคอาหารที่มีน้ำตาลและไขมันสูง การขาดการออกกำลังกาย และการสูบบุหรี่ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยด้านเศรษฐกิจและการเข้าถึงบริการสุขภาพที่จำกัด ซึ่งส่งผลให้ผู้ป่วยเบาหวานไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้อย่างมีประสิทธิภาพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลขนาย อ.เมือง มีประชากรในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานสูง โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีประวัติครอบครัวเป็นโรคเบาหวาน อย่างไรก็ตาม การเข้าถึงบริการสุขภาพยังคงมีข้อจำกัด เช่น ความรู้เกี่ยวกับการป้องกัน การจัดการโรคเบาหวาน การติดตามผลการรักษา พฤติกรรมการดูแลตนเองและการสนับสนุนจากครอบครัวและชุมชน

อาจารย์พยาบาลจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการให้การดูแลแบบองค์รวม (Holistic Care) และการส่งเสริมสมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ รวมถึงการสนับสนุนให้ครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุที่มีโรคเบาหวานอย่างต่อเนื่อง การพัฒนารูปแบบการพยาบาลที่เน้นการป้องกันภาวะแทรกซ้อน

การให้ความรู้ และการส่งเสริมการดูแลตนเองอย่างเหมาะสมตามบริบทชีวิต จึงเป็นแนวทางสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การมีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน “การพยาบาลผู้สูงอายุโรคเรื้อรัง: กรณีโรคเบาหวาน” ซึ่งสามารถนำองค์ความรู้ทางทฤษฎีและประสบการณ์ทางคลินิกมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคเบาหวานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเน้นการใช้กระบวนการพยาบาลที่เป็นระบบ และอ้างอิงหลักฐานเชิงประจักษ์ (Evidence-based Practice) ดังนี้ 1) การประเมินและวางแผนการพยาบาลแบบองค์รวม 2) การส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ 3) การป้องกันภาวะแทรกซ้อนและส่งเสริมคุณภาพชีวิต 4) การบูรณาการการดูแลร่วมกับครอบครัวและชุมชน 5) การพัฒนานวัตกรรมและแนวทางการพยาบาล และ 6) การพัฒนาศักยภาพบุคลากรและนักศึกษาพยาบาล

ดังนั้น การดำเนินงานเรื่อง “การพยาบาลผู้สูงอายุเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ: กรณีโรคเบาหวาน” มีความจำเป็น เพื่อพัฒนาระบบการดูแลที่มีประสิทธิภาพ ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถจัดการสุขภาพของตนเองได้ ลดภาวะแทรกซ้อนจากโรค และสร้างความร่วมมือระหว่างบุคลากร ครอบครัว และชุมชน ในการดูแลผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน

เป้าหมาย

เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลผู้สูงอายุเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ: กรณีโรคเบาหวาน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานในชุมชนสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานได้ โดยใช้ Motivational Interviewing (MI)
2. เพื่อส่งเสริมบทบาทครอบครัวหรือผู้ดูแลในการสนับสนุนการดูแลตนเองของผู้ป่วย

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ร้อยละ 100 ผู้ป่วยได้รับการคัดโดยใช้ Motivational Interviewing (MI) สัมภาษณ์ ครบทุกราย
2. ผู้ป่วยมีการรับรู้ความสามารถปรับพฤติกรรมเกิดแรงจูงใจจากภายในในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มากกว่า ร้อยละ 80

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ลดการป่วยด้วยภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานในผู้สูงอายุที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาย
2. ผู้ป่วยสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามหลักใช้ Motivational Interviewing (MI) เป็นแนวทางการสื่อสารเพื่อส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง โดยมุ่งเน้นการสร้างความร่วมมือระหว่างบุคลากรสุขภาพกับผู้ป่วย

3. ผู้ป่วยตระหนักถึงปัญหา เห็นคุณค่าของการดูแลตนเอง และเกิดแรงจูงใจจากภายในในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุที่ป่วยโรคเบาหวาน หมู่ที่ 5 บ้านบึงพญาปราบ ต.บ้านเกาะ จำนวน 10 คน

ระยะเวลา

ทุกวันจันทร์เวลา 08.00-17.00 น. ระหว่างเดือนมิถุนายน 2566 - พฤษภาคม 2567 ระยะเวลาการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุที่ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน 12 วัน วันละ 8 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 96 ชั่วโมง

หมายเหตุ ผู้ป่วย 1 ราย จะได้รับการปฏิบัติการพยาบาล 3 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง

ตารางที่ 1 แสดงวัน เดือน ปี และเวลาในการ การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)

วัน เดือน ปี เวลา	วัน เดือน ปี เวลา	วัน เดือน ปี เวลา
จ 19 มิ.ย.66 (08.00-16.00)	จ 7 ส.ค.66 (08.00-16.00)	จ.18 ก.ย.66 (08.00-16.00)
จ 26 มิ.ย.66 (08.00-16.00)	จ 21 ส.ค.66 (08.00-16.00)	จ 25 ก.ย.66 (08.00-16.00)
จ 10 ก.ค.66 (08.00-16.00)	จ 28 ส.ค.66 (08.00-16.00)	จ.9 ต.ค.66 (08.00-16.00)
จ 24 ก.ค.66 (08.00-16.00)	จ 4 ก.ย.66 (08.00-16.00)	จ 30 ต.ค.66 (08.00-16.00)

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญวันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
การพยาบาลผู้สูงอายุเพื่อ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สุขภาพ: กรณีโรคเบาหวาน (ผู้สูงอายุที่ป่วยโรคเบาหวาน 1 คน ใช้เวลาคนละ 3 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง จำนวน 10 คน รวม 90 ชั่วโมง)	เพื่อให้ผู้ป่วย โรคเบาหวานในชุมชน สามารถปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพเพื่อ ป้องกันการเกิด ภาวะแทรกซ้อนจาก โรคเบาหวานได้ โดยใช้ Motivational Interviewing (MI)	ครั้งที่ 1 1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ ชี้แจงวัตถุประสงค์การ พยาบาล 2. ชักประวัติ คัดกรองผู้สูงอายุที่ป่วยโรคเบาหวาน 3. ประเมินความรู้ พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ป่วย โรคเบาหวาน หลักการพื้นฐานของ MI ใช้ตัวย่อ RULE ได้แก่ Resist the righting reflex (อย่าด่วนแก้ไข), Understand the patient's motivation (เข้าใจ แรงจูงใจผู้ป่วย), Listen with empathy (ฟังด้วยความ เข้าใจ) และ Empower the patient (เสริมพลังให้ ผู้ป่วย) 4. ใช้ทักษะหลักที่ใช้ในการเยี่ยมบ้านคือ OARS ประกอบด้วย Open-ended questions การถามแบบ ปลายเปิดเพื่อให้ผู้สูงอายุเล่าประสบการณ์และ ความรู้สึกรับของตนเอง, Affirmation การยืนยันคุณค่า

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญวันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
		และความพยายามของผู้ป่วยแม้ผลลัพธ์ยังไม่ดี, Reflective listening การสะท้อนฟังเพื่อให้ผู้ป่วยรู้สึก ว่าตนเองถูกรับฟังอย่างแท้จริง และ Summary การ สรุปเพื่อยืนยันความเข้าใจร่วมกันก่อนวางแผนร่วมกัน สำหรับผู้สูงอายุที่ป่วยโรคเบาหวาน 5. ลงบันทึกการพยาบาลตามแบบฟอร์มการเยี่ยมบ้าน ครั้งที่ 2 -3 1. ปฏิบัติการพยาบาลตามข้อ 1 2. ประเมินความรู้ พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ป่วย โรคเบาหวาน หลักการพื้นฐานของ MI สำหรับผู้สูงอายุ ที่ป่วยโรคเบาหวาน เพื่อติดตามผล 3. ตรวจร่างกายเบื้องต้น 4. ให้ความรู้เพิ่มเติมตามผลการประเมินในข้อ 2 5. นัดการมารับยาตามแพทย์นัด 6. ลงบันทึกการพยาบาลตามแบบฟอร์มการเยี่ยมบ้าน

.....
(นางจงกลณี ตัญเจริญ)

ผู้เสนอ

.....
(นายมนโฑ วงษาหล้า)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลชุมชน

ผู้เห็นชอบ

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์นิสากร วิบูลชัย)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา

ผู้อนุมัติ