



## เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน

## ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80

## กลุ่มผู้รับบริการเป้าหมาย

ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์จำนวน 10 ราย

## ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเอง ได้รับการเตรียมตัวก่อนออกจากโรงพยาบาล และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

2. บุคลากรและทีมพยาบาลสามารถให้การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน มีแนวปฏิบัติในการวางแผนการจำหน่ายผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ และเพิ่มความพึงพอใจต่อการบริการพยาบาลของหอผู้ป่วย/โรงพยาบาล

3. วิทยาลัย มีอาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน สามารถนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน การบริการวิชาการและการวิจัย รวมทั้งสามารถเผยแพร่ความรู้และประสบการณ์แก่ชุมชนและสังคมสุขภาวะต่อไป

## ระยะเวลา

ปฏิบัติการพยาบาลทุกวันจันทร์ เวลา 08.00-12.00 น. (รวม 4 ชั่วโมง) วันอังคารถึงวันพฤหัสบดี เวลา 16.00-18.00 น. (วันละ 2 ชั่วโมง) ระหว่างเดือนกันยายน พ.ศ. 2565 ถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2566 รวม 100 ชั่วโมง

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
<b>Case ที่ 1 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b> 1. วันจันทร์ ที่ 5 กันยายน 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 6 กันยายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 7 กันยายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 8 กันยายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) <b>Case ที่ 2 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b> 1. วันจันทร์ ที่ 3 ตุลาคม 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	การปฏิบัติการพยาบาลดูแลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน การปฏิบัติการพยาบาล ดังนี้ <b>ครั้งที่ 1 จำนวน 4 ชั่วโมง</b> <b>1. การประเมินผู้ป่วย (Assessment) ก่อนผ่าตัด</b> 1. ประเมินภาวะโภชนาการ 2. ประเมินโรคร่วมในผู้ป่วยสูงอายุ 3. ประเมินการกลืนและการหายใจ 4. ประเมินความวิตกกังวล

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
<p>2. วันอังคาร ที่ 4 ตุลาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 5 ตุลาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 6 ตุลาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 3 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 21 พฤศจิกายน 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 22 พฤศจิกายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 23 พฤศจิกายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 24 พฤศจิกายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 4 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 19 ธันวาคม 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 20 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 21 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 22 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 5 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 26 ธันวาคม 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 27 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 28 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 29 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 6 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 9 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p>		<p><b>หลังผ่าตัด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ประเมินสัญญาณชีพ</li> <li>ประเมินภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัด : ประเมิน airway obstruction ประเมินการมีเลือดออกที่แผล ประเมินเสียงพูด (recurrent laryngeal nerve injury) ประเมินอาการภาวะแคลเซียมต่ำ ประเมินความปวด</li> <li>ความสามารถในการช่วยเหลือตนเอง</li> <li>ผู้ดูแลที่บ้าน</li> </ol> <p><b>2. การวางแผนการพยาบาล (Planning)</b></p> <p>กำหนดแผนการดูแลสำคัญ เช่น การจัดทำศีรษะสูง (Semi-Fowler) การเตรียมอุปกรณ์ฉุกเฉิน เช่น tracheostomy set การเฝ้าระวังภาวะเลือดออก การสังเกตอาการมือจีบจาก hypocalcemia การส่งเสริมการหายใจลึก</p> <p><b>ครั้งที่ 2 จำนวน 2 ชั่วโมง</b></p> <p><b>3. การปฏิบัติการพยาบาล (Implementation)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>การดูแลระบบทางเดินหายใจ <ul style="list-style-type: none"> <li>จัดทำศีรษะสูง</li> <li>ประเมินเสียงหายใจ</li> <li>เฝ้าระวัง neck swelling</li> </ul> </li> <li>การเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อน <ul style="list-style-type: none"> <li>ตรวจแผลและ drainage</li> <li>ประเมินเสียงพูด</li> <li>ตรวจอาการชาตามปลายมือปลายเท้า</li> </ul> </li> <li>การจัดการความปวด <ul style="list-style-type: none"> <li>ประเมิน pain score</li> <li>ให้ยาแก้ปวดตามแผนการรักษา</li> </ul> </li> <li>การส่งเสริมการเคลื่อนไหว</li> </ol>

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
<p>2. วันอังคาร ที่ 10 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 11 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 12 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 7 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 16 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 17 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 18 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 19 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 8 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 23 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 24 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 25 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 26 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 9 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 30 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 31 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 1 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 2 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p><b>Case ที่ 10 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 20 มีนาคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p>		<p>- กระตุ้นการลุกนั่ง</p> <p>- ส่งเสริมการบริหารคออย่างถูกวิธี</p> <p><b>ครั้งที่ 3 จำนวน 2 ชั่วโมง</b></p> <p><b>4. การให้ความรู้ผู้ป่วยและครอบครัว ตามหลัก D-METHOD</b></p> <p>D – Diagnosis : ความรู้เกี่ยวกับโรค ไทรอยด์ การเปลี่ยนแปลงหลังผ่าตัด</p> <p>M – Medication : วิธีรับประทานยา ไทรอยด์ การใช้ยาแคลเซียม</p> <p>E – Environment : การจัดบ้านให้ ปลอดภัย หลีกเลี่ยงการกระแทกบริเวณ คอ</p> <p>T – Treatment : การดูแลแผลผ่าตัด การบริหารคอเบา ๆ</p> <p>H – Health Promotion : การพักผ่อน การออกกำลังกายเบา ๆ</p> <p>O – Outpatient Follow-up : การมา ตรวจตามนัด</p> <p>D – Diet : อาหารอ่อน อาหารที่มี โปรตีนและแคลเซียม</p> <p><b>ครั้งที่ 4 จำนวน 2 ชั่วโมง</b></p> <p><b>การประเมินผล (Evaluation)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การประเมินความรู้ความสามารถ ของผู้ป่วย</li> <li>2. ประเมินความพึงพอใจผู้ป่วย</li> </ol>

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
2. วันอังคาร ที่ 21 มีนาคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 22 มีนาคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 23 มีนาคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)		

.....  
 (นางสาวสุนิสา คำชื่น)

ผู้เสนอ

.....  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์เบญจมาศ ทำเจริญตระกูล)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

ผู้เห็นชอบ

.....  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์รสสุคนธ์ พิไชยแพทย์)

รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

ผู้รับรอง

บันทึกผลการทำ Faculty Practice รายบุคคล

ชื่อ – สกุล นางสาวสุนิสา คำชื่น

เชี่ยวชาญ การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน

หน่วยให้บริการ หอผู้ป่วยโสต ศอ นาสิก โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80

ผลการดำเนินงาน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p><b>กรณีศึกษาที่ 1</b> ดูแลผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 65 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Papillary thyroid carcinoma</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. วันจันทร์ ที่ 5 กันยายน 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</li> <li>2. วันอังคาร ที่ 6 กันยายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</li> <li>3. วันพุธ ที่ 7 กันยายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</li> <li>4. วันพฤหัสบดี ที่ 8 กันยายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</li> </ol> <p><b>รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน</li> </ol>	<p>การปฏิบัติการพยาบาลดูแลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน การปฏิบัติการพยาบาลเป็นรายบุคคล ดังนี้</p> <p><b>ครั้งที่ 1 จำนวน 4 ชั่วโมง</b></p> <p>ทักทาย แนะนำตัว สร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วยและญาติ</p> <p><b>1. การประเมินผู้ป่วย (Assessment) ก่อนผ่าตัด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ประเมินสัญญาณชีพ</li> <li>2. ประเมินภาวะโภชนาการ</li> <li>3. ประเมินโรคร่วมในผู้สูงอายุ</li> <li>4. ประเมินการกลืนและการหายใจ</li> <li>5. ประเมินความวิตกกังวล</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80</li> <li>2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น</li> <li>3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน</li> </ol>

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<b>กรณีศึกษาที่ 2</b> คุณผู้ป่วยชายไทย อายุ 72 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Multinodular goiter 1. วันจันทร์ ที่ 3 ตุลาคม 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 4 ตุลาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 5 ตุลาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 6 ตุลาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) <b>รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b>	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	<b>หลังผ่าตัด</b> 1. ประเมินสัญญาณชีพ 2. ประเมินภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัด : ประเมิน airway obstruction ประเมินการมีเลือดออกที่แผล ประเมินเสียงพูด ประเมินอาการภาวะแคลเซียมต่ำ ประเมินความปวด 3. ความสามารถในการช่วยเหลือตนเอง 4. ผู้ดูแลที่บ้าน <b>2. การวางแผนการพยาบาล (Planning)</b> ตามปัญหาที่พบในแต่ละกรณีศึกษา กำหนดแผนการดูแลสำคัญ เช่น การจัดทำศีรษะสูง (Semi-Fowler) การเตรียมอุปกรณ์ฉุกเฉิน เช่น	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
<b>กรณีศึกษาที่ 3</b> คุณผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 68 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Follicular thyroid carcinoma 1. วันจันทร์ ที่ 21 พฤศจิกายน 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 22 พฤศจิกายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 23 พฤศจิกายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 24 พฤศจิกายน 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	tracheostomy set การเฝ้าระวังภาวะเลือดออก การสังเกตอาการมือจิบจาก hypocalcemia การส่งเสริมการหายใจลึก <b>ครั้งที่ 2 จำนวน 2 ชั่วโมง</b> <b>3. การปฏิบัติการพยาบาล (Implementation)</b> ตามปัญหาที่พบในแต่ละกรณีศึกษา 3.1 การดูแลระบบทางเดินหายใจ - จัดทำศีรษะสูง - ประเมินเสียงหายใจ - เฝ้าระวัง neck swelling 3.2 การเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อน	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
รวมจำนวน 10 ชั่วโมง		<ul style="list-style-type: none"> <li>- ตรวจแผลและ drainage</li> <li>- ประเมินเสียงพูด</li> <li>- ตรวจอาการชาตามปลายมือปลายเท้า</li> </ul>	
<b>กรณีศึกษาที่ 4</b> ดูแลผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 74 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Toxic multinodular goiter 1. วันจันทร์ ที่ 19 ธันวาคม 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 20 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 21 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 22 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) <b>รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b>	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	3.3 การจัดการความปวด - ประเมิน pain score - ให้ยาแก้ปวดตามแผนการรักษา 3.4 การส่งเสริมการเคลื่อนไหว - กระตุ้นการลุกนั่ง - ส่งเสริมการบริหารคออย่างถูกวิธี <b>ครั้งที่ 3 จำนวน 2 ชั่วโมง</b> <b>4. ให้ความรู้ผู้ป่วยและครอบครัว เป็นรายบุคคล ตามหลัก D-METHOD</b> D – Diagnosis : ความรู้เกี่ยวกับโรคไทรอยด์ การเปลี่ยนแปลงหลังผ่าตัด M – Medication : วิธีรับประทานยาไทรอยด์ การใช้ยาแคลเซียม E – Environment : การจัดบ้านให้ปลอดภัย หลีกเลี่ยงการกระทบบริเวณคอ T – Treatment : การดูแลแผลผ่าตัด การบริหารคอเบา ๆ H – Health Promotion : การพักผ่อน การออกกำลังกายเบา ๆ O – Outpatient Follow-up : การมาตรวจตามนัด	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
<b>กรณีศึกษาที่ 5</b> ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 70 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Suspicious thyroid nodule 1. วันจันทร์ ที่ 26 ธันวาคม 2565 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 27 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 28 ธันวาคม 2565 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 29 ธันวาคม 2565	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง		D – Diet : อาหารอ่อน อาหารที่มีโปรตีนและแคลเซียม ครั้งที่ 4 จำนวน 2 ชั่วโมง	
<b>กรณีศึกษาที่ 6</b> คุณแม่ผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 66 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Papillary thyroid carcinoma 1. วันจันทร์ ที่ 9 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 10 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 11 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 12 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	<b>การประเมินผล (Evaluation)</b> 1. ทบทวนความรู้ 2. ประเมินความรู้ความสามารถของผู้ป่วย	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
<b>กรณีศึกษาที่ 7</b> คุณแม่ผู้ป่วยชายไทย อายุ 75 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Compressive goiter 1. วันจันทร์ ที่ 16 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 17 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 18 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
4. วันพฤหัสบดี ที่ 19 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง			เกิดภาวะแทรกซ้อน
<b>กรณีศึกษาที่ 8</b> ดูแลผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 69 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Medullary thyroid carcinoma 1. วันจันทร์ ที่ 23 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 24 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 25 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 26 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
<b>กรณีศึกษาที่ 9</b> ดูแลผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 73 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Follicular adenoma 1. วันจันทร์ ที่ 30 มกราคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 31 มกราคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 1 กุมภาพันธ์ 2566	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัด

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 2 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) <b>รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b>			ไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่ เกิดภาวะแทรกซ้อน
<b>กรณีศึกษาที่ 10</b> คุณแม่ผู้ป่วยชายไทย อายุ 67 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Multinodular goiter 1. วันจันทร์ ที่ 20 มีนาคม 2566 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 21 มีนาคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 22 มีนาคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 23 มีนาคม 2566 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) <b>รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</b>	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่ ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มี ความรู้และความเข้าใจใน การดูแลตนเองในการ เตรียมความพร้อมก่อน จำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัด ไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัด ไทรอยด์ได้รับการเตรียมความ พร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและ ได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัด ไทรอยด์ในระหว่างการฉายรังสีไม่ เกิดภาวะแทรกซ้อน
รวมใช้เวลา 100 ชั่วโมง			

## การจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์

1. การปฏิบัติการพยาบาล การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน ใช้เวลาทั้งสิ้น 100 ชั่วโมง สามารถดำเนินการตามแผนที่กำหนดมีผู้ป่วยรับบริการจำนวน 10 คน ผลการให้การพยาบาลพบว่าบรรลุตัวชีวิตความสำเร็จที่กำหนดคือ ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์มีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80

2. ผลลัพธ์ต่อบุคคลากรทีมพยาบาล ที่ปฏิบัติในหอผู้ป่วยโสต ศอ นาสิก โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา สามารถให้การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้านได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวปฏิบัติในการวางแผนการจำหน่ายผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน และเพิ่มความพึงพอใจต่อการบริการพยาบาลของหอผู้ป่วย/โรงพยาบาล

## 3. การใช้ความรู้จากการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน/การบริการวิชาการ/วิจัย

3.1 ผลลัพธ์ต่ออาจารย์พยาบาล อาจารย์มีความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน นำประสบการณ์และความเชี่ยวชาญที่ได้จากการปฏิบัติการพยาบาลไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน เรื่อง การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน ถ่ายทอดให้แก่นักศึกษาพยาบาลทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ ในรายวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ 1 และวิชาปฏิบัติการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ 1 สำหรับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2

3.2 การใช้ความรู้เพื่อการพัฒนาวิชาการวิชาชีพชุมชนและสังคม ได้นำความรู้ไปบริการวิชาการสู่ชุมชน ในการเยี่ยมบ้านผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลผู้ใหญ่

## ทบทวนการดำเนินงาน

### 1. การทบทวนแผนและการดำเนินงาน

การปฏิบัติการพยาบาล Faculty Practice เรื่อง การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน การจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาล พบว่าสามารถดำเนินงานตามแผนที่กำหนด

### 2. ทบทวนการจัดการผลลัพธ์จากการปฏิบัติการพยาบาล

ผลลัพธ์ต่อผู้ป่วยและครอบครัว การปฏิบัติการพยาบาล พบว่า ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ทุกรายมีความรู้ในการดูแลตนเอง มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ทุกรายได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ทุกรายในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

ผลลัพธ์ต่อบุคคลากรทีมพยาบาล สามารถให้การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้านได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวปฏิบัติในการวางแผนการจำหน่ายผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ และเพิ่มความพึงพอใจต่อการบริการพยาบาลของหอผู้ป่วย

ผลลัพธ์ต่อวิทยาลัย อาจารย์มีความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน สามารถนำประสบการณ์และความเชี่ยวชาญที่ได้จากการปฏิบัติการพยาบาลไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน บริการวิชาการสู่ชุมชน และการวิจัย รวมทั้งสามารถเผยแพร่ความรู้และประสบการณ์แก่ชุมชนและสังคมสุขภาวะต่อไป

## สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

การปฏิบัติการพยาบาล รวมจำนวนชั่วโมงให้บริการตามความเชี่ยวชาญ 100 ชั่วโมง

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญ ได้พัฒนาความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ในการเตรียมจำหน่ายกลับบ้าน พบว่า การเตรียมจำหน่ายผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดไทรอยด์โดยใช้แนวคิดการให้ความรู้ตามหลัก D-METHOD ร่วมกับการประเมินความพร้อมก่อนจำหน่าย เป็นแนวทางที่ช่วยให้การดูแลผู้ป่วยมีความเป็นระบบ ครอบคลุม และมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น จะช่วยลดภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัด เพิ่มความมั่นใจในการดูแลตนเองของผู้ป่วย และลดอัตราการกลับเข้ารับการรักษาซ้ำในโรงพยาบาล

### แนวทางการพัฒนาในอนาคต

1. พัฒนานวัตกรรมและเครื่องมือทางการพยาบาล เช่น Checklist การเฝ้าระวังภาวะแคลเซียมต่ำ คู่มือ/วิดีโอการดูแลหลังผ่าตัดลำคอ
2. สร้างแนวปฏิบัติ (Protocol) สำหรับการดูแลผู้ป่วยไทรอยด์ในผู้สูงอายุ เช่น แนวทางการประเมินแบบองค์รวม แนวทางการสังเกตอาการฉุกเฉิน แนวทางการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยและครอบครัว แนวปฏิบัติดูแลแผลและการป้องกันภาวะแทรกซ้อน
3. การพัฒนางานวิจัย ทำวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาคุณภาพบริการ ศึกษาปัจจัยเสี่ยงและผลลัพธ์ของการดูแลแบบองค์รวม

.....  
(นางสาวสุนิสา คำชื่น)

สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เบญจมาศ ทำเจริญตระกูล)

หัวหน้าสาขาผู้ลงนามรับรอง

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์รสสุคนธ์ พิไชยแพทย์)

รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

ผู้รับรอง

ภาคผนวก

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์

ลำดับที่	เพศ	อายุ	การวินิจฉัยโรค	การผ่าตัด
1	หญิง	65	Papillary thyroid carcinoma	Total thyroidectomy
2	ชาย	72	Multinodular goiter	Subtotal thyroidectomy
3	หญิง	68	Follicular thyroid carcinoma	Total thyroidectomy
4	หญิง	74	Toxic multinodular goiter	Total thyroidectomy
5	ชาย	70	Suspicious thyroid nodule	Thyroid lobectomy
6	หญิง	66	Papillary thyroid carcinoma	Total thyroidectomy
7	ชาย	75	Compressive goiter	Total thyroidectomy
8	หญิง	69	Medullary thyroid carcinoma	Total thyroidectomy with lymph node dissection
9	หญิง	73	Follicular adenoma	Thyroid lobectomy
10	ชาย	67	Multinodular goiter	Subtotal thyroidectomy

ตารางที่ 2 แสดงคะแนนความรู้ในการดูแลตนเองของผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์

ลำดับ ที่	เพศ	อายุ	การวินิจฉัยโรค	การผ่าตัด	คะแนนความรู้ในการดูแล ตนเองของผู้ป่วยสูงอายุที่ ได้รับการผ่าตัดไทรอยด์ (คะแนนเต็ม 10 คะแนน)	
					ก่อน	หลัง
1	หญิง	65	Papillary thyroid carcinoma	Total thyroidectomy	5	9
2	ชาย	72	Multinodular goiter	Subtotal thyroidectomy	4	9
3	หญิง	68	Follicular thyroid carcinoma	Total thyroidectomy	6	9
4	หญิง	74	Toxic multinodular goiter	Total thyroidectomy	5	8
5	ชาย	70	Suspicious thyroid nodule	Thyroid lobectomy	5	8
6	หญิง	66	Papillary thyroid carcinoma	Total thyroidectomy	6	9
7	ชาย	75	Compressive goiter	Total thyroidectomy	5	8
8	หญิง	69	Medullary thyroid carcinoma	Total thyroidectomy with lymph node dissection	5	9
9	หญิง	73	Follicular adenoma	Thyroid lobectomy	5	8
10	ชาย	67	Multinodular goiter	Subtotal thyroidectomy	6	9

แบบประเมินความรู้เรื่อง การดูแลตนเองหลังผ่าตัดไทรอยด์ในผู้สูงอายุ (ก่อน-หลัง)

คำชี้แจง กรุณาเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

ส่วนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลแผล

1. หลังผ่าตัดไทรอยด์ ผู้ป่วยควรดูแลแผลอย่างไร

- ก. ล้างแผลด้วยน้ำเกลือทุกวัน
- ข. รักษาความสะอาดแผล และหลีกเลี่ยงการแกะเกา
- ค. ใช้แอลกอฮอล์เช็ดแผลทุกวัน
- ง. แกะสะเก็ดแผลออก

2. หากพบว่าแผลผ่าตัดมีลักษณะใด ควรมาพบแพทย์

- ก. แผลแห้งดี
- ข. แผลไม่มีอาการเจ็บ
- ค. แผลบวมแดงหรือมีหนอง
- ง. แผลมีรอยแผลเป็น

ส่วนที่ 2 ความรู้เรื่องภาวะแทรกซ้อน

3. อาการใดเป็นสัญญาณของภาวะแคลเซียมต่ำ

- ก. ปวดศีรษะ
- ข. ชาปลายมือปลายเท้า หรือมือจีบ
- ค. ท้องเสีย
- ง. นอนไม่หลับ

4. หากผู้ป่วยมีอาการหายใจลำบากหลังผ่าตัดควรทำอย่างไร

- ก. นอนพักเฉย ๆ
- ข. ดื่มน้ำมาก ๆ
- ค. รีบมาพบแพทย์ทันที
- ง. รับประทานยาแก้ปวด

ส่วนที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยา

5. ยาฮอร์โมนไทรอยด์ควรรับประทานอย่างไร

- ก. หลังอาหารทันที
- ข. ก่อนอาหารตอนเช้า
- ค. ก่อนนอน
- ง. รับประทานเฉพาะเวลาปวด

6. หากลืมรับประทานยาไทรอยด์ควรทำอย่างไร

- ก. เพิ่มขนาดยาเป็นสองเท่า
- ข. รับประทานทันทีที่นึกได้
- ค. หยุดยาไปเลย
- ง. รับประทานเฉพาะวันถัดไป

#### ส่วนที่ 4 การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัด

##### 7. หลังผ่าตัดไทรอยด์ ผู้ป่วยควรหลีกเลี่ยงสิ่งใดในระยะแรก

- ก. การพูดมากหรือใช้เสียงมาก
- ข. การรับประทานอาหาร
- ค. การเดิน
- ง. การดื่มน้ำ

##### 8. ท่านอนที่เหมาะสมหลังผ่าตัดคือ

- ก. นอนราบ
- ข. นอนคว่ำ
- ค. นอนศีรษะสูง
- ง. นอนตะแคง

#### ส่วนที่ 5 การติดตามการรักษา

##### 9. ผู้ป่วยควรทำอะไรหลังจำหน่ายจากโรงพยาบาล

- ก. มาตรวจตามนัด
- ข. ไม่ต้องมาตรวจ
- ค. มาตรวจเฉพาะเวลาปวด
- ง. มาตรวจปีละครั้ง

##### 10. หากมีอาการใดต่อไปนี้ควรมาพบแพทย์ทันที

- ก. เสียงแหบมากขึ้น
- ข. คอบวมมาก
- ค. หายใจลำบาก
- ง. ถูกทุกข้อ

## คู่มือการดูแลตนเองหลังผ่าตัดไทรอยด์ (สำหรับผู้ป่วยและครอบครัว)

### การดูแลแผลผ่าตัด

- รักษาแผลให้ สะอาดและแห้ง
- หลีกเลี่ยงการ แทะ เกา หรือกดแผล
- หากแผล บวม แดง มีหนอง หรือปวดมากขึ้น ให้มาพบแพทย์

### การรับประทานยา

รับประทานยาตามแพทย์สั่งอย่างสม่ำเสมอ เช่น

- ยาไทรอยด์ฮอร์โมน รับประทานตอนเช้า ก่อนอาหารประมาณ 30 นาที
- ยาแคลเซียม (ถ้ามี) รับประทานตามคำแนะนำของแพทย์
- ห้ามหยุดยาเอง

### อาการที่ต้องรีบมาพบแพทย์

หากมีอาการต่อไปนี้ ให้รีบมาพบแพทย์ทันที

- หายใจลำบาก
- คอบวมมาก
- เสียงแหบมากขึ้น
- ชาปลายมือปลายเท้า
- มือจับหรือเกร็ง
- แผลบวมแดงหรือมีหนอง

### การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัด

- นอน ยกศีรษะสูง เพื่อลดอาการบวม
- หลีกเลี่ยงการ ยกของหนัก
- หลีกเลี่ยงการ ใช้เสียงมาก ในช่วงแรก
- สามารถเดินหรือทำกิจกรรมเบา ๆ ได้

### อาหารที่ควรรับประทาน

- รับประทาน อาหารอ่อน เคี้ยวง่าย ในช่วงแรก
- รับประทานอาหารที่มี โปรตีนสูง เช่น ไข่ ปลา นม
- รับประทานอาหารที่มี แคลเซียม เช่น นม เต้าหู้ ปลาตัวเล็ก
- หลีกเลี่ยงอาหารที่ แข็งหรือระคายคอ

### การมาตรวจตามนัด

กรุณามาพบแพทย์ตามวันนัด เพื่อตรวจติดตาม

- แผลผ่าตัด
- ระดับฮอร์โมนไทรอยด์
- การทำงานของร่างกาย

วันทีนัด: .....

Checklist D-METHOD สำหรับผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดไทรอยด์ก่อนจำหน่าย

ชื่อผู้ป่วย..... วันที่ผ่าตัด.....

วันที่จำหน่าย.....

หัวข้อ	รายการสอนผู้ป่วย	สอนแล้ว ✓	ผู้ป่วยเข้าใจ/สาธิตได้ ✓
D – Diagnosis	อธิบายโรคไทรอยด์และเหตุผลที่ต้องผ่าตัด		
	อธิบายการเปลี่ยนแปลงหลังผ่าตัด เช่น คอบวม เสียงแหบเล็กน้อย		
	อธิบายภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น		
	- แผลบวม เลือดออก		
	- ภาวะแคลเซียมต่ำ (มือจีบ ชาปลายมือปลายเท้า)		
	- เสียงแหบผิดปกติ		
M – Medication	อธิบายยาที่ต้องรับประทาน เช่น ยาฮอร์โมนไทรอยด์		
	อธิบายการรับประทานยาแคลเซียม (ถ้ามี)		
	อธิบายเวลาและวิธีรับประทานยา		
	อธิบายผลข้างเคียงของยา		
	ผู้ป่วยสามารถบอกวิธีรับประทานยาได้		
E – Environment	แนะนำการจัดสิ่งแวดล้อมในบ้านให้ปลอดภัย		
	หลีกเลี่ยงการกระแทกบริเวณคอ		
	หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ใช้แรงมาก		
	ป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ		
T – Treatment	สอนการดูแลแผลผ่าตัด		
	วิธีทำความสะอาดแผล		
	วิธีสังเกตแผลติดเชื้อ		
	แนะนำการบริหารคอเบา ๆ		
	แนะนำการจัดทำนอนศีรษะสูง		
H – Health Promotion	แนะนำการพักผ่อนเพียงพอ		
	แนะนำการออกกำลังกายเบา ๆ		
	แนะนำการดูแลสุขภาพทั่วไป		
	การหลีกเลี่ยงการใช้เสียงมากในระยะแรก		
O – Outpatient Follow up	แจ้งวันนัดพบแพทย์		
	แนะนำการมาตรวจตามนัด		

หัวข้อ	รายการสอนผู้ป่วย	สอนแล้ว ✓	ผู้ป่วยเข้าใจ/สาธิตได้ ✓
	แนะนำอาการที่ต้องมาพบแพทย์ทันที เช่น หายใจลำบาก คอบวมมาก		
D – Diet	แนะนำอาหารอ่อนในช่วงแรก		
	แนะนำอาหารที่มีโปรตีนสูง		
	แนะนำอาหารที่มีแคลเซียม		
	หลีกเลี่ยงอาหารที่ระคายคอ		