

ให้ข้อมูลและดูแลผู้ป่วย เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการเตรียมความพร้อมผู้ป่วยและผู้ดูแลได้ ลดอัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนหลังจำหน่าย และลดอัตราการกลับมารักษาในโรงพยาบาล

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสี
วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80

กลุ่มผู้รับบริการเป้าหมาย

ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอ จำนวน 10 ราย

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการฉายรังสีในโรคมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเอง ได้รับการเตรียมตัวก่อนออกจากโรงพยาบาล และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

2. บุคลากรและทีมพยาบาลสามารถให้การพยาบาลผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอก่อนจำหน่ายกลับบ้านได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวปฏิบัติในการวางแผนการจำหน่ายผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอ และเพิ่มความพึงพอใจต่อการบริการพยาบาลของหอผู้ป่วย/โรงพยาบาล

3. วิทยาลัย มีอาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี สามารถนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน การบริการวิชาการและการวิจัย รวมทั้งสามารถเผยแพร่ความรู้และประสบการณ์แก่ชุมชนและสังคมสุขภาพต่อไป

ระยะเวลา

ปฏิบัติการพยาบาลทุกวันจันทร์ เวลา 08.00-12.00 น. (รวม 4 ชั่วโมง) วันอังคารถึงวันพฤหัสบดี เวลา 16.00-18.00 น. (วันละ 2 ชั่วโมง) ระหว่างเดือนมิถุนายนถึงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2567 รวม 100 ชั่วโมง

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
Case ที่ 1 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง 1. วันจันทร์ ที่ 24 มิถุนายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 25 มิถุนายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 26 มิถุนายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 27 มิถุนายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	การปฏิบัติการพยาบาลดูแลผู้ป่วยสูงอายุเป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี ในการวางแผนจำหน่ายผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอ โดยใช้กระบวนการพัฒนาคุณภาพ PDCA (Plan-Do-Check-Act) ร่วมกับการนำรูปแบบการวางแผนจำหน่าย D-METHOD มาใช้ในการให้ข้อมูลและดูแลผู้ป่วย การปฏิบัติการพยาบาล ดังนี้
Case ที่ 2 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง 1. วันจันทร์ ที่ 1 กรกฎาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)		ครั้งที่ 1 จำนวน 4 ชั่วโมง 1. การประเมินสภาพผู้ป่วย 1) สร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย/ผู้ดูแล

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
<p>2. วันอังคาร ที่ 2 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 3 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 4 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 3 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 8 กรกฎาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 9 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 10 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 11 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 4 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 5 สิงหาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 6 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 7 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 8 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 5 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 19 สิงหาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 20 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 21 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 22 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 6 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 2 กันยายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p>		<p>ทักทายแนะนำตนเอง</p> <p>2) Plan : วิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุของปัญหา การวางแผนจำหน่าย สัมภาษณ์ผู้ป่วย ประเมินความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี (ก่อนฉายรังสี) รวบรวมปัญหา ค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหาและเลือกทางแก้ไข</p> <p>ครั้งที่ 2 จำนวน 2 ชั่วโมง และครั้งที่ 3 จำนวน 2 ชั่วโมง</p> <p>2. การปฏิบัติการพยาบาล</p> <p>1) Do: ปฏิบัติการพยาบาลโดยนำ D-METHOD ไปใช้ในการให้ข้อมูลและดูแลผู้ป่วยรายบุคคลก่อนจำหน่าย ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosis : ให้ความรู้เรื่องโรคมะเร็งศีรษะและลำคอ ชนิดตำแหน่ง ระยะ Prognosis - Medication : ข้อมูลเกี่ยวกับยา การให้ยา ผลข้างเคียง ยาที่อาจมีปฏิกิริยา ประเมินความสามารถเข้าใจได้อย่างปลอดภัย - Environment & Economic : สิ่งแวดล้อมที่บ้าน (การเคลื่อนที่ อุปกรณ์ช่วย ความสะดวกในการใช้สิ่งอำนวยความสะดวก) ภาระค่าใช้จ่าย การสนับสนุนจากครอบครัว - Treatment : รายละเอียดการฉายรังสี (schedule, dose, technique) ผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น และวิธีการจัดการ - Health (Health status) : ภาวะโภชนาการ สมรรถภาพร่างกาย สุขภาพทั่วไป ความสามารถในการรับประทานอาหาร การกลืน ภาวะขาดน้ำหรืออ่อนแรง ฯลฯ - Outpatient & Referral: การนัดตรวจติดตาม การส่งต่อบริการ

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
<p>2. วันอังคาร ที่ 3 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 4 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 5 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 7 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 9 กันยายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 10 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 11 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 12 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 8 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 7 ตุลาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 8 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 9 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 10 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 9 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 28 ตุลาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p> <p>2. วันอังคาร ที่ 29 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>3. วันพุธ ที่ 30 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>4. วันพฤหัสบดี ที่ 31 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)</p> <p>Case ที่ 10 รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p> <p>1. วันจันทร์ ที่ 4 พฤศจิกายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)</p>		<p>(speech/swallow therapy กายภาพบำบัด โภชนาการผู้ป่วยนอก) ความสามารถในการเดินทาง/เข้าถึง บริการ</p> <p>- Diet : โภชนาการหลังการฉายรังสี ประเภทของอาหาร ความเหมาะสมกับ ปัญหาการกลืน/เคี้ยว ขนาดมือ ความถึ การเสริมโภชนาการถ้าจำเป็น</p> <p>ครั้งที่ 4 จำนวน 2 ชั่วโมง</p> <p>3. การประเมินผล</p> <p>1) Check: ประเมินผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้เข้าใจของผู้ป่วย ความพึง พอใจ</p> <p>2) Act: ประเมินผลของการปฏิบัติ ตามแผนการจำหน่าย สรุปผลการ ดำเนินงาน เพื่อพัฒนาแนวทางการดูแล อย่างยั่งยืน</p>

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
2. วันอังคาร ที่ 5 พฤศจิกายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 6 พฤศจิกายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 7 พฤศจิกายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)		

.....
 (นางสาวสุนิสา คำชื่น)
 ผู้เสนอ

.....
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์เบญจมาศ ทำเจริญตระกูล)
 หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ
 ผู้เห็นชอบ

.....
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์นิสากร วิบูลชัย)
 ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา
 ผู้รับรอง

บันทึกผลการทำ Faculty Practice รายบุคคล

ชื่อ – สกุล นางสาวสุนิสา คำชื่น

เชี่ยวชาญ การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี

หน่วยให้บริการ หอผู้ป่วยโสต ศอ นาสิก โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80

ผลการดำเนินงาน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p>กรณีศึกษาที่ 1 ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 71 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Glottic Cancer</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. วันจันทร์ ที่ 24 มิถุนายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 25 มิถุนายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 26 มิถุนายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 27 มิถุนายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) <p>รวมจำนวน 10 ชั่วโมง</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน 	<p>การปฏิบัติการพยาบาลดูแลผู้ป่วยสูงอายุเป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี ในการวางแผนจำหน่ายผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอ โดยใช้</p> <p>กระบวนการพัฒนาคุณภาพ PDCA ร่วมกับการนำรูปแบบการวางแผนจำหน่าย D-METHOD มาใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลเป็นรายบุคคล ดังนี้</p> <p>ครั้งที่ 1 จำนวน 4 ชั่วโมง</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การประเมินสภาพผู้ป่วย <ol style="list-style-type: none"> 1) สร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย ผู้ดูแล <p>ทักทายแนะนำตนเอง</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
กรณีศึกษาที่ 2 ดูแลผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 69 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Thyroid cancer 1. วันจันทร์ ที่ 1 กรกฎาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 2 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 3 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 4 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	2) Plan : วิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุของปัญหาการวางแผนจำหน่าย สัมภาษณ์ผู้ป่วย ประเมินความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี (ก่อนฉายรังสี) (ผู้ป่วยรายบุคคล) รวบรวมปัญหาค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหาและเลือกทางแก้ไข ครั้งที่ 2 จำนวน 2 ชั่วโมง และครั้งที่ 3 จำนวน 2 ชั่วโมง 2. การปฏิบัติการพยาบาล เป็นรายบุคคล 1) Do: ปฏิบัติการพยาบาลโดยนำ D-METHOD ไปใช้ในการให้ข้อมูลและดูแลผู้ป่วยรายบุคคลก่อนจำหน่าย ดังนี้ - Diagnosis : ให้ความรู้เรื่องโรคมะเร็งศีรษะและลำคอ ชนิด ตำแหน่ง ระยะ Prognosis - Medication : ข้อมูลเกี่ยวกับยา การให้ยา ผลข้างเคียง ยาที่อาจมีปฏิกิริยา ประเมินความสามารถให้ยาได้อย่างปลอดภัย - Environment & Economic : สิ่งแวดล้อมที่บ้าน (การเคลื่อนที่	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
กรณีศึกษาที่ 3 ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 82 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Laryngeal cancer 1. วันจันทร์ ที่ 8 กรกฎาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 9 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 10 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 11 กรกฎาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	1) Do: ปฏิบัติการพยาบาลโดยนำ D-METHOD ไปใช้ในการให้ข้อมูลและดูแลผู้ป่วยรายบุคคลก่อนจำหน่าย ดังนี้ - Diagnosis : ให้ความรู้เรื่องโรคมะเร็งศีรษะและลำคอ ชนิด ตำแหน่ง ระยะ Prognosis - Medication : ข้อมูลเกี่ยวกับยา การให้ยา ผลข้างเคียง ยาที่อาจมีปฏิกิริยา ประเมินความสามารถให้ยาได้อย่างปลอดภัย - Environment & Economic : สิ่งแวดล้อมที่บ้าน (การเคลื่อนที่	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
รวมจำนวน 10 ชั่วโมง		อุปกรณ์ช่วย ความสะดวกในการใช้สิ่ง	
กรณีศึกษาที่ 4 ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 72 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Hypopharyngeal Cancer 1. วันจันทร์ ที่ 5 สิงหาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 6 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 7 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 8 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็น มะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	อำนวยความสะดวก) ภาระค่าใช้จ่าย การสนับสนุนจากครอบครัว - Treatment : รายละเอียดการฉายรังสี (schedule, dose, technique) ผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น และวิธีการจัดการ - Health (Health status) : ภาวะโภชนาการ สมรรถภาพร่างกาย สุขภาพทั่วไป ความสามารถในการรับประทานอาหาร การกลืน ภาวะขาดน้ำหรืออ่อนแรง ฯลฯ - Outpatient & Referral: การนัด	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
กรณีศึกษาที่ 5 ดูแลผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 68 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Tongue Cancer 1. วันจันทร์ ที่ 19 สิงหาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 20 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 21 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็น มะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	ตรวจติดตาม การส่งต่อบริการ (speech/swallow therapy ภาวะภาษาบกพร่อง โภชนาการผู้ป่วยนอก) ความสามารถในการเดินทาง/เข้าถึงบริการ - Diet : โภชนาการหลังการฉายรังสี ประเภทของอาหาร ความเหมาะสมกับ ปัญหาการกลืน/เคี้ยว ขนาดมือ ความถี่ การเสริมโภชนาการถ้าจำเป็น	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
4. วันพฤหัสบดี ที่ 22 สิงหาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง		ครั้งที่ 4 จำนวน 2 ชั่วโมง 3. การประเมินผล 1) Check: ประเมินผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น	เกิดภาวะแทรกซ้อน
กรณีศึกษาที่ 6 ดูแลผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 75 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Floor of mouth cancer 1. วันจันทร์ ที่ 2 กันยายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 3 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 4 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 5 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็น มะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน	ได้แก่ ความรู้เข้าใจของผู้ป่วย 2) Act: ประเมินผลของการปฏิบัติ ตามแผนการจำหน่าย	1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
กรณีศึกษาที่ 7 ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 76 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Supraglottic Cancer 1. วันจันทร์ ที่ 9 กันยายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 10 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็น มะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
3. วันพุธ ที่ 11 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 12 กันยายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง			3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
กรณีศึกษาที่ 8 ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 67 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Subglottic Cancer 1. วันจันทร์ ที่ 7 ตุลาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 8 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 9 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 10 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน
กรณีศึกษาที่ 9 ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 74 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Nasopharynx Cancer 1. วันจันทร์ ที่ 28 ตุลาคม 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.)	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลตนเองจากการฉายรังสีในการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับ

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
2. วันอังคาร ที่ 29 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 30 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 31 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง			การเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่าย กลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะ และลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่ เกิดภาวะแทรกซ้อน
กรณีศึกษาที่ 10 ดูแลผู้ป่วยชายไทย อายุ 73 ปี ได้รับการวินิจฉัยเป็น Laryngeal cancer 1. วันจันทร์ ที่ 4 พฤศจิกายน 2567 เวลา 08.00-12.00 น. (4 ชม.) 2. วันอังคาร ที่ 5 พฤศจิกายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 3. วันพุธ ที่ 6 พฤศจิกายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) 4. วันพฤหัสบดี ที่ 7 พฤศจิกายน 2567 เวลา 16.00-18.00 น. (2 ชม.) รวมจำนวน 10 ชั่วโมง	1. เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็น มะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ และความเข้าใจในการดูแล ตนเองจากการฉายรังสีในการ เตรียมความพร้อมก่อนจำหน่าย กลับบ้าน		1. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะ และลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเอง จากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่า ร้อยละ 80 2. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะ และลำคอที่ได้รับการฉายรังสีได้รับ การเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่าย กลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น 3. ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะ และลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่ เกิดภาวะแทรกซ้อน
รวมใช้เวลา 100 ชั่วโมง			

การจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์

1. การปฏิบัติการพยาบาล การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี ใช้เวลาทั้งสิ้น 100 ชั่วโมง สามารถดำเนินการตามแผนที่กำหนดมีผู้ป่วยรับบริการจำนวน 10 คน ผลการให้การพยาบาลพบว่าบรรลุตัวชี้วัดความสำเร็จที่กำหนดคือ ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80

2. ผลลัพธ์ต่อบุคคลากรทีมพยาบาล ที่ปฏิบัติในหอผู้ป่วยโสต ศอ นาสิก โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา สามารถให้การพยาบาลผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอก่อนจำหน่ายกลับบ้านได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวปฏิบัติในการวางแผนการจำหน่ายผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอ และเพิ่มความพึงพอใจต่อการบริการพยาบาลของหอผู้ป่วย/โรงพยาบาล

3. การใช้ความรู้จากการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน/การบริการวิชาการ/วิจัย

3.1 ผลลัพธ์ต่ออาจารย์พยาบาล อาจารย์มีความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี นำประสบการณ์และความเชี่ยวชาญที่ได้จากการปฏิบัติการพยาบาลไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน เรื่อง การพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี ถ่ายทอดให้แก่นักศึกษาพยาบาลทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ ในรายวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ 1 และวิชาปฏิบัติการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ 1 สำหรับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2

3.2 การใช้ความรู้เพื่อการพัฒนาวิชาการวิชาชีพชุมชนและสังคม ได้นำความรู้ไปบริการวิชาการสู่ชุมชน ในการเยี่ยมบ้านผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งที่ได้รับการฉายรังสี ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุ

ทบทวนการดำเนินงาน

1. การทบทวนแผนและการดำเนินงาน

การปฏิบัติการพยาบาล Faculty Practice เรื่อง การพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี การจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาล พบว่าสามารถดำเนินงานตามแผนที่กำหนด

2. ทบทวนการจัดการผลลัพธ์จากการปฏิบัติการพยาบาล

ผลลัพธ์ต่อผู้ป่วยและครอบครัว การปฏิบัติการพยาบาล พบว่า ผู้ป่วยสูงอายุทุกรายมีความรู้ในการดูแลตนเองจากการฉายรังสี มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 ผู้สูงอายุทุกรายที่ได้รับการฉายรังสีในโรคมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่ายกลับบ้านและได้รับข้อมูลที่จำเป็น ผู้ป่วยและผู้ดูแลมีความเข้าใจในการดูแลตนเองหลังฉายรังสีดีขึ้น โดยเฉพาะเรื่องการปฏิบัติตนเกี่ยวกับอาหาร การทำความสะอาดช่องปาก และการสังเกตอาการผิดปกติ ผู้ป่วยสูงอายุทุกรายที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอในระหว่างการฉายรังสีไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน

ผลลัพธ์ต่อบุคคลากรทีมพยาบาล สามารถให้การพยาบาลผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอก่อนจำหน่ายกลับบ้านได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีแนวปฏิบัติในการวางแผนการจำหน่ายผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอ และเพิ่มความพึงพอใจต่อการบริการพยาบาลของหอผู้ป่วย

ผลลัพธ์ต่อวิทยาลัย อาจารย์มีความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี สามารถนำประสบการณ์และความเชี่ยวชาญที่ได้จากการปฏิบัติการพยาบาลไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน บริการวิชาการสู่ชุมชน และการวิจัย รวมทั้งสามารถเผยแพร่ความรู้และประสบการณ์แก่ชุมชนและสังคมสุขภาวะต่อไป

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

การปฏิบัติการพยาบาล รวมจำนวนชั่วโมงให้บริการตามความเชี่ยวชาญ 100 ชั่วโมง

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญ ได้พัฒนาความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอได้รับการฉายรังสี พบว่า การวางแผนจำหน่ายผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและลำคอ โดยใช้กระบวนการพัฒนาคุณภาพ PDCA (Plan-Do-Check-Act) ร่วมกับการนำรูปแบบ D-METHOD มาใช้ในการให้ข้อมูลและดูแลผู้ป่วย ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการเตรียมความพร้อมผู้ป่วยและผู้ดูแลได้ ลดอัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนหลังจำหน่าย และลดอัตราการกลับมารักษาในโรงพยาบาล

แนวทางการพัฒนาในอนาคต

1. พัฒนานวัตกรรมหรือโปรแกรมการดูแลผู้ป่วย
 - ออกแบบโปรแกรม "7 D เพื่อผู้สูงอายุหลังฉายรังสี" ที่เน้นการประเมินและให้ข้อมูลแบบองค์รวม 7 ด้าน ก่อนจำหน่ายผู้ป่วย
 - พัฒนาคู่มือสำหรับการให้ข้อมูลตาม D-METHOD เพื่อใช้ในหอผู้ป่วยโสต ศอ นาสิก
2. ส่งเสริมงานวิจัยและพัฒนาฐานข้อมูลผู้ป่วยกลุ่มเฉพาะ
 - พัฒนาประเด็นวิจัยจากปัญหาที่พบ เช่น ผลของการใช้ D-METHOD ต่อความพร้อมก่อนจำหน่ายของผู้ป่วย

.....
(นางสาวสุนิสา คำชื่น)

สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เบญจมาศ ทำเจริญตระกูล)

หัวหน้าสาขาผู้ลงนามรับรอง

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์นิสกร วิบูลชัย)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

ผู้รับรอง

ภาคผนวก

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการฉายรังสี

ลำดับที่	เพศ	อายุ	การวินิจฉัยโรค
1	ชาย	71	Glottic Cancer
2	หญิง	69	Thyroid cancer
3	ชาย	82	Laryngeal cancer
4	ชาย	72	Hypopharyngeal Cancer
5	หญิง	68	Tongue Cancer
6	หญิง	75	Floor of mouth cancer
7	ชาย	76	Supraglottic Cancer
8	ชาย	67	Subglottic Cancer
9	ชาย	74	Nasopharynx Cancer
10	ชาย	73	Laryngeal cancer

ตารางที่ 2 แสดงคะแนนความรู้ในการดูแลตนเองของผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะและลำคอที่ได้รับการฉายรังสี

ลำดับ ที่	เพศ	อายุ	การวินิจฉัยโรค	คะแนนความรู้ในการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นมะเร็งศีรษะ และลำคอที่ได้รับการฉายรังสี (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)	
				ก่อน	หลัง
1	ชาย	71	Glottic Cancer	10	16
2	หญิง	69	Thyroid cancer	11	17
3	ชาย	82	Laryngeal cancer	11	16
4	ชาย	72	Hypopharyngeal Cancer	12	16
5	หญิง	68	Tongue Cancer	11	17
6	หญิง	75	Floor of mouth cancer	10	16
7	ชาย	76	Supraglottic Cancer	12	16
8	ชาย	67	Subglottic Cancer	13	17
9	ชาย	74	Nasopharynx Cancer	10	16
10	ชาย	73	Laryngeal cancer	10	17

แบบประเมินความรู้การดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่ได้รับการฉายรังสีบริเวณศีรษะและลำคอ
คำชี้แจง กรุณาเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

ด้านที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับผลข้างเคียงของการฉายรังสี

1. การฉายรังสีบริเวณศีรษะและลำคออาจทำให้เกิดอาการใดได้บ่อย

- ก. ปากแห้ง
- ข. แผลในปาก
- ค. กลืนลำบาก
- ง. ถูกทุกข้อ

2. หากมีแผลในปากหลังฉายรังสี ควรปฏิบัติอย่างไร

- ก. งดอาหารทั้งหมด
- ข. รับประทานอาหารอ่อนและดูแลช่องปาก
- ค. ใช้น้ำยาบ้วนปากแรง ๆ
- ง. ปล่อยให้หายเอง

3. อาการปากแห้งเกิดจากสาเหตุใด

- ก. ต่อมน้ำลายได้รับผลจากรังสี
- ข. ดื่มน้ำมากเกินไป
- ค. พักผ่อนมากเกินไป
- ง. รับประทานผักมากเกินไป

4. หากมีอาการกลืนลำบาก ควรเลือกอาหารชนิดใด

- ก. อาหารแข็ง
- ข. อาหารอ่อน นุ่ม
- ค. อาหารเผ็ด
- ง. อาหารทอด

ด้านที่ 2 การดูแลช่องปากและฟัน

5. การแปรงฟันที่เหมาะสมหลังฉายรังสีคือ

- ก. แปรงวันละครั้ง
- ข. ใช้แปรงขนนุ่ม
- ค. ไม่ต้องแปรงฟัน
- ง. ใช้แปรงแข็ง

6. ควรบ้วนปากด้วยอะไร

- ก. น้ำเกลือหรือน้ำสะอาด
- ข. น้ำอัดลม
- ค. แอลกอฮอล์
- ง. กาแฟ

7. การพบทันตแพทย์หลังฉายรังสีมีความสำคัญอย่างไร

- ก. ไม่มีความสำคัญ
- ข. เพื่อตรวจสอบสุขภาพช่องปาก
- ค. เพื่อลดน้ำหนัก
- ง. เพื่อให้รับประทานอาหารได้มากขึ้น

8. ควรหลีกเลี่ยงสิ่งใดเพื่อป้องกันแผลในปาก

- ก. อาหารเผ็ดจัด
- ข. อาหารอ่อน
- ค. ผัก
- ง. ผลไม้

ด้านที่ 3 โภชนาการ

9. อาหารที่เหมาะสมหลังฉายรังสีคือ

- ก. อาหารรสจัด
- ข. อาหารอ่อน ย่อยง่าย
- ค. อาหารทอด
- ง. อาหารหมักดอง

10. ผู้ป่วยควรดื่มน้ำประมาณเท่าใด

- ก. 1-2 แก้ว
- ข. 3-4 แก้ว
- ค. 6-8 แก้ว
- ง. ไม่ต้องดื่มน้ำ

11. สารอาหารใดช่วยซ่อมแซมร่างกาย

- ก. โปรตีน
- ข. ไขมัน
- ค. น้ำตาล
- ง. เกลือ

12. หากรับประทานอาหารได้น้อยควรทำอย่างไร

- ก. งดอาหาร
- ข. แบ่งอาหารเป็นมื้อย่อย
- ค. ดื่มน้ำอย่างเดียว
- ง. ไม่ต้องรับประทาน

ด้านที่ 4 การดูแลผิวหนังบริเวณฉายรังสี

13. ผิวหนังบริเวณฉายรังสีควรดูแลอย่างไร

- ก. ชัดถูแรง
- ข. ล้างเบา ๆ
- ค. เกา
- ง. ใช้สารเคมีแรง

14. ควรหลีกเลี่ยงสิ่งใดบริเวณที่ฉายรังสี

- ก. แสงแดดจัด
- ข. น้ำสะอาด
- ค. เสื้อผ้านุ่ม
- ง. การพักผ่อน

15. หากผิวหนังแดงหรือแสบควรทำอย่างไร

- ก. ทายาตามคำแนะนำแพทย์
- ข. ใช้สมุนไพรเอง
- ค. เกาแรง ๆ
- ง. ไม่ต้องทำอะไร

ด้านที่ 5 การติดตามการรักษา

16. ผู้ป่วยควรมาพบแพทย์เมื่อใด

- ก. ตามนัด
- ข. เมื่อปวดมาก
- ค. ปัสสาวะครั้ง
- ง. ไม่จำเป็น

17. หากมีไข้สูงหรือแผลรุนแรงควรทำอย่างไร

- ก. รอให้หาย
- ข. แจ้งแพทย์ทันที
- ค. ซ้ำยากินเอง
- ง. นอนพัก

18. ควรหลีกเลี่ยงพฤติกรรมใด

- ก. สูบบุหรี่
- ข. ดื่มน้ำ
- ค. รับประทานอาหารอ่อน
- ง. พักผ่อน

ด้านที่ 6 การดูแลสุขภาพทั่วไป

19. การออกกำลังกายที่เหมาะสมคือ

- ก. ออกกำลังกายหนัก
- ข. ทำกิจกรรมเบา ๆ
- ค. งดกิจกรรมทั้งหมด
- ง. ออกกำลังกายเฉพาะกลางคืน

20. การดูแลสุขภาพจิตควรทำอย่างไร

- ก. เก็บตัว
- ข. พูดคุยกับครอบครัว
- ค. ไม่พบใคร
- ง. หลีกเลี้ยงสังคม

แบบประเมินการสาธิตการดูแลช่องปากในผู้ป่วยที่ได้รับการฉายรังสีบริเวณศีรษะและลำคอ
เกณฑ์การให้คะแนน

- 2 ปฏิบัติถูกต้องครบถ้วน
1 ปฏิบัติได้แต่ไม่ครบถ้วน
0 ปฏิบัติไม่ได้

ลำดับ	การประเมิน	2	1	0
	ด้านที่ 1 การเตรียมอุปกรณ์			
1	เตรียมแปรงสีฟันขนนุ่ม			
2	เตรียมน้ำสะอาดหรือน้ำเกลือ			
3	เตรียมยาสีฟันชนิดอ่อน			
	ด้านที่ 2 การแปรงฟันอย่างถูกวิธี			
4	แปรงฟันอย่างเบามือ			
5	แปรงฟันทุกซอกอย่างทั่วถึง			
6	แปรงลิ้นเบา ๆ			
7	ใช้เวลาการแปรงฟันเหมาะสม			
	ด้านที่ 3 การบ้วนปาก			
8	บ้วนปากด้วยน้ำสะอาดหรือน้ำเกลือ			
9	หลีกเลี่ยงน้ำยาบ้วนปากที่มีแอลกอฮอล์			
	ด้านที่ 4 การสังเกตความผิดปกติ			
10	ตรวจดูแผลหรือการอักเสบในช่องปาก			
11	สามารถบอกอาการผิดปกติที่ควรพบแพทย์			
	ด้านที่ 5 การดูแลเพิ่มเติม			
12	บอกวิธีลดอาการปากแห้ง			
13	บอกอาหารที่ควรหลีกเลี่ยง			
14	บอกความถี่ในการแปรงฟัน			
15	บอกความสำคัญของการพบทันตแพทย์			

การแปลผลคะแนน

คะแนนเต็ม = 30 คะแนน

คะแนน	ระดับความสามารถ
24-30	ปฏิบัติได้ถูกต้องดี
18-23	ปฏิบัติได้ปานกลาง
ต่ำกว่า 18	ต้องได้รับการสอนเพิ่มเติม

คู่มือสำหรับผู้สูงอายุหลังฉายรังสี

อาหาร

- รับประทานอาหารครบ 5 หมู่
- เน้นโปรตีน ผัก ผลไม้ เพื่อซ่อมแซมเนื้อเยื่อ
- ดื่มน้ำเพียงพอ และหลีกเลี่ยงอาหารระคายเคืองบริเวณที่ฉายรังสี

ยา

- รับประทานยาตามแพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด
- ไม่หยุดยาเอง และสังเกตอาการข้างเคียงจากยา

พบแพทย์

- มาตรวจตามนัดอย่างสม่ำเสมอ
- เพื่อติดตามผลการรักษาและตรวจการกลับเป็นซ้ำ

การสังเกตอาการของโรค

- ฝ้าระวงอาการผิดปกติ เช่น ปวด บวม แผล ผิวหนังอักเสบ อ่อนเพลียผิดปกติ
- หากมีอาการควรแจ้งแพทย์ทันที

กิจวัตรประจำวัน/การทำกิจกรรม

- ทำกิจกรรมเบา ๆ หรือออกกำลังกายตามสภาพร่างกาย
- ช่วยให้ร่างกายฟื้นตัวและเพิ่มความแข็งแรง

สุขภาพจิต

- ดูแลสุขภาพจิตใจ ลดความเครียด ความวิตกกังวล
- พูดคุยกับครอบครัว ทำกิจกรรมที่ชอบ

การป้องกันการบาดเจ็บหรือภาวะแทรกซ้อน

- ดูแลผิวหนังบริเวณที่ฉายรังสี
- หลีกเลี่ยงการเสียดสี แสงแดดจัด หรือสารระคายเคือง