

ลำดับที่ ๘

เรื่อง

การศึกษารูปแบบการดูแลผ้าเท้าของผู้ป่วยเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่
ในตำบลดอนลาน
อำเภอผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ผู้วิจัย

นายพิสิฐ ญุงค์

การศึกษารูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่ในตำบลดอนลาน อำเภอผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ชื่อ-สกุลผู้ศึกษา นายพิสิษฐ์ ยูยงค์ พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ รพ.สต.ดอนลาน สสอ.ผักไห่

ผู้นำเสนอผลงาน นายพิสิษฐ์ ยูยงค์

ความเป็นมา

เนื่องจากเท้าเป็นอวัยวะที่รับน้ำหนักและใช้งานมาก ในผู้สูงอายุและผู้ป่วยเบาหวานมีการเสื่อมสภาพของระบบประสาทที่ไปยังอวัยวะส่วนปลาย ซึ่งในปัจจุบันพบว่าอาการปวดขาบริเวณเท้าอาจจะไม่ได้เกิดกับวัยผู้สูงอายุอย่างเดียวแล้ว ซึ่งการปวดขาที่เท้านี้ อาจส่งผลต่อการประกอบกิจวัตรประจำวัน การทำงาน รวมถึงสภาพจิตใจและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย

จากสถิติของผู้ป่วยโรคเรื้อรังในตำบลดอนลานมีจำนวนทั้งสิ้น 90 คนและจากอัตราป่วยของผู้ป่วยโรคเบาหวานมีจำนวนมากที่สุดอยู่ในกลุ่มวัยของผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 20.38 ของกลุ่มวัยเดียวกัน ร่วมกับผลของการคัดกรองผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานที่มีผลต่อระบบหลอดเลือดและหัวใจนั้นมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะหลอดเลือดและหัวใจผิดปกติถึงร้อยละ 25.97 ร่วมกับข้อมูลของผู้สูงอายุในตำบลดอนลานที่มีจำนวนทั้งหมด 432 คน คิดเป็น 15.25 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของผู้สูงอายุจะมีการทำงานของระบบต่าง ๆ จะเสื่อมลงรวมทั้งระบบประสาทและระบบหมุนเวียนโลหิต ทางโรงพยาบาลส่งเสริมส่งเสริมสุขภาพตำบลดอนลานจึงได้จัดทำนวัตกรรมรางไม้ไผ่บริหารเท้าเพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมป้องกันระบบประสาทและระบบหมุนเวียนเลือดในผู้สูงอายุและผู้ป่วยเบาหวาน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ด้วยรางไม้ไผ่ ในตำบลดอนลาน อำเภอผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. เพื่อประเมินผลของรูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่ตำบลดอนลาน อำเภอผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยาโดยประเมินจากค่าเฉลี่ยก่อนและหลังของจำนวนจุดขาที่เท้า
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ชนิดที่ 2 ต่อการนวดเท้าด้วยรางไม้ไผ่

รูปแบบการศึกษา

การศึกษานี้เป็นแบบการศึกษาวิจัยและพัฒนา (Research and Development) โดยเปิดโอกาสให้ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยและ อสม. เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขที่รับผิดชอบดูแล ติดตาม ผู้สูงอายุป่วยโรคเบาหวานอาศัยในพื้นที่รับผิดชอบ และบุคลากรด้านสุขภาพเข้ามามีส่วน ร่วมในการพัฒนารูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่

ระยะที่ 1 ประเมินสถานการณ์โรคเบาหวาน กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุป่วยด้วยโรคเบาหวาน ญาติโดยเป็นผู้ดูแลที่อาศัยร่วมกับผู้ป่วยเป็นผู้ดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐาน อสม. และพยาบาลคลินิก โรคเบาหวาน ในเขตบริการสุขภาพของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตอนลาน อำเภอดงหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจำนวน 20 คน

ระยะที่ 2 สืบค้นและคัดสรรภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มตัวอย่าง คือผู้สูงอายุป่วยโรคเบาหวานที่มีประสบการณ์ตรงจากการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ในการลดอาการชาที่เท้า คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการ Snow ball technique ได้ผู้สูงอายุ จำนวน 4 คนโดยเริ่ม ค้นหากลุ่มตัวอย่างจากการสอบถามตัวแทนประชาชน ในการสนทนากลุ่ม โดยการตั้งคำถาม ดังนี้มีผู้ป่วย โรคเบาหวานในชุมชนของเรา หรือชุมชนใกล้เคียงใช้ ภูมิปัญญา หรือวิธีการอื่นในการดูแลเท้าหรือไม่ทำอะไรและอาศัยอยู่ที่ไหนของชุมชน รอบที่ 1 พบว่ามีผู้ป่วยใช้วิธีการเหยียบบรางไม้ จำนวน 2 คน และ เหยียบกะลา 1 คน และสอบถามกรณีศึกษาดังกล่าว เพื่อค้นหาตัวอย่างเพิ่มเติมพบว่ามีผู้ป่วยในชุมชนใกล้เคียง ที่อาศัยหมู่บ้านอื่นแต่ในพื้นที่ตำบลเดียวกัน มีการแช่เท้าในน้ำอุ่นสมุนไพร จำนวน 2 คน การและเหยียบบรากลูกแก้ว 1 คน ผู้วิจัยจึงไปสัมภาษณ์เบื้องต้น จากกลุ่ม ตัวอย่างทั้ง 6 คน แต่พบว่า ผู้ป่วยมีวิธีการเหยียบบราง ไม้ไผ่และแช่น้ำอุ่นสมุนไพรที่คล้ายคลึงกัน จึงเลือกถอด บทเรียนจากทั้ง 4 กรณีศึกษา ที่ให้ข้อมูลและรายละเอียด ของการปฏิบัติได้ชัดเจนที่สุดในวิธีการที่แตกต่างกัน

ระยะที่ 3 ทดลองใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ได้รับคัดสรร ประชากรวิจัยเป็นผู้สูงอายุที่ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 ที่มารับการรักษาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตอนลาน อำเภอดงหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ตั้งแต่เดือน มีนาคม พ.ศ. 2562 ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2562 จำนวน 52 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง มีคุณสมบัติ ตามเกณฑ์ คือ อายุ 60-85 ปีมีระดับน้ำตาลในเลือด ตั้งแต่ 183-350 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร เป็นผู้ป่วยที่ยังไม่ ได้ฉีดอินซูลินไม่มีโรคร่วมหรือโรคแทรกซ้อนที่รุนแรง เช่น โรคหลอดเลือดสมอง ภาวะเลือดเป็นกรดคีโตนจากเบาหวาน (Diabetic Ketoacidosis) เป็นต้น มีระดับอาการชาที่เท้าอย่างน้อย 1 จุดและส้อมอย่างง่ายได้กลุ่ม ตัวอย่าง 20 คน

การประเมินผล

- 1.จำนวนจุดชาที่เท้า
- 2.ระดับความพึงพอใจของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีต่อการนวดเท้าด้วยบรางไม้

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่มวิเคราะห์ข้อมูลโดย การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) และสถิติเชิงอนุมานสถิติวิเคราะห์ Independent t-test ใน การวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลัง

ผลการศึกษา

1. ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยจำนวนจุดซาที่เข้าส่วนปลายก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่าจำนวนจุดซาที่เข้าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)
2. รูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่โดยใช้แนวคิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ในการดำเนินการรูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวาน พบว่าค่าเฉลี่ยจำนวนจุดซาที่เข้าหลังเข้าร่วมลดลง
3. ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่มีต่อการนวดเท้าด้วยรางไม้ไผ่ โดยรวมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก (Mean=.47, SD=.70) การนวดเท้าด้วยรางไม้ไผ่สามารถปฏิบัติเมื่อใด บริเวณไหนของที่บ้านก็ได้มี ความสะดวกในการใช้งาน

สรุป

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่ของตำบลดอนลาน อำเภอผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา การพัฒนารูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่ ทำให้เกิดรูปแบบการดูแลเท้า ผู้ป่วยเบาหวานที่เกิดจากการมีส่วนร่วมของกลุ่มชุมชนในการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและแนวทางการดูแลผู้สูงอายุที่ป่วยโรคเบาหวานในสภาพที่เป็นจริงและคัดสรรภูมิปัญญาท้องถิ่นทำให้ได้รางไม้ไผ่ ในการดูแลสุขภาพเท้าใช้ในการนวดเท้า ซึ่งทำได้ง่าย ไม่เสียค่าใช้จ่ายมากเกินไป และได้ผลลัพธ์ ที่ดีการนำภูมิปัญญามาใช้และการมีส่วนร่วมของชุมชน ทำให้เกิดการเสริมพลังในการดูแลตนเองในผู้ป่วยเรื้อรัง และจะทำให้ง่ายต่อการปฏิบัติเพราะมีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตและความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริง

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อน และหลังของตัวแปรการดูแลเท้า จำนวนจุดซาที่เข้าและ การตีบของหลอดเลือดส่วนปลาย การที่ค่าเฉลี่ยจำนวนจุดซาที่เข้าหลังเข้าร่วมทดลองลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่าเป็นผลจาก การสร้างพัฒนารูปแบบการดูแลเท้าของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ด้วยรางไม้ไผ่มีการใช้รางไม้ไผ่ในการนวดเท้ามีผลลด อาการซาที่เท้า ซึ่งเป็นผลจากการยื่นเหยียบบนรางไม้ไผ่แล้ว ใช้แรงกดที่ฝ่าเท้าจากน้ำหนักตัวทั้งหมดกดลงบนรางไม้ไผ่ อาจส่งผลให้มีแรงกดที่ฝ่าเท้าถึงจุดนวดมากกว่าการนวดเท้าด้วยมือจึงทำให้เกิดการกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดและการทำงานของเส้นประสาทได้ดีกว่า การนวดทำให้เกิดการขยายตัวของเส้นเลือดฝอยที่ผิวหนัง เนื่องจากการหลั่งสารฮีสตามีน ซึ่งเป็นปฏิกิริยาของเนื้อเยื่อผิวหนังและผนังของหลอดเลือดฝอยหลังจากการนวดเท้าเมื่อเส้นเลือดฝอยขยายตัวส่งผลให้มีการไหลเวียนของเลือดมากขึ้น เส้นประสาทจึงได้รับเลือดมาเลี้ยงมากขึ้นด้วย

ระดับความพึงพอใจของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิด 2 ที่มีต่อการนวดเท้าด้วยรางไม้ไผ่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลดอนลาน อำเภอผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดย รวมอยู่ในระดับมาก (Mean=4.47, SD=.70) อธิบายได้ว่าผลของการนวดเท้ามีประโยชน์นั่นคือเพิ่มระบบการไหลเวียนโลหิตกระตุ้นให้มีเลือดไปเลี้ยงบริเวณขาและฝ่าเท้าระบบกล้ามเนื้อกระดูกกระตุ้นให้การ ทำงานดีขึ้นจึงลดการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อเกิดการยึด เหยียดของเส้นเอ็นของเท้าหรืออีกส่วนหนึ่งอาจจะเกิด จากหลังการนวดทำให้ผู้ป่วยรู้สึกสบาย

ข้อเสนอแนะ

เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสามารถนำรูปแบบการดูแลทำผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวานด้วยรางไม้ไผ่ ตั้งแต่ที่ยังไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เท้าและใช้ในสถานบริการระดับปฐมภูมิหรือหน่วยบริการอื่นๆ เพราะเป็นการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านมาใช้ในการส่งเสริมให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานได้มีส่วนร่วมในการดูแลตนเองและสามารถดำเนินการด้วยตนเองที่บ้านได้