

ผลของการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจต่อความเครียดในขณะอยู่
โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด

นางสาว จุฑามาส ชุมทอง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2550

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECT OF INFORMATION AND BREATHING - RELAXATION TECHNIQUE ON
MATERNAL STRESS IN PRETERM LABOR DURING HOSPITALIZATION

Miss Chutamad Khumthong

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Nursing Science Program in Nursing Science

Faculty of Nursing

Chulalongkorn University

Academic Year 2007

Copyright of Chulalongkorn University

501181

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจต่อ
ความเครียดในขณะที่อยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด

โดย

นางสาว จุฑามาส ขุมทอง

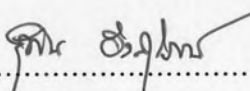
สาขาวิชา

พยาบาลศาสตร์

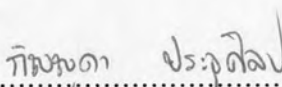
อาจารย์ที่ปรึกษา

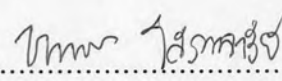
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชมพูนุช โสภากาจารย์

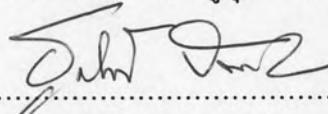
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต


..... คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ร.ต.อ. หญิง ดร. ยุพิน อังสุโรจน์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. กัญญาดา ประจุศิลป์)


..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชมพูนุช โสภากาจารย์)


..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร. ชูศักดิ์ ชัมภลิจิต)

จุฑามาส ขุมทอง: ผลของการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจต่อความเครียดในขณะอยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด. (EFFECT OF INFORMATION AND BREATHING-RELAXATION TECHNIQUE ON MATERNAL STRESS IN PRETERM LABOR DURING HOSPITALIZATION) อ.ที่ปรึกษา: ผศ.ดร. ชมพูนุช โสภางรี, 140 หน้า

การวิจัยทดลองนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ข้อ คือ 1) เพื่อเปรียบเทียบความเครียดในขณะอยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด ก่อนและหลังได้รับการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจ 2) เพื่อเปรียบเทียบความเครียดในขณะอยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนดระหว่างกลุ่มที่ได้รับการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ และ 3) เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการในขณะอยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด กลุ่มทดลองได้รับการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจ กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์ระหว่าง 28-37 สัปดาห์ จำนวน 60 ราย ทำการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองหรือกลุ่มควบคุม (Random Assignment) กลุ่มละ 30 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย โปรแกรมการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจ แบบบันทึกการปฏิบัติเทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจ และแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติการทดสอบที (t-test)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดในขณะอยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด หลังการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจต่ำกว่าก่อนการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\bar{X} = 7.30, SD = 3.08$ and $\bar{X} = 23.13, SD = 3.95, t = 18.01, p < .01$ ตามลำดับ)
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดในขณะอยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนหนดในกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\bar{X} = 7.30, SD = 3.08$ and $\bar{X} = 25.13, SD = 5.32, t = 15.89, p < .01$ ตามลำดับ)
3. มารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนดในโรงพยาบาลให้ความสำคัญกับปัญหาและความต้องการด้านอารมณ์ เป็นอันดับแรก

สาขาวิชา.....พยาบาลศาสตร์.....

ปีการศึกษา.....2550.....

ลายมือชื่อนิสิต.....จุฑามาส ขุมทอง.....
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....โสม โสภางรี.....

4777569336: MAJOR NURSING SCIENCE

KEY WORD: MATERNAL IN PRETERM LABOR / MATERNAL STRESS IN PRETERM LABOR DURING HOSPITALIZATION / INFORMATION AND BREATH RELAXATION TECHNIQUE

CHUTAMAD KHUMTHONG: EFFECT OF INFORMATION AND BREATHING-RELAXATION TECHNIQUE ON MATERNAL STRESS IN PRETERM LABOR DURING HOSPITALIZATION. THESIS ADVISOR: ASST.PROF. CHOMPUNUT SOPAJAREE, Ph. D. ,140 pp.

The purposes of this quasi-experimental research were 3-fold: (i) to compare maternal stress in preterm labor during hospitalization before and after received information and breath relaxation technique, (ii) to compare maternal stress in preterm labor during hospitalization between the group receiving information and breath relaxation technique and the group receiving conventional nursing care, and (iii) to examine maternal problems and needs in preterm pregnant women during hospitalization. The experimental group received information and breath relaxation technique while the control group received conventional nursing care. The research sample was 60 women who were pregnant between 28 and 37 weeks gestation. Thirty subjects each were randomly assigned to either the experiment or the control group. The research instruments consisted of the information and breath relaxation technique program, a record of breath relaxation practice, and self-scoring stress questionnaire. Frequency, percentage, mean, standard deviation, and dependent t-test were used to analyze the data.

Major findings were as follows:

1. Mean of maternal stress score after receiving information and breath relaxation technique was statistically significantly lower than the score before receiving information and breath relaxation technique ($\bar{X} = 7.30, SD = 3.08$ and $\bar{X} = 23.13, SD = 3.95, t = 18.01, p < .01$)
2. Mean of maternal stress score in the experimental group was statistically significantly lower than that in the control group ($\bar{X} = 7.30, SD = 3.08$ and $X = 25.13, SD = 5.32, t = 15.89, p < .01$)
3. Emotional problem and need was ranked by the pregnant women in preterm labor during hospitalization as the major concern.

Field of Study : ..Nursing Science.....

Academic Year :2007.....

Student's Signature : *Chutamad Khumthong*

Advisor's Signature : *Chompunut Sopajaree*

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชมพูนุช โสภกาจารย์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ เป็นแบบอย่างที่ดีของการเป็นคุณครูที่มีความตั้งใจในการให้ความรู้แก่ลูกศิษย์ ด้วยความรักและความปรารถนาดี นอกจากนี้ท่านยังเป็นผู้สอนและปลูกฝังให้ลูกศิษย์ใช้กระบวนการคิดที่ถูกต้อง ในการค้นหาคำตอบของปัญหา ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่ ทุ่มเท อ่อนโยน ละเอียดย่อม และเป็นกำลังใจอย่างดียิ่งเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกประทับใจ รัก ออบอุ่นใจ เคารพ สรรพคุณ และซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นที่สุด และขอกราบขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูง ไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. กัญญาดา ประจุกสิลา ประธานกรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้ ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่ ละเอียดย่อมรอบคอบ ผู้วิจัยรู้สึกประทับใจในการเป็นแบบอย่างที่ดีของการเป็นคุณครูที่มีความเอาใจใส่ ห่วงใยและปรารถนาดีต่อลูกศิษย์ของท่านเป็นอย่างยิ่ง และขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. ชูศักดิ์ ชัมภลิจิต ที่ได้สละเวลาอันมีคุณค่ามาเป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ รวมทั้งให้ คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ และเป็นที่ปรึกษาในการใช้สถิติที่มีความสอดคล้องและเหมาะสมในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกประทับใจในการเป็นผู้ที่มีความเอื้ออารีย์ เสียสละเวลา ทุ่มเท และความตั้งใจในการให้คำแนะนำ ปรับแก้งานเพื่อให้งานมีคุณภาพและมีคุณค่ามากยิ่งขึ้น ขอกราบขอบพระคุณท่านทั้งสองเป็นอย่างสูง ไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลและคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ที่อนุญาติให้ดำเนินการเก็บข้อมูล นอกจากนี้ขอกราบขอบพระคุณ บัณฑิตวิทยาลัย และสำนักงานกองทุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่ได้สนับสนุนทุนส่วนหนึ่งในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อทองสุข คุณแม่แสงเทียน ขุมทอง บิดามารดา ซึ่งเป็นที่รัก เป็นผู้ที่มีพระคุณและสำคัญที่สุดในชีวิตของผู้วิจัย ท่านเป็นกำลังใจและให้การสนับสนุน แก่ผู้วิจัยในทุกๆ ด้าน ด้วยดีเสมอมา ขอกราบขอบพระคุณ คุณ พิมพัชรา วุฒิวิเศษศักดิ์ คุณชุตินันท์ สงวนจิรพันธุ์ สำหรับกำลังใจ พลังใจ และการเป็นแบบอย่างที่ดีในการสร้างชีวิตเพื่อ ใช้ชีวิตอย่างไร้กังวล นอกจากนี้ท่านยังทำให้ผู้วิจัยเข้าใจว่า ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นทั้งหมดในชีวิตเราอยู่ที่ วิธีคิดและทัศนคติของเรา ขอขอบคุณ คุณจิตราวรรณ คนเที่ยง สำหรับการเป็นกัลยาณมิตรที่ดีต่อ ผู้วิจัยเสมอมาและเป็นกำลังใจ แรงใจสนับสนุนจนสำเร็จการศึกษา

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
แนวเหตุผลและสมมติฐานการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	11
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	11
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	14
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	15
การเจ็บครรภ์ก่อนกำหนด.....	16
แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด.....	18
แนวคิดความเครียดของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด.....	30
บทบาทพยาบาลและการพยาบาลมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด... ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของหญิงตั้งครรภ์เสี่ยงสูง ที่พักรักษาในโรงพยาบาล	32 35
แนวคิดการพยาบาลแบบองค์รวม	37
การจัดการความเครียดและการให้ข้อมูลร่วมกับ การใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจ.....	41
รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	47
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	52
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	53
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	54
การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง	54

	ช หน้า
การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง.....	55
เกณฑ์การคัดออกจากกลุ่ม	56
บริบทของสถานที่ศึกษา	57
บริบทของสภาพกลุ่มตัวอย่าง	59
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	63
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	73
การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง	81
การจัดการข้อมูล.....	81
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	82
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	83
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	89
สรุปผลการวิจัย.....	89
อภิปรายผลการวิจัย.....	93
ข้อเสนอแนะ.....	101
รายการอ้างอิง.....	103
ภาคผนวก.....	113
ภาคผนวก ก ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	114
ภาคผนวก ข รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ.....	124
ภาคผนวก ค ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่าง หรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....	126
ภาคผนวก ง หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย.....	130
ภาคผนวก จ ตารางแสดงการจับคู่กลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุมในด้านอายุและระดับความเครียด.....	132
ภาคผนวก ฉ ตารางแสดงการเปรียบเทียบคะแนนความเครียด ในขณะที่อยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ ก่อนกำหนดของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และตารางแสดงการจัดลำดับความสำคัญของปัญหา ในขณะที่อยู่โรงพยาบาลของมารดา ที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด.....	136
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	140

สารบัญญัตินี้

ตารางที่		หน้า
1	แสดงความถี่ จำนวนร้อยละ และค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามอายุ จำนวนครั้งที่ตั้งครรภ์ จำนวนบุตรที่มีชีวิตอยู่	60
2	แสดงความถี่ จำนวนร้อยละ และค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตาม อาชีพ ระดับการศึกษา และรายได้ของครอบครัว	62
3	ตารางแสดงผลความตรงเชิงเนื้อหาที่ผ่านการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน	72
4	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ของคะแนนความเครียด ในขณะที่อยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด ก่อนและหลังได้รับการให้ข้อมูลร่วมกับการใช้เทคนิคผ่อนคลายโดยการหายใจ ของกลุ่มทดลอง (n=30)	84
5	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ของคะแนนความเครียด ในขณะที่อยู่ในโรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด หลังการศึกษาระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง.....	85
6	เปรียบเทียบจำนวน ร้อยละปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในขณะที่อยู่โรงพยาบาล ของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อน กำหนด	86
7	ตารางแสดงการจัดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในด้านอายุและระดับความเครียด	133
8	ตารางแสดงการเปรียบเทียบคะแนนความเครียดในขณะที่อยู่โรงพยาบาล ของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนดของกลุ่มทดลอง.....	137
9	ตารางแสดงการจัดลำดับความสำคัญของปัญหา ในขณะที่อยู่โรงพยาบาลของมารดาที่เจ็บครรภ์ก่อนกำหนด จำนวน 30 ราย (กลุ่มทดลอง).....	139