

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กระทรวงสาธารณสุข. (2540). สถิติสาธารณสุข. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

กานดา ออประเสริฐ. (2537). การพยาบาลกับปัญหาผู้ป่วย Hemodialysis. ในอุษณา สุวีระและพรรณบุปผา ซูวิเชียร. (บรรณาธิการ). การบำบัดทดแทนภาวะไตวาย. กรุงเทพฯ : ยูนิคัฟพับลิเคชัน.

เกรียง ตั้งสง่า. (2537). กลไกการเกิดโรคไตวายเรื้อรัง. ในเกรียง ตั้งสง่า, ถนอม สุภาพร, บุญธรรม จิระจันทร์, ประเสริฐ ธนกิจจารุ และวสันต์ สุเมธกุล. (บรรณาธิการ). ความรู้ทางทฤษฎีเกี่ยวกับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม. กรุงเทพฯ : ชวนพิมพ์.

เกรียง ตั้งสง่า และชมกร บุรณะทรัพย์ขจร. (2531). ไตวายเรื้อรัง. ในชาญ โฆษณุกุล(บรรณาธิการ).

โรคไต 2. กรุงเทพฯ: สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย.

คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาการสาธารณสุข. (2539). แผนพัฒนาการสาธารณสุขในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (2540-2544). (มปท).

จริยวัตร คมพยัคฆ์. (2542). เทคนิคการให้ความรู้ผู้ป่วย. วารสารสภาการพยาบาล. 14(3).

จินตนา ยูนิพันธุ์.(2532). การสอนสุขภาพอนามัยเป็นกลุ่ม. ในเอกสารการสอนชุดวิชาการเรียนการสอนสุขภาพอนามัย หน่วยที่ 8-15. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

ชวลิต รัตนกุล. (2542). หลักการและวิธีการกำหนดอาหารสำหรับผู้ป่วย Chronic hemodialysis. ในเกรียง ตั้งสง่า, ถนอม สุภาพร, บุญธรรม จิระจันทร์, ประเสริฐ ธนกิจจารุ และวสันต์ สุเมธกุล. (บรรณาธิการ). ความรู้ทางทฤษฎีเกี่ยวกับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม. กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์.

ชาญ โฆษณุกุล. (บรรณาธิการ). (2531). โรคไต 2 หนังสือประกอบการอบรมระยะสั้น เรื่องโรคไตของสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย 22-26 สิงหาคม 2531. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เชียรศรี วิวิศศิริ. (2534). จิตวิทยาการเรียนรู้ของผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

ดวงพร พรหมปฏิมา และรุ่งทิพย์ ธรรมนิมิต. (2543). รายงานทางการพยาบาล เอกสารพยาบาลผู้ป่วยไตวายระยะสุดท้าย. (มปท).

คารากร แซ่ไคว้. (2535). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานบางประการ อัตมโนทัศน์และความสามารถในการดูแลตนเอง ในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาด้วยการขจัดของเสียทางหน้าเยื่อบุช่องท้องอย่างต่อเนื่อง. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหิดล.

- คิเรก บรรณจักร์. (2539). Pre-transplant assessment of the donors and recipients. ในคู่มือ ตำลึงศกุล, สุพจน์ วุฒิการ, ชวลิต อ่องจรีตและชานินทร์ อินทรกำรชชัย.(บรรณาริการ).
Transplantation. (มปท).
- คูสิต ตำลึงศกุล. (2539). Early course of kidney transplantation. ในคู่มือ ตำลึงศกุล, สุพจน์ วุฒิการ, ชวลิต อ่องจรีตและชานินทร์ อินทรกำรชชัย. (บรรณาริการ). **Transplantation.** (มปท).
- ถนอม สุภาร. (2537). ภาวะไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย. ในอุยณา ลูวีระและพรรณบุผา ชูวิเชียร. สุพัฒน์ วาณิชัยการ. (บรรณาริการ).การบำบัดทดแทนภาวะไตวาย. กรุงเทพฯ: ยูนิตีพับลิเคชัน.
- ทัศนีย์ พฤษาชีวะ. (2535). ผลการใช้กระบวนการกลุ่มต่อความรู้เรื่องโรคและพฤติกรรมสุขภาพอนามัยในหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นภาวะของโรคไวรัสตับอักเสบบี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์,บัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิพวรรณ ว่างเกตรา. (2541).ภาระในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยที่รอรับการเปลี่ยนไต. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ทิสนา แจมณี. (2522). กลุ่มสัมพันธ์: ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1. (มปท).
- นัยนา พิพัฒน์วณิชชา.(2535). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความสามารถในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นิตยา ภิญโญคำ. (2531).ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความหวังความซึมเศร้าและระดับ การดูแลตนเองของผู้ป่วยเรื้อรังที่ได้รับการรักษาด้วยไตเทียม. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาการพยาบาลศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประคอง กรรณสูตร. (2542). สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ: ด่านสุทธาการพิมพ์.
- ประคอง อินทรสมบัติ. (2534). การดูแลตนเองในผู้ป่วยเรื้อรัง. ในสมจิต หนูเจริญกุล(บรรณาริการ), การดูแลตนเอง: ศาสตร์และศิลป์ทางการพยาบาล. กรุงเทพฯ: วิสิฐสิน.
- ปราณี รามสูตร. (2528). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: เจริญกิจ.
- พิกุล บุญช่วง. (2530). การพยาบาลผู้ใหญ่ภาวะไตวาย. เชียงใหม่: ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- พรรณบุปผา ชูวิเชียร. (2539). Chronic renal failure (ภาวะไตวายเรื้อรัง). ใน วิจิตร บุญพรรณนาวิภ, สุวัฒน์ วาดิชัยการ, โสภณ พานิชพันธ์, สมชาย เอี่ยมอ่อง, วิวัฒน์ ตปณัยโอฬารและพรรณบุปผา ชูวิเชียร.(บรรณาธิการ). ตำราโรคไต. กรุงเทพฯ:มูลนิธิโรคไตแห่งประเทศไทย.
- พรพิมล อุปลัมภ์. (2530). เปรียบเทียบผลการให้สุศึกษาเกี่ยวกับการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคอสโตเมียโดยใช้สไลด์ประกอบเสียงและภาพพลิก. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการพยาบาล, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พรสิริ ชินสว่างวัฒนกุล. (2538). ผลของการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มต่อการปรับตัวของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมหลังผ่าตัดที่เข้ารับยาเคมีบำบัด. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เพิ่มพูน ธรรมเจริญ. (2536). ผลการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มต่อการปรับตัวของผู้ป่วยมะเร็งบริเวณศีรษะและคอที่ได้รับรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการพยาบาลศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ยุวดี ภาษา, มาลี เลิศมาลีวงศ์, เยาวลักษณ์ เถาหะจินดา, วิไล ลีสุวรรณ, พรรณวดี พุชวิฒนะ และ รุจิเรศ ธนุรักษ์.(2543). วิจัยทางการพยาบาล. กรุงเทพฯ: สยามศิลป์การพิมพ์.
- รัชสุรีย์ จันทรเพชร. (2536). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง ปัจจัยคัดสรรบางประการกับความบกพร่องในการดูแลตนเองในผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วสันต์ สุเมธกุล. (2537). Vascular access. ในเกรียง ตั้งสง่า, ถนอม สุภาพร, บุญธรรม จิระจันทร์, ประเสริฐ ธนกิจจารุและวสันต์ สุเมธกุล. (บรรณาธิการ). ความรู้ทางทฤษฎีเกี่ยวกับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม. กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์.
- วสันต์ สุเมธกุล. (2542). Kidney transplantation. ในเกรียง ตั้งสง่า และสมชาย เอี่ยมอ่อง. (บรรณาธิการ). Hemodialysis. กรุงเทพฯ: Text and Journal Publication, Co., Ltd.
- วินิจ เกตุจำและคมเพชร ฉัตรสุกกุล. (2522). กระบวนการกลุ่ม (ศึกษา 325). กรุงเทพฯ: พีระพัทธนา.
- ศรีธรรม ธนภูมิ. (2535). พัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์.
- สภาการพยาบาล. (2541). พระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์(ฉ. 2) พ.ศ. 2540. กรุงเทพฯ: เดอะเบสท์กราฟฟิคแอนด์ปริ้นท์.
- สมจิต หนูเจริญกุล. (2537). การดูแลตนเอง: ศาสตร์และศิลปะทางการพยาบาล. กรุงเทพฯ: วี.เจ. พรินติ้ง.

- สมชาย จิตเป็นธรรม. (2540). กองทุนผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง. วารสารสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย.
3(3) : 292-297
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2541). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ สำนักพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมรัก รอดพ่าย. (2537). คำแนะนำทั่วไปสำหรับการดูแลผู้ป่วย Hemodialysis. ในเกรียง ตั้งสง่า,
ถนอม สุภาพร,บุญธรรม จิระจันทร์, ประเสริฐ ธนกิจจารุและวสันต์ สุเมธกุล.
(บรรณาธิการ). ความรู้ทางทฤษฎีเกี่ยวกับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม. กรุงเทพฯ:
ชวนพิมพ์.
- ศุกันยา นัตถสุวรรณ. (2529). ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มในการสอนผู้ป่วยต่อระดับความ
วิตกกังวลก่อนผ่าตัดของผู้ป่วยโรคต่อกระฉก. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชา
พยาบาลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศุจิตรา ลิมอำนวยลาภ. (2536). ภาวะไตวายเรื้อรังเฉียบพลันและเรื้อรัง การวางแผนการพยาบาล.
ขอนแก่น: หจก. ขอนแก่นการพิมพ์.
- สุชาดา บุญแก้ว. (2537). **Acute Renal Replacement Therapy : Nursing Manual**. เชียงใหม่ :
หน่วยวิชาโรคไตภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุชาวดี รัตนวิจิตรเกษม.(2537) . จิตวิทยาการดูแลผู้ป่วย Dialysis. ในอุษณา ลูวิระและพรรณบุปผา
ชูวิเชียร.สุพัฒน์ วาณิชย์การ. (บรรณาธิการ).การบำบัดทดแทนภาวะไตวาย.กรุงเทพฯ:
ยูนิตีพับลิเคชั่น.
- สุดาพร บรรณจักร์. (2539). คู่มือการพยาบาลผู้ป่วยโรคไตวาย. เชียงใหม่: คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุพัฒน์ วาณิชย์การ. (2538).ทางเลือกของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย. วารสารมูลนิธิโรคไต.
9(18).
- สุภาภรณ์ อุคมลักษณ์. (2531). ผลการเตรียมครอบครัวต่อความสามารถในการดูแลตนเองและ
การควบคุมโรคผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พยาบาลศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุรพล วิศรไกรศีล. (2532). การเปลี่ยนแปลงทางโลหิตวิทยากับโรคระบบอื่นๆ. กรุงเทพฯ: โครงการ
ตำราศิริราช.
- สุรางค์ เปรื่องเดช. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเผชิญความเครียดกับความร่วมมือ
ในการรักษาผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ. วิทยานิพนธ์ปริญญา
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- อัมภวรรณ ใจเป็ย.(2543). การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย ปรินญา
สาทรณสุขศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อารี พันธุ์ณี. (2534). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: ดันอ้อ.
- อุษณา ลูวีระ. (2542). วัฒนาการการทำ Hemodialysis ในประเทศไทย. ในเกรียง ตั้งสง่า และสมชาย
เอี่ยมอ่อง. (บรรณาธิการ). **Hemodialysis**.กรุงเทพฯ:Text and Journal Publication,Co., Ltd.
- อุษณา ลูวีระและชินรัตน์. (2535). ทำอย่างไรจะมีความสุขกับโรคไต. วารสารมูลนิธิโรคไต.
6(11): 27-30.

ภาษาอังกฤษ

- Beare, P.G. & Myers, J.L. (1999). **Principle and practice of adult health nursing**. St.Louis: C.V.Mosby.
- Chmiclewski, C.M. (1991). Nursing management of the patient with end-stage renal disease in J.T.Dolan. (Ed.). **Clinical care nursing: Clinical management through the nursing process.**: Philadelphia: F.A.Davis.
- Dudas, S. & Beyers, M. (1977). **The Clinical practice of medical-surgical nursing**. Boston: Little Brown.
- Evers, G.et.al. (1986). **Development of the appraisal of self-care agency scale**. Paper presented at international research conference. Edmonton: Canada.
- Evers, G.C.M. (1989). **Appriaisal of self-care agency A.S.A. Scale**. The Netherlands: Van Gorcum .
- Goodman, W.G. & Nissenson, A.R. (1996) **Options for patients with end stage renal disease: Handbook of kidney transplantation**. New York: Little Brown.
- Herter, H.R. & Goldberg, A.P. (1985) Endurance exercise training : an effective therapeutic modality for hemodialysis patients. **The Medical Clinics of North America, 69**: 160-172.
- Lemone, P. and Burke, P. (2000). **Critical thinking in client care**. New Jersey: Prentice Hall.
- Levin, N.W., Kupin, W.L., Zasuwa, K. & Venkat, K.K. (1990) Complications during hemodialysis. in A.R. Nissenson, R.N. Fine, & D.E. Gentile (Eds.). **Clinical Dialysis**. 172-197
- Nussle, U. (1990). **Clinical dialysis**. Norwalk Connecticut: Appleton-Century-Croft.
- Orem, D.E. (1985). **Nursing concepts of practice**. New York: McGraw-Hill.
- Orem, D.E. (1991). **Nursing concepts of practice**. St.Louis: Mosby.
- Orem, D.E. (1995). **Nursing concepts of practice**. St.Louis: Mosby.
- Orem, D.E. (2001). **Nursing concepts of practice**. St.Louis: Mosby.
- Phipps, W.J.;etal. (1999). **Medical- Surgical nursing: concepts and clinical practice**. St.Louis: Mosby.
- Redman, B.K. (1993). **The process of patient education**. St.Louis: Mosby.
- Sands, J.K. (1991). **Clinical manual of medical-surgical nursing: Concepts and clinical practice**. St.Louis: Mosby.
- Yalom, J.D. (1975). **The Theory and practice of group psychotherapy**. New York. Basic Books.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือ

แผนการเรียนรู้เป็นกลุ่ม แบบทดสอบความรู้และแบบประเมินความสามารถในการดูแลตนเอง
ของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

1. นายแพทย์วิเชียร จุฬาสรีกุล
อายุรแพทย์ ประจำโรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา สภากาชาดไทย
2. ดร. ชนกพร จิตปัญญา
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. อาจารย์วรวรรณ กิ่งแก้วก้านทอง
วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย
4. พันตำรวจโท หญิง พูลสุข ทองซัช
วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ
5. นางสาวสมรภัท รอดพ่าย
หัวหน้าหน่วยไตเทียม โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
6. นางสาวกานต์ชนิดดี ดีพร้อม
หัวหน้าหน่วยไตเทียม โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา สภากาชาดไทย
7. เรือเอกโกวิท พุ่มไสว
หัวหน้าหน่วยไตเทียม โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ กรมแพทย์ทหารเรือ

ภาคผนวก ข
ตัวอย่างเครื่องมือการวิจัย

ตัวอย่างเครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง
 - 1.1 แผนการเรียนรู้เป็นกลุ่ม
 - 1.2 คู่มือความรู้และการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลการทดลอง
 - 2.1 แบบทดสอบความรู้ในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
 - 2.2 แบบประเมินความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ผู้สนใจเครื่องมือฉบับสมบูรณ์ทุกฉบับ ติดต่อที่ผู้วิจัยหรืออาจารย์ที่ปรึกษา

ผู้วิจัย นางสาว วันเพ็ญ กัลป์กลาย ที่อยู่ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา
 สภากาชาดไทย (ตึกสว่างวัฒนา)
 โทรศัพท์ 038-322157-9 ต่อ 1138

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ พ.ต.ต. หญิง ดร. พวงเพ็ญ ชุณหปราณ
 ที่อยู่ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนการเรียนรู้เป็นกลุ่มในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ผู้เรียน	ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม กลุ่มละ 5-6 คน
วิธีการสอน	การเรียนรู้เป็นกลุ่ม
สถานที่	หน่วยไตเทียม โรงพยาบาล สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ กรมแพทย์ทหารเรือ
ระยะเวลา	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 15 นาที เป็นเวลา 4 สัปดาห์
ผู้สอน	นางสาววันเพ็ญ กลัปกถาย
คำชี้แจง	แผนการเรียนรู้เป็นกลุ่มนี้ ประกอบด้วย กิจกรรมกลุ่ม 4 ครั้ง
ครั้งที่ 1	เรื่อง โรคไตวายเรื้อรังและการรักษาพยาบาลโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
ครั้งที่ 2	เรื่องอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
ครั้งที่ 3	เรื่องภาวะแทรกซ้อนและการดูแลตนเองระหว่างการฟอกเลือดและเมื่ออยู่บ้าน
ครั้งที่ 4	เรื่อง การดูแลตนเองทั่วไปของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
ซึ่งมีเนื้อหา ดังนี้	
1.	ไต การทำงานของไต สาเหตุ อาการและอาการแสดงของโรคไตวายเรื้อรัง
2.	การรักษาพยาบาล โดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
3.	ความสำคัญและการดูแลตนเองในเรื่อง
-	อาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
-	ความหมายและความสำคัญในเรื่องการควบคุมอาหาร
-	ชนิดของอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

4. การป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นในระหว่างการฟอกเลือดและเมื่ออยู่บ้าน

- ภาวะแทรกซ้อนจากไตวายเรื้อรังที่รับการรักษา โดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
- ผลกระทบของภาวะแทรกซ้อนต่อร่างกายและจิตใจ
- วิธีการป้องกันและแก้ไขภาวะแทรกซ้อน

5. การดูแลตนเองทั่วไป ได้แก่

- หลักการปฏิบัติเพื่อการดูแลตนเองในเรื่องการรับประทานยา การขับถ่าย การดูแลเส้นเลือดที่ได้รับการตัดต่อ การออกกำลังกาย การดูแลตนเองด้านจิตใจ การมารับการฟอกเลือดตามนัด

วัตถุประสงค์ในการสอน ภายหลังได้รับการเรียนรู้เป็นกลุ่มผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษา โดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมสามารถ

1. บอกความหมาย สาเหตุของโรคไตวายเรื้อรังและการรักษา โดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมได้อย่างถูกต้อง
2. อธิบายวิธีการรักษาพยาบาลโรคไตวายเรื้อรังด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมได้ถูกต้อง
3. บอกความสำคัญของการควบคุมอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษา โดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมได้ถูกต้อง
4. บอกวิธีการควบคุมและชนิดของอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษา โดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมและสามารถปฏิบัติได้

ถูกต้อง

5. บอกถึงภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นและแนวทางแก้ไขเมื่อมีภาวะแทรกซ้อนได้ถูกต้อง
6. วางแผนในการดูแลตนเองในเรื่องต่างๆ ได้ถูกต้อง ได้แก่ การควบคุมอาหาร การรับประทานยา การขับถ่าย การออกกำลังกาย การดูแลเส้นเลือดที่ได้รับการตัดต่อ การดูแลตนเองด้านจิตใจ
7. ปฏิบัติตัวได้ถูกต้องเหมาะสมเพื่อให้ดำรงชีวิตอย่างปกติสุข

การเรียนรู้เป็นกลุ่ม ผู้วิจัยเป็นผู้กำหนดการเรียนรู้ จำนวน 4 ครั้ง โดยแต่ละครั้งประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 ระยะเวลาสร้างสัมพันธภาพ

ขั้นตอนที่ 2 ระยะเวลาให้ความรู้และแก้ไขปัญหาพร้อมกัน

ขั้นตอนที่ 3 ระยะเวลาสิ้นสุดการทำกลุ่ม

แต่ละครั้ง ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

การเรียนรู้ครั้งที่ 1 เรื่องโรคไตวายเรื้อรังและการรักษาพยาบาลโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ โดยกล่าวแนะนำตนเอง และขอให้สมาชิกแนะนำตนเองแก่สมาชิกในกลุ่ม ขอความร่วมมือผู้ป่วยในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอนและระยะเวลาในการร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหาโดยใช้สไลด์เกี่ยวกับโรคไตวายเรื้อรัง เปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัย และให้ความรู้เพิ่มเติมโดยใช้แผนการเรียนรู้เป็นกลุ่มเพื่อส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังในเรื่องโรคและการรักษาพยาบาลโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยให้สมาชิกอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับการเกิดโรค อาการของโรคที่เกิดขึ้นกับตนเอง ผู้วิจัยนำเสนอกรณีศึกษาที่สร้างขึ้น โดยมีความสอดคล้องกับเรื่องโรคและการรักษาพยาบาลโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม และให้สมาชิกอภิปรายเกี่ยวกับกรณีศึกษานั้นว่าเกิดจากสาเหตุอะไร และสามารถจะช่วยเหลือได้อย่างไร ให้กลุ่มร่วมกันหาวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องสำหรับผู้ป่วยในกรณีศึกษานั้นและนัดวันเวลาในการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การเรียนรู้ครั้งที่ 2 เรื่องอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายสมาชิกและเปิดโอกาสให้สมาชิกทักทายซึ่งกันและกัน ผู้วิจัยจะซักถามถึงปัญหาการดูแลตนเองในช่วงที่ผ่านมา รวมทั้งวิธีการแก้ไขที่ได้กระทำไปแล้ว โดยให้สมาชิกทุกคนได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็น

ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยเข้าสู่เนื้อหาโดยใช้สื่อสไลด์และการสาธิตตัวอย่างอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยซักถามข้อสงสัยและให้ความรู้เพิ่มเติม โดยใช้แผนการเรียนรู้เป็นกลุ่มเพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมในเรื่องการควบคุมอาหาร เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ในเรื่องการควบคุมอาหารโดยมีผู้วิจัยกระตุ้น เชื่อมโยงคำพูด และให้สมาชิกช่วยกันหาข้อสรุปเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ นอกจากนี้มีการร่วมจัดเมนูอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมของสมาชิก โดยกลุ่มช่วยกันอภิปราย คัดเลือกอาหารและจัดทำเมนูอาหารที่เหมาะสมกับโรคไตวายเรื้อรังเพื่อแลกเปลี่ยนและเพิ่มความรู้อีกในเรื่องการประกอบอาหารเพื่อนำมารับประทาน

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อข้องใจ ในเรื่องที่ได้พูดคุยกัน และเปิดโอกาสให้สมาชิกช่วยกันสรุปเนื้อหา ประเด็นสำคัญ โดยมีผู้วิจัยคอยกระตุ้นเชื่อมโยง คำพูดและผู้วิจัยสรุปสาระสำคัญอีกครั้ง หลังจากนั้นผู้วิจัยนัดหมายวันเวลาในการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การเรียนรู้ครั้งที่ 3 เรื่องการดูแลตนเองระหว่างการฟอกเลือดและเมื่ออยู่บ้าน

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายสมาชิกทุกคนและเปิดโอกาสให้สมาชิกทักทายซึ่งกันและกัน ผู้วิจัยจะซักถามถึงการดูแลตนเองในเรื่องการควบคุมอาหารในสัปดาห์ที่ผ่านมา

ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหาโดยการดูสไลด์ เรื่องการดูแลตนเองในระหว่างการฟอกเลือดและภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นเมื่ออยู่ที่บ้าน เปิดโอกาสให้ผู้สมาชิกซักถามข้อสงสัยและให้ความรู้เพิ่มเติม โดยใช้แผนการสอนเพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม และให้สมาชิกได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในเรื่องการดูแลตนเองในขณะที่รับการฟอกเลือดและการดูแลตนเองเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นเมื่ออยู่บ้านรวมทั้งปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น เพื่อให้กลุ่มได้ช่วยกันหาทางแก้ไขและนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติต่อไป

ขั้นตอนที่3 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อข้องใจในเรื่องที่คุยกัน ภายหลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้ว และให้สมาชิกช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญ เนื้อหาต่างๆ ที่ได้พูดคุยกัน เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ โดยมีผู้วิจัยคอยกระตุ้นและเชื่อมโยงคำพูดและสรุปเนื้อหาที่ได้อีกครั้งหนึ่ง ผู้วิจัยแจ้งให้สมาชิกทราบว่า การพบกันครั้งต่อไปเป็นครั้งสุดท้าย เพื่อให้สมาชิกได้เตรียมตัวเตรียมใจ และเตรียมคำถามเพื่อซักถามให้เกิดความมั่นใจ ในการดูแลตนเอง

การเรียนรู้ครั้งที่ 4 เรื่องการดูแลตนเองทั่วไปของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ขั้นตอนที่1 ผู้วิจัยทักทายสมาชิกในเรื่องทั่วไป ซักถามถึงการดูแลตนเองในเรื่องการควบคุมอาหาร การป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นเมื่ออยู่บ้านในช่วง สัปดาห์ที่ผ่านมา และให้สมาชิกร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา

ขั้นตอนที่2 ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหา โดยการดูสไลด์ เรื่องการดูแลตนเองทั่วไปของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถามความรู้เพิ่มเติม และได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น โดยให้สมาชิกเล่าถึงการปฏิบัติที่ผ่านมาว่ามีปัญหาและอุปสรรคอย่างไร เพื่อให้สมาชิกช่วยกันหาแนวทางแก้ไขปัญหา

ขั้นตอนที่3 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามปัญหาข้อข้องใจ ในเรื่องการดูแลตนเองทั้งหมดที่ได้พูดคุยกัน เพื่อให้สมาชิกเกิดความมั่นใจในการดูแลตนเองต่อไป และให้สมาชิกช่วยกันสรุปแนวทางในการแก้ไข เพื่อให้สมาชิกนำไปปฏิบัติ ผู้วิจัยจะกล่าวสรุปอีกครั้ง และให้สมาชิกประเมินผลกิจกรรมกลุ่ม ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณและกล่าวอำลา

วิธีการ นำเข้าสู่เนื้อหา โดยให้กลุ่มตัวอย่างชมสไลด์ ในเนื้อหาแต่ละตอน หลังจากนั้นเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ โดยมีผู้วิจัยคอยกระตุ้นและเชื่อมโยงคำพูดและสรุปเนื้อหาที่สำคัญ โดยมีเนื้อหาที่จะสอนดังนี้

การเรียนรู้ครั้งที่1 เรื่องโรคไคววายเรื้อรังและการรักษาพยาบาลโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ผู้เรียน	ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม จำนวน 5-6 คน
วิธีการสอน	การเรียนรู้เป็นกลุ่ม
สถานที่	หน่วยไตเทียม โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ กรมแพทย์ทหารเรือ
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง 15 นาที
ผู้สอน	นางสาววันเพ็ญ กลับกลาย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคไตวายเรื้อรัง และการรักษาพยาบาลโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้ป่วยสามารถบอกถึงความหมาย สาเหตุ อาการ และอาการแสดงของโรคไตวายเรื้อรังได้ถูกต้อง (K)
2. ผู้ป่วยสามารถอธิบายวิธีการรักษาพยาบาลโรคไตวายเรื้อรังด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมได้ถูกต้อง (K)
3. ตระหนักถึงความสำคัญของการปฏิบัติตนเพื่อให้การรักษาพยาบาลได้ผลดี (A)

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
<p>เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกลุ่มและผู้วิจัยและสมาชิกได้พูดคุยแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันและช่วยกันแก้ไขปัญหาของสมาชิกกลุ่ม (A2)</p>	<p>การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้นำกลุ่มกับสมาชิกในกลุ่มและการสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มด้วยกันเอง เพื่อให้กลุ่มมีความเข้าใจ ขอมรับซึ่งกันและกัน มีความเป็นมิตร และไว้วางใจ ซึ่งกันและกัน</p> <p>วัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้ป่วยได้มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องการดูแลตนเอง 2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลตนเอง <p>ระเบียบการเข้ากลุ่มและการปฏิบัติตัวในฐานะสมาชิกกลุ่ม</p> <p>ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างขอให้สมาชิกทุกคนช่วยกันแสดงความคิดเห็นของตนให้สมาชิกกลุ่มทราบ ชักถาม พูดคุยกันรับฟังความคิดเห็นของสมาชิกในกลุ่ม ให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติม และพยายามช่วยกันหาหนทางแก้ไข ทั้งในส่วนที่เป็นปัญหาของตนเองและผู้อื่น</p>	<p>ระยะสร้างสัมพันธภาพ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างกล่าวคำทักทายด้วยท่าทีที่เป็นกันเอง สุภาพ นุ่มนวล และมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส 2. นำกลุ่มตัวอย่างไปยังที่ที่จัดไว้โดยจัดเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน 3. ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมกลุ่มโดยกล่าวแนะนำตนเองและขอให้สมาชิกแนะนำตนเองให้สมาชิกในกลุ่มทราบหลังจากนั้นผู้วิจัยจะให้สมาชิกในกลุ่มทำความรู้จักกันก่อน 4. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่ม ระเบียบของการ ทำกลุ่ม และแนวทางในการปฏิบัติตัวในฐานะสมาชิกกลุ่มและระยะเวลาในการทำกลุ่ม 	<p>- เก้าอี้ 8-10 ตัว จัดเป็นวงกลม หันหน้าเข้าหากัน</p> <p>- เอกสารประกอบ การทำกลุ่ม ได้แก่ จุดมุ่งหมายของการทำกลุ่ม กฎระเบียบของกลุ่ม วิธีการปฏิบัติตนในฐานะสมาชิกกลุ่ม</p>	<p>สังเกตความสนใจ และความกระตือรือร้นในการทำกลุ่ม บรรยากาศโดยรวม และการแสดงความคิดเห็น การเล่าประสบการณ์ของสมาชิกกลุ่ม</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
ผู้ป่วยสามารถบอกถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่มระเบียบและการปฏิบัติตัวในฐานะสมาชิกกลุ่มและสามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง (K2)	ซึ่งทั้งนี้จะเกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม การเข้ากลุ่มใช้เวลา 4 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง เป็นเวลา 4 สัปดาห์ โดยเข้ากลุ่มครั้งละ 1 ชั่วโมง 15 นาที และขอความร่วมมือในการเข้ากลุ่มให้ครบ 4 ครั้ง	5.ผู้วิจัยกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กัน โดยใช้คำถามปลายเปิดให้โอกาสแก่กลุ่ม ตัวอย่างได้พูดถึงความรู้สึก และปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น เช่น “กรุณาเล่าถึงอาการที่นำคุณมาพบแพทย์ในครั้งแรก” “อยากทราบว่าเมื่อแพทย์บอกว่าคุณเป็นโรคไตวายแล้วต้องทำการรักษา คุณรู้สึกอย่างไร” และ “คุณมีวิธีการดูแลตนเองอย่างไร” ผู้วิจัยคอยเชื่อมโยงให้สมาชิกแต่ละคนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นอย่างต่อเนื่อง		สังเกตความสนใจและ ความกระตือรือร้นในการทำกลุ่ม การตอบข้อคำถามและการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
1. ผู้ป่วยสามารถ บอกความหมาย สาเหตุ อาการและ อาการแสดงของ โรคไตวายเรื้อรัง ได้อย่าง ถูกต้อง (K2)	<p>โรคไตวายเรื้อรังเป็นโรคที่ไม่ติดต่อแต่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้อาจจะเรียนรู้และมีชีวิตอยู่กับโรคและการรักษาอย่างไม่มีวันหมดหวัง การรู้และเข้าใจจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่พึงปฏิบัติโดยเริ่มจากการรู้จักอวัยวะที่ก่อให้เกิดโรค คือ ไต</p> <p>➤ ไต เป็นอวัยวะที่สำคัญและจำเป็นมากสำหรับชีวิต ไตมีรูปร่างคล้ายเมล็ดถั่วขนาดเท่ากับนิ้วหัวแม่มือประมาณ 12 เซนติเมตร กว้าง 4-5 เซนติเมตร หนา 3 เซนติเมตร หนักประมาณ 150 กรัม มี 2 อันอยู่ด้านข้างของกระดูกสันหลังตรงระดับเอว ถ้าไตข้างหนึ่งข้างใดเสียหายหรือพิการไป ไตอีกข้างก็สามารถทำหน้าที่แทนได้ ในปัจจุบันนี้วงการแพทย์มีความก้าวหน้าไปมาก สามารถปลูกถ่ายไตจากคนหนึ่งไปให้อีกคนหนึ่งหรือใช้ ไตเทียมก็ได้</p>	<p>2. <u>ระยะดำเนินการ</u></p> <p>ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหาโดยการตั้งคำถามเกี่ยวกับระบบขับถ่าย ปัสสาวะเพื่อให้ผู้ป่วยเห็นความสำคัญของการเรียนรู้ในเรื่องโรคและการรักษาโดยการให้คำถามที่ก่อให้เกิดความสนใจเริ่มจาก “คุณรู้จักโรคไตวายเรื้อรังอย่างไรบ้าง”</p> <p>สมาชิกจะบอกในสิ่งที่รู้มาก่อนหลังจากนั้นผู้วิจัยจึงเพิ่มเติม เนื้อหาเรื่องโรคโดยการให้ชม สไลด์และ ทบทวนความรู้ที่มีอยู่</p>	<p>สไลด์ จำนวน 2ภาพ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ภาพกายวิภาคของไต 2. การทำงานของระบบทางเดินปัสสาวะ 	<p>สมาชิกให้ความสนใจและตอบข้อคำถามที่ผู้วิจัยถามเพื่อทบทวนความเข้าใจของผู้ป่วยในเรื่องอวัยวะที่เกิดโรคในที่นี่ได้แก่ ไต</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
	<p>➢ ไต มีหน้าที่อะไร</p> <p>1. ขับถ่ายของเสียที่เกิดจากการเผาผลาญอาหารประเภทโปรตีน (มีมากในเนื้อสัตว์และอาหารจำพวกถั่ว) หากของเสียประเภทนี้อยู่ในร่างกายมากๆ จะมีอาการมีนงง, เบื่ออาหาร, คลื่นไส้, อาเจียน, หมดสติและอาจเสียชีวิตได้ ในที่สุด</p> <p>2. ควบคุมปริมาณน้ำและเกลือแร่ที่เกินความจำเป็นโดยการขับออกทางปัสสาวะ</p> <p>3. ผลิตและควบคุมการทำงานของฮอร์โมน เช่น ฮอร์โมนที่ควบคุมปริมาณแคลเซียมและฮอร์โมนที่กระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดแดง ดังนั้นหากไตบกพร่องมากๆอาจทำให้เกิดโรคกระดูกพรุนหรือโรคโลหิตจางได้</p> <p>➢ ไตวายเรื้อรังเกิดจากอะไร</p> <p>1. จากการเผาผลาญของต่อมไร้ท่อผิดปกติ เช่นโรคเบาหวาน เป็นต้น</p> <p>2. จากโรคหลอดเลือด ได้แก่ หลอดเลือดแดงที่เลี้ยงไตตีตัน, ความดันโลหิตสูงไม่ทราบสาเหตุ</p> <p>3. จากกรวยไตอักเสบเรื้อรัง จะมีอาการบวมและมีโปรตีนออกมากับปัสสาวะเป็นจำนวนมาก</p>	<p>การระดมสมองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง</p> <p>“ไตมีหน้าที่อย่างไร”</p> <p>สมาชิกช่วยกันตอบถึงหน้าที่ของไต</p> <p>หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปหน้าที่ของไตอีกครั้งโดยใช้สไลด์</p> <p>ผู้วิจัย“ไตวายเรื้อรังมีสาเหตุจากอะไรได้บ้าง”</p> <p>สมาชิกช่วยกันตอบข้อคำถามนี้หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงสอบถามสมาชิกกลุ่มถึงสาเหตุของสมาชิกแต่ละคนที่ทำให้เกิดโรคไตวายเรื้อรัง</p>	<p>สไลด์ 1 ภาพ</p> <p>1. ภาพกายวิภาคของระบบทางเดินปัสสาวะ</p>	<p>สมาชิกกลุ่มร่วมกันตอบข้อคำถามในเรื่องหน้าที่ของไตได้ถูกต้อง</p> <p>ผู้ป่วยทบทวนความจำถึงอาการของตนเองเมื่อเริ่มเป็นโรคไตวายเรื้อรังและให้ความร่วมมือในการมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
	<p>4. จากการติดเชื้อ โดยมีการติดเชื้อมาก่อน จนกลายเป็นโรคไต และกรวยไตอักเสบ</p> <p>5. จากทางเดินปัสสาวะอุดตัน</p> <p>6. จากโรคที่มีความผิดปกติของไตมาแต่กำเนิด</p> <p>7. จากโรคที่มีความผิดปกติเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันตนเอง เช่น โรค SLE เป็นต้น</p> <p>8. จากสาเหตุอื่นๆ เช่น แพ้ยา เป็นต้น</p> <p>➤ เราจะรู้ได้อย่างไรว่า ไตวายเรื้อรัง ?</p> <p>อาการเริ่มแรกที่บ่งบอกว่าเป็นโรคทางเดินปัสสาวะ ซึ่งนำไปสู่โรคไตวาย คือ มีอาการบวมที่หน้าหรือเท้า, ปัสสาวะเป็นสีคล้ำหรือสีน้ำตาลเข้มหรือเป็นเลือด ปัสสาวะบ่อยและแสบขัดโดยเฉพาะปัสสาวะมากกว่า 3 ครั้งในเวลากลางคืน, ปวดบริเวณหลังขาโครง และปวดศีรษะ มึนงง เมื่อมีอาการเหล่านี้เป็นคว้งชี้ว่าเกิดภาวะไตวายเรื้อรัง ควรพบแพทย์ทันที</p>	<p>และผู้วิจัยตั้งข้อคำถามว่า “สมาชิกของกลุ่มทราบได้อย่างไรว่าตนเองเป็นโรคไตวายเรื้อรังมีอาการแสดงอย่างไร” เมื่อผู้ป่วยช่วยกันทบทวนถึงอาการของตนเองแล้ว ผู้วิจัยจึงสรุปอาการของโรคไตวายเรื้อรังอีกครั้งหนึ่งเพื่อให้ครอบคลุมถึงอาการของโรคไตวายเรื้อรัง</p> <p>ผู้วิจัยตั้งข้อคำถามว่า “ผู้ป่วยเมื่อทราบว่าตนเองเป็นโรคไตวายเรื้อรัง แพทย์ได้ให้การรักษาท่านอย่างไร”</p>	<p>- ข้อคำถาม</p> <p>- สไลด์จำนวน 2 ภาพเกี่ยวกับ อาการของโรคไตวายเรื้อรังได้แก่</p> <p>1. ภาพอาการบวมที่หน้าและเท้า</p> <p>2. ภาพหลังขาโครงบริเวณที่ปวด</p>	<p>ผู้ป่วยให้ความร่วมมือในการตอบข้อคำถามและมีความสนใจในการทำกิจกรรมกลุ่ม และสามารถบอกวิธีการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมได้อย่างถูกต้อง</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนรู้การสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
2. ผู้ป่วยสามารถอธิบายวิธีการรักษาโรคไตวายเรื้อรังด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมได้ถูกต้อง (K2)	<p>➢ เราจะรักษาไตวายเรื้อรังได้อย่างไร</p> <p>ไตวายเรื้อรังรักษาได้โดย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. รักษาโรคเดิมที่เป็นสาเหตุของโรคไตวายเรื้อรัง 2. รักษาตามอาการ เช่น บวม ต้องงดยอาหารเค็มและให้ยาขับปัสสาวะ หรือมีโปรตีนออกมากับปัสสาวะมากก็ให้รับประทานอาหารโปรตีน เพิ่มขึ้น เป็นต้น 3. การรักษาทางยาเพื่อประคับประคองให้ผู้ป่วยมีชีวิตต่อไปโดยมีอาการผิดปกติต่างๆ น้อยที่สุดเมื่อผู้ป่วยเข้าสู่ภาวะไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย จะมีการรักษา 3 วิธีคือ <ol style="list-style-type: none"> 3.1 การล้างไตทางช่องท้อง 3.2 การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม 3.3 การผ่าตัดปลูกถ่ายไต <p>➢ การฟอกเลือด คืออะไร</p> <p>การฟอกเลือด หมายถึง การนำเลือดออกจากร่างกาย ผ่านเข้าเครื่องฟอกเลือดและตัวกรองเลือด เพื่อกำจัดของเสีย ปรับระดับเกลือแร่ในเลือด และปรับคูลของน้ำ หลังจากนั้นจึงนำเลือดกลับเข้าสู่ร่างกายผู้ป่วย</p>	<p>“มีวิธีการอื่นอีกหรือไม่ที่สามารถรักษาโรคไตวายเรื้อรังได้” เมื่อผู้ป่วยช่วยกันตอบวิธีการรักษาโรคไตวายเรื้อรังแล้ว ผู้วิจัยจึงสรุปแนวทางการรักษาโรคไตวายเรื้อรังอีกครั้ง</p>	<p>ข้อคำถาม</p> <p>สไลด์ จำนวน 3 ภาพ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การล้างไตทางหน้าท้อง 2. การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม 3. การผ่าตัดปลูกถ่ายไต 		
		<p>ผู้วิจัยสอบถามความรู้ของผู้ป่วยถึงหลักการการทำงานของเครื่องตามความเข้าใจของผู้ป่วย หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงอธิบาย</p>	<p>- ข้อคำถาม</p> <p>- สไลด์ การทำงานของเครื่องไตเทียม</p>	<p>ผู้ป่วยสามารถตอบหลักการฟอกเลือดเพื่อรักษาโรคไตวายเรื้อรัง</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
	<p>น้ำและเกลือแร่จะมีการเคลื่อนผ่านผนังของตัวกรอง ทำให้ระดับเกลือแร่ และคูลของน้ำเป็นปกติ</p> <p>➤ เมื่อไรจะเริ่มฟอกเลือด</p> <p>เมื่อถึงระยะสุดท้ายของโรคไต ผู้ป่วยมักมีผลตรวจ BUN มากกว่า 100 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตรหรือค่า ครีเอตินินสูงเกิน 8-10 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร อาการผิดปกติที่เห็นได้ชัด ได้แก่</p> <p>1. อาการที่เกิดจากของเสียคั่ง หรือ ภาวะยูรีเมีย เกิดจากการมีสารยูเรียที่ได้จากขบวนการสลายโปรตีนที่หมกคสภาพในร่างกาย สารยูเรียเป็นของเสียที่รบกวนการทำงานของส่วนต่างๆ ในร่างกายโดยเฉพาะระบบประสาท และเปลี่ยนรูปเป็นแอมโมเนียได้ ผู้ป่วยอาจหายใจมีกลิ่นแอมโมเนีย อาการที่แสดงออกได้แก่ มึนงง สับสน พุดจาไม่รู้เรื่อง ไม่มีเหตุผล จำวัน เวลา สถานที่ไม่ได้ เมื่อเป็นมากขึ้นจะมีอาการกระตุก ชีบ หมกสติ และอาจมีอาการชัก อาการทางระบบทางเดินอาหารที่พบได้แก่ เบื่ออาหาร สะอึก คลื่นไส้ อาเจียน มีแผลในปาก ท้องเดิน เป็นต้น</p>	<p>ทบทวนอีกครั้งโดยใช้สื่อสไลด์เพื่อให้เข้าใจหลักการทำงานให้ง่ายขึ้น</p> <p>ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงอาการของตนเองเมื่อเริ่มมีอาการ และต้องรักษาด้วยการฟอกเลือดเพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์ที่ดี ต่อกันในระหว่างการสอนผู้วิจัยนำเสนอกรณีศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อให้ผู้ป่วยร่วมกันแสดงความคิดเห็น จำนวน 2 กรณีศึกษา ได้แก่</p> <p>1.นางสมจิตร อายุ 56 ปี อาศัยอยู่ในหมู่บ้านแห่งหนึ่ง ซึ่งเป็นเพื่อนบ้านของท่าน วันหนึ่งลูกสาวของนางสมจิตรมาพุดคุยกับท่านว่า “ช่วงนี้คุณแม่เป็นอะไรไม่รู้พุดจาไม่รู้เรื่อง</p>	กรณีศึกษา	<p>และให้ความร่วมมือในการมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม</p> <p>ผู้ป่วยสามารถให้คำแนะนำหรือแนวทางการตอบข้อคำถามถูกต้อง และร่วมกันแสดงความคิดเห็นภายในกลุ่ม</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
	<p>2. มีการคั่งของเกลือ โซเดียม และน้ำ ทำให้เกิดอาการบวม ความดันโลหิตสูงควบคุมได้ยาก ในกรณีที่รุนแรงมากอาจมีภาวะการบีบตัวของหัวใจล้มเหลว ทำให้ผู้ป่วยมีอาการหอบเหนื่อย แน่นหน้าอก นอนราบไม่ได้ นอกจากนี้ หากมีระดับเกลือโพแทสเซียมในเลือดสูง ก็อาจก่อให้เกิดภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะจนอาจหยุดเต้นกะทันหันทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิต</p> <p>3. อาการจากการคั่งของกรดในเลือด ที่เห็นชัด คือ ทำให้ผู้ป่วยหอบ และทำให้เกิดอาการทางสมอง</p> <p>4. อาการจากการขาดฮอร์โมนที่กระตุ้นไขกระดูกให้สร้างเม็ดเลือดแดงทำให้ผู้ป่วยมีโลหิตจาง</p> <p>➤ ฟอกเลือดแล้วจะช่วยอะไรได้บ้าง</p> <p>เมื่อเริ่มฟอกเลือด เครื่องไตเทียมจะทำหน้าที่ล้างเอาของเสียเกลือแร่ กรด และน้ำส่วนที่เกินออกจากร่างกายของผู้ป่วย ดังนั้น อาการอื่นที่เกี่ยวข้องกับระบบประสาท ได้แก่ มึนงง สับสน ไม่รู้สึก กระตุกหรือชก รวมทั้งอาการคลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร มักดีขึ้น แต่อาจต้องใช้เวลาอีก 3-4 วัน</p>	<p>คลื่นไส้ อาเจียนตลอด รับประทาน อาหารไม่ได้เลย ปัสสาวะบ่อยในช่วงกลางคืน และนอนไม่หลับ มักหลับเวลากลางวัน หน้าก็บวมมากขึ้น” ท่านจะให้ข้อเสนอแนะลูกสาวนางสมจิตรอย่างไร</p> <p>3. เมื่อนางสมจิตรจำเป็นต้องรับการรักษาคด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ท่านจะให้คำแนะนำแก่นางสมจิตรและลูกสาวอย่างไรถึงประโยชน์ของการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม</p>	<p>กรณีศึกษา</p>	<p>ผู้ป่วยสามารถให้คำแนะนำหาหรือแนวทางการขอซื้อคำถามถูกต้องและร่วมกันแสดงความคิดเห็นกันภายในกลุ่ม</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
	<p>จึงจะสังเกตได้ชัดเจนส่วนอาการที่เกิดจากการคั่งของเกลือและน้ำ ได้แก่ อาการบวม หอบ เหนื่อย นอนราบไม่ได้ มักคิขึ้นภายใน 1-2 วัน นอกจากนี้ความดันโลหิตที่สูงอยู่มักลดลงและสามารถควบคุมได้</p> <p>อาการเหนื่อยหอบอันเกิดจากเลือดเป็นกรดมักคิขึ้นรวดเร็วภายใน 1-3 วัน แต่การฟอกเลือดมีผลต่อการสร้างเม็ดเลือดแดงของไขกระดูกน้อย ดังนั้น เมื่อเริ่มฟอกเลือดอาการชืดขังคงมีอยู่ ผู้ป่วยอาจจำเป็นต้องได้รับเลือดหรือการฉีดฮอร์โมนอีริโทรพอยอิติน</p> <p>➢ การฟอกเลือดทำงานอย่างไร</p> <p>การฟอกเลือด ไม่ได้เป็นการทำเลือดให้ขาว แต่เป็นการนำเลือดของผู้ป่วยออกมาผ่านกระบวนการต่างๆจากเครื่องไตเทียมเพื่อขจัดของเสีย สารพิษ และน้ำส่วนเกินออกจากร่างกาย พร้อมปรับสมดุลของเกลือแร่ที่สำคัญในร่างกาย แล้วนำเลือดที่ฟอกแล้วซึ่งเป็นเลือดคึกกลับเข้าสู่ผู้ป่วย</p>		<p>สไลด์ จำนวน 3 ภาพ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การทำงานของเครื่องไตเทียม 2. วิธีการแลกเปลี่ยนของ น้ำยากับเลือด 3. หลักการทำงานของน้ำยา 		

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
	<p>ก่อนที่จะฟอกเลือดพยาบาลจะต้องแทงเข็มเข้าสู่เส้นเลือดพิเศษที่ต้องเตรียมไว้ก่อน เส้นเลือดนี้ส่วนใหญ่จะทำไว้ที่แขนของผู้ป่วย หลังจากแทงเข็ม แล้วจึงต่อเข็มเข้ากับท่อเพื่อนำเลือดไปยังตัวกรองเมื่อเลือดผ่านไปยังตัวกรองซึ่งมีลักษณะทรงกระบอกมีเส้นใยสำหรับกรองของเสียบรรจุอยู่ภายในเมื่อเลือดผ่านตัวกรองจะมีการขจัดของเสียและแลกเปลี่ยนเกลือแร่ต่างๆ จนทำให้เกิดความสมดุลขึ้น เยื่อกรองในตัวกรองนี้สร้างจากเส้นใยสังเคราะห์พิเศษ ซึ่งทำให้เม็ดเลือดต่างๆรวมทั้งโปรตีนไม่เสียไปจากร่างกายโดยทั่วไปผู้ป่วยจะได้รับการฟอกเลือดครั้งละ 4-5 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง</p> <p>➢ เส้นเลือดสำหรับการฟอกเลือด</p> <p>โดยทั่วไปเส้นเลือดสำหรับการฟอกเลือดนี้ทำโดยศัลยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ มีอยู่ 3 แบบ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผ่าตัดต่อเส้นเลือดแดงต่อกับเส้นเลือดดำ (AV-fistula) มักทำที่บริเวณแขน 2. ใช้หลอดเลือดเทียม (graft) เชื่อมระหว่างเส้นเลือดแดงกับเส้นเลือดดำ มักทำที่บริเวณแขน 	<p>ผู้วิจัยสอบถามสมาชิกกลุ่มถึงชนิดของเส้นเลือดของตนเองที่ใช้ในการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม</p>	<p>สไลด์แสดงภาพเส้นเลือดชนิดต่างๆ ในการฟอกเลือด ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. AV-FISTULA 2. GRAFT 3. DOUBLE – LUMEN CATHETER 	<p>ผู้ป่วยร่วมแสดงความคิดเห็นกันภายในกลุ่มและมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน</p>	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
3. ผู้ป่วยตระหนักถึง ความสำคัญของการ ปฏิบัติตนเพื่อให้ การรักษาพยาบาล ได้ผลดี (A3)	<p>3. ท่อใส่คาไวในเส้นเลือดดำใหญ่ (double-lumen catheter) มักทำบริเวณต้นคอหรือใกล้หัวใจ</p> <p>➤ การพยาบาลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม</p> <p>ในการพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดนั้นพยาบาลไม่เพียงแต่จะมีความรู้ความชำนาญในเรื่องเครื่องไตเทียมเท่านั้น พยาบาลยังต้องเข้าใจสภาพการณ์ชีวิตที่ต้องพึ่งพาเครื่องไตเทียม พยาบาลจึงควรมีความเข้าใจและร่วมกันสร้างแรงจูงใจให้ ผู้ป่วยเกิดความหวังในการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพต่อไป บทบาทของพยาบาลในหน่วยจะต้องเป็นผู้ประเมินอาการผู้ป่วยตั้งแต่เข้ารับการรักษาโดยการฟอกเลือด ระหว่างและหลังการฟอกเลือด เพื่อนำมาใช้ในการวางแผนการพยาบาล รวมถึงการให้คำแนะนำในการ ดูแลตนเองเรื่องอาหาร น้ำ ยา และการดูแลบริเวณ ผ่าตัดต่อหลอดเลือดดำและหลอดเลือดแดง</p>	<p>ผู้วิจัยพูดคุยกับ สมาชิก โดยให้สมาชิกพูดถึงประโยชน์ของการวางแผนการรักษาพยาบาลของผู้ป่วยกับบุคลากรทางการแพทย์</p> <p>(60 นาที)</p>	การอภิปรายกลุ่ม	ผู้ช่วยร่วมพูดคุย และเห็น ความ สำคัญของการ ดู แลตนเองและการ ร่วมกันวางแผน การรักษาพยาบาล	

วัตถุประสงค์ เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม การเรียนการสอน	สื่อการสอน	การประเมินผล/เกณฑ์	
				วิธีการ	ผลการประเมิน
	<p>ดังนั้นเพื่อให้เกิดความปลอดภัยและปราศจากภาวะแทรกซ้อนจากการรักษา พยาบาลและผู้ป่วยจะต้องมีการพูดคุยและเล่าถึงปัญหาที่เกิดขึ้นเมื่ออยู่ที่บ้านเพื่อให้พยาบาลสามารถวางแผนการรักษาได้อย่างถูกต้องความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมกลุ่มในวันนี้เป็นการทบทวนความรู้เรื่องโรคและการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมเพื่อให้สมาชิกกลุ่มพึงระลึกถึงความสำคัญของสิ่งเหล่านี้ เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลตนเองและการทำกิจกรรมกลุ่มครั้งต่อไป</p>	<p>3. <u>ระยะสรุปและประเมินผล</u> ผู้วิจัยกล่าวสรุปในปัญหาที่ผู้ป่วยเสนอมา หลังจากนั้นผู้วิจัยกระตุ้นให้มีการซักถามและร่วมกันคิดหาแนวทางในการแก้ไขในปัญหานั้นๆ ผู้วิจัยขอให้ผู้ป่วยช่วยกันสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรังและการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม หลังจากนั้นนัดหมายวันเวลาที่จะมาพบกันครั้งต่อไปและให้เตรียมตัวในการอภิปรายกลุ่มเกี่ยวกับเรื่องอาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม</p>	<p>คู่มือการดูแลตนเองในเรื่อง</p> <ol style="list-style-type: none"> โรคและการรักษาพยาบาล โดยกรฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม อาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม 	<p>สมาชิกให้ความร่วมมือในการสรุปเนื้อหาที่เรียนมาร่วมกับ ผู้วิจัยและผู้ป่วยรับทราบในการพบกลุ่มครั้งต่อไป</p>	
		15 นาที			

คู่มือการดูแลตนเอง

ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยเครื่องไตเทียม

เล่ม 1

สอง

**ไตวายเรื้อรังและการฟอกเลือด
ด้วยเครื่องไตเทียม**

จัดทำโดย

นางสาวรัชชัญญ์ กลั่นกลาย

นิสิตปริญญาโทสาขาวิชาการพยาบาลศึกษา

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทนำ

ในประเทศไทยการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมมีจำนวนเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากผลที่ได้จากการรักษาสูง ผู้ป่วยสามารถดำเนินชีวิตได้เหมือนปกติมากที่สุด จึงเป็นที่นิยมในปัจจุบันมีผู้ป่วยมากกว่า 6000 รายที่ได้รับการรักษาด้วยวิธีดังกล่าว

การรักษาโดยวิธีการฟอกเลือดด้วยไตเทียมนั้นผู้ป่วยจะมารับการรักษาที่โรงพยาบาลเพียงสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 4-6 ชั่วโมงเท่านั้น ผู้ป่วยจึงต้องดูแลตนเองที่บ้านเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนที่อาจเป็นอันตรายถึงชีวิต ดังนั้นผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยไตเทียมจึงควรมีความรู้เกี่ยวกับโรคและการรักษาเพื่อนำไปใช้ในการดูแลตนเองอย่างมีประสิทธิภาพและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

หนังสือเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการทบทวนความรู้เรื่องโรคและการรักษาด้วยเครื่องไตเทียม ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะเกิดประโยชน์ต่อผู้ป่วยและเพื่อให้เกิดความกระจ่างในแง่มุมต่างๆ ซึ่งจำเป็นต่อการรักษาพยาบาลและทำให้ชีวิตท่านยืนยาวอย่างมีคุณภาพต่อไป

ผู้จัดทำ

วันเพ็ญ กลั่นกลาย

สารบัญ

	หน้า
1. โรคไตวายเรื้อรัง	1
2. สาเหตุและอาการของไตวายเรื้อรัง	2
3. เมื่อเป็นไตวายเรื้อรังจะทำอย่างไร	3-4
4. การฟอกเลือด คืออะไร	5
5. การฟอกเลือดทำงานอย่างไร	6
6. ตัวกรองเลือด	7

1.โรคไตวายเรื้อรัง

เมื่อท่านได้อ่านหนังสือโรคไตสำหรับประชาชน การรักษาภาวะไตวายระยะสุดท้ายด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ท่านความเข้าใจว่า

❖ ตำแหน่งของไตอยู่บริเวณ

❖ ไตของคนเรามีหน้าที่

1. กำจัดของเสีย
2. ควบคุมและเก็บสารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายไว้
3. การรักษาสมดุลน้ำของร่างกาย
4.
5.
6.
7.

โรคไตวายเรื้อรัง หมายถึง การสูญเสียหน้าที่ของไตในการขจัดของเสีย การรักษาสมดุลของน้ำ สารเกลือแร่ และความเป็นกรด-ด่าง อาจใช้เวลานานเป็นเดือนหรือเป็นปี เพราะหน่วยไตที่ยังไม่ถูกทำลายจะพยายามทำหน้าที่ชดเชยหน่วยไตที่เสียไป

2. โรคไตวายเรื้อรัง เกิดจาก

1. การเผาผลาญของค่อมไว้ท่อผิดปกติ เช่น โรคเบาหวาน
2. จากโรคหลอดเลือด ได้แก่ ความดันโลหิตสูง
3. กรวยไตอักเสบเรื้อรัง
4. ทางเดินปัสสาวะอุดตัน
5. ไตผิดปกติแต่กำเนิด

โรคไตวายเรื้อรังของข้าพเจ้าเกิดจากสาเหตุใด
ให้วงกลมเลือกข้อที่ตรงกับสาเหตุที่เกิดกับตัวท่าน

3. เมื่อเป็นโรคไตวายเรื้อรังทำให้เกิดปัญหาแก่ข้าพเจ้า ในเรื่อง

1. บวม
2. คลื่นไส้ อาเจียน
3. รับประทานอาหารได้น้อย
4. ง่วง ซึม
5. นอนไม่หลับ
6. กล้ามเนื้อกระตุก
7. ปัสสาวะไม่ออกหรือออกน้อย
8. เป็นตะคริว

(วงกลมในข้อที่ท่านมีอาการ)

➤ อาการของโรคไตวายเรื้อรัง

การที่หน่วยไตเล็กๆที่เป็นส่วนประกอบของไต ทำหน้าที่กรองของเสียออกจากเลือดไปเป็นปัสสาวะ ถูกทำลายหรือเกิดความเสียหายจากการติดเชื้อ การอุดตัน หรือ ความดันโลหิตสูงทำให้ หน่วยไตทำงาน ได้น้อยลงแต่ของเสียที่กรองมีเท่าเดิม หน่วยไต ส่วนที่ดีต้องทำงานเพิ่มขึ้นผลทำให้เกิดความเสื่อมมากขึ้น การทำงานของไตลดลงจึงทำให้เกิดภาวะไตวายเรื้อรัง ได้ในที่สุด

➤ เมื่อเกิดไตวายเรื้อรังจะมีวิธีการรักษาอย่างไร

วิธีการรักษาโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายมีหลายวิธี ได้แก่

1. การรักษาแบบประคับประคอง

- 1.1 การควบคุมอาหาร ได้แก่ อาหารประเภท โปรตีน ตัวอย่างเช่น เนื้อสัตว์ ปลา..... ฟอสเฟต เช่น นม เมล็ดพืช โซเดียม เช่น น้ำมันพืช กะทิ โซเดียมและโพแทสเซียม เช่น
- (เติมคำตามประเภทของอาหารที่ท่านเห็นว่าต้องควบคุม)

1.2 การควบคุมปริมาณน้ำ

ท่านสามารถควบคุมปริมาณน้ำได้อย่างไร

1. การดื่มน้ำดื่ม
2. การนำปริมาณน้ำในอาหารมาคิดรวมด้วย
3.

1.3 การออกกำลังกาย

ท่านสามารถทำกิจกรรมหรือออกกำลังกายประเภทใดได้บ้าง

1. เดินเร็ว
2. วิ่งเหยาะๆ
3. โยคะ
4. รำมวยจีน
5. การทำงานบ้านเล็กๆน้อยๆ
6. การดูแลรดน้ำต้นไม้
7. อื่นๆระบุ.....

(วงกลมในข้อที่ท่านปฏิบัติ)

2. การรักษาด้วยยง ประกอบด้วย

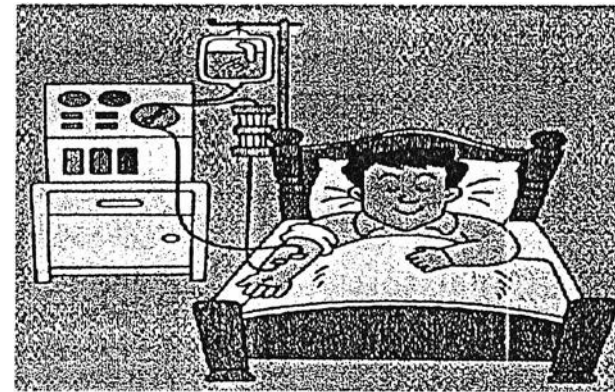
- 2.1. ยาขับปัสสาวะ
- 2.2. ยาลดความดันโลหิต
- 2.3. ยาลดฟอสเฟตในเลือด
- 2.4 การให้ค่าง
- 2.5. ยาลดไขมันในเลือด

ท่านรับประทานยาประเภทใดบ้าง วงกลมข้อที่ท่านใช้ยา

ประเภทนั้น

3.การบำบัดทดแทนไต ใช้ในไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายเท่านั้น เพราะการรักษาแบบประคับประคองเพียงอย่างเดียวไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ การบำบัดทดแทนไต มี 3 วิธี ดังนี้

- 1.การปลูกถ่ายไต
- 2.การล้างไตทางช่องท้องแบบถาวร
- 3.การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม



เครื่องไตเทียม เป็นอุปกรณ์ที่สามารถลดปริมาณของเสียที่คั่งค้างในร่างกายได้ โดยเครื่องจะช่วยฟอกของเสียที่คั่งในเลือดทำให้ลดปริมาณลง แต่อย่างไรก็ตามเครื่องไตเทียมยังไม่สามารถทำงานทดแทนไตได้ทั้งหมดและชั่วโมงในการทำงานก็น้อยกว่าไตปกติมาก ดังนั้นผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาด้วยเครื่องไตเทียมต้องมีการดูแลตนเอง ด้าน สุขภาพในเรื่องอาหาร ยา การออกกำลังกาย การดูแลเส้นเลือด

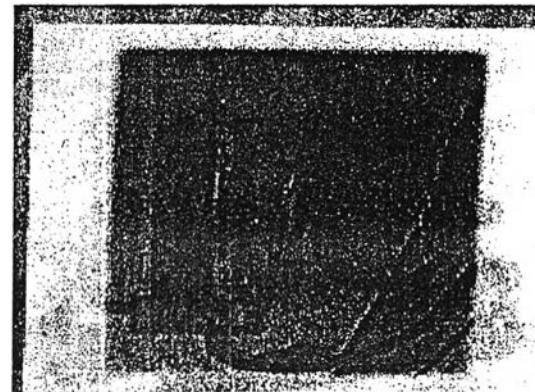
➤ การฟอกเลือดทำงานอย่างไร

การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมเป็นการนำเลือดออกจากร่างกายผ่านเข้าไปในตัวกรองด้วยความเร็วอย่างสม่ำเสมอ 200 – 350 ซีซีต่อนาทีเพื่อฟอกเลือดของผู้ป่วยให้สะอาดในตัวกรองจะมีเส้นใยเล็กๆ อยู่รวมกัน และรอบๆ ของเส้นใยจะมีน้ำยาฟอกเลือดวิ่งวนอยู่ในขณะที่ตัวของเส้นใยเองจะมีรูเปิดเล็กๆ ซึ่งมีคุณสมบัติทำให้สารละลายในกระแสเลือดและในน้ำยาฟอกเลือดวิ่งผ่านไปมาได้

การฟอกเลือดอาศัยหลักการว่าสารละลายค่านไคมีความเข้มข้นสูงมากกว่าจะมีการซึมผ่านรูเปิดของเส้นใยไปยังค่านที่มีสารละลายที่เจือจางน้อยกว่า ตัวอย่างเช่น ปริมาณของสารละลาย BUN (Blood Urea Nitrogen) ซึ่งเป็นของเสียที่เป็นพิษต่อร่างกายในกระแสเลือดของผู้ป่วยไตวายมีปริมาณเข้มข้นกว่าในน้ำยาฟอกเลือดซึ่งไม่มีสาร BUN เลย เมื่อเลือดวิ่งผ่านเส้นใย จะเกิดการซึมผ่านของสารละลาย BUN ไปยังค่านน้ำยาฟอกเลือด พร้อมกับนี้เครื่องไตเทียมสามารถสร้างแรงดันเพื่อดึงน้ำส่วนเกินในกระแสเลือดผ่านรูเปิดเช่นกัน

เลือดที่ผ่านตัวกรองจะกลายเป็นเลือดสะอาดและไหลคืนสู่ร่างกายโดยเลือดที่ยังไม่ได้ฟอกจะไหลออกมาแทนที่เป็นวงจรไป

การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม จะต้องมีการใช้ยาป้องกันเลือดแข็งตัว (Heparin) เนื่องจากธรรมชาติของเลือดมนุษย์ เมื่อไหลออกจากร่างกายแล้วจะแข็งตัวภายใน 3 - 5 นาที ในขณะที่นำเลือดออกจากร่างกายเพื่อทำการฟอกเลือด เลือดอาจจะมีการแข็งตัวได้ ดังนั้นเพื่อป้องกันเลือดแข็งตัวจึงต้องใช้ Heparin ร่วมด้วยในการฟอกเลือดแต่ละครั้ง แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นการให้ Heparin มากเกินความจำเป็น อาจทำให้เลือดหยุดไหลช้าเมื่อสิ้นสุดกระบวนการฟอกเลือดแล้ว ดังนั้นผู้ป่วยทุกคนจะได้รับการทดสอบเพื่อทำการหาปริมาณของ Heparin ที่พอเหมาะไม่มากเกินไปหรือน้อยเกินไป



เมื่อไหร่จะเริ่มฟอกเลือด

เมื่อถึงระยะสุดท้ายของโรคไต อาการผิดปกติที่พบได้แก่

1.อาการที่เกิดจากของเสียคั่งได้แก่

- 1.....
- 2
- 3.....

2.การคั่งของเกลือ โซเดียมและน้ำทำให้เกิดอาการ

1. บวม
2.
3.

3.อาการคั่งของกรดในเลือด ที่เห็นได้ชัด คือ อาการหอบ เป็นตะคริว กล้ามเนื้ออ่อนแรง ชักเกร็ง หดสติ

อาการเหล่านี้เป็นอาการที่สำคัญ ผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ควรระมัดระวัง ให้การสังเกต เพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนและเป็นอันตรายถึงชีวิต

การฟอกเลือดจะช่วยอะไรได้บ้าง

เมื่อเริ่มฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ของเสีย กลีโธเร่ กรด และน้ำส่วนเกินจะถูกขจัดออกจาก ร่างกาย ทำให้อาการมีนงง สับสน ไม่รู้สติ กระตุกหรือ ชัก รวมทั้งอาการคลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร จะดีขึ้น ภายใน 3-4 วัน

ส่วนอาการที่เกิดจากการคั่งของเกลือและน้ำ ได้แก่ออาการบวม หอบ เหนื่อย นอนราบไม่ได้ จะดีขึ้นภายใน 1-2 วัน และความดันโลหิตที่สูงมักจะลดลง และสามารถควบคุมได้

การพยาบาลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

- 1.สอนผู้ป่วยเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อรับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
- 2.ประเมินอาการของผู้ป่วยก่อน ขณะและหลังการฟอกเลือด
- 3.ควบคุมการทำงานของเครื่องไตเทียม การใช้น้ำและสารน้ำต่างๆ
- 4.เฝ้าระวังเพื่อลดการเกิดภาวะแทรกซ้อน

เฉลย

1. ตำแหน่งของไต อยู่บริเวณด้านหลังใต้ชายโครงบริเวณบั้นเอว มีรูปร่างคล้ายถั่วเหลือง ยาวประมาณ 12 เซนติเมตร
2. หน้าที่ของไต
 1. กำจัดของเสีย
 2. ควบคุมและเก็บสารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายไว้
 3. รักษาสมดุลน้ำของร่างกาย
 4. รักษาสมดุลเกลือแร่ของร่างกาย
 5. รักษาสมดุลกรดค้างของร่างกาย
 6. ควบคุมความดันโลหิต
 7. สร้างฮอร์โมน
3. อาหารประเภทโปรตีน เช่น เนื้อหมู เนื้อไก่ไม่ติดมัน เลือดหมู เนื้อปลา ไข่ขาว
4. อาหารประเภทที่มีฟอสเฟตสูง ได้แก่ ไข่แดง นมสด เมล็ดพืช
5. อาหารที่มีไขมัน ได้แก่ น้ำมันพืช กะทิ ปู กุ้ง หอย
6. อาหารที่มีโพแทสเซียมสูง ได้แก่ ผลไม้ที่มีสีเหลือง เช่น ส้ม กล้วย เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- ประเสริฐ ธนกิจจารุ และอนุดตร จิตตินันท์.
(บรรณาธิการ).(2544). หนังสือโรคไตสำหรับ
ประชาชน การรักษาภาวะไตวาย
ระยะสุดท้ายด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่อง
ไตเทียม.กรุงเทพฯ : สมาคมโรคไต
แห่งประเทศไทย
- ประเสริฐ ธนกิจจารุ. (2538) .จะล้างไตให้ดีได้อย่างไร.
วารสารมูลนิธิโรคไต .9(17), หน้า 36-40.

แบบทดสอบ

ความรู้และความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

คำชี้แจง

แบบทดสอบนี้ประกอบด้วยแบบทดสอบ 2 ชุดประกอบด้วย

- ชุดที่ 1 แบบทดสอบความรู้ในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
- ส่วนที่ 1. คำถามข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
- ส่วนที่ 2. คำถามเกี่ยวกับความรู้ในเรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
- ชุดที่ 2 แบบทดสอบความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

แบบทดสอบชุดที่ 1

ความรู้ในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง
ที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

คำชี้แจง

แบบทดสอบนี้ประกอบด้วยข้อคำถาม 2 ส่วน ดังนี้

- 1.คำถาม ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
- 2.คำถามเกี่ยวกับความรู้ในเรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ส่วนที่ 1. ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ.....ปี

3.สถานภาพสมรส

โสด

หย่า/แยก

คู่

ม้าย

4.ระดับการศึกษา

ประถมศึกษา

มัธยมศึกษา

อาชีวศึกษา

อุดมศึกษา

5.อาชีพของท่านในปัจจุบัน

ไม่มีอาชีพ

เอกชน

รับราชการ

เกษตรกร

ธุรกิจ

อื่นๆ ระบุ.....

6.รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ไม่มีรายได้

5,001 – 10,000 บาท

ไม่เกิน 5,000 บาท

10,001 บาทขึ้นไป

7.ผู้รับผิดชอบในการจ่ายค่ารักษา

ตัวเอง

บุตร / ธิดา

บิดา / มารดา

พี่ / น้อง

สามี / ภรรยา

ประกันชีวิต

บริษัทที่ทำงาน

ประกันสังคม

ราชการ

อื่นๆ ระบุ.....

8. ระยะเวลาที่มารับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมปี..... เดือน

ส่วนที่ 2 แบบทดสอบความรู้ในการดูแลตนเองผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในช่องซ้ายมือ แล้วทำเครื่องหมาย (/) ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็น
 ของท่านมากที่สุด กรุณาตอบทุกข้อ โดยถือเกณฑ์การเลือกตอบดังนี้
 เลือกตอบ ถูก เมื่อท่านคิดว่าข้อความนั้น ถูกต้อง
 ผิด เมื่อท่านคิดว่าข้อความนั้น ผิด
 ไม่ทราบ / ไม่แน่ใจ เมื่อท่านไม่ทราบว่าข้อความนั้นถูกหรือผิด

ข้อความ	ถูก	ผิด	ไม่ทราบ ไม่แน่ใจ
<u>เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง</u>			
1. คนเรามีไต 2 ข้าง เมื่อข้างหนึ่งข้างใดเสียไปไตอีกข้างไม่สามารถทำงานทดแทนได้			
2. ในการควบคุมปริมาณน้ำและเกลือแร่ที่เกินความจำเป็นร่างกาย จะขจัดน้ำส่วนเกินโดยการขับออกทางเหงื่อ การคลื่นไส้ อาเจียน			
3. ไตของคนเราทำหน้าที่ในการกรองของเสีย รักษาสมดุลเกลือแร่ กรด-ด่าง และสร้างฮอร์โมนบางชนิดในร่างกาย			
4. สาเหตุของไตวายเรื้อรังเกิดจากความดันโลหิตสูง เบาหวาน กรวยไตอักเสบเรื้อรัง			
5. ไตต้องทำหน้าที่ในการขับถ่ายของเสียมากขึ้นเมื่อเรารับประทาน อาหารจำพวกแป้งและไขมันจำนวนมาก			
<u>เรื่องการรักษา</u>			
6. การรักษาตามอาการในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีอาการบวม คือ การลดอาหารเค็มและการให้ยาขับปัสสาวะ			
7. อาการที่เกิดจากการคั่งของของเสียประเภทไขมันทำให้ลมหายใจ มีกลิ่นแอมโมเนีย			
8. อาการที่บ่งถึงการมีของเสียคั่ง คือ สับสน มึนงง กระตุก ชิม เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน			
9. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีอาการซีดสามารถรับประทานอาหารเครื่อง ในสัตว์ได้ในปริมาณที่เพิ่มขึ้นจากเดิมเพื่อทดแทนธาตุเหล็ก.			
10. ความดันโลหิตสูงมากในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังทำให้การไหลเวียน เลือดดีขึ้นและสามารถลดของเสียในเลือดได้เร็วขึ้น			

ข้อความ	ถูก	ผิด	ไม่ทราบ ไม่แน่ใจ
11. เครื่องไตเทียมสามารถลดปริมาณของเสียที่คั่งในร่างกายโดยทำงานแทนไตได้ทั้งหมด			
<i>การดูแลตนเองเรื่องอาหาร</i>			
12. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังควรรับประทานอาหารประเภททอดหรือแกงกะทิ เพื่อเพิ่มรสชาติของอาหาร			
13. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังสามารถรับประทานอาหารประเภทหน่อไม้หรือยอดผักใบเขียวได้โดยไม่จำกัดปริมาณ			
14. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังสามารถรับประทานอาหารจำพวกเนื้อสัตว์เมล็ดถั่วต่างๆ เพื่อบำรุงและซ่อมแซมส่วนต่างๆของร่างกาย			
15. อาหารสำหรับผู้ป่วยไตวายเรื้อรังรับประทานควรเป็นอาหารรสจืดไม่เค็มเกลือ น้ำปลา ซอส ซีอิ๊ว หรือผงชูรสในอาหาร			
16. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังสามารถรับประทานอาหารประเภทน้ำเต้าหู้ นมสด เนย ไอศกรีม			
17. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีอาการเบื่ออาหารสามารถรับประทานบะหมี่สำเร็จรูปแทนข้าวได้			
18. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังสามารถรับประทานผลไม้ได้วันละ 2 - 3 ผลทุกวัน			
19. การคั้นน้ำในแต่ละวันท่านต้องประมาณจากจำนวนปีสภาวะที่ขับออกมาในวันก่อนและเพิ่มได้อีก 500 - 750 ซี.ซี.			
20. ปริมาณน้ำคั้นในแต่ละวันของผู้ป่วยไตวายต้องนำน้ำที่อยู่ในน้ำแกง ก๋วยเตี๋ยว โอวัลติน หรือ นม มาคิดรวมด้วย			
<i>การดูแลตนเองในเรื่องยา</i>			
21. ผู้ป่วยไตวายที่มีปัญหาการนอนไม่หลับสามารถซื้อยานอนหลับมารับประทานได้เองโดยไม่ต้องมีคำสั่งแพทย์			
22. ยาเพิ่มธาตุเหล็ก เมื่อรับประทานแล้วจะสังเกตพบว่าอุจจาระสีน้ำตาลหรือดำ			
<i>การดูแลตนเองเรื่อง การขับถ่าย</i>			
23. ผู้ป่วยไตวายที่มีปัญหาเรื่องการขับถ่ายสามารถซื้อน้ำลูกพรุนมารับประทานได้			

ข้อความ	ถูก	ผิด	ไม่ทราบ ไม่แน่ใจ
<i>การดูแลตนเองเรื่องภาวะแทรกซ้อน</i>			
36. การเกิดตะคริวขึ้นระหว่างการฟอกเลือดเป็นเรื่องปกติ			
37. อาการเลือดออกจําเลือดตามผิวหนัง อุจจาระปนเลือด เป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นหลังการฟอกเลือด			
38. น้ำหนักตัวสามารถเพิ่มขึ้นได้ 1/2 กิโลกรัมต่อวัน โดยไม่เกิดอันตราย			
39. อาการไอมีฟองเป็นสีชมพู เป็นอาการปกติที่เกิดขึ้นหลังการฟอกเลือด			
40. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังต้องสังเกตอาการบวม โดยเฉพาะรอบดวงตา ปลายมือ ปลายเท้า เพื่อป้องกันการเกิดอันตราย			

ข้อความ	ไม่ปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็น บางครั้ง	ปฏิบัติเป็น ประจำ
9. ท่านสวมเสื้อแขนยาวที่แขนคับ หรือสวมนาฬิกาข้อมือ กำไล ในแขนด้านที่ตัดต่อเส้นเลือด			
10. ท่านหาความรู้ในเรื่อง โรค ไตวายเรื้อรังที่รักษาโดยการฟอก เลือดด้วยไตเทียมจากเจ้าหน้าที่ หนังสือ และสื่อต่างๆ			
11. ท่านไปห้างสรรพสินค้า ตลาดนัดหรือโรงพยาบาลเพื่อ คลายเครียด			
12. ท่านระวังการเพิ่มของน้ำหนักตัวและการรับประทานอาหาร เต็มเพื่อป้องกันภาวะความดันโลหิตสูง			
13. ท่านเปลี่ยนประเภทอาหารจากเนื้อหมูมาเป็นเนื้อปลาและ ไข่ขาวแทน			
<u>ความสามารถในการปฏิบัติ</u>			
14. ท่านสังเกตอาการเพื่อย หน้ามืด เป็นตะคริวหรือเจ็บแน่น หน้าอก ก่อน ขณะและหลัง ได้รับการรักษาด้วยการฟอกเลือด ด้วยเครื่องไตเทียม			
15. เมื่อมีอาการจำเลือดบริเวณรอยต่อเส้นเลือดท่านใช้ยาหม่อง ทานวด			
16. ท่านนอนตะแคงทับแขนข้างที่ทำการผ่าตัดต่อหลอดเลือด			
17. ท่านตรวจการทำงานของหลอดเลือดที่บริเวณรอยต่อ เส้นเลือด			
18. ท่านรับประทานหมูหยอง หมูแผ่น กุนเชียงไส้กรอกหรือ ผักคอง ข้าวต้มเป็นอาหารเช้า			
19. ท่านใช้ผัก เช่นบวบ แตงกวา กระหล่ำปลี ผักนึ่งในการ ปรุงอาหาร			
20. ท่านออกกำลังกายโดยการทำงานบ้านเล็กๆน้อยๆหรือดูแล รดน้ำต้นไม้			
21. ท่านรับประทานอาหารที่มีฟอสเฟตสูง เช่น ไข่แดง นมสด เนย			
22. ท่านปรึกษาแพทย์ทุกครั้ง เมื่อท่านเป็นหวัด คัดจมูก มีไข้ ไอ เจ็บคอ			

ข้อความ	ไม่ปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็น บางครั้ง	ปฏิบัติเป็น ประจำ
23.ท่านมักขอความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมประจำวันจาก บุคคลอื่นๆ			
24.ท่านใช้น้ำมะนาว น้ำตาล น้ำส้มสายชูหรือพริกในการ ประกอบอาหาร			
25.ท่านซื้อวิตามินต่างๆ น้ำมันตับปลามารับประทาน			

ภาคผนวก ค
ตารางวิเคราะห์ข้อสอบ

กรอบ การสร้างแบบทดสอบความรู้ในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

หัวเรื่อง	เนื้อหา	พฤติกรรมที่ต้องการทดสอบ(จำนวนข้อ)			รวม
		ความรู้-ความจำ	ความเข้าใจ	การนำไปใช้/ การแก้ปัญหา	
ความรู้ในการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษา ด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม	1. ความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง	1	3	1	5
	2.การรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม	1	2	3	6
	3.การดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง				
	3.1 อาหาร	2	2	5	9
	3.2 การรับประทานยา	1	0	1	2
	3.3 การขับถ่าย	1	1	1	3
	3.4 การดูแลเส้นเลือดที่ได้รับการตัดต่อ	1	1	2	4
	3.5 การออกกำลังกาย	0	0	2	2
	3.6 การดูแลด้านจิตใจ	1	1	2	4
	3.7 การป้องกันภาวะแทรกซ้อน	1	2	2	5
		รวม	9	12	19

กรอบ การสร้างแบบประเมินความสามารถในการดูแลตนเองผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

หัวข้อเรื่อง	เนื้อหา	พฤติกรรมที่ต้องการประเมิน(จำนวนข้อ)			รวม
		การคาดการณ์	การปรับเปลี่ยน	การลงมือปฏิบัติ	
ความสามารถในการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษา ด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่อง ไตเทียม	1. ความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง	1	0	1	2
	2.การรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่อง ไตเทียม				
	3.การดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง				
	3.1 อาหาร	1	4	2	7
	3.2 การรับประทานยา	0	0	2	2
	3.3 การขับถ่าย	0	0	0	0
	3.4 การดูแลเส้นเลือดที่ได้รับการตัดต่อ	1	1	3	5
	3.5 การออกกำลังกาย	0	0	1	1
	3.6 การดูแลด้านจิตใจ	0	0	1	1
	3.7 การป้องกันภาวะแทรกซ้อน	2	3	2	7
	รวม	5	8	12	25

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกและค่าความยากง่ายของแบบทดสอบความรู้ในการดูแลตนเอง

ข้อ	จำนวนคนกลุ่มต่ำ	จำนวนคนกลุ่มสูง	อำนาจจำแนก	ความยากง่าย	การคงไว้
1	6	8	.88	.44	1
2	0	7	.43	.22	1
3	8	8	1	.5	1
4	5	8	.81	.25	1
5	0	4	.25	.13	0
6	7	5	.75	.38	1
7	0	3	.18	.09	0
8	5	8	.8	.44	1
9	3	7	.6	.31	1
10	3	6	.88	.29	1
11	0	5	.3	.15	0
12	7	7	.56	.44	1
13	4	8	.75	.38	1
14	4	8	.75	.38	1
15	8	7	.93	.46	1
16	4	8	.75	.38	1
17	5	8	.88	.29	1
18	0	7	.43	.22	1
19	4	5	.56	.26	1
20	3	7	.63	.31	1
21	4	8	.75	.38	1
22	6	8	.88	.44	1
23	3	7	.63	.31	1
24	5	6	.68	.34	1
25	1	6	.44	.22	1
26	7	7	.88	.44	1
27	6	8	.88	.44	1
28	7	8	.93	.47	1

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกและค่าความยากง่ายของแบบทดสอบความรู้ในการดูแลตนเอง(ต่อ)

ข้อ	จำนวนคนกลุ่มต่ำ	จำนวนคนกลุ่มสูง	อำนาจจำแนก	ความยากง่าย	การคงไว้
29	3	8	.68	.34	1
30	5	6	.68	.34	1
31	1	6	.43	.22	1
32	8	8	1	.5	1
33	3	5	.5	.25	1
34	1	3	.25	.13	1
35	8	8	1	.5	1
36	0	5	.31	.16	1
37	2	7	.56	.28	1
38	6	7	.5	.41	1
39	1	7	.5	.25	1
40	7	8	.63	.47	1

N = 16

ภาคผนวก ง
เอกสารพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย

เอกสารพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย

ส่วนที่ 1 คำชี้แจงของผู้วิจัย

ข้าพเจ้า นางสาววันเพ็ญ กลับกลาย นิสิตปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของการเรียนรู้เป็นกลุ่มต่อความรู้และความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษานี้ เป็นแนวทางในการวางแผนให้การพยาบาลแก่ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม เพื่อให้สามารถดูแลตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และให้ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ได้มีโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้และประสบการณ์โดยตรงเกี่ยวกับการดูแลตนเองและการแก้ไขเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ส่งผลให้ผู้ป่วยมีความมั่นใจในการดูแลตนเอง ช่วยลดภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นหรือลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนให้ช้าลง เพื่อให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี ระยะเวลา

การเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้เป็นระยะเวลา 1 เดือนต่อเนื่องกันทุกสัปดาห์ โดยการวิจัยจะดำเนินการในเดือนมีนาคม พ.ศ.2545 โดยท่านต้องเข้าร่วมกิจกรรมทุกสัปดาห์ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มวันจันทร์ กลุ่มวันอังคาร และกลุ่มวันพุธ โดยมีระยะเวลาในการสอนได้แก่ 07.00น.-08.15น. เวลา 12.00น.-13.15น. และ 07.00น.-08.15น. ตามลำดับ ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 15 นาที ณ หน่วยไตเทียม โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ กรมแพทย์ทหารเรือ

กิจกรรมประกอบด้วย

ก่อนเข้าร่วม โครงการ และสิ้นสุดโครงการ จะมีกิจกรรมเกี่ยวกับ

- ทดสอบความรู้ในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
- ประเมินความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

กิจกรรมในระหว่างการเข้าการวิจัย

ชมสไลด์ เกี่ยวกับโรคและการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม การดูแลตนเองได้แก่ เรื่องอาหาร ภาวะแทรกซ้อน และการดูแลตนเองทั่วไป

มีการอภิปรายกลุ่ม พูดคุย ชักถาม และช่วยกันแก้ปัญหาเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้อง

ประโยชน์ที่ท่านจะได้รับจากการเข้าร่วมโครงการ

1. ได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่องโรคไตวายเรื้อรัง การรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม และการดูแลตนเองที่ถูกต้องอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องจากผู้วิจัย
2. มีโอกาสแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์การดูแลตนเองกับเพื่อนสมาชิกผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ที่รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
3. เกิดความมั่นใจและมีกำลังใจในการดูแลตนเอง และเมื่อมีปัญหาในการดูแลตนเองสามารถซักถามและพูดคุยกับผู้ป่วยด้วยกันเองและจากทีมบุคลากรทางการแพทย์ได้ตลอดเวลา

ในการเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยใคร่ขอความร่วมมือจากท่าน โปรดเข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง เพื่อจะได้บรรลุวัตถุประสงค์ของการวิจัย หากมีอุปสรรคไม่สามารถเข้าร่วมโครงการได้ไม่ว่ากรณีใดๆ ท่านมีสิทธิปฏิเสธการเข้าร่วมโครงการได้ตลอดเวลาและได้โปรดแจ้งให้ผู้วิจัยทราบด้วย โดยท่านยังมีสิทธิได้รับการรักษาพยาบาลจากทางโรงพยาบาลได้เหมือนเดิม

หวังว่าจะได้รับความร่วมมืออย่างดีจากท่าน และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

นางสาววันเพ็ญ กลัปกลาย

นิติศตปริญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาการพยาบาลศึกษา

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 2 การแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ข้าพเจ้า ได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวิธีการและประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัยในครั้งนี้แล้ว และมีความยินดีที่จะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ข้าพเจ้าสามารถที่จะออกจากการศึกษาได้หากมีเหตุขัดข้องโดยไม่ต้องชี้แจงเหตุผล แม้ว่าข้าพเจ้าได้เซ็นยินยอมเข้าร่วมการวิจัยแล้วก็ตาม และการวิจัยครั้งนี้จะไม่มีผลต่อการรักษาในครั้งต่อไป

ลงนาม.....ผู้เข้าร่วมการวิจัย

(.....)

ลงนาม.....พยาน

.....
(นางสาววันเพ็ญ กลัปกลาย)

ผู้วิจัย

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาววันเพ็ญ กลับกลาย เกิดเมื่อวันที่ 20 ธันวาคม พ.ศ. 2514 ที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา จากโรงเรียนพลวิทยา ระดับมัธยมศึกษา จากโรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย และสำเร็จการศึกษาระดับอุดมศึกษาจากวิทยาลัยพยาบาล สภากาชาดไทย หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต เมื่อ พ.ศ.2537 และเข้ารับการศึกษาคู่หลักสูตร พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อ พ.ศ. 2543 ปัจจุบัน ทำงานตำแหน่งพยาบาล 5 หอผู้ป่วยสว่างวัฒนา โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา สภากาชาดไทย อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี

