



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษา ผลของโปรแกรมการวางแผนจำหน่ายต่อพฤติกรรมการจัดการตนเอง เพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด ซึ่งเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบ 2 กลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (Pretest posttest Design With Nonequivalent Group)

กลุ่มทดลอง เป็นผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดที่ได้รับโปรแกรมการวางแผนการจำหน่าย

กลุ่มควบคุม เป็นผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการวางแผนการจำหน่าย
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด กลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายและกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้คือ ผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดอายุระหว่าง 7-12 ปี

กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดที่มีอายุระหว่าง 7-12 ปี ที่เข้ารับการรักษาเป็นผู้ป่วยในในโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี จำนวน 40 ราย แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 20 ราย และกลุ่มทดลอง 20 ราย โดยกำหนดคุณสมบัติ ดังนี้

1. เป็นเด็กวัยเรียน 7-12 ปี
2. เด็กวัยเรียนที่แพทย์วินิจฉัยว่าเป็น โรคหอบหืด
3. ไม่มีโรคเรื้อรังอื่น
4. ยินดีเต็มใจเข้าร่วมในการวิจัยและได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง

### การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

โดยการศึกษาครั้งนี้มีขนาดของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดคือ 40 คน ทำการจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โยจัดให้กลุ่มตัวอย่าง 20 คน แรกเข้ากลุ่มควบคุม และกลุ่มตัวอย่าง 20คนหลังเข้ากลุ่มทดลอง โดยการจับคู่ (Match Pair) กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มให้มีอายุใกล้เคียงกัน ( $\pm 1$ ปี) และมีเพศเดียวกัน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### 1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

1.1 แผนการจำหน่ายผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด เพื่อการมีพฤติกรรมการจัดการตนเองในชีวิตประจำวันและการจัดการตนเองเมื่อมีอาการหืดกำเริบ

1.2 สมุดพกประจำตัวแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบในผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด

1.3 สถานการณ์จำลอง ที่พบได้บ่อยในชีวิตประจำวันและสถานการณ์ที่ต้องเผชิญกับสิ่งทีก่อให้เกิดอาการหืดกำเริบ

#### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบสอบถามเด็กผู้ป่วยโรคหอบหืด

2.2 แบบสอบถามพฤติกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด

### การดำเนินการวิจัย

#### การดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยแบ่งขั้นตอนการดำเนินการทดลองเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนเตรียมการ ขั้นตอนดำเนินการทดลอง และขั้นประเมินผล

#### ขั้นเตรียมการ

1. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูล และศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทำการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง แลเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ขออนุญาตแนะนำตัวจากคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนอผู้อำนวยการ โรงพยาบาลในจังหวัดสุราษฎร์ธานี หัวหน้าฝ่ายการพยาบาล หัวหน้าแผนกผู้ป่วยใน เพื่อ

ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขออนุญาตในการเก็บข้อมูล ภายหลังจากได้รับอนุมัติ ผู้วิจัยเข้าพบหัวหน้าแผนกผู้ป่วยในเพื่อแนะนำตนเอง ชี้แจงรายละเอียด วัตถุประสงค์ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล คุณสมบัติและจำนวนกลุ่มตัวอย่าง ตัวอย่างในการวิจัย เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### ขั้นตอนการทดลอง

พยาบาลผู้วิจัยทำการคัดเลือกเลือกกลุ่มตัวอย่างจากผู้ป่วยในของโรงพยาบาล โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างให้ตรงตามลักษณะที่กำหนดไว้ โดยจัดให้กลุ่มตัวอย่าง 20 คนแรกแรกเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มตัวอย่าง 20 คนหลังเข้ากลุ่มทดลอง โดยการจับคู่ (Match Pair) กลุ่มทั้งสองกลุ่มให้มีอายุใกล้เคียงกัน ( $\pm 1$  ปี) และมีเพศเดียวกัน

#### กลุ่มควบคุม

พยาบาลผู้วิจัยสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการจัดการตนเอง เป็นการสัมภาษณ์ที่ได้เตรียมคำถามที่เป็นมาตรฐานและกำหนดคำตอบไว้เรียบร้อยแล้วตามแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหิดกำเริบของเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด (Pre-test) โดยผู้วิจัยอ่านข้อความให้ฟังและบันทึกคำตอบลงในแบบสอบถาม พยาบาลพาเข้าไปหาพยาบาลประจำกรณีในห้องผู้ป่วยเพื่อได้รับการพยาบาลตามปกติ เมื่อถึงกำหนดการจำหน่ายผู้ป่วยออกจากโรงพยาบาลผู้วิจัยขอที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ เพื่อนัดพบผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด และผู้ดูแลในที่ที่ผู้ดูแลสะดวกเพื่อประเมินพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดอีกครั้ง โดยในการทดลองครั้งนี้พบผู้ป่วยเด็ก หลังการทดลองที่โรงพยาบาลเป็นจำนวน 15 ราย และพบที่บ้านพักเป็นจำนวน 5 ราย

#### กลุ่มทดลอง

พยาบาลผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ และสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหิดกำเริบของผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด (pre-test) ตามแบบสอบถามที่ใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูล โดยพยาบาลผู้วิจัยอ่านข้อความให้ฟังและบันทึกคำตอบลงในแบบสอบถาม จากนั้นพยาบาลผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการวางแผนการจำหน่าย ตามขั้นตอนดังนี้

#### กิจกรรมครั้งที่ 1

1. พยาบาลผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตัว กิจกรรมการแนะนำตัวพยาบาลผู้วิจัยกับผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดและผู้ดูแล การซักประวัติที่ได้จากแบบเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ตลอดจนตรวจร่างกายและรวบรวมข้อมูลแบบองค์รวมเกี่ยวกับการเจ็บป่วยปัจจุบันของเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดและผู้ดูแล โดยบูรณาการแนวคิดการวางแผนการจำหน่ายของ Mckeehan & Coulton (1985) และ M-E-T-H-O-D ของ Hucy (1986)

2. นำปัญหาที่ได้จากการประเมินร่วมกันระหว่างพยาบาลผู้วิจัย ผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดและผู้ดูแล มาวิเคราะห์สรุปประเด็นเพื่อกำหนดแนวทางในการตั้งวัตถุประสงค์ในการจัดการตนเองในชีวิตประจำวันและการลดอาการหืดกำเริบ

3. กำหนดเป้าหมายและวางแผนการจำหน่ายร่วมกันกับผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดและผู้ดูแล ในลักษณะของแผนปฏิบัติการ(Action Plan) เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหอบหืดในชีวิตประจำวัน และพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองเมื่อมีอาการหืดกำเริบ เมื่อจำหน่ายกลับบ้าน โดยเน้นการมีส่วนร่วมในการคิด ตัดสินใจ การวางแผนการปฏิบัติกิจกรรม (Action Plan) และกำหนดเกณฑ์ การประเมินโดยการกำหนดกิจกรรมให้สัมพันธ์กับแต่ละรายในสภาพปัญหาและแหล่งประโยชน์ โดยกำหนดแผนการในเรื่อง การจัดการตนเองในแต่ละวัน การบริหารยาเมื่อมีอาการหืดกำเริบ และการรับประทานป้องกันอาการหอบหืดในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยจากการเก็บรวบรวมข้อมูล จากการซักประวัติ ตรวจร่างกาย ครอบคลุมประเด็นทั้งหมดแล้ว จะร่วมกันกำหนดข้อวินิจฉัยปัญหา การวางแผนการจำหน่ายโดยการมีส่วนร่วมของผู้ป่วยเด็กและผู้ดูแล

#### กิจกรรมครั้งที่ 2

พยาบาลผู้วิจัยทำกิจกรรมการให้ความรู้เพื่อส่งเสริมการเน้นการมีส่วนร่วมในการตอบคำถามของผู้ป่วยเด็กและผู้ดูแลในการแสดงความคิดเห็นให้ความรู้โดยพยาบาลผู้วิจัย เรื่อง โรคหอบหืดในเด็กวัยเรียน ความหมายของโรคหอบหืด อาการและอาการแสดง สาเหตุกระตุ้น ชนิดของโรคหอบหืด โดยการให้ความรู้ผ่านแผ่นพับเรื่องโรคหอบหืดในเด็กและการปฏิบัติตัวของสถาบันเด็กแห่งชาติมหิดล ประกอบกับภาพประกอบคำบรรยาย โดยใช้ คอมพิวเตอร์ Note book โปรแกรม Microsoft power point ประกอบกิจกรรมการให้ความรู้ กิจกรรมการให้ความรู้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อส่งเสริม การปฏิบัติตัวในการสังเกตอาการและอาการแสดงก่อนและ ขณะเกิดอาการหอบหืดกำเริบโดยพยาบาลผู้วิจัยชี้ให้ผู้ป่วยเด็กในการหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบ โดยการเน้นในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของผู้ป่วยเด็กและผู้ดูแลในการแสดงความคิดเห็นเพื่อเป็นการกระตุ้น และแลกเปลี่ยนสิ่งที่ถูกต้องในการแนะนำ ชักจูง ให้ผู้ป่วยเด็กป้องกันและหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้น ให้เห็นถึงความสำคัญและผลเสียที่จะตามมาเมื่อมีอาการหอบหืดกำเริบ กิจกรรมการให้ความรู้เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อส่งเสริมการปฏิบัติตัวโดยพยาบาลผู้วิจัยในเรื่องการบริหารยา ทั้งยาขยายหลอดพ่น การฝึกการใช้ยาขยายหลอดลมด้วยตนเอง ยารับประทานในชีวิตประจำวัน การบริหารการหายใจและการมีกิจกรรมการเล่นที่เหมาะสม

โดยเมื่อสิ้นสุดกิจกรรมที่2 จะมีการร่วมกับผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดในการร่วมสร้างแผนปฏิบัติการ สมุดพกประจำตัวแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบในผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด โดยให้ผู้ป่วยเด็กมีส่วนร่วมในการเลือกแบบสมุดพกด้วยตนเอง มีการนำรูปภาพของเด็กคิดไว้ที่หน้าปก ซึ่งพยาบาลผู้วิจัยจะมอบให้ผู้ป่วยเด็กวันก่อนการจำหน่าย (วันที่4ของการนอน โรงพยาบาล)

เพื่อนำไปใช้เมื่อเวลาจำหน่ายกลับบ้าน ตลอดจนเป็นการกระตุ้นเตือนในการ นำความรู้ที่ได้ไปปรับเป็น พฤติกรรมการจัดการตนเองในชีวิตประจำวัน และพฤติกรรมการจัดการตนเองเมื่อเกิดอาการหืดกำเริบได้

### กิจกรรมครั้งที่ 3

พยาบาลผู้วิจัย กิจกรรมสถานการณ์จำลอง โดยเน้นการมีส่วนร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของ ผู้ป่วยเด็กวัยเรียนและผู้ดูแลโดยที่พยาบาลผู้วิจัยนำปัญหาและเป้าหมายที่ได้วางร่วมกันกับผู้ป่วยเด็กวัย เรียน โรคหอบหืดและผู้ดูแลไปวางแผนการจำหน่ายที่กำหนดร่วมกันมาสร้างเป็นสถานการณ์จำลอง โดย แบ่งเป็น 2 สถานการณ์ตัวอย่างคือ

- สถานการณ์ที่พยาบาลผู้วิจัยศึกษาแล้วในทางคลินิกพบว่าเป็นเหตุการณ์ใน ชีวิตประจำวันที่มีทำให้ผู้ป่วยเด็กวัยเรียนมีอาการหืดกำเริบ (สถานการณ์จำลองที่ 1)

- สถานการณ์ที่พบเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้ผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดต้องเข้ารับการ รักษาในครั้งนี้ที่วางแผนร่วมกันกับผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดและผู้ดูแลในวันแรกของการเข้ารับการ รักษา (สถานการณ์จำลองที่ 2)

เพื่อใช้ในการสาธิตฝึกทักษะ แก่ไขสถานการณ์พฤติกรรมการจัดการตนเองเมื่อเกิดอาการ หืดกำเริบ โดยเน้นสิ่งกระตุ้นที่เกิดกับผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดแต่ละราย ในเรื่องการบริหารยาพ่น ขยายหลอดลมด้วยตนเอง และการบริหารการหายใจเมื่อเกิดอาการหอบหืด และการปฏิบัติเมื่อไม่สามารถ ควบคุมอาการได้ด้วยตนเอง โดยการใช้แหล่งสนับสนุนในชุมชน เพื่อการนำไปปฏิบัติได้จริงเมื่อจำหน่าย กลับบ้านได้ โดยใช้การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ใช้การตอบคำถามในสถานการณ์จำลอง และการแนะนำ ส่งเสริมในการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้นเพื่อเป็นการส่งเสริมการปรับพฤติกรรมการจัดการตนเอง เมื่อเกิดอาการหืดกำเริบได้อย่างมั่นใจและถูกต้อง

### กิจกรรมครั้งที่ 4 กิจกรรมก่อนการจำหน่ายกลับบ้าน

กิจกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนการจำหน่ายกลับบ้าน เพื่อเป็นการประเมินความรู้ ความเข้าใจ ในการพฤติกรรมการจัดการตนเองในการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อป้องกันอาการหอบหืด และการมี พฤติกรรมที่เหมาะสมในพฤติกรรมการจัดการตนเองเมื่อมีอาการหืดกำเริบ ที่ได้มีการวางแผนการจำหน่าย ที่ปฏิบัติร่วมกันระหว่างผู้ป่วยวัยเรียน โรคหอบหืดผู้ดูแลและพยาบาลผู้วิจัยเป็นการเพิ่มความมั่นใจ และ เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดและผู้ดูแลสอบถามข้อสงสัยเพื่อความมั่นใจก่อนการจำหน่าย กลับบ้าน มอบสมุดพกแผนปฏิบัติการป้องกันหอบหืดกำเริบที่ผู้ป่วยเด็กมีส่วนร่วมในการออกแบบให้ ผู้ป่วยเด็กแต่ละราย พร้อมกับแนะนำการใช้ยาอย่างละเอียดและเข้าใจง่ายเพื่อนำไปใช้ได้จริงใน ชีวิตประจำวัน

### กิจกรรม สัปดาห์ที่ 1 หลังการจำหน่าย

พยาบาลผู้วิจัย กิจกรรมการติดตามทางโทรศัพท์เพื่อเป็นการติดตามเยี่ยมที่บ้านในการติดตามพฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาหารหอบหืดกำเริบ การจัดการตนเองเมื่อมีการหืดกำเริบในชีวิตประจำวัน โดยเป็นติดตามเยี่ยม เพื่อการกระตุ้นเตือนในการปฏิบัติตามแนวทางที่ได้รับการวางแผนร่วมกันเมื่อตอนรักษาตัวที่โรงพยาบาล การตอบคำถาม การให้ข้อเสนอแนะ ในการแก้ปัญหา หรือข้อสงสัยที่ผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและผู้ดูแลสงสัยเพื่อความมั่นใจในพฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหอบหืดและการจัดการเมื่อหืดกำเริบได้ การย้ำเตือนในการมารับการตรวจตามนัดที่โรงพยาบาล และการทำแบบประเมินพฤติกรรมจัดการตนเอง ในอีก 1 สัปดาห์ โดยพบปัญหาที่ทำให้เกิดหอบหืดกำเริบคือผู้ป่วยเด็กมักสระผมตอนกลางคืนประกอบกับฝนที่ตกชุกในระยะเวลาดังกล่าว และการโทรศัพท์ติดตามแล้วไม่พบผู้ป่วยเด็กจำนวน 5 คน ได้มีการโทรศัพท์ติดตามซ้ำในเวลาถัดไปจึงได้คุยสอบถามคำถามกับผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและผู้ดูแล

### กิจกรรม สัปดาห์ที่ 2 หลังการจำหน่าย

พยาบาลผู้วิจัย ทักทายผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและผู้ดูแลและตอบแบบสอบถามพฤติกรรมจัดการตนเองของเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดโดยพยาบาลผู้วิจัย กล่าวขอบคุณผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและผู้ดูแลพร้อมทั้งมอบของที่ระลึกให้โดยพยาบาลผู้วิจัย โดยในการทดลองครั้งนี้มีการพบผู้ป่วยหลังการทดลองที่โรงพยาบาลเป็นจำนวน 16 ราย และไปพบที่บ้านพักเป็นจำนวน 4 ราย

### สรุปผลการวิจัย

1. พฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดหลังได้รับโปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายสูงกว่าก่อนได้รับ โปรแกรมอย่างน้อยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5
2. พฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมวางแผนการจำหน่ายสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

## อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของโปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายต่อพฤติกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหอบหืด สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

**วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เปรียบเทียบพฤติกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการวางแผนการจำหน่าย**

ผลการทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนน พฤติกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด ภายหลังจากได้รับโปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายดีกว่าก่อนได้รับ โปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 โดยสามารถอภิปรายได้ดังนี้

จากการใช้แนวคิดการวางแผนการจำหน่าย ที่มีการใช้การประเมินปัญหาของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดร่วมกับผู้ดูแล เป็นการประเมินปัญหาแบบองค์รวมทั้งสภาพร่างกาย จิตใจ สังคมรวมถึงแหล่งประโยชน์ ที่จะช่วยเหลือหรือเป็นความต้องการอย่างต่อเนื่อง ก่อนการจำหน่าย และยังเป็นความร่วมมือกันในการวินิจฉัยปัญหาสุขภาพ และความต้องการการดูแลต่อเนื่องภายหลังจากการจำหน่ายซึ่งเป็นการพยาบาลที่กระทำทุกวันต่อเนื่องกัน และใช้การกำหนดแผนการพยาบาลแบบM-E-T-H-O-D ที่มีการประเมินปัญหาแบบครอบคลุม และใช้การประเมินโดยพยาบาลผู้วิจัย ผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและผู้ดูแลในการประเมินตามเกณฑ์ที่วางไว้ และมีการให้สมุดพกประจำตัวกลับบ้านเพื่อมีการติดตามซ้ำต่อเนื่อง ใช้การติดตามผลในอีก 2 สัปดาห์ มีผลให้คะแนนพฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบเพิ่มขึ้นอย่างนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ปัญหาพฤติกรรมในการลดอาการหอบหืดที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยร่วมกับการส่งเสริมพฤติกรรมจัดการตนเองของเด็กโรคหอบหืด เพื่อการหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่อยู่ในสภาพแวดล้อม การประเมินอาการและอาการแสดงก่อนและขณะเกิดอาการหอบ การบรรเทาอาการโดยการบริหารขยายหลอดลมด้วยตนเองและบริหารการหายใจ การปฏิบัติเมื่อไม่สามารถควบคุมอาการด้วยตนเองได้อย่างเหมาะสม และการมีกิจกรรมการเล่นที่เหมาะสม

การกำหนดแผนการจำหน่ายของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นภายหลังจากการประเมินและการวินิจฉัยปัญหาของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด โดยการนำข้อมูลการประเมินปัญหาของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดโดยการใช้ความร่วมมือของพยาบาลผู้วิจัย ผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและผู้ปกครองในการวางแผนการจำหน่าย การปฏิบัติตามแผนการจำหน่ายของผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด เป็นการปฏิบัติตามแผนที่ได้ตกลงร่วมกันของผู้วิจัย ผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด และผู้ดูแล ที่ปฏิบัติร่วมกัน โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำในการปฏิบัติ การประเมินผลโดยผู้วิจัยต้องร่วมกับผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและผู้ดูแล ในการประเมินผลตามเกณฑ์ ในแต่ละเป้าหมายที่ร่วมกันวางไว้ ในการประเมินผลต้องทำควบคู่กับการปฏิบัติพยาบาลแต่ละช่วงทั้งในระยะสั้นและระยะยาว การประเมินผลสามารถทำได้

โดยการตรวจร่างกาย การสังเกต การปฏิบัติ การสอบถาม พุดคุย และตัดสินใจว่าพฤติกรรมหรือการเรียนรู้ ความก้าวของผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดเป็นไปตามเกณฑ์ ซึ่งในการใช้โปรแกรมการวางแผนการ จำหน่าย ทำให้ผู้ป่วยมีการคิดวิเคราะห์ถึงปัญหาตัวกระตุ้นที่ทำให้เกิดอาการจับหืดในด้านต่างๆ ซึ่งใน โปรแกรมดังกล่าวมีการกระตุ้นให้ผู้ป่วยเห็นถึงปัญหา การส่งเสริมพฤติกรรมการจัดการอาการเพื่อป้องกัน อาการหืดกำเริบโดยที่ใช้การแสดงความคิดเห็น สถานการณ์จำลองทำให้ผู้ป่วยเด็กเข้าใจถึงปัจจัยกระตุ้น การจัดการเมื่อเกิดอาการหืดกำเริบตลอดจนมีความมั่นใจในการดูแลตนเองเมื่อเกิดอาการหืดกำเริบได้

ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Wesseldine. et al., (1999) ได้ศึกษาเรื่องการวางแผนการจำหน่าย ในผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด โดยการให้ความรู้โดยพยาบาลประจำการ พบว่า การวางแผนการจำหน่าย มีความสำคัญในการส่งเสริมการจัดการอาการในเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด โดยเป็นการลดอัตราการกลับมา เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลด้วยอาการจับหืด โดยเป็นการสำคัญในการสาธิตการจัดการหอบหืด โดย เป็นการใช้อุปกรณ์วางแผนการจำหน่ายโดยการให้ความรู้ของพยาบาลเพื่อช่วยลดการกลับเข้ารับการรักษา การเกิดภาวะการหายใจล้มเหลวในกลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องและสนับสนุนผล ของโปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายต่อพฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของเด็ก วัยเรียน โรคหอบหืด

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เปรียบเทียบพฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของเด็ก วัยเรียนโรคหอบหืด กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายและกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 พบว่า ผลต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนน พฤติกรรมจัดการ ตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบของผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืด ภายหลังได้รับ โปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 โดย สามารถอภิปรายได้ดังนี้

การพยาบาลตามปกติปกติเป็นรูปแบบการสอนเป็นรายบุคคลที่พยาบาลประจำการ ปฏิบัติแก่ ผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดที่มาเข้ารับการรักษา โดยการสอนและให้คำแนะนำเกี่ยวกับ โรคหอบหืดและ การดูแลตนเองจากเอกสารแผ่นพับ ซึ่งผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดได้รับการสอนโดยเน้นตามปัญหา ทั่วๆไปที่พบบ่อย และขาดการติดตามที่ต่อเนื่องในการวางแผนการจำหน่ายการติดตามทางการพยาบาล ซึ่งผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดมีความสามารถในการจัดการกับความเจ็บป่วยแตกต่างกันไปตาม พัฒนาการ คือ ผู้ป่วยเด็กอายุ 6-7 ปีความสามารถในการจัดการตนเองในเรื่อง อาการและความเจ็บป่วย ต้องการความช่วยเหลือเมื่อเกิดอาการ ผู้ป่วยเด็กอายุ 8-10ปี สามารถรับประทานอาหารหรือพ่นยาขยาย หลอดลมได้เอง ภายใต้อาการดูแลของผู้ใหญ่ตลอดเวลา แต่เมื่ออยู่คนเดียวจะไม่ค่อยมีความมั่นใจแต่เด็กจะ รู้จักวิธีเปลี่ยนกิจกรรมเพื่อลดกำลังของการหายใจ ผู้ป่วยเด็กสามารถบอกได้ว่าขั้นตอนวิธีการลด



อุปนิสัย และความรุนแรงของโรคหอบหืด เช่นการพ่นยาขยายหลอดลมก่อนการออกกำลังกาย การใช้เทคนิคการหายใจ และการผ่อนคลาย (Sharon, 1999)

แต่เมื่อมีการจัดโปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายตามกรอบแนวคิดของ Mckeehan & Coulton (1985) และแนวคิด M-E-T-H-O-D ของ Hucy et al. (1986) ในผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดทำให้เด็กวัยเรียนโรคหอบหืดมีความรู้ความสามารถในเรื่อง การหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดอาการ การประเมินอาการและอาการแสดงก่อนและขณะเกิดอาการ การบริหารยาขยายหลอดลมด้วยตนเองและการบริหารการหายใจ การปฏิบัติเมื่อไม่สามารถควบคุมอาการได้ด้วยตนเอง การมีกิจกรรมการเล่นที่เหมาะสม จึงทำให้ผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดมีคะแนนพฤติกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบ เพิ่มขึ้นหลังได้รับโปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับ ซึ่งจากผลของการศึกษาพบว่าผู้ป่วยเด็กมีพฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหอบหืดกำเริบสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อ่อนน้อม ฐปวิโรจน์ (2550) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการใช้การวางแผนการจำหน่ายการติดตามทางโทรศัพท์ ต่ออัตราการกลับเป็นซ้ำและความพึงพอใจในการบริการพยาบาลของผู้ป่วยเบาหวานและความพึงพอใจใจงานของพยาบาล พบว่าอัตราการกลับเป็นซ้ำของผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการวางแผนการจำหน่ายและการติดตามทางโทรศัพท์ น้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสอนแบบพึ่งตนเองสำหรับเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด ที่มาเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสอนแบบพึ่งตนเองมีความถี่ของการเกิดอาการหอบหืดน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการสอน (Bunjaroonsilp. et al., 2002)

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายต่อพฤติกรรมจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหอบหืดกำเริบในเด็กวัยเรียนโรคหอบหืด สามารถทำให้เด็กวัยเรียนโรคหอบหืดมีพฤติกรรมจัดการตนเองในเรื่องโรคหอบหืดที่ตีเพิ่มขึ้นได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยมาประยุกต์ใช้ในการให้การพยาบาลผู้ป่วยเด็กวัยเรียนโรคหอบหืดและโรคเรื้อรังอื่นๆ ในโรงพยาบาลเด็กเพื่อให้มีพฤติกรรมจัดการตนเองในเรื่องโรคที่ตนเป็น ได้ดีดังต่อไปนี้

1. พยาบาลควรส่งเสริมให้ผู้ป่วยเด็กมีพฤติกรรมจัดการตนเองที่ดี โดยการประเมินพฤติกรรมจัดการตนเองว่ายังมีความบกพร่องในด้านใด แล้วพยาบาลจึงมีการกระตุ้นให้มีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ดีขึ้น ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้พบว่า ผู้ป่วยเด็กส่วนใหญ่มีพฤติกรรมยังไม่เหมาะสม ไม่ถูกต้องในการ

บริหารยาฟัน การจัดการอาการเมื่อมีอาการหอบกำเริบ การบริหารปอดเพื่อฝึกการหายใจอย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนเรื่องความรู้ทั่วไปของโรค ซึ่งผู้ปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลผู้ประจำหอผู้ป่วย พยาบาลประจำหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรให้ความรู้โดยเน้นทักษะในการปฏิบัติ โดยควรมีการจัดกิจกรรมเป็นรายบุคคล โดยนำแผนการวางแผนการจำหน่าย มาเป็นกิจกรรมหลักในการให้การพยาบาลเพื่อส่งเสริมการปฏิบัติตัว เพื่อช่วยส่งเสริมศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเด็กโรคหอบหืด และควรเพิ่มกิจกรรมความน่าสนใจ ความสนุกสนาน เพื่อเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจและเป็นการปฏิบัติพยาบาลที่ต่อเนื่องต่อไป

2. ควรมีการจัดทำเอกสารคู่มือ แผ่นพับ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองเพื่อป้องกันอาการหืดกำเริบสำหรับผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคหอบหืดให้กับเด็กและผู้ปกครองใน แต่ละหน่วยงานที่นำไปให้ และมีสีสันสวยงามเพื่อความน่าสนใจของเด็กในวัยต่างๆ เพื่อกระตุ้นเตือนให้เด็กมีความสนใจที่ต่อเนื่อง

3. จัดอบรมพยาบาลผู้ปฏิบัติการพยาบาลที่ให้การดูแลเด็กโรคหอบหืด ในแต่ละแผนกเพื่อเน้นถึงความตระหนักให้ความสำคัญเกี่ยวกับการให้ความรู้ ทักษะ คำแนะนำที่ถูกต้อง เหมาะสมกับผู้ดูแลและตัวเด็กเอง

#### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการทำวิจัยเพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการวางแผนการจำหน่ายเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของผู้ป่วยเด็กวัยเรียน โรคเรื้อรังอื่นๆ ที่มีลักษณะของการดำเนินโรคที่เสี่ยงต่อการเกิดภาวะวิกฤติ เช่น โรคหัวใจ โรคไต โรคเบาหวาน เป็นต้น

2. ควรมีการศึกษาผลของโปรแกรมการวางแผนการจำหน่าย ต่อการคงอยู่ของพฤติกรรมกรรมการจัดการอาการในระยะยาว และต่อผลลัพธ์โดยตรงต่ออุบัติการณ์การเกิดอาการหืดกำเริบในผู้ป่วยเด็กวัยเรียน