MKHJ
วารสาร โรงพยาบาลมหาสารคาม
MAHASARAKHAM HOSPITAL JOURANAL

Journal homepage: https://he02.tci-thaijo.org/index.php/MKHJ/index

ประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม โรงพยาบาลมหาสารคาม

THE EFFECTIVENESS OF SELF-EFFICACY ENHANCING PROGRAM WITH SOCIAL SUPPORT IN CARING OF PATIENT WITH HIP REPLACEMENT SURGERY AT MAHA SARAKHAM HOSPITAL

รัศมี เกตุธานี[1*], ชนะพล ศรีฤาชา[2] และนฤมล สินสุพรรณ[3]

Ratsamee Katetanee[1*], Chanaphol Sriruecha[2] and Narumon Sinsupan[3]

[1*]นักศึกษาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย จังหวัดขอนแก่น 40000

[2]รองศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย จังหวัดขอนแก่น 40000

[3]รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย จังหวัดขอนแก่น 40000

[1*]Master's degree students, Leadership and Innovative Health Management Faculty of Science and Technology the College of Asian Scholars, Khon Kaen Province, 40000

[2]Associate Professor Dr., Leadership and Innovative Health Management Faculty of Science and Technology the College of Asian Scholars, Khon Kaen Province, 40000

[3]Associate Professor, Leadership and Innovative Health Management Faculty of Science and Technology the College of Asian Scholars, Khon Kaen Province, 40000

Corresponding Author: *E-mail: chanaphol@cas.ac.th

(Received: 28 December 2022 Revised: 29 March 2023 Accepted: 3 April 2023)

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ในโรงพยาบาลมหาสารคาม

รูปแบบและวิธีวิจัย : การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบออกแบบสองกลุ่มวัดผลก่อนหลัง กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมคัดเลือกแบบเจาะจงแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองดำเนินการดูแลโดยใช้โปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตน และกลุ่มควบคุมให้การพยาบาลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แบบสอบถามความรู้ การรับรู้ ความคาดหวังในการดูแลตนเองและพฤติกรรมในการดูแลตนเอง เก็บรวบรวมข้อมูล ระหว่างเดือนสิงหาคม-พฤศจิกายน พ.ศ. 2565 โดยผู้สัมภาษณ์ที่ผ่านการฝึกอบรมวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงเปรียบเทียบใช้ Chi-Square test, Paired t-test และ Independent t-test

ผลการศึกษา : พบว่า อัตราการเข้าร่วมตลอดโครงการทดลอง คิดเป็นร้อยละ 100 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 94.8 มีอายุเฉลี่ย 77.50 ปี (SD 7.14) มีโรคประจำตัวเป็นเบาหวาน ร้อยละ 34.5 และผู้ป่วยทุกรายมีผู้ดูแลในครอบครัว ผลการทดลองพบว่า ผู้ป่วยมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตน (11.86, SD 0.35) มากกว่าก่อนการทดลอง (3.34, SD 0.90) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในส่วนของด้านการรับรู้ ความคาดหวังในการดูแลตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองการศึกษาครั้งนี้พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการทดลองและผู้ป่วยในกลุ่มทดลองมีระยะเวลาเฉลี่ยของการนอนรักษาในโรงพยาบาลลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปผลการศึกษา : โปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ที่ดำเนินการโดยพยาบาลและทีมสหสาขานี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในหน่วยบริการที่มีบริบทใกล้เคียงกันได้

คำสำคัญ : โปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตน, ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม

ABSTRACT

Objective : To study the effectiveness of a self-efficacy and social support enhancing program in caring for postoperative hip replacement surgery patients at Mahasarakham hospital.

Method : This study was a Two Group Pretest-Posttest Design. The sample was purposively and required into two groups. The intervention group is postoperative hip replacement surgery patients who received a self-efficacy-enhancing program, and the control groups are routine nursing care. The study tool was a questionnaire of knowledge, perceptions expectations of self-care, and self-care behavior. Trained interviewers collected data during August-November, 2022. Data were analyzed using descriptive statistics such as frequency, percentage, mean, and standard deviation. Statistical analysis uses the Chi-squared test, Paired t-test, and Independent t-test.

Results : The response rate was 100 percent. This study found most of the sample were females (94.8%), the mean age was 77.50 years (SD 7.14), underlying diabetes (34.5%), and having family caregivers (100%). In part of the knowledge of self-care, this study found the mean score after (11.86, SD 0.35) higher than before the (3.34, SD 0.90) intervention with statistically significant. Regarding the perceptions, expectations of self-care, and self-care behavioral, this study also found the mean score higher than before the intervention and the intervention group had a decrease in the mean length of stay in bed, with statistically significant.

Conclusion : Based on the study finding a self-efficacy-enhancing program by nurses and the multidisciplinary team was effective in caring for postoperative hip replacement surgery patients. The self-efficacy-enhancing program intervention implementation was suggested in a similar unit context.

Keywords : The self-efficacy-enhancing program, the postoperative hip replacement surgery patients

ความเป็นมาและความสำคัญ

ปัจจุบันผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทั่วโลก ปี พ.ศ.2560 มีจำนวนผู้สูงอายุประมาณ 962 ล้านคน และคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ.2593 จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้น 2.10 พันล้านคน และ 3.10 พันล้านคน ในปี พ.ศ.2643[1] ในปี พ.ศ.2564 ประเทศไทยได้ก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ จะมีผู้สูงอายุมากกว่า 12 ล้านคนหรือร้อยละ 18 ของจำนวนประชากรทั้งหมด และในปี พ.ศ.2573 จะมีสัดส่วนประชากรสูงวัยเพิ่มขึ้นอยู่ที่ร้อยละ 26.9[2] ประเทศไทยกำลังจะเป็นประเทศกำลังพัฒนาประเทศแรกของโลกที่ก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุแบบสมบูรณ์ (Aged Society) ในช่วงปี พ.ศ. 2567-2568 [1]

กระดูกสะโพกหัก (Hip fracture) พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ สาเหตุหลักมาจากการพลัดตกหกล้มก้นกระแทกพื้น อุบัติการณ์ของกระดูกสะโพกหักทั่วโลกซึ่งคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2593 พบอย่างน้อย 150 - 250 รายต่อแสนประชากร ส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า 50 ปี [3] ในประเทศไทยสูงขึ้นปีละ 180 รายต่อแสนประชากร และคาดว่าเพิ่มเป็น 450-750 รายต่อแสนประชากรในปี พ.ศ.2568 โดยเฉพาะในผู้หญิงเมื่อมีอายุประมาณ 45 ปี จะมีโอกาสเกิดกระดูกสะโพกหักเพิ่มสูงขึ้นมาก และถ้าอายุมากกว่า 65 ปี ผู้สูงอายุ ทุก ๆ 1 ใน 5 คน จะเกิดกระดูกสะโพกหัก ผู้หญิงจะเสี่ยงต่อกระดูกสะโพกหักมากกว่าผู้ชายถึง 3 เท่า[4] ผู้สูงอายุหกล้มกระดูกสะโพกหักจะมีอัตราการเสียชีวิตในปีแรกได้ถึงร้อยละ 20 และร้อยละ 80 ไม่สามารถกลับมาใช้ชีวิตได้เหมือนเดิม[5] ถ้าไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องและรวดเร็ว การเคลื่อนไหวด้วยตัวเองลดลง มีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงได้สูงกว่าคนปกติทั่วไป ดังนั้นการฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุที่มีกระดูกข้อสะโพกหักควรได้รับการรักษาที่รวดเร็ว จากการศึกษา[6] ผู้ป่วยกระดูกข้อสะโพกหักต้องได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกต้องเหมาะสมและรวดเร็วเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีแก่ผู้ป่วย ทั้งในด้านความปลอดภัยการฟื้นฟูและการดูแลอย่างเหมาะสม เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยฟื้นคืนสภาพสู่สภาวะปกติ ป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ไม่เป็นภาระของครอบครัว

จากสถิติผู้สูงอายุหกล้มกระดูกสะโพกหักที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลมหาสารคาม ปี พ.ศ. 2564 พบจำนวนผู้ป่วยสูงอายุกระดูกสะโพกหัก 169 ราย (ชาย 31 ราย (ร้อยละ 18.3), หญิง 138 ราย (ร้อยละ 81.7) พบปัญหาคือ การติดเชื้อทางเดินปัสสาวะขณะนอนรอการผ่าตัด 12 ราย (11.21%) แผลกดทับ 9 ราย (8.41%) มีจำนวนวันนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลเฉลี่ย 24 วัน หลังจำหน่ายเกิดภาวะเคลื่อนหลุดของข้อสะโพกเทียมกลับมารักษาซ้ำ จำนวน 4 ราย (3.74%)[7] ผู้ป่วยได้รับการดูแลตามมาตรฐานการรักษาผู้ป่วย ผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมกลุ่มงานออร์โธปิดิกส์ โรงพยาบาลมหาสารคาม (Clinical Practice guideline for Hip Arthroplasty) โดยแนวทางการดูแลทางการแพทย์จะเป็นไปตามขั้นตอน หากแต่ในส่วนของการฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัด ยังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจนและเป็นแนวทางเดียวกันเป็นการปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์ โดยบทบาทในการฟื้นฟูสภาพส่วนใหญ่อยู่ในความดูแลของนักกายภาพบำบัด ซึ่งยังพบข้อจำกัดเรื่องเวลาในการฝึกแต่ละวัน และขาดความต่อเนื่องในการฝึกในวันหยุด รวมถึงระยะที่ได้รับการจำหน่ายกลับบ้านพร้อมอุปกรณ์ช่วยเดิน ซึ่งพบว่าประมาณร้อยละ 20 ไม่สามารถจำหน่ายได้ตามแนวทางการดูแลรักษา เนื่องจากมีภาวะแทรกซ้อนเกิดขึ้น จำนวนวันนอนมากกว่าที่กำหนดคือเกิน 14 วันจากการทบทวนอุบัติการณ์กลุ่มงานออร์โธปิดิกส์และการสัมภาษณ์ผู้ป่วย

และผู้ดูแลผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ขาดความรู้ และไม่เข้าในการฟื้นฟูสภาพตนเองในการบริหารร่างกายหลังการผ่าตัด กลัวเจ็บ แม้จะได้รับการกระตุ้นจากแพทย์และพยาบาลก็ตาม ผู้ป่วยมักไม่ยอมปฏิบัติ โดยให้เหตุผลในเรื่องความสูงอายุ อาการปวดแผล และจากการสอบถามจากผู้ดูแลก็ไม่เข้าใจข้อปฏิบัติในการดูแลหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ทั้งการรักษาตัวในโรงพยาบาลทำให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ว่าตนเองไม่มีความสามารถ กลายเป็นบุคคลที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น สูญเสียความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันไม่มีความมั่นใจ กับสภาพร่างกายของตนเอง และส่งผลกระทบต่อจิตใจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อน จากการทบทวนอุบัติการณ์ในการประชุมประจำเดือน และการให้ข้อมูลในการดูแลรักษาพยาบาลเพื่อฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยแต่ละรายขึ้นอยู่กับความรู้ความสามารถของพยาบาลแต่ละคน ทำให้การดูแลรักษายังมีประสิทธิภาพไม่ดีพอ เพื่อให้ผู้ป่วยหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมและญาติสามารถฟื้นฟูสภาพและปฏิบัติตนในการออกกายบริหารและเคลื่อนไหวร่างกายหลังผ่าตัดได้อย่างเหมาะสมต่อเนื่อง ป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน และสามารถจำหน่ายผู้ป่วยกลับบ้านได้ตามระยะเวลาที่กำหนด

การรับรู้และความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองจะทำให้การกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้ซึ่งสมรรถนะแห่งตนเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทางความคิด เป็นตัวเชื่อมระหว่างความรู้และการกระทำ และจะนำไปสู่การประเมินความสามารถในตนเองในการเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ดังแนวคิดความสามารถตนเอง[8] ผู้วิจัยในฐานะพยาบาลศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์ มีบทบาทสำคัญในการพัฒนางานเพื่อให้เกิดคุณภาพในการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ต้องการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการดูแลผู้ป่วยผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง(Self-Efficacy Theory) ของแบนดูรา[8] กล่าวว่า ความคาดหวังความสามารถของตนเอง (Efficacy expectation) เป็นตัวกำหนดการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคลซึ่งความคาดหวังนี้ เรียกว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived self-efficacy) การรับรู้ความสามารถของตนเอง คือ การตัดสินหรือการรับรู้ในสมรรถนะของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ได้ด้วยตนเอง โดยใช้คำพูดชักจูงสร้างความเชื่อมั่นในความสามารถ ผ่านสื่อวีดีทัศน์ และคู่มือ ให้ความรู้เกี่ยวกับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมและการฟื้นฟูสภาพร่างกายหลังผ่าตัด การที่บุคคลได้รับการสนับสนุน จากญาติผู้ดูแลจะเกิดการรับรู้ว่าตนได้รับความรัก ความเอาใจใส่ การเห็นคุณค่า และการยอมรับ ส่งผลทางบวกต่อสุขภาพกายและสุขภาพใจ[9] การที่บุคคลสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ที่มาคุกคามชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ มักส่งผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องเหมาะสมโดยเฉพาะในผู้ป่วยหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนโดยการพยายามให้ผู้ป่วยได้ฝึกทักษะและประสบการณ์ด้วยตนเอง รวมกับการพยาบาลสนับสนุนให้ผู้ป่วย ได้เห็นและเรียนรู้จากตัวแบบซึ่งอาจจะจากสื่อวีดีทัศน์ การพูดชักจูงจากบุคคล การกระตุ้นอารมณ์ และการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวจะช่วยให้ผู้ป่วยเกิดการรับรู้ มีความคาดหวัง และส่งผลให้ปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องเหมาะสมมากขึ้น[10] ดังนั้นเพื่อเป็นการยืนยันว่าแนวคิดการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนจะสามารถช่วยให้ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมที่นอนรักษาตัวในโรงพยาบาล มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง เกิดการรับรู้ มีความคาดหวังและมีพฤติกรรมในการดูแลตนเอง ผู้วิจัยจึงได้ออกแบบและ

ดำเนินการศึกษาทดลองในหอผู้ป่วยที่รับผู้ป่วยรักษาโดยวิธีการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมในโรงพยาบาลระดับตติยภูมิครั้งนี้

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ในโรงพยาบาลมหาสารคาม

รูปแบบและวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) แบบสองกลุ่ม (Two-group Pretest-Posttest design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ ผู้สูงอายุกระดูกสะโพกหักที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลมหาสารคาม ช่วงเวลา เดือนสิงหาคม-พฤศจิกายน 2565 กลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง) คือ ผู้สูงอายุกระดูกสะโพกหักที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม โรงพยาบาลมหาสารคาม

เกณฑ์คัดเข้า ไม่เป็นโรคประจำตัวที่อยู่ในระยะแสดงอาการ เช่น โรคปอด โรคหัวใจ, เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป กระดูกสะโพกหักที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม, สามารถฟัง พูด อ่าน และสื่อสารได้, ยินดีเข้าร่วมงานวิจัย

เกณฑ์คัดออก ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ครบทุกกิจกรรม, ผู้ป่วยติดเตียง bed ridden patient, ผู้ป่วยเกิด Stroke หลังการผ่าตัด ,ผู้ป่วยเกิดภาวะลิ่มเลือดอุดตันที่ปอดเฉียบพลัน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง โปรแกรมการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมประยุกต์ใช้ของเสาวภา[11]

ระยะเวลา/สถานที่	กลวิธี/สื่อ	เนื้อหา	กลยุทธ์ทางการพยาบาล
ครั้งที่ 1 ก่อนผ่าตัด 1 วัน : หอผู้ป่วย	วีดีทัศน์	วีดีทัศน์เรื่องการปฏิบัติตัวก่อนและหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพก	ดูวีดีทัศน์ และวัดความรู้ การรับรู้ และสังเกตพฤติกรรม
ครั้งที่ 2 หลังผ่าตัดวันที่ 3 : หอผู้ป่วย	คู่มือ	คู่มือการดูแลตนเองก่อนและหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม	ส่งเสริมการรับรู้ พฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ กระตุ้นฝึกปฏิบัติ
ครั้งที่ 3 หลังผ่าตัดวันที่ 4 : หอผู้ป่วย	คู่มือ	ทบทวนความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดและเสริมสร้างให้มีพฤติกรรมดูแลตนเองที่เหมาะสม	ประเมินทักษะความคาดหวังการปฏิบัติโดยใช้แบบประเมินทักษะ

ระยะเวลา/สถานที่	กลวิธี/สื่อ	เนื้อหา	กลยุทธ์ทางการพยาบาล
ครั้งที่ 4 วันก่อนกลับบ้าน : หอผู้ป่วย	คู่มือ	ทบทวนการดูแลตนเองหลังผ่าตัดและการฝึกปฏิบัติการบริหารร่างกาย การเดิน การสังเกตอาการผิดปกติ	แบบประเมินพฤติกรรมการดูแลคนเองที่ถูกต้อง
ครั้งที่ 5 วันกลับบ้าน : หอผู้ป่วย	คู่มือ	การทบทวนการบริหารร่างกาย ท่าทางการเคลื่อนไหว และการสังเกต อาการผิดปกติ แก่ผู้ป่วยและญาติ	เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยซักถาม ถามสะท้อนกลับ การสังเกตจากน้ำเสียง การประเมินพฤติกรรมที่ถูกต้อง

เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม จำนวน 12 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดได้ 0 คะแนน การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง จำนวน 12 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนน ทำได้แน่นอน ให้ 3 คะแนน ไม่แน่ใจ ให้ 2 คะแนน ทำไม่ได้ ให้ 1 คะแนน ความคาดหวังในประสิทธิผลการบริหารร่างกาย จำนวน 12 ข้อเป็นข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมด เกณฑ์การ ให้คะแนนเห็นด้วยมากให้ 3 คะแนน เห็นด้วยปานกลาง ให้ 2 คะแนน ไม่เห็นด้วย ให้ 1 คะแนน และพฤติกรรมกรรมการบริหารร่างกายและความคาดหวังในประสิทธิผล จำนวน 14 ข้อในการปฏิบัติ ได้แก่ ทำได้ถูก ทำได้ไม่ถูก และทำไม่ได้ รวมทั้งประเมินความถี่และความต่อเนื่องของการปฏิบัติ โดยแบ่งเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ ทำได้ถูก 10 คะแนน ทำได้ไม่ถูก 5 คะแนน ทำไม่ได้ 0 คะแนน

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

เครื่องมือรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นประกอบด้วย 5 ส่วน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัยโดยผู้เชี่ยวชาญผู้ที่มีประสบการณ์ในการรักษาและดูแลผู้ป่วยกระดูกข้อสะโพกหักที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม จำนวน 5 ท่านและมีการทดสอบคุณภาพเครื่องมือ (Try out) เพื่อหาค่าความเที่ยง (Reliability) เท่ากับ 0.92 ด้านความรู้หาค่า Kuder Richardson 20 (K-R 20) และครอนบาค (Cronbach’s Alpha Coefficient) ได้ผลดังนี้ 1)ความรู้เกี่ยวกับการออกกายบริหาร ได้ค่า K-R20 =0.88 2)การรับรู้ความสามารถตนเองต่อการออกกายบริหาร ได้ค่า alpha = 0.92 3) ความคาดหวังในประสิทธิผลของการออกกายบริหารได้ค่า alpha = 0.80

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีการใช้รหัสของข้อมูลแทน การระบุตัวตนรวม ข้อมูลของอาสาสมัครผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ เฉพาะนักวิจัยเท่านั้นที่เข้าถึงข้อมูลได้ จะนำเสนอข้อมูลในภาพรวม และจะทำลายข้อมูลทันทีที่วิเคราะห์ข้อมูลเรียบร้อยแล้วและผู้วิจัยได้ทำการขอพิจารณาดำเนินการวิจัยจาก คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย โครงการวิจัยเลขที่ CASHE650021 และขออนุมัติจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของโรงพยาบาลมหาสารคาม เลขที่โครงการวิจัย MSKH_REC ๖๕-๐๑-๐๕๒

การเก็บรวบรวมข้อมูล

กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ประกอบด้วยกิจกรรมที่จัดเป็นจำนวน 5 ครั้ง โดยจัด 1. กิจกรรมในวันหลังจากเข้ารับการรักษาในวันที่ 3 หรือก่อนการผ่าตัด 1 วัน 2. หลังการผ่าตัดวันที่ 3 4. วันก่อนจำหน่าย 5. วันจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล รวมเป็นเวลา 1 สัปดาห์ ดังนี้

ครั้งที่ 1 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของโปรแกรม เก็บข้อมูลก่อนการทดลอง เพื่อเสริมสร้างความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังถึงผลดีของการมีพฤติกรรมที่ถูก เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัด ความรู้เกี่ยวกับการออกกายบริหาร และผู้ป่วยฝึกปฏิบัติท่ากายบริหารก่อนการผ่าตัด

ครั้งที่ 2 การสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองและการให้แรงสนับสนุนทางสังคมในการฝึกปฏิบัติท่ากายบริหารในวันที่ 3 หลังผ่าตัด

ครั้งที่ 3 การสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองและการให้แรงสนับสนุนทางสังคมในการฝึกปฏิบัติท่ากายบริหารในวันที่ 3 หลังผ่าตัด การดูตัวแบบภาพที่เคลื่อนไหวได้จากวีดีทัศน์

ครั้งที่ 4 การสร้างความคาดหวังในผลดีของการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกายและการฝึกปฏิบัติการป้องกันภาวะแทรกซ้อนในวันที่ 4 ก่อนจำหน่าย

ครั้งที่ 5 การทบทวนกิจกรรม การสร้างความคาดหวังในผลดีของการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกายและการฝึกปฏิบัติ ร่วมกับแรงสนับสนุนจากผู้ดูแล ให้คู่มือการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเพื่อป้องกันการเคลื่อนหลุดของข้อสะโพกเทียม กลุ่มควบคุมจะได้รับการดูแลตามปกติ ตามกิจกรรมการพยาบาล เพื่อเป็นการป้องกันการ Bias และการ Contaminate ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จะมีผู้ช่วยวิจัยและจะดำเนินการเก็บข้อมูลกลุ่มควบคุมก่อนจนครบเมื่อสิ้นสุดโครงการจะมอบคูมือให้กับกลุ่มควบคุม

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนาได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยด้านต่าง ๆ ภายในกลุ่มก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติ Paired t–test และระหว่างกลุ่มโดยใช้สถิติ Independent t-test และการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างเพศ,อายุ อาชีพ, ผู้ดูแลและการเดิน กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Chi-square test

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยขอนำเสนอผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1.คุณลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคุณลักษณะทางประชากรไม่แตกต่างกัน โดยพบว่าส่วนใหญ่ เพศหญิงอายุเฉลี่ย 77.14 และ 77.86 ปี สมรสแล้ว จบการศึกษาระดับประถมศึกษาเป็นผู้ประกอบอาชีพทำไร่ ทำนาไม่มีรายได้เป็นของตนเอง และร้อยละ 40 มีโรคประจำคือเบาหวาน ร้อยละ 100 มีผู้ดูแลหลังการผ่าตัด ร้อยละ 94.85 ก่อนการผ่าตัดไม่ได้ใช้เครื่องพยุงเดิน (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ข้อมูลลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่าง (N=58)

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		p-value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
เพศ					
ชาย	1	3.4	2	6.9	0.93
หญิง	28	96.6	27	93.1	0.01
อายุ (เฉลี่ย)	77.86	92.39	77.14	93.26	0.73
โรคประจำตัว					
โรคเบาหวาน	8	27.6	12	41.4	0.269
โรคหัวใจ	0	0.0	1	3.4	0.77
อื่นๆ	3	10.3	3	10.3	0.73
อาชีพ,n(%)					
ทำนาทำไร่	27	93.10	26	89.7	
ไม่ได้ทำงาน	2	6.90	3	10.34	
ผู้ดูแลหลังการผ่าตัด					
มี	29	100	29	100	0.001
ไม่มี					
การใช้เครื่องพยุงเดินก่อนการผ่าตัด					
ไม่ใช้	27	93.1	28	96.6	0.92
ใช้	2	6.9	1	3.4	

ตารางที่ 2 คะแนนความรู้ การรับรู้ความสามารถ ความคาดหวังพฤติกรรมการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อฟื้นฟูสภาพหลังการผ่าตัด พบว่า

2. ความรู้ การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ความคาดหวังในประสิทธิผลและพฤติกรรมของการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม

2.1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การวิเคราะห์ข้อมูลภายหลังการทดลอง ด้วยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยที่เปลี่ยนไป

พบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงสูงกว่ากลุ่มควบคุม 6.55 คะแนนคิดเป็นร้อยละ 55.2 ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value< 0.001) แสดงว่ากลุ่มทดลองผู้ป่วยมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเพิ่มมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 2)

2.2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การวิเคราะห์ข้อมูลภายหลังการทดลอง ด้วยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยที่เปลี่ยนไป พบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงสูงกว่ากลุ่มควบคุม 13.41 คะแนนคิดเป็นร้อยละ 38.2 ซึ่งมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p< 0.001) แสดงว่ากลุ่มทดลองผู้ป่วยมีการรับรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเพิ่มมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 2)

2.3 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ผลดีของการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อฟื้นฟูสภาพระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การวิเคราะห์ข้อมูลภายหลังการทดลอง ด้วยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยที่เปลี่ยนแปลง พบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงที่สูงกว่ากลุ่มควบคุม 15.07 คะแนน ซึ่งมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < 0.001) คิดเป็นร้อยละ 43.1 แสดงว่ากลุ่มทดลองผู้ป่วยมีความคาดหวังในผลดีของการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม การออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อฟื้นฟูสภาพ เพิ่มมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 2)

2.4 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกายในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัด สูงกว่ากลุ่มควบคุม 51.72 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 40.1ซึ่งพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p< 0.001) แสดงว่ากลุ่มทดลองผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองการออกกายบริหารร่างกายหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม เพิ่มมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 แสดงเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ การรับรู้ความสามารถ ความคาดหวังพฤติกรรมการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อการฟื้นฟูสภาพหลังการผ่าตัดระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนทดลองและหลังทดลอง (N=58)

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		Mean Difference	p-value
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	(95%Cl)	
1.ความรู้ เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม						
กลุ่มทดลอง	3.34	0.90	11.86	0.35	8.52(8.19-8.85)	< 0.001**
กลุ่มควบคุม	3.93	1.22	5.31	1.44	1.38(0.70-2.06)	< 0.001**
2.การรับรู้ ความสามารถของการดูแลตนเอง การฟื้นฟูสภาพหลังการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม						
กลุ่มทดลอง	18.97	1.35	35.10	0.62	16.14(15.57-16.71)	< 0.001
กลุ่มควบคุม	17.21	1.21	21.69	1.90	4.48(3.73-5.23)	< 0.001**
3.ความคาดหวังในประสิทธิผลของ การดูแลตนเองของผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม						
กลุ่มทดลอง	19.17	1.67	35.00	0.53	15.83 (15.12-16.53)	<0.001**
กลุ่มควบคุม	18.28	1.71	19.93	1.65	1.66(1.25-2.07)	< 0.001**
4.พฤติกรรมการดูแลตนเอง การบริหารร่างกาย การฟื้นฟูสภาพหลังการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม						
กลุ่มทดลอง	70.52	9.85	129.14	6.82	58.62 (54.37-62.87)	< 0.001**
กลุ่มควบคุม	67.41	9.22	77.41	6.36	10.00 (6.26-13.74)	<0.001**

* ระดับนัยสำคัญ p-value ≤ 0.05 ** ระดับนัยสำคัญ p-value ≤ 0.01

3. จำนวนวันนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล พบว่าจำนวนวันนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล กลุ่มทดลองมีจำนวนวันนอนเฉลี่ย 5.41 วัน ส่วนกลุ่มควบคุมมีจำนวนวันนอนเฉลี่ย 9.79 วัน กลุ่มทดลองมีจำนวนวันนอนน้อยกว่ากลุ่มควบคุม 4.38 วัน คิดเป็นจำนวนวันนอนลดลงร้อยละ 44.7 แสดงว่ากลุ่มทดลองมีระยะเวลาในการนอนโรงพยาบาลน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนวันนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล (N=58) แสดงการวัดข้อมูลหลังการทดลองการใช้โปรแกรมฯ ในกลุ่มทดอง และกลุ่มควบคุมให้การดูแลตามปกติ

ตัวแปร	หลังการทดลอง		Mean Difference	p-value
	$\bar{x}$	SD	(95%Cl)	
กลุ่มทดลอง				
จำนวนวันนอนต่ำสุด= 5 วัน	5.41	0.63		
จำนวนวันนอนสูงสุด= 7 วัน				
กลุ่มควบคุม				
จำนวนวันนอนต่ำสุด= 8 วัน	9.73	1.57	4.38	< 0.001**
จำนวนวันนอนสูงสุด=13 วัน				

** ระดับนัยสำคัญ p-value ≤ 0.01

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระยะเวลาการนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล

การอภิปรายผล

ประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม กลุ่มทดลองหลังให้โปรแกรม ทำให้ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม มีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ดังนี้

1. ด้านความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมสูงกว่าก่อนให้โปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์ตรงคือ กิจกรรมการสอนการดูแลตนเอง ได้ฝึกปฏิบัติจริง บริหารร่างกาย ท่าทางการเคลื่อนไหว การเห็นตัวแบบที่เคลื่อนไหวจากสื่อวีดีทัศน์ที่บรรยายและการปฏิบัติตัว มีเนื้อหาข้อมูลที่มีความต่อเนื่องเป็นสื่อแสดงถึงวิธีการปฏิบัติตัวตั้งแต่ก่อนผ่าตัดจนกลับบ้าน การให้คู่มือการดูแลตนเองเพื่อป้องกันการเคลื่อนหลุดของข้อสะโพกเทียมและท่าการออกกายบริหารที่เหมาะสมเมื่อกลับบ้าน รวมทั้งการมีญาติเข้ามามีส่วนร่วมคอยกระตุ้นและให้กำลังใจในการดูแลตลอดระยะเวลา หลังให้โปรแกรมผู้ป่วยมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมสูงกว่าก่อนให้โปรแกรม ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองต่อความรู้ การรับรู้ และพฤติกรรมการดูแลตนเองหลังการผ่าตัดกระดูกข้อสะโพก กลุ่มทดลองทำให้การรับรู้ความสามารถ และพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยผ่าตัดกระดูกข้อสะโพก ภายหลังการใช้โปรแกรมการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยผ่าตัดกระดูกสะโพก มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง และพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ[12,13,14,15,16] และสอดคล้องกับการศึกษาของผู้วิจัยที่ศึกษา ประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการดูแลผู้ป่วยที่

ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม กลุ่มทดลองหลังให้โปรแกรม ทำให้ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม มีการเปลี่ยนแปลงในด้านความรู้ ในการดูแลตนเองที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมสูงกว่า ก่อนให้โปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุม

2. ด้านการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองภายหลังที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมสูงกว่าก่อนให้โปรแกรม กลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการดูแลตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถของตนเอง (Efficacy expectation) เป็นตัวกำหนดการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคลซึ่งความคาดหวังนี้ เรียกว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived self-efficacy) โดยการจัดประสบการณ์ตรง การตัดสินหรือการรับรู้ในสมรรถนะของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ได้ด้วยตนเอง โดยใช้คำพูดชักจูงผ่านสื่อการสอน สร้างความเชื่อมั่นในความสามารถ การใช้ตัวแบบที่เคลื่อนไหวได้การฝึกปฏิบัติ สื่อวีดีทัศน์ และคู่มือ ทำให้เกิดการรับรู้ความสามารถตนเองว่าสามารถทำได้และทำได้ถูกต้องซึ่งจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาของตนเองได้มากขึ้น หลังให้โปรแกรมผู้ป่วยมีการรับรู้สูงกว่าก่อนให้โปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุม ผลการวิจัยนี้สอดคล้อง ศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อความกลัวการหกล้มในผู้สูงอายุที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม พบว่า ผู้สูงอายุที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนมีความกลัวการหกล้มหลังผ่าตัดน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและผู้สูงอายุที่ได้รับการพยาบาลตามโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนมีความกลัวการหกล้มหลังผ่าตัดน้อยกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิต[14,16,17,18,19,20] การรับรู้ในสมรรถนะของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมที่ได้รับและฝึกทักษะประสบการณ์ตรง ทำให้ผู้ป่วยตัดสินหรือการรับรู้ในสมรรถนะของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายและมีความกลัวลดลง

3. ด้านความคาดหวังในประสิทธิผลของการดูแลตนเองภายหลังที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมสูงกว่า ก่อนให้โปรแกรม กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์ตรง คือ ได้ฝึกปฏิบัติจริงเกี่ยวกับการบริหารร่างกาย ท่าทางการเคลื่อนไหว การใช้ตัวแบบที่เคลื่อนไหวได้จากสื่อวีดีทัศน์ ที่บรรยายและฝึกทักษะการปฏิบัติตัวก่อนและหลังการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ทำให้เกิดการรับรู้ความสามารถที่ดีและ ถูกต้อง นำไปสู่การหยั่งรู้หยั่งเห็นในปัญหาของตนเองและการรับรู้บทบาทหน้าที่ของตนเองได้ดีและ ถูกต้องว่า เช่น คาดหวังว่าถ้าบริหารร่างกายอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ลุกนั่ง เดินได้เร็วและ มั่นคง จากการทบทวนวรรณกรรม และสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีความสามารถตนเองที่เบนดูร่า[8] เสนอไว้ว่า แหล่งที่มาของความคาดหวังในความสามารถตนเองคือ ความสำเร็จในการทำงาน เชื่อว่าการฝึกทักษะกายบริหารร่างกายได้เร็ว สามารถทำให้ผู้ป่วยฟื้นตัวและลุกเดินได้เร็วหลังให้โปรแกรมผู้ป่วยจึงมีความคาดหวังในการดูแลตนเองสูงกว่าก่อนให้โปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุม ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดกระดูกสะโพกหัก ของผู้ป่วยสูงอายุโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าเป็นการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมที่ประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม เป็นกรอบในการกำหนดกิจกรรมสุขศึกษาเพื่อฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดกระดูกสะโพกหักของผู้ป่วยสูงอายุพบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้การรับรู้ความสามารถตนเองความคาดหวังในผลดี และพฤติกรรมการออกกายบริหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย

เพื่อฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ [12,14,19,20,21,22]

4. ด้านพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องภายหลังที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม สูงกว่า ก่อนให้โปรแกรม กลุ่มทดลอง ได้เห็นตัวแบบที่เคลื่อนไหวได้จากสื่อวีดีทัศน์ การฟังการบรรยายและการร่วมฝึกทักษะการบริหารร่างกายก่อนและหลังผ่าตัด การใช้คำพูดชักจูงและชมเชยในการฝึกปฏิบัติแต่ละครั้ง มีญาติผู้ดูแลให้เข้ามามีส่วนร่วมฝึกปฏิบัติ ภาพจากคู่มือการปฏิบัติตนหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเมื่อกลับบ้าน ผู้ป่วยมีความสนใจในการฝึกปฏิบัติตามกิจกรรม การชมวีดีทัศน์และปฏิบัติตามจากภาพที่เคลื่อนไหว ได้ทำให้ผู้ป่วยคาดการณ์เหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นและเกิดการรับรู้ที่ดีและถูกต้องว่าควรมีพฤติกรรมตอบสนองต่อการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเพื่อไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนและฝึกปฏิบัติบ่อยๆ ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ถูกต้อง รวมทั้งมีความกระตือรือร้นเกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองว่าสามารถทำได้และคาดหวังถึงผลดีของการปฏิบัติตนที่ถูกต้องเหมาะสมที่ป้องกันภาวะแทรกซ้อนได้ หลังให้โปรแกรมผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องสูงกว่าก่อนให้โปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุม ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ ศึกษาทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับสูงก็จะมีการแสดงออกซึ่ง พฤติกรรมสุขภาพที่ดีและเหมาะสม การรับรู้ความสามารถของตนเองช่วยให้บุคคล สามารถบรรลุในพฤติกรรมที่คาดหวังได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ[14,16,19,20,21,22,23] การรับรู้ความสามารถของตนเองทำให้ผู้ป่วยหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเกิดพฤติกรรมในการดูแลตนเองที่ถูกต้องและการฝึกทักษะการปฏิบัติตนในการกายบริหารร่างกายเพื่อฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยหลังการผ่าตัดทำให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องภายหลังที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม

5. จำนวนวันนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลลดลง กลุ่มทดลองเมื่อได้รับความรู้ในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม จากการทบทวนวรรณกรรมและแรงสนับสนุนทางสังคม[10] คือการที่บุคคลรับรู้จากญาติผู้ดูแลจะเกิดการรับรู้ว่าตนได้รับความรัก ความเอาใจใส่ การเห็นคุณค่า และการยอมรับ ส่งผลทางบวกต่อสุขภาพกายและสุขภาพใจ ทำให้บุคคลสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ที่มาคุกคามชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้อง ผู้ป่วยได้ฝึกทักษะและประสบการณ์ ได้เห็นตัวแบบจากสื่อวีดีทัศน์ การพูดชักจูง เพื่อเป็นการให้ความรู้ การฝึกทักษะการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วย และการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองมีแนวทางที่ชัดเจน ทำให้ผู้ป่วยสามารถนำความรู้ที่ได้ มาปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดได้เป็นอย่างดี ผู้ป่วยสามารถฟื้นตัว ลุกเดินได้เร็ว ทำให้ จำนวนวันนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลลดลง เมื่อเปรียบเทียบสถิติจำนวนวันนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลมหาสารคามยังพบว่าหลังใช้โปรแกรมฯ ในการดูแลผู้ป่วยหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมก็ทำให้จำนวนวันนอนลดลงจาก 14 วัน ลดลงเหลือ 7 วัน[7] ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยหลังผ่าตัดกระดูกสะโพกหัก ที่ประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง เป็นกรอบในการกำหนดกิจกรรมสุขศึกษาเพื่อฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดกระดูกสะโพกหักพบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการออกกายบริหารกล้ามเนื้อแขน และกล้ามเนื้อขาและการเคลื่อนไหวร่างกายการลุกนั่ง การเดิน เพื่อฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดทำให้ผู้ป่วยลุกเดิน

ได้เร็ว และที่สำคัญ ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีระยะเวลาการนอนรักษาตัวเฉลี่ยลดลง และน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ [14,15,16,24]

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยใช้ทุนและงบประมาณตนเองจึงไม่พบปัญหาและข้อจำกัดในการศึกษา และในด้านกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุให้ความสนใจในการเข้าร่วมโครงการเป็นอย่างมาก

สรุปผลการศึกษา

ประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม กลุ่มทดลองหลังให้โปรแกรม ทำให้ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม มีการเปลี่ยนแปลงในด้านความรู้ การรับรู้ ความคาดหวังในประสิทธิผลและพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมสูงกว่า ก่อนให้โปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุม และทำให้ผู้ป่วยในกลุ่มทดลองมีระยะเวลาเฉลี่ยของการนอนรักษาในโรงพยาบาลลดลงและลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม ดังนั้นโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมที่ดำเนินการโดยพยาบาลและทีมสหสาขานี้สามารถช่วยให้ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองป้องกันภาวะแทรกซ้อนและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในหน่วยบริการที่มีบริบทใกล้เคียงกันได้

ข้อเสนอแนะ

1. แนวทางการดูแลผู้ป่วยกระดูกสะโพกหักหลังการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม ควรนำโปรแกรมการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมเพื่อฟื้นฟูสภาพ โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมจากญาติผู้ดูแล ในการเตรียมความพร้อมผู้ป่วยและญาติตั้งแต่ก่อนผ่าตัดและต่อเนื่องในระยะหลังผ่าตัดและการติดตามการดูแลต่อเนื่อง

2. บุคลากรทางการแพทย์ควรให้ความสำคัญกับการสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วยและญาติเพื่อสร้างพลังบวกให้กับผู้ป่วยและญาติ เพราะเป็นพื้นฐานสำคัญของความร่วมมือในการปฏิบัติตามแบบแผนการรักษาและเปิดโอกาสหรือช่องทางให้คำปรึกษา

เอกสารอ้างอิง

1. United Nations. World population prospects: The 2017 revision [Internet]. (2017). [cited 2021 Nov 23]. Available from : https://esa.un.org/unpd/wpp/Publications/Files/WPP2017_KeyFindings.pdf.
2. กรมกิจการผู้สูงอายุ. โครงสร้างประชากรไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเต็มรูปแบบใน พ.ศ. 2564 [อินเทอร์เน็ต]. 2562. [เข้าถึงเมื่อ 23 พ.ย. 256] : เข้าถึงได้จาก : http://www.dop.go.th/th.
3. De Joode, S. G. C. J., Kalmet, P. H. S., Fiddelers, A. A. A., Poeze, M., & Blokhuis, T. J. Long-term functional outcome after a low-energy hip fracture in elderly patients. Journal of Orthopaedics and Traumatology. 2019;20(1):1-7.

4. ราชวิทยาลัยออร์โธปิดิกส์. ราชวิทยาลัยแพทย์ออร์โธปิดิกส์รณรงค์ให้รู้จักป้องกัน กระดูกหักจากโรคกระดูกพรุน [อินเทอร์เน็ต]. 2562. [เข้าถึงเมื่อ 2 ม.ค. 2564]. เข้าถึงได้จาก :. https://www.hfocus.org/ content/2019/10/17969.
5. Cyrus Coope. The crippling consequences of fractures and their impact on quality of life. The American. Journal of Medicine. 1997;18(103): S12-S19.
6. กนกพร จิวประสาท. การฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุหลังผ่าตัดกระดูกสะโพก : ประเด็นท้าทายทางการพยาบาล. วชิรสารการพยาบาล. 2562;21(1):51-66.
7. งานสารสนเทศโรงพยาบาลมหาสารคาม. สถิติผู้ป่วยกระดูกสะโพกหักที่ได้รับการผ่าตัดใส่ข้อสะโพกเทียม โรงพยาบาลมหาสารคาม.(2564). ปี 2561-2564.
8. Bandura, A. Self-Efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. Psychology Review Issues. 1977;84(2):191-215.
9. วีนา วงษ์งาม, กนกพร สุคำวัง, และ ภารดี นานาศิลป์. ผลของการพยาบาลแบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่มีกระดูกสะโพกหักระยะพักฟื้น. พยาบาลสาร. 2558;41(2): 72-82.
10. Pender, N. Health promotion in nursing practice (3rd ed.). 1996. Stamford, CT: Appleton and Lange.
11. เสาวภา อินผา. โปรแกรมการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียมโรงพยาบาลศิริราช [วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต]. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2550.
12. ศุภพร ศรีพิมาน, ปรัชญานันท์ เที่ยงจรรยา และชุติวรรณ ปุรินทราภิบาล. ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองต่อความรู้ การรับรู้ความสามารถ และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยผ่าตัดกระดูกสะโพก หอผู้ป่วยศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์ โรงพยาบาลสงขลา. 2020;3(2):149-165
13. นัยนา ธัญธาดาพันธ์, เรณุการ์ ทองคำรอด, บุญทิพย์ สิริธรังศรี. ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจผู้ดูแลต่อความรู้ ความสามารถในการดูแล และการฟื้นสภาพ หลังผ่าตัดของ ผู้สูงอายุที่ผ่าตัดกระดูกสะโพกหัก โรงพยาบาลสตูล. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ. 2020;13(2):231-239.
14. สุขฤทัย วิโรจน์ยุติ, มณฑา เก่งการพานิช, ธราดล เก่งการพานิช, สุปรียา ตันสกุล. ประสิทธิผลของโปรแกรมฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดกระดูกสะโพกหักของผู้ป่วยสูงอายุ โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า. วารสารพยาบาลทหารบก. 2557;15(2):45 57.
15. Wen-Yi Chou. Relationship between the social support and self-efficacy for function ability in patients undergoing primary hip replacement. Journal of Orthopaedic Surgery and Research. 2018; 3(150):1-8.

16. Espen Andreas Brembo et al. Role of self-efficacy and social support in short-term recovery after total hip replacement: a prospective cohort study. Health and Quality of Life Outcomes. 2017;15(68):1-10.
17. หทัยทิพย์ ใจปิติ. ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อความกลัวการหกล้มในผู้สูงอายุ หลังได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกทียม. 2561;19(ฉบับพิเศษ):119-117.
18. ธนพร รัตนาธรรมวัฒน์, ทัศนา ชูวรรธนะปกรณ์. ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองของบุคคลและครอบครัวต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายของผู้สูงอายุกระดูกสะโพกหัก. วารสารพยาบาลตำรวจ. 2561;10(2):289-295.
19. วีนา วงษ์งาม, กนกพร สุคำวัง, และ ภารดี นานาศิลป์. ผลของการพยาบาลแบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่มีกระดูกสะโพกหักระยะพักฟื้น. พยาบาลสาร. 2558; 41(2):72-82.
20. Meng et al. Efectiveness of self-efcacy-enhancing interventions on rehabilitation following total hip replacement: a randomized controlled trial with six-month follow-up. Journal of Orthopaedic Surgery and Research. 2022;17(225):1-11.
21. พัชรรินทร์ เนียมเกิด, นารีรัตน์ จิตรมนตรี และสุพร ดนัยดุษฎีกุล. ผลของโปรแกรมส่งเสริมความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการปฏิบัติตนของผู้สูงอายุหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อสะโพกเทียม.วารสารการพยาบาล. 2020;35(4):99-111.
22. กนกพร จิวประสาท. การฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุหลังผ่าตัดกระดูกสะโพก : ประเด็นท้าทายทางการพยาบาล. วชิรสารการพยาบาล. 2562; 21(1): 51-66.
23. ภาสิต ศิริเทศ, ณพวิทย์ ธรรมสีหา. ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ. วารสารพยาบาลทหารบก. 2562;20(2):58-65.
24. Olsson et al. Evaluation of person-centred care after hip replacement-a controlled before and after study on the effects of fear of movement and self-efficacy compared to standard care. BMC Nursing. 2016;15(33):1-10.