

ผลการประคบด้วยถุงเจลแช่เย็นต่อการลดความปวดและความพึงพอใจของ ผู้ป่วยหลังผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัส

ปิยนันท์ อนันต๊ะยศ¹

Piyanan Anantayot

Received: August 6, 2021; Received in revision: August 23, 2021; Accepted: October 27, 2021

หลักการและเหตุผล

งานการพยาบาลผู้ป่วยหู คอ จมูก ทinnitus และสัลยกรรมช่องปาก ได้ให้บริการพยาบาลผู้ป่วยหลังผ่าตัดทางด้านหู คอ จมูก ช่องปากและทinnitus จากการเก็บข้อมูลพบว่า ตั้งแต่ปีพ.ศ. 2561 จนถึงปัจจุบันจำนวนผู้ป่วยมารับบริการผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัสด้วยกล้องเอนโดสโคป (endoscopic sinus surgery: ESS) ซึ่งเป็นการผ่าตัดเพื่อรักษาโรคต่าง ๆ ในโพรงจมูกและไซนัสมีจำนวน 20 - 25 รายต่อเดือนคิดเป็นร้อยละ 60 ของผู้ป่วยทั้งหมดในหน่วยงาน โดยหลังผ่าตัดประมาณ 24-48 ชั่วโมงแรก แพทย์จะใส่อุปกรณ์ห้ามเลือดภายในโพรงจมูกและผู้ป่วยมักจะมีอาการปวดแผลมาก ความปวดนี้เป็นความปวดแบบเฉียบพลัน ในการบรรเทาอาการปวดที่ให้กับผู้ป่วยมีทั้งแบบการใช้ยาและไม่ใช้ยา โดยการลดปวดแบบไม่ใช้ยาเป็นบทบาทอิสระของพยาบาล โดยการใช้ความเย็นซึ่งเป็นวิธีหนึ่งที่มีประสิทธิภาพมากสำหรับการลดความปวดเฉพาะที่^[1-2]

จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า การใช้ความเย็น (cryotherapy) จะมีผลต่อระบบการไหลเวียนของเลือด ส่งผลให้เกิดการหดตัวของหลอดเลือด ทำให้การอักเสบและภาวะบวมลดลงและความเย็นจะช่วยทำให้การส่งของกระแสประสาทลดลง, เพิ่มระดับการเริ่มรู้สึกปวด ทำให้อาการปวดลดลงได้

งานการพยาบาลผู้ป่วยหู คอ จมูก ทinnitus และสัลยกรรมช่องปากที่ผ่านมาผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัสโดยได้รับคำแนะนำและการประคบเย็น 24-48 ชั่วโมงแรกอย่างน้อย 10-15 นาที ห่างกัน 1 ชั่วโมงหรือเมื่อผิวหนังกลับสู่อุณหภูมิปกติโดยใช้เจลเย็นที่มีจำหน่ายในท้องตลาดซึ่งมีราคาค่อนข้างสูง มีขนาดและน้ำหนักที่ไม่พอเหมาะกับการตำแหน่งที่ต้องการประคบ ต้องใช้ผ้าห่อไว้ไม่ให้ถุงเย็นสัมผัสโดยตรงกับผิวหนัง ทำให้ผู้ป่วยต้องใช้อุปกรณ์จับไว้ตลอดหรือต้องนอนนิ่ง ๆ ขณะทำการประคบเย็น ทำให้ไม่สะดวกสบาย หน่วยงานได้เห็นถึงโอกาสพัฒนาที่จะทำการจัดการความรู้ (knowledge management)

¹ พยาบาล งานการพยาบาลผู้ป่วยหู คอ จมูก ทinnitus และสัลยกรรมช่องปาก ฝ่ายการพยาบาล
โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ ปทุมธานี 12120

Registered nurse, Ear Nose Throat Dental, Thammasat University Hospital, Thammasat University,
Pathumthani 12120 Corresponding E-mail: nuaklab@hotmail.com

ในการพัฒนาเจลเย็นให้สะดวกต่อการใช้งานมากยิ่งขึ้น โดยมีขนาด น้ำหนัก และรูปร่างที่เหมาะสมกับอวัยวะที่จะนำไปประคบ ซึ่งสามารถแปะติดผิวหนังและไม่ให้เจลสัมผัสกับผิวหนังโดยตรง ง่ายต่อการจับและไม่ต้องใช้มือถือเจลเย็นไว้ตลอดเวลา นอกจากนี้ผู้ป่วยสามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ ได้ขณะประคบ ดังนั้นการพัฒนาเจลเย็นเพื่อช่วยลดอาการปวดหลังผ่าตัด เพิ่มความสุขสบายให้แก่ผู้ป่วย และทำให้ผู้ป่วยมีความพึงพอใจต่อการใช้เจลประคบเย็นช่วยบรรเทาอาการปวดดังกล่าว นอกจากนี้เป็นการส่งเสริมบทบาทอิสระของพยาบาลในการบริหารจัดการความปวดโดยไม่ใช้ยาได้อีกด้วย

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ป่วยมีความพึงพอใจต่อการใช้เจลประคบเย็นช่วยบรรเทาอาการปวดหลังผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัส

วิธีดำเนินการ

1. ส่งโครงการขออนุมัติ
2. ประชุมระดมสมอง รวบรวมความรู้ และแลกเปลี่ยนในการออกแบบถุงเจลเย็น
3. จัดหา จัดซื้อ อุปกรณ์เพื่อให้ได้มาซึ่งเจลเย็นที่ต้องการตามเป้าหมาย
4. นำเจลเย็นที่ออกแบบได้มาทดลองใช้และปรับให้เหมาะสม
5. จัดกิจกรรม work shop วิธีการใช้เกี่ยวกับการเลือกกลุ่มผู้ป่วยที่มีระดับความปวดน้อยกว่า 6 การติดตามข้อมูล และการประเมินผลการใช้เจลลดปวด

6. นำเจลลดปวดไปใช้ในผู้ป่วยหลังผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัส

7. ติดตามเก็บข้อมูลระดับความปวด ความพึงพอใจของผู้ป่วยหลังการใช้เจลลดปวด

8. ประเมินผลและจัดทำรายงาน

ผลการดำเนินงาน

จำนวนผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัสจำนวน 89 คน โดยมีร้อยละความพึงพอใจต่อการใช้เจลประคบเย็นช่วยบรรเทาอาการปวดหลังผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัสเท่ากับ 80 ผลการดำเนินงานมีดังนี้

ตารางที่ 1 จำนวนผู้ป่วยรับการผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัสที่มีคะแนนความปวดลดลงหลังประคบด้วยเจลเย็น

คะแนนความปวดก่อนใช้เจล	คะแนนความปวดลดลงหลังประคบด้วยเจลเย็น				รวม
	0	1	2	3	
1	1	-	-	-	
2	22	3	-	-	
3	11	4	2	-	
4	-	-	1	2	
รวม	34	7	3	2	46

จากตารางที่ 1 พบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัสที่มีคะแนนความเจ็บปวดลดลงอย่างน้อย 2 ระดับหลังใช้เจลประคบเย็นจำนวน 46 คน โดยคิดเป็นร้อยละ 82.60

ตารางที่ 2 จำนวนผู้ป่วยที่มีการบริหารจัดการความปวดโดยไม่ใช้ยาภายหลังการผ่าตัด 24 ชั่วโมง จำแนกตามคะแนนความปวด

ผู้ป่วยที่มีการบริหารจัดการความปวด โดยไม่ใช้ยา ภายหลังการผ่าตัด 24 ชั่วโมง	คะแนนความปวด				รวม
	1	2	3	4	
	1	25	18	3	47

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัส ประจำปีงบประมาณ 2563 ทั้งหมด 89 คน ซึ่งผู้ป่วยที่มีการบริหารจัดการความปวดโดยไม่ใช้ยาภายหลังการผ่าตัด 24 ชั่วโมง จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 52.80

ตารางที่ 3 จำนวนผู้ป่วยที่มีการบริหารจัดการความปวดโดยใช้ยาภายหลังการผ่าตัด 24 ชั่วโมง จำแนกตามคะแนนความปวดและการใช้ยา

การบริหารจัดการความปวด โดยใช้ยาภายหลังการผ่าตัด 24 ชั่วโมง	คะแนนความปวด					รวม
	2	3	4	5	6	
ยาพาราเซตามอล	2	12	3			17
ยามอร์ฟิน			8	11	2	21
ยา ترامาดอล		1				2
ยา keto,dynas			1			2

จากตารางที่ 3 พบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัส ประจำปีงบประมาณ 2563 ทั้งหมด 89 คน ซึ่งผู้ป่วยที่มีการบริหารจัดการความปวดโดยใช้ยาภายหลังการผ่าตัด 24 ชั่วโมง จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 47.12



ภาพที่ 1 วิธีการประคบเพื่อลดความปวดหลังจากผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัส ด้วยถุงเจลแช่เย็น ระหว่างแบบเดิมกับแบบใหม่

สรุปและข้อเสนอแนะ

1. การประคบด้วยถุงเจลแช่เย็นสามารถช่วยลดความปวดบวมในผู้ป่วยหลังผ่าตัดโพรงจมูกและไซนัส และทำให้ผู้ป่วยสบาย เกิดความพึงพอใจ ลดค่าใช้จ่ายให้แก่ผู้ป่วยในการซื้อ cold pack

2. ในผู้ป่วยหลังผ่าตัด 24-48 ชั่วโมงแรก ผู้ป่วยต้องการใช้ยาในการบรรเทาอาการปวด หลังจากนั้นการประคบด้วยถุงเจลแช่เย็นสามารถช่วยลดความปวดบวมได้ดี

เอกสารอ้างอิง

1. กรීธา ม่วงทอง ประสิทธิ์ มหากิจ และคณะ. ตำราหู คอ จมูก. กรุงเทพฯ: นานาอักษรการพิมพ์; 2549.
2. สหทัยา ไพบูลย์วรชาติ. Pain assessment and measurement [อินเทอร์เน็ต]. ภาควิชาวิสัญญีวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ; 2558. เข้าถึงได้จาก: <https://dokumen.tips/documents/pain-assessment-and-measurement-13-severe.html>