

บทความพิเศษ

ความกลัวของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการรักษารักษาด้วยการผ่าตัด

วชิรกร อังคประสาทยัย, พย.ม., ยูนิ พงศ์ศุทธิวิทย์, ประ.ด.

สาขาวิชาวิทยาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

เด็กวัยเรียนเป็นวัยที่เริ่มมีความคิดเป็นของตนเอง และสามารถประเมินสถานการณ์ต่างๆ ได้มากขึ้น รวมทั้งสามารถตัดสินใจในเรื่องบางอย่างได้ด้วยตนเอง โดยเริ่มพิจารณาเหตุการณ์ต่างๆ ได้อย่างเป็นเหตุผลมากขึ้น แต่จะเกิดความกลัวต่อสิ่งต่างๆ ได้ง่าย เมื่อเด็กวัยนี้เกิดการเจ็บป่วยจนต้องเข้ารับการรักษารักษาในโรงพยาบาลก็จะสามารถเข้าใจเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของตนเองรวมถึงวิธีการรักษา การรักษาด้วยการผ่าตัดถือเป็นเหตุการณ์สำคัญที่พบได้บ่อยในเด็กวัยนี้ หากเด็กวัยเรียนไม่ให้ความร่วมมือในการเข้ารับการผ่าตัดก็จะส่งผลกระทบต่อการดูแลในทุกๆ ระยะของการผ่าตัด ซึ่งปัญหาสำคัญที่พบได้บ่อยในสถานการณ์นี้คือ เด็กวัยเรียนมักมีความกลัวต่อการเข้ารับการรักษารักษาด้วยการผ่าตัด ซึ่งความกลัวเป็นปฏิกิริยาตอบสนองทางอารมณ์ต่อสิ่งอันตรายหรือสิ่งที่มาคุกคาม ทำให้เด็กแสดง

พฤติกรรมทั้งทางด้านบวกและลบ เพื่อหลบเลี่ยงหรือลดผลกระทบจากสิ่งคุกคามหรือหลีกเลี่ยงจากสิ่งคุกคามนั้น ความกลัวของเด็กวัยเรียนเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ ขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะและการเรียนรู้ มักเปลี่ยนแปลงไปตามอายุ พัฒนาการด้านสติปัญญา การรับรู้ ประสบการณ์และสิ่งแวดล้อม

บทความวิชาการนี้นำเสนอแนวทางการดูแลสำหรับเด็กวัยเรียนที่มีความกลัวจากการเข้ารับการผ่าตัด เพื่อช่วยบรรเทา ลดปฏิกิริยาและพฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงออกถึงความกลัว ซึ่งจะทำให้เกิดประสิทธิภาพในการให้การพยาบาล โดยพยาบาลจะเป็นบุคคลสำคัญที่ดูแลและช่วยเหลือเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการผ่าตัดเพื่อช่วยบรรเทาความกลัวและลดผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น

คำสำคัญ: เด็กวัยเรียน; ความกลัว; การรักษา; การผ่าตัด

Literature Interview

The Fear of Surgical Treatments in School-Aged Children

Wachareekorn Aungkaprasatchai, M.N.S., Yunee Pongjaturawit, Ph.D.

Department of Pediatric Nursing, Faculty of Nursing, Burapha University

Abstract

School-aged children generally start having their individual perceptions. They are able to increasingly evaluate situations, and make their own judgments for some certain matters. They initially understand several events logically; however, they could easily cause fear of many things. When they are ill and admitted to hospital for treatment, they appear to be able to understand their illness and the treatment procedures. Surgical treatments are considered to be significant procedures, which are generally seen in school-aged children cases. However, if school-age children do not cooperate during the surgical procedure, it will consequently impact every step of the operation performance and medical care process. Thus, the main problem usually found is that school-aged children feared of being admitted to operations. The fear of operations of school-aged children is an emotional reaction toward a hazardous

or threatening situation. This could lead to both positive and negative behavior to adjust and avoid themselves to minimize the effects of that threatening situation. Fears of school-aged children could naturally occur depending on their maturity and learning level, which usually changes based on their age, intellectual development, perception, experience, and environment.

This article therefore presents the guidelines for looking after school-aged children with fear of operations, which is expected to reduce the children's fear related reactions and behavior. The study findings should lead to efficiency of care and become guidelines for nurses, which are important carers, who can help reduce the fear of school-aged children that are admitted to hospitals for operations.

Keywords: school age children; fear; surgery; treatment

บทนำ

เด็กวัยเรียนหมายถึงเด็กที่มีช่วงอายุ 6-12 ปี เป็นช่วงเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ค่อนข้างมากและรวดเร็ว ทั้งทักษะด้านสติปัญญา จิตใจ และสังคม มีพัฒนาการความคิดเชิงวิเคราะห์ และเปรียบเทียบได้ ซึ่งลักษณะพัฒนาการที่ควรเกิดขึ้นสำหรับวัยเรียน คือ การเตรียมตัวพร้อมที่จะออกจากครอบครัวไปสู่สังคมนอกบ้านและเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว เช่น เรียนรู้ระเบียบ กฎเกณฑ์ความประพฤติที่ต้องปฏิบัติในสังคม เพื่อให้สามารถปรับตัว ให้เข้ากับสถานที่และบุคคลอื่นๆ นอกจากครอบครัวได้¹ เด็กวัยเรียนเป็นวัยที่มีพัฒนาการด้านสติปัญญาที่ดีและมีคุณภาพมากขึ้น แต่ก็ยังไม่สามารถคิดหาเหตุผลได้ ไม่เข้าใจเกี่ยวกับร่างกายตนเอง การเจ็บป่วย และการรักษา ทำให้เด็กวัยเรียนมีความเชื่อว่าการดูแลรักษาที่เด็กไม่ชอบนั้นเป็นการลงโทษ และเด็กจะคิดเชื่อมโยงเหตุการณ์กับประสบการณ์ในอดีต ทำให้เด็กเกิดความกลัวและต่อต้านได้¹ ซึ่งความกลัวในเด็กวัยนี้จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย ได้แก่ อายุ พัฒนาการทางด้านสติปัญญา การรับรู้ พฤติกรรม นิสัย บุคลิกภาพ รวมถึงประสบการณ์หรือสิ่งแวดล้อม

ปัจจุบันเด็กวัยเรียนที่ต้องเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัดมีสาเหตุหลักมาจากการเจ็บป่วยด้วยโรคทางกาย ได้แก่ การผ่าตัดไส้ติ่ง หรือภาวะฉุกเฉิน เช่น อุบัติเหตุจากการพลัดตกหกล้ม หรือความซุกซน² ซึ่งในมุมมองของเด็กวัยนี้การรักษาด้วยการผ่าตัดถือเป็นเหตุการณ์ที่คุกคามและก่อให้เกิดความกลัว เครียด และวิตกกังวล เนื่องจากเด็กต้องพบเผชิญหน้ากับเครื่องมือ เครื่องใช้ในโรงพยาบาล และแพทย์พยาบาล ที่ทำการรักษา ประกอบกับเด็กยังมีความสามารถ

ในการควบคุมสติและการปรับสภาพจิตใจให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมค่อนข้างน้อย ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกหวาดกลัวเป็นอย่างมาก³ การผ่าตัดถือเป็นเหตุการณ์หนึ่งที่รุนแรงตามการรับรู้ของเด็กเมื่อเปรียบเทียบกับเหตุการณ์อื่น ซึ่งจะเป็นสิ่งที่กระตุ้นและส่งผลให้เด็กมีปฏิกิริยาหรือการแสดงออกทางด้านร่างกาย พฤติกรรม และจิตใจ โดยมักจะขัดขึ้น ต่อต้าน ร้องไห้ และไม่ให้ความร่วมมือในการผ่าตัด ดังการศึกษาที่พบว่าเด็กที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลที่ได้รับเหตุการณ์ต่างๆ มักแสดงพฤติกรรมด้านลบ เช่น ก้าวร้าว กลัว ซน ไม่อยู่หนึ่ง รู้สึกเบื่อหน่าย โดดเดี่ยว เศร้าโศก⁴⁻⁵

ความกลัวของเด็กวัยเรียนเป็นความรู้สึกของเด็กที่ไม่สบายใจอย่างมาก รู้สึกหวาดหวั่น เมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์คุกคามที่ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานทางอารมณ์หรือสถานการณ์ที่กดดัน และก่อให้เกิดพฤติกรรมหลีกเลี่ยง⁶ เช่นเดียวกับการรักษาด้วยการผ่าตัดซึ่งเด็กวัยเรียนรับรู้ว่าเป็นสถานการณ์แปลกใหม่ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตโดยตนเองต้องเผชิญกับบุคคลแปลกหน้า อุปกรณ์สถานที่ที่ตนเองไม่รู้จักและไม่สามารถคาดเดาได้ รวมทั้งการผ่าตัดอาจก่อให้เกิดอันตรายกับตนเอง ประกอบกับระยะพัฒนาการของเด็กวัยเรียนที่มีจินตนาการสูง⁷ ทำให้มองภาพของการผ่าตัดว่าเป็นสิ่งเลวร้ายที่คุกคาม และอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิต จึงทำให้เกิดความกลัวขึ้น ซึ่งความกลัวที่รุนแรงจะฝังแน่นในจิตใจของเด็กอยู่ตลอดเวลาและจะเป็นสิ่งที่รบกวน ขัดขวางการเจริญเติบโต และพัฒนาการตามวัย รวมทั้งส่งผลให้เกิดปัญหาทางด้านร่างกาย บุคลิกภาพ หรือภาวะสุขภาพจิตในอนาคต^{4,7} จากการศึกษาพบว่าเด็กวัยเรียนมีความกลัวเมื่อได้รับเหตุการณ์พื้นฐาน เช่น การฉีดยา หรือการได้รับสารน้ำทางหลอดเลือด

เลือดดำ จะส่งผลให้เด็กวัยนี้ไม่ให้ความร่วมมือต่อการรักษา¹ ดังนั้นพยาบาลซึ่งเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการดูแลเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการผ่าตัด จึงควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุของความกลัว ปฏิกริยา และการพยาบาลเพื่อลดความกลัวของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการผ่าตัด อันเป็นการช่วยเสริมสร้างพัฒนาการ และลดความเจ็บปวดทางด้านจิตใจ (psychic trauma) อันจะส่งผลกระทบเชิงลบต่อไปในอนาคตของเด็กวัยนี้ โดยบทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์สำคัญเพื่อทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความกลัวของเด็กวัยเรียนเมื่อต้องเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัดอันเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญในการพัฒนาแนวทางหรือแนวปฏิบัติเพื่อพัฒนากิจกรรมทางการพยาบาลที่เหมาะสมในการลดความกลัวของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัด รวมทั้งลดผลกระทบที่จะมีต่อเด็กในอนาคต

การรักษาด้วยการผ่าตัดสำหรับเด็กวัยเรียน : การรักษาด้วยการผ่าตัด (operation or surgery) เป็นวิธีการรักษาด้วยการตัด ผ่า เย็บ หรือกรีดส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายที่มีความผิดปกติหรืออาจก่อให้เกิดภาวะเสี่ยงทางสุขภาพ และจัดให้อวัยวะของร่างกายเข้าสู่สภาพปกติ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการวินิจฉัยโรค การรักษา บรรเทาอาการ ช่วยชีวิต หรือช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข เด็กวัยเรียนที่ต้องเข้ารับการผ่าตัดทุกประเภทมักได้รับผลกระทบต่อนตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เนื่องจากการผ่าตัดเป็นสิ่งที่กระตุ้นที่ทำให้เด็กวัยเรียนเกิดปฏิกริยาตอบสนองทั้งทางร่างกายและจิตใจที่แตกต่างกันไปตามพื้นฐานทางร่างกายและจิตใจ ความรุนแรงของโรค หรือความยากง่ายของการผ่าตัด และการเตรียมตัวก่อนการผ่าตัด² การผ่าตัด

ทุกประเภทมักทำให้ชั้นผิวหนังและเนื้อเยื่อถูกทำลาย เกิดการบาดเจ็บ มีเลือดออก และเกิดแผลบริเวณผ่าตัด เด็กที่ได้รับการผ่าตัดจึงเกิดความไม่สบายใจ เกิดความเจ็บปวด ความสามารถในการเคลื่อนไหวหรือปฏิบัติกิจกรรมลดลง ทำให้รู้สึกเป็นทุกข์หรือทรมาน และไม่ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดและเกิดภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัดได้⁵ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กที่ได้รับการผ่าตัดมักจะเกิดความกลัว เนื่องจากตนเองรู้สึกว่าคุณค่าทั้งทางร่างกายและจิตใจ ถ้าเด็กวัยเรียนมีความกลัวเล็กน้อยถึงปานกลางมักจะแสดงออกด้วยพฤติกรรมการต่อสู้หรือการหลีกเลี่ยง แต่ถ้าเด็กมีความกลัวระดับมากถึงรุนแรงเด็กมักจะขวัญเสียและหวาดระแวงตลอดเวลา^{4, 7}

ความกลัวของเด็กวัยเรียน เป็นปฏิกริยาการตอบสนองทางอารมณ์ต่ออันตรายหรือสิ่งที่มาคุกคามตนเอง ทั้งที่เป็นจริงหรือจินตนาการขึ้น ผ่านการรับรู้ทางประสาทสัมผัส⁸ เมื่อเด็กวัยเรียนเกิดความกลัวจะพยายามหลีกเลี่ยง หรือปรับตัวเพื่อหลบเลี่ยงหรือลดผลกระทบต่อสิ่งที่มาคุกคามนั้น ความกลัวของเด็กวัยเรียนเป็นสิ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้เองตามธรรมชาติ ขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะและการเรียนรู้ ความกลัวมักเปลี่ยนแปลงไปตามอายุ พัฒนาการทางด้านสติปัญญาและการรับรู้ ประสบการณ์หรือสิ่งแวดล้อม เด็กวัยเรียนเป็นช่วงวัยที่เริ่มมีความคิดที่เป็นเหตุผลและรับทราบข้อเท็จจริงมากขึ้น แต่ยังมีจินตนาการของตนเองอยู่ ซึ่งการมีจินตนาการที่ผิดไปจากความเป็นจริงมาก อาจทำให้เด็กเกิดความกลัวอย่างไม่เหมาะสม⁸ โดยปกติเด็กในช่วงวัยเรียนตอนต้นซึ่งมีอายุระหว่าง 6-8 ปี ส่วนใหญ่จะมีความกลัวตามจินตนาการของตนเองและสิ่งแวดล้อมทั่วไป เช่น กลัวผี กลัวเสียงฟ้าร้อง หลังจากนั้นจะเริ่มมีความ

กลัวตามสิ่งที่เห็นและจินตนาการของตนเอง กลัวการอยู่คนเดียว การสูญเสีย กลัวสิ่งแปลกใหม่ และกลัวว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นกับตนเอง เป็นต้น ส่วนเด็กวัยเรียนตอนปลายซึ่งมีอายุระหว่าง 8-12 ปี จะเริ่มมีความกลัวที่เป็นรูปธรรมและมีเหตุผลมากขึ้น เช่น กลัวคนแปลกหน้า กลัวการถูกลงโทษ กลัวความเจ็บปวด กลัวการติดเชื้อ และกลัวเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง เป็นต้น⁹

สาเหตุความกลัวของเด็กวัยเรียน : เด็กวัยเรียนเป็นวัยที่เริ่มมีความเข้าใจเกี่ยวกับการเจ็บป่วย สาเหตุ และอันตรายของความเจ็บป่วย จึงมักเกิดความกลัวอย่างมากเมื่อรับรู้ว่าคุณเองเจ็บป่วย¹⁰ ซึ่งสาเหตุความกลัวของเด็กวัยเรียนมีดังนี้

1. ความกลัวที่เกิดจากการเรียนรู้ เด็กวัยเรียนมีความสนใจในการเรียนรู้สิ่งแวดล้อมและสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว ความกลัวของเด็กวัยเรียนจึงเกิดขึ้นจากการเรียนรู้และลอกเลียนแบบจากบุคคลใกล้ชิด เช่น บิดามารดา โดยจะเห็นได้จากถ้าบิดาหรือมารดาแสดงพฤติกรรมกลัวต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ตนเองได้รับรู้ เด็กมักจะมีความกลัวในสิ่งเหล่านั้นด้วยเช่นกัน^{7, 11-12}

2. ความกลัวที่เกิดขึ้นตามวุฒิภาวะ เด็กวัยเรียนเริ่มมีความคิดที่เป็นรูปธรรม มีเหตุผล มีสัมคมที่โรงเรียน มีประสบการณ์ที่กว้างมากขึ้น รู้จักการควบคุมอารมณ์ และพฤติกรรมของตนเองมากขึ้น ความกลัวของเด็กช่วงวัยนี้จึงมักเกิดจากความกดดันคับข้องใจ ความคาดหวังของครอบครัว การแข่งขัน และการไม่ยอมรับจากเพื่อนๆ จากการศึกษาพบว่า เด็กวัยเรียนอายุ 9-10 ปี มักกลัวร่างกายจะได้รับบาดเจ็บ กลัวการเจ็บป่วย กลัวความตาย กลัวสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียน และกลัวการถูกลงโทษ เด็กมักไม่แสดงออกให้ผู้อื่นรับรู้ว่าคุณกลัว แต่มัก

แสดงออกในรูปแบบของการเจ็บป่วยทางร่างกาย ได้แก่ อาการคลื่นไส้ อาเจียน ปวดศีรษะ ปวดท้อง เป็นต้น¹²⁻¹³

3. ความกลัวที่เกิดขึ้นจากจินตนาการ เกิดจากการรับรู้ต่อสิ่งที่มาคุกคาม แล้วเกิดความคิดความเข้าใจที่ผิดหรือบิดเบือนจากความเป็นจริง นำมาสร้างจินตนาการของตนเองขึ้นมา ซึ่งความกลัวจากจินตนาการเกิดจากสิ่งเร้าภายใน และพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กวัยเรียนที่มีการเรียนรู้อย่างรวดเร็ว มีความเข้าใจเรื่องการเกิดการตาย และมีการใช้กระบวนการทางความคิดได้ดีขึ้น แต่ยังคงมีจินตนาการสูง และมีความเข้าใจต่อเหตุการณ์ตามความรู้สึกนึกคิดของตนเอง เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่อันตรายและคุกคามตนเอง ก็ส่งผลให้เด็กวัยเรียนเกิดปฏิกิริยาที่ตอบสนองต่อความกลัวทั้งทางด้านอารมณ์และพฤติกรรมการแสดงออก¹³

ความกลัวของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัด : ความกลัวเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นในเด็กทุกคน เมื่อเด็กต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคยโดยเฉพาะการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล เพราะเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กต้องพลาจากครอบครัวมาอยู่ในสถานที่แปลกใหม่ไม่ว่าจะเป็นสภาพหอผู้ป่วย อุปกรณ์การแพทย์ การที่เด็กต้องได้พบเห็นอาการเจ็บป่วยของเด็กคนอื่น ต้องได้รับการดูแลจากคนแปลกหน้าทั้งแพทย์และพยาบาล และเด็กต้องได้รับการรักษาด้วยการผ่าตัดที่เป็นหัตถการที่คุกคามต่อร่างกายตนเองโดยตรง สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่กระตุ้นเด็กให้เกิดความกลัวได้ทั้งสิ้น โดยเฉพาะเด็กวัยเรียนที่มีความเข้าใจเกี่ยวกับร่างกายและมีการรับรู้ภาวะสุขภาพมากขึ้น แต่เด็กวัยเรียนยังมีความสามารถในการจัดการความกลัวของตนเองได้น้อย จึง

ทำให้เด็กวัยเรียนเกิดปฏิกิริยาต่อสิ่งกระตุ้นเหล่านั้นทำให้เกิดความกลัวขึ้นได้ง่ายเมื่อต้องเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัด ซึ่งปฏิกิริยาตอบสนองและอาการแสดงต่อความกลัวของเด็กวัยเรียนจะแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับประสบการณ์และการเรียนรู้ บางคนก็มีพฤติกรรมร้องไห้ โวยวาย เก็บตัว ซึมเศร้า เป็นต้น¹⁴ ดังนั้นพยาบาลจึงต้องประเมิน สังเกตพฤติกรรม และรับฟังความคิดเห็นความรู้สึกของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการผ่าตัดตั้งแต่รับไว้รักษาในโรงพยาบาล เพื่อจะได้วางแผนการพยาบาลในการดูแลได้อย่างเหมาะสมกับเด็กแต่ละราย โดยมีเป้าหมายสำคัญในการลดปฏิกิริยาและพฤติกรรมทางด้านลบของเด็กเมื่อเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล เช่น ความกลัว ก้าวร้าว อยู่ไม่นิ่ง ซึมเศร้า ซึ่งเป็นผลมาจากการที่ไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการตามความคิดและความรู้สึกของเด็ก¹⁵ ทำให้เด็กวัยเรียนให้ความร่วมมือในการรักษามากขึ้น และส่งผลให้เกิดผลลัพธ์ทางการรักษาที่ดี

การประเมินความกลัวในเด็กวัยเรียน : เมื่อเด็กวัยเรียนเกิดความกลัวจะมีการตอบสนองทั้งด้านสรีรวิทยาและจิตใจ การประเมินความกลัวในเด็กจึงเป็นสิ่งที่สำคัญต่อการดูแลเด็กเป็นอย่างมาก การประเมินความกลัวในเด็กวัยเรียนมีดังนี้

1. การประเมินจากพฤติกรรมการแสดงออก (behavior rating scales) เป็นการประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออกต่อเหตุการณ์นั้นๆ เช่น การแสดงสีหน้าและแววตา ลักษณะการเดิน การเคลื่อนไหวของศีรษะ ตา แขน และขา การยกมือและเบือนหน้า การเคลื่อนไหวที่แสดงถึงการไม่ให้ความร่วมมือ การเกร็งตัว มือ และเท้า น้ำเสียงและเนื้อหาของคำพูด และลักษณะการร้องไห้และการมีน้ำตาไหล¹

2. การประเมินโดยการทดสอบด้วยภาพ (projective test) เป็นการประเมินความกลัวโดยใช้การวาดภาพเพื่อวัดสภาวะทางอารมณ์ว่าเด็กมีความรู้สึกอย่างไร โดยการสังเกตการเปลี่ยนแปลงขนาดของภาพวาดที่ได้วาด เช่น เด็กที่กลัวเข็มฉีดยาจะวาดภาพเข็มฉีดยาให้มีขนาดใหญ่กว่าตนเอง หรือเปลี่ยนรูปร่างจากความเป็นจริง^{1,8}

3. การประเมินทางสรีรวิทยา (physiological techniques) เป็นการประเมินโดยการวัดหรือการสังเกตการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาเมื่อเกิดความกลัว เช่น การเปลี่ยนแปลงของสัญญาณชีพ มีเหงื่อออก ความเกร็งของผิวหนัง และการกระตุกของกล้ามเนื้อบริเวณใบหน้า⁸ เป็นต้น

4. การประเมินโดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง (self-report method) เป็นการให้เด็กกำหนดระดับความกลัวหรือแสดงความรู้สึกกลัวที่เกิดขึ้นจากการรับรู้ของตนเองโดยใช้แบบประเมินหรือแบบสอบถาม ปัจจุบันมีแบบประเมินความกลัวของเด็กวัยเรียนที่หลากหลาย ได้แก่ แบบประเมินความกลัวของเด็กวัยเรียนต่อประสบการณ์ความเจ็บป่วยและระบบการดูแลรักษา (child medical fear scale: CMFS)¹⁶ แบบมาตรวัดความกลัวโดยประเมินจากรูปภาพแสดงออกทางใบหน้าที่แสดงความกลัว^{1,8} แบบประเมินความกลัวที่พัฒนามาจากแบบประเมินความวิตกกังวล (thai state-trait anxiety inventory for children-revised: T-STAI-C-R)¹⁷ เป็นต้น การประเมินความกลัวของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการผ่าตัดสามารถทำได้หลากหลายวิธี ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและความพร้อมของเด็กวัยเรียน โรงพยาบาลเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญในการเตรียมผู้ป่วยเด็กก่อนเข้ารับการผ่าตัด โดยพยาบาลจะอธิบายให้ผู้ปกครองและเด็กเข้าใจถึงวัตถุประสงค์

ของการผ่าตัด วิธีการ การเตรียมตัว การดูแลก่อน และหลังผ่าตัด รวมถึงภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น ดังนั้นพยาบาลจึงควรศึกษาคุณสมบัติ และคุณภาพของเครื่องมือก่อนนำไปใช้ให้เหมาะกับเด็กวัยเรียนแต่ละราย จะทำให้พยาบาลสามารถเข้าใจถึงระดับความกลัวของเด็ก สาเหตุ รวมถึงการหาวิธีเพื่อลดความกลัวของเด็กลง ซึ่งจะทำให้เด็กให้ความร่วมมือในการรักษามากขึ้น และไม่ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพจิตของเด็กวัยนี้ในอนาคต

แนวทางการดูแลเด็กวัยเรียนที่มีความกลัว: เมื่อเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัด เด็กวัยเรียนที่มีความกลัวเมื่อต้องเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัดมักส่งผลกระทบต่อสภาพร่างกายและจิตใจของเด็ก รวมทั้งส่งผลต่อประสิทธิภาพในการรักษา โดยเด็กที่มีความกลัวมักไม่ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติตนภายหลังการผ่าตัด ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนจากการผ่าตัด ดังนั้นพยาบาลจึงมีบทบาทสำคัญในการดูแลเด็กวัยเรียนที่มีความกลัวเมื่อเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัด ดังนี้

1. สร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วยที่เป็นเด็กวัยเรียนตั้งแต่รับเข้ารักษาในหอผู้ป่วย โดยแสดงท่าทีที่เป็นมิตร และทักทาย พูดคุย แนะนำสถานที่ การปฏิบัติตัว และเปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึกเพื่อให้เกิดความผ่อนคลายและลดความกลัวของเด็กวัยเรียนลง

2. ประเมินความพร้อมทางด้านร่างกาย และจิตใจของเด็กวัยเรียนก่อนเข้ารับการรักษา ตั้งแต่ผู้ป่วยเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล โดยสังเกตจากสีหน้า คำพูด ท่าทาง พฤติกรรม การแสดงออก และการประเมินโดยใช้เครื่องมือหรือแบบประเมินชนิดต่างๆ ที่เหมาะสมกับเด็กวัยเรียนแต่ละราย

3. ยอมรับพฤติกรรมการแสดงออกถึงความกลัวที่เด็กแสดงออกมา เช่น การร้องไห้และอารมณ์โกรธของเด็ก โดยไม่ตำหนิหรือใช้คำพูดที่รุนแรง ในขณะที่เด็กวัยเรียนยังไม่พร้อมให้ความร่วมมือควรเลื่อนกิจกรรมการพยาบาลที่ไม่จำเป็น และไม่ขัดกับแผนการรักษาออกไปก่อน เพื่อให้เวลาเด็กในการทำใจและปรับตัว

4. อธิบายให้ผู้ป่วยที่เป็นเด็กวัยเรียนรับทราบและเข้าใจถึงความเจ็บป่วยของตนเอง แผนการรักษา ข้อดีข้อเสียของการผ่าตัด ขั้นตอนการผ่าตัด และการปฏิบัติตนภายหลังการผ่าตัด โดยใช้คำพูดที่เข้าใจง่าย สั้นกระชับ และเป็นรูปธรรม และควรใช้สื่อที่มีความทันสมัยและเหมาะสมกับช่วงวัยเพื่อลดความกลัวของเด็กวัยเรียนลง เช่น การใช้สื่ออารมณ์ขัน การใช้ภาพหรือเสียง การใช้วัตถุทัศนหรือแผ่นภาพ เป็นต้น

5. ให้คำแนะนำและฝึกให้เด็กปฏิบัติตัวภายหลังกลับจากห้องผ่าตัด เช่น การไออย่างมีประสิทธิภาพ การลุกจากเตียง การเคลื่อนไหว เป็นต้น รวมทั้งแนะนำและสาธิตการใช้อุปกรณ์ที่จำเป็นต้องใช้ภายหลังการผ่าตัดให้ผู้ป่วยที่เป็นเด็กวัยเรียนรับทราบ เช่น เครื่องวัดความดัน การให้น้ำเกลือ หรือการฉีดยา เป็นต้น พร้อมทั้งสอบถามความรู้สึกและเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย

6. สอนและฝึกเทคนิคการผ่อนคลายหรือเบี่ยงเบนความรู้สึกกลัวที่เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละราย เช่น การฝึกหายใจเพื่อผ่อนคลายความเครียด การเปิดโอกาสให้ทำกิจกรรมที่ไม่รบกวนผู้ป่วยอื่น เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูหนัง ทำกิจกรรม หรือเล่นเกมที่ตนเองชื่นชอบ เป็นต้น

7. จัดสิ่งแวดล้อมให้เป็นส่วนตัว เงียบสงบ และปลอดภัย ลดการรบกวนหรือการกระตุ้น รวม

ทั้งเปิดโอกาสให้ผู้ปกครองอยู่กับเด็กวัยเรียนตลอดเวลาตามความจำเป็นเพื่อสร้างความอบอุ่นใจ และให้รู้สึกปลอดภัยรวมทั้งควรอนุญาตให้ผู้ปกครองนำของที่เด็กรักหรือคุ้นเคยติดตัวไว้ได้ เช่น ตุ๊กตา ผ้าห่ม เพื่อให้เด็กรู้สึกปลอดภัยและคลายความกลัวลง

8. ติดตามและประเมินความกลัวของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการผ่าตัดเป็นระยะ เพื่อให้การช่วยเหลืออย่างทันทั่วทั้งที่เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงหลักการสื่อสารกับเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัดและครอบครัว จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ปัจจัยสำคัญที่จะช่วยลดความกลัวของเด็กวัยเรียนที่เข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัดและครอบครัวคือ การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ มีเป้าหมายและคำพูดที่ชัดเจนเข้าใจง่าย โดยหลักการสื่อสารที่ช่วยให้บรรลุมเป้าหมายในการให้การพยาบาล มีแนวทางดังต่อไปนี้¹⁸

1. ให้ความสนใจเด็กวัยเรียนและครอบครัวโดยการสบตา แสดงท่าทางสนใจในสิ่งที่เด็กพูด ชักถามถึงอาการเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน และไม่ควรแสดงท่าทางเร่งรีบ

2. หลีกเลี่ยงการใช้ศัพท์ทางการแพทย์

3. ให้ความสำคัญและชักถามในสิ่งที่เด็กและครอบครัวมีความกลัวและวิตกกังวล ซึ่งอาจเป็นสิ่งที่แพทย์และพยาบาลไม่ได้คิดถึง หรือไม่ได้ให้คำอธิบายที่ชัดเจนเพียงพอ โดยพบว่าสิ่งที่เด็กและครอบครัวมีความกลัวและวิตกกังวลบ่อย คือ ผลข้างเคียงจากการผ่าตัด กลัวจะไม่สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้เหมือนเดิม เช่น “หนู/คุณแม่มีเรื่องอะไรที่ไม่สบายใจหรือกังวลเกี่ยวกับการรักษาของหนู/น้องไหมคะ”

4. ให้เด็กและครอบครัวมีส่วนร่วมในการ

รักษาให้มากที่สุด โดยมีการวางแผนการรักษาร่วมกัน

5. สร้างเป้าหมายหรือความคาดหวังร่วมกัน โดยใช้ให้เห็นว่าการรักษาด้วยการผ่าตัดเป็นสิ่งที่ไม่เป็นอันตรายและสามารถรักษาให้หายจากโรคที่เป็น มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ เช่น “ถ้าน้องผ่าตัดไส้เลื่อนแล้ว จะไม่มีอาการปวดท้อง และน้องสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้” “ถ้าน้องได้รับการผ่าตัดรักษาปากแหว่งเพดานโหว่แล้ว ต่อไปน้องจะสามารถดื่มนมได้ด้วยตนเอง และมีลักษณะที่เป็นปกติได้”

6. ให้กำลังใจเด็กและครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ถามคำถามอื่นๆ ที่อยากรู้ และ แสดงความสนใจและใส่ใจที่จะตอบ

สรุป

ความกลัวของเด็กวัยเรียนเมื่อเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัดนั้น ส่งผลกระทบต่อสภาพร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมการแสดงออกของเด็กเป็นอย่างมากทั้งในระยะสั้นและระยะยาว พยาบาลจึงควรตระหนักถึงความสำคัญและทำความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุของความกลัว ปฏิกริยาและพฤติกรรมการแสดงออก การประเมินความกลัว และการช่วยเหลือเพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อลดความกลัวของเด็กวัยเรียนที่มีต่อการผ่าตัด อันเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษาและลดผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับเด็กวัยเรียนทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

เอกสารอ้างอิง

1. Kasonbua P. Effect of humor media program on fear of school-age children receiving intravenous infusion [dissertation]. Chonburi: Burapha University; 2015.

2. Price DL, Gwin JF. Implications of pediatric surgery. In: Gwin JF, Price DL. Pediatric nursing: an introductory text. 11th ed. Texas: Elsevier Inc; 2012.p.26-7.
3. Price DL, Gwin JF. The School-age child. In: Gwin JF, Price DL. Pediatric nursing: an introductory text. 11th ed. Texas: Elsevier Inc; 2012. p.161-95.
4. Kyle T, Carman S. Essentials of pediatric nursing. 2nd ed. USA: Lippincott Williams & Wilkins; 2013.
5. Price DL, Gwin JF. Fear of the child. In: Gwin JF, Price DL. Pediatric nursing: an introductory text. 11th ed. Texas: Elsevier Inc; 2012. p.418-9.
6. Kalar MU, Mustahsan SM, Ali M, Fatima K, Farooque K, Batool M, et al. Understanding fear in school children. International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health 2013; 5: 268-78.
7. Sirivunnabood P. Developmental Psychology Theories. 4th ed. Bangkok: Chulalongkorn University; 2008.
8. Suwanmanee W, Pongjaturawit Y, Chaimongkol N. Relationships between health perception and fear of surgery in school-age children. The Journal of Faculty of Nursing Burapha University 2011; 19(5): 73-85
9. Kliegman R, Stanton B, Geme JW, Schor NF, Behrman RE. Nelson textbook of Pediatrics. 20th.ed. Philadelphia: Elsevier; 2016.
10. Muris P. Normal and abnormal fear and anxiety in children and adolescents. San Diego: Saunders Elsevier; 2007.
11. Bellin MH, Osteen P, Heffernan C, Levy JM, Snyder-Vogel ME. Parent and health care professional perspectives on family-centered care for children with special health care needs: are we on the same page? Health Soc Work 2011; 36: 281-90.
12. Milosevic I, McCabe RE. Phobias: the psychology of irrational fear. Santa Barbara, Greenwood; 2015.
13. Guldborg H. Reclaiming childhood freedom and play in an age of fear. New York: Routledge; 2009.
14. Suphawiroetloet S. Reactions of fear from dental treatments in 7-year-old children at Sirindhorn Hospital. Khon Kaen Medical Journal 2008; 32(4):98-106.
15. Khamenkan K. Children's thoughts and feelings during hospitalization: nursing management. Journal of Nursing Science & Health 2011; 34(3): 75-87.
16. Broome ME, Mobley T. The child medical fears scale. In: Strickland OL, Dilorio C, editor; Colleen Measurement of nursing Outcomes. 2nd.ed New York: Springer; 2003.
17. Chaiyawat W, Brown JK. Psychometric Properties of the Thai Versions of State-Trait Anxiety Inventory for Children and Child Medical Fear Scale. Research in Nursing & Health 2000, 23, 406-14.
18. Phancharoen Ch, Seksan P, Ngamphai-boon Ch. A communication skills manual for chronic care models. Bangkok: Center for Communication Skills Training, Division of Pediatrics, Chulalongkorn Hospital; 2009.