

การเล่นเพื่อการรักษาสำหรับเด็กป่วยในโรงพยาบาล: การนำสู่การปฏิบัติการพยาบาล

ทัศนีย์ อรรถารส, พย.ด.*

ชยนุช ไชยรัตน์, Ph.D. (Nursing)**

บทคัดย่อ

การเล่นเป็นธรรมชาติและมีความสำคัญสำหรับเด็ก เมื่อเด็กเจ็บป่วยการเล่นยังมีความสำคัญมากขึ้น การเล่นสำหรับเด็กป่วยมีทั้งการเล่นปกติและการเล่นเพื่อการรักษา การเล่นเพื่อการรักษาเป็นการเล่นที่มีวัตถุประสงค์เฉพาะเพื่อให้เด็กสามารถเผชิญกับเหตุการณ์เครียดได้ มีผลต่อสุขภาพกายและจิตของเด็กป่วย รูปแบบการเล่นเพื่อการรักษาประกอบด้วย การเล่นเพื่อให้ได้กระบายอารมณ์ การเตรียมประสบการณ์ และการเล่นเพื่อสร้างเสริมสุขภาพกาย พยาบาลซึ่งเป็นวิชาชีพที่ใกล้ชิดผู้ป่วย จึงควรตระหนักถึงความสำคัญของการเล่นเพื่อการรักษา และมีบทบาทในการประเมิน วินิจฉัยปัญหา วางแผนการเล่น จัดกิจกรรมการเล่น และประเมินผล บทความนี้จะนำเสนอความหมาย ความสำคัญของการเล่นเพื่อการรักษา ชนิดและรูปแบบการเล่นเพื่อการรักษา และบทบาทพยาบาลในการจัดกิจกรรมการเล่นเพื่อการรักษา

คำสำคัญ: การเล่นเพื่อการรักษา, เด็กป่วยในโรงพยาบาล, การปฏิบัติการพยาบาล

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาการพยาบาลเด็กและการผดุงครรภ์ วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย

** อาจารย์ ภาควิชาการพยาบาลเด็กและการผดุงครรภ์ วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย

Therapeutic play for hospitalized children: a guide to nursing practice

*Tassanee Attharos, D.N.S**

*Chayanuch Chaiyaratana, Ph.D.(Nursing)***

Abstract

Play is natural and important for children. Play is especially important for a child with illness. Play for hospitalized children falls into two types: recreational play and therapeutic play. Therapeutic play has a specific purpose for coping with stress and has a physical and psychological impact. Therapeutic play consists of tension-release, preparation, and health maintenance. Nursing is a potential source of health-care workers who can stay with a child and concern themselves with therapeutic play. Therefore, the nurse has a role in preparing for assessment, diagnosing, planning, setting up therapeutic play, and evaluating of a pediatric patient. This article is useful for a nurse in understanding the meaning of therapeutic play, its importance, type, techniques, and the nursing role in therapeutic play.

Keywords: *therapeutic play, hospitalized child, nursing practice*

* Assistant Professor, Department of Pediatric and Obstetric Nursing, The Thai Red Cross College of Nursing

** Instructor, Department of Pediatric and Obstetric Nursing, The Thai Red Cross College of Nursing

การเล่นเป็นธรรมชาติและมีความสำคัญสำหรับเด็ก เนื่องจากการเล่นจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เด็กเรียนรู้ แสดงความรู้สึกของตนเองออกมา เผชิญกับความวิตกกังวล สร้างสรรค์และพัฒนา โดยผ่านการเล่น เมื่อเด็กเจ็บป่วยและอยู่ในโรงพยาบาล การเล่นยังมีความสำคัญมากขึ้น การเล่นจะช่วยให้เด็กที่ป่วยปรับตัวได้กับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ช่วยเยียวยาเด็ก โดยให้เด็กมีโอกาสที่จะสำรวจ แสดงความรู้สึกกับประสบการณ์การเจ็บป่วย ในสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยและไม่คุกคาม พยาบาลจะต้องมีบทบาทในการประเมินและวินิจฉัยปัญหาของเด็กจากการสังเกตการเล่น เพื่อให้เข้าใจความรู้สึกของเด็ก และวางแผนจัดกิจกรรมการเล่นสำหรับเด็ก ทั้งการเล่นตามปกติ และการเล่นเพื่อการรักษา เพื่อให้เด็กสนุกสนานเพลิดเพลิน ลดความเครียดที่เกิดขึ้นจากการรักษาในโรงพยาบาล ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ และสามารถควบคุมตนเองได้ อันเป็นการส่งเสริมความสมบูรณ์ทางด้านร่างกายและจิตใจ บทความนี้จะนำเสนอความหมาย ความสำคัญของการเล่นเพื่อการรักษา ชนิดของการเล่นเพื่อการรักษา การเล่นเพื่อรักษากับผลลัพธ์ทางสุขภาพ บทบาทพยาบาลในการจัดกิจกรรมการเล่นเพื่อการรักษา และข้อเสนอแนะเพื่อนำสู่การปฏิบัติการพยาบาล

ความหมาย

การเล่นเพื่อรักษา (Therapeutic play) หมายถึง กิจกรรมการเล่นที่มีวัตถุประสงค์เฉพาะ เป็นการเตรียมจิตใจสำหรับเหตุการณ์เครียดที่จะเกิดขึ้น ให้เด็กได้ระบายความรู้สึกก่อนรับการรักษา

และการปฏิบัติการพยาบาล ทำให้ความกลัวเป็นไปอย่างมีเหตุผล และสามารถเผชิญกับสถานการณ์เครียดได้ง่ายขึ้น⁽¹⁾

การเล่นเพื่อการรักษา หมายถึง การใช้ของเล่น และวัสดุอื่นๆ อย่างตั้งใจ ในการช่วยให้เด็กถ่ายทอดการรับรู้ ความรู้ที่มีอยู่ และเรียนรู้สิ่งแวดล้อม⁽²⁾

การเล่นเพื่อการรักษา มักจะสัมพันธ์กับการรักษาด้วยการเล่น (Play Therapy) การเล่นเพื่อรักษามีวัตถุประสงค์ ช่วยส่งเสริมพัฒนาการปกติของเด็ก ช่วยให้เด็กเผชิญสถานการณ์ที่ยากลำบาก เหตุการณ์เครียดต่างๆ ส่วนการรักษาด้วยการเล่นใช้สำหรับเด็กที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต เป็นการบำบัดทางจิตที่ต้องอาศัยผู้เชี่ยวชาญเฉพาะ

ความสำคัญของการเล่นเพื่อการรักษาในเด็กที่ป่วย

เมื่อเด็กเจ็บป่วยและอยู่ในโรงพยาบาลจะมีความเครียดจากสิ่งแวดล้อมใหม่ บุคลากรที่ไม่คุ้นเคย หัตถการที่เจ็บปวด ทำให้เกิดความเครียดจากความไม่สบายกาย ทุกข์ใจ⁽³⁾ การรับรู้ความเครียดของเด็กแต่ละคนแตกต่างกันขึ้นกับกระบวนการคิด การประเมินสถานการณ์และการใช้แหล่งประโยชน์ที่เกิดขึ้น พยาบาลจะต้องส่งเสริมให้เด็กเผชิญกับความเครียด และปรับตัวได้อย่างเหมาะสม การเล่นเพื่อการรักษา มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพกายและจิตของเด็ก จะช่วยให้เด็กได้สื่อสารความคิด ความรู้สึกกลัว วิตกกังวลออกมา ช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ความเป็นจริง รู้จักการควบคุมตนเอง สามารถปรับตัวต่อการเจ็บป่วยและการอยู่ในโรงพยาบาลได้

ผลการวิจัยพบว่าการเล่นเพื่อการรักษา มีผลลัพธ์ต่อสุขภาพกายและจิต

1. ผลลัพธ์ทางด้านร่างกาย (Physiological outcomes)

การเล่นเพื่อรักษามีประสิทธิภาพในการลดการตอบสนองของร่างกาย เช่น การเคลื่อนไหวของร่างกายลดลง ชีพจรลดลง และความดันโลหิตลดลง⁽⁴⁾

2. ผลลัพธ์ทางด้านจิตใจและพฤติกรรม (Mental and behavioral outcomes)

การเล่นเพื่อรักษาจะช่วยให้เด็กได้ระบายอารมณ์ ทำให้สุขภาพจิตดี ปรับตัวกับการอยู่โรงพยาบาลได้ และมีความร่วมมือในการทำหัตถการต่างๆ จากผลการวิจัยพบว่า การเล่นเพื่อรักษาโดยใช้บทบาทสมมุติมีผลในการลดความกลัวของเด็กวัยก่อนเรียนที่ได้รับรังสีรักษา⁽⁵⁾ การใช้การเล่นนิทานร่วมกับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองช่วยลดความกลัวของเด็กวัยก่อนเรียนที่ได้รับการฉีควัคซีน⁽⁶⁾ การเบี่ยงเบนความสนใจโดยใช้การเล่นมีผลต่อความกลัวของเด็กวัยก่อนเรียนขณะได้รับสารน้ำทางหลอดเลือดดำ⁽⁷⁾ การเบี่ยงเบนความสนใจโดยใช้เกมดิจิทัลสามารถลดความเจ็บปวดในผู้ป่วยเด็กหลังผ่าตัดไส้ติ่งได้⁽⁸⁾ และการเล่นเพื่อรักษาลดความวิตกกังวลจากการทำผ่าตัดได้⁽⁹⁾ นอกจากนี้ Schwartz, Albino & Tedesco⁽¹⁰⁾ พบว่าเด็กกลุ่มที่ใช้การเล่นเพื่อรักษามีความร่วมมือในการรักษาพยาบาล และความเครียดลดลงมากกว่าการเล่นตามปกติ

ชนิดและรูปแบบของการเล่นเพื่อการรักษา

Vessey & Mahon⁽¹¹⁾ แบ่งชนิดของการเล่นเพื่อรักษา ไว้ดังนี้

1. การเล่นเพื่อให้ได้ระบายอารมณ์ (Emotional outlet play) เป็นการเล่นที่让孩子สื่ออารมณ์ต่างๆ ออกมา ทำให้เด็กเป็นอิสระที่จะแสดงความรู้สึกกลัว วิตกกังวลออกมา และช่วยให้สามารถควบคุมอารมณ์ได้ เช่น การเล่นบทบาทสมมุติ ในสถานการณ์จำลองหลังจากเด็กได้รับหัตถการ การใช้ศิลปะ ของเล่นเป็นดินสอสี สมุดวาดภาพต่างๆ การเล่นที่让孩子แสดงความก้าวร้าว โดยใช้การโยน ตอก ตี โดยไม่เป็นอันตรายต่อเด็ก ของเล่นเป็น ลูกบอล แท่งไม้ แป้งสีต่างๆ ดินน้ำมัน เป็นต้น

2. การเล่นเพื่อการเตรียมประสบการณ์ (Instructional play) เป็นการเล่นเพื่อการเตรียมจิตใจก่อนได้รับหัตถการต่างๆ โดย让孩子ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น เช่น การเล่นบทบาทสมมุติ (role play) ช่วยเตรียมประสบการณ์ที่จะเกิดขึ้น โดยใช้ตุ๊กตา และอุปกรณ์การเล่นจำลองให้เด็กเรียนรู้เหตุการณ์เครียดในโรงพยาบาล เรียนรู้หัตถการต่างๆ ของเล่นที่ใช้อาจเป็นตุ๊กตาครอบครัว หมอ หรือพยาบาล ชุดผ่าตัด และเครื่องมือแพทย์ต่างๆ

3. การเล่นเพื่อส่งเสริมสุขภาพกายเด็ก (Physiologically Enhancing) เป็นการเล่นเพื่อส่งเสริมความแข็งแรงของร่างกาย โดยใช้กิจกรรมการเล่นที่กำหนดขึ้น โดยคำนึงถึงพยาธิสรีรภาพ และพัฒนาการของเด็ก เช่น การเล่นเป่าฟองสบู่ เพื่อเพิ่มการขยายตัวของปอด เป็นต้น

รูปแบบการเล่นเพื่อรักษา อาจเป็นการริเริ่มโดยเด็กเอง หรือเป็นการเล่นที่ผู้ใหญ่เป็นผู้จัดให้ การเล่นที่นำการเล่นโดยเด็ก เด็กจะเป็นผู้ริเริ่มเตรียมการเล่น และควบคุมการเล่น เลือกวัสดุ

และสาระของการเล่น ผู้ใหญ่เป็นผู้สังเกตการเล่นของเด็ก ดังนั้นผู้ใหญ่จะต้องไวต่อความรู้สึกของเด็ก ยอมรับความรู้สึกที่เด็กแสดงออกมา และสะท้อนความรู้สึกให้กับเด็ก เพื่อให้เด็กเข้าใจความรู้สึกของตนเอง แม้ว่าการเลือกรูปแบบนี้จะนำการเล่นโดยเด็ก แต่ผู้ใหญ่จะต้องเตรียมสิ่งแวดล้อมและอุปกรณ์การเล่นสำหรับเด็ก สำหรับการเล่นที่ผู้ใหญ่เป็นผู้นำในการจัดหาอุปกรณ์การเล่น ซึ่งการเล่นแบบนี้ เหมาะสมสำหรับเด็กที่มีพฤติกรรมไม่ค่อยสนใจสิ่งแวดล้อมจึงไม่สนใจที่จะเล่น

บทบาทพยาบาลในการจัดกิจกรรมการเล่นเพื่อการรักษา

1. การรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินปัญหา

การประเมินความคิดและความรู้สึกของเด็กเป็นเรื่องยาก เนื่องจากเด็กมีความจำกัดในเรื่องการสื่อสารความรู้สึกด้วยคำพูดที่แสดงถึงความกลัว โกรธ หรือกังวล อย่างไรก็ตาม เด็กจะแสดงออกโดยการแสดงพฤติกรรมต่างๆ พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความกลัว และวิตกกังวล จะแสดงออกโดยการร้องไห้ ไม่อยู่นิ่ง หลีกหนีจากผู้ดูแล ต่อด้านการทำหัตถการต่างๆ และอาจมีพฤติกรรมถดถอย การสังเกตพฤติกรรมใช้หลายวิธีร่วมกัน ทั้งการใช้ศิลปะ การเล่าเรื่อง หนังสือ ตีกลอง เพื่อเพิ่มความเข้าใจการรับรู้ และความรู้สึกของเด็ก

2. วินิจฉัยปัญหา

การวินิจฉัยปัญหาทางการพยาบาลเป็นการจัดกลุ่มข้อมูลที่เด็กแสดงออกโดยภาษาพูด พฤติกรรม อากาและอาการแสดง ข้อวินิจฉัย

ทางการพยาบาลที่พบบ่อย คือ “กลัว และวิตกกังวล” ความกลัว เป็นความรู้สึกที่สามารถระบุสิ่งที่คุกคามเด็กได้ ในขณะที่ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกที่ไม่ทราบสิ่งคุกคาม นอกจากนี้ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาล “ไม่สามารถเผชิญความเครียดได้” เกิดขึ้นเมื่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นรุนแรงมากจนทำให้ความสามารถในการแก้ปัญหาไม่เพียงพอ ซึ่งการเผชิญความเครียดที่ไม่มีประสิทธิภาพนำไปสู่อารมณ์ต่างๆ ทั้งโกรธ กังวล และกลัวต่อไปได้

การกำหนดผลลัพธ์ที่เกิดกับเด็ก เป็นการกำหนดการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นกับเด็ก คือ เด็กมีความสามารถในการที่จะควบคุมความกลัว ความวิตกกังวล และคงไว้ซึ่งบทบาทของตนเองได้ ทำให้อมมือในการรักษา และทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ

3. การวางแผนการเล่น จัดเตรียมสถานที่หรือห้องเล่นที่เงียบสงบ ให้เด็กมีอิสระจากสิ่งรบกวนต่างๆ และกำหนดเวลาสำหรับเด็กเพื่อให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระ เตรียมของเล่นที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการเล่น ซึ่งของเล่นจะต้องปลอดภัย และเหมาะสมกับการพัฒนาการของเด็ก

4. การจัดกิจกรรมการเล่น สร้างสัมพันธ์ภาพกับเด็กและครอบครัว บอกวัตถุประสงค์ของการเล่น อภิปรายร่วมกับครอบครัว กำหนดความคาดหวังและเวลาที่ใช้ในการเล่น ประเมินความจำกัดของเด็ก จะช่วยให้เด็กและครอบครัวมีความรู้สึกไว้วางใจพยาบาลและอุ่นใจมากขึ้น ในระหว่างการเล่นกระตุ้นให้เด็กหยิบจับเครื่องมือ กระตุ้นให้เด็กได้ระบายความรู้สึกออกมา พยาบาลแสดงการยอมรับความรู้สึกทั้งด้านบวก และด้านลบของเด็กที่แสดงออกมา ในระหว่างการเล่น สังเกต จดจำ

คำพูด ความรู้สึกต่างๆ ที่ซ่อนอยู่ในคำพูดและการกระทำที่แสดงออกมา ทั้งคำพูด การกระทำ การหยิบจับของเล่น

5. การประเมินผลและการบันทึก สังเกตปฏิกริยาของเด็กต่อการเล่น บันทึกสิ่งที่ได้จากการสังเกตเด็กเล่น เพื่อวินิจฉัยปัญหาและวางแผนการพยาบาลต่อไป

ข้อเสนอแนะเพื่อนำสู่การปฏิบัติ

1. ในการเรียนการสอนหลักสูตรพยาบาล-ศาสตร์บัณฑิต ควรจัดประสบการณ์เรียนรู้ในเนื้อหา ของรายวิชาภาคทฤษฎี และจัดประสบการณ์ให้ปฏิบัติในการปฏิบัติพยาบาลเด็กเพื่อให้นักศึกษามีความรู้และทักษะการจัดการกิจกรรมการเล่นสามารถนำไปใช้ได้จริงเมื่อสำเร็จการศึกษา ตัวอย่างเช่น ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลเด็ก วิทยาลัยพยาบาล สภากาชาดไทย ได้จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้นักศึกษา โดยให้นักศึกษาจัดประสบการณ์การเล่น เพื่อการรักษาในเด็กป่วย

2. การพัฒนาความสามารถของพยาบาล วิชาชีพ โดยการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อเพิ่มความตระหนักในความสำคัญของการเล่น และ ทดลองปฏิบัติจริงกับเด็กป่วย ตัวอย่างเช่น โครงการ การเล่นของอนุกรรมการจัดการเล่น ในโครงการ ส่งเสริมคุณภาพชีวิตเด็กป่วยเรื้อรัง ของโรงพยาบาล จุฬาลงกรณ์ โดยความร่วมมือของทีมสหสาขาวิชา

ทั้งแพทย์ พยาบาล อาจารย์พยาบาล นักสังคม สงเคราะห์ ได้จัดกิจกรรมการประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อพัฒนาความสามารถของบุคลากรให้มีความรู้ และทักษะการจัดการเล่นให้เด็กป่วยเรื้อรัง

3. ผู้บริหารทางพยาบาล ควรตระหนักถึง ความสำคัญของการเล่นเพื่อการรักษา และจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์การเล่น และกำหนด ให้การเล่นเพื่อการรักษาเป็นกิจกรรมทางพยาบาล หนึ่งใน การดูแลเด็กทางด้านจิตใจของเด็กป่วย

4. การวิจัยและการนำผลการวิจัยสู่การปฏิบัติ มีการวิจัยหลายเรื่อง ที่ศึกษาประสิทธิภาพของ การเล่นในการลดความกลัวและเพิ่มความร่วมมือ ของเด็กในการทำหัตถการ อย่างไรก็ตามพยาบาล ควรตระหนักถึงความสำคัญของการนำไปสู่การ ปฏิบัติจริง

การเล่นเพื่อการรักษาเป็นการเล่นที่มี วัตถุประสงค์เฉพาะในการเตรียมจิตใจเด็กสำหรับ เหตุการณ์เครียดที่จะเกิดขึ้น ให้เด็กได้ระบาย ความรู้สึกที่ได้รับการรักษาและการปฏิบัติการ พยาบาล ทำให้ความกลัวเป็นไปอย่างมีเหตุผล และสามารถเผชิญกับสถานการณ์เครียดได้ง่าย มีรูปแบบการเล่นหลากหลาย พยาบาลจึงควร ตระหนักถึงความสำคัญ และจัดกิจกรรมการเล่น เพื่อการรักษาให้เด็กป่วย ซึ่งการจัดกิจกรรม การเล่นนี้นับเป็นบทบาทอิสระของพยาบาล อันจะ เป็นประโยชน์ต่อเด็ก และต่อวิชาชีพต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Craft-Rosenberg M, Denehy J. Nursing Interventions for Infants children and families. California: Sage; 2001.
2. Bowden VR, Greenberg CS. Children and their families: the continuum of care. 2nd ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2010.
3. ทศนีย์ อรรถารส, จุไร อภัยจิรรัตน์. รูปแบบการดูแลต่อเนืองในเด็กที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง. วารสารสภาการพยาบาล 2554; 26(ฉบับพิเศษ):112-25.
4. Koller D. Child life council evidenced-based practice statement. Therapeutic play in pediatric health care: the essence of child life practice. [Internet] 2008 [cited 2012 Aug 10]. Available from <http://www.childlife.org/files/EBPPlaystatement-complete.pdf>
5. ทศนีย์ อรรถารส. ผลการเตรียมจิตใจต่อความกลัวในการรับรังสีรักษาในเด็กวัยก่อนเรียนที่เป็นโรคมะเร็ง [วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2538.
6. เนตรฤทัย ภูนาถลม, สุชาดา ปรามมีชัย. ผลของโปรแกรมการเล่นิทานร่วมกับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองต่อความกลัวของเด็กวัยก่อนเรียนที่ได้รับการฉีควัคซีน. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ 2555;35:98-106.
7. ดาราวรรณ ภูเพ็ง, สุธิศา ล่ามช่าง, นันทา เสียววิริยะกิจ. ผลการเบี่ยงเบนความสนใจโดยบิดามารดาต่อความกลัวของเด็กวัยก่อนเรียนขณะได้รับสารน้ำทางหลอดเลือดดำ. พยาบาลสาร 2554;38: 56-69.
8. สุชาดา สุนทรศิริทรัพย์, วนิดา เสนะสุทธิพันธุ์. ผลของการเบี่ยงเบนความสนใจโดยใช้เกมดิจิทัลต่อความปวดของผู้ป่วยเด็กหลังผ่าตัดไส้ติ่ง 24 ชั่วโมง. วารสารพยาบาลศาสตร์ 2555;30:72-9.
9. Li HC, Lopez V. Effectiveness and appropriateness of therapeutic play intervention in preparing children for surgery : a randomized controlled trial study. J Spec Pediatr Nurs 2008;13:63-73.
10. Schwartz BH, Albino JE, Tedesco LA. Effects of psychological preparation on children hospitalized for dental operations. J Pediatr 1983;102:634-8.
11. Vessey JA, Mahon MM. Therapeutic play and the hospitalized child. J Pediatr Nurs 1990;5:328-33.