

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดต่ออาการหายใจลำบากและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้ารับการรักษาและรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน จำนวน 20 ราย ซึ่งกำหนดให้เป็นกลุ่มทดลอง และโรงพยาบาลบ้านโฮ่ง อำเภอบ้านโฮ่ง จังหวัดลำพูน จำนวน 20 ราย ซึ่งกำหนดให้เป็นกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอด และกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการฝึกโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด แต่ได้รับการรักษาพยาบาลตามปกติ ระยะเวลาในการศึกษาตั้งแต่เดือนเมษายน 2543 ถึง เดือนกันยายน 2543 โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติดังนี้ เป็นผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มีความรุนแรงของโรคอยู่ในระดับ 3 และ 4 ไม่เป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายหรือโรคที่เป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย สามารถสื่อสารเข้าใจโดยใช้ภาษาไทย ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นคู่ โดยให้แต่ละคู่มีคุณสมบัติเหมือนหรือใกล้เคียงกันในเรื่อง เพศ อายุ ระดับความรุนแรงของโรคและยาที่ได้รับในการรักษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 ส่วน ส่วนที่ 1 โปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ประกอบด้วย หนังสือคู่มือการปฏิบัติตัวและการฝึกออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ผู้วิจัยนำคู่มือดังกล่าวให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและนำมาแก้ไขปรับปรุงความถูกต้องของภาษา ความครบถ้วนของเนื้อหาตามความเห็นและคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ และทำการศึกษาแนะนำร้องในกลุ่มผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่างจำนวน 3 ราย เพื่อแก้ไขปรับปรุงคู่มือให้ชัดเจนเหมาะสมกับผู้ป่วย แล้วจึงนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง ส่วนที่ 2 แบบประเมินที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดอาการหายใจลำบาก แบบวัดดัชนีคุณภาพชีวิต แบบวัด

นี้ผ่านการตรวจสอบความตรงมาแล้ว ผู้วิจัยนำแบบวัดดัชนีคุณภาพชีวิตไปหาความเชื่อมั่นโดยนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84 และตารางบันทึกการออกกำลังกายร่วมกับการหายใจแบบเป่าปาก ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลโดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนอาการหายใจลำบากก่อนและหลังการศึกษา โดยใช้สถิติ Wilcoxon matched - pair signed rank test และทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยใช้สถิติ Mann - Whitney U - test ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการศึกษาโดยใช้สถิติ paired t - test และทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยใช้สถิติ independent t - test

ผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด มีค่าเฉลี่ยคะแนนอาการหายใจลำบากภายหลังการศึกษาน้อยกว่าผู้ป่วยที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด มีค่าเฉลี่ยคะแนนอาการหายใจลำบากภายหลังการศึกษาน้อยกว่าก่อนการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด มีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตภายหลังการศึกษามากกว่าผู้ป่วยที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด มีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตภายหลังการศึกษามากกว่าก่อนการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดมีอาการหายใจลำบากลดลงและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ในด้านต่างๆ ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

ควรมีการนำโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังไปใช้กับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้ารับการตรวจวินิจฉัยและรักษาในโรงพยาบาลทั้งแผนกผู้ป่วยนอก และผู้ป่วยใน

ด้านการบริหารการพยาบาล

ผู้บริหารควรพิจารณาให้มีการจัดฝึกอบรมพยาบาลให้มีความรู้เกี่ยวกับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด และนำมาวางแผนให้การพยาบาลแก่ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเพื่อให้มีอาการหายใจลำบากลดลงและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ด้านการศึกษาพยาบาล

ควรให้นักศึกษาพยาบาลนำโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังไปใช้กับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่สามารถออกกำลังกายได้ เพื่อลดอาการหายใจลำบากและเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรติดตามศึกษาผู้ป่วยกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม ภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดครั้งนี้ต่อเนื่องไปอีกในระยะยาว เพื่อประเมินการเปลี่ยนแปลงอาการหายใจลำบากและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย และอาจดูผลของการเปลี่ยนแปลงในด้านอื่นๆ ด้วย เช่น สมรรถภาพการทำงานของปอด ความทนทานในการออกกำลังกาย ความสามารถในการทำกิจกรรมประจำวัน เป็นต้น

2. ควบคู่ศึกษาผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด เพื่อประเมินความสามารถในการทำกิจกรรม ความถี่ของการเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาล ในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ข้อจำกัดของการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง ไม่ได้ใช้การสุ่มตัวอย่าง นอกจากนี้ยังศึกษาเฉพาะผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลป่าซาง และโรงพยาบาลบ้านโฮ่ง เก็บข้อมูลในช่วงเดือน เมษายน 2543 - กันยายน 2543 เท่านั้น กลุ่มตัวอย่างที่ได้จึงมิได้เป็นตัวแทนของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังทั้งหมด