

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) ชนิดหนึ่งกลุ่มก่อน-หลังการทดลอง (one group pretest – posttest design) เพื่อศึกษาผลของการบริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกรานต่อภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงในสตรีวัยหมดระดู กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีวัยหมดระดู ชมรมวัยทองจังหวัดเชียงรายที่มีภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูง โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดจำนวน 34 คน ระหว่างเดือนตุลาคม ถึงเดือนธันวาคม พ.ศ. 2543 ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 2 ประเภทคือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลและแบบประเมินความรุนแรงของภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูง แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบบันทึกจำนวนครั้งของภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูง และส่วนที่ 2 แบบประเมินการรับรู้ความรุนแรงของภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ได้แก่ แผนการบริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกราน แผ่นพับเรื่องการบริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกรานและแบบบันทึกเวลาและจำนวนครั้งที่บริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกราน

ผู้วิจัยดำเนินการประเมินจำนวนครั้งของภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงและการรับรู้ความรุนแรงของภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูง ภายหลังจากสิ้นสุดการประเมินผู้วิจัยดำเนินการฝึกบริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกรานและให้กลุ่มตัวอย่างกลับไปบริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกรานที่บ้านตามแผนการบริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกรานที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยนัดพบทวนแผนการบริหารกล้ำมเนื้อพื้นเชิงกรานทุก 2 สัปดาห์ เมื่อครบ 8 สัปดาห์ ผู้วิจัยนัดประเมิน

จำนวนครั้งของภาวะπίศสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูงและการรับรู้ความรุนแรงของภาวะ
 ปัสสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูง ซ้ำอีกครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์เพื่อทดสอบความแตกต่างของจำนวน
 ครั้งของภาวะπίศสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูง และคะแนนการรับรู้ความรุนแรงของภาวะ
 ปัสสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูงก่อนและหลังบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกราน โดยใช้สถิติ
 ทดสอบวิลคอกซันจับคู่เครื่องหมายตำแหน่ง ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าสมมติฐานการวิจัยทั้ง 2
 ข้อได้รับการยอมรับดังนี้

1. จำนวนครั้งของภาวะπίศสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูงภายหลังบริหารกล้ามเนื้อ
 พื้นเชิงกราน ลดลงกว่าก่อนบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานในสตรีวัยหมดระดูอย่างมีนัยสำคัญทาง
 สถิติที่ระดับ .001

2. การรับรู้ความรุนแรงของภาวะπίศสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูงภายหลังบริหาร
 กล้ามเนื้อพื้นเชิงกราน ลดลงกว่าก่อนบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานในสตรีวัยหมดระดูอย่างมี
 นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ข้อจำกัดในการวิจัย

เนื่องจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด
 อาจมีข้อจำกัดในการนำผลการวิจัยไปใช้อ้างอิงประชากร

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านปฏิบัติการพยาบาล สามารถเป็นแนวทางในการสอน แนะนำ ชี้แนะ วิธีการ
 บริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานแก่สตรีวัยหมดระดูที่มีภาวะπίศสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูง
 เพื่อช่วยลดจำนวนครั้งและการรับรู้ความรุนแรงของภาวะπίศสาวะเลือดจากแรงดันในช่องท้องสูง

2. ด้านบริหารการพยาบาล ผู้บริหารควรตระหนักถึงความสำคัญของการบริหาร
 กล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานต่อการลดจำนวนครั้งและการรับรู้ความรุนแรงของภาวะπίศสาวะเลือดจาก
 แรงดันในช่องท้องสูง โดยการจัดให้มีการอบรมและเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการบริหารกล้ามเนื้อ
 พื้นเชิงกรานแก่เจ้าหน้าที่ในแผนกที่เกี่ยวข้องกับสตรีหรือระบบทางเดินปัสสาวะ โดยเฉพาะคลินิก
 เวทย์ทอง เพื่อให้บริการอย่างครอบคลุมและเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษา

3. ด้านการศึกษาพยาบาล ในการจัดการเรียนการสอนทางด้านสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา หรือการพยาบาลสตรีควรเน้นเนื้อหาเกี่ยวกับการพยาบาลสตรีที่มีภาวะπίสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูง โดยเฉพาะการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานซึ่งเป็นวิธีที่สตรีสามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง ไม่มีอันตรายและไม่เสียค่าใช้จ่าย ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษานำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อช่วยเหลือสตรีที่มีภาวะπίสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูง

4. ด้านการวิจัยควรนำผลการวิจัยไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวิจัยเกี่ยวกับการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานในสตรีกลุ่มอื่นที่มีภาวะπίสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไปดังนี้คือ

1. ควรทำการศึกษาในสตรีที่มีภาวะπίสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงกลุ่มอื่นๆ เช่น สตรีสูงอายุ สตรีตั้งครรภ์ และสตรีหลังคลอด เป็นต้น
2. ควรศึกษาผลของการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานต่อภาวะกลั้นปีสสาวะไม่อยู่ชนิดอื่นในสตรีวัยหมดระดู เช่น ภาวะกลั้นปีสสาวะไม่อยู่แบบทันทีทันใด และแบบผสม เป็นต้น
3. ควรศึกษาผลของการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานต่อภาวะปีสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงในประเด็นอื่น เช่น ผลกระทบด้านต่างๆ คุณภาพชีวิต และความสบาย เป็นต้น
4. ควรศึกษาผลของการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานต่อภาวะปีสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงในระยะเวลานานขึ้น เพื่อศึกษาว่าจะบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานเป็นระยะเวลานานเท่าใดจึงจะทำให้ภาวะปีสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงหายไป
5. ควรศึกษาผลของการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานต่อภาวะปีสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องสูงร่วมกับการรักษาเชิงพฤติกรรมชนิดอื่น เช่น การป้อนกลับทางชีวภาพ และการใส่กรวยในช่องคลอด เป็นต้น