

ประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรัง  
ด้วยตนเองต่อผลลัพธ์การจัดการด้วยตนเองในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

พรทิพย์ อุ่นจิตร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

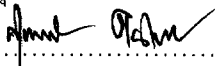
มีนาคม 2548

ISBN 9745022675

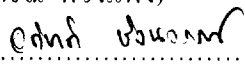
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา  
วิทยานิพนธ์ของ พรทิพย์ อุ่นจิตร ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ ของมหาวิทยาลัยบูรพา  
ได้

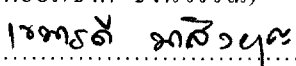
อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

.....ประธาน

(ดร. สุภากรณ์ ดั่งแพง)

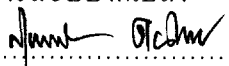
.....กรรมการ

(นายแพทย์อภิชาติ ชิงนวรรณ)

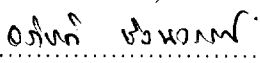
.....กรรมการ

(ดร. เขมรดี มาสิงบุญ)

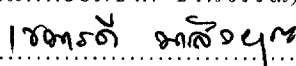
คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน

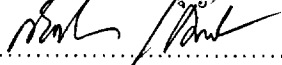
(ดร. สุภากรณ์ ดั่งแพง)

.....กรรมการ

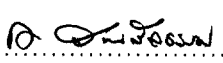
(นายแพทย์อภิชาติ ชิงนวรรณ)

.....กรรมการ

(ดร. เขมรดี มาสิงบุญ)

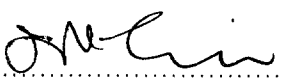
.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. สายพิน เกษมกิจวัฒนา)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. กุลลาบ รัตนัสจธรรม)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประทุม ม่วงมี)

วันที่ 31 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2548

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์ ระดับบัณฑิตศึกษา  
จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา  
ประจำภาคต้น ปีการศึกษา 2547

## ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาต่าง ๆ อย่างดียิ่งจาก ดร.สุภาภรณ์ ด้วงแพง ซึ่งเป็นประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ นพ.อภิชาติ ชิงนวรรณ ดร.เขมรดี มาสิงบุญและรศ.ดร.สายพิณ เกษมกิจวัฒนา กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางที่ถูกต้อง ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความละเอียดถี่ถ้วน และเอาใจใส่ด้วยดีเสมอมา ซึ่งทำให้ผู้วิจัยได้แนวทางในการศึกษาค้นคว้าหาความรู้และประสบการณ์อย่างกว้างขวางในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกทราบบซึ่งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ นพ.องอาจ โกสินทรจิตต์ นพ.ครรชิต ปิยะเวชวิรัตน์ ผศ.ดร.ดวงรัตน์ วัฒนกิจไกรเลิศ คุณสุปราณี ศรีพลวงษ์และคุณประไพ วัฒนไกรที่กรุณารับเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลชลบุรี ในการอนุญาตให้เก็บข้อมูล คุณอังศณา แจ่มศรีและคุณสมศรี ท้าวดี พยาบาลและเจ้าหน้าที่ประจำห้องตรวจระบบทางเดินหายใจที่คอยให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ระหว่างเก็บรวบรวมข้อมูล รวมถึงผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังและญาติทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัยโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านหมี่และเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลบ้านหมี่ทุกท่านที่สนับสนุนให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสได้ศึกษาในระดับปริญญาโท ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่กรุณาถ่ายทอดความคิด ความรู้ และปลูกฝังความรัก ความภาคภูมิใจในวิชาชีพพยาบาล

ท้ายที่สุดผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่ น้องสาวและน้องชายที่ให้การสนับสนุนและคอยให้กำลังใจในการศึกษา และขอขอบคุณพี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ทุกท่านที่มีส่วนช่วยเหลือและให้กำลังใจมาโดยตลอด

พรทิพย์ อุ่นจิตร

45911653: สาขาวิชา: การพยาบาลผู้ใหญ่: พย.ม. (การพยาบาลผู้ใหญ่)

คำสำคัญ: ความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง/ ภาวะอาการหายใจลำบาก/ ผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

พรทิพย์ อุณจิตร์: ประสิทธิภาพของโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองต่อผลลัพธ์การจัดการด้วยตนเองในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (THE EFFECTIVENESS OF PROMOTING COMPETENCY IN CHRONIC DYSPNEA SELF-MANAGEMENT PROGRAM ON SELF-MANAGEMENT OUTCOMES IN PEOPLE WITH CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE). อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์: สุภาภรณ์ ค้างคอง, พย.ค., เขมรดี มาสิงบุญ, D.S.N., นพ.อภิชาติ ชิงนวรรณ์, พบ., วว.(อายุรศาสตร์), วว.(อายุรศาสตร์โรคระบบทางเดินหายใจและเวชบำบัดวิกฤต) 104 หน้า. ปี พ.ศ. 2548. ISBN 9745022675

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองต่อผลลัพธ์การจัดการด้วยตนเองในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มารับการรักษา ที่งานผู้ป่วยนอก แผนกอายุรกรรม โรงพยาบาลศูนย์ชลบุรี จำนวน 42 คน สุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 21 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ทำการวัดผลของโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองด้วยแบบประเมินการรับรู้ความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังและแบบประเมินสภาวะอาการหายใจลำบาก สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า

1. ภายหลังการได้รับ โปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง ผู้ที่เป็น โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองดีขึ้นและมีคะแนนเฉลี่ยสภาวะอาการหายใจลำบากลดลงกว่าก่อนได้รับ โปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. กลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีคะแนนเฉลี่ยสภาวะอาการหายใจลำบากลดลงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษาครั้งนี้สามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับพยาบาล ในการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังและการวิจัยต่อไป เพื่อช่วยให้ผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังสามารถพัฒนาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการจัดการกับการเจ็บป่วยเรื้อรังได้

45911653: MAJOR: ADULT NURSING; M.N.S. (ADULT NURSING)

KEYWORD: COMPETENCY IN CHRONIC DYSPNEA SELF-MANAGEMENT/

DYSPNEA STATUS/ CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE

PORNTHIP OUNCHIT : THE EFFECTIVENESS OF PROMOTING  
COMPETENCY IN CHRONIC DYSPNEA SELF-MANAGEMENT PROGRAM ON  
SELF-MANAGEMENT OUTCOMES IN PEOPLE WITH CHRONIC OBSTRUCTIVE  
PULMONARY DISEASE. THESIS ADVISORS: SUPAPORN DUANGPAENG, D.N.S.,  
KAEMARADEE MASINGBOON, D.S.N., APICHART CHINGNAWAN, M.D.,(MEDICINE,  
PULMONARY AND CRITICAL CARE MEDICINE) 104 P. 2005. ISBN 9745022675

The quasi-experimental research, two-groups pre-post test design, was conducted to determine the effect of promoting competency in chronic dyspnea self-management program on the self-management outcomes in people with chronic obstructive pulmonary disease(COPD). Forty-two people with COPD attending an Out-Patient Clinic at Chon Buri Regional Hospital were randomized to promoting competency in chronic dyspnea self-management program (intervention group, n=21) or to usual care(control group, n=21). Perceived competency in chronic dyspnea self-management scale and Dyspnea Visual Analogue Scale(DVAS) were used in data collection to evaluate the self-management outcomes. The data was analyzed using percentage, mean, standard deviation and t-test.

The results of this study showed that

1. The after received promoting competency self-management program had significantly increased chronic dyspnea self-management mean scores and had significantly decreased dyspnea status than the before received promoting competency self-management program ( $p<.05$ ).
2. The intervention group had significantly higher chronic dyspnea self-management mean scores and had significantly lower dyspnea status mean scores than the control group ( $p<.05$ ).

The finding of this study can be used as guideline for nurse to promoting competency in chronic dyspnea self-management in people with COPD and for future research in order to help people with COPD to become expert in illness self-management.

## สารบัญ

หน้า

|                                                                                     |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----|
| บทคัดย่อภาษาไทย.....                                                                | จ  |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....                                                             | ฉ  |
| สารบัญ.....                                                                         | ช  |
| สารบัญตาราง.....                                                                    | ฌ  |
| สารบัญภาพ.....                                                                      | ฎ  |
| บทที่                                                                               |    |
| 1 บทนำ.....                                                                         | 1  |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....                                                 | 1  |
| คำถามในการวิจัย.....                                                                | 4  |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....                                                        | 5  |
| สมมติฐานของการวิจัย.....                                                            | 5  |
| ขอบเขตของการวิจัย.....                                                              | 6  |
| นิยามศัพท์เฉพาะ.....                                                                | 6  |
| ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....                                           | 8  |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย.....                                                           | 9  |
| 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                                               | 12 |
| โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง.....                                                          | 12 |
| อาการหายใจลำบากของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง.....                              | 14 |
| การจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองของผู้ที่เป็นโรคปอด<br>อุดกั้นเรื้อรัง..... | 30 |
| 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....                                                        | 39 |
| ลักษณะของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....                                               | 40 |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                                                     | 42 |
| การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....                                                     | 45 |
| การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....                                                | 46 |

## สารบัญ (ต่อ)

| บทที่                                                                                                   | หน้า |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| การทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....                                                                     | 46   |
| การวิเคราะห์ข้อมูล.....                                                                                 | 53   |
| 4 ผลการวิจัย.....                                                                                       | 54   |
| 5 สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....                                                                       | 68   |
| สรุปผลการวิจัย.....                                                                                     | 69   |
| อภิปรายผล.....                                                                                          | 72   |
| ข้อเสนอแนะ.....                                                                                         | 73   |
| ข้อจำกัดในการวิจัย.....                                                                                 | 74   |
| บรรณานุกรม.....                                                                                         | 75   |
| ภาคผนวก.....                                                                                            | 83   |
| ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                                                               | 84   |
| ภาคผนวก ข คู่มือการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง<br>ของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง.....     | 92   |
| ภาคผนวก ค ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลการเจ็บป่วยของกลุ่มควบคุมและ<br>กลุ่มทดลองเปรียบเทียบกับค่าไคสแควร์..... | 95   |
| ภาคผนวก ง ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย.....                                                                 | 101  |
| ประวัติย่อของผู้วิจัย.....                                                                              | 105  |

## สารบัญตาราง

| ตารางที่                                                                                                                                                                                                                             | หน้า |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง.....                                                                                                                                                                      | 54   |
| 2 จำนวนและร้อยละ ของข้อมูลการเจ็บป่วยของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง.....                                                                                                                                                                | 57   |
| 3 ช่วงคะแนน ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง จำแนกรายด้านของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนได้รับโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง..... | 61   |
| 4 ช่วงคะแนน ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง จำแนกรายด้านของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง..... | 62   |
| 5 ช่วงคะแนน ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสภาวะอาการหายใจลำบากของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง.....                                    | 63   |
| 6 ความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองและคะแนนสภาวะอาการหายใจลำบาก ของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง.....                     | 64   |
| 7 ความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองและคะแนนสภาวะอาการหายใจลำบาก ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง.....                      | 65   |
| 8 ความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง และคะแนนสภาวะอาการหายใจลำบาก ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนได้รับการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเอง.....                | 65   |

## สารบัญตาราง (ต่อ)

| ตารางที่                                                                                                                                                                                                                         | หน้า |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 9 ความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรัง<br>ด้วยตนเอง และคะแนนสภาวะอาการหายใจลำบาก ระหว่างกลุ่มควบคุมและ<br>กลุ่มทดลองหลังได้รับการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบาก<br>เรื้อรังด้วยตนเอง..... | 66   |
| 10 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองเปรียบเทียบ<br>ด้วยค่าไคสแควร์.....                                                                                                                                   | 96   |
| 11 จำนวนและร้อยละของข้อมูลการเจ็บป่วยของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง<br>เปรียบเทียบด้วยค่าไคสแควร์.....                                                                                                                              | 98   |

## สารบัญภาพ

| ภาพที่                                                             | หน้า |
|--------------------------------------------------------------------|------|
| 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....                                        | 11   |
| 2 แผนภาพแสดงตัวรับสัมผัสและผลกระทบที่ทำให้เกิดอาการหายใจลำบาก..... | 16   |
| 3 แนวคิดเกี่ยวกับอาการหายใจลำบาก.....                              | 17   |
| 4 แผนภาพแสดง Oxygen-Cost Diagram.....                              | 23   |
| 5 รูปแบบการวิจัย.....                                              | 39   |