

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์กัญญา ออประเสริฐ
อาจารย์พยาบาลประจำห้องผ่าตัด
ภาควิชาการพยาบาลศัลยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
2. นายแพทย์นเรศ ประสานพานิช
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์
ประจำโครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. นางสาวพัทยา จันทร์เสงี่ยม
หัวหน้าฝ่ายการพยาบาล
ประจำโครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก ข
หนังสือขอความอนุเคราะห์



ที่ ทม. 2001.06/

โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ
มหาวิทยาลัยบูรพา
169/382 ถ.ลงหาดบางแสน
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

26 กันยายน 2543

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นที่ปรึกษาโครงการวิจัย
เรียน รองศาสตราจารย์กัญญา ออประเสริฐ

ด้วย นางสาวสุภาพร เลิศร่วมพัฒนา ข้าราชการ ตำแหน่ง พยาบาล 6 ระดับ 6 สังกัดโครงการ
จัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา กำลังทำวิจัย เรื่อง “การเชื่อมผู้ป่วยก่อนผ่าตัด โดย
พยาบาลห้องผ่าตัดต่อระดับความวิตกกังวล และความพึงพอใจของผู้ป่วยที่มารับการผ่าตัด ณ ห้องผ่าตัด
โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ”

จึงเรียนมาเพื่อขอเรียนเชิญท่านเป็นที่ปรึกษาโครงการวิจัยเรื่องดังกล่าว หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
จะได้รับความกรุณาจากท่านด้วยดี และขอขอบคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายพิสิษฐ์ พริยาพรรณ)

ผู้อำนวยการ โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ

โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ

โทร. (038) 390324 , 390580

โทรสาร (038) 745803



ที่ ทม. 2001.06/

โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ
มหาวิทยาลัยบูรพา
169/382 ถ.ลงหาดบางแสน
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

27 กันยายน 2543

เรื่อง ขออนุญาตนำแบบวัดความวิตกกังวลของสปีลเบอร์เกอร์ฟอร์มวายไปใช้ในการทำวิจัย
เรียน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื่อง ด้วย นางสาวสุภาพร เลิศร่วมพัฒนา ข้าราชการ ตำแหน่ง พยาบาล 6 ระดับ 6 หัวหน้า
พยาบาลห้องผ่าตัด สังกัด โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา ทำวิจัย เรื่อง
“การเยี่ยมผู้ป่วยก่อนผ่าตัด โดยพยาบาลห้องผ่าตัดต่อระดับความวิตกกังวล และความพึงพอใจของผู้
ป่วยที่รอรับการผ่าตัด ณ ห้องผ่าตัด โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพมหาวิทยาลัยบูรพา” และมี
ความประสงค์จะขอนำแบบวัดความวิตกกังวลของสปีลเบอร์เกอร์ฟอร์มวายไปใช้ในงานวิจัยดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตให้นำแบบวัดความวิตกกังวลของสปีลเบอร์เกอร์ฟอร์ม
วายใช้ในการวิจัยเรื่องดังกล่าวด้วยจกขอบคณบดี

ขอแสดงความนับถือ

(นายพิสิษฐ์ พิริยาพรรณ)

ผู้อำนวยการ โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ

โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ

โทร. (038) 390324 , 390580

โทรสาร (038) 745803



ที่ ทม. 2001.06/

โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ
มหาวิทยาลัยบูรพา
169/382 ถ.ลงหาดบางแสน
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

10 มกราคม 2544

เรื่อง ขออนุญาตทดลองใช้แบบสอบถามกับผู้ป่วยก่อนผ่าตัด
เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลชลบุรี

เนื่อง ด้วย นางสาวสุภาพร เลิศร่วมพัฒนา ข้าราชการ ตำแหน่ง พยาบาล 6 ระดับ 6
หัวหน้าห้องผ่าตัด สังกัด โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา ทำวิจัย เรื่อง
“การเยี่ยมผู้ป่วยก่อนผ่าตัด โดยพยาบาลห้องผ่าตัดต่อระดับความวิตกกังวล และความพึงพอใจของ
ผู้ป่วยที่มารับการผ่าตัด ณ ห้องผ่าตัดโครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ” มีความประสงค์ขอความ
อนุเคราะห์จากท่าน เข้าทำการทดลองใช้แบบสอบถามในการทำวิจัย ณ โรงพยาบาลชลบุรี โดยจะขอ
ทำการเก็บ ข้อมูลในผู้ป่วยที่รอรับการผ่าตัดทางด้านศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์และสูตินรีเวช ที่ได้รับ
การเยี่ยมก่อนการผ่าตัดจากพยาบาลห้องผ่าตัด จำนวน 30 ราย ที่หอผู้ป่วยและห้องรอผ่าตัด ตั้งแต่
วันที่ 15 มกราคม 2544 เป็นต้นไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตให้ทดลองใช้แบบสอบถามเพื่อนำไปปรับปรุงแบบสอบถามที่จะนำไปใช้ในการวิจัยเรื่องดังกล่าวด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(นายพิสิษฐ์ พิริยาพรรณ)

ผู้อำนวยการโครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ

โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ

โทร. (038) 390324 , 390580

โทรสาร (038) 745803

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย

แบบฟอร์มการยินยอมของผู้ป่วยในการเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ข้าพเจ้า (นาย , นาง , นางสาว).....อายุ.....ปี
 เกี่ยวข้องเป็น.....ของ (นาย , นาง,นางสาว)
 เป็นกลุ่มตัวอย่างในการทำวิจัยเรื่อง การเยี่ยมผู้ป่วยก่อนผ่าตัด โดยพยาบาลห้องผ่าตัดต่อระดับความ
 วิตกกังวลและความพึงพอใจของผู้ป่วยที่มารับการผ่าตัด ณ ห้องผ่าตัด โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยา
 ศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา ของนางสาวสุภาพร เลิศร่วมพัฒนา พยาบาลห้องผ่าตัด
 โครงการจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา

ข้าพเจ้าได้รับคำอธิบายถึงวัตถุประสงค์ วิธีการ ระยะเวลาของการศึกษาวิจัย และประโยชน์
 ของการศึกษานี้จากนางสาวสุภาพร เลิศร่วมพัฒนา เป็นอย่างดี และทราบว่า การวิจัยครั้งนี้จะไม่
 กระทบกระเทือนต่อการรักษาพยาบาลที่ได้รับ โดยที่ข้าพเจ้าสามารถบอกเลิกการเป็นกลุ่มตัวอย่าง
 ของการวิจัยได้ตามความต้องการของข้าพเจ้า

ลงชื่อ.....ผู้ป่วยหรือญาติ
 (.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ลงชื่อ.....พยาน
 (.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แบบสอบถาม

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในวงกลมหน้าคำตอบที่ท่านเลือกและ/หรือเติมข้อความลงในช่องว่าง

1. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี
2. เพศ ชาย หญิง
3. สถานภาพสมรส โสด สมรส หย่าร้าง
 หม้าย แยกกันอยู่
4. ประสบการณ์ในการผ่าตัด
 ที่โรงพยาบาลแห่งนี้ ไม่เคย เคย ระบุ.....ครั้ง
 ที่โรงพยาบาลแห่งอื่น ไม่เคย เคย ระบุ.....ครั้ง
5. ระดับการศึกษา
 ไม่ได้เรียน อาชีวศึกษา
 ประถมศึกษา ปริญญาตรี
 มัธยมศึกษาตอนต้น สูงกว่าปริญญาตรี
 มัธยมศึกษาตอนปลาย
6. อาชีพ
 นักเรียน/นักศึกษา รับจ้างทั่วไป
 ว่างาน เกษตรกร
 แม่บ้าน/พ่อบ้าน อื่น ๆ ระบุ.....
 รับราชการ / วิสาหกิจ
7. รายได้ของท่านต่อเดือน
 ต่ำกว่า 3,000 บาท
 3,000-5,000 บาท
 5,001-7,000 บาท
 มากกว่า 7,000 บาท
8. การชำระค่ารักษาพยาบาลในครั้งนี้นี้ของท่าน
 ชำระเงินเอง
 เบิกได้

แบบสอบถามวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญ (STAI Form Y-1)

คำแนะนำในการตอบคำถามข้อ 1 – 20

ข้อความข้างล่างต่อไปนี้ เป็นข้อความที่ท่านจะใช้บรรยายเกี่ยวกับตัวท่านเอง

โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน
ในขณะนี้

ข้อความต่อไปนี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดังนั้นโปรดอย่าใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบ
ข้อหนึ่งข้อใดนานเกินควร แต่จงเลือกคำตอบที่ท่านคิดว่าบรรยายความรู้สึกของท่านในขณะนี้ได้
ชัดเจนที่สุด เพราะคำตอบที่ได้จากท่านจะนำมาใช้ประโยชน์ต่อตัวท่านและในวงการศึกษาคือ

รายการ	ไม่เลย	มีบ้าง	ค่อนข้าง มาก	มากที่สุด
1. ข้าพเจ้ารู้สึกสงบ				
2. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคง - ปลอดภัย				
3. ข้าพเจ้าเป็นคนเครียด				
4. ข้าพเจ้ารู้สึกเกร็งและเครียด				
5. ข้าพเจ้ารู้สึกสบาย ๆ				
6. ข้าพเจ้ารู้สึกอารมณ์เสีย				
7. ข้าพเจ้าวิตกกังวลกับสิ่งร้ายที่อาจจะเกิดขึ้น				
8. ข้าพเจ้ารู้สึกพึงพอใจ				
9. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นกลัว				
10. ข้าพเจ้ารู้สึกสะดวกสบาย				
11. ข้าพเจ้ารู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง				
12. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเต้น				
13. ข้าพเจ้ารู้สึกกระสับกระส่าย				
14. ข้าพเจ้ารู้สึกลังเลใจ				
15. ข้าพเจ้ารู้สึกผ่อนคลาย				
16. ข้าพเจ้ารู้สึกพึงพอใจ				
17. ข้าพเจ้าวิตกกังวล				
18. ข้าพเจ้ารู้สึกสับสน				
19. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคง				
20. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นคนน่าคบ				

แบบสอบถามวัดความวิตกกังวลแฝง (STAI Form Y-2)

คำแนะนำในการตอบคำถามข้อ 21 – 40

ข้อความข้างล่างต่อไปนี้ เป็นข้อความที่ท่านจะใช้บรรยายเกี่ยวกับตัวท่านเอง

โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อให้เข้าใจและทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกต่างๆ ไป ท่านที่สุด

ข้อความต่อไปนี้ ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดังนั้น โปรดอย่าใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบข้อหนึ่งข้อใดนานเกินควร แต่จงเลือกคำตอบที่ท่านคิดว่าบรรยายความรู้สึกต่างๆ ไปของท่านได้ดีที่สุด

รายการ	เกือบไม่มี เลข	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เกือบ ตลอดเวลา
21. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นคนน่าคบ				
22. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเต้นและกระวนกระวาย				
23. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความพอใจในตัวเอง				
24. ข้าพเจ้าอยากเป็นสุขเท่ากับที่คนอื่น ๆ เป็นอยู่				
25. ข้าพเจ้ารู้สึกเหมือนเป็นคนล้มเหลว				
26. ข้าพเจ้ารู้สึกปลอดโปร่ง				
27. ข้าพเจ้าสงบ - ใจเย็น - มีสติ				
28. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าปัญหา มากขึ้นทุกทีจนสู้ไม่ไหว				
29. ข้าพเจ้ากังวลมากเกินไปในสิ่งที่จริงจริงแล้วไร้สาระ				
30. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นสุข				
31. ข้าพเจ้ามีความคิดที่ทำให้ตนเองไม่สบายใจ				
32. ข้าพเจ้าขาดความมั่นใจในตนเอง				
33. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคงปลอดภัย				
34. ข้าพเจ้าเป็นคนตัดสินใจได้อย่างง่ายดาย				
35. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความสามารถไม่เพียงพอ				
36. ข้าพเจ้ารู้สึกพึงพอใจ				
37. ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวลในการที่ข้าพเจ้ามีความคิดที่ไร้สาระ				
38. ข้าพเจ้ารับความผิดหวังอย่างจริงจังจนกระทั่งไม่สามารถที่จะลืมมันได้				
39. ข้าพเจ้าเป็นคนมั่นคง				
40. เมื่อข้าพเจ้าคิดถึงสิ่งที่เกี่ยวข้องกับหรือสนใจในระยะหลัง ๆ นี้ทำให้ข้าพเจ้าอยู่ในภาวะความตึงเครียด และสับสน				

สำหรับเจ้าหน้าที่

การวินิจฉัยโรคก่อนผ่าตัด.....

ทำผ่าตัด.....

ชนิดของการให้ยาระงับความรู้สึก.....

รับผู้ป่วยไว้ในโรงพยาบาล เวลา.....วันที่.....

หอผู้ป่วย.....

Set ผ่าตัดเวลา วันที่.....

กรอกแบบสอบถามข้อ 21 – 40 (ที่หอผู้ป่วย) เวลา.....วันที่.....

พยาบาลเยี่ยมก่อนผ่าตัดที่หอผู้ป่วย เวลา.....วันที่.....

ผู้ป่วย ไปถึงห้องผ่าตัด เวลา.....

พยาบาลเข้าไปทักทายและให้ข้อมูลแก่ผู้ป่วย เวลา.....

กรอกแบบสอบถามข้อ 1 – 20 (ที่ห้องผ่าตัด) เวลา.....

ย้ายผู้ป่วยไปที่เตียงผ่าตัด เวลา.....

.....ผู้วิจัย / ผู้ช่วยวิจัย
 (.....)
 วันที่ / /

แบบสอบถาม

ความพึงพอใจของผู้ป่วยต่อการเชื่อมก่อนผ่าตัด โดยพยาบาลห้องผ่าตัด

คำชี้แจง โปรดแสดงความคิดเห็นต่อการให้บริการพยาบาลจำนวน 15 ข้อคำถาม

ถ้าท่านพึงพอใจมากต่อกิจกรรมการพยาบาลที่ท่านได้รับจากพยาบาลห้องผ่าตัด

โปรดขีด ✓ ลงในช่อง พพอใจมาก

ถ้าท่านพึงพอใจน้อยต่อกิจกรรมการพยาบาลที่ท่านได้รับจากพยาบาลห้องผ่าตัด

โปรดขีด ✓ ลงในช่อง พพอใจน้อย

ถ้าท่านไม่พึงพอใจต่อกิจกรรมการพยาบาลที่ท่านได้รับจากพยาบาลห้องผ่าตัด

โปรดขีด ✓ ลงในช่อง ไม่พอใจ

ลักษณะการให้บริการของพยาบาล และข้อมูลที่ได้รับ	ความพึงพอใจ		
	พอใจมาก	พอใจ น้อย	ไม่พอใจ
คุณลักษณะของพยาบาลห้องผ่าตัด			
1. พยาบาลมีความพร้อมในการเข้าเยี่ยมท่าน			
2. พยาบาลข้มทักทายหรือมีการแนะนำตัวก่อนที่จะพูดคุยกับท่าน			
3. พยาบาลทำตัวเป็นกันเองกับท่าน			
4. พยาบาลเต็มใจรับฟังคำบอกเล่า บ่นหรือการปรับทุกข์จากท่าน			
5. พยาบาลสามารถตอบข้อซักถามของท่าน ได้อย่างชัดเจน เข้าใจง่าย			
ข้อมูลที่ได้รับ			
6. พยาบาลบอกท่านให้รู้จักสิ่งแวดล้อมและสถานที่ภายในห้องผ่าตัด			
7. พยาบาลบอกท่านให้รู้จักเกี่ยวกับการแต่งกายของเจ้าหน้าที่ที่ทำงานในห้องผ่าตัด			
8. พยาบาลบอกท่านเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนไปห้องผ่าตัด			
9. พยาบาลแจ้งหรือแนะนำชื่อแพทย์ที่จะทำการผ่าตัดให้ท่าน			
10. พยาบาลบอกท่านถึงระยะเวลาที่แพทย์ใช้ในการผ่าตัด			
11. พยาบาลบอกท่านถึงตำแหน่งของแผลผ่าตัด			
12. พยาบาลบอกท่านให้รู้จักวิธีบรรเทาอาการปวดแผลหลังผ่าตัด			
13. พยาบาลบอกท่านให้รู้จักวิธีปฏิบัติตัวเมื่ออยู่ห้องผ่าตัด			
14. พยาบาลบอกท่านให้รู้จักวิธีปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดเมื่ออยู่หอผู้ป่วย			
15. พยาบาลบอกท่านให้รู้จักวิธีปฏิบัติตัวเมื่อกลับไปอยู่บ้าน			

คู่มือเยี่ยมผู้ป่วยก่อนผ่าตัด

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	อุปกรณ์	ประเมินผล
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยกับผู้ป่วยและญาติ	ผู้เยี่ยมแนะนำตัวกับผู้ป่วยและญาติ บอกวัตถุประสงค์ของการเยี่ยมครั้งนี้ 1. เพื่อทำความรู้จักและความคุ้นเคยกับผู้ป่วย 2. เพื่อเตรียมความพร้อมด้านร่างกายและจิตใจของผู้ป่วยก่อนเข้ารับการผ่าตัด 3. เพื่อแนะนำให้ผู้ป่วยรู้จักสภาพแวดล้อมภายในห้องผ่าตัด และการปฏิบัติตัวขณะอยู่ในห้องผ่าตัด		- สีนน้ำอิมแบ็ - พุคคุยกับผู้ป่วย - ชักถามปัญหาต่าง ๆ
2. เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องเกี่ยวกับ - การบริหารการหายใจ - การไออย่างมีประสิทธิภาพ - การพลิกตะแคงตัวและลุกนั่ง - การออกกำลังกายหลังผ่าตัด เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนทางระบบหายใจและการไหลเวียนเลือด	1. สอบถามผู้ป่วยเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดที่แพทย์หรือพยาบาลประจำหอผู้ป่วยได้สอนหรือฝึกให้ผู้ป่วย 2. ทบทวนในสิ่งที่ผู้ป่วยได้รับการสอนจากพยาบาลหอผู้ป่วย กรณีผู้ป่วยที่ไม่ได้รับการสอน ผู้เยี่ยมควรทำการสอน ผู้ป่วย ในหัวข้อดังต่อไปนี้ - การบริหารการหายใจ - การไออย่างมีประสิทธิภาพ - การพลิกตะแคงตัวและการลุกนั่ง - การออกกำลังกาย การบริหารการหายใจ - นอนหงายชันเข่าสองข้าง - วางมือบนหน้าท้อง หายใจเข้าลึก ๆ ทางจมูก จนหน้าท้องโป่งคันทันมือสูงขึ้น แล้วหายใจเข้าเต็มที่ กลั้นไว้สัก 3 วินาที - หายใจออกทางปากช้าๆ โดยทำปากห่อ จนมือที่วางอยู่บนหน้าท้องลดต่ำลง ควรทำเช่นนี้บ่อย ๆ ประมาณ 8-10 ครั้ง ทุก 2 ชั่วโมง	- แผ่นพับ - แฟ้มภาพ	- แสดงความและพุดคุย - ผู้ป่วยสามารถปฏิบัติได้ถูก

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	อุปกรณ์	ประเมินผล
	<p style="text-align: center;">การไออย่างมีประสิทธิภาพ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ควรอยู่ในท่านั่งโน้มตัวไปข้างหน้าหรือครึ่งนั่งครึ่งนอน - ก่อนไอ หายใจเข้าออกลึก ๆ 4 - 5 ครั้ง สูดหายใจเข้าเต็มทีที่ถึ้นไว้ - หายใจออกพร้อมกับไอออกมาแรง ๆ 3 ครั้ง ขณะไอให้ใช้มือประคองแผลผ่าตัดหรือใช้หมอนมากคกระชับแผลผ่าตัดเอาไว้ <p style="text-align: center;">การพลิกตะแคงตัวและลุกนั่งหลังผ่าตัด</p> <ul style="list-style-type: none"> - พลิกตะแคงตัวซ้ายขวาสลับกับการนอนหงายราบ ทุก 1 - 2 ชั่วโมง - ควรลุกนั่งขึ้นภายหลังผ่าตัด 24 - 48 ชั่วโมง (ถ้าไม่มีข้อห้าม) <p style="text-align: center;">วิธีฝึกพลิกตะแคงตัวและลุกนั่ง</p> <ul style="list-style-type: none"> - พลิกตัวไปทางขวา ใช้มือซ้ายจับราวกันเตียงข้างซ้ายค่อย ๆ ขยับตัวไปทางซ้ายจนใกล้ขอบเตียง แล้วพลิกตัวมาทางขวา - พลิกตัวไปทางซ้าย ใช้มือขวาจับราวกันเตียงข้างขวาค่อย ๆ ขยับตัวไปทางขวาจนใกล้ขอบเตียง แล้วพลิกตัวมาทางซ้าย - การลุกนั่งแบบหงาย พยายามไขหัวเตียงขึ้น 45 - 60 องศา ผู้ป่วยใช้มือยันที่นอนเกร็งตัวขึ้นนั่งแล้วค่อย ๆ เลื่อนขา 2 ข้างมาข้างเตียงให้ลำตัวหมุนตาม - ใช้มือยันที่นอนจนขา 2 ข้างห้อยลงข้างเตียง วางเท้าทั้ง 2 ข้างบนเก้าอี้ข้างเตียง 		

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	อุปกรณ์	ประเมินผล
	<p>- การลุกนั่งแบบตะแคง ถ้าจะลุกนั่งมาทางซ้ายของ เตียง ให้เลื่อนตัวมานอนริมซ้าย พยายามไขหัวเตียง ขึ้น 30-45 องศา ผู้ป่วยงอเข่าขวาพร้อมซ้าย มือซ้าย จับขอบที่นอนเอื้อมแขนขวามาจับขอบที่นอนเหนือ มือซ้าย แล้วตะแคงซ้ายเลื่อนขา 2 ข้างพื้นขอบเตียง ใช้มือขวาและข้อศอกซ้าย ยันบนที่นอน แล้วยกศรีษะ และไหล่ขึ้น โดยให้น้ำหนักตกบนมือขวาและ ข้อศอกซ้ายจนขา 2 ข้าง ห้อยลงข้างเตียง วางเท้า 2 ข้างบนเก้าอี้ข้างเตียงแล้วใช้มือทั้ง 2 ข้างมารับ น้ำหนักตัวใกล้สะโพกแทน</p> <p>การออกกำลังกายหลังผ่าตัด</p> <p>- นอนราบยกแขน 2 ข้าง เขยิบตรงขึ้นด้านหน้า ยกเรื่อยขึ้นไปให้อยู่เหนือศรีษะ พร้อมหายใจเข้า ออกลึก ๆ แล้วยกแขน กลับวางข้างลำตัวทำทำนี้ 3-5 ครั้ง</p> <p>- นอนหงายราบ ปลายเท้าตั้งตรง พยายามกระดกนิ้ว เท้าให้ชี้ขึ้นมาด้านหลังเท้าให้มากที่สุดแล้วชี้กลับ สู่ฝ่าเท้าให้มากที่สุด พร้อมทั้งเกร็งกล้ามเนื้อขา ทำ 5 ครั้ง</p> <p>- นอนหงายราบ หมุนปลายเท้าให้เป็นวงกลม ทีละ ข้างกลับไปกลับมา ด้านละ 3-5 ครั้ง</p> <p>- นอนหงายราบ ยกขาทีละข้างสูงจากพื้น 1 ฟุต ในท่าเหยียดตรงงอเข่าทำมุมฉาก เขยิบขาออก แล้วค่อย ๆ วางลง ทำสลับข้างกัน 3-5 ครั้ง</p>		

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	อุปกรณ์	ประเมิน
3. เพื่อให้ผู้ป่วยทราบถึงวิธีการปฏิบัติตัวก่อนไปห้องผ่าตัด	<ol style="list-style-type: none"> 1. ควรอาบน้ำ สระผม ขำระร่างกายให้สะอาด เปลี่ยนเสื้อผ้า ถอดเครื่องประดับ ถอดฟันปลอม ชนิดที่ถอดได้ เลนส์สัมผัส ชูดัชนีใน และอื่นๆ ของมีค่าควรถอดเก็บไว้กับญาติหรือฝากพยาบาล ตามกฎ ร.พ. 2. อาจจะได้รับกรใ้หน้าเกลือที่แขนข้างใดข้างหนึ่ง ก่อนไปห้องผ่าตัด 3. ถ่ายปัสสาวะก่อนไปห้องผ่าตัด 4. ขณะไปห้องผ่าตัด ถ้ามีอาการหรือสิ่งผิดปกติ ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ทันที 	<ul style="list-style-type: none"> - แผ่นพับ - เพิ่มภาพ 	<ul style="list-style-type: none"> - เมื่อซักถาม - ผู้ป่วยสามารถ - ตอบคำถาม - ได้ถูกต้อง
4. เพื่อให้ทราบถึงสภาพแวดล้อมภายในห้องผ่าตัด	<ol style="list-style-type: none"> 1. เมื่อผู้ป่วยมาถึงหน้าห้องผ่าตัด จะต้องเปลี่ยนเปลนอนและถูกนำไปนอนรอนในห้องที่จะได้รับการผ่าตัด มีเจ้าหน้าที่ห้องผ่าตัดคอยช่วยเหลือตลอดเวลาขณะรอผ่าตัด 2. แนะนำผู้ป่วยว่าทีมผ่าตัด ประกอบด้วย แพทย์ พยาบาลส่งเครื่องมือ พยาบาลช่วยเหลือรอบนอก และวิสัญญีพยาบาล 3. แนะนำชื่อแพทย์และทีมพยาบาลผ่าตัด 4. การแต่งกายของบุคลากรห้องผ่าตัด ดังเกิด ได้ดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> - แพทย์และพยาบาลสวมชุดสีเขียว - เจ้าหน้าที่ห้องผ่าตัดสวมชุดสีฟ้า - เจ้าหน้าที่ทุกคนจะสวมหมวกและผ้าปิดปากและจมูก 5. ขณะรอแพทย์ผ่าตัด วิสัญญีพยาบาลและเจ้าหน้าที่ห้องผ่าตัดจะมาสอบถามประวัติต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการวางแผนการให้การพยาบาล ขณะผ่าตัด ผู้ป่วยควรให้ความร่วมมือในการตอบ 6. เมื่อทีมผ่าตัดพร้อม เจ้าหน้าที่พยาบาลจะนำผู้ป่วยย้ายเข้าไปนอนที่เตียงผ่าตัด 	<ul style="list-style-type: none"> - แผ่นพับ - เพิ่มภาพ 	<ul style="list-style-type: none"> - เมื่อซักถาม - ผู้ป่วยสามารถ - ตอบคำถาม - ได้ถูกต้อง

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	อุปกรณ์	ประเมิน
	<p>7. สภาพห้องผ่าตัด</p> <ul style="list-style-type: none"> - อากาศจะเย็นกว่าข้างนอก จะรู้สึกเย็นขึ้น เจ้าหน้าที่พยาบาลจะคลุมผ้าให้ - มีเตียงผ่าตัด โคมไฟผ่าตัด ตลอดจนอุปกรณ์ และเครื่องมือที่จำเป็นในการทำผ่าตัด <p>8. ทีมแพทย์และพยาบาลจะให้การดูแลผู้ป่วย ตลอดการทำผ่าตัดเสร็จสิ้น</p>		
<p>5. เพื่อให้ผู้ป่วยทราบถึงสิ่งที่จะต้องประสบขณะผ่าตัด</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. บอกให้ทราบชนิดของการได้รับยาระงับความรู้สึกที่จะได้รับตามชนิดของการผ่าตัด 2. ขั้นตอนการได้รับยาระงับความรู้สึก <ol style="list-style-type: none"> 2.1 การให้ยามสลบ <p>ผู้ป่วยจะไม่รู้สึกตัวตลอดการผ่าตัดและจะรู้สึกตัว เมื่อการผ่าตัดเสร็จสิ้น</p> 2.2 การให้ยาชาทางช่องน้ำไขสันหลัง <p>ผู้ป่วยจะต้องนอนตะแคงงอเข่าทั้งสองข้างให้มากที่สุด โดยให้ผู้ป่วยใช้มือสองข้างรวบได้เข่าไว้ ก้มหน้า คางชิดอก โกงหลังเต็มที่ เพื่อให้กระดูกสันหลังแยกจากกัน แพทย์หรือวิสัญญีพยาบาลจะสามารถแทงเข็มให้ยาชาได้สะดวก ขณะให้ยาผู้ป่วยต้องนอนนิ่ง ๆ หลังจากได้ยาชาผู้ป่วยจะรู้สึกตัวแต่ไม่รู้สึกเจ็บปวดขณะผ่าตัด</p> 3. หลังจากนั้นจะได้รับการจัดทำผู้ป่วยตามการผ่าตัด 4. ถ้ามีอาการผิดปกติหลังได้รับยาระงับความรู้สึก ให้บอกแพทย์หรือพยาบาลทันที 5. ก่อนเริ่มผ่าตัด แพทย์จะต้องทำความสะอาดบริเวณผ่าตัดด้วยน้ำยาทำลายเชื้อโรคและปูผ้าปลอดเชื้อ 6. ก่อนเย็บปิดแผลจะมีการตรวจนับเครื่องมือ เครื่องใช้ในการผ่าตัดให้ครบ 	<ul style="list-style-type: none"> - แผ่นพับ - เพิ่มภาพ 	<ul style="list-style-type: none"> - เมื่อซักถามผู้ป่วยสามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	อุปกรณ์	ประเมินผล
6. เพื่อให้ทราบเกี่ยวกับสภาพผู้ป่วยหลังผ่าตัด	<p>สภาพผู้ป่วยหลังผ่าตัด</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. บอกตำแหน่งของแผลผ่าตัดและอาจมีสายยางต่อออกจากแผลหรือข้างแผลเพื่อระบายเลือดและสิ่งขับหลังที่คั่งค้างจากการผ่าตัด หรืออาจมีท่ออย่างอื่นๆ ห้ามผู้ป่วยดึงสิ่งเหล่านี้เอง 2. เมื่อผ่าตัดเสร็จแล้ว ผู้ป่วยจะได้รับการดูแลในห้องพักฟื้นประมาณ 1 ชั่วโมงครึ่งถึง 2 ชั่วโมง ซึ่งอยู่บริเวณเดียวกับห้องผ่าตัด เนื่องจากระยะแรกหลังผ่าตัด อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการผ่าตัด เมื่อผู้ป่วยรู้สึกตัวดีและไม่มีภาวะแทรกซ้อน จึงจะได้รับการส่งกลับมาที่หอผู้ป่วยเดิม 3. ถ้าผู้ป่วยปวดแผลผ่าตัด ให้แจ้งกับพยาบาลเพื่อขอาระงับปวดได้ เมื่อกลับมาที่หอผู้ป่วย นอกจากการใช้าระงับปวดแล้ว วิธีที่จะบรรเทาความเจ็บปวดได้ เช่น การเปลี่ยนท่านอน การทำจิตใจให้สบาย หรือการหาสิ่งเบี่ยงเบนความสนใจ เช่น พูดคุยกับผู้ป่วยเตียงอื่น อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง ฯลฯ 	<ul style="list-style-type: none"> - แผ่นพับ - แฟ้มภาพ 	<ul style="list-style-type: none"> - เมื่อซักถามผู้ป่วยสามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง
7. เพื่อให้ทราบวิธีการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัด	<p>บอกวิธีการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัด ตามวิธีการระงับความรู้สึกและการผ่าตัดที่ได้รับ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ถ้าผู้ป่วยได้รับการดมยาสลบ ระยะแรก ต้องงดน้ำและอาหารทางปาก ในระหว่างนี้จะได้รับน้ำเกลือที่แขน ในกรณีที่ผ่าตัดเกี่ยวกับช่องท้อง เมื่อระบบทางเดินอาหารเริ่มทำงานจึงจะสามารถรับประทานอาหารได้ - ถ้าผู้ป่วยได้รับยาชาทางช่องไขสันหลัง ผู้ป่วยจะเคลื่อนไหวท่อนล่างของร่างกายไม่ได้ อากาธาจะดีขึ้นในเวลาต่อมาและต้องนอนราบอย่างน้อย 12 ชั่วโมงหรือตามแพทย์เห็นสมควร 	<ul style="list-style-type: none"> - แผ่นพับ - แฟ้มภาพ 	<ul style="list-style-type: none"> - เมื่อซักถามผู้ป่วยสามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	อุปกรณ์	ประ
	<ul style="list-style-type: none"> - ควรหายใจเข้าออกลึก ๆ ตามวิธีที่ได้ฝึกปฏิบัติมา - ถ้ามีเสมหะในลำคอให้ไอเอาเสมหะออกมาแรง ๆ และใช้มือประคองแผลผ่าตัดไว้ - หลังผ่าตัด 1 วัน ถ้าไม่มีข้อห้าม ควรพลิกตะแคงตัว และลุกนั่ง 		
8. เพื่อให้ทราบวิธีปฏิบัติตัวเมื่อกลับไปอยู่บ้าน	<p>ให้คำแนะนำเมื่อกลับไปอยู่บ้าน เกี่ยวกับ</p> <ul style="list-style-type: none"> - การดูแลแผลผ่าตัด - การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ - การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ - การกินยาให้ถูกต้องตามแพทย์สั่ง - การพักผ่อน - การมาพบแพทย์เพื่อตรวจตามนัด - การปฏิบัติตัวเพื่อฟื้นฟูสภาพภายหลังผ่าตัด ตามชนิดของการผ่าตัดที่ผู้ป่วยได้รับ 	<ul style="list-style-type: none"> - แผ่นพับ - แฟ้มภาพ 	<ul style="list-style-type: none"> - เมื่อซักผู้ป่วยค ตอบคำ ได้ถูกต้อง

ขั้นตอนการปฏิบัติเมื่อผู้ป่วยมาถึงห้องผ่าตัด

1. ผู้วิจัยจะเข้าไปสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย โดยการแนะนำตัว ทักทายและพูดคุยผู้ป่วยด้วยท่าที่เป็นมิตร
2. บอกสถานที่ที่ผู้ป่วยนอนรอ
3. บอกชื่อแพทย์ผู้ผ่าตัด
4. บอกเวลาโดยประมาณที่จะทำการผ่าตัด
5. ดูแลและให้การพยาบาลผู้ป่วยขณะรอผ่าตัด

การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัด



1. หลังการผ่าตัด เจ้าหน้าที่จะย้ายท่านไปนอนที่ห้องพักที่หน่วยดูแลห้องผ่าตัด ประมาณ 1-2 ชั่วโมง หรือจนกระทั่งอาการของท่านปลอดภัยแล้วจึงจะส่งท่านกลับห้องผู้ป่วย
 2. ท่านจะมีสายน้ำเกลือที่แขนข้างใดข้างหนึ่ง มีฝักก๊อชปิดที่แผลผ่าตัด บางท่านอาจมีสายยางระบายเลือดหรือได้รับการคาสายสวนปัสสาวะ ห้ามดึงออกเอง
 3. ท่านที่ได้รับยาคุมสลับ หลังผ่าตัด 1-2 ชั่วโมงแรก จะยังไม่รู้สึกตัว ต้องนอนราบตะแคงหน้าไปด้านใดด้านหนึ่ง เมื่อรู้สึกตัวดีแล้วนอนหนุนหมอนใต้ ถ้ารู้สึกเจ็บคอ ให้กลั้วคอด้วยน้ำอุ่น ต้องดื่มน้ำและอาหารทางปาก
- ท่านที่ได้รับยาทางช่องโวลันหลัง ต้องนอนราบไม่หนุนหมอน 12-24 ชั่วโมง ผลของยาจะทำให้ความดันโลหิตต่ำลง อาจมีอาการปวดศีรษะ ถ้าไม่มีอาการกลับได้ อาจจะสามารถรับประทานอาหารและน้ำทางปากได้เลย ควรดื่มน้ำมาก ๆ วันละ 2-3 ลิตร เพื่อป้องกันอาการปวดศีรษะ

4. การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดระยะ 24-48 ชั่วโมงแรก เพื่อป้องกันโรคแทรกซ้อนทางปอดและการไหลเวียนของเลือด ท่านต้องปฏิบัติดังนี้

- ความพลิกตะแคงตัว ซ้าย ขวา สลับการนอนหงาย ทุก 1-2 ชม. และลุกออกจากรเตียงโดยเร็ว ภายหลังผ่าตัด 24 ชั่วโมง
- หายใจเข้า เต็มที่ซ้ำ ๆ และหายใจออกยาว ๆ 5 ครั้ง ในระยะแรกหลังผ่าตัดและอาจเพิ่มได้ถึง 10 ครั้ง ทำทุก 1-2 ชั่วโมง
- ถ้ามีเสมหะในลำคอ ให้ไอเอาเสมหะออกโดยสูดหายใจเข้าออกลึก ๆ ยาว ๆ 4-5 ครั้ง ในขณะที่หายใจเข้าครั้งสุดท้าย ให้หายใจเข้าเต็มทีกลั้นไว้แล้วไอออกมาจากส่วนลึกของลำคอ 3 ครั้ง และใช้มือหรือหมอนหนุน ๆ ประคองแผลขณะไอ เพื่อบรรเทาอาการปวดแผลและป้องกันแผลแยก

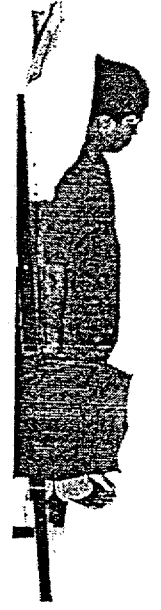


ห้องผ่าตัด ศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ
The Queen Sirikit

เมื่อพบเจออุปกรณ์ตัด

สิ่งที่ท่านควรทราบเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเข้ารับการรักษา ดังนี้ คือ

- การตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม ได้แก่
 - ตรวจปัสสาวะ
 - เอกซเรย์ปอด
 - ทำหน้าที่อายุ 35 ปีขึ้นไป
- จะได้รับการตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ



แพทย์จะนัดให้ท่านมาอนที่โรงพยาบาลก่อนวันผ่าตัด หรือ มาในวันผ่าตัดเลยก็ได้ ขึ้นอยู่กับชนิดของโรคหรือความรีบด่วนในรักษาพยาบาล

เมื่อมาละ

การปฏิบัติก่อนผ่าตัด

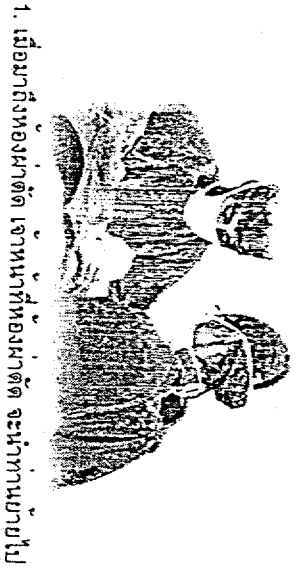
1. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
2. พักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ โดยงดพละการในวันก่อนผ่าตัด
3. งดสูบบุหรี่ อย่างน้อย 3 สัปดาห์ ก่อนผ่าตัดเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนของปอด

4. กรณีที่แพทย์นัดท่านมารอทำการผ่าตัดที่โรงพยาบาล ก่อนวันผ่าตัดหรือวันที่ทำการผ่าตัด ท่านอาจได้รับการเตรียมตัวหนึ่งบริเวณที่จะทำการผ่าตัด ควรอาบน้ำ สระผม ตัดเส้น

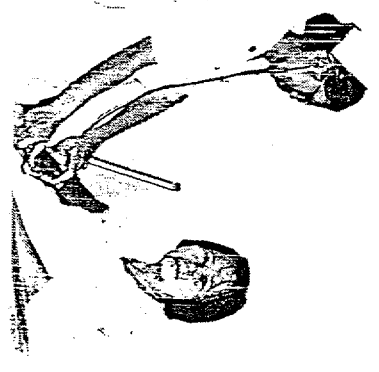
5. ต้องงดน้ำและอาหารก่อนทำการผ่าตัดอย่างน้อย 8 ชั่วโมง เพื่อให้กระเพาะอาหารว่าง ป้องกันการสำลักอาหารและในอาหารที่เราเข้าไปอุดตันทางเดินหายใจ ขณะที่ได้บาระวังความรู้สึก

6. ท่านจะได้รับการสวนอุจจาระทางทวารหนัก ยกเว้นในรายที่มีข้อห้าม เพื่อป้องกันอุจจาระไหลออกมาขณะผ่าตัดและป้องกันหนองอักเสบหลังผ่าตัดด้วย ภายหลังสวนอุจจาระ ดูแลทำความสะอาดร่างกายและเปลี่ยนเสื้อผ้าชุดที่ไปห้องผ่าตัด
7. ท่านที่เข้ารับการผ่าตัดทางนิ้วข เช่น ผ่าตัดมดลูกหรือรังไข่ เป็นต้น อาจจะได้รับการสวนช่องคลอดให้สะอาดก่อนเข้าผ่าตัด
8. ก่อนไปห้องผ่าตัด ถ้ามีฟันปลอมชนิดถอดได้ต้องถอดออกเพื่อป้องกันการหลุดเข้าไปอุดตันทางเดินหายใจ นอกจากนี้ต้องถอดเครื่องประดับและของมีค่า เช่น สร้อย แหวน นาฬิกา ฟันปลอม อวัยวะเทียม แว่นตา คอนแทกเลนส์ ผูกไว้กับญาติ หรือพยาบาลเพื่อป้องกันการสูญหาย
9. ต้องถ่ายปัสสาวะ ก่อนไปห้องผ่าตัด

การปฏิบัติเมื่ออยู่ในห้องผ่าตัด



1. เมื่อมาถึงห้องผ่าตัด เจ้าหน้าที่ที่ห้องผ่าตัด จะนำท่านไปยังห้องผ่าตัดหรือห้องที่จะได้รับการผ่าตัด
2. ท่านจะได้รับการตรวจความพร้อมก่อนผ่าตัด เช่น การ



3. เมื่อทีมผ่าตัดพร้อม ท่านจะถูกยกขึ้นไปนอนที่เตียงผ่าตัด
4. หากท่านต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการผ่าตัด สามารถถามได้จากพยาบาล
5. ขณะรอผ่าตัด ถ้ามีอาการผิดปกติหรือปวดปัสสาวะให้บอกเจ้าหน้าที่ได้ทันที
6. การปฏิบัติขณะได้รับการระงับความรู้สึก
 - กรณีได้รับการดมสลบ ท่านจะไม่รู้สึกตัวขณะทำการผ่าตัด และรู้สึกตัวเมื่อการผ่าตัดเสร็จสิ้น ขณะที่ท่านได้รับดมสลบ จะอยู่ในการดูแลของวิสัญญีพยาบาลตลอดเวลา

กรณีได้รับการดมสลบ ท่านต้องนอนตะแคงอย่างหนึ่งข้างให้หลังอย่างที่สุด และต้องนอนนิ่งๆ ขณะที่แพทย์หรือวิสัญญีพยาบาลฉีดยาชาซึ่งทางของกระดูกสันหลัง หลังจากนั้นจะรู้สึกขา ไม่เจ็บขณะทำการผ่าตัด จะรู้สึกตัวตลอดเวลาที่ทำการผ่าตัด อากการจะหาย ภายหลัง 2-4 ชั่วโมง ขึ้นกับชนิด วิธีการและปริมาณยาที่ได้รับ หลังจากท่านได้รับการรักษาทางช่องไขสันหลังแล้ว ถ้ามีอาการผิดปกติรีบบอกพยาบาลได้ทันที

