

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรคไตวายเรื้อรังเป็นปัญหาสาธารณสุขที่มีอุบัติการณ์สูงขึ้น ในปี ค.ศ. 2002 องค์การอนามัยโลกได้สำรวจผู้สูงอายุในประเทศสหรัฐอเมริกาที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลทั้งหมดพบว่า โรคระบบทางเดินปัสสาวะและไตเป็นสาเหตุการตายอันดับที่ 10 ของประเทศ (National Kidney Foundation, 2005) สำหรับประเทศไทยในปี พ.ศ. 2546-2550 พบว่า โรคไตอักเสบ กลุ่มอาการของไตพิการและไตพิการเป็นสาเหตุการตายอันดับที่ 6 โดยพบอัตราผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังต่อประชากร 100,000 คน ในปี พ.ศ. 2548-2550 เท่ากับ 182.92, 220.77 และ 373.7 ตามลำดับ (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์, 2550) สำหรับจังหวัดลพบุรีพบอัตราผู้ป่วยรายใหม่ต่อประชากร 100,000 คน ในปี พ.ศ. 2547 และปี พ.ศ. 2550 เท่ากับ 151.2 และ 180.5 ตามลำดับ (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลพบุรี, 2550) จากอุบัติการณ์ดังกล่าวจะเห็นว่าโรคไตวายเรื้อรังเป็นปัญหาที่นับวันจะทวีความรุนแรงมากขึ้น

ไตทำหน้าที่ขับของเสียออกจากร่างกาย ควบคุมปริมาณระดับน้ำและระดับความเข้มข้นของเกลือแร่ต่าง ๆ รักษาความสมดุลของความเป็นกรด และด่าง ควบคุมความดันโลหิตและทำหน้าที่ในการสร้างฮอร์โมนที่จำเป็นต่อร่างกาย (สุจิตรา ลัมอำนวยลาก, 2550) การที่หน่วยไตทำงานลดลง โดยจะค่อย ๆ ถูกทำลายจนกระทั่งหน่วยไตไม่สามารถทำงานชดเชยส่วนที่เสียไปได้ทำให้เกิดโรคไตวายเรื้อรังในที่สุด เมื่อไตไม่สามารถทำหน้าที่ได้จะทำให้เกิดของเสียคั่งในร่างกายเกิดภาวะยูรีเมีย (Uremia) ส่งผลกระทบให้อวัยวะทุกระบบในร่างกายและฮอร์โมนทำงานผิดปกติ ได้แก่ ระดับซีโรโทนิน (Serotonin) ลดลง ร่วมกับมีระดับเมลาโทนิน (Melatonin) เพิ่มขึ้น รวมทั้งระดับเบต้าเอนโดρφิน (β -Endorphin) และพาราไธรอยด์ (Parathyroid) มีการเปลี่ยนแปลงโดยสันนิษฐานว่ามีผลต่อสารสื่อประสาทบางชนิด ได้แก่ โดปามีน (Dopamine) และซีโรโทนิน (Serotonin) การเปลี่ยนแปลงของสารสื่อประสาทดังกล่าวมีผลให้เกิดภาวะซึมเศร้าได้ (Driessen, Wetterling, Wedel, & Preuss, 1995) นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทางพยาธิสภาพของโรคส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุหลายด้าน ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย คือ มีอาการอ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน กล้ามเนื้อแขนขาอ่อนแรง มีอาการบวม ผิวหนังหยาบ ตกสะเก็ด ผิวสีคล้ำลง มีอาการคันตามตัว นอนไม่หลับ ฯลฯ (นันทกา คำแก้ว, 2547) การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม คือ สัมพันธภาพระหว่างบุคคลในครอบครัว และบุคคลภายนอกเปลี่ยนแปลง มีการแยกตัวออกจากสังคม รู้สึกว่าตนเองเป็นภาระต้องพึ่งพาผู้อื่น รู้สึกไม่มีคุณค่าในตนเอง ฯลฯ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ และจิตวิญญาณ คือ อารมณ์ไม่คงที่ หงุดหงิดง่าย สมาธิลดลง ท้อแท้ สิ้นหวัง ผลจากการเสื่อมหน้าที่ของไตจึงส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะซึมเศร้าได้มากที่สุด (รัมรัตน์ หลีสุข, 2549: สิริกาญจน์ ท่อแก้ว, 2546)

ภาวะซึมเศร้า (Depression) เป็นอีกอาการหนึ่งที่พบได้บ่อยที่สุดในผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง (Driessen et al., 1995) จากการศึกษาในประเทศเปรูของ Garcia, Fajardo, Guevara, Gonzales, & Hurtado (2002) พบว่าผู้ป่วยไตวายเรื้อรังมีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 62.5 สำหรับประเทศไทย พบว่าผู้ป่วยไตวายเรื้อรังมีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 69.2 (สิริกาญจน์ ท่อแก้ว, 2546) สอดคล้องกับการศึกษาของ Lacovides et al. (2002) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของสภาวะจิตใจในแต่ละวัยต่อระยะการดำเนินของโรคไตวายเรื้อรังพบว่า อายุ ชนิดของการรักษา ความเพียงพอของการรักษา มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า สิ่งเหล่านี้ส่งผลให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังหมดกำลังใจในการดำเนินชีวิตต่อไป อีกทั้งโรคไตวายเรื้อรังเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด เมื่อการดำเนินของโรคเลวลงหรือรุนแรงยิ่งขึ้น ภาวะจิตใจของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังจะรู้สึกหดหู่ เศร้า หมดหวัง ท้อแท้ เบื่อหน่าย มองตนเองด้อยค่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลง มองโลกในแง่ร้าย รู้สึกไม่มีความสุข อาการเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อความสามารถในการควบคุมตนเอง และการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ส่งผลให้มีความผิดปกติทางด้านอารมณ์ ด้านความคิด ด้านพฤติกรรม และด้านร่างกาย ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเบื่อหน่ายที่จะดูแลตนเอง บางรายถ้าไม่มีการควบคุม หรือป้องกันอาการซึมเศร้า อาจมีภาวะซึมเศร้ารุนแรงขึ้นและอาจถึงขั้นฆ่าตัวตายได้ และการที่ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังต้องอยู่กับภาวะเจ็บป่วยไปตลอดชีวิตจึงอาจส่งผลให้ความผาสุกในชีวิตลดลงได้ (จิราภรณ์ ชวงศ์, 2545: นันทกา คำแก้ว, 2547)

ความผาสุกในชีวิต (Well-being) เป็นการมองภาพรวมของความพึงพอใจในชีวิตของบุคคล ซึ่งแสดงออกตามการรับรู้เป้าหมาย ความสุข และความพึงพอใจในชีวิต (Cantril, 1965 อ้างถึงใน ชุตินธร เรียนแพง, 2548) ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังส่งผลให้เกิดการรับรู้แบบไม่พึงพอใจในภาวะสุขภาพที่เผชิญอยู่เกิดความรู้สึกคับข้องใจ วิตกกังวลกับอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Tsay & Healstead (2002) ที่พบว่าผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้หรือดูแลตนเองได้จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ไม่สามารถดูแลตนเองได้ การที่จะให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เปิดโอกาสให้ตนเองได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ มีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น มีความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคม และอยู่กับโรคไตวายเรื้อรังได้อย่างมีความสุข เกิดความผาสุกในชีวิตนั้น การรักษาไว้ซึ่งภาวะสุขภาพ ลดภาระการพึ่งพาผู้อื่น และส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมกับสภาพเจ็บป่วยจึงเป็นเป้าหมายสำคัญ

อย่างหนึ่ง (อัมภวรรณ ใจเป็ย, 2543) การดูแลผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังมีทั้งแบบใช้ยา และไม่ใช้ยา ในกลุ่มที่ไม่ใช้ยามีหลายวิธี เช่น การฝึกอาปานสติสมาธิ การสอนให้ความรู้ต่อการปรับพฤติกรรม การนวดแผนไทย การให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนวดกดจุดสะท้อน (พัทยา จิตสุวรรณ, 2535; ปานจิตต์ เอี่ยมสำอาง, 2546; วาทีนิ ศรีไทย, 2548; ร่มรัตน์ หลีสุข, 2549) จากการศึกษาดังกล่าว พบว่าโปรแกรมการนวดแผนไทยและการกดจุดอาจมีข้อจำกัด เนื่องจากผู้ป่วยไตวายเรื้อรังมักมีผิวหนังแห้ง บางอาจทำให้เกิดรอยแดงซ้ำ เลือดยอดได้ผิวหนังได้ (บุญศรี นุกฤต, 2545) ส่วนโปรแกรมอาปานสติสมาธิและการสอนให้ความรู้อาจมีข้อจำกัด เนื่องจากผู้สูงอายุมีความทนต่อกิจกรรมได้น้อย อีกทั้งยังมีความเสื่อมตามวัยของร่างกาย เช่น สมาธิลดลง ทำให้มีผลต่อสามารถจดจำได้ และผู้สูงอายุส่วนหนึ่งมักมีปัญหาเรื่องข้อเท้า และกระดูกจึงไม่สามารถนั่ง หรือยืนนาน ๆ ได้ (ฉัตรชน อุนนาภิรักษ์, 2547) โปรแกรมดังกล่าวจึงอาจไม่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตามวิธีการบำบัดดูแลที่ค่อนข้างเหมาะสมกับสภาพร่างกาย และจิตใจของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้าคือ การระลึกถึงความหลัง เนื่องจากกระบวนการระลึกถึงความหลังมีข้อจำกัดค่อนข้างน้อย เพราะผู้สูงอายุสามารถนั่ง นอนพักหรือเปลี่ยนอิริยาบถได้ตามสะดวก อีกทั้งผลของการระลึกถึงความหลังยังทำให้ผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้าลดลง และส่งผลต่อความพึงพอใจ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความผาสุกในชีวิต (จงกรม ทองจันทร์, 2544; พินลักษ์ นิตาภรณ์, 2547; เรณู อินทร์ตา, 2548; นพิต ศรีรัตน์, 2550; ปิยะรัตน์ แวงวรรณ, 2550; Jonsdottir, Steingrimsdottir, & Tryggvadottir, 2001; Annie Chin, 2007)

การระลึกถึงความหลัง (Reminiscence) เป็นกระบวนการทบทวนความจำของประสบการณ์ในอดีตหรือเหตุการณ์ที่น่าจดจำเฉพาะบุคคล เกิดจากการทบทวนความจำคนเดียวหรือทบทวนความจำจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น อาจเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติหรือมีสื่อประกอบการกระตุ้นให้เกิดการทบทวนความจำ รวมทั้งการค้นหาความหมายของประสบการณ์หรือเหตุการณ์นั้นและถ่ายทอดออกมาเป็นภาษาแบ่งปันให้ผู้อื่นฟัง (Burnside & Haight, 1992; Soltys & Coats, 1995; Jonsdottir et al., 2001; Annie Chin, 2007) การระลึกถึงความหลังมีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุเพราะโดยทั่วไปผู้สูงอายุมักนึกถึงความหลังมากกว่าวัยอื่น ๆ เมื่อหันกลับไปมองชีวิตตนเองแล้วผู้สูงอายุจะเกิดความภาคภูมิใจในชีวิต ผลของการระลึกถึงความหลังจะช่วยเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น และลดภาวะซึมเศร้า เนื่องจากกระบวนการระลึกถึงความหลังในผู้สูงอายุจะช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมในสังคมมากขึ้น ลดการแยกตัว จึงก่อให้เกิดความสุขทำให้เกิดความผาสุกในชีวิต และมีคุณภาพชีวิตที่ดี (Soltys & Coats, 1995) จากการศึกษาของ Jonsdottir et al. (2001) ที่ศึกษาในผู้ป่วยปอดอุดกั้นเรื้อรังระยะสุดท้าย พบว่าการระลึกถึงความหลัง ช่วยลดภาวะซึมเศร้า เพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความผาสุก

ในชีวิต ดังนั้นหากใช้โปรแกรมการระลึกถึงความหลังในผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง ซึ่งเป็นโรคเรื้อรังที่คุกคามต่อชีวิต และผู้ป่วยมีภาวะซึมเศร้าเช่นกัน น่าจะช่วยลดภาวะซึมเศร้าและเพิ่มความผาสุกในชีวิตได้

จากการสำรวจผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลลพบุรี เดือนมกราคม ถึง ธันวาคม พ.ศ. 2551 พบว่ามีผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังรายใหม่จำนวน 327 คน มีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย ถึงปานกลางจำนวน 26 คน ผู้วิจัยจึงขยายเวลาการสำรวจอีก 6 เดือน คือ เดือนมกราคม ถึง มิถุนายน พ.ศ. 2552 พบว่ามีผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังรายใหม่จำนวน 27 คน มีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย ถึงปานกลางจำนวน 9 คน รวมผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังมีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย ถึงปานกลางจำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 35.8 ซึ่งมีอัตราค่อนข้างสูง ถ้าไม่มีการป้องกัน หรือควบคุมอาการซึมเศร้าอาจจะส่งผลให้เกิดความรุนแรงเพิ่มขึ้นได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลังต่อภาวะซึมเศร้าและความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่มารับการรักษาในโรงพยาบาลลพบุรี และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องในประเทศไทยยังไม่พบรายงานการศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมความผาสุกในชีวิต และลดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง ด้วยวิธีการระลึกถึงความหลัง โปรแกรมที่ผู้วิจัยนำมาใช้ครั้งนี้พัฒนาขึ้นจากโปรแกรมของ Jones (2003) ซึ่งใช้บทเพลงในอดีต กิจกรรมการพักผ่อนหย่อนใจในยามว่างที่ทำเป็นประจำ ภาพถ่าย งาน หรือกิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ เหตุการณ์ประวัติศาสตร์ หรือเหตุการณ์ในอดีต โดยใช้แนวคิดหลักในการระลึกถึงความหลังตามรูปแบบของ Hamilton (1992) ซึ่งมี 4 ขั้นตอน คือ การเลือกเหตุการณ์ในอดีต การค้นหาความหมายของเหตุการณ์นั้น การแบ่งปันประสบการณ์ให้ผู้อื่นฟัง และการสรุป ยุติ สัมพันธภาพ ร่วมกับแนวคิดของ Soltys & Coats (1995) ที่มีการเรียนรู้เกี่ยวกับบุคคลซึ่งหมายถึงผู้ป่วยและญาติ มีการรวบรวมข้อมูลที่มีประโยชน์ ให้ความชื่นชม คำนึงถึงปัจจัยด้านจิตวิทยา ความเชื่อ การเผชิญปัญหา และวัฒนธรรม โดยเน้นให้ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบโปรแกรมการระลึกถึงความหลังให้มีความสอดคล้องกับภูมิหลังของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง และให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังเป็นรายบุคคลที่บ้าน โดยเน้นให้ญาติผู้ดูแลเข้าร่วมทุกครั้ง ลักษณะโปรแกรมประกอบด้วย การระลึกถึงความหลัง 6 ครั้ง ติดต่อกัน 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 30-60 นาที และติดตามผลอีก 2 สัปดาห์ ผลการศึกษาคครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการดูแลผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังซึ่งมีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย ถึงระดับปานกลาง ไม่ให้มีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรงเร็วเกินไป โปรแกรมการระลึกถึงความหลังจึงเป็นการบำบัดเพื่อป้องกัน และลดความรุนแรงของการเกิดภาวะซึมเศร้าได้ ซึ่งหากผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังมีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย หรือไม่มีภาวะซึมเศร้าเลยจะทำให้ผู้สูงอายุยังคงมีการ

ดำเนินชีวิตที่ดีเป็นปกติสุข สามารถปรับตัวและดูแลตนเองได้ในภาวะเจ็บป่วยเกิดความพึงพอใจ สามารถยอมรับการเจ็บป่วยที่เป็นอยู่ได้ซึ่งเป็นความพึงพอใจของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง พยาบาลในสถานบริการ โดยเฉพาะคลินิกไตวายเรื้อรังสามารถนำโปรแกรมไปประยุกต์ในการ พยาบาล เพื่อลดภาวะซึมเศร้า และส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังได้ เป็นการยกระดับประคองความสุขทางใจให้แก่ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่อยู่ในระยะสุดท้าย และเป็นแนวทางในการวางแผนให้การพยาบาล และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการดูแล ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังให้มีประสิทธิภาพ และสามารถดำรงชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุข โดยการ นำโปรแกรมการระลึกถึงความหลังดังกล่าวไปประยุกต์ในการดูแลผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่มี ภาวะซึมเศร้าที่บ้านต่อไป

คำถามการวิจัย

1. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าในระยะก่อนการ ทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมหรือไม่
2. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าในระยะหลังการ ทดลอง และระยะติดตามผล ต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองหรือไม่
3. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตในระยะก่อน การทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่ากลุ่มควบคุมหรือไม่
4. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตในระยะหลัง การทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลองหรือไม่

วัตถุประสงค์การวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลังต่อภาวะซึมเศร้า และความพึงพอใจใน ชีวิตของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

3. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

4. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

สมมติฐานการวิจัยและเหตุผลสนับสนุนการวิจัย

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานการวิจัยดังนี้

1. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ต่ำกว่ากลุ่มควบคุม
2. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ต่ำกว่าในระยะก่อนการทดลอง
3. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่ากลุ่มควบคุม
4. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

เหตุผลสนับสนุนสมมติฐาน

จากสมมติฐานข้อที่ 1-2 มีเหตุผลสนับสนุนคือ โปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากโปรแกรมของ Jones (2003) ซึ่งใช้บทเพลงในอดีต กิจกรรมการพักผ่อนหย่อนใจในยามว่างที่ทำเป็นประจำ ภาพถ่าย งาน หรือกิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ เหตุการณ์ประวัติศาสตร์ หรือเหตุการณ์ในอดีต โดยใช้แนวคิดหลักในการระลึกถึงความหลังตามรูปแบบของ Hamilton (1992) ซึ่งมี 3 ขั้นตอน คือ การเลือกเหตุการณ์ในอดีต การค้นหาความหมายของเหตุการณ์นั้น และการแบ่งปันประสบการณ์ในผู้อื่นฟัง ร่วมกับแนวคิดของ Soltys & Coats (1995) โดยมีการเรียนรู้เกี่ยวกับบุคคลซึ่งหมายถึงผู้ป่วยและญาติ มีการรวบรวมข้อมูลที่มีประโยชน์ ให้ความชื่นชม คำนึงถึงปัจจัยด้านจิตวิทยา ความเชื่อ การเผชิญปัญหา และวัฒนธรรม โดยเน้นให้ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบโปรแกรมการระลึกถึงความหลังให้มีความสอดคล้องกับภูมิหลังของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง และให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังเป็นรายบุคคลที่บ้าน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังได้นำอารมณ์ ความรู้สึก และความคิดไปสู่เหตุการณ์นั้น โดยผ่านความทรงจำ ค้นหาความหมายของชีวิต คุณค่าของชีวิตที่ผ่านมา เมื่อเหตุการณ์ที่ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังย้อนระลึกถึงเป็นเหตุการณ์ที่ประทับใจ หรือประสบความสำเร็จ ย่อมทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกว่าได้

ใช้ชีวิตที่ผ่านมาอย่างคุ้มค่า ดังที่อีริกสัน (Erikson) ได้อธิบายว่า เมื่อคนสูงวัยขึ้น มักชอบมองย้อนระลึกถึงอดีต เพื่อตรวจสอบและตัดสินชีวิตที่ผ่านมาแล้วทั้งหมดว่าประสบความสำเร็จหรือไม่ ได้ทำให้ชีวิตมีค่าหรือไม่ ถ้าผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าได้ใช้ชีวิตคุ้มค่า ได้ทำทุกสิ่งทุกอย่างที่ตนควรกระทำ จะรู้สึกพึงพอใจในตนเอง และยอมรับชีวิตของตนอย่างที่เป็นอยู่ แต่ในทางกลับกัน ถ้ามองเห็นตนเองในด้านลบ รู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จก็จะเป็นผู้สูงอายุที่สิ้นหวัง ท้อแท้กับตนเอง (สมภพ เรื่องตระกูล, 2543: บุญศรี นุเกตุ และปาลิรัตน์ พรทวีกันทา, 2548) เพราะชีวิตในอนาคตเหลือสั้น หากที่จะตั้งต้นเพื่อเปลี่ยนแปลงชีวิตหรือตั้งต้นทำอะไรใหม่ ๆ ได้แล้ว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พินลักษ์ณ์ นิติภากรณ์ (2547) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลังต่อภาวะซึมเศร้าและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา พบว่าการระลึกถึงความหลังช่วยลดภาวะซึมเศร้าและเพิ่มความพึงพอใจในชีวิตได้อย่างมีนัยสำคัญ เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Jones (2003) ที่ศึกษาผลของการระลึกถึงความหลังต่อภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุหญิง พบว่าการระลึกถึงความหลังสามารถลดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุหญิงได้ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงตั้งสมมุติฐานว่าผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่เข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลังจะมีภาวะซึมเศร้าลดลง

จากสมมุติฐานข้อที่ 3-4 มีเหตุผลสนับสนุนคือ การระลึกถึงความหลังเป็นกิจกรรมการพยาบาลที่มีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิต ความผาสุกในชีวิต (Hamilton, 1992) การให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังได้เล่าเหตุการณ์ที่ประทับใจในอดีต หรือประสบความสำเร็จ จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง พึงพอใจในสภาพปัจจุบัน ช่วยให้อารมณ์และอารมณ์ของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังเป็นสุข พึงพอใจในชีวิตมากขึ้น สามารถปรับตัวได้ดี รู้สึกมีชีวิตชีวา และดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศรีเรือน แก้วกังวาน (2533) ที่พบว่าการระลึกถึงความหลังมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และสามารถเป็นตัวทำนายความพึงพอใจในชีวิตผู้สูงอายุได้เป็นอันดับหนึ่ง Johnson et al. (1997 อ้างถึงใน จงกรม ทองจันทร์, 2544) กล่าวว่า การให้ผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจตีบที่มีภาวะสิ้นหวัง ระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความสำเร็จที่ผ่านมาในอดีต จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความหวัง นอกจากนี้การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุระลึกถึงความหลัง โดยความคิดและพูดถึงความสำเร็จของผู้สูงอายุในอดีต เป็นการดูแลให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว เกิดความรู้สึกมีความหวังในชีวิต (Roberts, Johnson, & Keely, 1999) เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Jonsdottir et al. (2001) ที่ศึกษาผลของการระลึกถึงความหลังในผู้ป่วยโรคระยะเรื้อรังปอดระยะสุดท้าย พบว่า การระลึกถึงความหลังช่วยเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและความผาสุกในชีวิต ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมุติฐานว่าผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่เข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลังจะมีความผาสุกในชีวิตเพิ่มขึ้น

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลการวิจัยครั้งนี้ จะก่อให้เกิดประโยชน์หลายประการ ดังนี้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานด้านการส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนบุคลากรในทีมสุขภาพอื่น ๆ สามารถนำโปรแกรมการระลึกถึงความหลังไปประยุกต์ใช้ เพื่อลดภาวะซึมเศร้าและส่งเสริมความผาสุกในชีวิต ของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง
2. ด้านการศึกษาพยาบาล คณาจารย์ในสถาบันการศึกษาพยาบาล สามารถนำโปรแกรมการระลึกถึงความหลังของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง ในการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ประกอบการเรียนการสอน เพื่อให้นักศึกษาพยาบาลนำไปเป็นทางเลือกในการลดภาวะซึมเศร้าและส่งเสริมความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง
3. ด้านการวิจัย นักวิจัยทางการพยาบาล สามารถนำโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่พัฒนาขึ้นในครั้งนี้ไปประยุกต์ใช้กับผู้สูงอายุกลุ่มโรคเรื้อรังอื่นเพื่อลดภาวะซึมเศร้า และเพิ่มความผาสุกในชีวิต

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง ต่อภาวะซึมเศร้า และความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังในจังหวัดลพบุรี

ประชากรที่ศึกษา คือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลลพบุรี และได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคไตว่าเป็นโรคไตวายเรื้อรังในระยะที่ 3 หรือระยะที่ 4 และได้รับการคัดกรองด้วยแบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) สร้างขึ้นโดย นิพนธ์ พวงวรินทร์ และคณะ (2537) ว่ามีภาวะซึมเศร้าในระดับเล็กน้อย ถึงปานกลาง มีค่าคะแนนอยู่ในช่วง 13-24 คะแนน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่สุ่มจากประชากรที่ศึกษา แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 15 ราย และกลุ่มควบคุมจำนวน 15 ราย

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการระลึกถึงความหลัง
2. ตัวแปรตาม คือ ระดับภาวะซึมเศร้า และระดับความผาสุกในชีวิต

ระยะเวลาที่ทำการทดลอง คือ เดือนกรกฎาคม ถึง ตุลาคม พ.ศ. 2552

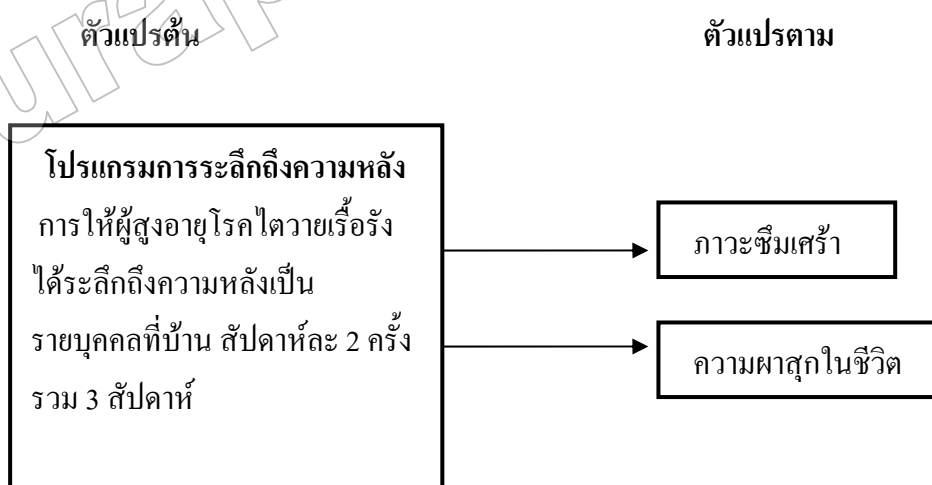
นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง ซึ่งมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลลพบุรี และได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคไตว่าเป็นโรคไตวายเรื้อรังในระยะที่ 3 หรือระยะที่ 4
2. ภาวะซึมเศร้า หมายถึง ภาวะจิตใจของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังที่รู้สึกหดหู่ เศร้าหมอง หวัง ท้อแท้ เบื่อหน่าย มองตนเองด้อยค่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลง มองโลกในแง่ร้าย รู้สึกไม่มีความสุข ซึ่งอาการเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อความสามารถในการควบคุมตนเอง และการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ส่งผลให้มีความผิดปกติทางด้านอารมณ์ ด้านความคิด ด้านพฤติกรรม และด้านร่างกาย ประเมินโดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) สร้างขึ้นโดย นิพนธ์ พวงวรินทร์ และคณะ (2537)
3. ความผาสุกในชีวิต (Well - being) หมายถึง ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง ที่เกิดจากการรับรู้ต่อเหตุการณ์ หรือสภาพการณ์ที่เป็นอยู่จริง เปรียบเทียบกับที่คาดหวัง โดยผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังประเมินความผาสุกของตนเอง ด้วยการมองภาพรวมทั้งหมดของความพึงพอใจในชีวิต แสดงออกตามการรับรู้ เป้าหมาย การให้คุณค่า และความเชื่อของตนเอง รวมทั้งการรับรู้ด้วยตนเองต่อความสุขและความพึงพอใจในชีวิต ประเมินโดยใช้แบบวัดความผาสุกในชีวิต (Cantril Self-Anchoring Ladder Scale) ของ (Cantril, 1965 cited in McDowell & Newell, 1987)
4. โปรแกรมการระลึกถึงความหลังผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง หมายถึง การให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังและญาติผู้ดูแล ได้ร่วมกันระลึกถึงความหลังเป็นรายบุคคลที่บ้านอย่างเป็นขั้นตอน ซึ่งโปรแกรมที่ผู้วิจัยใช้ในครั้งนี้พัฒนาขึ้นจากโปรแกรมของ Jones (2003) โดยใช้แนวคิดหลักในการระลึกถึงความหลังตามตามรูปแบบของ Hamilton (1992) และของ Soltys & Coats (1995) ลักษณะโปรแกรมประกอบด้วย การระลึกถึงความหลัง 6 ครั้ง ติดต่อกัน 3 สัปดาห์ และติดตามผลอีก 2 สัปดาห์ โดยให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรัง และญาติผู้ดูแลร่วมกันระลึกถึงความหลัง ซึ่งประกอบด้วยการเลือกและระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีต การค้นหาความหมาย และการแบ่งปันประสบการณ์ ซึ่งเหตุการณ์ในอดีตที่นำมาระลึกถึงความหลัง ได้แก่ บทเพลงในอดีต กิจกรรมการพักผ่อนหย่อนใจในยามว่างที่ทำเป็นประจำ การถ่ายทอดแบ่งปันความรู้สึกเกี่ยวกับภาพถ่าย งานหรือกิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ เหตุการณ์ประวัติศาสตร์ หรือเหตุการณ์ที่สำคัญในอดีต พร้อมเตรียมสื่อประกอบการกระตุ้นความจำ เช่น ภาพถ่าย บทเพลง ฯลฯ เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังย้อนระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีตได้ง่ายขึ้น และร่วมกับให้ผู้สูงอายุได้พูดคุยเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต การรับรู้ภาวะสุขภาพในการเจ็บป่วยด้วยโรคไตวายเรื้อรังด้วยทุกครั้ง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

โรคไตวายเรื้อรัง เป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด ต้องเข้ารับการรักษอย่างต่อเนื่องเพื่อประคับประคองอาการไม่ให้รุนแรงยิ่งขึ้น ผลจากพยาธิสภาพของโรคทำให้ไตไม่สามารถทำหน้าที่ได้ เกิดของเสียคั่ง ส่งผลกระทบต่ออวัยวะทุกระบบในร่างกาย รวมทั้งฮอร์โมนทำงานผิดปกติ โดยเฉพาะระดับซีโรโทนิน (Serotonin) และระดับโดปามีน (Dopamine) ลดลง การเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า (Driessen et al., 1995) โรคไตวายเรื้อรังยังส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตสังคม เช่น ทำให้ภาพลักษณ์เปลี่ยนแปลง แขนขาอ่อนแรง เหนื่อยง่าย บวม เป็นภาระของผู้อื่น ต้องเสียค่าใช้จ่ายค่อนข้างสูง การเจ็บป่วยที่เรื้อรังยาวนานทำให้รู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง และรู้สึกในคุณค่าตนเองลดลง เป็นสาเหตุให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังมีภาวะซึมเศร้ามากขึ้น นอกจากนี้การเจ็บป่วยเรื้อรังยังทำให้ผู้สูงอายุต้องปรับตัวต่อการเจ็บป่วย หดหู่กำลังใจ ความพึงพอใจในชีวิตลดลง ทำให้ความผูกพันในชีวิตลดลงไปด้วย การระลึกถึงความหลังเป็นวิธีการที่สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังได้ตระหนักถึงความหมายของชีวิต เห็นคุณค่าของชีวิต จากการย้อนคิดถึงเรื่องราวในอดีตที่มีความประทับใจ ประสบความสำเร็จ และถ่ายทอดโดยการเล่าเรื่องราวให้ผู้อื่นฟังด้วยความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าทำให้ผู้สูงอายุมีพลัง มีกำลังใจ ไม่ท้อแท้ หรือซึมเศร้า มีศักยภาพในการปรับตัวต่อภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง ทำให้เกิดความผูกพันในชีวิตได้ (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545)

ผู้วิจัยเชื่อว่าการนำแนวคิดการระลึกถึงความหลังมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ โดยการพัฒนาโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังได้ระลึกถึงความหลังอย่างมีขั้นตอนจะสามารถลดภาวะซึมเศร้าและเพิ่มความผูกพันในชีวิตในผู้สูงอายุโรคไตวายเรื้อรังได้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย