บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi - experimental Research) ชนิดสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการทดลอง (Two Group Pretest and Posttest Design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมระบบการพยาบาลแบบสนับสนุน และให้ความรู้ต่อความรู้ พฤติกรรมการดูแลตนเอง และน้ำหนักตัวที่เปลี่ยนแปลงในผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมานซึ่งมีรูปแบบการวิจัยดังนี้

R	E	O_1	X_1	X_2	X_3	X_4	O_2
R	C	O_3				O_4	O_5

ภาพที่ 2 รูปแบบการวิจัย

โดยกำหนดให้

R หมายถึง การสุ่มตัวอย่างจากประชากรเข้ากลุ่มตัวอย่าง

E หมายถึง กลุ่มทดลองซึ่งเป็นผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน

C หมายถึง กลุ่มควบคุมซึ่งเป็นผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน

O_1 หมายถึง ประเมินผู้ป่วยกลุ่มทดลองก่อนการทดลองในสัปดาห์ที่ 1

O_2 หมายถึง ประเมินความรู้ พฤติกรรมในการดูแลตนเอง และน้ำหนักตัวที่เปลี่ยนแปลงในผู้ป่วยกลุ่มทดลองหลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 7

O_3 หมายถึง ประเมินผู้ป่วยกลุ่มควบคุมในสัปดาห์ที่ 1

O_4 หมายถึง การนัดหมายทางโทรศัพท์ในผู้ป่วยกลุ่มควบคุม

O_5 หมายถึง ประเมินความรู้ พฤติกรรมในการดูแลตนเอง และน้ำหนักตัวที่เปลี่ยนแปลงในผู้ป่วยกลุ่มควบคุมในสัปดาห์ที่ 7

X_1, X_2, X_3 และ X_4 หมายถึง การสนับสนุนและให้ความรู้ผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน ครั้งที่ 1, 2, 3 และ 4 ตามลำดับ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมานที่ได้รับการวินิจฉัยโดยแพทย์ว่าเป็นโรคตับแข็ง และมีภาวะท้องมาน เข้ารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลปากช่องนานาในปี พ.ศ. 2552 จำนวน 76 คน

ขนาดกลุ่มตัวอย่างตามหลักการของ Polit and Cheryl (2003) ที่กล่าวว่าถ้าเป็นการวิจัยกึ่งทดลองควรจะมีตัวอย่างอย่างน้อยที่สุด จำนวน 20 - 30 ราย ถ้ามีการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มจำนวนตัวอย่างในแต่ละกลุ่มไม่ควรต่ำกว่า 10 ราย ในการศึกษาครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่าง 40 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 20 ราย กลุ่มควบคุม 20 ราย เนื่องจากผู้ป่วยโรคตับแข็งมีจำนวนน้อย

คุณสมบัติกลุ่มตัวอย่าง

1. ผู้ป่วยโรคตับแข็งมีคุณสมบัติดังนี้

1.1 มีอายุตั้งแต่ 25 ปีขึ้นไปทั้งเพศชาย และหญิง

1.2 เป็นผู้ที่แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคตับแข็ง และตรวจพบมีภาวะท้องมาน Grade 2 และ Grade 3

1.3 ผู้ป่วยรู้สึกตัวดี รับรู้เกี่ยวกับสถานที่ บุคคล และเวลาได้ดี สามารถฟังและพูดภาษาไทยได้เข้าใจ

1.4 ไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงของโรคตับแข็ง ได้แก่ การติดเชื้อของน้ำภายในช่องท้อง ภาวะน้ำท่วมในช่องปอด ภาวะเลือดออกจากระบบทางเดินอาหาร ภาวะทางสมองจากโรคตับ และภาวะไตวายในโรคตับ

1.5 มีหมายเลขโทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. นำทะเบียนผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน คัดเลือกผู้ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดจากประชากรซึ่งขึ้นทะเบียนไว้จำนวน 76 คน หักคนที่ผู้วิจัยนำกลุ่มตัวอย่างไปหาค่าความเที่ยงออกไป 30 คน และคงเหลือผู้ป่วยจำนวน 46 คนผู้วิจัยใส่หมายเลขให้กับผู้ป่วยหมายเลข 1 ถึง 46

2. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยการสุ่มอย่างง่าย ด้วยวิธีจับฉลาก เพื่อแยกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตามลำดับรายชื่อ โดยผู้ป่วยลำดับที่ 1 จับฉลากได้กลุ่มทดลอง ผู้ป่วยลำดับที่ 2 จึงเป็นกลุ่มควบคุม ดังนั้นกลุ่มทดลองจึงเป็นผู้ป่วยเลขที่ 1, 3, 5, 7, ... จนครบจำนวน 20 คน และกลุ่มควบคุมจึงเป็นผู้ป่วยเลขที่ 2, 4, 6, 8, ... จนครบจำนวน 20 คน

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมระบบการพยาบาลแบบสนับสนุน และให้ความรู้ในผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิดทฤษฎีระบบการพยาบาลของโอเร็มร่วมกับการศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยโปรแกรมระบบการพยาบาลแบบสนับสนุน และให้ความรู้ในผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน ประกอบด้วย สื่อและอุปกรณ์ ดังนี้

1.1 วีดิทัศน์เรื่องอยู่กับตับแข็ง เนื้อหาในวีดิทัศน์แสดงตัวอย่างการดำเนินชีวิตของผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน โดยเรื่องราวกล่าวถึงการดำเนินชีวิต การปฏิบัติตัวที่เหมาะสม และการเป็นแบบอย่างที่ดีในการดูแลตนเอง

1.2 สื่อคอมพิวเตอร์ ประกอบคำบรรยาย เรื่อง การควบคุมภาวะท้องมานอาหาร และการขับถ่าย การใช้ยา การประเมินตนเอง และอาการผิดปกติที่ควรมาพบแพทย์

1.3 คู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน มีเนื้อหาเช่นเดียวกับสื่อคอมพิวเตอร์ ประกอบคำบรรยาย

1.4 สมุดบันทึกสุขภาพสำหรับบันทึกน้ำหนักผู้ป่วยที่บ้าน

1.5 เครื่องชั่งน้ำหนัก เป็นเครื่องชั่งน้ำหนักแบบยืนมีเข็มบอกน้ำหนัก ผู้วิจัยมอบเครื่องชั่งน้ำหนักให้กับกลุ่มทดลองทุกคนเพื่อใช้ประเมินตนเองขณะที่อยู่บ้าน

การตรวจสอบคุณภาพของโปรแกรม โปรแกรมระบบการพยาบาลแบบสนับสนุน และให้ความรู้ในผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน สื่อ และคู่มือการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน นำไปทดสอบความตรงของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วยอาจารย์พยาบาลที่มีความเชี่ยวชาญทฤษฎีโอเร็ม จำนวน 2 ท่าน แพทย์หน่วยโรคระบบทางเดินอาหารและตับ 1 ท่าน พยาบาลชำนาญการพิเศษทางการพยาบาลผู้ป่วยโรคตับ 1 ท่าน และพยาบาลชำนาญการ การให้คำปรึกษา 1 ท่าน ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา ภาษาที่ใช้และภาพประกอบ จากนั้นผู้วิจัย นำเครื่องมือมาปรับปรุง แก้ไข ก่อนนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคตับแข็ง ณ โรงพยาบาลปากช่องนานา จำนวน 3 ราย เพื่อพิจารณาความเป็นไปได้และฝึกความชำนาญและทักษะของผู้วิจัยในการดำเนินการตามโปรแกรม ฯ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

2. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

2.1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ รายได้ สมาชิกครอบครัว สาเหตุของการเกิดโรคตับแข็ง ระยะเวลาการเจ็บป่วยด้วยโรคตับแข็ง ระยะเวลาที่เกิดอาการท้องมาน น้ำหนักตัว

2.2 แบบประเมินความรู้ในการดูแลตนเองเรื่องโรคตับแข็ง เป็นแบบประเมินความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคและการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคตับแข็ง ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยมีเนื้อหาในเรื่อง การดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคตับแข็ง ในเรื่องการควบคุมอาการท้องมาน การรับประทานอาหารที่เหมาะสม การใช้ยา การขับถ่าย การประเมินตนเอง และอาการผิดปกติที่ควรมาพบแพทย์ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ เป็นแบบทดสอบถูกผิด (True - false Test) มีข้อความทางด้านบวก 14 ข้อ คือ ข้อ 1 - 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 18 และ 19 ที่เหลือเป็นข้อคำถามที่มีข้อความทางลบ การให้คะแนน คือ ตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน คะแนนรวมอยู่ระหว่าง 0 - 20 คะแนน การแปลผลคะแนน คือ คะแนนมาก หมายถึง มีความรู้ในการดูแลตนเองมาก

การตรวจสอบคุณภาพของแบบประเมินความรู้ ฯ แบบประเมินความรู้ในการดูแลตนเองเรื่องโรคตับแข็ง ผู้วิจัยได้นำมาหาความตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดียวกับโปรแกรม ฯ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิได้ค่า CVI (Content Validity Index) = 1 ผู้วิจัยนำแบบประเมินไปทดลองใช้ที่โรงพยาบาลปากช่องนานากับผู้ป่วยที่มีคุณสมบัติเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย มาคำนวณค่าความสอดคล้องภายในด้วยสูตรคูเดอร์ริชาร์ดสัน 20 (Kuder - richardson 20 หรือ KR - 20) ได้ค่าเท่ากับ .77

2.3 แบบประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน เป็นแบบประเมินการปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังของ ปานจิตต์ เอี่ยมสำอางค์ (2546) ซึ่งผู้ป่วยโรคไต และผู้ป่วยโรคตับแข็งมีจุดเน้นในการดูแลตนเองที่คล้ายกันในเรื่องการจำกัดอาหารเค็ม การควบคุมเรื่องน้ำหนักตัว เป็นต้น ได้ข้อคำถาม 20 ข้อ ในแต่ละข้อผู้ตอบจะต้องเลือกเพียงคำตอบเดียวที่ตรงกับความเป็นจริงที่ตนเองปฏิบัติอยู่ ลักษณะแบบประเมินเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับคือ 1 - 4 เกณฑ์การให้คะแนน

คะแนน 4 หมายถึง ปฏิบัติเป็นประจำ 6 - 7 ครั้ง ใน 1 สัปดาห์
คะแนน 3 หมายถึง ปฏิบัติเป็นประจำ 4 - 5 ครั้ง ใน 1 สัปดาห์
คะแนน 2 หมายถึง ปฏิบัติเป็นประจำ 2 - 3 ครั้ง ใน 1 สัปดาห์

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

คะแนน 1 หมายถึง ปฏิบัติ 1 ครั้งหรือไม่ปฏิบัติเลย ใน 1 สัปดาห์

การคิดคะแนน นำคะแนนทุกข้อมารวมกันมีช่วงคะแนนระหว่าง 20 - 80 คะแนน การแปลผลคะแนน คะแนนมาก หมายถึง มีพฤติกรรมในการดูแลตนเองดี

การตรวจสอบคุณภาพของแบบประเมินพฤติกรรม แบบประเมินพฤติกรรมในการดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา เช่นเดียวกับแบบประเมินความรู้ ผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ได้ค่า CVI = 1 ผู้วิจัยนำแบบประเมินไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมานที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่างที่โรงพยาบาลปากช่องนานา จำนวน 30 ราย และนำมาหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach' s Alpha Coefficient) ได้ค่าเท่ากับ .89

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ส่งโครงร่างวิทยานิพนธ์และเครื่องมือการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ผู้วิจัยแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัยเพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล และแจ้งสิทธิ์ในการปฏิเสธหรือยอมรับการเข้าร่วมงานวิจัย โดยให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะยินยอมเข้าร่วมการวิจัยหรือไม่เข้าร่วมก็ได้ ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะเก็บเป็นความลับเฉพาะผู้วิจัยเท่านั้นที่จะใช้ข้อมูลได้ และจะนำไปใช้เป็นประโยชน์ทางวิชาการและเสนอในภาพรวมเท่านั้น หลังจากเขียนรายงานและนำเสนอแล้ว ผู้วิจัยจะทำลายเอกสารการเก็บข้อมูลทั้งหมด และในกรณีที่กลุ่มตัวอย่างปฏิเสธไม่เข้าร่วมการวิจัย หรือถอนตัวจากการวิจัยในภายหลังไม่ว่าด้วยเหตุผลใดก็ตาม ผลการปฏิเสธดังกล่าวจะไม่ส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยในการรับการรักษาพยาบาลใด ๆ ทั้งสิ้น และเมื่อสิ้นสุดการวิจัย ผู้วิจัยคำนึงถึงจริยธรรมในการวิจัยโดยจัดให้กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลเช่นเดียวกัน เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมในการวิจัยแล้ว ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในใบยินยอมการวิจัย

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

ขั้นเตรียมการ

1. เสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อพิจารณาเกี่ยวกับจริยธรรมในการวิจัย

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

2. นำหนังสือแนะนำตนเองจากคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลปากช่องนานา เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำวิจัย

3. ภายหลังจากได้รับการอนุมัติให้เก็บข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยจึงเข้าพบหัวหน้ากลุ่มการพยาบาล และหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอก เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดของการวิจัย

4. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยสำรวจรายชื่อผู้ป่วยจากทะเบียนผู้ป่วย แล้วคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามกำหนด

5. ทดลองโปรแกรม ฯ ก่อนนำไปใช้จริง โดยผู้วิจัยพบผู้ป่วยจำนวน 3 คน พร้อมสมาชิกครอบครัวจำนวน 3 คน รวมเป็นจำนวน 6 คน ที่ห้องให้คำปรึกษาโรงพยาบาลปากช่องนานา และดำเนินการตามโปรแกรม ฯ เพื่อทดสอบความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ และเป็นการเตรียมตัวผู้วิจัยก่อนนำไปใช้จริง

ขั้นดำเนินการ

กลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1 ใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม 45 - 60 นาที)

ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 คน พร้อมสมาชิกครอบครัว 5 คน รวมเป็น 10 คน ดำเนินการทั้งหมดรวม 4 กลุ่ม ที่ห้องให้คำปรึกษา โรงพยาบาลปากช่องนานา โดยมีขั้นตอนปฏิบัติดังนี้

1. สร้างสัมพันธภาพ เพื่อสร้างความไว้วางใจเป็นการทำความรู้จักกัน ทำให้เกิดการปรับตัวเข้าหากันระหว่าง ผู้วิจัย กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว เป็นการถ่ายทอดความรู้สึกต่อกัน ซึ่งการร่วมรู้สึกเป็นการนำความรู้สึกของกลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัวมาใส่ใจตน เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นการถ่ายทอดความรู้สึกอบอุ่น จากการแสดงออกทางวาจา กิริยาท่าทาง และการสื่อสารที่มีคุณภาพเกิดความไว้วางใจในข้อมูลที่ได้รับทำให้สามารถตอบสนองความรู้สึกและความต้องการของกลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัวอย่างต่อเนื่องและเหมาะสม

1.1 ผู้วิจัยแนะนำตนเอง ทบทวนวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัย และการพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่างตลอดการดำเนินการวิจัย อธิบายวิธีการตอบแบบประเมิน และเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถามข้อสงสัย

1.2 ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความรู้ในการดูแลตนเองแบบประเมินพฤติกรรมในการดูแลตนเอง หลังจากนั้นตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูล

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

2. ให้ความรู้ในเรื่อง การควบคุมภาวะท้องมาน ได้แก่ การลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคตับแข็ง การบรรเทาอาการแน่นอึดอัดท้อง ในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยเลือกใช้สื่อคอมพิวเตอร์ประกอบคำบรรยาย เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างและสมาชิกครอบครัวได้รับข้อมูลที่ครบถ้วน และสามารถย้อนภาพกลับมาดูในส่วนที่กลุ่มตัวอย่างต้องการได้ตลอดเวลาการนำเสนอซึ่งสื่อประเภทนี้จะสร้างความน่าสนใจสำหรับกลุ่มตัวอย่างและสมาชิกครอบครัว หลังจากนั้นร่วมกันชมวีดิทัศน์ เรื่อง อยู่กับตับแข็ง เนื้อหาในวีดิทัศน์แสดงตัวอย่างการดำเนินชีวิตของผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน

3. การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็น เปิดโอกาสให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็นระหว่างผู้วิจัย กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว โดยใช้คำถามสอบถามกลุ่มตัวอย่างอย่างกว้าง ๆ เป็นรายบุคคลว่า “เปรียบเทียบการดำเนินชีวิตประจำวันของท่านกับเรื่องในวีดิทัศน์เป็นอย่างไร” ในขั้นตอนนี้กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัวได้ทบทวนเหตุการณ์ เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมการดูแลตนเองที่ผ่านมา และสามารถค้นพบปัญหาตามสถานการณ์จริงโดยพิจารณาจากการได้เห็นประสบการณ์ของผู้อื่นโดยการใช้ตัวแบบพฤติกรรมที่เหมาะสม พร้อมทั้งพูดให้กำลังใจเพื่อส่งเสริมแรงจูงใจในการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยมีรายละเอียด ดังนี้

3.1 ให้การสนับสนุนด้านจิตใจด้วยการค้นหา และรับฟังปัญหาจากกลุ่มตัวอย่างโดยการใช้คำถามปลายเปิด สอบถามกลุ่มตัวอย่างเป็นรายบุคคลว่า “ในช่วงเวลาที่ผ่านมาท่านมีปัญหาในการดูแลตนเองอย่างไร” ในขั้นตอนนี้เป็นการประเมินปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวกลุ่มตัวอย่างโดยการใช้คำถามปลายเปิด และให้สมาชิกครอบครัวมีส่วนร่วมในการสนทนากลุ่มตัวอย่างสามารถให้ข้อมูลได้อย่างอิสระ โดยมีผู้วิจัยรับฟังปัญหาอย่างตั้งใจ และให้ความกระจ่างในปัญหาที่พบ

3.2 ให้การชี้แนะและให้ข้อมูลด้วยการนำปัญหาที่กลุ่มตัวอย่างระบุมาค้นหาสาเหตุของปัญหาร่วมกัน โดยการให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องเทียบกับมาตรฐานการดูแลผู้ป่วยตามหลักเกณฑ์และความเป็นจริงที่เป็นไปได้ จากนั้นร่วมกันจัดหมวดหมู่และลำดับความสำคัญของปัญหาโดยคำนึงถึงผลกระทบที่คุกคามต่อชีวิตเป็นลำดับแรก สรุปปัญหาและสาเหตุของปัญหาที่ได้ทั้งหมด เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างและสมาชิกครอบครัว ซักถามข้อสงสัยและประเด็นที่สนใจและจดบันทึกไว้

3.3 ให้การสนับสนุน เพื่อการแก้ไขปัญหาและตอบสนองความต้องการโดยการวางแผนการปฏิบัติร่วมกับกลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกในครอบครัวค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา โดยวิเคราะห์ในเรื่องของวิธีปฏิบัติ บุคคลที่มีส่วนร่วม และแหล่งทรัพยากร ผู้วิจัยทำหน้าที่ให้คำแนะนำสนับสนุนให้ข้อมูลเพิ่มเติมในรายละเอียดที่กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ไม่สามารถวางแผนการกำหนดกิจกรรมในการแก้ไขปัญหานั้น ๆ ได้ การสนับสนุนให้ผู้ป่วยตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองจะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง และถ้าการแก้ไขปัญหานั้นมีประสิทธิภาพจะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ผู้วิจัยแสดงท่าทียอมรับการตัดสินใจของกลุ่มตัวอย่าง

4. มอบคู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน ซึ่งเป็นสื่อในการให้ข้อมูลที่มีประโยชน์ เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลตนเอง กลุ่มตัวอย่างสามารถทบทวนความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนองได้ตลอดเวลา และสมาชิกครอบครัวสามารถทบทวนความรู้ เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมได้ตามต้องการ

5. กิจกรรมมอบหมายงานขณะอยู่ที่บ้าน โดยให้กลุ่มตัวอย่างบันทึกรายการอาหารที่รับประทานในแต่ละวันตลอด 1 สัปดาห์ ต่อจากนี้แล้วนำกลับมาในวันนัดพบครั้งต่อไป การมีกิจกรรมต่อเนื่องเป็นการเชื่อมโยงสัมพันธภาพ และเป็นการเตือนตัวเองให้ตื่นตัวอยู่เสมอในการพิจารณาการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อการดูแลตนเอง

6. นัดหมายวัน เวลา สถานที่สำหรับกิจกรรมในครั้งต่อไป

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2 ใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม 45 - 60 นาที)

ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง พร้อมสมาชิกครอบครัวที่ห้องให้คำปรึกษา โรงพยาบาลปากช่องนานากล่าวทักทายพูดคุยอย่างเป็นกันเอง และมีกิจกรรมดังนี้

1. ทบทวนปัญหาในการดูแลตนเองที่เกิดขึ้นตลอด 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา พร้อมทั้งวิธีแก้ไขปัญหาที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นโดยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ตลอด 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ท่านใดมีปัญหาในการดูแลตนเองอย่างไร” ในขั้นตอนนี้เป็นการให้การสนับสนุนด้านจิตใจด้วยการรับฟังปัญหาจากกลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว การทบทวนเหตุการณ์เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมการดูแลตนเองที่ผ่านมา และสามารถค้นพบปัญหาได้ตามสถานการณ์จริงด้วยการปฏิบัติของตนเอง หลังจากได้รับความรู้ในครั้งที่ผ่านมา และได้ศึกษาเองจากคู่มือการดูแลตนเองที่ได้รับ ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็น ค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหาและความต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติม โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ให้การสนับสนุนและประสานงานเพื่อให้บรรลุความต้องการของกลุ่มตัวอย่าง

2. ให้ความรู้เรื่อง อาหาร และการขับถ่าย โดยเลือกใช้สื่อคอมพิวเตอร์ประกอบคำบรรยาย

3. ทบทวนกิจกรรมที่ได้มอบหมายจากสัปดาห์ที่ผ่านมา ได้แก่ การบันทึกรายการอาหารที่รับประทานในแต่ละวันตลอด 1 สัปดาห์ โดยให้กลุ่มตัวอย่างนำเสนอสิ่งที่บันทึก

4. แลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็น โดยใช้คำถามสอบถามกลุ่มตัวอย่าง

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เป็นรายบุคคลว่า “ท่านมีปัญหาในการรับประทานอาหาร หรือการขับถ่ายหรือไม่อย่างไร” ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็นระหว่างผู้วิจัย กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว ค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา และความต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติม โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ให้การสนับสนุนเพื่อบรรลุความต้องการของกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งพูดให้กำลังใจ เพื่อส่งเสริมแรงจูงใจ

5. ฝึกจัดเมนูอาหารที่เฉพาะโรค โดยพิจารณาตามตารางแสดงปริมาณสารอาหาร โดยให้กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว ร่วมกันคิดเมนูอาหารของตนเองแล้วนำมาเสนอให้กลุ่มช่วยวิเคราะห์และแสดงความคิดเห็น โดยผู้วิจัยช่วยในการคำนวณ บันทึก และชี้แนะสิ่งที่เหมาะสม ขณะมีการแสดงความคิดเห็น ในขั้นตอนนี้จะทำให้กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว ร่วมกันวิเคราะห์ถึงสิ่งที่ตนเอง และสมาชิกครอบครัวต้องนำไปปฏิบัติ เพื่อการดูแลในเรื่องการรับประทานอาหารต่อไป

6. นัดหมายวัน เวลา สถานที่สำหรับกิจกรรมในครั้งต่อไป

ครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 3 ใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม 45 - 60 นาที)

ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง พร้อมสมาชิกครอบครัว ที่ห้องให้คำปรึกษา โรงพยาบาลปากช่องนานา กล่าวทักทายพูดคุยอย่างเป็นกันเอง

1. ทบทวนปัญหาในการดูแลตนเองที่เกิดขึ้นตลอด 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา พร้อมทั้งวิธีแก้ไขปัญหาที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น โดยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ตลอด 1 สัปดาห์ที่ผ่านมามีท่านใดมีปัญหาในการดูแลตนเองอย่างไร” ให้การสนับสนุนด้านจิตใจด้วยการรับฟังปัญหาจากกลุ่มตัวอย่าง

2. ให้ความรู้เรื่องการใช้ยา การประเมินตนเอง และอาการผิดปกติที่ควรมาพบแพทย์ โดยเลือกใช้สื่อคอมพิวเตอร์ประกอบคำบรรยาย ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะได้รับความรู้เพื่อประกอบการตัดสินใจในการดูแลตนเองเพื่อมาพบแพทย์

3. แลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็น ค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา และความต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติม โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ให้การสนับสนุนเพื่อบรรลุความต้องการของกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งพูดให้กำลังใจเพื่อส่งเสริมแรงจูงใจ

4. สาธิตวิธีประเมินตนเอง ได้แก่ การชั่งน้ำหนัก และการวัดเส้นรอบท้อง และให้กลุ่มตัวอย่างสาธิตย้อนกลับ ผู้วิจัยพิจารณาความถูกต้องของการปฏิบัติ พร้อมทั้งให้คำชี้แนะ พูดให้กำลังใจ เพื่อส่งเสริมแรงจูงใจซึ่งการเรียนรู้จะเพิ่มขึ้นจากการมีส่วนร่วมและการฝึกปฏิบัติการกระทำต่าง ๆ ในการดูแลตนเอง

5. มอบสมุดบันทึกสุขภาพสำหรับผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน พร้อมอธิบายวิธีการบันทึก และประโยชน์ของการบันทึกสุขภาพเป็นสนับสนุนด้านสิ่งของเพื่อให้เกิดความรู้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เพื่อพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเอง

6. นัดหมายวัน เวลา สำหรับกิจกรรมในครั้งต่อไป โดยทบทวนหมายเลขโทรศัพท์ที่พร้อมในการรับการติดต่อ

ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 4 ใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม 20 - 30 นาที)

ผู้วิจัยดำเนินการติดตามการดูแลตนเองขณะอยู่ที่บ้านทางโทรศัพท์ เป็นรายบุคคล และกล่าวทักทายพูดคุยอย่างเป็นกันเอง

1. ทบทวนปัญหาในการดูแลตนเองที่เกิดขึ้นตลอด 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา พร้อมทั้งวิธีแก้ไขปัญหาที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น โดยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ตลอด 1 สัปดาห์ที่ผ่านมามีท่านใดมีปัญหาในการดูแลตนเองอย่างไร”

2. ให้การสนับสนุน คำปรึกษา และชี้แนะ เพื่อการแก้ไขปัญหา และตอบสนองความต้องการด้วยการรับฟังปัญหาจากผู้ป่วย ชมเชย ให้กำลังใจ และให้คงพฤติกรรมที่ดีไว้ ซึ่งการติดตามทางโทรศัพท์จึงเปรียบเสมือนเป็นการเสริมแรงผู้ป่วย ช่วยให้ผู้ป่วยมีความมั่นใจในตนเอง

3. นัดหมายวัน เวลา สถานที่สำหรับการประเมินผล

4. เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างสามารถติดต่อรับคำปรึกษาทางโทรศัพท์ได้เมื่อต้องการ

การประเมินผล (สัปดาห์ที่ 7 ใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม 20 - 30 นาที)

ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง พร้อมสมาชิกครอบครัว กล่าวทักทายพูดคุยอย่างเป็นกันเอง

1. สอบถามอาการ และปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองร่วมกับประเมินผลการปฏิบัติเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างเล่าถึงการปฏิบัติเพื่อดูแลตนเองในช่วงที่ผ่านมา

2. ผู้วิจัยประเมินผลกลุ่มตัวอย่างหลังการทดลอง (Post - test) ด้วยเครื่องมือชุดเดียวกันก่อนการทดลองนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้อง ก่อนนำไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

กลุ่มควบคุม

ครั้งที่ 1 (วันที่ 1 ใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม 45 - 60 นาที)

ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง พร้อมสมาชิกครอบครัวรวม 40 คน ที่ห้องให้คำปรึกษา โรงพยาบาลปากช่องนานา โดยมีขั้นตอนปฏิบัติดังนี้

1. สร้างสัมพันธภาพ และความไว้วางใจ ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และการพิทักษ์สิทธิ์

2. ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความรู้ แบบประเมินพฤติกรรมในการดูแลตนเอง หลังจากนั้นตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูล

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

3. มอบสมุดบันทึกสุขภาพสำหรับผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน พร้อมอธิบายวิธีการบันทึก

4. นัดหมายวัน เวลา เพื่อการติดต่อทางโทรศัพท์ โดยทบทวนหมายเลขโทรศัพท์ที่พร้อมในการรับการติดต่อ

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 4 ใช้เวลา 20 - 30 นาที)

ผู้วิจัยดำเนินการติดตามการดูแลตนเองขณะอยู่ที่บ้านทางโทรศัพท์รายบุคคล และกล่าวทักทายพูดคุยอย่างเป็นกันเอง

1. สอบถามอาการ และปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง ร่วมสนทนาแลกเปลี่ยนข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง ให้คำปรึกษาสุขภาพตามสภาพปัญหา และความต้องการ

2. นัดหมายวัน เวลา สถานที่สำหรับการประเมินผล

การประเมินผล (สัปดาห์ที่ 7 ใช้เวลา 20 - 30 นาที)

ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง พร้อมสมาชิกครอบครัว ที่ห้องให้คำปรึกษา โรงพยาบาลปากช่องนานา กล่าวทักทายพูดคุยอย่างเป็นกันเอง

1. สอบถามอาการ และปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองร่วมกับประเมินผลการปฏิบัติ เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างเล่าถึงการปฏิบัติเพื่อดูแลตนเองในช่วงที่ผ่านมา

2. ผู้วิจัยประเมินผลกลุ่มตัวอย่าง (Post - test) ด้วยเครื่องมือชุดเดิม นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้อง ก่อนนำไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

3. เมื่อเสร็จจากการทำ Post - test ผู้วิจัยให้ความรู้แก่ผู้ป่วยด้วยการชมสื่อคอมพิวเตอร์ประกอบคำบรรยาย วีดิทัศน์ และมอบคู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคตับแข็งที่มีภาวะท้องมาน เปิดโอกาสให้มีการซักถาม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันระหว่างผู้วิจัย กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกครอบครัว

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป กำหนดระดับความมีนัยสำคัญที่ .05 มีขั้นตอนดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนความรู้ในการดูแลตนเอง พฤติกรรมการดูแลตนเอง และน้ำหนักตัวที่เปลี่ยนแปลงของผู้ป่วย ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent t - test)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University