

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรยายประสบการณ์อาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว ในด้านความรู้สึก ผลกระทบ และการจัดการกับอาการหายใจลำบาก ทำการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด โดยเป็นผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษานในโรงพยาบาลตลิ่งชันด้วยอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลวในหอผู้ป่วยหญิง หอผู้ป่วยชาย และหอผู้ป่วยไอซียู จำนวน 10 ราย ทำการเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2553 ถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2555 ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยใช้วิธีสัมภาษณ์เชิงลึก และการสังเกต จนข้อมูลมีความอิ่มตัว แล้วนำมาวิเคราะห์ตามขั้นตอนการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา ซึ่งได้ผลวิจัยดังนี้

สรุปผลการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษานี้เป็นผู้ป่วยที่มีอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลว ที่ได้รับการรักษาในโรงพยาบาลตลิ่งชัน จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 10 ราย เป็นเพศหญิง 7 ราย ชาย 3 ราย อายุเฉลี่ย 60 ปี จำนวนผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ 10 ราย ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา 6 ราย และไม่ได้เรียนหนังสือ 3 ราย มีสถานภาพสมรส คู่ 5 ราย หม้าย 4 ราย และหย่าร้าง 1 ราย ส่วนใหญ่ ไม่ได้ประกอบอาชีพ 9 ราย ทำธุรกิจส่วนตัว 1 ราย รายได้พบว่าส่วนใหญ่ได้ค่าครองชีพจากผู้สูงอายุเดือนละ 500 บาท 6 ราย ไม่มีรายได้ 3 ราย และไม่ต้องการระบุ 1 ราย ส่วนบทบาทในครอบครัวจะเป็นสมาชิกในครอบครัว 9 ราย และเป็นหัวหน้าครอบครัว 1 ราย ส่วนมากผู้ให้ข้อมูลจะมีโรคประจำตัว โรคที่พบได้แก่ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ไตวาย และโรคเก๊าท์ ซึ่งแต่ละคนจะพบได้มากกว่า 1 โรค และจำนวนของการเข้ารับการรักษานในโรงพยาบาลด้วยอาการหายใจลำบากส่วนใหญ่จะอยู่ระหว่าง 2-3 ครั้ง 5 ราย 10-14 ครั้ง 2 ราย และ 15-20 ครั้ง 3 ราย ยาที่ได้รับในการมีด้วยกันหลายกลุ่มดังเช่น ยาลดไขมันในเส้นเลือด ยาด้านการแข็งตัวของเลือด ยากระตุ้นการเต้นของหัวใจ ยากลุ่ม Beta-blocker ยากลุ่ม ACEI ยารักษากระดับน้ำตาลในกระแสเลือดและยากลุ่มลดความดัน ส่วนในเรื่องของการรักษาอื่น ๆ นอกเหนือจากการรักษาของแพทย์ พบว่าผู้ให้ข้อมูลไม่มีประวัติการไปรับการรักษาแบบอื่น ๆ 8 ราย และซื้อยาสมุนไพรรับประทาน เช่น ยาแก้เป็นลม 2 ราย และเรื่องของสิทธิในการรักษาสิทธิใช้สิทธิประเภทประกันสุขภาพมี 8 ราย และเบิกได้ 2 ราย

ผลการวิจัยพบว่า ประสบการณ์อาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวแบ่งได้เป็น 3 ประเด็นหลัก คือความรู้สึกรู้สึกต่ออาการหายใจลำบาก ผลกระทบจากอาการหายใจลำบาก และการจัดการอาการหายใจลำบากที่เกิดจากภาวะหัวใจล้มเหลว โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ความรู้สึกรู้สึกต่ออาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว

ความรู้สึกรู้สึกต่ออาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวที่เกิดขึ้นพบว่ามี

2 ประเด็นคือ เหนื่อยเหมือนจะตาย กับรู้สึกอยากตาย

1.1 เหนื่อยเหมือนจะตาย เป็นความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูลต่ออาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นจากภาวะหัวใจล้มเหลวว่ารู้สึกเหนื่อยจนหอบ เกิดอาการหายใจไม่ทัน หายใจไม่เต็มอิ่ม จนจุก แน่น ไม่หายใจ จนใจจะขาด และคิดว่าชีวิตนี้ไม่รอดแน่ เหมือนคนจะตาย เมื่อมีอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นจากภาวะหัวใจล้มเหลว

1.2 ความรู้สึกอยากตาย ผู้ให้ข้อมูลได้เกิดความรู้สึกอยากตายอันเป็นเพราะว่ามีประสบการณ์ในการอาการหายใจลำบากบ่อย และต้องทนทุกข์ทรมานกับอาการที่เกิดขึ้นทุกครั้ง จนทำให้รู้สึกว่าให้คิดว่าจะไม่อยากอยู่และอยากตาย

2. ผลกระทบจากอาการหายใจลำบากผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว

ผลกระทบจากอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว ส่งผลทำให้ผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่เคยปฏิบัติได้ดั้งเดิม ไม่ว่าจะเป็นการทำงานได้ไม่เหมือนเดิมหรือกระทั่งกิจวัตรประจำวันที่เคยปฏิบัติได้ด้วยตนเองก็ทำได้น้อยลงกว่าที่เคยปฏิบัติ ต้องตกเป็นภาระของครอบครัวในการดูแลตนเอง จึงมีผลกระทบทางด้านจิตใจของตนเองตามทั้งในด้านกลัวตาย เกิดข้อเท้าในชีวิต และคิดว่าความมีคุณค่าในตนเองลดลง

2.1 ทำงานได้ไม่เหมือนเดิมเป็นผลกระทบจากอาการหายใจลำบากที่ทำให้ไม่สามารถทำงานที่ทำได้ ไม่ว่าจะเป็นงานที่หารายได้ให้กับครอบครัว หรืองานที่ทำเป็นประจำที่บ้าน ซึ่งปริมาณในการทำนั้นน้อยลงกว่าเดิมมากกว่าครึ่งหนึ่งของที่เคยกระทำ หรือทำไม่ได้เลย โดยที่ทำได้นั้นเป็นลักษณะงานเบา ๆ

2.2 การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ลดลงเป็นผลกระทบที่เกิดจากอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว ได้แก่รับประทานอาหารได้น้อยลง นอนราบไม่ได้ และเดินได้น้อยลง ซึ่งถือเป็นการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่ไม่สามารถทำได้อย่างที่เคยต้องปฏิบัติ หรือปฏิบัติได้น้อยลงอย่างเช่นที่เคยทำได้

2.2.1 รับประทานอาหารได้น้อยลง เป็นผลจากเมื่อมีอาการหายใจลำบากเกิดขึ้นแล้วจะอาการเวียนหัว อาเจียน และไม่มีแรงตามมาทำให้ มีการรับประทานอาหารได้น้อย

2.2.2 การนอนราบไม่ได้ เมื่อเกิดอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลว ส่งผลให้มีรูปแบบการนอนที่เปลี่ยนแปลงไป คือไม่สามารถนอนราบได้ ต้องนั่งหรือนอนในลักษณะหัวสูงโดยต้องใช้หมอนรองศีรษะมากขึ้น

2.2.3 เดินได้น้อยลง ผลกระทบจากอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นจากภาวะหัวใจล้มเหลว มีผลต่อการเดินคือ เดินได้น้อยลง หรือเดินไม่ได้ ในขณะที่เดินต้องหยุดพักเป็นช่วง ๆ และมีสิ่งของคอยช่วยพยุงในการเดินเช่น ไม้เท้า หรือต้องเกาะเดิน เช่น เกาะราวบันไดเวลาขึ้นลงบันได เป็นต้น

2.3 เป็นภาระของครอบครัวเป็นผลเมื่อมีอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลวที่ตนเองไม่สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ไม่ว่าแม้กระทั่งกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ รวมไปถึงกิจกรรมที่เคยสร้างรายได้ให้กับครอบครัว ทำให้ตนเองเกิดความสับสน เกรงใจ และรู้สึกเป็นการรบกวน สร้างความลำบากให้กับคนในครอบครัวไม่ว่าจะเป็นสามี บุตรหรือหลานก็ตาม ทำให้ครอบครัวต้องมีการมาดูแลตนเองและมีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น

2.4 ผลกระทบทางด้านจิตใจนั้นเป็นผลที่มีอาการหายใจลำบากจากผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว จะเกิดอาการกลัวตายจากที่มีอาการหายใจลำบากที่รุนแรง และจะมีอาการบ่อยครั้ง ทำให้เข้าออกในโรงพยาบาล เป็นประจำจึงเกิดท้อแท้ในชีวิต และควมมีคุณค่าในตนเองนั้นลดลงไป

2.4.1 กลัวตายเป็นผลกระทบทางด้านจิตใจที่เกิดจากที่ผู้ให้ข้อมูลมีอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวที่รุนแรงแล้วไม่สามารถที่จะทำให้อาการหายใจลำบากของตนเองนั้นบรรเทาลงได้ จึงเกิดความกลัวว่าตนเองนั้นจะตาย

2.4.2 ท้อแท้ในชีวิตเป็นผลกระทบทางด้านจิตใจจากเมื่อมีอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลวบ่อยครั้ง โดยเฉพาะในผู้ให้ข้อมูลที่ได้เข้ารับการรักษารักษาโรงพยาบาลมากกว่า 10 ครั้ง ทำให้ผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้จึงมีอาการท้อแท้ที่เกิดขึ้นกับร่างกายจนบางครั้งต้องนอนน้ำตาไหล และคิดว่าเป็นวงจรกรรมของตนเอง

2.4.3 ความมีคุณค่าในตนเองลดลงเป็นผลกระทบทางด้านจิตใจที่เกิดจากอาการหายใจลำบาก ที่ไม่สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ จึงต้องพึ่งพาผู้อื่นบ่อย ๆ โดยเฉพาะบุคคลในครอบครัว และสร้างภาระให้กับคนในครอบครัว ทำให้คิดว่าตนเองนั้นด้อยค่า คุณค่าในตนเองน้อยลงไป และเปรียบว่าตนเองเหมือนคนพิการคนหนึ่ง

3. การจัดการอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว

การจัดการเมื่อเกิดอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว พบว่าเมื่อเกิดอาการหายใจลำบากจะมีวิธีการจัดการกับอาการคือการจัดการด้วยตนเอง และการจัดการด้วยบุคคลอื่น เพื่อให้มีอาการหายใจลำบากทุเลาลง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 การจัดการด้วยตนเองเป็นวิธีการจัดการกับอาการอันดับแรกเมื่อรู้สึกว่ามีอาการหายใจลำบากเกิดขึ้นโดยวิธีการจัดการกับอาการหายใจลำบากด้วยตนเองนั้นมี 2 วิธี คือการจัดกับอาการหายใจลำบากทันทีเมื่อเกิดอาการ และการจัดการด้วยวิธีการป้องกันไม่ให้เกิดอาการหายใจลำบากเกิดขึ้น

3.1.1 การจัดการด้วยตนเอง เมื่อเกิดอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลว เป็นวิธีการจัดการอันดับแรกเมื่อมีความรู้สึกว่าคุณมีอาการหายใจลำบากเกิดขึ้น ซึ่งลักษณะวิธีการจัดการด้วยตนเองจะประกอบไปด้วยกันหลาย ๆ วิธี ได้แก่ ใช้วิธีการผ่อนคลายหายใจหายใจเข้าออกยาว ๆ การปรับเปลี่ยนท่าในการนอน คือนอนในท่าหัวสูง หรือนั่ง ร่วมกับการทำสมาธิ สวดมนต์ และใช้ยาหม่องทา ทานยาสมุนไพรแก้เป็นลม อยู่ในที่เย็น ๆ เช่นห้องแอร์ หรือใช้ผ้าชุบน้ำเย็น ๆ มาเช็ดตัว และการใช้ออกซิเจนเข้าช่วยที่หาไว้ใช้ที่บ้านเพื่อให้มีอาการหายใจลำบากบรรเทาลง

3.1.2 การจัดการด้วยตนเองเพื่อป้องกันการเกิดอาการหายใจลำบาก เป็นวิธีการจัดการของผู้ให้ข้อมูลได้มีปรับเปลี่ยนวิถีการดำรงชีวิตในหลายรูปแบบ ทั้งพฤติกรรมการรับประทานอาหาร คือ งดการรับประทานอาหารเค็ม งดรับประทานอาหารที่มีไขมัน รับประทานอาหารผัก และจำกัดการดื่มน้ำ รับประทานยาตามเวลา การนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ รวมไปถึงการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่เบา ๆ ไม่หนักมากเกินไปเพื่อการออกกำลังกาย โดยข้อมูลที่ได้ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงนี้ได้มาจากคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาลเมื่อผู้ให้ข้อมูลได้เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล

3.2 การจัดการด้วยบุคคลอื่น เป็นการจัดการกับอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลวนอกจากจะจัดการกับอาการด้วยตนเองเพื่อให้อาการทุเลาลงแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังต้องอาศัยบุคคลอื่นในการจัดการกับอาการที่เกิดขึ้นได้แก่บุคคลในครอบครัว และบุคลากรทางสาธารณสุข

3.2.1 บุคคลภายในครอบครัว เมื่อรู้สึกว่าคุณเองไม่สามารถจัดการกับอาการอาการหายใจลำบากให้บรรเทาได้ จะมีบุคคลครอบครัวเข้าช่วยเหลือไม่ว่าจะเป็น สามี บุตรหลาน โดยเข้ามาช่วยเหลือด้วยการทำกิจกรรมเพื่อให้อาการของผู้ให้ข้อมูลบรรเทาได้แก่ การเอามอนรองหลังเพื่อให้นั่ง หายาจำพวกสมุนไพรแล้วดื่มให้รับประทาน บีบ นวด เปิดพัด หรือพัดให้คอยเฝ้าระวังดูอาการอย่างใกล้ชิด และเป็นผู้นำผู้ให้ข้อมูลเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลเมื่ออาการหายใจลำบากไม่ทุเลาลง

3.2.2 บุคลากรทางสาธารณสุข ในที่นี้ได้แก่เจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาลประกอบไปด้วยแพทย์และพยาบาลที่เข้ามาดูแลผู้ให้ข้อมูลได้เข้าไปรับการรักษา ซึ่งเป็นวิธีการจัดการกับอาการเป็นอันดับสุดท้าย ที่ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่าคุณเองไม่สามารถจัดการกับอาการหายใจลำบากให้บรรเทาได้ โดยเจ้าหน้าที่จะจัดการกับอาการด้วยวิธีการฉีดยาขับปัสสาวะ ให้ออกซิเจน พ่นยา จัดทำนอนศีรษะสูง

อภิปรายผล

ผลการวิจัยเกี่ยวกับประสบการณ์อาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว ประกอบด้วย ความรู้สึกต่ออาการหายใจลำบาก ผลกระทบจากอาการหายใจลำบาก และการจัดการอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังต่อไปนี้

ความรู้สึกต่ออาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว

จากผลการศึกษาที่พบว่าความรู้สึกต่ออาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลวนั้น ได้ผลสะท้อนออกมาเป็นความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล 10 ราย คือมีความรู้สึกเกิดขึ้นใน 2 ลักษณะได้แก่ รู้สึกเหนื่อยเหมือนจะตายกับความรู้สึกอยากตาย ซึ่งเป็นผลจากการที่ภาวะหัวใจไม่สามารถบีบตัวส่งเลือดไปเลี้ยงเนื้อเยื่อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้อย่างเพียงพอเกิดมีเลือดคั่งในปอดจึงทำให้มีภาวะปอดบวมน้ำตามมา ส่งผลต่อประสิทธิภาพการแลกเปลี่ยนก๊าซของปอดลดลง ผู้ป่วยจึงต้องออกแรงในการหายใจเพิ่มขึ้น (ลิวรรณ อุณนาภิรักษ์ และคณะ, 2550; Hunt et al., 2009) ดังนั้นจึงเกิดอาการหายใจลำบาก ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดรู้สึกว่าเหนื่อยจนหอบ หายใจไม่ทัน หายใจไม่อิ่ม หายใจไม่สะดวก จนแน่น จุก จนบางครั้งได้เปรียบเหมือนว่าตนเองนั้นจะหยุดหายใจ และคิดว่าชีวิตนี้ไม่รอด รู้สึกว่าจะขาดใจไปเลยได้ จึงต้องถอนหายใจกันบ่อย ๆ เพื่อให้หายใจได้คล่อง จึงคิดว่าตนเองนั้นเหนื่อยเหมือนจะตายซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Edmonds et al. (2005) พบว่าผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวได้อธิบายเกี่ยวกับอาการหายใจลำบากที่ควบคุมไม่ได้ไว้ว่าอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นมีความสัมพันธ์เหมือนคนจะตาย

นอกจากนี้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นนอกว่าเหนื่อยเหมือนคนจะตายนั้น ผู้ให้ข้อมูลยังได้สะท้อนออกมาในลักษณะความรู้สึกอยากตาย เป็นความรู้สึกที่มีอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นบ่อยครั้ง และในแต่ละครั้งที่เกิดขึ้นนั้นต้องทนทุกข์ ทรมานกับอาการที่เป็นเพราะรู้สึกว่าคุณลักษณะการหายใจนั้นไม่หายใจ หรือจะหยุดหายใจ จนทำให้คิดว่าไม่อยากที่จะมีชีวิตอยู่ ประกอบกับที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้รู้สึกเช่นนี้ อันเนื่องมาจากผู้ป่วยมีภาวะหัวใจล้มเหลวเป็นมานานหลายปีเข้าออกโรงพยาบาลบ่อยครั้งและมีโรคร่วมด้วยกันหลายโรค ดังเช่น โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน จึงทำให้การดำเนินของภาวะหัวใจล้มเหลวก้าวหน้าขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลนั้นเกิดความรู้สึกไม่อยากจะมีชีวิตอยู่

และจากการสังเกตในขณะที่ผู้ให้ข้อมูลได้เข้าพักรักษาตนเองในโรงพยาบาลทั้ง 10 ราย นั้นพบว่าผู้ให้ข้อมูลบางรายมีอาการหายใจลำบาก บางรายนั้นมีอาการแสดงสีหน้าเศร้า คิ้วขมวด คุกรุ่นกระวาย ซึ่งในขณะเวลานั้นผู้วิจัยได้เข้าไปติดตามเยี่ยมอาการและสร้างความสัมพันธ์ภาพ และได้เข้าไปให้การพยาบาลร่วมกับทีมพยาบาลในหอผู้ป่วยที่ได้ดูแลผู้ให้ข้อมูล จนกระทั่งอาการ

ของผู้ให้ข้อมูลนั้นทะเลาะงแล้วจึงลา กลับ แต่ในช่วงระหว่างที่มีการสัมภาษณ์ที่บ้านผู้ให้ข้อมูลจะพูดถึงว่าอยากตายนั้นจะมีสีหน้าเศร้าหมอง แต่ทั้งช่วงสักระยะจะกลับมาสีหน้าปกติเพราะมีกำลังใจที่จากคนในครอบครัวทำให้ผู้ให้ข้อมูลนั้นได้รู้สึกดีขึ้น

แต่อย่างไรก็ตามผลสะท้อนออกมาในความรู้สึกที่ได้จากการเก็บข้อมูลในครั้งนี้จากผู้ให้ข้อมูลทั้ง 10 รายนั้นเป็นข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาก่อนที่จะสัมภาษณ์นั้นค่อนข้างนานหลายเดือนในแต่ละราย เนื่องจากต้องรอผู้ให้ข้อมูลนั้นได้จำหน่ายออกจากโรงพยาบาล เพราะอาการหายใจลำบากที่ต้องการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลแต่ละครั้งของผู้ให้ข้อมูลนั้นส่วนใหญ่อยู่ในระดับความรุนแรงของโรค Class 3 และ 4 ใช้ระยะเวลาในการรักษาในโรงพยาบาลนานเป็นเดือนกว่าให้ผู้ข้อมูลนั้นจะมีอาการบรรเทาลง และให้ระดับความรุนแรงของโรคจากอาการหายใจลำบากนั้นอยู่ในระดับ Class 2 และ 3 ถึงจะกลับบ้าน และมีการติดตามเยี่ยมผู้ป่วยนานร่วมด้วย ประกอบกับผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่อายุมากกว่า 60 ปี จึงเกิดอุปสรรคต่อการเก็บข้อมูลในผู้ให้ข้อมูลบางราย อันเนื่องมาจากเหตุการณ์ก่อนที่จะเข้าโรงพยาบาลไม่ได้ว่าเป็นอย่างไร ไม่สามารถที่จะตอบคำถามได้ ร่วมกับมีปัญหาในด้านการสื่อสารคือ ไม่ได้ยินที่ผู้วิจัยสัมภาษณ์ อันเนื่องมาจากหูตึง ซึ่งต้องคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลออกในระหว่างการเก็บข้อมูล ร่วมกับผู้วิจัยนั้นต้องเดินทางเข้าไปเก็บข้อมูลในสถานที่ที่พักของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งบางสถานที่นั้นค่อนข้างอันตรายจึงเป็นข้อพิจารณาส่วนหนึ่งในการที่คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลผู้นั้นออกไป จึงมีผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดที่ได้ 10 ราย

ผลกระทบจากอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว

ผลกระทบจากอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว เป็นผลทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดผลกระทบใน 4 ประเด็น ดังนี้คือ การทำงานได้ไม่เหมือนเดิม การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ลดลง เป็นภาระของครอบครัว และทางด้านจิตใจ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าผลกระทบที่เกิดจากอาการหายใจลำบากจะมีผลต่อร่างกายผู้ให้ข้อมูลโดยตรง ทำให้เกิดการอ่อนเพลีย เวียนศีรษะ ความทนต่อกิจกรรมลดลง (Carelock & Clark, 2001) โดย เมื่อเกิดอาการหายใจลำบากแล้วจะทำให้ผู้ให้ข้อมูลนั้นมีการดำรงชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม คือไม่สามารถที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ ทั้งการทำงานได้ไม่เหมือนเดิม ซึ่งเป็นลักษณะงานที่สร้างรายได้ให้กับครอบครัว หรืองานที่ทำเป็นประจำที่บ้าน และยังมีผลทำให้การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่บ้านได้ลดลง ดังเช่น รับประทานอาหารได้น้อยลง เนื่องจากเวียนศีรษะ การนอนราบไม่ได้เกิดอาการอ่อนเพลียจากพักผ่อนที่ไม่เพียงพอ และเดินได้น้อยลงหรือเดินไม่ได้ ซึ่งลักษณะการเดินต้องมีสิ่งที่ยกช่วยพยุงร่างกายเป็นค้ำ ดังนั้นผลกระทบที่เกิดขึ้นกับร่างกายของผู้ให้ข้อมูลโดยตรงที่ไม่สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้น ยังมีผลกระทบต่อผู้อื่นจากการที่ผู้ป่วยไม่สามารถที่ช่วยเหลือตนเองได้ต้องทำให้ผู้ป่วยต้องพึ่งพาผู้อื่น และอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่น (Barnett, 2005) โดยเฉพาะต้องตกเป็นภาระของครอบครัวไม่ว่าแม้กระทั่งกิจกรรมที่สร้างรายได้ให้กับครอบครัวหรือกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ เช่น อาบน้ำ สระผม หรือ

ซักผ้า และต้องมีภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นที่ต้องมาดูแลตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Janseen et al. (2008) ที่พบว่าต้องอาศัยสมาชิกในครอบครัว และสมาชิกในบ้านที่ต้องช่วยเหลือการดูแลเรื่องการรับประทาน อาหาร และการให้กำลังใจ และ Ramasamy et al. (2006) ที่พบว่าทำให้ผู้ป่วยมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไปต้องเรียนรู้ถึงสิ่งที่ตนเองทำได้และทำไม่ได้ ต้องพัฒนาวิธีการแก้ปัญหา และปรับตัวให้เข้ากับแผนการรักษา โดยส่วนใหญ่ผู้ป่วยจะมีสมาชิกในครอบครัว และปัญหาเกี่ยวกับการดูแลตนเอง (ผ่องพรรณ อรุณแสง, 2551) ซึ่งเมื่อผู้ให้ข้อมูลต้องพึ่งพาสมาชิกในบ้าน หรือต้องอยู่ภายใต้ความดูแลบุคคลในครอบครัว

ผลกระทบที่เกิดจากอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวนั้นที่มีผลต่อร่างกายแล้ว ยังมีผลกระทบต่อจิตใจของผู้ให้ข้อมูล อันเนื่องมาจากที่มีอาการหายใจลำบากที่รู้สึกเหมือนจะหยุดหายใจ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลนั้นเกิดอาการกลัวตาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Jeon et al. (2010) ที่ศึกษาประสบการณ์การดำรงชีวิตของผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว พบว่าเมื่อภาวะหัวใจล้มเหลวมีการดำเนินของโรคที่รุนแรงเพิ่มขึ้นจะเกิดอาการกลัวตายโดยเฉพาะในตอนที่มีอาการหายใจลำบากเกิดขึ้น และจากอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นนี้ยังพบว่าไม่ได้เกิดอาการแค่ครั้งเดียว แต่เป็นลักษณะของอาการที่เกิดขึ้นบ่อยครั้ง ดังจากข้อมูลที่ได้จากผู้ให้ข้อมูลพบว่ามีอาการหายใจลำบากมากกว่า 10 ครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา Edmonds et al. (2005) พบว่าผู้ป่วยมีประสบการณ์อาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นในลักษณะ 3 อาการ คือ อาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นทุกวัน อาการหายใจลำบากที่เลวลง และอาการหายใจลำบากที่ไม่สามารถควบคุมได้แล้วมีผลต่อการทำหน้าที่ของร่างกาย และการศึกษาของ การศึกษาของ วันทนา มณีศิลป์ (2543) ที่ศึกษาถึงประสบการณ์เหนือหอบ ผลของอาการเหนือหอบ และวิธีการจัดการกับอาการเหนือหอบในผู้ป่วยโรคหัวใจที่แผนกผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยในของโรงพยาบาลศิริราช ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยมีอาการเหนือหอบทุกวันร้อยละ 40 แล้วทำให้ผู้ให้ข้อมูลนั้นต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลที่บ่อย จึงเกิดอาการท้อแท้ในการดำเนินชีวิต เพราะต้องมีการปรับเปลี่ยนวิถีในการดำเนินชีวิตดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น ภาวะหัวใจล้มเหลว

นอกจากผลกระทบด้านจิตใจที่ได้กล่าวไว้ยังพบว่าผู้ให้ข้อมูลคิดว่าความมีคุณค่าในตนเองลดลงเกิดอาการน้อยใจ เสียใจกับอาการหายใจลำบากที่เกิดอันเนื่องต้องทำให้ตนเองนั้นต้อง ตกอยู่ในความดูแลของบุคคลในครอบครัว โดยที่ครอบครัวได้กระทำทุกสิ่งทุกอย่างจึงเกิดการเปรียบเทียบว่าตนเองเหมือนคนพิการคนหนึ่ง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Ramasamy et al. (2006) ศึกษาความสัมพันธ์ของอาการหายใจลำบากกับภาวะด้านจิตใจและปัจจัยด้านสังคมพบว่า ลักษณะอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ จึงทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ให้ข้อมูลนั้นลดลง

การจัดการอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว

การจัดการกับอาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลว จากผลงานวิจัยพบว่ามี การจัดการด้วยกัน 2 วิธี คือการจัดการด้วยตนเอง และการจัดการด้วยบุคคลอื่น โดยการจัดการด้วยตนเองเป็นการจัดการเมื่อเกิดอาการหายใจลำบาก จะเป็นวิธีการอันดับแรกในการจัดการเพื่อให้ อาการบรรเทาลง ซึ่งวิธีการจัดการนั้นจะมีด้วยกันหลายวิธีดังคือการผ่อนลมหายใจเข้าออกยาว ๆ การเปลี่ยนท่าทางการ โดยนอนศีรษะสูงหรือลุกขึ้นนั่ง และมีการทำสมาธิ สวดมนต์ ร่วมไปด้วย และ ใช้ยา เช่น ยาหม่อง หรือครีมยาหม่อง ประกอบอยู่ในที่เย็น ๆ เช่น ในห้องแอร์ หรือนำผ้าชุบน้ำเย็นมาเช็ดตัว เพื่อให้มีอาการหายใจลำบากบรรเทา แต่ในกรณีที่บางครั้งอาการไม่บรรเทาจะมีการ ใช้ออกซิเจนเข้าช่วย ซึ่งเป็นลักษณะของการได้จัดหาซื้อไว้ใช้ที่บ้าน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Edmonds et al. (2005) ที่พบว่าผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวใช้วิธีในการนับเพื่อควบคุมอาการหายใจลำบาก และการศึกษาของ Bennett et al. (2000) ที่พบว่าผู้ป่วยใช้วิธีการจัดการกับอาการหายใจลำบากคือ หยุดทำกิจกรรมหรือทำกิจกรรมอย่างช้า ๆ หยุดพักในขณะที่ทำกิจกรรม เคลื่อนไหวอย่างช้า ๆ เช่น การขึ้นลงบันได พักผ่อนในห้องที่เงียบสงบ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงท่าทาง ปรับเปลี่ยน อุณหภูมิห้อง การใช้ยา การใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือ

ส่วนการจัดการด้วยตนเองเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดอาการหายใจลำบากเกิดขึ้น เป็นวิธีการ ป้องกันอาการโดยจากการเรียนรู้และได้รับความรู้จากที่ได้ที่ได้เข้าพักรักษาในโรงพยาบาลจาก อาการหายใจลำบากจากภาวะหัวใจล้มเหลวบ่อยครั้ง ซึ่งทำให้พฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูลเปลี่ยนแปลง ไปคือ การงดรับประทานอาหารเค็ม งดรับประทานอาหารที่มีไขมัน รับประทานอาหาร นอนหลับ พักผ่อนที่เพียงพอ จำกัดน้ำดื่ม รวมไปถึงการทำงานเบา ๆ เพื่อเป็นการออกกำลังกายไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Schiff et al. (2003) ที่ศึกษาภาวะหัวใจล้มเหลวที่แย่ง อาการที่ เริ่มต้น และปัจจัยสนับสนุน พบว่าการจัดการกับอาการหายใจลำบากขึ้นอยู่กับการป้องกันไม่ให้มี ภาวะหัวใจล้มเหลวที่มากขึ้น คือการลดรับประทานอาหารเค็ม และเพิ่มยาขับปัสสาวะ จำกัดน้ำดื่ม หรือซื้อยารับประทานที่นอกเหนือจากแพทย์สั่ง และลดการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน นอนยกขาสูง

และผลการวิจัยที่พบในการจัดการกับอาการด้วยบุคคลอื่น ได้แบ่งเป็น 2 วิธีคือการจัดการ ด้วยบุคคลภายในครอบครัว ได้แก่ สมาชิกในครอบครัวและหลาน ที่อยู่ข้างเคียง โดยบุคคลเหล่านี้จะมีวิธีการ ที่ได้เข้ามาช่วยในการจัดการกับอาการหายใจลำบากได้บรรเทาลงด้วยการคอยเฝ้าสังเกตอาการอย่าง ใกล้ชิด จัดการเอาหมอนรองหลังเพื่อให้ นั่ง หายาสมุนไพรแก้เป็นลมมาดัมให้รับประทาน รวมไปถึง นำผู้ให้ข้อมูลไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์เมื่อพบว่าอาการหายใจลำบากไม่บรรเทา ดังนั้นจะเห็น ได้ว่าเมื่อการจัดการด้วยตนเองและบุคคลภายในครอบครัวทำให้อาการไม่ทุเลาลงจะมีวิธีการสุดท้าย คือการจัดการด้วยบุคลากรทางสาธารณสุข ด้วยการเข้าไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลเมื่อเกิดอาการ หายใจลำบากตามที่กล่าวข้างต้น ซึ่งเจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาลได้แก่ แพทย์และพยาบาล โดยจะจัดการ

กับอาการหายใจลำบากคือ การฉีดยาขับปัสสาวะ ให้ออกซิเจน พ่นยา จัดทำอนัตริษะสูง แล้วทำให้อาการหายใจลำบากทุเลาลง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Edmonds et al. (2005) พบว่าผู้ป่วยเมื่อรู้สึกว่าการแย่งจะเข้าไปรับบริการที่โรงพยาบาล และ การศึกษา นุชรินทร์ นัทรวิชัย (2546) ที่ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการบรรเทาอาการหายใจลำบากต่อระดับความรุนแรงของอาการหายใจลำบากและความรู้เพื่อควบคุมอาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว พบว่าผู้ป่วยขาดความรู้ในเรื่องการควบคุมอาหารและจำกัดน้ำดื่มและค่าคะแนนเฉลี่ยระดับความรุนแรงของอาการหายใจลำบากหลังใช้โปรแกรมการบรรเทาอาการหายใจลำบากมีระดับลดลงอย่างมีนัยสำคัญ และผลค่าคะแนนเฉลี่ยด้านการประเมินความรู้หลังการใช้โปรแกรมการบรรเทาอาการหายใจลำบากมีค่าคะแนนความรู้เพิ่มขึ้นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

แต่ถึงแม้ผลงานวิจัยในครั้งนี้ได้สะท้อนออกมาในลักษณะดังกล่าวข้างบนก็ตาม แต่พบว่าการเก็บข้อมูลในครั้งนี้ได้ใช้เวลานาน และผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวส่วนใหญ่ที่พบจะอยู่ในช่วงวัยสูงอายุส่งผลต่อระบบการติดต่อสื่อสารทำให้การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยที่ได้มีน้อย และในช่วงระหว่างการเก็บข้อมูลมีปัญหาอุปสรรคมากมายทั้งจากผู้เข้าร่วมวิจัยซึ่งได้กล่าวไว้แล้วตอนต้นและปัญหาในการทำงานของผู้วิจัยคือในเดือน ตุลาคมถึงพฤศจิกายนได้เกิดน้ำท่วมในพื้นที่ในจังหวัดนครสวรรค์ ส่งผลให้ผู้ป่วยในเขตจังหวัดนครสวรรค์ต้องมาพักรักษาตัวในโรงพยาบาล ตากลิ่นเพิ่มขึ้น และการออกไปสัมภาษณ์ผู้ป่วยที่ที่พักต้องหยุดชะงักและคัดออกจากการเข้าร่วมวิจัยไปหลายราย

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าเมื่อมีอาการหายใจลำบากเกิดขึ้นจากภาวะหัวใจล้มเหลวจะทำให้รู้สึกว่าการตนเองหายใจเหนื่อยเหมือนจะตาย และรู้สึกอยากตาย เมื่อมีอาการหายใจลำบากบ่อยครั้ง จะส่งผลกระทบต่อทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ จนต้องมีวิธีการจัดการกับอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้นจากภาวะหัวใจล้มเหลวเพื่อให้มีอาการหายใจลำบากบรรเทาลง

จากผลของการติดตามเฝ้าสังเกต และการสัมภาษณ์ได้พบว่าผู้ให้ข้อมูลบางรายนั้นไม่สะดวกที่จะให้สัมภาษณ์ในวันที่ได้นัดหมายไว้ อันเป็นผลจากที่มีปัญหาทางบ้าน หรือความไม่พร้อมของผู้วิจัยเอง กล่าวคือมีปัญหาทางด้านยาพาหนะ ความรู้สึกไม่ปลอดภัยของตัวผู้วิจัย ในขณะที่เข้าไปสัมภาษณ์ หรือสถานที่ที่สัมภาษณ์ไม่สามารถที่จะอัดเสียงได้เนื่องจาก มีบุคคลในครอบครัวหลายท่านมาขอความรู้จากผู้วิจัยร่วมด้วย จึงทำให้ต้องเลื่อนการสัมภาษณ์ไป หรือในบางครั้งการเข้าไปในสถานที่ที่พักในครั้งแรกยังไม่สามารถที่จะสัมภาษณ์ได้เลย ทั้งจากตัวผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลเช่น ที่รู้สึกยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ การเข้าไปในครั้งแรกในทุกๆรายของผู้ให้สัมภาษณ์จะเป็นการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว และผู้ให้ข้อมูลทุกครั้งเพื่อให้เกิดคุ้นเคยในตัวผู้วิจัย แต่ก็พบกับปัญหาในการสัมภาษณ์หลายรายที่ไม่ยอมให้เข้าไปสัมภาษณ์ดังที่ได้กล่าวไว้ และจากผู้ให้ข้อมูลก็ประสบกับปัญหาจากการสังเกตและการเข้าไปพูดคุยพบว่า ผู้ให้ข้อมูล

1 รายไม่สามารถที่จะดำเนินการสัมภาษณ์ได้เลยเพราะมีอาการหายใจลำบากเกิดขึ้นในขณะที่จะเข้าไปสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจึงต้องยุติการสัมภาษณ์ และนำผู้ให้ข้อมูลท่านนี้เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล เพราะผู้ให้ข้อมูลรายนี้ก่อนกลับมีระดับความรุนแรงของโรคใน Class 3 แต่ต่อมามีอาการมากขึ้น เนื่องจากพฤติกรรมที่ไม่ปรับเปลี่ยนซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากบุคคลใกล้ชิดของผู้ให้ข้อมูล จึงทำให้ระดับความรุนแรงของโรคเพิ่มขึ้น

และการเข้าไปสัมภาษณ์ทุกครั้งจะได้เห็นความสัมพันธ์ของผู้ให้ข้อมูลกับบุคคลในครอบครัวพบว่าผู้ให้ข้อมูลจะเป็นที่เคารพรักของคนในครอบครัวเกือบทุกราย แต่จากบุคลิกลักษณะของผู้ให้ข้อมูลในกลุ่มนี้จะค่อนข้างเป็นบุคคลที่จะเอาแต่ใจ และหงุดหงิดบ่อยกับบุคคลที่เข้ามาดูแล จึงมีผลทำให้มีการโต้เถียงกันบ่อยครั้งระหว่างผู้ดูแลกับผู้ให้ข้อมูล

ข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์อาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว สามารถนำไปใช้เพื่อเป็นแนวทางพัฒนาคุณภาพการพยาบาลใน 3 ด้านคือ 1) ด้านการปฏิบัติการพยาบาล 2) ด้านการศึกษาทางการพยาบาล และ 3) ด้านวิจัยทางการพยาบาล โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล จากผลการศึกษาประสบการณ์อาการหายใจลำบากในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวที่ได้คือความรู้สึก ผลกระทบ และการจัดการต่ออาการหายใจลำบากนั้นจะทำให้เข้าใจในความรู้สึกระหว่างอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้น ซึ่งสามารถที่จะทำให้พยาบาลนำข้อมูลนี้มาเป็นพื้นฐานของการวางแผนการพยาบาลให้กับผู้ป่วยกลุ่มได้อย่างเข้าใจมากยิ่งขึ้น

2. ด้านการศึกษาพยาบาล จากผลการศึกษาที่ได้สามารถใช้เป็นข้อมูลประกอบ การเรียนการสอนให้กับนักศึกษาพยาบาลได้อย่างเข้าใจ โดยเน้นให้ความสำคัญในการดูแลผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลวต่อความรู้สึกของอาการหายใจลำบากที่เกิดขึ้น ผลกระทบ และการจัดการกับอาการหายใจลำบาก เพื่อที่จะได้สนองตอบต่อความต้องการ การดูแลของผู้ป่วยกลุ่มนี้ได้อย่างครอบคลุม

3. ด้านการวิจัยทางการพยาบาล ผลการศึกษาที่ได้จากวิจัยในครั้งนี้ทำให้ทราบถึงความรู้สึกของประสบการณ์อาการหายใจลำบากที่เกิดจากภาวะหัวใจล้มเหลว และได้ทราบว่าผู้ดูแลนั้นมีบทบาทสำคัญที่ต้องเข้ามาจัดการกับอาการหายใจลำบากเพื่อให้อาการบรรเทาลงในผู้ป่วยกลุ่มนี้ ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาในเชิงคุณภาพในด้านประสบการณ์ของผู้ดูแลในกลุ่มผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว