

การนำเสนอผลงาน Best practice Service Plan
การประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้การพัฒนาระบบบริการสุขภาพ (Service Plan Sharing)
ครั้งที่ ๕/๒๕๖๑

ส่วนที่ ๑

ชื่อผลงาน Best practice Service Plan สาขาไต

เรื่อง ประสิทธิภาพการส่งเสริมการบริโภคอาหารเน้นโปรตีนในผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ประเภท ผลงานวิชาการ

ชื่อผู้วิจัย

นางสาวอภิวันท์ มะลิตัน

โรงพยาบาลเซกา ๖๒ ม. ๑๘ อ. เซกา จ. บึงกาฬ ๓๘๑๕๐ โทรศัพท์ ๐๔๒-๔๘๘-๐๙๙-๑๓๐๐

ส่วนที่ ๒

บทคัดย่อ

๑.ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบแบบกลุ่มเดียววัดสองครั้งก่อนและหลังการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความรู้การบริโภคอาหารเน้นโปรตีนและค่าอัลบูมิน และอัตราการสลายโปรตีนของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมก่อนและหลังให้ความรู้ กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมที่แผนกไตเทียม โรงพยาบาลเซกาจังหวัดบึงกาฬ จำนวน ๑๓ ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย เครื่องที่ใช้ในการทดลองได้แก่ ตัวอย่างเมนูอาหารที่มีโปรตีนสูง สมุดบันทึกรายการอาหาร และเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบทดสอบความรู้การบริโภคอาหารเน้นโปรตีน แบบบันทึกทางห้องปฏิบัติการ แบบบันทึกอัตราการสลายโปรตีน เครื่องมือผ่านการตรวจสอบความเที่ยงของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ มีการวิเคราะห์ข้อมูล โดยค่าร้อยละ สถิติทดสอบที่

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความรู้การบริโภคอาหารเน้นโปรตีนในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐ค่าอัลบูมินเพิ่มขึ้นมากกว่า ๔กรัมต่อเดซิลิตร ร้อยละ ๘๕.๗๑ ค่า nPCR มากกว่า ๑.๐ กรัมโปรตีนต่อกิโลกรัมต่อวันเพิ่มขึ้น ร้อยละ ๘๓.๓๓

การส่งเสริมการบริโภคอาหารเน้นโปรตีนในผู้ป่วยแบบรายบุคคล ร่วมกับการบันทึกรายการอาหารที่ผู้รับประทาน มีส่วนสำคัญทำให้ผู้ป่วยมีตระหนักและมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

คำสำคัญ: การบริโภคอาหารเน้นโปรตีน,ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

หลักการและเหตุผล

โรคไตเรื้อรังเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญสำหรับประเทศไทย สถานการณ์โรคไตวายเรื้อรังในปัจจุบันพบว่ามีผู้ป่วยไตเรื้อรังระยะสุดท้ายในปีพ.ศ. ๒๕๕๓ จำนวน ๔๐, ๘๔๕ ราย ซึ่งรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมจำนวน ๓๐,๘๓๕ ราย ล้างไตทางช่องท้อง จำนวน ๖,๘๒๙ ราย และปลูกถ่ายไตจำนวน ๓,๑๘๑ ราย เมื่อผู้ป่วยเข้าสู่ระยะดังกล่าวแล้วจำเป็นต้อง ใช้การบำบัดทดแทนไตด้วยวิธีการล้างไตทางช่องท้อง การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมหรือการปลูกถ่ายไตเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้และมีสภาพใกล้เคียงกับ คนปกติการบำบัดทดแทนไต ในปัจจุบันนิยมรักษากัน ๒ วิธี คือการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมและการล้างไตทางช่องท้องอย่างต่อเนื่อง ทั้ง ๒ วิธีจะช่วยขับของเสีย ออกจากร่างกาย และช่วยให้ผู้ป่วยสามารถดำเนินชีวิตประจำวันให้เป็นไปตามปกติให้ได้มากที่สุด

จากการสำรวจข้อมูลผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้ายที่ได้รับการบำบัดทดแทนไตด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ใน โรงพยาบาลเซกา ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม จำนวนผู้ป่วย ๓๑ ราย พบว่าผู้ป่วยที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม มีภาวะทุพโภชนาการและพบบ่อยมากที่สุดคือ ภาวะขาดสารอาหารโปรตีน ซึ่งทำให้ผู้ป่วยเหนื่อย อ่อนเพลีย ซีดและเกิดภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังได้ ทำให้ไม่สามารถ เดินหรือช่วยเหลือตัวเองได้ตามปกติ อาจเกิดภาวะติดเชื้อในร่ายกาย จากการภูมิคุ้มกันต่ำลง (อุปถัมภ์ ศุภสินธุ์, ๒๕๕๑) และนอกจากนี้ยังพบว่าการให้ความรู้ทางโภชนาการ ในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ส่วนใหญ่เป็นการให้ความรู้ในหมวดอาหารทั่วไป ไม่เน้นในหมวดอาหารโปรตีน

ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม โรงพยาบาลเซกา จำนวนผู้ป่วย ๓๑ ราย มีค่า nPCR น้อยกว่า ๑.๐ ซึ่งตามสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทยได้กำหนด ค่า nPCR (ค่าอัตราการสลายโปรตีน)มากกว่าหรือเท่ากับ๑.๐มีจำนวนทั้งหมด จำนวน ๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๙.๖๒ ค่า albumin น้อยกว่า๔.๐ ซึ่งตามสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทยได้กำหนดค่า albumin มากกว่าหรือเท่ากับ๔.๐ จำนวน ๗ คน คิดเป็นร้อยละ๒๑.๘๑

จากการศึกษาของ รวีวรรณ รัตน์เรื่อง พบว่าการเกิดภาวะขาดสารอาหารโปรตีนมีสาเหตุดังนี้

๑.สาเหตุจากการฟอกเลือด ได้แก่กระบวนการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม การฟอกเลือดที่ไม่เพียงพอ การใช้ตัวกรองที่มีประสิทธิภาพการกรองสูง(high flux) จากการศึกษพบว่ามีการสูญเสียโปรตีนและกรดอะมิโนเฉลี่ย ๖-๑๒ กรัมต่อการฟอกเลือด๑ครั้ง คิดเป็นร้อยละ ๒๐ ของโปรตีนในร่างกายต่อการฟอกเลือด๑ครั้ง ซึ่งเป็นปัญหาของผู้ป่วยที่ต้องเผชิญและหลีกเลี่ยงไม่ได้

๒.สาเหตุจากผู้ป่วยโดยตรง ได้แก่รับประทานอาหารที่มีโปรตีนต่ำ ไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย การเบื่ออาหาร การเจ็บป่วยซ้ำซ้อน และความผิดปกติของเมตาบอลิซึมในร่างกายเนื่องจากร่างกายไม่สามารถย่อยสลายไนโตรเจนจากโปรตีนให้อยู่ในภาวะสมดุลได้ ส่งผลให้เกิดภาวะยูรีเมีย และภาวะขาดสารอาหารได้

๒.วัตถุประสงค์

๑.เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้การบริโภคอาหารเน้นโปรตีน ก่อนและหลังในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้ายที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม โรงพยาบาลเซกา

๒.เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพอัตราการสลายโปรตีนและค่าอัลบูมิน ในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้ายที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม โรงพยาบาลเซกา

สรุปสาระและขั้นตอนการดำเนินงาน

๑.ศึกษาหาสาเหตุในหน่วยงานร่วมกับเจ้าหน้าที่หน่วยงาน

๒.ศึกษา แนวคิดทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหา

๓.ประชากร ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม โรงพยาบาล เซกา จังหวัดบึงกาฬ

๔.กลุ่มตัวอย่างที่เข้าการศึกษา

ประชากร ที่มีค่าอัลบูมิน น้อยกว่า ๔.๐และค่า อัตราการสลายโปรตีนน้อยกว่า ๑.๐ จำนวนทั้งหมด ๑๓ ราย

๕.จัดรูปแบบโปรแกรมการส่งเสริมการบริโภคอาหารเน้นโปรตีน แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล แบบทดสอบความรู้เรื่องการบริโภคอาหารที่เน้นโปรตีน สมุดบันทึกรายการอาหาร ตัวอย่างอาหาร

๖.ตรวจสอบแบบสอบถามการบริโภคอาหารเน้นโปรตีน ในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้ายที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม โดยผู้เชี่ยวชาญ ๓ ท่าน

๖.ชี้แจงวัตถุประสงค์ พัททษสิทธิกลุ่มตัวอย่าง

๓.วิธีการดำเนินการ

๑.กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามการบริโภคอาหารเน้นโปรตีน แจกสมุดบันทึกรายการอาหาร โดยให้กลุ่มตัวบันทึกเมนูอาหารที่ผู้ป่วยรับประทานทุกครั้ง พร้อมให้นำมาส่งทุกครั้งที่มาฟอกเลือด

๒.ติดตามสมุดบันทึกอาหารผู้ป่วยทุกครั้งที่มาฟอกเลือดพร้อมให้คำแนะนำ โดยพยาบาลไตเทียม และ โภชนากร เป็นเวลา ๑เดือน

๔.ผลการดำเนินงาน

จากการทดลอง พบว่าลักษณะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ ๖๙.๒๓ อายุมากกว่า ๖๐ ปี ร้อยละ ๕๓.๘๔ สถานภาพคู่ ร้อยละ ๗๖.๙๒ สำเร็จการศึกษาระดับประถม ๗๖.๙๒ ประกอบอาชีพ เกษตรกร ร้อยละ ๕๓.๘๔ รายได้เฉลี่ยในครอบครัว มากกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท ร้อยละ ๖๙.๒๓ รับการจุนเจือ จากบุตร ร้อยละ ๕๓.๘๔ ระยะเวลาในการฟอกเลือดมากกว่า ๔ ปี ร้อยละ ๖๙.๒๓ ฟอกเลือด ๓ ครั้ง/สัปดาห์ ร้อยละ ๗๖.๙๒ มีสมาชิกในบ้านเตรียมอาหารให้ ร้อยละ ๖๑.๕๓ รับประทานอาหารวันละ ๓ มื้อ ร้อยละ ๙๒.๓๐ รับประทานอาหารอีสาน ร้อยละ ๑๐๐ ได้รับคำแนะนำเรื่องอาหารจากพยาบาลไตเทียม ร้อยละ ๗๖.๙๒

ตารางที่ ๑ การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เรื่องการบริโภคอาหารเน้นโปรตีนในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้ การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ก่อนและหลังการทดลอง (n=๑๓)

คะแนนความรู้ผู้ป่วย	N	Mean	S.D	t	df	p-value
ก่อนการทดลอง	๑๓	๖.๖๒	.๘๗			
				๑๐.๐๑	๑๒	.๐๐
หลังการทดลอง	๑๓	๙.๖๒	.๗๖			

จากตาราง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความรู้การบริโภคอาหารเน้นโปรตีนในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้การ ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐โดยค่าเฉลี่ย ของคะแนนความรู้ ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ ๒ เปรียบเทียบจำนวนผู้ป่วยก่อนและหลังให้ความรู้เรื่องการบริโภคอาหารเน้นโปรตีนในผู้ป่วยไต วายเรื้อรังที่ได้การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ที่ค่าอัลบูมิน น้อยกว่า ๔ และ ค่า nPCR น้อยกว่า ๑

พารามิเตอร์ติดตามผล	ก่อน	หลัง	ร้อยละที่เพิ่มขึ้น
ค่า อัลบูมิน น้อยกว่า ๔.๐	๗	๑	๘๕.๗๑
ค่า nPCR น้อยกว่า ๑.๐	๖	๑	๘๓.๓๓

จากตาราง พบว่า ค่าอัลบูมิน น้อยกว่า ๔.๐ มีจำนวนลดลงเหลือ ๑ราย คิดเป็นร้อยละของผู้ป่วยที่มี ค่า อัลบูมิน มากกว่าหรือเท่ากับ ๔.๐ ที่เพิ่มขึ้นร้อยละ ๘๕.๗๑ และค่าอัตราการสลายโปรตีน. (nPCR) น้อย กว่า ๑.๐ มีจำนวนลดลงเหลือ ๑ราย คิดเป็นร้อยละของผู้ป่วยที่มี ค่า nPCR มากกว่าหรือเท่า ๑.๐ คิดเป็นร้อย ละ ๘๓.๓๓

๕.อภิปรายผล

หลังการส่งเสริมการบริโภคอาหารเน้นโปรตีน พบว่า ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไต เทียมมีคะแนนความรู้และค่าอัลบูมิน อัตราการสลายโปรตีน (nPCR) สูงกว่า ก่อนการส่งเสริมการบริโภค อาหารเน้นโปรตีน ผู้วิจัยให้ความรู้ บรรยาย ให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลเพื่อทราบถึงปัญหาที่แท้จริงของ ผู้ป่วย ใช้สื่อการสอน ได้แก่ ตัวอย่างอาหาร สมุดบันทึกรายการอาหาร สนทนาซักถามให้แลกเปลี่ยนข้อมูล และป้อนกลับ ซึ่งผู้ป่วยสามารถปรับพฤติกรรมการบริโภคอาหารในทางที่ดีขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นโดย ค่าอัลบูมิน และอัตราการสลายโปรตีน (nPCR) สูงขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ รวีวรรณ รัตนเรือง(๒๕๕๗)ศึกษาผล ของการส่งเสริมพฤติกรรมบริโภคอาหารในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม พบว่า คะแนนเฉลี่ยการรับรู้พฤติกรรมบริโภคอาหารสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การนำผลวิจัยไปใช้

การส่งเสริมการบริโภคอาหารเน้นโปรตีนในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ทำให้ผู้ป่วยมีความรู้เพิ่มขึ้นและมีภาวะด้านโภชนาการด้านโปรตีนดีขึ้น ควรนำมาใช้ในการให้คำแนะนำผู้ป่วย และใช้เป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการให้ความรู้เรื่องต่างๆของผู้ป่วย เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้ป่วยในแต่ละรายต่อไป

บทเรียนที่ได้รับ

มีความรู้และทักษะในการทำวิจัยมากขึ้น สามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ให้เกิดการพัฒนาในหน่วยงานได้ ซึ่งจะก่อให้เกิดผลดีต่อผู้ป่วยเป็นอย่างยิ่ง

๖.ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

การสื่อสารและการเน้นย้ำระหว่างผู้ป่วยและพยาบาล ทำให้ผู้ป่วยเกิดการตระหนัก จนสามารถปรับพฤติกรรมบริโภคอาหาร ซึ่งก่อให้เกิดต่อผู้ป่วยเป็นอย่างยิ่ง

ปัญหาและอุปสรรค

๑.การวิจัยครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ๑ เดือน ยังไม่ได้ติดตามผลเกี่ยวกับความรู้และพฤติกรรมดูแลตัวเองของผู้ป่วยในระยะยาว

๒.ผู้ป่วยยังมีสมุดบันทึกรายการอาหารเป็นครั้งคราว

เอกสารอ้างอิง

เกรียง ตั้งสง่า. (๒๕๕๐) แนวทางการรักษาโรคไตเรื้อรังด้วยยาและโภชนาการบำบัด
พิมพ์พร อ่อนแสงงาม. (๒๕๕๖).ผลของการให้โภชนาศึกษาแก่ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม.
สารนิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต,มหาวิทยาลัยรามคำแหง
สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย. (๒๕๕๕).ข้อแนะนำเวชปฏิบัติการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
ศศิธร ชิดนายิ. (๒๕๕๐).การพยาบาลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม
อุบลัมภ์ ศุภสินธุ์. (๒๕๕๑).โภชนาการในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดทดแทนไต. ใน ประเสริฐ ธนกิจ
จารุ และ สุพัฒน์ วาณิชยการ,การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมและการพยาบาล
สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย.(๒๕๕๔).สาระความรู้โรคไต
ยุพิน ดุลไธรัตน์.(๒๕๕๖).การส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเอง
ร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในผู้ป่วยไตวายที่ฟอกเลือด.วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตร มหาบัณฑิต สาขา
วิชาเอกโภชนวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

