

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ .....	(3)
Abstract .....	(5)
กิตติกรรมประกาศ.....	(7)
สารบัญ .....	(8)
รายการตาราง.....	(11)
รายการภาพประกอบ .....	(12)
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมา และความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	4
คำถามการวิจัย .....	4
สมมติฐานการวิจัย .....	5
กรอบแนวคิด .....	5
นิยามศัพท์.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
ความสำคัญของการวิจัย.....	7
2 เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	8
แนวคิดเกี่ยวกับการนอนหลับ .....	9
ความหมายของการนอนหลับ .....	9
ระยะของการนอนหลับ และวงจรการนอนหลับ .....	9
ความสำคัญของการนอนหลับ .....	13
ปัจจัยที่มีผลต่อการนอนหลับของผู้ป่วยในโรงพยาบาล .....	15
ผลของการนอนหลับไม่เพียงพอ.....	21
การประเมินการนอนหลับ.....	23

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
แนวคิดเกี่ยวกับความปวด.....	27
ความหมายของความปวด.....	27
องค์ประกอบของความปวด.....	27
พยาธิสรีรภาพของความปวดหลังผ่าตัดช่องท้อง.....	29
ผลกระทบของความปวด.....	31
การประเมินความปวด.....	33
แนวคิดเกี่ยวกับการผ่าตัดช่องท้อง.....	36
ความหมาย และชนิดของการผ่าตัดช่องท้อง.....	36
ผลกระทบของการนอนหลับหลังผ่าตัด.....	37
ผลกระทบของความปวดหลังผ่าตัด.....	37
การดูแลภายหลังการผ่าตัด.....	39
ความสำคัญของการเคลื่อนไหวร่างกายภายหลังการผ่าตัด.....	43
ขั้นตอนของการเคลื่อนไหวร่างกายภายหลังการผ่าตัด.....	45
ความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด และผลลัพธ์ของผู้ป่วยหลังผ่าตัด.....	45
ความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ และความปวดหลังผ่าตัด.....	45
ความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด และความสบายหลังผ่าตัด.....	48
ความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด และการเคลื่อนไหวร่างกาย ภายหลังผ่าตัดการผ่าตัด.....	49
ความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด และระยะเวลาที่พักใน โรงพยาบาล.....	51
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	53
ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง.....	53
การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง.....	54
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	55
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	59
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	60
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	62

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิจัย และการอภิปรายผล .....	64
ผลการวิจัย .....	64
การอภิปรายผล.....	84
ข้อจำกัดของการวิจัย.....	98
5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	99
สรุปผลการวิจัย.....	99
องค์ความรู้ใหม่จากงานวิจัย .....	101
ข้อเสนอแนะ .....	102
บรรณานุกรม .....	104
ภาคผนวก.....	124
ก ตารางการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม .....	125
ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	132
ค ใบพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง (ผู้วิจัย) .....	144
ง ใบพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง (ผู้ช่วยวิจัย) .....	145
จ รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ .....	146
ประวัติผู้เขียน.....	147

## รายการตาราง

ตาราง		หน้า
1	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล .....	65
2	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความเจ็บป่วย และการรักษาพยาบาล.....	67
3	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามชนิดของยานบรรเทาปวด ทางที่ได้รับยา ลักษณะการได้รับยา และจำนวนครั้งของการได้รับยา .....	73
4	ร้อยละสาเหตุของความไม่สุขสบายของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระยะเวลา หลังผ่าตัด .....	76
5	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการเคลื่อนไหว ร่างกายภายหลังการผ่าตัด (ครั้งแรก).....	76
6	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ และความปวดหลังผ่าตัด .....	77
7	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด กับผลลัพธ์ของผู้ป่วยหลังผ่าตัด ช่องท้อง .....	79
8	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างขนาดของแผลผ่าตัด ระยะเวลาที่ใช้ในการผ่าตัด กับ การนอนหลับ ความปวด และผลลัพธ์ของผู้ป่วยหลังผ่าตัดช่องท้อง .....	81
9	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด กับผลลัพธ์ของผู้ป่วยหลังผ่าตัด ช่องท้อง (ควบคุมเพศ อายุ ขนาดของแผลผ่าตัด และระยะเวลาที่ใช้ในการผ่าตัด) .	81
10	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ และความปวดหลังผ่าตัด.....	82
11	ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด กับผลลัพธ์ของผู้ป่วยหลังผ่าตัด (เฉพาะการผ่าตัดถุงน้ำดี) .....	83

## รายการภาพประกอบ

	ภาพประกอบ	หน้า
1	กรอบแนวคิดในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด และ ผลลัพธ์ของผู้ป่วยหลังผ่าตัดช่องท้อง.....	5
2	วงจรการนอนหลับในระยะต่างๆ.....	12
3	มาตรวัดความปวดด้วยสายตา.....	33
4	มาตรวัดความปวดแบบตัวเลข.....	34
5	มาตรวัดความปวดด้วยวาจา.....	34
6	คะแนนเฉลี่ยของคุณภาพการนอนหลับหลังผ่าตัดแต่ละวัน.....	69
7	สัดส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับคุณภาพการนอนหลับแตกต่างกัน.....	70
8	ค่าเฉลี่ยของจำนวนชั่วโมงในการนอนหลับหลังผ่าตัดแต่ละวัน.....	70
9	ค่าเฉลี่ยของระยะเวลาที่ใช้ก่อนการนอนหลับหลังผ่าตัดแต่ละวัน.....	71
10	ค่าเฉลี่ยของจำนวนครั้งของการตื่นหลังผ่าตัดแต่ละวัน.....	71
11	ค่าเฉลี่ยของความปวดหลังผ่าตัดแต่ละวัน.....	72
12	สัดส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความปวดหลังผ่าตัดแตกต่างกัน.....	73
13	ค่าเฉลี่ยของความสบายหลังผ่าตัดแต่ละวัน.....	75
14	สัดส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความสบายหลังผ่าตัดแตกต่างกัน.....	75
15	สรุปความสัมพันธ์ระหว่างการนอนหลับ ความปวด และผลลัพธ์ของผู้ป่วยหลังผ่าตัด ช่องท้อง.....	98