



การนอนหลับและปัจจัยรบกวนการนอนหลับของผู้ป่วยสูงอายุ
ที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลแผนกอายุรกรรม
Sleep and Factors Interfering with Sleep among Hospitalized Elders
in Medical Units

วราภา แหลมเพ็ชร
Warapa Laempet

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
Master of Nursing Science Thesis in Adult Nursing
Prince of Songkla University

2544

๑

เลขหน้	KA564.8	๓4๖	2544
Bib Key	219330		

ชื่อวิทยานิพนธ์	การนอนหลับและปัจจัยรบกวนการนอนหลับของผู้ป่วยสูงอายุที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลแผนกอายุรกรรม
ผู้เขียน	นางสาววราภา แผลมเพ็ชร
สาขาวิชา	การพยาบาลผู้ใหญ่
ปีการศึกษา	2544

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบการนอนหลับที่บ้านกับการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาล ศึกษาปัจจัยรบกวนการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาล และความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาลของผู้ป่วยสูงอายุที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลแผนกอายุรกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยสูงอายุที่เข้ารับการรักษาในแผนกอายุรกรรมโรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช จำนวน 140 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์การนอนหลับ แบบสัมภาษณ์ปัจจัยรบกวนการนอนหลับ และแบบสัมภาษณ์ความวิตกกังวลและซึมเศร้าของผู้ป่วยในโรงพยาบาล

ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างมีการนอนหลับที่บ้านดีกว่าขณะอยู่โรงพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 กล่าวคือ ระยะเวลาก่อนหลับ จำนวนครั้งที่ตื่นระหว่างการนอนหลับ จำนวนครั้งการจับหลับกลางวัน และปริมาณการจับหลับกลางวันที่บ้านน้อยกว่าขณะอยู่โรงพยาบาล และปริมาณการนอนหลับในเวลากลางคืนและคุณภาพการนอนหลับที่บ้านมากกว่าขณะอยู่โรงพยาบาล

2. ปัจจัยรบกวนการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาลมีดังนี้

2.1 ด้านร่างกาย ได้แก่ อาการปวด หายใจลำบาก ไอ ใจสั่น คลื่นไส้ อาเจียน เคลื่อนไหวร่างกายไม่ได้เลยหรือได้เพียงบางส่วน และคัน กลุ่มตัวอย่างที่มีอาการดังกล่าวทุกรายระบุว่ารบกวนการนอนหลับ

2.2 ด้านการรักษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างที่มีปัจจัยด้านนี้มีเพียงส่วนน้อยที่ระบุว่ารบกวนการนอนหลับ โดยกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างระบุว่ารบกวนการนอนหลับ ได้แก่ การทำหัตถการต่างๆ การให้ยา และการตรวจวัดสัญญาณชีพ

2.3 ด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ เสียงผู้ป่วยอื่นและญาติ ความแออัด รบกวนในหอผู้ป่วย และความไม่เป็นส่วนตัวในหอผู้ป่วย

3. ปริมาณการนอนหลับที่บ้าน จำนวนปัจจัยรบกวนการนอนหลับด้านร่างกาย และจำนวนปัจจัยรบกวนการนอนหลับด้านสิ่งแวดล้อม เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับปริมาณการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ในสมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน โดยปริมาณการนอนหลับที่บ้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับปริมาณการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาล ในขณะที่จำนวนปัจจัยรบกวนการนอนหลับด้านร่างกาย และจำนวนปัจจัยรบกวนการนอนหลับด้านสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์ทางลบกับปริมาณการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาล โดยทั้ง 3 ตัวแปรสามารถอธิบายความแปรปรวนของปริมาณการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาลได้ร้อยละ 9.5, 6.2 และ 4.1 ตามลำดับ

4. คะแนนความซึมเศร้า และปริมาณการนอนหลับที่บ้าน เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคะแนนคุณภาพการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ในสมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน โดยคะแนนความซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางลบกับคะแนนคุณภาพการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาล ส่วนปริมาณการนอนหลับที่บ้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนคุณภาพการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาล โดยทั้ง 2 ตัวแปรสามารถอธิบายความแปรปรวนของคะแนนคุณภาพการนอนหลับขณะอยู่โรงพยาบาลได้ร้อยละ 12.6 และ 4.0 ตามลำดับ

Thesis Title Sleep and Factors Interfering with Sleep among Hospitalized Elders in
 Medical Units
Author Miss Warapa Laempet
Major Program Adult Nursing
Academic Year 2001

Abstract

The objectives of this study were : 1) to compare sleep between sleep at home and sleep during hospitalization, 2) to examine factors interfering with sleep, and 3) to examine the association of the selected factors with sleep during hospitalization. The purposive samples consisted of 140 medical hospitalized elders at Maharaj Nakhonsithammaraj Hospital. The data were collected from a questionnaire-based interview covering demographic data, sleep data, factors interfering with sleep data and hospital anxiety and depression data.

The results were as follows :

1. The subjects had better sleep at home than during hospitalization at the significance level of .001. Sleep at home had shorter sleep latency, less amount of awakening, less amount of napping, less total naptime, more total sleep time and better sleep quality than sleep during hospitalization.

2. Factors interfering with sleep during hospitalization.

2.1 Physical factors included pain, dyspnea, cough, palpitation, nausea and vomiting, immobility and itching. All subjects who had these symptoms indicated that these symptoms interfered with sleep.

2.2 Nursing activities such as giving treatments, giving medication and checking vital signs during sleep period could interfere with sleep in some subjects.

2.3 Environmental factors which some subjects indicated could interfere with sleep were noise from other patients and relatives, too much crowding and not having privacy in the ward.

3. Total sleep time at home, the number of physical factors and the number of environmental factors were associated with total sleep time during hospitalization in a stepwise multiple regression model ($p < .001$). Total sleep time at home was positively associated, while

amount of physical factors and amount of environmental factors were negatively associated, with total sleep time during hospitalization. The three factors explained 9.5, 6.2 and 4.1 percent of this dependent variable, respectively.

4. Depression and total sleep time at home were associated with sleep quality during hospitalization in a stepwise multiple regression model ($p < .05$). Depression was negatively associated, while total sleep time at home was positively associated, with sleep quality during hospitalization. The two factors explained 12.6 and 4.0 percent of this dependent variable, respectively.