

การพัฒนารูปแบบการสนับสนุนและให้ความรู้เพื่อส่งเสริมการดูแลตนเอง  
ในผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่ได้รับรังสีรักษา

Development of Supportive and Educative Model for Promotion Self-care  
in Head and Neck Cancer Patients Receiving Radiotherapy



โหมพักตร์ มณีวัต

Khomapak Maneewat

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

Master of Nursing Science Thesis in Adult Nursing

Prince of Songkla University

2541

Order Key	16193
BIB Key	145897

เลขที่	RC280.HA 794
เลขทะเบียน	2541
	18/ก.ค. 2541

ชื่อวิทยานิพนธ์ การพัฒนารูปแบบการสนับสนุนและให้ความรู้เพื่อส่งเสริมการดูแลตนเองใน  
ผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่ได้รับรังสีรักษา

ผู้เขียน นางสาว โขมพัทตร์ มณีวัต

สาขาวิชา การพยาบาลผู้ใหญ่

ปีการศึกษา 2540

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการสนับสนุนและ  
ให้ความรู้เพื่อส่งเสริมการดูแลตนเองในผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่ได้รับรังสีรักษา กลุ่มตัวอย่าง  
เป็นผู้ป่วยมะเร็งศีรษะและคอที่รับรังสีรักษาที่หน่วยรังสีรักษา โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ คัดเลือก  
แบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดจำนวน 10 ราย การดำเนินการวิจัยเริ่มจากการสำรวจ  
ปัญหา วิเคราะห์ประเมินสถานการณ์แล้วนำมาวางแผนกำหนดรูปแบบการสนับสนุนและให้ความรู้  
และนำรูปแบบดังกล่าวไปปฏิบัติ การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกต  
การบันทึกภาคสนาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เทคนิคการจัดหมวดหมู่ การตีความ และการสร้างข้อ  
สรุป และการสะท้อนโดยกลุ่ม

ผลการวิจัยพบว่า 1) การรับรู้ต่อการฉายรังสี ผู้ป่วยรับรู้ว่าเป็นสิ่งที่มีผลดีต่อโรค เป็นยา/  
เหมือนยา เหมือนแคะ/เหมือนไฟ และเป็นสิ่งที่น่ากลัว 2) ผู้ป่วยเปลี่ยนการรับรู้ต่อการฉายรังสี ใน  
กลุ่มที่กลัว กลังเล ไม่เข้าใจ ไม่มั่นใจ และมีเจตคติไม่คิดต่อโรคและการรักษามาเป็นเต็มใจ เชื่อมั่น เข้า  
ใจ และพร้อมจะอธิบายให้คนอื่นเข้าใจ 3) การส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยขณะฉายรังสีแบ่ง  
ออกเป็น 3 วงจรตามวงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการ คือ วงจรที่ 1 เริ่มต้นชีวิตใหม่ เรียนรู้การฉายรังสี  
เป็นการส่งเสริมการดูแลตนเองให้ผู้ผู้ป่วยสามารถปรับวิถีชีวิตใหม่ ยอมรับการฉายรังสี และมีความรู้  
ความเข้าใจในการรักษาที่ได้รับ ในวงจรนี้ผู้ป่วยมีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ ต่อการฉายรังสีมีการ  
ปรับตัวยอมรับการรักษาที่ได้รับ มีความรู้ ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดีต่อการรักษา มีการปรับตัวกับวิถี  
ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป มีการเรียนรู้ถึงอาการข้างเคียงที่จะเกิดขึ้น และตระหนักถึงความสำคัญของ  
การดูแลตนเอง วงจรที่ 2 หาวิธีต่อสู้กับอาการข้างเคียง หลีกเลี่ยงอุปสรรค ปรับหาวิธีการที่เหมาะสม  
การส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยในระยะนี้ประกอบไปด้วย การตั้งเป้าหมายในการดูแลตนเอง  
จัดลำดับความสำคัญของปัญหา ค้นหาวิธีการดูแลตนเองที่เหมาะสม การให้ความรู้ และการ  
สนับสนุนสิ่งที่เป็นกำลังใจ คงไว้ซึ่งการดูแลตนเอง ทำให้ผู้ป่วยปรับตัวยอมรับอาการข้างเคียงที่เกิด  
ขึ้นได้ วงจรที่ 3 เตรียมพร้อมกลับสู่สังคมด้วยความมั่นใจ ในระยะนี้มีการวางแผนการกลับไปใช้

ชีวิตในสังคมเดิม การปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงสภาพลักษณะ และให้ความรู้ในการดูแลตนเองภายหลังฉายรังสีครบ ทำให้ผู้ป่วยมีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถดูแลตนเองได้ 4) ปัจจัยที่สนับสนุนการดูแลตนเองได้แก่ การได้รับความรู้เกี่ยวกับการฉายรังสีที่เพียงพอ ผู้ดูแล การได้รับการสนับสนุนทางด้านจิตใจ และระบบบริการสุขภาพที่เอื้ออำนวย สำหรับปัจจัยที่เป็นอุปสรรค ได้แก่ อาการข้างเคียงจากการฉายรังสี ข้อจำกัดด้านร่างกาย นิสัยประจำตัว ระบบบริการสุขภาพที่ได้รับการได้รับความรู้ไม่เพียงพอ และ ปัญหาเศรษฐกิจ 5) ผู้ป่วยทั้ง 10 รายได้รับรังสีครบตามปริมาณที่กำหนด 6) รูปแบบการสนับสนุนและให้ความรู้ประกอบด้วย การเตรียมตัวของพยาบาล ผู้ป่วยและครอบครัวทั้งในด้านความรู้ ทักษะ การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ รวมทั้งระบบบริการสุขภาพที่เอื้ออำนวย โดยใช้กลวิธีที่สำคัญคือ การสร้างสัมพันธภาพที่ดี การให้ข้อมูลที่เหมาะสม การค้นหากลวิธีที่เหมาะสม การสะท้อนการปฏิบัติ การติดตามสนับสนุนให้กำลังใจอย่างต่อเนื่อง และที่สำคัญคือ การใช้กระบวนการกลุ่มให้ผู้ป่วยได้พบกับเพื่อนผู้ป่วยด้วยกัน หรือผู้ป่วยที่ผ่านประสบการณ์มาแล้วโดยผ่านกลุ่มสนับสนุนและให้ความรู้ 7) สื่อในการให้ความรู้ประกอบด้วย คู่มือเรื่อง จะปฏิบัติตัวอย่างไรเมื่อฉายรังสีบริเวณศีรษะและคอ การจัดสาธิตตัวอย่างยาที่ใช้บ่อย จัดสาธิตตัวอย่างอาหารที่เหมาะสมกับผู้ป่วย และวีดิทัศน์ เรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่ฉายรังสีบริเวณศีรษะและคอ

Thesis Title      Development of Supportive and Educative Model for Promotion Self-care in  
Head and Neck Cancer Patients Receiving Radiotherapy  
Author              Miss Khomapak Maneewat  
Major Program    Adult Nursing  
Academic Year    1997

### Abstract

This action research study aimed to develop a supportive and educative model for promotion of self-care in head and neck cancer patients receiving radiotherapy. Ten adults with head and neck cancer who were receiving radiotherapy were selected by purposive sampling in the Radiotherapy Department at Songklanakarind Hospital. The study was conducted through an action research spiral (planning, acting, observing, reflecting and revising plan). The baseline survey was conducted for the first step, next the situation was analysed and implemented an alternative supportive and educative model was implemented. The data was collected by in-depth interviews, observations and writing field notes. The data was analysed by the techniques of coding, developing themes and group reflection. The model was then developed.

The results revealed that 1) patients perceived that radiotherapy : was beneficial for them, works like a medicine, has a penetrating heat (like heat from a sun or from a fire) and as being fearful. 2) patients changed their perception of radiotherapy from fearfulness, hesitation, misunderstanding and lack of confidence to that of willingness, confidence, understanding and readiness to explain therapy to other persons. 3) promotion of self-care was conducted through 3 cycles of action research namely : Cycle 1 "beginning the new life with radiotherapy". This cycle includes adjusting themselves to radiotherapy, gaining knowledge and understanding of radiotherapy, changing attitudes, adaptating to new lifestyle, learning about side effects, raising awareness of self-care. Cycle 2 "learning ways to cope with side effects". This cycle consists of setting objectives and prioritizing problems, finding coping strategies, providing knowledge and supporting self-care. As a result of this cycle patients can adjust to side effects. Cycle 3 "preparing patients to return to their home environment with confidence", cycle 3 involves

planning for new lifestyle, adjusting to new body-image, maintaining self-esteem and providing self-care knowledge after radiotherapy. 4) Four facilitating factors involved adequate knowledge of treatment, social support presence of a care giver, psychological support and health care. Five inhibiting factors involved side effects from the treatment, disability, bad habits, economic problems and lack of knowledge. 5) All patients were radiated completely. 6) The instruments for teaching were booklet " Advice or things to do and things not to do when reciving radiotherapy in the areas of head and neck ", and video " Self-care of head and neck cancer patients receiving radiotherapy " .