

ชื่อวิทยานิพนธ์	อาการเหนื่อยล้าและการจัดการอาการเหนื่อยล้าของผู้ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บ ศิริระชนะรับการรักษาในโรงพยาบาล
ผู้เขียน	นางสาวพิทยาภรณ์ นวลสีทอง
สาขาวิชา	พยาบาลศาสตร์ (การพยาบาลผู้ใหญ่)
ปีการศึกษา	2547

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาอาการเหนื่อยล้าและการจัดการอาการเหนื่อยล้าของผู้ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บศิริระชนะรับการรักษาในโรงพยาบาล กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บศิริระชนะที่เข้ารับการรักษาภายในหอผู้ป่วยศัลยกรรม และศัลยกรรมประสาท ในโรงพยาบาลตรัง และโรงพยาบาลหาดใหญ่ จำนวน 120 ราย โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ และบันทึกจากแฟ้มประวัติผู้ป่วยเครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ดูแลและผู้ป่วยบาดเจ็บศิริระชนะ แบบประเมินอาการเหนื่อยล้าและลักษณะอาการเหนื่อยล้าของผู้ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บศิริระชนะ รวมทั้งแบบสัมภาษณ์ปลายเปิดเกี่ยวกับการจัดการอาการเหนื่อยล้าของผู้ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บศิริระชนะ ซึ่งผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน และมีการนำไปทดลองใช้กับผู้ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บศิริระชนะรับการรักษาในโรงพยาบาลที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นโดยรวมที่ 0.88 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติบรรยาย ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) ได้ผลการวิจัย ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างมีอาการเหนื่อยล้าโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า ด้านความรู้สึก อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านพฤติกรรม/ความรุนแรง ด้านการรับรู้ความหมาย/เจตคติ และด้านสติปัญญาและอารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง

2. อาการเหนื่อยล้าที่กลุ่มตัวอย่างให้ความหมายมีหลายลักษณะ ได้แก่ หมดแรง คิดอะไรไม่ออก ไม่สบายใจ ง่วงนอน ร่างกายอ่อนแอลง และหลงลืม

3. กลุ่มตัวอย่างมีการจัดการอาการเหนื่อยล้าขณะรับการรักษาในโรงพยาบาล 2 วิธี คือ 1) การจัดการโดยใช้ยา และ 2) การจัดการโดยไม่ใช้ยา ได้แก่ หาเวลาในการผ่อนคลาย อารมณ์ นอนหลับพักผ่อน ยืดเส้นยืดสาย ทำตัวให้สดชื่น กำลั้งใจ นวด และกินมากขึ้น โดยกลุ่มตัวอย่าง มากกว่าร้อยละ 50 มีการใช้การจัดการตามสถานการณ์/อาการที่เกิด โดยใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง ส่วนสถานที่ที่ใช้ในการจัดการ คือ ภายในหอผู้ป่วย ได้แก่ บริเวณข้างเตียงผู้ป่วย

ผลการศึกษาคั้งนี้แสดงให้เห็นว่า แม้ว่าผู้ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บศีรษะมีอาการเหนื่อยล้าในระดับปานกลาง แต่ก็มีวิธีการจัดการตนเองที่หลากหลาย จึงเป็นข้อมูลที่ใช้เป็นแนวทางในการวางแผนและช่วยเหลือผู้ทำหน้าที่ดูแลผู้ป่วยบาดเจ็บศีรษะที่มีอาการเหนื่อยล้าให้สามารถควบคุมหรือบรรเทาอาการเหนื่อยล้าดังกล่าวได้ และเป็นการช่วยส่งเสริมบทบาทผู้ดูแลให้สามารถดูแลผู้ป่วยได้อย่างต่อเนื่องทั้งในขณะที่อยู่โรงพยาบาล และกลับไปพักฟื้นที่บ้าน

Thesis Title            Fatigue and Fatigue Management among Caregivers of Hospitalized  
                                 Patients with Head Injury

Author                    Miss Pittayaporn Nualsrithong

Major Program        Nursing Science (Adult Nursing)

Academic Year        2004

### **Abstract**

The purposes of this study were to identify the fatigue and fatigue management among caregivers of hospitalized patients with head injury. One hundred and twenty caregivers attending at the surgical and neurosurgical wards in Trang and Hat Yai Hospitals were purposively selected. Data were collected using a set of interview questionnaires which included caregiver and patient demographic data, a fatigue assessment questionnaire, a fatigue characteristic data sheet, and an openended questionnaire for fatigue management. The questionnaires were examined by three experts and pre-tested in ten caregivers which yielded 0.88 for reliability. Data were analyzed using descriptive statistics and content analysis. The results were as follows :

1. The mean total scores of fatigue were at a moderate level. When considering each dimension of fatigue, the mean scores were also at a moderate level except for sensory dimension, which was at a high level.

2. Several characteristics of fatigue identified by caregivers were being tired/exhausted, being unable to figure out, feeling sad, drowsiness, weakness, and being forgetful.

3. Two main methods were used by caregivers to manage their fatigue, namely 1) using medication 2) using non-pharmacological methods such as finding time to relax, rest, exercise, refresh, support, massage and eat much food. More than 50% of the subjects used those methods according to the situation or symptom occurrence and spent time not more than one hour in the hospital close to the patient's bed.

The results of this study reflect that although the caregivers of hospitalized patients with head injury have fatigue at a moderate level, they use several methods to

manage the fatigue. This study provides some evidence for nurses in planning and helping caregivers of hospitalized patients with head injury. In addition, caring roles of caregivers should be promoted and supported continuously from hospital to home.