

**ชื่อเรื่อง** การเพิ่มประสิทธิภาพในการควบคุมน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้นต่อการฟอกเลือดแต่ละครั้ง (Interdialytic weight gain) ในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมเพื่อป้องกัน การเกิดภาวะน้ำเกิน โดยใช้นวัตกรรมครอบครัวเสมือน

**ผู้วิจัย** นายกฤต บุญอาษา หน่วยไตเทียม โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชกุฉินารายณ์

**เนื้อหา**

### ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ไตเป็นอวัยวะที่สำคัญในการควบคุมการกำจัดน้ำส่วนเกินออกจากร่างกายออกมาทางปัสสาวะ เมื่อผู้ป่วยเกิดภาวะไตวายจะไม่สามารถขับน้ำ และเกลือแร่ส่วนเกินออกจากร่างกายได้ ทำให้เกิดภาวะน้ำคั่งอยู่ในหลอดเลือดและเนื้อเยื่อต่างๆ ซึ่งผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายที่ทำการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมนั้นจะมีปริมาณปัสสาวะลดลงเรื่อยๆ จนไม่มีปัสสาวะเลย การที่ผู้ป่วยมีภาวะน้ำเกินนั้นสามารถวัดได้จากน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว และผู้ป่วย มัก เกิดภาวะแทรกซ้อน คือ ภาวะความดันโลหิตต่ำ (Hypotention) ในขณะที่ฟอกเลือด และปัญหาความดันโลหิตต่ำขณะฟอกเลือดนี้ หากไม่ทำการแก้ไขในทันที ผู้ป่วยอาจมีอันตรายถึงชีวิตได้ ซึ่งที่ผ่านมาในหน่วยไตเทียม รพ.กุฉินารายณ์พบผู้ป่วยที่ไม่สามารถควบคุมน้ำหนักตัวได้ มีน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์ตามมาตรฐานกำหนดไว้ ดังนี้ ในปี 2555 พบว่ามีน้ำหนักเกินเกณฑ์ ร้อยละ 49.5 ปี 2556 พบว่ามีน้ำหนักเกินเกณฑ์ร้อยละ 50.6 นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ป่วยที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์เหล่านี้จะส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆตามมา เช่น ความดันโลหิตต่ำ (Hypotention) ตะคริว (Muscle cramp) เจ็บหน้าอก (Chest pain ) เป็นต้น แต่ที่พบมากเป็นอันดับหนึ่ง คือ ภาวะความดันโลหิตต่ำ (Hypotention) ในปี2555 พบร้อยละ 0.89 และในปี 2556 พบร้อยละ 1.03 และในปี 2556 นี้ก็ยังพบว่ามีอุบัติการณ์ที่ผู้ป่วยมาอนโรงพยาบาลด้วยภาวะน้ำเกิน 2 ราย จึงจำเป็นต้องหาวิธีที่พยาบาลต้องตระหนักในการดูแลผู้ป่วยในการควบคุมปริมาณน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้นต่อการฟอกเลือดแต่ละครั้ง ( Interdialytic weight gain ) ให้อยู่ในเกณฑ์ที่กำหนด

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาความรู้และการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมเกี่ยวกับการป้องกัน การเกิดภาวะน้ำเกิน
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการทำกิจกรรมกลุ่มในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมเกี่ยวกับการ ป้องกันการเกิดภาวะน้ำเกิน
3. เพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบการทำกิจกรรมกลุ่มโดยใช้นวัตกรรมครอบครัวเสมือนในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

### วิธีการศึกษา

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ ประชากร คือ ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังและญาติที่มารับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ในหน่วยไตเทียม โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชกุฉินารายณ์ ระหว่างวันที่ 1 มกราคม ถึง 31 กรกฎาคม 2557 จำนวน 61 คน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ กระบวนการกลุ่ม แบบทดสอบความรู้ การปฏิบัติตัวและ แบบประเมินน้ำหนัก ตัวของผู้ป่วย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา

## ขั้นตอนการดำเนินการ

ในการศึกษาครั้งนี้จะนำแนวคิดนวัตกรรมครอบครัวเสมือนมาใช้ คือ จะแบ่งกลุ่มผู้ป่วยทั้งหมดออกเป็น 8 กลุ่มย่อย ตามวัน/เวลาที่มาพอกฯ และ จะทำกิจกรรมเข้ากลุ่มครอบครัวเสมือน 1 ครั้ง/สัปดาห์/กลุ่ม เวลาที่ใช้ประมาณ 10-15 นาที ก่อนเข้าเครื่องฟอกเลือดฯ สถานที่คือบริเวณหน้าห้องไตเทียม โดยจะแบ่งกิจกรรมทั้งหมดออกเป็น 10 สัปดาห์

## ผลการศึกษา

1. กลุ่มที่ฟอกเลือด 2 ครั้ง/สัปดาห์ คะแนนและค่าน้ำหนักเปรียบเทียบระหว่างก่อนทำกิจกรรมฯ และหลังทำกิจกรรมพบว่า ในผู้ป่วยกลุ่มนี้หลังทำกิจกรรมกลุ่มนั้นค่าคะแนนการทำแบบทดสอบจะเพิ่มขึ้น การควบคุมน้ำหนักตัวก็ทำได้ดีขึ้นน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นเกินเกณฑ์หลังทำกิจกรรมลดลงจากร้อยละ 49.43 เป็นร้อยละ 8.23

2. กลุ่มที่ฟอกเลือด 3 ครั้ง/สัปดาห์ คะแนนและค่าน้ำหนักเปรียบเทียบระหว่างก่อนทำกิจกรรมฯ และหลังทำกิจกรรมพบว่า ในผู้ป่วยกลุ่มนี้หลังทำกิจกรรมกลุ่มนั้นค่าคะแนนการทำแบบทดสอบจะเพิ่มขึ้น การควบคุมน้ำหนักตัวก็ทำได้ดีขึ้น น้ำหนักที่เพิ่มขึ้นเกินเกณฑ์หลังทำกิจกรรมลดลงจากร้อยละ 76.96 เป็นร้อยละ 22.55

## การนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์ในงานประจำ

การเพิ่มประสิทธิภาพในการควบคุมน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้นต่อการฟอกเลือดแต่ละครั้ง (Interdialytic weight gain) ในผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมเพื่อป้องกัน การเกิดภาวะน้ำเกินโดยใช้นวัตกรรมครอบครัวเสมือน ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการควบคุมน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้นต่อการฟอกเลือดแต่ละครั้ง

## บทเรียนที่ได้รับ

การกระตุ้นผู้ป่วยเน้นย้ำให้เห็นความสำคัญของการควบคุมน้ำหนักตัวโดยใช้ครอบครัวเสมือน แล้ว ตัวผู้ป่วยเองก็สามารถที่จะควบคุมน้ำหนักไม่ให้เกินเกณฑ์มาตรฐานได้ ส่งผลให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น ลดภาวะแทรกซ้อนจากการที่มีภาวะน้ำเกินลงได้เป็นอย่างดี

## ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

การดูแลผู้ป่วยในการควบคุมปริมาณน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้นต่อการฟอกเลือดแต่ละครั้ง (Interdialytic weight gain) โดยใช้ครอบครัวเสมือน ควรดำเนินโครงการอย่างต่อเนื่อง ผู้ป่วยสามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน