

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) ชนิดสองกลุ่ม ตัวอย่าง วัตถุประสงค์และหลัง (Two groups pretest-posttest design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกบริหารกล้ามเนื้อพื่นเชิงกรานร่วมกับการถ่ายปัสสาวะตามเวลาต่อความสามารถในการควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะในผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกลั้นปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้น โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดจำนวน 30 คน ระหว่างเดือน มีนาคม ถึงเดือนมิถุนายน 2548 กลุ่มทดลองได้เข้ารับการฝึกตามโปรแกรมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมได้รับคำแนะนำตามปกติ ผู้วิจัยวัดความสามารถในการควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะก่อนและหลังการได้รับโปรแกรม โดยใช้การนับความถี่และการบันทึกความรุนแรงของการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ตามแนวคิดของของกิเกล และประเมินการรับรู้ความรุนแรงของการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ตามมาตรวัดทางสายตา

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์เพื่อทดสอบความแตกต่างของจำนวนครั้งที่มีภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้น และคะแนนการรับรู้ความรุนแรงของภาวะปัสสาวะเล็ดจากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้นก่อนและหลังบริหารกล้ามเนื้อพื่นเชิงกราน โดยใช้สถิติทดสอบวิลคอกชัน ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมและกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมใช้สถิติแมนวิทนีย์ เป็นตัวทดสอบ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

1. ผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกลั้นปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกบริหารกล้ามเนื้อพื่นเชิงกรานร่วมกับการถ่ายปัสสาวะตามเวลา มีความถี่ในการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
2. ผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกลั้นปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกบริหารกล้ามเนื้อพื่นเชิงกรานร่วมกับการถ่ายปัสสาวะตามเวลา มีการรับรู้ความรุนแรงของการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

3. ผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้นภายหลังได้รับ โปรแกรมการฝึกบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานร่วมกับการถ่ายปัสสาวะตามเวลา มีความถี่ของการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่น้อยกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

4. ผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้นภายหลังได้รับ โปรแกรมการฝึกบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานร่วมกับการถ่ายปัสสาวะตามเวลา มีการรับรู้ความรุนแรงของภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้นน้อยกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลในหอผู้ป่วย และในหน่วย PCU สามารถนำเอาโปรแกรมหรือการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานในผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่ไปเป็นแนวทางในการสอน แนะนำ และชี้แนะ แก่ผู้สูงอายุที่มีภาวะดังกล่าวเพื่อเพิ่มความสามารถในการควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะและลดการรับรู้ความรุนแรงของภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้น เนื่องจากการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานสามารถนำไปปฏิบัติด้วยตนเองได้ที่บ้านโดยไม่มีอันตรายและไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

2. ด้านการศึกษาพยาบาล ในการจัดการเรียนการสอนวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุควรสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับการพยาบาลผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้น เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาสามารถนำเอาความรู้ที่ได้ไปใช้ให้เป็นประโยชน์ สามารถให้คำแนะนำเมื่อพบผู้สูงอายุสตรีที่มีภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไปดังนี้ คือ

1. ควรทำการศึกษาอัตราชุกของภาวะกล้ามเนื้อปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้น ทั้งในผู้สูงอายุสตรีและชาย เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการดำเนินการเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีปัญหาอย่างเป็นระบบต่อไป

2. ควรมีการศึกษาวิจัยในกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้นและในสถานที่อื่น เพื่อให้สามารถสรุปผลการวิจัยและอ้างอิงสู่กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่มีปัญหาภาวะกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ชนิดเดียวกันต่อไป

3. ควรทำการศึกษาผลของโปรแกรมในผู้สูงอายุสตรีที่กลั้นปัสสาวะไม่อยู่จากแรงดันในช่องท้องเพิ่มขึ้นที่อยู่ในภาวะอื่นๆร่วมด้วย เช่น เป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และเพิ่มระยะเวลาในการบริหารกล้ามเนื้อพื้นเชิงกรานในผู้สูงอายุที่กลั้นปัสสาวะไม่อยู่มาหลายปี



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved