

สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพัฒนา (developmental study) มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพังงา บนหลักฐานความรู้เชิงประจักษ์ (evidence-based) โดยอาศัยรูปแบบการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกของสภาวิจัยด้านการแพทย์และสุขภาพแห่งชาติของประเทศออสเตรเลีย (NHMRC, 1999) มีการดำเนินการรวม 12 ขั้นตอน คณะกรรมการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ประกอบด้วย อายุรแพทย์ 1 ราย พยาบาลวิชาชีพชำนาญการที่ปฏิบัติงานที่คลินิกเบาหวาน 2 ราย นักกายภาพบำบัด 1 ราย และผู้ศึกษา รวมทั้งหมด 5 ราย กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ คือ พยาบาลที่เป็นผู้ทดลองใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพังงา จำนวน 5 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และแบบสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิก ทั้งแนวปฏิบัติทางคลินิก และแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปได้ผ่านการตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ราย

การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยการแจกแจงความถี่ ข้อมูลเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของการนำแนวปฏิบัติทางคลินิกไปใช้ นำมาจัดเป็นหมวดหมู่นำเสนอเป็นตารางแสดงจำนวน และร้อยละ และคำบรรยายประกอบตารางที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษา

1. ผลการศึกษานี้ได้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพังงา พัฒนขึ้นจากหลักฐานเชิงประจักษ์จำนวน 27 ฉบับ พิจารณาจัดหมวดหมู่อ้างอิงตามองค์ประกอบของสถาบันรับรองคุณภาพขององค์กรสุขภาพ (JCAHO, 2001) ประกอบด้วย 6 หมวด ได้แก่ 1) การพิทักษ์สิทธิผู้ป่วยและจริยธรรม 2) การประเมินสภาพผู้สูงอายุก่อนมีการออกกำลังกาย 3) การส่งเสริมพฤติกรรมการออก

กำลังภายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน 4) การให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน 5) การติดตามประเมินพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง 6) การพัฒนาคุณภาพการบริการ โดยใช้กระบวนการพัฒนาแนวปฏิบัติแนวปฏิบัติทางคลินิก ของสภาวิชาชีพทางการแพทย์และสาธารณสุขแห่งชาติ ประเทศออสเตรเลีย (NHMRC, 1999) ซึ่งประกอบด้วย 12 ขั้นตอนดังนี้ 1) กำหนดความต้องการและขอบเขตของแนวปฏิบัติทางคลินิก 2) กำหนดทีมสหสาขาวิชาชีพเพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิก 3) กำหนดวัตถุประสงค์และกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ใช้แนวปฏิบัติทางคลินิก 4) กำหนดผลลัพธ์ด้านสุขภาพ 5) ทบทวนหลักฐานเชิงประจักษ์ทางวิทยาศาสตร์ 6) ยกร่างแนวปฏิบัติทางคลินิก 7) กำหนดแผนการเผยแพร่และแผนการนำแนวปฏิบัติทางคลินิกไปใช้ 8) กำหนดแผนการประเมินผลและการปรับปรุงแก้ไข 9) จัดทำรายงานรูปเล่ม 10) จัดทำรายงานกระบวนการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิก และ 11) การตรวจสอบคุณภาพของแนวปฏิบัติทางคลินิก หลังจากนั้นนำแนวปฏิบัติทางคลินิกไปใช้ โดยนำไปทดลองใช้ในกลุ่มเป้าหมายที่กำหนดไว้ในแนวปฏิบัติ ประเมินผลและการปรับปรุงแก้ไข และสอบถามความเป็นไปได้ของการนำแนวปฏิบัติทางคลินิกไปใช้ที่จัดทำขึ้น 12) การปรึกษาผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ไม่ได้เข้าร่วมการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิก โดยจัดทำประชาพิจารณ์

2. ความเป็นไปได้ในการนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพังงาไปใช้ กลุ่มตัวอย่างบุคลากรผู้ทดลองใช้แสดงความคิดเห็นด้วยในระดับมาก ร้อยละ 100 ว่า การนำแนวปฏิบัติไปใช้จะช่วยให้งานสามารถประหยัดและลดต้นทุน- ทั้งด้านกำลังคน เวลา และงบประมาณ แนวปฏิบัติสามารถแก้ไขปัญหาหรือทำให้เกิดผลดีต่อผู้รับบริการ และมีความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติที่จะนำไปใช้ในหน่วยงาน ส่วนความชัดเจนของข้อเสนอแนะในแนวปฏิบัติ (เป็นที่เข้าใจได้ตรงกัน) กลุ่มตัวอย่างผู้ทดลองใช้มีความคิดเห็นด้วยในระดับมาก ร้อยละ 80 แต่อย่างไรก็ตามความคิดเห็นเกี่ยวกับความง่ายและความสะดวกในการใช้แนวปฏิบัติ หรือในการปฏิบัติตามข้อเสนอแนะ และความเหมาะสมกับการนำไปใช้ในหน่วยงาน กลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นด้วยระดับมาก ร้อยละ 60

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. ควรนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน เสนอต่อผู้บริหารเพื่อพิจารณานำไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพการบริการด้านการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานต่อไป

2. ก่อนนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานไปใช้ ทางหน่วยงานควรทำความเข้าใจและเตรียมความพร้อมด้านต่างๆ รวมทั้งให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่ทุกระดับเพื่อความร่วมมือในการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกให้มีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล

3. ก่อนนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานไปใช้ ควรเพิ่มระยะเวลาในการฝึกอบรม และฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับวิธีการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานให้แก่ผู้ที่จะนำแนวปฏิบัติทางคลินิกไปใช้อย่างต่อเนื่อง จนเกิดความมั่นใจว่าสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง เพราะมีแนวโน้มว่าจะเกิดผลดีต่อผู้สูงอายุโรคเบาหวาน

4. ก่อนนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานไปใช้จริง ควรมีการทดลองใช้กับผู้สูงอายุโรคเบาหวานหลายๆ กลุ่ม และเพิ่มระยะเวลาในการติดตามการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการออกกำลังกาย เพื่อติดตามความต่อเนื่องและความคงอยู่ของการมีพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุโรคเบาหวานแต่ละราย

5. การนำแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานไปใช้ในการปฏิบัติจริง กลุ่มผู้ปฏิบัติควรทำการทบทวนและพิจารณาความเหมาะสมจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่าย และมีการติดตามประเมินผลเป็นระยะๆ อย่างต่อเนื่องเพื่อปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม

6. ควรมีการศึกษาและทบทวนความรู้เชิงประจักษ์ใหม่ๆ อย่างสม่ำเสมอ และปรับปรุงแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ให้ความทันสมัย เหมาะสมกับสถานการณ์ และมีประสิทธิภาพสูงสุดกับผู้รับบริการ รวมทั้งควรเผยแพร่องค์ความรู้ และถ่ายทอดประสบการณ์ให้แก่ผู้ที่สนใจอย่างสม่ำเสมอ

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

ควรศึกษาประสิทธิผลของการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน เช่น พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในระยะเวลา 6 เดือน ความพึงพอใจของผู้สูงอายุโรคเบาหวานต่อการดูแลที่ได้รับตามแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกาย เป็นต้น