

ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรม
ในผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้า โรงพยาบาลแม่ท่า จังหวัดลำพูน

นายชุมพล ลินแสนกาศ

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

รองศาสตราจารย์ ดร. ภัทรภรณ์ หุ่นปั้นคำ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

บทคัดย่อ

โรคซึมเศร้าเป็นโรคที่ซับซ้อนส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยและผู้ดูแลทั้งทางร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจ และสังคม ยิ่งไปกว่านั้นภาวะซึมเศร้าส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลอย่างมาก การศึกษาเชิงปฏิบัติการครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงประสิทธิภาพของการใช้โปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมในผู้ที่เป็โรคซึมเศร้า กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าที่มีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อยและระดับปานกลาง จำนวน 10 คน ที่มารับบริการในโรงพยาบาลแม่ทา จังหวัดลำพูน ระหว่างเดือน ธันวาคม 2554 ถึง เมษายน 2555 และบุคลากรทีมสุขภาพผู้ใช้โปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมในผู้ที่เป็โรคซึมเศร้า จำนวน 2 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย 1) แบบประเมินภาวะซึมเศร้าของเบ็คซึ่งแปลโดยมุกดา ศรียงค์ (2522) 2) โปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรม ซึ่งรัชนี ศรีตะวัน (2552) ได้พัฒนาตามแนวคิดของเบ็ค (Beck, 1967) และ 3) แบบสอบถามความคิดเห็นของบุคลากรต่อการ ใช้โปรแกรมตามขั้นตอนการเผยแพร่วัฒนธรรมของโรเจอร์ (2003) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิง

พรรณนา

ผลการศึกษาพบว่า หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรม ในผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้า กลุ่มตัวอย่างผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้ามีการเปลี่ยนแปลงของระดับภาวะซึมเศร้าจากภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อยและระดับปานกลางเป็นไม่มีภาวะซึมเศร้า และบุคลากรทีมสุขภาพทั้งหมดเห็นด้วยกับการใช้โปรแกรมดังกล่าว

ผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรม มีประสิทธิผลในการช่วยลดภาวะซึมเศร้าในผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าในโรงพยาบาลแม่ทา จังหวัดลำพูน ดังนั้นบุคลากรทีมสุขภาพควรจะมีการนำโปรแกรมนี้ไปใช้ในการดูแลบำบัดผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าต่อไป

Independent Study Title Effectiveness of Implementing Cognitive Behavior Therapy Program Among Persons with Major Depressive Disorders, Maetha Hospital, Lamphun Province

Author Mr. Chumpol Linseankart

Degree Master of Nursing Science (Mental Health and Psychiatric Nursing)

Independent Study Advisory Committee

Lecturer Dr. Voranut Kitsumban Advisor

Associate Professor Dr. Patraporn Tungpunkom Co-advisor

ABSTRACT

Major depressive disorders are complex diseases. These disorders have physical, mental, and socioeconomic impacts on patients and their caregivers. Moreover, the depression affects quality of life enormously. This operational study aimed to investigate the effectiveness of implementing the Cognitive Behavior Therapy Program among persons with major depressive disorders. The sample included 10 persons with major depressive disorders at mild to moderate levels who received services at Maetha Hospital, Lamphun Province between December 2011 to April 2012, as well as 2 healthcare staff who implemented the Cognitive Behavior Therapy Program. The instruments used in this study included: 1) Beck Depression Inventory 1 A (BDI-1 A) translated into Thai by Sriyoung (1979), 2) Cognitive Behavior Therapy Program, based on Beck's concept (1967) and modified by Sritawan (2009), and 3) a program opinion questionnaire based on diffusion of innovation by Roger (2003). Data were analyzed using descriptive statistics.

The results revealed that after participating in the Cognitive Behavior Therapy Program, all subjects reported decreased levels of depression from mild and moderate levels to no depression at all. Healthcare staff were satisfied with implementation of this program.

The results of this study indicate that the Cognitive Behavior Therapy Program is effective in reducing depression among persons with major depressive disorders, at Maetha Hospital, Lamphun Province. Therefore, health personnel should further implement this program in the care provided to persons with major depressive disorders.