

## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพัฒนา (developmental study) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง สำหรับผู้ดูแล ในชุมชนตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง ระหว่างเดือน กันยายน 2556 ถึง เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2557 โดยทีมพัฒนาแนวปฏิบัติ จำนวน 10 คน ประกอบด้วย พยาบาลวิชาชีพผู้ปฏิบัติงานที่โรงพยาบาลแม่ทะ สาขาน้ำโจ้ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตัวแทนกลุ่มผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ตัวแทนผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง และกลุ่มผู้ทดลองใช้แนวปฏิบัติฯ คือกลุ่มผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 5 คน

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง สำหรับผู้ดูแลในชุมชน พัฒนมาจากรูปแบบหลักการปฏิบัติการพยาบาลบนหลักฐานความรู้เชิงประจักษ์ ของศูนย์ความรู้เชิงประจักษ์ทางการพยาบาลและการผดุงครรภ์ แห่งประเทศไทย ซึ่งแบ่งการดำเนินการศึกษาออกเป็น 5 ขั้นตอน คือ 1) การกำหนดปัญหาที่ต้องการแก้ไขเกี่ยวกับการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง 2) การกำหนดผลลัพธ์ และตัวชี้วัดในการสกัดกั้นปัญหาโรคหลอดเลือดสมอง และลดภาวะแทรกซ้อนด้วยโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง 3) การสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์และสรุปความรู้จากหลักฐานที่สืบค้น 4) การวิเคราะห์และประเมินหลักฐานเชิงประจักษ์ และ 5) การสร้างแนวปฏิบัติ โดยการร่างแนวปฏิบัติ ตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ การทดลองใช้แนวปฏิบัติ และการประชุมระดมความคิดเห็นของทีมพัฒนาแนวปฏิบัติ เพื่อสรุปผลและปรับปรุงแนวปฏิบัติฯให้เหมาะสมต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย 3 ส่วนคือส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป สำหรับกลุ่มผู้พัฒนาแนวปฏิบัติฯ และผู้ทดลองใช้แนวปฏิบัติฯ ส่วนที่ 2 แนวปฏิบัติฯ เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน สำหรับผู้ดูแลที่ผู้พัฒนาได้พัฒนาขึ้น และส่วนที่ 3 แบบสอบถามการประเมินคุณภาพของแนวปฏิบัติฯ โดยทำการทดลองใช้เป็นเวลา 2 สัปดาห์ ในกลุ่มผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ในชุมชน จำนวน 5 คน ภายหลังทดลองใช้ ทำการประเมิน

แนวปฏิบัติตามแบบสอบถามการประเมินคุณภาพของแนวปฏิบัติฯ โดยนำข้อมูลมาแจกแจงหาความถี่และค่าร้อยละ

ผลการศึกษาทำให้ได้แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงสำหรับผู้ดูแลในชุมชน ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง จัดทำเป็นรูปเล่มประกอบด้วย ขั้นตอนการพัฒนาแนวปฏิบัติฯ เนื้อหาสาระแนวปฏิบัติฯ พร้อมทั้งคู่มือแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงสำหรับผู้ดูแลในชุมชน ซึ่งมีรายละเอียดของเนื้อหาและภาพประกอบด้วย โดยเนื้อหาทั้งหมด ประกอบด้วย 5 หมวดหมู่ คือ หมวดที่ 1 การประเมินภาวะความดันโลหิตสูงและการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง หมวดที่ 2 การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดสมอง หมวดที่ 3 การส่งเสริมการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง หมวดที่ 4 การจัดการเมื่อมีอาการเตือนของโรคหลอดเลือดสมอง และหมวดที่ 5 บทบาทของผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ที่มาจากการ ระดมความคิดเห็นของชุมชนเอง และหลังจากทดลองใช้แล้ว พบว่าผู้ทดลองใช้ส่วนใหญ่มีความเห็นว่าแนวปฏิบัติฯ นี้มีความง่ายและสะดวกในการใช้แนวปฏิบัติในระดับปานกลาง อีกทั้งผู้ทดลองใช้ทุกคนเห็นว่าแนวปฏิบัติฯ มีความเหมาะสมกับการนำไปใช้ มีความประหยัด ความคิดเห็นในระดับมาก

สำหรับปัญหาและอุปสรรคในการทดลองใช้นั้น ผู้ทดลองใช้ได้เสนอความคิดเห็นว่า ในส่วนของเนื้อหาสาระของแนวปฏิบัติฯ มีจำนวนมาก ทำให้ต้องใช้เวลาในการศึกษาและทำความเข้าใจ

#### **ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้**

จากการศึกษา มีข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้ดังนี้

1. ควรนำแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง สำหรับผู้ดูแลในชุมชน เสนอต่อผู้บริหาร เพื่อพิจารณาให้การสนับสนุนในการนำแนวปฏิบัติฯ ไปใช้และเผยแพร่แนวปฏิบัติฯ เพื่อป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองในชุมชน
2. ควรมีการนำแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงสำหรับผู้ดูแลในชุมชน ไปใช้ในผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงในชุมชนอื่น ให้แพร่หลายยิ่งขึ้น เพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงสำหรับผู้ดูแลในชุมชน มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
3. ควรมีการติดตามประเมินผล การนำแนวปฏิบัติฯ ไปใช้อย่างต่อเนื่อง โดยติดตามอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนโรคหลอดเลือดสมอง ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

4. ภายหลังจากทดลองใช้ 2-3 ปี ควรมีการปรับปรุงแนวปฏิบัติฯ โดยการศึกษาสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์ใหม่เพิ่มเติม และระดมความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญในการปฏิบัติ เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติให้มีความทันสมัยต่อสถานการณ์ที่เป็นปัจจุบัน เหมาะสม และมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

จากผลการศึกษาผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไปดังนี้

1. ควรศึกษาถึงประสิทธิผลของการนำแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมองในผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน สำหรับผู้ดูแล ไปใช้ในทางปฏิบัติ เช่น อุบัติการณ์การเกิดโรคหลอดเลือดสมอง และศึกษาความพึงพอใจของผู้ใช้แนวปฏิบัติ
2. ควรนำแนวปฏิบัติไปประยุกต์ใช้ในกลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่นๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคไตเรื้อรัง และโรคหัวใจ ฯลฯ และมีการประเมินผลและปรับปรุงพัฒนาแนวปฏิบัติ ให้มีความทันสมัยอยู่เสมอ