

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์

ผลของการจัดชั่วโมงงีบต่อระยะเวลาการนอนหลับของทารก
เกิดก่อนกำหนด

ชื่อผู้เขียน

นางสาวปาณิตา นาคกลิ่นกุล

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์วรรณวิไล ชุ่มภิรมย์

ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์มาลี เอื้ออำนวย

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศรีพรรณ กันธวัง

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พวงพยอม ปัญญา

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์พันทวี เชื้อขาว

กรรมการ

บทคัดย่อ

การนอนหลับมีความสำคัญต่อทารกเกิดก่อนกำหนดเพราะในขณะที่หลับร่างกายจะมีการเสริมสร้างและซ่อมแซมเซลล์ที่สึกหรอ มีการสงวนพลังงานและหลังฮอว์โมนที่ช่วยในการเจริญเติบโต การลดความเครียดของสิ่งแวดล้อมในหออภิบาลทารกแรกเกิดเป็นปัจจัยหนึ่งในหลายปัจจัยที่สำคัญมากที่สุดในการส่งเสริมให้ทารกเกิดก่อนกำหนดพักหลับอย่างมีประสิทธิภาพ การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบระยะเวลาการนอนหลับของทารกเกิดก่อนกำหนดเมื่อจัดให้อยู่ในชั่วโมงงีบและอยู่ในสภาพแวดล้อมปกติของหออภิบาลทารกแรกเกิด เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 20 ราย จากทารกเกิดก่อนกำหนดที่มีอายุครรภ์หลังปฏิสนธิ 34-37 สัปดาห์ เข้ารับการรักษาในหออภิบาลทารกแรกเกิด โรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่ โดยจัดให้กลุ่มตัวอย่างทุกรายอยู่ในชั่วโมงงีบและอยู่ในสภาพแวดล้อมปกติ และจัดให้อยู่ในตู้อบ ทำนอนคว่ำหันหน้าไปด้านใดด้านหนึ่ง ศีรษะสูง 15-30 องศา โดยขณะที่

จัดชั่วโมงเงียบเสียงจากสิ่งแวดล้อมภายในหออภิบาลทารกแรกเกิดจะถูกควบคุมให้มีระดับความดังไม่เกิน 58 เดซิเบล ผู้วิจัยสังเกตและบันทึกระยะเวลาการนอนหลับของกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 2 ชั่วโมง ทั้งขณะที่อยู่ในชั่วโมงเงียบและขณะที่อยู่ในสภาพแวดล้อมปกติ โดยใช้แบบบันทึกการหลับตื่นของทารกเกิดก่อนกำหนดของ เพ็ญจิตร ธนเจริญพิพัฒน์ ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบประเมินพฤติกรรมทารกเกิดก่อนกำหนดของบราเซลตัน ซึ่งผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงด้านเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 1 และในการวิจัยครั้งนี้หาค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้สังเกต 2 คนได้เท่ากับ .97 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติการทดสอบที (paired t-test)

ผลการวิจัยพบว่า

ระยะเวลาหลับลึกและระยะเวลาหลับรวมของกลุ่มตัวอย่างขณะที่จัดอยู่ในชั่วโมงเงียบมีค่าเฉลี่ยมากกว่าขณะที่อยู่ในสภาพแวดล้อมปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนระยะเวลาหลับตื่นของกลุ่มตัวอย่างขณะที่จัดให้อยู่ในชั่วโมงเงียบมีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าขณะที่อยู่ในสภาพแวดล้อมปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษาครั้งนี้สรุปได้ว่าการควบคุมสิ่งแวดล้อมเสียงในหออภิบาลทารกแรกเกิดโดยการจัดชั่วโมงเงียบจะส่งเสริมให้ทารกเกิดก่อนกำหนดมีระยะเวลาการนอนหลับยาวนานกว่าในสภาพแวดล้อมปกติ โดยมีระยะเวลาหลับลึกเพิ่มขึ้น และระยะเวลาหลับตื่นลดลง ดังนั้นพยาบาลทารกแรกเกิดควรนำแนวทางการจัดชั่วโมงเงียบไปใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อส่งเสริมระยะเวลาการหลับของทารกเกิดก่อนกำหนดให้ยาวนานขึ้น และมีคุณภาพการหลับที่ดี

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

Thesis Title Effect of Quiet Hour Provision on Sleep Period of Premature Infants

Author Miss Panita Nakklinkul

M.N.S. Pediatric Nursing

Examining Committee

Assoc. Prof. Wanvilai Chumpirom	Chairman
Asst. Prof. Malee Urharmnuay	Member
Asst. Prof. Dr. Seepan Kantawang	Member
Asst. Prof. Dr. Puangpayom Panya	Member
Asst. Prof. Puntawee Chuekao	Member

Abstract

Sleep is vital for premature infants as it allows cells to repair, hormone growth and energy conservation. The reduction of noise in the neonatal intensive care unit is one of the most important factors in promoting effective sleep in premature infants. The purpose of this quasi-experimental study was to examine the effects of the quiet hour provision on duration of sleep among premature infants. The 20 subjects were purposely selected from premature infants of post-conceptional age 34-37 weeks admitted to the neonatal intensive care unit at Nakorn Ping Hospital, Chiang Mai Province. All subjects in the quiet hour and normal hour were placed in incubators in the prone position with a mattress elevation of 15-30 degrees. Environmental noise in the neonatal intensive care unit in the quiet hour was controlled using a quiet hour protocol, which ensured the noise level did not exceed 58 decibels, the researcher observed and recorded the subjects' sleep time during each 2-hour period of the quiet hour and normal hour by using the Brazelton's Neonatal Assessment Behavioral Scale (NABS) modified by Penjit Thanacharoenpipat. It was validated by five experts, with a content validity index of 1.0. In this study the inter-rater

reliability obtained by two observers was .97. Data were analyzed by descriptive statistics and the hypotheses were tested by paired t-test statistics.

The results of this study revealed that both the duration of deep sleep and the total duration of sleep in the quiet hour were statistically significantly more than in the normal hour, at the level of .001 The average duration of active sleep in the quiet hour was less than in the normal hour at the level of .05.

The results of the study concluded that the reduction of environmental noise in the neonatal intensive care unit, through the implementation of the quiet hour protocol, promotes longer duration of deep sleep time compared to the normal environment. Therefore, neonatal nurses can use this protocol as a practice guideline to improve the quality and duration of neonatal sleep.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved