

ชื่อเรื่อง วิทยานิพนธ์ ผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งคนต่อพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกาย และสมรรถภาพปอดของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ผู้เขียน นางสาวสุลี แซ่ชื่อ

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

อาจารย์ ดร. ศิริรัตน์	ปานอุทัย	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดวงฤดี	ลาสุชะ	กรรมการ

บทคัดย่อ

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเป็นโรคที่ทำให้สมรรถภาพปอดลดลง ส่งผลให้ผู้ป่วยขาดความมั่นใจในความสามารถของคนที่จะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะการออกกำลังกายเพราะกลัวอาการเหนื่อยหอบกำเริบ โปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะแห่งคนเป็นวิธีหนึ่งที่จะปรับเปลี่ยนให้ผู้ป่วยมีความมั่นใจในสมรรถนะแห่งคนที่จะออกกำลังกาย เมื่อผู้ป่วยมีพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสมกับโรคจะส่งผลให้สมรรถภาพปอดดีขึ้น การวิจัยกึ่งทดลองในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบสองกลุ่มทดลองวัดก่อนและหลัง มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งคนต่อพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและสมรรถภาพปอดของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มารับการรักษาที่ห้องตรวจโรคอายุรกรรม แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ จังหวัดเชียงราย ในระหว่างเดือน มิถุนายน ถึง สิงหาคม 2546 เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 40 ราย และทำการแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 ราย โดยให้มีคุณสมบัติเหมือนหรือใกล้เคียงกัน คือ เพศเดียวกัน อายุต่างกันไม่เกิน 5 ปี ระดับการศึกษา ระดับความรุนแรงของโรค คะแนนสมรรถนะแห่งคนในการออกกำลังกาย และคะแนนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับเดียวกัน กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะแห่งคนจากผู้วิจัย ส่วนกลุ่มควบคุมจะได้รับการพยาบาลตามปกติ การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปใช้สถิติพรรณนา เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและสมรรถภาพปอด

หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (analysis of covariance) และสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบพหุคูณแบบทางเดียว (one-way MANCOVA) ผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้

1. ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่ได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการออกกำลังกายสูงกว่าผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

2. ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่ได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตน มีค่าเฉลี่ยของ FEV₁ สูงกว่าผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

3. ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่ได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่ได้รับการดูแลตามปกติ มีค่าเฉลี่ยของ FVC ไม่แตกต่างกัน

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า ผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนทำให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีพฤติกรรมการออกกำลังกาย และ FEV₁ เพิ่มขึ้น ดังนั้น โปรแกรมนี้สามารถนำไปใช้ส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนให้กับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังให้มีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้สมรรถภาพปอดดีขึ้น

Thesis Title Effects of Self-efficacy Enhancement on Exercise Behavior and Pulmonary Function of the Elderly with Chronic Obstructive Pulmonary Disease

Author Miss Sulee Saesue

Degree Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)

Thesis Advisory Committee

Lecturer Dr. Sirirat

Panuthai

Chairperson

Assistant Professor Duangruedee

Lasuka

Member

ABSTRACT

Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) affects pulmonary function, decreases self-efficacy to perform physical activities, especially exercise performance due to fear of exacerbation. A self-efficacy enhancement program is accepted as a method that could increase a patient's self-efficacy to perform exercise. Moreover, it could help COPD patients to adjust their exercise behavior. As a result, pulmonary function could improve. The purpose of this two groups pre-post test quasi-experimental design is to examine the effects of self-efficacy enhancement on exercise behavior and pulmonary function of the elderly with COPD. The subjects were forty patients purposively recruited from the medical outpatient clinic of Chiang Rai Regional Hospital during June to August 2003 who were randomly assigned in equal numbers into experimental and control groups by matching in gender, age, level of education, severity, self-efficacy scores and exercise behavior scores. Subjects in the experimental group received a self-efficacy enhancement program provided by the researcher while those in the control group received routine nursing care. Demographic data were analyzed by using descriptive statistics. The

differences between exercise behavior scores and pulmonary function in experimental and control groups were tested by analysis of covariance and one-way MANCOVA respectively.

The results of this study revealed that:

1. The post test mean score of exercise behavior of the experimental group after participating in the self-efficacy enhancement program was statistically significantly higher than that of the control group, ($p < .001$);
2. The mean score of FEV_1 of the experimental group was statistically significantly higher than that of the control group, ($p < .001$); and
3. The mean score of FVC of the experimental group was not statistically significantly higher than that of the control group.

These findings suggest that the self-efficacy enhancement program could improve exercise behavior and FEV_1 . Hence, this program could be used to enhance the self-efficacy of COPD patients to promote exercise behavior in order to increase pulmonary function.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved