

ชื่อผลงาน : การพัฒนารูปแบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางการเคลื่อนไหว (อัมพาตชนิดอ่อนปวกเปียก)
อำเภอโพธารนาก้าว จังหวัดสกลนคร

ชื่อนักวิจัยหลัก : นางสาวจุฑาภรณ์ ภมรศิริ ตำแหน่ง นักกายภาพบำบัด

วุฒิการศึกษา : ปริญญาตรีบัณฑิต

หน่วยงาน : งานกายภาพบำบัด โรงพยาบาลโพธารนาก้าว อำเภอโพธารนาก้าว จังหวัดสกลนคร

เบอร์โทรศัพท์ : E-mail : jutapornpt@gmail.com

รายชื่อทีมวิจัย: นางสาวณัฐกานต์ จวดชัย นักกายภาพบำบัด

ที่มาของปัญหา

ผู้พิการทางการเคลื่อนไหว ประเภทอัมพาตชนิดอ่อนปวกเปียก เป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญยิ่ง เนื่องจากมีจำนวนผู้พิการเพิ่มมากขึ้น และทำให้คุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของผู้พิการทางการเคลื่อนไหวไม่มีประสิทธิภาพ จากที่ผู้ศึกษาได้ให้การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายผู้พิการทางการเคลื่อนไหวในชุมชน อำเภอโพธารนาก้าว จังหวัดสกลนคร พบว่าความพิการทางการเคลื่อนไหวส่งผลกระทบต่อทั้งตัวผู้พิการทางการเคลื่อนไหวและครอบครัว จากปี พ.ศ.2558 มีจำนวนทั้งหมด 42 คน ,ปี พ.ศ.2559 จำนวนทั้งหมด 82 คน และปี พ.ศ.2560 มีจำนวนทั้งหมด 94 คน จากการให้การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายผู้พิการในอำเภอโพธารนาก้าว ตั้งแต่ปี พ.ศ.2558 ถึงปี พ.ศ.2560 พบว่ามีการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้พิการทางการเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่อง โดยทีมเยี่ยมให้การรักษและฟื้นฟูสมรรถภาพของศูนย์ดูแลต่อเนื่องโรงพยาบาลโพธารนาก้าว ให้การดูแลและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางการเคลื่อนไหวอย่างเต็มที่และครอบคลุมครบทุกคนโดยใช้โปรแกรมการรักษาทางกายภาพบำบัด 15 โปรแกรม แต่ยังมีผู้พิการทางการเคลื่อนไหวอีกจำนวนหนึ่งที่ยังไม่สามารถกลับมาใช้ชีวิตประจำวันได้ใกล้เคียงปกติ เนื่องจากการฟื้นฟูสมรรถภาพของเส้นประสาทยังไม่ได้รับการฟื้นฟูอย่างเต็มที่ ดังนั้นผู้ศึกษาจึงสนใจจะพัฒนารูปแบบการฟื้นฟู โดยนำอุปกรณ์และเครื่องมือทางกายภาพบำบัดที่ใช้ในการกระตุ้นเส้นประสาท(ES)นำลงไปใช้ร่วมกับ 15 โปรแกรมในการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางการเคลื่อนไหวในชุมชน

วัตถุประสงค์:

เพื่อพัฒนารูปแบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางการเคลื่อนไหวในชุมชน อำเภอโพธารนาก้าว จังหวัดสกลนคร

วิธีการศึกษา

การศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยศึกษาในกลุ่มผู้ป่วยพิการทางการเคลื่อนไหว (อัมพาตชนิดอ่อนปวกเปียก) จำนวนทั้งหมด 94 คน ใน 5 ตำบล อำเภอโพธารนาก้าว จังหวัดสกลนคร ช่วงเวลาที่ใช้ในการศึกษา วันที่1 ต.ค. 58 ถึง 30 ก.ย. 60 โดยผู้ศึกษาให้การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยในชุมชน โดยเน้นให้ผู้ป่วยและญาติมีส่วนร่วมในการฟื้นฟู พร้อมทั้ง 15 โปรแกรมการฟื้นฟู และ ES โดยมีรูปแบบดังนี้

ในปีพ.ศ. 2557 ถึงปี พ.ศ. 2559 ให้การฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการใช้ 15 โปรแกรม ในการฟื้นฟู และการสอนญาติผู้ป่วยในการช่วยแขน ขา ให้แก่ผู้ป่วย พร้อมทั้งสอนท่าการออกกำลังกายให้แก่ผู้ป่วย ดังนี้ 1. Passive exs. 2. Ambulation 3. PNF 4. CP rehabilitation 5. Percussion

6. Active exs. 7. Assisted exs. 8. Balance training 9. Gait training 10. Jt. Mobilize
11. Resisted exs. 12. Transfer training 13. Chest PT 14. Bed mobility 15. Home program

ในปี พ.ศ. 60 ผู้ศึกษาให้การฟื้นฟูสมรรถภาพโดยใช้ 15 โปรแกรมพร้อมกับการฟื้นฟูโดยใช้ Es ในการฟื้นฟู และการสอนญาติผู้ป่วยในการช่วยแขนขา ให้แก่ผู้ป่วย พร้อมทั้งสอนท่าการออกกำลังกายให้แก่ผู้ป่วย และเพิ่มกิจกรรมใช้เครื่องกระตุ้นเส้นประสาท(ES) โดยการแปะขั้วกระตุ้นตรงตำแหน่งที่ต้องการให้เกิดการทำท่าของกล้ามเนื้อมัดนั้นๆ เช่น การกระดกข้อเท้าขึ้น ใช้เวลาในการกระตุ้น 10 – 20 นาที ทำวันละ 1 ครั้ง ต่อวัน 3 ครั้งต่อสัปดาห์ จากนั้นสอนการช่วยแขนขาผู้ป่วยให้แก่ญาติ (Passive Exs.) โดยการยกแขนขึ้น – ลง , กางแขน-หุบแขน , หมุนแขนเข้า-ออก , งอศอก –เหยียดศอก , กระดกข้อมือขึ้น-ลง , ยกขาขึ้น –ลง , งอเข่า –เหยียดเข่า , กางขาออก- หุบขาเข้า , หมุนขาเข้า-ออก , กระดกข้อเท้าขึ้น-ลง โดยช่วย 20 ครั้งต่อเซต , 3 เซต ต่อวัน ทำทุกวัน เช้า กลางวัน เย็น จากนั้นสอนให้ผู้ป่วยใช้แขนและขาข้างที่มีแรงมาช่วยข้างที่อ่อนแรงในการออกกำลังกาย (Assisted Exs.) โดยทำ 20 ครั้งต่อเซต , 3 เซตต่อวัน ทำทุกวัน เช้า กลางวัน เย็น

ผลการศึกษา

ผลการพัฒนารูปแบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางการเคลื่อนไหว อำเภอโพธาราม จังหวัด สงขลา พบว่า เดิมในปีพ.ศ. 2558 -2559 การฟื้นฟูสมรรถภาพโดยใช้ 15 โปรแกรม กับการสอนญาติ ในผู้ พิการทางการเคลื่อนไหว(อัมพาตชนิดอ่อนปวกเปียก) ทั้งหมด 82 คน ผู้พิการสามารถกลับมาใช้ชีวิตประจำวัน ได้ใกล้เคียงปกติและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น จำนวน 56 คน (68%) และจากการพัฒนารูปแบบในปี พ.ศ. 2560 โดยมีการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยใช้ 15 โปรแกรม และใช้เครื่องกระตุ้นเส้นประสาท (ES) พร้อมทั้งให้ความรู้เพื่อ เสริมพลังให้ผู้ป่วยและญาติในการออกกำลังกายฟื้นฟู ในผู้พิการ ทั้งหมด 94 คน สามารถกลับมาใช้ ชีวิตประจำวันได้ใกล้เคียงปกติและมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น จำนวน 80 คน (85%)

บทเรียนที่ได้รับ

การพัฒนารูปแบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางการเคลื่อนไหว(อัมพาตชนิดอ่อนปวกเปียก) โดยการ ใช้การฟื้นฟู 15 โปรแกรม และการใช้เครื่องกระตุ้นเส้นประสาท (ES) และการเสริมพลังอำนาจรวมทั้งให้ ความรู้แก่ผู้ป่วยและญาติ สามารถทำให้ผู้พิการกลับมาใช้ชีวิตประจำวันได้ใกล้เคียงปกติและมีคุณภาพชีวิตที่ดี ขึ้น

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

ความสำเร็จเกิดจากความร่วมมือของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ทั้ง 5 แห่ง ทีมงานแผนกกายภาพบำบัด และความร่วมมือของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน

การสนับสนุนจากผู้บริหาร

การสนับสนุนจากผู้บริหารในการจัดสรรงบประมาณในการซื้ออุปกรณ์เครื่องมือทางการแพทย์ การให้ ขวัญและกำลังใจแก่บุคลากรในการปฏิบัติงาน และสนับสนุนในการส่งผลงานวิชาการ