

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดต่ออาการหายใจลำบาก และคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ชื่อผู้เขียน นางจันทร์จิรา วิรัช

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พวงพยอม ปัญญา	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นิตยา ภิญโญคำ	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทวีลักษณ์ วรรณฤทธิ์	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชวพรพรรณ จันทร์ประสิทธิ์	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พันทวี เชื้อขาว	กรรมการ

#### บทคัดย่อ

ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มีการดำเนินของโรครุนแรงจะมีอาการหายใจลำบากมากขึ้นซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย บุคลากรทางสุขภาพเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการหาแนวทางเพื่อช่วยบรรเทาอาการของโรคและเพิ่มความสามารถการทำหน้าที่ต่างๆ ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การฟื้นฟูสมรรถภาพปอดเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถช่วยให้ผู้ป่วยมีอาการหายใจลำบากลดลงสามารถทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ ได้เพิ่มขึ้น ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนหลัง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดต่ออาการหายใจลำบากและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง การเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง คือผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังจำนวน 40 ราย เป็นผู้ป่วยที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลป่าซาง จำนวน 20 ราย ซึ่งกำหนดให้เป็นกลุ่มทดลอง และโรงพยาบาลบ้านโฮ้ง จำนวน 20 ราย ซึ่งกำหนดให้

เป็นกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ซึ่งประกอบด้วย การให้ความรู้ การออกกำลังกาย การหายใจแบบเป่าปาก และการดูแลด้านจิตสังคม ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับคำแนะนำตามปกติจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาล เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้ประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดการรับรู้อาการหายใจลำบาก แบบวัดดัชนีคุณภาพชีวิต และหนังสือคู่มือในการปฏิบัติตัวและการฝึกออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ข้อมูลที่ได้นำไปวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้สถิติ Mann Whitney - U test, Willcoxon matched - pair signed rank test และการทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดแล้ว พบว่า ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนอาการหายใจลำบากลดลง และมีความแตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตเพิ่มขึ้น และมีความแตกต่างกับกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สรุปผลจากการวิจัยแสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่เข้าร่วม โปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดมีอาการหายใจลำบากลดลง และทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น ดังนั้นโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดนี้สามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังได้

คำสำคัญ : โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด อาการหายใจลำบาก  
คุณภาพชีวิต

<b>Thesis Title</b>	Effects of Pulmonary Rehabilitation Program on Dyspnea and Quality of Life among Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease	
<b>Author</b>	Mrs. Junjira Wirach	
<b>M.N.S.</b>	Medical and Surgical Nursing	
<b>Examining Committee :</b>	Assist. Prof. Dr. Paungpayom Panya	Chairman
	Assist. Prof. Nitaya Pinyokham	Member
	Assist. Prof. Dr. Taweeluk Vannarit	Member
	Assist. Prof. Dr. Chawapornpan Chanprasit	Member
	Assist. Prof. Puntawee Chuekaow	Member

#### Abstract

Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) patients with acute exacerbation will experience great amount of dyspnea which affects thier quality of life. Health care providers have a crucial role in minimizing disease symptoms and improving patients' activity of daily living. Pulmonary rehabilitation is one of the methods that can reduce dyspnea and increase their ability in performing activity of daily living which could lead to an improving in quality of life

A two group pre - post – test quasi – experimental design was implemented to examine the effects of pulmonary rehabilitation program on dyspnea and quality of life among patients with COPD. Purposive sampling was used to enroll a total of forty COPD patients. Twenty COPD patients from the Out Patient Department (O.P.D) of Pasang hospital were assigned to the experimental group and twenty

COPD patients from the O.P.D of Banhong hospital were assigned to the control group. Subjects in the experimental group received a pulmonary rehabilitation program consisting of education, exercise, pursed lips breathing and psychosocial support. The control group received a routine instruction from nursing staff in the O.P.D. The research instruments were a Demographic Recording Form, the Dyspnea Visual Analogue Scale, the Quality of Life Index , and a Hand - book for Self - Care Practice and Exercise Training Guide for COPD patients developed by the researcher. Data were analyzed using Mann – Whitney U - test , Wilcoxon matched - pair signed rank test , and t-test. The post-test dyspnea mean score of the experimental group was significantly lower than the pre-test mean score and lower than that of the control group ( $p < .01$ ). In addition, the mean score of quality of life of the experimental group was significantly higher than that of the control group ( $p < .01$ ). These findings suggest that the pulmonary rehabilitation program can reduce dyspnea and improve quality of life among patients with COPD. Thus, this program could be used in improving quality of life of COPD patients.

**Key Words :** chronic obstructive pulmonary disease (COPD), pulmonary rehabilitation program, dyspnea, quality of life (QOL).