

บทที่ 5

บทสรุป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) เรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำเพื่อนำมาปรับใช้ในการพัฒนารูปแบบการดูแลผู้ป่วยที่เป็นโรคกลับเป็นซ้ำให้มีประสิทธิภาพ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลคือผู้ป่วยที่เป็นโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลชาณุวรลักษบุรี โรงพยาบาลคลองขลุง และโรงพยาบาลพรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 14 ราย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก ร่วมกับการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม การบันทึกภาคสนามและการบันทึกเทปร่วมกับการเก็บข้อมูลจากบันทึกเวชระเบียนระหว่างเดือน มีนาคม ถึง ตุลาคม พ.ศ.2551 นำข้อมูลมาถอดเทป สัมภาษณ์รายบรรทัดและวิเคราะห์ตามรูปแบบการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (content analysis) และตรวจสอบยืนยันความถูกต้องของข้อมูลกับผู้ป่วยและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ นำมาตีความ จัดหมวดหมู่ สรุปผลและเขียนรายงานผลการวิจัย ตามลำดับ

สรุปผลการวิจัย

การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำ

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา เรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำ ซึ่งแบ่งการดูแลตนเองออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

1. ระยะการรับรู้อาการเริ่มแรกของโรคกลับเป็นซ้ำ การวินิจฉัยโรคด้วยตนเองและการดูแลตนเองเบื้องต้น

การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคกลับเป็นซ้ำเริ่มต้นจากการรับรู้อาการและอาการแสดงที่ปรากฏทำให้รู้สึกไม่สบายคือ ไอมีเสมหะบางครั้งมีเลือดปน เมื่อไอมาก ๆ ผู้ป่วยจะมีอาการเหนื่อยหอบ หายใจไม่ออก หรือหายใจได้ไม่เต็มที่ มีไข้ ไม่มีแรง เบื่ออาหาร น้ำหนักลด

จากอาการที่เกิดขึ้นส่งผลให้เกิดการรับรู้โรคที่ป่วยจากการวินิจฉัยของผู้ป่วย เมื่อมีอาการผิดปกติ ผู้ป่วยรับรู้ความเจ็บป่วยและวินิจฉัยโรคแตกแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มแรก ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 5 คนคิดว่าตนเองเป็นวัณโรค กลุ่มที่ 2 วินิจฉัยว่าเป็นโรคอื่นรับรู้แตกต่างกันออกไป บ้างก็คิดว่าตนเองเป็นมะเร็ง ปอดอักเสบ หอบ ไข้หวัด กล้ามเนื้ออักเสบ ผอมแห้ง และไม่ได้คิดว่าเป็นโรคอะไร

การดูแลตนเองเมื่อรับรู้อาการเริ่มแรกของวัณโรคกลับเป็นซ้ำ ผู้ป่วยดูแลตนเองในเบื้องต้นโดยดูแลตนเองตามอาการเพื่อบรรเทาอาการไม่สุขสบายดังนี้ เมื่อมีอาการไอผู้ให้ข้อมูลดูแลตนเองโดยการรับประทานยาทุเลาอาการ เช่น จิบยาหอม จิบยาแก้ไอ น้ำดำ อมฮอลล์ ดื่มน้ำ ขากเสมหะออกเมื่อมีเสมหะมาก ใส่เสื้อผ้าหนาๆก่อนเข้านอนเพื่อให้ร่างกายอบอุ่น เมื่อมีอาการเหนื่อยจะหยุดนั่งพักหรือนอนพัก อยู่เฉยๆ ไม่ออกไปรับจ้างหรือออกไปรับจ้างน้อยลง พยายามถอยหายใจลึกๆ หายใจยาวๆ ช่วงเวลาหนึ่งอาการเหนื่อยจะดีขึ้น เมื่อเบื่ออาหารดูแลตนเองโดยพยายามรับประทานอาหารทีละน้อย รับประทานอาหารที่หิวมากๆ รับประทานอาหารต้มแทนข้าวสวย รับประทานอาหารให้หลากหลาย เน้นอาหารที่มีประโยชน์ อาหารที่มีโปรตีนสูง เช่น นม ชนม ผลไม้ อาหารเสริม น้ำมันตับปลา การรับประทานวิตามินบำรุง ยาเจริญอาหารและยาสมุนไพร เมื่อมีไข้ดูแลตนเองโดยรับประทานยาลดไข้และห่มผ้าหนาให้ความอบอุ่นเมื่อมีอาการหนาวสั่น

2. ระยะรับรู้ความก้าวหน้าของวัณโรคกลับเป็นซ้ำและการแสวงหาความช่วยเหลือ

เมื่ออาการวัณโรคกลับเป็นซ้ำก้าวหน้าขึ้นผู้ป่วยมีอาการ ดังต่อไปนี้ คือ เหนื่อยมากขึ้น อยู่เฉยๆ ก็เหนื่อย จะเหนื่อยมากขึ้นเมื่อไอ บางครั้งเหนื่อยมากจนหอบ จนทนไม่ไหว เหนื่อยมากเหมือนใจจะขาด ไม่มีแรง ลุกไม่ขึ้น เหมือนจะไม่สามารถทนอยู่ต่อไปได้ ยิ่งปล่อยไว้นานยิ่งมีอาการรุนแรงขึ้น ผู้ให้ข้อมูลจะไต่ถามเวลาต่อมาก็ไอเป็นเลือดสดๆหรือไอมีเลือดเป็นลิ่มๆ เสี่ยงแหบ มีไข้สูงขึ้น น้ำหนักตัวลดผิดปกติ อาการดังกล่าวปรากฏอยู่นานประมาณ 2 สัปดาห์ถึง 1 เดือน จึงตัดสินใจแสวงหาความช่วยเหลือตามสถานบริการสุขภาพตามคำแนะนำของเพื่อนบ้าน ตามประวัติที่ตนเคยได้รับการรักษา เชื่อถือในความสามารถของบุคคลากร และความสะดวกใกล้บ้านดังต่อไปนี้คือ เริ่มจากการตรวจรักษาที่คลินิก ศูนย์วัณโรคจังหวัดนครสวรรค์และจังหวัดพิษณุโลกและมาสิ้นสุดการรักษาที่โรงพยาบาลชุมชนใกล้บ้าน โดยได้รับการตรวจวินิจฉัยและการรักษาดังต่อไปนี้ ตรวจเอกซเรย์ปอด ตรวจทางห้องปฏิบัติการ เช่น ตรวจเสมหะ ตรวจเลือด ตรวจปัสสาวะ และยาวัณโรคสูตรยา CAT-2 โดยการฉีดยาสเตรปโตมัยซินร่วมกับรับประทานยาวัณโรค 4 ชนิด ได้แก่ ไอโซไนอะซิด ไรแฟมปีซิน ไพราซิโนไมด์ อีแทมบูทอล และยาอื่นๆ คือ ยาแก้ไอ ยาแก้คัน วิตามิน

คำแนะนำที่ได้รับเกี่ยวกับการปฏิบัติตัว แพทย์ผู้ให้การรักษาได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวดังนี้ การรับประทานยาและฉีดยาอย่างต่อเนื่อง ตรวจตามนัด การรับประทานอาหารไม่รับประทานอาหารดอง ดื่มน้ำมาก ๆ การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ การออกกำลังกาย การพักผ่อน หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา การดูแลสิ่งแวดล้อม

3. ระยะการดูแลตนเองและการปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์

จากผลการวิจัยพบว่าเมื่อผู้ให้ข้อมูลได้รับการตรวจรักษาและได้รับคำแนะนำจากแพทย์แล้วผู้ป่วยจึงเข้าสู่ระยะการดูแลตนเองและการปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์ การรับรู้อาการข้างเคียงของยาวัณโรคและการดูแลตนเองและการรักษาภูมิปัญญาชาวบ้าน

3.1 การปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์

การดูแลตนเองและการปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์โดยเริ่มดูแลตนเองด้วยการรับประทานยาวัณโรคอย่างต่อเนื่องก่อนนอนทุกวัน ตรวจตามนัดทุกเดือน การปฏิบัติตามแผนการรักษาอย่างเคร่งครัด การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโดยการปิดปากปิดจมูกเวลาไอ แยกของใช้และแยกกันรับประทานอาหารกับสมาชิกในครอบครัว การแยกกันนอน การรักษาความสะอาดของที่อยู่อาศัย เลือกรับประทานอาหารที่ชอบและมีประโยชน์ เลิกสูบบุหรี่และดื่มสุรา การออกกำลังกาย นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ทำจิตใจให้ผ่อนคลายไม่เครียดกับโรคที่เป็นและงดทำงานหนัก

3.2 การดูแลตนเองจากอาการข้างเคียงของยาวัณโรค

อาการข้างเคียงจากยาที่พบได้แก่ อาการคัน มีผื่นตามตัว หูอื้อ ตาฟาง เดินเซ มีน้้ำขี้ระ ขาดกระดูก เหงื่อออกมาก ปัสสาวะสีแดง อาเจียนตลอดเวลาแต่ไม่มีอะไรออกมา ใจไม่ตีนอนไม่หลับ อยากนอนหลับตลอด สิวเปลี่ยนเป็นสีดำ ผู้ป่วยดูแลตนเองเมื่อมีอาการข้างเคียงจากยา คือ 1. เมื่อมีอาการคันดูแลตนเองโดยรับประทานยาและทายาแก้คัน เกาหลัง ทำใจให้เข้มแข็ง ดูแลความสะอาดผิวหนัง 2. เมื่อมีอาการเวียนศีรษะเดินเซดูแลตนเองโดยการซื้อยามารับประทานเอง งดทำงานหนัก ไม่เดินทางตอนกลางคืน ให้นุ่คนในครอบครัวขับรถให้และเฝ้าระวังอาการ 3. การดูแลตนเองเมื่อมีอาการอาเจียนคือ พยายามรับประทานยาในเดือนแรก รับประทานยาแก้อาเจียนและพบแพทย์ปรึกษาทุเลาอาการ 4. การดูแลตนเองเมื่อมีอาการปวดกระดูกคือการปล่อยไว้ให้หายตามธรรมชาติ 5. การดูแลตนเองเมื่อมีอาการข้างเคียงจากยาซึ่งนอนไม่หลับคือ พยายามนอนให้หลับ

3.3 การรักษาทางเลือก มีผู้ป่วยจำนวน 2 ราย ที่เลือกใช้การรักษาทางเลือก ร่วมกับการรักษาแผนปัจจุบัน คือ การรับประทานยาสมุนไพรและยาผีบอก โดยรับประทานยา

ทุกวันควบคู่ไปกับการรับประทานยาวันโรค ถึงแม้จะมีความยากลำบากในการรับประทานยาแต่ผู้ป่วยก็เลือกที่จะรับประทานเพราะเชื่อว่าหากรับประทานยาแล้วอาการจะดีขึ้นและหายจากโรค

4. การได้รับการสนับสนุนจากแพทย์ บุคคลในครอบครัวและเพื่อนบ้าน

เนื่องจากการรักษาวันโรคกลับเป็นซ้ำต้องใช้ระยะเวลาในการรักษานาน 8 เดือน การได้รับการสนับสนุนมีส่วนสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ป่วยปฏิบัติตามแผนการรักษาอย่างต่อเนื่องและหายขาดจากวันโรคซึ่งผู้ป่วยได้รับการสนับสนุนสำคัญได้แก่ แพทย์ผู้รักษาที่ได้ให้คำแนะนำ กำลังใจ และการรักษาที่ถูกต้อง ตรงกับโรค บุคคลในครอบครัวให้กำลังใจ แสดงออกและปฏิบัติตัวเหมือนเดิมไม่แสดงท่าทีรังเกียจ ให้ความเข้าใจและคอยดูแลเมื่อเจ็บป่วย และเพื่อนบ้านผู้ให้คำแนะนำสถานที่ตรวจรักษาและคอยให้กำลังใจว่าเป็นวันโรครักษาหาย

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่า การดูแลตนเองของผู้ป่วยวันโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำเกิดจากการที่เมื่อผู้ป่วยรับรู้อาการแรกเริ่มของวันโรคกลับเป็นซ้ำ ผู้ป่วยจะวินิจฉัยโรคของตนเองก่อน โดยกลุ่มแรกวินิจฉัยว่าตนเป็นวันโรคกลับซ้ำ กลุ่มที่ 2 วินิจฉัยโรคว่าตนเองเป็นโรคอื่น เช่น มะเร็ง ปอดอักเสบ หอบ ไข้หวัด กล้ามเนื้ออักเสบ ผอมแห้งแรงน้อย เป็นต้น ในระยะที่อาการยังไม่มากนัก ผู้ป่วยดูแลตนเองเพื่อทุเลาอาการของวันโรคกลับเป็นซ้ำ แต่เมื่อมีอาการมากขึ้นจนทนไม่ไหว ผู้ป่วยจึงแสวงหาการบริการรักษาพยาบาลจากสถานบริการสุขภาพที่ตนเองเชื่อถือว่ามีความเชี่ยวชาญ คือ ศูนย์วันโรคเขต 8 นครสวรรค์ (เขาขาด) โรงพยาบาลชุมชนใกล้เคียงและคลินิก ผู้ป่วยได้รับการตรวจวินิจฉัยโรคจากแพทย์ว่าป่วยเป็นวันโรคกลับซ้ำ แพทย์ได้ให้การรักษาโดยทางยาและให้คำแนะนำด้านการปฏิบัติตัวจากนั้นจึงส่งต่อผู้ป่วยไปรักษาที่โรงพยาบาลชุมชนใกล้เคียง ส่วนผู้ป่วยที่ไปรับบริการรักษาพยาบาลที่คลินิก แพทย์ได้แนะนำให้ไปรับบริการรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาลชุมชน ผู้ป่วยทุกคนมีความหวังว่าตนจะหายจากโรคได้จึงปฏิบัติตามแผนการรักษาและตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด และดูแลตนเองเมื่อมีอาการข้างเคียงของยา มีผู้ป่วย 2 คน ที่ใช้การรักษาทางเลือกร่วมด้วยโดยรับประทานสมุนไพรและยา ผีบอก ผู้ที่ผู้ป่วยเห็นว่ามีส่วนสนับสนุนให้ตนเองหายจากวันโรคได้แก่ แพทย์ที่วินิจฉัยให้การรักษาและให้คำแนะนำ บุคคลในครอบครัวที่ให้กำลังใจ ไม่แสดงท่าทีรังเกียจ ปฏิบัติตัวเหมือนเดิม และคอยดูแลรวมทั้งเพื่อนบ้านผู้ให้คำแนะนำสถานที่รักษาพยาบาลและให้กำลังใจ ซึ่งสามารถอภิปรายได้ดังนี้

1. ระยะเวลารับรู้อาการเริ่มแรกของวัณโรคกลับเป็นซ้ำ การวินิจฉัยโรคด้วยตนเองและการดูแลตนเองเพื่อทุเลาอาการ

1.1 การรับรู้อาการ การดูแลตนเองของผู้ป่วยวัณโรคกลับเป็นซ้ำ เริ่มต้นจากการที่ผู้ป่วยรับรู้อาการแรกเริ่มของวัณโรคกลับเป็นซ้ำ ดังต่อไปนี้คือ อาการไอ ซึ่งผู้ป่วยจะไอเป็นพัก ๆ และจะไอดีมากขึ้นเมื่อมีอากาศเย็น เช่น ยิ่งดึกยิ่งไอและไอทั้งคืน ลักษณะอาการไอมีตั้งแต่ไอแห้ง ๆ ไอมีเสมหะสีเขียว เสมหะปนเลือด บางรายรุนแรงจนถึงขั้นไอเป็นเลือดสด ๆ หรืออาเจียนเป็นลิ่มเลือด มีไข้ มีอาการเหนื่อยหอบ หายใจไม่ออกหรือไม่เต็มที เบื่ออาหาร น้ำหนักลด ผู้ป่วยที่เริ่มต้นไอเป็นเลือดจะไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาล 1.2) การวินิจฉัยโรคด้วยตนเอง ผู้ที่มีอาการทั่วไปไม่มากนักจะวินิจฉัยโรคด้วยตนเองก่อน มีผู้ป่วยจำนวน 5 คน วินิจฉัยว่าตนเป็นวัณโรคกลับเป็นซ้ำอีก 9 คน วินิจฉัยว่าตนเป็นโรคอื่น เช่น มะเร็ง ปอดอักเสบ หอบ ไข้หวัด กล้ามเนื้ออักเสบ ผอมแห้ง เป็นต้น 1.3) การดูแลตนเอง ผู้ป่วยจะดูแลตนเองตามอาการคือ เมื่อไอรับประทานยาแก้ไอ อมฮอลล์ ดื่มน้ำ กำจัดเสมหะ เมื่อมีอาการเหนื่อยจะพัก หายใจลึก ๆ ยาว ๆ มีกิจกรรมช้า ๆ เมื่อเบื่ออาหารจะรับประทานทีละน้อย รับประทานขณะที่หิวมาก เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์หลากหลาย เช่น นม ผลไม้ เป็นต้น

ระยะเวลาตั้งแต่เริ่มรับรู้อาการ การวินิจฉัยโรคด้วยตนเอง และการดูแลตนเองใช้เวลา 2 สัปดาห์ถึง 1 เดือน

การที่ผู้ป่วยรับรู้อาการเริ่มแรกของวัณโรคกลับเป็นซ้ำ และการที่ผู้ป่วยจำนวน 5 คน สามารถวินิจฉัยโรคได้ถูกต้องนั้นเพราะผู้ป่วยเคยป่วยเป็นวัณโรคมาก่อนจึงเกิดประสบการณ์สามารถรวบรวมข้อมูลจากอาการที่เคยประสบจนสามารถวินิจฉัยโรคได้ถูกต้อง หรือแม้ผู้ป่วยจะวินิจฉัยว่าตนเป็นโรคอื่นผู้ป่วยก็สามารถดูแลตนเองตามอาการได้ถูกต้องแม้ยังไม่ได้ไปพบแพทย์ ผลการวิจัยนี้ตรงกับผลการวิจัยของ อูบลรัตน์ ดีพร้อมและคณะ (2546) ที่พบว่าผู้ป่วยวัณโรครับประทานยาแก้ไอเมื่อมีอาการไอ ดื่มน้ำมากๆเมื่อมีไข้ นั้น เป็นการรักษาอาการวัณโรคปอดเบื้องต้นได้อย่างถูกวิธี ซึ่ง Igun (1979, อ้างอิงใน สุจินดา คุจาวินิช, 2537) อธิบายว่า หากบุคคลเชื่อหรือเข้าใจว่าตนเป็นโรค จะสามารถจำแนกความเจ็บป่วยโดยอาศัยความรู้ของตนหรือเรียนรู้จากบุคคลอื่น จะเปรียบเทียบความรู้นั้นกับอาการที่ตนเองกำลังประสบอยู่ ถ้าแน่ใจว่าป่วยก็จะรักษาตนเองก่อน ในส่วนของผู้ป่วยที่วินิจฉัยว่าตนเป็นโรคอื่นที่ไม่ใช่วัณโรคนั้น เป็นไปได้ว่าอาการขณะนั้นเป็นอาการเริ่มต้น อาการแสดงยังไม่ชัดเจนหรืออาจเกิดจากการไม่ยอมรับว่าตนเป็นวัณโรคเพราะการยอมรับว่าเป็นวัณโรคทำให้ตนต้องสูญเสียภาพลักษณ์จึงใช้กลไกทางจิต (mental mechanism) โดยการปฏิเสธ (denial) ความจริง

2. ระยะรับรู้ความก้าวหน้าของวัณโรคกลับเป็นซ้ำและการแสวงหาความช่วยเหลือจากบุคคลที่เชื่อถือได้

แม้ผู้ป่วยจะดูแลตนเองตามอาการได้อย่างถูกต้องแต่อาการของวัณโรคกลับเป็นซ้ำก้าวหน้าขึ้น ซึ่งผู้ป่วยรับรู้ได้จากการที่ตนเองมีอาการเหนื่อยมากขึ้น อยู่เฉย ๆ ก็เหนื่อย จะเหนื่อยมากขึ้นเมื่อไอบางครั้งเหนื่อยมากจนหอบ จนทนไม่ไหว เหนื่อยมากเหมือนใจจะขาด ไม่มีแรงเหมือนจะไม่สามารถทนอยู่ต่อไปได้ ยิ่งปล่อยไว้นานยิ่งมีอาการรุนแรงขึ้น ผู้ให้ข้อมูลจะไอตลอดเวลาต่อมาก็ไอบ่อยเป็นเลือด ไอบ่อยเป็นลิ้มๆ เสียงแหบ มีไข้สูงขึ้น น้ำหนักตัวลดผิดปกติจนผู้ป่วยทนไม่ได้จึงตัดสินใจแสวงหาความช่วยเหลือจากสถานบริการสุขภาพที่ตนเองเชื่อถือว่ามี ความเชี่ยวชาญคือ ศูนย์วัณโรคเขต 8 นครสวรรค์ (เขาขาด) โรงพยาบาลชุมชนใกล้บ้านและคลินิก ซึ่งได้รับการตรวจวินิจฉัยจากแพทย์โดยการตรวจเอกซเรย์ปอดและตรวจเสมหะ พบว่าผู้ป่วยป่วยเป็นวัณโรคกลับซ้ำโดยให้การรักษาด้วยยาวัณโรคสูตรยา CAT-2 และให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวตามแผนการรักษา ดังนี้คือ การรับประทานยาและฉีดยาอย่างต่อเนื่อง การมาตรวจตามนัด การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ไม่รับประทานอาหารหมักดอง ดื่มน้ำมากๆ ดูแลการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ออกกำลังกาย พักผ่อนอย่างเพียงพอ หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และดื่มสุราและดูแลสิ่งแวดล้อมให้สะอาด

การแสวงหาความช่วยเหลือด้านการรักษาพยาบาลจากผู้เชื่อถือได้คือ แพทย์ เป็นไปตามคำอธิบายของ Igun (1979, อ้างอิงใน สุจินดา คูจารวิณิจ, 2537) ที่ว่า ถ้าบุคคลแน่ใจว่าตนป่วย บุคคลก็จะรักษาตนเองก่อนแต่ถ้าหากอาการที่ปรากฏนั้นค่อนข้างรุนแรงอาจรักษาโดยวิธีการอื่นๆ เช่น แสวงหาการรักษาจากแพทย์แผนใหม่หรือการแพทย์แผนโบราณ การแสวงหาความช่วยเหลือจากบุคคลที่เชื่อถือได้ทำให้ผู้ป่วยได้รับการตรวจรักษาอย่างถูกต้องและได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตัวตามแผนการรักษาเพื่อให้หายขาดจากโรค

3. ระยะการลงมือดูแลตนเองตามแผนการรักษาของแพทย์ เมื่อมีอาการข้างเคียงของยาและการรักษาทางเลือก

3.1 การดูแลตนเองตามแผนการรักษาของแพทย์

เมื่อผู้ป่วยได้รับการตรวจรักษาและได้รับคำแนะนำจากแพทย์ ผู้ป่วยจึงเข้าสู่ระยะการดูแลตนเองโดยการปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัดเพื่อให้หายขาดจากวัณโรคกลับเป็นซ้ำได้แก่ การรับประทานยาวัณโรคอย่างต่อเนื่องก่อนนอนทุกวัน ตรวจตามนัดทุกเดือน ดูแลป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโดยการปิดปากปิดจมูกเวลาไอ แยกของใช้ แยกกันรับประทานอาหารและแยกกันนอนกับสมาชิกในครอบครัว ดูแลความสะอาดของที่อยู่อาศัย เลือกรักษา

รับประทานอาหารที่ชอบและมีประโยชน์ เลิกสูบบุหรี่และดื่มสุรา การออกกำลังกายด้วยการเดิน ปั่นจักรยานและการทำงาน นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ทำจิตใจให้ผ่อนคลายไม่เครียดกับโรคที่เป็นและงดทำงานหนัก ผู้ป่วยปฏิบัติตัวอย่างเคร่งครัดเพราะหวังว่าจะหายจากโรคและวันโรคเป็นโรคที่รักษาให้หายได้

การที่ผู้ป่วยดูแลตนเองโดยปฏิบัติตามแผนการรักษาและตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัดอธิบายด้วยทฤษฎีแรงจูงใจได้ว่า เพราะผู้ป่วยมีความหวังว่าจะหายจากโรค และผู้ป่วยสามารถบรรลุเป้าหมายนั้นได้เพราะรู้ว่าวันโรคเป็นโรคที่รักษาให้หายได้จึงมีแรงจูงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการรักษาและตามคำแนะนำของแพทย์ได้ ซึ่งตรงกับผลการวิจัยของของขวัญดา บาลทิพย์, อารมณ์ เชื้อประไพศิลป์, ทิพนาศ ชินวงศ์ และนฤมล อนุมาศ (2545) ที่ศึกษาการดูแลตนเองของผู้ป่วยเอดส์ที่ติดเชื้อไวรัสโรคปอด พบว่า การดูแลตนเองที่สำคัญมากคือ การตั้งใจรับประทานยาให้ขาด นั้นเพราะผู้ป่วยรับรู้ว่ารื้อโรควันโรคปอดสามารถรักษาให้หายได้ ทำให้มีความหวังและเป็นแรงจูงใจในการรับประทานยามากขึ้น

3.2 การดูแลตนเองเมื่อมีอาการข้างเคียงของยารักษาวันโรค

จากการดูแลตนเองตามแผนการรักษาของแพทย์ด้วยการรับประทานยารักษาวันโรค ซึ่งมีหลายชนิดและยารักษาวันโรคทุกชนิดมีอาการข้างเคียงจากยาค่อนข้างสูง ผู้ป่วยวันโรคจึงได้รับผลจากอาการข้างเคียงของยาดังนี้คือ มีอาการคัน มีผื่นตามตัว หูอื้อ ตาฟาง เดินเซ มีน้้ำศีรษะปวดกระดูก เหงื่อออกมาก ปัสสาวะสีแดง อาเจียนตลอดเวลาแต่ไม่มีอะไรออกมา ใจไม่เต้นนอนไม่หลับหรืออยากนอนหลับตลอดและสับสนเปลี่ยนเป็นสีดำ การรับรู้อาการข้างเคียงจากยาดังกล่าว ผู้ป่วยจึงดูแลตนเองเบื้องต้น แต่เมื่อมีอาการรุนแรงขึ้นจนไม่สามารถดูแลตนเองได้ก็จะปรึกษาแพทย์ การดูแลตนเองเมื่อมีอาการข้างเคียงจากยามีดังนี้คือ 1) เมื่อมีอาการคัน ทำใจให้เข้มแข็งดูแลรับประทานยาทุเลาอาการคันและทายา ดูแลความสะอาดผิวหนังตลอดจนการเกาหลัง 2) เมื่อมีอาการเวียนศีรษะ เดินเซ ดูแลตนเองด้วยการคอยเฝ้าระวังอาการ ชี้อาการรับประทานยาทุเลาอาการเวียนศีรษะ งดทำงานหนัก ไม่เดินทางตอนกลางคืนและให้บุคคลในครอบครัวขับรถให้ 3) เมื่อมีอาการอาเจียน ดูแลตนเองโดยพยายามรับประทานยาในเค็อนแรก รับประทานยาแก้ อาเจียนและพบแพทย์ปรึกษาทุเลาอาการ 4) เมื่อมีอาการปวดกระดูก ผู้ป่วยปล่อยไว้ให้หายเองตามธรรมชาติ 5) เมื่อมีอาการนอนไม่หลับ พยายามนอนให้หลับ ซึ่งอาการข้างเคียงจากยารักษาวันโรคจะมีอาการรุนแรงมากในระยะแรกของการรับประทานยาต่อมาอาการจะทุเลาความรุนแรงหรืออาจไม่มีอาการข้างเคียงจากยา

เนื่องจากยารักษาวัณโรคทุกชนิดมีอาการข้างเคียง จากการศึกษาของ สุพาณิชย์พัฒน์ (2543) พบว่า ผู้ป่วยวัณโรคเกิดปัญหาในการใช้ยาร้อยละ 76.4 อาการอันไม่พึงประสงค์จากยาร้อยละ 19.7 เช่นเดียวกับการศึกษาของณัฐพล ละครมูล (2551) ที่พบว่า อาการไม่พึงประสงค์ที่พบในผู้ป่วยวัณโรคที่พบมากที่สุดคือ อาการปวดข้อ ปวดตามกล้ามเนื้อ คิดเป็นร้อยละ 66.97 รองลงมาคือ ผื่น ตุ่ม อาการคัน คิดเป็นร้อยละ 62.39 จะเห็นได้ว่าเมื่อมีอาการข้างเคียงของยาผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้อย่างถูกต้องทั้งนี้เพราะผู้ป่วยได้เรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตที่เคยรับประทานยาและเคยมีอาการข้างเคียงมาก่อนและผู้ป่วยเองรู้ว่าอาการดังกล่าวจะหายไปเองดังคำกล่าวที่ว่า

...ก็ปล่อยมันเหอะถือว่ามากับฤทธิ์ยา เคยเป็นมาแล้วน้อ

(เปลี่ยน ทองเงิน, ผู้ให้สัมภาษณ์, 14 ตุลาคม 2551)

ทำให้ผู้ป่วยไม่วิตกกังวลกับอาการข้างเคียงมากนัก เป็นแต่รำคาญ ต่อมาอาการดังกล่าวจะหายไปเองและถ้ามีอาการข้างเคียงมากผู้ป่วยก็ดูแลตนเองโดยไปพบแพทย์ ซึ่งเป็นผู้ที่เชื่อถือได้ในด้านการรักษา

3.3 การรักษาทางเลือก จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้ข้อมูล 2 รายเลือกใช้การรักษาทางเลือกร่วมกับการรักษาแผนปัจจุบันคือ การใช้ยาสมุนไพร การรับประทานยาผีบอก เพราะเชื่อว่าเมื่อรับประทานแล้วอาการป่วยเป็นวัณโรคจะดีขึ้น ซึ่งตรงกับคำกล่าวของโกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ (2535) ที่กล่าวว่า เมื่อบุคคลพบที่มีความผิดปกติเกิดขึ้นกับร่างกายของตนเอง ความเชื่อและประสบการณ์ในอดีตที่สืบทอดกันมาจากบรรพบุรุษ มีการรักษาแบบพื้นบ้านเนื่องจากความเชื่อมั่นและศรัทธาในประสิทธิภาพของการรักษาที่สามารถรักษาตนให้หายจากการเจ็บป่วยได้ สอดคล้องกับผลการศึกษาของผกากรอง ตั้งสุขล (2545) ซึ่งศึกษาประสบการณ์ของผู้สูงอายุในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านพบว่า เป็นการสืบทอดความรู้ต่อกันมา เป็นการรักษาที่ง่ายและสะดวกแต่ต้องใช้เวลา เป็นการดูแลตนเองเมื่อเริ่มมีอาการเจ็บป่วย เป็นเรื่องที่ได้พบเห็นการปฏิบัติเป็นวิถีชีวิต และได้รับการบอกเล่าแนะนำต่อกันมา

4. การได้รับการสนับสนุนจากแพทย์ บุคคลในครอบครัวและเพื่อนบ้าน

เนื่องจากการรักษาวัณโรคต้องใช้ระยะเวลาในการรักษานาน 8 เดือน การได้รับแรงสนับสนุนมีส่วนสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ป่วยปฏิบัติตามแผนการรักษาอย่างต่อเนื่องจนหายขาด ผู้ป่วยซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลได้รับการสนับสนุนจากแพทย์ผู้รักษาที่ได้ให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ และให้การรักษาที่ถูกต้องตรงกับโรค บุคคลในครอบครัวเป็นผู้ให้กำลังใจ แสดงออกเหมือนเดิมไม่รังเกียจ

เข้าใจและคอยดูแลเมื่อเจ็บป่วย ส่วนเพื่อนบ้านเป็นผู้ให้คำแนะนำสถานที่ตรวจรักษาและคอยให้กำลังใจว่า วัณโรคเป็นโรคที่รักษาให้หายได้ ผู้ป่วยจึงมีความหวังว่าวัณโรคกลับเป็นซ้ำจะหายได้ โดยการปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์อย่างเคร่งครัด ซึ่งแรงสนับสนุนทางสังคมของบุคคล จะมีได้หลายแหล่ง โดยบุคคลอาจจะได้รับการสนับสนุนเพียงแหล่งเดียวหรือหลายแหล่งพร้อมกันก็ได้ แต่พบว่าส่วนใหญ่บุคคลจะมีความต้องการแหล่งสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมากที่สุด เนื่องจากมีความใกล้ชิด มีความรักใคร่ผูกพัน รองลงมาได้แก่ กลุ่มญาติพี่น้องและกลุ่มเพื่อน (Brown, 1986 อ้างอิงใน ชันญชิตา โพธิประสาธ, 2547) สอดคล้องกับการศึกษาของสุมาลี อมรินทร์แสงเพ็ญ (2540) พบว่า การสนับสนุนทางครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความร่วมมือในการรักษาของผู้ป่วยวัณโรคโดยคู่สมรสและบุตรคอยให้การสนับสนุนในการดูแลผู้ป่วย และให้คำปรึกษาเมื่อผู้ป่วยมีปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ รัฐประกรณ์ พวงเงินมาก (2544) ที่พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับผลการรักษา ได้แก่ ความร่วมมือของผู้ป่วย สัมพันธภาพในครอบครัวของผู้ป่วยและการได้กำลังใจจากที่เลี้ยง

ข้อจำกัดของการทำวิจัย

การศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความตั้งใจที่จะทำการสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยวัณโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำ ด้วยการติดตามสัมภาษณ์ที่บ้านทุกรายเพื่อให้การเก็บรวบรวมข้อมูลครบถ้วนสมบูรณ์ จากการได้มีโอกาสสังเกตพฤติกรรมและสภาพผู้ให้ข้อมูลอยู่ในพื้นที่ต่างกันทำให้ติดตามการเยี่ยมบ้านได้ทั้งหมด 14 ราย แต่มีอีก 3 รายไม่สามารถสื่อสารกันเข้าใจได้ และอีก 1 ราย เสียชีวิตระหว่างการรักษา จึงเก็บรวบรวมข้อมูลได้เพียง 14 ราย ผลงานวิจัยอาจจะไม่สามารถอ้างอิงสู่ประชากรผู้ป่วยวัณโรคกลับเป็นซ้ำได้ทั้งหมดเนื่องจากงานวิจัยครั้งนี้ เลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง คือ สามารถสื่อสารได้ ไม่มีโรคประจำตัว และเป็นการศึกษากลุ่มเฉพาะในเขตอำเภอพรานกระต่าย อำเภอคลองขลุง และอำเภอลาดยาว จังหวัดกำแพงเพชร

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ข้อเสนอแนะต่อแพทย์และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข มีดังนี้

1.1 ควรจัดให้มีคู่มือการดูแลตนเองของผู้ป่วยวัณโรคกลับเป็นซ้ำเพื่อให้ผู้ป่วยได้ตระหนักถึงการดูแลตนเองตามแผนการรักษา การดูแลป้องกันการแพร่กระจายเชื้อและการดูแลตนเองเพื่อป้องกันการกลับเป็นวัณโรคซ้ำอีกซึ่งอาจส่งผลทำให้เกิดเชื้อดื้อยา

1.2 เสนอให้มีการจัดรูปแบบการสอนสุขศึกษาโดยแพทย์ พยาบาลหรือเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานโรคให้แกผู้ป่วยโรคและผู้ป่วยโรคกลับเป็นซ้ำที่เข้ามารับการรักษาที่คลินิกโรคทุกโรงพยาบาลเพื่อให้ผู้ป่วยได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่องโรค การดูแลตนเอง การปฏิบัติตัวเพื่ออยู่ร่วมกับบุคคลในครอบครัว ชุมชนและสังคมตลอดจนการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อสู่ผู้อื่น

1.3 ควรมีการเฝ้าระวังและตรวจวินิจฉัยผู้ป่วยภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างสม่ำเสมอโดยเฉลี่ยปีละหนึ่งครั้งหรือเมื่อมีอาการไอบากกว่าสองอาทิตย์ เนื่องจากวัณโรคเป็นโรคติดต่อทางระบบทางเดินหายใจและเป็นโรคติดเชื้อฉวยโอกาสที่สำคัญที่พบได้บ่อยในผู้ป่วยที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง

1.4 เมื่อผู้ป่วยมีผลเสมหะเป็นบวกรายใหม่และกลับเป็นวัณโรคซ้ำควรให้มีการติดตามผลการรักษาอย่างต่อเนื่องและควรมีการตรวจเสมหะโดยการเพาะเชื้อทุกรายเพื่อประสิทธิภาพในการรักษาและเป็นการเฝ้าระวังการเกิดเชื้อดื้อยาตลอดจนควรมีการติดตามอาการผู้ป่วยวัณโรคเสมหะบวกรับการรักษาครบเป็นระยะอย่างต่อเนื่อง เช่น การนัดมาตรวจซ้ำภายหลังสิ้นสุดการรักษาทุกหกเดือนหรือทุกปี

1.5 บุคลากรและทีมสุขภาพทางการแพทย์ ควรส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีภาพลักษณ์และทัศนคติด้านบวกต่อการเป็นวัณโรค โดยการจัดกลุ่มสัมพันธ์ในผู้ป่วยกลุ่มเดียวกันที่มาับการรักษาซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยมองเห็นปัญหากลับเป็นวัณโรคซ้ำจากผู้ป่วยอื่นเช่นเดียวกับตนจะช่วยลดความรู้สึกท้อแท้ การปฏิเสธการรักษา ควรนำผู้ป่วยที่กลับเป็นซ้ำที่สามารถรับประทานยาจนหายขาดมาเป็นแกนนำกลุ่ม

1.6 สถานบริการทุกแห่งควรมีการจัดวางระบบการส่งต่อ การเยี่ยมบ้านและการติดตามดูแลผู้ป่วยวัณโรคกลับเป็นซ้ำอย่างต่อเนื่องเพื่อให้การดูแลผู้ป่วยในด้านการรับประทานยาอาการข้างเคียงจากยาวัณโรคตลอดจนทำให้เกิดความต่อเนื่องและสม่ำเสมอในการรักษา โดยอาจให้อาสาสมัครสาธารณสุขเข้ามามีบทบาทในการกำกับการรับประทานยาวัณโรคร่วมกับสมาชิกในครอบครัว

2. ข้อเสนอแนะต่อครอบครัว

ครอบครัวควรได้มีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วยวัณโรคกลับเป็นซ้ำโดยการพาบุคคลในครอบครัวมารับยาที่โรงพยาบาลพร้อมกับผู้ป่วยและมีการสอนการปฏิบัติตัวของบุคคลในครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยและการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ เพื่อให้บุคคลในครอบครัว

ตระหนักและมีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วยตลอดจนส่งเสริมให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาจนหายขาดและเพิ่มโอกาสให้ผู้สัมผัสร่วมบ้านได้รับการตรวจคัดกรองวัณโรคขณะรอผู้ป่วยตรวจรักษากับแพทย์

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. จากการศึกษาพบว่ามีความแตกต่างกันของการให้ข้อมูลในการดูแลตนเองของผู้ป่วยวัณโรคที่กลับเป็นซ้ำจึงเสนอให้มีการศึกษาการดูแลตนเองของผู้ป่วยวัณโรคกลับเป็นซ้ำที่มีโรคประจำตัวและการดูแลตนเองของผู้ป่วยวัณโรคดื้อยาต่อไป
2. ศึกษาผลของการสนับสนุนของครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยวัณโรคกลับเป็นซ้ำ
3. ศึกษาติดตามผู้ป่วยวัณโรคที่รักษาหายแล้วกลับเป็นซ้ำเมื่อสิ้นสุดการรักษา
4. ศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเป็นวัณโรคกลับซ้ำ

