

ประสิทธิผลของการบริหารผู้สูงอายุที่มีภาวะเสี่ยงต่อการตกหล่น ที่รับบริการ NCD Clinic

โรงพยาบาลศรีสะเกษด้วย นวัตกรรมสวนฝึกเดินสามมิติในร่ม

ผู้นำเสนอ:นางคมเนตร สกุณระศักดิ์ เบอร์โทรศัพท์ 063-9329565 อีเมลล์ komnatnok@gmail.com

สถานะ (/) พยาบาลวิชาชีพ

ทีมวิจัย/นวัตกรรม:.1).นางคมเนตร สกุณระศักดิ์ 2).นาย วีระวัฒน์ ไชยวงศ์3).นางตรุตรา มีธรรม4).นาง พิชามณชุ์ กุณธิระวัฒน์

สถาบัน/สถานที่ปฏิบัติงาน : โรงพยาบาลศรีสะเกษ

ความสำคัญและความเป็นมา : การหล่นเป็นปัญหาสำคัญของผู้สูงอายุในแต่ละปีอุบัติการณ์ ของการหล่นในผู้ ที่อายุมากกว่า 65 และ 85 ปีสูงถึงร้อยละ 30 และ 50 ตามลำดับ ซึ่งพบว่าการบาดเจ็บที่เกิดจากการหล่น เกิดขึ้นประมาณร้อยละ 12- 42 ซึ่งการบาดเจ็บอาจจะเป็นได้ตั้งแต่การบาดเจ็บเล็กน้อย เช่น ฟกช้ำ แผล ถลอก หรือแผลฉีกขาดซึ่งพบได้ร้อยละ 44 จากการหล่น ในขณะที่ร้อยละ 4-5 ของการหล่น จะทำให้เกิด การบาดเจ็บที่รุนแรงเช่นกระดูกสะโพกหรือกระดูกข้อมือหัก หรือเลือดออกในสมอง เป็นสาเหตุที่สำคัญของ การเสียชีวิตและทุพพลภาพในผู้สูงอายุ ในปี 2561-2562 โรงพยาบาลศรีสะเกษพบกลุ่มผู้สูงอายุใน NCD Clinic เป็นร้อยละ 4.02, 4.77และ5.06 ของการหล่นทั้งหมดตามลำดับ และต้องนอนโรงพยาบาลเป็นร้อยละ 51.42, 51.14 และ58.33 ตามลำดับ ซึ่งการการหล่นเป็นผลมาจากทั้งปัจจัยจากผู้สูงอายุเอง (intrinsic factor) และ ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อมภายนอก (extrinsic factor) ปัจจัยภายในของผู้สูงอายุที่เพิ่มความเสี่ยงใน การหล่น ประกอบด้วย อายุที่เพิ่มขึ้น ประวัติการเคยหล่นมาก่อน มีโรคเรื้อรังซึ่งทำให้ความแข็งแรงและ กำลังของ กล้ามเนื้อลดลง เช่น stroke ข้อเข่าเสื่อม ความดันโลหิตต่ำ การมองเห็นไม่ดีสมองเสื่อม (cognitive impairment, Parkinson's disease) มีความผิดปกติของการเดินและการทรงตัว (impaired balance and gait) การมีกิจกรรมทางกายที่ลดลง (physical inactivity) และการใช้ยาบางชนิด เช่น ยาที่ออกฤทธิ์ต่อจิต ประสาท (psychotropic drugs) ยานอนหลับ ยาขับปัสสาวะ (diuretics) ส่วนปัจจัยภายนอกประกอบด้วย สภาพแวดล้อมที่เพิ่มความเสี่ยงของการหล่นเช่น พื้นต่างระดับ มีน้ำขัง บันไดที่แคบ ชัน และไม่มีราวจับ รวมถึงการสวมใส่รองเท้าที่ไม่เหมาะสมและไม่ปลอดภัย ปัจจุบันมีมาตรการหลายอย่างที่มีหลักฐานยืนยันจาก การศึกษาแบบสุ่ม (randomized-controlled trial) ว่า สามารถป้องกันการหล่นในผู้สูงอายุได้เช่น การออก กำลังกายเพื่อเพิ่มความมั่นคงในการเดินและการทรงตัว ของร่างกาย การปรับปรุงสิ่งแวดล้อมภายในบ้านให้ ปลอดภัย การลดยานอนหลับและยาที่ออกฤทธิ์ต่อจิต ประสาท รวมถึงการให้ vitamin D รับประทาน อย่างไรก็ตามโรงพยาบาลศรีสะเกษยังไม่มีการบริหารผู้สูงอายุที่มีภาวะเสี่ยงต่อการตกหล่น ที่มารับบริการใน คลินิกอย่างชัดเจน NCD คลินิก ร่วมกับ กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู โรงพยาบาลศรีสะเกษ ได้วิจัยพัฒนาการ บริหารผู้สูงอายุแบบ One stop Service ด้วยระบบการคัดกรองภาวะหล่น และ นวัตกรรมสวนฝึกเดินสาม มิติในร่ม ในการประเมินความสามารถในการเดิน สร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และสอนความรู้การ ป้องกันการหล่น นี้ขึ้นมา

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาประสิทธิผลการบริหารผู้สูงอายุที่มีภาวะเสี่ยงหกล้ม ด้วยระบบการคัดกรองภาวะหกล้ม และการฝึกนวัตกรรม สอนฝึกเดินสามมิติในร่ม ในด้านความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ระดับความสามารถในการเดิน การลดอุบัติเหตุการหกล้มที่ต้องนอนโรงพยาบาล

การดำเนินการวิจัย/นวัตกรรม : การดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีจำนวนผู้สูงอายุที่ร่วมโครงการ ในปีพ.ศ. 2560 จำนวน 25 คน ปี 2562 จำนวน 424 คน และติดตามการหกล้มต่อเนื่อง 1 ปี จำนวน 53 คน



วงจรปฏิบัติการรอบที่ 1 ปี 2560



วงจรปฏิบัติการรอบที่ 2 ปี 2562

ผลการวิจัย/ผลการใช้นวัตกรรม: ผู้สูงอายุ (N=424) เพศ ชาย102 คน หญิง 322 คน อายุระหว่าง 60-89 ปี เฉลี่ย 66.36 ปี มีโรคหลักเป็นเบาหวาน-ความดันโลหิตสูง ร้อยละ 61.71 โรคหลอดเลือดหัวใจและสมองร้อยละ38.10 วงจรปฏิบัติการรอบที่ 1 ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง มีระดับความสามารถในการเดินเพิ่มขึ้นร้อยละ 47.5 วงจรปฏิบัติการรอบที่ 2 ผู้สูงอายุที่มีภาวะเสี่ยงการหกล้ม (N= 53)

รายการ	ก่อนพัฒนา(%) ปี2562	หลังพัฒนา (%) ปี2563
ผู้สูงอายุในNCD Clinic ได้รับการคัดกรองหกล้ม	0	100
การทบทวนเรื่องปัจจัยที่ทำให้หกล้ม	0	100
ค่าเฉลี่ยความสามารถการเดิน(ระดับ 4 ขึ้นไป สามารถเดินด้วยตนเองในชุมชน)	2.84	5.72
ค่าเฉลี่ยความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน(ADL)	12.44	17.18
อุบัติการณ์การหกล้มในผู้สูงอายุในNCD Clinic	5.06	3.77
อุบัติการณ์หกล้มของผู้สูงอายุในNCD Clinic ต้อง Admit	87.5	49,05
ความพึงพอใจผู้สูงอายุต่อการบริหารฯ	84.2	95.4

ข้อสรุปและข้อเสนอแนะในการนำไปใช้ จากการพัฒนา พบว่า ประสิทธิภาพของการบริหารผู้สูงอายุแบบ One stop Service ด้วยการคัดกรองภาวะหกล้ม ร่วมกับการใช้นวัตกรรมสวนฝึกเดินสามมิติในร่ม ช่วยลดอุบัติการณ์การหกล้ม การนอนโรงพยาบาล ซึ่งเป็นการมาตรการป้องกันการหกล้มในประเด็น การให้ความรู้ การประเมินภาวะเสี่ยง การเพิ่มทักษะในการเดิน สร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เพิ่มความมั่นใจในการเคลื่อนไหวร่างกายแก่ผู้สูงอายุและญาติ แต่ยังมีปัจจัยด้านอื่นที่เป็นสาเหตุของการหกล้มที่ต้องแก้ไขซึ่งต้อง

อาศัยความร่วมมือจากผู้ดูแลเพิ่ม เช่น การจัดที่อยู่อาศัยผู้สูงอายุ การสวมรองเท้า การใช้ไม้เท้าช่วยเดิน การฝึกทักษะเพิ่มขณะอยู่บ้าน เป็นต้น ควรให้ขยายผลการบริการฯ นี้ ในคลินิกอื่น หรือในระดับชุมชน เพื่อให้เกิดป้องกันการหกล้มที่ยังคงเป็นความรุนแรงที่ต้องนอนโรงพยาบาลของผู้สูงอายุ

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ พัดตกหกล้ม สวนสามมิติ

ประชาสัมพันธ์: ขอเชิญร่วมการนำเสนอผลงานวิจัยและนวัตกรรม

เกี่ยวกับการพยาบาลหรือการดูแลผู้สูงอายุ ผ่านออนไลน์

ในการประชุมวิชาการประจำปี 2564 เรื่องการพยาบาลเวชปฏิบัติกับการดูแลผู้สูงอายุ

ระหว่างวันที่ 14-17 กันยายน 2564

หมายเหตุ: ส่งใบสมัครและส่งข้อมูลกลับภายในวันที่ 13 กันยายน 2564 เวลา 12.00 น. อีเมล

patcharee_jai@bcnsp.ac.th เบอร์โทร 085-5646532

นำเสนอวันพฤหัสบดีที่ 16 กันยายน 2564 เวลา 13.00-16.00 น. (ใช้เวลานำเสนอ 10 นาที ชักถาม 5 นาที)

ประกาศผลการนำเสนอวันศุกร์ที่ 17 กันยายน 2564 เวลา 11.00-12.00 น.

ได้รับรางวัล รองชนะเลิศอันดับที่ 1 ด้านงานวิจัย จาก วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรรพ

สิทธิประสงค์อุบลราชธานี ในปี 2564

ได้รับรางวัลนวัตกรรมดีเด่น ระดับเขตสุขภาพที่ 10 กรมอนามัย รับโล่รางวัลที่กรมอนามัย

กระทรวงสาธารณสุข วันที่ 27 ธันวาคม 2564