

Innovation 13 สวนฝึกเดินสามมิติอินดอร์ (The Walking Garden 3D Indoor)

นายวีระวัฒน์ ไชย양ค์ นักกายภาพบำบัดชำนาญการ
งานกายภาพบำบัด กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู โรงพยาบาลศรีสะเกษ

คณนตร สกฤษณะศักดิ์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

กลุ่มงานวิจัยและพัฒนาการพยาบาล โรงพยาบาลศรีสะเกษ

รูปแบบการฝึกเดินที่ใช้ในการฟื้นฟูผู้ป่วย กลุ่มที่มีปัญหากล้ามเนื้ออ่อนแรง และมีระดับความสามารถในการเดินลดลง เป็นรูปแบบการฝึกที่ใช้ในห้องปฏิบัติการเป็นหลัก โดยส่วนใหญ่เป็นการฝึกเดินบนทางราบ ซึ่งผลต่อประสิทธิภาพและคุณภาพในการเดินนั้น ไม่สามารถเพิ่มขึ้นได้ในผู้ป่วยทุกราย¹ ผู้ป่วยยังขาดความมั่นใจเมื่อต้องเดินในสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย² และผู้ป่วยมีพัฒนาการเรียนรู้การเดินทำได้ช้ากว่าที่ควรเป็น³ เมื่อผู้ป่วยเริ่มดีขึ้น หรือมีระดับความสามารถในการเดินอยู่ในระดับปานกลางขึ้นไป ผู้ป่วยจะถูกส่งตัวกลับบ้านเพื่อกลับไปพักฟื้น และฟื้นฟูสมรรถภาพที่บ้าน จากข้อมูลการฟื้นฟูผู้ป่วยของโรงพยาบาลศรีสะเกษ ในปี 2563 มีกลุ่มผู้ป่วยเข้ารับบริการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยนอกที่งานกายภาพบำบัด จำนวนโดยเฉลี่ย 322 คนต่อเดือน พบว่าผู้ป่วยมีการพัฒนาการเรียนรู้การเดินช้ากว่าที่ควรเป็น ส่งผลให้ระดับความสามารถในการเดินของผู้ป่วยเพิ่มขึ้นช้า หรือลดลงในบางราย ผู้ป่วยบางรายเกิดการหกล้ม และขาดความมั่นใจในการเดิน ทำให้ระยะเวลาในการรักษาฟื้นฟูผู้ป่วยเพิ่มขึ้น ไม่เป็นไปตามแผนการรักษา จากสถานการณ์และปัญหาดังกล่าว งานกายภาพบำบัดและงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จึงได้สร้างนวัตกรรมสวนฝึกเดินสามมิติอินดอร์ (The Walking Garden 3D Indoor) ขึ้น เพื่อให้ผู้ป่วยมีสถานที่ฝึกเดินในรูปแบบการฝึกเดินในที่ที่มีอุปสรรค มีประสิทธิภาพ และเหมาะสมกับระดับความสามารถในการเดินของผู้ป่วยแต่ละระดับ ผู้ป่วยมีระดับความสามารถในการเดิน ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันเพิ่มขึ้น สามารถเดิน และสามารถใช้ชีวิตในสภาพแวดล้อมที่ผู้ป่วยต้องพบเจอเมื่อกลับไปพักฟื้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ นวัตกรรมสวนฝึกเดินสามมิติถูกพัฒนาขึ้นแห่งแรก เมื่อปี 2561 ที่โรงพยาบาลศรีสะเกษ อำเภอศรีสะเกษ จังหวัดนครพนม แห่งที่ 2 เมื่อปี 2562 ที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองฮี อำเภอปลาปาก จังหวัดนครพนม โดยทั้ง 2 แห่ง ใช้งานในรูปแบบสวนฝึกเดินกลางแจ้ง ซึ่งมีข้อจำกัดในการใช้งานเมื่อสภาพภูมิอากาศไม่เหมาะสม ยากต่อการบำรุงรักษา และอาจเกิดความไม่ปลอดภัยขณะใช้งานได้ นวัตกรรมสวนฝึกเดินสามมิติอินดอร์นี้ จะสามารถลดข้อจำกัดดังกล่าว และเกิดความปลอดภัยเมื่อใช้งานในทุกสภาพภูมิอากาศ โดยนวัตกรรมสวนฝึกเดินสามมิติ นั้น ได้ผ่านการทดสอบประสิทธิภาพในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ผู้สูงอายุ และผู้ป่วยที่ได้รับการบาดเจ็บของไขสันหลัง จำนวน 25 คน โดยการฝึกเดิน 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ครั้งละ 10-30 นาที เป็นเวลา 2 สัปดาห์ พบว่า มีผู้ป่วยที่ระดับความสามารถในการเดินเพิ่มขึ้นร้อยละ 96 และระดับความสามารถในการเดินเพิ่มขึ้นจากเดิมเฉลี่ยร้อยละ 36 สามารถให้บริการฟื้นฟูสภาพแก่ผู้ป่วยได้เฉลี่ยเดือนละ 336 คน ช่วยเพิ่มระดับความสามารถในการเดิน ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน ลดความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม และเพิ่มความมั่นใจให้กับผู้ป่วย เมื่อต้องเดินในสภาพแวดล้อมที่แตกต่างไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ มุ่งพัฒนาขยายผลให้เกิดการใช้งานนวัตกรรมในชุมชน และในพื้นที่อื่นของประเทศไทยอย่างต่อเนื่อง