

เคลื่อนไหวน้อย ขยับนิด ป้องกันข้อไหล่ติดหลังผ่าตัดมะเร็งเต้านม

นางสาวมลฤดี เกษเพชร

งานการพยาบาลศัลยศาสตร์ ฝ่ายการพยาบาลโรงพยาบาลรามาธิบดี

ที่มาและเหตุผล

การผ่าตัดมะเร็งเต้านมแยกเป็น 2 ส่วน คือการผ่าตัดเต้านม และการผ่าตัดต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ การผ่าตัดต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ ทำให้เคลื่อนไหวน้อยลง ส่งผลให้เกิดปัญหาข้อไหล่ติดหลังผ่าตัดได้ พยาบาลเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการสอนและแนะนำผู้ป่วยในการบริหาร เพื่อป้องกันข้อไหล่ติด จึงต้องมีวิธีการและทำบริหารที่ถูกต้องในการ แนะนำผู้ป่วย แต่การสื่อสารของพยาบาลแต่ละครั้งอาจทำให้ผู้ป่วยเข้าใจ คลาดเคลื่อน หรือไม่ครบถ้วน ดังนั้นเพื่อช่วยให้ผู้ป่วยสามารถเข้าใจวิธีการ และทำทางที่ถูกต้องในการบริหารได้ดีขึ้น ทางทีมจึงได้มีการพัฒนาสื่อการ สอนสาธิตเป็น QR code วิดีโอบริหารข้อไหล่ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยและญาติ สามารถใช้ทบทวน ช่วยให้ผู้สามารถดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง ลดโอกาส เกิดภาวะข้อไหล่ติดหลังผ่าตัดมะเร็งเต้านม

รูปแบบปฏิบัติงาน

ผู้ป่วยมะเร็งเต้านมได้ดูวิดีโอการบริหารข้อไหล่ที่หอผู้ป่วยก่อน ผ่าตัด หลังผ่าตัด APN ให้ความรู้และเน้นให้ผู้ป่วยเข้าใจถึงวิธีการ และประโยชน์ของการบริหารข้อไหล่ ให้คู่มือฯ และ QR code วิดีโอ การบริหารข้อไหล่ให้ผู้ป่วยและญาติสามารถทบทวนได้

ผลการปฏิบัติการ

ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ผลดำเนินการ (เดือน/ ปี)		
		ก่อน ดำเนินการ พ.ค.-ก.ค. 2562	หลัง	
			ครั้งที่ 1 ก.ย.-พ.ย. 2563	ครั้งที่ 2 ม.ค.-มี.ค. 2563
- อัตราการเกิดข้อไหล่ติดหลังผ่าตัด 1 เดือน	<2%	2%	1.7%	0%
- อัตราการบริหารข้อไหล่อย่างถูกต้องก่อนจำหน่าย	>80%	60%	80 %	95 %
- อัตราความพึงพอใจของผู้ป่วย/ ญาติต่อคำแนะนำและสื่อการสอนที่ได้รับ ในระดับพอใจ-พอใจมาก	>90%	80%	85%	100%

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นสื่อการสอนที่ช่วยให้ผู้ป่วยและญาติ เข้าใจและจดจำวิธีการบริหารแต่ละท่าได้ง่ายขึ้น และนำไปทบทวนได้หลังจำหน่ายกลับบ้าน
2. เพื่อให้ผู้ป่วย/ ญาติ มีความพึงพอใจต่อคำแนะนำที่ได้รับ ร่วมกับการมีสื่อการสอนที่เข้าใจง่ายขึ้น

ลักษณะโครงการ

การพัฒนาสื่อการสอนการบริหารข้อไหล่ เพื่อพัฒนาคุณภาพการดูแลผู้ป่วยมะเร็งเต้านม

ประโยชน์

แนวทางดำเนินการ

1. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นในการบริหารข้อไหล่
2. ประชุมทีมเพื่อหาแนวทางแก้ไข
3. กำหนดแนวทางแก้ไขระยะที่ 1
 - 3.1 ชี้แจงรายละเอียดแก่พยาบาลในหอผู้ป่วย
 - 3.2 ติดตามประเมินผล และสรุปปัญหาที่พบ
4. เพิ่มการให้ QR code วิดีโอบริหารข้อไหล่ควบคู่กับคู่มือความรู้เกี่ยวกับมะเร็งเต้านม
5. ปฏิบัติในระยะที่ 2 >>ประเมินผลและสรุปปัญหาเพิ่มเติม

ด้านผู้ป่วย

1. ผู้ป่วยสามารถเข้าใจวิธีการบริหารเพื่อป้องกันข้อไหล่ติด และสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง
 2. ผู้ป่วยสามารถเคลื่อนไหวน้อยได้ใกล้เคียงปกติและไม่เกิดภาวะข้อไหล่ติดติดภายหลังการผ่าตัดในระยะยาว
- ด้านการบริการ/หน่วยงาน
1. ได้สื่อการสอนและให้คำแนะนำผู้ป่วยในการบริหารเพื่อป้องกันข้อไหล่ติดที่มีประสิทธิภาพ และช่วยลดภาระงานของพยาบาลผู้ดูแล
 2. ได้การบริการที่มีประสิทธิภาพ เพิ่มความพึงพอใจแก่ผู้เข้ารับบริการ ตามนโยบายของโรงพยาบาลที่ต้องมีการพัฒนาคุณภาพการบริการในทุกหน่วยงาน



คู่มือความรู้สำหรับผู้ป่วยผ่าตัดมะเร็งเต้านม

การบริหารข้อไหล่

สรุป

การพัฒนาสื่อการสอนนี้ ช่วยให้ผู้ผู้ป่วยสามารถบริหารข้อไหล่ได้อย่างถูกต้อง ช่วยลดอัตราการเกิดภาวะข้อไหล่ติด และเพิ่มความพึงพอใจของผู้รับบริการต่อสื่อการสอนที่ได้รับ