



แบบเสนอผลงานกิจกรรมพัฒนาคุณภาพประเภทรายบุคคล (KAIZEN) (แบบฟอร์ม 3)

สำหรับงานพัฒนาคุณภาพงาน

เลขที่ผลงาน...../.....

วันลงทะเบียน.....

ชื่อ-สกุล นางสาว รุจิรา ทองเพชร เบอร์ติดต่อ 1383, 0909694658. Email Address rujira.gk@gmail.com หน่วยงาน หน่วยโรคระบบหายใจและเวชบำบัดวิกฤต
ชื่อ-สกุล รุจิรา ทองเพชร รหัสบุคคล 014322 (ข้อมูลผู้รับเงินโอนเข้าบัญชีเงินเดือนผ่านรหัสบุคคลกรณีที่ผลงานผ่านเกณฑ์ - กรุณาระบุให้ครบ)

หมายเหตุ :- ผลงานทุกประเภทที่ส่งประกวดเป็นลิขสิทธิ์ของคณะฯ ห้ามมิให้ผู้ใดนำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาต

โปรดเขียน (✓) ในช่อง ☒ อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite ☐ ไม่อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite

(โปรดระบุ) ☒ ไม่ต้องการต่อยอดผลงานเป็น R2R ☐ *ต้องการต่อยอดผลงานเป็น R2R

ชื่อผลงาน “ติดตามอย่างใกล้ชิด เพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดโทอย่างมีประสิทธิภาพ TaiChi Online”

1.สภาพปัญหา^{ก่อน}ปรับปรุง

1.สภาพปัญหา^{ก่อน}ปรับปรุง

1.1 ก่อนช่วงสถานการณ์โควิด-19 การติดตามผู้ป่วยที่เข้าโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดโท-ซึ่งกำหนดกำหนดเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์จะใช้ช่องทางการติดตามดังนี้

- การติดตามผ่านทางโทรศัพท์สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
- ผู้ป่วยบันทึกการออกกำลังกายไทยลงในเอกสาร และนำมาส่งเมื่อครบ 8 สัปดาห์
- นัดผู้ป่วยมาออกกำลังกายไทยร่วมกันที่โรงพยาบาลทุกวันศุกร์ เพื่อติดตามและประเมินอาการอย่างต่อเนื่อง

ปัญหาที่พบจากการทำงาน

- การติดตามผ่านโทรศัพท์สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ยังไม่เพียงพอสำหรับผู้ป่วยบางรายที่ต้องติดตามอาการอย่างใกล้ชิด หรือในบางรายที่ต้องกระตุ้นการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ
- เนื่องจากสถานการณ์โควิด-19 การนัดผู้ป่วยที่มีโรคระบบทางเดินหายใจมาออกกำลังกายร่วมกันที่โรงพยาบาลทุกวันศุกร์มีความเสี่ยงต่อการรับเชื้อ จึงทำให้ไม่สามารถติดตามผู้ป่วยได้ต่อเนื่อง ซึ่งทำให้ผู้ป่วยบางรายขาดแรงกระตุ้นในการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ
- ผู้ป่วยขาดการติดต่อ การติดตามวัดผลที่ต่อเนื่อง และผิวนัดทดสอบสมรรถภาพปอดและการเดิน 6 นาที หลังจากเข้าโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดโท-ซึ่ง ทำให้ไม่สามารถวัดผลของการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง

1.2 วัตถุประสงค์ในการดำเนินการ

- เพื่อให้แพทย์ พยาบาลและทีมสามารถกระตุ้นผู้ป่วยให้ออกกำลังกายฟื้นฟูสมรรถภาพปอดโท-ซึ่งและติดตามอาการได้อย่างสม่ำเสมอจนครบระยะเวลา 8 สัปดาห์
- เพื่อช่วยให้เกิดแรงกระตุ้นในการออกกำลังกายฟื้นฟูสมรรถภาพปอดอย่างต่อเนื่องในกลุ่มผู้ป่วยเอง
- เพื่อให้การติดต่อและติดตามวัดผลอาการของผู้ป่วยเป็นไปอย่างต่อเนื่อง และผู้ป่วยไม่ผิวนัดการทดสอบสมรรถภาพปอดและการเดิน 6 นาที หลังจากเข้าโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดโท-ซึ่ง

2.กระบวนการปรับปรุง/สภาพ^{หลัง}ปรับปรุง

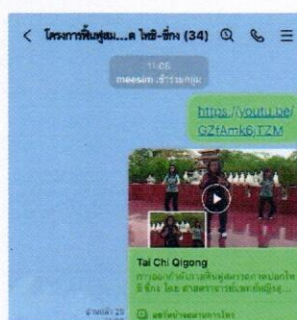
2.สภาพการทำงานใหม่ /กระบวนการทำงานใหม่

2.1 ขั้นตอนการวางแผน (Plan)

สภาพการทำงานเดิมและปัญหาที่พบ	การวางแผนและแนวทางการปรับปรุง
การนัดผู้ป่วยมาออกกำลังกายไทยร่วมกันที่โรงพยาบาลทุกวันศุกร์ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ	นำวิดีโอคลิปการออกกำลังกายลงในกลุ่มไลน์ให้กับผู้ป่วยและติดตามอาการโดยให้ผู้ป่วยแจ้งในกลุ่มไลน์ทุกวัน
การติดตามผ่านโทรศัพท์สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ยังไม่เพียงพอสำหรับผู้ป่วยบางรายที่ต้องติดตามอาการอย่างใกล้ชิด	จัดตั้งกลุ่มไลน์เพื่อให้ผู้ป่วยในโครงการสามารถส่งผลการออกกำลังกายเป็นประจำทุกวันและสามารถปรึกษาอาการและปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นขณะออกกำลังกายกับทีมได้โดยตรง
ผู้ป่วยขาดการติดต่อ การติดตามวัดผลที่ต่อเนื่อง หลังจากเข้าโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดโท-ซึ่ง ทำให้ไม่สามารถวัดผลของการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	- ติดตามผู้ป่วยได้เป็นประจำทุกวัน ผ่านทางกลุ่มไลน์ที่จัดตั้งขึ้น - แพทย์ พยาบาลและทีมดูแลผู้ป่วย ช่วยกระตุ้นผู้ป่วยให้ออกกำลังกายไทย-ซึ่งอย่างเป็นประจำสม่ำเสมอ

2.2 ขั้นตอนการปฏิบัติ (Do)

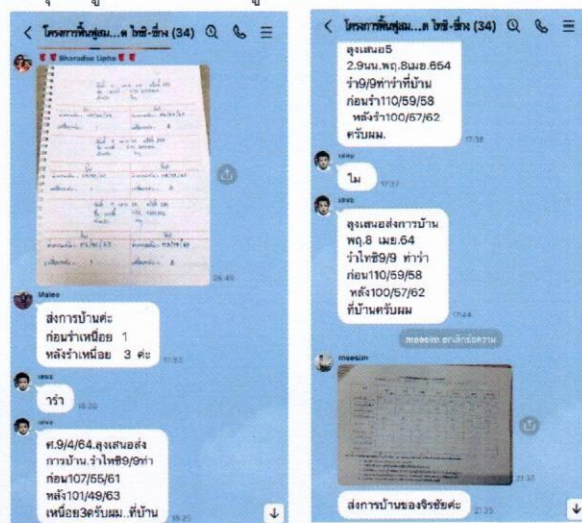
- จัดตั้งกลุ่มไลน์ (Line group) โครงการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดโท-ซึ่ง และแนะนำผู้ป่วยให้เข้าร่วมในกลุ่ม เพื่อการติดตามอาการอย่างต่อเนื่องและผู้ป่วยสามารถปรึกษากับทีมที่ดูแลได้โดยตรงและให้คำปรึกษาได้ตรงจุดมากขึ้น ซึ่งในกลุ่มจะจัดให้มีวิดีโอคลิปการออกกำลังกายไทย เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถเปิดดูได้ตลอดเวลาที่ตนเองสะดวกต่อการออกกำลังกาย รวมถึงให้ผู้ป่วยจดบันทึกสัญญาณชีพ และคะแนนความเหนื่อย (Borg score) เพื่อติดตามอาการของตนเองและแจ้งให้ทีมผู้ดูแลได้ทราบด้วย



1.3 เป้าหมายในการดำเนินการ

ตัวชี้วัด	เป้าหมาย
จำนวนผู้ป่วยที่ได้รับการติดตามผ่านช่องทางไลน์ที่มีผลการทดสอบการเดิน 6 นาที (6 min-walk) เพิ่มขึ้นหลังจากเข้าโปรแกรม	มากกว่า 60%
จำนวนผู้ป่วยที่ผิวนิด การทดสอบสมรรถภาพปอด และการเดิน 6 นาที (6 min-walk) ลดลง	น้อยกว่า 20%
ผลการทดสอบสมรรถภาพปอด (FVC) และการเดิน 6 นาที (6MW) ในกลุ่มที่ติดตามทางไลน์ไม่มีความแตกต่างทางสถิติกับกลุ่มที่ติดตามทางโทรศัพท์	เปรียบเทียบผลการทดสอบสมรรถภาพปอด (FVC) และการเดิน 6 นาที (6MW) ของทั้ง 2 กลุ่ม มีค่า pValue >0.05

- ให้ผู้ป่วยจัดส่งผลการออกกำลังกายไทชิ-ซัง เป็นประจำทุกวัน เพื่อการติดตามอาการ และกระตุ้นให้ผู้ป่วยรายอื่น มีแรงจูงใจในการออกกำลังกายร่วมกัน



2.3 ขั้นตอนการตรวจสอบ (Check)

แนวทางการแก้ปัญหา	ความถี่ในการติดตาม	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
การติดตามการออกกำลังกายของผู้ป่วยผ่านกลุ่มไลน์และบันทึกลงในEMR	ทุกวัน	เม.ย.2563-ปัจจุบัน	รุจิรา (นักกายภาพบำบัด) พว. กุลปรานี
ติดตามความคืบหน้าของการดำเนินงาน, ให้คำปรึกษาและข้อมูลกับผู้ป่วย	ทุกสัปดาห์	เม.ย.2563-ปัจจุบัน	อ.พญ.นภารัตน์ พว. สุพัตรา

2.4 จัดทำมาตรฐาน (Act)

มาตรฐานการทำงาน

1.ผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดไทชิ-ซังทุกราย ต้องได้รับการตรวจสมรรถภาพปอดและการเดิน6นาที ทุกครั้งทั้งก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ

2.ผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการเข้าร่วมกลุ่มไลน์ และส่งผลการออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน เมื่อได้ข้อมูลจากผู้ป่วยส่งมา จัดทำการบันทึกข้อมูลลงในระบบEMR เป็นรายสัปดาห์

3.รวบรวมและสรุปข้อมูลจำนวนผู้ป่วย ผลการทดสอบสมรรถภาพปอดและการเดิน6 นาที เป็นประจำทุกเดือนและสรุปรายงาน วิเคราะห์ข้อมูลเป็นรายปี

ผู้รับผิดชอบ กภ. รุจิรา ทองเพชร นักกายภาพบำบัด
พว. กุลปรานี พงศ์สุภาพ พยาบาล

3. ผลที่ได้จากการปรับปรุง/ ผลลัพธ์			
ผลดำเนินการ(เดือน/ ปี)			
ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ก่อน(ม.ค.- มี.ค. 2563)	หลัง(เม.ย.- ธ.ค. 2563)
		ติดตาม ทาง โทรศัพท์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	ติดตามผ่าน ช่องทาง ไลน์ทุกวัน
จำนวนผู้ป่วยที่ ติดตามทางไลน์ที่มี ผลการทดสอบการ เดิน 6 นาที (6MW) เพิ่มขึ้น หลังจากเข้า โปรแกรม	มากกว่า 60%	60%	83.33%
จำนวนผู้ป่วยที่ผิด นัดการทดสอบ สมรรถภาพปอด และการเดิน 6 นาที (6MW) ลดลง	น้อยกว่า 20%	23.68%	17.86%
ผลการทดสอบ สมรรถภาพปอด (FVC) และการ เดิน 6 นาที (6MW) ในกลุ่มที่ ติดตามทางไลน์ไม่ มีความแตกต่าง ทางสถิติกับกลุ่มที่ ติดตามทาง โทรศัพท์	เปรียบเทียบผลการทดสอบสมรรถภาพ ปอด (FVC) และการเดิน 6 นาที (6MW) ของทั้ง 2 กลุ่ม มีค่า Pvalue >0.05 ตารางแสดงผลการเปรียบเทียบทางสถิติ รายงานใน เอกสารแนบ 1		

4. การจัดทำมาตรฐาน (โปรตรอบ)
☒ ยังไม่ได้จัดทำมาตรฐานการทำงาน (WI) / มาตรฐานการใช้งาน ☐ มีการจัดทำมาตรฐานการทำงาน(WI) / มาตรฐานการใช้งาน
5.หลังเสร็จสิ้นโครงการท่านดำเนินการในการขยายผล อย่างไร
☐ ใช้เฉพาะตนเองเท่านั้น ☒ ใช้เฉพาะในหน่วยงานของท่าน ☐ ใช้ในหน่วยงานอื่นภายในคณะฯ

ลงชื่อ(เจ้าของผลงาน) รพีพร ทอ.ผัสน

ลงชื่อ(หัวหน้า ภาค/ฝ่าย/งาน/ หน่วย)..... [Signature]

สังกัด ภาควิชา อายุรศาสตร์

วัน / เดือน / ปี 28/4/2564

เอกสารแนบ 1

ตารางแสดงการเปรียบเทียบผลการทดสอบสมรรถภาพปอด ค่าFVCและ FEV1 และผลการทดสอบ
การเดิน 6 นาที (6MW) ระหว่างกลุ่มที่ติดตามทางโทรศัพท์และติดตามทางไลน์ ในปี2563

ค่าการ ทดสอบ	ช่องทางการ ติดตาม	ก่อนการฟื้นฟูสมรรถภาพ ปอด(Pre-Taichi) Mean (S.D.)	หลังการฟื้นฟูสมรรถภาพ ปอด(Post-Taichi) Mean (S.D.)	P value >0.05
6MW distance (เมตร)	โทรศัพท์	412 (131.6)	441.5 (104.2)	0.232
	Line	460 (58.8)	477.5 (56.2)	
ค่า สมรรถภาพ ปอด FVC (ลิตร)	โทรศัพท์	2.60 (0.73)	2.39 (0.69)	0.077
	Line	2.43 (0.86)	2.29 (0.78)	
ค่า สมรรถภาพ ปอด FEV1 (ลิตร)	โทรศัพท์	1.66 (0.67)	1.53 (0.63)	0.210
	Line	1.84 (0.68)	1.70 (0.63)	