งานมหกรรมคุณภาพ (Quality Conference) ครั้งที่ 28
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
ความรู้สร้างนวัตกรรม นำองค์กร
10 สิงหาคม 2564
KAIZEN
083

ติดตามอย่างใกล้ชิด เพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดไทชิอย่างมีประสิทธิภาพ Tai-chi online

น.ส.รุจิรา ทองเพ็ชร์ , นาง กุลปรานี พงศ์สุวภาพ และคณะ
หน่วยโรคระบบหายใจและเวชบำบัดวิกฤตระบบหายใจ ภาควิชาอายุรศาสตร์

สภาพปัญหาก่อนปรับปรุง

ก่อนช่วงสถานการณ์โควิด-19 การติดตามผู้ป่วยที่เข้าโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดไทชิ-ชี่กงตามกำหนดเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ จะใช้ช่องทางการติดตามดังนี้

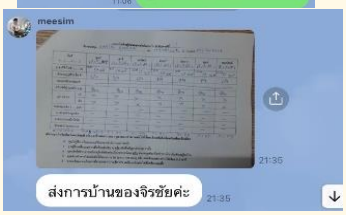
- การติดตามผ่านทางโทรศัพท์สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
- ผู้ป่วยบันทึกการออกกำลังกายไทชิลงในเอกสาร และนำมาส่งเมื่อครบ 8 สัปดาห์
- นัดผู้ป่วยมาออกกำลังกายไทชิร่วมกันที่โรงพยาบาลทุกวันศุกร์ เพื่อติดตามและประเมินอาการอย่างต่อเนื่อง

เนื่องจากสถานการณ์โควิด-19 การนัดผู้ป่วยที่มีโรคระบบทางเดินหายใจมาออกกำลังกายร่วมกันที่โรงพยาบาลทุกวันศุกร์มีความเสี่ยงต่อการรับเชื้อ จึงทำให้ไม่สามารถติดตามผู้ป่วยได้ต่อเนื่อง ซึ่งทำให้ผู้ป่วยบางรายขาดแรงกระตุ้นในการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ

กระบวนการปรับปรุง/สภาพหลังปรับปรุง

จัดตั้งกลุ่มไลน์ (Line group) โครงการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดไทชิ-ชี่กง และแนะนำผู้ป่วยให้เข้าร่วมในกลุ่ม เพื่อการติดตามอาการอย่างต่อเนื่องและผู้ป่วยสามารถปรึกษากับทีมที่ดูแลได้โดยตรงและให้คำปรึกษาได้ตรงจุดมากขึ้น ซึ่งในกลุ่มจะจัดให้มีวิดีโอคลิปการออกกำลังกายไทชิ เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถเปิดดูได้ตลอดเวลาที่ตนเองสะดวกต่อการออกกำลังกาย

ให้ผู้ป่วยจัดส่งผลการออกกำลังกายไทชิ-ชี่กง เป็นประจำทุกวัน เพื่อการติดตามอาการ และกระตุ้นให้ผู้ป่วยรายอื่น มีแรงจูงใจในการออกกำลังกายร่วมกัน



ผลที่ได้จากการปรับปรุง

ผลดำเนินการ(เดือน/ ปี)

ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ก่อน(ม.ค.-มี.ค. 2563)	หลัง(เม.ย.-ธ.ค. 2563)
		ติดตามทางโทรศัพท์สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	ติดตามผ่านช่องทางไลน์ทุกวัน
จำนวนผู้ป่วยที่ติดตามทางไลน์ที่มีผลการทดสอบการเดิน 6 นาที (6MW) เพิ่มขึ้นหลังจากเข้าโปรแกรม	มากกว่า 60%	60%	83.33%
จำนวนผู้ป่วยที่ผิดนัดการทดสอบสมรรถภาพปอดและการเดิน 6 นาที (6MW) ลดลง	น้อยกว่า 20%	23.68%	17.86%

ค่าการทดสอบ	ช่องทางการติดตาม	ก่อนการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด (Pre-Taichi) Mean (S.D.)	หลังการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด (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)	
ค่าสมรรถภาพปอด FVC (ลิตร)	โทรศัพท์	2.60 (0.73)	2.39 (0.69)	0.077

การขยายผลหลังเสร็จสิ้นโครงการ

จัดทำเป็นมาตรฐานและนำไปใช้ภายในหน่วยงาน ในกลุ่มผู้ป่วยโรคระบบหายใจที่มีความจำเป็นต้องได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดและใช้ติดตามผู้ป่วยอย่างใกล้ชิดภายหลังสถานการณ์ COVID-19