

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล  
วันที่ 28 - 29 สิงหาคม 2568

รามาริบดียกระดับการพัฒนาคุณภาพ  
และการเปลี่ยนแปลงด้วย **Ai**



## พัฒนากระบวนการให้ความรู้หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

นิชธิมา เสรีวิชัยสวัสดิ์ อนุธิดา ประยงค์พันธ์ และมณีวรรณ โฮมแพน

หน่วยพยาบาลบริการผู้ป่วยที่บ้าน 2 งานการพยาบาลสนับสนุนการรักษา ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลรามาธิบดี

### ที่มาและเหตุผล

โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคที่พบบ่อยที่สุดของกลุ่มโรคข้ออักเสบเป็นโรคเรื้อรังร้ายแรงที่ส่งผลต่อผู้สูงอายุ ปัจจุบันวิธีการรักษาที่ดีที่สุดสำหรับผู้ที่มีภาวะข้อเข่าเสื่อมคือการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม การผ่าตัดจะช่วยให้ผู้ป่วยเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น ลดความเจ็บปวด และสามารถดำรงชีวิตอย่างเป็นปกติแต่การผ่าตัดอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ เช่น อาการปวด การติดเชื้อภายหลังผ่าตัด หลอดเลือดดำลึกอุดตัน ข้อเทียมหลวมหรือหลุด ท้องอืด แผลกดทับ และปัญหาทางจิตใจ เป็นต้น ภาวะดังกล่าวสามารถป้องกันและลดความรุนแรงได้โดยใช้กระบวนการพยาบาลในการดูแลผู้ป่วยโดยเริ่มตั้งแต่ก่อนผ่าตัด ขณะผ่าตัด และหลังผ่าตัด

หน่วยพยาบาลบริการผู้ป่วยที่บ้าน 2 เป็นหน่วยงานที่เตรียมความพร้อมผู้ป่วยก่อนจำหน่ายผู้ป่วยก่อนออกจากโรงพยาบาลและติดตามเยี่ยมบ้านผู้ป่วย รวมถึงมีระบบติดตามผู้ป่วยหลังจำหน่ายเพื่อการดูแลผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง จากการเก็บสถิติพบว่ากลุ่มโรคที่ทางหน่วยงานได้รับการส่งปรึกษา มากที่สุดใน 3 ปีย้อนหลัง คือกลุ่มผู้ป่วยโรคกระดูกและข้อ ซึ่งร้อยละ 90 เป็นการดูแลผู้ป่วยหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมโดยรูปแบบการดูแลผู้ป่วยหลังผ่าตัดข้อเข่าเทียมในระยะที่ 1 ทางหน่วยงานจะให้แผ่นพับความรู้และติดตามเยี่ยมบ้าน และ/หรือการติดตามทางระบบ telecare ในระยะที่ 2 พัฒนาการดูแลโดยเพิ่มคลิปวิดีโอในการดูแลผู้ป่วยหลังผ่าตัดข้อเข่าเทียม ในระยะที่ 3 แผ่นพับความรู้เดิมเป็นอักษรที่ตัวเล็กไม่สะดวกในการอ่าน จึงปรับเปลี่ยนแผ่นความรู้ให้ขนาดใหญ่ขึ้น สรุปรายละเอียดต่าง ๆ ไว้ครบถ้วน โดยทบทวนองค์ความรู้และพัฒนาชุดให้ความรู้หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม สรุปรายละเอียดต่าง ๆ ที่ควรทราบ เช่น ท่าบริหาร การจัดสิ่งแวดล้อมที่บ้านให้เกิดความปลอดภัย อาการปกติและผิดปกติตลอดจนวิธีการจัดการปัญหาเบื้องต้นที่บ้านด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ และลดการมาตรวจที่โรงพยาบาลก่อนนัด แต่พบปัญหาแผ่นพับหายเมื่อจำหน่าย นำสู่การปรับในระยะที่ 4 ซึ่งเพิ่มการส่งชุดความรู้ให้กับผู้ป่วยและครอบครัวใน Line official โดยให้เอกสารความรู้ในรูปแบบ one page ที่ออกแบบเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถฝึกปฏิบัติได้ง่ายตามสิ่งที่ควรรับรู้ตามลำดับ โดยเริ่มตั้งแต่วันที่ 1-3 และปฏิบัติได้ต่อเนื่องในระยะหลังผ่าตัด ซึ่งเอื้อต่อการฟื้นฟูสุขภาพ เพื่อให้ผู้ป่วยสูงอายุสามารถศึกษาได้ด้วยตนเองจากโทรศัพท์ และมีชุดเอกสารความรู้ไว้ทบทวนตลอดถึงแม้ในกรณีเอกสารชุดให้ความรู้หาย

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม
2. เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมที่อาจเกิดขึ้นที่บ้านได้ เช่น อาการปวด ท้องผูก
3. เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถจัดการอาการที่เกิดขึ้นหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมที่บ้านได้
4. เพื่อให้ผู้ป่วยมีความพึงพอใจในรูปแบบชุดให้ความรู้หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมที่ใช้ในการประกอบการสอนและศึกษาด้วยตนเองที่บ้าน



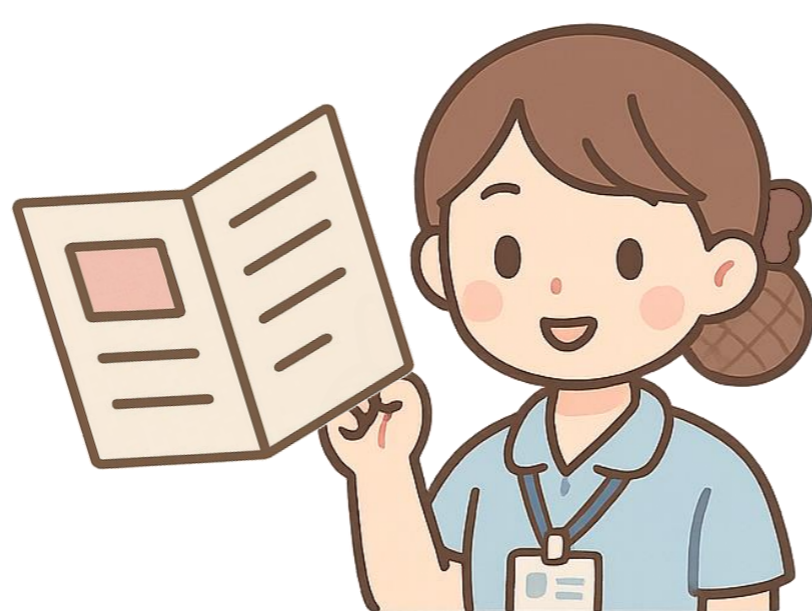
### ผลการปฏิบัติการ

ตัวชี้วัด	สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ (ข้อที่)				ก่อนดำเนินการ (ร้อยละ)	ผลดำเนินการ (เดือน / ปี)				
	1	2	3	4		เป้าหมาย (ร้อยละ)	หลังดำเนินการ (ร้อยละ)			
							ครั้งที่1	ครั้งที่2	ครั้งที่3	ครั้งที่4
อัตราความรู้ในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม	✓				80	≥80	82	85	90	96
อัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมที่อาจเกิดขึ้นที่บ้าน		✓			45	≤10	25	33	8	5
อัตราความสามารถในการจัดการอาการที่เกิดขึ้นหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมที่บ้านได้			✓		N/A	≥80	50	60	100	100
อัตราความพึงพอใจชุดให้ความรู้หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม				✓	N/A	≥90	80	90	95	96

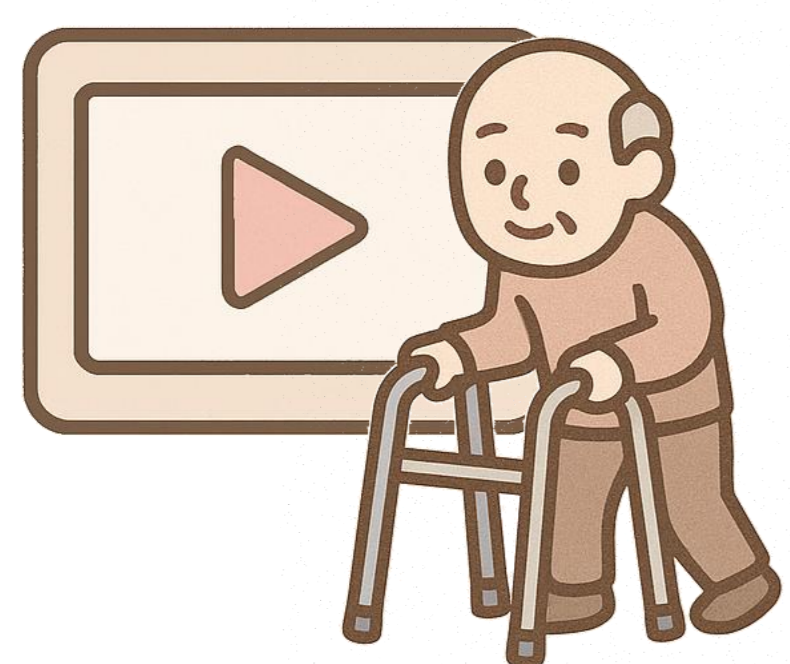
### กระบวนการปรับปรุง

รอบที่ 1

จัดหาแผ่นพับความรู้การดูแลหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมเพื่อทบทวน โดยประสานงานหน่วยพยาบาลบริการผู้ป่วยที่บ้าน 1 เพื่อนำแผ่นพับมาใช้



รอบที่ 2



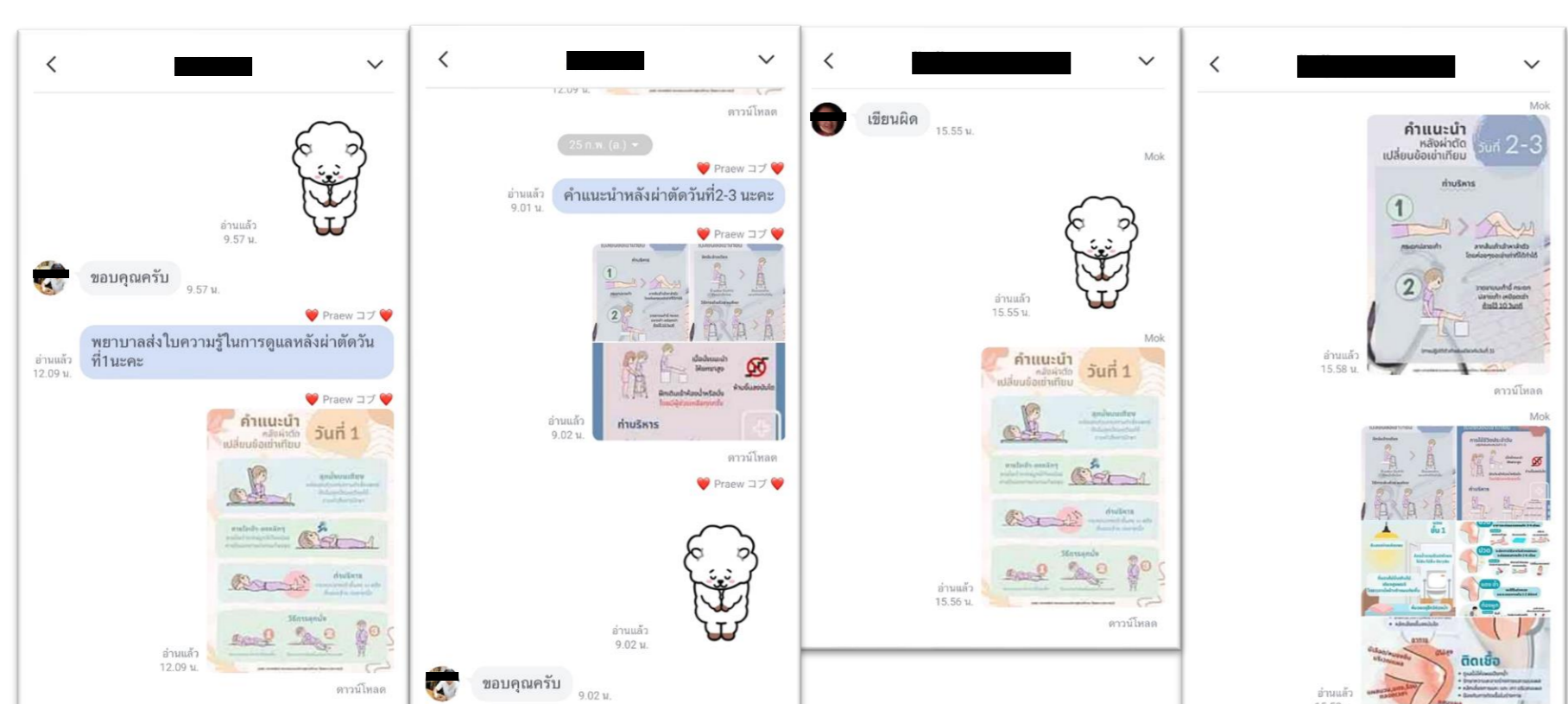
จัดหาวิดีโอในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดข้อเข่าเทียมที่สามารถสื่อถึงวิธีการดูแลตนเองและการบริหารร่างกายหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

รอบที่ 3

พัฒนาชุดให้ความรู้หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม โดยจัดทำให้มีขนาดใหญ่ เป็นรูปที่เข้าใจง่าย



รอบที่ 4



เพิ่มการสื่อสารชุดให้ความรู้หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมตามลำดับสิ่งที่ควรรับรู้ในแต่ละวันให้แก่ผู้ป่วยและญาติ ผู้ดูแลผ่าน line official ของหน่วยงานรวมทั้งเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย และสื่อสารระหว่างกัน

### สรุป



การพัฒนาชุดให้ความรู้หลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมเพื่อให้เหมาะสมกับผู้ป่วยหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมที่ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ทำให้ผู้ป่วยมีความรู้ในการดูแลตนเองหลังผ่าตัดและสามารถปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดในแต่ละวันได้อย่างเหมาะสม ลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนและสามารถจัดการอาการที่เกิดขึ้นที่บ้านได้อย่างเหมาะสม