

รายงานการวิจัย การพยาบาลตลอด 24 ชั่วโมง เมื่อผู้ป่วยสูงอายุนอนไม่หลับ

พัศมณท์ คุ้มทวีพร*
ลิวรรณ อุนนาภิรักษ์*

Khumtaveeporn, P. and Ounnampiruk, L.

The 24-hour nursing interventions for insomnia elderly patient

TJN, 1997, 46 (4) :224-231

Key words : Insomnia, elderly, patient

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลตลอด 24 ชั่วโมงของพยาบาลประจำการหอผู้ป่วยสามัญโรงพยาบาลศิริราช จำนวน 134 คน ในการช่วยเหลือผู้ป่วยสูงอายุที่นอนไม่หลับ โดยใช้แบบสอบถามเพื่อสำรวจกิจกรรมการพยาบาลตลอด 24 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า 1) กิจกรรมการพยาบาลเพื่อส่งเสริมการนอนหลับของผู้ป่วยสูงอายุเป็นกิจกรรมต่อเนื่องตลอด 24 ชั่วโมง เวรป่วยเป็นเวรที่กลุ่มตัวอย่าง มีลักษณะกิจกรรมการพยาบาล เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยสูงอายุ นอนหลับมากที่สุด 2) กิจกรรมการพยาบาลแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ 1. การพยาบาล

เพื่อส่งเสริมการนอนหลับของผู้ป่วยสูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย การลดหรือกำจัดสิ่งรบกวนภายในร่างกายของผู้ป่วยสูงอายุ การเพิ่มความสบายและลดสิ่งรบกวนภายนอกในร่างกายของผู้ป่วยสูงอายุและการส่งเสริมกิจกรรมประจำวันที่ช่วยให้ผู้ป่วยสูงอายุนอนหลับ 2. การพยาบาลที่เข้าใจว่าส่งเสริมการนอนหลับตอนกลางคืนแต่กลับมีผลรบกวนการนอนหลับของผู้ป่วยสูงอายุ คือ การปลุกผู้ป่วยสูงอายุให้ตื่นแต่เช้า (ร้อยละ 35.8) การดูแลให้ผู้ป่วยสูงอายุนอนกลางวัน ทดแทนการนอนไม่หลับตอนกลางคืน (ร้อยละ 15.7) การดูแลให้ผู้ป่วยสูงอายุตื่นมมาก่อนนอน (ร้อยละ 14.9) และการรายงานแพทย์เพื่อขอยานอนหลับให้ผู้ป่วยสูงอายุ ภายหลังจากเวลา 2.00 นาฬิกา (ร้อยละ 66.4)

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาการพยาบาลรากฐาน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

Abstact

The purpose of this study was to survey 24-hour nursing intervention of 134 Siriraj Nurses fo helping insomnia elderly patients by questionnaires. The results were as follow : 1) There were 24-hour nursing interventions to promote sleep for insomnia elderly patients. The nursing interventions in the evening shift were more than in other shifts. 2) The 24 - hour nursing interventions were devided into 2 categories. The first was the interventions for promoting sleep, which composed of eliminating the internal discomfort, decreasing the external stimuli, and increasing the sleep hygiene. The second was the interventions to disturb the sleeping such as waking up the elderly patients early in the morning (35.8%), caring the elderly patients sleep during the day time in stead of the night (15.7%), giving a cup of milk before bed time (14.9%), and requesting tranquilizer after 2.00 A.M. (66.4%).