

ผลของการให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนัดจุดสะท้อนต่ออาการนอนไม่หลับ  
อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง



นางสาวร่มรัตน์ หลีสุข

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2549  
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF PROVIDING HEALTH INFORMATION COMBINED WITH  
REFLEXOLOGY ON INSOMNIA, FATIGUE, AND DEPRESSION  
IN PATIENTS WITH CHRONIC KIDNEY DISEASE

Miss Romrutt Leesuk

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Nursing Science Program in Nursing Science

Faculty of Nursing

Chulalongkorn University

Academic Year 2006

Copyright of Chulalongkorn University

**491942**


หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนวดกดจุดสะท้อนต่ออาการ  
นอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง  
โดย นางสาวมรุตน์ หลีสุข  
สาขาวิชา พยาบาลศาสตร์  
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนกพร จิตปัญญา  
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สัจจา ทาโต

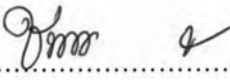
---

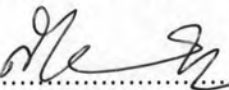
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วน  
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต

  
..... คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ ร้อยตำรวจเอกหญิง ดร. ยุพิน อังสุโรจน์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร. จินตนา ยูนิพันธุ์)

  
..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนกพร จิตปัญญา)

  
..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สัจจา ทาโต)

  
..... กรรมการ  
(อาจารย์ ดร. สุศักดิ์ ชัมภลิจิต)

ร่วมรัตน์ หลีสุข: ผลของการให้ข้อมูลด้านสุขภาพร่วมกับการนวดกดจุดสะท้อนต่ออาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (EFFECTS OF PROVIDING HEALTH INFORMATION COMBINED WITH REFLEXOLOGY ON INSOMNIA, FATIGUE, AND DEPRESSION IN PATIENTS WITH CHRONIC KIDNEY DISEASE) อ. ที่ปรึกษา: ผศ. ดร. ชนกพร จิตปัญญา, อ. ที่ปรึกษาร่วม: ผศ. ดร. สัจจา ทาโต จำนวน 239 หน้า.

การวิจัยที่เปรียบเทียบได้กับการวิจัยแบบทดลองในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้ข้อมูลด้านสุขภาพร่วมกับการนวดกดจุดสะท้อน ต่ออาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคไตเรื้อรัง อยู่ในระยะที่มีค่าซีรัมครีเอตินินอยู่ในช่วง 3-5 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร และได้รับการบำบัดทดแทนไต (Renal Replacement Therapy: RRT) ด้วยวิธีการล้างไตทางหน้าท้องแบบถาวรหรือการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม อายุระหว่าง 20-59 ปี ที่เข้ารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกและหน่วยไตเทียมโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี จำนวน 40 ราย และทำการจับคู่ให้มีความใกล้เคียงกันในเรื่องของอายุ เพศ ระดับความเข้มข้นของเลือด ภาวะโภชนาการ และภาวะยูริเมีย จากนั้นจับสลากเพื่อสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพร่วมกับการนวดกดจุดสะท้อน ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการให้ข้อมูลด้านสุขภาพและคู่มือสำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบประเมินอาการนอนไม่หลับ Insomnia Severity Index ของ Morin (1993) แบบประเมินอาการเหนื่อยล้าของ Piper et al., (1998) และแบบประเมินภาวะซึมเศร้าของ Zung (1965) ที่ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ วิเคราะห์หาความเที่ยงของเครื่องมือโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคได้ค่าเท่ากับ 72.94 และ .72 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบที

ผลการวิจัยมีดังนี้

1. อาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าของผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังในกลุ่มทดลองภายหลังได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพร่วมกับการนวดกดจุดสะท้อน น้อยกว่าก่อนได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพร่วมกับการนวดกดจุดสะท้อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. อาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังกลุ่มที่ได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพร่วมกับการนวดกดจุดสะท้อนน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สาขาวิชา.....พยาบาลศาสตร์..... ลายมือชื่อนิสิต.....ร่วมรัตน์ หลีสุข.....  
 ปีการศึกษา.....2549.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....  
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

## 4877589036 : MAJOR NURSING SCIENCE

KEY WORD: INSOMNIA / FATIGUE / DEPRESSION / PROVIDING HEALTH INFORMATION / REFLEXOLOGY / PATIENTS WITH CHRONIC KIDNEY DISEASE

ROMRUTT LEESUK: EFFECTS OF PROVIDING HEALTH INFORMATION COMBINED WITH REFLEXOLOGY ON INSOMNIA, FATIGUE, AND DEPRESSION IN PATIENTS WITH CHRONIC KIDNEY DISEASE. THESIS ADVISOR: ASST. PROF. CHANOKPORN JITPANYA, Ph.D., THESIS COADVISOR : ASST. PROF SATHJA THATO, Ph.D., 239 pp.

The purpose of this comparative experimental research was to study the effect of providing health information combined with reflexology on insomnia, fatigue, and depression in patients with chronic kidney disease. The sample consisted of 40 patients aged 20-59 years diagnosed with chronic kidney disease who had serum creatinine between 3-5 mg/dl and received Renal Replacement Therapy by hemodialysis or Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis at the hemodialysis unit, Surathani Hospital. Subjects were matched in pairs by age, gender, hematocrit, nutrition, and uremic symptom. The subjects were randomly assigned to experimental group or control group, 20 each. The experimental group received providing health information combined with reflexology, while the control group received conventional care. Research instruments were a health teaching plan and a chronic kidney disease handbook for patients. They were tested for content validity by a panel of experts. Insomnia Severity Index (Morin, 1993), Fatigue Questionnaire (Piper et al., 1998), and Depression Questionnaire (Zung, 1965) were used to collect data. The questionnaire were tested for reliability with Cronbach's alpha coefficients at .72, .94 and .72, respectively. Descriptive statistics and t-test were used for data analysis.

Major research findings were as follows:

1.The mean score of insomnia, fatigue, and depression in patients with chronic kidney disease after receiving health information combined with reflexology was significantly lower than those before participating in the study, at the .01 level.

2.The mean score of insomnia, fatigue, and depression in patients with chronic kidney disease in the experimental group was significantly lower than that of the control group, at the .01 level.

Field of study.....Nursing Science..... Student's Signature.....Romrutt Leesuk.....  
Academic year.....2006.....Advisor's Signature.....Ch. J.....  
Co-advisor's Signature.....Sathja Thato.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชนกวร จิตปัญญา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สัจจา ทาโต อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ผู้ให้ข้อคิด คำเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความรัก ความห่วงใย เอาใจใส่ และเป็นกำลังใจอย่างดียิ่งตลอดมา ซึ่งผู้วิจัยซาบซึ้งและกราบขอบพระคุณ เป็นอย่างสูง

กราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา ยูนิพันธุ์ ประธานสอบวิทยานิพนธ์ และ อาจารย์ ดร.ชูศักดิ์ ชัมภลลิขิต กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะเพื่อให้ วิทยานิพนธ์นี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น และกราบขอบพระคุณคณาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ทุก ท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้และประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีค่าแก่ผู้วิจัย

กราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิจากสถาบันต่างๆ ทุกท่าน ที่ได้สละเวลาในการตรวจความ ตรงเชิงเนื้อหาและแก้ไขเครื่องมือวิจัย รวมทั้งขอขอบพระคุณท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาลพังงา และผู้อำนวยการโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี และเจ้าหน้าที่พยาบาลที่ช่วยเหลือประสานงานอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลวิจัย และที่สำคัญคือ ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังทุกท่าน ที่ได้ให้ความกรุณา เสียสละเวลาอันมีค่า และให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยและเป็นกลุ่ม ตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ได้ให้การสนับสนุน ทุน 90 ปีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ได้ให้การสนับสนุนทุนส่วนหนึ่งที่เป็นประโยชน์ในการวิจัยและ ขอขอบคุณพี่ๆ น้องๆ เพื่อนร่วมรุ่น และเจ้าหน้าที่ทุกท่านของคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย ที่ได้ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอ

ท้ายที่สุดขอกราบขอบพระคุณสำหรับ ความรักที่มีให้อย่างหาที่เปรียบมิได้ของคุณพ่อ คุณแม่ และสมาชิกในครอบครัวที่คอยเป็นกำลังใจและให้การสนับสนุนในทุกด้านแก่ผู้วิจัยเสมอ มาจนสำเร็จการศึกษาครั้งนี้

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
แนวเหตุผลและสมมติฐานการวิจัย.....	7
ขอบเขตการวิจัย.....	10
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	11
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	12
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	14
1. ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (Chronic Kidney Disease Patients).....	16
2. แนวคิดทฤษฎีความสัมพันธ์ของอาการ (Theory of unpleasant symptom).....	29
3. แนวคิดเกี่ยวกับอาการนอนไม่หลับ (Insomnia).....	42
4. แนวคิดเกี่ยวกับอาการเหนื่อยล้า (Fatigue).....	64
5. แนวคิดเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า (Depression).....	81
6. แนวคิดเกี่ยวกับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพ.....	95
7. แนวคิดเกี่ยวกับการบำบัดทางการพยาบาลแบบเสริม.....	100
8. การให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนวดกดจุดสะท้อน.....	119
9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	122
10. กรอบแนวคิดการวิจัย.....	125

บทที่	ช หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	126
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	126
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	132
กระบวนการดำเนินการทดลอง.....	139
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	149
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	150
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	160
สรุปผลการวิจัย.....	164
อภิปรายผล.....	164
ข้อเสนอแนะ.....	173
รายการอ้างอิง.....	174
ภาคผนวก.....	190
ภาคผนวก ก วิทยานิพนธ์ผู้ทรงคุณวุฒิ.....	191
ภาคผนวก ข จดหมายเรียนเชิญผู้ทรงคุณวุฒิและจดหมายขอความ ร่วมมือในการเก็บข้อมูลการวิจัย.....	194
ภาคผนวก ค เอกสารพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างและเครื่องมือที่ใช้ในการ วิจัย.....	205
ภาคผนวก ง ตารางการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม.....	232
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	239



สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 ข้อดีและข้อเสียของ Renal replacement therapy ชนิดต่างๆ.....	27
2 ระยะเวลาบนหลับ ลักษณะทางสรีรวิทยา ลักษณะคลื่นสมอง การรู้สึกตัวและความฝัน.....	46
3 ลักษณะตามปัจจัยตามอายุ เพศ ระดับความเข้มข้นเลือด ระดับภาวะโภชนาการ และระดับภาวะยูรีเมีย.....	130
4 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ เพศ ระดับการศึกษา และรายได้ของครอบครัว.....	152
5 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระยะเวลาที่เป็นโรคไตเรื้อรัง โรคที่เป็นร่วม การรักษา การได้รับยาที่มีฤทธิ์ทำให้ง่วง และการได้รับยาที่มีฤทธิ์รบกวนการนอนหลับ.....	153
6 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภาวะยูรีเมีย ระดับโภชนาการ และระดับความเข้มข้นเลือด.....	154
7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนอาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ และกลุ่มที่ได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนัดกดจุดสะท้อน.....	155
8 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนอาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ.....	156
9 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนอาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มที่ได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนัดกดจุดสะท้อน.....	157
10 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนอาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติและกลุ่มที่ได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนัดกดจุดสะท้อน....	158
11 การแจกแจงคะแนนอาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลอง ด้วยสถิติ Kolmogorov-Sminov Test.....	233

12	คะแนนอาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม.....	234
13	คะแนนอาการนอนไม่หลับ อาการเหนื่อยล้า และภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการทดลองของผู้ป่วยกลุ่มที่ได้รับการให้ข้อมูลด้านสุขภาพพร้อมกับการนัดจุดสะท้อน.....	235

## สารบัญภาพ

ภาพประกอบ	หน้า
1 Model of theory of unpleasant Symptoms.....	32
2 วงจรการนอนหลับพื้นฐาน.....	49
3 ปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการเกิดอาการเหนื่อยล้าทั้งในผู้มีสุขภาพดีและผู้เจ็บป่วย.....	70
4 ภาพวาดแกะสลักที่แสดงให้เห็นขั้นตอนของการนวดกดจุดที่สุสานแพทย์และ จักรพรรดิอัครมา ในเมืองซัคคารา ประเทศอียิปต์.....	102
5 ทฤษฎีโซน 10 โซน.....	106
6 จุดเกี่ยวกับอวัยวะต่างๆ ของเท้า.....	118