

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภูมิ	ฉ
สารบัญภาพ	ญ
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
1.3 ขอบเขตของการวิจัย	4
1.4 คำนิยามศัพท์	5
1.5 สมมุติฐานของงานวิจัย	7
1.6 บริบทของโรงพยาบาลชะอำในการให้บริการผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	7
<b>บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	
2.1 โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	8
2.2 การกำเริบของภาวะหายใจลำบากในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	23
2.3 การฟื้นฟูสมรรถภาพปอดเพื่อป้องกันการเกิดภาวะหายใจลำบาก	28
2.4 โปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดเพื่อป้องกันการกำเริบของภาวะหายใจลำบาก	33
2.5 บทบาทของพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	36
2.6 กรอบแนวคิดในงานวิจัย	38
<b>บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย</b>	
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	39
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	40
3.3 การทดสอบความแม่นยำและความเชื่อถือได้ของเครื่องมือ	43
3.4 การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย	44

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.5 การดำเนินการวิจัย	44
3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล	48
3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล	49
<b>บทที่ 4 ผลการวิจัย</b>	
4.1 ลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและกลุ่มตัวอย่าง ที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ	51
4.2 ภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังและภาวะเสี่ยงที่ทำให้เกิด การกำเริบของการหายใจลำบากของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและ กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ	54
4.3 เปรียบเทียบภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและ กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ หลังการใช้โปรแกรม	58
4.4 เปรียบเทียบภาวะการหายใจลำบากของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติ และกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ หลังใช้การโปรแกรมฯ โดยสถิติ Mann – Whitney U test	59
<b>บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ</b>	
5.1 สรุปผลการวิจัย	63
5.2 อภิปรายผล	65
5.3 ข้อจำกัดของการวิจัย	67
5.4 ข้อเสนอแนะ	68
บรรณานุกรม	70
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก เอกสารรับรองคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ	76
ภาคผนวก ข หนังสือขอความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยและหนังสือแสดง ความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย	77
ภาคผนวก ค รายงานผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความแม่นยำของเนื้อหา ของเครื่องมือวิจัย	81
ภาคผนวก ง แบบสัมภาษณ์และบันทึกข้อมูลการวิจัย	82

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก จ สรุปโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ	89
ภาคผนวก ฉ คู่มือการดูแลตนเองในการป้องกันการเกิดภาวะหายใจลำบาก ในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	90
ภาคผนวก ช เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของภาวะหายใจลำบากด้วยการประเมินจาก Dyspnea Visual Analogue Scale (DVAS), Peak Flow Meter และ การเป่า – ดูดขวดน้ำของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและ กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ หลังการ ใช้โปรแกรมด้วยสถิติ Mann - Whitney U test	105
ประวัติผู้เขียน	106

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ความรุนแรงของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โดยจำแนกตามค่า FEV1 ของผู้ป่วยเทียบกับค่ามาตรฐาน (FEV1% predicted)	18
2	สรุปผลการพัฒนาโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดเพื่อป้องกันการกำเริบของภาวะหายใจลำบากของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	34
3	โปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ ได้รับการปฏิบัติตามแนวทางที่ผู้วิจัยกำหนดในแต่ละสัปดาห์	45
4	จำนวน ร้อยละ และเปรียบเทียบความแตกต่างของลักษณะส่วนบุคคลระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ	52
5	จำนวน ร้อยละ และเปรียบเทียบความแตกต่างของภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังระหว่างกลุ่มที่ได้รับการดูแลปกติและกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ	54
6	จำนวน ร้อยละ และเปรียบเทียบภาวะเสี่ยงที่ทำให้เกิดภาวะหายใจลำบากระหว่างกลุ่มที่ได้รับการดูแลปกติและกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ	56
7	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ หลังการใช้โปรแกรม	58
8	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะหายใจลำบากด้วยการประเมินจาก Dyspnea Visual Analogue Scale (DVAS), Peak Flow Meter และการเป่า – ดูดขวดน้ำของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ หลังการใช้โปรแกรมด้วยสถิติ Mann - Whitney U test	59
9	ตารางเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะหายใจลำบากด้วยการประเมินจาก Dyspnea Visual Analogue Scale (DVAS), Peak Flow Meter และการเป่า – ดูดขวดน้ำของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลปกติและกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดฯ หลังการใช้โปรแกรมด้วยสถิติ Mann - Whitney U test	105

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่		หน้า
1	พยาธิสรีรวิทยาของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	15
2	ระดับความรุนแรงของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	19
3	แนวทางการรักษาโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	22
4	กรอบแนวคิดในงานวิจัย	38



## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังโดยวงกลม 3 วง	10
2	พยาธิกำเนิด (pathogenesis) ของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง	12
3	กลไกการเกิดการอุดกั้นทางเดินหายใจ	13
4	เครื่อง Peak Flow Meter ยี่ห้อไมโครไลน์ รุ่น PF100	41
5	ขวดน้ำสำหรับเป่า – ดูด	42

