



การศึกษาประสิทธิผลของสื่อให้ความรู้ เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

นภาศิริ ทัศนชัย* , พิริยณัฐ มุลยศ*

บทคัดย่อ

โรคหลอดเลือดสมองมักก่อให้เกิดปัญหาความบกพร่องในการทำงานของร่างกายส่วนบน ซึ่งงานกิจกรรมบำบัด สถาบันสิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติ ได้จัดให้มีการให้ความรู้แก่ผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแลอยู่เสมอ แต่เดิมเป็นเพียงการแนะนำผ่านทางวาจาจากนักกิจกรรมบำบัดกับผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล ซึ่งอาจทำให้เกิดการสื่อสารที่ไม่มีประสิทธิภาพ หรือเกิดความเข้าใจที่ไม่ตรงกันในการส่งต่อข้อมูลระหว่างญาติหรือผู้ดูแลด้วยกัน ส่งผลให้การดูแลผู้ป่วยไม่มีประสิทธิภาพและทำให้เกิดอุปสรรคในการฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ป่วยตามมา ผู้วิจัยได้คำนึงถึงปัญหาดังกล่าว จัดทำสื่อให้ความรู้เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองจะช่วยให้ผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองอย่างถูกต้อง งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของสื่อให้ความรู้เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ญาติ/ผู้ดูแล ที่มารับบริการ ณ งานกิจกรรมบำบัด สถาบันสิรินธรเพื่อการฟื้นฟู จำนวน 51 คน เลือกลุ่มอย่างแบบสุ่มอย่างง่าย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติทดสอบ Paired Samples t-test พบว่า หลังผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล ได้รับสื่อให้ความรู้ฯ มีคะแนนความรู้ความเข้าใจเพิ่มมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และวัดระดับความพึงพอใจต่อสื่อให้ความรู้ฯ ของผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล พบว่า มีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจทั้งหมดต่อสื่อให้ความรู้ฯ มากกว่าร้อยละ 80 ดังนั้น สื่อให้ความรู้ฯ สามารถนำไปใช้ในกลุ่มผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองได้อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ : โรคหลอดเลือดสมอง การบริหารแขนและมือ งานกิจกรรมบำบัด

*สถาบันสิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติ



Abstract

Stroke is a common disease that causes of Upper extremity function impairment. Normally, Occupational Therapy department of Sirindhorn National Medical Rehabilitation Institute provided knowledge or home programs about upper limb exercises by verbal from occupational therapist to stroke patients and caregivers. Which it may are ineffective communication or make misunderstandings in the transmission of information. Therefore, we have developed a guidebook for knowledge about upper limb exercises in stroke patients. The purpose of this research to study the effectiveness of using a guidebook for knowledge about upper limb exercises in stroke patients. The sample consisted of 51 stroke patients and caregivers in Occupational Therapy department of Sirindhorn National Medical Rehabilitation Institute by using simple random sampling method. Pair sample t-test was used to analyze the data. The results revealed that after patients and caregivers received knowledge from guidebook, there was significant of increasing knowledge ($p < .05$). The satisfaction level of guidebook in patients and caregivers was measured that average scores of total satisfactions is more than 80 percent. This study suggested that guidebook can be appropriately applied to knowledge about upper limb exercises in stroke patients.

Keywords : Stroke, Upper limb exercises, Occupational Therapy



บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

แต่ละปีมีอุบัติการณ์การเกิดผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองรายใหม่จำนวนกว่า 14 ล้านราย มีผู้เสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดสมองจำนวน 5.5 ล้านรายต่อปี และปัจจุบันมีผู้ป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมองทั่วโลกกว่า 80 ล้านราย¹ ซึ่งโรคหลอดเลือดสมองเป็นภาวะของหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงเนื้อสมองเกิดแตก หรือตีบตัน ทำให้เซลล์สมองตาย ซึ่งความรุนแรงของโรคก่อให้เกิดปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญในหลายประเทศทั่วโลกและเป็นสาเหตุหลักของความพิการที่พบบ่อย² ร้อยละ 70 ของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองมักมีปัญหาคาบพร่องในการทำงานของรยางค์ส่วนบนของข้างอัมพาต^{3, 4} มีความสามารถในการทำงานของรยางค์ส่วนบนของข้างอัมพาตลดลง^{5, 6} และมีภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ตามมา เช่น ข้อติด มือบวม กล้ามเนื้อฝ่อลีบ เป็นต้น⁷ ยิ่งหากไม่ได้รับการฟื้นฟูภาวะแทรกซ้อนก็จะยิ่งพบมากขึ้น⁸ ซึ่งส่งผลกระทบต่อความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองและกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย⁹

สถาบันสิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติ มีผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเข้ารับบริการฟื้นฟูสมรรถภาพเป็นจำนวนมาก โดยการฟื้นฟูสมรรถภาพเป็นส่วนหนึ่งในการดูแลรักษาสุขภาพที่สำคัญของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเนื่องจากจะช่วยกระตุ้นการฟื้นตัวของสมองและกล้ามเนื้อ อีกทั้งยังช่วยลดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ¹⁰ การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเป็นส่วนหนึ่งในการฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ป่วยที่งานกิจกรรมบำบัด สถาบันสิรินธรเพื่อการฟื้นฟูฯ ได้จัดให้มีการให้ความรู้แก่ผู้ป่วยญาติ/ผู้ดูแลอยู่เสมอ แต่เดิมเป็นเพียงการแนะนำผ่านทางวาจาจากนักกิจกรรมบำบัดกับผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแลซึ่งอาจทำให้เกิดการสื่อสารที่ไม่มีประสิทธิภาพ หรือเกิดความเข้าใจที่ไม่ตรงกันในการส่งต่อข้อมูลระหว่างญาติหรือผู้ดูแลด้วยกัน ส่งผลให้การดูแลผู้ป่วยไม่มีประสิทธิภาพและทำให้เกิดอุปสรรคในการฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ป่วยตามมา

ผู้วิจัยได้คำนึงถึงความสำคัญของปัญหาดังกล่าว ดังนั้นจึงได้พัฒนาสื่อให้ความรู้เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งในรูปแบบประกอบไปด้วย ความรู้เกี่ยวกับการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ประโยชน์ของการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ผลกระทบหากไม่มีการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง วิธีการบริหารแขนและมือรูปแบบต่างๆ โดยการศึกษานี้จะก่อให้เกิดประโยชน์ในแง่ของการพัฒนาสื่อให้ความรู้ที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพเพื่อใช้ในการส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความรู้ความเข้าใจสามารถบริหารแขนและมือเองได้ หรือญาติ/ผู้ดูแลสามารถนำสื่อความรู้ดังกล่าวไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของสื่อให้ความรู้ เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

วิธีการศึกษา

การวิจัยเชิงทดลองโดยมีแบบแผนการทดลองเป็นแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อน - หลัง (One Group Pretest-Posttest Design) กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ญาติ/ผู้ดูแล ที่มารับบริการฟื้นฟูสมรรถภาพ ณ งานกิจกรรมบำบัด สถาบันสิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์ชาติ อายุ 18 – 80 ปี ไม่จำกัดเพศ จำนวน 51 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Sample Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ใน



การวิจัย ได้แก่ สื่อให้ความรู้เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้ฯ และแบบประเมินความพึงพอใจสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ญาติ/ผู้ดูแล ต่อสื่อให้ความรู้ฯ วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยสถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ เพื่อศึกษาข้อมูลทั่วไปและความพึงพอใจสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ญาติ/ผู้ดูแล ต่อสื่อให้ความรู้ฯ ใช้สถิติอนุมาน ได้แก่ Paired Sample T-Test เพื่อเปรียบเทียบคะแนนจากแบบทดสอบความรู้ความเข้าใจ ก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้ฯ

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของผู้ทำแบบทดสอบความรู้ความเข้าใจก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้เรื่อง การบริหาร แขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง และแบบประเมินความพึงพอใจสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ญาติ/ผู้ดูแล ต่อสื่อให้ความรู้ฯ พบว่า มีทั้งสิ้น 51 คน เป็นเพศชาย ร้อยละ 25.49 เพศหญิง ร้อยละ 74.51 ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 41 - 50 ปี ร้อยละ 43.14 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุ 51 ปีขึ้นไป ร้อยละ 27.45 ระดับ การศึกษาปริญญาตรี ร้อยละ 54.90 รองลงมาเป็นระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 31.37 และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นบุตร ร้อยละ 35.29 รองลงมาเป็นญาติและผู้ดูแล ร้อยละ 19.61 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

	ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (ร้อยละ)
เพศ	ชาย	13 (25.49)
	หญิง	38 (74.51)
อายุ	20 - 30 ปี	3 (5.88)
	31 - 40 ปี	12 (23.53)
	41 - 50 ปี	22 (43.14)
	51 ปีขึ้นไป	14 (27.45)
ระดับการศึกษา	ประถมศึกษา	4 (7.84)
	มัธยมศึกษา	16 (31.37)
	ปริญญาตรี	28 (54.90)
	สูงกว่าปริญญาตรี	3 (5.89)
ผู้ประเมิน	ผู้ป่วย	6 (11.76)
	สามี/ภรรยา	7 (13.73)
	บุตร	18 (35.29)
	ญาติ	10 (19.61)
	ผู้ดูแล	10 (19.61)
	รวม	51 (100)

ผลการเปรียบเทียบคะแนนความรู้ความเข้าใจก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้เรื่อง การบริหาร แขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง พบว่า ผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล ก่อนได้รับสื่อให้ความรู้ฯ มีคะแนนเฉลี่ย 6.41



($SD = 1.08$) หลังได้รับสื่อให้ความรู้ฯ มีคะแนนเฉลี่ย 9.11 ($SD = .97$) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังได้รับสื่อให้ความรู้ฯ สูงกว่าก่อนได้รับสื่อให้ความรู้ฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความรู้ความเข้าใจก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้ฯ (n = 51)

ผลการเปรียบเทียบ	คะแนน		P
	ก่อนได้รับสื่อให้ความรู้	หลังได้รับสื่อให้ความรู้	
ความรู้ความเข้าใจเรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง	6.41 ±1.08	9.11 ±0.97	.000

$P < .05$

ความพึงพอใจสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ญาติ/ผู้ดูแล ต่อสื่อให้ความรู้ฯ พบว่า มีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจทั้งหมดต่อสื่อให้ความรู้ฯ ร้อยละ 98.47 หัวข้อตรงกับความต้องการของท่านมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจมากที่สุด ร้อยละ 99.61 รองลงมา คือ หัวข้อสามารถเพิ่มความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง และหัวข้อความพึงพอใจโดยรวมต่อสื่อให้ความรู้ฯ ร้อยละ 99.22 ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ความพึงพอใจสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ญาติ/ผู้ดูแล ต่อสื่อให้ความรู้ฯ

ความพึงพอใจ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	เฉลี่ย
1. เนื้อหามีความครบถ้วนและครอบคลุมปัญหา	88.24 (45)	11.76 (6)	0	0	0	97.65
2. มีความชัดเจนในการให้ข้อมูล เนื้อหาเข้าใจง่ายไม่ซับซ้อน	92.16 (47)	5.88 (3)	1.96 (1)	0	0	98.04
3. ขนาดของสื่อให้ความรู้ฯ รูปเล่มมีความเหมาะสม	94.12 (48)	3.92 (2)	1.96 (1)	0	0	98.43
4. ขนาดตัวอักษร มีความเหมาะสม	90.20 (46)	3.92 (2)	5.88 (3)	0	0	96.86
5. ภาพประกอบชัดเจน สวยงาม	94.12 (48)	3.92 (2)	1.96 (1)	0	0	98.43
6. สามารถเพิ่มความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง	96.08 (49)	3.92 (2)	0	0	0	99.22
7. ตรงกับความต้องการของท่าน	98.04 (50)	1.96 (1)	0	0	0	99.61
8. เป็นสื่อให้ความรู้ที่มีประโยชน์และนำไปใช้ได้จริง	96.08 (49)	1.96 (1)	1.96 (1)	0	0	98.82
9. ความพึงพอใจโดยรวมต่อสื่อให้ความรู้ฯ	96.08 (49)	3.92 (2)	0	0	0	99.22
	เฉลี่ยรวม					98.47



สรุปและวิจารณ์

ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล ที่ทำแบบทดสอบความรู้ความเข้าใจก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้ เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง และแบบประเมินความพึงพอใจต่อสื่อให้ความรู้ พบว่า มีทั้งสิ้น 51 คน โดยเป็นเพศหญิง 38 คน และเพศชาย 13 คน ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 41 – 50 ปี (ร้อยละ 43.14) มีระดับวุฒิการศึกษาปริญญาตรีมากที่สุด (ร้อยละ 54.90) และเป็นบุตรมากที่สุด (ร้อยละ 35.29) รองลงมาเป็น ญาติ/ผู้ดูแล ที่มีจำนวนเท่ากัน (ร้อยละ 19.61) ซึ่งโรคหลอดเลือดสมองเป็นภัยที่คุกคามประชากรทั่วโลก และเป็นสาเหตุอันดับต้น ๆ ที่ทำให้เกิดการเสียชีวิต ผู้ป่วยกลุ่มนี้จะได้รับผลกระทบทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ผู้ป่วยบางรายกลายเป็นบุคคลที่เกิดความพิการทางกายหรือการเคลื่อนไหว และสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหวบางส่วนบน ซึ่งส่งผลกระทบต่อความสามารถในการช่วยเหลือตัวเอง ผู้ป่วยบางรายไม่สามารถดำเนินกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง และอาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ตามมาได้ นอกจากนี้ยังอาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต⁹

ผลการเปรียบเทียบคะแนนความรู้ความเข้าใจก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้ เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองของผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนได้รับสื่อให้ความรู้ คะแนนเต็ม 10 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 6.41 ($SD = 1.08$) ส่วนหลังได้รับสื่อให้ความรู้ แล้วทำการทดสอบซ้ำ มีคะแนนเฉลี่ยสูงขึ้นเป็น 9.11 ($SD = .97$) ซึ่งเมื่อพิจารณาแล้วพบว่ามีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ความเข้าใจเพิ่มขึ้น อาจถือได้ว่าสื่อให้ความรู้ ในงานวิจัยนี้ สามารถสร้างความรู้ความเข้าใจเรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งจากการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังได้รับสื่อให้ความรู้ โดยใช้สถิติทดสอบ Paired Samples t-test พบว่า หลังได้รับสื่อให้ความรู้ แล้วทำการทดสอบความรู้ความเข้าใจซ้ำมีคะแนนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า สื่อให้ความรู้ นี้ส่งผลกระทบต่อความรู้ความเข้าใจที่เพิ่มขึ้นในเรื่องการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองได้อย่างชัดเจน ผลการประเมินระดับความพึงพอใจของผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแลต่อสื่อให้ความรู้เรื่อง การบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจทั้งหมด ร้อยละ 98.48 โดยในหัวข้อตรงกับความต้องการของท่านมีคะแนนความพึงพอใจมากที่สุด ร้อยละ 99.61 รองลงมาเป็นหัวข้อสามารถเพิ่มความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง และหัวข้อความพึงพอใจโดยรวมต่อสื่อให้ความรู้ คะแนนความพึงพอใจ ร้อยละ 99.22 อาจเนื่องจากสื่อให้ความรู้ที่ได้พัฒนาขึ้นมา มีเนื้อหาที่เหมาะสมกับผู้ป่วยในแต่ละระยะของการฟื้นตัว มีการแบ่งเนื้อหาและมีรูปภาพแสดงให้เห็นชัดเจน เข้าใจ และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง ตรงกับความต้องการในการนำไปฝึกที่บ้านของผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล จึงทำให้คะแนนความพึงพอใจต่อหัวข้อข้างต้นได้คะแนนมาก แต่ในหัวข้อขนาดตัวอักษรมีความเหมาะสม มีคะแนนความพึงพอใจน้อยที่สุด ร้อยละ 96.86 อาจเพราะว่าเนื้อหาในสื่อให้ความรู้ นั้น ส่วนใหญ่เป็นรูปภาพที่มีขนาดใหญ่ เพื่อให้เห็นชัดเจน สามารถทำตามได้ง่าย เนื้อหาที่เป็นตัวอักษรมีขนาดเล็กและเป็นเนื้อหาที่มีข้อความกระชับ ซึ่งอาจส่งผลต่อผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล ที่ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 41 – 50 ปี ที่อาจมีปัญหาด้านสายตา จึงเกิดความยากลำบากในการอ่านเนื้อหาตัวอักษรภายในสื่อให้ความรู้ ทำให้หัวข้อนี้ได้คะแนนความพึงพอใจน้อยที่สุด ทั้งนี้การสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหวบางส่วนบนพบได้บ่อยในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง และ



อาจเกิดอาการข้อติด ปวด และบวมของรยางค์ส่วนบนหากไม่ได้รับการฟื้นฟู⁸ การฟื้นฟูสมรรถภาพเป็นสิ่งสำคัญต่อผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองอย่างมากเนื่องจากจะช่วยกระตุ้นการฟื้นตัวของสมองและกล้ามเนื้อลดความพิการซ้ำซ้อน ซึ่งการบริหารแขนและมือในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองเป็นส่วนหนึ่งในการฟื้นฟูสมรรถภาพที่เสริมสร้างให้ผู้ป่วยมีภาวะสุขภาพที่ดีขึ้นอีกทั้งยังช่วยป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ การที่ผู้ป่วยญาติ/ผู้ดูแลได้รับสื่อให้ความรู้ที่ชัดเจน ก็จะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจ สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างต่อเนื่อง ทั้งขณะอยู่ในสถานพยาบาลหรือที่บ้าน ส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถช่วยเหลือตนเองได้มากขึ้นและลดภาระการดูแลของญาติ/ผู้ดูแล ซึ่งจะผลต่อคุณภาพชีวิตต่อทั้งผู้ป่วย รวมถึงญาติ/ผู้ดูแล¹¹

ข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้มีข้อจำกัดได้แก่ผู้เข้าร่วมวิจัยมีจำนวนน้อย เนื่องจากมีปัจจัยอื่นมาเกี่ยวข้อง เช่น ช่วงเวลาข้อจำกัดของผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล และยังไม่มีการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านอื่น ๆ ที่อาจส่งผลต่อความรู้ความเข้าใจของผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแล เช่น ระดับการศึกษา เพศ อายุ ความสัมพันธ์ และระยะเวลาในการดูแลผู้ป่วย เป็นต้น การศึกษารั้งต่อไปควรทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างจำนวนมากขึ้น และควรเพิ่มการติดตามผลในแง่ของการปฏิบัติหลังจากผู้ป่วย ญาติ/ผู้ดูแลได้รับสื่อให้ความรู้กลับไปเป็นระยะเวลาที่นานขึ้น

เอกสารอ้างอิง (References)

1. World Stroke Organization. World Stroke Organization (WSO) Annual reports 2020. 2020.
2. สุกัญญา ทองบุผา, ศิริลักษณ์ แก้วศรีวงศ์. โปรแกรมการฝึกทักษะการบริหารจัดการสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองที่พร่องการรู้คิด: ทบทวนวรรณกรรม. วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์. 2562; 38(2): 124-31.
3. Kong KH, Chua KS, Lee J. Recovery of upper limb dexterity in patients more than 1 year after stroke: Frequency, clinical correlates and predictors. NeuroRehabilitation. 2011; 28(2):105-11.
4. Nijland RH, Wegen EE, Wel BC, Kwakkel G. Presence of finger extension and shoulder abduction within 72 hours after stroke predicts functional recovery: early prediction of functional outcome after stroke: the EPOS cohort study. Stroke. 2010;41(4):745-50.
5. Au-Yeung SS, Hui-Chan CW. Predicting recovery of dextrous hand function in acute stroke. Disabil Rehabil. 2009; 31(5): 394-401.
6. Kwah LK, Harvey LA, Diong J, Herbert RD. Models containing age and NIHSS predict recovery of ambulation and upper limb function six months after stroke: an observational study. J Physiother. 2013; 59(3): 189-97.



7. Kwah LK, Harvey LA, Diong JH, Herbert RD. Half of the adults who present to hospital with stroke develop at least one contracture within six months: an observational study. *J Physiother.* 2012; 58(1): 41-7.
8. Kim HJ, Lee Y, Sohng KY. Effects of bilateral passive range of motion exercise on the function of upper extremities and activities of daily living in patients with acute stroke. *J Phys Ther Sci.* 2014; 26(1): 149-56.
9. ภัทรา วัฒนพันธุ์. การฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง และการป้องกันภาวะแทรกซ้อน. วารสารสมาคมประสาทวิทยาศาสตร์ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. 2560; 12: 31-43.
10. พัชราภรณ์ สิริธรรานนท์. ผลของโปรแกรมการสอนแนะผู้ดูแลต่อความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองวัยผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2558.
11. ปิยาภรณ์ หอมกลิ่น. ประสิทธิภาพของการฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายภาพบำบัดในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองระยะกึ่งเฉียบพลัน ในหน่วยงานกายภาพบำบัด กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู. *Mahidol R2R e-Journal.* 2564; 8(3): 74-82.