

**THE CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE TO  
MANAGE SLEEP PROBLEMS IN PATIENTS WITH BREAST  
CANCER UNDERGONE CHEMOTHERAPY**

**KULNIDA RATANANALIN**

**A THEMATIC PAPER SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT  
OF THE REQUIREMENTS FOR  
THE DEGREE OF MASTER OF NURSING SCIENCE  
(ADULT NURSING)  
FACULTY OF GRADUATE STUDIES  
MAHIDOL UNIVERSITY**

**2006**

**COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY**

การพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลในการจัดการกับปัญหาการนอนหลับในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัด (THE CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE TO MANAGE SLEEP PROBLEMS IN PATIENTS WITH BREAST CANCER UNDERGONE CHEMOTHERAPY)

กุลนิกา รัตนนลิน 4736701 NSAN/M

พย.ม. (การพยาบาลผู้ใหญ่)

คณะกรรมการควบคุมสารนิพนธ์ : ศิริอร สิ้นธุ, DNSc., อรพรรณ โตสิงห์, พย.ด.

#### บทคัดย่อ

สารนิพนธ์ฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลในการจัดการกับปัญหาการนอนหลับในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัด การจัดการกับปัญหาการนอนหลับในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัดจะช่วยส่งเสริมให้กระบวนการต่างๆในร่างกายสามารถทำหน้าที่ได้อย่างปกติ ผู้ป่วยสามารถปรับตัวต่อการเจ็บป่วยเรื้อรังได้ และสามารถปรับตัวต่อการรักษา ตลอดจนการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ส่งผลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น โดยผู้ศึกษาได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสาร ตำรา และหลักฐานเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้องประกอบด้วยงานวิจัย 8 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยระดับ Randomized control trial 3 เรื่อง, quasi-experimental 4 เรื่อง และ descriptive study 1 เรื่อง

จากการทบทวนวรรณกรรมสามารถสรุปเป็นข้อเสนอแนะในการพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลในการจัดการกับปัญหาการนอนหลับในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัดออกเป็น 3 หมวด ประกอบด้วย 1) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับขั้นตอนการประเมินและคัดกรองปัญหาการนอนหลับ 2) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับขั้นตอนของการจัดการกับปัญหาการนอนหลับ 3) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับขั้นตอนการติดตามประเมินผล โดยผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ซึ่งได้ข้อเสนอแนะดังนี้ คือ 1) การใช้แบบประเมินและคัดกรองปัญหาการนอนหลับ และวิธีการจัดการกับปัญหาการนอนหลับผู้ใช้จะต้องผ่านการอบรมก่อน 2) แบบประเมินและคัดกรองปัญหาการนอนหลับควรแยกให้ชัดเจนระหว่างแบบประเมินที่ใช้โดยผู้ป่วยและแบบประเมินที่พยาบาลเป็นผู้ประเมินเพื่อแยกแ่งการนำไปใช้ 3) ในขั้นตอนของการให้ความรู้และคู่มือที่ใช้ในการให้ความรู้ควรใช้ภาษาที่ชัดเจนเข้าใจง่าย

ผู้ศึกษาได้นำแนวทางปฏิบัติที่ได้ มาปรับปรุงแก้ไขแนวปฏิบัติการพยาบาลให้สามารถนำไปใช้ได้จริงในหน่วยงาน ซึ่งควรมีการนำแนวปฏิบัติการพยาบาลในการจัดการกับปัญหาการนอนหลับในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัดนี้ไปทดสอบผลสัมฤทธิ์ต่อด้วยกระบวนการวิจัย ซึ่งจะ使得แนวปฏิบัติการพยาบาลมีความน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น เพื่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลที่ยั่งยืน

**THE CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE TO MANAGE SLEEP PROBLEMS IN PATIENTS WITH BREAST CANCER UNDERGONE CHEMOTHERAPY**

**KULNIDA RATANANALIN 4736701 NSAN/M**

**M.N.S. (ADULT NURSING)**

**THEMATIC PAPER COMMITTEE: SIRIORN SINDHU, D.N.Sc., ORAPAN THOSINHA, D.N.S.**

**ABSTRACT**

This thematic paper aimed at developing a clinical nursing practice guideline (CNPG) for managing sleep problems in breast cancer patients undergoing chemotherapy. Sleep problem management can promote healthy physiological function and help patients in adapting to chronic illness, treatment and altered life styles which result in better quality of life. The investigator reviewed relevant literature, text books and empirical evidence, through which 8 research papers were obtained comprising 3 randomized control trial studies, 4 quasi-experimental studies, and 1 descriptive study.

Given this literature review, the recommendations extracted for CNPG development were divided into 3 categories as follows: 1) Recommendation on sleep problem assessment and triage procedures 2) Recommendation on sleep problem management methods 3) Recommendation on follow-up assessment. The CNPG was checked for validity of content by 5 experts yielding the following recommendations: 1) The administrator of the sleep problem assessment and triage form should be trained adequately, 2) Sleep problem assessment and triage forms should be clearly separated between the patient's self assessment and the assessment performed by nurse for ease of application, 3) The language in the educational intervention as well as the educational pamphlet and Power Point media should be simple and comprehensive.

The investigator improved and revised the CNPG according to these expert recommendations in order to obtain a CNPG that was suitable for actual clinical implementation. This CNPG should be tested for effectiveness by means of research procedures which can enhance its reliability and promote sustainable nursing quality development.

**KEY WORDS: SLEEP PROBLEMS / SLEEP MANAGEMENT /CHEMOTHERAPY/ BREAST CANCER**

**100 P.**