

การบำบัดทางจิตสังคมเพื่อลดอาการซึมเศร้าในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน :
การพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจักษ์



จินตนา ก้นทองค์

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2554

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

การบำบัดทางจิตสังคมเพื่อลดอาการซึมเศร้าในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน : การพยาบาลตาม
หลักฐานเชิงประจักษ์

PSYCHOSOCIAL INTERVENTION TO REDUCE DEPRESSIVE SYMPTOMS IN PATIENTS WITH
TYPE 2 DIABETES MELLITUS: EVIDENCE- BASED NURSING

จินตนา กันทงศ์ 5137697 NSMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: ประภา ยุทธไตร, พย.ค., อัจฉราพร สิริรัญวงศ์, พย.ค.

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบการบำบัดทางจิตสังคมเพื่อลดอาการซึมเศร้า
ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินจากหลักฐานเชิงประจักษ์ โดยใช้ขั้นตอนดำเนินการของ Polit &
Beck (2008) เป็นกรอบในการศึกษาดังนี้ 1) ระบุปัญหาทางคลินิกที่ต้องการศึกษา 2) การสืบค้นหลักฐาน
เชิงประจักษ์ตามกรอบแนวคิด PICO 3) ประเมินคุณภาพและระดับความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิง
ประจักษ์ และ 4) สังเคราะห์หลักฐานเชิงประจักษ์ ผลการดำเนินการได้งานวิจัย จำนวน 7 เรื่อง เป็น
งานวิจัยเชิงทดลองที่มีการสุ่มและมีกลุ่มควบคุม จำนวน 5 เรื่อง งานวิจัยเดี่ยวที่วัดผลแบบอนุกรมเวลา
จำนวน 1 เรื่อง และงานวิจัยกลุ่มเดียวที่วัดก่อนและหลังการบำบัด จำนวน 1 เรื่อง 4) ผลการวิเคราะห์และ
สังเคราะห์ได้ข้อแนะนำดังนี้คือ จิตสังคมบำบัดเพื่อลดอาการซึมเศร้าในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน
มี 3 รูปแบบได้แก่ 1) การบำบัดแบบประคับประคอง เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานที่มีอาการของโรคซึมเศร้า
สามารถปรับตัวกับภาวะแทรกซ้อนและปัญหายุ่งยากซับซ้อนจากภาวะโรคได้ 2) การบำบัดความคิดและ
พฤติกรรม เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถเรียนรู้เทคนิคการรู้คิดในการระบุมุมมองอัตโนมัติด้านลบที่นำไปสู่
อาการซึมเศร้าโดยทดแทนด้วยความคิดที่ถูกต้อง สมเหตุสมผล มีประโยชน์และส่งเสริมการใช้กระบวนการ
แก้ปัญหาอย่างเป็นระบบรวมทั้งการปรับเปลี่ยนกิจกรรมเพื่อสร้างความพึงพอใจมากขึ้น 3) การปรับความคิด
และพฤติกรรมร่วมกับการจัดการกับภาวะโรคเบาหวานเพื่อส่งเสริมความคิดทางบวกที่ถูกต้องและพฤติกรรมที่
สร้างสุขรวมทั้งมีความรู้และทักษะในการดูแลตนเองให้เหมาะสมกับภาวะโรคเบาหวานสามารถให้การ
บำบัดทั้งแบบรายบุคคลและรายกลุ่ม

หน่วยงานที่จะนำรูปแบบจิตสังคมบำบัดนี้ไปใช้ ควรเตรียมความพร้อมด้านบุคลากรและ
คู่มือการบำบัดเพื่อการทดลองใช้และพัฒนาเป็นโปรแกรมมาตรฐานต่อไป

คำสำคัญ: การบำบัดทางจิตสังคม / เบาหวาน / อาการซึมเศร้า / การพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจักษ์

PSYCHOSOCIAL INTERVENTION TO REDUCE DEPRESSIVE SYMPTOMS IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS: EVIDENCE - BASED NURSING

JINTANA KANTANONG 5137697 NSMH/M

M.N.S. (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRIC NURSING)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: PRAPA YUTTATRI, D.N.S.,
ACHARAPORN SEEHERUNWONG, D.N.S**ABSTRACT**

The present study aimed at investigating psychosocial interventions to reduce depressive symptoms in patients with DM-2 from empirical evidence. Polit & Beck's processes were used as a framework for this study. It included: 1) identifying clinical problems under study, 2) searching for evidence-based research based on the PICO conceptual framework, 3) evaluating quality and reliability as well as validity of the selected evidence, and 4) synthesizing the selected evidence. In the present study, seven research studies were selected for the synthesis. Of these, five were randomized controlled trials, one was a single group with a time-series design, and one was a single group with a pre-test and post-test design. The research was then analyzed, synthesized, and summarized into recommendations for psychosocial interventions to reduce depressive symptoms in patients with DM-2. There are generally three types of interventions: 1) supportive therapy to promote adaptation of patients with DM-2 to complications and complex problems caused by the disease, 2) cognitive behavioral therapy to enable patients to identify distorted negative autonomous thinking that leads to depressive symptoms by substituting correct and beneficial thinking and promoting systematic problems-solving and satisfactory activities, and 3) cognitive behavioral therapy and management of diabetes to enhance more realistic positive thinking, along with behaviors that promote happiness as well as the knowledge and skills for self care to suit the conditions of the disease. These psychosocial interventions can be conducted either individually or in groups.

The healthcare setting should prepare personnel through training and develop a manual for the psychosocial therapy. These recommendations for the psychosocial interventions should then be implemented and developed in to a program to become the evidence-based nursing practice standard.

KEY WORDS: PSYCHOSOCIAL INTERVENTION / DIABETES MELLITUS /
DEPRESSIVE SYMTOMS / EVIDENCE-BASED NURSING PRACTICE

127 pages