



25 ก.พ. 2533

ผลของการผ่อนคลายต่อการลดความเจ็บปวดในผู้ป่วยหลังผ่าตัดช่องท้อง

Effects of Relaxation on Pain Relief in Patients with
Abdominal Surgery

รุ่งทิพย์ จามรมาน

อภินันท์นาการ

จาก

สำนักชอสมุค

ม. มหิดล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษิตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาพยาบาลศาสตร์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2532

ISBN 974-586-581-8

สงวนลิขสิทธิ์

Copyright by Mahidol University

18014

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการผ่อนคลายต่อการลดความเจ็บปวด
ในผู้ป่วยหลังผ่าตัดช่องท้อง

ผู้วิจัย รุ่งทิพย์ จามรมาน

ปริญญา วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (พยาบาลศาสตร์)

สาขา Acute Care Nursing

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

เขาวลัักษณ์ เลาทะจินดา วท.บ., คม.
มาลี เลิศมาลีวงศ์ วท.บ., M.N.
พเยาว์ พูลเจริญ คบ. กศ.ม.

วันที่สำเร็จการศึกษา 18 พฤษภาคม พ.ศ.2532

บทคัดย่อ

ในระยะ 24 ชั่วโมงแรกหลังผ่าตัด ผู้ป่วยทุกรายมีความเจ็บปวดแผลผ่าตัดมาก ผู้วิจัยจึงได้นำเทคนิคการผ่อนคลายมาใช้ลดความเจ็บปวด การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการผ่อนคลายที่มีต่อคะแนนความรู้สึกเจ็บปวด และความรู้สึกทุกข์ทรมานจากแผลผ่าตัด จำนวนครั้งและระยะเวลาการดิ้นยาแก้ปวด อัตราชีพจร การหายใจ ความดันเลือดของผู้ป่วยในระยะ 1-3 วันแรกหลังผ่าตัด และหาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดกับความรู้สึกทุกข์ทรมานจากแผลผ่าตัด กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัดอวัยวะภายในช่องท้องส่วนบน ที่โรงพยาบาลรามาริบัติ ในระหว่างเดือนตุลาคม ถึงธันวาคม 2531 การเลือกตัวอย่างใช้วิธีเจาะจงให้มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วจัดเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยวิธีสุ่มแบบแบ่งชั้น ให้มีเพศ ช่วงอายุ ชนิดผ่าตัดคล้ายกัน จำนวนกลุ่มละ 23 คน โดยให้ผู้ป่วยกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลจากพยาบาลประจำหอผู้ป่วยตามปกติ ส่วนผู้ป่วยกลุ่มทดลองให้ฝึกผ่อนคลายด้วยวิธีหายใจเข้าออกลึกๆซ้ำๆ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่ละส่วน

และการจินตนาการนิภภาพในทางบวก โดยฟังจากเทป ในเย็นวันก่อนผ่าตัด
 เข้าวันผ่าตัด เมื่อกลับจากผ่าตัด เย็นวันผ่าตัด และเวลาเช้าและเย็นในวันต่อมา
 อีก 2 วัน

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดและ
 ความรู้สึกทุกข์ทรมาน ในระยะ 1-3 วันแรกหลังผ่าตัด และจำนวนครั้งของการ
 นอนหลับในระยะเวลา 24 ชั่วโมงแรกหลังผ่าตัด น้อยกว่ากลุ่มควบคุม ($p < .05$)
 มีระยะเวลาการนอนหลับที่นานขึ้นจากผ่าตัดจนถึงการนอนหลับครั้งแรกนานกว่ากลุ่ม
 ควบคุม ($p < .05$) คะแนนความรู้สึกเจ็บปวดเมื่อวัดหลังผ่าตัดครบ 24, 48 และ
 72 ชั่วโมง และความรู้สึกทุกข์ทรมานเมื่อวัดหลังผ่าตัดครบ 48 และ 72 ชั่วโมง
 น้อยกว่าเมื่อกลับจากผ่าตัด ($p < .05$ และ $.01$) อัตราชีพจรเมื่อวัดหลังผ่าตัด
 ครบ 24, 48 และ 72 ชั่วโมง มากกว่าเย็นวันก่อนผ่าตัด ($p < .05$ และ $.01$)
 นอกจากนี้พบว่าคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดกับความรู้สึกทุกข์ทรมานจากแผลผ่าตัด
 มีความสัมพันธ์กันในทางบวก ($p < .01$ และ $.001$)

ผลการศึกษาสรุปได้ว่า การผ่อนคลายสามารถลดความเจ็บปวดแผล
 ผ่าตัดได้ ผู้ป่วยขอยาแก้ปวดลดลง จึงเสนอแนะให้หาวิธีการผ่อนคลายไปใช้ใน
 ผู้ป่วยหลังผ่าตัดคนอื่นต่อไป

Thesis Title Effects of Relaxation on Pain Relief
 in Patients with Abdominal Surgery

Name Rungtip Jamornman

Degree Master of Science (Acute Care Nursing)

Thesis Supervisory Committee

 Yauwaluk Lauhachinda, B.Sc., M.Ed.
 Malee Lerdmaleewong, B.Sc., M.N.
 Payao Poolcharoen, B.Ed., M.Ed.

Date of Graduation 18 May B.E. 2532 (1989)

ABSTRACT

In the first 24 hours after operation all patients suffer great pain. The purpose of this study was to evaluate the effects of relaxation technique on the degree of pain sensation and pain distress after surgery, the number and frequency of the administration of analgesic drugs, pulse and respiration rate, and blood pressure of patients, during the first three post-operative days, as well as to identify any relationship between pain sensation and pain distress. Samples were purposively selected from the admission of Ramathibodi hospital for upper gastrointestinal tract surgery, in the period from October to December 1988. Based on a stratified randomization, they were divided into two groups of 23 each. The control group received only routine care. The experimental group was trained via listening to a pre-

recorded tape to relax through abdominal and diaphragmatic breathing, passive progressive relaxation, and positive visualization; in the evening prior to surgery day, in the morning before surgery and right after surgery, in the evening after surgery, and in the morning and evening of the two subsequent days.

The result of the study indicated that in the first three days after surgery, the experimental group suffered less pain sensation and pain distress, used less analgesics in the 24 hours immediately after surgery ($p < .05$), longer interval for the subsequent administration of analgesics following the one immediately administered right after surgery ($p < .05$), lesser degree of pain sensation as measured after 24th, 48th and 72th hour, lesser degree of pain distress as measured after 48th and 72th hour ($p < .05$ and $.01$), pulse rate taken after 24th, 48th and 72th hour was higher than the one taken in the evening prior to the day of surgery ($p < .05$ and $.01$). In addition it was found that the degree of pain sensation and pain distress were positively related ($p < .01$ and $.001$).

Results of this study revealed that relaxation is benefit in decreasing pain perception and amount of analgesic required by postoperative patients. Thus it may be one of the suggested methods to be used in coping with pain among surgical patients.