

เกร็ดความรู้จากการอบรมโครงการ “N-nergizing Nursing Profession for NCD Challenges
(N3 Nursing Conference)”

ตั้งแต่วันที่ 8-10 มกราคม 2563

โดย อาจารย์ณัฐศิวัช ชุมผาง

กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases) เป็นประเด็นปัญหาสุขภาพระดับโลก โรคหัวใจ และหลอดเลือด มะเร็ง โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และเบาหวาน เป็นสาเหตุการเสียชีวิตก่อนวัยสูงถึงร้อยละ 80 สาเหตุ และภาวะแทรกซ้อนของกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเป็นผลมาจากหลายปัจจัย ทั้งด้านพันธุกรรม พฤติกรรม และ สิ่งแวดล้อม สิ่งที่สำคัญคือ มีปัจจัยเสี่ยงหลายประการที่สามารถปรับเปลี่ยนได้ เช่น การสูบบุหรี่ การออกกำลังกาย ไม่เพียงพอ และการมีน้ำหนักตัวเกินหรือโรคอ้วน ปัจจัยเหล่านี้สามารถเชื่อมโยงกับโรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้เกือบ ทั้งหมด หลักการในการป้องกันกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังประกอบด้วย การใช้ชีวิตของบุคคลในแต่ละช่วงวัย การ เสริมสร้างพลังอำนาจของบุคคลและชุมชน กลวิธีที่ได้ผลตามหลักฐานเชิงประจักษ์ กิจกรรมที่ประสานความร่วมมือ ของผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง และการจัดการผลประโยชน์ทับซ้อน ทั้งที่เกิดขึ้นแล้วหรืออาจเกิดขึ้นในอนาคต

พยาบาลทั่วโลกมีบทบาทสำคัญในการป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังด้วยกลวิธีต่างๆ ทั้งในระดับโลกและ ระดับประเทศ บทบาทของพยาบาลที่มีผลกระทบต่อสุขภาพของประชากรและการป้องกันกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังนี้ได้รับความสนใจทั่วโลกเพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้ ยังมีการตระหนักถึงปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมอื่นที่มีผลต่อการป้องกัน และการรักษากลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง กิจกรรมการพยาบาลและการป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น การป้องกันโรค อ้วนจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขทั้งในระดับบุคคล ครอบครัวและระบบ และต้องประสานงานกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง หลายภาคส่วน การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของพยาบาลในการป้องกันกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในศตวรรษที่ 21 ประกอบด้วย 4 ด้านคือ 1) สร้างความเห็นอกเห็นใจและความไว้วางใจกับผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชน 2) ประเมิน ความต้องการที่ยังไม่ได้รับการตอบสนองของผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชน ตามบริบทของการใช้ชีวิตและเป้าหมาย ของพวกเขา 3) สร้างความร่วมมือทั้งภายในและภายนอกทีมสุขภาพเพื่อค้นหาแนวทางการแก้ไขปัญหา และ 4) กำหนดและสนับสนุนวิธีการแก้ไขปัญหาาร่วมกันที่ต้นเหตุ นวัตกรรมทางการพยาบาลและวัฒนธรรมสุขภาพอาจมี กิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การเสริมสร้างบูรณาการของระบบบริการสุขภาพ การส่งเสริมความร่วมมือระหว่างภาค ส่วนเพื่อปรับปรุงความเป็นอยู่ให้ดีขึ้น สร้างชุมชนที่มีสุขภาพดีและเป็นธรรมมากขึ้น การร่วมมือกับผู้มีส่วนได้ส่วน เสียในชุมชน การเป็นหุ้นส่วนระหว่างผู้ให้บริการเพื่อให้การดูแลที่เฉพาะแก่ประชากรที่อ่อนแอ บริการที่ตอบสนอง ความต้องการขั้นพื้นฐานและด้านสังคม และการให้ความรู้เรื่องสุขภาพ ในท้ายที่สุดนี้ นโยบายมีความสำคัญเป็น อย่างยิ่งในการสนับสนุนความพยายามส่วนบุคคลและผลกระทบที่จะเกิดกับประชากร ดังนั้นการเร่งพัฒนา นวัตกรรมการพยาบาลจึงเป็นคำตอบสำคัญในการแก้ไขปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง การเสริมสร้างขีดความสามารถ ของวิชาชีพการพยาบาลในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังนั้นจำเป็นที่จะต้องมีการเตรียมนักวิจัย โดยสนับสนุนส่งเสริม นักศึกษาพยาบาลตั้งแต่ระดับปริญญาตรี

บทบาทของพยาบาลเกี่ยวกับ Mental Health ต้องให้ความรู้ความเข้าใจกับประชาชนว่าภาวะสมองเสื่อม นั้นไม่ใช่ภาวะปกติของผู้สูงอายุ เพื่อการสังเกตอาการ การมาพบแพทย์เพื่อวินิจฉัยได้ตั้งแต่ระยะเริ่มต้น การวางแผน การดูแลผู้ป่วยในแต่ละระยะได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนเป็นที่ปรึกษาเพื่อให้ญาติผู้ดูแลผู้ป่วยสามารถปรับตัว ช่วยจัดหรือผ่อนคลายความรู้สึกเป็นภาระ ความเครียด ความรู้สึกเป็นตราบาป และปัญหาในด้านต่าง ๆ ที่อาจ เกิดขึ้น STAR Training ในการดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม ทั้งเป็นการดูแลที่ใช้ผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง มุ่งเน้นในเรื่องการ สอนให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะสมองเสื่อม อาการและอาการแสดง การจัดการกับพฤติกรรมและอารมณ์ เปลี่ยนไปของผู้ป่วย โดยใช้หลักการ A-B-C ในการวางแผนการดูแล A-Antecedents: เกิดเหตุการณ์อะไร เหตุการณ์นั้นเกี่ยวข้องกับใคร คน/สิ่งของ/สถานที่/กิจกรรม/ช่วงเวลาใด B-Behaviors: พฤติกรรมที่เกิดขึ้น C-Consequences: ผลของการเกิดเหตุการณ์นั้น