



แบบฟอร์มการจัดการความรู้

การจัดการความรู้ของหน่วยงาน การพยาบาลผู้ป่วยคลอด

หัวข้อในการจัดการความรู้ (Knowledge Vision)

เรื่อง ลดคาแพช่วยคลอด

วัน/เดือน/ปี ที่จัดการความรู้ 23 เมษายน 2562

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

1. น.ส.ปวีณา ชาญยะผล ผู้จัดการความรู้ (KM Manager)
2. นางชญาภา อิ่มจิตร คุณอำนวย (Facilitator)
3. น.ส.อุไรวรรณ คงศิลป์ คุณกิจ (KP)
4. น.ส.ศุภาหังง โศตรฐม คุณกิจ (KP)
5. น.ส.วรรณภา ไพรัตน์ คุณกิจ (KP)
6. น.ส.ภาวิณี เอียงอุบล คุณกิจ (KP)
7. น.ส.ปริยานุช สุจดา คุณกิจ (KP)
8. น.ส.ปิยะนุช มิดดี คุณกิจ (KP)
9. น.ส.พัชรินทร์ ธรรมดิษฐ์ คุณกิจ (KP)
10. น.ส.จุฑามาศ ราชบัณฑิต คุณกิจ (KP)
11. น.ส.จตุพร เลาะไธสง คุณกิจ (KP)
12. น.ส.ฉันทนา แก้วลอย คุณกิจ (KP)
13. น.ส.ชนนิกัสนีย์ ชุบไธสง คุณกิจ (KP)
14. น.ส.ชลธิชา ศรีพุ่ม คุณกิจ (KP)
15. น.ส.พวงเพ็ชร พูลสวัสดิ์ คุณกิจ (KP)
16. น.ส.อัมพร นางาม คุณกิจ (KP)
17. น.ส.ศุภาวรรณ ชันโท คุณกิจ (KP)
18. น.ส.รัชชก สิงหาญ คุณกิจ (KP)
19. น.ส.สุวรรณเพ็ญ พรเลิศ คุณลิขิต (Note Taker)

1. หลักการและเหตุผล

การตรวจสอบสุขภาพของทารกในครรภ์โดยใช้เครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) ในสตรีตั้งครรภ์ในระยะรอคลอด เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์ เป็นการจัดทำให้หญิงตั้งครรภ์นอนหงาย โดยกำหนดให้ติดเป็นระยะเวลา 20 นาทีเมื่อแรกเริ่ม ส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์มีอาการไม่สบายต่างๆ เกิดขึ้น เช่น ปวดหลัง ปวดเอว อึดอัด หายใจไม่ออก จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบว่า การใช้หมอนหลอดคาแฟมาหนุนหลังช่วยในการจัดทำ เพื่อลดอาการปวดหลัง ทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความรู้สึกผ่อนคลายและสบายขณะติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) ซึ่งลักษณะของหมอนหลอดคาแฟจะสามารถขยับ และปรับไปตามรูปร่างของหญิงตั้งครรภ์

2. วัตถุประสงค์

2.1 เพื่อบรรเทาอาการปวดหลังในระยะรอคลอดและในช่วงที่ติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์

2.2 เพื่อสร้างความพึงพอใจให้กับหญิงตั้งครรภ์ต่อการใช้หมอนหลอดคาแฟหนุนบริเวณหลังและข้อเข้าในขณะติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์

2.3 เพื่อลดการทิ้งขยะเนื่องจากใช้หมอนหลอดคาแฟที่ใช้แล้วมาตัดทำหมอน

3. เป้าหมาย/ตัวชี้วัด

3.1 หญิงตั้งครรภ์มีคะแนนความปวดลดลงหลังจากใช้หมอนหลอดคาแฟหนุนบริเวณข้อเข้าและหลังขณะติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์

3.2 คะแนนความพึงพอใจต่อการใช้หมอนหลอดคาแฟหนุนบริเวณข้อเข้าและหลังขณะติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์ มากกว่าร้อยละ 90

4. วิธีการ/รูปแบบการจัดการความรู้ *** (กรูณาระบุ) ***

Success Story Telling (SST) (กรณีเลือกข้อนี้ให้ใส่ข้อมูลตามตารางข้อ 5.1)

The World Cafe (กรณีเลือกข้อนี้ให้ใส่ข้อมูลตามตารางข้อ 5.2)

5. กระบวนการจัดการความรู้ (Share & Learn)

5.2 The World Café

- นางชญาภา อิมจิตร คุณอำนวย (Facilitator) จากที่ผ่านมาพบว่าหญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับการติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์ มักจะบ่นว่ามีอาการปวดหลังขณะนอนหงาย เราจะมีอุปกรณ์ หรือจัดทำอย่างไรดี เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความสุขสบายมากที่สุด

- น.ส.ปวีณา ชาญะผล ผู้จัดการความรู้ (KM Manager) วันนี้เรามาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้รับจากการปฏิบัติงาน หรือจากการทบทวนงานวิจัยเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความสุขสบายมากที่สุด ในขณะที่ได้รับการติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์

- นางชญาภา อิ่มจิตร คุณอำนวย (Facilitator) ขอให้ทุกท่านร่วมแลกเปลี่ยนในประเด็นต่างๆ โดยให้หมุนเวียนกันแลกเปลี่ยนตามประเด็นที่คุณปวีณา ชาญะผล ได้กำหนดค่ะ

ผู้เล่าเรื่อง (Narrator)	การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (Share & Learn)	เทคนิค/วิธีการ (Action)
น.ส.ฉันทนา แก้วลอย	ท่านอนที่หญิงตั้งครรภ์รู้สึกสุขสบายมากที่สุดคือการนอนตะแคง แต่ที่ผ่านมาพบว่าหากหญิงตั้งครรภ์นอนตะแคงขณะในขณะที่ได้รับการติดเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronic fetal monitoring) เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของทารกในครรภ์ จะทำให้หัวของเครื่องมือเคลื่อนที่ ไม่สามารถอ่านกราฟได้	เราต้องให้หญิงตั้งครรภ์นอนหงาย เพื่อให้สามารถติดเครื่องมือได้สะดวก
น.ส.ปรียานุช สุธาดา	เคยเห็นเค้าใช้วิธีการปรับหัวเตียง โดยปรับให้อยู่ในท่า Fowler's position	เราใช้ท่านี้อาจดีไหม
น.ส.อุไรวรรณ คงศิลป์	ถ้าใช้ Fowler's position หัวของ Probe มันจะขยับได้ง่าย	ท่าที่ดีที่สุดขณะ on Monitor คือนอนหงาย ราบ(supine position) แต่หญิงตั้งครรภ์จะรู้สึกปวดหลัง
น.ส.ศุภาหังษ์ โคตรชุม	มีงานวิจัยที่เค้าใช้หมอนหลอดกาแฟมาใช้รองคอ ในคลินิกแพทย์แผนไทยโรงพยาบาลขุนหาญ ผลการวิจัยพบว่าผู้รับบริการมีความพึงพอใจมากขึ้น รู้สึกผ่อนคลาย	ใช้หมอนหลอดกาแฟ
น.ส.จุฑามาศ ราชบัณฑิต	มีงานวิจัยการนำหมอนหลอดกาแฟมาใช้เพื่อบรรเทาอาการปวดในผู้ป่วยกึ่งผ่าตัดมะเร็งเต้านมที่ศูนย์มะเร็งอุดรธานี สามารถลดอาการปวดแขนข้างที่ต้องนอนทับ และไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน รวมทั้งผู้ป่วยมีความพึงพอใจในระดับสูง	ใช้หมอนหลอดกาแฟ

น.ส.จตุพร เลาะไธสง	มีงานวิจัยใช้วิธีประคบร้อนที่บริเวณหลังของหญิงตั้งครรภ์เพื่อลดอาการปวด แต่พบปัญหาว่าความร้อนที่จะนำมาใช้ควบคุมได้ยาก บางคนใช้เจลไปใส่ไมโครเวฟ บางคนใช้เจลไปแช่น้ำร้อน ซึ่งอุณหภูมิมันควบคุมได้ยาก	ประคบร้อน
น.ส.ภาวิณี เอียงอุบล	มีงานวิจัยใช้วิธีประคบด้วยเจลเย็นบริเวณหลังของหญิงตั้งครรภ์ แต่พบปัญหาว่าความเย็นที่จะนำมาใช้ควบคุมได้ยาก บางคนใช้เจลไปใส่ตู้เย็น บางคนใช้เจลไปแช่น้ำเย็น ซึ่งอุณหภูมิมันควบคุมได้ยาก	ประคบเย็น
น.ส.ปิยะนุช มิดดี	เห็นด้วยกับการใช้หมอนลดคอคาแพสำหรับรองหลัง	หมอนลดคอคาแพ
น.ส.ชลธิชา ศรีพุ่ม	มีงานวิจัยที่โรงพยาบาลมหาราชนคร เชียงใหม่ใช้หมอนลดคอคาแพรองหลังและข้อเท้าของหญิงตั้งครรภ์ในขณะติด NST ที่ OPD ANC ผลการวิจัยพบว่าสามารถลดระดับความปวดและหญิงตั้งครรภ์มีความพึงพอใจมากขึ้น	หมอนลดคอคาแพ

6.สรุปความถี่ (ข้อมูลที่ได้มาจากข้อ 5.1 หรือ 5.2)

เรื่อง	จำนวนความถี่
หมอนลดคอคาแพ	15
ประคบร้อน	1
ประคบเย็น	1

7. Key Success Factor (ปัจจัยที่ทำให้ประสบความสำเร็จ สรุปจากกระบวนการจัดการความรู้ในข้อ.6 (โดยเรียงจากความถี่ที่ได้จากข้อ 6 จากความถี่มากที่สุดไปหาน้อยสุด)

1. ผู้จัดการความรู้/คุณอำนวยมีบทบาทที่สำคัญในการขับเคลื่อนกระบวนการจัดการความรู้ให้สามารถดำเนินไปได้อย่างราบรื่น แต่ข้อเสียของการที่คุณอำนวยเป็นหัวหน้างานอาจส่งผลให้ทีมไม่กล้าที่จะแลกเปลี่ยนความรู้ได้

2. สถานที่ในการจัดกิจกรรมควรเป็นสถานที่ที่ไม่มีสิ่งกระตุ้น เช่น เสียง และควรเป็นที่นั่งที่ทำให้สมาชิกรู้สึกผ่อนคลาย

8. นวัตกรรมหรือสิ่งที่ได้จากการจัดการความรู้ (กรุณาแนบหลักฐาน)

แนวทางการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลเพื่อลดความเจ็บปวดในระยะรอคลอด

แบบสังเกตพฤติกรรมการเผชิญความเจ็บปวดในระยะรอคลอด

แบบประเมินความพึงพอใจของหญิงตั้งครรภ์ต่อการใช้หมอนหลอดคาแฟ

และ มีการเผยแพร่ความรู้ผ่านโปรแกรมหรือระบบต่างๆ เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 62
เพื่อการตรวจสอบ (พร้อมปรีนเอกสารแนบ หน้า website KM หน่วยงานมาด้วย)

9. ผลจากการดำเนินการทำกิจกรรม KM

จากกิจกรรม KM ส่งผลให้หน่วยงานมีแนวทางปฏิบัติในการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลเพื่อลดความปวดในระยะรอคลอดโดยใช้หมอนหลอดคาแฟ

บุคลากรในหน่วยงานเกิดการเรียนรู้กระบวนการทำกิจกรรม KM และสามารถนำมาใช้ในกิจกรรมอื่นที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันในหน่วยงาน

10. สรุปผลการนำเทคนิคไปปฏิบัติใช้

หน่วยงานมีการทดลองนำแนวทางการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลเพื่อลดความปวดในระยะรอคลอดโดยใช้หมอนหลอดคาแฟ พบว่าสามารถลดความปวดและหญิงตั้งครรภ์มีความพึงพอใจต่อการใช้หมอนหลอดคาแฟ

11. After Action Review (AAR)

11.1 ท่านคิดว่าท่านบรรลุในเรื่องใดบ้าง

- บุคลากรในหน่วยงานร่วมกันแก้ปัญหาหรือค้นหาแนวทางในการให้การพยาบาลที่ดีมากขึ้น

11.2 ท่านคิดว่าเรื่องใดที่ไม่บรรลุ

- ไม่มี

11.3 ท่านต้องการให้ปรับขั้นตอนใดบ้างในกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

- สถานที่ในการจัดกิจกรรมควรเป็นสถานที่ ที่ทำให้สมาชิกรู้สึกผ่อนคลาย

11.4 ท่านสามารถนำไปปรับปรุงพัฒนาได้อย่างไร

- จัดกิจกรรมในสถานที่ ที่ลดสิ่งรบกวนและให้ทีมรู้สึกผ่อนคลาย

12. ภาพประกอบการทำกิจกรรม



(นางชญาภา อิ่มจิตร)
หัวหน้างานการพยาบาลผู้ป่วยคลอด