

กำหนดการประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากงานประจำงานวิจัย (R2R) ครั้งที่ 7

“เสริมพลัง สร้างคุณภาพ ผู้สุขภาพะ”

วันที่ 24 กรกฎาคม 2557

ณ ชั้น 2 อาคารศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

R2R การอ่านวิจัยสู่ งานวิจัยเป็น

เวลา 13.00 - 14.30 น. ห้อง Sapphire 203

คุณวันรพี สมณช้างเผือก

สปสข.เขต 8 อุดรธานี

คุณเสวนีย์ เนาวพานิช ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

คุณโสมพันธ์ เจือแก้ว ฝ่ายการพยาบาลโรงพยาบาลศิริราช

ผู้นำเสวนา พญ.หทัยทิพย์ ธรรมวิริยะกุล โรงพยาบาลหาดใหญ่

คุณโสมพันธ์ เจือแก้ว ฝ่ายการพยาบาลโรงพยาบาลศิริราช แลกเปลี่ยนว่า เริ่มเปิดใจเรียนรู้ R2R พัฒนางานประจำที่ทำอยู่ ผลงาน R2R เรื่อง ผลของเทคนิคการฉีดยาเฮพารินโมเลกุลต่ำ เข้าใต้ผิวหนังต่อการเกิดจ้ำเลือดและอาการปวด Effect of the subcutaneous low molecular weight heparin injection technique on bruising and pain ผลของเทคนิคการฉีดยาเฮพารินโมเลกุลต่ำ เข้าใต้ผิวหนังต่อการเกิดจ้ำเลือดและอาการปวด พบปัญหา ผู้ป่วยนอกกลุ่ม DVT ที่ได้รับการรักษาด้วย LMWH ร้อยละ 80 มักเกิดจ้ำเลือด หรือก่อนได้ผิวหนังภายหลังฉีดยาทำให้เป็นอุปสรรคต่อการบริหารยาอย่างต่อเนื่อง วิตกกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์ และไม่กล้าฉีดยาเอง

ขั้นตอนการจัดทำ R2R หลังได้โจทย์ที่ต้องการแก้ไขปัญหา เริ่มต้นจากการ อ่าน ค้นคว้า สืบค้นข้อมูลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สืบค้นจากข้อมูลใหม่ที่ update เชื่อมโยงกับงานที่ทำ นำมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อยอดความคิด ใช้เวลาในการค้นหาข้อมูลประมาณ 2 เดือน โดยทำงานกันเป็นทีม สนับสนุนช่วยเหลือให้กำลังใจ เข้ารับการอบรมจากเครือข่าย R2R เพื่อพัฒนา Research proposal

จุดเริ่มต้นของการทำงาน เริ่มจากความสนใจและรู้สึกสนุกกับการทำงานต่อยอดพัฒนางานเพื่อการดูแลคนไข้ให้ดีที่สุด เป็นการทำงานที่เริ่มจากงานที่ใกล้ตัว แก้ไขปัญหา ต่อยอดงานไปเรื่อย ๆ ด้านเคล็ดลับ

**เทคนิคการอ่านงานวิจัย** เริ่มจากคำถามการวิจัย รู้สิ่งที่ต้องการทราบ เลือkJจะอ่านในเรื่องที่ต้องการทราบ การอ่านครั้งแรกอ่านแบบผ่าน ๆ คัดกรอง และจัดระบบตารางข้อมูลเพื่อช่วยวิเคราะห์

คุณเสวนีย์ เนาวพาณิชย์ ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช ทำหน้าที่ดูแลคนไข้โรคหัวใจวิกฤต ทำงานวิจัย 7-8 ปี รู้สึกสนุกและทำอย่างต่อเนื่อง มีการทำงานเป็นทีมเกิดเป็นความชอบ ผลงานล่าสุด คนไข้โรคหัวใจต้องฉีดสีและต้องนอนเหยียดขา 8 ชม. คนไข้บ่นปวดเมื่อยและถามว่าทำไมต้องนอนนาน 8 ชม.

จากการศึกษาค้นผลงานวิจัยต่างประเทศ คนไข้หลังฉีดสีนอนประมาณ 2-3 ชม. จึงปรึกษาอาจารย์แพทย์ และทดลองปฏิบัติเปรียบเทียบการนอนของคนไข้ ระหว่าง 3 ชม. กับ นอน 8 ชม. ให้ผลแตกต่างกันอย่างไร จนกระทั่งออกมาเป็นผลงาน R2R

### เทคนิคอ่านงานวิจัยให้รู้เรื่อง...นำมาใช้ประโยชน์

- อยากรู้อะไรบ้างเวลาต้องอ่านงานวิจัย
- ประสบการณ์อ่านงานวิจัย
  - good impression
  - bad impression

จุดอ่อนการอ่านงานวิจัย คือ การ Search ข้อมูล ทำไม่เป็น ทำไม่ได้ ใช้ internet ไม่เป็น เข้า website ไม่ถูก ไม่รู้จะเข้า web ภาษาอังกฤษ ฯลฯ

### แก้ไขปัญหอย่างไร ?

1. อ่านเชิงวิเคราะห์ ที่มาที่ไป รายละเอียดทุกขั้นตอนของเรื่องที้อ่าน เพื่อให้เกิดความเข้าใจ...  
*เคยมีผู้ทำมาแล้วหรือไม่ ถ้ามีเขาตอบคำถามว่าอย่างไร*
2. วิเคราะห์-เปรียบเทียบ เพื่อหาข้อสรุปให้กับเรื่องนั้น วิเคราะห์เปรียบเทียบ ในประเด็นที่แตกต่างหรือเหมือนกัน เช่น... *early ambulation*
3. นำสรุปเปรียบเทียบมาสรุปเป็นแนวทาง สำหรับกำหนดประเด็นการวิจัย
4. สังเคราะห์งานวิจัย **PICO**

**P** = Population

**I** = Intervention

**C** = Comparison

**O** = Outcome

ยกตัวอย่าง.....

	1	2	3	4	5	6
ชื่อเรื่อง	The effect of early mobilization for patient undergoing coronary angiography ; A pilot study with focus on vascular complication and back pain *	Early sheath removal and ambulation in patients submitted to percutaneous coronary intervention: A randomized clinical trial*	Two hour ambulation after coronary angioplasty and stenting 6 F guiding catheters and low dose heparin*	Comparison of Complications in Percutaneous Coronary Intervention Patients Mobilized at 3,4 and 6 hours After Femoral Arterial sheath Removal*	Ambulation after femoral sheath removal in percutaneouse coronary intervention : a prospective of early VS. late ambulation*	Reducing Bedrest Following Arterial Puncture for Coronary Interventional Procedures –Imp-act on Vascular Complications
P	CAG	- PCI - Sheath size 6 fr.	- PCI - Sheath size 6 fr.	- PCI - Sheath size 6 fr.	- PCI - Sheath size 6 fr.	size 6 fr.
I	1.Control group ใช้ FemStop กดแผล 3 hr. Bed rest ต่อ 2 ชั่วโมง รวมเป็น 5 hr 2.Intervention group ใช้ FemStop กดแผล นาน 1 ชั่วโมง Bed rest ต่อ 30 นาที รวมเป็น 1.5 hr	1.Before procedure ASA(200mg),Clopidogre 1 (300mg) 2.ACT Target < 350 sec 3.Trained Nurse: manual stop for 20 min and use mechanical pressure if can not stop bleeding	1.Ticlopidine 2.ASA 3.ปิดแผลด้วย bandage 4.Early ambulation 2 hr with Head elevation 45 °	1.ใช้ FemoStop 2.Inclusion drug Enoxaparin,Abxicimab 3.ACT Target < 170 sec	1.Trained Nurse :manual pressure follow by bandage 4 hr 2.Keep ACT. 275 sec	1.Ticlopidine 2.Abciximab 3.ACT Target < 150
C	1. Control group :bed rest 5 hr. 2. Intervention group bed rest 1. 5 hr.	bed rest 3 hr. bed rest 4 hr.	bed rest 2 hr (Early ambulation 2 hr with Head elevate 45 °)	แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ 1. bed rest 3 hr 2. bed rest 4 hr 3. bed rest 6 hr	แบ่งผู้ป่วยเป็น 2 กลุ่มตามช่วงเวลา ที่ทำ Procedure 1.Before noon เริ่ม ambulate ที่ 4 ชม. 2.Afternoon ให้ rest ถึง 8 .00 น ของ วันรุ่งขึ้น	1. Control group :bed rest 6 hr 2. Intervention group :bed rest 4 hr
O	1. complication 2. Back pain	complication	complication	complication	complication	complication

## งานวิจัยที่ดี...เป็นอย่างไร?

- งานวิจัยนั้นเกี่ยวข้องกับงานวิจัยของเรา?
- มีความทันสมัยหรือไม่
- เรียบเรียงง่ายต่อการอ่าน หรือทำความเข้าใจ
- วารสารที่เผยแพร่ สืบค้นแหล่งที่มา
- มีคุณค่า ประโยชน์และความสำคัญของงานวิจัย
- มีคุณภาพ การทำวิจัยอย่างถูกต้องเหมาะสมตามหลักการ ระเบียบวิธีวิจัย

แพทย์หญิงหทัยทิพย์ ธรรมวิริยะกุล โรงพยาบาลหาดใหญ่ แลกเปลี่ยนเพิ่มเติม อ่านงานวิจัยรู้  
ดูงานวิจัยเป็น ต้องทราบถึงค่าสถิติ อาทิเช่น สถิติเชิงพรรณนา ค่าเฉลี่ย ร้อยละ incidence (risk,rate)  
prevalence odds, เชงเปรียบเทียบ RR ,OR, Risk difference etc. ค่าความแม่นยำ 95% CI หมายถึง การทำซ้ำ  
ในเรื่องเดิม ๆ p value โอกาสความน่าจะเป็นโดยความบังเอิญ (มีนัยสำคัญทางสถิติ 5%) ค่ายิ่งน้อยกว่า 5% ยิ่ง  
ดี โอกาสที่จะเกิดความบังเอิญน้อยมา

การอ่านงานวิจัย เริ่มจากบทคัดย่อ อ่าน Background , Methods วิธีวิจัย ,Results, Conclusions

การค้นหา **objectives** การหาวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ถ้าหาไม่เจอส่วนใหญ่จะอยู่บรรทัดสุดท้ายของ  
Abstract (ตรงกับงานที่ทำให้อ่านต่อ) (ถ้าไม่ตรงไม่ต้องอ่าน) ,

การอ่าน “วิธีการวิจัย” เพื่อดูรูปแบบเป็นอย่างไร ?

### Methods :

1. Study design ,
2. Selection of patients ,
3. Outcomes ,
4. Statistical analysis

การอ่านกราฟและตาราง : เพื่อดูผลลัพธ์ของงานวิจัย เทคนิคการอ่าน เริ่มจากหัวตาราง , ดูเนื้อหาใน  
ตาราง, อ่าน คอลัมน์ , ค่อย ๆ อ่านทีละบรรทัด

**What about discussion?** (ไม่จำเป็นต้องอ่าน) ในเชิงการวิพากษ์งานวิจัย ไม่มีปัญหาสามารถตัดออก

### หลักการวิพากษ์งานวิจัย 3 ข้อ

- 1) ความน่าเชื่อถือ (Validity) ระเบียบวิจัย (ถ้าอ่านไม่รู้เรื่อง แสดงถึงความไม่น่าเชื่อถือ) ,
- 2) ความสำคัญ (importance) ขนาดผลวิจัย
- 3) นำไปใช้ไปใช้ประโยชน์ (Application) ใช้กับคนไข้ของเราได้หรือไม่? มีให้ใช้ที่นี่หรือไม่? มีประโยชน์หรือโทษเพียงใด?

### ผู้เข้าร่วมประชุมแลกเปลี่ยน “การอ่านวิจัยรู้ งานวิจัยเป็น”

- อ่านให้เป็น ไม่จำเป็นต้องอ่านทุกหน้า
- คู่มือเป็น น่าเชื่อถือหรือไม่ เอาไปใช้อะไรได้บ้าง บ่อยครั้งที่อ่านไม่รู้ เป็น 2 กรณี ผู้เขียนไม่รู้เรื่องกับผู้อ่านไม่รู้เรื่อง ดังนั้นเราต้องรู้หลักการเขียนอย่างไร ให้คนอ่าน อ่านแล้วรู้เรื่อง คนที่เขียนเป็นจะสรุปผลการศึกษาทั้งหมดอยู่ในตาราง คุณค่าสถิติ (ช่วยทวนเวลาในการอ่านไปเยอะ) สำหรับภาษาอังกฤษ สามารถถามผู้รู้ได้
- สุกท้ายเมื่ออ่านจบแล้วต้องตรวจสอบว่า ผลงานวิจัยน่าเชื่อถือหรือไม่