



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร
SAKON NAKHON PROVINCIAL PUBLIC HEALTH OFFICE



โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าแร่
THARE Tambon Health Promoting Hospital

การพัฒนาสูตรอาหารทางสายยางในผู้ป่วยติดเตียง เพื่อแก้ไขปัญหาท้องผูก กรณีศึกษา ๖ ราย

ปิยะฉัตร สะอาดเอี่ยม, พิศมัย ศุกรนันท์, สุดคะนิง โรคจนชีวาคม
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าแร่ จังหวัดสกลนคร

ที่มาของปัญหา

- ▶ สังคมผู้สูงอายุ ร้อยละ 15.19, LTC ผู้ป่วยติดเตียง 29 ราย, ระยะสุดท้าย 17 ราย: NG Feed ร้อยละ 21.74
- ▶ ผู้ป่วยที่ได้รับอาหารทางสายยาง ทำหัตถการ EVAC 2.5 ครั้ง/ เดือน/ คน
- ▶ แนวน้อมท้องผูก ร้อยละ 32-87 (กิติพล นาควิโรจน์, 2560) กระทบผู้ป่วย (Total Suffering) : CPG Constipation colic (ศรีเวียง ไพโรจน์กุล, 2560., Gayatri Palat and Odette Spruyt, 2015)

วัตถุประสงค์

1. ศึกษาสูตรอาหารทางสายยางเพื่อแก้ไขปัญหาท้องผูกในผู้ป่วยติดเตียง
 2. ศึกษาผลของการใช้สูตรอาหารทางสายยางเพื่อแก้ไขปัญหาท้องผูกในผู้ป่วยติดเตียง
- ต่อผู้ป่วย ผู้ดูแลหลัก

วิธีการทำวิจัย

- ▶ Case Study ม.ค. – พ.ค. 60 ประชากร: ผู้ป่วยติดเตียง (สปสช., 2559) ผู้ดูแลหลัก ที่พักอาศัยใน ต.ท่าแร่: สื่อสารได้ ยินดีให้ข้อมูล สัมภาษณ์ 8 ราย
- ▶ พัฒนาเครื่องมือ
- ▶ สัมภาษณ์ประสบการณ์ผู้ดูแล รายที่ 1-4
- ▶ พัฒนาสูตรอาหารใหม่ ปรีกษานักโภชนาการ: ‘ผักครึ่งหนึ่งอย่างอื่นครึ่งหนึ่ง’, ‘ซุปลมุนไพร์’, อาหารธรรมชาติ
- ▶ นำสูตรอาหารใหม่ไปใช้ในผู้ป่วยรายที่ 4-8 ระวังข้อห้ามโรคหลัก ติดตามผลด้านลบ บันทึกผลทุก 2 สัปดาห์ นาน 2 เดือน
- ▶ วิเคราะห์ข้อมูล ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการศึกษา ส่วนที่ 1 ตัวอย่างสูตรอาหารรายกรณี: อาหารสูตร 1:1 (400 ซี.ซี. X 4 Feed)

ส่วนผสม	สูตร 1,000 ซี.ซี.	ปรับ สูตร 400 ซี.ซี. (ปั่นมือต่อมือ)
1. ไข่ไก่ต้ม (100 กรัม)	ทั้งฟอง 2 ฟอง	มือเช้า ไข่ต้มทั้งฟอง 1 ฟอง, มื้อกลางวัน เย็น ดึก ไข่ขาวต้ม มือละ 2 ฟอง
2. เนื้ออกไก่/ เนื้อหมูไม่ติดมัน/ ตับ	120 กรัม (ดิบ)/ 8 ช้อนโต๊ะ	เนื้อปลานิล/ ปลาซาบะ/ ปลาทู 40 กรัม (ดิบ)/ 3 ช้อนโต๊ะ
3. ฟักทอง/ แครอท	60 กรัม (ดิบ)/ 4 ช้อนโต๊ะ	ฟักทอง และแครอท รวม 40 กรัม (ดิบ)/ 2 ช้อนโต๊ะ + 1 ช้อนชา
4. ผักใบเขียวต่างๆ	ไม่มี	ผักโขม ตำลึง ผักหวาน 50 กรัม (ดิบ)/ 1 ททัพพี
5. น้ำตาลทราย	100 กรัม/ 6 ช้อนโต๊ะ + ½ ช้อนชา	2 ช้อนชา
6. กล้วยน้ำว้าสุก	2 ผล/ 100 กรัม/ 6 ช้อนโต๊ะ + ½ ช้อนชา	45 กรัม/ 1 ผล ถ้าไม่ถ่ายอุจจาระหลายวัน ปรับเป็นกล้วยน้ำว้าสุกครูดเอาแต่เนื้อ 2 ผล/ มะละกอสุก 4 - 8 ชิ้น ตามการขับถ่าย
7. เกลือป่น (ไอโอดีน)	1/8 ช้อนชา	นิดหน่อย
8. ข้าวกล้องสุก	ไม่มี	ข้าวไรซ์เบอร์รี่/ ข้าวกล้อง สุก 15 กรัม/ 1 ช้อนโต๊ะ
9. น้ำต้มสุก	700 ซี.ซี.	น้ำสต็อกปลา/ น้ำซุปล้าง ต้มใส่ หอมหัวใหญ่ ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด 300 ซี.ซี. (ตัดโพรพา)
10. น้ำมันพืช	20 กรัม/ 4 ช้อนชา	น้ำมันมะกอก/ น้ำมันมะพร้าว/ น้ำมันรำข้าว 5 กรัม/ 1 ช้อนชา
11. อื่นๆ	ไม่มี	กระเทียม หอมแดง ขิง กระชาย ถ้ามี อย่างละนิดหน่อย

ผลการศึกษา ส่วนที่ 2 ข้อมูลผู้ป่วย

- ▶ ผู้ป่วย 6 ราย ป่วยปี 2556 – 2560 อายุเฉลี่ย 83 ปี 1.5 เดือน เป็นโรคเรื้อรัง 5 ราย
อุบัติเหตุจรรยา 1 ราย

ผลการศึกษา	สูตรอาหารเดิม	สูตรอาหารใหม่
ADL	0 – 4 คะแนน	0 – 6 คะแนน
การขับถ่ายอุจจาระ เฉลี่ย	1.2 ครั้ง/ สัปดาห์	3.4 ครั้ง/ สัปดาห์
ลักษณะอุจจาระตามการจำแนกของ บริสตอล (Patricia A Potter et al., 2017)	ระดับ 1 เป็นขี้แพะ ก้อนเล็กและแข็ง ระดับ 6 เหลว ไม่คงรูปร่าง ระดับ 7 เป็นน้ำ	ระดับ 4 เป็นแท่งยาว นิ่ม ผิวเรียบ ส่วน ปลายแหลมเหมือนหางงู ระดับ 5 นิ่มมาก แต่ยังคงรูปร่างได้
EVAC เฉลี่ย	2.5 ครั้ง/ เดือน	0 ครั้ง/ เดือน
ลักษณะทั่วไป: ผิวพรรณทั่วไป, ผิวหนัง บริเวณก้นและสะโพก	รอยแดงรอบรูทวาร รอยแดงบริเวณก้นกบ	ผิวพรรณทั่วไปสดใส เยื่อบุตาใส ผมดำ มัน ผิวบริเวณก้นและสะโพกแห้ง ไม่มีรอยแดง
การเกิดแผลกดทับ	1 ราย ระดับ 1	ไม่มี

ผลการศึกษา ส่วนที่ 3 ข้อมูลผู้ดูแลหลัก

- ▶ ผู้ดูแลหลัก 6 ราย อายุเฉลี่ย 53 ปี 2 เดือน เป็นบุตร (ร้อยละ 66.68) ภรรยา และมารดา เท่ากัน (ร้อยละ 16.66) ทำหน้าที่ช่วงติดเตียง 2 เดือน – 8 ปี เฉลี่ย 3 ปี 3.5 เดือน

ผลการศึกษา	สูตรอาหารเดิม	สูตรอาหารใหม่
ต้นทุนอาหารต่อมื้อ	80 บาท	100 บาท
เวลาที่ใช้ในการให้อาหารทางสายยาง	15 – 20 นาที	45 – 60 นาที
แพมเพิร์ส แผ่นรองซับ เฉลี่ย	30 ชิ้น/ สัปดาห์	21 ชิ้น/ สัปดาห์
ระดับความพึงพอใจเกี่ยวกับการขับถ่ายของผู้ป่วย 5 ระดับ	3 ปานกลาง	5 พึงพอใจมาก
ระดับความพึงพอใจผู้รับบริการในชุมชน	ร้อยละ 92.24	ร้อยละ 93

ผลการศึกษา ส่วนที่ 4 ประสบการณ์ของผู้ดูแล

คุณหมอมิไม่ต้องช่วยหรรอก กลิ่นมันจะติดเสื้อผ้า...
นอนเข้าปีที่ 8 จับอยู่ท่าไหนเท่านั้น จับแรงเนื้อติดมือ
ออกมาเลย ปกติไม่ถ่ายนอนทับนานก็ดำ พอถ่าย
เช็ดแล้วก็ออกมาอีก บางทีเก็บหมดแล้วนะ ผ้าปู
ต้องเปลี่ยนใหม่ทั้งชุด โอ้ย ยากๆ

ต้องซูปไก่ ซูปปลา เคียวให้งวด หอมใหญ่ กระชาย
ตะไคร้ ใบมะกรูด หอมแดง ทูบลงไป ผายลมดี แต่
โหระพานี้ไม่ได้นะ เคี้ยวใส่ยา ฉันทไปเก็บเอา
ผักหวานบ้านมั่ง ผักหวานป่ามั่ง ตำลึง ผักโขม มี
อะไรก็ใส่ ไม่ได้ใส่ตามหมอบอกหมดหรอก ต้องดูที่มี
ดูที่แกถ่ายด้วย ว่าวันนี้จะใส่อะไรบ้าง อะไรเยอะ

มีความยากลำบาก

มั่นใจที่จะปรับสูตร
อาหารเองได้

ภูมิใจ ผู้ป่วยสบายขึ้น

ดีใจ ที่เฮาบต้องล้างกันเค้า แกก็บต้องเจ็บตัว เฮาก็
เคยเห็นถ่ายคนไข้ พอมาเห็นแบบนี้ เออ ดีเนาะ
work work สวยงามมาก พอคุยกับแม่ แม่ก็หัวเราะ
...ภูมิใจ พอใจ ฉันทจบ ป.6 ทำได้ขนาดนี้ แม่สบาย
ลุง (ลูกชายผู้ป่วย) ก็สบาย เขาไม่หวั่ง ไปทำงานได้
สบายใจ... มาเลยคุณหมอ สอนได้ ใครอยากทำฉันท
จะสอนให้ ง่ายๆ

การนำไปใช้ประโยชน์

- ▶ นำไปใช้ในผู้ป่วยรายอื่นๆในตำบลได้ง่าย
- ▶ ขยายผลในผู้ป่วยติดเตียงเขตอำเภอเมืองสกลนคร 2 ราย
- ▶ ใช้ได้ดีกับ นวัตกรรมชุมชน ‘ไม้หนีบอิมอุ่น’
- ▶ การศึกษารายกรณี: เข้าใจอย่างลึกซึ้ง Tacit Knowledge ศักยภาพ
- ▶ การดูแลต่อเองที่บ้าน: wean NG ฟันฟูตามศักยภาพ



ขอบคุณครับ