

ชื่อเรื่อง	: การพัฒนาโครงการการจัดการภาวะนอนไม่หลับโดยเภสัชกรชุมชน ในสถานประกอบการเภสัชกรชุมชน
ผู้เขียน	: ธนิษฐา แสงสุรินทร์, ปวีณา จิตต์ผ่อง, ภัทร แสงดี
ที่ปรึกษา	: อ.ดร.ปิยะรัตน์ นิมพิทักษ์พงศ์
ประเภทสารนิพนธ์	: การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง เภสัชศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยย่นเรศวร, 2548

บทคัดย่อ

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อรวบรวมและพัฒนาแนวทางการจัดการภาวะนอนไม่หลับโดยเภสัชกรชุมชนในสถานประกอบการเภสัชกรชุมชน
2. เพื่อศึกษาความยากง่าย การยอมรับของเภสัชกร ปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติตามแนวทางของโครงการการจัดการภาวะนอนไม่หลับโดยเภสัชกรชุมชนในสถานประกอบการเภสัชกรชุมชน

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงปฏิบัติการ (Action research) ซึ่งรวบรวมความรู้โดยการทบทวนวรรณกรรมจากตำราวิชาการ ฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ วารสารต่างๆทางการแพทย์ และงานวิจัยต่างๆ แล้วนำข้อมูลทั้งหมดที่ได้มาทำแบบจำลองแนวทางการจัดการภาวะนอนไม่หลับในสถานประกอบการเภสัชกรชุมชน จากนั้นจึงนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญสาขาต่าง ๆ จำนวน 11 ท่าน ได้แก่ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญเรื่องภาวะนอนไม่หลับจำนวน 4 ท่าน อาจารย์ประจำคณะเภสัชศาสตร์ ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านเภสัชวิทยาจำนวน 2 ท่าน เภสัชกรชุมชนที่มีประสบการณ์ในการทำงานด้านการบริหารเภสัชกรจำนวน 3 ท่าน และอาจารย์ประจำคณะเภสัชศาสตร์ผู้ทรงคุณวุฒิอีกจำนวน 2 ท่านช่วยตรวจสอบข้อมูลรายละเอียดในแผนพับที่ใช้ประกอบการจัดการผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ ซึ่งผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะ นำข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงและแก้ไขจนได้แนวทางการจัดการภาวะนอนไม่หลับในสถานประกอบการเภสัชกรชุมชนเป็นฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปเป็นโครงการนำร่องการจัดการภาวะนอนไม่หลับโดยเภสัชกรชุมชนในสถานประกอบการเภสัชกรชุมชน จากนั้นจึงนำมาประเมินผลเชิงกระบวนการในด้านความคิดเห็นของเภสัชกรต่อ

การนำโครงการนำร่องไปใช้ จำนวนและลักษณะของผู้รับบริการที่เข้าร่วมโครงการ รวมทั้งลักษณะการบริการที่ได้รับโดยละเอียด

ผลการศึกษาค้นคว้า

ผลที่ได้จากการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 คือ ผลการพัฒนาแนวทางการจัดการภาวะนอนไม่หลับ และคู่มือการจัดการภาวะนอนไม่หลับฉบับสมบูรณ์ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาดังต่อไปนี้ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับภาวะนอนไม่หลับ, วิธีการคัดกรองผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ, การประเมินผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับ, การให้คำแนะนำวิธีปฏิบัติตัวด้านสุขลักษณะการนอนที่ดีสำหรับผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับและการรักษาผู้ที่มีภาวะนอนไม่หลับทั้งวิธีการไม่ใช้ยาและวิธีใช้ยา

ส่วนที่ 2 คือ ผลการนำโครงการนำร่องไปทดลองปฏิบัติในสถานประกอบการเภสัชกรรมชุมชน 4 แห่ง พบว่า เภสัชกรผู้เข้าร่วมโครงการให้การยอมรับว่าเป็นโครงการที่ดี สามารถนำคู่มือนี้ไปปฏิบัติงานในร้านได้สะดวก รูปแบบคู่มือง่ายต่อการทำความเข้าใจ แต่จำนวนแผ่นพับมีจำนวนมากเกินไป และต้องใช้ระยะเวลาการให้บริการนาน สำหรับการปฏิบัติตามแนวทางการจัดการภาวะนอนไม่หลับ เภสัชกรสามารถปฏิบัติตามแนวทางคู่มือได้เพียงบางส่วนคือ ในส่วนของการจัดการผู้ที่มีอาการนอนไม่หลับโดยตรง ดังนั้นควรกระตุ้นให้เภสัชกรตระหนักถึงความสำคัญของผลกระทบของโรค หรืออาการอื่นๆที่ผู้ป่วยเป็นอยู่ที่ส่งผลให้ผู้ป่วยนอนไม่หลับซึ่งจะทำให้เภสัชกรสามารถปฏิบัติตามแนวทางได้ทุกกลุ่มผู้มารับบริการ