

รพ.พระจอมเกล้าจัดโครงการ

เฉลิมพระเกียรติ

เพื่อนโรคหลอดเลือดหัวใจ

สายใยแห่งมิตรและจิตอาสา

รายงานพิเศษ

ไทย...ข้ามพรมภูมิภาค

ปัจจุบันมีผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด (Cardiovascular disease) เพิ่มขึ้นเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของหลายประเทศทั่วโลก ทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้วและกำลังพัฒนา และเป็นสาเหตุการเสียชีวิตที่สำคัญต้น ๆ ของประชากรทั่วโลกในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ และพบว่าโรคหลอดเลือดหัวใจ (Coronary artery disease: CAD) เป็นสาเหตุการเสียชีวิตและก่อให้เกิดภาวะทุพพลภาพเป็นอันดับหนึ่ง โดยเฉพาะโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน (Acute myocardial: AMI) เป็นโรคที่เป็นสาเหตุการเสียชีวิตที่สำคัญจากโรคหัวใจทั้งหมด ในประเทศไทย ปัจจุบันสถิติการเจ็บป่วยและ



เป้าหมายของผู้ป่วย

การเสียชีวิตด้วยโรคหลอดเลือดหัวใจมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากสถิติผู้ป่วยในโรงพยาบาลกระทรวงสาธารณสุขทั่วประเทศ พ.ศ. 2549-2551 มีผู้ป่วยเข้ารับการรักษาด้วยโรคหลอดเลือดหัวใจร้อยละ 1.83, 2.78 และ 3.08 ตามลำดับ ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาโรคหลอดเลือดหัวใจเป็น 1 ใน 5 อันดับแรกของสาเหตุการเสียชีวิต

ถึงแม้ว่าโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาดแต่สามารถควบคุมอาการของโรคได้โดยการดูแลตนเองอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง เพื่อลดอัตราการเสียชีวิต

และลดการเกิดกล้ามเนื้อหัวใจตายซ้ำ รวมทั้งลดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ การรักษาผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจนอกจากจะให้ผู้ป่วยผ่านพ้นภาวะวิกฤติแล้ว การสนับสนุนให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตัวเองได้มีความสำคัญอย่างมาก ผู้ป่วยจำเป็นต้องมีการพัฒนาความรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง มีการปรับเปลี่ยนแผนการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมที่เหมาะสม เพื่อลดและควบคุมปัจจัยการเสี่ยงของโรค ในปัจจุบันมีการนำรูปแบบการชักกลุ่มให้การช่วยเหลือ (Support group) มาใช้ในกลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังอย่างแพร่หลาย ส่งผลให้ผู้ป่วยสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้ปกติสุขมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ดังเช่นที่โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จ.เพชรบุรี ได้ให้ความสนใจรูปแบบการชักกลุ่มในการช่วยเหลือ (Support group) มาใช้ในการ

พัฒนาการดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ โดยมีความคิดพื้นฐานที่ว่าบุคคลจะได้รับการช่วยเหลืออย่างดี จากบุคคลที่เคยมีประสบการณ์มาก่อน จึงได้จัดทำโครงการ “เพื่อนโรคหลอดเลือดหัวใจ สายใยแห่งมิตร และจิตอาสาเฉลิมพระเกียรติ 84 พรรษา มหาราชัน” ขึ้น โดยใช้ระยะเวลาดำเนินงานถึง 8 เดือน พร้อมกับการจัดตั้งชมรมคนรักสุขภาพหัวใจ จังหวัดเพชรบุรี ในการดูแลซึ่งกันและกันได้เป็นอย่างดี

น.ส.เพ็ญจันทร์ ผาดีนุวัต หัวหน้าพยาบาล รพ.พระจอมเกล้า จ.เพชรบุรี กล่าวถึงความเป็นมาในการตั้งชมรมคนรักสุขภาพหัวใจจ.เพชรบุรีให้ฟังว่า โรคหลอดเลือดหัวใจ



ฝึกปฏิบัติโดยพี่คนรัก

เป็นปัญหาด้านสาธารณสุขอันดับต้น ๆ ของทุกประเทศทั่วโลกทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้วและกำลังพัฒนามารวมทั้งประเทศไทยและเป็นสาเหตุการเสียชีวิตที่สำคัญอันดับ 1 ของประชากรโลกในกลุ่มโรคไม่ติดต่อทั้งในเพศหญิงและเพศชาย องค์การอนามัยโลก (WHO) รายงานว่ามีประชากรทั่วโลกเสียชีวิตด้วยโรคนี้ในปี ค.ศ. 2007 ถึง 7.1 ล้านคนต่อปี สำหรับประเทศไทย

ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา โรคหลอดเลือดหัวใจเป็น 1 ใน 5 อันดับแรกของสาเหตุการเสียชีวิตและจากรายงานข้อมูลสถิติของสำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข ปี 2552 พบมีผู้ป่วยเสียชีวิตด้วยโรคหลอดเลือดหัวใจปีละประมาณ 40,000 คน โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จ.เพชรบุรี มีผู้ป่วยที่มีปัญหาโรคหัวใจและหลอดเลือดเข้ารับบริการรักษาทั้งผู้ป่วยใน และผู้ป่วยนอกมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น

น.ส.เพ็ญจันทร์กล่าวต่อไปอีกว่า สมาคมพยาบาลโรคหัวใจและทรวงอกแห่งประเทศไทย ได้ให้การสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพและเสริมสร้างเครือข่ายผู้ป่วยโรคหัวใจทั่วประเทศ



ตรวจคัดกรองสุขภาพอาสาสมัคร



ฝึกออกกำลังกาย



ตั้งแต่ปี 2551-2553 จำนวนทั้งหมด 33 โรงพยาบาลและจากการประเมินการสร้างเครือข่ายดังกล่าวได้รับผลดีและเป็นประโยชน์อย่างมากแก่ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหัวใจ โรงพยาบาลชุมชน และประชาชนทั่วไป ในปี 2554 สมาคมพยาบาลโรคหัวใจและทรวงอกแห่งประเทศไทย



ค.ชชช จำนวน 32 คน และ 4) การจัดตั้งชมรมคนรักสุขภาพหัวใจ จังหวัดเพชรบุรี โดยมีนายพุทธ อังกินันท์ นายกเทศมนตรีเมืองเพชรบุรีเป็นประธาน วัตถุประสงค์ของการจัดตั้งชมรม 1) เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ป่วยโรคหัวใจ และลด

โรคหลอดเลือดหัวใจอย่างมีคุณภาพ จะต้องมีการดูแลอย่างต่อเนื่องทั้งก่อนการรักษา ขณะรักษาในโรงพยาบาล และการดูแลต่อเนื่องที่บ้านเพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีภาวะสุขภาพที่ดีขึ้น ไม่กลับเป็นซ้ำของโรคโดยมีความสามารถดูแลจัดการตนเอง (Self management) สามารถกลับไปทำงานและดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข การจัดการดูแลรักษาสุขภาพที่มีคุณภาพในผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดจะต้องมีการประสานงานและการมีส่วนร่วมในการดูแลรักษา ทั้งฝ่ายผู้ให้บริการสุขภาพประกอบด้วย แพทย์ พยาบาล ทีมสุขภาพและผู้รับบริการซึ่งประกอบด้วยผู้ป่วย ญาติ ผู้ดูแล “การจัดตั้งชมรมคนรักสุขภาพหัวใจ จังหวัดเพชรบุรีจึงมีประโยชน์ต่อระบบบริการด้านสุขภาพอย่างมากโดย

ได้มีการขยายการพัฒนาศักยภาพเครือข่ายผู้ป่วยโรคหัวใจเพิ่มขึ้นอีก 7 โรงพยาบาล และโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี เป็น 1 ใน 7 ที่ได้รับการสนับสนุนจากสมาคมพยาบาลโรคหัวใจและทรวงอกในการนี้โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จ.เพชรบุรี จึงได้จัดทำโครงการ “เพื่อนโรคหัวใจ สายใยแห่งมิตร และจิตอาสา เฉลิมพระเกียรติ 84 พรรษามหาราชา” เพื่อเป็นการเฉลิมพระเกียรติแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสทรงเจริญพระชนมพรรษา 84 พรรษา ไขเวลาดำเนินการตั้งแต่เดือนมกราคม-สิงหาคม 2554 ซึ่งภายในระยะเวลา 8 เดือนได้มีการจัดกิจกรรมสำคัญ ดังนี้ 1) จัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่พยาบาลแกนนำเครือข่ายกลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือดวันที่ 16-17 กุมภาพันธ์ 2554 มีพยาบาลแกนนำเครือข่ายทั้งในโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี และโรงพยาบาลชุมชนจำนวน 30 คน 2) จัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่อาสาสมัครจิตอาสาแกนนำกลุ่มให้การช่วยเหลือเพื่อนผู้ป่วยโรคหัวใจวันที่ 24-25 กุมภาพันธ์ 2554 มีอาสาสมัครจิตอาสาแกนนำกลุ่ม จำนวน 30 คน 3) จัดทำกิจกรรมกลุ่ม (Support group) แก่ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ ใน ค.ชชชสสส และ

เลือด 2) เพื่อเป็นศูนย์กลางให้สมาชิกมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน 3) เพื่อใช้ เป็นเวทีในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ เพื่อส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเอง และการปรับตัวของผู้ป่วย โดยผู้เข้าร่วมประชุม ในวันที่ 26 กรกฎาคม 2554 ที่ผ่านมา เป็นผู้ป่วยกลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงโรคหัวใจ พยาบาลแกนนำเครือข่ายอาสาสมัครแกนนำกลุ่มและประชาชนทั่วไปที่สนใจ จำนวน 200 คน ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งหมดนี้ จะมีการประเมินผลวิเคราะห์เปรียบเทียบความรู้ ความสามารถในการดูแลตนเอง ความเครียด คุณภาพชีวิต และพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย ก่อน ระหว่างกลุ่ม ที่เข้าร่วมกลุ่มและหลังเข้า กิจกรรม รวมถึงกลุ่มที่ไม่ได้รับความช่วยเหลือ ด้วยว่าเป็นอย่างไร ในเดือนสิงหาคม 2554 นี้ นายแพทย์พูลสวัสดิ์ สมบูรณ์ปัญญา ผอ.รพ.พระจอมเกล้า จ.เพชรบุรี กล่าวว่า ปัจจุบันประชาชนที่ป่วยเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดส่วนใหญ่สามารถเข้าถึงการบริการรักษาที่ทันสมัยตามสิทธิการรักษาตามหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าซึ่งการรักษาดูแลผู้ป่วย

เฉพาะผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง และประชาชนทั่วไปของจังหวัดเพชรบุรีเพราะจะทำให้ผู้ป่วยด้วยตนเองมีโอกาสได้พบปะ พูดคุยกันมีสิ่งดี ๆ ที่ได้ จากประสบการณ์ตรงของผู้ป่วยและจากการแสวงหาความรู้จากแหล่งต่าง ๆ มาแลกเปลี่ยนกับสมาชิกด้วยกันเอง ช่วยให้สมาชิกสามารถปรับตัวกับโรคมิการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้เหมาะสม สามารถดูแลตนเองได้อย่างมีคุณภาพมีความพร้อมในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป” นายแพทย์พูลสวัสดิ์ สมบูรณ์ปัญญา ผอ.รพ.พระจอมเกล้า จ.เพชรบุรี กล่าว ในที่สุด นับว่าเป็นการพัฒนาไปอีกก้าวหนึ่งของโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จ.เพชรบุรี ในการพัฒนาแกนนำเครือข่ายอาสาสมัครช่วยเหลือกลุ่มผู้ป่วยโรคหัวใจ รวมทั้งญาติและยังส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองตลอดจนการปรับตัวของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ ทั้งร่างกาย จิตใจ และใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข.