

รายงานวิจัย

เรื่อง

ความเครียด การจัดการกับความเครียด ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด
และภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอก ในสถานการณการระบาดของ
ของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่

Stress, Stress management, Factors Affecting Stress
and Mental Health Status of Nurses Working in Out-Patient Department
during Pandemic Influenza Type A (H1N1) in Chiang Mai

โดย

กฤษิตา สุภาคุณ และคณะ



รายงานวิจัยฉบับที่ 256

ปี พ.ศ. 2554

มหาวิทยาลัยพายัพ

บทคัดย่อ

ชื่องานวิจัย	ความเครียด การจัดการกับความเครียด ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียด และภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกในสถานการณืการระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่
ชื่อผู้วิจัย	นางกุลธิดา สุภาคุณ นางบุคนธร สันติธรรม และนางสาวบุษยารัตน์ ศิลปวิทยาทร
ปีที่ทำการวิจัยสำเร็จ	สิงหาคม 2554

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาระดับความเครียด การจัดการกับความเครียด ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียด และภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอก ในสถานการณืการระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) กลุ่มตัวอย่างคือ พยาบาลแผนกผู้ป่วยนอก ที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 192 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามจำนวน 6 ส่วน ทำการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ระดับความเครียด ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดในงาน วิธีการจัดการกับความเครียด โดยรวมและรายด้าน และภาวะสุขภาพจิตโดยสถิติแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดระดับปานกลางร้อยละ 52.6 รองลงมา มีความเครียดระดับสูง ร้อยละ 33.3 มีปัจจัยด้านลักษณะงาน และด้านบรรยากาศและสภาพการทำงานที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดในงานอยู่ในระดับปานกลาง และปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดในงาน โดยรวม ซึ่งประกอบด้วย ปัจจัยด้านลักษณะงาน ด้านโครงสร้างและการบริหารจัดการ ด้านบรรยากาศและสภาพการทำงาน และด้านลักษณะสัมพันธภาพส่วนบุคคล ทำให้พยาบาลเกิดความเครียดในระดับปานกลาง กลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการจัดการกับความเครียดด้านการเผชิญกับปัญหา การมองโลกในแง่ดี การจัดการกับอารมณ์ การอาศัยแหล่งช่วยเหลือ การพึ่งตนเองหรือความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และวิธีการจัดการกับความเครียดโดยรวม พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ระดับสุขภาพจิตในระดับปกติ เท่ากับคนทั่วไปมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 45.3 รองลงมาคือมีระดับสุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 40.1 นอกจากนี้ยังแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการป้องกันขณะปฏิบัติงาน

ในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่ใช้หลักการของ Universal Precaution มากที่สุดร้อยละ 43.24 และมีวิธีจัดการกับความเครียดขณะปฏิบัติงานในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ชนิด A ด้วยการปรับเปลี่ยนวิธีคิดมากที่สุดร้อยละ 19.26 รองลงมาคือ การดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ร้อยละ 16.30 และมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการช่วยเหลือในการลดความเครียดขณะปฏิบัติงานด้วยการให้หน่วยงานเพิ่มอัตราค่าจ้างในการให้บริการผู้มารับบริการช่วงที่มีการระบาดมากที่สุด ร้อยละ 23.33 รองลงมาคือ ให้หน่วยงานมีมาตรการคัดกรองดูแลผู้ป่วยอย่างชัดเจน และผู้บริหาร จะต้องพร้อมช่วยเหลือ เมื่อเกิดปัญหาฉุกเฉินขึ้น ร้อยละ 20.00

จากข้อค้นพบที่ได้มีข้อเสนอแนะที่สำคัญดังนี้

1. ควรมีการวางแผนการรักษาพยาบาล ในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) เป็นเชิงนโยบายระดับประเทศ เพื่อให้เกิดแนวปฏิบัติไปในแนวทางเดียวกัน ได้แก่ การเพิ่มอัตราค่าจ้าง การเพิ่มห้องตรวจ การเพิ่มจุดคัดกรอง การเพิ่มห้องผู้ป่วย วิธีการรักษาที่ชัดเจนทั้งทางห้องปฏิบัติการ เครื่องป้องกันส่วนบุคคลหรืออุปกรณ์ที่ช่วยลดการแพร่กระจายเชื้อและการใช้ยาเพื่อการรักษา เพื่อลดระดับความเครียดที่เกิดขึ้นของผู้ปฏิบัติงาน
2. เพิ่มสวัสดิการให้กับบุคลากรที่ต้องเกี่ยวข้อง เช่น ค่าตอบแทนพิเศษ และให้ความสำคัญกับสุขภาพของบุคลากร การนวดพักผ่อน การได้รับวัคซีนตลอดจนการดูแลถึงความปลอดภัยของบุคลากรที่ปฏิบัติงาน
3. จัดอบรมบุคลากร ผู้นำชุมชนหรืออาสาสมัครประจำหมู่บ้าน หน่วยงาน บริษัท และห้างสรรพสินค้า เกี่ยวกับสถานการณ์และวิธีป้องกัน การรักษา เพื่อให้เกิดความรู้ที่ถูกต้องสามารถป้องกันตนเองและเข้าใจความเป็นไปของสถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ชนิด A (H1N1)

ABSTRACT

TITLE Stress, Stress management, Factors Affecting Stress and Mental Health Status of Nurses Working in Out-Patient Department during Pandemic Influenza Type A (H1N1) in Chiang Mai

RESEARCHER Mrs. Koontida Supakoon Mrs. Yukonthorn Santitham and Miss. Busayarat silapavitayatom

DATE COMPLETE August 2011

The purpose of this research were to study the stress level, stress management, factors affecting stress and mental health status of nurses working in Out-Patient Department during pandemic Influenza Type A (H1N1) in Chiang Mai. The sample consisted of 192 professional nurses working in Out-Patient Department in hospital in Chiang Mai. The questionnaire used consisted of 6 part. The Analyzed methods use are statistic by frequency, percentage, mean (\bar{X}), and standard deviation (SD) in personal characteristics, stress level, stress management, factors affecting stress and mental health status.

The results of the research show that : Most of the sample reported having the stress level at a moderate level (52.6%), second had the stress level at a high level (33.3%). Factors of the kind of work, the atmosphere and the state of work affect to the stress of work at a moderate level, and when considered the factors affecting stress of work show that the factors affecting stress of work affect the nurses at a moderate level. The sample reported using confrontive coping, optimistic coping, emotive coping, supportive coping and self – reliant coping at a moderate level and when considered of the stress management strategies show that the sample reported using the stress management strategies at a moderate level. Most of the sample had the mental health level at the same level of the general people (45.3%), second had the mental health level better than the general people (40.1%). Most of the sample comment about the self prevention practice of work during the pandemic Influenza Type A (H1N1) by practice follow to the protocol of the Universal Precaution (43.24%). Moreover, they advise the stress management

strategies during practice of work in the pandemic Influenza Type A (H1N1) by changing of thought for the most (19.26%), second take care of health for strong (16.30%), and comment about the help to reduce stress for practice of work during the pandemic Influenza Type A (H1N1). Most of the sample want the institute to add the rate of service for clients during the pandemic Influenza Type A (H1N1) (23.33%). second, they want the institute has the measure for screen and care of the patients distinctly, and the administrator must ready to help when the emergency problem has occur (20.00%).

The important suggestions were as follows :

1. Raising the national policy on the nursing plan of the H1N1 spreading situation in order to having the same practicing option in hospitals and decreasing possible pressure in staff; such as increase nursing staffing based, increase examination room, increase separating of patient areas, increase patient rooms, have clear nursing options in laboratory, Personal protective equipment or Equipment using the following methods to reduce the spread of infection, and medicine usage to reduced stress level of staff .
2. Increasing welfare eg. Special pay, day off, good attention to staff's health, vaccinating support, and even the staff's safety.
3. Engaging staff, community leader or volunteer, even business stakeholder to understand correctly of the situation, how to protect and the nursing option by providing the training or seminar.

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่อง การศึกษาความเครียด การจัดการกับความเครียด ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด และภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่ จะสำเร็จไม่ได้หากไม่ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากมหาวิทยาลัยพายัพ ทำให้ทีมผู้วิจัยสามารถทำการวิจัยได้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบคุณ ดร.นพ.สุรสิงห์ วิศรุตรัตน์ รองนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่ ผู้พิจารณางานวิจัย

ขอขอบคุณ อาจารย์ ดร.วัลลภา ทรงพระคุณ คุณปัทมา แสงเอื้อยังกูร และคุณชนมาภรณ์ พงศ์จันทร์เสถียร ที่กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมืองานวิจัยให้มีความถูกต้องสมบูรณ์

ขอขอบ คุณรองศาสตราจารย์จิตติภรณ์ ภัทรีเชื้อ รองศาสตราจารย์สิริรัตน์ จันทร์มะโน และดร. สุดาพร สถิตยบุตร การคณะกรรมการประเมินงานวิจัยฉบับร่าง

ขอขอบคุณ ท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุขในระดับตติยภูมิ ทุติยภูมิ ปฐมภูมิ และโรงพยาบาลเอกชน ที่ตั้งอยู่ในจังหวัดเชียงใหม่ทุกท่านที่ให้โอกาส และอนุญาตให้ทีมผู้วิจัยได้เข้าเก็บรวบรวมข้อมูล และเหนือสิ่งอื่นใดทีมผู้วิจัยขอขอบคุณหัวหน้าฝ่ายการพยาบาลทุกท่านที่ได้เอื้ออำนวย และเป็นผู้ประสานงานในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณ พยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือเข้าร่วมงานวิจัย และตอบแบบสอบถาม และให้ข้อมูลอย่างครบถ้วนเพื่อให้งานวิจัยสำเร็จสมบูรณ์ ผลการศึกษาใดที่ได้จากการวิจัยนี้ขอให้เป็นประโยชน์กับเพื่อน พี่และน้องร่วมวิชาชีพต่อไป

ท้ายสุดนี้ทีมผู้วิจัยขอขอบคุณทุกกำลังใจที่มาจากเพื่อนร่วมงานทุกท่าน ที่ได้ช่วยเหลือและคอยกระตุ้นการที่วิจัยให้สามารถทำการศึกษาวิจัยให้สำเร็จลุล่วงทุกประการ ทีมผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านมา ณ โอกาสนี้ด้วย

กุลธิดา สุภาคุณ และคณะ

สิงหาคม 2554

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญภาพ.....	ณ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	4
คำถามงานวิจัย.....	4
กรอบแนวคิดงานวิจัย.....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	6
คำนิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
1. แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีความเครียด.....	10
2. แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพจิต.....	31
3. แนวคิดเกี่ยวกับพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอก.....	36
4. ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ชนิด A (H1N1) และสถานการณ์การระบาดของ ไข้หวัด ใหญ่สายพันธุ์ใหม่ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่.....	38
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	44
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	45
ขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	49
การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง.....	50
การเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล.....	50

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	65
สรุปผลการวิจัย.....	67
อภิปรายผลการวิจัย.....	70
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	77
ข้อจำกัดในการทำวิจัย.....	78
บรรณานุกรม.....	79
ภาคผนวก.....	85
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือ.....	86
ภาคผนวก ข เอกสารจริยธรรมในงานวิจัย.....	89
1. เอกสารรับรองโครงการวิจัย.....	90
2. เอกสารคำชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย.....	91
3. เอกสารแสดงการยินยอมของอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย.....	93
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	94
ประวัติผู้วิจัย.....	111

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของของพยาบาล แผนกผู้ป่วยนอกในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล.....	52
2	แสดงจำนวนความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของของพยาบาล แผนกผู้ป่วยนอกในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามระดับความเครียด.....	55
3	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในงาน โดยรวมแต่ละด้านของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอก ในสถานการณ์การระบาดของ ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่.....	56
4	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวิธีการจัดการกับความเครียดโดยรวม แต่ละด้านของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอก ในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่.....	57
5	แสดงจำนวนความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของของพยาบาล แผนกผู้ป่วยนอก ในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด A (H1N1) ในจังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามระดับสุขภาพจิต.....	58
6	แสดงจำนวนของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกที่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตน ในการป้องกันตนเองขณะปฏิบัติงานในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่ พันธุ์ใหม่ชนิด A (H1N1).....	59
7	แสดงจำนวนของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกที่แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการ จัดการกับความเครียดขณะปฏิบัติงานในสถานการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ชนิด A (H1N1).....	61
8	แสดงจำนวนของพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกที่แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความ ต้องการการช่วยเหลือในการลดความเครียดขณะปฏิบัติงานในสถานการณ์การ ระบาดของไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ชนิด A (H1N1).....	63

สารบัญภาพ

ภาพ		หน้า
1	กรอบแนวคิดการวิจัย.....	6
2	ระบบการปรับภาวะเครียด.....	12
3	ผลการศึกษาคู่ด้านร่างกาย จิตใจ จากการปรับตัวที่ไม่ดี.....	24

PAYAP UNIVERSITY