

1. เรื่อง คุณ.....(เท้า)...เบาหวาน

2. เจ้าของผลงาน

นางอำพร พุทธิทรง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ คลินิกพิเศษโรงพยาบาลสอง

3.ที่มา / โอกาสพัฒนา

สืบเนื่องจากผู้ป่วยเบาหวานโดยทั่วไปมีความเสี่ยงของการเกิดแผลที่เท้า การตัดเท้า การตัดนิ้วเท้า ถ้าหากขาดการเอาใจใส่ดูแลเท้าอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง ที่ผ่านมามีผู้ป่วยได้รับการตรวจโดยพยาบาลมาตลอด และได้รับคำแนะนำจากพยาบาลให้ดูแลเท้าเองที่บ้านปีละครั้ง จากจำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่มารับบริการที่คลินิกพิเศษ โรงพยาบาลสอง ปี 2561 จำนวน 934 ราย พบมีประวัติการตัดเท้า 2 ราย คิดเป็นร้อยละ 0.21 ตัดนิ้วเท้า 4 รายคิดเป็นร้อยละ 0.43 มีแผลที่เท้า 9 รายคิดเป็นร้อยละ 0.96 มีการสูญเสียประสาทสัมผัส 18 ราย คิดเป็นร้อยละ 1.93 เท้าปกติ 901 ราย คิดเป็นร้อยละ 96.46 ทีมผู้ดูแลจึงคิดหาแนวทางการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในเรื่องของการดูแลเท้าโดยเฉพาะ เพื่อให้ผู้ป่วยได้เกิดเรียนรู้การตรวจเท้าและดูแลเท้าอย่างถูกต้องและต่อเนื่องทุกเวลาไม่ต้องรอปีละครั้งจากพยาบาลเมื่อถึงเวลาตรวจเท้าประจำปี เพื่อป้องกันการเกิดแผลที่เท้าจนนำไปสู่การตัดเท้าตัดขาในที่สุด โดยผู้ป่วยสามารถเรียนรู้การตรวจเท้าด้วยตัวเองเบื้องต้นและสามารถประเมินการรับรู้การสูญเสียประสาทสัมผัสที่เท้าเบื้องต้นได้ด้วยตัวเองเมื่อพบความผิดปกติหรือไม่แน่ใจ ให้รีบมาปรึกษาพยาบาลที่คลินิกพิเศษได้ทันทีในเวลาราชการ โดยทางทีมผู้ดูแลได้จัดเตรียมกระบวนการเรียนรู้การตรวจและดูแลเท้าเบื้องต้นด้วยตัวเองให้กับผู้ป่วยและญาติในการเรียนรู้ไปพร้อมกัน เพื่อเป็นการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ของผู้ป่วยเบาหวานได้อย่างรวดเร็ว ถูกต้อง เหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากที่สุด

4. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือน กันยายน 2561 , กันยายน 2562

5. เป้าหมาย

5.1 เพื่อให้ผู้ป่วยเรียนรู้การตรวจเท้าเบาหวานด้วยตนเองเบื้องต้น

5.2 เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดูแลเท้าเบาหวานตัวเองต่อเนื่อง

5.3 เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถประเมินความเสี่ยงของเท้าเบาหวานด้วยตนเองเบื้องต้น

5.4 ลดอัตราการเกิดแผลและการตัดเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน

6.กิจกรรม

6.1 อธิบายความเป็นมาของกิจกรรมการตรวจเท้าเบาหวานด้วยตัวเองเบื้องต้น

- 6.2 แนะนำกระบวนการดูแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวานด้วยตนเอง
- 6.3 สอนการตรวจเท้าด้วยตัวเองเบื้องต้น
- 6.4 สาธิตการตรวจเท้าด้วยเอ็นเบ็ด
- 6.5 ให้ผู้ป่วยตรวจเท้าด้วยตนเองโดยมีเจ้าหน้าที่ให้คำแนะนำใกล้ชิด
- 6.6 ประเมินความรู้สึกประสาทสัมผัสเท้าของผู้ป่วยเบื้องต้นของผู้ป่วย
- 6.7 ทดสอบประสาทสัมผัสการตรวจเท้าโดยเจ้าหน้าที่เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้ประสาทสัมผัสเบื้องต้น
- 6.8 ติดตามผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงสูงทุก 3 เดือน
- 6.9 ประเมินความพึงพอใจของการตรวจเท้าด้วยตนเอง
- 6.10 ประเมินผลลัพธ์ของกิจกรรมทุกปี เพื่อประเมินประสิทธิภาพของการตรวจเท้าเบาหวานด้วยตนเองเบื้องต้น

7.ผลลัพธ์

จากการดำเนินการเรียนรู้การตรวจเท้าเบาหวานด้วยตนเองพบว่าผู้ป่วยเบาหวานมีส่วนร่วมในกระบวนการดูแลเท้าด้วยตัวเองมากขึ้น ไม่ใช่รอการตรวจจากพยาบาลปีละครั้งเหมือนที่ผ่านมา จนเกิดความเสี่ยงของการเกิดแผลที่เท้า การตัดเท้า ถ้าหากขาดการดูแลเท้าอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง ที่ผ่านมามีผู้ป่วยจะได้รับการตรวจโดยพยาบาลมาตลอดและได้รับคำแนะนำจากพยาบาลให้ดูแลเท้าเองที่บ้านปีละครั้ง จากการดำเนินกิจกรรมดังกล่าว พบว่าจำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่มาใช้บริการที่คลินิกพิเศษ โรงพยาบาลสอง ปี 2562 จำนวน 1016 ราย พบมีประวัติการตัดเท้า 0 ราย คิดเป็นร้อยละ 0 ตัดนิ้วเท้า 1 รายคิดเป็นร้อยละ 0.10 มีแผลที่เท้า 10 ราย คิดเป็นร้อยละ 0.98 มีการสูญเสียประสาทสัมผัส 15 ราย คิดเป็นร้อยละ 1.47 เท้าปกติ 960 ราย คิดเป็นร้อยละ 94.49 พบอัตราการตัดเท้าและนิ้วเท้าลดลง รวมทั้งภาวะแทรกซ้อนอื่นๆลดลง และผู้ป่วยสามารถเรียนรู้การตรวจเท้าด้วยตัวเองเบื้องต้นและสามารถประเมินการรับรู้การสูญเสียประสาทสัมผัสที่เท้าเบื้องต้นได้ด้วยตัวเอง เมื่อพบความผิดปกติหรือไม่แน่ใจให้รีบมาปรึกษาพยาบาลที่คลินิกพิเศษได้ทันทีในเวลาราชการ โดยทางทีมผู้ดูแลได้จัดเตรียมกระบวนการเรียนรู้การตรวจและดูแลเท้าเบื้องต้นด้วยตัวเองให้กับผู้ป่วยและญาติในการเรียนรู้ไปพร้อมกันเพื่อเป็นการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ของผู้ป่วยเบาหวานได้อย่างรวดเร็ว ถูกต้อง เหมาะสม



Monofilament



อุปกรณ์ตรวจเท้าด้วยตนเอง (ทำจากเอ็นเบ็ด)



รูปตำแหน่งตรวจเท้า



การนวดเท้าสัมพันธ์กับอวัยวะต่างๆในร่างกาย



สาริตรายการตรวจเท้าโดยพยาบาล



สาริตรายการนัดเท้ารายกลุ่ม



สาธิตการนวดเท้ารายกลุ่ม



การให้ผู้ป่วยเรียนรู้การตรวจเท้าด้วยตนเอง



การตรวจเท้าด้วยตนเอง พร้อมกับพยาบาล



อธิบายผลดีของการตรวจเท้าด้วยตนเอง

