

การจัดการตนเอง
เพื่อชะลอ

**การเสื่อม
ของไต**
จากเบาหวาน



สมศักดิ์ โทจำปา



สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร
Naresuan University Publishing House
www.nupress.grad.nu.ac.th

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

สมศักดิ์ โหจำปา.

การจัดการตนเองเพื่อชะลอการเสื่อมของไตจากเบาหวาน.-- พิษณุโลก : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2562.
140 หน้า.

1. ไตวายเฉียบพลัน. 2. ไตวายเรื้อรัง. I. ชื่อเรื่อง.

616.614

ISBN 978-616-426-145-7

ISBN (e-book) 978-616-426-146-4

สพน. 61

ราคา 200 บาท

พิมพ์ครั้งที่ 1 กันยายน พ.ศ. 2562 จำนวนพิมพ์ 500 เล่ม



สงวนลิขสิทธิ์ ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537 โดยสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร ห้ามการลอกเลียนไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้ ไม่ว่าในรูปแบบใด ๆ นอกจากจะได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร เท่านั้น

ผู้จัดพิมพ์ สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร

มิวจำนำอยู่ที่ 1. ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สาขา ศาลาพระเกี้ยว กรุงเทพฯ โทร. 0-2218-7000-3

สยามเสแควร์ อาคารวิทยาศึกษา กรุงเทพฯ โทร. 0-2218-9881, 0-2255-4433

มหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก โทร. 0-5526-0162-5

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา โทร. 044-216131-2

มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี โทร. 0-3839-4855-9

โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า (ร.จ.ปร.) จังหวัดนครนายก โทร. 037-393-023, 037-393-036

จัดสรรจามจุรี กรุงเทพฯ โทร. 0-2160-5361

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี โทร. 0-5446-6799, 0-5446-6800

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี โทร. 044-922662-3

สาขาย่อยคณะวิศวกรรมศาสตร์ กรุงเทพฯ โทร. 0-2218-3979

สาขาทั้งหมด โทร. 02-374-1378

2. ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ อาคารวิทยบริการ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 50 ถนนงามวงศ์วาน
แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900 โทร. 0-2579-0113

3. ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ อาคารอนนทประสงค์ ชั้น 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ถนนพระจันทร์
แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพฯ 10200 โทร. 0-2613-3899, 0-2623-6493

สาขา ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ โทร. 0-5394-4990-1

ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา โทร. 0-7428-2980, 0-74282981

ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา จังหวัดยะลา โทร. 0-7329-9980

4. ที.ซี.เพอร์ บุกส์ (ปฐมธานี) จำกัด 54/3 ตำบลบ้านกระแจะ ถนนศิลาพิชัย-บางโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี 12000
โทร. 0-2977-9600-4

กองบรรณาธิการ กองบรรณาธิการจัดทำเอกสารสิ่งพิมพ์ทางวิชาการของสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร

ออกแบบปก สัญญา จันทา

รูปเล่ม สัญญา จันทา

พิมพ์ที่ รัตนสุวรรณกรพิมพ์ 3 30-31 ถนนพญาลีไท อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000 โทร. 0-5525-8101



สำนักพิมพ์เป็นสมาชิกสมาคมนักจัดพิมพ์
และผู้จัดทำหนังสือแห่งประเทศไทย
<http://www.thaibooksociety.com>

กรณีต้องการสั่งซื้อหนังสือปริมาณมาก หรือเข้าซื้อแบบเหมาติดต่อได้ที่
ฝ่ายจัดจำหน่ายสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร

☎ nuph@nu.ac.th

📍 สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร

☎ 0 5596 8833-8836

🌐 nu_publishing



พิมพ์บน
กระดาษคุณภาพ เพื่อมุ่งงานคุณภาพ
กระดาษต้นทางปลอดภัยไร้สารพิษ



คำนำ

โรคไตวายเรื้อรังเป็นปัญหาสาธารณสุขทั้งภายในประเทศไทยและต่างประเทศที่สำคัญ โรคเบาหวานเป็นอีกสาเหตุหลักอันดับต้น ๆ ที่ทำให้เกิดภาวะไตวายเรื้อรัง ดังนั้น ผู้ป่วยโรคเบาหวานจึงมีความจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ ทั้งในด้านการส่งเสริมในด้านต่าง ๆ และการป้องกันเพื่อชะลอการเสื่อมของไต ทั้งนี้หากผู้ป่วยเบาหวานได้รับการส่งเสริมและการป้องกันการเสื่อมของไตได้อย่างถูกต้อง และถูกวิธี ก็จะช่วยทำให้การเกิดภาวะการณแทรกซ้อนทางไตช้าลง และจะทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชนดีขึ้นตามลำดับ

ผู้เขียนขอมอบคุณค่าของหนังสือเรื่องนี้เพื่อเป็นเครื่องบูชาแต่บิดาของผู้เขียนซึ่งได้ถึงแก่กรรมไปแล้ว และมารดาผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ซึ่งทั้งสองเป็นที่รักและเคารพยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ชมนาด วรรณพรศิริ คณบดี คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่มอบโอกาสและให้ข้อเสนอแนะ ตลอดช่วงระยะเวลาของการเขียนหนังสือเล่มนี้ และขอบคุณครอบครัวผู้เขียนเองที่เป็นกำลังใจให้เสมอมา ตลอดเงินทุนสนับสนุนการวิจัยเพื่อพัฒนาองค์ความรู้อย่างต่อเนื่อง ผู้เขียนหวังว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ นิสิต นักศึกษา และผู้ที่สนใจในหนังสือเล่มนี้เพื่อพัฒนาองค์ความรู้ต่อไป

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมศักดิ์ โทจำปา

สารบัญ

บทที่ 1 โรคไตเสื่อมจากเบาหวาน	2
สถานการณ์ภาวะไตเสื่อมจากเบาหวาน	2
โรคไตวายคืออะไร	4
ภาวะไตวายเฉียบพลัน	6
♦ สาเหตุของการเกิดภาวะไตวายเฉียบพลัน	6
♦ การวินิจฉัยภาวะไตวายเฉียบพลัน	8
♦ ระยะและความรุนแรงภาวะไตวายเฉียบพลัน	9
♦ การรักษาภาวะไตวายเฉียบพลัน	11
ภาวะโรคไตวายเรื้อรัง	14
♦ สาเหตุของการเกิดโรคไตวายเรื้อรัง	15
♦ การวินิจฉัยโรคไตวายเรื้อรัง	19
♦ ระยะของโรคไตวายเรื้อรัง	19
♦ การเปลี่ยนแปลงทางพยาธิสภาพและอาการแสดงโรคไตวายเรื้อรัง	20
♦ การรักษาโรคไตวายเรื้อรัง	25
ภาวะไตเสื่อมจากเบาหวาน	29
♦ ความหมายของภาวะไตเสื่อมจากเบาหวาน	30
♦ กลไกการเกิดไตเสื่อมจากเบาหวาน	33
♦ พฤติกรรมส่งเสริมการเสื่อมของไต	34
การชะลอการเสื่อมของไต	36
♦ แนวทางการชะลอการเสื่อมของไต	39
♦ ปัจจัยที่ทำให้เกิดผลกระทบต่อภาวะไตเสื่อมเรื้อรัง	42

บทที่ 2 ทฤษฎีการจัดการตนเอง 49

บทนำ	50
ความหมายของการจัดการตนเอง	52
แนวคิดการจัดการตนเอง	55
สรุปมุมมองการจัดการตนเองในสังคมไทย	60
การประยุกต์แนวคิดการจัดการตนเองในการจัดการสุขภาพชุมชน	62
การประยุกต์แนวคิดการจัดการตนเองในการจัดการด้านสุขภาพ	66
สรุปการประยุกต์ใช้แนวคิดการจัดการตนเองในการจัดการด้านสุขภาพ	67

บทที่ 3 การส่งเสริมการจัดการระบบการดูแลสุขภาพ 73

การส่งเสริมการจัดการระบบการดูแลสุขภาพ	74
♦ ระบบสุขภาพ	74
♦ ระบบให้บริการ	75
♦ ระบบการสนับสนุนการตัดสินใจ	75
♦ ระบบข้อมูลสารสนเทศหรือข้อมูลข่าวสารทางคลินิก	75
♦ ระบบสนับสนุนการจัดการดูแลตนเอง	76
♦ การมีส่วนร่วมของชุมชน	76
บทบาทพยาบาลในการจัดการระบบการดูแลสุขภาพ	79
♦ บทบาทในการกำหนดทิศทางและนโยบายการจัดการโรค	79
♦ บทบาทในการจัดระบบการบริการผู้ป่วย	79
♦ บทบาทในการใช้ระบบสารสนเทศในการจัดการโรค	80

♦ บทบาทในการสนับสนุนการจัดการตนเองของผู้ป่วย	81
♦ บทบาทในการใช้ข้อมูลเพื่อสนับสนุนการตัดสินใจทางคลินิก ในการจัดการโรค	81
♦ บทบาทในการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชน	81

บทที่ 4 การส่งเสริมการจัดการตนเองในผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อการชะลอไตเสื่อมในชุมชน 85

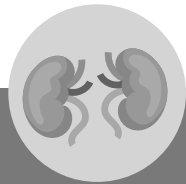
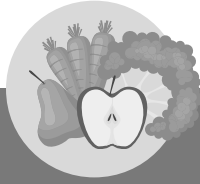
บทนำ	86
การจัดการตนเองบนทฤษฎีปัญญาสังคม	87
กรณีศึกษา: โปรแกรมการส่งเสริมการจัดการตนเองเพื่อชะลอไตเสื่อม ในผู้ป่วยเบาหวาน	89
องค์ประกอบรูปแบบการส่งเสริมการจัดการตนเองในผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อชะลอไตเสื่อม	91
♦ การจัดการด้านอาหาร	91
♦ การจัดการด้านการออกกำลังกาย	98
♦ การจัดการตนเองด้านอารมณ์	99
♦ การจัดการตนเองเรื่องการช้ยา	102
ประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมการจัดการตนเองในชุมชน	114
บรรณานุกรม	125

การจัดการตนเอง
เพื่อชะลอการเสื่อมของไตจากเบาหวาน

บทที่ 1

โรคไตเสื่อม จากเบาหวาน

ตัวอย่างข้อความที่ถูกซ่อนไว้





สถานการณ์ภาวะไตเสื่อมจากเบาหวาน

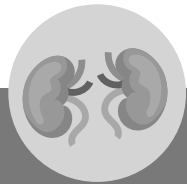
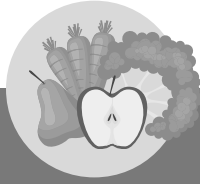
จากข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization; WHO) เบาหวาน DM (Diabetes Mellitus) คือ โรคที่เป็นปัญหาทางสุขภาพ และเป็นโรคหนึ่งที่มีค่าใช้จ่ายในการรักษาค่อนข้างสูงของโลก (WHO, 2014) และจากการเปิดเผยของสหพันธ์เบาหวานนานาชาติ (International Diabetes Federation: IDF) ระบุว่าในปี 2014 มีประชากรผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวานทั่วโลก จำนวน 382 ล้านคน โดยเป็นผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นเบาหวานชนิดที่ 2 มากกว่า 90 % (IDF, 2014) และในปีเดียวกันพบผู้ป่วยโรคเบาหวานในประเทศไทยกว่า 4 ล้านราย จากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 ปี 2009 (พ.ศ. 2552) พบความชุกหรือความแพร่หลายของภาวะ IFG (Impaired Fasting Glucose) หรือภาวะของคนที่มึระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ แต่ยังไม่ถึงระดับที่จัดว่าเป็นเบาหวาน คือ อยู่ในระดับ 110-125 มิลลิกรัม/เดซิลิตร 10.06 เปอร์เซ็นต์ และความชุกของโรคเบาหวานในประชากรวัยผู้ใหญ่อายุ 20 ปีขึ้นไป มีจำนวน 7.5 เปอร์เซ็นต์ (Aekplakorn, et al., 2011) ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานนำไปสู่ปัญหาทางการแพทย์หลายประการ รวมถึงภาวะไตผิดปกติจากเบาหวาน หรือ DN (Diabetic Nephropathy) ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนที่พบมากที่สุด (Deerochanawong, & Ferrario, 2013) เมื่อภาวะไตผิดปกติเลวร้ายจนกลายเป็นโรคไตเรื้อรัง CKD (Chronic Kidney Disease: CKD) ผู้ป่วยโรคเบาหวานอาจเกิดภาวะทุพพลภาพ ซึ่งจะมีผลต่อผู้ป่วยครอบครัว และสังคมอย่างมาก ดังนั้นจึงจำเป็นต้องป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน เพื่อไม่ให้เกิดเป็นภาวะทางเศรษฐกิจต่อครอบครัว (Tsiouli, et al., 2013)

สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุขของประเทศไทย (2556) รายงานว่า มีโรคไตที่เกิดจากภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวานถึง 70% โดยมีภาวะน้ำตาลในเลือดสูงและความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นตัวบ่งชี้การดำเนินของโรคไตเรื้อรัง (Harris, & Rangan, 2005) ทั้งนี้สามารถป้องกันภาวะไตผิดปกติจาก

การจัดการตนเอง
เพื่อชะลอการเสื่อมของไตจากเบาหวาน

บทที่ 2

การจัดการ ตนเอง





บทนำ

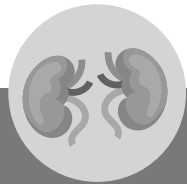
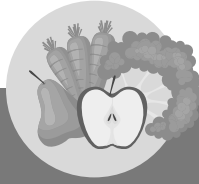
การจัดการตนเอง (Self-Management) มีแนวคิดพื้นฐานที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) (Bandura, 1986) ที่มีความเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์นั้นเกิดจากพฤติกรรมบุคคล ซึ่งมีการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) อย่างต่อเนื่องระหว่างบุคคลนั้น (Person) และสิ่งแวดล้อม (Environment) (ตามภาพที่ 5)

บุคคลสามารถเรียนรู้ได้โดยการเสริมแรงอย่างเป็นระบบ ทฤษฎีการจัดการตนเองเป็นทฤษฎีพฤติกรรมของมนุษย์ มีลักษณะเป็นกระบวนการทางธรรมชาติที่เน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล มีการควบคุมพฤติกรรมของตนเองอย่างมีทิศทาง ส่งผลให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ด้วยความเข้าใจของตนเอง ก่อให้เกิดรูปแบบที่เป็นรูปธรรม สามารถควบคุมพฤติกรรมด้วยตนเอง ซึ่งรวมถึงการปรับเปลี่ยนการรับรู้ โดยอาศัยการตีความจากการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติหรือการกระทำเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งทฤษฎีการจัดการตนเองได้มีการนำไปใช้ในหลายวงการ โดยเฉพาะด้านการแพทย์และสาธารณสุขที่นำแนวคิดการจัดการตนเองมาใช้ในการปฏิบัติเพื่อแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพทั้งในการพยาบาล การแพทย์ และการฟื้นฟูสุขภาพ รวมถึงการใช้ข้อมูลด้านสุขภาพแก่ประชาชนในกลุ่มโรคเรื้อรังที่ต้องอาศัยความสามารถของบุคคลในการจัดการเกี่ยวกับความเจ็บป่วยและการปรับเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิตประจำวันให้เหมาะสม และสามารถควบคุมโรคด้วยตนเองได้อย่างต่อเนื่อง

การจัดการตนเอง
เพื่อชะลอการเสื่อมของไตจากเบาหวาน

บทที่ 3

การส่งเสริม การจัดการ ระบบดูแลสุขภาพ





การส่งเสริมการจัดการระบบการดูแลสุขภาพ

การส่งเสริมการจัดการระบบการดูแลสุขภาพ มีต้นแบบมาจากแนวคิด การจัดการระบบการดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง (The Chronic Care Model: CCM) ซึ่งเป็นแนวคิด ที่พัฒนาขึ้นโดยกลุ่มนักวิจัยของ MacColl Center for Health Care Innovation นำโดย เอ็ดเวิร์ด วากเนอร์ (Edward Wagner) ปี ค.ศ. 1997 โดยเสนอรูปแบบ การจัดการระบบการดูแลโรคเรื้อรังซึ่งปรับจากการดูแลสุขภาพในระดับบุคคลมา เป็นการดูแลแบบบูรณาการ เข้าถึงประชากรและเน้นถึงการป้องกันมากขึ้น เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและผลลัพธ์ทางคลินิก การปรับกระบวนการทัศน์ใหม่ของการจัดการ โรคเรื้อรังที่มากกว่าการรักษาทางการแพทย์ เป็นการให้บริการในเชิงรุก โดยการส่งเสริมสุขภาพในขณะที่ยังไม่ป่วย การคัดกรองกลุ่มเสี่ยงโดยอาศัยการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างผู้ป่วยและทีมสุขภาพ บทบาทของผู้รับผิดชอบนั้นไม่ได้เป็นเพียงแค้รับบริการเท่านั้น แต่การดูแลรักษาเป็นอีกส่วนหนึ่งของทีมการดูแลรักษา (Wagner, 2006).

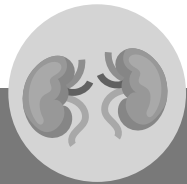
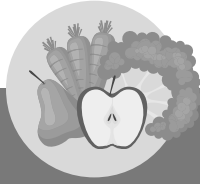
ระบบการดูแลที่จะส่งเสริมให้เกิดผลลัพธ์การดูแลโรคเรื้อรังที่มีคุณภาพนั้น มีองค์ประกอบสำคัญอยู่ 6 ประการดังนี้ (Wagner, 2006)

- 1. ระบบสุขภาพ (Health System)** หมายถึง การมีหน่วยงานหรือองค์กร ทำหน้าที่หลักในการดูแลสุขภาพประชาชน ในที่นี้คือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ประจำตำบล (รพ.สต.) ซึ่งต้องมีการสร้างวัฒนธรรมองค์กรและกลไกที่ช่วยส่งเสริม ความปลอดภัยในการทำงาน เป็นระบบสนับสนุนในการทำงาน การสร้างแรงจูงใจ ในการทำงาน การวางกลยุทธ์แนวปฏิบัติ และการตัดสินใจในการดำเนินการให้บรรลุ เป้าหมายที่กำหนดไว้ ส่งเสริมปรับปรุงเปลี่ยนแปลงระบบให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น การอำนวยความสะดวกในการประสานงานภายในและระหว่างองค์กร ระบบการดูแล ผู้ป่วยเรื้อรังจำเป็นต้องได้รับการเตรียมความพร้อมและได้รับการส่งเสริมให้เกิด การเปลี่ยนแปลงทั่วทั้งองค์กร ผู้นำขององค์กรจะต้องมีความชัดเจนกับนโยบาย สามารถกำหนดเป้าหมาย แนวทางการพัฒนา และการสร้างแรงจูงใจภายในองค์กร

การจัดการตนเอง
เพื่อชะลอการเสื่อมของไตจากเบาหวาน

บทที่ 4

การส่งเสริม
การจัดการตนเองในผู้ป่วย
เบาหวานเพื่อการชะลอ
ไตเสื่อมในชุมชน





บทนำ

โรคเบาหวานเป็นปัญหาสำคัญทางด้านสาธารณสุขระดับโลก จากข้อมูลสมาคมโรคเบาหวานแห่งสหรัฐอเมริกา (International Diabetes Federation (IDF), 2014) มีรายงานว่าทั่วโลกพบผู้เสียชีวิตด้วยโรคเบาหวานมากเฉลี่ย 8 วินาทีต่อ 1 คน สำหรับประเทศไทยเองก็พบว่า มีผู้ป่วยเบาหวานทั่วประเทศ ในปี 2553 จำนวน 607,828 คน เพิ่มจากปี 2552 จำนวน 49,672 คน คิดเป็นร้อยละ 8.59 (Aekplakorn, et al., 2011) จากการสำรวจสุขภาพของประชากรไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552 พบว่า มีผู้ป่วยเบาหวานถึงร้อยละ 71.5 ที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ (Aekplakorn, et al., 2011) ซึ่งในที่สุดโรคเบาหวานก็รุนแรงขึ้นจนกระทั่งมีผลกระทบตามมา ได้แก่ ภาวะไตเสื่อมจากเบาหวาน ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนที่พบมากที่สุดของผู้ป่วยเบาหวาน ดังนั้น การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้มีความใกล้เคียงกับปกติมากที่สุดก็สามารถป้องกันไตเสื่อมจากเบาหวานได้ จากการศึกษาพบว่า การลดค่าของฮีโมโกลบินเอวันซีได้ 1 เปอร์เซ็นต์สามารถลดการเสื่อมของไตได้ถึงร้อยละ 35 (พรเพ็ญ ศรีสวัสดิ์, 2550) แต่ถ้าผู้ป่วยไม่สามารถจัดการตนเองเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ประสิทธิภาพการทำงานของไตจะลดลงเมื่อเวลาผ่านไปหรือประมาณ 10 ปี ไตจะเสื่อมสภาพลงประมาณร้อยละ 30-35 หากปล่อยไปอีก 4-7 ปีจะกลายเป็นภาวะไตวายระยะสุดท้าย ถ้าผู้ป่วยไม่ได้รับการดูแลและการรักษาอย่างเหมาะสม (สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทยและสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2555)

นอกจากนี้ ผลการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด พบว่า ผู้ป่วยยังขาดความรู้และทักษะในการจัดการตนเองในการดูแลเรื่องของการอาหารและยา จึงเป็นสาเหตุทำให้ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ (นันทน์ภัท พิระพุดพิงศ์, น้ำอ้อย ภักดีวงศ์ และอำภาพร นามวงศ์พรหม, 2555) เมื่อผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดที่สูงขึ้น มีผลต่อการทำลาย



อนามัยโรงพยาบาล

ผู้แต่ง: ผศ. ดร.สมศักดิ์ โทจำปา

ปีพิมพ์ : 1/2562

“สุขภาพกับการศึกษา” เป็นของคู่กัน บทบาทและหน้าที่ของพยาบาลอนามัยชุมชนจึงมีความสำคัญอย่างมากในการนำกระบวนการ การพยาบาลมาใช้ในงานอนามัยโรงเรียนซึ่งในหนังสือเล่มนี้มีเนื้อหาสาระประกอบด้วย

แนวคิดงานอนามัยโรงเรียน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ พยาบาลชุมชนในงานอนามัยโรงเรียน การตรวจสุขภาพในโรงเรียน การส่งเสริมและเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพนักเรียน อนามัยสิ่งแวดลอมในโรงเรียน การสอนสุขศึกษาในโรงเรียน

กระบวนการพยาบาลในงานอนามัยโรงเรียน เนื้อหาทั้งหมดในหนังสือเล่มนี้มุ่งเน้นในการส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพที่แข็งแรงซึ่งจะส่งผลที่ดีต่อการเรียนของนักเรียนในโรงเรียนรวมทั้งโรงเรียนจะได้รับการพัฒนาเพื่อผ่านเกณฑ์โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสู่ระดับเพชร ต่อไป

หนังสือแนะนำ กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ



พื้นฐานระบบประสาทและเทคนิควิธีวิจัยทางประสาทวิทยาศาสตร์

ผู้แต่ง: ผศ. ดร.อระวี คงสมบัติ

ปีพิมพ์ : 1/2562

ร่างกายของสิ่งมีชีวิต มีการทำงานอยู่ตลอดเวลาแม้ในขณะหลับ โดยมีระบบประสาททำหน้าที่สำคัญเพื่อควบคุมการทำงานของระบบต่าง ๆ หนังสือเล่มนี้ประกอบด้วยเนื้อหา 2 ส่วน ส่วนแรกคือ ความรู้พื้นฐานทางระบบประสาท ทั้งโครงสร้างและกลไกการทำงานของเซลล์ประสาท ระเบียบรับความรู้สึก ระบบประสาทมอเตอร์ ระบบประสาทอัตโนมัติ สมองใหญ่ และการทำงานด้านภาษา อารมณ์ การเรียนรู้และความจำ ส่วนที่สอง คือ เทคนิควิจัยเบื้องต้นที่สัมพันธ์กับการศึกษาทางประสาทวิทยาศาสตร์ ในสัตว์ทดลอง ได้แก่ การผ่าตัดและเครื่องมือสแตอริโอแทคติก เพื่อใช้ในการศึกษาระดับของสารสื่อประสาท โดยใช้เทคนิคไมโครไดอะโลซิสและการศึกษาทางไฟฟ้า และการศึกษาพฤติกรรมต่าง ๆ ในสัตว์ทดลอง หนังสือเล่มนี้เหมาะสำหรับผู้เรียนและนักวิจัย ที่สนใจในสาขาประสาทวิทยาศาสตร์



การช่วยกู้ชีพในเด็กและทารกแรกเกิด

(บรรณาธิการ):

ผศ. พญ.ววรรณ จิตต์ธรรม

ปีพิมพ์ : 1/2562

ภาวะหัวใจหยุดเต้นในเด็ก เป็นภาวะฉุกเฉินที่ต้องการความช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้กับเด็กทุกคนตั้งแต่ทารกแรกคลอดในนาที่แรกของชีวิต ไม่ว่าใครหากได้ประสบอยู่ในเหตุการณ์นี้ ควรให้การช่วยเหลือผู้ป่วยอย่างทันทีด้วยความรู้ในแนวทางปฏิบัติการช่วยกู้ชีพในเด็กและทารกแรกเกิดที่รวบรวมไว้ในหนังสือเล่มนี้จะเป็นแรงบันดาลใจให้ทุกคนมีความกล้าที่จะเริ่มต้นการช่วยกู้ชีพได้อย่างถูกต้อง รวดเร็วและมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้เด็กที่อยู่ในสถานการณ์ภาวะหัวใจหยุดเต้นได้มีโอกาสในการมีชีวิตอยู่ต่อไปอย่างมีคุณภาพ



☎ 0 5596 8833-8836

📍 สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัย

✉ nuph@nu.ac.th