

## บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ระดับความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพยาของผู้ป่วยนอกใน ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติด และความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการป้องกันการเสพยาและสารเสพติดกับระดับ ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยนอกที่กำลังรับการบำบัดรักษาแบบผู้ป่วยนอก ที่สถาน บำบัดรักษายาเสพติดสถาบันธัญญารักษ์ และศูนย์บำบัดภูมิภาค 5 แห่ง ดังนี้ คือ ศูนย์บำบัดรักษายา เสพติดแม่ฮ่องสอน ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่ ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดขอนแก่น ศูนย์ บำบัดรักษายาเสพติดสงขลาและ ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดปัตตานี จำนวน 345 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ 1) ข้อมูลส่วน บุคคลของกลุ่มตัวอย่าง 2) แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค เป็นแบบสอบถามที่ ผู้วิจัยได้ประยุกต์สร้างสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความเสี่ยงต่อการเสพยา 10 สถานการณ์ โดยแต่ละ สถานการณ์จะครอบคลุมทั้ง 4 องค์ประกอบของความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคตามแนวคิดของ สตอลท์ (Stoltz, 1997) ประกอบด้วย 1) การควบคุมสถานการณ์ 2) การรับรู้ต้นเหตุและความ รับผิดชอบต่อปัญหา 3) การเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ 4) ความอดทนต่อปัญหา จำนวน 40 ข้อ ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้านความตรงของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความ เทียงโดยการวัดความคงที่ (stability) ของเครื่องมือ ด้วยวิธีการทดสอบซ้ำ (test-retest) กับผู้ป่วยยา เสพติดที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน จากนั้นนำข้อมูลมาคำนวณหาค่า สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficients) โดยกำหนดความระดับความ มีนัยสำคัญที่ 0.05 ได้ค่าความเที่ยงโดยรวมเท่ากับ 0.90

สำหรับค่าความเที่ยงด้านการควบคุมสถานการณ์เท่ากับ 0.87 ด้านการรับรู้ต้นเหตุและความ รับผิดชอบต่อปัญหาเท่ากับ 0.84 ด้านการเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติเท่ากับ 0.86 และด้านความอดทนต่อ ปัญหาเท่ากับ 0.84

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยการใช้การแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน วิเคราะห์ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคของผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอก ทั้ง โดยรวม รายด้าน และรายข้อโดยการหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาความสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติด การได้รับความรู้เกี่ยวกับการ ป้องกันการเสพยาและสารเสพติด กับความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค โดยใช้สถิติไค-สแควร์ (Chi-square Test Statistic)

## ผลการวิจัยพบว่า

## 1. ข้อมูลส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาร้อยละ 95.70 เป็นเพศชาย มีอายุอยู่ในช่วง 12-20 ปี ร้อยละ 35.70 รองลงมา 20-30ปี ร้อยละ 32.20 มีสถานภาพ โสด ร้อยละ 68.40 มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 51.90 เป็นนักเรียน/นักศึกษา ร้อยละ 26.40 และอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 25.79 ตามลำดับ ไม่มีรายได้ ร้อยละ 36.50 ยาและสารเสพติดหลักที่ใช้ เป็นยาบ้า ร้อยละ 54.50 ความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติด บางครั้ง/เดือน ร้อยละ 42.90 และใช้บ่อยครั้ง/สัปดาห์ ร้อยละ 35.90 ที่อยู่อาศัยมีแหล่งซื้อขายยาและสารเสพติด ร้อยละ 75.10 การรับรู้ความสำคัญของตนเองต่อ ครอบครัวอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด ร้อยละ 74.20 การได้รับความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการใช้ยาและสารเสพติด ร้อยละ 79.40

2. ระดับความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อกาเสพติดของผู้ป่วยยาเสพติดโดยรวม และรายด้าน

ผู้ป่วยยาเสพติดมีความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติดโดยรวม และรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับค่อนข้างสูง โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่สุด คือ ด้านการเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ ( $M = 38.16, SD = 8.45$ ) รองลงมา คือ ด้านการรับรู้ต้นเหตุและความรับผิดชอบต่อปัญหา ( $M = 36.99, SD = 7.79$ ) ด้านความอดทนต่อปัญหา ( $M = 36.81, SD = 8.86$ ) และ ด้านการควบคุมสถานการณ์ ( $M = 36.23, SD = 9.00$ ) ตามลำดับ

3. ระดับความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติดของผู้ป่วยยาเสพติดรายข้อ

ค่าเฉลี่ยความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติดด้านการควบคุมสถานการณ์ของผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอกอยู่ในระดับค่อนข้างสูง 9 ข้อ ใน 10 ข้อ โดยมีข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 ลำดับแรก คือ ความสามารถในการควบคุมตนเองพยายามช่วยเหลือครอบครัวทำงานบ้านและดูแลตัวเองโดยการออกกำลังกาย ( $M = 3.90, SD = 1.15$ ) รองลงมา คือ ความสามารถในการควบคุมตนเองไม่ไปใช้ยาและสารเสพติดแม้เพียง 1 ครั้งเพราะจะทำให้กลับไปเสพติดอีกในครั้งต่อไป ( $M = 3.86, SD = 1.20$ ) และความสามารถในการควบคุมตนเองไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาและสารเสพติด ( $M = 3.73, SD = 1.19$ ) ส่วนระดับปานกลาง มีเพียง 1 ข้อ ใน 10 ข้อ และมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ความสามารถในการควบคุมตนเองไม่ให้ลองใช้ยาและสารเสพติดนั้นได้ ( $M = 3.26, SD = 1.22$ )

ค่าเฉลี่ยความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติด ด้านการรับรู้ต้นเหตุและความรับผิดชอบต่อปัญหาของผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอก อยู่ในระดับค่อนข้างสูง 9 ข้อ ใน 10 ข้อ โดยมีข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 ลำดับแรก คือ การรับรู้ว่ายาและสารเสพติดจะทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของผู้ใช้ได้ เช่น ร่างกายอ่อนแอ ไม่แข็งแรง เจ็บป่วยได้ง่าย ( $M = 4.09, SD = 1.12$ ) รองลงมา คือ การรับรู้ว่าการได้พูดคุยกับบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลสนิทที่สามารถเปิดเผยความรู้สึกได้เกี่ยวกับอาการอยากยาจะช่วยลดอาการอยากยาลงได้ ( $M = 3.82, SD = 1.13$ ) และการตั้งสติพิจารณา การคบค้าสมาคมกับกลุ่มเพื่อนที่ใช้ยาและสารเสพติดเพราะจะส่งผล กระทบ และเกิดความเสียหาย ( $M = 3.77, SD = 1.15$ ) ส่วนระดับปานกลางมีเพียง 1 ข้อ ใน 10 ข้อ และมีค่าเฉลี่ย

ต่ำสุด คือ การรับรู้ได้ว่าความรู้สึกอยากลองใช้เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ไปใช้ยาและสารเสพติดนั้นได้ ( $M = 3.34, SD = 1.11$ )

ค่าเฉลี่ยความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติด ด้านการเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติของผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอก อยู่ในระดับค่อนข้างสูงทั้งหมด 10 ข้อ โดยมีข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 ลำดับแรก คือ การตั้งสติพิจารณาปรับเปลี่ยนชีวิตของตนเองให้รอดพ้นจากยาและสารเสพติดได้ ( $M = 4.02, SD = 1.08$ ) รองลงมา คือ การเตือนสติตนเองและพยายามที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองโดยการออกกำลังกาย เล่นดนตรี อ่านหนังสือ ฯลฯ เพื่อเบี่ยงเบนความรู้สึกอยากยา ( $M = 3.98, SD = 1.11$ ) และการพยายามหางานที่เหมาะสมกับความสามารถของตัวเอง ( $M = 3.97, SD = 1.13$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การตั้งสติคิดหาถ้อยคำในการปฏิเสธคำชวนของเพื่อน โดยไม่ทำให้เพื่อนโกรธได้ ( $M = 3.54, SD = 1.27$ )

ค่าเฉลี่ยความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติดด้านความอดทนต่อปัญหาของผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอก อยู่ในระดับค่อนข้างสูง ทั้ง 10 ข้อ โดยมีข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 ลำดับแรก คือ การอดทนฝึกฝนเพื่อให้ตนเองมีความกล้าในการแสดงออกได้ แม้ต้องใช้ระยะเวลาตาม ( $M = 3.88, SD = 1.05$ ) รองลงมา คือ การอาศัยอยู่ในชุมชนนั้นๆ ได้โดยไม่ต้องไปยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาและสารเสพติด ( $M = 3.79, SD = 1.20$ ) และ อันดับที่ 3 มี 2 ข้อ คือ การอดทนกับอาการอยากยา และจัดการกับอาการอยากยาโดยวิธีต่างๆ เช่น การเตือนสติตนเอง การผ่อนคลาย การทำสมาธิ ฯลฯ ( $M = 3.79, SD = 1.20$ ) และการอดทนหางานทำต่อไปถึงแม้จะประสบความผิดหวังครั้งแล้วครั้งเล่า ( $M = 3.79, SD = 1.19$ ) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การอดทนต่อความรู้สึกอยากลองใช้ยาและสารเสพติดได้ แม้จะมีบุคคลอื่นใช้ยาและสารเสพติดให้เห็นอยู่บ่อยๆ ก็ตาม ( $M = 3.42, SD = 1.21$ )

4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติด และความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการป้องกันการใช้ยาและสารเสพติด กับระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค

ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ด้านความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติด มีความสัมพันธ์กับระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ทั้ง 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นั่นคือ ความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติด มีผลต่อความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค 1) ด้านการควบคุมสถานการณ์ 2) การรับรู้ต้นเหตุและความรับผิดชอบต่อปัญหา 3) การเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ 4) ความอดทนต่อปัญหา ในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติดของผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอก

ปัจจัยส่วนบุคคล อายุ และความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการป้องกันการใช้ยาและสารเสพติด ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ทั้ง 4 ด้าน นั่นคือ อายุ และความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับการป้องกันการใช้ยาและสารเสพติด ไม่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค 1) ด้านการควบคุมสถานการณ์ 2) การรับรู้ต้นเหตุและความรับผิดชอบต่อปัญหา 3) การเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ 4) ความอดทนต่อปัญหา ในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพติดของผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอก

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1.1 จากผลการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอกมีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพยาอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ดังนั้นในการให้การบำบัดรักษาผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอก ผู้บำบัดจะสามารถนำไปเป็นข้อมูลในการวางแผนให้การดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยได้เหมาะสม เช่น การให้ความรู้ การให้คำแนะนำ สามารถสร้างแบบประเมินความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับผู้ป่วยนอกเพื่อประเมินผู้ป่วยเฉพาะราย นอกจากนี้จะเป็นแนวทางในการทำนายผลการบำบัดรักษาผู้ป่วยเฉพาะรายได้อีกด้วย

1.2 จากผลการศึกษา พบว่า ความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติดมีความสัมพันธ์เชิงลบกับระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ทั้ง 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สามารถนำองค์ความรู้ดังกล่าวมาเป็นแนวคิดในการบำบัดรักษา และควรส่งเสริมให้ผู้ป่วยตระหนักว่าความถี่ในการใช้ยา และสารเสพติดมีผลต่อความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพยาอย่างไร

1.3 ส่งเสริมให้บุคลากรทางการพยาบาลให้ความสำคัญเกี่ยวกับองค์ความรู้ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคในสถานการณ์ต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางในการนำมาใช้ในการบำบัดรักษาผู้ป่วยต่อไป

### 2. การทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การศึกษาครั้งนี้พบว่าผู้ป่วยนอกมีระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคในสถานการณ์ความเสี่ยงต่อการเสพยาอยู่ในระดับค่อนข้างสูง และได้ศึกษาความสัมพันธ์ ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค กับ บางปัจจัย เช่น อายุ ความถี่ในการใช้ยาและสารเสพติด และการได้รับความรู้เกี่ยวกับการใช้ยาและสารเสพติด จึงน่าจะศึกษาเพิ่มเติมถึงปัจจัยด้านอื่นๆที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค เช่น ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นต้น

2.2 ควรมีการศึกษาถึงระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคต่อสถานการณ์ความเสี่ยงอื่นๆ เพื่อที่จะได้ช่วยเหลือ และส่งเสริมให้ผู้ป่วยนอก และครอบครัว จัดการกับความเสี่ยงนั้นได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม โดยเฉพาะพฤติกรรมเสี่ยงของผู้ป่วยนอก ที่เป็นปัญหาปัจจุบันมีหลายสถานการณ์ เช่น การมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง การมีเพศสัมพันธ์ที่เป็นความเสี่ยง ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ความเสี่ยงต่ออุบัติเหตุ เป็นต้น