

## ผลของการใช้สื่อวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานต่อความวิตกกังวลของสตรีก่อนได้รับการตัดมดลูก

The Effects of "Dung Dok Mai Ban" VCD on Anxiety among women before Hysterectomy

สุจิตรา ทัดเที่ยง\* และคณะ

## บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการใช้สื่อวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานต่อความวิตกกังวลของสตรีก่อนได้รับการตัดมดลูก กลุ่มตัวอย่างคือสตรีที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ให้รักษาด้วยการตัดมดลูกและมารับการรักษาที่หอผู้ป่วยพิเศษ 44 กรูณามนในระหว่างเดือนมกราคม 2552 ถึงตุลาคม 2552 จำนวน 40 ราย แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 20 ราย กลุ่มควบคุมได้รับคำแนะนำการเตรียมตัวก่อนผ่าตัดและหลังผ่าตัดตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลองได้รับคำแนะนำการเตรียมตัวก่อนผ่าตัดและหลังผ่าตัดตามปกติ และได้รับชมวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานและฝึกหายใจตามวีดิทัศน์ร่วมด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความวิตกกังวลขณะเผชิญและความวิตกกังวลแฝงของสปิลเบอร์เกอร์ วีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานของเสถียรธรรมสถาน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน paired t-test และ independent sample

ผลการวิจัยพบว่า

1. สตรีในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลหลังทดลองต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001
2. สตรีในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลหลังการทดลองต่ำกว่าสตรีในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

การใช้สื่อวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานสามารถลดความวิตกกังวลของสตรีก่อนได้รับการตัดมดลูกได้ ดังนั้นพยาบาลควรใช้สื่อวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานเป็นทางเลือกหนึ่งในการลดความวิตกกังวลของสตรีก่อนได้รับการตัดมดลูก

คำสำคัญ : ความวิตกกังวล การตัดมดลูก วีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บาน

\*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก

**ความสำคัญของปัญหา**

การตัดมดลูกเป็นการผ่าตัดอวัยวะสำคัญที่ถือเป็นสัญลักษณ์ของสตรีเพศและมีหน้าที่สำคัญเกี่ยวกับการเจริญพันธุ์ สตรีก่อนได้รับการผ่าตัดมดลูกมีความวิตกกังวลในระยะก่อนผ่าตัดโดยเฉพาะในระดับที่รุนแรงจะทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ส่งผลให้การหายของแผลช้า เกิดภาวะการติดเชื้อได้ง่าย ใช้นเวลานานในโรงพยาบาลนานขึ้น ต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงขึ้น และอาจส่งผลกระทบต่อภาวะเศรษฐกิจของครอบครัว สตรีเหล่านี้จึงต้องการความช่วยเหลือเพื่อลดความวิตกกังวลตั้งแต่ก่อนผ่าตัด ซึ่งมีทั้งวิธีการที่ใช้ยาและไม่ใช้ยา วิธีลดความวิตกกังวลโดยไม่ใช้ยาได้แก่ การฝึกผ่อนคลาย การสะกดจิต การใช้อารมณ์ขัน การจับจุด การนวด การฝึกสมาธิ หรือการใช้หลักการเบี่ยงเบนความสนใจ เช่น การใช้จินตนาการทางอารมณ์และการใช้ดนตรีบำบัด ซึ่งวิธีการเหล่านี้ไม่เป็นอันตรายกับผู้ป่วยไม่มีอาการข้างเคียงสามารถนำมาใช้เป็นกิจกรรมการพยาบาลได้อย่างอิสระ การฝึกสมาธิเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้สตรีก่อนได้รับการผ่าตัดมดลูกผ่อนคลายลดความวิตกกังวล รู้สึกสบายขึ้น ผู้วิจัยจึงนำสื่อวีดิทัศน์ดังกล่าวมาซึ่ง เป็นสื่อที่ผ่านทางประสาทสัมผัสทั้งทางตาและหู ที่ได้รับความนิยมและคุ้นหูคนไทยในปัจจุบันมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้ โดยคาดว่าจะเป็นวิธีการที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพในการช่วยลดความวิตกกังวลของสตรีก่อนได้รับการผ่าตัดมดลูกเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาความรู้ทางการพยาบาลในการนำสื่อวีดิทัศน์มา เป็นกิจกรรมการพยาบาลสตรีในกลุ่มนี้ได้

**คำถามการวิจัย**

วีดิทัศน์ดอกไม้บานมีผลต่อความวิตกกังวลในสตรีก่อนได้รับการผ่าตัดมดลูกหรือไม่

**วัตถุประสงค์ของการวิจัย**

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของสตรีกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลระหว่างสตรีกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

**สมมุติฐานการวิจัย**

1. คะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของสตรีกลุ่มทดลองภายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง
2. คะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของสตรีกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

**ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ**

1. ด้านการบริการ สามารถนำผลการวิจัยมาใช้เป็นแนวทางให้การพยาบาลสตรีก่อนได้รับการผ่าตัดมดลูกเพื่อลดความวิตกกังวล
2. ด้านการศึกษา เป็นแนวทางในการนำผลการวิจัยไปประกอบการเรียน การสอน แก่นักศึกษาพยาบาลเพื่อให้นักศึกษาสามารถประยุกต์การใช้สื่อวีดิทัศน์กับการให้การพยาบาลผู้ป่วยได้
3. ด้านการวิจัยเพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัยในผู้ป่วยกลุ่มอื่นหรือโรคอื่นที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน

ต่อไป

**รูปแบบการวิจัย** เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง

ป  
ที่  
จ  
วิ  
กล  
ใน  
คว  
เคร  
การ  
3 น  
เป็นม  
เป็นม  
คะแนน  
การพิง  
วิจัยให้  
ไม่มีผล  
การเก็บ  
การพบ  
กลุ่มทค  
หายใจ  
เผชิญร่ว  
3 นาที 10  
นาที ผู้วิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เป็นสตรีที่แพทย์มีแผนการรักษาด้วยการตัดมดลูกโดยวิธีการผ่าตัดออกทางหน้าท้อง จากสาเหตุโรคทางนรีเวช และมารับการรักษาที่หอผู้ป่วยพิเศษ 44 กรุณาบน โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก การคัดเลือกประชากรเป็นกลุ่มตัวอย่างใช้เลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติของการวิจัยคือ การผ่าตัดครั้งนี้เป็นครั้งแรก มีความวิตกกังวลขณะเผชิญและความวิตกกังวลแฝงอยู่ในระดับปานกลางถึงระดับรุนแรง คัดกรองโดยใช้แบบประเมินความวิตกกังวลของสปิลเบอร์เกอร์ ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย จำนวน 40 ราย ในระหว่างเดือนมกราคม 2552 ถึงตุลาคม 2552 ผู้วิจัยจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 20 ราย

**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย** ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ชุดคือเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เป็นสื่อวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานของเสถียรธรรมสถานมีความยาว 3 นาที 10 วินาที

ชุดที่ 2 เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งเป็น 2 ส่วน

2.1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

2.2 แบบวัดความวิตกกังวลของสปิลเบอร์เกอร์ฉบับแปลภาษาไทยซึ่งประกอบ

2.2.1 แบบวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญประกอบด้วยข้อความจำนวน 20 ข้อลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 อันดับ

2.2.2 แบบวัดความวิตกกังวลแฝงประกอบด้วยข้อความจำนวน 20 ข้อลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 อันดับ

คะแนนรวมของความวิตกกังวลเป็นคะแนนรวมจากแบบวัดมีค่าต่ำสุด 20 คะแนน สูงสุด 80 คะแนนคะแนนต่ำแสดงว่ามีความวิตกกังวลน้อย คะแนนสูงแสดงว่ามีความวิตกกังวลมาก

**การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง** โดยการแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่างและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบ อธิบายให้เข้าใจว่าการศึกษานี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่าง การปฏิเสธไม่มีผลต่อการรักษา และสามารถขอยุติการเข้าร่วมวิจัยก่อนกำหนดโดยไม่มีผลกระทบใดๆต่อกลุ่มตัวอย่าง

**การเก็บรวบรวมข้อมูล**

เนื่องจากต้องการป้องกันการปนเปื้อนของการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมที่อาจจะมี การพบปะพูดคุยกันเป็นการส่วนตัว การเก็บข้อมูลจึงเก็บกลุ่มควบคุมครบตามจำนวน 20 คนก่อนแล้วจึงเก็บกลุ่มทดลอง

กลุ่มทดลอง เป็นกลุ่มที่ได้รับคำแนะนำตามปกติร่วมกับได้รับชมวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานและฝึกหายใจตามวีดิทัศน์ หลังจากที่ได้ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบสอบถามความวิตกกังวลขณะเผชิญรวมทั้งได้รับคำแนะนำตามปกติแล้ว ผู้วิจัยนำสื่อวีดิทัศน์ดั่งดอกไม้บานมาเปิดให้ชมจำนวน 1 ครั้งเวลา 3 นาที 10 วินาที หลังจากนั้นให้กลุ่มทดลองฝึกการหายใจตามวีดิทัศน์ 1 ครั้งเวลา 3 นาที 10 วินาที ให้พัก 5 นาที ผู้วิจัยจึงวัดความวิตกกังวลอีกครั้ง โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญ

กลุ่มควบคุม เป็นกลุ่มที่ไม่ได้รับชมวิดีโอต้นคั่นดอกไม้บานและฝึกหายใจตามวิดีโอต้นคั่นแต่ได้รับคำแนะนำตามปกติหลังจากที่ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบสอบถามความวิตกกังวลขณะเผชิญรวมทั้งได้รับคำแนะนำตามปกติแล้วให้พัก 5 นาที ผู้วิจัยจึงวัดความวิตกกังวลอีกครั้ง โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญ

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ด้วยจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. คะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของสตรีก่อนได้รับการผ่าตัดมดลูกวิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนหลังกับก่อนการทดลองของความวิตกกังวลของกลุ่มทดลอง วิเคราะห์โดย pair t-test
4. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนหลังกับก่อนการทดลองของความวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองกลุ่มกับควบคุม วิเคราะห์โดย independent t-test

#### ผลการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 41-45 ปี สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา สถานภาพสมรส คู่ เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบลักษณะดังกล่าวพบว่ามี ความคล้ายคลึงกันในเรื่องอายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส

2. การเปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังได้รับชมวิดีโอต้นคั่นดอกไม้บานและฝึกหายใจตามวิดีโอต้นคั่นร่วมกับการให้คำแนะนำตามปกติพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองลดลงจาก 48.00 (SD =6.12) เป็น 36.30 (SD=5.48) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลอง หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 1

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	x	SD	t	P-value
กลุ่มทดลอง					
ก่อน	20	48.00	6.12	10.61	.000**
หลัง	20	36.30	5.48		
กลุ่มควบคุม					
ก่อน	20	49.25	4.92	.346	.733***
หลัง	20	49.15	4.94		

\*\* P-value < .001 \*\*\* P > .001

พบว่า

กลุ่มค

ค่าเฉลี่ย

กว่ากลุ่ม

ตาราง'

ทดลอง

\_\_\_\_\_

ตัวแปร

\_\_\_\_\_

ความวิต

ก

กข

กค

\_\_\_\_\_

\*P-v

สรุป อภินิ

จ

มดลูก ใน

ภายหลัง

จาก 48.0

วิตกกังวล

นัยสำคัญ

และเสียงใน

เพื่อทบท

ทดลองได้

สมองและ

อารมณ์ ความ

ใจ

\_\_\_\_\_

จาก

การทดลองท

ในขณะที่กลุ่ม

ระหว่างค่าเฉลี่ย

3. การเปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง พบว่าในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 36.30 (SD=5.48) ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 49.15 (SD=4.94) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่าความวิตกกังวลของกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองหลังการทดลองด้วยการทดสอบค่าที

ตัวแปร	จำนวน(คน)	x	SD	t	P-value
ความวิตกกังวล					
กลุ่มควบคุม	20	49.15	4.94	7.787	.000*
กลุ่มทดลอง	20	36.30	5.48		

\*P-value < .001

**สรุปอภิปรายผล**

จากการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของสตรีก่อนได้รับการผ่าตัดมดลูก ในกลุ่มที่ได้รับชมวิดีโอทัศนคติดอกไม้บานและฝึกหายใจตามวิถีทัศนคติร่วมกับการให้คำแนะนำตามปกติภายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองลดลงจาก 48.00 (SD =6.12) เป็น 36.30 (SD=5.48) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลอง หลังการทดลองมีคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 1) ซึ่งสนับสนุนสมมุติฐาน การใช้สื่อทัศนคติสามารถสื่อได้ทั้งภาพและเสียงในเวลาเดียวกัน การมีภาพเคลื่อนไหวประกอบเสียงที่ให้ความรู้สึกใกล้เคียงของจริง สามารถฉายซ้ำเพื่อทบทวน ทำให้กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์ที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด และเมื่อกลุ่มทดลองได้ฟังเพลงคังคอกไม้บานและฝึกหายใจตามวิถีทัศนคติทำให้ส่วนไฮโปธาลามัสจะผลิตต่อเปลือกสมองและสมองส่วนใหญ่ส่วนซีรีบรัมให้มีการหลั่งฮอร์โมน Endorphin ออกมามีผลต่อจินตนาการทางอารมณ์ ความรู้สึก เข้าวินิจฉัยและความจำ ทำให้มีสมาธิและความเพลิดเพลิน จึงทำให้ความวิตกกังวลลดลงได้

จากการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลองพบว่าในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 36.30 (SD=5.48) ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 49.15 (SD=4.94) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่าความวิตกกังวลของกลุ่ม

ที่ได้รับ  
ลักษณะ  
แบบวัด  
วิจัยและ  
ของกลุ่ม  
เว้าของกลุ่ม  
าวพบว่า  
ละหลังได้  
ว่าค่าเฉลี่ย  
5.48) และ  
ง หลังการ  
ตารางที่ 1  
\*\*

ทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 2)จึงเป็นการยืนยันว่าการใช้สื่อวิท  
ทัศน์ดังกล่าวมีผลในการลดความวิตกกังวลของกลุ่มทดลองได้อย่างชัดเจน

**ข้อเสนอแนะ**

- 1. ด้านการบริการ สามารถนำผลการวิจัยมาใช้เป็นแนวทางให้การพยาบาลสตรีก่อนได้รับการผ่าตัด  
มดลูกเพื่อลดความวิตกกังวล
- 2. ด้านการศึกษา เป็นแนวทางในการนำผลการวิจัยไปประกอบการเรียน การสอน แก่นักศึกษา  
พยาบาลเพื่อให้ นักศึกษาสามารถประยุกต์การใช้สื่อวิทยุทัศน์กับการให้การพยาบาลผู้ป่วยได้
- 3. ด้านการวิจัยเพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัยในผู้ป่วยกลุ่มอื่นหรือ โรคอื่นที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน  
ต่อไปเพื่อขยายผลการศึกษาและการยืนยันผลการศึกษา

**เอกสารอ้างอิง**

- 1. สุนีย์ จันทน์มหเสถียร ,นันทา เล็กสวัสดิ์. ความวิตกกังวลก่อนผ่าตัดในผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดใหญ่.  
เชียงใหม่ :คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2540.
- 2. คาราวรรณ ต๊ะปิ่นดา. ความวิตกกังวล: เทคนิคการลดความวิตกกังวล กระบวนการพยาบาล. เชียงใหม่:  
ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2538.
- 3. กิดานันท์ มลิทอง. เทคโนโลยีการศึกษาและนวัตกรรม.(พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: อรุณการพิมพ์, 2536.
- 4. Cook, J.D. The therapeutic use of music: a literature review. Nursing Forum 1981, 20 (3), 252-66.

พฤติ  
สุขภาพ  
กับพ  
โรงพ  
แบบส  
ของศิริ  
การคำ  
โครแส

เป็นราย  
ส่งเสริม  
นัยสำคัญ  
คำสำคัญ:

\*\*\*อาจารย์  
\*\*\* Nurse