

ผลการบำบัดแบบสั้น(Brief Intervention:BI) ในผู้มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี
The Effects of Brief Intervention among Dyslipidemia Persons
in Health Promotion Hospital, Health Promotion Center Regional 10th
Ubonratchathani

พรพิมล ช้างสาร
ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการบำบัดแบบสั้น (Brief Intervention: BI) ในผู้มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติโดยการให้คำแนะนำ คำปรึกษา สร้างแรงจูงใจ ร่วมกับการใช้โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอาหาร และออกกำลังกาย โดยประยุกต์มาจากการบำบัดแบบสั้น Brief Intervention in Alcohol Abuse ในผู้มีปัญหาการดื่มสุรา มาใช้ในผู้มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ แบ่งการบำบัดออกเป็น 5 ครั้ง ระยะเวลา 12 สัปดาห์ ครั้งที่ 1 โดยการสัมภาษณ์ ใช้แนวคิดของการเสริมสร้างแรงจูงใจเพื่อให้ผู้มีความเสี่ยงไขมันในเลือดผิดปกติ สามารถค้นหาปัญหา ตระหนักถึงปัญหา เกิดแรงจูงใจในการตัดสินใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรม นำไปสู่การวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตัวเอง ครั้งที่ 2-4 ติดตามทางโทรศัพท์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1-3 นาที เพื่อติดตามและประเมินการวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ร่วมกับ หาปัญหาอุปสรรค แนวทางแก้ไขในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ยังคงสอดแทรกเทคนิคการเสริมสร้างแรงจูงใจมาใช้ ครั้งที่ 5 สรุปผล เเจาะเลือดเปรียบเทียบโคเลสเตอรอล และ ไตรกรีเซอไรด์ ก่อนและหลังให้การบำบัดแบบสั้น เพื่อให้แรงจูงใจยังคงอยู่ตลอดการบำบัด เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมต่อไป กลุ่มตัวอย่างจำนวน 17 คน ดำเนินการระหว่างมิถุนายน - พฤศจิกายน 2559 วิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ pair t-test เพื่อเปรียบเทียบโคเลสเตอรอล และ ไตรกรีเซอไรด์ ก่อนและหลังให้การบำบัดแบบสั้น ผลการวิจัยพบว่าผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยไขมันโคเลสเตอรอลและ ไตรกรีเซอไรด์ ก่อนและหลังรับการบำบัดแบบสั้น ค่าเฉลี่ยโคเลสเตอรอลหลังรับการบำบัดแบบสั้น ลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.05$ แสดงประจักษ์ให้เห็นว่าการบำบัดแบบสั้น ส่งผลให้โคเลสเตอรอลลดลงได้อย่างชัดเจน จึงสามารถนำไป ประยุกต์ใช้ต่อไปได้ ส่วนค่าเฉลี่ยไตรกรีเซอไรด์ ก่อนและหลังรับการบำบัดแบบสั้น ไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: การบำบัดแบบสั้น (Brief Intervention: BI) ; ภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ

กรมอนามัย
ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี