



โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า Phramongkutklo Hospital



การใช้เทคนิคการร้องเพลง สำหรับฟื้นฟูภาวะปอดแฟบ ในผู้ป่วยบาดเจ็บไขสันหลัง ในกองเวชศาสตร์ฟื้นฟู รพ.ร.ร.6

(The Use of Therapeutic Singing for Atelectasis In Patients with SCI)

สรุปผลงานโดยย่อ

หอผู้ป่วยเวชศาสตร์ฟื้นฟู ชั้น 5 โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า ซึ่งเป็นหน่วยที่ให้บริการด้านการฟื้นฟู โดยมี การบูรณาการกระบวนการฟื้นฟู โดยใช้เครือข่ายที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในศาสตร์ของตนเข้ามาร่วม กระบวนการฟื้นฟูกับทีมสหสาขาวิชาชีพ ภาวะปอดแฟบ ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนทางระบบทางเดินหายใจ ที่พบได้บ่อยในผู้ป่วยที่บาดเจ็บไขสันหลัง เนื่องจากกล้ามเนื้อหายใจที่เล็กลง โดยเส้นประสาทไขสันหลังระดับ ต่ำกว่ารอยโรคเป็นอัมพาต ทำให้กล้ามเนื้อที่ใช้ในการหายใจ ไม่สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ปริมาตร ความจุปอดลดลง ซึ่งถือเป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดการล้มเหลวของระบบหายใจ ซึ่งการรักษา คือ ให้ออกซิเจน ให้อาหารแก่อกเสกฆ่าเชื้อ ยาขยายหลอดลม และยาละลายเสมหะ การใช้วิธีทางกายภาพบำบัด เช่น การเคาะปอด การฝึกการหายใจ การจัดท่าระบายนเสมหะ การช่วยการขับเสมหะ เพื่อป้องกันมิให้ถุงลมแฟบ และเพิ่มประสิทธิภาพของการหายใจ จากการศึกษาการฟื้นฟูภาวะปอดแฟบ พบว่าทางการแพทย์นิยม ใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ช่วยบริหารการหายใจ ซึ่งเรียกว่า เครื่องบริหารปอด (Incentive spirometer) เพื่อเพิ่ม ปริมาตรปอด ซึ่งมีวิธีการใช้ที่ง่าย ผู้ป่วยสามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง และเป็นที่ยอมรับกันในวงการแพทย์ไทย แต่สำหรับในต่างประเทศ มีการนำเอาดนตรีบำบัดมาใช้เพื่อบำบัดกับผู้ป่วยกลุ่มนี้อย่างกว้างขวาง

หอผู้ป่วยเวชศาสตร์ฟื้นฟู ชั้น 5 จึงได้นำการใช้เทคนิคการร้องเพลง (Therapeutic Singing) สำหรับ ฟื้นฟูภาวะปอดแฟบ มาใช้ในผู้ป่วยบาดเจ็บไขสันหลัง เพื่อทดลองนำร่องและพิสูจน์ผลของกิจกรรมการร้องเพลง สามารถช่วยเพิ่มปริมาตรความจุปอดได้อย่างไร เพื่อนำไปเป็นทางเลือกหนึ่งในการฟื้นฟูภาวะปอดแฟบ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการดูแลผู้ป่วยกลุ่มนี้ต่อไป

การนำดนตรีมาใช้ในการบำบัดรักษาแตกต่างจากการฟัง ร้อง หรือเล่นดนตรีทั่วไป เพราะดนตรีจะถูก ออกแบบหรือเลือกใช้ให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละคนหรือแต่ละกลุ่ม ใช้เพื่อบรรลุเป้าหมายในการรักษา และเพื่อการแก้ไข ปัญหาของผู้ป่วย โดยจะมีการพูดคุยรับถึงปัญหาและวางแผนการรักษาเป็นลำดับ ต้องทำโดย นักดนตรีบำบัดที่ผ่านหลักสูตรดนตรีบำบัด เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการบำบัด บางครั้งอาจต้องทำงานร่วมกับ สาขาวิชาชีพอื่นๆ เช่น นักกายภาพบำบัด นักกิจกรรมบำบัด พยาบาล แพทย์ ครู ฯลฯ

สมาชิกทีม

- | | | |
|-------------------------|----------------|--|
| 1. พ.ท.หญิง ชุตินา ป.ว. | สังฆา | หน.หอผู้ป่วยสามัญ วฟ.5 |
| 2. พ.ท.หญิง เพ็ญนภา | สมสุขจิระวัฒน์ | พยาบาลช่วยหน.หอผู้ป่วยสามัญวฟ.5 |
| 3. นางสาวกริ | เลิศมาลัย | พนักงานช่วยการพยาบาล วฟ.5 |
| 4. พ.ท.หญิง อักษร | โตบรรเลง | นักศึกษาปริญญาโทจากวิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล สาขาคณะตรีบัณฑิต |
| 5. นางกัญญาพัชร | กิจเรณู | นักศึกษาปริญญาโทจากวิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล สาขาคณะตรีบัณฑิต |

คำสำคัญ

เทคนิคการร้องเพลง ภาวะปอดแฟบ

เป้าหมาย / ประเภทกิจกรรม

เพิ่มการบริหารกล้ามเนื้อบริเวณ ริมฝีปาก ลิ้น กระพุ้งแก้ม และลำคอ ร่วมกับ ผ่อนคลายความตึงเครียด ส่งเสริมการ ฝึกการหายใจ เพิ่มความแข็งแรงปอด ระยะเวลาที่ปฏิบัติ ม.ค.-มี.ค. 62

ปัญหาและสาเหตุโดยย่อ

ผู้ป่วยบาดเจ็บไขสันหลังเป็นผู้ป่วยที่เข้ารับการ พักรักษาเป็นลำดับ 2 ร้อยละ 33.65 (ปี 61) ของหอผู้ป่วยเวชศาสตร์ฟื้นฟู 5 โดยเฉพาะ บาดเจ็บไขสันหลังระดับคอมีมากถึงร้อยละ 40.21 ของผู้ป่วยบาดเจ็บไขสันหลัง มีภาวะปอดแฟบ และจำเป็นต้องฟื้นฟูสมรรถภาพปอดทั้งสิ้น

กิจกรรมการพัฒนา

1. ประชุมหาข้อมูลสนับสนุนแนวคิดและ หลักการในการใช้ดนตรีบำบัด
2. ประสานและวางแผนงานกับผู้ที่มีความ เชี่ยวชาญด้านดนตรีบำบัด
3. ออกแบบกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบท ของหน่วยงาน
4. ดำเนินการบำบัดรักษา
5. ประเมินผลการบำบัดรักษา

การออกแบบกิจกรรม ประกอบด้วย 3 กิจกรรมย่อย

กิจกรรมที่ 1 : การบริหารการหายใจ (Diaphragm Breathing Exercises with SMI) (10 นาที)

กิจกรรมนี้เป็นการบริหารการหายใจแบบ Diaphragm Breathing Exercise คือ การฝึกหายใจที่เน้นการหดตัวของกล้ามเนื้อกะบังลมเป็นหลัก เริ่มทำในท่านอนศีรษะสูงก่อน เพราะในท่านั่งกล้ามเนื้อกะบังลม จะอยู่ใน resting position และทำให้หดตัวได้แรงดี ส่งผลให้ปอดขยายตัวดี



กิจกรรมที่ 2 : การฝึกออกเสียง (Vocal Exercises) (15 นาที)

กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ผู้ป่วยได้บริหารการหายใจ และบริหารอวัยวะในการเปล่งเสียง ซึ่งประกอบด้วย เส้นเสียง ช่องคอ และช่องปาก ให้ผู้ป่วยหายใจเข้าลึกๆ และค่อยๆ ผ่อนลมออกจากปาก พร้อมออกเสียง "อา เอ อี โอ อุ" ตามเสียงเปียโนที่นักดนตรีบำบัดเล่น



กิจกรรมที่ 3 : เพลงในดวงใจ (Song Choices) (20 นาที)

เป็นกิจกรรมโดยใช้การร้องเพลงที่ผู้ป่วยชื่นชอบในจังหวะต่างๆ มีประโยชน์เพลงสำหรับการหายใจที่ชัดเจน โดยใช้องค์ประกอบ ของเพลงนั้น และเทคนิค Therapeutic Singing (TS) ในการช่วยกระตุ้นการฝึกการหายใจให้มีประสิทธิภาพสูงสุด ซึ่งโดยปกติเสียงดนตรี/ร้อง ก็เป็นสิ่งที่ดึงดูดความสนใจ ช่วยให้ผ่อนคลาย และทำซ้ำได้นานโดยไม่จำเบื่ออีกด้วย



การวัดผลและผลการเปลี่ยนแปลง

เครื่องมือวัดผล คือ เครื่องวัดความจุปอดแบบดิจิทัล TTK 11510
ครั้งที่ 1 (วันที่ 16 ม.ค. 62) วัดค่าความจุปอดก่อนการทำดนตรีบำบัด ได้ 1,350 ลบ.ม.
ครั้งที่ 4 (วันที่ 13 ก.พ. 62) วัดค่าระหว่างทำกิจกรรมดนตรีบำบัด ได้ 1,650 ลบ.ม.



วันที่	ชื่อผู้ป่วย	ระดับความรุนแรง	ระดับความรุนแรงก่อน	ระดับความรุนแรงหลัง	สรุป	หมายเหตุ
16/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
17/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
18/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
19/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
20/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
21/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
22/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
23/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
24/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
25/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
26/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
27/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
28/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
29/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
30/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
31/01/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
01/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
02/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
03/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
04/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
05/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
06/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
07/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
08/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
09/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
10/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
11/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
12/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
13/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
14/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
15/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
16/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
17/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
18/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
19/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
20/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
21/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
22/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
23/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
24/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
25/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
26/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
27/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
28/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
29/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
30/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	
31/02/62	นายสมชาย ใจดี	ระดับรุนแรง	1,350	1,650	ดีขึ้น	



บทเรียนที่ได้รับ

ดนตรีมีประโยชน์หลากหลาย ขึ้นอยู่กับการนำไปใช้เสริมสร้างสุขภาวะทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดี โดยบูรณาการเข้ากับการรักษาอื่นๆ อย่างมีศาสตร์และมีศิลปะ ก็สามารถสร้างงานคุณภาพที่มีคุณค่าในการดูแลผู้ป่วยอย่างมีความสุข

