

การจัดการ เท้าเบาหวาน

ศาสตร์และศิลป์ทางการพยาบาล

(Management of Diabetic Foot: Art and Science of Nursing)

เบญพล ศิรินิยมชัย

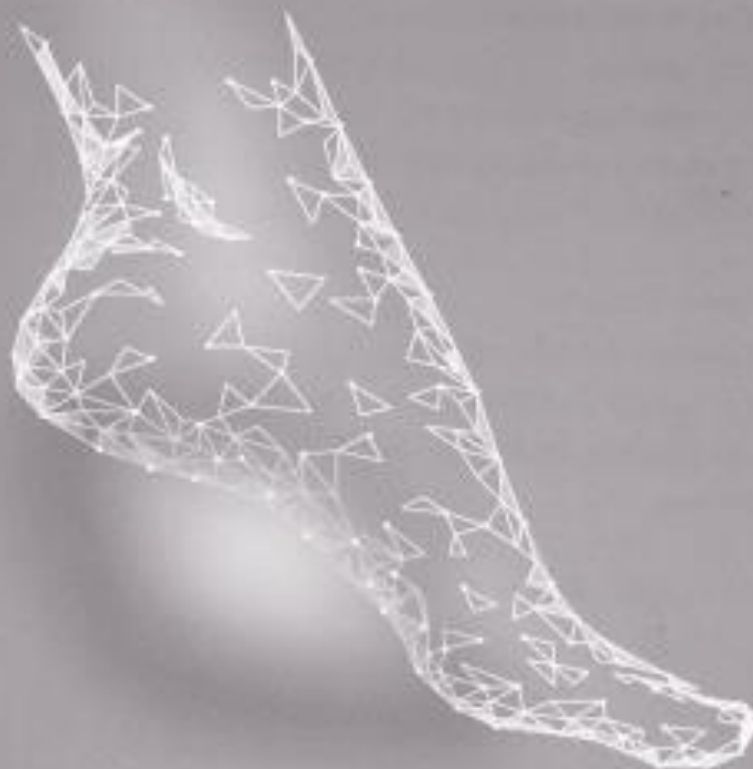




การจัดการท่าเบ้าหวาน: ศาสตร์และศิลป์ทางการพยาบาล

ชยพล ศิรินิยมชัย

คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ



การจัดการเก็บเหาหวาน: ศาสตร์และศิลป์ทางการแพทย์
ราคา 360 บาท

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Catalogue in Publication Data

ชชพล ศิรินิยมชัย.

การจัดการเก็บเหาหวาน : ศาสตร์และศิลป์ทางการแพทย์. -- เชียงใหม่ : สหมิตรพัฒนาการพิมพ์ (1992).
2563.

136 หน้า.

1. เหาหวาน. 2. เห้า -- การดูแลและศูรวิทยา. I. ชื่อเรื่อง.

617.585

ISSN 078-616-568-323-4

- ผู้เขียน : ชชพล ศิรินิยมชัย
ออกแบบรูปเล่ม : ทวีรินทร์ โพธิ์ทอง (พีพี มีเดีย ดีไซน์ แอนด์ พรินท์)
โทรศัพท์ 08 8422 5940
ออกแบบปก : วิสวัช แสงย่อน
พิมพ์ที่ : บริษัท สหมิตรพัฒนาการพิมพ์ (1992) จำกัด, กทม.
พิมพ์ครั้งที่ 1 : กรกฎาคม 2563 (จำนวน 500 เล่ม)

จัดทำและจำหน่ายโดย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชชพล ศิรินิยมชัย

คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ

131 ถนนแก้วมรวรวิรุ ตำบลวัดเกต อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ 50000

โทร. 053-242532, 09-45295425 โทรสาร. 053-242532

email: rsrinity@gmail.com

(สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537)

คำนิยาม

เท้าเบาหวานเป็นเท้าที่มีความเสี่ยงในการเกิดแผลและการถูกตัดขา สถิติการตัดขาพบว่า 50 เปอร์เซ็นต์มีสาเหตุจากโรคเบาหวาน ทั้งนี้เพราะเบาหวานถ้าคุณไม่ตั้งใจจะทำให้เกิดเท้าชา เล็บเหิดคืบ ส่งผลให้เกิดแผลที่บริเวณฝ่าเท้าที่ลงน้ำหนัก ถ้าเลือดไม่เลี้ยงเท้าไม่พอก็จะทำให้แผลหายยาก ถ้ามีการติดเชื้อเกิดขึ้นก็จะเกิดความเสี่ยงที่จะถูกตัดขา ยิ่งถ้าเบาหวานคุณไม่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงก็จะทำให้ระบบการป้องกันติดเชื้อของร่างกายบกพร่อง ทำให้การติดเชื้อไม่หายและนำไปสู่การถูกตัดขาในที่สุด

การป้องกันการพัฒนาโรคเบาหวานจึงควรเริ่มต้นจากต้นน้ำ ตั้งแต่การป้องกันการพัฒนาด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการรับประทานอาหารให้อยู่ในระดับพอเพียงไม่ทำให้เกิดสภาวะน้ำหนักเกิน และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอพร้อมทั้งงดการสูบบุหรี่ แต่ถ้าเป็นเบาหวานแล้วก็ต้องควบคุมน้ำตาลให้อยู่ในระดับใกล้เคียงคนปกติมากที่สุดและดูแลเรื่องเท้าอย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันการเสียความรู้สึกที่เท้าหรือเท้าชา และการเกิดเส้นเลือดตีบทำให้เกิดเป็นแผลเป่าค้ำนำไปสู่การติดเชื้อและการถูกตัดขาในที่สุด

แต่เมื่อเกิดเท้าชาแล้วก็ต้องดูแลเท้าเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดแผลที่ฝ่าเท้าที่เกิดจากการลงน้ำหนักทำให้เกิดเป็นหนังหนาและเป็นไตข้างใต้หนังหนานั้น ใต้ไตหนังหนานี้เมื่อเหยียบลงไปก็กดหนังชั้นล่างเป็นแผลขึ้นได้ จึงจำเป็นต้องมีการดูแลหนังแข็งเป็นประจำเพื่อไม่ให้เกิดไตขึ้น และได้รองเท้าที่เหมาะสมที่สามารถเปลี่ยนจุดที่ลงน้ำหนักเวลาเดินด้วย

ถ้าเกิดเป็นแผลแล้วก็ต้องมีการทำความสะอาดป้องกันการติดเชื้อและดูแลหนังแข็งรอบตัวแผลพร้อมกับรองพื้นที่เปลี่ยนจุดลงน้ำหนัก กระบวนการเหล่านี้ต้องทำที่ในชุมชน เพราะเรื่องที่ต้องทำอย่างสม่ำเสมอเหมือนไปร้านตัดผม นี่เป็นการไปร้านตัดเล็บและดูแลหนังแข็งและทำรองเท้า

คำนิยม

ผศ.ชยพล ศิรินิยมชัย เป็นพยาบาลวิชาชีพที่คลุกคลีกับเรื่องการดูแลผู้ป่วยมากกว่าสิบปี มีทักษะในการดูแลผู้ป่วยทุกอย่างและทำงานประสานกับแพทย์และวิชาชีพอื่นๆ เช่น นักกำหนดอาหาร ผู้เชี่ยวชาญการออกกำลังกาย เป็นความสนใจเฉพาะตัวที่ไม่ได้ไปกับการะแสรงของพยาบาลวิชาชีพ และได้นำความเชี่ยวชาญนี้ทำเป็นหลักฐนรขึ้นที่โรงพยาบาลแมคคอมมิคและทันตวิทยาสิบลำยอง การที่ ผศ.ชยพลเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาเป็นความคิดที่เป็นกุศลกรรม ที่จะมีตำราที่อ่านง่ายปฏิบัติง่ายในระดับชุมชน เพื่อขยายการดูแลผู้ป่วยไปยังชายกว้างออกไป

หนังสือเล่มนี้ครอบคลุมความรู้เรื่องการเกิดแผลเบาหวาน การประเมินความรุนแรงของแผล การป้องกันการเกิดแผลด้วยการดูดซับที่หนา การใช้รองเท้าและรองเท้าเพื่อลดการกดทับ ซึ่งสามารถเบิกได้กับทาง สปสช. การดูแลแผล และการติดเชื้อ การทำรองเท้าที่เหมาะสมเพื่อป้องกันการเกิดแผล ซึ่งสามารถเบิกกับ สปสช. ได้เช่นกัน

หนังสือนี้เป็นหนังสือที่อ่านง่าย มีภาพประกอบ เป็นความรู้พื้นฐานการดูแลเท้าเบาหวานที่ประยุกต์ใช้ในระดับชุมชน ซึ่งถ้ามีการขยายผลออกไปให้กว้างขวางก็จะช่วยลดการตัดขาและลดการส่งต่อเรื่องแผลที่เท้าได้เป็นอย่างดีที่สุด

ศาสตราจารย์ (เกียรติคุณ) นายแพทย์เทพ ทิมะทองคำ

MD, FACP., FACE

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเทพธารินทร์ ศูนย์เบาหวานและไทรอยด์

ประวัติผู้เขียน



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชยพล ศิรินิยมชัย

การศึกษา

- ปริญญาตรี : วิทยาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี 2531
(พยาบาลและเภสัชกรรม)
- ปริญญาโท : พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 2545
(การพยาบาลผู้สูงอายุ)

การทำงาน

- พ.ศ. 2531 พยาบาลประจำการ โรงพยาบาลศิริราช
- พ.ศ. 2537 พยาบาลประจำการ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่
- พ.ศ. 2548 Nurse educator โรงพยาบาลเทพธารินทร์
- พ.ศ. 2549 - ปัจจุบัน อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ

ประวัติผู้เขียน

ตำแหน่งปัจจุบัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ กลุ่มวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ
คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ

ผลงานวิจัย

- พ.ศ. 2561 การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างความเข้มแข็งโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมการดูแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน ที่มีภาวะเส้นประสาทส่วนปลายเสื่อม คำบลดสันปูเลย อำเภอค้อขยสะเขต จังหวัดเชียงใหม่ (ทุนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ)
- พ.ศ. 2555 ผลของโปรแกรมการอบรมต่อการรับรู้สมรรถนะตนเองและพฤติกรรมการดูแลเท้าในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน (ทุนมหาวิทยาลัยพายัพ)

สารบัญ

	หน้า
คำนิยม	ก
กิตติกรรมประกาศ	ค
คำนำ	ช
ประวัติผู้เขียน	ด
สารบัญ	ง
สารบัญแผนภูมิ	ช
สารบัญตาราง	ณ
สารบัญรูป	ญ
บทที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับเท้าเม้าทวาม	1
□ บทนำ	1
□ กายวิภาคศาสตร์ของเท้า	1
□ ชีวกลศาสตร์ของเท้า	1
□ ความหมายของเท้าเม้าทวาม	3
□ สาเหตุของการเกิดเท้าเม้าทวาม	4
□ การจำแนกลักษณะของภาวะปลายประสาทเสื่อม	5
□ อาการของภาวะปลายประสาทเท้าเสื่อม	7
□ สถานการณ์ปัญหาเท้าเม้าทวามในประเทศไทย	7
□ นโยบายหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ในการจัดการเท้าเม้าทวาม	8
□ บทสรุป	9
□ บรรณานุกรม	10

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 2 การจัดการเท้าเบาหวานเพื่อป้องกันการเกิดแผลเท้าเบาหวาน	13
□ บทนำ	13
□ การประเมินความเสี่ยงในการเกิดแผลเท้าเบาหวาน	14
□ การจำแนกระดับความเสี่ยงในการเกิดแผลเท้าเบาหวาน	33
□ การจัดการเท้าเบาหวานตามระดับความเสี่ยงต่อการเกิดแผลที่เท้าเบาหวาน	34
□ บทสรุป	34
□ บรรณานุกรม	34
บทที่ 3 การจัดการแผลเท้าเบาหวาน	39
□ บทนำ	39
□ การจัดการแผลเท้าเบาหวาน	40
□ สาเหตุของการเกิดแผลเท้าเบาหวาน	41
□ พยาธิสภาวะของการเกิดแผลเท้าเบาหวาน	42
□ ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดแผลเท้าเบาหวาน	44
□ ประเภทของแผลเท้าเบาหวาน	50
□ การประเมินความรุนแรงของแผลเท้าเบาหวาน	52
□ การทำแผลเท้าเบาหวาน	54
□ การป้องกันการเกิดแผลเท้าเบาหวานซ้ำ	60
□ บทสรุป	61
□ บรรณานุกรม	62

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 4 การจัดการรองเท้าเบ้าหวาน	87
❑ บทนำ	87
❑ คุณสมบัติรองเท้าเบ้าหวาน	88
❑ การจัดการรองเท้าเบ้าหวาน	89
❑ การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดแผลที่เท้า	70
❑ รองเท้าเบ้าหวานตามระดับความเสี่ยงต่อการเกิดแผลที่เท้า	71
❑ คำแนะนำในการเลือกรองเท้าสำหรับผู้เป็นเบ้าหวาน	75
❑ การส่งเสริมพฤติกรรมการสวมรองเท้าเบ้าหวาน	76
❑ บทสรุป	77
❑ บรรณานุกรม	78
บทที่ 5 การจัดการพฤติกรรมดูแลเท้าเบ้าหวาน	81
❑ บทนำ	81
❑ การจัดการพฤติกรรมดูแลเท้าเบ้าหวาน	82
❑ การประเมินพฤติกรรมดูแลเท้าเบ้าหวาน	83
❑ การให้คำแนะนำเกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลเท้าเบ้าหวาน	85
❑ การส่งเสริมพฤติกรรมดูแลเท้าเบ้าหวาน	86
❑ การติดตามและประเมินผลพฤติกรรมดูแลเท้าเบ้าหวาน	88
❑ การส่งเสริมพฤติกรรมการบริหารเท้า	89
❑ บทสรุป	93
❑ บรรณานุกรม	94

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 6 การบูรณาการความรู้และปฏิบัติการพยาบาล ในการจัดการท่าอากาศยาน: กรณีศึกษา	99
□ บทนำ	99
□ กรณีศึกษาที่ 1 การจัดการหนังสือแจ้ง	100
□ กรณีศึกษาที่ 2 การจัดการเมื่อส่งท่าอากาศยาน	105
□ กรณีศึกษาที่ 3 การจัดการลดแรงกดดันที่เมื่อท่าอากาศยาน	109
□ บทสรุป	113
□ บรรณานุกรม	114
ดัชนี	115
Index	117