

นวัตกรรม “ปฏิทินยา”

ที่มาของปัญหา

การดื้อยาต้านไวรัสนอกจากการใช้ยาที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม ทำให้ไม่สามารถลดปริมาณไวรัสได้ดีพอแล้ว โอกาสการดื้อยาด้านจะเพิ่มขึ้นเมื่อการกินยาด้านไม่สม่ำเสมอ กินผิดเวลาบ่อยๆ ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด ที่ทำให้ไวรัสดื้อยา และการรักษาด้วยยาด้านไวรัสในเวลาต่อมาล้มเหลว การดำเนินของโรคเร็วขึ้น ส่งผลให้เสียชีวิตเร็วมากขึ้น ด้วย การที่ผู้ป่วยกินยาได้ครบถ้วนต่อเนื่อง นอกจากญาติหรือคนใกล้ชิดที่มีบทบาทสำคัญ เพราะจะคอยให้กำลังใจกระตุ้นเตือน เมื่อยามที่ผู้ป่วยท้อแท้ เบื่อหน่ายหรือลืมหินยาแล้ว ผู้ป่วยเองต้องเข้าใจและดูแลตนเองให้ได้ ยังพบว่าผู้ป่วยและ ญาติส่วนใหญ่ที่ยังกลัวการถูกเปิดเผยความลับ จึงมักมารับการรักษาเมื่อสุขภาพร่างกายเริ่มอ่อนแอจนมีอาการป่วยด้วยโรคติดเชื้อฉวยโอกาส ระยะแรกจึงต้องกินยาหลายชนิดนอกเหนือจากต้านไวรัสซึ่งมีจำนวนมาก อาจมีอาการข้างเคียงจากยาต่างๆได้ ง่ายอีกด้วย นอกจากนี้ยัง พบว่ามักมี ข้อจำกัดในการดูแลตนเอง เช่น ผู้สูงอายุที่อ่านหนังสือไม่ออก บกพร่องด้านความจำ เป็นโรคทางจิตเวช หรือไม่มีผู้ดูแล ถูกญาติทอดทิ้งอีกด้วย

ดังนั้นเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาการดื้อยาด้านไวรัสขึ้นเร็วหรือเกิดขึ้นให้น้อยที่สุด ทีมดูแลผู้ป่วยเอดส์จึงได้พัฒนาปฏิทินยา ให้เป็นเครื่องมือช่วยให้ ผู้ป่วยที่มีข้อจำกัดดังกล่าวสามารถดูแลตนเองให้กินยาได้ง่ายถูกต้องครบถ้วน ไม่สับสน กินยาไม่ผิดเวลา ลดเรื่องการลืมหินยา เพื่อให้ได้รับยาด้านสม่ำเสมอมากที่สุด ถึงแม้จะไม่มีผู้ดูแล

วัตถุประสงค์หลัก

1. ช่วยให้ ผู้ติดเชื้อ /ผู้ป่วยเอดส์ที่มีปัญหาดังกล่าว มีความสม่ำเสมอของการรับประทานยา (Adherence) มากกว่า 95 % ลดโอกาสการดื้อยาด้านไวรัสให้เกิดขึ้นน้อยที่สุด

2.ผู้ป่วยมีอุปกรณ์ ช่วยให้สามารถดูแลตนเองได้สามารถกินยาด้านได้สม่ำเสมอมากขึ้น

การดำเนินงาน: มีดังนี้:-

การเตรียมการ

1. ประชุมทีมงานเพื่อกำหนดแนวทางการแก้ปัญหาที่พบ ร่วมกัน
2. กำหนดบทบาทหน้าที่ และประสานผู้เกี่ยวข้อง
3. ดำเนินการออกแบบปฏิทินยา
4. ชี้แจงทำความเข้าใจวิธีการใช้/วัตถุประสงค์ให้ผู้ป่วยกลุ่มเป้าหมาย
5. ดำเนินการตามแนวทางที่กำหนด
6. สรุปผลการดำเนินงาน

ผู้มีส่วนร่วม

- ทีมดูแลผู้ป่วยเอดส์
- จนท.สาธารณสุขที่รับผิดชอบในชุมชนเขตนั้น
- แกนนำผู้ติดเชื้อและเพื่อนของผู้ป่วยที่อาศัยด้วยกัน

การนำไปใช้

ระยะที่ 1 เริ่มทดลองใช้กับผู้สูงอายุ 1 รายที่ขาดนัด เมื่อตามเยี่ยมบ้านพบว่าอาการแยลง จนไม่สามารถมาตามนัดได้ ไม่มีญาติดูแล ผู้ป่วยเขียนไม่ได้ อ่านหนังสือไม่ออก มีอาการข้างเคียงจากยา มีนงงสับสนกับยาหลายอย่างจึงทานยาไม่ถูกต้อง ทั้งทานยาผิด ทานซ้ำ จึงขาดยาทั้งยาต้านไวรัสและยาวัณโรค ฯลฯ นำมาทบทวนร่วมกันในทีมและเจ้าหน้าที่คลินิกวัณโรค นำยามาจัดรวมกันโดยใช้ปฏิทินยา จัดยาให้เหลือวันละ 2 ครั้งตามวันที่จนถึงวันนัดครั้งต่อไป ช่วงแรกใช้การเตือนโดยอาศัยการฟังวิทยุเมื่อถึงเวลาเคารพธงชาติตอนเช้า และเวลาข่าว 20.00 น. พบว่าทำให้กินยาได้ง่ายไม่สับสน กินได้ถูกต้องครบถ้วน ลดเรื่องการลืมกินยาลงได้ ถึงแม้จะไม่มีผู้ดูแล

ระยะที่ 2 หลังทานยาวัณโรคได้ 2 เดือนจึงเริ่มให้ผู้ป่วยอื่นที่อาการปกติรู้เรื่องดี ช่วย กันจัดยา และช่วยกันดูแลช่วยเหลือเมื่อจำเป็นนำไปให้ที่บ้านบางครั้ง โดยมีเจ้าหน้าที่ช่วยตรวจสอบ

ระยะที่ 3 หลังทานยาวัณโรคได้ 6 เดือนพยายามให้ผู้ป่วยฝึกจัดยาตนเองตามปฏิทินโดยมีเจ้าหน้าที่ช่วยตรวจและปรับปรุงปฏิทินยาให้มีความเหมาะสมมากที่สุด

ผลลัพธ์

- สรุปผลการใช้ พบว่าผู้ป่วยเอดส์กินยาได้ครบถ้วนต่อเนื่องมากกว่าร้อยละ 95 ปัจจุบันมีอาการแข็งแรงดีขึ้นจนสามารถดูแลตนเองได้

- ขยายผลการใช้ในกลุ่มผู้ป่วยอื่น ๆ ที่มีปัญหาคล้ายกัน เช่น ผู้ป่วยจิตเวช

งบประมาณ ไม่ต้องใช้งบประมาณ ดัดแปลงนำแผ่นฟิวเจอร์บอร์ดที่ใช้แล้วมาปรับใช้ใหม่ ขอซองยากันแสงเล็กๆจากคลินิกวัณโรคซึ่งต้องจัดให้ผู้ป่วยอยู่แล้วมา จัดยาร่วมกัน เพิ่มยาลงไปปิดสติ๊กเกอร์แยก สี เฉพาะมือ ปรีक्षाเภสัชกรปรับยาทั้งหมดให้เหลือ 2 มือ นำปฏิทินมาเจาะรูสำหรับแขวนให้สังเกตเห็นชัดเจน

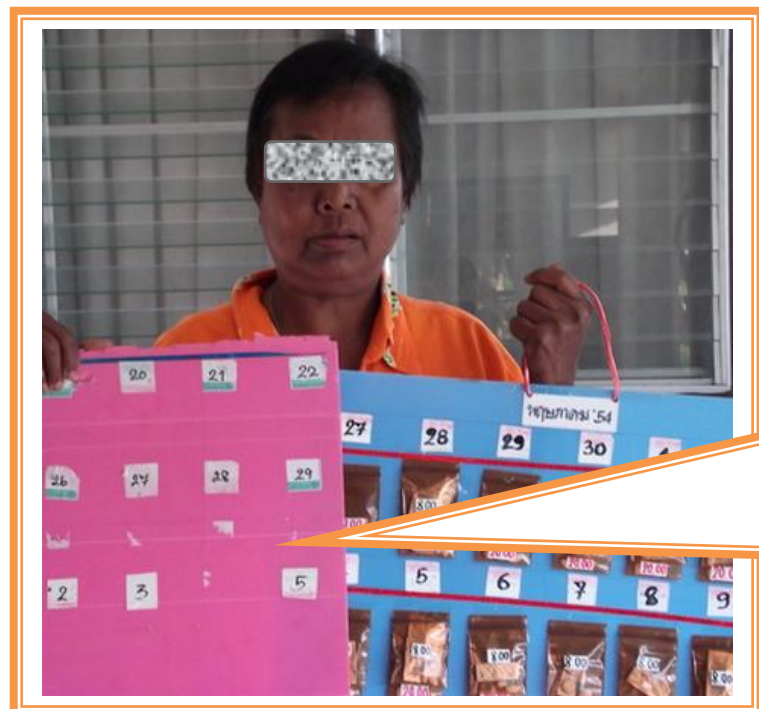
บทเรียนที่ได้รับ:

1. เห็นคุณค่าของการทำงานเป็นทีม ในการช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ที่ชัดเจน หากทำงานเพียงคนเดียวคงสำเร็จยาก
2. ยังมีผู้ป่วยบางประเภท แม้แต่บุตร หลานยังมีความรังเกียจ หากเจ้าหน้าที่ไม่ใส่ใจด้วยโอกาสรอดชีวิตคงยาก
3. การเรียนรู้ที่จะนำสิ่งของใกล้ตัวที่ไม่ได้ใช้แล้ว สามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ แก่ผู้ป่วยให้กลับมาใช้ชีวิตสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้
4. ความคิด สร้างสรรค์ สามารถสร้าง นวัตกรรมหรือสิ่งใหม่ๆ บางอย่างได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้งบประมาณ และยังช่วยการประหยัดได้อีกด้วย

ตัวอย่างผู้ป่วยที่ใช้ปฏิทินยา



- จัดยารวมกันทั้งยาวัณโรค และยา ARV ให้สังเกตสีที่เขียนสติ๊กเกอร์หน้าซองสีดำให้กินตอนเช้า 8.00 น.
- ซองยาที่ติดสติ๊กเกอร์ตัวเลขสีแดง ให้กินเวลา 20.00 น. ซึ่งเป็นยาวัณโรค และยา ARV
- วันที่ตรงกับวันจันทร์/พฤหัสบดี จะมียา OI เพิ่มด้วยยาจะมากกว่าวันปกติ
- วิธีกินให้กินยาตามลูกศรสีแดงให้หมดเป็นแถวตามวัน หากลืมกินเกินเวลาที่กำหนด ให้เว้นไว้ห้ามกินซ้ำ



- นำปฏิทินไปแขวนในที่ที่ผู้ป่วยนอนเห็นได้ชัดเจน
- นำแผ่นปฏิทินเก่ามาแลกของใหม่ ซึ่งยาจะหมดแผงพอดีตามวันนัด
- ญาติหรือบุคคลอื่นสามารถสังเกตเห็นได้ชัดว่าผู้ป่วยกินยาแล้วหรือไม่ สามารถเตือนให้กินยาได้ง่ายโดยไม่ต้องนำยามาตรวจเช็ค