

บทที่ 3.3 การจำกัดพฤติกรรม (SETTING LIMITS)

อาจารย์ ดร. สุรงค์ เชื้อวณิชชากร

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. อธิบายความหมายของการจำกัดพฤติกรรม
2. บอกประเภทของการจำกัดพฤติกรรม
3. บอกข้อควรระวังในการจำกัดพฤติกรรม
4. บอกขั้นตอน และผลข้างเคียงในการจำกัดพฤติกรรม
5. ระบุแนวทางการพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดพฤติกรรม

ความหมายของการจำกัดพฤติกรรม (Setting limits)

การจำกัดพฤติกรรมผู้ป่วย (setting limits)

: เป็นการบำบัดผู้ป่วยทางจิตเวชตามรูปแบบชีวภาพ (somatic therapy)

: เป็นการช่วยเหลือผู้ป่วยในกรณีที่ผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมตนเองได้ (คลุ้มคลั่ง ก้าวร้าว มุ่งร้าย ไม่เคารพเชื่อฟังกฎกติกา)

: เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดแก่ผู้ป่วย บุคลากรด้านสุขภาพ บุคคลอื่น
สิ่งของหรือสถานที่

ข้อบ่งชี้ของความจำเป็นในการจำกัดพฤติกรรม

พฤติกรรมที่จำเป็นต้องจำกัด เป็นพฤติกรรมที่คนส่วนใหญ่ไม่ยอมรับ และนำมาซึ่งอันตรายจากการทำลาย หรือการสร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองหรือผู้อื่น มีข้อบ่งชี้ดังต่อไปนี้

1. ผู้ป่วยทำพฤติกรรมโดยไม่รู้สึกรู้ตัว ได้แก่ เอะอะ อาละวาด วุ่นวายใช้กำลัง มักต้องรักษาด้วยยา

2. ผู้ป่วยรู้สึกตัวที่มีอารมณ์วิตกกังวลสูง โกรธ หวาดกลัว หลงผิด และไม่อยู่นิ่ง กำลังแสดงพฤติกรรมอาละวาดทั้งการกระทำและวาจา

การกักขังบริเวณผู้ป่วยจึงมีความจำเป็นต้องแยกผู้ป่วยออกมา ช่วยให้ผู้ป่วยถูกรบกวนน้อยลง และทำให้ผู้ป่วยสำนึกถึงการกระทำที่ไม่ถูกต้องของตนเอง

พฤติกรรมไม่เหมาะสมที่จำเป็นต้องถูกจำกัด

1. พฤติกรรมการทำลาย (destructive behavior) เป็นพฤติกรรมในรูปแบบการทำลายที่เป็นอันตรายโดยตรงต่อตนเองและผู้อื่น หรือทำลายทรัพย์สินเสียหาย
2. พฤติกรรมสับสนวุ่นวาย (disorganized behavior) เป็นพฤติกรรมในรูปแบบสับสน วุ่นวาย
3. พฤติกรรมที่แสดงออกมาจากผลของความขัดแย้งในจิตใจ (deviant behavior) หรือ acting out เช่น การเปลือยร่างกาย การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง
4. พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความไม่สบายต่าง ๆ ในจิตใจ (dysphoric behavior) เช่น ภาวะซึมเศร้า (depression) หรือการไม่อยู่ในโลกของความเป็นจริง (out of reality)
5. พฤติกรรมที่ต้องหาสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจ (dependent behavior) มักเป็นบุคคลที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ เช่น ผู้ใช้ยาเสพติด

ประเภทของการจำกัดพฤติกรรม

1. การผูกมัด (restraint) เป็นการจำกัดพฤติกรรมที่ปลอดภัยที่สุดสำหรับผู้ป่วย ช่วยลดอันตรายที่จะเกิดกับผู้ป่วยและบุคคลอื่น ประกอบด้วย 2 วิธี คือ

1.1 physical restraint หรือ mechanical restraint เพื่อลดการเคลื่อนไหว และลดอาการก้าวร้าวทางกายของผู้ป่วย อุปกรณ์ในการผูกมัด มี 3 ชนิด ประกอบด้วย

: ผ้าผูกมัดข้อมือ เพื่อจำกัดการเคลื่อนไหวของแขน

: ผ้าผูกมัดข้อเท้า ใช้สำหรับผูกมัดผู้ป่วยให้อยู่บนเตียง เพื่อความปลอดภัยไม่ทำให้ผู้ป่วยลุกเดิน

: ผ้าผูกมัดบริเวณลำตัว มักใช้กรณีที่ผู้ป่วยพยายามลุกจากเตียง

1.2 chemical restraint เป็นการให้ยาฉุกเฉิน เพื่อลดอิสระในการเคลื่อนไหวเนื่องจากฤทธิ์ของยาจะมีผลทำให้ผู้ป่วยเกิดอันตรายจากการพลัดตกหกล้ม จำเป็นต้องมีการตรวจสอบผู้ป่วยทุกครั้ง

2. การจำกัดบริเวณ (seclusion) เป็นการกักขังบุคคลโดยไม่สมัครใจให้อยู่ในห้อง หรือในพื้นที่ที่จำกัดอิสรภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อความปลอดภัย และจัดการกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของผู้ป่วย โดยให้โอกาสผู้ป่วยได้กลับมาควบคุมตนเองทั้งร่างกายและอารมณ์ได้อีกครั้ง

ภายในห้องแยกเดี่ยวจะประกอบด้วย ที่นอน และผ้าห่ม ส่วนบริเวณกำแพงจะบุฉนวนให้อ่อนนุ่ม เพื่อไม่ให้เกิดอันตรายต่อผู้ป่วย

การจัดสิ่งแวดล้อมภายในห้องให้ปลอดภัย ไม่มีข้อสำหรับการแขวน ไม่มีปลั๊กไฟหรือหน้าต่างที่ผู้ป่วยสามารถหลบหนีได้ เมื่อผู้ป่วยถูกกักขังในห้องจะถูกสังเกตการณ์จากพยาบาล หรือดูจากกล้องวงจรปิดตลอดเวลา

วิธีการจำกัดบริเวณมีหลายรูปแบบ เช่น จัดให้ห้องแยกอยู่ใกล้เคาน์เตอร์พยาบาล ห้องแยกเดี่ยวจะมีหน้าต่างเล็ก ๆ เพื่อให้สังเกตการณ์ผู้ป่วยได้

ขั้นตอนในการจำกัดพฤติกรรม

การจำกัดพฤติกรรมผู้ป่วย ต้องได้รับอนุญาตจากทีมผู้ทำการรักษา และเป็นไปตามนโยบายของโรงพยาบาล

1. มีการวางแผนที่รอบคอบ วิเคราะห์พฤติกรรมผู้ป่วย จัดแบ่งหน้าที่ที่เหมาะสมและรัดกุมในการช่วยเหลือผู้ป่วย
2. แจ้งให้ผู้ป่วยรับทราบก่อนทุกครั้งถึงวิธีการที่จะช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ดำเนินการประชิดตัวผู้ป่วยด้วยความรวดเร็วและพร้อมเพรียง และไม่เกิดอันตรายแก่ผู้ป่วย
4. เมื่อผู้ป่วยถูกจำกัดพฤติกรรมแล้ว อยู่เป็นเพื่อนผู้ป่วยสักระยะ เพื่อให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้ว่าเป็นวิธีการช่วยเหลือ ไม่ใช่วิธีการทำโทษ พยาบาลจะกลับมาเยี่ยมผู้ป่วยเป็นระยะ ๆ ทุก 15-30 นาที ซึ่งการทำให้ผู้ป่วยเกิดความรู้สึกที่ดีต่อทีมผู้รักษา และเป็นผลดีในการให้ความร่วมมือของผู้ป่วยต่อการรักษาขั้นตอนต่อไป ควรประเมินความสามารถในการควบคุมตนเองของผู้ป่วยทุกครั้งที่ยาบาลมาเยี่ยมผู้ป่วย
5. การบันทึกการพยาบาล ควรมีการบันทึกชัดเจนว่าได้มีการพยายามใช้วิธีการอื่นแล้ว ก่อนที่จะตัดสินใจใช้การจำกัดพฤติกรรมผู้ป่วย

ผลข้างเคียงของการจำกัดพฤติกรรม

1. อาการบาดเจ็บที่ผิวหนังจากการผูกมัด เช่น การถลอกแดงของผิวหนัง
2. การได้รับอาหาร และน้ำไม่เพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย
3. เป็นประสบการณ์ที่ผู้ป่วยรู้สึกไม่ดี

การพยาบาลผู้ป่วยระหว่างได้รับการจำกัดพฤติกรรม

1. ทบทวนคำสั่งแผนการดูแลรักษาจากแพทย์
2. จัดบันทึกเอกสาร เกี่ยวกับการประเมินผู้ป่วย ซึ่งต้องทำด้วยความระมัดระวัง และต้องระบุถึงความจำเป็นที่

ต้องป้องกันผู้ป่วยจากอันตราย

3. ขณะที่ผู้ป่วยถูกผูกยึด อาจเกิดอาการบาดเจ็บจากการผูกยึด พยาบาลต้องสังเกตผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด
: ควรมีผ้านุ่มรองบริเวณปุ่มกระดูกก่อนการผูกยึด เพื่อป้องกันการกดรัด โดยดูแลสภาพผิวหนังของผู้ป่วย บริเวณที่ถูกผูกยึด ดูการไหลเวียนของเลือดบริเวณมือและเท้า
: ดูแลสภาพอารมณ์ของผู้ป่วย ความพร้อมของผู้ป่วยที่จะถูกผูกยึด หรือถูกกักขังต่อไป
4. กรณีที่ผู้ป่วยได้รับยาจากห้องฉุกเฉิน ให้สังเกตอาการจากผลข้างเคียงที่เกิดจากการได้รับยา
5. ควรจัดให้ผู้ป่วยนอนในท่าที่สบายที่สุด ซึ่งคือ **ท่านอนหงาย โดยยกหัวเตียงสูงเล็กน้อย** หากไม่มีข้อห้ามทางสุขภาพ เพื่อป้องกันการสำลัก และให้อวัยวะส่วนที่ไม่ได้ผูกยึด สามารถเคลื่อนไหวได้ใกล้เคียงกับปกติที่สุด

6. ดูแลด้านความต้องการพื้นฐานของผู้ป่วย ได้แก่ อาหาร น้ำ และการขับถ่ายของผู้ป่วย ในรายที่ไม่มีข้อห้าม ควรสอบถามถึงความต้องการดื่มน้ำทุก 2 ชั่วโมง

7. ดูแลให้ผู้ป่วยได้รับยาตามแผนการรักษา

8. ให้ข้อมูลผู้ป่วยเกี่ยวกับเกณฑ์ของพฤติกรรมที่ใช้ในการตัดสินใจในการลด หรือหยุดการจำกัดพฤติกรรมผู้ป่วย เกณฑ์ที่ใช้ คือ ความสามารถแสดงความรู้สึทางคำพูดและเหตุผลเชื่อมโยง คำพูดไม่คลุมคาม การแสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยสามารถคุมตนเองได้

9. กรณีที่ผู้ป่วยถูกผูกยึดนาน 1-2 ชั่วโมง ควรจัดเจ้าหน้าที่เพื่อคลายผ้าผูกยึดมือ 1 ข้าง นานครั้งละ 5-10 นาที เพื่อให้ผู้ป่วยได้ขยับและบริหาร ตรวจสอบผิวหนังและข้อบริเวณนั้นให้มีการไหลเวียนของเลือด และการเคลื่อนไหวของข้อได้ตามปกติ โดยต้องมีเจ้าหน้าที่อยู่ด้วยตลอดเวลา

10. ตรวจสอบสัญญาณชีพต่าง ๆ และความเข้มข้นของออกซิเจนในเลือด

11. ให้คำอธิบายแก่ครอบครัวของผู้ป่วย เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรม และความจำเป็นที่ผู้ป่วยต้องได้รับการจำกัดพฤติกรรม และเป็นการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดด้านกฎหมาย หรือจริยธรรม

การยุติการจำกัดพฤติกรรม มีขั้นตอน ดังนี้

1. แพทย์และพยาบาลประเมินว่าผู้ป่วยยังมีพฤติกรรม หรือมีอาการบ่งชี้สำหรับการจำกัดพฤติกรรมอยู่หรือไม่ หากพฤติกรรมหรืออาการบ่งชี้ต่าง ๆ ไม่มีแล้ว ให้อธิบายเหตุผลให้ผู้ป่วยและญาติทราบในการตัดสินใจยุติการจำกัดพฤติกรรม
2. หากเป็นการผูกมัด ให้คลายการผูกมัดที่ละจุด โดยให้คลายขาก่อนแขน และคลายแขนข้างไม่ถนัดก่อนแขนข้างถนัด แล้วประเมินผู้ป่วยซ้ำ
3. เขียนบันทึกเหตุผล และหลักฐานที่นำไปสู่การตัดสินใจยุติการผูกมัด และลงชื่อผู้ทำการยุติการผูกมัด

การประเมินติดตามผลหลังการยุติการจำกัดพฤติกรรม ควรทำการประเมินทุก

8 ชั่วโมง เพื่อเป็นข้อมูลในการตัดสินใจจำกัดพฤติกรรมผู้ป่วยต่อหรือไม่

1. ระดับสติสัมปชัญญะ

2. ผิวหนังบริเวณที่ถูกผูกยึด ดูการอักเสบบวมแดง ร้อน ดูการเคลื่อนไหวของข้อ

3. การขยับถ่ายของผู้ป่วย

4. ทบทวนเหตุการณ์ต่าง ๆ หลังจากการจำกัดพฤติกรรมแล้ว โดยให้ผู้ป่วยได้

ทบทวนเหตุการณ์ มีโอกาสระบายความรู้สึก และช่วยกันคิดหาแนวทางการแก้ไขปัญหา

หรือป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาขึ้นอีก

THANK YOU FOR

ATTENTION