

ระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษาหลังการผ่าตัดและได้ยาระงับความรู้สึก
และปัจจัยที่เกี่ยวข้องของโรงพยาบาลน่าน

The duration time and the factors associated with patients discharge
from the recovery room in Nan Hospital

ธิดารัตน์ สีหาราช พย.บ.

Tidarut sriharach B.N.S

โรงพยาบาลน่าน

Nan hospital

บทคัดย่อ

ระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยจากห้องพักรักษาและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โรงพยาบาลเป็นตัวชี้วัดงานคุณภาพ การดูแลผู้ป่วยให้มีความปลอดภัยและมีระยะเวลาที่เหมาะสม การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษาและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของโรงพยาบาลน่านที่เข้ารับบริการงานห้องพักรักษาเดือน สิงหาคม 2557 จำนวน 306 ราย ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลด้วยตัวเองร้อยละ 70 และพยาบาลวิชาชีพประจำห้องพักรักษา 2 ท่านร้อยละ 30 โดยการสังเกตและบันทึกโดยใช้แบบรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ 1. แบบ บันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย 2. แบบสังเกตระยะเวลาที่ผู้ป่วยที่เข้ารับบริการห้องพักรักษา 3. แบบสังเกต ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยจากห้องพักรักษาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ผล การศึกษาพบว่า

1. ระยะเวลาที่ใช้ในการจำหน่ายผู้ป่วยจากห้องพักรักษา มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 10 นาที พยาบาลห้องพักรักษา เตรียมความพร้อมผู้ป่วยในการจำหน่ายมีค่ามัธยฐานเท่ากับ 3.34 นาที หอผู้ป่วยพร้อมรับการจำหน่าย มีค่ามัธยฐาน เท่ากับ 10.26 นาที พนักงานเปลพร้อมนำส่งผู้ป่วยเวลา 10.30 นาที และหน่วยงานวินิจฉัยหลังการผ่าตัดให้บริการ มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 25.24 นาที

2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยจากห้องพักรักษา โรงพยาบาลน่านเกิดจากความไม่ พร้อมของหน่วยที่เกี่ยวข้องเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ได้แก่ พนักงานเปล หอผู้ป่วยใน พยาบาลห้องพักรักษา ผู้ป่วยใน วิสัญญีแพทย์ หน่วยงานวินิจฉัยหลังการผ่าตัด ศัลยแพทย์ คิดเป็นร้อยละ 74.80 , 71.60, 12.40 , 7.80, 7.50 , 1.60 , 1.30 และ 0.30 ตามลำดับ ดังนั้น ผลการศึกษานี้สามารถเป็นข้อมูลพื้นฐานในการนำมาพัฒนาการดูแล และการบริหารจัดการงานห้องพักรักษาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นในบริบทของโรงพยาบาลน่าน

คำสำคัญ : ระยะเวลาและปัจจัยในการจำหน่ายผู้ป่วย

The duration time and the factors associated with patients discharge
from the recovery room in Nan Hospital

Tidarut sriharach B.N.S

Nan hospital

Abstract

The duration time and the factors associated with patients discharge from the recovery room this indicate the quality of care and patients' safety and suitable time for discharge planning. This study aimed to study the duration time and the factors associated with the patients discharge from the recovery room in Nan Hospital in August, 2014. Data were collected by researcher 70 percentages and 2-register nurse 30 percentages. The questionnaires utilized for collecting data included 1) Demographic data; 2) Observation form in recovery room; 3) Observation form for collecting factors associated with with patients discharge from the recovery room.

The study showed that 1) Duration time from the recovery room (MD = 3.34 mins); Patients ready for discharging (MD=10.26); officers service (MD=10.30) ; and Diagnostic unit (MD=25.24). 2) Factors associated with patients discharge from the recovery room cause from incoordination officers service, ward, recovery room nurses, inpatients, anesthetist, diagnostic unit, and surgeon (74.80 ,71.60, 12.40 , 7.80, 7.50 ,1.60 ,1.30 และ 0.30 percentages) respectively.

Key word : The duration time and the factors associated with patients discharge from the recovery room

บทนำ

ห้องพักฟื้น (Recovery room) หรือ post anesthetic care unit (PACU) มีไว้เพื่อดูแลผู้ป่วยหลังการผ่าตัดและระงับความรู้สึก และเป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวางว่ามีความสำคัญต่อการดูแลผู้ป่วยหลังผ่าตัดและระงับความรู้สึกอย่างปลอดภัย⁽¹⁾ การดูแลและเฝ้าระวังห้องพักฟื้นอย่างมีประสิทธิภาพจะสามารถลดอัตราการตาย อัตราเจ็บป่วย การเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการผ่าตัดและการให้ยาระงับความรู้สึกได้ ทั้งนี้เพราะสภาพร่างกายของผู้ป่วยหลังผ่าตัดจะมีการบาดเจ็บของเนื้อเยื่อเกิดความเจ็บปวด สูญเสียเลือด สารน้ำและเกลือแร่ รวมทั้งการให้ยาระงับความรู้สึกจะทำให้การทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกายเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ผู้ป่วยจะมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนสูง⁽²⁾ ดังนั้นจึงเป็นบทบาทสำคัญของวิสัญญีพยาบาลหรือพยาบาลห้องพักฟื้นในการดูแลผู้ป่วยจนกว่าสภาพร่างกายจะฟื้นจากยาระงับความรู้สึกและปลอดภัยจากการผ่าตัด การดูแลผู้ป่วยที่ออกจากห้องพักฟื้นให้มีความปลอดภัย⁽³⁾ และใช้เวลาดูแลก่อนส่งกลับคืนหอผู้ป่วยตามเวลาที่เหมาะสม โดยเกณฑ์การประเมินแบบอัลเดรต (Modified Aldret post anesthesia scoring system) นั้นเป็นสิ่งจำเป็นมากและโรงพยาบาลน่านมีผู้เข้ารับบริการห้องพักฟื้นเพิ่มขึ้นจำนวนมากจาก 35 ราย/วัน เป็น 60 - 70 ราย/วันทำให้เกิดปัญหาในการดูแลผู้ป่วยที่แออัดเกินจำนวนเตียงที่รับได้ในห้องพักฟื้นและการจำหน่ายกลับมีความล่าช้าโดยหลายๆสาเหตุและมีแนวโน้มที่ปริมาณงานห้องพักฟื้นที่จะเพิ่มมากขึ้น การศึกษาครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการจำหน่ายและปัจจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อหาแนวทางในการบริหารจัดการงานห้องพักฟื้นให้มีประสิทธิภาพในการดูแลผู้ป่วยต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยหลังการผ่าตัดและได้รับยาระงับความรู้สึกในห้องพักฟื้น ไปหอผู้ป่วยที่รองรับของโรงพยาบาลน่าน
2. เพื่อศึกษาระยะเวลาที่ใช้ในการจำหน่ายผู้ป่วยหลังการผ่าตัดและได้ยาระงับความรู้สึกที่ใช้บริการงานห้องพักฟื้นของโรงพยาบาลน่าน

ขอบเขตการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) มุ่งเน้นศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการจำหน่ายผู้ป่วยจากห้องพักฟื้น และระยะเวลาที่ใช้ในการจำหน่ายในหอพักฟื้นของโรงพยาบาลน่าน ระหว่าง วันที่ 1 - 31 สิงหาคม 2557

เครื่องมือที่ใช้

แบบการสังเกตและแบบบันทึก รายงานผู้มารับบริการห้องพักฟื้น โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและการประยุกต์ใช้เกณฑ์การประเมินแบบอัลเดรต (Modified Aldret post anesthesia scoring system) และทดสอบกับผู้ป่วยจำนวน 30 ราย ก่อนนำมาใช้จริง

กลุ่มตัวอย่างและขนาดตัวอย่าง

จำนวนผู้ป่วยที่มารับบริการงานห้องพักฟื้นเดือน สิงหาคม 2557 และคำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตร Yamane ได้จำนวน 306 ราย

การเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้แบบการสังเกตและแบบบันทึกที่ประยุกต์จากเกณฑ์การประเมินแบบอัลเดรต (Modified Aldret post anesthesia scoring system) ในการรวบรวมข้อมูลกลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษา มีข้อค้นพบ ดังนี้

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ และสภาพร่างกายก่อนรับการผ่าตัด

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน (n = 306)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	128	41.80
	หญิง	178	58.20
อายุ	แรกเกิด- 15 ปี	31	10.10
	16 - 30 ปี	59	19.30
	31- 45 ปี	72	23.50
	46 - 60 ปี	88	28.80
	61 -75 ปี	39	12.70
	76 ปีขึ้นไป	17	5.60
	(X = 42.27 ปี , SD = 20.18 , Range = 1 – 95 ปี)		
สภาพร่างกายก่อนรับการผ่าตัด			
ASA class	1	105	34.30
ASA class 2		176	57.50
ASA class 3		25	8.20

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามี ใหญ่มีสภาพร่างกายก่อนการให้ยาระงับความรู้สึกอยู่ใน จำนวนผู้ป่วยที่เป็นเพศหญิงมากที่สุด จำนวน 178 ราย ระดับ ASA class 2 จำนวน 176 ราย คิดเป็นร้อยละ คิดเป็นร้อยละ 58.20 รองลงมาเป็นเพศชายจำนวน 128 57.50 รองลงมา คือ กลุ่มผู้ป่วย ASA class 1 จำนวน ราย คิดเป็นร้อยละ 41.80 มีอายุเฉลี่ย 42.27 ปี และมีอายุ 105 ราย คิดเป็นร้อยละ 34.30 ช่วง 46 – 60 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 28.80 ส่วน

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามวิธีการให้ยาระงับความรู้สึก (n = 306)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
Spinal/Epidural block	148	48.40
GA with ET Tube	88	28.80
GA with Mask	34	11.10
GA with Intra venous	15	4.90
Brachial plexus block	21	6.90

จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาได้รับยาระงับ ยาระงับความรู้สึกทั่วไปและใส่ท่อช่วยหายใจ (GA with ความรู้สึกชนิด spinal/epidural block มากที่สุดจำนวน ET tube) จำนวน 88 ราย คิดเป็นร้อยละ 28.80 148 ราย คิดเป็นร้อยละ 48.40 รองลงมา ได้แก่ กลุ่มที่ได้

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษาตัวหลังผ่านเกณฑ์การจำหน่าย

ระยะเวลาที่ใช้ในการจำหน่าย	จำนวน (n = 306)	ร้อยละ
0 – 5 นาที	22	7.20
6 – 10 นาที	79	25.80
11 – 15 นาที	73	23.90
16 – 20 นาที	29	9.50
21 – 25 นาที	21	6.90
26 – 30 นาที	24	7.80
มากกว่า 30 นาที	58	19.00
(Median = 10.00 นาที)		

ตารางที่ 3 พบว่าระยะเวลาทั้งหมดที่ใช้ในการเตรียม ผ่านเกณฑ์การจำหน่ายจากห้องพักรักษาตัวที่มากที่สุด คือ ความพร้อมของผู้ป่วยหลังผ่านเกณฑ์การจำหน่ายผู้ป่วย ระยะเวลาช่วง 6 - 10 นาที จำนวน 79 ราย คิดเป็นร้อยละ จากห้องพักรักษาตัวมีค่ามัธยฐานของเวลาเท่ากับ 10 นาที 25.80 รองลงมา คือ ใช้ระยะเวลาช่วง 11 - 15 นาที ระยะเวลาที่ใช้ในการเตรียมความพร้อมของผู้ป่วยหลัง จำนวน 73 ราย คิดเป็นร้อยละ 23.90

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระยะเวลาที่เหมาะสมในการอยู่ในห้องพักรักษาตัวและ ระยะเวลาที่อยู่ในห้องพักรักษาตัวจริงของผู้ป่วยหลังผ่าตัด

ระยะเวลาการอยู่ในห้องพักรักษาตัว	จำนวน(n = 306)	ร้อยละ
ระยะเวลาที่เหมาะสมในการอยู่ในห้องพักรักษาตัว		
1 – 20 นาที	204	66.70
21 – 40 นาที	69	22.50
41 – 60 นาที	19	6.20
61 – 80 นาที	10	3.30
81 – 100 นาที	1	0.30
101 – 120 นาที	2	0.70
มากกว่า 121 นาที	1	0.30

ระยะเวลาที่อยู่ในห้องพักฟื้นจริงของผู้ป่วย

1 – 20 นาที	0	0.00
21 – 40 นาที	66	21.60
41 – 60 นาที	129	42.20
61 – 80 นาที	64	20.90
81 – 100 นาที	26	8.50
101 – 120 นาที	11	3.60
มากกว่า 121 นาที	10	3.30

จากตารางที่ 4 พบว่า ระยะเวลาที่เหมาะสมในการอยู่ในห้องพักฟื้นของกุ่มตัวอย่างอยู่ในช่วง 1 – 20 นาที มากที่สุดในจำนวน 204 ราย คิดเป็นร้อยละ 66.70 และ ระยะเวลาการอยู่ในห้องพักฟื้นจริงของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในช่วง 41 – 60 นาที มากที่สุด เป็นจำนวน 129 ราย คิดเป็นร้อยละ 42.20

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเวลาที่ใช้ในกระบวนการจำหน่ายผู้ป่วยหลังผ่าตัดออกจากห้องพักฟื้น

ระยะเวลาการอยู่ในห้องพักฟื้น	จำนวน(n = 306)	ร้อยละ
พยาบาลห้องพักฟื้นเตรียมความพร้อมของผู้ป่วย (n =306)		
1 – 5 นาที	289	94.40
6 – 10 นาที	10	3.30
11 – 15 นาที	5	1.60
16 – 20 นาที	1	0.30
21- 25 นาที	0	0.00
26 – 30 นาที	1	0.30
Median = 3.34 นาที		
หอผู้ป่วยพร้อมรับผู้ป่วยกลับ (n = 306)		
1 – 5 นาที	108	35.30
6 – 10 นาที	118	38.60
11 – 15 นาที	33	10.80
16 – 20 นาที	11	3.60
21- 25 นาที	9	2.90
26 – 30 นาที	8	2.60
31 นาทีขึ้นไป	19	6.20
Median = 10.26 นาที		

ตาราง 5 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเวลาที่ใช้ในกระบวนการจำหน่ายผู้ป่วยหลังผ่าตัด
ออกจากห้องพักรักษา

ระยะเวลาการอยู่ในห้องพักรักษา	จำนวน	ร้อยละ
พนักงานเปลพร้อมส่งผู้ป่วย		
1 – 5 นาที	103	33.70
6 – 10 นาที	57	18.60
11 – 15 นาที	61	19.90
16 – 20 นาที	19	6.20
21- 25 นาที	22	7.20
26 – 30 นาที	8	2.60
31 นาทีขึ้นไป	36	11.80
Median = 13.30 นาที		
หน่วยงานวินิจฉัยพร้อมให้บริการ (n = 306)		
ไม่ต้องส่งผู้ป่วยไปหน่วยวินิจฉัย	จำนวน	ร้อยละ
21 – 25 นาที	302	98.70
26 – 30 นาที	1	0.30
	3	1.00

จากตาราง 5 พบว่า ระยะเวลาที่ใช้ในการจำหน่ายผู้ป่วย หลังผ่าตัดออกจากห้องพักรักษาแยกตามกระบวนการในการจำหน่ายผู้ป่วย ได้แก่ ขั้นตอนพยาบาลห้องพักรักษาเตรียมความพร้อมผู้ป่วยก่อนส่งกลับหอผู้ป่วยใช้เวลาอยู่ในช่วง 1 – 5 นาที มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 3.34 นาที จำนวน 289 ราย คิดเป็นร้อยละ 94.40 ขั้นตอนการรอหอผู้ป่วยพร้อมรับผู้ป่วยกลับใช้เวลาอยู่ในช่วง 6 – 10

นาที มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 10.26 จำนวน 118 ราย คิดเป็น 38.60 ขั้นตอนพนักงานเปลพร้อมส่งผู้ป่วยกลับหอผู้ป่วย ใช้เวลาอยู่ในช่วง 1 – 5 นาที มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 13.30 จำนวน 103 ราย คิดเป็นร้อยละ 33.70 และ ขั้นตอนการรอหน่วยงานวินิจฉัยพร้อมให้บริการ ใช้เวลาในช่วง 26 – 30 นาที มากที่สุด จำนวน 3 ราย คิดเป็นร้อยละ 1.00

ตาราง 6 จำนวนและร้อยละของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยหลังได้รับยา
ระงับความรู้สึกออกจากห้องพักรักษา (n = 306)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยหลังได้รับยา ระงับความรู้สึกออกจากห้องพักรักษา	จำนวน (ครั้ง)	ร้อยละ
ความไม่พร้อมของพนักงานเปล	229	74.80
ความไม่พร้อมของหอผู้ป่วยที่รองรับผู้ป่วยหลังผ่าตัด	219	71.60
ความไม่พร้อมของพยาบาลห้องพักรักษา		
ภาระงานของพยาบาลห้องพักรักษา	24	7.80
พยาบาลห้องพักรักษาเตรียมผู้ป่วยไม่เรียบร้อย	38	12.40
ความไม่พร้อมของผู้ป่วยก่อนจำหน่าย	23	7.50
ระเบียบปฏิบัติการจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษา		
ร่ววิสัญญีแพทย์พิจารณาจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษา	5	1.60
ร่วศัลยแพทย์พิจารณาจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษา	1	0.30
ร่วการวินิจฉัยจากห้องปฏิบัติการ	4	1.30

จากตารางที่ 6 พบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยหลังได้รับยาระงับความรู้สึกออกจากห้องพักรักษาที่พบมากที่สุดได้แก่ ความไม่พร้อมของการอภิปรายผล

ผลการศึกษา พบว่า ระยะเวลาทั้งหมดที่ใช้ในการจำหน่ายผู้ป่วยหลังผ่าตัดที่ได้รับยาระงับความรู้สึกทั่วไปออกจากห้องพักรักษา มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 10.00 นาที อภิปรายได้ว่า กระบวนการที่ใช้ในการจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษาของโรงพยาบาลทั้งสองแห่งมีความแตกต่างกัน การจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษาพยาบาลห้องพักรักษาเป็นผู้บริหารจัดการ กระบวนการนำส่งผู้ป่วยไม่มีพยาบาลหอผู้ป่วยมารับ พนักงานเปลนำส่งแยกส่วนจากพนักงานเปลรับผู้ป่วย งานบริการห้องพักรักษาเปิดให้บริการ 24 ชั่วโมง การจำหน่ายผู้ป่วยออกจากห้องพักรักษาส่วนใหญ่วิสัญญีพยาบาลจะ

พนักงานเปล 229 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 74.84 รองลงมาคือ ความไม่พร้อมของหอผู้ป่วยที่รองรับผู้ป่วยหลังผ่าตัด 219 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 71.5

พิจารณาจำหน่ายผู้ป่วยโดยพิจารณาสภาพผู้ป่วยตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ส่วนการนำส่งผู้ป่วยกลับไปยังหอผู้ป่วยจะต้องมีพยาบาลหอผู้ป่วยมารับกลับและพยาบาลห้องพักรักษาพร้อมนำส่งผู้ป่วยไปกับพนักงานเปลด้วย ส่วนการจำหน่ายผู้ป่วยใช้ระยะเวลาเวลา 30 นาที เนื่องจากการจำหน่ายผู้ป่วยจากห้องพักรักษาต้องอาศัยการพิจารณาจากวิสัญญีแพทย์จึงทำให้ใช้เวลานานกว่าและการผ่าตัดผู้ป่วยได้มีการบริหารจัดการที่รัดกุมกว่าในต่างประเทศทำให้การผ่าตัดแต่ละวันมีจำนวนจำกัด⁽⁴⁾ ซึ่งแตกต่างจากโรงพยาบาลน่าน ส่วนแนวทางการปฏิบัติระหว่างห้องตรวจถ่ายภาพรังสี โรงพยาบาลน่าน

กำหนดให้ผู้ป่วยหลังผ่าตัดทุกรายสามารถเข้ารับบริการตรวจถ่ายภาพรังสีได้ทันทีโดยไม่ต้องรอเวลาจึงลดเวลาในการประสานงานระหว่างหน่วยงานได้ ส่วนสภาพของหอผู้ป่วยที่รองรับของโรงพยาบาลทั้งสองแห่ง อัตรากำลังของบุคลากรในการให้บริการของหน่วยรับส่งผู้ป่วยมีความแตกต่างกัน อาจทำให้เวลาที่ใช้ในการจำหน่ายผู้ป่วยหลังได้รับยาระงับความรู้สึกทั่วไป

ออกจากห้องพักรฟื้นของโรงพยาบาลทั้งสองแห่งมีความแตกต่างกันได้

สรุป ระยะเวลาในการจำหน่ายผู้ป่วยจากห้องพักรฟื้นมีปัจจัยหลายอย่างที่จะทำให้เกิดความล่าช้าขึ้นอยู่กับการบริหารจัดการของห้องพักรฟื้นและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจำหน่าย ระเบียบปฏิบัติของการจำหน่ายในแต่ละสถานบริการถ้าสามารถบริหารจัดการให้มีประสิทธิภาพทำให้ผู้ป่วยอยู่ในห้องพักรฟื้นที่เหมาะสมและมีความปลอดภัยหลังการจำหน่าย

เอกสารอ้างอิง

1. กนกพร คุณาวิศรุต. การดูแลผู้ป่วยในห้องพักรฟื้น. ใน: พรอรุณ สิริโชติวิทยากร, สุวรรณิ สุรเศรษฐินวงศ์, มะลิ รุ่งเรืองวานิช, มาณี รักษาเกียรติศักดิ์, บรรณาธิการ. ตำราฟื้นฟูวิชาการวิสัญญีวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ:เรือนแก้วการพิมพ์; 2552. หน้า 306 - 320.
2. พุทธิพรณี วรกิจโกคาทร. การดูแลผู้ป่วยวิกฤติหลังผ่าตัด. ใน: อังกาบ ปราการรัตน์ และวรภา สุวรรณจินดา, บรรณาธิการ. ตำราวิสัญญีวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 3 . กรุงเทพฯ: กรุงเทพเวชสาร; 2548. หน้า 601 - 643.
3. จริยา เลิศอรธมณี. การดูแลผู้ป่วยในห้องพักรฟื้น. ใน: วรภา สุวรรณจินดา และอังกาบ ปราการรัตน์, บรรณาธิการ. ตำราวิสัญญีวิทยาวิสัญญีวิทยาคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์; 2549. หน้า 743 – 754.
4. Aldrete, J.A., & Korulik,D. A postanesthetic recovery score. Anesthetic recovery score. Anesthesia & Analgesia 1970; 49: 924 – 934.

อาหารว่างเพิ่มอ้วน ของหนุ่มสาวออฟฟิศที่ควรหลีกเลี่ยง



1 กาแฟที่ อื่น วัน 1 ซอง

- ปริมาณน้ำตาลเกินครึ่ง (มากกว่า 50%)
- ครีมนเทียม (ประมาณเกือบ 40%) ส่วนประกอบหลักคือ ไขมันปาล์ม
- 10% ที่เหลือคือ กาแฟ และสารเคมีแต่งกลิ่น



3 น้ำผลไม้กล่อง

- แม้จะเขียนว่า “ไม่เติมน้ำตาล” แต่ก็ยังมี ความหวานและพลังงานสูง เช่น น้ำส้ม 1 แก้ว ให้พลังงานถึง 110 กิโลแคลอรี



คั้นน้ำส้มรับประทานเอง 2 ผล ให้พลังงานเพียง 60 กิโลแคลอรี + วิตามินซีมากกว่า



2 ผลไม้รถเข็น

- เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเดินอาหาร เพราะขาดสุขลักษณะ
- บางร้านมีการชุบสีให้สดใสนำแช่เย็นทลกรให้หวานซ่า
- เครื่องจักรปริก น้ำตาล เกลือ พงซูรส เป็นของแถมให้อีกด้วยได้



SOOK
LOCAL FOOD EXPERIENCE