

हनุนพยาบาลช่วยดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง/ประชาชนให้เลิกบุหรี่ เพื่อสุขภาพและป้องกัน COVID-19

ศ.นพ.รณชัย คงสกนธ์ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) กล่าวว่า การสูบบุหรี่ทำให้ผู้ป่วยโรคเรื้อรังมีอาการของโรครุนแรงเพิ่มขึ้นและเป็นปัจจัยเสี่ยงทำให้เกิดโอกาสติดเชื้อ COVID-19 ได้ง่ายขึ้นจากการสัมผัสเชื้อจากมือที่คีบบุหรี่สูดปากเข้าไปสู่อวัยวะต่างๆ ของร่างกาย ที่สำคัญที่สุดคือ ปอด ส่งผลให้ผู้ป่วยเกิดการเจ็บป่วยเพิ่มขึ้น อีกทั้งทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคเรื้อรังที่รุนแรง และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต ซึ่งข้อมูลจากรายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 พบว่า ผู้ป่วยโรคเรื้อรังยังมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่อยู่ โดยพบผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง สูบบุหรี่มากที่สุด ร้อยละ 31 รองลงมาคือผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ร้อยละ 20 ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 13 ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ร้อยละ 11 และผู้ป่วยโรคหัวใจ ร้อยละ 9 ดังนั้นต้องช่วยเหลือผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่สูบบุหรี่ให้สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ

อาจารย์ธนะวัฒน์ รวมสุข อาจารย์ประจำวิทยาลัยพยาบาลและสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เปิดเผยบทความตีพิมพ์ ในวารสารกฎหมายและนโยบายสาธารณสุข ปีพ.ศ.2563 เรื่อง ‘บทบาทพยาบาลด้านบริการช่วยเลิกบุหรี่แก่ผู้ป่วยโรคเรื้อรังในชุมชนเพื่อป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)’ พบว่า พยาบาลมีความสำคัญมากที่สามารถใช้ความรู้และทักษะส่งเสริมภาวะสุขภาพช่วยเหลือผู้ป่วยโรคเรื้อรังเลิกบุหรี่ เพื่อช่วยลดความรุนแรงของโรคเรื้อรังที่ผู้ป่วยเป็นอยู่และป้องกันความเสี่ยงติดเชื้อ COVID-19 ดังนี้ 1) สร้างเสริมสุขภาพ ส่งเสริมให้ผู้ป่วยแข็งแรงเพิ่มขึ้นโดยการเลิกบุหรี่ งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ 2) ป้องกันโรค โดยหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และการได้รับควันบุหรี่จากผู้อื่น เพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดความรุนแรงของโรคเรื้อรังและการติดเชื้อ COVID-19 3) รักษาพยาบาล โดยแนะนำเทคนิคการช่วยเลิกสูบบุหรี่ให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละคน และติดตาม ประเมินผล โดยเฉพาะในช่วง 3 วัน 7 วัน 14 วัน 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน และ 1 ปี หลังจาก que ผู้ป่วยเลิกสูบบุหรี่ เพื่อป้องกันการกลับมาสูบบุหรี่ และ 4) ฟื้นฟูสุขภาพกายและสุขภาพจิต เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างสำเร็จ และลดปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพที่จะส่งผลต่อความรุนแรงของโรคเรื้อรังได้ รวมถึงส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

รศ.สุปาณี เสนาดิสัย นายกสมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี และประธานเครือข่ายพยาบาลเพื่อการควบคุมยาสูบแห่งประเทศไทย กล่าวว่า พยาบาลมีหน้าที่ช่วยเหลือดูแลผู้ป่วย/ผู้รับบริการ ทั้งด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค รักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสุขภาพอยู่แล้ว ดังนั้นงานการพยาบาล จึงมีความสำคัญและมีคุณค่าแก่สังคมในทุกมิติสุขภาพ ทั้งนี้เนื่องในวันที่ 21 ตุลาคม ซึ่งเป็น ‘วันพยาบาลแห่งชาติ’ ขอชื่นชมพยาบาลที่ปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มที่สุดความสามารถในการดูแลผู้ป่วย และขอสนับสนุนให้ ‘พยาบาลช่วยดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง/ประชาชนให้เลิกบุหรี่เพื่อสุขภาพและป้องกัน COVID-19’