

Oral Presentation

คุณภาพการนอนหลับและปัจจัยที่อาจมีความสัมพันธ์กับการนอนหลับ ของผู้ป่วยใน ของโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง

ภูมิ นิธิอิญญาสกุล¹ ธนพล อนุตรอังกูร¹ ฉมาภักญ์ สติรชวาล¹ จักรภพ ก้านจักร¹ วรัทภพ ปลอดปล่อง¹ ธนดล
เวณุนันท์ สมพงษ์ ศรีแสนปาง² อิศราภรณ์ เทพวงษา²

¹ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 5 ² ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Sleep Quality and Its Associating Factors among Hospitalized Patients in a Hospital

Poom Nitiaphinyasakul¹, Thanaphon Anutraungkool¹, Chamakan Satirachawal¹, Jakkapop
Kanjak¹, Waratpop Plodplong¹ Thanadon Wenunun¹ Sompong Srisaenpang² Isaraporn
Thepwongsa²

¹Fifth-year medical students, ²Department of community medicine, Faculty of medicine, Khon
Kaen University, Khon Kaen, Thailand

หลักการและวัตถุประสงค์: การนอนหลับมีความจำเป็นมากขึ้นในขณะที่ร่างกายเจ็บป่วย การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์
เพื่อศึกษาคุณภาพการนอนหลับและปัจจัยที่อาจสัมพันธ์กับการนอนหลับของผู้ป่วยในขณะที่เข้ารับการรักษาใน
โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง

วิธีการศึกษา: ศึกษาเชิงพรรณนาในผู้ป่วยหอผู้ป่วยสามัญรพ.ฯจำนวน 479 คน ได้ขนาดตัวอย่าง 127 คน สุ่ม
แบบอย่างง่าย ใช้แบบสอบถามชนิดตอบเอง วิเคราะห์ด้วยความถี่ ร้อยละ มัชยฐาน พิสัยควอไทล์ ช่วงเชื่อมั่นร้อยละ
95, Spearman rank correlation coefficient, Pearson's chi-square, Fisher's exact test และ Odds
ratio

ผลการศึกษา: อัตราการตอบกลับร้อยละ 91.3 (116/127) ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีคุณภาพการนอนหลับอยู่ในระดับปาน
กลางร้อยละ 48.3 ในขณะที่ระดับดีและแย่อ้อยละ 31.0 และ 20.7 ตามลำดับ มีค่ามัธยฐานขององค์ประกอบการ
นอนได้แก่ ระยะเวลาการนอนหลับ 6 ชั่วโมง (ค่าพิสัยควอไทล์ 2 ชั่วโมง) ความพึงพอใจในการนอนหลับ 7 คะแนน
จาก 10 คะแนน (ค่าพิสัยควอไทล์ 3 คะแนน) ปัจจัยที่สัมพันธ์ ได้แก่ ความรู้สึกเบื่อหน่าย (OR 3.92, 95%CI:
1.04, 21.81) แสงไฟสว่างเกินไป (OR 4.77, 95%CI: 1.45, 20.25) อุณหภูมิไม่เหมาะสม(OR 4.94, 95%CI: 1.06,
45.93) เสียงพูดคุยจากผู้ป่วยคนอื่น(OR 2.90, 95%CI: 1.01, 9.47) ความไม่คุ้นเคยกับสภาพแวดล้อม(OR 3.92,
95%CI: 1.04, 21.81)

สรุป: ผู้ป่วยในมีคุณภาพการนอนหลับระดับแย่ ปานกลาง และดี ร้อยละ 20.7 48.3 และ31.0 ตามลำดับ โดยมีค่า
คะแนนคุณภาพการนอนหลับลดลงจากการนอนที่บ้าน ปัจจัยที่สัมพันธ์ ได้แก่ ความรู้สึกเบื่อหน่าย แสงไฟสว่าง
เกินไป อุณหภูมิไม่เหมาะสม เสียงพูดคุยจากผู้ป่วยคนอื่น ความไม่คุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมของผู้ป่วย

คำสำคัญ: คุณภาพการนอนหลับ ปัจจัย ผู้ป่วยใน



Background and Objectives: When the body is ill, it needs more sleep than usual. This study aimed to identify sleep quality and associated factors of the inpatients at a hospital.

Method: A descriptive study was conducted with 479 inpatients admitted in the hospital which were sampled by simple random sampling to 127. A self-administered questionnaire was used.

The data were analyzed by frequency, percentile, median, interquartile range, 95% Confidence Interval, Spearman rank correlation coefficient, Pearson's chi-square, Fisher's exact test and odds ratio.

Results: The response rate was 91.3% (116/127). In all, 48.3% of the patients had moderate sleep quality whilst 31.0% and 20.7% had good and poor, respectively. The total median sleep time during the night was 6 hours (IQR: 2 hours), and sleep satisfaction was 7 out of 10 points (IQR: 3 points). Factors associated with sleep quality at the hospital were; feeling bored (OR 3.92, 95%CI: 1.04, 21.81), too brightness of light (OR 4.77, 95%CI: 1.45, 20.25) and inappropriate temperature (OR 4.94, 95%CI: 1.06, 45.93), noises from other patients (OR 2.90, 95%CI: 1.01, 9.47), and unfamiliar environment. (OR 3.92, 95%CI: 1.04, 21.81)

Conclusion: Sleep quality in inpatients of a hospital showed poor, moderate, good quality for 20.7%, 48.3% and 31.0% respectively. The possible associated factors affecting sleep were; feeling bored brightness of light, unsuitable temperature, noises from other patients and unfamiliar surroundings.

Key words: Sleep quality, Factors, Hospitalized Patients