

ภาคผนวก

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผศ. อุไร ศรีแก้ว อาจารย์ประจำภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ จ.สงขลา
2. อาจารย์ปัทมา โลหเจริญนิษฐ์ อาจารย์ประจำภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ จ.สงขลา
3. อาจารย์แสงอรุณ สุขเกษม อาจารย์ประจำภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ จ.สงขลา

ใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย

ข้าพเจ้า (นาย นาง นางสาว).....ยินยอมเป็นตัวอย่างในการทำ
วิจัย เรื่อง "ปัจจัยพื้นฐานบางประการที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติการดูแลตนเองของผู้ป่วย
เบาหวาน ชนิดไม่พึ่งอินซูลิน" โดยการตอบแบบสอบถาม โดยหัวหน้าโครงการคือ นางสาว
จิราวัฒน์ เสวทวงศ์ วิจัยเรื่องนี้จะเป็ประโยชน์ในการใช้เป็นแนวทางการวางแผนการให้
ความรู้ในเรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานและเป็นแนวทางในการพัฒนาความสามารถ
ในการดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน

ในการเป็นตัวอย่างของวิจัยในเรื่องดังกล่าว ข้าพเจ้าจะต้องปฏิบัติโดยการตอบแบบสอบ
ถามเป็นเวลาประมาณ 30 นาที

ข้าพเจ้าเข้าใจอย่างแท้จริงว่า

1. ข้าพเจ้าอาจไม่ได้รับผลประโยชน์โดยตรงในการเข้าร่วมโครงการวิจัย
2. ข้าพเจ้าสามารถจะถอนตัวจากการเข้าร่วมโครงการได้ และการถอนตัวนี้จะไม่
มีผลต่อการรักษาพยาบาลที่ข้าพเจ้าพึงได้รับจากโรงพยาบาล
3. ข้อมูลต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าได้ให้การทำวิจัยเรื่องนี้ จะถูกนำเสนอในทางวิชาการ ได้
โดยปกปิดแหล่งที่มาของข้อมูลอย่างเคร่งครัด
4. การเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ จะไม่มีอันตรายใด ๆ เกิดขึ้นกับข้าพเจ้า แต่ถ้า
ข้าพเจ้าสามารถระบุได้อย่างแน่ชัดว่า ได้รับอันตรายโดยจากการเข้าร่วมวิจัย ข้าพเจ้าจะ
สามารถเรียกร้องสิทธิในการรักษาพยาบาลได้

ชื่อ.....วันที่.....

นักวิจัย.....วันที่.....

พยาน.....วันที่.....

แบบสอบถาม

เรื่อง

การศึกษาปัจจัยพื้นฐานบางประการที่มีความสัมพันธ์การปฏิบัติการดูแลตนเองของผู้ป่วย
เบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน

- คำชี้แจง 1. แบบสอบถามแบ่งเป็น 3 ส่วน คือ
- | | | |
|-----------|---|--------|
| ส่วนที่ 1 | แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและปัจจัยพื้นฐาน | 14 ข้อ |
| ส่วนที่ 2 | แบบสอบถามความต้องการรับรู้ข้อมูลและข้อมูลที่ได้รับ
เกี่ยวกับโรคเบาหวาน | 12 ข้อ |
| ส่วนที่ 3 | แบบสอบถามการปฏิบัติการดูแลตนเองจำนวน
แบ่งเป็น 6 หมวด ดังนี้ | 36 ข้อ |
1. การดูแลสุขภาพทั่วไป ข้อ 1, 3, 9, 14, 16, 21, 23, 25
ด้านบวก 10 ข้อ ด้านลบ 2 ข้อ
 2. การออกกำลังกาย ข้อ 4, 13, 18, 32
ด้านบวก 3 ข้อ ด้านลบ 1 ข้อ
 3. การใช้ยา ข้อ 6, 10, 12, 20
ด้านบวก - ข้อ ด้านลบ 4 ข้อ
 4. การตรวจน้ำตาล ข้อ 7, 30
ด้านบวก 1 ข้อ ด้านลบ 1 ข้อ
 5. การรับประทานอาหาร ข้อ 2, 5, 11, 15, 17, 19, 27,
28, 35 ด้านบวก 4 ข้อ ด้านลบ 5 ข้อ
 6. การมาพบแพทย์ ข้อ 8, 24, 26, 34, 36
ด้านบวก 4 ข้อ ด้านลบ 1 ข้อ

ส่วนที่ 1

ข้อมูลทั่วไปและปัจจัยพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

เลขที่แบบสอบถาม

[] 1 [] 2

สำหรับผู้วิจัย

1. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี [] 3 [] 4
2. เพศ [] 5
 () 1 หญิง () 2 ชาย
3. สถานภาพสมรส [] 6
 () 1 โสด () 2 คู่
 () 3 หม้าย () 4 หย่า
4. ระดับการศึกษา [] 7
 () 1 ไม่ได้รับการศึกษา () 2 ประถมศึกษา
 () 3 มัธยมศึกษา () 4 ประกาศนียบัตร อนุปริญญา
 () 5ปริญญาตรี () 6 อื่น ๆ ระบุ
5. อาชีพ [] 8
 () 1 รับราชการ () 2 เกษตรกรรม
 () 3 ค้าขาย () 4 รับจ้างทั่วไป
 () 5 ทำงานบ้าน () 6 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....
6. ท่านมีรายได้เท่าใดต่อเดือน [] 9
 () 1 ไม่พอใช้ () 2 พอใช้
 () 3 เหลือเก็บ
7. ระยะเวลาที่ทราบว่าเป็นโรคเบาหวาน [] 10
 () 1 1 ปี () 2 2 ปี
 () 3 3 ปี () 4 4 ปี
 () 5 5 ปีขึ้นไป

8. ท่านมีบุคคลในครอบครัวหรือญาติพี่น้องที่เป็นโรคเบาหวาน
 1 มี โปรดระบุ..... 2 ไม่มี [] 11
 3 ไม่ทราบ
9. จำนวนสมาชิกในครอบครัวของท่าน
 1 2 คน 2 3 คน [] 12
 3 4 คน 4 5 คน
 5 6 คน 6 มากกว่า 6 คนขึ้นไป
10. ตำแหน่งของท่านในครอบครัว
 1 พ่อ 2 แม่ [] 13
 3 สามี 4 ภรรยา
 5 บุตร 6 ผู้อาศัย
11. บทบาทของท่านในครอบครัว
 1 ผู้นำครอบครัว 2 สมาชิกในครอบครัว [] 14
12. ความสัมพันธ์ของท่านกับสมาชิกในครอบครัว
 1 ห่างเหิน 2 ใกล้ชิดปานกลาง [] 15
 3 ใกล้ชิดมาก
13. บุคคลในครอบครัวดูแลท่านอย่างไร
 1 ไม่ได้ให้คำแนะนำและไม่ช่วยเหลือ [] 16
 2 ให้คำแนะนำและช่วยเหลือบางครั้ง
 3 ให้คำแนะนำและช่วยเหลือสม่ำเสมอ
14. ท่านคิดว่าการเจ็บป่วยของท่านเป็นปัญหาต่อครอบครัวหรือไม่
 1 ไม่เป็นปัญหา 2 เป็นปัญหาบางครั้ง [] 17
 3 เป็นปัญหาตลอดเวลา

ส่วนที่ 2

ความต้องการรับรู้ข้อมูลและข้อมูลที่ได้รับเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

คำชี้แจง ต่อ ไปนี้จะถามถึงความต้องการรับรู้ข้อมูล เกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน
 มากน้อยเพียงใด โดยขอให้ท่านทำเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่องที่ตรงกับความ
 รู้สึกของท่านจริง ๆ

คำถาม	ไม่ต้องการ	ต้องการ น้อย	ต้องการ มาก	ต้องการ ที่สุด	สำหรับ ผู้วิจัย
1. ฉันต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการดูแล สุขภาพทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวาน					[J18
2. ฉันต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกาย กำลังกายของผู้ป่วยเบาหวาน					[J19
3. ฉันต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ยา ของผู้ป่วยเบาหวาน					[J20
4. ฉันต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการตรวจ น้ำตาล					[J21
5. ฉันต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการรับ ประทานอาหารของผู้ป่วยเบาหวาน					[J22
6. ฉันต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับการมา พบแพทย์ของผู้ป่วยเบาหวาน					[J23

คำชี้แจง ต่อ ไปนี้จะถามถึงข้อมูลที่ท่านได้รับเกี่ยวกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานที่ท่านได้
รับจริง จากแพทย์ พยาบาล หรือเจ้าหน้าที่ประจำห้องตรวจ โดยขอให้ท่านทำเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านจริง ๆ

คำถาม	ไม่ได้เลย	ได้น้อย	ได้มาก	ได้มากที่สุด	สำหรับ ผู้วิจัย
1. ฉันได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง โดยทั่วไปของผู้ป่วยเบาหวาน					[J24
2. ฉันได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกายของ ผู้ป่วยเบาหวาน					[J25
3. ฉันได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ยาของผู้ป่วย เบาหวาน					[J26
4. ฉันได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการตรวจน้ำตาล					[J27
5. ฉันได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ของผู้ป่วยเบาหวาน					[J28
6. ฉันได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการมาพบแพทย์					[J29

ส่วนที่ 3

การปฏิบัติการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน

คำชี้แจง ต่อ ไปนี้จะถามถึงการปฏิบัติการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน โดยขอให้ท่าน
ทำเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่องที่ตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด

คำถาม	การปฏิบัติ		สำหรับผู้วิจัย
	ทำ	ไม่ทำ	
1. ฉันสังเกตอาการผิดปกติ เช่นหน้ามืด ใจสั่น ทุกครั้ง ระหว่างออกกำลังกาย			[]30
2. ฉันพยายามเลือกรับประทานอาหารประเภทผักและผลไม้ แทนอาหารประเภทแป้งและน้ำตาล			[]31
3. เมื่อฉันมีแผลพอง ฉันจะไปปรึกษาแพทย์หรือพยาบาล			[]32
4. ในแต่ละวัน ส่วนใหญ่ฉันจะนอนหรือดูทีวี หลีกเลี่ยงการ ออกกำลังกาย			[]33
5. ฉันรับประทานอาหารที่มีมันมากและของทอดทุกชนิด			[]34
6. ฉันรับประทานอาหารไม่สม่ำเสมอ จะใช้ยาเมื่อมีอาการของ โรคเช่น อาการกระหายน้ำ ปัสสาวะบ่อย อ่อนเพลีย เท่านั้น			[]35

คำถาม	การปฏิบัติ		สำหรับผู้วิจัย
	ทำ	ไม่ทำ	
7. ฉันมาตรวจระดับน้ำตาลในเลือดและในปัสสาวะทุกครั้งตามนัด			[J36
8. เมื่อฉันไม่แน่ใจเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวในภาวะโรคเบาหวาน ฉันจะปรึกษาแพทย์หรืออ่านหนังสือเกี่ยวกับโรคเบาหวาน			[J37
9. ฉันสวมรองเท้าทุกครั้งก่อนออกจากบ้าน			[J38
10. ฉันงดยารักษาเบาหวานในขณะที่ฉันไม่สบาย เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ เจ็บคอ			[J39
11. ฉันรับประทานอาหารที่ปรุงจากน้ำมันพืช เช่น น้ำมันรำข้าว น้ำมันถั่วเหลือง แทนการรับประทานอาหารที่ปรุงจากน้ำมันหมู			[J40
12. เมื่อฉันลืมรับประทานยา มือต่อไปฉันจะรับประทานยาเพิ่มเป็น 2 เท่า			[J41
13. ฉันออกกำลังกายด้วยการเดินอย่างสม่ำเสมอทุกวัน			[J42

คำถาม	การปฏิบัติ		สำหรับผู้วิจัย
	ทำ	ไม่ทำ	
14. ฉันชั่งน้ำหนักทุก 2 สัปดาห์			[J43
15. ฉันจะรับประทานอาหารทดแทนจำนวนมากกว่าปกติ หากเลยเวลามื้ออาหาร เพื่อเป็นการชดเชย			[J44
16. เมื่อฉันรู้สึกชาบริเวณปลายเท้า ฉันจะวางกระเป๋าน้ำร้อนที่บริเวณปลายเท้า			[J45
17. ฉันได้รับการรักษาด้วยยา ฉันจึงไม่จำเป็นต้องควบคุมเรื่องการรับประทานอาหาร			[J46
18. ฉันออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและรับประทานอาหารในปริมาณที่เหมาะสมเพื่อควบคุมน้ำหนัก			[J47
19. ฉันรับประทานอาหารเป็นเวลา			[J48
20. เมื่อยาหมดก่อนถึงวันนัดตรวจ ฉันจะซื้อยามารับประทานเอง			[J49

คำถาม	การปฏิบัติ		สำหรับผู้วิจัย
	ทำ	ไม่ทำ	
21. ฉันพกถุงกอมหรือน้ำตาลก้อนติดตัวตลอดเวลาเมื่อออกจากบ้าน			[J50
22. ฉันดูแลบริเวณชอกคอ เช่น รักแร้ ใต้ราวนม ขาหนีบ ชอกนิ้ว เท้า อวัยวะสืบพันธุ์ ให้สะอาดไม่อับชื้น			[J51
23. เมื่อมีอาการหิว หน้ามืด ใจสั่น เหงื่อออก คล้ายจะเป็นลม ฉันจะรับประทานน้ำหวานหรือของหวานทันที			[J52
24. ฉันจะไม่มาตรวจตามนัดเมื่ออาการดีขึ้น			[J53
25. ฉันไม่ใกล้ชิดกับคนเป็นหวัดและติดเชื้อ			[J54
26. ฉันบอกให้แพทย์ทราบทุกครั้ง เมื่อมีอาการผิดปกติจากการ รับประทานยา เช่น คลื่นไส้ อาเจียน มีผื่นคัน			[J55
27. ฉันรับประทานอาหารตามที่แพทย์แนะนำอย่างเคร่งครัด			[J56
28. ฉันรับประทานอาหารเค็มบ่อย เช่น ปลาเค็ม หมูเค็ม หัวผักกาดดอง หัวใจโป๊ว			[J57

คำถาม	การปฏิบัติ		สำหรับผู้วิจัย
	ทำ	ไม่ทำ	
29. ฉันคอยสังเกตอาการผิดปกติ เช่น กระจายน้ำมาก ปัสสาวะบ่อย ผิวหนังแห้ง คลื่นไส้ อาเจียน ถ้ามีอาการผิดปกติเหล่านี้ ฉันจะมาตรวจก่อนวันนัด			[J58
30. หนึ่งวันก่อนจะไปตรวจระดับน้ำตาลในเลือดและในปัสสาวะ ฉันจะงดรับประทานอาหารจำพวกแป้งและของหวานทุกชนิด			[J59
31. ฉันดื่มน้ำให้เพียงพอก่อนและหลังออกกำลังกายทุกครั้ง			[J60
32. เมื่อฉันมีบาดแผลเล็กน้อย ฉันจะดูแลทำความสะอาดบาดแผล และสังเกตอาการผิดปกติของแผลทุกวัน			[J61
33. เมื่อไม่สบายใจฉันจะไม่รับประทานยาและอาหารในบางมื้อ			[J62
34. ฉันถามแพทย์เกี่ยวกับการรักษาโรคเบาหวานและผลจากภาวะโรคเบาหวาน			[J63
35. ฉันรับประทานอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาลในมือน้อยมากเมื่อต่อไปจะรับประทานอาหารให้น้อยกว่าปกติ			[J64

คำถาม	การปฏิบัติ		สำหรับผู้วิจัย
	ทำ	ไม่ทำ	
36. ฉันทราบว่า โรคเบาหวานรักษาไม่หายขาดแต่จะสามารถควบคุมโรคให้อยู่ในภาวะปกติได้ ฉันจึงมาตรวจตามนัดทุกครั้ง เพื่อได้รับคำแนะนำที่ถูกต้อง			[J65

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ นางอมรรัตน์ ลีมีเฮง
- สถานที่เกิด จังหวัดสงขลา
- วุฒิการศึกษา วทม. (พยาบาลศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหิดล
- สถานที่ทำงาน ภาควิชาการพยาบาลเบื้องต้น คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
- ชื่อ นางสาวจิราวัลย์ เสวกวงศ์
- สถานที่เกิด จังหวัดชุมพร
- วุฒิการศึกษา ประกาศนียบัตรพยาบาลและผดุงครรภ์ระดับต้น วิทยาลัยพยาบาลสุราษฎร์ธานี
พ.ศ. 2529
- สถานที่ทำงาน โรงพยาบาลชุมพร อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร
- ชื่อ นางสาวเบญจมาศ ชัยนวน
- สถานที่เกิด จังหวัดตรัง
- วุฒิการศึกษา ประกาศนียบัตรพยาบาลและผดุงครรภ์ระดับต้น วิทยาลัยพยาบาล
นครศรีธรรมราช พ.ศ. 2528
- สถานที่ทำงาน สถานีอนามัย ตำบลลำภูรา อำเภอห้วยยอด จังหวัดตรัง
- ชื่อ นางสาวปราโมทย์ หลุรักษ์
- สถานที่เกิด จังหวัดชุมพร
- วุฒิการศึกษา ประกาศนียบัตรพยาบาลและผดุงครรภ์ระดับต้น วิทยาลัยพยาบาลสุราษฎร์ธานี
พ.ศ. 2528
- สถานที่ทำงาน โรงพยาบาลชุมพร อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร