

## ภาคผนวก ก

## การพิทักษ์สิทธิของพยาบาลที่เข้าร่วมการวิจัย

การพิทักษ์สิทธิของพยาบาลที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับตนเอง หัวข้อในการวิจัย วัตถุประสงค์ของการวิจัย และประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย ดังนี้

ดิฉัน นางสาวทิพย์ธำพร เพชรประพันธ์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ทำวิจัยเรื่อง “การรับรู้ความสามารถและการปฏิบัติของพยาบาลวิชาชีพในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก้ผู้ป่วยมะเร็ง” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ความสามารถ การปฏิบัติในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก้ผู้ป่วยมะเร็ง และความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถ การปฏิบัติ และความรู้และทัศนคติ รวมทั้งปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

ผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนส่งเสริมและพัฒนาบุคลากรทางการพยาบาลและผู้ที่เกี่ยวข้อง ทั้งด้านการปฏิบัติการพยาบาลและการวิจัยเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ และหาปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปฏิบัติของพยาบาลวิชาชีพในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก้ผู้ป่วยมะเร็งในอนาคต

จึงขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถาม และการสัมภาษณ์ (สำหรับบางท่านที่ถูกสุ่ม) โดยข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามนี้จะนำไปวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลที่ได้จากพยาบาลท่านอื่นๆ และนำเสนอในภาพรวม ทั้งนี้ข้อมูลของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ ผู้อื่นไม่สามารถเข้าถึงข้อมูลดิบได้นอกจากผู้วิจัยเท่านั้น

ท่านมีสิทธิ์ที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการตอบแบบสอบถามหรือการสัมภาษณ์ได้ตามที่ท่านต้องการ โดยไม่มีผลใดๆ ต่อการปฏิบัติงานของท่าน หากมีข้อสงสัยใดๆ สามารถสอบถามได้โดยตรงจากผู้วิจัย

ดิฉันขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านครั้งนี้

.....

(นางสาวทิพย์ธำพร เพชรประพันธ์)

นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

**ตัวอย่างแบบฟอร์ม**  
**ใบยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย**

ชื่อโครงการ    การรับรู้ความสามารถและการปฏิบัติของพยาบาลวิชาชีพในการบรรเทาความปวด  
โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก้ผู้ป่วยมะเร็ง

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว).....สกุล.....

ยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยตามที่ คุณทิพย์ถาวร เพชรประพันธ์ ได้ชี้แจงให้ข้าพเจ้าทราบ (ดังใบ  
เชิญให้เข้าร่วมโครงการวิจัยที่แนบมานี้)

หากข้าพเจ้ามีข้อสงสัยเกี่ยวกับการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ข้าพเจ้ามีสิทธิซักถามผู้วิจัยได้ใน  
ระหว่างเข้าร่วมโครงการ หากการกระทำและคำชี้แจงของผู้วิจัยยังไม่เป็นที่พอใจ ข้าพเจ้ามีสิทธิแจ้ง  
ต่อประธานอนุกรรมการจริยธรรม.....หรือผู้อำนวยการโรงพยาบาล.....ได้ และหากข้าพเจ้าไม่พอใจ  
ในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ข้าพเจ้ามีสิทธิออกจากการเข้าร่วมโครงการได้ทันที โดยไม่มีผลใดๆ  
ต่อการปฏิบัติงานของข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าได้อ่านและเข้าใจเกี่ยวกับรายละเอียดทั้งหมดตามคำอธิบายข้างต้นแล้ว ข้าพเจ้า  
ยินยอมเข้าร่วมโครงการดังกล่าว

.....  
(.....)

ผู้เข้าร่วมโครงการ

.....  
(วัน/เดือน/ปี)

.....  
(.....)

พยาน

.....  
(วัน/เดือน/ปี)

.....  
(นางสาวทิพย์ถาวร เพชรประพันธ์)

ผู้วิจัย

.....  
(วัน/เดือน/ปี)

## ภาคผนวก ข

## เครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล

เรื่อง การปฏิบัติของพยาบาลวิชาชีพในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่ผู้ป่วยมะเร็ง

เครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 5 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิบัติวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา

ส่วนที่ 3 แบบประเมินการปฏิบัติในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา

ส่วนที่ 4 แบบประเมินความรู้และทัศนคติ เกี่ยวกับความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา

ส่วนที่ 5 แนวคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงกึ่งโครงสร้างเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติของพยาบาลวิชาชีพในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่ผู้ป่วยมะเร็ง

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หรือเติมคำลงในช่องว่างให้ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ ( ) 1. ชาย ( ) 2. หญิง
2. อายุ.....ปี
3. ระดับการศึกษาสูงสุด (ในสาขาพยาบาลศาสตร์)
  - ( ) 1.ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ( ) 2.ปริญญาโท
  - ( ) 3. อื่นๆ (ระบุ).....
4. หอผู้ป่วยที่ท่านปฏิบัติงานในปัจจุบัน (ระบุ).....
5. ประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยมะเร็ง.....ปี
6. ประสบการณ์ในการทำงาน.....ปี
7. ความสนใจของท่านต่อการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา
  - ( ) 1. ไม่สนใจ ( ) 2. สนใจน้อย
  - ( ) 3. สนใจปานกลาง ( ) 4. สนใจมาก
8. ท่านเคยได้รับความรู้เกี่ยวกับวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา หรือไม่
  - ( ) 1. ไม่เคย ( ) 2. เคย
 ถ้าเคยท่านได้รับความรู้จากแหล่งใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
  - ( ) 1. ตำราและหลักสูตรในสถาบันการศึกษา
  - ( ) 2. วารสารทางการแพทย์พยาบาล
  - ( ) 3. ตำราและวารสารทางวิชาการอื่นๆ
  - ( ) 4. การอบรม ประชุม สัมมนาทางวิชาการ
  - ( ) 5. คำแนะนำจากผู้มีความรู้และประสบการณ์ เช่น พยาบาล แพทย์ นักกายภาพบำบัด เป็นต้น
  - ( ) 6. หนังสือพิมพ์ นิตยสาร วารสาร หรือหนังสืออื่นๆ ที่มีชื่อตำราทางวิชาการ
  - ( ) 7. สื่อทางวิทยุ โทรทัศน์ หรืออินเตอร์เน็ตต่างๆ
  - ( ) 8. อื่นๆ (ระบุ).....
9. ท่านเคยเห็นแบบอย่างผู้อื่นประสบผลสำเร็จในการใช้วิธีที่ไม่ใช่ยาเพื่อบรรเทาความปวดหรือไม่
  - ( ) 1. ไม่เคย ( ) 2. เคย
10. ท่านเคยปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา หรือไม่
  - ( ) 1. ไม่เคย ( ) 2. เคย

10. ท่านเคยปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา หรือไม่  
 1. ไม่เคย       2. เคย  
 ถ้าเคย ท่านประสบผลสำเร็จในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยานั้นหรือไม่  
 1. ไม่เคยประสบผลสำเร็จ       2. ประสบผลสำเร็จบางครั้ง  
 3. ประสบผลสำเร็จทุกครั้ง
11. ท่านเคยได้รับการบอกกล่าวว่า “สามารถที่จะใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยาได้ดี” หรือไม่  
 1. ไม่เคย       2. เคย
12. ท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อการใช้วิธีการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)  
 1. ไม่เชื่อวิธีการนี้       2. ไม่แน่ใจว่าจะใช้ได้ผล  
 3. ไม่มั่นใจในตนเองต่อการใช้       4. ไม่เคยรู้ว่าวิธีการนี้  
 5. ไม่มีความรู้ในการปฏิบัติ       6. สนใจที่จะเรียนรู้  
 7. อื่นๆ.....
13. ท่านเคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยาหรือไม่  
 1. ไม่เคย       2. เคย  
 ถ้าเคยได้รับการอบรม ท่านได้รับการอบรมจาก  
 1. การอบรมที่ทางโรงพยาบาลที่ท่านปฏิบัติงานอยู่จัดขึ้น  
 2. การอบรมที่หน่วยงานอื่นจัดขึ้น
14. หอผู้ป่วยที่ท่านปฏิบัติงานอยู่มีคู่มือหรือเอกสารการปฏิบัติงานเกี่ยวกับวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยาหรือไม่  
 1. ไม่มี       2. มี
15. หอผู้ป่วยที่ท่านปฏิบัติงานอยู่มีอุปกรณ์ที่เอื้อต่อการใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา เพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วยหรือไม่  
 1. ไม่มี       2. มี
16. สิ่งแวดล้อมในหอผู้ป่วยที่ท่านปฏิบัติงานอยู่ เอื้ออำนวยต่อการใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา เพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วยหรือไม่  
 1. ไม่เอื้ออำนวย       2. เอื้ออำนวย
17. ในโรงพยาบาลของท่านมีหน่วยงานดูแลผู้ป่วยที่มีความปวดโดยวิธีการที่ไม่ใช่ยาหรือไม่  
 1. ไม่มี       2. มี ระบุ.....       3. ไม่ทราบ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิบัติวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา  
 คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด เพียงคำตอบเดียว  
 โดยแต่ละคำตอบมีความหมายดังนี้

มั่นใจมากที่สุด ให้ 4 คะแนน หมายถึง มีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวด  
 โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้อย่างแน่นอน

มั่นใจมาก ให้ 3 คะแนน หมายถึง มีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวด  
 โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้อย่างมาก

มั่นใจปานกลาง ให้ 2 คะแนน หมายถึง มีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวด  
 โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้ปานกลาง

มั่นใจน้อย ให้ 1 คะแนน หมายถึง มีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวด  
 โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้น้อย

ไม่มีความมั่นใจ ให้ 0 คะแนน หมายถึง ไม่มีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติเพื่อบรรเทาความ  
 ปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้เลย

ท่านมีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมต่อไปนี้ ได้มากน้อยเพียงใด	ระดับความมั่นใจ				
	อย่าง แน่นอน (4)	อย่าง มาก (3)	ปาน กลาง (2)	น้อย (1)	ไม่ มั่นใจ (0)
1. ให้คำแนะนำผู้ป่วยเกี่ยวกับวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ ใช่ยาได้					
2. ท่านสามารถประเมินและเลือกใช้วิธีการบรรเทาความปวด โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้ถูกต้องและเหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละคน					
3. ประเมินผลจากการใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยาได้					
4. จัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะกับผู้ป่วยในการบรรเทาความปวด โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้					
5. แสดงให้ผู้ร่วมงานเห็นผลสำเร็จของการบรรเทาความปวด โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาได้					
6. พுகุยเบี่ยงเบนความสนใจเพื่อบรรเทาความปวดของผู้ป่วยได้					

ท่านมีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมต่อไปนี้ ได้มากน้อยเพียงใด	ระดับความมั่นใจ				
	อย่าง แน่นอน (4)	อย่าง มาก (3)	ปาน กลาง (2)	น้อย (1)	ไม่ มั่นใจ (0)
7. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวด โดยการให้ผู้ป่วยอ่านหนังสือได้					
8. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยการแนะนำ ผู้ป่วยให้ร้องเพลงได้					
9. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยการบริหาร การหายใจเป็นจังหวะ (rhythmic breathing exercise) ได้					
10. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยการหายใจ ลึก ช้า และสม่ำเสมอ (deep breathing technique) ได้					
11. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยการ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อทีละส่วน (progressive muscular relaxation) ได้					
12. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยใช้ ความร้อนได้					
13. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยใช้ ความเย็นได้					
14. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยใช้ ดนตรีบำบัดได้					
15. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยการนวดได้					
16. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยให้ผู้ป่วยใช้ สมาธิได้					
17. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยใช้ การจินตภาพ (เช่น การให้ผู้ป่วยจินตนาการถึง ภาพเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความสุข) ได้					

ท่านมีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมต่อไปนี้ ได้มากน้อยเพียงใด	ระดับความมั่นใจ				
	อย่าง แน่นอน (4)	อย่าง มาก (3)	ปาน กลาง (2)	น้อย (1)	ไม่ มั่นใจ (0)
18. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยการสัมผัส (touch) ได้					
19. ให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวดโดยใช้ สัมผัสบำบัด/พลังบำบัด (therapeutic touch) ได้					

20. ท่านสามารถให้การพยาบาลผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความปวด โดยวิธีที่ไม่ใช่ยาวิธีการอื่นๆ นอกจากที่  
กล่าวมาได้  
(ระบุวิธี).....

ส่วนที่ 3 แบบประเมินการปฏิบัติของพยาบาลวิชาชีพในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่ผู้ป่วยมะเร็ง  
คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติจริงของท่านมากที่สุด เพียงคำตอบเดียว

(โดยนับย้อนหลังไปในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา) โดยแต่ละคำตอบมีความหมายดังนี้

ปฏิบัติมากที่สุด ให้ 4 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่  
ผู้ป่วยมะเร็งเป็นประจำทุกครั้ง

ปฏิบัติมาก ให้ 3 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่  
ผู้ป่วยมะเร็งบ่อยๆ แต่ไม่ทุกครั้ง

ปฏิบัติปานกลาง ให้ 2 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่  
ผู้ป่วยมะเร็งบางครั้ง

ปฏิบัติน้อย ให้ 1 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่  
ผู้ป่วยมะเร็งนานๆ ครั้ง

ไม่เคยปฏิบัติ ให้ 0 คะแนน หมายถึง ไม่ได้ปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่  
ยาแก่ผู้ป่วยมะเร็งเลย



ท่านปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา แก่ผู้ป่วยด้วยวิธีต่อไปนี้ได้มากน้อยเพียงใด	การปฏิบัติ				
	ประจำ ทุกครั้ง (4)	บ่อยๆ แต่ ไม่ทุกครั้ง (3)	บาง ครั้ง (2)	นานๆ ครั้ง (1)	ไม่ เคย (0)
1. ให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วยเกี่ยวกับวิธีการบรรเทา ความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาต่างๆ					
2. ท่านทำการประเมินก่อนเลือกใช้วิธีการที่ไม่ใช่ยา เพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วย					
3. ประเมินผลจากการใช้วิธีบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา					
4. จัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมกับผู้ป่วย ก่อนใช้วิธีการ บรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา					
5. แสดงให้ผู้ร่วมงานเห็นผลสำเร็จของการบรรเทา ความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา					
6. พุดคุยเบื้องเบนความสนใจของผู้ป่วย					
7. ให้ผู้ป่วยอ่านหนังสือ					
8. แนะนำให้ผู้ป่วยร้องเพลง					
9. ให้ผู้ป่วยใช้เทคนิคการบริหารการหายใจเป็นจังหวะ (rhythmic breathing exercise)					
10. ให้ผู้ป่วยใช้เทคนิคการหายใจลึก ช้า และสม่ำเสมอ (deep breathing technique)					
11. ใช้เทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้อทีละส่วน (progressive muscular relaxation)					
12. ใช้ความร้อน					
13. ใช้ความเย็น					
14. ใช้การนวด					
15. ให้ผู้ป่วยทำสมาธิ					
16. ใช้ดนตรีบำบัด					

ท่านปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา แก่ผู้ป่วยด้วยวิธีต่อไปนี้ได้มากน้อยเพียงใด	การปฏิบัติ				
	ประจำ ทุกครั้ง (4)	บ่อยๆ แต่ ไม่ทุกครั้ง (3)	บาง ครั้ง (2)	นานๆ ครั้ง (1)	ไม่ เคย (0)
17. ใช้การจินตภาพ (เช่น การให้ผู้ป่วยจินตนาการถึง ภาพเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความสุข)					
18. การสัมผัส (touch)					
19. ใช้สัมผัสบำบัด/พลังบำบัด (therapeutic touch)					

20. ท่านปฏิบัติเพื่อบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยาแก่ผู้ป่วยด้วยวิธีอื่นๆ นอกเหนือจากที่กล่าวมา  
แล้วมากน้อยเพียงใด (ระบุวิธี).....  
ผลเป็นอย่างไร.....

ส่วนที่ 4 แบบประเมินความรู้และทัศนคติ เกี่ยวกับความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและวิธีการบรรเทา  
ความปวดที่ไม่ใช่ยา

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดของท่าน  
เพียงคำตอบเดียว โดยที่ความปวดในที่นี้คือความปวดในผู้ป่วยมะเร็ง

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. ผู้ป่วยที่มีความปวดรุนแรง จะต้องตรวจพบการเปลี่ยนแปลงของสัญญาณชีพ		
2. ผู้ป่วยอาจงีบหลับไป เพราะความปวดรุนแรง		
3. ตัวผู้ป่วยเท่านั้นที่ เป็นผู้ตัดสินใจหรือบอกเกี่ยวกับความปวดของตนเอง ได้ดีที่สุด		
4. ผู้ป่วยที่มีความปวด ควรได้รับการปล่อยให้ทนกับความปวด จนกระทั่งทนไม่ได้จึงให้ความช่วยเหลือ		
5. ในบางศาสนา ผู้ป่วยถูกอบรมให้รับรู้ว่าความปวดและความทุกข์ทรมานเป็นสิ่งที่เขาต้องทน		
6. หากผู้ป่วยไม่มีอาการแสดง หรือท่าทางที่บ่งบอกว่าปวด แสดงว่าผู้ป่วยไม่มีความปวด		
7. ผู้ป่วยมะเร็งระยะ 3 และ 4 หรือผู้ป่วยที่มีการลุกลามของมะเร็งเท่านั้นที่จะมีความปวด		
8. ความปวดเรื้อรังเป็นความปวดที่มีตำแหน่งหรือขอบเขตไม่ชัดเจน		
9. ความปวดเรื้อรังมีความซับซ้อนและการดูแลยุ่งยากมากกว่าความปวดเฉียบพลัน		
10. ผู้ป่วยที่มีความปวดรุนแรง ทำให้มีความคิดอยากจะตาย		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
11. ถ้าผู้ป่วยสามารถเบี่ยงเบนความสนใจออกจากความปวดได้ แสดงว่าระดับความปวดของเขาไม่รุนแรง		
12. การช่วยลดปัญหาหรือภาวะทางอารมณ์และจิตใจ ไม่สามารถช่วยบรรเทาความปวดในผู้ป่วยมะเร็งได้		
13. วิธีบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา ใช้ได้ผลดีกับความปวดเล็กน้อยถึงปานกลางเท่านั้น แพทย์ไม่ได้ผลเลยกับผู้ป่วยที่มีความปวดรุนแรง		
14. วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา ใช้ในการช่วยบรรเทาความปวด ในขณะที่รอการออกฤทธิ์ของยาแก้ปวดเท่านั้น		
15. ความเชื่อมั่นในวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยาของผู้ป่วย ช่วยเสริมประสิทธิภาพการบรรเทาความปวดได้		
16. ผู้ให้การช่วยเหลือในการบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยา จะต้องเป็นผู้ที่ผู้ป่วยมีความศรัทธา		
17. เพื่อให้แน่ใจว่าการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา ได้ผลในการลดความปวดจริงๆ ควร แนะนำให้ผู้ป่วยใช้วิธีการเหล่านั้นเพียงอย่างเดียว โดยไม่ใช้วิธีอื่นหรือยาแก้ปวดร่วมด้วย		
18. วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา ช่วยทำให้ปัญหาทางด้านจิตใจ และอารมณ์ของผู้ป่วยดีขึ้น จึงมีผลในการบรรเทาความปวดได้		
19. วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลา ในการปฏิบัติมาก ทั้งในด้านการฝึกปฏิบัติและการปฏิบัติ		
20. การใช้วิธีการบรรเทาปวดที่ไม่ใช่ยาให้มีประสิทธิภาพ ต้องอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติ		
21. การบรรเทาความปวดโดยวิธีที่ไม่ใช่ยามักใช้ไม่ได้ผลในขณะที่ผู้ป่วยอยู่โรงพยาบาล เพราะบุคลากรทางการแพทย์ไม่นิยมวิธีนี้		
22. การเบี่ยงเบนความสนใจเหมาะสำหรับผู้ป่วยที่มีความปวดเล็กน้อยถึงปานกลาง		
23. การเบี่ยงเบนความสนใจเหมาะสำหรับการใช้ในระยะสั้นๆ ไม่เกิน 1 ชั่วโมง		
24. การเบี่ยงเบนความสนใจควรใช้ถึงระดับหรือเทคนิคที่หลากหลาย จึงจะได้ผลดี		
25. การเบี่ยงเบนความสนใจใช้ได้ดีกับผู้ป่วยที่ปวดไม่จริง		
26. ผู้ที่จะใช้การผ่อนคลายเพื่อบรรเทาความปวดต้องผ่านการฝึกฝนมาอย่างสม่ำเสมอ		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
27. การผ่อนคลายเป็นการลดการเร้าทางอารมณ์ของระบบควบคุมประสาทส่วนกลางในระดับสมอง		
28. เทคนิคการผ่อนคลายส่วนใหญ่ช่วยบรรเทาความปวดได้ โดยทำให้กล้ามเนื้อเฉพาะบริเวณที่ปวดคลายตัว		
29. การให้ผู้ป่วยหายใจเข้าออกลึกๆ ไม่มีประโยชน์กับผู้ป่วยที่มีความปวดปานกลางถึงรุนแรง		
30. การประคบร้อนหรือประคบเย็นที่มีประสิทธิภาพจะต้องประคบบริเวณที่มีความปวดเท่านั้น		
31. การประคบร้อนหรือประคบเย็น ไม่มีผลในการบรรเทาความปวดจากมะเร็ง		
32. การประคบร้อนให้ได้ผลดีที่สุดคือประคบขณะที่มีการบวมแดงของผิวหนังบริเวณนั้น		
33. การใช้ความร้อนช่วยบรรเทาความปวดได้ทุกประเภท		
34. การประคบเย็นทำให้หลอดเลือดหดตัว จึงช่วยลดการอักเสบของเนื้อเยื่อ ดังนั้นจึงช่วยบรรเทาความปวดได้		
35. ผู้ที่ชอบฟังดนตรีเท่านั้นที่จะสามารถใช้ดนตรีบำบัดเพื่อการบรรเทาความปวดได้ดี		
36. การฟังดนตรีทำให้รู้สึกปวดลดลงเนื่องจากเสียงดนตรีช่วยทำให้เกิดความเพลิดเพลินจนลืมนึกถึงความปวด		
37. ดนตรีชนิดเดียวกันจะมีผลในการบรรเทาความปวดในผู้ป่วยแต่ละคนได้เหมือนกัน		
38. ดนตรีช่วยเบี่ยงเบนความสนใจออกจากความปวด ใช้ได้ผลดีกับผู้ป่วยที่มีความปวดเรื้อรัง		
39. การนวดเป็นวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยาที่สามารถนำไปใช้กับผู้ป่วยได้ทุกราย		
40. การนวดช่วยลดความวิตกกังวลและความเครียดได้ จึงสามารถบรรเทาความปวดได้		
41. การนวดช่วยลดความตึงตัวของกล้ามเนื้อและอาการปวดเมื่อย เพราะการนวดช่วยให้การไหลเวียนเลือดไปยังอวัยวะต่างๆ ดีขึ้น		
42. พยาบาลควรฝึกเทคนิคการนวดเพื่อบรรเทาความปวด และนำมาใช้ในการบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วยมะเร็ง		
43. การทำสมาธิมีผลต่อการหลั่งเอ็นดอร์ฟิน		
44. การทำสมาธิช่วยให้จิตใจสงบ ลดสิ่งกระตุ้นทางอารมณ์ และเพิ่มระดับความอดทนต่อความปวดได้มากขึ้น		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
45. ผู้ที่สามารถใช้สมาธิเพื่อบรรเทาความปวดได้ต้องเป็นผู้ที่เคยผ่านการฝึกปฏิบัติ/เจริญสติ มาอย่างสม่ำเสมอ		
46. การทำสมาธิใช้บรรเทาความปวดได้ดีในผู้สูงอายุเท่านั้น		
47. การทำสมาธิช่วยให้อัตราการเต้นของหัวใจและอัตราการหายใจช้าลง		
48. การจินตนาการใช้ได้กับผู้ป่วยที่มีความปวดเรื้อรังเท่านั้น		
49. ผู้ที่มีอารมณ์ศิลปะเท่านั้นจึงจะสามารถใช้การจินตนาการเพื่อบรรเทาความปวดได้ดี		
50. การใช้การจินตนาการเพื่อบรรเทาความปวด สามารถทำได้ง่ายหากมีความตั้งใจจริง		
51. การสัมผัสช่วยให้กล้ามเนื้อคลายตัว การไหลเวียนเลือดดีขึ้น ทำให้ความปวดลดลง		
52. ผู้ที่จะใช้การสัมผัสในการบำบัดเพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ที่มีความปวดจะต้องเป็นนักบำบัดหรือผู้เชี่ยวชาญที่ผ่านการฝึกปฏิบัติมาแล้ว		
53. สัมผัสบำบัด/พลังบำบัด มีผลทำให้มีการหลั่งเอ็นดอร์ฟินเพิ่มขึ้น		

#### ส่วนที่ 5 แนวคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงกึ่งโครงสร้าง

1. คุณรู้จัก/ทราบเกี่ยวกับวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยาหรือไม่ อย่างไร
2. เมื่อไรที่คุณใช้วิธีการที่ไม่ใช่ยาเพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วย เพราะอะไรคุณจึงตัดสินใจใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยามีหลักการในการเลือกใช้อย่างไร
3. เมื่อไรที่คุณไม่ใช้วิธีการที่ไม่ใช่ยาเพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วย เพราะอะไรคุณจึงตัดสินใจไม่ใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา
4. คุณคิดอย่างไรต่อวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา
5. คุณคิด/รู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับการใช้วิธีที่ไม่ใช่ยาเพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วยของคุณคนอื่น
6. คุณคิดว่าบุคคลอื่นคิด/รู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับการใช้วิธีการที่ไม่ใช่ยาเพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วย ของคุณ (พยาบาล หรือผู้ร่วมงาน และ ผู้ป่วย หรือญาติผู้ป่วย)
7. คุณคิดว่าประโยชน์หรือข้อดีของการใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยามีอะไรบ้าง
8. คุณคิดว่าข้อจำกัดหรือข้อเสียของการใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยามีอะไรบ้าง
9. คุณคิดว่าปัญหาและอุปสรรคของการใช้วิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยามีอะไรบ้าง
10. คุณต้องการการช่วยเหลือ/สนับสนุนต่างๆ จากใคร/อย่างไรบ้าง ในการใช้วิธีการที่ไม่ใช่ยาเพื่อบรรเทาความปวดแก่ผู้ป่วย

## ภาคผนวก ก

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ มีดังต่อไปนี้

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชรวิภา ไชยลังกา  
 อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา  
 ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์อังศума อภิชาติ  
 อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา  
 ภาควิชาการพยาบาลเบื้องต้น คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์เต็มศักดิ์ พึ่งรัมย์  
 แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและวิธีการบรรเทาความปวด  
 วิชารังสีวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิงลักขมมี ชาญเวชช์  
 แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและวิธีการบรรเทาความปวด  
 ภาควิชาวิสัญญีวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
5. คุณภารดี ปรีชาวิทากุล  
 พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านความปวดในผู้ป่วยมะเร็งและวิธีการบรรเทาความปวดที่ไม่ใช่ยา  
 หน่วยงานมะเร็ง คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์