

ภาคผนวก ก

แบบฟอร์มพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง (ผู้วิจัย)

สวัสดิ์คะ ดิฉัน นางสาวนิภาพร โชติรัตน์ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการพยาบาล ผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มีความสนใจศึกษาเกี่ยวกับ การรับรู้ความสามารถแห่งตน การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสุขภาพ และสมรรถภาพทางกายของผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาใช้เป็นแนวทางในการช่วยเหลือผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา ให้มีการปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสุขภาพที่ถูกต้อง และมีสมรรถภาพทางกายที่เหมาะสมต่อไป จึงขอความกรุณาให้ท่านช่วยตอบแบบสัมภาษณ์ 2 ครั้ง โดยครั้งนี้ใช้เวลาในการตอบแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถแห่งตนประมาณ 20-30 นาที และครั้งที่ 2 เมื่อท่านกลับมาพบแพทย์ตามนัด อีก 6 สัปดาห์หลังการผ่าตัด ซึ่งใช้เวลาในการตอบแบบสัมภาษณ์การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสุขภาพ และทดสอบสมรรถภาพทางกายภายหลังการผ่าตัด ใช้เวลาประมาณ 30-45 นาที โดยผู้วิจัยจะให้การดูแลท่านอย่างใกล้ชิด และอยู่กับท่านตลอดเวลาเพื่อให้ท่านได้รับความปลอดภัยสูงสุดในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ท่านมีสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการตอบแบบสัมภาษณ์หรือการทดสอบสมรรถภาพทางกายได้โดยไม่มีผลกระทบต่อการรักษาพยาบาลจากทีมสุขภาพแต่อย่างใด และถ้าท่านตอบแบบสัมภาษณ์หรือทดสอบสมรรถภาพทางกายแล้วไม่พอใจ หรือคิดว่าจะมีผลกระทบต่อท่าน ท่านสามารถถอนตัวจากการเข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลา

สำหรับข้อมูลต่างๆ ที่ได้จะเป็นความลับและนำไปใช้เผยแพร่เพื่อการศึกษาเท่านั้น จะไม่มีการระบุชื่อของท่าน แต่ระบุเป็นรหัสเพื่อใช้ในการติดตามข้อมูล และจะเสนอผลการวิจัยในภาพรวมของผู้ร่วมวิจัยทั้งหมด หากท่านยินดีที่จะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ท่านสามารถแสดงความร่วมมือในการเข้าร่วมวิจัยได้ทั้งแบบมีลายลักษณ์อักษร และไม่มีลายลักษณ์อักษร และหากท่านมีความประสงค์ที่จะเข้าร่วมวิจัยแบบมีลายลักษณ์อักษร ท่านสามารถลงนามในข้อความข้างล่างนี้ได้

ลงชื่อ.....
 (.....)
 ผู้เข้าร่วมวิจัย
 วันที่.....

ลงชื่อ.....
 (นางสาวนิภาพร โชติรัตน์)
 ผู้วิจัย
 วันที่.....

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง (ผู้ช่วยวิจัย)

สวัสดิศะ ดิฉันเป็นผู้ช่วยวิจัยของ นางสาวนิภาพร โชติรัตน์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่มีความสนใจศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถแห่งตน การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสุขภาพ และสมรรถภาพทางกายของผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาใช้เป็นแนวทางในการช่วยเหลือผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา ให้มีการปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสุขภาพที่ถูกต้อง และมีสมรรถภาพทางกายที่เหมาะสมต่อไป จึงขอความกรุณาให้ท่านช่วยตอบแบบสัมภาษณ์ 2 ครั้ง โดยครั้งนี้ใช้เวลาในการตอบแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถแห่งตนประมาณ 20-30 นาที และครั้งที่ 2 เมื่อท่านกลับมาพบแพทย์ตามนัด อีก 6 สัปดาห์หลังการผ่าตัด ซึ่งใช้เวลาในการตอบแบบสัมภาษณ์การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสุขภาพ และทดสอบสมรรถภาพทางกายภายหลังการผ่าตัด ใช้เวลาประมาณ 30-45 นาที โดยผู้วิจัยจะดูแลท่านอย่างใกล้ชิด และอยู่กับท่านตลอดเวลาเพื่อให้ท่านได้รับความปลอดภัยสูงสุดในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ท่านมีสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการตอบแบบสัมภาษณ์หรือการทดสอบสมรรถภาพทางกายได้โดยไม่มีผลกระทบต่อการรักษาพยาบาลแต่อย่างใด และถ้าท่านตอบแบบสัมภาษณ์หรือทดสอบสมรรถภาพทางกายแล้วไม่พอใจ หรือคิดว่าจะมีผลกระทบต่อท่าน ท่านสามารถถอนตัวจากเข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลา

สำหรับข้อมูลต่างๆ ที่ได้จะเป็นความลับและนำไปใช้เผยแพร่เพื่อการศึกษาเท่านั้น จะไม่มีการระบุชื่อของท่าน แต่ระบุเป็นรหัสเพื่อใช้ในการติดตามข้อมูล และจะเสนอผลการวิจัยในภาพรวมของผู้ร่วมวิจัยทั้งหมด หากท่านยินดีที่จะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ท่านสามารถแสดงความร่วมมือในการเข้าร่วมวิจัยได้ทั้งแบบมีลายลักษณ์อักษร และไม่มีลายลักษณ์อักษร และหากท่านมีความประสงค์ที่จะเข้าร่วมวิจัยแบบมีลายลักษณ์อักษร ท่านสามารถลงนามในข้อความข้างล่างนี้ได้

ลงชื่อ.....
(.....)

ลงชื่อ.....
(.....)

ผู้เข้าร่วมวิจัย

ผู้ช่วยวิจัย

วันที่.....

วันที่.....

ภาคผนวก ข

เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรื่อง การรับรู้ความสามารถแห่งตน การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสภาพ และสมรรถภาพทางกายของผู้ป่วย
สูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา

เลขที่แบบสัมภาษณ์.....
หอผู้ป่วย.....
โรงพยาบาล.....
วันที่...../...../.....

คำชี้แจง : แบบสัมภาษณ์นี้ใช้เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถแห่งตน การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสภาพ และสมรรถภาพทางกายของผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา ซึ่งประกอบด้วยข้อมูล 4 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล และความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม
- ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสภาพ
- ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสภาพ
- ส่วนที่ 4 แบบบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลและความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม

คำชี้แจง : กรุณาตอบคำถามหรือให้ข้อมูลที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

ชื่อ-สกุล..... เลขประจำตัวผู้ป่วย.....
ที่อยู่ปัจจุบัน..... การวินิจฉัยโรค.....
วันที่เข้ารับการรักษา..... วันที่ผ่าตัด.....
สาเหตุของการเกิดกระดูกต้นขาหัก.....

- 1. เพศ () 1. ชาย () 2. หญิง
- 2. อายุ.....ปี น้ำหนัก.....kg. ส่วนสูง.....cm. BMI.....kg/m²
- 3. ศาสนา () 1. พุทธ () 2. คริสต์ () 3. อิสลาม () 4. อื่น ๆ (ระบุ).....

4. สถานภาพสมรส

- () 1. โสด () 2. คู่ () 3. หม้าย () 4. หย่า / แยก

5. ระดับการศึกษา

- () 1. ไม่ได้รับการศึกษา () 2. ประถมศึกษา
 () 3. มัธยมศึกษาปีที่ () 4. อนุปริญญา/เทียบเท่า
 () 5. ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป

6. ความเพียงพอของรายได้

- () 1. เพียงพอและเหลือเก็บ
 () 2. เพียงพอกับความจำเป็น
 () 3. ไม่เพียงพอ

7. ที่มาของรายได้

- () 1. การประกอบอาชีพ (ระบุ).....
 () 2. คู่สมรส/บุตรหลาน
 () 3. ดอกเบี้ย/บ้านญาติ
 () 4. อื่น ๆ (ระบุ).....

8. ประวัติการออกกำลังกายก่อนการเจ็บป่วย

- () 1. ไม่เคยออกกำลังกาย
 () 2. บางครั้ง (น้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์)
 () 3. เป็นประจำ (ตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไป/สัปดาห์)

9. โรคประจำตัว

- () 1. ไม่มี () 2. มี (ระบุโรค).....

10. ประวัติการผ่าตัดเกี่ยวกับกระดูกและข้อในอดีต

- () 1. ไม่เคย () 2. เคย ตำแหน่งที่ผ่าตัด.....

11. ลักษณะของครอบครัวและจำนวนสมาชิก.....คน (รวมผู้ตอบ)

- () 1. ครอบครัวเดี่ยว () 2. ครอบครัวขยาย

12. ผู้ดูแลและใกล้ชิดที่ท่านขณะเจ็บป่วย

- () 1. สามีภรรยาหรือบุตรหลาน () 2. ญาติ/ลูกจ้าง

13. การได้รับความรู้หรือคำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสุขภาพ

- () 1. ไม่เคย () 2. เคย ได้รับจาก.....

14. ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ใช้แบบประเมินบาร์เซลเอดีเอล (Barthel ADL Index) ที่เกี่ยวข้องกับการทำหน้าที่ทางกายภาพของขา

คำชี้แจง : เป็นการวัดระดับความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันด้วยตนเองของท่าน เปรียบเทียบโดยทั่วไปกับหลังผ่าตัด กรุณาให้คะแนนที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

กิจกรรม	คะแนนความสามารถในการปฏิบัติ	
	ก่อนเจ็บป่วย	หลังการผ่าตัด
<p>1. การลุกนั่งจากที่นอน หรือจากเตียงไปยังเก้าอี้</p> <p>0 คะแนน ไม่สามารถนั่งได้ หรือต้องใช้คนสองคนช่วยยกขึ้น</p> <p>1 คะแนน ต้องการความช่วยเหลืออย่างมากจึงจะนั่งได้ เช่น ต้องใช้คนที่แข็งแรงหรือมีทักษะ 1 คน หรือใช้คนทั่วไป 2 คนพยุงหรือดันขึ้นมาจึงจะนั่งอยู่ได้</p> <p>2 คะแนน ต้องการความช่วยเหลือบ้าง เช่น บอกให้ทำตาม หรือช่วยพยุงเล็กน้อย หรือต้องมีคนดูแลเพื่อความปลอดภัย</p> <p>3 คะแนน ทำได้เองทั้งหมด</p> <p>2. ใช้ห้องส้วม</p> <p>0 คะแนน ช่วยตัวเองไม่ได้เลย</p> <p>1 คะแนน ทำเองได้บ้าง (อย่างน้อยทำความสะอาดตัวเองได้หลังจากเสร็จธุระ) แต่ต้องการความช่วยเหลือในบางสิ่ง</p> <p>2 คะแนน ช่วยตัวเองได้ดี (ขึ้นนั่งและลงจากโถส้วมได้เอง, ทำความสะอาดได้เรียบร้อยหลังจากเสร็จธุระ, ถอดใส่เสื้อผ้าได้เรียบร้อย)</p> <p>3. การเคลื่อนที่หรือเดินภายในหอผู้ป่วย</p> <p>0 คะแนน เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้</p> <p>1 คะแนน ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเองให้เคลื่อนที่ได้เอง (ไม่ต้องมีคนเข็นให้) และเข้าออก มุมห้องหรือประตูได้</p> <p>2 คะแนน เดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย เช่น พยุง หรือบอกให้ทำตาม หรือต้องให้ความสนใจดูแลเพื่อความปลอดภัย</p> <p>3 คะแนน เดินหรือเคลื่อนที่ได้เอง</p> <p>4. การขึ้นลงบันได 1 ชั้น</p> <p>0 คะแนน ไม่สามารถทำได้</p> <p>1 คะแนน ต้องมีคนช่วย</p> <p>2 คะแนน ขึ้นลงได้เอง (ถ้าต้องใช้อุปกรณ์ช่วยเดิน เช่น walker จะต้องเอาขึ้นลงได้ด้วย)</p>		

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถแห่งตน ในการปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา

คำชี้แจง : กรุณาให้คะแนนคำตอบตามความคิดเห็นของท่านที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ซึ่งข้อคำถามแต่ละข้อ ถามใน 3 ประเด็น เรื่องความยุ่งยาก ความมั่นใจ และความคุ้นชินในการปฏิบัติพฤติกรรมเพื่อฟื้นฟูสภาพหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา โดยแต่ละคำตอบมีความหมาย ดังนี้

คะแนนระดับ 0 หมายถึง ท่านเชื่อมั่นว่าไม่สามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้เลย

คะแนนระดับ 1 หมายถึง ท่านเชื่อมั่นว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้เพียงเล็กน้อย

คะแนนระดับ 2 หมายถึง ท่านเชื่อมั่นว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้ปานกลาง

คะแนนระดับ 3 หมายถึง ท่านเชื่อมั่นว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้มาก

คะแนนระดับ 4 หมายถึง ท่านเชื่อมั่นว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้มากที่สุด

	ท่านคิดเห็นอย่างไรในความสามารถที่จะปฏิบัติพฤติกรรมเพื่อฟื้นฟูสภาพต่อไปนี้	คะแนนความคิดเห็น														
		ความง่ายของพฤติกรรม		ความมั่นใจในการปฏิบัติ		ความคุ้นชินในการปฏิบัติ										
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	รวม				
1	การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันด้วยตนเอง	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
2	การหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ต้องนั่งพับเพียบ หรือการนั่งยอง	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
3	การใช้อุปกรณ์ช่วยเดินอย่างถุกวิธี	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
4	การใช้อุปกรณ์ช่วยเดินทุกครั้งที่เกิดรอย้าย ตลอดเวลาที่แพทย์ยังไม่อนุญาตให้เลิกใช้	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
5	การไม่ลงน้ำหนักขาข้างที่ผ่าตัดก่อนแพทย์อนุญาต	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
6	การบริหารกล้ามเนื้อต้นขาและข้อต่างๆ ตามคำแนะนำ	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4

	คะแนนความคิดเห็น										
	ความง่ายของพฤติกรรม	ความมั่นใจในการปฏิบัติ			ความคุ้นชินในการปฏิบัติ			รวม			
		0	1	2	3	4	0		1	2	3
ท่านคิดเห็นอย่างไรในความสามารถที่จะปฏิบัติตามพฤติกรรมเพื่อฟื้นฟูสภาพต่อไป	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
7 การออกกำลังกายโดยการเกร็งกล้ามเนื้อต้นขา หรือเคลื่อนไหวข้อต่างๆในระหว่างทำกิจวัตรประจำวัน	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
8 การออกกำลังกายกล้ามเนื้อขาอย่างน้อย 10-15 ครั้ง/สัปดาห์	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
9 การออกกำลังกายกล้ามเนื้อขาโดยการเหยียดขาตรง กดเข้าแนบชิดกับพื้น เกร็งกล้ามเนื้อขาไว้และนับ 1-5 ซ้ำๆ แล้วคลาย และเริ่มใหม่ทุกครั้งที่บริหาร	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
10 การออกกำลังกายข้อสะโพก ขา และกล้ามเนื้อต้นขาโดยการนอนราบยกขาขึ้นตรงๆ ในระดับ 45-60 องศาหรืออาจถึง 90 องศา แล้วเกร็งขาไว้ นับ 1-5 อย่างช้าๆ วางขาลงแล้วเริ่มใหม่ทุกครั้ง	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
11 การบริหารข้อต่อบริเวณไหล่โดยการดึงกระดูกที่หัก โดยการหมุนขา การยกขาขึ้นลง การกางและหุบขา อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 3 รอบทุกวัน	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
12 การหยุดบริหาร หรือหยุดกิจกรรมที่กระทำอยู่ที่เมื่อรู้สึกเจ็บขา หรือข้อเท้า	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์การปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสภาพของผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา
คำชี้แจง : กรุณาให้คะแนนคำตอบที่ตรงกับความจริงของทำนองมากที่สุด โดยแต่ละคำตอบมีความหมาย ดังนี้

คะแนนระดับ 4 หมายถึง ท่านปฏิบัติพฤติกรรมนั้นมากที่สุด (ทุกวัน)

คะแนนระดับ 3 หมายถึง ท่านปฏิบัติพฤติกรรมนั้นมาก (ทุก 5-6 วัน/1 สัปดาห์)

คะแนนระดับ 2 หมายถึง ท่านปฏิบัติพฤติกรรมนั้นปานกลาง (ทุก 3-4 วัน/1 สัปดาห์)

คะแนนระดับ 1 หมายถึง ท่านปฏิบัติพฤติกรรมนั้นน้อย (ทุก 1-2 วัน/1 สัปดาห์)

คะแนนระดับ 0 หมายถึง ท่านปฏิบัติพฤติกรรมนั้นน้อยมาก หรือไม่เคยปฏิบัติเลย (ปฏิบัติ 1 วันแต่ไม่ต่อเนื่อง หรือไม่ปฏิบัติเลย)

	คะแนนการปฏิบัติพฤติกรรม				
	มากที่สุด ทุกวัน(4)	มาก ทุก5-6วัน(3)	ปานกลาง ทุก3-4วัน(2)	น้อย ทุก1-2วัน(1)	น้อยมาก ไม่ปฏิบัติ(0)
<p>ท่านปฏิบัติพฤติกรรมต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด</p> <p>ด้านการปฏิบัติกิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ท่านพยายามปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเท่าที่สามารถปฏิบัติได้ 2. ท่านหลีกเลี่ยงกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะมีผลให้เกิดการเลื่อนหลุดหรือการหักของเหล็กที่ยึดตรึงกระดูก เช่น การนั่งพับเพียบ การนั่งยอง 3. ท่านเดิน โดยใช้อุปกรณ์ช่วยเดินอย่างถูกต้อง 4. ท่านใช้อุปกรณ์ช่วยเดินทุกครั้งในการเคลื่อนย้าย ตลอดระยะเวลาที่แพทย์ยังไม่อนุญาต ให้เลิกใช้ 5. ท่านไม่ลงน้ำหนักขาข้างที่ผ่าตัดใส่เหล็กยึดตรึงกระดูกต้นขา ก่อนแพทย์อนุญาต 					

	คะแนนการปฏิบัติพฤติกรรม				
	มากที่สุด ทุกวัน(4)	มาก ทุก5-6วัน(3)	ปานกลาง ทุก3-4วัน(2)	น้อย ทุก1-2วัน(1)	น้อยมาก ไม่ปฏิบัติ(0)
<p>ท่านปฏิบัติพฤติกรรมต่อไปนี้ไปมากน้อยเพียงใด</p> <p>ด้านการออกกำลังกาย</p> <p>6. ท่านบริหารกล้ามเนื้อต้นขาและข้อต่างๆ ตามที่ได้รับคำแนะนำจากแพทย์หรือพยาบาลตามกำหนดทุกครั้ง</p> <p>7. ท่านออกกำลังกาย เช่น การเกร็งกล้ามเนื้อ หรือเคลื่อนไหวข้อต่างๆ ในระหว่างการทำกิจวัตรประจำวัน</p> <p>8. ท่านออกกำลังกายอย่างน้อย 10-15 ครั้ง/ชั่วโมง</p> <p>9. ท่านออกกำลังกายโดยการเหยียดขาตรง กดเข้าแบบชิดกับพื้น เกร็งกล้ามเนื้อขาไว้และนับ 1-5 ซ้ำๆ แล้วคลาย และเริ่มใหม่ ทุกครั้งที่บริหาร</p> <p>10. ท่านออกกำลังกายข้อสะโพก ขา และกล้ามเนื้อต้นขา โดยการนอนร่ายขาขึ้นตรง ๆ ในระดับ 45-60 องศาหรือจนถึง 90 องศา แล้วเกร็งขาไว้ นับ 1-5 ซ้ำๆ วางขาลงแล้วเริ่มใหม่ ทุกครั้ง</p> <p>11. ท่านบริหารข้อต่อบริเวณไหล่โดยการกระดุกที่หัก โดยขยับทุกทิศทางของการเคลื่อนไหว อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 3 รอบ ทุกวัน</p> <p>12. ท่านจะหยุดการบริหาร หรือกิจกรรมที่ทำอยู่ที่นั่นเมื่อท่านรู้สึกเจ็บขาหรือข้อเข่า</p>					

ส่วนที่ 4 แบบบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกายของผู้ป่วยสูงอายุหลังผ่าตัดยึดตรึงกระดูกต้นขา
คำชี้แจง : การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อดูการทำหน้าที่ของร่างกายภายหลังการผ่าตัด ซึ่งทดสอบด้วย 3 วิธี ที่ท่านปฏิบัติ คือ การยืนทรงตัว 10 วินาที การลุกนั่งเก้าอี้ 5 ครั้ง และการเดินในระยะ 3 เมตร และผู้วิจัยจับเวลาเป็นวินาทีที่ท่านสามารถปฏิบัติได้ และให้คะแนนสมรรถภาพทางกายของท่านซึ่งมีเกณฑ์ ดังนี้

1. ด้านความสมดุลของร่างกาย ทดสอบด้วยการยืนทรงตัว 10 วินาที

ลักษณะการทดสอบความสมดุลของการยืน ให้คะแนนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

ไม่สามารถยืนเองได้เลย	ให้ 0 คะแนน
ยืนได้เองแต่ไม่มั่นคง	ให้ 1 คะแนน
สามารถยืนได้เองอย่างมั่นคง < 3 วินาที	ให้ 2 คะแนน
สามารถยืนได้เองอย่างมั่นคง 3 – 9 วินาที	ให้ 3 คะแนน
สามารถยืนได้เองอย่างมั่นคง 10 วินาที	ให้ 4 คะแนน

ผลการทดสอบ.....คะแนน

2. ด้านความแข็งแรงทนทานของกล้ามเนื้อ โดยการลุกนั่งเก้าอี้ 5 ครั้ง

ลักษณะการทดสอบความแข็งแรงทนทานของกล้ามเนื้อ ให้คะแนนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

ไม่สามารถทำได้	ให้ 0 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา ≥ 16.7 วินาที	ให้ 1 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา 13.7 – 16.6 วินาที	ให้ 2 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา 11.2 – 13.6 วินาที	ให้ 3 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา ≤ 11.1 วินาที	ให้ 4 คะแนน

ผลการทดสอบ.....คะแนน

3. ด้านความทนทานของระบบหายใจและไหลเวียน โดยการเดิน 3 เมตร

ลักษณะการทดสอบความทนทานของระบบหายใจและไหลเวียน ให้คะแนนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

ไม่สามารถทำได้	ให้ 0 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา ≥ 0.46 เมตร/วินาที	ให้ 1 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา 0.47 – 0.64 เมตร/วินาที	ให้ 2 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา 0.65 – 0.82 เมตร/วินาที	ให้ 3 คะแนน
ทำได้ใช้เวลา ≤ 0.83 เมตร/วินาที	ให้ 4 คะแนน

ผลการทดสอบ.....คะแนน

ภาคผนวก ก

ตารางวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม

ตาราง ก

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความสามารถในการปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูสภาพของ
กลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นรายด้านและ โดยรวม (N=88)

การรับรู้ความสามารถในการ ปฏิบัติ เพื่อฟื้นฟูสภาพ	ความ ยากง่าย	ความ มั่นใจ	ความ คุ้นชิน	โดยรวม	
	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)	ระดับ
การรับรู้ความสามารถแห่งตน	2.43(0.64)	2.61(0.67)	2.39(0.63)	2.48(0.64)	ปานกลาง
ด้านการปฏิบัติกิจกรรม	2.34(0.75)	2.53(0.76)	2.37(0.71)	2.42(0.73)	ปานกลาง
ด้านการออกกำลังกาย	2.52(0.70)	2.71(0.73)	2.46(0.67)	2.56(0.68)	ปานกลาง

ภาคผนวก ง

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

1. นายแพทย์สุนทร บุญศิริ
ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์
2. รองศาสตราจารย์ ดร.สุนุตตรา ตะบูนพงศ์
ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพลินพิศ ฐานิวัฒนานนท์
ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
4. ดร.วิภา แซ่เซี้ย
ภาควิชาการพยาบาลศัลยศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
5. คุณพนิดา ชุสุวรรณ
พยาบาลวิชาชีพ 7 ผู้เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลออร์โธปิดิกส์
หอผู้ป่วยศัลยกรรมกระดูกชาย โรงพยาบาลสงขลา