

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของสตรีมะเร็งเต้านมภายหลังผ่าตัด

วัน เดือน ปี ที่เก็บข้อมูล สถานที่เก็บข้อมูล

วัน เดือน ปี ที่ผู้ป่วยได้รับการผ่าตัด ระยะของโรค

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของสตรีมะเร็งเต้านม

คำชี้แจง ขอให้ท่าน ตอบแบบสอบถาม โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง ตรงตามความเป็นจริงและ กรณีที่เป็นช่องว่างให้ท่านเติมข้อความในช่องว่าง หรือระบายละเอียดในช่องว่างด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

สำหรับผู้วิจัย

- | | | | | |
|--|--|--|----------------------------------|--------------------------|
| 1. อายุ ปี | | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. ศาสนา | 1. <input type="checkbox"/> พุทธ | 2. <input type="checkbox"/> คริสต์ | | <input type="checkbox"/> |
| | 3. <input type="checkbox"/> อิสลาม | 4. <input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ | | |
| 3. สถานภาพสมรส | 1. <input type="checkbox"/> โสด | 2. <input type="checkbox"/> คู่ | 3. <input type="checkbox"/> ม่าย | <input type="checkbox"/> |
| 4. ประวัติการตั้งครรภ์ คน | | บุตร คน | | <input type="checkbox"/> |
| 5. ระดับการศึกษา | | | | <input type="checkbox"/> |
| 1. <input type="checkbox"/> ไม่ได้รับการศึกษา | | 2. <input type="checkbox"/> ประถมศึกษา | | |
| 3. <input type="checkbox"/> มัธยมศึกษา | | 4. <input type="checkbox"/> อนุปริญญาหรือเทียบเท่า | | |
| 5. <input type="checkbox"/> ปริญญาตรี | | 6. <input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรี | | |
| 6. อาชีพ/แหล่งรายได้หลัก | | | | <input type="checkbox"/> |
| 1. <input type="checkbox"/> รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ | 2. <input type="checkbox"/> เกษตรกร | 3. <input type="checkbox"/> แม่บ้าน | | |
| 4. <input type="checkbox"/> ค้าขาย | 5. <input type="checkbox"/> รับจ้าง | 6. <input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ | | |
| 7. แหล่งช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาล | | | | <input type="checkbox"/> |
| 1. <input type="checkbox"/> เบิกค่ารักษาพยาบาลได้ | 2. <input type="checkbox"/> จ่ายค่ารักษาเอง | | | |
| 3. <input type="checkbox"/> สังคมสงเคราะห์ | 4. <input type="checkbox"/> บัตรประกันสุขภาพ | | | |
| 5. <input type="checkbox"/> บริการค่ารักษา 30 บาท | 6. <input type="checkbox"/> ประกันสังคม | | | |
| 7. <input type="checkbox"/> สวัสดิการประชาชนด้านการรักษา | | | | |
| 8. <input type="checkbox"/> กองทุนสวัสดิการชุมชน | | | | |
| 9. <input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ | | | | |

8. ส่วนใหญ่ สภาพเศรษฐกิจในครอบครัวในระยะ 12 เดือนที่ผ่านมา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
1. ไม่พอออม
 2. สามารถเก็บออมได้

9. การได้รับข้อมูลหรือคำแนะนำเกี่ยวกับมะเร็งเต้านมและการดูแลในเรื่องต่างๆ ต่อไปนี้จากใครบ้าง

คำแนะนำเกี่ยวกับมะเร็งเต้านม เรื่อง	แหล่งข้อมูลที่ได้รับจาก						แสวงหา ด้วยตนเอง		ยังไม่เคยได้รับ หรือไม่เคย ค้นเอง (0)
	แพทย์		พยาบาล		บุคคลากรอื่น		มาก (1)	น้อย (0)	
	มาก (1)	น้อย (0)	มาก (1)	น้อย (0)	มาก (1)	น้อย (0)			
9.1 โรคและการดูแลสุขภาพภาย หลังผ่าตัด									<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.2 การรับประทานอาหารที่ เฉพาะ									<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.3 การตรวจเต้านมด้วยตนเอง									<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.4 การลดหรือหลีกเลี่ยงปัจจัย เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง ระบุ									<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.5 การปรับตัวต่อความเครียด									
9.6 การรักษาด้วยวิธีอื่นๆ ร่วม นอกเหนือจากในโรงพยาบาล ระบุ									<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

10. การได้รับความช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัวหรือญาติ
1. มี (ระบุลักษณะความช่วยเหลือที่ได้รับ.....)
 2. ไม่มี
11. ระยะเวลาที่ผู้ป่วยทราบว่าเป็นโรคนี้นับถึงปัจจุบัน (เดือน/ปี)
12. ระยะของโรคที่เป็นตามการรับรู้ของผู้ป่วย
1. ระยะที่ 1
 2. ระยะที่ 2
 3. ระยะที่ 3
 4. ระยะที่ 4
 5. ไม่ทราบ
13. การรับรู้ภาวะสุขภาพในปัจจุบันตามการประเมินของท่าน
1. แข็งแรงมาก
 2. แข็งแรงปานกลาง
 3. ไม่แข็งแรง (ระบุเหตุผล
14. วิธีการรักษาที่เคยได้รับ ตั้งแต่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลจนถึงปัจจุบัน (ไม่รวมแสวงหาเอง)
1. ผ่าตัด
 2. ผ่าตัด + เคมีบำบัด
 3. ผ่าตัด + เคมีบำบัด + รังสีรักษา
 4. ผ่าตัด + เคมีบำบัด + ฮอโมน

15. ภายหลังจากที่ท่านกลับจากโรงพยาบาลอาการที่ปรากฏและก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานมีอะไรบ้าง
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

□□□□□

□□□□□

1. คลื่นไส้ อาเจียน2. อ่อนเพลีย3. รับประทานอาหารไม่ได้4. นอนไม่หลับ5. ปวดแผลหรือปวดเต้านม6. ผม่วาง7. สิว เล็บคล้ำ ดำ8. ความต้านทานโรคต่ำ9. เยื่อช่องปากอักเสบ10. อื่นๆ ระบุ

16. อาการที่ปรากฏและยังคงมีอยู่ต่อเนื่องถึงปัจจุบันคืออะไร

.....

□

17. ในปัจจุบันท่านต้องเผชิญกับอาการอะไรบ้างที่มีความรุนแรงที่สุด

.....

□

18. ยาที่ได้รับในปัจจุบัน

.....

□

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมในสตรีระยะเริ่มต้นภายหลังจากผ่าตัด ให้ท่านเลือกคำตอบตรงกับข้อความที่ท่านปฏิบัติมากที่สุด

คำชี้แจง การให้ความหมายค่าในช่องที่ท่านตอบ ดังต่อไปนี้

ไม่ปฏิบัติ หมายถึง ท่านคิดว่าข้อความในประโยคนั้นไม่มีความสำคัญมากจึงไม่ได้ปฏิบัติ

ปฏิบัติไม่สม่ำเสมอ หมายถึง ท่านคิดว่าข้อความในประโยคนั้นมีความสำคัญไม่มาก จึงปฏิบัติตามข้อความในประโยคนั้นเป็นบางครั้งบางคราว

ปฏิบัติสม่ำเสมอ หมายถึง ท่านคิดว่าข้อความในประโยคนั้น มีความสำคัญมาก จึงปฏิบัติเป็นประจำ ทำทุกวัน ทำทุกครั้ง

ตัวอย่างเช่น ข้อ 3 เมื่อออกนอกบ้าน ท่านมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงการแต่งกาย จากเดิมที่เคยสวมใส่ เช่น เสื้อผ้า ผอม ถ้าท่านปฏิบัติสม่ำเสมอทุก ๆ วัน ทำทุกครั้ง

ให้ท่านขีดเครื่องหมาย / ลงในช่องปฏิบัติสม่ำเสมอ คือ ในช่องเลข 2 และระบุรายละเอียดให้ท่านระบุ เช่นว่า ไม่ใส่เสื้อรัดรูป ใส่วิก ช่องระบุเหตุผล

ของการปฏิบัติ เช่นว่า กลัวคนเห็นความผิดปกติของเต้านมและผมที่ร่วง

ข้อความ	ไม่ปฏิบัติ (0)	ปฏิบัติไม่ สม่ำเสมอ (1)	ปฏิบัติ สม่ำเสมอ (2)	รายละเอียด การปฏิบัติที่เป็นจริง	ระบุเหตุผลของการปฏิบัติ หรือผลการปฏิบัติ
การดูแลสุขภาพด้านกาย					
หมวดที่ 1 การดูแลสุขภาพและบรรเทาอาการ เพื่อให้ร่างกาย แข็งแรง					
1. เมื่อออกนอกบ้านท่านดูแลเต้านมข้างที่ผ่าตัดให้เหมือนเดิม โดย การเสริมแต่ง					
2. เมื่อออกนอกบ้าน ท่านมีการปรับเปลี่ยนการแต่งกายเรื่องเสื้อ ชั้นในจากเดิมที่เคยสวมใส่ เช่น เสื้อชั้นใน					
3. เมื่อออกนอกบ้าน ท่านมีการปรับเปลี่ยนการแต่งกายเรื่องเสื้อผ้า จากเดิมที่เคยสวมใส่ เช่น เสื้อผ้า และทรงผม					
4. ท่านไม่ยกของหนัก					
5. ท่านรับประทานอาหารพวกเนื้อสัตว์ลดลงจากเดิม					



ข้อความ	ไม่ปฏิบัติ (0)	ปฏิบัติไม่ สม่ำเสมอ (1)	ปฏิบัติ สม่ำเสมอ (2)	รายละเอียด การปฏิบัติที่เป็น จริง	ระบุเหตุผลของการปฏิบัติ หรือผลการปฏิบัติ
6. ท่านรับประทานผักเพิ่มขึ้น					
7. ท่านรับประทานอาหารพวกผลไม้เพิ่มขึ้นจากเดิม					
8. ท่านรับประทานเครื่องดื่มเพิ่มขึ้น เช่น น้ำ น้ำมะพร้าว น้ำหวาน น้ำอ้อย น้ำตาลสด น้ำเต้าหู้					
9. ท่านได้พักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอกับความต้องการ					
10. ท่านออกกำลังกายเพิ่มขึ้นจากเดิมไม่เคยออกกำลังกายตามปกติ หมวดที่ 2 การป้องกันเพื่อลดภาวะเสี่ยงและการเกิดโรคแทรก ซ้อน					
11. ท่านหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารหมักดอง					
12. ท่านหลีกเลี่ยง การรับประทานอาหารปิ้ง ย่าง ที่ไหม้เกรียม					
13. ท่านหลีกเลี่ยงรับประทานอาหารที่มีเชื้อรา					
14. ท่านหลีกเลี่ยงการแกะ เกา หรือวางสิ่งแปลกปลอมลงบนเต้านม					
15. ท่านบริหารแขนข้างที่ทำการผ่าตัด					
16. ท่านลดการใช้แขนข้างที่ทำการผ่าตัด					
17. ท่านตรวจเต้านมข้างที่ไม่ได้ผ่าตัดด้วยตนเอง เดือนละครั้ง					
18. ท่านมาพบแพทย์ เมื่อพบความผิดปกติ เช่น ปวดแผล แผลบวม ชาแขน					



ข้อความ	ไม่ปฏิบัติ (0)	ปฏิบัติไม่ สม่ำเสมอ (1)	ปฏิบัติ สม่ำเสมอ (2)	รายละเอียด การปฏิบัติที่ เป็นจริง	ระบุเหตุผลของการปฏิบัติ หรือผลการปฏิบัติ
การดูแลด้านจิตใจ					
19. ท่านเผชิญหน้ากับปัญหา ไม่ยอมแพ้ต่อความเจ็บป่วย					
20. ท่านพยายามมองการเจ็บป่วยในแง่ดีว่าสามารถจัดการได้					
21. ท่านสามารถคลายและควบคุมความวิตกกังวลได้					
22. ท่านยอมรับการสูญเสียด้านมเพื่อพิชิตมะเร็งไปโดยไม่กังวลได้					
23. ท่านรู้สึกมีขวัญและกำลังใจในชีวิต					
24. ท่านปฏิบัติกิจกรรมแต่ละวันอย่างมีสติ					
25. ท่านพยายามปรับอารมณ์ตนเองให้ดีขึ้น					
26. ท่านหลีกเลี่ยงสิ่งที่ทำให้รู้สึกเครียด					
การดูแลด้านสังคม					
27. ท่านได้รับการดูแลช่วยเหลือจากคนในครอบครัว					
28. ท่านพบปะกับเพื่อนร่วมงานเช่นเดิม					
29. ท่านมีความใกล้ชิดและเพศสัมพันธ์กับคู่สมรสตามปกติ					
30. ท่านเข้าร่วมงานในสังคมตามปกติ					
31. ท่านพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ความรู้เกี่ยวกับโรคนี					
32. ท่านสามารถทำงานในอาชีพเดิมได้ตามปกติ					
33. ท่านสามารถทำกิจวัตรประจำวันได้เหมือนเดิม					
34. ท่านและครอบครัวสามารถรับผิดชอบค่าใช้จ่ายทั้งหมดและค่า เดินทางในการรักษาได้					



ข้อความ	ไม่ปฏิบัติ (0)	ปฏิบัติไม่ สม่ำเสมอ (1)	ปฏิบัติ สม่ำเสมอ (2)	รายละเอียด การปฏิบัติที่เป็น จริง	ระบุเหตุผลของการ ปฏิบัติ หรือผลการปฏิบัติ
การดูแลด้านจิตวิญญาณ					
35. ท่านมีความมุ่งมั่นในการดูแลสุขภาพตนเอง					
36. ท่านมีพลังจิตในตัวเอง หวังว่าจะหายจากโรค					
37. ท่านเพิ่มพลังจิตโดยตั้งจิตอธิษฐาน/ภาวนา/ขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์					
38. ท่านได้รับความรักห่วงใยเอื้ออาทรจากคนใกล้ชิดเป็นพลังจิตในการดูแลสุขภาพของท่าน					
39. ท่านมีความหวังในการมีชีวิตอยู่เพื่ออนาคต					
40. ท่านมีเป้าหมายในการมีชีวิตอยู่					
41. ท่านทำพิธีกรรมทางศาสนาหรือฟังปาฐกถายึดเหนี่ยวทางศาสนา เช่น สวดมนต์ อ่านหนังสือทางศาสนา ฟังธรรมะ ปลงอนิจจัง ฝึกจิตใจให้สงบ ทำสมาธิ ไปวัด ไปมัสยิด ไปโบสถ์					
42. ท่านให้อภัยแก่คนอื่นเมื่อทำไม่ถูกใจท่าน					

ท่านต้องการข้อมูล ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับ.....

ท่านต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมเกี่ยวกับ.....

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแล
สุขภาพแบบองค์รวมของสตรีภายหลังผ่าตัดมะเร็งเต้านม

1. นายแพทย์วิระพัฒน์ เจริญธรรมทรศน์ นายแพทย์ 7 กลุ่มงานเวชกรรมสังคม
โรงพยาบาลหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา
2. ดร. อุไร หัตถกิจ ภาควิชาการพยาบาลเบื้องต้น คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพียว เกษตรสมบูรณ์ ภาควิชาการพยาบาลเบื้องต้น
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พัชรียา ไชยลังกา ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะพยาบาล
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
5. คุณจันทร์ฉาย แซ่ตั้ง พยาบาลวิชาชีพ 7 หัวหน้าหอผู้ป่วยศัลยกรรมหญิง
โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา

ภาคผนวก ค

การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล

สวัสดีค่ะ ดิฉัน ศิริไท พุกษะศรี เป็นนักศึกษาพยาบาลปริญญาโท หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ขณะนี้กำลังทำวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพองค์รวมของสตรีมะเร็งเต้านมภายหลังผ่าตัด เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการให้การพยาบาลช่วยเหลือ และส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพองค์รวมของสตรีมะเร็งเต้านมภายหลังผ่าตัดที่ถูกต้อง จึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถาม

ถ้าคุณ.....ยินดีเข้าร่วมในการวิจัย ดิฉันขอความร่วมมือให้คุณตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของสตรีมะเร็งเต้านมภายหลังผ่าตัดข้อมูลทั้งหมดที่คุณตอบจะถูกเก็บเป็นความลับและนำมาใช้เพื่อประโยชน์ในการพยาบาลผู้ป่วยต่อไป หากคุณมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้ ดิฉันยินดีอธิบายให้คุณเข้าใจ คุณมีสิทธิที่จะตอบรับหรือตอบปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้และถึงแม้คุณยินยอมเข้าร่วมการวิจัยแล้ว คุณก็ยังมีสิทธิที่จะขอยกเลิกการ เข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลาตามที่คุณต้องการ โดยไม่มีผลกระทบต่อการรักษาพยาบาลที่คุณได้รับใด ๆ ทั้งสิ้น คุณจะยินดีเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ไหมคะ ขอขอบคุณที่ท่านให้ความร่วมมือในครั้งนี้ค่ะ

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ลงชื่อ.....

(นางศิริไท พุกษะศรี)

ผู้วิจัย