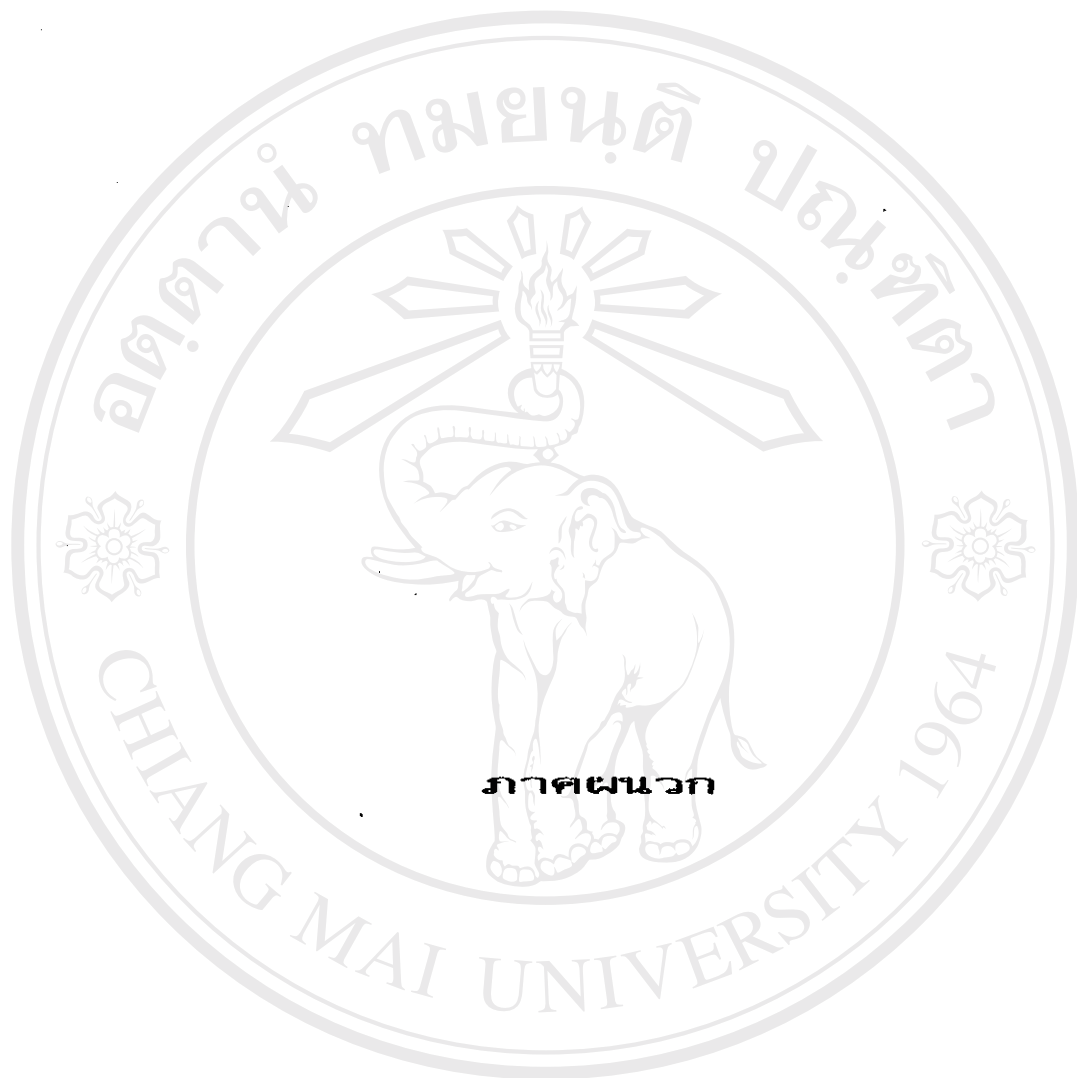




ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์

คำชี้แจง แบบบันทึกการสัมภาษณ์ฉบับนี้ใช้เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความวิตกกังวล ภาวะสุขภาพ และปัญหาของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ซึ่งจะดำเนินการสัมภาษณ์ และเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเอง

ข้อมูลทั่วไป

ชื่อ.....นามสกุล.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ ☐ 60-69 ปี
☐ 70-79 ปี
☐ 80 ปีขึ้นไป
3. สถานภาพสมรส ☐ โสด ☐ คู่
☐ หม้าย ☐ หย่า / แยกกันอยู่
4. การศึกษา ☐ ไม่ได้เรียน
☐ อ่านออกเขียนได้
☐ ต่ำกว่าชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
☐ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
☐ อื่น ๆ โปรดระบุ.....
5. ศาสนา ☐ พุทธ ☐ คริสต์
☐ อิสลาม ☐ อื่น ๆ ระบุ.....
6. ระยะเวลาในการอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราปี

7. ปัญหาของผู้สูงอายุ

7.1 ขณะที่อยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ์ ท่านมีปัญหาหรือไม่

() ไม่มี

() มี

7.2 ในกรณีที่ท่านมีปัญหา ปัญหาที่เกิดขึ้นมีในเรื่องใดบ้าง.....

.....

.....

.....

.....

7.3 ท่านคิดว่าปัญหาเรื่องใดสำคัญที่สุด หรือมีผลกระทบต่อตัวท่านมากที่สุด.....

.....

.....

เพราะเหตุใด.....

.....

.....

7.4 อะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้ท่านเกิดปัญหาเหล่านั้น.....

.....

.....

7.5 เมื่อเกิดปัญหาเหล่านั้นขึ้น ท่านทำอย่างไรบ้าง หรือปรึกษาใคร.....

.....

.....

8. ปัจจุบันท่านมีญาติพี่น้อง หรือ คนใกล้ชิด มาเยี่ยมบ้างหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีความสัมพันธ์กับท่านอย่างไร.....

.....

.....

.....

.....

แบบสัมภาษณ์ ความวิตกกังวล

ส่วนที่ 1 แบบวัดความวิตกกังวล

ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ แสดงออก	1 ไม่เป็นเลย หรือเป็น น้อยครั้ง	2 เป็นบางเวลา หรือบางครั้ง	3 เป็นค่อนข้าง บ่อยครั้ง	4 เป็นเกือบหรือ ตลอดเวลา
1. มีความรู้สึกว่าตื่นเต้นกระวน กระวายมากกว่าปกติ				
2. มีความรู้สึกกลัวหรือกังวล โดยไม่มีสาเหตุ				
3. มีความรู้สึกว่าตกใจง่ายหรือ ตื่นตระหนก				
4. มีความรู้สึกวูบเหมือนตก จากที่สูง				
5. มีความรู้สึกว่าจะไร้มันเรียบ ร้อยดีและไม่มีเรื่องน่า วิตกเกิดขึ้น				

ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ แสดงออก	1 ไม่เป็นเลย หรือเป็น น้อยครั้ง	2 เป็นบางเวลา หรือบางครั้ง	3 เป็นค่อนข้าง บ่อยครั้ง	4 เป็นเกือบหรือ ตลอดเวลา
6. เคยมีความรู้สึกว่าแขนขา ลั่นสะท้าน				
7. เคยมีความรู้สึกว่าไม่สบาย เพราะปวดศีรษะ ปวดคอ ปวดหลัง				
8. มีความรู้สึกว่าอ่อนเพลีย				
9. มีความรู้สึกว่าจิตใจสงบ				
10. มีความรู้สึกว่าใจสั่น				
11. มีความรู้สึกว่าเวียนศีรษะ				
12. มีความรู้สึกว่าเป็นลม				
13. มีความรู้สึกว่าหายใจเข้า และออกได้สบาย				

ความรู้สึกรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ แสดงออก	1 ไม่เป็นเลย หรือเป็น น้อยครั้ง	2 เป็นบางเวลา หรือบางครั้ง	3 เป็นค่อนข้าง บ่อยครั้ง	4 เป็นเกือบหรือ ตลอดเวลา
14. เคยมีความรู้สึกกว่าชาเสียว แปลกคันมือ นิ้วเท้า				
15. เคยมีความรู้สึกว่าไม่สบาย ปวดท้องหรือคลื่นไส้				
16. มีความรู้สึกว่ามีสภาวะบ่อย กว่าปกติ				
17. มีความรู้สึกว่ามีเหงื่อและ ร้อน				
18. มีความรู้สึกว่ามีน้ำร้อน วูบวาบ				
19. มีความรู้สึว่าหลับง่ายและหลับ ได้สบายตลอดคืน				
20. เคยฝันร้าย				

แบบสัมภาษณ์ภาวะสุขภาพ

ส่วนที่ 1 : แบบประเมินสุขภาพ

1. สภาพผิวหนัง () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
2. สภาพการได้ยิน () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
3. สภาพการมองเห็น () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
4. ระบบหายใจ () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
5. ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
6. ระบบไหลเวียนโลหิต () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
7. ระบบทางเดินอาหาร () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
8. ระบบประสาท () ดี
() ไม่ดี ระบุ.....
9. ความดันโลหิต.....มิลลิเมตรปรอท
10. ดัชนีความหนาแน่นของร่างกาย (body mass index : BMI)กก./ม²

ส่วนที่ 2 : แบบวัดภาวะสุขภาพ

คำถามส่วนที่ 1

1. น้ำหนัก.....กิโลกรัม
2. ส่วนสูง.....เซนติเมตร

3. ขณะนี้ท่านมีปัญหาสุขภาพอะไรบ้าง.....

 4. ท่านมีปัญหาสุขภาพอะไรบ่อยที่สุด.....

 5. อะไรเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาสุขภาพเหล่านั้น.....

 6. เมื่อเกิดปัญหาสุขภาพ (โรค หรือ ความเจ็บป่วย) กับท่าน ท่านรู้สึกอย่างไรบ้าง.....

 7. เมื่อเกิดปัญหาสุขภาพขึ้น ทำให้มีผลกระทบต่อตัวท่านอย่างไรบ้าง.....

 8. เมื่อเกิดปัญหาสุขภาพ ท่านทำอย่างไรบ้าง.....

 9. ก่อนอายุ 60 ปี ท่านมีปัญหาสุขภาพอะไรบ้าง.....

 10. ใน 6 เดือนที่ผ่านมา ท่านหยุดงานหรือต้องหยุดพักเนื่องจากเจ็บป่วย.....วัน
 11. ปัจจุบันท่านเข้านอนเวลา.....น. ตื่นนอนเวลา.....น.
 12. ท่านมีปัญหาเกี่ยวกับการนอนหลับหรือไม่ อย่างไร (เช่น นอนหลับยาก หลับยาก การใช้นอนหลับ)

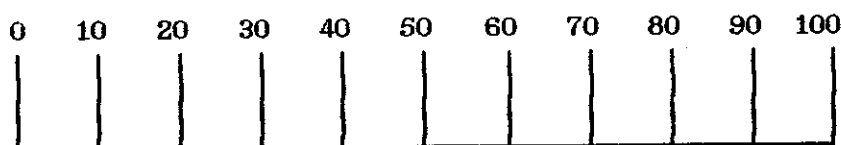
 13. ท่านนอนหลับเวลากลางวัน วันละ.....ชั่วโมง

14. โดยปกติในวันหนึ่ง ๆ ท่านใช้เวลาในการออกกำลังกาย เช่น วิ่งเหยาะ ๆ เดินเร็ว รำมวยจีน ฝึกกายบริหาร และอื่น ๆ วันละ.....ชั่วโมง
15. ปกติ ท่านออกกำลังกายสัปดาห์ละ.....ครั้ง
16. ปกติ ท่านดื่มน้ำวันละ.....แก้ว
17. ปกติ ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์ สัปดาห์ละ.....ครั้ง
18. ท่านดื่มเครื่องดื่มในข้อ 11 วันละ.....แก้ว
19. ปกติ ท่านสูบบุหรี่วันละ.....มวน
20. ท่านถ่ายปัสสาวะวันละ.....ครั้ง
21. ท่านถ่ายอุจจาระวันละ.....ครั้ง
22. ท่านมีปัญหาเกี่ยวกับการขับถ่ายอุจจาระ และ / หรือ ปัสสาวะ (เช่น ท้องผูก ถ่ายอุจจาระลำบาก การไต่ยาระบาย ปัสสาวะเล็ด กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ฯลฯ) หรือไม่ อย่างไร.....
.....
23. ในวันหนึ่ง ๆ ท่านใช้เวลาอยู่คนเดียวเงียบ ๆ ทำกิจกรรมด้วยตนเองวันละ.....ชั่วโมง
24. ในวันหนึ่ง ๆ ท่านใช้เวลาอยู่กับผู้อื่น เช่น เพื่อน วันละ.....ชั่วโมง
25. ท่านคิดว่าสิ่งที่เป็นโทษหรือสิ่งที่ก่อกวนรบกวนต่อสุขภาพของท่านมีอะไรบ้าง.....
.....

คำถามส่วนที่ 2

แต่ละข้อต่อไปนี้ เป็นข้อความที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพและการพักผ่อน โดยทั่วไปตามความรู้สึกของผู้สูงอายุ

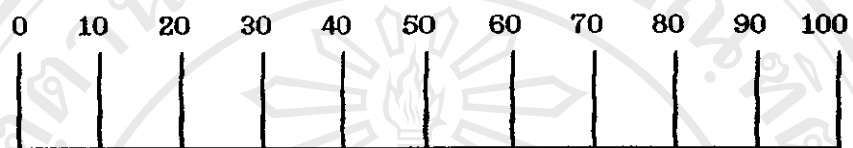
26. ในขณะนี้ ท่านคิดว่าสุขภาพของท่านดีเพียงใด



สุขภาพไม่ดีเลย

สุขภาพดีมาก

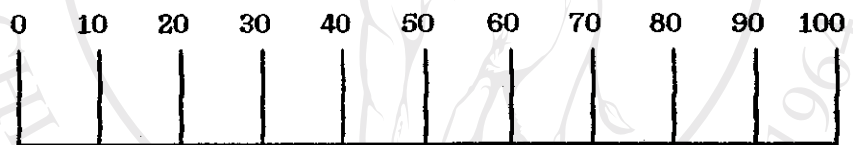
27. ในช่วงเวลาที่ผ่านมา ท่านคิดว่าสุขภาพของท่านดีเพียงใด



สุขภาพไม่ดีเลย

สุขภาพดีมาก

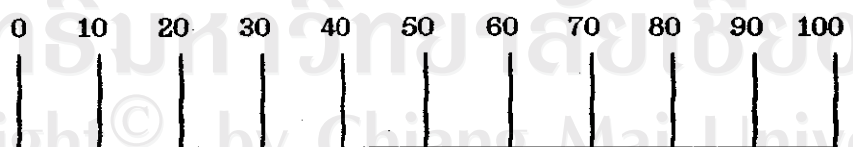
28. ขณะนี้ ท่านพึงพอใจกับภาวะสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด



ไม่พึงพอใจเลย

พึงพอใจอย่าง
เต็มที่

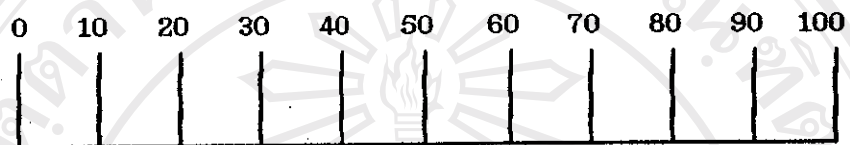
29. ท่านคิดว่าระบบทางเดินหายใจของท่านทำงานดีเพียงใด



ไม่ดีเลย

ดีมาก

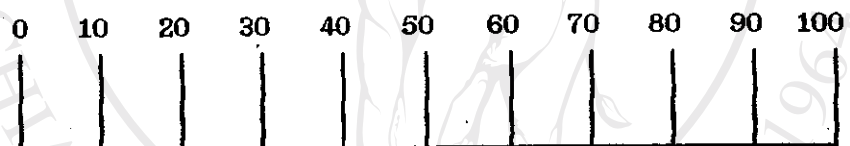
30. ท่านคิดว่าระบบขับถ่ายปัสสาวะของท่านทำงานดีเพียงใด



ไม่ดีเลย

ดีมาก

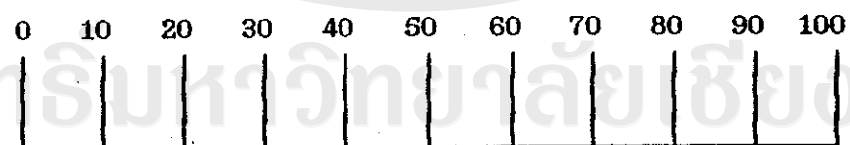
31. ท่านคิดว่าระบบขับถ่ายอุจจาระของท่านทำงานดีเพียงใด



ไม่ดีเลย

ดีมาก

32. ท่านแบ่งเวลาระหว่างการพักผ่อนและการทำงานได้เหมาะสมเพียงใด



ไม่เหมาะสม

เหมาะสมมาก

ที่สุด

33. หลังจากท่านได้นอนพักผ่อน ท่านรู้สึกได้พักผ่อนน้อยเพียงใด

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100

ไม่เพียงพอเลย เพียงพออย่างเต็มที่

34. ท่านแบ่งเวลาระหว่างการอยู่คนเดียวกับการอยู่ด้วยผู้อื่น ได้เหมาะสมเพียงใด

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100

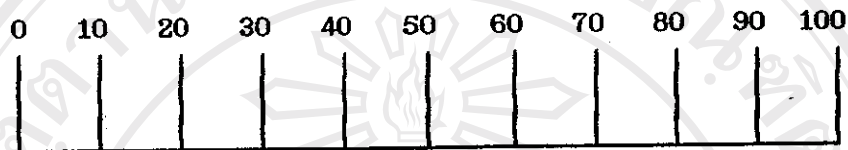
ไม่เหมาะสม เหมาะสมมากที่สุด

35. ท่านหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่เป็นโทษหรือสิ่งที่ก่ออันตรายต่อสุขภาพของท่าน ได้มากน้อยเพียงใด

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100

หลีกเลี่ยงไม่ได้ หลีกเลี่ยงได้มากที่สุด

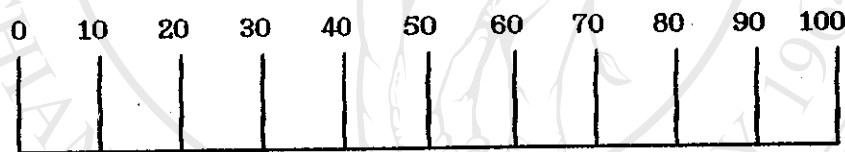
36. ขณะนี้ท่านสามารถทำงาน ได้กี่เปอร์เซ็นต์เมื่อเปรียบเทียบกับสมัยที่ท่านยังแข็งแรงอยู่



เปอร์เซ็นต์

เปอร์เซ็นต์

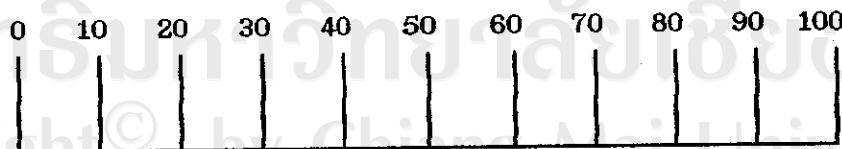
37. ในขณะนี้ท่านสามารถทำงานอดิเรกหรือทำกิจกรรมสังคมภายนอกได้กี่เปอร์เซ็นต์ เมื่อเปรียบเทียบกับสมัยที่ท่านยังแข็งแรงอยู่



เปอร์เซ็นต์

เปอร์เซ็นต์

38. ในปัจจุบันนี้ ท่านคิดว่าท่านมีสุขภาพสมบูรณ์ได้กี่เปอร์เซ็นต์



เปอร์เซ็นต์

เปอร์เซ็นต์

39. ในปัจจุบันนี้ ท่านรับประทานอาหารครบหลักโภชนาการและเหมาะสมกับวัยกี่เปอร์เซ็นต์

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100

เปอร์เซ็นต์

40. ในปัจจุบันนี้ ท่านคิดว่าการไปตรวจร่างกายประจำปีมีความจำเป็นต่อท่านกี่เปอร์เซ็นต์

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100

เปอร์เซ็นต์

ภาคผนวก ข
สถิติต่าง ๆ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าเฉลี่ย (mean)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

เมื่อ $\bar{X}$ คือ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลหรือคะแนนภาวะสุขภาพของประชากร

$\sum X$ คือ ผลรวมของคะแนนความวิตกกังวลหรือคะแนนภาวะสุขภาพของประชากรทั้งหมด

n คือ ขนาดของประชากร

2. ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)

$$S.D. = \frac{\sum X^2 - (\sum X)^2 / n}{n}$$

เมื่อ S.D. คือ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$\sum X$ คือ ผลรวมของคะแนนความวิตกกังวลหรือคะแนนภาวะสุขภาพของประชากรทั้งหมด

$\sum X^2$ คือ ผลรวมของคะแนนความวิตกกังวลหรือคะแนนภาวะสุขภาพของประชากรแต่ละคนยกกำลังสอง

n คือ ขนาดของประชากร

3. สูตรหาความเชื่อมั่นตามวิธีของครอนบาค (Cronbach)

$$\alpha = \left[\frac{n}{n-1} \right] \left[1 - \frac{\sum S_1^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ α คือ ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น

n คือ จำนวนข้อของแบบสัมภาษณ์

$\sum S_1^2$ คือ ผลรวมของความแปรปรวนของคะแนนในแบบสัมภาษณ์รายข้อ

S_t^2 คือ ความแปรปรวนของคะแนนในแบบสัมภาษณ์ทั้งฉบับ

4. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient)

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

เมื่อ r_{xy} คือ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนความวิตกกังวลและคะแนนภาวะสุขภาพ

$\sum xy$ คือ ผลรวมของคะแนนความวิตกกังวลคูณคะแนนภาวะสุขภาพ

$\sum x$ คือ ผลรวมของคะแนนความวิตกกังวล

$\sum y$ คือ ผลรวมของคะแนนภาวะสุขภาพ

$\sum x^2$ คือ ผลรวมของคะแนนความวิตกกังวลยกกำลังสอง

$\sum y^2$ คือ ผลรวมของคะแนนภาวะสุขภาพยกกำลังสอง

n คือ ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ค

คะแนนความวิตกกังวลของประชากร 136 คน

คะแนน	ความถี่ (คน)	คะแนน	ความถี่ (คน)
22	1	47	1
23	5	48	2
24	11	49	2
25	9	52	1
26	10	53	1
27	7	รวม	<u>136</u>
28	6		
29	12		
30	4		
31	12		
32	10		
33	8		
34	3		
35	4		
36	3		
37	4		
38	1		
39	4		
40	5		
42	4		
43	1		
44	1		
45	3		
46	1		

ภาคผนวก ง

คะแนนภาวะสุขภาพของประชากร 136 คน

คะแนน	ความถี่ (คน)	คะแนน	ความถี่ (คน)
47.33	2	72.00	1
48.67	1	72.67	2
50.00	1	73.33	4
50.67	3	74.00	2
53.33	1	74.67	3
54.67	1	75.33	4
55.33	1	76.00	2
58.00	1	76.67	5
59.33	2	77.33	5
60.00	1	78.00	4
60.67	2	78.67	4
62.00	2	79.33	2
62.67	2	80.00	3
64.00	2	80.67	1
65.33	2	81.33	3
66.00	6	82.00	2
66.67	1	82.67	2
67.33	3	83.33	3
68.00	2	84.00	5
68.67	3	84.67	4
69.33	5	85.33	3
70.00	7	86.00	1
70.67	4	87.33	6
71.33	1	87.67	1

ภาคผนวก ง (ต่อ)

คะแนนภาวะสุขภาพของประชากร 136 คน

คะแนน	ความถี่ (คน)
88.00	2
88.67	2
89.33	2
90.67	1
94.00	1
รวม	<u>136</u>

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก จ

น้ำหนักของประชากร 136 คน

น้ำหนัก (กก.)	ความถี่ (คน)	น้ำหนัก (กก.)	ความถี่ (คน)
29	1	55	6
30	3	56	1
31	1	57	1
32	2	58	4
33	2	59	1
34	2	60	5
35	2	61	1
37	2	63	4
38	3	64	3
39	7	65	4
40	12	66	1
42	7	69	2
43	4	72	1
44	1	73	1
45	5	รวม	136
46	4		
47	4		
48	7		
49	2		
50	10		
51	3		
52	9		
53	3		
54	5		

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

ภาคผนวก จ

ส่วนสูงของประชากร 136 คน

ความสูง (ซม.)	ความถี่ (คน)	ความสูง (ซม.)	ความถี่ (คน)
133	1	167	1
138	2	168	1
140	5	169	1
142	4	170	1
143	1	172	1
145	8	รวม	<u>136</u>
146	2		
147	9		
148	1		
149	4		
150	13		
152	7		
153	16		
154	1		
155	15		
156	4		
157	7		
158	7		
159	1		
160	5		
162	8		
163	3		
165	6		
166	1		

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

ภาคผนวก ข
 ดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index หรือ BMI)
 ของประชากร 136 คน

BMI (กก./ม ²)	ความถี่ (คน)	BMI (กก./ม ²)	ความถี่ (คน)
14.07	1	17.26	1
14.59	1	17.36	1
14.79	1	17.48	3
15.06	1	17.53	1
15.07	1	17.58	1
15.22	1	17.59	1
15.31	1	17.63	1
15.69	1	17.78	6
15.73	1	17.86	1
15.76	1	18.05	1
16.03	1	18.07	2
16.17	1	18.18	1
16.23	1	18.26	2
16.25	1	18.29	1
16.28	1	18.37	2
16.33	1	18.51	1
16.65	1	18.75	1
16.66	2	18.83	1
16.82	1	18.85	1
16.96	1	18.86	1
17.12	1	19.02	1
17.19	1	19.05	1
17.22	1	19.11	1

ภาคผนวก ข (ต่อ)

ดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index หรือ BMI)

ของประชากร 136 คน

BMI (กก./ม ²)	ความถี่ (คน)	BMI (กก./ม ²)	ความถี่ (คน)
19.15	1	21.33	1
19.22	1	21.36	2
19.23	1	21.64	5
19.34	1	21.77	1
19.36	1	21.91	1
19.43	1	22.03	2
19.47	1	22.07	1
19.53	1	22.21	2
19.65	1	22.27	1
19.81	1	22.48	1
19.82	1	22.52	2
20.00	1	22.58	1
20.08	2	22.60	1
20.41	1	22.64	1
20.48	1	22.94	1
20.58	1	23.11	1
20.81	2	23.14	3
20.93	1	23.42	1
21.09	1	23.81	1
21.21	1	23.88	1
21.30	1	24.01	1

ภาคผนวก ช (ต่อ)

ดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index หรือ BMI)

ของประชากร 136 คน

BMI (กก./ม ²)	ความถี่ (คน)
24.03	1
24.24	1
24.34	1
24.44	1
24.77	1
24.78	2
24.89	1
25.21	1
25.32	1
25.34	1
25.39	1
25.80	1
26.64	1
26.84	1
27.09	1
27.77	2
28.38	1
28.72	1
29.33	1
29.44	1
30.08	1
30.39	1
31.29	1

รวม 136

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

ภาคผนวก ช

ความดันโลหิตของประชากร 136 คน

ความดันโลหิต (มม.ปรอท)	ความถี่ (คน)	ความดันโลหิต (มม.ปรอท)	ความถี่ (คน)
210/190	1	120/70	4
190/100	2	110/80	2
190/90	2	110/70	12
190/80	1	110/60	1
190/70	2	รวม	<u>136</u>
180/100	1		
180/90	7		
180/70	1		
170/90	5		
170/80	6		
160/100	1		
160/70	1		
150/100	3		
150/90	2		
150/80	7		
150/70	14		
140/90	16		
140/80	4		
140/70	2		
130/100	1		
130/90	2		
130/80	16		
130/70	9		
120/80	11		

ภาคผนวก ฅ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ

สังกัด

รองศาสตราจารย์ นายแพทย์พงษ์ศิริ	ปรารธนาดี	หัวหน้าภาควิชาคัลยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
นายแพทย์ ชนน	หัสศิริ	ข้าราชการบำนาญ อดีตผู้อำนวยการโรงพยาบาล สวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่
รองศาสตราจารย์ ปรานีเต	สวัสดิรักษา	ข้าราชการบำนาญ อดีตอาจารย์ภาควิชา การพยาบาลสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
อาจารย์ ดร.นิมมวล	ศรีจิต	คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพายัพ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธนารักษ์	สุวรรณประณีต	อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ นามสกุล	นางวชิราภรณ์ สุ่มวงศ์		
วัน เดือน ปีเกิด	วันที่ 24 พฤศจิกายน 2509		
สถานที่เกิด	จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย		
ประวัติการศึกษา	วุฒิ	ชื่อสถาบัน	พ.ศ.ที่สำเร็จการศึกษา
ประกาศนียบัตรมัธยมศึกษาปีที่ 6		โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย	2528
		จังหวัดเชียงใหม่	
วิทยาศาสตรบัณฑิต (พยาบาลและ ผดุงครรภ์)		มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	2532
		จังหวัดเชียงใหม่	
ตำแหน่งและสถานที่ทำงาน	ตำแหน่ง	สถานที่ทำงาน	
พ.ศ.ที่ทำงาน			
2532 - 2534	พยาบาลประจำการ	โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่	
		จังหวัดเชียงใหม่	
2535 - ปัจจุบัน	อาจารย์	ภาควิชาการพยาบาลคลaysาสตร์	
		คณะพยาบาลศาสตร์	
		มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	