

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการวิจัย

ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ ดังนี้

สวัสดิ์ คิณชื้อ สมศรี ธรรมโม นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์ และศัลยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังทำวิจัยเกี่ยวกับ “ผลของการพยาบาลตามทฤษฎีความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายต่อความร่วมมือในแผนการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยวัณโรคปอด” ถ้าท่านยินดีเข้าร่วมการวิจัย ท่านจะได้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล และความร่วมมือในแผนการดูแลสุขภาพ โดยจะใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 30 นาที ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์ในการหาแนวทางปรับปรุงการพยาบาล เพื่อส่งเสริมความร่วมมือในแผนการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยวัณโรคปอดต่อไป

การเข้าร่วมการวิจัยจะเป็นไปโดยสมัครใจของท่าน ไม่ว่าท่านจะเข้าร่วมหรือไม่ก็ตาม จะไม่มีผลกระทบต่อ การได้รับการรักษาพยาบาลของท่านแต่อย่างใด ข้อมูลที่ได้รับจากท่านทั้งหมด ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ และผลการวิจัยจะถูกนำเสนอโดยรวม หากท่านยินดีจะเข้าร่วมการวิจัย แล้วเกิดเปลี่ยนใจในภายหลัง ท่านมีสิทธิที่จะบอกเลิกโดยไม่ต้องอธิบายเหตุผลใดๆ

ในระหว่างที่ท่านตอบแบบสอบถาม ถ้าท่านมีข้อสงสัยใดๆ ท่านสามารถสอบถามจากคิณชื้อ ได้ คิณชื้อยินดีตอบข้อสงสัยตลอดเวลา

การตอบรับเข้าร่วมการวิจัย

ข้าพเจ้าได้รับฟังและเข้าใจวัตถุประสงค์และรายละเอียดของการเข้าร่วมการวิจัยแล้ว

- ☐ ยินดีเข้าร่วมการวิจัย
☐ ไม่ยินดีเข้าร่วมการวิจัย

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่...../...../.....

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามการปฏิบัติตัวในระหว่างการรักษาวัณโรคปอด

เลขที่คลินิก.....

เลขที่โรงพยาบาล.....

วันที่บันทึก.....เดือน.....พ.ศ. 2543

คำชี้แจง แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามการปฏิบัติตัวในระหว่างการรักษาวัณโรคปอด ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามการปฏิบัติตัวทั่วไป ในระหว่างการรักษาวัณโรคปอด

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการปฏิบัติตัวเมื่อมีอาการผิดปกติรวมทั้งการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของท่าน

แบบสอบถามในแต่ละส่วน จะมีคำชี้แจงรายละเอียดในการตอบคำถามไว้ให้ ขอความกรุณาท่านตอบให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ตามความเห็นหรือสถานการณ์ที่ตรงกับท่าน คำตอบดังกล่าวไม่มีถูกหรือผิด และไม่มีผลกระทบต่อการได้รับการรักษาพยาบาลของท่าน ข้อมูลที่ได้รับจากท่านทั้งหมด ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ และผลการวิจัยจะถูกนำเสนอโดยภาพรวม

อนึ่งผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถามในครั้งนี้ หากมีข้อสงสัยหรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติม ท่านติดต่อได้ที่ สมศรี ธรรมโม วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา 56000

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวสมศรี ธรรมโม)

ผู้ดำเนินการวิจัย

คำชี้แจง: โปรดใส่เครื่องหมายถูก ✓ ลงในช่องข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับการดูแล
สุขภาพของท่านมากที่สุด

ปฏิบัติสม่ำเสมอ หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมดังกล่าวเป็นประจำทุกวันหรือทุกครั้ง
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้นเป็นครั้งคราวหรือไม่ได้ทำทุกครั้ง
ไม่ได้ปฏิบัติ หมายถึง ท่านไม่ได้ปฏิบัติกิจกรรมดังกล่าวเลย

ตัวอย่าง

ข้อ	ข้อความ	ปฏิบัติ สม่ำเสมอ	ปฏิบัติเป็น บางครั้ง	ไม่ได้ ปฏิบัติ
1	ท่านรับประทานยารักษาวัณโรคตามที่แพทย์สั่ง			
2	ท่านเคยปรับ (ลดหรือเพิ่ม) จำนวนยารักษา วัณโรคด้วยตนเองก่อนปรึกษาแพทย์			
3	ท่านสังเกตอาการผิดปกติจากการรับประทาน ยารักษาวัณโรค			
.	.			
.	.			
.	.			
20	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น ฟังธรรม พัฒนาชุมชน			

ส่วนที่ 2 การปฏิบัติตัวเมื่อมีอาการผิดปกติรวมทั้งการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

คำชี้แจง: โปรดใส่เครื่องหมายถูก ✓ ลงในช่องข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับการดูแล
สุขภาพของท่านมากที่สุด

21. เมื่อรับประทานยารักษาวัณโรค ท่านเคยมีผิวก้ำหรือหนังลอก หรือไม่

- ☐ ไม่เคยมีผิวก้ำหรือหนังลอก (ผ่านไปตอบข้อ 22)
- ☐ เคยมีผิวก้ำหรือหนังลอก

ถ้าเคยมีผิวก้ำหรือหนังลอก ท่านหยุดยาเมื่อต่อไปแล้วรีบมาพบแพทย์ทันที

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

22. เมื่อรับประทานยารักษาวัณโรค ท่านเคยมีผื่นคัน หรือไม่

- ☐ ไม่เคยมีผื่นคัน (ผ่านไปข้อ 23)
- ☐ เคยมีผื่นคัน

ถ้าเคยมีผื่นคัน ท่านหยุดยาเมื่อต่อไปแล้วรีบมาพบแพทย์ทันที

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

23. เมื่อรับประทานยารักษาวัณโรค ท่านเคยมีอาการตาเหลืองตัวเหลือง หรือไม่

- ☐ ไม่เคยมีตาเหลืองตัวเหลือง (ผ่านไปข้อ 24)
- ☐ เคยมีตาเหลืองตัวเหลือง

ถ้าเคยมีอาการตาเหลืองตัวเหลือง ท่านหยุดยาเมื่อต่อไปแล้วรีบมาพบแพทย์ทันที

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

(พลิกหน้าต่อไป)

24. ในระหว่างรับการรักษาวัณโรค ท่านเคยมีอาการไอเป็นเลือดหรือไม่

- ☐ ไม่เคยมีอาการไอเป็นเลือด (ผ่านไปข้อ 25)
- ☐ เคยมีอาการไอเป็นเลือด

ถ้าเคยมีอาการไอเป็นเลือด ท่านรีบมาพบแพทย์ทันที

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

25. ในระหว่างรับการรักษาวัณโรค ท่านเคยมีอาการไอสูง หรือไม่

- ☐ ไม่เคยมีอาการไอสูง (ผ่านไปข้อ 26)
- ☐ เคยมีอาการไอสูง

ถ้าเคยมีอาการไอสูง ท่านรีบมาพบแพทย์ทันที

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

26. ในระหว่างรับการรักษาวัณโรค ท่านเคยมีอาการเหนื่อยหอบมากขึ้น หรือไม่

- ☐ ไม่เคยมีอาการหายใจเหนื่อยหอบ (ผ่านไปข้อ 27)
- ☐ เคยมีอาการหายใจเหนื่อยหอบมากขึ้น

ถ้าเคยมีอาการหายใจเหนื่อยหอบมากขึ้น ท่านรีบมาพบแพทย์ทันที

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

(พลิกหน้าต่อไป)

27. เมื่อไอหรือจาม ท่านใช้สิ่งใดปิดปากและจมูก

- ☐ ผ้าเช็ดหน้า (ตอบข้อ 27.1)
- ☐ กระดาษทิชชู (ตอบข้อ 27.2)
- ☐ ไม่ได้ใช้สิ่งใดปิดปากและจมูก (ผ่านไปตอบข้อ 29)
- ☐ อื่นๆ ระบุ.....

27.1 ถ้าใช้ผ้าเช็ดหน้าปิดปากและจมูก ผ้าเช็ดหน้าที่ท่านใช้แล้ว ท่านทำความสะอาด โดยนำไปซักและผึ่งแดดให้แห้งก่อนนำมาใช้

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

27.2 ถ้าใช้กระดาษทิชชูปิดปากและจมูก กระดาษทิชชูที่ใช้แล้ว ท่านนำไปทิ้งลงส้วม หรือเผาไฟให้ไหม้

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

28. ในครอบครัวของท่าน มีเด็กเล็กหรือผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ หรือไม่

- ☐ ไม่มี
- ☐ มี

ถ้ามีเด็กเล็กหรือผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำอยู่ในครอบครัว ระยะเวลาที่ท่านมีอาการไอบ่อยๆ ท่านแยกห้องนอนจากบุคคลเหล่านั้น

- ☐ ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ☐ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- ☐ ไม่ได้ปฏิบัติ

ส่วนที่ 3 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง : โปรดวงกลม ☐ หมายเลขหน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

สำหรับผู้วิจัย

1. อายุ.....ปี.....เดือน ☐
2. เพศ
 - 1 ชาย ☐
 - 2 หญิง ☐
3. สถานภาพสมรส
 - 1 โสด ☐
 - 2 คู่
 - 3 หย่า/แยกกันอยู่
 - 4 หม้าย
4. ระดับการศึกษา
 - 1 ไม่ได้ศึกษา ☐
 - 2 ประถมศึกษาปีที่ 4
 - 3 ประถมศึกษาปีที่ 6
 - 4 มัธยมศึกษาตอนต้น
 - 5 มัธยมศึกษาตอนปลาย
 - 6 อนุปริญญา
 - 7 ปริญญาตรี
 - 8 อื่นๆ ระบุ.....
5. ศาสนา
 - 1 พุทธ ☐
 - 2 คริสต์
 - 3 อิสลาม
 - 4 อื่นๆ ระบุ.....

6. อาชีพ

- 1 ไม่ได้ประกอบอาชีพ
- 2 รับจ้างทั่วไป/กรรมกร
- 3 เกษตรกร
- 4 ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ
- 5 ค้าขาย
- 6 อื่นๆ ระบุ.....

☐

7. รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน

- 1 ไม่มีรายได้
- 2 น้อยกว่า 2,000 บาท
- 3 2,001-5,000 บาท
- 4 5,001-10,000 บาท
- 5 10,001 บาทขึ้นไป
- 6 อื่น ๆ (ระบุ).....บาท

☐

8. ค่าใช้จ่ายในการเดินทางมาโรงพยาบาลเฉลี่ยต่อครั้ง

- 1 น้อยกว่า 100 บาท
- 2 101 – 200 บาท
- 3 มากกว่า 200 บาท
- 4 อื่น ๆ (ระบุ).....บาท

☐

9. ค่าใช้จ่ายในการตรวจรักษาพยาบาลเฉลี่ยต่อครั้ง

- 1 น้อยกว่า 100 บาท
- 2 101 – 200 บาท
- 3 มากกว่า 200 บาท
- 4 อื่น ๆ (ระบุ).....บาท

☐

ภาคผนวก ค

แผนการให้การพยาบาลตามทฤษฎีความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย

แผนการให้การพยาบาลตามทฤษฎีความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายนี้ เป็นแนวทางสำหรับการให้การพยาบาลผู้ป่วยวัณโรคปอด โดยให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการกำหนดปัญหา จุดมุ่งหมาย และกิจกรรมการพยาบาล ซึ่งปัญหา จุดมุ่งหมาย และกิจกรรมการพยาบาล อาจมีความแตกต่างกันไปตามความเหมาะสมสำหรับผู้ป่วยแต่ละราย แบบแผนนี้จึงเป็นเพียงแนวทางในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วย ซึ่งจะมีการติดต่อสื่อสาร กำหนดปัญหา จุดมุ่งหมายและวิธีปฏิบัติ เพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่ร่วมกันกำหนดระหว่างผู้วิจัยกับผู้ป่วย ตามปัญหาเกี่ยวกับความร่วมมือในแผนการดูแลสุขภาพที่พบได้ในผู้ป่วยวัณโรคปอดแต่ละราย

ผู้วิจัยและผู้ป่วยจะพบกันเพื่อติดตามประเมินผล แลกเปลี่ยนข้อมูล ร่วมกันค้นหาปัญหา กำหนดจุดมุ่งหมาย และวิธีการปฏิบัติ ระยะเวลาที่ใช้กับผู้ป่วยแต่ละรายอาจแตกต่างกันตามความสำคัญของปัญหาของผู้ป่วย ซึ่งผู้วิจัยจะติดตามเยี่ยมบ้านและให้การพยาบาลผู้ป่วยทุก 2 สัปดาห์ ติดต่อกัน 6 ครั้ง

แนวทางในการพยาบาลผู้ป่วยวัณโรคปอด ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยทฤษฎีความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย มีรายละเอียดดังนี้

1. สร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย โดยพยาบาลเข้าไปแนะนำตัวให้ผู้ป่วยรู้จัก และมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วย ชักถามอาการ ความสุขสบายโดยทั่วไป
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ และขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัย รวมทั้งแจ้งการพิทักษ์สิทธิผู้ป่วยวัณโรคปอดที่เข้าร่วมการวิจัย
3. ประเมินปัญหาผู้ป่วย โดยพยาบาลกับผู้ป่วยมีปฏิสัมพันธ์กัน แลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน และจากแบบบันทึกข้อมูลของผู้ป่วย ซึ่งขั้นตอนนี้จะใช้เวลาประมาณ 30 นาที สำหรับผู้ป่วยแต่ละราย
4. หลังจากได้ข้อมูลแล้ว พยาบาลและผู้ป่วยทำการกำหนดปัญหา จุดมุ่งหมาย กำหนดกิจกรรมการพยาบาล เพื่อแก้ปัญหาร่วมกัน ซึ่งมีขั้นตอนย่อยดังนี้

4.1. การกำหนดปัญหา การกำหนดปัญหานั้นขึ้นอยู่กับผลการประเมิน ปัญหาใดที่ผู้ป่วยรู้สึกว่าผลกระทบต่อผู้ป่วยมาก จะถือว่าเป็นปัญหาสำคัญที่ต้องได้รับการแก้ไขก่อน โดยคำนึงถึงความต้องการและความคาดหวังของผู้ป่วยร่วมด้วย

4.2. การกำหนดจุดมุ่งหมาย เป็นการกำหนดจุดมุ่งหมายร่วมกันระหว่างพยาบาลกับผู้ป่วย โดยพยาบาลเปิดโอกาสและกระตุ้นให้ผู้ป่วยกำหนดจุดมุ่งหมายของตนเอง และบอกผู้ป่วยให้ทราบถึงจุดมุ่งหมายของพยาบาลในการแก้ไขปัญห ถ้าพบว่าจุดมุ่งหมายนั้นไม่สอดคล้องกัน พยาบาลและผู้ป่วยร่วมกันพิจารณาเลือกจุดมุ่งหมายที่เป็นไปได้ และทั้งสองฝ่ายยอมรับ

4.3. การเสนอกิจกรรมการแก้ไขปัญหาเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมาย หากผู้ป่วยไม่สามารถเสนอวิธีการแก้ไขปัญหา หรือระบุความต้องการการช่วยเหลือเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายได้ พยาบาลเสนอวิธีการแก้ไขปัญหที่เหมาะสมกับแต่ละปัญหา รวมทั้งเอื้ออำนวยให้ผู้ป่วยได้รับข้อมูลที่ต้องการ เพื่อเพิ่มแหล่งประโยชน์ให้ผู้ป่วยมีการรับรู้และตัดสินใจต่อปัญหานั้น

4.4. การเลือกกิจกรรมการแก้ไขปัญหาที่ช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย พยาบาลเปิดโอกาสให้ผู้ป่วยเลือกกิจกรรมการแก้ไขปัญหด้วยตนเองก่อน จากนั้นตกลงร่วมกันเลือกวิธีการแก้ไขปัญหที่ทั้งสองฝ่ายยอมรับ

4.5. การปฏิบัติตามพันธที่มุ่งสู่ความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย ทั้งพยาบาลและผู้ป่วยปฏิบัติตามกิจกรรมเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายตามบทบาทของตนตามที่ได้ตกลงร่วมกัน พยาบาลมอบเอกสารการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับวินโรคปอด เพื่อให้ผู้ป่วยนำกลับไปทบทวนที่บ้าน และบันทึกอาการที่พบในช่วงเวลาของการรับประทานยา และการแก้ไขปัญหาไว้ท้ายเอกสาร เพื่อใช้เป็นข้อมูลที่บอกถึงความร่วมมือในแผนการดูแลสุขภาพ

โดยขั้นตอนนี้จะใช้เวลาร่วมกับผู้ป่วยประมาณ 30-45 นาทีต่อครั้ง แต่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามปัญหา และความจำเป็นของผู้ป่วยแต่ละราย

5. พยาบาลและผู้ป่วยร่วมกันประเมินผล หมายถึง พยาบาลและผู้ป่วยร่วมกันประเมินผลการปฏิบัติว่าสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดหรือไม่ ร่วมกันศึกษาจากการบันทึกของผู้ป่วย ถ้าบรรลุตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ พยาบาลให้คำชมเชย สนับสนุนให้กำลังใจ และให้คงพฤติกรรมที่ดีไว้ รวมทั้งร่วมกันกำหนดจุดมุ่งหมายใหม่ หากไม่บรรลุตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดพยาบาลให้กำลังใจ และร่วมกันศึกษาว่ามีสิ่งใดที่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติ และช่วยกันหาวิธีจัดอุปสรรคนั้น โดยเป็นวิธีการที่ไม่ขัดต่อแผนการรักษา

แผนการให้การพยาบาลดังกล่าว พยาบาลกับผู้ป่วยจะตกลงและร่วมกันกำหนดปัญหาจุดมุ่งหมาย กิจกรรมการแก้ไขปัญหา การประเมินผล ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งครอบคลุมในประเด็นต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับโรควันโรคปอด สาเหตุ การติดต่อ อาการ การวินิจฉัย และการรักษา

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้เกี่ยวกับวันโรคปอด สาเหตุ การติดต่อ อาการ การวินิจฉัย และการรักษา

การประเมินผล ผู้ป่วยอธิบายความรู้เกี่ยวกับวันโรคปอด สาเหตุ การติดต่อ อาการ การวินิจฉัย และการรักษาได้อย่างถูกต้อง

กิจกรรม

1. ประเมินความรู้เกี่ยวกับวันโรคปอด
2. ให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับ สาเหตุ การติดต่อ อาการ การวินิจฉัย และการรักษาผู้ป่วยวันโรคปอด
3. ประเมินผลหลังการให้ความรู้ และทบทวนซ้ำในส่วนที่ผู้ป่วยไม่เข้าใจ พร้อมทั้งมอบเอกสารให้ผู้ป่วยนำกลับไปทบทวนที่บ้าน

2. การรับประทานยารักษาวันโรคปอด และการมาตรวจตามนัด

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ป่วยร่วมมือในการรับประทานยารักษาวันโรคปอด มารับยาและมาตรวจตามแพทย์นัด

การประเมินผล ผู้ป่วยรับประทานยาครบตามแผนการรักษา
 ผู้ป่วยมารับยาและมาตรวจตามวันนัดทุกครั้ง
 ผู้ป่วยบันทึกการรับประทานยาครบทุกวัน และมีจำนวนเม็ดยาเหลือสอดคล้องกับจำนวนวัน

ผู้ป่วยบอกถึงการจัดการกับอาการข้างเคียงของยาได้
 ผู้ป่วยไม่มีอาการข้างเคียงของยาที่รุนแรงมากขึ้น

กิจกรรม

1. ประเมินการรับประทานยารักษาวันโรคปอด ได้แก่ ชนิด จำนวน เวลาที่รับประทานยา
2. พยาบาลอธิบายผลดี-ผลเสียของการรับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ การมารับยาและการมาตรวจตามนัดให้ผู้ป่วยทราบ
3. ผู้ป่วยกำหนดเวลาการรับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ ตรงเวลา ครบกำหนดตามแผนการรักษา พร้อมทั้งสังเกตอาการผิดปกติหลังการรับประทานยา การแก้ไขปัญห
4. ผู้ป่วยเลือกวิธีช่วยเตือนความจำเพื่อไม่ให้ลืมรับประทานยาและการมาตรวจตามนัดตามความเหมาะสม เช่น เทคนิคการใช้ปฏิทิน การวางยาในบริเวณเห็นง่าย การจดบันทึกวัน เวลา

นัดไว้บนปฏิทินหรือในเอกสารที่แจกให้ หรือหน้าตู้กระจก การให้เพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัว หรือเจ้าหน้าที่ทางสุขภาพเตือน เป็นต้น

5. ผู้ป่วยกำหนดแนวทางปฏิบัติ หากไม่สามารถมารับยาและตรวจตามนัดได้ เช่น มารับยาและมาตรวจก่อนถึงวันนัด หรือระบุบุคคลที่สามารถมารับยาแทนได้

6. การจัดการกับอาการข้างเคียงของยา

6.1 อาการผื่นคัน

6.1.1 ดูแลรักษาความสะอาดของผิวหนัง หลีกเลี่ยงการใช้สบู่หรือน้ำอุ่น เพื่อป้องกันผิวหนังแห้งและคันมากขึ้น

6.1.2 แนะนำให้ตัดเล็บมือให้สั้น ไม่แกะ เกา ผิวหนัง ถ้ามีอาการคันให้ใช้มือถูเบาๆ

6.1.3 แนะนำให้สวมเสื้อผ้าบาง เบา เพื่อให้มีการระบายอากาศดี

6.1.4 ใช้ยาเพื่อบรรเทาอาการคันตามผิวหนัง เช่น คาลาไมด์ หรือให้ยาลดอาการคันตามแผนการรักษาของแพทย์ แนะนำวิธีการใช้ยา

6.2 อาการปวดข้อ-ปวดกล้ามเนื้อ

6.2.1 ควรลดหรือหลีกเลี่ยงการใช้ข้อที่ปวด เพื่อพักการเคลื่อนไหวของข้อ และกล้ามเนื้อบริเวณนั้นๆ

6.2.2 ประคบความร้อนหรือความเย็นเพื่อลดอาการปวด

6.2.3 ขณะนอนหลับควรหลีกเลี่ยงการนอนทับ และพลิกตัวบ่อยๆ เพื่อลดการกดทับบริเวณที่ปวดเป็นเวลานาน

6.2.4 มาพบแพทย์ เพื่อพิจารณาการรับประทานยารักษาวัณโรคและการได้รับยาบรรเทาอาการปวดข้อ

6.3 ผิวหนังคล้ำ

6.3.1 หลีกเลี่ยงการถูกแสงแดดโดยตรง ควรสวมเสื้อแขนยาว หรือกางร่ม

6.3.2 สังเกตความผิดปกติของผิวหนัง หากมีอาการเพิ่มมากขึ้น งดรับประทานยารักษาวัณโรค และรีบมาพบแพทย์ เพื่อให้ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง

6.4 ชา ปลายมือปลายเท้า

6.4.1 ระมัดระวังการเกิดอุบัติเหตุ ใส่รองเท้าทุกครั้งเมื่อออกจากบ้าน รองเท้าควรพอดี ไม่คับเกินไป อาจสวมถุงเท้าร่วมด้วย

6.4.2 หลีกเลี่ยงการนั่งไขว่ห้าง เพราะจะทำให้การไหลเวียนของเลือดไม่ดี

6.4.3 การบีบ นวด บริเวนปลายมือปลายเท้า เพื่อช่วยให้มีการไหลเวียนของเลือดดีขึ้น

6.4.5 ทำความสะอาดเท้า ล้างและซับให้แห้ง อาจแช่เท้าด้วยน้ำอุ่น สัปดาห์ละครั้ง เพื่อให้เลือดไหลเวียนดีขึ้น

6.5 คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร

6.5.1 กระตุ้นและแนะนำให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารทีละน้อย แต่บ่อยครั้ง เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับสารอาหารที่จำเป็น

6.5.2 ดูแลเรื่องความสะอาดของปากและฟัน แนะนำให้บ้วนปากก่อนรับประทานอาหาร

6.5.3 จัดอาหารให้น่ารับประทาน และเปลี่ยนรายการอาหารทุกวัน ไม่ควรรับประทานอาหารซ้ำกันบ่อยๆ

6.5.4 แนะนำให้ดื่มน้ำผลไม้ เพื่อกระตุ้นให้เกิดความอยากอาหาร

6.5.5 แนะนำให้รับประทานยาลดอาการคลื่นไส้ อาเจียน ตามแผนการรักษาของแพทย์

6.6 อ่อนเพลีย ไม่มีแรง เวียนศีรษะ

6.6.1 ผู้ป่วยควรพักผ่อนอย่างเพียงพอ ขณะมีอาการอ่อนเพลียควรนอนพัก หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่ทำให้เหนื่อยมากขึ้น

6.6.2 ผู้ป่วยควรได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และมีคุณค่าทางโภชนาการ เพื่อให้ได้รับพลังงานจากอาหาร

6.6.3 ระวังการเกิดอุบัติเหตุจากการอ่อนเพลีย ไม่มีแรง หรือเวียนศีรษะ

6.7 ตา ตัวเหลือง

6.7.1 สังเกตและบันทึกอาการตา ตัวเหลืองที่ผิวหนังและเยื่อตาขาว

6.7.2 แนะนำให้หยุดรับประทานยาและรีบมาพบแพทย์ เพื่อพิจารณาการรับประทานยารักษาโรค

7. ให้ความสนใจและรับฟังปัญหาของผู้ป่วย ให้คำชมเชย สนับสนุนให้กำลังใจ กระตุ้นให้ผู้ป่วยให้คงพฤติกรรมที่ดีไว้

3. การป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อวัณโรคปอด

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ป่วยมีความร่วมมือในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อวัณโรคปอด

การประเมินผล ผู้ป่วยใช้มือหรือผ้าปิดปาก จมูก เวลาไอ หรือจาม

ผู้ป่วยบอกถึงการปฏิบัติเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อที่จำเป็นและนำไป

ปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม

กิจกรรม

1. ประเมินความรู้เรื่องการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อวัณโรคปอดของผู้ป่วยในปัจจุบัน

2. แนะนำความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อวัณโรคปอดเพิ่มเติม

2.1 ผู้ป่วยหลีกเลี่ยงการไอ จามรดผู้อื่น ใช้มือปิดปากและจมูกทุกครั้งเมื่อไอหรือจาม ด้วยผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษชำระ หากใช้มือ ผู้ป่วยจะล้างมือบ่อยๆ และบ้วนเสมหะหรือน้ำลายลงในภาชนะที่มีฝาปิดมิดชิด

2.2 ผู้ป่วยเลือกวิธีการทำความสะอาดผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษชำระ และภาชนะใส่เสมหะ เช่น ผ้าเช็ดหน้าซักให้สะอาดและผึ่งแดดให้แห้ง กระดาษชำระทิ้งลงในโถส้วมหรือเผาไฟ ภาชนะใส่เสมหะ ล้างทำความสะอาดแล้วผึ่งแดดให้แห้งหรือต้มในน้ำเดือดนาน 15-30 นาที

2.3 ผู้ป่วยมีการแยกภาชนะ ขณะร่วมรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ จาน ช้อน และใช้ช้อนกลางตักอาหาร เมื่อใช้เสร็จ ล้างทำความสะอาดและผึ่งแดดให้แห้ง

2.4 ผู้ป่วยแยกนอนกับผู้ที่ภูมิคุ้มกันต่ำหรือเด็กเล็ก

3. ประเมินผลการให้ความรู้และอธิบายเพิ่มเติมในส่วนที่ผู้ป่วยไม่เข้าใจ

4. การดูแลสุขภาพโดยทั่วไป

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ป่วยมีความร่วมมือในการรักษาด้านการดูแลสุขภาพโดยทั่วไป

การประเมินผล ผู้ป่วยบอกถึงการปฏิบัติตัวด้านการดูแลสุขภาพโดยทั่วไป

ผู้ป่วยไม่ดื่มสุรา หรือไม่สูบบุหรี่

กิจกรรม

1. พยาบาลบอกถึงผลดีของการดูแลสุขภาพโดยทั่วไป ของผู้ที่ป่วยเป็นวัณโรคปอด

2. ผู้ป่วยงดการดื่มสุรา และงดการสูบบุหรี่

3. ผู้ป่วยเลือกวิธีการระบายอากาศและการทำลายเชื้อวัณโรคในสิ่งแวดล้อม เช่น การเปิดหน้าต่างให้อากาศถ่ายเทได้สะดวกและแสงแดดส่องถึง การนำเครื่องนอนออกผึ่งแดดเป็นระยะๆ การทำความสะอาดพื้นห้องบ่อยๆ

4. ผู้ป่วยเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ทั้งเนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้ และดื่มน้ำอย่างเพียงพอ คือ วันละประมาณ 6-8 แก้ว หรือหากมีอาการไอ ควรดื่มน้ำบ่อยมากขึ้น เพื่อช่วยให้เสมหะอ่อนตัวขับออกได้ง่าย ส่วนการใช้ยาระงับอาการไอ ควรเป็นไปตามแผนการรักษาของแพทย์ โดยปกติผู้ป่วยที่มีเสมหะมักไม่แนะนำให้ใช้ แต่จะกระตุ้นให้มีการไอขับเสมหะออกมา
5. ผู้ป่วยเลือกวิธีการออกกำลังกายตามความถนัดหรือความชอบ เช่น เดินเล่น ทำงานบ้าน ปลูกผักสวนครัว เป็นต้น
6. ผู้ป่วยมีการพักผ่อนอย่างเพียงพอ คือ นอนหลับวันละ 6-8 ชั่วโมง กลางวันอาจมีการนอนพักหรือีบหลับบ้าง
7. ผู้ป่วยเลือกวิธีผ่อนคลายความเครียดตามชอบ เช่น การนั่งสมาธิ การออกกำลังกาย อ่านหนังสือ ทำงานอดิเรก เป็นต้น
8. ผู้ป่วยมีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับญาติ บุคลากรทีมสุขภาพ มีการเข้าร่วมกิจกรรมตามปกติ

ภาคผนวก ง

คะแนนความร่วมมือในแผนการดูแลสุขภาพของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คนที่	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1.	51	54	53	54
2.	47	50	47	48
3.	52	55	53	57
4.	46	49	51	53
5.	52	55	47	52
6.	44	49	49	52
7.	54	55	54	56
8.	48	54	52	54
9.	44	53	49	52
10.	54	56	51	53
11.	48	51	52	52
12.	53	56	50	51
13.	50	52	53	55
14.	53	54	52	55
15.	49	52	50	52

ภาคผนวก จ

ตารางแสดงการจับคู่ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

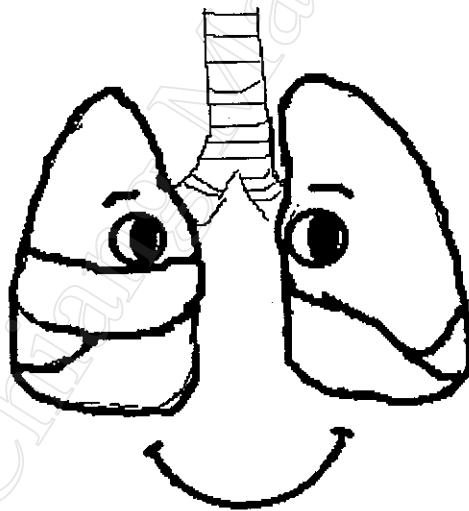
คู่ที่	เพศ	อายุ	ผล AFB.	คะแนนความ ร่วมมือในแผน การดูแลสุขภาพ ก่อนการทดลอง
1	ชาย	52	3+	51
	ชาย	47	3+	53
2	ชาย	43	2+	47
	ชาย	46	2+	47
3	หญิง	64	1+	52
	หญิง	59	1+	53
4	ชาย	74	3+	46
	ชาย	69	3+	51
5	ชาย	64	1+	52
	ชาย	67	1+	47
6	หญิง	61	3+	44
	หญิง	58	3+	49
7	ชาย	63	1+	54
	ชาย	62	1+	54
8	หญิง	52	3+	48
	หญิง	58	3+	52
9	ชาย	54	3+	44
	ชาย	58	3+	49

คู่ที่	เพศ	อายุ	ผล AFB.	คะแนนความ ร่วมมือในแผน การดูแลสุขภาพ ก่อนการทดลอง
10	ชาย	50	3+	54
	ชาย	49	3+	51
11	ชาย	60	2+	48
	ชาย	57	2+	52
12	ชาย	70	2+	53
	ชาย	65	2+	50
13	หญิง	67	2+	50
	หญิง	63	2+	53
14	ชาย	44	1+	53
	ชาย	45	1+	52
15	ชาย	63	3+	49
	ชาย	60	3+	50

ภาคผนวก ฉ

เอกสารให้ความรู้เกี่ยวกับวัคซีนโรคปอดและการปฏิบัติตัว

วัคซีนโรคปอด และ การปฏิบัติตัว



จัดทำโดยนางสาวสมศรี ธรรมโม

นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วัณโรคปอด

สาเหตุ

วัณโรค เป็นโรคติดเชื้อที่มีสาเหตุมาจาก การติดเชื้อแบคทีเรียชนิดหนึ่ง ซึ่งเล็กมาก สามารถทำให้เกิดวัณโรคได้กับอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย แต่ที่เป็นปัญหามากในปัจจุบัน คือ “วัณโรคปอด”

การแพร่กระจายเชื้อ

วัณโรคปอดแพร่กระจายได้โดย บุคคลสูดหายใจเอาละอองฝอยที่มีเชื้อวัณโรคขนาดเล็กประมาณ 1-5 ไมครอน เข้าไป ขณะที่ผู้ป่วยวัณโรคปอดพูด ไอ จาม หั้วเราะ ร้องเพลง หรือ บ้วนเสมหะ เชื้อวัณโรคจากปอดจะออกมาลอยอยู่ในอากาศ หากคนปกติสูดเข้าไปอาจทำให้มีโอกาสเป็นวัณโรคได้ แต่ผู้ที่ได้รับเชื้อวัณโรคแล้วไม่จำเป็นต้องป่วยเป็นวัณโรคทุกคน

เชื้อวัณโรคอาจแพร่กระจายมาจากผู้ป่วยที่อยู่รวมบ้าน เพื่อนร่วมงาน แหล่งที่มีคนแออัด หรือในสถานที่ทั่วไปซึ่งมีบุคคลป่วยเป็นวัณโรคอยู่

การปฏิบัติตัวเมื่อเป็นวัณโรคปอด

1. การรับประทานยาและการมาตรวจตามนัด

1.1 ท่านควรรับประทานยารักษาวัณโรคอย่างสม่ำเสมอ ทั้งชนิดและขนาดจนครบ กำหนดตามแผนการรักษา ท่านไม่ควรลดหรือเพิ่มขนาดยาเองโดยไม่มีคำสั่งแพทย์ เมื่อรับประทานยา ไปประมาณ 2 สัปดาห์ อาการไอและอาการต่างๆ จะดีขึ้น แต่ยังไม่ควรหยุดรับประทานยา เพราะ เชื้อวัณโรคยังไม่หมดไป ยังมีชีวิตอยู่ หากหยุดยาเชื้อวัณโรคจะดื้อยาและสามารถแพร่เชื้อไปสู่ บุคคลอื่นได้

1.2 ขณะรับประทานยาท่านควรสังเกตอาการผิดปกติ ที่สำคัญมีดังนี้ คือ อาการ ผิวง่ายหรือหนังลอก ผื่นคัน ตาเหลืองตัวเหลือง วิงเวียน มึนงง หรือหุ้อึ ตามัว ตาบอดสี ควรหยุดยา มื้อต่อไปไว้ก่อนแล้วรีบมาพบแพทย์ทันที ส่วนอาการผิดปกติที่ไม่จำเป็นต้องหยุดยา คือ อาการคัน โดยไม่มีผื่น คลื่นไส้

1.3

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วราภรณ์ เลิศพูนวิไลกุล ภาควิชาการพยาบาลพื้นฐาน คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. อาจารย์ ดร. พิกุล นันทชัยพันธ์ ภาควิชาการพยาบาลศัลยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. อาจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
4. อาจารย์ ยุพิน กลิ่นขจร ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
5. คุณพัฒนา โพธิ์แก้ว ศูนย์ควบคุมโรค เขต 10 เชียงใหม่

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นางสมศรี ธรรมโม
วัน เดือน ปีเกิด	10 มกราคม 2516
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพะเยาพิทยาคม จังหวัดพะเยา ปีการศึกษา 2533 สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา ปีการศึกษา 2537
ประวัติการทำงาน	อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี พะเยา พ.ศ. 2534 ถึงปัจจุบัน