

การพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรม

การออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน

คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพังกา

อังนราภรณ์ พูลศรี

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กุมภาพันธ์ 2553

การพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรม

การออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน

คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพंगा

อัจฉราภรณ์ พูลศรี

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง

ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กุมภาพันธ์ 2553

การพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรม
การออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน
คลินิกเบาหวาน โรงพยาบาลพंगा

อัจฉราภรณ์ พูลศรี

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ ดร. ทศพร

คำผลศิริ

ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์

ปานอุทัย

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โรจน์

จินตนาวัฒน์

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศิริพร

เปลี่ยนผดุง

19 กุมภาพันธ์ 2553

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาอย่างดียิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โรจน์ จินตนาวัฒน์ อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่ายิ่งในตรวจสอบการค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ และให้คำแนะนำชี้แนะแนวทางที่เป็นประโยชน์ในการแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ทุกขั้นตอนในการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระ และเป็นกำลังใจแก่ผู้ศึกษา ด้วยดีเสมอมา จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทศนา ชูวรรณะปกรณั คณะอาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชา และประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีค่ายิ่งแก่ผู้ศึกษา ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจสอบคุณภาพของแนวปฏิบัติให้มีความถูกต้อง ความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา พร้อมให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ยิ่งในการปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา และขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระทุกท่านที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการค้นคว้าแบบอิสระให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลพังงา รองผู้อำนวยการฝ่ายการพยาบาล หัวหน้าหอผู้ป่วยนอก คณะกรรมการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิก บุคลากรทีมสุขภาพคลินิก เบาหวานทุกท่านที่ให้โอกาส และสนับสนุนผู้ศึกษาเป็นอย่างดีในการศึกษา คอยเป็นกำลังใจ ให้ความช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก และให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามจนการค้นคว้าแบบอิสระสำเร็จตามวัตถุประสงค์ รวมทั้งขอขอบคุณผู้สูงอายุโรคเบาหวาน และสมาชิกครอบครัวทุกท่านเป็นอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือในการค้นคว้าแบบอิสระในครั้งนี้

สุดท้ายนี้ผู้ศึกษาขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา สมาชิกในครอบครัวทุกท่านที่เป็นแรงผลักดัน เป็นกำลังใจ และให้การช่วยเหลือทุกๆ ด้านแก่ผู้ศึกษา รวมทั้ง พี่ๆ สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุทุกท่าน พี่ น้อง เพื่อน ร่วมคณะทุกท่านที่เป็นกำลังใจ และคอยให้ความช่วยเหลือ ตั้งแต่เริ่มศึกษาจนการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระเสร็จสมบูรณ์ ขอขอบคุณทุกเหตุการณ์ที่ผ่านเข้ามาในช่วงเวลาการศึกษาในครั้งนี้ ทำให้ผู้ศึกษาเกิดการเรียนรู้ เข้าใจในสถานการณ์ต่างๆ มากขึ้น ทั้งหมดนี้ส่งผลให้ผู้ศึกษาได้เกิดการพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มีเพิ่มมากขึ้น คุณความดีอันเกิดจากการค้นคว้าแบบอิสระในครั้งนี้ขอมอบแด่ บิดา มารดา คณะอาจารย์ผู้มีพระคุณ และผู้สูงอายุโรคเบาหวานทุกท่านที่เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตการทำงานของผู้ศึกษา