

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



เอกสารเลขที่ 034/2553

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โดย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอรับรองว่า
โครงการศึกษาการค้นคว้าแบบอิสระเรื่อง : ผลของการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ต่อความร่วมมือใน
การรักษาด้วยยาของผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าที่กลับเป็นซ้ำ โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่
(Effect of Symbolic Modeling on Medication Adherence Among Persons with Depression
Recurrent, Suanprung Psychiatric Hospital, Chiang Mai Province)

ของ : นางสาวกาญจนา ฐะสุข

สังกัด: นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช
แผน ข. (ภาคพิเศษ) คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ได้ผ่านการพิจารณาแล้ว เห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิด
ภัยอันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออก
หนังสือรับรองฉบับนี้จนถึงวันที่ 22 มีนาคม 2554

หนังสือออกวันที่ 22 มีนาคม 2553

ลงนาม.....
(ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ)
ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลงนาม.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.ชนารักษ์ สุวรรณประไพศ)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ข

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

เอกสารคำชี้แจงแก่อาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมโครงการค้นคว้าแบบอิสระ (สำหรับผู้ป่วย)

ส่วนที่ 1 คำชี้แจง

ดิฉัน นางสาวกาญจนา ธารสุข นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาล
สุขภาพจิตและจิตเวชแผน ข คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้ศึกษาขอเชิญท่านเข้าร่วม
โครงการการค้นคว้าแบบอิสระ โดยจะอธิบายให้ท่านทราบพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ท่านอ่านเกี่ยวกับ
ข้อมูลข้างล่าง หากท่านมีความสงสัยใด ๆ เกี่ยวกับการศึกษาในครั้งนี้ รวมถึงสิทธิของท่าน
กรุณาซักถามจากผู้ศึกษาซึ่งจะเป็นผู้ให้ความกระจ่างกับท่านได้ ผู้ศึกษาขอขอบคุณที่ท่านได้
สละเวลาในการอ่านข้อความข้างล่างดังต่อไปนี้

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ต่อความ
ร่วมมือในการรักษาด้วยยาของผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าที่กลับเป็นซ้ำ โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัด
เชียงใหม่ จำนวน 20 ราย เหตุผลที่เลือกท่านเข้าร่วมโครงการศึกษาในครั้งนี้ เนื่องจากท่านเข้ารับ
การรักษาในโรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้ศึกษาใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมใน
การศึกษานี้ซึ่งการเข้าร่วมในการศึกษานี้ไม่มีค่าตอบแทนจากการเข้าร่วมการศึกษา แต่จะ
เกิดประโยชน์กับท่านโดยตรง คือท่านจะมีแนวทางในการปฏิบัติตนขณะรับการรักษาโรคซึมเศร้าที่
กลับเป็นซ้ำ นอกจากนี้ผลสรุปของการศึกษาในครั้งนี้จะเป็นแนวทางในการดูแลผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้า
ที่กลับเป็นซ้ำกลุ่มอื่นต่อไป หากท่านได้รับทราบแนวทางปฏิบัติในขณะที่เข้าร่วมการรักษา
และตกลงที่จะเข้าร่วมในการศึกษานี้ ท่านจะต้องเซ็นหนังสือยินยอมเข้าร่วมการศึกษา จากนั้นผู้
ศึกษาจะให้ท่านดำเนินกิจกรรม ดังนี้ ท่านจะได้รับแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป หลังจากตอบ
แบบสอบถามแล้ว ท่านจะได้รับการตอบแบบสัมภาษณ์ความร่วมมือในการใช้ยา หลังจากนั้นท่าน
จะได้คู่มือที่เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในขณะที่เป็นโรคซึมเศร้าที่กลับเป็นซ้ำของตัวแบบสัญลักษณ์
เป็นเวลา 15 นาที และดูซ้ำอีกในสัปดาห์ต่อไป สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมจำนวน 3 ครั้ง หลังจากสิ้นสุด
โครงการการศึกษา ท่านจะได้รับการตอบแบบประเมินความร่วมมือในการใช้ยา เพื่อตอบแบบ
ประเมินอีกครั้ง

การศึกษาในครั้งนี้จะอยู่ที่การตัดสินใจของท่าน ท่านไม่จำเป็นต้องเข้าร่วมการศึกษานี้ หากท่านไม่สมัครใจ จะไม่มีการสูญเสียประโยชน์ใด ๆ ที่ท่านควรได้รับ ท่านจะไม่ได้รับความเสี่ยง หรือความไม่สุขสบายใด ๆ จากการเข้าร่วมการศึกษา แต่หากมีเหตุการณ์ที่อาจมีความเสี่ยงหรือความไม่สุขสบายใด ๆ ผู้ศึกษาจะให้การช่วยเหลือในเบื้องต้น หรือทำการส่งต่อเพื่อรับการรักษาดูแลช่วยเหลือที่เหมาะสมจากทีมการรักษาต่อไป ท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวจากการศึกษาได้ หรือยุติการเข้าร่วมโครงการ เช่น ในกรณีเกิดการเจ็บป่วยที่ไม่สามารถเข้าร่วมการศึกษาต่อไปได้ หรือกรณีย้ายที่อยู่ไม่สะดวกการเดินทางมาร่วมโครงการได้ เป็นต้น ในการศึกษาในครั้งนี้ท่านจะไม่เสียค่าใช้จ่ายนอกเหนือจากค่ารักษาตามปกติ ข้อมูลของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลต่าง ๆ จะนำเสนอในภาพรวมของผลการศึกษาเท่านั้น ไม่มีการอ้างอิงของท่าน สิทธิประโยชน์อื่น อันจะเกิดจากผลการค้นคว้าแบบอิสระให้เป็นไปตามระเบียบ ข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการศึกษาในครั้งนี้ ท่านสามารถติดต่อผู้ศึกษาได้ที่ โทร 089 - 9996314 หรืออาจารย์ที่ปรึกษา ดร. วรนุช กิตสัมบันท์ โทรศัพท์ 053-946063 (ในเวลาราชการ) หรือถ้าท่านมีปัญหาเรื่องสิทธิในการเข้าร่วมการศึกษา ให้ติดต่อที่ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร. วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-945033 (ในเวลาราชการ)

ลงนาม.....ผู้ศึกษา

(นางสาวกาญจนา ชะสุข)

วันที่/...../.....

2. เอกสารแสดงการยินยอมเข้าร่วมโครงการคั้นคว่ำแบบอิสระ

ข้าพเจ้านาย/นาง/นางสาว.....มีความยินดีที่จะเข้าร่วมโครงการศึกษาคั้นคว่ำแบบอิสระ เรื่องผลของการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ต่อความร่วมมือในการรักษาด้วยยาของผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าที่กลับเป็นซ้ำ โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ ดังกล่าวแล้วข้างต้น และยินยอมเข้าร่วมโครงการศึกษาในครั้งนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม..... (ผู้ยินยอม)
(.....)

ลงนาม..... (ผู้ศึกษา)
(.....)

ลงนาม..... (พยาน)
(.....)
วันที่...../...../.....

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

สำหรับผู้ศึกษา

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2553

คำชี้แจง ผู้ตอบแบบสอบถามทำเครื่องหมาย / ลงใน และเติมคำลงในช่องว่าง

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ.....ปี
3. สถานภาพสมรส
 โสด คู่ หม้าย (แยกทาง/หย่าร้าง) หม้ายคู่ (สมรสเสียชีวิต)
4. ระดับการศึกษา
 ไม่ได้เรียนหนังสือ ประถมศึกษา มัธยมศึกษา
 ประกาศนียบัตรวิชาชีพ/อนุปริญญา หรือเทียบเท่า
 ปริญญาตรี หรือสูงกว่าปริญญาตรี
5. อาชีพ
 ไม่มีงานทำ ไม่ได้ทำงาน เกษตรกร
 รับจ้าง ค้าขาย รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ
 อื่นๆ โปรดระบุ.....
6. รายได้ของครอบครัว.....บาท
7. ความเพียงพอของรายได้ เพียงพอ ไม่เพียงพอ
8. ระยะเวลาของการเจ็บป่วย.....ปี.....เดือน
9. ระยะเวลาที่รับประทานยารักษาโรคซึมเศร้าที่กลับเป็นซ้ำ.....ปี.....เดือน

ส่วนที่ 2 เครื่องมือสำหรับการประเมินความร่วมมือในการรักษาด้วยยา

คำชี้แจง 1. ส่วนนี้มีจำนวนข้อคำถาม 5 ข้อ

2. โปรดทำเครื่องหมาย ในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงกับกรปฏิบัติของท่านมากที่สุด

แบบสัมภาษณ์ความร่วมมือในการใช้ยา ฟลูออซิทินหรืออิมทริบไทลีน

ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมาผู้ที่ เป็น โรคซึมเศร้ามีพฤติกรรมกรใช้ยาอย่างไรบ้าง*

ข้อ	ข้อความ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บ่อยครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ปฏิบัติ นานๆครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	อื่นๆ
1	ท่านไม่ได้รับประทานยา						
2	ท่านแบ่งยาให้ผู้อื่นใช้						
3	ท่านลดหรือเพิ่มขนาดยาเอง						
4	เมื่อท่านรู้สึกว่ายาสบายดี ท่าน จะหยุดการรับประทานยา						
5	ท่านไม่ได้รับประทานยา เนื่องจากยาไม่พอ						

อธิบายตัวเลือก

- 1 คะแนน ปฏิบัติประจำ หมายถึง ผู้ที่เป็นโรคมียพฤติกรรมนั้นประมาณ 5-7 วันใน 1 สัปดาห์
- 2 คะแนน ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง ผู้ที่เป็นโรคมียพฤติกรรมนั้นประมาณ 3-4 วันใน 1 สัปดาห์
- 3 คะแนน ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง ผู้ที่เป็นโรคมียพฤติกรรมนั้นประมาณ 1-2 วันใน 1 สัปดาห์
- 4 คะแนน ปฏิบัตินานๆครั้ง หมายถึง ผู้ที่เป็นโรคมียพฤติกรรมนั้นประมาณ 1-3 ครั้งใน 1 เดือน
- 5 คะแนน ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ผู้ที่เป็นโรคไม่เคยมีพฤติกรรมนั้นเลย
- อื่นๆ(ระบุ) หมายถึง ผู้ที่เป็นโรคมียพฤติกรรมนั้นในกรณีที่นอกเหนือจากตัวเลือกที่ให้

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองในการศึกษา
เรื่อง ผลของการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ต่อความร่วมมือในการรักษาด้วยยาของ
ผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าที่กลับเป็นซ้ำ

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เป็นวิธีทัศนัยตัวแบบสัญลักษณ์ เนื้อหาประกอบด้วย ตัวแบบที่แสดงความร่วมมือในการรักษาด้วยยา และตัวแบบที่แสดงถึงความไม่ร่วมมือในการรักษาด้วยยา จำนวน 3 ตัวแบบ

เนื้อหาตัวแบบลักษณะ ตัวแบบที่หนึ่ง
 แสดงความร่วมมือในการรักษาด้วยยาในช่วง 2 สัปดาห์แรกของตัวแบบ
 และแสดงความไม่ร่วมมือในการรักษาด้วยยาในสัปดาห์ต่อมา

ตัวแบบ	ในสถานการณ์	พฤติกรรมของตัวแบบ	ตัวแบบได้รับผลกระทบ
ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ชื่อคุณนันทา	คุณนันทาเข้ารับการรักษาจากแพทย์พบว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า แพทย์ให้คำแนะนำและให้ยามารับประทานที่บ้าน	ปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการรักษาด้วยยารักษาโรคซึมเศร้ามดังนี้ 1. เชื่อคำแนะนำของพยาบาลว่าการรับประทานยาอย่างต่อเนื่องเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการป้องกันการเป็นซ้ำของโรค 2. รับประทานอย่างสม่ำเสมอทุกมื้อ ถ้าลืมจะรับประทานทันทีเมื่อนึกได้ แต่ถ้าใกล้เวลาของยามื้อต่อไปมาก ก็ไม่รับประทาน	1. อาการซึมเศร้ามลดลง (C+) 2. ดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับครอบครัวอย่างมีความสุขในระยะที่ยังรับประทานยาอยู่ (C+)

เนื้อหาตัวแบบลักษณะ ตัวแบบที่หนึ่ง
 แสดงความร่วมมือในการรักษาด้วยยาในช่วง 2 สัปดาห์แรกของตัวแบบ
 และแสดงความไม่ร่วมมือในการรักษาด้วยยาในสัปดาห์ต่อมา (ต่อ)

ตัวแบบ	ในสถานการณ์	พฤติกรรมของตัวแบบ	ตัวแบบได้รับผลกระทบ
ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ชื่อคุณนันทา	คุณนันทาเข้ารับการรักษาจากแพทย์พบว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า แพทย์ให้คำแนะนำและให้ยามารับประทานที่บ้าน	จะรับประทานยามื้อต่อไปตามปกติ โดยไม่เพิ่มขนาดยาเอง - ปฏิเสธการรับประทานยาในสัปดาห์ที่สาม	1. หนึ่งเดือนผ่านไป คุณนันทาเกิดอาการหงุดหงิด อารมณ์ไม่มั่นคง ไม่มีความสุข ซึมเศร้า นอนไม่หลับ และเบื่ออาหารขึ้นมาอีกครั้ง (C-) 2. คุณนันทาต้องเริ่มต้นรักษาใหม่อีกครั้ง (C-)

เนื้อหาตัวแบบลักษณะ ตัวแบบที่สอง
 แสดงการปฏิบัติตนเพื่อลดอาการข้างเคียงจากยา ตามคำแนะนำของแพทย์

ตัวแบบ	ในสถานการณ์	พฤติกรรมของตัวแบบ	ตัวแบบได้รับผลกระทบ
ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ชื่อคุณวัฒนา	คุณวัฒนาด้วยโรค ซึมเศร้า โดยมีอาการ วิตกกังวล เศร้าหมอง ไม่มีสมาธิในการ ทำงาน ท้อแท้ ก্লุ้มใจ ไม่ยอมทำอะไร และ ได้รับการรักษาด้วยยา รักษาโรคซึมเศร้า	รับประทานยาตาม คำแนะนำของแพทย์	อาการซึมเศร้าลดลง (C+)
	คุณวัฒนามีอาการ ปวดศีรษะ มือสั่น ใจสั่น คลื่นไส้ อาเจียน เมื่ออาหารทำให้คุณ วัฒนารู้สึกไม่สุขสบาย ไม่ยอมรับประทานยา	ปรึกษาแพทย์เพื่อขอ คำแนะนำ	เกิดอาการข้างเคียง ของยา (C-)
	แม้เกิดอาการข้างเคียง ของยา (C-) แต่การ รับประทานยารักษา โรคซึมเศร้าทำให้มี อาการซึมเศร้าลดลง (C+) คุณวัฒนารับรู้ว่า (C+) มากกว่า (C-) คุณ วัฒนาจึงยังคงรักษา ด้วยยา	ปฏิบัติตามตาม คำแนะนำ เมื่อเกิด อาการข้างเคียงจากยา เช่น - รับประทานยาล้าง อาหาร - ไปพบแพทย์เมื่อมี ความผิดปกติเกิดขึ้น - รับประทานยาอย่าง ถูกต้อง สม่ำเสมอตาม คำแนะนำของแพทย์	

เนื้อหาตัวแบบลักษณะ ตัวแบบที่สาม
แสดงถึงการกลับเป็นซ้ำของโรคจากความไม่ร่วมมือในการรักษา
และการควบคุมอาการได้จากการรักษาอย่างต่อเนื่อง

ตัวแบบ	ในสถานการณ์	พฤติกรรมของตัวแบบ	ตัวแบบได้รับผลกระทบ
ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ชื่อคุณวาสนา	เข้ารับการรักษาใน โรงพยาบาล	คุณวาสนารับประทาน ยาไม่สม่ำเสมอ ไม่ต่อเนื่อง ขาดยา	- กลับมาป่วยซ้ำ (C-)
	กลับไปพบแพทย์เมื่อมี อาการของโรคซึมเศร้า	คุณวาสนาไม่ รับประทานยาตาม แผนการรักษา (รับประทานยาไม่ สม่ำเสมอ ไม่ต่อเนื่อง ขาดยา)	- เกิดอาการซึมเศร้า (C-) - ต้องเสียเวลา เสียเงิน ในการรักษาครั้งใหม่ (C-)
	แม้ต้องเสียเวลา เสีย เงินในการรักษาครั้ง ใหม่ แต่ก็ทำให้อาการ ซึมเศร้ามลดลง คุณ วาสนารับรู้ว่า (C+) มากกว่า (C-) จึงยังคง รับการรักษาต่อไป	รับประทานยาตาม คำแนะนำ โดยปฏิบัติ ตัวดังนี้ 1. รับประทานยาตาม กำหนดตามแผนการ รักษา 2. ไม่เพิ่มหรือลด จำนวนยา หรือหยุดยา เอง	- คุณวาสนาคำเนิน ชีวิตได้เหมือนคนปกติ ทั่วไป (C+) - ภาวะซึมเศร้ามลดลง (C+)

SCRIPT - : “เขตจำกัดโรคซึมเศร้า”

ความยาว 15 นาที

ภาพ	เสียง
- ตัวอักษร “ซึมเศร้า...เบื่อหน่าย...ท้อแท้...”	SOUND : เสียงเพลงบรรเลงจังหวะช้า ๆ
- พิธีกรพูด	ANC : โรคซึมเศร้าพบได้ในคนทั่วไป เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้การดำเนินชีวิตบกพร่อง ทั้งในด้านการทำงาน ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ตลอดจนถึงสูญเสียความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
- ภาพผู้ป่วยซึมเศร้า นั่งเหม่อลอย	VO : สาเหตุของการเกิดโรคที่สำคัญคือ จากกรรมพันธุ์ จากปัญหาทางด้านจิตใจ และจากความผิดปกติของสารเคมีในสมอง
- พิธีกรพูด	ANC : แต่อย่างไรก็ตามโรคซึมเศร้า สามารถป้องกัน และรักษาให้หายขาดได้ หากได้รับประทานยาตามแผนการรักษาอย่างน้อย 6 เดือน หากหยุดรับประทานยาก่อนกำหนดมีโอกาสดังกลับเป็นซ้ำสูงถึง 50 % ANC : คุณนั่นทาคือ ตัวอย่างผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ที่หยุดรับประทานยาก่อนกำหนด
- ตัวอักษร “ยาที่คุณนั่นทาได้รับ” - รูปภาพยา อะมิทริปไทลีน (Amitriptyline)	
- ตัวอักษร “ชีวิต...ของคุณนั่นทา”	SOUND : เพลงประกอบ
- ภาพคุณนั่นทากำลังพบแพทย์	VO : สามเดือนที่ผ่านมา คุณนั่นทามีอาการนอนไม่หลับ เวียนศีรษะ หงุดหงิดง่าย เหนื่อยง่าย เบื่ออาหาร และอ่อนเพลีย เธอจึงเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาล แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคซึมเศร้า และต้องได้รับประทานยารักษาโรคซึมเศร้า แพทย์ได้ให้ยาไปรับประทานที่บ้าน และแนะนำให้รับประทานยาตาม

ภาพ	เสียง
	กำหนดเวลาพร้อมทั้งนัดหมายให้มาพบแพทย์อีกครั้ง
<ul style="list-style-type: none"> - ภาพพยาบาลกำลังให้คำแนะนำแก่คุณนันทา - ภาพคุณนันทา พักหน้ารับคำ 	<p>พยาบาล : (คุณมีโอกาสหายป่วย และไม่กลับมาเป็นซ้ำ หากคุณรับประทานยาอย่างต่อเนื่องตามเวลาที่เขียนไว้บนซองยา คือ เช้า เย็น และก่อนนอน หากคุณรับประทานยาตามกำหนดอาการของคุณจะทุเลา ที่สำคัญคุณต้องมาพบแพทย์ตามนัด และต้องรับประทานยาอย่างน้อย 6 เดือนนะคะ)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ภาพคุณนันทารับประทานอาหารเสร็จ ต่อด้วยภาพพยาบาลกำลังให้คำแนะนำเกี่ยวกับการรับประทานยา จากนั้นคุณนันทาเดินไปหยิบยามารับประทานหลังอาหาร 	<p>เสียงคุณนันทาคิดถึงคำพูดของพยาบาลในใจ : (คุณจะมีโอกาสหายป่วย และไม่กลับมาเป็นซ้ำ หากคุณรับประทานยาอย่างต่อเนื่องตามเวลาที่เขียนไว้บนซองยา คือ เช้า เย็น และก่อนนอน หากคุณรับประทานยาตามกำหนดอาการของคุณจะทุเลา ที่สำคัญคุณจะต้องมาพบแพทย์ตามนัด และต้องรับประทานยาอย่างน้อย 6 เดือนนะคะ)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ภาพคุณนันทานั่งคุยกับสามี และลูกในบ้าน ด้วยสีหน้ายิ้มแย้ม - ภาพลูกหัน ไปคุยกับพ่อ - ภาพลูกคุยกับคุณนันทา 	<p>ลูกของคุณนันทาคุยกับสามีของคุณนันทา : (พ่อครับเดี๋ยวนี้แม่ดูดีขึ้นนะครับ)</p> <p>ลูกของคุณนันทาคุยกับคุณนันทา : (ผมอยากให้แม่มีความสุขอย่างนี้ตลอดไปครับ)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ภาพคุณนันทานั่งคุยกับสามี และลูกในบ้าน ด้วยสีหน้ายิ้มแย้ม 	<p>VO : อาการของคุณนันทาดีขึ้นในสัปดาห์ที่สอง หลังจากรับประทานยาอย่างต่อเนื่องตามกำหนดสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ และอยู่ร่วมกับครอบครัวอย่างมีความสุข</p>

ภาพ	เสียง
<ul style="list-style-type: none"> - ภาพคุณนันทานั่งคุยกับสามี - ภาพนาฬิกาบอกเวลา 09.00 น. 	<p>คุณนันทา : (คุณ...ฉันลืมกินยามื้อเช้า เอ..แต่เวลาผ่านไปหนึ่งชั่วโมงนี่เองยังกินทัน แฮ่! เกือบลืมไปแล้ว หมอบอกว่าถ้าลืมกินยาให้กินทันทีที่นึกได้ แต่หากนึกได้เมื่อใกล้กับเวลาที่กินมื้อต่อไปก็ให้ถือเป็นยามื้อนั้นไปเลย ต้องไม่เพิ่มจำนวนเม็ดยา หรือลดจำนวนเม็ดยาเอง แล้วก็อย่าหยุดกินยาเองด้วย)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ภาพสามีคุณนันทากำลังคุยกับคุณนันทา - ภาพขวดน้ำ และลูกอมวางอยู่บน โต๊ะ หรือ ใกล้เคียง ตัว 	<p>สามีของคุณนันทาทาม : (ผมสังเกตเห็นคุณดื่มน้ำบ่อยขึ้นนะ)</p> <p>คุณนันทาทอบ : (อ้อ...มันรู้สึกคอแห้งนะ หมอบอกว่าเมื่อกินยารักษาโรคซึมเศร้า อาจจะมีปากแห้งคอแห้งได้ และบอกให้แก้ไขโดยการดื่มน้ำบ่อย ๆ หรืออมลูกอมที่ไม่มีน้ำตาล หรือเคี้ยวหมากฝรั่งได้ หมอบอกว่ายานี้อาจทำให้ง่วงนอนได้ หากง่วงซึมก็ให้มาปรึกษาหมอ เพื่อปรับเปลี่ยนวิธีกินยา)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - พิธีกร 	<p>ANC : ชีวิตของคุณนันทาน่าจะมีความสุข แต่เหตุการณ์ก็กลับพลิกผัน คุณนันทากลับมาป่วยซ้ำอีกครั้ง เพราะคิดว่าตนเองหายป่วยแล้ว จึงไม่รับประทานยาตามแผนการรักษาอย่างต่อเนื่อง</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ภาพคุณนันทารับประทานอาหารเสร็จ มานั่งดูโทรทัศน์ - ภาพคุณนันทามองซองยาที่วางอยู่บน โต๊ะ แล้วเมินหน้าหนี หันมาดูโทรทัศน์ต่อ 	<p>เสียงคิดในใจของคุณนันทา : (เรากหายแล้ว หละ ไม่มีอาการซึมเศร้าแล้ว คงไม่ต้องกินยาก็ได้ ตั้งแต่กินยานี้ฉันขึ้นเยอะเลย ไม่เอาหละ ไม่กินดีกว่า)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ตัวอักษร “หนึ่งเดือน ผ่านไป” 	<p>SOUND : เพลงประกอบ</p>

ภาพ	เสียง
<p>- ภาพคุณนันทานอนกระสับกระส่าย</p> <p>- ภาพคุณนันทาแสดงสีหน้าเศร้าหมอง นั่งเหม่อลอย</p>	<p>VO : อาการเก่าของคุณนันทากำเริบขึ้นมาอีกครั้ง คุณนันทานอนไม่หลับ รู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้ ไม่อยากทำอะไร เศร้าซึม ชีวิตกลับไปเป็นเหมือนเก่า</p>
<p>- ภาพคุณนันทานั่งกุมศึรยะ สามีเข้ามาประคอง</p>	<p>สามีของคุณนันทาทาม : (คุณต้องไปหาหมอแล้วหละ ไป เราไปหาหมოდด้วยกัน</p>
<p>- พิธีกร</p>	<p>ANC : คุณนันทาหยุดยาก่อนกำหนดจนเป็นเหตุให้ป่วยซ้ำ และต้องกลับมารักษาใหม่อีกครั้ง ซึ่งการหยุดยาก่อนกำหนดของผู้ป่วยโรคซึมเศร้ามีหลายสาเหตุ</p> <p>VO : ได้แก่ การรักษาที่ใช้เวลานาน ความไม่สะดวกในการเดินทาง ค่าใช้จ่าย คิดว่าหายป่วยแล้วและการได้รับผลข้างเคียงจากยา ซึ่งอาการของยาเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ยอมรับประทานยาต่อ แต่อาการข้างเคียงของยาสามารถป้องกัน และแก้ไขได้ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ ดังตัวอย่างของคุณวัฒนา</p>
<p>- ตัวอักษร “ยาที่คุณวัฒนาได้รับ”</p> <p>- รูปภายา ฟลูออกซีทีน (Fluoxetine)</p>	
<p>- ตัวอักษร “ชีวิต...ของวัฒนา”</p>	<p>SOUND : เพลงประกอบ</p>
<p>- พิธีกรกำลังยื่นพูด</p>	<p>ANC : คุณวัฒนา เป็นคนไข้รายหนึ่งที่แพทย์วินิจฉัยว่าเป็น โรคซึมเศร้า และได้เข้ารับการรักษามือปีที่แล้ว ด้วยอาการวิตกกังวล เศร้าหมอง ไม่มีสมาธิในการทำงาน คนรอบข้างจึงคอยตำหนิ ทำให้ท้อแท้ กลุ้มใจ จนไม่อยากทำอะไรต่อไป</p>
<p>- ภาพคุณวัฒนานั่งซึมเศร้า เหม่อลอย ไม่พูดกับใคร ไม่อยากทำอะไร เบื่อ</p>	<p>VO : วัฒนาป่วยเป็นโรคซึมเศร้า วัฒนาตัดขาดจากคนรอบข้างเกือบทั้งหมด ไม่พูดกับใคร แม้กระทั่งกับภรรยา เบื่อ เศร้า ไม่มีความสุข</p>

ภาพ	เสียง
	บางครั้งวัฒนา รู้สึกไม่รู้ว่าจะไปทำไม อยากตายเพราะคิดว่า ชีวิตมันช่างไร้ค่า เหลือเกิน
- ภาพคุณวัฒนาเอามือกุมศีรษะ มือสั่น กระวนกระวายใจ	VO : ก่อนเข้ารับการรักษา วัฒนาหวังว่าเมื่อได้ กินยาตามแพทย์สั่งแล้วอาการจะหายไป ชีวิต จะมีความสุขมากขึ้นแต่เมื่อได้มาพบแพทย์ และ กินยาแล้ว วัฒนา ก็เจอผลข้างเคียงที่เกิดจากยาที่ รับประทาน วัฒนามีอาการปวดศีรษะ มือสั่น กระวนกระวายใจเบื่ออาหาร แต่วัฒนา ก็ได้ แก้ปัญหาโดย กลับไปพบแพทย์ แพทย์ก็ได้ให้ ยามาเพื่อลดอาการ มือสั่น กระวนกระวายใจทำ ให้วัฒนาอาการดีขึ้น
- ภาพคุณวัฒนานั่งรับคำปรึกษาจากแพทย์ ที่ โรงพยาบาล - ภาพคุณวัฒนากำลังทำงานด้วยสีหน้าสดชื่น	VO: อาการปวดศีรษะ มือสั่น ใจสั่น เบื่ออาหาร ทำให้คุณวัฒนา รู้สึกไม่สุขสบาย ไม่อยาก รับประทานยา หลังจากที่ได้ไปปรึกษาแพทย์ แพทย์ได้ให้ยาเพื่อลดอาการดังกล่าวซึ่งทำให้ คุณวัฒนาอาการดีขึ้น
- ภาพคุณวัฒนาให้สัมภาษณ์ นั่งพูดคุย	วัฒนา :อาการคลื่นไส้ อาเจียน อาหารไม่ย่อย ก็มีบ้างเหมือนกัน พยาบาลแนะนำให้ผม รับประทานยาหลังอาหาร อาการก็ดีขึ้น
- พิธีกรพูด	ANC: เมื่อผู้ป่วยรับประทานยารักษาโรค ซึมเศร้า ในช่วง 1 – 2 สัปดาห์แรก เขาจะรู้สึกว่า นอนหลับได้ดีขึ้น และมีความอยากอาหารมาก ขึ้น จนคิดว่ารู้สึกว่าคุณเองหายจากโรคซึมเศร้า แล้ว แต่ความจริงจะต้องใช้เวลาประมาณ 3 – 4 สัปดาห์ จึงจะเห็นผลในการรักษาอาการโรค ซึมเศร้า

ภาพ	เสียง
<p>- ภาพคุณวัฒน์นั่งรับคำปรึกษาจากแพทย์ที่โรงพยาบาล</p>	<p>แพทย์ : การรักษาด้วยยาจะเห็นผลอย่างเต็มที่ในระยะเวลา 6 สัปดาห์นะครับ</p> <p>วัฒน์ : นานขนาดนั้นเลยหรือครับ</p> <p>แพทย์ : ครับ ใช้เวลานานหน่อย แต่ก็จำเป็นนะครับ มีหลายคนารู้สึกเกี่ยวกับการกินยานาน ๆ บางคนก็เจอผลข้างเคียงของยา เช่น กินยาแล้วปวดศีรษะ มือสั่น ใจสั่น มีคลื่นไส้อาเจียน เบื่ออาหาร มีความต้องการทางเพศลดลง บางครั้งนอนไม่หลับ พอเจอปัญหาเหล่านี้ก็เลยหยุดยาเอง</p> <p>วัฒน์ : ถ้าผมหยุดยาเองก่อนกำหนดจะเป็นอย่างไรบ้างครับ</p> <p>แพทย์ : หากหยุดยาก่อนกำหนดจะมีอาการกลับเป็นซ้ำได้อีกถึง 50 % ครับ ดังนั้นเราจึงจำเป็นต้องให้ยารักษา เพื่อควบคุมอาการระยะยาว</p>
<p>- พิธีกรพูด</p>	<p>ANC : ผู้ป่วยที่มีอาการกลับเป็นซ้ำ ต้องทนทุกข์ทรมานทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจเป็นอย่างมาก อีกทั้งโอกาสที่จะหายขาดจากโรคซึมเศร้าก็จะมีน้อยลงตามไปด้วยแต่ถ้าปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์อย่างเคร่งครัด ก็จะทำให้อาการทุเลาลง มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นดัง</p> <p>ตัวอย่างของชีวิตของคุณวาสนา</p>
<p>- ตัวอักษร “ชีวิต...วาสนา”</p>	<p>SOUND : เพลงประกอบ</p>
<p>- ภาพคุณวาสนา กำลังทำงานอยู่ในโรงงานผลิตรองเท้าด้วยอาการเหม่อลอย</p>	<p>VO : คุณวาสนาป่วยเป็นโรคซึมเศร้า มีอาการเป็น ๆ หาย ๆ มามากกว่า 5 ครั้ง ตลอด 2 ปีที่ผ่านมา นั่นเป็นเพราะคุณวาสนาไม่รับประทาน</p>

ภาพ	เสียง
	<p>ยาตามที่แพทย์สั่ง และมาโรงพยาบาลเมื่อมีอาการเท่านั้น โดยไม่คิดว่าตนเองจะกลับมามีอาการป่วยซ้ำอีก ครั้งนี้ก็เช่นกันคุณวาสนาป่วยจนต้องกลับเข้านำรักษาที่โรงพยาบาลอีกครั้ง</p>
<p>- ภาพคุณวาสนานั่งฟังคำแนะนำของแพทย์</p> <p>- ภาพคุณวาสนาพยักหน้ารับคำแพทย์</p>	<p>แพทย์ : (เนื่องจากคุณเป็นขึ้นมาแล้วหลายครั้งแล้วดังนี้ คุณจำเป็นต้องรับประทานยานานหน่อยนะครับ เพื่อควบคุมไม่ให้อาการกลับเป็นซ้ำครับ)</p> <p>วาสนา : ค่ะ</p>
<p>- ภาพคุณวาสนารับประทานอาหารเที่ยง</p> <p>- ภาพนาฬิกา 12.30 น.</p>	<p>SOUND : เพลงประกอบ</p>
<p>- ภาพคุณวาสนานั่งนึกอะไรบางอย่าง</p> <p>- ภาพคุณวาสนาลุกขึ้นไปรับประทานยาหลังอาหาร</p>	<p>(วาสนาพูดในใจ) : ฉันไม่อยากเป็น ๆ หาย ๆ เหมือนเดิมอีกแล้ว ต่อไปนี้ฉันจะไม่ลืมกินยา ฉันต้องกินยาตามที่แพทย์สั่ง แล้วอาการฉันจะดีขึ้น</p>
<p>- ภาพคุณวาสนาพูดเล่นกับเพื่อน ๆ อย่างมีความสุข</p>	<p>VO : คุณวาสนาตัดสินใจแน่วแน่ที่จะปฏิบัติตามแผนการรักษาของแพทย์ โดยรับประทานยาตรงตามกำหนดเวลาอย่างต่อเนื่อง ทำให้คุณวาสนากลับมาใช้ชีวิตได้อย่างปกติ สามารถอยู่กับครอบครัว และเพื่อนร่วมงานได้อย่างมีความสุข</p>
<p>- พิธีกร</p>	<p>ANC : ทั้งหมดนี้ คงจะเห็นแล้วว่า โรคซึมเศร้าจะกลับมาเป็นซ้ำได้อีก หากผู้ป่วยนั้นไม่ได้รับประทานยาตามกำหนด ตามแผนการรักษา ดังนั้นพึงระลึกไว้อยู่เสมอว่า โรคซึมเศร้าจะหายขาดได้ ถ้าตัวผู้ป่วยเองมีวินัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องรับประทานยา และต้องปฏิบัติตัวด้านอื่น ๆ ตามคำแนะนำของ</p>

ภาพ	เสียง
	แพทย์ และพยาบาลอย่างต่อเนื่องนะคะ
<p>- END TITLE</p> <p>ตัวอักษร “คุณเท่านั้นที่จะเป็นผู้ควบคุมอาการของคุณให้ดีขึ้นจนอาการนั้นหายไป หรือดีขึ้นเพียงชั่วคราวแล้วกลับมาเป็นซ้ำอีก</p>	THE END

ภาคผนวก ง

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ

สังกัด

1. นายแพทย์กนิษฐพจน์ เจริญศักดิ์

นายแพทย์เชี่ยวชาญ

โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่

2. นางพรทิพย์ ธรรมวงศ์

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่

3. นางพาขวัญ บุญประสาร

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

โรงพยาบาลห้วยคต จังหวัดอุทัยธานี

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล

นางสาวกาญจนา ธารสุข

วัน เดือน ปีเกิด

22 กุมภาพันธ์ 2520

ประวัติการศึกษา

ปีการศึกษา 2543

พยาบาลศาสตรบัณฑิต
มหาวิทยาลัยพายัพ

ประวัติการทำงาน

พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่