



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



เอกสารเลขที่ ๐๕๖/๒๕๕๕

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โดย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอรับรองว่า
โครงการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์เรื่อง : ผลของการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพ
ปอดต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและการใช้บริการสุขภาพในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้น
เรื้อรัง (Effects of a Self-management Promotion in Pulmonary Rehabilitation on Functional Capacity
and Health Care Utilization Among Persons with Chronic Obstructive Pulmonary Disease)

ของ : นางสาวสินันท์ ณะวงค์

สังกัด : นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผนก.
ภาคปกติ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ได้ผ่านการพิจารณาแล้ว เห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิด
ภัยอันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออก
หนังสือรับรองฉบับนี้จนถึงวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๕๖

หนังสือออกวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๕๕

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

ลงนาม.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.ธนรักษ์ สุวรรณประทีป)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
โรงพยาบาลนครพิงค์

โครงการวิจัย : ผลของการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ต่อความสามารถในการทำ
หน้าที่ของร่างกาย และการใช้บริการสุขภาพในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

รหัสโครงการ :

ผู้ดำเนินการวิจัย : นางสาวลลิตาภรณ์ ธนะวงศ์

สถานที่ดำเนินการวิจัย : โรงพยาบาลนครพิงค์

เอกสารที่พิจารณา :

1. คำขอการรับรองเชิงจริยธรรมในการทำวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคน
2. แบบอัดตประวัติ
3. รายละเอียดโครงการ
4. เครื่องมือในการวิจัย

เอกสารที่อนุมัติ :

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย โรงพยาบาลนครพิงค์ ได้พิจารณาโครงการฉบับภาษาไทยแล้ว
คณะกรรมการฯ พิจารณาอนุมัติในแง่จริยธรรมให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องข้างต้นได้ ทั้งนี้โดยยึดตามเอกสารฉบับภาษาไทยเป็น
หลัก

..... ประธานคณะกรรมการ
(นายกิจจา เจียรวัฒนภัก)

..... กรรมการและเลขานุการ
(นางสุภารัชต์ กาญจนระวีชัย)

ภาคผนวก ข

เอกสารขออนุญาตเก็บข้อมูล

ที่ ชม ๐๐๒๗.๒๐๒/ ๑๙๙๗๖๖



เลขที่เอกสาร	001	คณะพยาบาลศาสตร์	027
วันที่	๒๓.๑.๕๕	ที่	๒๓.๑.๕๕
เวลา	๑๔.๓๑	คน	๑๔๐

โรงพยาบาลนครพิงค์
๑๕๙ หมู่ ๑๐ ตำบลดอนแก้ว
อำเภอแมริ่ม จังหวัดเชียงใหม่
๕๐๑๘๐

๑๔ ธันวาคม ๒๕๕๕

เรื่อง รับรองการพิจารณาเชิงจริยธรรมในการทำวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์และอนุญาตเข้าถึงข้อมูลในการทำวิจัย

เรียน คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

อ้างถึง หนังสือคณะบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ ศธ ๖๓๙๓(๗)/๕๖๓๖
ลงวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๕

ตามที่หนังสืออ้างถึง นางสาวลินนภัทร์ ธนะวงค์ นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผนก ก ภาคปกติ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทำการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และการใช้บริการสุขภาพในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง” เก็บข้อมูลเพื่อทดสอบคุณภาพเครื่องมือจากที่มีรับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก จำนวน ๑๐ ราย และเก็บข้อมูลในการทำวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์จากผู้ที่มีรับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก จำนวน ๕๒ ราย โดยเก็บข้อมูลเพื่อทดสอบคุณภาพเครื่องมือในเดือนพฤศจิกายน ถึงเดือนธันวาคม ๒๕๕๕ และเก็บข้อมูลในการทำวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ระหว่างเดือนธันวาคม ๒๕๕๕ ถึงเดือนมีนาคม ๒๕๕๖ นั้น

โรงพยาบาลนครพิงค์ พิจารณาแล้ว ยินดีให้ นางสาวลินนภัทร์ ธนะวงค์ เข้าดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังกล่าวได้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายศิริพจน์ ศรีบัณฑิตกุล)

รองผู้อำนวยการด้านพัฒนาระบบบริการสุขภาพ
ปฏิบัติราชการแทนผู้อำนวยการโรงพยาบาลนครพิงค์

ฝ่ายพัฒนาระบบคุณภาพและวิจัย

โทรศัพท์ ๐-๕๓๙๙-๙๒๐๐ ต่อ ๑๑๗๙, ๑๑๗๕

โทรสาร ๐-๕๓๙๙-๙๒๐๐ ต่อ ๑๑๗๙

ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัยวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ส่วนที่ 3 แบบบันทึกการติดตามตนเองประจำวันของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ส่วนที่ 4 แบบบันทึกระยะทางที่เดินได้ในเวลา 6 นาที

ส่วนที่ 5 แบบบันทึกจำนวนครั้งของการใช้บริการสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ส่วนที่ 6 คู่มือการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

รหัสกลุ่มตัวอย่าง.....

วัน/เดือน/ปี.....

แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ.....ปี
3. น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร
(ค่าดัชนีมวลกาย [BMI] =kg/m²)
4. ศาสนา () พุทธ
 () คริสต์
 () อิสลาม
 () อื่นๆ โปรดระบุ.....
5. สถานภาพสมรส
 () โสด
 () คู่
 () หย่า ม่าย หรือแยกกันอยู่
6. ระดับการศึกษา
 () ไม่ได้ศึกษา
 () ประถมศึกษา
 () มัธยมศึกษา
 () ประกาศนียบัตร/อนุปริญญา
 ()ปริญญาตรีขึ้นไป
7. อาชีพ

.....

.....

.....

แบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินระดับความรุนแรงของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

คำชี้แจง: คำถามต่อไปนี้เกี่ยวกับความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมของท่าน กรุณาทำเครื่องหมาย / ลงในช่องคำตอบของคำถามแต่ละข้อ โปรดเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

ข้อคำถาม	คำตอบ		ระดับความรุนแรง ของโรค
	ใช่	ไม่ใช่	
1. ท่านสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ได้ตามปกติ สามารถเดินขึ้นบันไดหรือทางชันได้โดยไม่มีอาการหายใจลำบาก จะเริ่มมีอาการหายใจลำบากเมื่อทำงานหนักใช่หรือไม่			ระดับที่ 1
2. ท่านสามารถ.....			ระดับที่ 2
3. ท่านมี.....		
4. ท่านมี.....		
5. ท่านมี.....		

ส่วนที่ 2 แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็น โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด
สำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

จัดทำโดย

นางสาวลินนภัทร์ ธนะวงศ์

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พิกุล นันทชัยพันธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประทุม สร้อยวงศ์

แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังนี้ ได้จัดทำขึ้น โดยใช้แนวคิดการจัดการตนเองของแคนเฟอร์ (Kanfer, 1980) ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอน คือ 1) การกำกับติดตามตนเอง 2) การประเมินตนเอง และ 3) การให้แรงเสริมตนเอง ซึ่งแผนการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดแบ่งเป็น 3 ระยะคือ ระยะที่ 1 ระยะเตรียมความพร้อมและสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ระยะที่ 2 ระยะดำเนินการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ซึ่งประกอบด้วย ขั้นตอนการส่งเสริมการกำกับติดตามตนเอง ขั้นตอนการส่งเสริมการประเมินตนเอง และขั้นตอนการส่งเสริมการให้แรงเสริมตนเอง และระยะที่ 3 เป็นระยะประเมินผล

ผู้ดำเนินการ

นางสาวลินนภัทร์ ธนะวงศ์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วัตถุประสงค์

เพื่อ.....
.....

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้ที่เป็น.....
.....

สถานที่

แผนกผู้ป่วยนอก

ระยะเวลาดำเนินการ

14 สัปดาห์

อุปกรณ์และสื่อ

1. แผนการสอนส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
2. คู่มือการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
3.
4.

วิธีการ

1. บรรยายแบบมีส่วนร่วม
2. สาธิต
3.
4.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

วิธีการประเมินผล

1. สังเกตความสนใจ การซักถาม และการมีส่วนร่วมของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
2.
3.

ขั้นตอนการดำเนินงาน

ระยะที่ 1 ระยะเตรียมความพร้อมและสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

ระยะที่ 2 ระยะดำเนินการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด มี 3 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1

ขั้นตอนที่ 2

ขั้นตอนที่ 3

ระยะที่ 3

ระยะที่ 1 ระยะเตรียมความพร้อม และสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

วัตถุประสงค์

เพื่อ.....

อุปกรณ์และสื่อ

1. แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
2.
3.

ส่วนที่ 3 แบบบันทึกการติดตามตนเองประจำวันของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

แบบบันทึกประจำวัน
ของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง



ชื่อ.....นามสกุล.....

อายุ.....ปี

การบันทึกประจำวัน มีประโยชน์ คือ

1. ทำให้ทราบว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ หรือไม่ ??
2. เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการประเมินผลการปฏิบัติของตนเอง
3. ทำให้ทราบปัญหา และอุปสรรคในการปฏิบัติ เพื่อวิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขได้อย่างเหมาะสม



ส่วนที่ 4 แบบบันทึกระยะทางที่เดินได้ในเวลา 6 นาที

ครั้งที่.....

วันที่.....

แบบบันทึกระยะทางที่เดินได้ในเวลา 6 นาที

รหัสกลุ่มตัวอย่าง..... เพศ..... อายุ..... ปี

ความดันโลหิตขณะพัก..... ความดันโลหิตหลังการทดสอบ.....

.....

Predicted HR_{MAX} =

=

ตัวแปร
		1	2	3	4	5	6	
.....								
.....								
.....								
.....								

.....

.....

.....

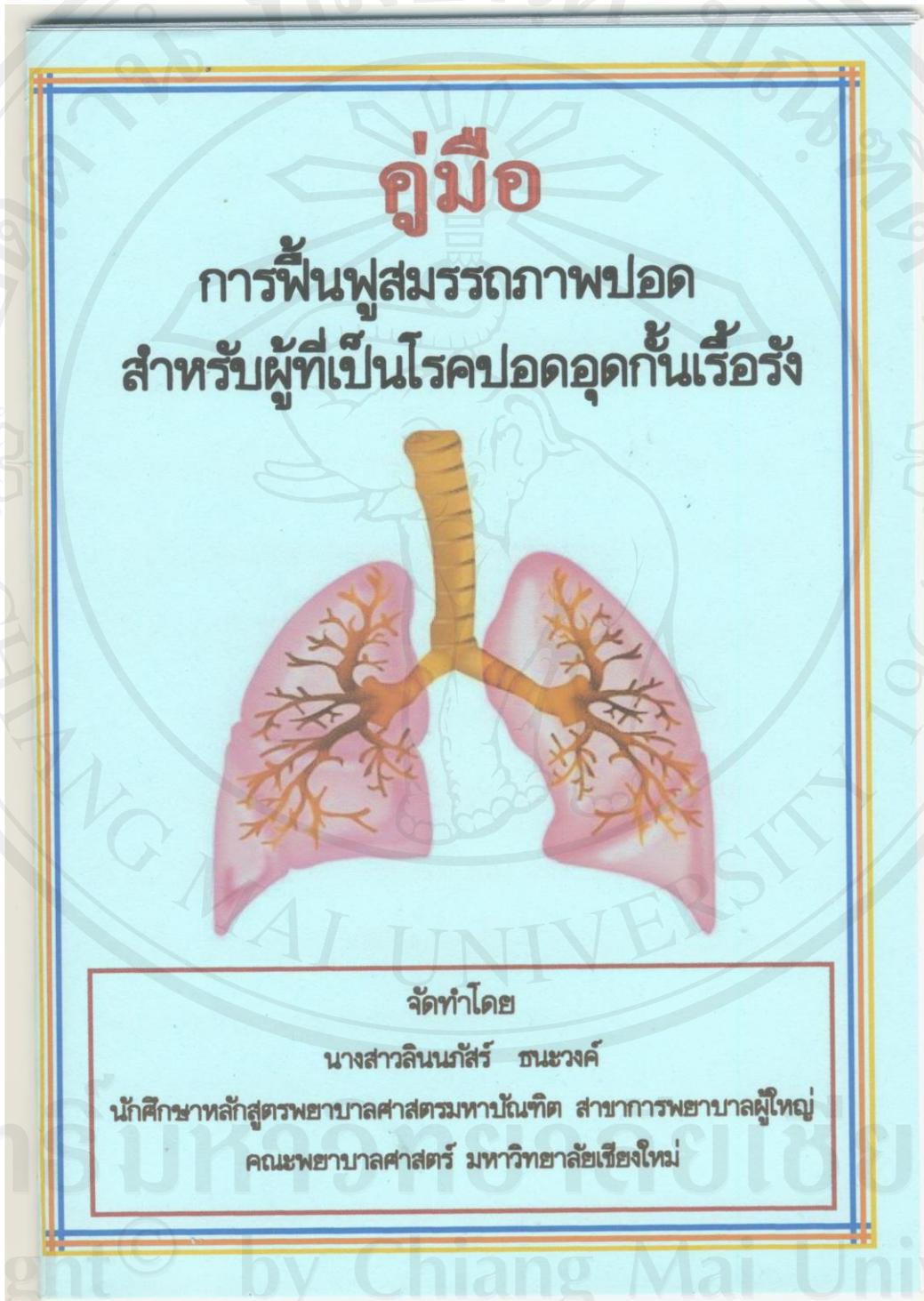
หมายเหตุ

.....

.....

.....

ส่วนที่ 6 คู่มือการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง



คำนำ

คู่มือการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็โรค
ปอดอุดกัันเรื้อรังเล่มนี้ จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมให้ผู้ที่เป็โรค
ปอดอุดกัันเรื้อรัง มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรค และ
การฟื้นฟูสมรรถภาพปอด รวมทั้งสามารถนำไปประยุกต์
ใช้ในการปฏิบัติการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดได้อย่างถูกต้อง
ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือเล่มนี้จะเป็น
ประโยชน์สำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกัันเรื้อรังทุกท่านในการ
นำไปปฏิบัติ เพื่อส่งเสริมสมรรถภาพการทำงานของปอด
ให้ดีขึ้น สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้อย่าง
เต็มศักยภาพ และลดการใช้บริการสุขภาพได้

การฟื้นฟูสมรรถภาพปอด



การฟื้นฟูสมรรถภาพปอด เป็นวิธีที่ได้รับการยอมรับ และแนะนำ ให้ใช้ในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อลดอาการ หายใจเหนื่อยหอบ เพิ่มคุณภาพชีวิต และเพิ่มความสามารถในการ ปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

การที่ผู้ป่วยจะได้รับผลลัพธ์ที่ดี และบรรลุวัตถุประสงค์ของการ ฟื้นฟูสมรรถภาพปอดได้นั้น ต้องมีการปฏิบัติกรฟื้นฟูสมรรถภาพปอด อย่างต่อเนื่อง จนเกิดเป็นพฤติกรรมที่สม่ำเสมอและยั่งยืน

หลักในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด ประกอบด้วย การให้ความรู้ เรื่องโรคและการปฏิบัติตัว การบริหารการหายใจ การออกกำลังกาย และการดูแลด้านจิตสังคม

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ – สกุล

นางสาวลินนภัทร์ ณะวงค์

วัน เดือน ปี เกิด

6 เมษายน 2527

ประวัติการศึกษา

พยาบาลศาสตรบัณฑิต

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ปีการศึกษา 2549

ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2549 -2551

พยาบาลวิชาชีพ

โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

พ.ศ. 2551-ปัจจุบัน

พยาบาลวิชาชีพ ปฏิบัติการ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี เชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved