



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



เอกสารเลขที่ ๐๖๒/๒๕๕๕

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โดย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอรับรองว่า
โครงการศึกษาการค้นคว้าแบบอิสระเรื่อง : ประสิทธิภาพของการใช้แนวปฏิบัติที่เป็นเลิศสำหรับการ
ลดภาวะแทรกซ้อนที่เท้าสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน โรงพยาบาลเกาะคา จังหวัดลำปาง (Effectiveness
of Implementing Best Practice Guidelines for Reducing Foot Complication for Persons with Diabetes
Mellitus, Kokha Hospital, Lampang Province)

ของ : นางเยาวเรศ ดวงแก้ว

สังกัด : นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผน ข.
ภาคพิเศษ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ได้ผ่านการพิจารณาแล้ว เห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิด
อันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออก
หนังสือรับรองฉบับนี้จนถึงวันที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๖

หนังสือออกวันที่ ๒๒ มิถุนายน ๒๕๕๕

ลงนาม.....

(ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลงนาม.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.ธนรักษ์ สุวรรณประทีป)

คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลผู้ป่วย

ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง ผู้สัมภาษณ์สอบถามข้อมูลผู้ป่วยตามข้อความที่กำหนดให้ ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหน้าคำตอบตามความเป็นจริง หรือข้อมูลที่เป็นจริงลงในช่องว่าง

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ.....ปี
3. สถานภาพสมรส ☐ โสด ☐ คู่ ☐ หม้าย/หย่า / แยกกันอยู่
4. ศาสนา ☐ พุทธ ☐ คริสต์ ☐ อิสลาม ☐ อื่น ๆ ระบุ.....
5. ระดับการศึกษา ☐ ไม่ได้เรียน ☐ ประถมศึกษา ☐ มัธยมศึกษา ☐ อนุปริญญาหรือเทียบเท่า ☐ ปริญญาตรีหรือสูงกว่า
6. อาชีพ ☐ ไม่ได้ประกอบอาชีพ ☐ ค้าขาย / ธุรกิจส่วนตัว ☐ รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ ☐ แม่บ้าน ☐ รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ ☐ เกษตรกรรม ☐ นักเรียน / นักศึกษา ☐ รับจ้าง ☐ ทำงาน

7. รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือนประมาณ.....บาท/เดือน

ความเพียงพอของรายได้ () เพียงพอ() ไม่เพียงพอ

8. ระยะเวลาที่ทราบเป็นโรคเบาหวาน.....ปีเดือน

9. การรักษาปัจจุบัน (ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)

() ควบคุมอาหาร

() ออกกำลังกาย

() ยาเม็ดลดน้ำตาล ระบุ.....

() ยานีลดน้ำตาล ระบุ.....

10. ประวัติการสูบบุหรี่

() ไม่สูบ

() สูบ.....มวน/วัน

() เคยสูบ แต่เลิกสูบ.....ปี

11. ประวัติการเกิดแผลที่เท้า

() ไม่เคย

() เคย ด้านขวา ตำแหน่ง.....

ด้านซ้าย ตำแหน่ง.....

12. ประวัติการถูกตัดนิ้วเท้า/ขา

() ไม่เคย

() เคย ด้านขวา ตำแหน่ง.....

ด้านซ้าย ตำแหน่ง.....

13. การได้รับความรู้ในการดูแลเท้า

() เคยได้รับความรู้

() ไม่เคยได้รับความรู้

14. การสวมใส่รองเท้า

() เหมาะสม

() ไม่เหมาะสม

15. การจัดการเมื่อพบความผิดปกติอย่างไร

() จัดการด้วยตนเอง

() พบเจ้าหน้าที่หรือแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน

คำชี้แจง ในคำถามแต่ละข้อเป็นการอธิบายถึงความรู้เรื่องการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน ขอให้ท่านตอบตามความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ลักษณะคำตอบมีดังนี้

ให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ในข้อความที่ท่านเห็นด้วยว่าใช่

ให้ท่านทำเครื่องหมาย X ในข้อความที่ท่านไม่เห็นด้วยว่าไม่ใช่

ข้อ	คำถามความรู้เรื่องการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน	คำตอบ	
		ใช่	ไม่ใช่
1	ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานมีโอกาสดูถูกตัดเท้าหรือขา มากกว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นโรคเบาหวาน		
2	ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานที่มีอายุมากกว่า 40 ปี เป็นเบาหวานมานานหลายปี และควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดี ถือว่ามีปัจจัยเสี่ยงในการเกิดแผลที่เท้า		
3	ภาวะแทรกซ้อนเรื้อรังที่พบบ่อยในผู้ที่เป็นโรคเบาหวานคือการเกิดแผลที่เท้า		
4	ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานาน ๆ จะมีอาการเท้าชาและเป็นตะคริวบ่อย		
5	การสูบบุหรี่เป็นเวลานานเป็นปัจจัยเสี่ยงอย่างหนึ่งที่จะทำให้เกิดแผลที่เท้าได้		
6	หากมีอาการเท้าชา สามารถแช่เท้าในน้ำอุ่นเพื่อช่วยให้ระบบการไหลเวียนเลือดบริเวณเท้าดีขึ้น		
7	การตัดเล็บหลังอาบน้ำเสร็จใหม่ๆ เพราะจะทำให้เล็บนิ่มและตัดได้ง่าย		
8	การตัดเล็บให้ตัดตรง ๆ เสมอปลายนิ้ว อย่าตัดเล็บให้โค้งเข้ามุกเล็บ หรือตัดลึกมากเพราะจะเกิดแผลได้ง่าย		
9	ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานไม่มีความจำเป็นต้องทำความสะอาดเท้า หรือดูแลเท้าเป็นพิเศษ ควรดูแลเท้าสัปดาห์ละครั้งก็พอ		
10	หลักการการเลือกซื้อรองเท้าในผู้ที่เป็นโรคเบาหวานควรเลือกซื้อในตอนเช้า ซึ่งถือว่าเหมาะสมที่สุด		
11	ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานสามารถเลือกสวมใส่รองเท้าได้ทุกชนิด แต่ต้องมีขนาดพอดีกับเท้า		

ข้อ	คำถามความรู้เรื่องการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน	คำตอบ	
		ใช่	ไม่ใช่
12	การสวมรองเท้าตลอดเวลาทั้งในและนอกบ้านมีส่วนลดปัญหาการเกิดแผลที่เท้าได้		
13	การสวมรองเท้าที่มีขนาดพอดี ไม่คับหรือหลวมมากเกินไป ลดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดแผลที่เท้าได้		
14	การสวมถุงเท้าเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดการไหลเวียนของเลือดไปเลี้ยงที่เท้าไม่สะดวก จึงไม่ควรสวมถุงเท้า		
15	การตัดตราปลา หรือหนังหนาด้านที่เกิดขึ้นที่เท้าด้วยตนเอง จะสามารถช่วยป้องกันการเกิดแผลที่เท้าได้		
16	แผลเบาหวานเป็นแผลที่รักษาง่าย ไม่จำเป็นต้องดูแลอย่างใกล้ชิด		
17	เมื่อมีบาดแผลควรทำความสะอาดแผลด้วยน้ำเกลือล้างแผล ห้ามใช้ทิชชูหรือไอโอดีน		
18	ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานที่เคยเกิดแผลที่เท้าแม้ว่าการรักษาจะหายแล้ว แต่ก็มีโอกาสเกิดแผลได้อีก		
19	การนั่งไขว่ห้างบ่อย ๆ ไม่เกี่ยวกับการไหลเวียนเลือด		
20	การบริหารเท้าทุกวัน จะช่วยให้การหมุนเวียนของเลือดที่เท้าดีขึ้น		

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน

คำชี้แจง ให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ในข้อความที่ท่านปฏิบัติจริง

ในคำถามแต่ละข้อเป็นการอธิบายถึงการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวานขอให้ท่านตอบคำถามตามความเป็นจริงของท่านมากที่สุด
ลักษณะคำตอบมีดังนี้

ทำทุกครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติพฤติกรรมนั้น 5-7 วัน/สัปดาห์

ทำบางครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติพฤติกรรมนั้น 1-4 วัน/สัปดาห์

ไม่ได้ทำ หมายถึง ท่านไม่ได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้นเลยในแต่ละสัปดาห์

ข้อ	คำถามพฤติกรรมการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน	คำตอบ		
		ทำทุก ครั้ง	ทำบาง ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
	การทำความสะอาดเท้า 5 ข้อ			
1	ท่านทำความสะอาดเท้าด้วยน้ำ โดยใช้สบู่อ่อน ฟอกตามซอกนิ้วเท้าและส่วนต่าง ๆ ของเท้า			
2	ท่านใช้แปรงถูเท้าที่มีขนนุ่ม			
3	ภายหลังล้างเท้าท่านใช้ผ้านุ่มๆ ซับเท้าให้แห้งทันที รวมทั้งซอกนิ้วเท้า			
4	หลังจากท่านเช็ดเท้า ท่านนวดเท้าด้วยครีมบำรุงผิว โดยขกเว้นทาบริเวณซอกนิ้วเท้า			
5	ในระหว่างวันหากผิวหนังแห้งหรือมีเหงื่อออกมาก ท่านเช็ดเท้าให้แห้งแล้วใช้แป้งฝุ่นโรยที่เท้า			
	การตรวจเท้าเพื่อค้นหาความผิดปกติ 2 ข้อ			
6	ท่านตรวจเท้าให้ทั่วทุกส่วน เพื่อค้นหาความผิดปกติที่เท้า โดยเฉพาะซอกนิ้วเท้า หลังเท้า ฝ่าเท้า ส้นเท้า			
7	เมื่อตรวจพบความผิดปกติที่เท้า เช่น เท้าเกิดมีความอักเสบ ปวดบวม เล็บเป็นเชื้อรา ให้รีบปรึกษาจากแพทย์หรือพยาบาล			
	การป้องกันการเกิดแผลที่เท้า การตัดเล็บเท้า 4 ข้อ			
8	ท่านตัดเล็บเท้าหลังอาบน้ำหรือทำความสะอาดเท้าใหม่ ๆ			

ข้อ	คำถามพฤติกรรมและการดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน	คำตอบ		
		ทำทุก ครั้ง	ทำบาง ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
9	ท่านใช้กรรไกรตัดเล็บที่สะอาดตัดเล็บในลักษณะตรง ไม่ตัด สั้น หรือชิดเนื้อจนเกินไป หรือโค้งเข้าขอบเล็บด้านข้าง			
10	ท่านใช้วัสดุที่เป็นของแข็งอื่นๆ และชอกเล็บเท้าเพื่อทำ ความหรือเอาสิ่งสกปรกออก			
	การป้องกันการเกิดแผลที่เท้า การใส่รองเท้า 6 ข้อ			
11	ก่อนใส่รองเท้าท่านต้องตรวจหาสิ่งแปลกปลอมในรองเท้า พร้อมเคาะรองเท้าก่อนสวมใส่			
12	ท่านสวมใส่ถุงเท้าที่ไม่รัดแน่นก่อนสวมรองเท้า			
13	ท่านจะใส่รองเท้าทุกครั้งที่ออกจากบ้าน			
14	รองเท้าที่ท่านสวมใส่ประจำ เป็นรองเท้าที่ห่อหุ้มเท้าได้ทุก ส่วน มีขนาดพอดี นุ่ม และไม่คับแน่น			
15	เมื่อท่านอยู่ในบ้านได้สวมถุงเท้าหรือรองเท้าหรือรองเท้าผ้า ที่ห่อหุ้มปลายนิ้วได้			
16	พื้นรองเท้าที่ท่านใส่ ยึดเกาะกับพื้นได้ดี ช่วยป้องกันการลื่น หกล้ม			
	การส่งเสริมการไหลเวียนของเลือด บริเวณเท้า 6 ข้อ			
17	ท่านสวมรองเท้าที่ค่อนข้างคับหรือรัดแน่น			
18	ท่านใส่รองเท้าติดต่อกันหลายชั่วโมงโดยไม่ถอด			
19	ท่านนั่งไขว่ห้าง นั่งยอง ๆ หรือนั่งพับเพียบในท่าเดียวกัน นานๆ เกิน 10-15 นาที			
20	ท่านวางกระเป๋าน้ำร้อนประคบไว้เมื่อรู้สึกเท้าเย็นหรือชา			
21	ท่านนวดฝ่าเท้า นิ้วเท้าและน่องวันละ 10-15 นาที			
22	ท่านบริหารเท้าด้วยการเดินหรือเข่งปลายเท้าวันละ 15 นาที			

ข้อ	คำถามพฤติกรรม การดูแลเท้าของผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน	คำตอบ		
		ทำทุก ครั้ง	ทำบาง ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
	การดูแลรักษาเมื่อเกิดแผลที่เท้า 5 ข้อ			
23	ท่านดูแลเท้าที่บวมแดง มีรอยถลอกเล็กน้อยด้วยตนเองเสมอ			
24	ท่านเจาะ ตัดหรือถลอกตุ่มพองที่เท้าออกเอง			
25	เมื่อมีบาดแผลเกิดขึ้นเล็กน้อยท่านทำความสะอาดแผลด้วยน้ำต้มสุกหรือน้ำเกลือล้างแผล และทำความสะอาดแผลที่เท้าอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง			
26	ท่านระวังไม่ให้เท้าเปียก อับชื้น เมื่อมีแผลแม้เพียงเล็กน้อย			
27	เมื่อเกิดบาดแผลที่มีลักษณะแผลเพิ่มขึ้นท่านรีบมาพบแพทย์ภายในเวลา 1 สัปดาห์			

ส่วนที่ 4 แบบบันทึกประเมินระดับความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนที่เท้า

ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ดังนี้

1) การตรวจสอบสภาพเท้า

- เล็บ () ปกติ () หนา () บาง () มีเล็บขบ
 () มีเชื้อรา () มีหนอง () มีเลือดออก
 ผิวหนัง () ปกติ () บาง () แห้ง () ร้อน
 () เย็น () มีรอยแตก () มันทวาว () ไม่มีขน
 () Corn () callus () สีดำคล้ำ () สีซีด
 () สีแดงอักเสบ
 รูปเท้า () ปกติ () claw toes () bunions
 () charcot foot () prominent

2) การประเมินการไหลเวียนโลหิต การประเมินระบบประสาท

- Dorsalis pedis ข้างซ้าย () คลำได้ชัดเจน () คลำได้เบา () คลำไม่ได้
 ข้างขวา () คลำได้ชัดเจน () คลำได้เบา () คลำไม่ได้
 Posterior tibia ข้างซ้าย () คลำได้ชัดเจน () คลำได้เบา () คลำไม่ได้
 ข้างขวา () คลำได้ชัดเจน () คลำได้เบา () คลำไม่ได้

3) วิธีการตรวจการรับความรู้สึกด้วย monofilament ขนาด 5.07 หรือ 10 กรัม



- เท้าขวา () ปกติ () ผิดปกติ
 เท้าซ้าย () ปกติ () ผิดปกติ

ส่วนที่ 5 แบบบันทึกระดับความเสี่ยง

ระดับความเสี่ยง	อาการและอาการแสดง	การประเมิน
ความเสี่ยงต่ำ	- ไม่มีประวัติการมีแผลที่เท้าหรือการถูกตัดขา - ไม่มีเท้าผิดปกติ - ผิวหนังและเล็บปกติ - คลำชีพจรที่เท้าปกติ หรือค่า ABI มากกว่า 0.9 - การรับรู้ความรู้สึกปกติ	
ความเสี่ยงปานกลาง	- ไม่มีประวัติการมีแผลที่เท้าหรือการถูกตัดขา - ไม่มีเท้าผิดปกติ - ผิวหนังและเล็บผิดปกติ - คลำชีพจรที่เท้าผิดปกติ หรือ ค่า ABI น้อยกว่า 0.9 - การรับรู้ความรู้สึกผิดปกติ	
ความเสี่ยงสูง	- ประวัติเคยมีแผลที่เท้าหรือการถูกตัดขา - มีเท้าผิดปกติ - ผิวหนังและเล็บผิดปกติ - คลำชีพจรที่เท้าผิดปกติ หรือ ค่า ABI น้อยกว่า 0.9 - การรับรู้ความรู้สึกผิดปกติ	

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล

นางเยาวเรศ ดวงแก้ว

วัน เดือน ปีเกิด

15 มกราคม 2516

ประวัติการศึกษา

ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสลำปาง

ประวัติการทำงาน

ปี พ.ศ. 2545 – ปัจจุบัน

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
กลุ่มงานการพยาบาล โรงพยาบาลเกาะคา
จังหวัดลำปาง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved