



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์



เอกสารเลขที่ ๑๔๗/๒๕๕๖

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

ชื่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย: คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ที่อยู่ : ๑๑๐ ถนนอินทวิโรส ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ : นางสาวรุติมา ทาสวรรณอินทร์

สังกัด : นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ แผนก ภาคปกติ
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ชื่อเรื่องโครงการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย) ผลของการส่งเสริมการจัดการตนเองต่อคุณภาพชีวิต
และอัตราการกลับมารักษาซ้ำของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว
(ภาษาอังกฤษ) Effects of Self-management Enhancement on
Quality of Life and Rehospitalization Rate Among Older Persons with Hearth
Failure

เลขที่โครงการ : Full - ๐๖๗/ - ๒๕๕๖

ผู้ให้ทุนวิจัย : -

เอกสารรับรอง	ฉบับที่รับรอง
โครงการวิจัย	- ฉบับวันที่ ๒๗/ พฤศจิกายน ๒๕๕๖
เอกสารแสดงความยินยอม/ ข้อมูลสำหรับ อาสาสมัคร	- ฉบับวันที่ ๒๗/ พฤศจิกายน ๒๕๕๖
แบบบันทึกข้อมูล	- ฉบับวันที่ ๒๗/ พฤศจิกายน ๒๕๕๖
อัตรประวัติหัวหน้าโครงการ	- ฉบับวันที่ ๒๗/ พฤศจิกายน ๒๕๕๖

กระบวนการพิจารณาโครงการวิจัย : การประชุมคณะกรรมการ ครั้งที่ ๙ วันที่ ๒๒ ตุลาคม ๒๕๕๖

ผลการพิจารณา : คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณาแล้ว มีมติเห็นชอบให้ดำเนินการวิจัย
ในขอบเขตที่เสนอได้

อนุมัติ ณ วันที่ ๒๗ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๖ มีผลถึงวันที่ ๒๖ เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๗


กำหนดส่งรายงานความก้าวหน้าของการวิจัย

- [] ทุก ๓ เดือน
- [] ทุก ๖ เดือน
- [/] ทุกปี (ในกรณีนี้โปรดยื่นอย่างน้อย ๖๐ วัน ก่อนวันหมดอายุใบรับรอง)

คณะกรรมการฯ ชุดนี้จัดตั้งและดำเนินการตาม GCPs และแนวทางจริยธรรมสากล กฎหมายและข้อบังคับที่เกี่ยวข้อง

ลงชื่อ : 

(ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ)
ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลงชื่อ : 

(ศาสตราจารย์ ดร.วิภาดา คุณนาวิกติกุล)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

การปฏิบัติหลังจากรับรอง

- หากจะแก้ไขเปลี่ยนแปลงในข้อมูลสำหรับผู้ป่วย/อาสาสมัคร หรือเอกสารยินยอมหรือโครงการวิจัย ต้องขออนุมัติก่อนเว้นแต่เป็นเรื่องเร่งด่วนเพื่อสวัสดิภาพของอาสาสมัคร
- หากมีข้อมูลใหม่หรือเหตุการณ์ใด ๆ ที่อาจมีผลต่ออัตราส่วนระหว่างผลประโยชน์/ความเสี่ยงของการศึกษาวิจัย ให้รายงานต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยโดยรีบด่วน
- การเบี่ยงเบน/ฝ่าฝืนโครงการวิจัย ต้องแจ้งคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยทุกครั้ง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ข

เอกสารรับรองโครงการวิจัย คณะแพทยศาสตร์



มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วันที่ 15 พฤษภาคม 2557

AFAC-MED-2557-02248



เอกสารเลขที่ 184/2557

เอกสารรับรองโครงการวิจัยในมนุษย์

ชื่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย : คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ชุดที่ 4

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ที่อยู่ : 110 ถนนอินทวิโรจ ต่าบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50200

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นางสาว สิริติมา ทาสวรรณอินทร์

สังกัด : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ชื่อเรื่องโครงการวิจัย : ผลของการส่งเสริมการจัดการตนเองต่อคุณภาพชีวิตและอัตราการ

กลับมารักษาซ้ำของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว

Research ID: 2248 / Study Code: FAC-MED-2557-02248

ผู้ให้ทุนวิจัย : -

เอกสารที่รับรอง	ฉบับที่รับรอง
โครงการวิจัย	ฉบับรับรอง วันที่ 15 พฤษภาคม 2557
ข้อมูลสำหรับอาสาสมัคร/ หนังสือแสดงความยินยอม	ฉบับรับรอง วันที่ 15 พฤษภาคม 2557
หนังสือแสดงความยินยอม (สำหรับผู้แทนโดยชอบธรรม)	ฉบับรับรอง วันที่ 15 พฤษภาคม 2557
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	ฉบับรับรอง วันที่ 15 พฤษภาคม 2557
แบบบันทึกข้อมูล	ฉบับรับรอง วันที่ 15 พฤษภาคม 2557
อัตประวัติส่วนตัวหัวหน้าโครงการ	ฉบับรับรอง วันที่ 15 พฤษภาคม 2557

ภาคผนวก ค

หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูล คณะแพทยศาสตร์



บันทึกข้อความ

เลขที่ ๒๘๐๓
วันที่ ๒๒ มี.ค. ๒๕๕๗
เวลา ๑๑.๓๕

ส่วนงาน คณะพยาบาลศาสตร์ (งานบริการการศึกษา) โทร. ๖๐๖๕. ๙๐๗๙. ๙๑๑๕
ที่ ศร ๖๓๙๓(๓) ๒๕๕๗ วันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๕๗
เรื่อง ขออนุญาตดำเนินการวิจัย / เก็บข้อมูลในคณะแพทยศาสตร์
เรียน คณบดีคณะแพทยศาสตร์

หน่วยบริการการศึกษา
เลขที่รับ ๗๔๘
จดหมายที่ ศร ๒๕๕๗ ๒๕๕๗
เวลา ๑๑.๔๕ น.

ข้าพเจ้า นางสาวฐิติมา ทาสวรรณอินทร์ รหัสประจำตัว ๕๓๑๒๓๑๐๓๒ นักศึกษาปริญญาโท
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ แผนก ภาศปกติ คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หัวหน้าโครงการวิจัย เรื่อง "ผลของการส่งเสริมการจัดกระบวนการตนเองต่อคุณภาพชีวิตและอัตรา
การกลืนในภักษาศาสตร์ของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว" Research ID : ๙๙๙๙ / Study Code: FAC-MED-๒๕๕๗-๐๒๐๒๕๕๗
ประสงค์ขออนุญาตดำเนินการวิจัย / เก็บข้อมูล ในคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยจะ
ดำเนินการวิจัยที่ คลินิกภาวะหัวใจล้มเหลว แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนครเชียงใหม่
ระหว่าง เดือนพฤษภาคม ถึง เดือนกรกฎาคม ๒๕๕๗

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาต่อไปด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ฐิติมา ทาสวรรณอินทร์

(นางสาวฐิติมา ทาสวรรณอินทร์)
หัวหน้าโครงการวิจัย

(อาจารย์ ดร.สุภรัตน์ วงศ์ศรีคุณ)
ผู้ช่วยคณบดี ปฏิบัติการแทน
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

คำสั่ง คณบดีคณะแพทยศาสตร์

อนุญาตให้ทำวิจัยตามที่เสนอมาได้ ทั้งนี้ โครงการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ ผู้วิจัยจะเริ่มดำเนินการวิจัยได้ต่อเมื่อ
ผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่แล้ว

(รองศาสตราจารย์ พญ.วัลลนา นาวาเจริญ)
คณบดีคณะแพทยศาสตร์
วันที่ ๒ / ๒๕ ๒๕๕๗

ภาคผนวก ง

เอกสารพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

เอกสารคำชี้แจงและเอกสารแสดงการยินยอม

ส่วนที่ 1 เอกสารคำชี้แจงแก่อาสาสมัคร/ ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า นางสาวจิตติมา ทาสวรรณอินทร์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการส่งเสริมการจัดการตนเองต่อคุณภาพชีวิตและอัตราการกลับมารักษาซ้ำของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุนระหว่างกลุ่มที่ได้รับการส่งเสริมการจัดการตนเองและกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ และเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตระหว่างก่อนและหลังการได้รับการส่งเสริมการจัดการตนเอง และเพื่อเปรียบเทียบอัตราการกลับมารักษาซ้ำระหว่างกลุ่มที่ได้รับการส่งเสริมการจัดการตนเองกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ระหว่างเดือนพฤษภาคมถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2557 ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างจำนวน 22 ราย

ข้าพเจ้าจึงขอเรียนเชิญท่าน เข้าร่วมในโครงการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ และข้าพเจ้าขอชี้แจงขั้นตอนการเข้าร่วมโครงการวิจัยให้ท่านทราบดังนี้

ในการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ข้าพเจ้าดำเนินการรวบรวมข้อมูลการวิจัยด้วยตนเอง หลังจากที่ท่านลงนามเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้ว ให้ท่านตอบแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินพฤติกรรมการจัดการตนเองในผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว และแบบสอบถามคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว โดยข้าพเจ้าอ่านคำถามเพื่อให้ท่านตอบทีละข้อจนครบทุกข้อ ใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 30 นาที หลังจากนั้น ข้าพเจ้าให้การส่งเสริมการจัดการตนเองเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง 30 นาที โดยในสัปดาห์ที่ 4 ข้าพเจ้านัดท่านมาประเมินพฤติกรรมการจัดการตนเองในสัปดาห์ที่ 8 ข้าพเจ้านัดมาประเมินคุณภาพชีวิต และในสัปดาห์ที่ 10 และ 14 ข้าพเจ้าติดตามการกลับมารักษาซ้ำภายใน 30 วัน และ 60 วัน โดยติดตามทางโทรศัพท์

ผลการวิจัยที่ได้จากการวิจัย ทำให้ได้ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว และเป็นแนวทางในการนำไปดูแลผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจล้มเหลวต่อไป

เมื่อท่านได้ทราบวัตถุประสงค์ รายละเอียดในการเข้าร่วมโครงการวิจัย และตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัย ท่านได้รับเอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย เพื่อให้ท่านลงลายมือชื่อกำกับไว้ การเข้าร่วมโครงการวิจัยในครั้งนี้ ท่านไม่มีความเสี่ยงอันตราย หรือผลเสียใด ๆ ไม่มีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมนอกเหนือจากค่ารักษาเดิมที่ท่านต้องจ่ายตามปกติ การเข้าร่วมโครงการวิจัยเป็นไปด้วยความสมัครใจของท่าน โดยไม่มีผลต่อการรักษาพยาบาล และหากท่านมีข้อขัดข้องประการใด สามารถยุติการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องชี้แจงเหตุผลให้ผู้วิจัยทราบและไม่มีผลต่อท่าน และเมื่อสิ้นสุดการวิจัย ข้อมูลส่วนตัวของท่านถูกเก็บเป็นความลับ การนำข้อมูลไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่ นำเสนอในภาพรวมของการวิจัยเท่านั้น ส่วนสิทธิประโยชน์อื่น ๆ อันเกิดจากผลการวิจัยให้เป็นไปตามระเบียบของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ต่อไป

หากท่านมีข้อสงสัยประการใด ท่านสามารถติดต่อสอบถามจากผู้วิจัยคือ นางสาวฐิติมา ทาสวรรณอินทร์ ได้ที่อายุรกรรมหญิง 1 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ รหัสไปรษณีย์ 52000 หมายเลขโทรศัพท์ 085-6156541 หรือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิจัย รองศาสตราจารย์ ดร.ลินจง โปธิบาล หมายเลขโทรศัพท์ 053-949093 (ในเวลาราชการ) และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทศพร คำผลศิริ หมายเลขโทรศัพท์ 053-949057 (ในเวลาราชการ) หรือหากต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสิทธิของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ท่านสามารถติดต่อสอบถามได้ที่ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หมายเลขโทรศัพท์ 053-946808 (ในเวลาราชการ)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ขอขอบพระคุณในความร่วมมือ
ลงนาม
(นางสาว ฐิติมา ทาสวรรณอินทร์)
นักศึกษาปริญญาโทสาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
วันที่/...../.....

ส่วนที่ 2 เอกสารแสดงการยินยอมของอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า นาย / นาง / นางสาว.....ขอให้
ความยินยอมของตนเองที่เกี่ยวข้องเป็นอาสาสมัครในโครงการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้แก่ข้าพเจ้าจนเข้าใจแล้ว หรือข้าพเจ้าได้รับทราบข้อมูลและเข้าใจเกี่ยวกับการวิจัยในครั้งนี้ตามที่ได้อ่านข้างต้น และผู้วิจัยมีความยินดีที่จะให้คำตอบต่อคำถามเกี่ยวกับการวิจัยทุกประการที่ข้าพเจ้าอาจมีได้ตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ โดยการเข้าร่วมโครงการวิจัยของข้าพเจ้าเป็นไปด้วยความสมัครใจ และขอลงลายมือชื่อไว้เพื่อเป็นหลักฐานประกอบการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ของข้าพเจ้า

ลงนาม..... (ผู้ยินยอม)

(.....)

ลงนาม..... (ผู้วิจัย)

(นางสาว จุติมา ทาสวรรณอินทร์)

ลงนาม..... (พยาน)

(.....)

วันที่/...../.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ส่วนที่ 3 เอกสารแสดงการยินยอมการเข้าร่วมในโครงการวิจัย (ผู้แทนผู้ป่วย)

ข้าพเจ้า นาย /นาง /นางสาว.....ซึ่งเป็นผู้ป่วย
หรือข้าพเจ้า นาย /นาง /นางสาว.....ซึ่งเป็นผู้แทน
โดยชอบธรรมของผู้ป่วย โดยเป็นทายาทหรือผู้ปกครองตามกฎหมายของนาย /นาง /นางสาว
.....มีความยินดีที่เข้าร่วม โครงการวิจัย
เพื่อวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ โดยข้าพเจ้าได้รับทราบข้อมูลและเข้าใจเกี่ยวกับการวิจัยในครั้งนี้ตามที่อ่าน
ข้างต้น และขอลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานประกอบการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้
ของข้าพเจ้า

ลงนาม..... (ผู้ยินยอม)

(.....)

ลงนาม..... (ผู้วิจัย)

(นางสาว จุติมา ทาสวรรณอินทร์)

ลงนาม..... (พยาน)

(.....)

วันที่/...../.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก จ

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

- ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนตัว
- ส่วนที่ 2 แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว
- ส่วนที่ 3 แบบสอบถามคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว
- ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว
- ส่วนที่ 5 แบบบันทึกการกลับมารักษาซ้ำ
- ส่วนที่ 6 แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว
- ส่วนที่ 7 คู่มือการจัดการตนเองสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนตัว

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างรายชื่อ..... กลุ่มควบคุม กลุ่มทดลอง

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หรือเติมข้อความลงในช่องว่าง ให้ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับท่านมากที่สุด

1. เพศ ชาย หญิง

2. อายุ.....ปี

3. สถานภาพสมรส

1. โสด 2. สมรส 3. หม้าย

4. หย่า 5. แยกกันอยู่

4. ระดับการศึกษาสูงสุด

1. ประถมศึกษา

2. มัธยมศึกษา

3. ต่ำกว่าปริญญาตรี

4. ปริญญาตรี

5. สูงกว่าปริญญาตรี

6. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ส่วนที่ 2 แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว

คำชี้แจง คำถามต่อไปนี้ต้องการถามว่าพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของท่านในช่วงหนึ่งเดือนที่ผ่านมา (4 สัปดาห์) ที่ผ่านมา หลังจากอ่านคำถามในแต่ละข้อให้เขียนเครื่องหมาย ✓ หรือ X ในข้อที่ตรงกับ การปฏิบัติของท่านเพียงข้อเดียว

- ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ท่านไม่เคยปฏิบัติกิจกรรมนั้นเลย
 นานๆครั้ง หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติกิจกรรมนั้น 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์
 บางครั้ง หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติกิจกรรมนั้น 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์
 บ่อยครั้ง หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติกิจกรรมนั้น 5-6 ครั้งต่อสัปดาห์
 เป็นประจำ หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติกิจกรรมนั้นเป็นประจำทุกวันหรือทุกครั้งต่อสัปดาห์

คำถาม	ไม่เคยปฏิบัติ	นานๆครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
1. ท่านประเมินอาการบวมกดมุ่มตามร่างกาย 2. ท่านซั่งน้ำหนักตัวของท่าน 3. ท่านประเมินความรุนแรงของอาการเหนื่อยหอบ 4. ท่านรับประทานอาหารตามที่แพทย์และพยาบาลแนะนำ . . . ปัจจุบันท่านมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ <input type="checkbox"/> มี <input type="checkbox"/> ไม่มี ถ้าตอบ มี ให้ไปตอบคำถามข้อ 30 ถ้าตอบ ไม่มี ให้ข้ามไป 30. หากมีเพศสัมพันธ์แล้วรู้สึกเหนื่อย ท่านจะหยุดกิจกรรมนั้นทันที					

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามที่ต้องการทราบผลกระทบของโรคหัวใจล้มเหลวที่มีต่อการดำเนินชีวิตของท่าน ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา โดยให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ หรือ X ในช่องหลังข้อความที่ตรงกับสภาวะจริงที่ท่านประสบอยู่ในขณะนั้น

ท่านคิดว่าภาวะหัวใจล้มเหลวมีผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของท่านอย่างไร

รายการ	ไม่มีผลกระทบ	มีผลกระทบ				
		เล็กน้อย	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
1. ทำให้มีอาการบวมที่ปลายมือและเท้า ขาและข้อเท้า						
2. ทำให้ต้องนั่งพัก หรือ นอนตอนกลางวัน หรือ ในระหว่างพักงาน						
3. ทำให้เดินหรือขึ้นลงบันไดลำบาก						
4. ทำให้การทำงานบ้านหรืองานสวนเหนื่อยเร็ว						
5. ทำให้เดินทางไปที่ไกลๆลำบาก						
6. ทำให้นอนไม่หลับตอนกลางคืนหรือ นอนหลับแล้วลุกขึ้นมาหายใจหอบตอนกลางคืน						
.						
.						
.						
.						
.						
.						
.						
21. ทำให้รู้สึกซึมเศร้า						

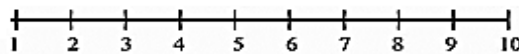
ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว

คำชี้แจง แบบวัดชุดนี้เป็นแบบวัดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในด้านการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมาย การรับประทานยา การรับประทานอาหาร การจำกัดน้ำ โซเดียม และเกลือ การออกกำลังกาย การประสานความร่วมมือกับทีมสุขภาพ การจัดการกับความผิดปกติที่เกิดขึ้น และการจัดการกับบทบาทและอารมณ์ที่เกิดขึ้น ขอให้ท่านพิจารณาข้อความที่ตรงกับความเชื่อมั่นของท่านมากที่สุด โดย 1 หมายถึง 'ไม่มีความเชื่อมั่นเลยที่สามารถปฏิบัติพฤติกรรมในการจัดการตนเองที่เหมาะสมได้' และ 10 หมายถึง 'มีความเชื่อมั่นมากกว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมในการจัดการตนเองที่เหมาะสมได้'

1. ท่านคิดว่าท่านสามารถปฏิบัติตนเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายในการดูแลตนเองได้หรือไม่

ไม่มีความเชื่อมั่นเลย

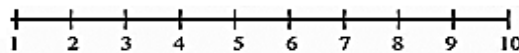
มีความเชื่อมั่นมากที่สุด



2. ท่านคิดว่าท่านสามารถปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายในการรับประทานยาได้หรือไม่

ไม่มีความเชื่อมั่นเลย

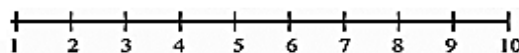
มีความเชื่อมั่นมากที่สุด



9. ท่านคิดว่าท่านสามารถปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายในการจัดการกับบทบาทและอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้หรือไม่

มีความเชื่อมั่นเลย

มีความเชื่อมั่นมากที่สุด



ส่วนที่ 5 แบบบันทึกการกลับมารักษาซ้ำ

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างรายที่..... กลุ่มควบคุม กลุ่มทดลอง

การกลับมา รักษาซ้ำ	ไม่เคย	เคย	วันที่	สาเหตุที่กลับมารักษาซ้ำ
ภายใน 30 วัน				
ภายใน 60 วัน				

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 6 แผนการส่งเสริมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว

โดย นางสาวฐิติมา ทาสวรรณอินทร์ นักศึกษาปริญญาโท
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.ลินจง โปธิบาล

อธิบายการส่งเสริมการจัดการตนเอง

การส่งเสริมการจัดการตนเอง คือ ชุดของกิจกรรมที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นจากแนวคิดการจัดการตนเองของลอริก (Lorig, 2003) ใช้เวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง 30 นาทีเป็นการสอนแบบกลุ่ม ๆ ละ 10-15 คน ประกอบด้วยการให้ความรู้ในการจัดการตนเองเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถจัดการตนเองด้านการรักษา การจัดการด้านบทบาท และการจัดการด้านอารมณ์ เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ร่วมกับการเสริมสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการจัดการตนเองโดยอาศัยแหล่งสนับสนุน ได้แก่ การประสบความสำเร็จจากการปฏิบัติด้วยตนเอง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น การชักจูงด้วยคำพูด และการกระตุ้นสถานะด้านร่างกาย และอารมณ์ ฝึกทักษะที่จำเป็นสำหรับการจัดการตนเอง 6 ทักษะ ได้แก่ 1) การมองเห็นปัญหา 2) การตัดสินใจปฏิบัติ 3) การใช้แหล่งข้อมูล 4) การสร้างสัมพันธภาพกับบุคลากรสุขภาพ 5) การลงมือปฏิบัติ 6) การปรับทักษะการจัดการตนเอง ให้เหมาะสมในแต่ละบุคคล โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม ซึ่งในแต่ละสัปดาห์มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และช่วยเหลือการแก้ไขปัญหากันภายในกลุ่ม พร้อมทั้งสอนวิธีการตั้งเป้าหมายและวางแผนการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลวมีความรู้เพิ่มขึ้น
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลวมีสมรรถนะแห่งตนในการปฏิบัติพฤติกรรมจัดการตนเองดีขึ้น
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลวมีทักษะในการปฏิบัติการจัดการตนเองดีขึ้น

ส่วนที่ 7 คู่มือการส่งเสริมการจัดการตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว

คู่มือการจัดการตนเอง สำหรับ ผู้สูงอายุที่มีภาวะหัวใจล้มเหลว



จัดทำโดย

นางสาวจิตติมา ทาสวรรณอินทร์
นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ

อาจารย์ที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์ ดร.ลินจง โปธิบาล

สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ฉ

ตารางเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่าง
ก่อนและหลังได้รับการส่งเสริมการจัดการตนเอง

ตารางที่ ฉ1

เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังได้รับการส่งเสริมการจัดการตนเอง (n=44)

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	42	48	60	83
2	57	55	55	81
3	72	71	52	84
4	49	50	48	74
5	48	49	46	78
6	55	51	46	76
7	61	53	48	82
8	49	50	64	97
9	49	50	55	89
10	53	53	55	86
11	54	54	47	66
12	49	53	55	89
13	45	44	48	88
14	59	50	48	95
15	59	54	47	81
16	50	46	58	91
17	56	58	42	89

ตารางที่ ๓1 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
18	60	57	52	86
19	63	58	58	90
20	55	48	53	85
21	64	64	44	73
22	70	71	50	82
ค่าเฉลี่ย	55.4	53.9	51.4	83.9

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

ภาคผนวก ข

ตารางเปรียบเทียบคะแนนคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง
ก่อนและหลังได้รับการส่งเสริมการจัดการตนเอง

ตารางที่ ข1

เปรียบเทียบคะแนนคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังได้รับการส่งเสริมการจัดการตนเอง
(n=44)

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	66	75	52	45
2	71	70	65	39
3	62	64	60	39
4	56	58	65	72
5	60	70	48	36
6	61	77	55	70
7	63	69	62	35
8	60	69	57	38
9	56	64	66	28
10	71	64	57	66
11	64	70	62	72
12	59	72	69	32
13	67	72	67	36
14	62	57	57	37
15	73	58	58	37
16	63	74	67	39
17	65	60	71	42

ตารางที่ ข1 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
18	68	66	66	33
19	72	79	51	26
20	71	77	62	35
21	77	70	63	33
22	71	73	65	34
ค่าเฉลี่ย	65.4	68.5	60.7	43.4

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา	สังกัด
1. รศ. พญ.อรินทยา พรหมนิธิกุล	ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. รศ. ดร.ทิพาพร วงศ์หงษ์กุล	กลุ่มวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. นางสาวอนงค์ อมฤตโกมล	ผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
4. นางปารีรัฐ โตไพบูลย์	ผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
5. นางสาวณัฐริกา โสไล	ผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

- ชื่อ-นามสกุล นางสาวฐิติมา ทาสวรรณอินทร์
- วัน เดือน ปี เกิด 29 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2527
- ประวัติการศึกษา ปีการศึกษา 2549 พยาบาลศาสตรบัณฑิต
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ประวัติการทำงาน พยาบาลวิชาชีพ
อายุรกรรมหญิง 1 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved