



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

เอกสารการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

เอกสารชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ
(สำหรับผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลตามโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจ)

ดิฉัน นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผนกพิเศษ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังทำการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง “ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด สำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลลัพธ์ ได้แก่ 1) สัดส่วนของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มีคะแนนการปฏิบัติตัวเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดในระดับดีในช่วงก่อนและหลังการใช้โปรแกรม และ 2) จำนวนครั้งของการใช้บริการในสถานบริการสุขภาพด้วยอาการหายใจเหนื่อยหอบของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มารับบริการในช่วงก่อนและหลังการใช้โปรแกรม โดยการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วยกิจกรรมที่ส่งเสริมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการลดปัจจัยเสี่ยงต่อการกำเริบของอาการ 2) ด้านการออกกำลังกาย 3) ด้านการสงวนพลังงาน และ 4) ด้านโภชนาการ ทั้งนี้ผลการศึกษาที่ได้จะทำให้เกิดผลลัพธ์ทางสุขภาพที่ดี เป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และเกิดการพัฒนาคูณภาพของโรงพยาบาลต่อไป

ท่านเป็นผู้ป่วยที่เข้ารับบริการในคลินิกโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลท่าปลา อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ ตั้งแต่เดือนกรกฎาคมถึงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2556 ผู้ศึกษาใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ โดยผู้ศึกษาจะดำเนินกิจกรรมดังนี้ คือ ชี้แจงและทำความเข้าใจกับท่าน เพื่อให้ท่านรับทราบถึงการปฏิบัติของบุคลากรทางสุขภาพตามโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง จากคำชี้แจงฉบับนี้หากท่านไม่สามารถอ่านได้ผู้ศึกษาจะเป็นผู้อ่านและอธิบายให้ท่านฟัง และหากท่านมีข้อสงสัยในข้อมูล ผู้ศึกษาจะอธิบายให้ท่านรับทราบอีกครั้งจนท่านมีความเข้าใจ จากนั้นท่านจะได้รับการดูแลโดยบุคลากรทางสุขภาพตาม โปรแกรม โดยมีกิจกรรมทั้งหมด 3 ครั้ง คือ กิจกรรมครั้งที่ 1 ในวันแรกของการเข้าร่วมโครงการท่านจะได้รับการดูแลในขั้นตอนที่ 1 ขั้นตอนที่ 2 และขั้นตอนที่ 3 ของโปรแกรม ใช้เวลา

ประมาณ 2-3 ชั่วโมง กิจกรรมครั้งที่ 2 หลังจากเข้าร่วม โครงการครบ 4 สัปดาห์ท่านจะได้รับการดูแล
ในขั้นตอนที่ 4 ใช้เวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง กิจกรรมครั้งที่ 4 หลังจากเข้าร่วม โครงการครบ 8 สัปดาห์
ท่านจะได้รับการดูแลในขั้นตอนที่ 4 ใช้เวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง

การตัดสินใจเข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระในครั้งนี้ให้เป็นที่ไปตามความสมัครใจ
ของท่านและในระหว่างนี้หากท่านเปลี่ยนใจท่านสามารถถอนตัวออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลาโดย
จะไม่มีผลต่อการรักษาที่ท่านได้รับ ข้อมูลส่วนตัวของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับและดำเนินการ
อย่างรัดกุม การนำข้อมูลไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่จะนำเสนอภาพรวมของผลการศึกษาเท่านั้น
ในการเข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระไม่มีค่าตอบแทนสำหรับท่านและสิทธิประโยชน์
อื่นที่จะเกิดจากผลการศึกษาให้เป็นที่ไปตามระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยผู้ศึกษาจะ
ทำการศึกษาในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังประมาณ 250 คน หากท่านตัดสินใจเข้าร่วมการศึกษา
ผู้ศึกษาจะใคร่ขอความกรุณาท่านลงลายมือชื่อในหนังสือยินยอมเข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบ
อิสระในครั้งนี้

ในระหว่างที่ท่านเข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ หากท่านมีข้อสงสัยประการใด
ท่านสามารถติดต่อได้โดยตรงกับผู้ศึกษา คือ นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด หอผู้ป่วยใน โรงพยาบาลท่า
ปลา อำเภوتاปลา จังหวัดอุดรดิษฐ์ โทรศัพท์ 055-499070 และอาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ดร. พิภูล นันทชัยพันธ์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-946067 ในเวลา
ราชการ หรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสิทธิของผู้ร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ ท่าน
สามารถสอบถามได้ที่ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการจริยธรรม
การวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-946080 ในเวลาราชการ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ลงนาม.....(ผู้ให้ข้อมูล)

(นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เอกสารแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ
ของอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ
(สำหรับผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลตามโปรแกรมการสร้างเสริมพลังอำนาจในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอด
สำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง)

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....ซึ่งเป็นผู้ป่วยที่เข้ารับบริการใน
คลินิกโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลท่าปลา อำเภوتاปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ ได้รับทราบข้อมูลและ
เข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้ตามที่ผู้ศึกษาได้ชี้แจงมาในเอกสารคำชี้แจง
สำหรับอาสาสมัครผู้เข้าร่วมการศึกษาเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระหรือได้รับฟังคำชี้แจงจากผู้ศึกษา
โดยตรงจนเข้าใจดีแล้ว รวมทั้งได้มีโอกาสซักถามและมีเวลาเพียงพอในการตัดสินใจ ข้าพเจ้าสมัคร
ใจและยินดีเข้าร่วมการศึกษาและได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานเพื่อยืนยันการตัดสินใจของข้าพเจ้า
ในการเข้าร่วมการศึกษาด้วยความสมัครใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....ผู้ศึกษา

(นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ข

เอกสารรับรองเชิงจริยธรรม



เอกสารเลขที่ ๑๑๑/๒๕๕๖

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โดย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอรับรองว่า
โครงการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์เรื่อง : ประสิทธิภาพของการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจใน
การฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์
(Effectiveness of Implementing Empowerment Program on Pulmonary Rehabilitation for Persons
with Chronic Obstructive Pulmonary Disease, Thapha Hospital, Uttaradit Province)

ของ : นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด

สังกัด : นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผนก ก.
ภาคปกติ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ได้ผ่านการพิจารณาแล้ว เห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิด
ภัยอันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออก
หนังสือรับรองฉบับนี้จนถึงวันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๕๖

หนังสือออกวันที่ ๒๔ มิถุนายน ๒๕๕๖

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

ลงนาม.....
(ศาสตราจารย์ ดร.วิภาดา คุณาวิกติกุล)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ก

เอกสารเรียนเชิญผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน หน่วยบริหารการศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ โทร. ๖๐๖๕. ๙๐๓/๙. ๙๑๑๕

ที่ ศธ ๖๓๙๓ (๓.๑๓.๑) / ๒๒๕ วันที่ ๒๒ สิงหาคม ๒๕๕๖

เรื่อง ขออนุญาตเรียนเชิญอาจารย์ในสังกัดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

ด้วย นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด รหัสประจำตัว ๕๔๑๒๓๒๐๓๒ นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผนก สาขาพิเศษ คณะพยาบาล-ศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำการวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง “ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่ เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังโรงพยาบาลท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พิบูล นันทชัยพันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ มีความประสงค์จะขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จินดารัตน์ ชัยอาจ เป็นผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาและตรวจสอบเครื่องมือวิจัย เพื่อประกอบการทำวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระในเรื่องดังกล่าวข้างต้น

ฝ่ายวิชาการ จึงขออนุญาตเรียนเชิญอาจารย์ท่านดังกล่าวเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย เพื่อนักศึกษาจะได้นำข้อเสนอแนะที่ได้ไปปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือให้มีความเหมาะสมในการทำวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระต่อไป ทั้งนี้ นักศึกษาได้ทำการติดต่อกับอาจารย์ท่านดังกล่าวเป็นการภายในไว้หนึ่งแล้ว และหากมีความประสงค์จะติดต่อกับนักศึกษาโปรดติดต่อได้ที่ นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด หมายเลขโทรศัพท์ ๐ ๘๕๐๕ ๒๓๕๑ ๔

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต จักเป็นพระคุณยิ่ง

(อาจารย์ ดร.สุภารัตน์ วัจศิริคุณ)

ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ

สำเนาเรียน : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จินดารัตน์ ชัยอาจ



ที่ ศธ ๖๓๙๓ (๗)/ ๖๔๖๐

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๑๑๐/๔๐๖ ถนนอินทวิโรตย์ ตำบลศรีภูมิ
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

๒๗ สิงหาคม ๒๕๕๖

เรื่อง ขออนุญาตเรียนเชิญข้าราชการในสังกัดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลป่าซาง

- | | | |
|------------------|-----------------------------|--------------|
| สิ่งที่ส่งมาด้วย | ๑. บทคัดย่อโครงร่างการวิจัย | จำนวน ๑ ฉบับ |
| | ๒. เครื่องมือการวิจัย | จำนวน ๑ ฉบับ |

ด้วย นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด รหัสประจำตัว ๕๔๑๒๓๒๐๓๒ นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผนก ช ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้รับอนุมัติให้ทำการวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง “ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พิบูล นันทชัยพันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระมีความประสงค์จะขอเรียนเชิญ นายแพทย์จิระพงษ์ กอเทพวัลย์ นายแพทย์ชำนาญการ สังกัดโรงพยาบาลป่าซาง เป็นผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาและตรวจสอบเครื่องมือวิจัยได้แก่ โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง แบบประเมินพฤติกรรมกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และสมุดคู่มือผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเพื่อประกอบกรการทำวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระในเรื่องดังกล่าว ช่างต้น

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จึงขออนุญาตเรียนเชิญข้าราชการ ท่านดังกล่าว เป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัยของนักศึกษา เพื่อนักศึกษาจะได้นำข้อเสนอแนะที่ได้ไปปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือการวิจัยให้มีความเหมาะสมในการทำวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระต่อไป ทั้งนี้ นักศึกษาได้ทำการติดต่อกับข้าราชการท่านดังกล่าวเป็นการภายในไว้ชั้นหนึ่งแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(อาจารย์ ดร. สุภารัตน์ วงศ์ศรีคุณ)

ผู้ช่วยคณบดี ปฏิบัติการแทน

คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

งานบริการการศึกษาและพัฒนาคุณภาพนักศึกษา

โทรศัพท์ ๐ ๕๓๙๔ ๖๐๖๕, ๐ ๕๓๙๔ ๙๐๗/๙, ๐ ๕๓๙๔ ๙๑๑๕

โทรสาร ๐ ๕๓๙๔ ๙๐๙๕

ผู้ประสานงาน : นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด โทรศัพท์ ๐ ๕๕๐๕ ๒๓๕๑ ๔



ที่ ศธ ๖๓๙๓ (๗)/ ๓๕๖๖

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๑๑๐/๔๐๖ ถนนอินทวิโรจ ต่าบลศรีภูมิ
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

๒๗ สิงหาคม ๒๕๕๖

เรื่อง ขออนุญาตเรียนเชิญข้าราชการในสังกัดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลท่าवंผา

- | | | |
|------------------|-------------------------|--------------|
| สิ่งที่ส่งมาด้วย | ๑. บทคัดย่อโครงการวิจัย | จำนวน ๑ ฉบับ |
| | ๒. เครื่องมือการวิจัย | จำนวน ๑ ฉบับ |

ด้วย นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด รหัสประจำตัว ๕๔๑๒๓๒๐๓๒ นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผนก ข ภาคพิเศษ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้รับอนุมัติให้ทำการวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง “ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการฟื้นฟูสมรรถภาพปอดสำหรับผู้ที่ เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พิบูล นันทชัยพันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระมีความประสงค์จะขอเรียนเชิญ นางจุฬารัตน์ สุริยาหัย พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ในสังกัดกลุ่มงานการพยาบาลโรงพยาบาลท่าवंผา เป็นผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาและตรวจสอบเครื่องมือวิจัยเพื่อประกอบการทำวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระในเรื่องดังกล่าว ข้างต้น

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จึงขออนุญาตเรียนเชิญข้าราชการ ท่านดังกล่าว เป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัยของนักศึกษา เพื่อนักศึกษาจะได้นำข้อเสนอแนะที่ได้ไปปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือการวิจัยให้มีความเหมาะสมในการทำวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระต่อไป ทั้งนี้ นักศึกษาได้ทำการติดต่อกับข้าราชการท่านดังกล่าวเป็นการภายในไว้ชั้นหนึ่งแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(อาจารย์ ดร. สุภารัตน์ วงศ์ศรีคุณ)

ผู้ช่วยคณบดี ปฏิบัติการแทน

คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

งานบริการการศึกษาและพัฒนาคุณภาพนักศึกษา

โทรศัพท์ ๐ ๕๓๙๔ ๖๐๖๕, ๐ ๕๓๙๔ ๙๐๗๙, ๐ ๕๓๙๔ ๙๑๑๕

โทรสาร ๐ ๕๓๙๔ ๙๐๙๕

ผู้ประสานงาน : นางสาวสุวรรณา ศรีสะอาด โทรศัพท์ ๐ ๘๕๐๕ ๒๓๕๑ ๔

ภาคผนวก ง

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษา

แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ชื่อสกุล HN..... โทรศัพท์.....

ข้อมูลส่วนบุคคล

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ ปี
3. ศาสนา () พุทธ () คริสต์ () อิสลาม () อื่นๆ
4. สถานภาพสมรส
() โสด () คู่
() หม้าย () หย่า/แยกกันอยู่
5. ระดับการศึกษา
() ไม่ได้รับการศึกษา () ประถมศึกษา
() มัธยมศึกษา / ปวช. () อนุปริญญา / ปวส.
() ปริญญาตรี () สูงกว่าปริญญาตรี
6. อาชีพ
() เกษตรกร () รับจ้าง
() ค้าขาย () รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ
() ไม่ได้ทำงาน () อื่นๆ ระบุ.....
7. รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน.....บาท
8. ความเพียงพอของรายได้
() พอใช้ () ไม่พอใช้
9. บุคคลที่มีหน้าที่หลักในการดูแลผู้ป่วย
() ดูแลตนเอง () บุตร / หลาน
() สามี/ภรรยา () พี่ / น้อง
() บุคคลอื่น ระบุ.....

ข้อมูลเกี่ยวกับประวัติการสูบบุหรี่

10. ผู้ป่วยเคยสูบบุหรี่หรือไม่
() เคย () ไม่เคย
11. ประเภทของบุหรี่ที่สูบ
() ยาสูบ / จีโโย () บุหรี่กั้นกรอง
12. เคยสูบบุหรี่มาแล้วกี่ปี ปี
13. จำนวนบุหรี่ที่สูบต่อวัน มวน
14. ปัจจุบันยังสูบบุหรี่หรือไม่
() สูบ () ไม่สูบ
15. ระยะเวลาที่เลิกสูบบุหรี่
() ต่ำกว่า 1 ปี () 1-5 ปี
() 6-10 ปี () มากกว่า 10 ปี
16. การสูบบุหรี่ของสมาชิกครอบครัว
() มี () ไม่มี

ข้อมูลเกี่ยวกับโรคและการรักษา

17. ระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ปี โรคประจำตัวอื่น
.....
18. จำนวนครั้งที่เข้าพักรักษาในโรงพยาบาลในระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา
() ไม่เคย () 1-2 ครั้ง
() 3-5 ครั้ง () มากกว่า 5 ครั้ง
19. การรักษาที่ได้รับในปัจจุบัน
() ยารับประทาน
.....
.....
() ยาพ่น
.....
.....
() ยาที่แพทย์สั่งเพิ่ม

20. ในช่วง 4 สัปดาห์ที่ผ่านมา มีอาการไอ หายใจไม่เต็มอิ่ม หรือหายใจมีเสียงวี๊ดในช่วงกลางวันหรือไม่
- () ไม่มี () มีอาการน้อยกว่า 1 ครั้งใน 1 สัปดาห์
- () มีอาการมากกว่า 1 ครั้งใน 1 สัปดาห์ () มีอาการทุกวัน
- () มีอาการเกือบตลอดเวลาทำให้มีปัญหาในการทำกิจวัตรประจำวัน
21. ในช่วง 4 สัปดาห์ที่ผ่านมา ไข้ยาพ่นบรรเทาอาการหอบ (ยาพ่นขยายหลอดลม)หรือไม่
- () ไม่มี () ใช้น้อยกว่า 1 ครั้งใน 1 สัปดาห์
- () ใช้เกือบทุกวัน () ใช้ทุกวัน
- () ใช้มากกว่า 4 ครั้ง/วัน ติดต่อกันตั้งแต่ 2 วันขึ้นไป
22. ในช่วง 4 สัปดาห์ที่ผ่านมา เคยเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลหรือไม่
- () ไม่เคย () เคย ครั้ง
23. ระดับความรุนแรงของโรค (ตามเกณฑ์ของ ALA)
- () ระดับ 1
- () ระดับ 2
- () ระดับ 3
- () ระดับ 4
- () ระดับ 5
24. ระยะทางที่เดินได้ใน 6 นาที เมตร
25. ผลกระทบของโรคต่อการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้ป่วย (COPD Assessment test)
- () 0-10 คะแนน () 11-20 คะแนน
- () 21-30 คะแนน () มากกว่า 30 คะแนน
26. ผลการตรวจสมรรถภาพปอด
- ก่อนการได้รับโปรแกรม.....
- หลังการได้รับโปรแกรม.....

แบบบันทึกจำนวนครั้งของการใช้บริการในสถานบริการสุขภาพ

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนครั้งของการใช้บริการในสถานบริการสุขภาพ	
		รพ.ท่าปลา	สถานบริการอื่น

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

แบบประเมินการปฏิบัติตัวเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพปอด

ชื่อ.....HN..... อายุ.....ปี แผนก.....

วิธีการ	ปฏิบัติได้	ปฏิบัติไม่ได้
<p>การบริหารการหายใจ</p> <p><u>การหายใจแบบเป่าปาก</u></p> <p>1. ให้หายใจเข้าทางจมูกช้า ๆ ให้ลึกที่สุด โดยให้ท้องป่อง</p>		
<p>2. หายใจออกช้า ๆ ทางปาก ห่อปากเล็กน้อยคล้ายผิวปาก ให้รู้สึกว่ามีอากาศอยู่ในกระพุ้งแก้มและลำคอ</p>		
<p>3. ให้นับ 1-4 โดยทำให้ท้องแฟบ ใช้เวลาในการหายใจออกนานเป็น 2 เท่าของการหายใจเข้า แล้วพักสักครู่จนหายใจเหนื่อย แล้วเริ่มหายใจเข้าใหม่</p>		
<p><u>การหายใจโดยใช้กล้ามเนื้อหน้าท้องและกระบังลม</u></p> <p>1. ให้นั่งพิงเก้าอี้ ปล่อยตัวตามสบาย แล้ววางมือทั้งสองข้างไว้ที่หน้าท้อง</p>		
<p>2. หายใจเข้าทางจมูกลึก ๆ ช้า ๆ ให้น้ำท้องป่องออกมา แล้วปล่อยลมหายใจออกทางปาก</p>		
<p>3. ห่อริมฝีปากคล้ายการผิวปากอย่างช้า ๆ ให้รู้สึกเหมือนมีลมอยู่ในกระพุ้งแก้มและลำคอ</p>		
<p>การออกกำลังกาย</p> <p>1. ทำยืดทรวงอกด้านข้าง ให้นั่งตัวตรงแล้วยกแขนขึ้นเหนือศีรษะ พร้อมกับเอียงตัวมาด้านข้างให้มากที่สุด แล้วกลับมาอยู่ในท่านั่งตัวตรงเหมือนเดิม พร้อมกับหายใจออก ทำสลับกันทั้งสองข้าง</p>		
<p>2. ทำยกแขน ให้เหยียดแขนทั้ง 2 ข้าง ขึ้นไปข้างบนเหนือศีรษะ พร้อมกับสูดหายใจเข้าเต็มที่ แล้วค่อย ๆ ลดแขนลงกลับที่เดิม พร้อมกับค่อย ๆ หายใจออกทางปาก ทำปากคล้ายผิวปาก</p>		
<p>3. ทำกระดกข้อเท้า ให้นั่งสบาย ๆ เหยียดขาตรง กระดกข้อเท้าสลับซ้าย-ขวา (ทำข้างละประมาณ 10-15 ครั้ง)</p>		
<p>4. การออกกำลังกายในท่านอน ให้ยื่นขาเล็กน้อย ค่อย ๆ ยกแขนไปด้านหลังขึ้นเหนือศีรษะ พร้อมกับสูดหายใจเข้าเต็มที่ แล้วค่อยเอาแขนลงมาไว้ข้างลำตัว พร้อมกับหายใจออกทางปาก ทำปากคล้ายผิวปาก</p>		
<p>5. การออกกำลังกายในท่าเดินตามสบาย ให้ค่อย ๆ เดินตามสบาย พร้อมกับหายใจเข้าเต็มที่ แล้วค่อย ๆ หายใจออกทางปาก ทำปากคล้ายผิวปาก</p>		

วิธีการ	ปฏิบัติได้	ปฏิบัติไม่ได้
เทคนิคการสวณพลังงาน		
1. ทำนั่งพับ นิ่งที่ริมเตียง และพับบนโต๊ะ โดยใช้หมอนรองรับศีรษะ		
2. ทำนั่งเก้าอี้ นิ่งบนเก้าอี้ เอนตัวมาข้างหน้าเล็กน้อย วางศอกทั้งสองข้างไว้บนเข่า ปลายเท้าแยกจากกันเล็กน้อย แขนและมือทั้งสองข้างผ่อนคลาย		
3. ทำยืน ยืนหันหลัง ให้หลังและสะโพกพิงฝาผนัง โดยส้นเท้าห่างจากฝาผนังประมาณ 12 นิ้ว ห่อไหล่ผ่อนคลายและก้มศีรษะมาทางด้านหน้าเล็กน้อย แขนทั้งสองข้างวางแนบลำตัว		
การไอที่ถูกต้องวิธี		
1. นิ่งบนเก้าอี้ในท่าผ่อนคลาย ไม่เกร็งกล้ามเนื้อส่วนใด ๆ ของร่างกาย เท้าทั้งสองข้างวางราบกับพื้น แขนทั้งสองข้างทอดหมอนหรือกอดอกไว้		
2. หุบปากและสูดหายใจเข้าทางจมูกช้า ๆ อย่างเต็มที่ กลั้นหายใจไว้ครู่หนึ่ง		
3. โน้มตัวมาข้างหน้าเล็กน้อย อ้าปากกว้าง ๆ แล้วไอแบบครึ่งเดียว (half cough) ออกมาติดต่อกันประมาณ 2-3 ครั้ง และในครั้งที่ 4 ให้ไอเพื่อขับเสมหะออกมา และพักโดยการหายใจเข้าออกช้า ๆ เบา ๆ		
การพ่นยา		
1. เขย่าขวดยาให้ยากระจายตัวดี		
2. เปิดฝาครอบออกแล้วต่อท่อช่วยพ่นยา (ถ้ามี) เข้ากับหลอดยาจนแน่น		
3. หายใจเข้า - ออก 1 ครั้ง		
4. ตั้งหลอดยาขึ้น อมปลายหลอดยา และหุบปากให้สนิท		
5. หายใจเข้าทางปากพร้อมกดพ่นยา 1 ครั้งกับสูดยาเข้าปอดช้า ๆ ลึก ๆ		
6. กลั้นหายใจไว้อย่างน้อย 5 - 10 วินาที		
7. หายใจออกทางจมูกช้า ๆ		
8. หากต้องการพ่นยาซ้ำ ควรทิ้งช่วงจากครั้งแรกประมาณ 1 นาที		
9. หลังจากพ่นยา บ้วนปากด้วยน้ำสะอาด หรือแปรงฟันหลังพ่นยาทุกครั้ง		
คะแนนรวม		

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-นามสกุล	สุวรรณ ศรีสะอาด
วัน เดือน ปี เกิด	9 สิงหาคม พ.ศ. 2516
ประวัติการศึกษา	ปีการศึกษา 2534 พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครดัตต์
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2539-2545 พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลฟากท่า จ.อุตรดิตถ์ พ.ศ. 2545-ปัจจุบัน พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลท่าปลา จ.อุตรดิตถ์



มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved