



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม

ความหมาย ชนิด และขนาดของการเจ็บป่วย

ประเด็นคำถาม

ความหมายของคำว่า “เจ็บป่วย”

1. ท่านเคยได้ยินคำว่า “เจ็บป่วย” หรือไม่ ได้ยินคำนี้ท่านคิดถึงอะไรบ้าง
2. “มีอาการอย่างไร” ที่เรียกว่าเจ็บป่วย
3. ความหมายของคำว่า “เจ็บป่วย” มีการเรียกว่าอย่างอื่นอีกหรือไม่

อาการและการเจ็บป่วยในปัจจุบัน ชนิด ขนาด ของการเจ็บป่วย

1. มีการเจ็บป่วยอะไรบ้าง (ชนิดของการเจ็บป่วย)
2. เจ็บป่วยอย่างไร ที่ถือว่าเป็นมาก
3. เจ็บป่วยอย่างไร ที่ถือว่าเป็นการ “เจ็บเล็กน้อย”

การปฏิบัติเมื่อเจ็บป่วย

1. ถ้า “เจ็บป่วยเล็กน้อย” จะทำอย่างไร
2. ถ้า “เจ็บป่วยมาก” จะทำอย่างไร

การเข้าถึงบริการ

1. เมื่อเจ็บป่วยท่านนึกถึงอะไร ที่ไหน ใคร บ้าง
2. ใครไม่เคยไปสถานื่อนามัย หรือโรงพยาบาล บ้าง
3. เมื่อพูดถึงสถานื่อนามัยท่านนึกถึงอะไรบ้าง
4. เจ็บป่วยแค่ไหน อาการอย่างไร จึงจะไปตรวจรักษาที่ สถานื่อนามัย
5. เจ็บป่วยแค่ไหน อาการอย่างไร จึงจะไปตรวจรักษาที่โรงพยาบาล
6. มีที่ไหน ที่อื่นอีกหรือไม่ที่ท่านเคยไปตรวจรักษา หรือไปใช้บริการอย่างอื่น

7. ท่านเคยได้ยินคำว่า “ศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชน หรือ ศสมช.หรือไม่
8. เมื่อพูดถึง ศสมช. ท่านนึกถึงอะไรบ้าง การบริการเป็นอย่างไร
9. ท่านเคยได้ยินคำว่า “แพทย์แผนไทย หรือหมอเมือง หมอพื้นบ้าน การรักษาด้วยสมุนไพร หรือไม่
10. เมื่อพูดถึง “แพทย์แผนไทย หรือหมอพื้นบ้าน สมุนไพร ท่านนึกถึงอะไรบ้าง
11. ท่านไปใช้บริการที่ไหน อย่างไร บ้าง การบริการเป็นอย่างไร
12. เมื่อรักษาแล้วอาการเป็นอย่างไร กรณีอาการไม่ดีขึ้นท่านทำอย่างไรต่อ

อาการและการเจ็บป่วยปัจจุบัน

1. ขณะนี้ไม่มีใครเจ็บป่วยบ้าง เป็นอะไร เป็นโรคอะไร
2. ไปรักษาที่ไหนบ้าง รักษาอย่างไร
3. กรณีที่แพทย์ พยาบาล หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ให้คำแนะนำท่านปฏิบัติอย่างไร
4. ก่อนไปรักษาที่ สถานีอนามัย หรือโรงพยาบาล ท่านทำอย่างไร หรือไปรักษาที่อื่นก่อนหรือไม่
5. ถ้าท่านเจ็บป่วย การเลือกวิธีการรักษา สถานที่ที่ไปรักษา ใครเป็นคนตัดสินใจ

พฤติกรรมการดูแลตนเอง

1. ในหมู่บ้านมีปัญหาผู้สูงอายุหรือไม่
2. เมื่อท่านเจ็บป่วยใครเป็นคนดูแล ดูแลในเรื่องใดบ้าง
3. เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านปฏิบัติตนอย่างไร ในเรื่อง
 - 3.1 อาหาร
 - 3.2 น้ำ
 - 3.3 การขับถ่าย
 - 3.4 สุขวิทยาส่วนบุคคล
 - 3.5 สิ่งแวดล้อม
 - 3.6 การออกกำลังกาย
 - 3.7 การพักผ่อน
 - 3.8 การใช้ยาเสพติด / สารเสพติด

ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์

พฤติกรรมการดูแลตนเองเมื่อเกิดภาวะเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ.....ปี
3. สถานภาพสมรส
 - () 1. โสด () 3. หม้าย
 - () 2. คู่ () 4. หย่า / แยก
4. การศึกษา
 - () 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ
 - () 2. ได้เรียนหนังสือ จบการศึกษาชั้นสูงสุด ระบุ.....
5. จำนวนบุตร.....คน
6. การอยู่อาศัยในครอบครัว
 - () 1. อยู่คนเดียว
 - () 2. อยู่กับบุตร หลาน
 - () 3. อยู่กับบุคคลอื่น ระบุ.....เหตุผล.....
7. ลักษณะการทำงาน
 - () 1. ไม่ได้ทำงาน
 - () 2. งานบ้าน ระบุ.....
 - () 3. รับจ้าง ระบุ.....
 - () 4. งานบ้านและรับจ้าง
8. การมีรายได้ส่วนตัวต่อเดือน
 - () 1. ไม่มีรายได้ส่วนตัว

- () 2. มี จำนวน.....บาท
 แหล่งที่มาของรายได้
 () 1. ทำงาน
 () 2. บุตร หลาน
9. รายได้ของครอบครัวต่อเดือน
 () 1. ไม่มีรายได้
 () 2. มี จำนวน.....บาท ความสม่ำเสมอของรายได้
 () 1. สม่ำเสมอ
 () 2. ไม่สม่ำเสมอ
10. ผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายประจำวันของครอบครัว
 () 1. ผู้สูงอายุ () 3. บุตร หลาน
 () 3. คู่สมรส () 4. อื่น ๆ ระบุ.....
11. การเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ
 () 1. ไม่เป็น ระบุเหตุผล.....
 () 2. เป็น ตอบการเข้าร่วมกิจกรรม
 () 1. ไม่เคย ระบุเหตุผล.....
 () 2. เคย ร่วมกิจกรรม.....ครั้ง/เดือน
 ระบุกิจกรรม.....

ส่วนที่ 2 ข้อมูลพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองเมื่อเกิดภาวะเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ

1. ปัจจุบันมีอาการเจ็บป่วยด้วยโรค.....

2. เมื่อแรกเริ่มมีอาการเจ็บป่วยท่านปฏิบัติอย่างไรเป็นอันดับแรก

() ไม่ทำอะไรเลย ปล่อยให้หายเอง เหตุผล.....

() ไปรับการรักษาแพทย์แผนปัจจุบัน เหตุผล.....

() ซื้อยากินเอง เหตุผล.....

() ปรึกษาเจ้าหน้าที่อนามัย เหตุผล.....

3. กรณีที่ปฏิบัติในข้อ 2 อาการดีขึ้นหรือไม่

() ดีขึ้น

() ไม่ดีขึ้น กรณีนี้ท่านทำอย่างไรต่อหรือไม่ระบุ.....

4. โดยทั่วไปเมื่อท่านเจ็บป่วยท่านปรึกษา หรือขอความช่วยเหลือจากใครหรือไม่

() ไม่ปรึกษาใคร เหตุผล.....

() ปรึกษา ระบุบุคคลที่ปรึกษา..... เหตุผล.....

5. เมื่อท่านเจ็บป่วยใครเป็นผู้ตัดสินใจเลือกวิธีการรักษาและสถานที่รักษา

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() ตัวเอง () คู่สมรส

() ลูกหลาน () เพื่อนบ้าน

() อื่น ๆ ระบุ.....

6. มีใครให้ความช่วยเหลือดูแลท่านเมื่อมีอาการเจ็บป่วยหรือไม่

() ไม่มี เหตุผล.....

() มี เป็นใครระบุ..... ดูแลในเรื่อง.....

7. ปกติท่านรับประทานยาอะไรเป็นประจำหรือไม่

() ไม่มี

() มี ระบุชื่อยา.....

แหล่งที่มาของยา.....

8. กรณีเจ็บป่วยเมื่อได้รับประทานยาในการรักษา ท่านปฏิบัติอย่างไร

- () รับประทานยาหรือใช้ยาอย่างสม่ำเสมอตามที่แพทย์หรือเจ้าหน้าที่
สาธารณสุขแนะนำ
- () ลืมรับประทานยาหรือใช้ยาเป็นบางครั้งเมื่อมีอาการ
- () หยุดรับประทานยาด้วยตนเองเมื่ออาการดีขึ้น
- () เปลี่ยนวิธีการรักษาหรือใช้ยาด้วยตนเอง
- () อื่น ๆ ระบุ.....



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

9. พฤติกรรมการดูแลตนเองขณะเจ็บป่วย

พฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้สูงอายุ	ขณะเจ็บป่วย
9.1 การรับประทานอาหาร	() งด () ไม่งด เหตุผล.....
9.2 การพักผ่อน	() ได้พักผ่อน () ไม่ได้พักผ่อน เหตุผล.....
9.3 การขยับถ่าย	() ปกติ () ไม่ปกติ ระบุ.....
9.4 การออกกำลังกาย	() ทำ () ไม่ทำ เหตุผล.....
9.5 การไปรักษาตามนัด	() ไปตามนัด () ไม่ไปตามนัด เหตุผล.....
9.6 การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล	() ทำได้ปกติ () ไม่ได้ทำ เหตุผล.....
9.7 การทำความสะอาดที่อยู่อาศัย	() ทำ () ไม่ได้ทำ เหตุผล.....
9.8 การทำความสะอาดที่นอนและเครื่อง นอน	() ทำ () ไม่ได้ทำ เหตุผล.....
9.9 การใช้ส้วม	() ใช้ได้ตามปกติ () ใช้ไม่ได้ตามปกติ เหตุผล.....
9.10 การเข้าร่วมกิจกรรม ในชุมชน	() ไปร่วม () ไม่ไปร่วม เหตุผล.....
9.11 ยาเสพติด/สารเสพติด	() เสพ () ไม่เสพ เหตุผล.....

ภาคผนวก ค

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. นายแพทย์ชัย กฤติยาภิชาติกุล ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 10
เชียงใหม่
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุจิตรา เทียนสวัสดิ์ รองคณบดีฝ่ายวิชาการ
ภาควิชาสถิติศาสตร์-นรีเวชวิทยา
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. รองศาสตราจารย์ อำไพ ชนะกอก ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นางสาวศรีสุดา แซ่อึ้ง
วัน เดือน ปีเกิด	23 มกราคม 2499
ประวัติการศึกษา	-ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์และผดุงครรภ์ชั้นสูง(เทียบเท่า ปริญญาตรี)วิทยาลัยพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์ พ.ศ. 2523 -สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต(บริหารสาธารณสุข) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช พ.ศ. 2540
ประสบการณ์การทำงาน	
2523-2526	พยาบาล 3 โรงพยาบาลพร้าว จังหวัดเชียงใหม่
2526-2530	พยาบาลวิชาชีพ 4 ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่
2530-2535	พยาบาลวิชาชีพ 5 ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่
2535-2538	นักวิชาการสาธารณสุข 5 ฝ่ายพัฒนาบุคลากร และ การสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่
2538-2540	พยาบาลวิชาชีพ 6 งานพัฒนาบุคลากรและ การสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่
2540-ปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ 7 งานพัฒนาบุคลากรและ การสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่