



**APPENDICES**

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



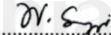
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

## APPENDIX A

### ETHICAL CLEARANCE

#### APPENDIX A1 Certificate of ethical clearance

เอกสารรับรองโครงการวิจัย โดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

 <b>Certificate of Approval</b> No 468/2010	
<b>Name of Ethics Committee :</b> Ethics Committee, Faculty of Associated Medical Sciences, Chiang Mai University	
<b>Address of Ethics Committee :</b> 110 Intavaroros Rd., Amphoe Muang, Chiang Mai, Thailand 50200	
<b>Principal Investigator :</b> Dr.Sureeporn Uthaiakup <b>Co-investigator :</b> Miss Romchat Prasert Department of Physical Therapy, Faculty of Associated Medical Sciences, Chiang Mai University.	
<b>Protocol title :</b> Differences in pain thresholds between elders with and without chronic neck pain <b>STUDY CODE :</b> 088E/54	
<b>Documents filed</b>	<b>Document reference</b>
Research protocol	Version 1.0 date 28 October 2010
Informed consent documents /Patient information sheet	Version 1.0 date 28 October 2010
Questionnaire / Case Report Form	Version 1.0 date 28 October 2010
Principal Investigator Curriculum vitae	Version 1.0 date 28 October 2010
<b>Opinion of the Ethics Committee/Institutional Review Board :</b> The Ethics Committee has reviewed the protocol and documents above and give the favorable opinion	
<b>Date of Approval :</b> November 4, 2011 <b>Expiration Date :</b> November 3, 2012	
This Ethics Committee is organized and operates according to GCPs and relevant international ethical guidelines, the applicable laws and regulations.	
Signed :  (Assistant Professor Netr Suwankrughasn) Chairperson, Faculty of Associated Medical Sciences	
Signed :  (Assistant Professor Wasna Sirirungsi, Ph.D) Dean, Faculty of Associated Medical Sciences	

## APPENDIX A2 Consent form

## เอกสารยินยอมการเข้าร่วมการวิจัยของผู้ใหญ่

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....

ขอให้ความยินยอมของตนเอง ที่จะเข้าร่วมในการศึกษาวิจัยเรื่อง ความแตกต่างของขีดกั้นระดับความรู้สึกเจ็บปวดระหว่างผู้สูงอายุที่มีและไม่มีอาการปวดคอเรื้อรัง

ข้าพเจ้าได้รับทราบข้อมูลและคำอธิบายเกี่ยวกับการวิจัยนี้แล้ว ข้าพเจ้าได้มีโอกาสซักถามเกี่ยวกับการวิจัยนี้และได้รับคำตอบเป็นที่พอใจและเข้าใจแล้ว ข้าพเจ้ามีเวลาเพียงพอในการอ่านและทำความเข้าใจกับข้อมูลในเอกสารนี้อย่างถี่ถ้วน และได้รับเวลาเพียงพอในการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมการศึกษานี้หรือไม่

ข้าพเจ้าทราบว่าผู้วิจัยยินดีที่จะตอบคำถามประการใดที่ข้าพเจ้าอาจจะมิได้ ตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะที่เกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปที่เป็นสรุปผลการวิจัย และผู้วิจัยจะปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย หรือจิตใจของข้าพเจ้าตลอดการวิจัยนี้และรับรองว่าหากเกิดมีอันตรายใด ๆ จากการวิจัยดังกล่าว ข้าพเจ้าจะได้รับการดูแลรักษาอย่างเต็มที่

ข้าพเจ้ายินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยสมัครใจ และสามารถถอนตัวจากการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลกระทบต่อสิทธิในการรับการรักษาพยาบาลหรือสิทธิอื่น ๆ ที่ข้าพเจ้าพึงได้รับ และในกรณีที่เกิดข้อข้องใจหรือปัญหาที่ข้าพเจ้าต้องการปรึกษากับผู้วิจัย ข้าพเจ้าสามารถติดต่อกับผู้วิจัย คือ น.ส. ร่มฉัตร ประเสริฐ ได้ที่ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์เคลื่อนที่ 089-9339876

โดยการลงนามนี้ ข้าพเจ้าไม่ได้สละสิทธิใด ๆ ที่ข้าพเจ้าพึงมีตามกฎหมาย

ลายมือชื่ออาสาสมัคร ..... วันที่.....  
(.....)

ลายมือชื่อผู้ให้ข้อมูลการวิจัย..... วันที่.....  
(นางสาวร่มฉัตร ประเสริฐ)

พยาน ..... วันที่.....  
(.....)

## APPENDIX A3 Information sheet

### เอกสารชี้แจงโครงการวิจัย

#### ชื่อโครงการวิจัย

ความแตกต่างของจิตกั้นระดับความรู้สึกเจ็บปวดระหว่างผู้สูงอายุที่มีและไม่มีอาการปวดคอเรื้อรัง

#### รายชื่อผู้วิจัย

ผู้วิจัย	นางสาวรมณัฏร ประเสริฐ
อาจารย์ที่ปรึกษา	อ.ดร.สุริพร อุทัยคุปต์
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	ผศ.ดร.อาทิตย์ พวงมะลิ

#### รูปแบบการวิจัย

รูปแบบการศึกษาเป็นการศึกษาเชิงสำรวจ ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง โดยตรวจประเมินระดับกั้นการรับรู้ความรู้สึกเจ็บปวดต่อสิ่งเร้าภายนอกและสภาพจิตใจ

#### ทำไมต้องทำวิจัยนี้

เนื่องจากอาการปวดคอเป็นปัญหาหนึ่งที่พบได้โดยทั่วไปในวัยผู้สูงอายุ ซึ่งผู้สูงอายุเพศหญิงจะพบได้บ่อยมากกว่าเพศชาย งานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า คนในวัยหนุ่มสาวที่มีอาการปวดคอนั้นจะมีความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกจากสิ่งเร้าภายนอก เช่น แรงกด ความร้อน และความเย็น มากกว่าคนวัยหนุ่มสาวที่มีสุขภาพดีทั่วไป (รับรู้ความรู้สึกได้เร็วขึ้น) แต่อย่างไรก็ตามการศึกษาที่ผ่านมาส่วนใหญ่จำกัดการศึกษาอยู่เฉพาะในวัยหนุ่มสาวเท่านั้น ยังขาดข้อมูลการศึกษาในวัยสูงอายุซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่งเพื่อเป็นข้อมูลประกอบการดูแลและบำบัดรักษาภาวะปวดคอในวัยผู้สูงอายุให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ด้วยเหตุนี้งานวิจัยดังกล่าวจึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับกั้นการรับรู้ความรู้สึกเจ็บปวดต่อแรงกด ความร้อน และความเย็น และประเมินสภาพจิตใจระหว่างผู้สูงอายุสุขภาพดี กับผู้สูงอายุที่มีอาการปวดคอโดยไม่ทราบสาเหตุเป็นระยะเวลามากกว่า 3 เดือน

#### มีอาสาสมัครกี่คนที่ จะเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้

อาสาสมัครเพศหญิงที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป จำนวนทั้งหมด 60 คน โดยแบ่งเป็น

1. ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีจำนวน 30 คน
2. ผู้สูงอายุที่มีอาการปวดคอโดยไม่ทราบสาเหตุเป็นระยะเวลามากกว่า 3 เดือน จำนวน 30 คน

### อะไรบ้างที่อาสาสมัครต้องทำหากเข้าร่วมโครงการวิจัย

โครงการวิจัยครั้งนี้ท่านจะได้รับการชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการวิจัย โดยจะขอให้ท่านพิจารณาลงชื่อยินยอมเพื่อที่จะเข้าร่วมโครงการวิจัย หลังจากนั้นทำการตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามวัดความซึมเศร้า และแบบประเมินความวิตกกังวล นอกจากนี้ท่านที่มีอาการปวดคอจะได้รับแบบประเมินเพิ่มเติม คือ แบบสอบถามความรุนแรงของอาการปวดคอ และแบบประเมินผลกระทบของอาการปวดคอที่มีต่อความสามารถในการจัดการชีวิตประจำวัน หลังจากนั้นท่านจะได้รับการตรวจประเมินระดับกันความรู้สึกเจ็บปวดด้วยแรงกด ความร้อน และความเย็นที่บริเวณต้นคอ และหน้าแข็งทั้งสองข้าง ตำแหน่งละ 3 ครั้ง และตรวจประเมินมาตรฐานด้วยความร้อนที่เหนือต่อระดับความเจ็บปวดเล็กน้อยที่บริเวณต้นคอ และหน้าแข็งทั้งสองข้างเช่นกัน ตำแหน่งละ 2 ครั้ง โดยมีช่วงพักในแต่ละครั้งประมาณ 10-30 วินาที ซึ่งอย่างน้อย 24 ชั่วโมง ก่อนการตรวจประเมินขอความร่วมมือจากท่านงดรับประทานยาลดปวดหรือνωดเพื่อผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และในวันที่ทำการตรวจประเมินท่านจะถูกขอไม่ให้ดื่มกาแฟหรือเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน

**ท่านต้องอยู่ในโครงการวิจัยนี้นานเท่าไร?**

หากท่านสนใจเข้าร่วมในโครงการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยจะขอรบกวนท่านเพื่อเข้าร่วมในการเก็บรวบรวมข้อมูลจำนวน 1 ครั้ง โดยจะใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามและการตรวจประเมินประมาณ 1 ชั่วโมง

### ท่านจะมีความเสี่ยงอะไรบ้างหากเข้าร่วมโครงการวิจัย?

ท่านอาจมีความเสี่ยงจากการทดสอบด้วยแรงกด ความร้อนหรือความเย็นได้แต่น้อยมาก เนื่องจากเป็นวิธีการตรวจประเมินที่เป็นมาตรฐานซึ่งใช้ในทางคลินิกและงานวิจัยในระดับสากล อย่างไรก็ตามท่านอาจมีความรู้สึกถึงอาการเจ็บคั่งค้างอยู่ชั่วคราวซึ่งความรู้สึกดังกล่าวจะหายไปภายในระยะเวลา 1-2 นาที และบางท่านที่ไวต่อการตอบสนองมากกว่าปกติอาจเกิดรอยจ้ำจ้ำจากแรงกด มีรอยแดงเกิดขึ้นจากอุณหภูมิร้อนหรือเย็น อย่างไรก็ตามเพื่อความปลอดภัยของท่าน ทางผู้วิจัยมีมาตรการป้องกันความเสี่ยง โดยจะอธิบายขั้นตอนในการตรวจประเมินให้ท่านเข้าใจ และมีการทดลองปฏิบัติก่อนการเก็บข้อมูลจริงเพื่อให้ท่านคุ้นเคยกับความรู้สึกที่จะได้รับจากอุปกรณ์ที่ใช้ในการตรวจประเมิน และคุ้นเคยกับการใช้งานอุปกรณ์ดังกล่าว นอกจากนี้ขณะทำการตรวจประเมินจะมีผู้ช่วยวิจัยอยู่ใกล้ๆตลอดเวลาเพื่อคอยระมัดระวังความปลอดภัยให้แก่ท่าน

### การถอนท่านออกจากโครงการวิจัย

การถอนตัวออกจากการศึกษาวิจัยอาจเกิดขึ้นได้หากมีเหตุจำเป็นที่ท่านไม่สามารถเข้าร่วมการศึกษาวิจัยได้ครบตามขั้นตอน โดยท่านสามารถถอนตัวออกจากการศึกษาวิจัยได้ตลอดเวลาหากท่านประสงค์โดยไม่จำเป็นต้องชี้แจงเหตุผลแก่ผู้วิจัย และการถอนตัวจากการศึกษาวิจัยดังกล่าวจะไม่กระทบต่อสวัสดิการการดูแลสุขภาพพยาบาลใดๆ ที่ท่านพึงจะได้รับ

### ท่านจะได้รับประโยชน์อะไรบ้างจากการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้?

ท่านอาจจะไม่ได้รับประโยชน์โดยตรงจากการศึกษาวิจัย แต่ท่านจะได้รับทราบข้อมูลการแปลผลเกี่ยวกับผลการประเมินแบบวัด และผลการประเมินผลกระทบของอาการปวดคอที่มีต่อความสามารถในการจัดการชีวิตประจำวัน (สำหรับท่านที่มีอาการปวดคอ) นอกจากนี้ผลสรุปสุดท้ายในภาพรวมของการวิจัยครั้งนี้จะนำไปสู่การพัฒนาแนวทางการรักษาฟื้นฟูผู้สูงอายุที่มีอาการปวดคอให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

### ทางเลือกอื่นหากท่านเข้าร่วมโครงการวิจัย

-

### การรักษาความลับเกี่ยวกับตัวท่าน

ผลการวิจัยและข้อมูลที่เกี่ยวข้องที่ได้บันทึกไว้ทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ หากท่านต้องการที่จะทราบผลของการตรวจประเมินของตนเองสามารถติดต่อได้ที่คณะผู้ทำวิจัยโดยตรง ซึ่งข้อมูลของท่านที่ได้จากการตรวจประเมินจะถูกนำไปวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลของอาสาสมัครท่านอื่นๆ ในภาพรวมและแสดงผลออกมาในลักษณะการสรุปเท่านั้น โดยจะไม่เปิดเผยข้อมูลดังกล่าวในเชิงที่บ่งชี้ถึงเอกลักษณ์ส่วนบุคคลของแต่ละบุคคล เอกสารทั้งหมดจะถูกเก็บไว้ในตู้เก็บเอกสารที่มีกุญแจล็อกและเข้าถึงได้เฉพาะผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยครั้งนี้เท่านั้น เมื่อครบกำหนด 5 ปี เอกสารบันทึกข้อมูลทั้งหมดจะถูกทำลายด้วยวิธีการตัดย่อยสลายต่อไป

### ท่านต้องเสียค่าใช้จ่ายหรือไม่

ในการวิจัยครั้งนี้ ท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น

### หากเกิดการบาดเจ็บจากการวิจัยท่านจะได้รับค่าชดเชยหรือไม่?

ท่านจะไม่ได้รับค่าชดเชยหรือสินไหมทดแทนใดๆ จากการบาดเจ็บเนื่องมาจากโครงการวิจัย แต่อย่างไรก็ตามท่านมีความเสี่ยงน้อยมากในการที่จะได้รับการบาดเจ็บจากการเข้าร่วมงานวิจัย

และหากมีการบาดเจ็บเกิดขึ้นท่านจะได้รับการปฐมพยาบาลอย่างเต็มที่ตามหลักวิชาการจากทีมผู้วิจัย และนำส่งโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ เพื่อทำการประเมินและให้การดูแลรักษาที่เหมาะสมต่อไป

**ท่านจะได้รับค่าตอบแทนจากการเข้าร่วมโครงการนี้หรือไม่?**

ทางโครงการวิจัยจะชดเชยค่าเดินทางในการมาเข้าร่วมงานวิจัยให้กับท่านในลักษณะเหมาจ่ายจำนวน 300 บาท

**เกี่ยวกับสิทธิของท่าน**

ท่านมีสิทธิที่จะสอบถามข้อมูลต่างๆ ได้อย่างเต็มที่ก่อนการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ และท่านมีอิสระที่จะปฏิเสธการเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยบอกกับผู้ให้ข้อมูลแก่ท่าน หรือระหว่างการวิจัยก็สามารถแจ้งขอถอนตัวออกจากโครงการวิจัยได้โดยจะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อท่าน

**ท่านจะติดต่อเราได้อย่างไร**

ในกรณีที่ท่านมีคำถามเกี่ยวกับโครงการวิจัย โปรดติดต่อ อ.ดร.สุรีพร อุทัยคุปต์ หรือนางสาว ร่มฉัตร ประเสริฐ ที่ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หมายเลขโทรศัพท์ 0-5394-9249 หรือ 089-9339876

## APPENDIX B

### QUESTIONNAIRES

#### APPENDIX B1 A screening questionnaire

แบบสอบถามคัดกรองอาสาสมัคร

รหัสอาสาสมัคร .....

1. ท่านมีอายุเท่ากับหรือมากกว่า 65 ปี

ไม่ใช่

ใช่

2. ขณะนี้ท่านมีอาการปวดบริเวณคอติดต่อกันมากกว่า 3 เดือน

ไม่มี

มี

3. ในระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา ท่านมีอาการปวดบริเวณคอ

ไม่มี

มี

4. ท่านมีอาการชาที่บริเวณแขนและมือ

ไม่มี

มี

5. ท่านเคยได้รับการบาดเจ็บหรืออุบัติเหตุบริเวณศีรษะ, คอ และขา

ไม่เคย

เคย บริเวณ .....

6. ท่านเคยได้รับการผ่าตัดที่บริเวณศีรษะ, คอ และขา

ไม่เคย

เคย บริเวณ .....

7. ท่านมีประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้สื่กบริเวณผิวหนัง เช่น เบาทวาน

ไม่มี

มี ระบุ .....



8. ท่านมีประวัติเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับภาวะทางจิตใจ เช่น โรคซึมเศร้า โรควิตกกังวล โรคจิตเภท

( ) ไม่มี ( ) มี ระบุ .....

9. ท่านมีปัญหาทางระบบโครงสร้างกระดูก และกล้ามเนื้อต้นคอ เช่น หมอนรองกระดูกต้นคอ

เสื่อมกดทับเส้นประสาท กระดูกต้นคอเคลื่อน ข้ออักเสบรูมาตอยด์ กระดูกพรุน

( ) ไม่มี ( ) มี ระบุ .....

Participants

- Eligible
- Control group
- Neck pain group
- Not eligibal

## APPENDIX B2 A general questionnaire

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

รหัสอาสาสมัคร .....

วันที่ .....

ข้อมูลทั่วไป

ชื่อ .....

อายุ ..... ปี

น้ำหนัก ..... กิโลกรัม, ส่วนสูง ..... เซนติเมตร

ที่อยู่ .....

เบอร์โทรศัพท์ .....

ข้อมูลด้านสุขภาพ

1. โรคประจำตัว

 ไม่มี มี ระบุ .....

2. ขณะนี้ท่านต้องรับประทานยา

 ไม่มี มี จำนวน ..... ชนิด ระบุชื่อยา .....

3. ท่านมีอาการปวดบริเวณอื่นที่ไม่ใช่บริเวณคอ เช่น ข้อศอก มือ หลัง สะโพก เข่า เป็นต้น

 ไม่มี มี ระบุ .....

ถ้า มี ระดับความปวดอยู่ในระดับใด (โปรดกากบาทลงบนเส้นตรง)

ไม่มีอาการปวดเลย

ปวดมากที่สุดเท่าที่ทนได้



สำหรับอาสาสมัครที่มีอาการปวดคอ

1. ท่านมีอาการปวดคอมาเป็นระยะเวลานานเท่าใด

..... ปี ..... เดือน

2. ท่านมีอาการปวดคอขณะทำกิจกรรมใด

.....  
 .....

3. ท่านมีอาการปวดร้าวลงแขนหรือขึ้นศีรษะ

( ) ไม่มี

( ) มี ระบุ .....

4. ท่านมีอาการปวดศีรษะหรือเวียนศีรษะร่วมกับอาการปวดคอ

( ) ไม่มี

( ) มี ระบุ .....

### APPENDIX B3 Visual analog scale questionnaire

แบบสอบถามวัดความรุนแรงของอาการปวดคอ

รหัสอาสาสมัคร .....

วันที่ .....

1. วันนี้ท่านมีอาการปวดคออยู่ในระดับใด (โปรดกากบาทลงบนเส้นตรง)



2. โดยเฉลี่ยแล้วท่านมีอาการปวดคออยู่ในระดับใด (โปรดกากบาทลงบนเส้นตรง)



3. ระยะเวลาที่ผ่านมาท่านเคยมีอาการปวดคอมากที่สุดอยู่ในระดับใด (โปรดกากบาทลงบนเส้นตรง)



## APPENDIX B4 Neck Disability Index-Thai version (NDI-TH)

### ดัชนีวัดความบกพร่องความสามารถของคอ (Neck Disability Index)

รหัสอาสาสมัคร.....

แบบสอบถามนี้ใช้ในการประเมินผลกระทบของอาการปวดคอที่มีต่อความสามารถในการจัดการชีวิตประจำวันของท่าน โปรดเลือกข้อที่ตรงกับอาการและความสามารถของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว และกรุณาให้ข้อมูลในทุกข้อ

#### ข้อที่ 1 ความรุนแรงของอาการปวด

- ในขณะนี้ไม่มีอาการปวด
- ในขณะนี้มีอาการปวดเพียงเล็กน้อย
- ในขณะนี้มีอาการปวดปานกลาง
- ในขณะนี้มีอาการปวดค่อนข้างมาก
- ในขณะนี้มีอาการปวดมาก
- ในขณะนี้มีอาการปวดมากที่สุดเท่าที่จะจินตนาการได้

#### ข้อที่ 2 การดูแลตนเอง (เช่น อบน้ำ/ชำระล้างร่างกาย แต่งตัว เป็นต้น)

- สามารถทำเองได้ตามปกติ โดยไม่ทำให้มีอาการปวดเพิ่มขึ้น
- สามารถทำเองได้ตามปกติ แต่มีอาการปวดเพิ่มขึ้น
- การทำเองทำให้มีอาการปวด จึงทำให้ต้องทำอย่างช้า ๆ และระมัดระวัง
- ทำเองได้เป็นส่วนใหญ่ แต่จะต้องการความช่วยเหลืออยู่บ้าง
- ต้องการความช่วยเหลือในการดูแลตนเองเกือบทั้งหมด ทุกวัน
- ไม่สามารถแต่งตัวได้เอง อบน้ำ/ชำระล้างร่างกายได้ด้วยความช่วยเหลือ และต้องอยู่บนเตียง

#### ข้อที่ 3 การยกของ

- สามารถยกของหนักได้ โดยไม่มีอาการปวดเพิ่มขึ้น
- สามารถยกของหนักได้ แต่มีอาการปวดเพิ่มขึ้น
- อาการปวดทำให้ไม่สามารถยกของหนักขึ้นจากพื้นได้ แต่สามารถยกได้หากของนั้นอยู่ในที่ที่เหมาะสม เช่น บนโต๊ะ
- อาการปวดทำให้ไม่สามารถยกของหนักขึ้นจากพื้นได้ แต่สามารถยกได้หากของนั้นมีน้ำหนักเบาถึงปานกลาง และจัดวางอยู่ในที่ที่เหมาะสม
- สามารถยกของที่มีน้ำหนักเบามากๆ ได้
- ไม่สามารถยก/ถือ/หิ้ว/แบก/อุ้ม หรือสะพายสิ่งของใด ๆ ได้เลย

## หัวข้อที่ 4 การอ่าน

- สามารถอ่านได้มากตามที่ต้องการ โดยไม่มีอาการปวดคอ
- สามารถอ่านได้มากตามที่ต้องการ โดยมีอาการปวดคอเพียงเล็กน้อย
- สามารถอ่านได้มากตามที่ต้องการ โดยมีอาการปวดคอปานกลาง
- ไม่สามารถอ่านได้มากตามที่ต้องการ เพราะมีอาการปวดคอปานกลาง
- แทบจะไม่สามารถอ่านได้เลยเพราะมีอาการปวดคอมาก
- ไม่สามารถอ่านได้เลย

## ข้อที่ 5 อาการปวดศีรษะ

- ไม่มีอาการปวดศีรษะเลย
- มีอาการปวดศีรษะเพียงเล็กน้อย และนาน ๆ ครั้ง
- มีอาการปวดศีรษะปานกลาง และนาน ๆ ครั้ง
- มีอาการปวดศีรษะปานกลาง และบ่อยครั้ง
- มีอาการปวดศีรษะมาก และบ่อยครั้ง
- มีอาการปวดศีรษะเกือบตลอดเวลา

## ข้อที่ 6 การตั้งสมาธิ

- สามารถตั้งสมาธิได้อย่างที่ต้องการ โดยไม่มีความยากลำบาก
- สามารถตั้งสมาธิได้อย่างที่ต้องการ โดยมีความยากลำบากเพียงเล็กน้อย
- มีความยากลำบากปานกลางในการตั้งสมาธิเมื่อต้องการ
- มีความยากลำบากอย่างมากในการตั้งสมาธิเมื่อต้องการ
- มีความยากลำบากมากที่สุดในการตั้งสมาธิเมื่อต้องการ
- ไม่สามารถตั้งสมาธิได้เลย

## ข้อที่ 7 การทำงาน

- สามารถทำงานได้มากตามที่ต้องการ
- สามารถทำงานประจำได้เท่านั้น ไม่มากไปกว่านั้น
- สามารถทำงานประจำได้เกือบทั้งหมด แต่ไม่มากไปกว่านั้น
- ไม่สามารถทำงานประจำได้เลย
- แทบจะทำงานอะไรไม่ได้เลย
- ไม่สามารถทำงานอะไรได้เลย

**ข้อที่ 8 การจับขั้วรถ**

- สามารถทำได้โดยไม่มีอาการปวดคอ
- สามารถทำได้นานตามที่ต้องการ โดยมีอาการปวดคอเพียงเล็กน้อย
- สามารถทำได้นานตามที่ต้องการ โดยมีอาการปวดคอปานกลาง
- ไม่สามารถทำได้นานตามที่ต้องการ เพราะมีอาการปวดคอปานกลาง
- แทบจะทำไม่ได้เลย เพราะมีอาการปวดคอมาก
- ไม่สามารถทำได้เลย

**ข้อที่ 9 การนอนหลับ**

- ไม่มีความยากลำบากในการนอนหลับ
- การนอนหลับถูกรบกวนเพียงเล็กน้อย (นอนไม่หลับน้อยกว่า 1 ชั่วโมง)
- การนอนหลับถูกรบกวนเล็กน้อย (นอนไม่หลับ 1-2 ชั่วโมง)
- การนอนหลับถูกรบกวนปานกลาง (นอนไม่หลับ 2-3 ชั่วโมง)
- การนอนหลับถูกรบกวนเป็นอย่างมาก (นอนไม่หลับ 3-5 ชั่วโมง)
- การนอนหลับถูกรบกวนอย่างสิ้นเชิง (นอนไม่หลับ 5-7 ชั่วโมง)

**ข้อที่ 10 กิจกรรมนันทนาการ/การพักผ่อนหย่อนใจ**

- สามารถทำกิจกรรมทุกอย่างได้ โดยไม่มีอาการปวดคอเลย
- สามารถทำกิจกรรมทุกอย่างได้ แต่มีอาการปวดคอบ้าง
- สามารถทำกิจกรรมได้เป็นส่วนใหญ่ แต่ไม่ทั้งหมด เพราะมีอาการปวดคอ
- สามารถทำกิจกรรมได้เพียงบางอย่าง เพราะมีอาการปวดคอ
- แทบจะทำกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ได้เลย เพราะมีอาการปวดคอ
- ไม่สามารถทำกิจกรรมใด ๆ ได้เลย

## APPENDIX B5 Thai Geriatric Depression Scale (TGDS)

### แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุ

รหัสอาสาสมัคร.....

**คำชี้แจง** โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้ออย่างละเอียด และประเมินความรู้สึกของท่านในช่วงเวลาหนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมามีให้ขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับ “ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นตรงกับความรู้สึกของท่าน ให้ขีดเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับ “ไม่ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ข้อที่	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1	คุณพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ในตอนนี้		
2	คุณ ไม่อยากทำในสิ่งที่เคยสนใจหรือเคยทำเป็นประจำ		
3	คุณรู้สึกชีวิตของคุณช่วงนี้ว่างเปล่าไม่รู้จะทำอะไร		
4	คุณรู้สึกเบื่อหน่ายบ่อยๆ		
5	คุณหวังว่าจะมีสิ่งที่ดีเกิดขึ้นในวันข้างหน้า		
6	คุณมีเรื่องกังวลอยู่ตลอดเวลา และเลิกคิดไม่ได้		
7	ส่วนใหญ่แล้วคุณรู้สึกอารมณ์ดี		
8	คุณรู้สึกกลัวว่าจะมีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้นกับคุณ		
9	ส่วนใหญ่คุณรู้สึกมีความสุข		
10	บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกไม่มีที่พึ่ง		
11	คุณรู้สึกกระวนกระวาย กระสับกระส่ายบ่อยๆ		
12	คุณชอบอยู่บ้านมากกว่าที่จะออกนอกบ้าน		
13	บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตข้างหน้า		
14	คุณคิดว่าความจำของคุณไม่ดีเท่าคนอื่น		
15	การที่มีชีวิตอยู่ถึงปัจจุบันนี้ เป็นเรื่องน่ายินดี		
16	คุณรู้สึกหมดกำลังใจ หรือเศร้าใจบ่อยๆ		
17	คุณรู้สึกว่าชีวิตคุณไม่ค่อยมีคุณค่า		
18	คุณรู้สึกกังวลมากกว่าชีวิตที่ผ่านมา		
19	คุณรู้สึกว่าชีวิตนี้ยังมีเรื่องน่าสนุกอีกมากมาย		
20	คุณรู้สึกลำบากที่จะเริ่มต้นอะไรใหม่ๆ		
21	คุณรู้สึกกระตือรือร้น		
22	คุณรู้สึกสิ้นหวัง		
23	คุณคิดว่าคนอื่นดีกว่าคุณ		
24	คุณอารมณ์เสียง่ายกว่ากับเรื่องเล็กๆน้อยๆอยู่เสมอ		



ข้อที่	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
25	คุณรู้สึกอยากร้องไห้บ่อยๆ		
26	คุณมีความตั้งใจในการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดได้ไม่นาน		
27	คุณรู้สึกสดชื่นเวลาตื่นนอนตอนเช้า		
28	คุณ ไม่อยากพบปะพูดคุยกับคนอื่น		
29	คุณตัดสินใจอะไรได้เร็ว		
30	คุณมีจิตใจสบาย แจ่มใสเหมือนก่อน		
	รวมคะแนน		

## APPENDIX B6 Thai version of State Trait Anxiety Inventory (STAI)

### ส่วนที่ 1 แบบประเมินความวิตกกังวลต่อสถานการณ์

รหัสอาสาสมัคร.....

**คำชี้แจง** ข้อความข้างล่างต่อไปนี้เป็นข้อความที่ท่านจะใช้บรรยายเกี่ยวกับตัวท่านเอง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องด้านขวาของข้อความ ซึ่งท่านพิจารณาว่าตรงกับความรู้สึกของท่านในขณะนี้ ข้อความต่อไปนี้ไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิด ท่านจึงไม่ควรจะใช้เวลาอันเกินควรในการพิจารณาคำตอบในข้อหนึ่งข้อใด แต่จงเลือกคำตอบที่ท่านคิดว่าบรรยายความรู้สึกของท่านในขณะนี้ได้ชัดเจนที่สุด

ความรู้สึกในขณะนี้	ไม่มีเลย	มีบ้าง	มีค่อนข้างมาก	มีมากที่สุด
1. ข้าพเจ้ารู้สึกสงบ				
2. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคงในชีวิต				
3. ข้าพเจ้ารู้สึกตรึงเครียด				
4. ข้าพเจ้ารู้สึกเสียใจ				
5. ข้าพเจ้ารู้สึกสบายใจ				
6. ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิด				
7. ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับเคราะห์ร้ายต่างๆที่อาจจะเกิดขึ้น				
8. ข้าพเจ้ารู้สึกได้พักผ่อน				
9. ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวล				
10. ข้าพเจ้ารู้สึกสะดวกสบาย				
11. ข้าพเจ้ารู้สึกเชื่อมั่นใจตัวเอง				
12. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเต้นง่าย				
13. ข้าพเจ้ารู้สึกกระสับกระส่าย				
14. ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัด				
15. ข้าพเจ้ารู้สึกผ่อนคลาย				
16. ข้าพเจ้ารู้สึกพึงพอใจ				
17. ข้าพเจ้ากำลังกังวลใจ				
18. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นตระหนก				
19. ข้าพเจ้ารู้สึกร่าเริงเบิกบาน				
20. ข้าพเจ้ารู้สึกแจ่มใส				

## ส่วนที่ 2 แบบประเมินความวิตกกังวลประจำตัว

**คำชี้แจง** ข้อความข้างล่างต่อไปนี้ เป็นข้อความที่ท่านจะใช้บรรยายเกี่ยวกับตัวท่านเอง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องด้านขวามือ ที่ท่านพิจารณาว่าเป็นข้อความที่ตรงกับความรู้สึกทุกอย่างของท่านที่สุด ข้อความต่อไปนี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ท่านจึงไม่ควรจะใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบในข้อหนึ่งข้อใดนานเกินควร แต่จงเลือกขีดในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ความรู้สึกต่างๆ ไป	ไม่มีเลย	บางครั้ง	บ่อยๆ	เสมอ
1. ข้าพเจ้ารู้สึกแสบไส				
2. ข้าพเจ้ารู้สึกเหนื่อยหน่ายง่าย				
3. ข้าพเจ้ารู้สึกอยากร้องไห้				
4. ข้าพเจ้าอยากมีความสุขเหมือนคนอื่น				
5. ข้าพเจ้ามักพลาดโอกาสเพราะตัดสินใจช้าเกินไป				
6. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าได้พักผ่อน				
7. ข้าพเจ้ารู้สึกสุขุมรอบคอบ				
8. ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามืออุปสรรคมากมายจนทำให้ท้อใจ				
9. ข้าพเจ้ามักกังวลเกินกว่าเหตุ				
10. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นสุข				
11. ข้าพเจ้ามักถือทุกสิ่งเป็นเรื่องจริงจัง				
12. ข้าพเจ้าขาดความมั่นใจในตัวเอง				
13. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคงในชีวิต				
14. ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับความยุ่งยาก				
15. ข้าพเจ้ารู้สึกหม่นหมอง				
16. ข้าพเจ้ารู้สึกพึงพอใจ				
17. ข้าพเจ้าถูกรบกวนโดยความคิดที่ไร้สาระ				
18. ข้าพเจ้ามักใส่ใจกับความผิดพลาด				
19. ข้าพเจ้าเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย				
20. ข้าพเจ้ามีความวุ่นวายใจและตึงเครียดเมื่อนึกถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องและสนใจอยู่				

## APPENDIX C

### INTER- AND INTRA-RATER RELIABILITY OF PRESSURE PAIN THRESHOLD MEASUREMENTS

#### APPENDIX C1 Inter-rater reliability

Table C1.1 Pressure pain threshold values (kPa) at the C5-C6 facet joint and left tibialis anterior muscle

ID	C5-C6 facet joint		tibialis anterior muscle (Lt)	
	Rater 1	Rater 2	Rater 1	Rater 2
1	286.00	270.33	531.67	508.67
2	187.00	200.00	289.33	447.67
3	174.67	182.17	343.00	332.67
4	152.17	139.67	260.00	217.00
5	197.83	225.67	466.67	476.33
6	293.17	209.67	557.67	433.00
7	376.50	423.50	765.67	847.67
8	205.67	203.00	407.00	368.33
9	186.17	196.83	271.00	247.00
10	256.83	280.50	438.67	340.33
11	228.17	224.83	396.67	320.67
12	308.83	310.83	402.33	395.67
13	251.83	354.67	650.33	748.67
14	192.33	221.67	344.00	338.33
15	345.00	347.33	618.33	731.00
Mean	242.81	252.71	449.49	450.20
SD	66.92	77.20	148.90	187.24

Table C1.2 Intraclass correlation coefficient (C5-C6 facet joint)

	Intraclass correlation	95% Confidence Interval		F Test with True Value 0			
		Lower Bound	Upper Bound	Value	df1	df2	Sig
Single measures	.855	.631	.948	12.752	14	14	.000

Table C1.3 Intraclass correlation coefficient (left tibialis anterior muscle)

	Intraclass correlation	95% Confidence Interval		F Test with True Value 0			
		Lower Bound	Upper Bound	Value	df1	df2	Sig
Single measures	.895	.714	.963	16.831	14	14	.000

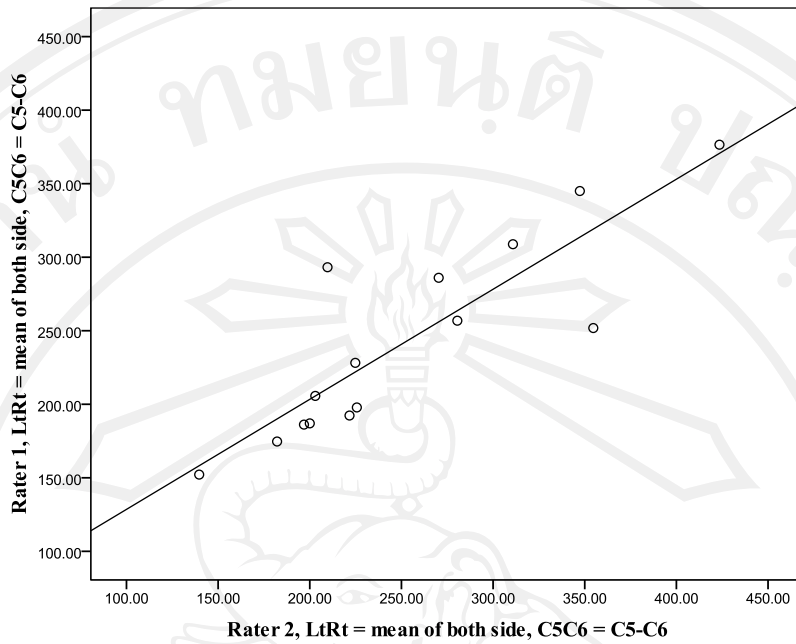


Figure C1.1 The correlation of mean PPT values between rater 1 and rater 2 at C5-C6 facet joint

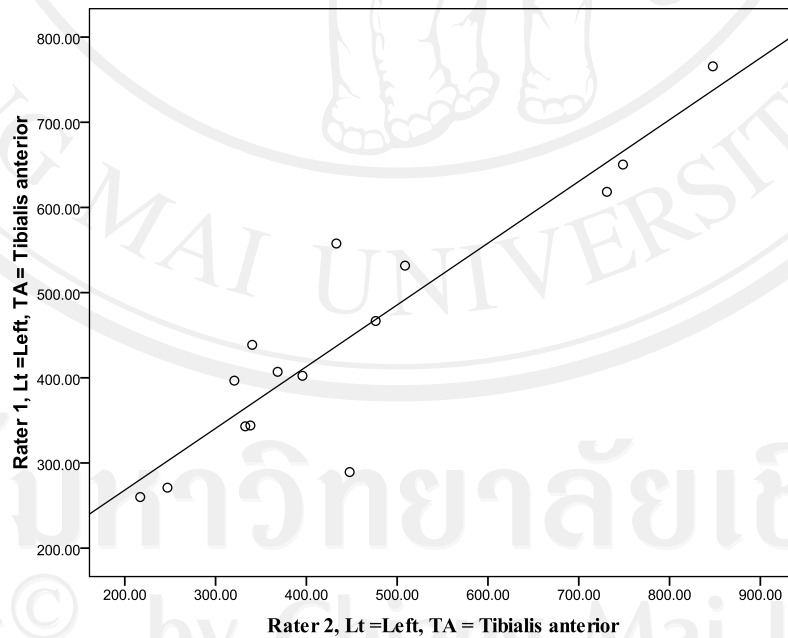


Figure C1.2 The correlation of mean PPT values between rater 1 and rater 2 at left tibialis anterior muscle

**APPENDIX C2 Intra-rater reliability**

Table C2.1 Pressure pain threshold values (kPa) at C5-C6 facet joint and left tibialis anterior muscle

ID	C5-C6 facet joint		tibialis anterior muscle (Lt)	
	Day 1	Day 2	Day 1	Day 2
1	215.67	286.00	484.00	531.67
2	171.50	187.00	263.33	289.33
3	173.17	174.67	411.67	343.00
4	139.33	152.17	255.00	260.00
5	215.00	197.83	528.00	466.67
6	374.00	293.17	474.33	557.67
7	364.50	376.50	668.67	765.67
8	224.33	205.67	252.67	407.00
9	198.00	186.17	458.33	271.00
10	284.17	256.83	443.00	438.67
11	233.33	228.17	412.00	396.67
12	264.00	308.83	492.00	402.33
13	225.00	251.83	592.33	650.33
14	195.83	192.33	327.67	344.00
15	375.17	345.00	692.33	618.33
Mean	243.53	242.81	450.36	449.49
SD	75.03	66.92	137.89	148.90

Table C2.2 Intraclass correlation coefficient (C5-C6 facet joint)

	Intraclass correlation	95% Confidence Interval		F Test with True Value 0			
		Lower Bound	Upper Bound	Value	df1	df2	Sig
Single measures	.878	.676	.957	15.423	14	14	.000

Table C2.3 Intraclass correlation coefficient (left tibialis anterior muscle)

	Intraclass correlation	95% Confidence Interval		F Test with True Value 0			
		Lower Bound	Upper Bound	Value	df1	df2	Sig
Single measures	.819	.544	.936	10.077	14	14	.000



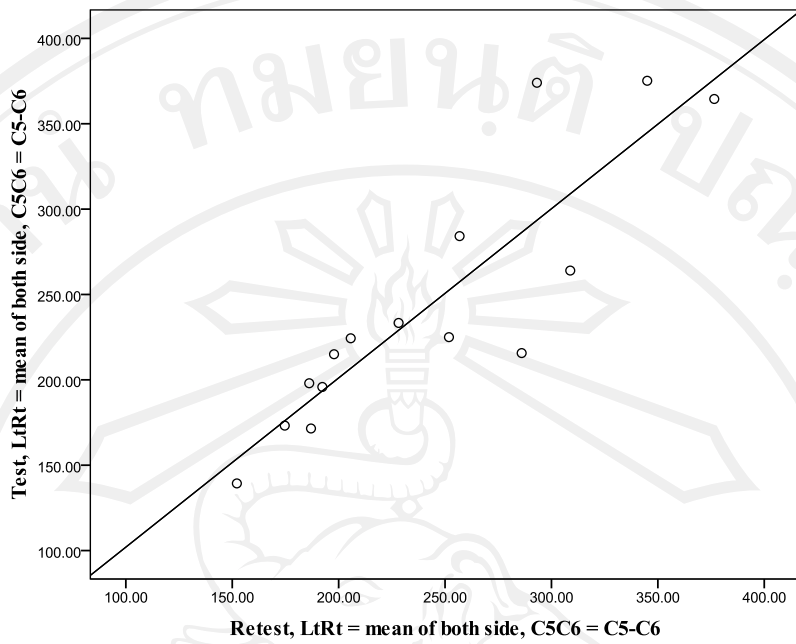


Figure C2.1 The correlation of mean PPT values between test and retest at C5-C6 facet joint

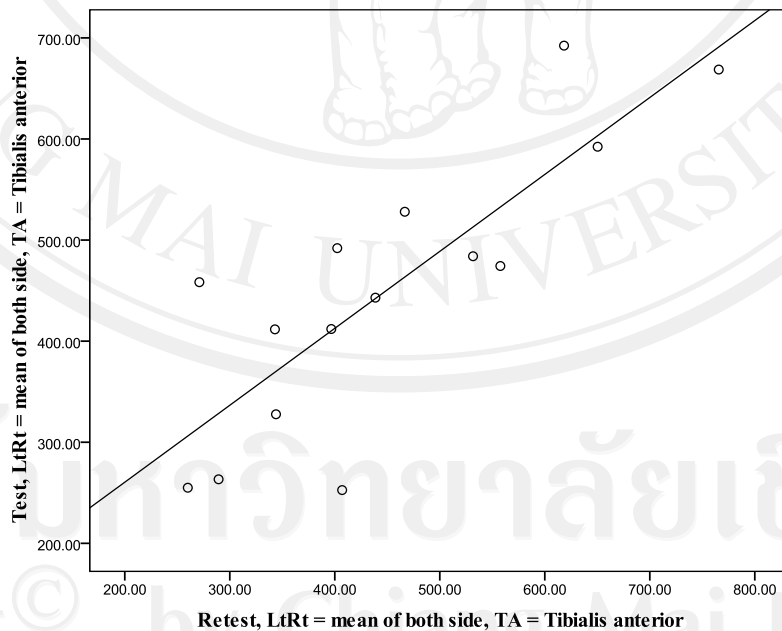


Figure C2.2 The correlation of mean PPT values between test and retest at left tibialis anterior muscle

**CURRICULUM VITAE****Name**

Miss Romchat Prasert

**Date of birth**

26 December 1983

**Education**

Bachelor of Science (Physical Therapy)

Srinakharinwirot University, Bangkok 2002 - 2006

Master of Science (Movement and Exercise Sciences)

Chiang Mai University, Chiang Mai 2010 - 2012

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved