

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. นายแพทย์สุรรัตน์ สุขประเสริฐ นายแพทย์ 9 (ด้านเวชกรรม สาขาศัลยกรรมอโรปิติกส์)
โรงพยาบาลปทุมธานี
2. ผศ.อารีรัตน์ สังวรวงษ์พนา อาจารย์ประจำภาควิชาพื้นฐานการพยาบาล
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. ดร.ทัศนีย์ เกริกกุลธร อาจารย์ประจำภาควิชาอายุรศาสตร์ศัลยศาสตร์
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสระบุรี
4. นางสาวฐิติมา บัวสด พยาบาลประจำการแผนกผู้ป่วยนอก
ห้องตรวจกระดูก โรงพยาบาลปทุมธานี

ภาคผนวก ข
แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัย

จดหมายขอความร่วมมือในการเข้าร่วมงานวิจัย

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์การวิจัย

เรียน ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

ด้วยดิฉัน นางสาวอุษา เอี่ยมสังข์ นักศึกษาปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม” โดยอยู่ในความดูแลของ ผศ.ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์ ผลการวิจัยจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการนำมาใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริม และดูแลผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ท่านเป็นผู้ที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จของการวิจัยครั้งนี้ ดิฉันจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสัมภาษณ์ตามข้อมูลและความรู้สึกที่แท้จริง คำตอบของท่านจะได้รับการพิทักษ์สิทธิ์โดยถือเป็นความลับ ดิฉันจะนำข้อมูลมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้เท่านั้น

ดิฉันหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่าน และขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวอุษา เอี่ยมสังข์)

ผู้วิจัย

ข้าพเจ้ายินดีให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมงานวิจัย เรื่อง “ปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม”

()

ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

แบบสัมภาษณ์.....

แบบสัมภาษณ์

เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

ชื่อ.....สกุล.....
 บ้านเลขที่.....ถนน.....อำเภอ.....
 จังหวัด.....โทรศัพท์.....

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้ผู้สัมภาษณ์เติมคำตอบในช่องว่างและทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงตามที่ผู้สูงอายุตอบ

1. เพศ ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง [] SEX
2. อายุ.....ปี [] AGE
3. สถานภาพสมรส ☐ 1. คู่ ☐ 2. โสด / หย่า / หย่าร้าง / แยกกันอยู่ [] STA
4. จำนวนปีที่ได้รับการศึกษา.....ปี [] STU
5. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (ของผู้สูงอายุ).....บาท [] INC 1
 รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน.....บาท [] INC 2
 ความเพียงพอของรายได้ ☐ 1. เพียงพอ ☐ 2. ไม่เพียงพอ [] ENO
6. อาชีพปัจจุบันของท่าน (ไปรกระบุ)..... [] OCU
7. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับใคร (ไปรกระบุ เช่น บุตร หลาน สามี สามี ภรรยา)..... [] LIV
8. ท่านเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม มาเป็นระยะเวลา.....ปี.....เดือน
 (หลังจากที่แพทย์วินิจฉัยจนถึงวันที่สัมภาษณ์) [] DUR
9. ท่านมีโรคประจำตัวอื่น ๆ หรือไม่
☐ 1. ไม่มี ☐ 2. มี ไปรกระบุ..... [] UND

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรุนแรงของอาการปวด

คำชี้แจง แบบประเมินความรุนแรงของอาการปวดนี้ต้องการถามความรู้สึกว่าท่านเกิดอาการปวดในระดับใดจาก ไม่ปวด 0 คะแนน จนถึง ปวดจนทนไม่ได้ 10 คะแนน ขอให้ท่านตอบตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

10		ปวดจนทนไม่ได้
9		
8		
7		
6		
5		
4		
3		
2		
1		
0		

[] LEV

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

คำชี้แจง แบบประเมินนี้เป็นการวัดว่าท่านสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้ตามความเป็นจริง

1. การรับประทานอาหารเมื่อเตรียมสำรับไว้ให้เรียบร้อยต่อหน้า
 - ☐ 0. ไม่สามารถดักอาหารเข้าปากได้ ต้องมีคนป้อนให้
 - ☐ 1. ดักอาหารเองได้ แต่ต้องมีคนช่วย เช่น ช่วยตัดเป็นชิ้นเล็ก ๆ
 - ☐ 2. ดักอาหารและช่วยตนเองได้เป็นปกติ [] A1
2. การล้างหน้า หวีผม แปรงฟัน โกนหนวด ในระยะที่ผ่านมา
 - ☐ 0. ต้องการความช่วยเหลือ ☐ 1. ทำได้เอง (รวมทั้งทำได้เองถ้าเตรียมอุปกรณ์ไว้ให้) [] A2
3. ถูกนั่งจากที่นอนหรือจากเตียงไปยังเก้าอี้
 - ☐ 0. ไม่สามารถนั่งได้ หรือต้องใช้คนสองคนช่วยกันยกขึ้น
 - ☐ 1. ต้องการความช่วยเหลืออย่างมากจึงจะนั่งได้ เช่น ต้องใช้คนที่แข็งแรงช่วยพยุง หรือดันให้ถูกขึ้นนั่ง
 - ☐ 2. ต้องการความช่วยเหลือบ้าง เช่น บอกให้ทำตามหรือช่วยพยุงเพียงเล็กน้อย
 - ☐ 3. ทำเองได้ [] A3
4. ความสามารถของท่านในการเดินเข้าห้องน้ำ
 - ☐ 0. ช่วยตนเองไม่ได้ ☐ 1. ทำเองได้บ้าง เช่น การทำความสะอาดด้วยตนเอง
 - ☐ 2. ช่วยเหลือตนเองได้ดี สามารถเดินเข้าห้องน้ำได้เองตามปกติ [] A4
5. ความสามารถของท่านในการอาบน้ำ
 - ☐ 0. ต้องมีคนช่วยหรือทำให้ ☐ 1. สามารถอาบน้ำได้เองตามปกติ [] A5
6. การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน
 - ☐ 0. เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้ ☐ 1. ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเองในการเคลื่อนที่
 - ☐ 2. เดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย เช่น พยุง หรือบอกให้ทำตาม
 - ☐ 3. เดินหรือเคลื่อนที่เองได้ [] A6
7. การสวมใส่เสื้อผ้า
 - ☐ 0. ต้องมีคนสวมใส่ให้ ช่วยตนเองไม่ได้
 - ☐ 1. ช่วยตนเองได้ร้อยละ 50 ที่เหลือต้องมีคนช่วย
 - ☐ 2. ช่วยตนเองได้ดี [] A7

8. การขึ้นลงบันได 1 ชั้น

☐ 0. ไม่สามารถทำได้ ☐ 1. ต้องการคนช่วย หรืออุปกรณ์ช่วย☐ 2. ขึ้นลงได้เอง

[] A8

9. การก้มปัสสาวะในระยะที่ผ่านมา

☐ 0. ก้มไม่ได้เลย☐ 1. ก้มไม่ได้บางครั้ง☐ 2. ก้มได้ตามปกติ

[] A9

10. การก้มอุจจาระในระยะที่ผ่านมา

☐ 0. ก้มไม่ได้เลย☐ 1. ก้มไม่ได้บางครั้ง☐ 2. ก้มได้ตามปกติ

[] A10

ส่วนที่ 4 แบบวัดภาวะซึมเศร้า

คำชี้แจง ท่านจงประเมินว่าในแต่ละสัปดาห์ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยครั้ง
เพียงใด

ความรู้สึก	ไม่เคย < 1 วันต่อ สัปดาห์	นาน ๆ ครั้ง 1-2 วันต่อ สัปดาห์	ค่อนข้างบ่อย 3-4 วันต่อ สัปดาห์	บ่อยครั้ง 5-7 วันต่อ สัปดาห์	สำหรับ ผู้วิจัย
1. ฉันรู้สึกหงุดหงิดง่าย					[] D1
2. ฉันรู้สึกเบื่ออาหาร					[] D2
3. ฉันรู้สึกว่า ฉันไม่สามารถจัดความหม่นหมอง ออกไป แม้ว่าจะมีคนในครอบครัวหรือเพื่อนคอย ช่วยเหลือ					[] D3
4. ฉันรู้สึกตนเองมีความคิดที่แตกต่างคนอื่น					[] D4
5. ฉันรู้สึกลำบากในการตัดสินใจเพื่อทำสิ่งใด สิ่งหนึ่ง					[] D5
6. ฉันรู้สึกหดหู่ใจ					[] D6
7. ฉันรู้สึกว่าทุก ๆ สิ่งที่ทำให้ฉันกระทำได้สิ้นใจ					[] D7
8. ฉันรู้สึกมีความหวังเกี่ยวกับอนาคต					[] D8
9. ฉันคิดว่าชีวิตฉันมีแต่ความล้มเหลว					[] D9
10. ฉันรู้สึกหวาดกลัว					[] D10
11. ฉันนอนไม่ค่อยหลับ					[] D11
12. ฉันมีความสุข					[] D12
13. ฉันรู้สึกเหนื่อยน้อยกว่าปกติ					[] D13
14. ฉันรู้สึกอ้างว้าง เศร้าตาย					[] D14
15. ฉันรู้สึกว่าผู้คนทั่ว ๆ ไปไม่มีความเป็นมิตร					[] D15
16. ฉันรู้สึกว่าชีวิตนี้สนุกสนาน					[] D16
17. ฉันมักร้องไห้					[] D17
18. ฉันรู้สึกไม่มีความสุข					[] D18
19. ฉันรู้สึกว่าผู้คนรอบข้างไม่ชอบฉัน					[] D19
20. ฉันรู้สึกท้อถอยในชีวิต					[] D20

ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์การสนับสนุนทางสังคม

คำชี้แจง เมื่อคุณฟังข้อความต่อไปนี้แล้ว ให้คุณบอกความรู้สึกของคุณที่เกิดขึ้นในขณะนี้
โดยความรู้สึกแบ่งเป็น 5 ระดับดังนี้

ข้อความ	เห็นด้วย มาก	เห็น ด้วย	เฉย ๆ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยมาก	สำหรับ ผู้วิจัย
1. คุณมีคนใกล้ชิดที่ทำให้คุณรู้สึกปลอดภัย						[] S1
2. คุณมีกลุ่มคนที่ทำให้คุณรู้สึกว่าตัวเองมีความ สำคัญ						[] S2
3. คนส่วนมากบอกว่าคุณทำงานดี						[] S3
4. คุณไม่สามารถพึ่งพาญาติพี่น้องและเพื่อนฝูงได้ เวลามีปัญหา						[] S4
5. คุณมีการติดต่อกับคนอื่นที่ทำให้คุณรู้สึกเป็น คนพิเศษ						[] S5
6. คุณให้เวลาร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ กับคนที่มี ความสนใจตรงกับคุณ						[] S6
7. ตลอดชีวิตที่ผ่านมาคุณไม่มีโอกาสที่จะดูแลหรือ ช่วยเหลือผู้อื่น						[] S7
8. คนอื่นบอกคุณว่าพวกเขาสนุกที่ได้ทำงานกับคุณ						[] S8
9. คุณมีคนที่จะพร้อมจะให้ความช่วยเหลือคุณนาน เท่าที่คุณต้องการ						[] S9
10. ไม่มีคนที่จะรับฟังความรู้สึกของคุณ						[] S10
11. คุณมีกลุ่มเพื่อนที่คอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน						[] S11
12. คุณมีโอกาสกระตุ้นให้คนอื่นได้พัฒนาความ สนใจและทักษะของตนเอง						[] S12
13. สมาชิกในครอบครัวทำให้คุณรู้สึกว่า你是 คนสำคัญที่ทำให้ครอบครัวให้ดำรงอยู่ได้						[] S13
14. คุณมีญาติหรือเพื่อนที่จะช่วยเหลือคุณโดยไม่ หวังผลตอบแทน						[] S14
15. เมื่อคุณอารมณ์ไม่ดี คุณมีคนที่จะยอมรับตัวคุณ ได้						[] S15

ข้อความ	เห็นด้วย มาก	เห็น ด้วย	เฉย ๆ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยมาก	สำหรับ ผู้วิจัย
16. คุณรู้สึกว่ามีใครมีปัญหาเหมือนคุณ						S16
17. คุณรู้สึกที่ได้ทำสิ่งที่พิเศษเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ทำให้คนอื่นมีความสุข						S17
18. คุณรู้ว่าคนอื่นชื่นชมและพอใจคุณ						S18
19. คุณมีคนรักและคอยดูแลคุณ						S19
20. คุณมีคนที่จะทำงานสังคมและกิจกรรมที่สนุกสนานด้วย						S20
21. คุณมีความรับผิดชอบที่จะต้องช่วยให้คนอื่นได้ในสิ่งที่เขาต้องการ						S21
22. ถ้าคุณต้องการคำแนะนำจะมีคนช่วยวางแผนแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ให้						S22
23. คุณมีความรู้สึกว่าคุณยังเป็นที่ต้องการของคนอื่นอยู่						S23
24. ไม่มีใครคิดว่าคุณเป็นเพื่อนที่ดีเท่าที่ควร						S24
25. เมื่อคุณเจ็บป่วยจะมีคนให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลตัวเอง						S25

ส่วนที่ 6 แบบสัมภาษณ์การปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

คำชี้แจง ประเมินการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม คำตอบต่อไปนี้ไม่มีถูกหรือผิด

ขอให้ท่านตอบแบบสัมภาษณ์โดยพิจารณาจากช่วงระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านได้ทำ
กิจกรรมหรือกระทำตามข้อความดังกล่าวเป็นประจำหรือ บ่อยครั้งมากน้อยเพียงใด
โดยแบ่งระดับดังนี้

ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย	สำหรับ ผู้วิจัย
การปรับตัวด้านร่างกาย					
1. ท่านหยุดพักการใช้ข้อเมื่อมีอาการปวดเข่า					[] c1
2. ท่านมีการควบคุมน้ำหนักตัวเพื่อลดแรงกระทำต่อข้อ					[] c2
3. ท่านหัดเขย่งของ ๆ เป็นเวลานาน					[] c3
4. ท่านเดินขึ้นลงบันได ทุกวัน วันละ 2 รอบ					[] c4
5. ในชีวิตประจำวันท่านอุ้มหรือยกของหนัก					[] c5
6. ในแต่ละวันท่านเดินติดต่อกันนานกว่า 1 ชั่วโมง					[] c6
7. ท่านออกกำลังกายโดยการวิ่ง					[] c7
8. ใน 1 วันท่านบริหารกล้ามเนื้อรอบเข่าอย่างน้อย 30 ครั้ง					[] c8
9. ท่านใช้ไม้เท้าช่วยพยุงเวลาเดิน					[] c9
10. ท่านอาบน้ำโดยนั่งเก้าอี้หรือนั่งบนโถส้วม ชักโครก					[] c10
11. ท่านใช้ส้วมแบบนั่งของ					[] c11
12. ท่านประคบความร้อนที่ข้อเข่า เช่น วางกระเป๋าน้ำร้อน เมื่อมีอาการปวด					[] c12
13. ท่านให้บุคคลอื่น บีบ นวด ข้อเข่าเมื่อมีอาการปวด					[] c13
14. ท่านบอกอาการเปลี่ยนแปลงให้แพทย์ทราบเมื่อ มาตรวจตามนัด					[] c14
15. ท่านรับประทานยาตามขนาดและเวลาที่แพทย์สั่ง ทุกครั้ง					[] c15

ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย	สำหรับ ผู้วิจัย
16. เมื่อท่านได้ยาใหม่ท่านถามเกี่ยวกับผลและฤทธิ์ข้างเคียงของยา					[] c16
17. ขณะที่จิตใจหม่นหมอง ท่านหลีกเลี่ยงที่จะพบปะพูดคุยกับบุคคลในครอบครัว					[] c17
18. เมื่อรู้สึกท้อแท้ ท่านไปพบแพทย์เพื่อขอคำปรึกษา					[] c18
19. ท่านฝึกนั่งสมาธิเพื่อให้รู้สึกผ่อนคลาย					[] c19
การปรับตัวด้านทัศนคติ					
20. ท่านได้พูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้ที่เป็นโรคเดียวกัน					[] c20
21. ท่านวิตกกังวลเกี่ยวกับอาการปวด					[] c21
22. ท่านอับอายที่มีการผิดรูปของข้อเข่า					[] c22
23. ท่านรู้สึกพึงพอใจสมรรถภาพร่างกายที่เป็นอยู่ในขณะนี้					[] c23
24. ท่านพยายามที่จะช่วยเหลือบุคคลอื่น ถึงแม้ว่าท่านจะเจ็บป่วย					[] c24
25. ท่านรู้สึกภูมิใจที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ไม่เป็นภาระของผู้อื่น					[] c25
26. ท่านดื่มน้ำ ทำบุญเพื่อให้ท่านหายจากโรค					[] c26
27. ท่านรู้สึกดีหาคำนิยามตนเองจากการเป็นโรคนี					[] c27
การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่					
28. ท่านยังสามารถทำหน้าที่ตามบทบาทของตนเองในครอบครัว เช่น เป็นบิดา มารดาหรือสมาชิกในครอบครัวได้					[] c28
29. ท่านมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาของสมาชิกในครอบครัว					[] c29
30. ท่านแก้ไขปัญหาดัง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวท่านด้วยตัวท่านเอง					[] c30

ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย	สำหรับ ผู้วิจัย
31. ท่านเปลี่ยนวิธีการดำเนินชีวิตของท่านเพื่อลดอาการปวด					[] c31
32. ท่านลดการเข้าร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่นเมื่อมีอาการปวด					[] c32
33. ท่านสนใจและเอาใจใส่ในการดูแลตนเองตามคำแนะนำของแพทย์ พยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข					[] c33
34. ท่านไม่กล้าซักถามเจ้าหน้าที่ที่ทีมสุขภาพเกี่ยวกับโรคและการปฏิบัติตัว					[] c34
การปรับตัวด้านพึ่งพาตนเองและผู้อื่น					
35. ท่านทำกิจกรรมด้วยตนเองเท่าที่สามารถทำได้					[] c35
36. ท่านกลัวบุคคลในครอบครัวจะเบื่อหน่ายและไม่สนใจ					[] c36
37. กิจกรรมประจำวันใดที่ท่านไม่สามารถทำเองได้ท่านขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น					[] c37
38. ท่านขอคำแนะนำจากแพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เมื่อมีปัญหาจากการเจ็บป่วย					[] c38
39. ท่านต้องการให้บุคคลในครอบครัวดูแลช่วยท่านแม้ถึงนั้นท่านสามารถช่วยเหลือตนเองได้					[] c39

ภาคผนวก ค
การแปลงข้อมูล

การแปลงข้อมูล

ผู้วิจัยได้แปลงข้อมูล (Decode) ระดับนามบัญญัติ (Nominal Scale) ด้วยวิธีดัมมี่ (Dummy Coding) แล้วนำข้อมูลไปใช้ในการวิเคราะห์ สมการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) โดยใช้เทคนิคแบบเชิงชั้น ดังนี้

1. เพศ (Gender) = Sex

ชาย = 1, หญิง = 2

DECODE TABLE

Sex	Sex 1	Sex 2
1	1	0
2	0	1

2. สถานภาพสมรส (Marital Status)

สถานภาพสมรสคู่ = 1

สถานภาพสมรสโสด ม่าย หย่า แยก = 2

DECODE TABLE

Sta	Sta 1	Sta 2
1	1	0
2	0	1