

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น

แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย

รหัส □□□

แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น

คำชี้แจง ให้ผู้สอบถามทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง □ หน้าข้อความที่เป็นคำตอบหรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นมากที่สุด

1. เพศ

☐ ชาย ☐ หญิง

2. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี (นับจาก พ.ศ.เกิด เกิน 6 เดือน นับเป็น 1 ปี)

3. สถานภาพสมรส

☐ โสด ☐ สมรส ☐ หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่

4. ท่านจบการศึกษาสูงสุดระดับใด

☐ ไม่ได้เรียน	☐ ประถมศึกษา
☐ มัธยมศึกษาตอนต้น	☐ มัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า
☐ อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	☐ ปริญญาตรี หรือสูงกว่า

5. ปัจจุบันท่านประกอบอาชีพหลักอะไร

☐ ไม่ได้ประกอบอาชีพ	☐ รับจ้าง	☐ ค้าขาย
☐ เกษตรกรรม	☐ ข้าราชการบำนาญ	

6. รายได้ของท่านเฉลี่ย.....บาท/เดือน

7. จำนวนบุตร.....คน (ไม่รวมบุตรบุญธรรม)

8. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

☐ ไม่มี☐ มี☐ โรคเบาหวาน☐ โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง☐ โรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูงและโรคไขมันในเลือดสูง

แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (MMSE - T 2002)
Mini – Mental State Examination : Thai version (MMSE – Thai 2002)

1. Orientation for time (5 คะแนน)

บันทึกคำตอบไว้ทุกครั้ง

คะแนน

(ตอบถูกข้อละ 1 คะแนน)

(ทั้งคำตอบที่ถูกต้องและผิด)

1.1 วันนี้วันที่เท่าไร.....

☐

1.2 วันนี้วันอะไร.....

☐

1.3 เดือนนี้เดือนอะไร.....

☐

1.4 ปีนี้ปีอะไร.....

☐

1.5 ฤดูนี้ฤดูอะไร.....

☐

2. Orientation for place (5 คะแนน) (ให้เลือกข้อใดข้อหนึ่ง)

(ตอบถูกข้อละ 1 คะแนน)

2.1 กรณีอยู่ที่สถานพยาบาล

2.1.1 สถานที่ตรงนี้เรียกว่าอะไร และ.....ชื่อว่าอะไร

☐

2.1.2 ขณะนี้ท่านอยู่ที่ชั้นที่เท่าไรของตัวอาคาร.....

☐

2.1.3 ที่อยู่ในอำเภอ - เขตอะไร

☐

2.1.4 ที่นี้จังหวัดอะไร.....

☐

2.1.5 ที่นี้ภาคอะไร.....

☐

2.2 กรณีที่อยู่ที่บ้านของผู้ถูกทดสอบ

2.2.1 สถานที่ตรงนี้เรียกว่าอะไร และบ้านเลขที่อะไร.....

☐

2.2.2 ที่นี้หมู่บ้าน หรือละแวก/คุ้ม/ย่าน/ถนนอะไร.....

☐

2.2.3 ที่นี้อำเภอเขต / อะไร.....

☐

2.2.4 ที่นี้จังหวัดอะไร.....

☐

2.2.5 ที่นี้ภาคอะไร.....

☐

3. Registraion (3 คะแนน)

ต่อไปนี้เป็น การทดสอบความจำ ผม (ดิฉัน) จำบอกชื่อของ 3 อย่าง คุณ (ตา , ยาย....) ตั้งใจฟังให้ดีนะ เพราะจะบอกเพียงครั้งเดียว ไม่มีการบอกซ้ำอีก เมื่อ ผม (ดิฉัน) พูดจบ ให้ คุณ(ตา,ยาย....) พูดทบทวนตามที่ได้ยิน ให้ครบ ทั้ง 3 ชื่อ แล้วพยายามจำไว้ให้ดี เดี่ยว ผม (ดิฉัน) จะถามซ้ำ

* การบอกชื่อแต่ละคำให้ห่างกันประมาณหนึ่งวินาที ต้องไม่ซ้ำหรือเร็วเกินไป

(ตอบถูก 1 คำได้ 1 คะแนน)

○ ดอกไม้ ○ แม่น้ำ ○ รถไฟ.....

☐

ในกรณีที่ทำแบบทดสอบซ้ำภายใน 2 เดือน ให้ใช้คำว่า

○ ต้นไม้ ○ ทะเล ○ รถยนต์.....

☐

4. Attention/Calculation (5 คะแนน) (ให้เลือกข้อใดข้อหนึ่ง)

ข้อนี้เป็นการคิดเลขในใจเพื่อทดสอบสมาธิ คุณ (ตา,ยาย....) คิดเลขในใจเป็นไหม ?

ถ้าตอบคิดเป็นทำข้อ 4.1 ถ้าตอบคิดไม่เป็นหรือไม่ตอบให้ทำข้อ 4.2

4.1 “ข้อนี้คิดในใจเอา 100 ตั้ง ลบออกทีละ 7

ไปเรื่อยๆ ได้ผลเท่าไรบอกมา ☐

บันทึกคำตอบตัวเลขไว้ทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกและผิด) ทำทั้งหมด 5 ครั้ง

ถ้าลบได้ 1.2. หรือ 3 แล้วตอบไม่ได้ ก็คิดคะแนนเท่าที่ทำได้ ไม่ต้องย้ายไปทำข้อ 4.2

4.2 “ผม (ดิฉัน) จะสะกดคำว่า มะนาว ให้คุณ (ตา , ยาย....) ฟังแล้วให้คุณ (ตา , ยาย....) สะกด

ถอยหลังจากพยัญชนะตัวหลังไปตัวแรก คำว่ามะนาวสะกดว่า มอ-น้ำ-สระอะ-นอ-หนู-สระอา-วอ-แหวน

ไหนคุณ(ตา,ยาย....) สะกอลอยหลัง ให้ฟังซิ

5. Recall (3 คะแนน)

เมื่อสักครู่ที่ให้จำของ 3 อย่างจำได้ไหมมีอะไรบ้าง” (ตอบถูก 1 คำได้ 1 คะแนน)

○ ดอกไม้ ○ แม่น้ำ ○ รถไฟ.....

ในกรณีที่ทำแบบทดสอบซ้ำภายใน 2 เดือน ให้ใช้คำว่า

○ ต้นไม้ ○ ทะเล ○ รอยนตร์

6. Naming (2 คะแนน)

6.1 ยื่นดินสอให้ผู้ถูกทดสอบดูแล้วถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

6.2 ชี้นำฟีกาข้อมูลให้ผู้ถูกทดสอบดูแล้วถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

7. Repetition (1 คะแนน)

(พูดตามได้ถูกต้องได้ 1 คะแนน)

ตั้งใจฟังผม (ดิฉัน) เมื่อผม (ดิฉัน) พูดข้อความนี้

แล้วให้คุณ (ตา,ยาย)พูดตาม ผม (ดิฉัน) จะบอกเพียงครั้งเดียว

“ใครใคร่ขายโก๋ไซ่”

8. Verbal command (3 คะแนน)

ข้อนี้ฟังคำสั่ง “ฟังดีๆ นะเดี๋ยวมม (ดิฉัน)จะส่งกระดาษให้คุณ แล้วให้คุณ (ตา , ยาย....)

รับด้วยมือขวา พับครึ่งกระดาษ แล้ววางไว้ที่.....”(พิน, โต๊ะ, เติง)

ผู้ทดสอบแสดงกระดาษเปล่าขนาดประมาณ เอ-4

ไม่มีรอยพับ ให้ผู้ทดสอบ

☐ รับผิดชอบ ☐ รับด้วยมือขวา ☐ พับครึ่ง ☐ วางไว้ที่ (พื้น, โต๊ะ, เติียง) ☐

9. Written command (1 คะแนน)

ต่อไปเป็นคำสั่งที่เขียนเป็นตัวหนังสือ ต้องการให้คุณ (ตา , ยาย....) อ่าน
แล้วทำตาม (ตา , ยาย....) จะอ่านออกเสียงหรืออ่านในใจ

ผู้ทดสอบแสดงกระดาษที่เขียนว่า “หลับตาได้” ☐ หลับตาได้ ☐

10. Writing (1 คะแนน)

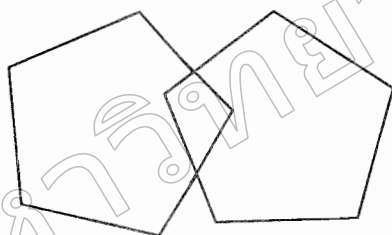
ข้อนี้เป็นคำสั่งให้ “คุณ (ตา , ยาย....) เขียนข้อความอะไรก็ได้ที่อ่านแล้วรู้เรื่อง
หรือมีความหมายมา 1 ประโยค”

☐ ประโยคมีความหมาย ☐

11. Visuoconstruction (1 คะแนน)

ข้อนี้เป็นคำสั่ง “จงวาดภาพให้เหมือนภาพตัวอย่าง”

(ในช่องว่างด้านขวาของภาพตัวอย่าง) ☐



ภาคผนวก ข

โปรแกรมการฝึกสมอง

แบบบันทึกการปฏิบัติกิจกรรมตามโปรแกรมการฝึกสมอง

โปรแกรมการฝึกสมอง

คำชี้แจงการใช้โปรแกรมการฝึกสมอง

โปรแกรมการฝึกสมอง ฉบับนี้ ได้พัฒนาขึ้นเพื่อการฟื้นฟูความจำระยะสั้นในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น เป็นการเพิ่มความสามารถของผู้ป่วยในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และชะลอการเสื่อมของสมอง ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นสามารถฟื้นฟูการทำงานของสมองกลับมาใกล้เคียงเหมือนปกติก่อนที่มีอาการภาวะสมองเสื่อม โดยผู้จัดกิจกรรมการฝึกสมอง เป็นนักวิจัยและผู้ช่วยนักวิจัยให้แก่ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น

สิ่งที่ผู้ใช้อุปกรณ์ควรจะได้ทราบและตระหนักถึงสิ่งที่ควรปฏิบัติ และข้อจำกัดในการใช้โปรแกรมการฝึกสมอง ประกอบด้วย

1. โปรแกรมการฝึกสมองฉบับนี้ ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ กำหนดเวลา อุปกรณ์ ขั้นตอน การทำกิจกรรม และการประเมินผล ของกิจกรรมแต่ละกิจกรรม
2. ในการปฏิบัติกิจกรรมตามโปรแกรมการฝึกสมองนั้น ได้กำหนดเวลาการปฏิบัติกิจกรรมที่ชัดเจน แต่การนำไปปฏิบัติจริงสามารถนำไปปรับเวลาใช้ได้ ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของสถานการณ์
3. ในการดำเนินการปฏิบัติงานนั้น เนื่องจากวัตถุประสงค์ต้องการฟื้นฟูความจำระยะสั้นในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น ดังนั้นต้องสร้างแรงจูงใจและสร้างความร่วมมือให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามกิจกรรมให้ครบตามวันเวลาที่กำหนดขึ้น
4. ภายหลังจากที่ปฏิบัติตามกิจกรรมตามโปรแกรมการฝึกสมอง เสร็จสิ้นในแต่ละกิจกรรม ต้องบันทึกการปฏิบัติกิจกรรมลงในแบบบันทึกการปฏิบัติกิจกรรมตามโปรแกรมการฝึกสมองทุกครั้ง

กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายของการใช้โปรแกรมการฝึกสมองเพื่อฟื้นฟูความจำระยะสั้นในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น ได้แก่ ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น

ลักษณะโปรแกรมการฝึกสมอง

คู่มือโปรแกรมการฝึกสมอง ประกอบด้วย 7 กิจกรรม ได้แก่

1. กิจกรรมการมองภาพ
2. กิจกรรมการรับรส
3. กิจกรรมการได้กลิ่น
4. กิจกรรมการได้ยิน
5. กิจกรรมการสัมผัสทางร่างกาย
6. กิจกรรมการคิด
7. กิจกรรมทางจิตวิญญาณ

โดยมีรายละเอียดของกิจกรรม วัน และเวลา ตามตารางกิจกรรมการฝึกสมองเพื่อฟื้นฟูความจำระยะสั้นในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น ดังนี้

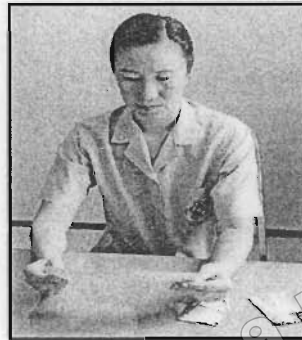
ตารางกิจกรรมการฝึกสมองเพื่อฟื้นฟูความจำระยะสั้นในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น

กิจกรรม	กิจกรรมย่อย	กำหนดเวลา
การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ	สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง (เช้า-เย็น)
การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ	ทุกวัน วันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น
การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน	ทุกวัน วันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น
การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน	ก่อนนอนทุกคืน
การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย	สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง (เย็น)
การคิด	ร้อยลูกปัด แยกเสื้อผ้า ฝึกโทรศัพท์ นับเงิน	สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง (เช้า-เย็น)
ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
	การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน	ก่อนนอนทุกคืน

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมการมองภาพ



1. วัตถุประสงค์

เพื่อฟื้นฟูความจำของผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นโดยวิธีการมองภาพ

2. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรมทุกวันจันทร์ สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง (เช้า-เย็น)

3. อุปกรณ์

1. รูปภาพบุคคลสำคัญ ประกอบด้วย ภาพพระบรมวงศานุวงศ์ ภาพอดีตนายกรัฐมนตรี และ ภาพดารานักแสดง จำนวน 20 ภาพ

2. รูปภาพสถานที่สำคัญ ประกอบด้วย สถานที่ท่องเที่ยว ภาพภูเขา ภาพน้ำตก จำนวน 20 ภาพ

4. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น มองภาพบุคคลสำคัญและสถานที่ ที่ผู้วิจัยมอบให้ หลังจากนั้น ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โดยปฏิบัติดังนี้

- บอกถึงบุคคลในภาพว่าเป็นใคร
- บอกสถานที่ในภาพคืออะไร
- แยกเพศของภาพบุคคล (ชาย - หญิง)
- แยกประเภทสถานที่ของภาพ (แหล่งธรรมชาติ- มนุษย์สร้างขึ้น)

5. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อย ร้อยละ 80

2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมสามารถบอกบุคคลในภาพและสถานที่ได้อย่างถูกต้อง

6. ประโยชน์ของกิจกรรมการมองภาพ

1. กระตุ้นการทำงานของสมองที่ทำหน้าที่การจำให้ทำงานได้ดีขึ้น
2. กระตุ้นระบบประสาทและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองส่วนการมองเห็นให้ทำงานดีขึ้น

หมายเหตุ ให้ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย หรือญาติ ช่วยบอกคำตอบที่ถูกต้องในกรณีที่ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อม
ระยะเริ่มต้นบอกคำตอบผิด

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมการรับรส



1. วัตถุประสงค์

เพื่อฟื้นฟูความจำของผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นโดยวิธีการรับรสจากอาหาร

2. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรมทุกวัน วันละ 2 ครั้ง ในเวลาอาหารมื้อ เช้าและมื้อเย็น ครั้งละ 1 ชั่วโมง

3. อุปกรณ์

1. อาหารชนิดต่างๆ ที่รับประทานในมื้อเช้าและเย็น อาหารที่มีรสเปรี้ยว ประกอบด้วย อาหารประเภทยำหรือต้มยำ อาหารที่มีรสหวาน ประกอบด้วย ขนมหวาน อาหารที่มีรสเค็ม ประกอบด้วย เกลือแกงหรือน้ำปลา อาหารที่มีฝักรสขม ประกอบด้วย มะระขี้นกและสะเดา

4. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นรับประทานอาหารที่มีรสชาติแตกต่างกันในมื้อเช้าและมื้อเย็น ได้แก่ รสเปรี้ยว รสหวาน รสเค็ม รสขม

2. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นบอกรสชาติอาหารที่รับประทานในมื้อเช้าและมื้อเย็น

5. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อยร้อยละ 80

2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นบอกรสชาติอาหารที่รับประทานอาหารในมือเช้าและมือเย็นได้อย่างถูกต้อง

6. ประโยชน์ของกิจกรรมการรับรส

1. กระตุ้นการทำงานของประสาทและหลอดเลือดที่ทำหน้าที่รับรสให้ทำงานได้ดีขึ้น
2. กระตุ้นระบบประสาทและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองให้ดีขึ้น

หมายเหตุ ให้ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย หรือญาติ ช่วยบอกคำตอบที่ถูกต้องในกรณีที่ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นบอกคำตอบผิด

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

กิจกรรมที่ 3 กิจกรรมการได้กลิ่น



1. วัตถุประสงค์

เพื่อฟื้นฟูความจำของผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นโดยวิธีการได้กลิ่นจากอาหาร

2. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรมทุกวัน วันละ 2 ครั้ง ในเวลาอาหารมื้อ เช้าและมื้อเย็น ครั้งละ 1 ชั่วโมง

3. อุปกรณ์

1. อาหารชนิดต่างๆ ที่รับประทานในมื้อเช้า และเย็น

4. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นดมกลิ่นในอาหารมื้อเช้าและมื้อเย็นในแต่ละวัน
2. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นบอกกลิ่นในอาหารมื้อเช้าและมื้อเย็นอาหารที่รับประทานในแต่ละวัน

5. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อย ร้อยละ 80
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นบอกกลิ่นอาหารที่รับประทานได้อย่างถูกต้อง

6. ประโยชน์ของกิจกรรมการได้กลิ่น

1. กระตุ้นการทำงานของสมองที่ทำหน้าที่รับกลิ่นให้ทำงานได้ดีขึ้น
2. กระตุ้นระบบประสาทและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองให้ดีขึ้น

หมายเหตุ ให้ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย หรือญาติ ช่วยบอกคำตอบที่ถูกต้องในกรณีที่ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นบอกคำตอบผิด

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

กิจกรรมที่ 4 กิจกรรมการไต่ยีน



1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น เกิดการผ่อนคลายสามารถฟื้นฟูความจำได้ดี

2. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรมก่อนนอนทุกคืน ครั้งละ 1 ชั่วโมง

3. อุปกรณ์

1. เครื่องเล่นซีดีเพลง 1 เครื่อง
2. ซีดีบทสวดมนต์ 1 แผ่น

4. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น ฟังเพลงบทสวดมนต์ ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายในเวลานอน

5. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น นอนหลับสนิท

6. ประโยชน์ของกิจกรรมการไต่ยีน

1. กระตุ้นการทำงานของสมองที่ทำหน้าที่รับเสียงให้ทำงานได้ดีขึ้น
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมเกิดการผ่อนคลายและนอนหลับได้ยาวนานขึ้น
3. กระตุ้นหลอดเลือดฝอยที่ไปเลี้ยงสมองส่วนการไต่ยีนและความจำระยะสั้นให้ดีขึ้น

กิจกรรมที่ 5 กิจกรรมการสัมผัสทางร่างกาย

1. วัตถุประสงค์

เพื่อฟื้นฟูความจำของผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นโดยวิธีการบริหารปุ่มสมอง

2. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรมทุกวันจันทร์ วันพุธ และวันเสาร์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง (เย็น)

3. อุปกรณ์

1. แก้วมีฝาปิด 1 ตัว

4. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมบริหารปุ่มสมองด้วยตนเอง ตามรูปแบบท่าทางกำหนดให้ ดังนี้

1. ทำออกกำลังกายสมองก่อนการทำกิจกรรมบริหารสมอง มี 3 ท่า ดังนี้

1.1 ทำปุ่มสมอง



ใช้ มือซ้ายวางบริเวณใต้กระดูกคอและซี่โครงของกระดูกอก หรือที่เรียกว่าไหปลาร้า จะมีหลุมตื้นๆ บนผิวหนัง ใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ คลำหาร่องหลุมตื้นๆ 2 ช่องนี้ซึ่งห่างกันประมาณ 1 นิ้ว หรือมากกว่านี้ ขึ้นอยู่กับขนาดร่างกายของแต่ละคนที่มีขนาดไม่เท่ากัน ให้นวดบริเวณนี้ประมาณ 30 วินาที และให้นำมือขวาวางไปที่ตำแหน่งสะดือขณะที่นิ้วกดปุ่มสมองก็ให้กวาดตามองจากซ้ายไปขวา ขวาไปซ้าย และจากพื้นขึ้นเพดาน จากนั้นให้เปลี่ยนมือด้านขวาทำเช่นเดียวกัน

ประโยชน์ของการบริหารปุ่มสมอง

1. กระตุ้นระบบประสาทและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองให้ดีขึ้น

2. ช่วยสร้างให้ระบบการสื่อสารระหว่างสมอง 2 ซีกที่เกี่ยวกับการพูด การอ่าน การเขียนมีประสิทธิภาพมากขึ้น

1.2 ปุ่มขมับ



ใช้นิ้วชี้กับนิ้วกลางทั้งสองข้างนิ้วดัมเบาะๆ วนเป็นวงกลมประมาณ 30 วินาทีถึง 1 นาที กวาดตามองจากซ้ายไปขวา และจากพื้นมองขึ้นไปเพดาน

ประโยชน์ของการนวดปุ่มขมับ

1. กระตุ้นระบบประสาทและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองส่วนการมองเห็นให้ทำงานดีขึ้น
2. ทำให้การทำงานของสมองทั้ง 2 ซีกสมดุลกัน

1.3 ปุ่มใบหู

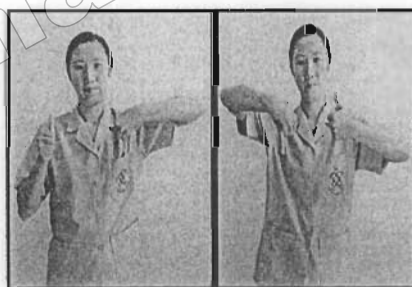


ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้จับที่ส่วนบนสุดด้านนอกของใบหูทั้ง 2 ข้าง นวดตามริมขอบนอกของใบหูทั้ง 2 ข้างพร้อมๆ กัน ให้นวดไล่ลงมาจนถึงติ่งหูเบาๆ ทำซ้ำหลายๆ ครั้ง ควรทำทำนี้ก่อนอ่านหนังสือเพื่อเพิ่มความจำและมีสมาธิมากขึ้น

ประโยชน์ของการกระตุ้นปุ่มใบหู

1. กระตุ้นหลอดเลือดฝอยที่ไปเลี้ยงสมองส่วนการได้ยินและความจำระยะสั้นให้ดีขึ้น
2. สามารถเพิ่มการรับฟังที่เป็นจังหวะได้ดีขึ้น

2. ทำบริหารสมอง มีทั้งหมด 5 ท่า ดังนี้



2.1 ท่าที่ 1 โป่ง-ก้อย

1. ยกมือทั้ง 2 ข้างขึ้นมาให้มือขวาทำท่าโป่ง โดยกำมือและยกหัวแม่มือขึ้นมา ส่วนมือซ้ายให้ทำท่าก้อย โดยกำมือและเหยียดนิ้วก้อยชี้ออกมา
2. เปลี่ยนมาเป็นโป่งด้วยมือซ้ายและก้อยด้วยมือขวา
3. ให้ทำสลับกันไปมา 10 ครั้ง

2.2 ท่าที่ 2 จีบ L



1. ยกมือทั้ง 2 ข้างขึ้นมา ให้มือขวาทำท่าจีบ โดยใช้นิ้วหัวแม่มือประกบกับนิ้วชี้ ส่วนนิ้วอื่นๆ ให้เหยียดออกไป
2. มือซ้ายให้ทำเป็นรูปตัวแอล (L) โดยให้กางนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้ออกไป ส่วนนิ้วที่เหลือให้กำเอาไว้
3. เปลี่ยนเป็นจีบด้วยมือซ้ายบ้าง ทำเช่นเดียวกับข้อ 1 ส่วนมือขวาก็ทำเป็นรูปตัวแอล (L) เช่นเดียวกับข้อ 2
4. ให้ทำสลับกันไปมา 10 ครั้ง

ประโยชน์ของการบริหารท่าจีบซ้าย-ขวา

1. เพื่อกระตุ้นกล้ามเนื้อมือให้ประสานกัน เพื่อไม่ให้เกิดอาการนิ้วล็อก
2. เพื่อกระตุ้นสมองเกี่ยวกับการสั่งการให้สมดุล มีการเคลื่อนไหวอย่างคล่องแคล่ว
3. เพื่อกระตุ้นการทำงานความสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา

2.3 ท่าที่ 3 ตะแถมุก-ตะทะหุ



1. มือขวาไปแตะที่หูซ้าย ส่วนมือซ้ายให้ไปแตะที่จมูก (ลักษณะมือไขว้กัน)
2. เปลี่ยนมาเป็นมือซ้ายแตะที่หูขวา ส่วนมือขวาไปแตะที่จมูก (ลักษณะมือไขว้กัน)

ประโยชน์ของการบริหารท่าแตะจมูก-แตะหู

1. ช่วยให้มองเห็นภาพทางด้านซ้ายและขวาดีขึ้น

2.4 ท่าที่ 4 แตะหู



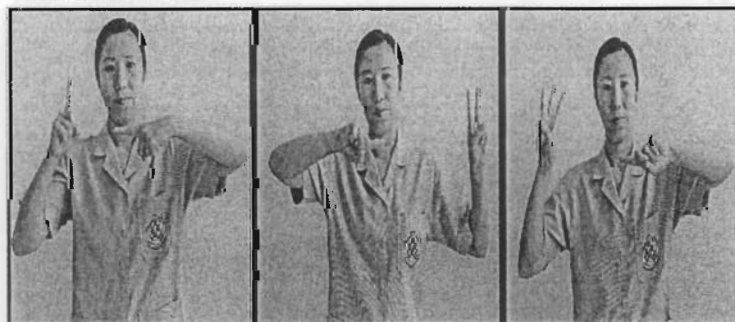
1. มือขวาอ้อมไปจับหูซ้าย ส่วนมือซ้ายอ้อมไปจับหูขวา
2. เปลี่ยนมาเป็นมือซ้ายอ้อมไปจับหูขวา ส่วนมือขวาอ้อมไปจับหูซ้าย

ประโยชน์ของการบริหารท่าแตะหู

1. กระตุ้นการสั่งการของสมองให้สมดุลทั้งซีกซ้ายและซีกขวา
2. กระตุ้นสมองส่วนการคิดคำนวณระยะ
3. ป้องกันกล้ามเนื้อหัวใจเกิดการติดยึด

2.5 การเคลื่อนไหวสลับข้าง (Cress crawl)

ท่าที่ 1 นับ 1-10



1. ยกมือทั้ง 2 ขึ้นมา
2. มือขวา ชูนิ้วชี้ตั้งขึ้น นับ 1 มือซ้าย ให้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือขนานกับพื้น

3. นิ้ว 2 ให้เปลี่ยนมาเป็นมือซ้ายชู 2 นิ้ว คือ นิ้วชี้กับนิ้วกลาง ส่วนมือขวาก็ใช้นิ้วชี้และหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น

4. นิ้ว 3 ให้เปลี่ยนมาเป็นชูมือขวา 3 นิ้ว คือ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง มือซ้ายก็ให้นิ้วชี้และหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น



5. นิ้ว 4 ให้เปลี่ยนมาเป็นชูมือซ้าย 4 นิ้ว คือ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง นิ้วก้อย ส่วนมือขวาก็ให้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น

6. นิ้ว 5 ให้เปลี่ยนมาเป็นชูมือขวา 5 นิ้ว คือ นิ้วหัวแม่มือ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง นิ้วก้อย ส่วนมือซ้ายให้นิ้วชี้และหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น

7. นิ้ว 6 ให้เปลี่ยนมาเป็นชูมือซ้าย ใช้นิ้วหัวแม่มือแตะที่นิ้วก้อย ส่วนมือขวาให้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น



8. นิ้ว 7 ให้เปลี่ยนมาเป็นชูมือขวา ใช้นิ้วหัวแม่มือแตะที่นิ้วนาง ส่วนมือซ้ายให้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น

9. นิ้ว 8 ให้เปลี่ยนมาเป็นชูมือซ้าย ใช้นิ้วหัวแม่มือ คือแตะที่นิ้วกลาง ส่วนมือขวาก็ให้นิ้วชี้และหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น

10. นิ้ว 9 ให้เปลี่ยนมาเป็นชูมือขวา ใช้นิ้วหัวแม่มือแตะที่นิ้วชี้ ส่วนมือซ้ายให้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น

11. นิ้ว 10 ให้เปลี่ยนมาเป็นกำมือซ้าย ส่วนมือขวาก็ให้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือชี้ขนานกับพื้น



ประโยชน์ของการบริหารท่านับ 1-10

1. กระตุ้นกล้ามเนื้อให้ประสานกัน เพื่อไม่ให้เกิดอาการนิ้วล็อก
2. กระตุ้นสมองที่มีการสั่งการให้เกิดความสมดุลทั้งซ้าย-ขวา
3. กระตุ้นความจำ

3. ท่าผ่อนคลายหลังจากทำการบริหารสมอง



ยืน ใช้มือทั้ง 2 ข้างประกบกันในลักษณะพนมมือเป็นรูปดอกบัวตูม โดยให้นิ้วทุกนิ้วสัมผัสกันเบาๆ พร้อมกับหายใจเข้า-ออก ทำท่านี้ประมาณ 5-10 นาที

ประโยชน์ของการบริหารท่าผ่อนคลาย

1. ทำให้เกิดสมาธิ เป็นการเจริญสติ

5. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามกิจกรรตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อย ร้อยละ 80

2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น สามารถจำทำการบริหารปุ่มสมอง ทบทวน ทำการบริหารปุ่มสมองและสามารถบริหารปุ่มสมองด้วยตนเองได้อย่างถูกต้อง

หมายเหตุ ให้ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย หรือญาติ ช่วยทำท่าทางที่ถูกต้องในกรณีที่ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อม ระยะเริ่มต้นทำผิด

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

กิจกรรมที่ 6 กิจกรรมการคิด

1. วัตถุประสงค์

เพื่อฟื้นฟูความจำของผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นโดยใช้ความคิด

2. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรม สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง (เช้า-เย็น) โดยให้สลับกิจกรรมย่อย 1 - 4 ทุกสัปดาห์

กิจกรรมย่อยที่ 1 กิจกรรมร้อยลูกปัด

1. อุปกรณ์

1. ลูกปัดสีแดง สีเขียว สีน้ำเงิน สีเหลือง อย่างละ 25 เม็ด
2. เข็มเย็บผ้า 1 เล่ม
3. ด้ายเย็บผ้า จำนวน 4 เส้น
4. ภาชนะใส่ลูกปัด 4 ชิ้น



2. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกสีลูกปัด จากลูกปัดที่คละสีที่อยู่ในภาชนะเดียวกัน โดยให้แยกลูกปัดที่มีสีเดียวกันอยู่ในภาชนะเดียวกัน
2. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมร้อยลูกปัดตามสีที่ได้แยกไว้ในภาชนะ

3. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติกิจกรรมตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อย ร้อยละ 80
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นสามารถแยกสีลูกปัดได้อย่างถูกต้อง
3. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นสามารถร้อยลูกปัดได้

กิจกรรมย่อยที่ 2 การแยกเสื้อผ้า

1. อุปกรณ์

1. เสื้อเชิ้ต 5 ตัว เสื้อยืด 5 ตัว
2. กางเกงขาสั้น 5 ตัว กระโปรง 5 ตัว

2. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกเสื้อ กางเกงหรือกระโปรง ชนิดเดียวกัน
2. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น จับคู่ กางเกง หรือกระโปรง
3. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น จัดเสื้อผ้าตามการใช้งานหรือตามสถานที่ที่ไป เช่น วัด เดินทางไกล วัยรุ่น

3. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อย ร้อยละ 80
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นสามารถแยกเสื้อ กางเกงหรือกระโปรงได้อย่างถูกต้อง
3. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นสามารถจับคู่เสื้อ กางเกง หรือกระโปรง ได้อย่างถูกต้อง
4. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นจัดเสื้อผ้าตามการใช้งาน ได้อย่างถูกต้อง

กิจกรรมย่อยที่ 3 กิจกรรมฝึกโทรศัพท์

1. อุปกรณ์

1. โทรศัพท์บ้าน 1 เครื่อง โทรศัพท์มือถือ 1 เครื่อง
2. สมุดเบอร์โทรศัพท์ 1 เล่ม



2. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น หาเบอร์โทรศัพท์ที่กำหนดให้
2. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกเบอร์มือถือ/เบอร์บ้าน/เบอร์โทรศัพท์ทางไกล
3. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โทรศัพท์ไปหาบุคคลต่างๆ หรือสถานที่ต่างๆ

3. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อย ร้อยละ 80
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น หาเบอร์โทรศัพท์ที่กำหนดให้ได้อย่างถูกต้องได้อย่างถูกต้อง
3. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกเบอร์มือถือ/เบอร์บ้าน/เบอร์โทรศัพท์ทางไกลได้อย่างถูกต้อง
4. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โทรศัพท์ไปหาบุคคลต่างๆ หรือสถานที่ต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง

กิจกรรมย่อยที่ 4 กิจกรรมนับเงิน

1. อุปกรณ์

1. ธนบัตรใบละ 1,000 บาท 1 ฉบับ ธนบัตรใบละ 500 บาท 1 ฉบับ ธนบัตรใบละ 100 บาท 1 ฉบับ ธนบัตรใบละ 50 บาท 1 ฉบับ ธนบัตรใบละ 20 บาท 1 ฉบับ
2. เหรียญ 10 บาท 5 เหรียญ เหรียญ 5 บาท 5 เหรียญ เหรียญ 2 บาท 5 เหรียญ และเหรียญ 1 บาท 10 เหรียญ



2. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกธนบัตรและเหรียญ และประเภทต่างๆ
2. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น รวมเงินจากธนบัตรและเหรียญตามจำนวนเงินที่กำหนดให้
3. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น คิดเงินและทอนเงินตามจำนวนที่กำหนดให้

3. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นปฏิบัติตามวันและเวลาที่กำหนดให้ อย่างน้อย ร้อยละ 80
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นแยกธนบัตรและเหรียญ และประเภทต่างๆได้อย่างถูกต้อง
3. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นรวมเงินจากธนบัตรและเหรียญตามจำนวนเงินที่กำหนดให้ได้อย่างถูกต้อง
4. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น คิดเงินและทอนเงินตามจำนวนที่กำหนดให้ได้อย่างถูกต้อง

3. ประโยชน์ของกิจกรรมการคิด

1. กระตุ้นการสั่งการของสมองให้สมดุลทั้งซีกซ้ายและซีกขวา
2. ช่วยสร้างให้ระบบการสื่อสารระหว่างสมอง 2 ซีกที่เกี่ยวกับการคิดมีประสิทธิภาพมากขึ้น

หมายเหตุ ให้ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย หรือญาติ ช่วยทำกิจกรรมที่ถูกต้องในกรณีที่ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นทำผิด

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

กิจกรรมที่ 7 กิจกรรมทางจิตวิญญาณ

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น ได้ปรับอารมณ์ให้อยู่ในสภาวะผ่อนคลายจากกิจกรรมทางจิตวิญญาณ

2. กำหนดเวลา

1. กำหนดกิจกรรมการฝึกสมาธิก่อนนอนทุกคืน ครั้งละ 1 ชั่วโมง
2. กำหนดกิจกรรมทางสังคม ทุกสัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

กิจกรรมย่อยที่ 1 กิจกรรมการฝึกสมาธิ

1. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรมก่อนนอนทุกคืน ครั้งละ 1 ชั่วโมง

2. ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นฝึกสมาธิ โดยให้นั่งสมาธิ ทำจิตใจให้สงบและระลึกถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาในแต่ละวันก่อนนอน 1 ชั่วโมง

3. การประเมินผล

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นให้ความร่วมมือในการนั่งสมาธิ
2. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นนอนหลับสนิท



4. ประโยชน์ของกิจกรรมการฝึกสมาธิ

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมเกิดการผ่อนคลาย
2. ระบบประสาทและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองให้ดีขึ้น

กิจกรรมย่อยที่ 2 กิจกรรมทางสังคม



1. กำหนดเวลา

กำหนดให้ฝึกกิจกรรม ทุกสัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง (วันอาทิตย์)

2. ขั้นตอนการทำงานกิจกรรม

ให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นรวมกลุ่มการทำงานกิจกรรมรวมกลุ่มกับเพื่อน ประกอบกิจกรรมการพูดคุยเพื่อและเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการฝึกบริหารปุ่มสมอง

3. การประเมินผล

ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ร้อยละ 80

4. ประโยชน์ของกิจกรรมทางสังคม

1. ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมเกิดการผ่อนคลาย
2. กระตุ้นระบบประสาทและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองให้ดีขึ้น
3. ระบบประสาทหลังฮอริโมนที่ช่วยในการฟื้นฟูความจำระยะสั้น

ตารางกิจกรรมโปรแกรมการฝึกสมองที่ประยุกต์จากทฤษฎีนิวโรบิกส์ เอ็กเซอร์ไซส์

สัปดาห์ที่ 1				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	25 มิ.ย. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	25 มิ.ย. 2555 - 1 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	25 มิ.ย. 2555 - 1 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	25 มิ.ย. 2555 - 1 ก.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์-วันพุธ วันศุกร์	25-27 มิ.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	28 มิ.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	ร้อยลูกปัด โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกสีลูกปัด ที่คละสีที่อยู่ในภาชนะเดียวกัน โดยให้แยกลูกปัดที่มีสีเดียวกันอยู่ในภาชนะเดียวกัน และร้อยลูกปัดตามสีที่ได้แยกไว้ในภาชนะ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	25 มิ.ย. 2555 - 1 ก.ค. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	1 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 2				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	2 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	2 ก.ค. 2555 - 8 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	2 ก.ค. 2555 - 8 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	2 ก.ค. 2555 - 8 ก.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์-วันพุธ-วันศุกร์	2 4 6 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	5 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	แยกเสื้อผ้า โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกเสื้อผ้ากางเกงหรือกระโปรงชนิดเดียวกัน จับคู่ กางเกง หรือกระโปรง และจัดเสื้อผ้าตามการใช้งานหรือตามสถานที่ที่ไป เช่น วัด เดินทางไกล ว่ายน้ำ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	2 ก.ค. 2555 - 8 ก.ค. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	8 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 3				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	9 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	9 ก.ค. 2555 - 15 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	9 ก.ค. 2555 - 15 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	9 ก.ค. 2555 - 15 ก.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์	9 11 13 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	12 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	ฝึกโทรศัพท์ โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นหาเบอร์โทรศัพท์ที่กำหนดให้ แยกเบอร์มือถือ/เบอร์บ้าน/เบอร์โทรศัพท์ทางไกล และโทรศัพท์ไปหาบุคคล หรือสถานที่ที่กำหนดให้
วันจันทร์-วันอาทิตย์	9 ก.ค. 2555 - 15 ก.ค. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	15 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 4				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	16 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	16 ก.ค. 2555 - 22 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	23 ก.ค. 2555 - 29 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	23 ก.ค. 2555 - 29 ก.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์	16 18 20 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	19 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	นับเงิน โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นแยกธนบัตรและเหรียญ รวมเงินจากธนบัตรและเหรียญตามจำนวนเงินที่กำหนดให้ คิดเงินและทอนเงินตามจำนวนที่กำหนดให้
วันจันทร์-วันอาทิตย์	23 ก.ค. 2555 - 29 ก.ค. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	22 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 5				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	23 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	23 ก.ค. 2555 – 29 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	23 ก.ค. 2555 – 29 ก.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	23 ก.ค. 2555 – 29 ก.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์	23 25 27 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	26 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	ร้อยลูกปัด โดยให้ผู้ช่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกสีลูกปัด ที่คละสีที่อยู่ในภาชนะเดียวกัน โดยให้แยกลูกปัดที่มีสีเดียวกันอยู่ในภาชนะเดียวกัน และร้อยลูกปัดตามสีที่ได้แยกไว้ในภาชนะ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	23 ก.ค. 2555 – 29 ก.ค. 2555	19.00 – 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	29 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 6				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	30 ก.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	30 ก.ค. 2555 – 5 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	30 ก.ค. 2555 – 5 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	30 ก.ค. 2555 – 5 ส.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิด การผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วัน ศุกร์	30 ก.ค. 2555 1 3 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทาง ร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับ อวัยวะในร่างกาย
วัน พฤหัสบดี	2 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	แยกเสื้อผ้า โดยให้ผู้ป่วยภาวะ สมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยก เสื้อ กางเกงหรือกระโปรงชนิด เดียวกัน จับคู่ กางเกง หรือ กระโปรง และจัดเสื้อผ้าตาม การใช้งานหรือตามสถานที่ที่ ไป เช่น วัด เดินทางไกล วัย น้ำ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	30 ก.ค. 2555 – 5 ส.ค. 2555	19.00 – 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	5 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยน เรียนรู้ประสบการณ์ และการ ใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะใน ร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 7				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	6 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	6 ส.ค. 2555 - 12 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	6 ส.ค. 2555 - 12 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	6 ส.ค. 2555 - 12 ส.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิด การผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วัน ศุกร์	6 8 10 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทาง ร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับ อวัยวะในร่างกาย
วัน พฤหัสบดี	9 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	ฝึกโทรศัพท์ โดยให้ผู้ช่วย ภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น หาเบอร์โทรศัพท์ที่กำหนดให้ แยกเบอร์มือถือ/เบอร์บ้าน/ เบอร์โทรศัพท์ทางไกล และ โทรศัพท์ไปหาบุคคล หรือ สถานที่ที่กำหนดให้
วันจันทร์-วันอาทิตย์	6 ส.ค. 2555 - 12 ส.ค. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	12 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยน เรียนรู้ประสบการณ์ และการ ใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะใน ร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 8				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	13 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	13 ส.ค. 2555 – 19 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	13 ส.ค. 2555 – 19 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	13 ส.ค. 2555 – 19 ส.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิด การผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์-วันพุธ วันศุกร์	13 15 17 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	16 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	นับเงิน โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นแยกธนบัตรและเหรียญ รวมเงินจากธนบัตรและเหรียญตามจำนวนเงินที่กำหนดให้ คิดเงินและทอนเงินตามจำนวนที่กำหนดให้
วันจันทร์-วันอาทิตย์	13 ส.ค. 2555 – 19 ส.ค. 2555	19.00 – 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	19 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 9				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	20 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	20 ส.ค. 2555 -- 26 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	20 ส.ค. 2555 -- 26 ส.ค. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	20 ส.ค. 2555 -- 26 ส.ค. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิด การผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์	20 22 24 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	23 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	ร้อยลูกปัด โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกสีลูกปัด ที่คละสีที่อยู่ในภาชนะเดียวกัน โดยให้แยกลูกปัดที่มีสีเดียวกันอยู่ในภาชนะเดียวกัน และร้อยลูกปัดตามสีที่ได้แยกไว้ในภาชนะ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	20 ส.ค. 2555 -- 26 ส.ค. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	26 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 10				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	27 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	27 ส.ค. 2555 - 2 ก.ย. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	27 ส.ค. 2555 - 2 ก.ย. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	27 ส.ค. 2555 - 2 ก.ย. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์	27 29 31 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	30 ส.ค. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	แยกเสื้อผ้า โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น แยกเสื้อผ้ากางเกงหรือกระโปรงชนิดเดียวกัน จับคู่ กางเกง หรือกระโปรง และจัดเสื้อผ้าตามการใช้งานหรือตามสถานที่ที่ไป เช่น วัด เดินทางไกล ว่ายน้ำ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	27 ส.ค. 2555 - 2 ก.ย. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	2 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 11				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	3 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	3 ก.ย. 2555 - 9 ก.ย. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	3 ก.ย. 2555 - 9 ก.ย. 2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	3 ก.ย. 2555 - 9 ก.ย. 2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิด การผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์	3 5 7 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	6 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	ฝึกโทรศัพท์ โดยให้ผู้ป่วย ภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น หาเบอร์โทรศัพท์ที่กำหนดให้ แยกเบอร์มือถือ/เบอร์บ้าน/ เบอร์โทรศัพท์ทางไกล และ โทรศัพท์ที่ไปหาบุคคล หรือ สถานที่ที่กำหนดให้
วันจันทร์-วันอาทิตย์	3 ก.ย. 2555 - 9 ก.ย. 2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	9 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยน เรียนรู้ประสบการณ์ และการ ใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะใน ร่างกายร่วมกับเพื่อน

สัปดาห์ที่ 12				
วัน	วัน/เดือน/ปี	ช่วงเวลา	กิจกรรม	ลักษณะกิจกรรม
วันจันทร์	10 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น. 16.00 - 17.00 น.	การมองภาพ	การมองภาพบุคคลและสถานที่ที่คุ้นเคยจากอัลบั้มภาพ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	10 ก.ย.2555 -16 ก.ย.2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การรับรส	รับประทานอาหารหลากหลายรสชาติ
วันจันทร์-วันอาทิตย์	10 ก.ย.2555 -16 ก.ย.2555	08.00 - 09.00 น. 17.00 - 18.00 น.	การได้กลิ่น	ดมกลิ่นจากอาหารที่รับประทาน
วันจันทร์-วันอาทิตย์	10 ก.ย.2555 -16 ก.ย.2555	20.00 - 21.00 น.	การได้ยิน	ฟังบทสวดมนต์ที่ทำให้เกิดการผ่อนคลายขณะกำลังเข้านอน
วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์	10 12 14 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.	การสัมผัสทางร่างกาย	การใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกาย
วันพฤหัสบดี	13 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.	การคิด	นับเงิน โดยให้ผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นแยกธนบัตรและเหรียญ รวมเงินจากธนบัตรและเหรียญตามจำนวนเงินที่กำหนดให้ คิดเงินและทอนเงินตามจำนวนที่กำหนดให้
วันจันทร์-วันอาทิตย์	10 ก.ย.2555 -16 ก.ย.2555	19.00 - 20.00 น.	ทางจิตวิญญาณ	การฝึกสมาธิ
วันอาทิตย์	16 ก.ย. 2555	09.00 - 10.00 น.		การพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ และการใช้นิ้วมือได้สัมผัสกับอวัยวะในร่างกายร่วมกับเพื่อน

แบบบันทึกการปฏิบัติกิจกรรมตามโปรแกรมการฝึกสมอง

วัน	เวลา	กิจกรรม														หมายเหตุ		
		การมอง		การรับรส		การได้กลิ่น		การได้ยิน		การสัมผัสร่างกาย		การใช้ความคิด		ทางจิตวิญญาณ				
														การฝึกสมาธิ			การรวมกลุ่ม	
		ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ		ทำ	ไม่ทำ
จันทร์	เช้า																	
	เย็น																	
	ก่อนนอน																	
อังคาร	เช้า																	
	เย็น																	
	ก่อนนอน																	
พุธ	เช้า																	
	เย็น																	
	ก่อนนอน																	
พฤหัสบดี	เช้า																	
	เย็น																	
	ก่อนนอน																	
ศุกร์	เช้า																	
	เย็น																	
	ก่อนนอน																	
เสาร์	เช้า																	
	เย็น																	
	ก่อนนอน																	
อาทิตย์	เช้า																	
	กลางวัน																	
	เย็น																	
	ก่อนนอน																	

หมายเหตุ กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในตารางบันทึกการทำกิจกรรม ในช่อง ทำ หรือ ไม่ทำ ตามความเป็นจริง

ภาคผนวก ค

หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือวิจัย
หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา โทร. ๒๐๗๗, ๒๐๗๘, ๐ ๓๘๓๙ ๓๔๘๔

ที่ ศธ ๖๖๒๘/๐๔๔๓

วันที่ ๓๑ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๕

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน รศ.ดร.สุพิมพ์ ศรีพันธุ์วรสกุล

ด้วย นายวรกร เกรียงไกรศักดิ์ รหัสนประจำตัว ๕๒๘๑๐๐๐๗ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำดุษฎีนิพนธ์เรื่อง “ผลของการฟื้นฟูความจำในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โดยใช้โปรแกรมการฝึกสมองที่ประยุกต์จากทฤษฎี Neurobics Exercise” ซึ่งอยู่ในความควบคุมดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร.เสรี ชัดเข้ม อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้ วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้ (เอกสารแนบ)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา กรเพชรปานิ)

คณบดีวิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา



ที่ ศธ ๖๖๒๘/ว๐๑๓๒

วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา
มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.อรนรินทร์ ขจรวงศ์วัฒนา

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำโครงการย่อดุษฎีนิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นายวรากร เกรียงไกรศักดิ์ รหัสประจำตัว ๕๒๘๑๐๐๐๗ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำดุษฎีนิพนธ์เรื่อง “ผลของการฟื้นฟูความจำในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โดยใช้โปรแกรมการฝึกสมองที่ประยุกต์จากทฤษฎี Neurobics Exercise” ซึ่งอยู่ในความควบคุมดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร.เสรี ชัดแจ้ง อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้ วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา กรเพชรปาณี)

คณบดีวิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

โทร. ๐ ๓๘๑๐ ๒๐๗๗-๘

โทร/ โทรสาร ๐ ๓๘๓๙ ๓๔๘๔

<http://www.rmcs.buu.ac.th>



ที่ ศธ ๖๖๒๘/ว๐๑๓๒

วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา
มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขออนุญาตเคราะห้ในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน นายแพทย์สมรักษ์ สันติเบญจกุล

สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อดุษฎีนิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นายวรกร เกรียงไกรศักดิ์ รัศมีประจำตัว ๕๒๘๑๐๐๐๗ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำดุษฎีนิพนธ์เรื่อง “ผลของการฟื้นฟูความจำในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โดยใช้โปรแกรมการฝึกสมองที่ประยุกต์จากทฤษฎี Neurobics Exercise” ซึ่งอยู่ในความควบคุมดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร.เสรี ชัดแฉ่ม อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้ วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขออนุญาตเคราะห้จากท่านในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา กรเพชรปานิ)
คณบดีวิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

โทร. ๐ ๓๘๑๐ ๒๐๗๗-๘

โทร/ โทรสาร ๐ ๓๘๓๙ ๓๔๘๔

http ://www.rmcs.buu.ac.th



ที่ ศธ ๖๖๒๘/ว๐๑๓๒

วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา
มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพุทธโสธร

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำโครงการยอคุณนิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นายวรกร เกรียงไกรศักดิ์ รหัสประจำตัว ๕๒๘๑๐๐๐๗ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำคุณนิพนธ์เรื่อง “ผลของการฟื้นฟูความจำในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โดยใช้โปรแกรมการฝึกสมองที่ประยุกต์จากทฤษฎี Neurobics Exercise” ซึ่งอยู่ในความควบคุมดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร.เสรี ชัดแฉ่ม อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้ วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเหมาะสมของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา กรเพชรปานิ)
คณบดีวิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

โทร. ๐ ๓๘๑๐ ๒๐๗๗-๘

โทร/โทรสาร ๐ ๓๘๓๙ ๓๔๘๔

http://www.rmcs.buu.ac.th

ภาคผนวก ง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

วัตถุประสงค์ของการวิจัย ข้อ 2 เพื่อเปรียบเทียบความจำระยะสั้นของผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อม
ระยะเริ่มต้นในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมการฝึกสมอง

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	DIGITSP2	16.6471	17	1.99816	.48463
	DIGITSP1	11.6471	17	2.23442	.54193

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	DIGITSP2 & DIGITSP1	17	.250	.333

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	DIGITSP2 - DIGITSP1	5.0000	2.59808	.63013	3.6642	6.3358	7.935	16	.000

ประเมิน ประสิทธิภาพ	ผลต่างของคะแนน ก่อนและหลัง		SD กลุ่ม ควบคุม	ผลต่าง คะแนน หลัง-ก่อน	effect size
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง			
ช่วงตัวเลขที่จำได้ (Digit span)	11.64	16.64	2.23	5.00	2.24*
รหัสสัญลักษณ์ตัวเลข (Digit symbol)	18.52	25.64	7.60	7.12	0.93*

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	DIGITSY2	25.6471	17	6.61382	1.60409
	DIGITSY1	18.5294	17	7.60853	1.84534

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	DIGITSY2 & DIGITSY1	17	.564	.018

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 DIGITSY2 - DIGITSY1	7,1176	6,69778	1,62445	3,6740	10,5613	4,382	16	,000

ประเมิน ประสิทธิภาพ	ผลต่างของคะแนน ก่อนและหลัง		SD กลุ่ม ควบคุม	ผลต่าง คะแนน หลัง-ก่อน	effect size
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง			
ช่วงตัวเลขที่จำได้ (Digit span)	11.64	16.64	2.23	5.00	2.24*
รหัสสัญลักษณ์ตัวเลข (Digit symbol)	18.52	25.64	7.60	7.12	0.93*

วัตถุประสงค์ของการวิจัย ข้อ 3 เพื่อเปรียบเทียบความจำระยะสั้นของผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อม ระยะเริ่มต้น ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการเข้าโปรแกรมการฝึกสมอง

Between-Subjects Factors

	Value Label	N
กลุ่ม 1.00	ทดลอง	17
2.00	ควบคุม	17

Descriptive Statistics

กลุ่ม	Mean	Std. Deviation	N
DIGITSP2 ทดลอง	16.6471	1.99816	17
ควบคุม	10.7059	1.89620	17
Total	13.6765	3.57365	34
DIGITSY2 ทดลอง	25.6471	6.61382	17
ควบคุม	19.0000	4.54148	17
Total	22.3235	6.52603	34

Box's Test of Equality of Covariance Matrices^a

Box's M	2.255
F	.701
df1	3
df2	184320.0
Sig.	.551

Tests the null hypothesis that the observed covariance matrices of the dependent variables are equal across groups.

a. Design: Intercept+กลุ่ม

Multivariate Tests^b

Effect	Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Intercept Pillai's Trace	.982	862.254 ^a	2.000	35.000	.000
Wilks' Lambda	.018	862.245 ^a	2.000	33.000	.000
Hotelling's Trace	51.629	862.232 ^a	2.000	31.000	.000
Roy's Largest Root	55.629	964.254 ^a	1.000	24.000	.000
กลุ่ม Pillai's Trace	.27	18.11 ^a	4.000	138.000	.000
Wilks' Lambda	.38	18.45 ^a	4.000	134.000	.000
Hotelling's Trace	.78	18.75 ^a	4.000	132.000	.000
Roy's Largest Root	.37	38.75 ^a	2.000	75.000	.000

a. Exact statistic

b. Design: Intercept+กลุ่ม

Tests of Between-Subjects Effects

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	DIGITSP2	300.029 ^a	1	300.029	79.078	.000
	DIGITSY2	375.559 ^b	1	375.559	11.669	.002
Intercept	DIGITSP2	6359.559	1	6359.559	1676.163	.000
	DIGITSY2	16943.559	1	16943.559	526.462	.000
กลุ่ม	DIGITSP2	300.029	1	300.029	79.078	.000
	DIGITSY2	375.559	1	375.559	11.669	.002
Error	DIGITSP2	121.412	32	3.794		
	DIGITSY2	1029.882	32	32.184		
Total	DIGITSP2	6781.000	34			
	DIGITSY2	18349.000	34			
Corrected Total	DIGITSP2	421.441	33			
	DIGITSY2	1405.441	33			

a. R Squared = .712 (Adjusted R Squared = .703)

b. R Squared = .267 (Adjusted R Squared = .244)

Group Statistics

กลุ่ม	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
DIGITSP2 อดทน	17	16.6471	1.99816	.48463
DIGITSP2 ควบคุม	17	10.7059	1.89620	.45990

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
DIGITSP2	Equal variances assumed	.090	.766	8.893	32	.000	5.9412	.66811	4.58029	7.30207
	Equal variances not assumed			8.893	31.913	.000	5.9412	.66811	4.58014	7.30221

Group Statistics

กลุ่ม	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
DIGITSY2 ทดลอง	17	25.6471	6.61382	1.60409
ควบคุม	17	19.0000	4.54148	1.10147

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
DIGITSY2	Equal variances assumed	1.234	.275	3.416	32	.002	6.6471	1.94585	2.68349	10.61063
	Equal variances not assumed			3.416	28.344	.002	6.6471	1.94585	2.66334	10.63077

Univariate Analysis of Variance

Between-Subjects Factors

กลุ่ม	Value Label	N
1.00	ทดลอง	17
2.00	ควบคุม	17

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: DIGITSP2

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	300.029 ^a	1	300.029	79.078	.000
Intercept	6359.559	1	6359.559	1676.163	.000
กลุ่ม	300.029	1	300.029	79.078	.000
Error	121.412	32	3.794		
Total	6781.000	34			
Corrected Total	421.441	33			

a. R Squared = .712 (Adjusted R Squared = .703)

Univariate Analysis of Variance

Between-Subjects Factors

	Value Label	N
กลุ่ม 1.00	ทดลอง	17
2.00	ควบคุม	17

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: DIGITSY2

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	375.559 ^a	1	375.559	11.669	.002
Intercept	16943.559	1	16943.559	526.462	.000
กลุ่ม	375.559	1	375.559	11.669	.002
Error	1029.882	32	32.184		
Total	18349.000	34			
Corrected Total	1405.441	33			

a. R Squared = .267 (Adjusted R Squared = .244)

ภาคผนวก จ

แบบประเมินความเหมาะสมโปรแกรมการฝึกสอน

ตารางการตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกสมอง

โปรแกรมการฝึกสมอง	ผู้เชี่ยวชาญ			ค่าเฉลี่ย	ระดับความเหมาะสม
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3		
1. การออกแบบโปรแกรมการฝึกสมอง					
1.1 ตัวอักษร					
1.1.1 ขนาดตัวอักษร	5	5	5	5	มากที่สุด
1.1.2 รูปแบบตัวอักษร	5	5	5	5	มากที่สุด
1.1.3 ชนิดของตัวอักษร	5	5	5	5	มากที่สุด
1.1.4 สีของตัวอักษร	5	5	5	5	มากที่สุด
1.2 ภาพ					
1.2.1 การสื่อความหมายของภาพ	5	5	5	5	มากที่สุด
1.2.2 ขนาดของภาพที่แสดง	5	5	5	5	มากที่สุด
1.3 สี					
1.3.1 ความแตกต่างของสีพื้นกับตัวอักษรและภาพ	5	5	5	5	มากที่สุด
1.3.2 ความสวยงาม ไม่ดูฉูดฉาด สบายตา	5	5	5	5	มากที่สุด
1.3.3 ความแตกต่างของสีข้อความ	5	5	5	5	มากที่สุด
2. การดำเนินการตามขั้นตอนของโปรแกรมการฝึกสมอง					
2.1 มีการกำหนดเป้าหมาย จุดมุ่งหมาย เนื้อหาและเกณฑ์การประเมิน	5	5	5	5	มากที่สุด
2.2 มีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์กับเนื้อหา	5	5	5	5	มากที่สุด
2.3 กิจกรรมมีความน่าสนใจ ส่งเสริมให้ผู้ปวยมีความกระตือรือร้นในการฝึก	5	5	5	5	มากที่สุด
2.4 กิจกรรมสามารถปฏิบัติได้ง่าย	5	5	5	5	มากที่สุด
2.5 กิจกรรมมีความเหมาะสมกับระยะเวลา	5	5	5	5	มากที่สุด

ตารางการตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกสมอง

โปรแกรมการฝึกสมอง	ผู้เชี่ยวชาญ			ค่าเฉลี่ย	ระดับความเหมาะสม
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3		
2.6 กิจกรรมมีกระบวนการเรียนรู้เรียงลำดับจากง่ายสู่ยาก	5	5	5	5	มากที่สุด
2.7 มีความเป็นไปได้ในการปฏิบัติกิจกรรม	5	5	5	5	มากที่สุด
2.8 กิจกรรมเหมาะสมกับผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น	5	5	5	5	มากที่สุด
3. ลักษณะทั่วไปของโปรแกรมการฝึกสมอง					
3.1 การใช้งานโปรแกรมการฝึกสมองง่ายและสะดวก	5	5	5	5	มากที่สุด
3.2 มีความเหมาะสมกับการใช้งาน	5	5	5	5	มากที่สุด
3.3 มีความเหมาะสมของขนาดรูปเล่ม	5	5	5	5	มากที่สุด
3.4 มีความสัมพันธ์ของภาพประกอบเนื้อหา	5	5	5	5	มากที่สุด
4. ภาพรวมโปรแกรมการฝึกสมอง					
4.1 โปรแกรมการฝึกสมองอธิบายขั้นตอนการปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างมีลำดับขั้นตอน	5	5	5	5	มากที่สุด
4.2 โปรแกรมการฝึกสมองมีเนื้อหาครอบคลุมในการปฏิบัติกิจกรรม	5	5	5	5	มากที่สุด
4.3 ภาษาที่ใช้ในโปรแกรมการฝึกสมองอ่านแล้วเข้าใจง่าย	5	5	5	5	มากที่สุด
4.4 โปรแกรมการฝึกสมองมีภาพประกอบที่ชัดเจน	5	5	5	5	มากที่สุด
4.5 โปรแกรมการฝึกสมองมีภาพประกอบที่เหมาะสม	5	5	5	5	มากที่สุด

ภาคผนวก ฉ

แบบรายงานผลจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา



แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา
มหาวิทยาลัยบูรพา

๑. ชื่อคุณิพนธ์

ชื่อเรื่องคุณิพนธ์ (ภาษาไทย) ผลของการฟื้นฟูความจำในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้น โดยใช้โปรแกรมการฝึกสมองที่ประยุกต์จากทฤษฎี Neurobics Exercise

ชื่อเรื่องคุณิพนธ์ (ภาษาอังกฤษ) EFFECT OF MEMORY REHABILITATION IN PATIENTS WITH MILD DEMENTIA BY USING BRAIN TRAINING PROGRAM APPLYING FROM NEUROBICS EXERCISE THEORY

๒. ชื่อนิสิต (นาย, นาง, นางสาว) : วรากร เกรียงไกรศักดิ์ดา

หลักสูตร ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา การวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา

๕ ภาคปกติ ๐ ภาคพิเศษ

รหัส ๕๒๘๑๐๐๗ คณะ/วิทยาลัย วิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

๓. หน่วยงานที่สังกัด มหาวิทยาลัยบูรพา

๔. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดคุณิพนธ์เรื่องดังกล่าวข้างต้นแล้ว
ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ

๑. การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย

๒. วิธีการอย่างเหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย (informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างการวิจัย

๓. การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัย ไม่ว่าจะเป็นสิ่งมีชีวิต หรือไม่มีชีวิต

(/) รับรองโครงการวิจัย

() ไม่รับรองโครงการวิจัย

๕. วันที่ให้การรับรอง ๑๘ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๕

(ลงนาม)

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา กรเพชรปานิ)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

คณะบดีวิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา

วันที่ ๑๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๕

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

หัวข้อคุณิพนธ์ เรื่อง ผลของการฟื้นฟูความจำระยะสั้นในผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นโดยใช้โปรแกรมการฝึกสมองที่ประยุกต์จากทฤษฎีโนโรบิกส์ เอ็กเซอร์ไซส์

วันให้คำยินยอม วันที่ เดือน พ.ศ.

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม
(.....)

ลงนาม.....พยาน
(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย
(.....)