

ภาคผนวก ก

ตารางจำนวนและร้อยละเรื่องความรู้และการปฏิบัติตัวเพื่อการดูแลผู้ป่วยไตวาย
เรื้อรัง และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของความรู้เรื่องการดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังของผู้ดูแล ในระยะก่อน
และหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ข้อ	เนื้อหา	กลุ่มทดลอง				กลุ่มควบคุม			
		ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		วัดครั้งที่ 1		วัดครั้งที่ 2	
		ตอบ ถูก	ตอบ ผิด	ตอบ ถูก	ตอบ ผิด	ตอบ ถูก	ตอบ ผิด	ตอบ ถูก	ตอบ ผิด
1.	โรคไตวายทำให้ไตมีความผิดปกติ	30.0 (9)	70.0 (21)	70.0 (21)	30.0 (9)	36.7 (11)	63.3 (19)	43.3 (13)	56.7 (17)
2.	โรคที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคไตวายเรื้อรัง	60.0 (18)	40.0 (12)	73.3 (22)	26.7 (8)	46.7 (14)	53.3 (16)	43.3 (13)	56.7 (17)
3.	โรคไตวายเรื้อรังเป็นโรคที่สามารถรักษาให้ หายขาด	56.7 (17)	43.3 (13)	80.0 (24)	20.0 (6)	36.7 (11)	63.3 (19)	46.7 (14)	53.3 (16)
4.	การดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังเพื่อป้องกันอาการ ผิดปกติหรืออันตรายรุนแรงที่จะเกิดขึ้น	33.3 (10)	66.7 (20)	60.0 (18)	40.0 (12)	36.7 (11)	63.3 (19)	46.7 (14)	53.3 (16)
5.	อาหารที่เหมาะสมกับผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง	53.3 (16)	46.7 (14)	66.7 (20)	33.3 (10)	56.7 (17)	43.3 (13)	70.0 (21)	30.0 (9)
6.	เมื่อแพทย์สั่งกำไม่ให้ผู้ป่วยรับประทานอาหาร ประเภทโปรตีนมาก ผู้ป่วยจำเป็นต้องรับ ประทานอาหารประเภทใดเพิ่มขึ้น	23.3 (7)	76.7 (23)	60.0 (18)	40.0 (12)	26.7 (8)	73.3 (22)	26.7 (8)	73.3 (22)
7.	การควบคุมอาหารที่มีรสเค็มสำหรับโรค ไตวายเรื้อรัง	26.7 (8)	73.3 (22)	56.7 (17)	43.3 (13)	30.0 (9)	70.0 (21)	30.0 (9)	70.0 (21)
8.	การรับประทานผลไม้ในผู้ป่วยโรคไตวาย เรื้อรัง	10.0 (3)	90.0 (27)	36.7 (11)	63.3 (19)	16.7 (5)	83.3 (25)	13.3 (4)	86.7 (26)
9.	การดื่มน้ำในแต่ละวันของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง	30.0 (9)	70.0 (21)	73.3 (22)	26.7 (8)	26.7 (8)	73.3 (22)	36.7 (11)	63.3 (19)
10.	เวลาของการรับประทานยา	80.0 (24)	20.0 (6)	96.7 (29)	3.3 (1)	76.7 (23)	23.3 (7)	83.3 (25)	16.7 (5)
11.	ผู้ป่วยรับประทานยาลดความดันโลหิต มี อาการหน้ามืด ใจสั่น เหนื่อยออก	36.7 (11)	63.3 (19)	46.7 (14)	53.3 (16)	30.0 (9)	70.0 (21)	46.7 (14)	53.3 (16)

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อ	เนื้อหา	กลุ่มทดลอง				กลุ่มควบคุม			
		ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		วัดครั้งที่ 1		วัดครั้งที่ 2	
		ตอบถูก	ตอบผิด	ตอบถูก	ตอบผิด	ตอบถูก	ตอบผิด	ตอบถูก	ตอบผิด
12.	การออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง	73.3 (22)	26.7 (8)	90.0 (27)	10.0 (3)	80.0 (24)	20.0 (6)	73.3 (22)	26.7 (8)
13.	การดูแลผิวหนังของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่แห้ง	60.0 (18)	40.0 (12)	90.0 (21)	10.0 (3)	50.0 (15)	50.0 (15)	56.7 (17)	43.3 (13)
14.	การสังเกตอาการผิดปกติของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง	70.0 (21)	30.0 (9)	90.0 (27)	10.0 (3)	53.3 (16)	46.7 (14)	46.7 (14)	53.3 (16)
15.	การปฏิบัติของผู้ดูแลเมื่อพบผู้ป่วยไตวายเรื้อรังมีอาการแสดงถึงมีความดันโลหิตสูงผิดปกติ	93.3 (28)	6.7 (2)	83.3 (25)	16.7 (5)	83.3 (25)	16.7 (5)	80.0 (24)	20.0 (6)
16.	การดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังเมื่อมีสมาชิกในบ้านป่วยเป็นไข้หวัด ไอ เจ็บคอ	76.7 (23)	23.3 (7)	86.7 (26)	13.3 (4)	83.3 (25)	16.7 (5)	83.3 (25)	16.7 (5)
17.	การดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีปัญหาจากโลหิตจาง หรือเลือดออกง่าย	46.7 (14)	53.3 (16)	76.7 (23)	23.3 (7)	60.0 (18)	40.0 (12)	66.7 (20)	33.3 (10)
18.	การปฏิบัติกรดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังเป็นไข้ ไอ เจ็บคอ	66.7 (20)	33.3 (10)	73.3 (22)	26.7 (8)	70.0 (21)	30.0 (9)	70.0 (21)	30.0 (9)
19.	การมาตรวจกับแพทย์ของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง	90.0 (27)	10.0 (3)	93.3 (28)	6.7 (2)	86.7 (26)	13.3 (4)	86.7 (26)	13.3 (4)
20.	การดูแลผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังอารมณ์หงุดหงิด หรือมีความวิตกกังวลอันเนื่องมาจากโรคที่เป็น	63.3 (19)	36.7 (11)	80.0 (24)	20.0 (6)	53.3 (16)	46.7 (14)	60.0 (18)	40.0 (12)
21.	การไปร่วมงานสังคมของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง	76.7 (23)	23.3 (7)	66.7 (20)	33.3 (10)	66.7 (20)	33.3 (10)	80.0 (24)	20.0 (6)
ค่าคะแนนเฉลี่ยรวม		$\bar{X} = 11.57$		$\bar{X} = 15.50$		$\bar{X} = 11.07$		$\bar{X} = 11.90$	
		$SD = 3.64$		$SD = 2.91$		$SD = 3.58$		$SD = 3.43$	

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมการดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังในระยะก่อน
การทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

ข้อ	พฤติกรรมการดูแล	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย	ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย
1.	ท่านคอยดูแลจัดหาอาหารให้ผู้ป่วยได้รับ ประทานอาหารประเภทโปรตีน แป้ง และ ไขมัน ที่เหมาะสมกับโรคไตวาย เรื้อรัง	30.0 (9)	10.0 (3)	50.0 (15)	10.0 (3)	26.7 (8)	40.0 (12)	33.3 (10)	0 (0)
2.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารสด	40.0 (12)	16.7 (5)	43.3 (13)	0	43.3 (13)	46.7 (14)	10.0 (3)	0 (0)
3.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานผลไม้ใน ปริมาณที่น้อยหรือไม่รับประทานเลย ตาม อาการของโรค	16.7 (5)	0 (0)	60.0 (18)	23.3 (7)	16.7 (5)	26.7 (8)	56.67 (17)	0 (0)
4.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยดื่มน้ำในแต่ละวันโดย ประมาณจากจำนวนปัสสาวะที่ขับออกมา ในวันก่อน และเพิ่มอีกครั้งลิตร	6.7 (2)	10.0 (3)	16.7 (5)	66.7 (20)	10.0 (3)	20.0 (6)	43.3 (13)	26.7 (8)
5.	ท่านดูแลผิวหนังผู้ป่วยเมื่อมีการผิวหนังแห้ง ควรทาด้วยโลชั่นเพื่อป้องกันผิวหนังแห้งแตก	23.3 (7)	6.7 (2)	26.7 (8)	43.3 (13)	43.3 (13)	16.7 (5)	26.7 (8)	13.3 (4)
6.	ท่านคอยแนะนำให้ผู้ป่วยอาบน้ำโดยฟอก ส้วมสบู่อ่อน และทาโลชั่นเพื่อป้องกันผิว แห้งแตก	26.7 (8)	20.0 (6)	30.0 (9)	23.3 (7)	46.7 (14)	30.0 (9)	10.0 (3)	13.3 (4)
7.	ท่านสังเกตภาวะน้ำในร่างกายของผู้ป่วย มากเกินไป เช่น หายใจเหนื่อยหอบ บวม น้ำหนักเพิ่ม	33.3 (10)	16.7 (5)	43.3 (13)	6.7 (2)	46.7 (14)	36.7 (11)	16.7 (5)	0 (0)
8.	ท่านคอยสังเกตปัญหาของการติดเชื้อง่าย เช่น มีไข้ หนาวสั่น ปัสสาวะขุ่น	33.3 (10)	30.0 (9)	36.7 (11)	0 (0)	43.3 (13)	50.0 (15)	6.7 (2)	0 (0)
9.	ท่านคอยสังเกตปัญหาจากการเบื่ออาหาร ของผู้ป่วย	30.0 (9)	30.0 (9)	36.7 (11)	3.3 (1)	43.3 (13)	56.7 (17)	0 (0)	0 (0)
10.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานยาตามแผน การรักษา	66.7 (20)	23.3 (7)	10.0 (3)	46.6 (8)	60.0 (18)	33.3 (10)	6.7 (2)	0 (0)
11.	ท่านสังเกตอาการข้างเคียงหลังรับประทาน ยา	26.7 (20)	10.0 (3)	36.7 (11)	46.7 (14)	23.3 (7)	16.7 (5)	60.0 (18)	0 (0)
12.	ท่านกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้ออกกำลังกาย เช่น เดินร่ำมายจีน อย่างน้อยสัปดาห์ละ3ครั้ง	6.67 (2)	13.3 (4)	33.3 (10)	53.3 (16)	13.3 (4)	20.0 (6)	33.3 (10)	33.3 (10)

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย	ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย
13.	ท่านกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้ทำกิจกรรมต่างๆเป็นงานบ้านที่ออกแรงเบาๆ เช่น เดินกวาดบ้าน รดน้ำต้นไม้	13.3 (4)	3.3 (1)	30.0 (9)	53.3 (16)	20.0 (6)	10.0 (3)	23.3 (7)	46.7 (14)
14.	ท่านคอยดูแลให้ผู้ป่วยได้ควงจำนวนปีสภาวะหรือช่วยเหลือผู้ป่วยควงจำนวนปีสภาวะต่อวัน	10 (3)	0 (0)	6.7 (2)	83.3 (25)	3.3 (1)	6.7 (2)	6.7 (2)	86.7 (26)
15.	ท่านคอยดูแลไม่ให้ผู้ป่วยมีปัญหา ท้องผูกหรือถ่ายอุจจาระบ่อยครั้ง	20.0 (6)	16.7 (5)	23.3 (7)	40.0 (12)	16.7 (5)	26.7 (8)	50.0 (15)	6.7 (2)
16.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยนอนหลับ อย่างเพียงพอ	30.0 (9)	30.0 (9)	40.0 (12)	0 (0)	43.3 (13)	43.3 (13)	13.3 (4)	0 (0)
17.	ท่านแนะนำให้ผู้ป่วยได้ผ่อนคลายโดยการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น อ่านหนังสือ ฟังเพลงคุยกับเพื่อนที่สนิท	6.7 (2)	23.3 (7)	36.7 (11)	33.3 (10)	3.3 (1)	23.3 (7)	66.7 (20)	6.7 (2)
18.	ท่านคอยดูแลให้ผู้ป่วยได้ไปตรวจตามแพทย์นัดทุกครั้ง	73.3 (22)	13.3 (4)	13.3 (4)	0 (0)	76.7 (23)	16.7 (5)	6.7 (2)	0 (0)
19.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยไปรับการรักษาเมื่อผู้ป่วยมีอาการผิดปกติเพิ่มขึ้น	63.3 (19)	33.3 (10)	3.3 (1)	0 (0)	70.0 (21)	26.7 (8)	3.3 (1)	0 (0)
20.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยได้ระบายความรู้สึก ความเครียดแก่ญาติ พยาบาล แพทย์ หรือผู้ใกล้ชิด	13.3 (4)	13.3 (4)	36.7 (11)	36.7 (11)	6.7 (2)	13.3 (4)	66.7 (20)	13.3 (4)
21.	ท่านรับฟังปัญหาของผู้ป่วยเมื่อผู้ป่วยมีความวิตกกังวล	26.7 (8)	16.7 (5)	40.0 (12)	16.7 (5)	16.7 (5)	26.7 (8)	50.0 (15)	6.7 (2)
22.	ท่านคอยดูแลไม่ให้ผู้ป่วยเครียด หรือมีความวิตกกังวลมากเกินไป	23.3 (7)	16.7 (5)	26.7 (8)	33.3 (10)	16.7 (5)	23.3 (7)	53.3 (16)	6.7 (2)
23.	ท่านคอยดูแลจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านและที่อยู่ หรือที่นอนผู้ป่วยให้สะอาด โปร่ง มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก	43.3 (13)	36.7 (11)	16.7 (5)	3.3 (1)	53.3 (16)	43.3 (13)	0 (0)	3.3 (1)
24.	ท่านคอยช่วยเหลือ หรือกระตุ้นให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมต่างๆ ที่ผู้ป่วยได้ผ่อนคลายได้ตามต้องการ เช่น พาผู้ป่วยไปพบญาติ หรือพาผู้ป่วยไปรับประทานอาหารนอกบ้าน	13.3 (4)	6.7 (2)	43.3 (13)	36.7 (11)	16.7 (5)	16.7 (5)	40.0 (12)	26.7 (8)
25.	ท่านคอยช่วยเหลือหรือกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้เข้าร่วมงานสังคมได้ตามปกติ	6.7 (2)	20.0 (6)	40.0 (12)	33.3 (10)	6.7 (2)	16.7 (4)	43.3 (13)	33.3 (10)
ค่าคะแนนเฉลี่ยรวม		$\bar{X} = 67.20$		$SD = 17.47$		$\bar{X} = 68.80$		$SD = 11.88$	

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของคะแนนพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังในการวัดครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ของกลุ่มควบคุม

ข้อ	ข้อความ	การวัดสัปดาห์ที่ 1 (วัดครั้งที่ 1)				การวัดสัปดาห์ที่ 9 (วัดครั้งที่ 2)			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย	ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย
1.	ท่านคอยดูแลจัดหาอาหารให้ผู้ป่วยได้รับประทานอาหารประเภทโปรตีน แป้ง และไขมัน ที่เหมาะสมกับโรคไตวายเรื้อรัง	26.7 (8)	10.0 (3)	43.3 (13)	20.0 (6)	26.7 (8)	10.0 (3)	46.7 (14)	16.7 (5)
2.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารรสจืด	30.0 (9)	13.3 (4)	56.7 (17)	0 (0)	36.7 (11)	13.3 (4)	50.0 (15)	0 (0)
3.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานผลไม้ในปริมาณที่น้อยหรือไม่รับประทานเลยตามอาการของโรค	10.0 (3)	13.3 (4)	30.0 (9)	46.7 (14)	6.7 (2)	23.3 (7)	26.7 (8)	43.3 (13)
4.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยดื่มน้ำในแต่ละวันโดยประมาณจากจำนวนปัสสาวะที่ขับออกมาในวันก่อน และเพิ่มอีกครั้งลิตร	16.7 (5)	3.3 (1)	16.7 (5)	63.3 (19)	13.3 (4)	6.7 (2)	20.0 (6)	60.0 (18)
5.	ท่านดูแลผิวหนังผู้ป่วยเมื่อมีอาการผิวหนังแฉกหรือคันด้วยโลชั่นเพื่อป้องกันผิวหนังแห้งแตก	36.7 (11)	0 (0)	33.3 (10)	30.0 (9)	33.3 (10)	6.7 (2)	30.0 (9)	30.0 (9)
6.	ท่านคอยแนะนำให้ผู้ป่วยอาบน้ำด้วยสบู่อ่อน และทาโลชั่นเพื่อป้องกันผิวหนังแห้งแตก	43.3 (13)	26.7 (8)	13.3 (4)	16.7 (5)	40.0 (12)	23.3 (7)	13.3 (4)	23.3 (7)
7.	ท่านสังเกตภาวะน้ำในร่างกายของผู้ป่วยมากเกินไป เช่น หายใจเหนื่อยหอบ บวม น้ำหนักเพิ่ม	33.3 (10)	16.7 (5)	40.0 (12)	10.0 (3)	23.3 (7)	30.0 (9)	33.3 (10)	13.3 (4)
8.	ท่านคอยสังเกตปัญหาของการติดเชื้อง่าย เช่น มีไข้ หนาวสั่น ปัสสาวะขุ่น	26.7 (8)	20.0 (6)	40.0 (12)	13.3 (4)	26.7 (8)	20.0 (6)	33.3 (10)	20.0 (6)
9.	ท่านคอยสังเกตปัญหาจากการเบื่ออาหารของผู้ป่วย	26.7 (8)	23.3 (7)	36.7 (11)	13.3 (4)	26.7 (8)	23.3 (7)	33.3 (10)	16.7 (4)
10.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานยาตามแผนการรักษา	43.3 (13)	33.3 (10)	16.7 (5)	6.7 (2)	46.7 (14)	33.3 (10)	20.0 (6)	0 (0)
11.	ท่านสังเกตอาการข้างเคียงหลังรับประทานยา	20.0 (6)	20.0 (6)	36.7 (11)	23.3 (8)	16.7 (5)	23.3 (7)	36.7 (11)	23.3 (7)
12.	ท่านกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้ออกกำลังกาย เช่น เดิน รำมวยจีน ฯลฯ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง	10.0 (3)	3.3 (1)	33.3 (10)	53.3 (16)	6.7 (2)	6.7 (2)	30.0 (9)	56.7 (17)

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อ	พฤติกรรมการดูแล	การวัดสัปดาห์ที่ 1 (วัดครั้งที่ 1)				การวัดสัปดาห์ที่ 9 (วัดครั้งที่ 2)			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ	บ่อย	บาง ครั้ง	ไม่ เคย	ประจำ	บ่อย	บาง ครั้ง	ไม่ เคย
13.	ท่านกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้ทำกิจกรรมต่างๆ เป็นงานบ้านที่ออกแรงเบาๆ เช่น เดินกวาดบ้าน รดน้ำต้นไม้	6.7 (2)	6.7 (2)	43.3 (13)	43.3 (13)	6.7 (2)	6.7 (2)	30.0 (9)	56.7 (17)
14.	ท่านคอยดูแลให้ผู้ป่วยได้ควงจำนวนปีสภาวะหรือช่วยเหลือผู้ป่วยควงจำนวนปีสภาวะต่อวัน	10.0 (3)	3.3 (1)	10.0 (3)	76.7 (23)	6.7 (2)	6.7 (2)	10.0 (3)	76.7 (23)
15.	ท่านคอยดูแลไม่ให้ผู้ป่วยมีปัญหาท้องผูก หรือถ่ายอุจจาระบ่อยครั้ง	6.7 (2)	16.7 (5)	36.7 (11)	40.0 (12)	3.3 (1)	23.3 (7)	43.3 (13)	30.0 (9)
16.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยนอนหลับ อย่างเพียงพอ	33.3 (10)	33.3 (10)	33.3 (10)	0 (0)	36.7 (11)	36.7 (11)	26.7 (8)	0 (0)
17.	ท่านแนะนำให้ผู้ป่วยได้ผ่อนคลายโดยการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น อ่านหนังสือ ฟังเพลง คุยกับเพื่อนที่สนิท	23.3 (7)	20.0 (6)	20.0 (6)	36.7 (11)	23.3 (7)	20.0 (6)	23.3 (7)	33.3 (10)
18.	ท่านคอยดูแลให้ผู้ป่วยได้ไปตรวจตามแพทย์นัดทุกครั้ง	60.0 (18)	26.7 (8)	13.3 (4)	0 (0)	70.0 (21)	20.0 (6)	6.7 (2)	3.3 (1)
19.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยไปรับการรักษาเมื่อผู้ป่วยมีอาการผิดปกติเพิ่มขึ้น	36.7 (11)	46.7 (14)	16.7 (5)	0 (0)	50.0 (15)	36.7 (11)	10.0 (3)	3.3 (1)
20.	ท่านดูแลให้ผู้ป่วยได้ระบายความรู้สึก ความเครียดแก่ญาติ พยาบาล แพทย์ หรือผู้ใกล้ชิด	16.7 (5)	6.7 (2)	36.7 (11)	40.0 (12)	10.0 (3)	10.0 (3)	36.7 (11)	43.3 (13)
21.	ท่านรับฟังปัญหาของผู้ป่วยเมื่อผู้ป่วยมีความวิตกกังวล	23.3 (7)	13.3 (4)	46.7 (14)	16.7 (5)	23.3 (7)	13.3 (4)	50.0 (15)	13.3 (4)
22.	ท่านคอยดูแลไม่ให้ผู้ป่วยเครียด หรือมีความวิตกกังวลมากเกินไป	20.0 (6)	16.7 (5)	30.0 (9)	33.3 (10)	23.3 (7)	13.3 (4)	33.3 (10)	30.0 (9)
23.	ท่านคอยดูแลจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้าน และที่อยู่ หรือที่นอนผู้ป่วยให้สะอาด โปร่ง มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก	40.0 (12)	23.3 (8)	16.7 (5)	20.0 (6)	40.0 (12)	26.7 (8)	20.0 (6)	13.3 (4)
24.	ท่านคอยช่วยเหลือ หรือกระตุ้นให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมต่างๆ ที่ผู้ป่วยได้ผ่อนคลายได้ตามต้องการ เช่น พาผู้ป่วยไปพบญาติ หรือพาผู้ป่วยไปรับประทานอาหารนอกบ้าน	20.0 (6)	3.3 (1)	36.7 (11)	40.0 (12)	10.0 (3)	6.7 (2)	53.3 (16)	30.0 (9)
25.	ท่านคอยช่วยเหลือหรือกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้ไปร่วมงานสังคมได้ตามปกติ	6.7 (2)	6.67 (2)	36.7 (11)	50.0 (15)	3.3 (1)	10.0 (3)	36.7 (11)	50.0 (15)
ค่าคะแนนเฉลี่ยรวม		$\bar{X} = 64.92$ $SD = 19.94$				$\bar{X} = 61.73$ $SD = 17.88$			

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ก่อน
ทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

ข้อ	เนื้อหา	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย	ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคย
1.	ฉันทรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ต้ม ผลไม้ แอปเปิ้ล และไขมัน ครบทุกชนิด	16.7 (5)	23.3 (7)	60.0 (18)	0 (0)	20.0 (6)	43.3 (13)	33.3 (10)	3.3 (1)
2.	ฉันทรับประทานอาหารประเภทโปรตีน ได้แก่ ไข่ขาว หรือเนื้อปลา เป็นส่วนมาก	43.3 (13)	36.7 (11)	20.0 (6)	0 (0)	53.3 (16)	26.7 (8)	20.0 (6)	0 (0)
3.	ฉันทรับประทานอาหารที่มีรสจืด	33.3 (10)	23.3 (7)	43.3 (13)	0 (0)	13.3 (4)	20.0 (6)	36.7 (11)	0 (0)
4.	ฉันทรับประทานผลไม้ลดลง หรือไม่รับ ประทานเลย ถ้าปีสสาวะออกน้อยกว่า 500 ซีซี หรือครั้งละครึ่งวัน	6.7 (2)	13.3 (4)	56.7 (17)	23.3 (7)	6.7 (2)	36.7 (11)	50.0 (15)	6.7 (2)
5.	ฉันทหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร ที่มีไขมัน มากของหมักดอง เครื่องในสัตว์ และ หน่อไม้	43.3 (13)	26.7 (8)	30.0 (9)	0 (0)	40.0 (12)	23.3 (7)	20.0 (6)	16.7 (5)
6.	ฉันทดื่มน้ำดื่มเพื่อกำหนดปริมาณน้ำที่จะดื่ม ในแต่ละวัน โดยประมาณจากจำนวน ปีสสาวะที่ขับออกมาในวันก่อนและเพิ่มอีก ครึ่งลิตร	0 (0)	0 (0)	3.3 (1)	96.7 (29)	0 (0)	6.7 (2)	16.7 (5)	76.7 (23)
7.	เมื่อฉันทดื่มนม โอวัลติน หรือน้ำผลไม้ ฉันทนำ มาคิดรวมเป็นปริมาณน้ำดื่มในแต่ละวันด้วย	6.7 (2)	0 (0)	0 (0)	93.3 (28)	3.3 (1)	3.3 (1)	13.3 (4)	80.0 (24)
8.	ฉันทหยุดพักทันทีเมื่อรู้สึกเหนื่อย หอบ หรือ เหนื่อย ใจสั่น จากการทำกิจกรรมต่างๆ	33.3 (10)	33.3 (10)	30.0 (9)	3.3 (1)	40.0 (12)	36.7 (11)	16.7 (7)	6.7 (2)
9.	ฉันทดื่ง และบันทึกจำนวนน้ำดื่ม และจำนวน ปีสสาวะทุกวัน	0 (0)	0 (0)	3.3 (1)	96.7 (29)	3.3 (1)	0 (0)	10.0 (3)	86.7 (26)
10.	ฉันทคอยสังเกตจำนวนครั้ง ลักษณะ และสีของ อุจจาระทุกวัน	26.7 (8)	16.7 (5)	50.0 (15)	6.7 (2)	10.0 (3)	56.7 (17)	26.7 (8)	6.7 (2)
11.	ฉันทนอนหลับตอนกลางคืนอย่างเพียงพอ	40.0 (12)	33.3 (10)	26.7 (8)	0 (0)	36.7 (11)	56.7 (17)	6.7 (2)	0 (0)
12.	ฉันทอาบน้ำทุกวันด้วยสบู่อ่อน ถ้าผิวหนังของ ฉันทแห้ง ฉันททาโลชั่น เพื่อป้องกันผิวหนังแตก	70.0 (21)	23.3 (7)	6.7 (2)	0 (0)	83.3 (25)	6.7 (2)	6.7 (2)	3.3 (1)
13.	ฉันทไม่อยู่ใกล้ชิดกับคนที่ เป็นโรคติดต่อทาง เดินหายใจ เช่น เป็นไข้หวัด ไอ หรือจาม	40.0 (12)	16.7 (5)	40.0 (12)	3.3 (1)	63.3 (19)	26.7 (8)	10.0 (3)	0 (0)

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ	บ่อย	บาง ครั้ง	ไม่ เคย	ประจำ	บ่อย	บาง ครั้ง	ไม่ เคย
14.	ฉันคอยสังเกตและควบคุมน้ำหนักตัวไม่ให้ เพิ่มมากเกินไป	26.7 (8)	20.0 (6)	50.0 (15)	3.3 (1)	26.7 (8)	46.7 (14)	20.0 (6)	6.7 (2)
15.	ฉันสังเกตอาการเลือดออกตามไรฟัน เลือด กำเดา การมีจ้ำหรือจุดเลือดตามผิวหนัง	20.0 (6)	33.3 (10)	36.7 (11)	10.0 (3)	16.7 (5)	36.7 (11)	40.0 (12)	6.7 (2)
16.	ฉันระวังการกระทบกระแทกหกล้ม การบาดเจ็บ ต่อร่างกาย	36.7 (11)	50.0 (15)	13.3 (4)	0 (0)	60.0 (18)	20.0 (6)	20.0 (6)	0 (0)
17.	ฉันมาพบแพทย์ตามนัด และเมื่อมีอาการผิดปกติ	80.0 (24)	13.3 (4)	6.7 (2)	0 (0)	90.0 (27)	6.7 (2)	3.3 (1)	0 (0)
18.	ฉันออกกำลังกายด้วยวิธีต่างๆ	6.7 (2)	10.0 (3)	56.7 (17)	26.7 (8)	3.3 (1)	20.0 (6)	50.0 (15)	26.7 (8)
19.	เมื่อฉันมีเรื่องไม่สบายใจปรึกษาหรือพูดคุย กับผู้อื่นใกล้ชิด เช่น สามี ภรรยา พี่น้อง พ่อ แม่	6.7 (2)	13.3 (4)	66.7 (20)	13.3 (4)	3.3 (1)	13.3 (4)	76.7 (23)	6.7 (2)
20.	เมื่อฉันมีความเครียด ฉันหาวิธีผ่อนคลาย ความเครียด เช่น ฟังเพลง ไปเดินเล่น ไปหา เพื่อนสนิทคุย	13.3 (4)	6.7 (2)	73.3 (22)	6.7 (2)	6.7 (2)	10.0 (3)	76.7 (23)	6.7 (2)
21.	เมื่อฉันมีอาการไม่สบายเล็กน้อย เช่น เป็น ไข้หวัด ฉันซื้อยามารับประทานเอง	0 (0)	6.7 (2)	20.0 (6)	73.3 (22)	0 (0)	0 (0)	30.0 (9)	70.0 (21)
22.	ฉันหาซื้อยาที่มีผู้แนะนำจะทำให้อาการ ของโรคไคววาชเร็วขึ้น	0 (0)	3.3 (1)	13.3 (4)	83.3 (25)	3.3 (1)	0 (0)	16.7 (5)	80.0 (24)
23.	ฉันเฝ้าสังเกตอาการของตนเอง ภายหลังการ รับประทานยา	16.7 (5)	30.0 (9)	50.0 (15)	3.3 (1)	13.3 (4)	26.7 (8)	50.0 (15)	10.0 (3)
24.	เมื่อฉันดื่มรับประทานยาเมื่อใดมือหนึ่ง ฉันรับประทานยาในมือถัดไปตามปกติ	26.7 (8)	46.7 (14)	13.3 (4)	13.3 (4)	20.0 (6)	40.0 (12)	13.3 (4)	26.7 (8)
25.	หากฉันพบอาการผิดปกติหลังรับประทานยา หรือเมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการรับประทานยา ฉันปรึกษานักวิชาการด้านสุขภาพ	16.7 (5)	20.0 (6)	43.3 (13)	20.0 (6)	20.0 (6)	16.7 (5)	43.3 (13)	20.0 (6)
ค่าคะแนนเฉลี่ยรวม		$\bar{X} = 66.37$		$SD = 8.46$		$\bar{X} = 68.33$		$SD = 9.53$	

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ในการ
วัดครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ของกลุ่มควบคุม

ข้อ	ข้อความ	การวัดสัปดาห์ที่ 1 (วัดครั้งที่ 1)				การวัดสัปดาห์ที่ 9 (วัดครั้งที่ 2)			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ จำ	บ่อย	บาง ครั้ง	ไม่ เคย	ประจำ	บ่อย	บาง ครั้ง	ไม่ เคย
1.	ฉันรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้ แป้ง และไขมัน ครบทุกชนิด	6.7 (2)	23.3 (7)	66.7 (20)	3.3 (1)	3.3 (1)	20.0 (6)	73.3 (22)	3.3 (1)
2.	ฉันรับประทานอาหารประเภทโปรตีน ได้แก่ ไข่ขาว หรือเนื้อปลา เป็นส่วนมาก	50.0 (15)	23.3 (7)	23.3 (7)	3.3 (1)	56.7 (17)	16.7 (5)	23.3 (7)	3.3 (1)
3.	ฉันรับประทานอาหารที่มีรสจัด	43.3 (13)	16.7 (5)	36.7 (11)	3.3 (1)	43.3 (13)	26.7 (8)	30.0 (9)	0 (0)
4.	ฉันรับประทานผลไม้ลดลง หรือไม่รับประทานเลย ถ้าปีสภาวะออกนอกระบบกว่า 500 ซีซี หรือครั้งใดครั้งหนึ่ง	20.0 (6)	23.3 (7)	26.7 (8)	30.0 (9)	13.3 (4)	20.0 (6)	36.7 (11)	20.0 (6)
5.	ฉันหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร ที่มีไขมันมากของหมักดอง เครื่องในสัตว์ และหน่อไม้	30.0 (9)	23.3 (7)	10.0 (3)	36.7 (11)	30.0 (9)	43.3 (13)	16.7 (5)	10.0 (3)
6.	ฉันตวงน้ำดื่มเพื่อกำหนดปริมาณน้ำที่จะดื่มในแต่ละวัน โดยประมาณจากจำนวนปีสภาวะที่ขับออกมาในวันก่อนและเพิ่มอีกครั้งใดครั้ง	3.3 (1)	10.0 (3)	3.3 (1)	83.3 (25)	3.3 (1)	6.7 (2)	6.7 (2)	83.3 (25)
7.	เมื่อฉันดื่มนม โอวัลติน หรือน้ำผลไม้ ฉันนำมาคิดรวมเป็นปริมาณน้ำดื่มในแต่ละวันด้วย	6.7 (2)	3.3 (1)	3.3 (1)	86.7 (26)	3.3 (1)	3.3 (1)	3.3 (1)	90.0 (27)
8.	ฉันหยุดพักทันทีเมื่อรู้สึกเหนื่อย หอบ หรือเหนื่อย ใจสั่น จากการทำกิจกรรมต่างๆ	40.0 (12)	36.7 (11)	23.3 (7)	0 (0)	33.3 (10)	33.3 (10)	26.7 (8)	6.7 (2)
9.	ฉันตวง และบันทึกจำนวนน้ำดื่ม และจำนวนปีสภาวะทุกวัน	10.0 (3)	0 (0)	3.3 (1)	86.7 (26)	6.7 (2)	0 (0)	6.7 (2)	86.7 (26)
10.	ฉันคอยสังเกตจำนวนครั้ง ลักษณะ และสีของอุจจาระทุกวัน	20.0 (6)	20.0 (6)	40.0 (12)	20.0 (6)	16.7 (5)	20.0 (6)	36.7 (11)	26.7 (8)
11.	ฉันนอนหลับตอนกลางคืนอย่างเพียงพอ	33.3 (10)	20.0 (6)	46.7 (14)	0 (0)	30.0 (9)	26.7 (8)	43.3 (13)	0 (0)
12.	ฉันอาบน้ำทุกวันด้วยสบู่อ่อน ถ้าผิวหนังของฉันแห้ง ฉันทาโลชั่น เพื่อป้องกันผิวหนังแตก	66.7 (20)	20.0 (6)	13.3 (4)	0 (0)	70.0 (21)	20.0 (6)	10.0 (3)	0 (0)
13.	ฉันไม่อยู่ใกล้ชิดกับคนที่ป่วยโรคติดต่อทางเดินหายใจ เช่น เป็นไข้หวัด ไอ หรือจาม	30.0 (9)	36.7 (11)	30.0 (9)	3.3 (1)	30.0 (9)	26.7 (8)	36.7 (11)	6.7 (2)

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ข้อ	เนื้อหา	การวัดสัปดาห์ที่ 1 (วัดครั้งที่ 1)				การวัดสัปดาห์ที่ 9 (วัดครั้งที่ 2)			
		การปฏิบัติ				การปฏิบัติ			
		ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่ เคย	ประจำ	บ่อย	บางครั้ง	ไม่ เคย
14.	ฉันคอยสังเกตและควบคุมน้ำหนักตัวไม่ให้ เพิ่มมากเกินไป	33.3 (10)	20.0 (6)	33.3 (10)	13.3 (4)	33.3 (10)	23.3 (7)	23.3 (7)	20.0 (6)
15.	ฉันสังเกตอาการเลือดออกตามไรฟัน เลือด กำเผลอ การมีจ้ำหรือจุดเลือดตามผิวหนัง	10.0 (3)	33.3 (10)	36.7 (11)	20.0 (6)	6.7 (2)	33.3 (10)	30.0 (9)	30.0 (9)
16.	ฉันระวังการกระทบกระแทกหกล้ม การ บาดเจ็บต่อร่างกาย	36.7 (11)	53.3 (16)	10.0 (3)	0 (0)	36.7 (11)	56.7 (17)	6.7 (2)	0 (0)
17.	ฉันมาพบแพทย์ตามนัด และเมื่อมีอาการ ผิดปกติ	83.3 (25)	13.3 (4)	3.3 (1)	0 (0)	93.3 (28)	3.3 (1)	3.3 (1)	0 (0)
18.	ฉันออกกำลังกายด้วยวิธีต่างๆ	30.0 (9)	13.3 (4)	30.0 (9)	26.7 (8)	20.0 (6)	10.0 (3)	43.3 (13)	26.7 (8)
19.	เมื่อฉันมีเรื่องไม่สบายใจปรึกษาหรือพูดคุย กับผู้อื่นใกล้ชิด เช่น สามี ภรรยา พี่น้อง พ่อ แม่	3.3 (1)	16.7 (5)	63.3 (19)	16.7 (5)	3.3 (1)	13.3 (4)	13.3 (4)	20.0 (6)
20.	เมื่อฉันมีความเครียด ฉันหาวิธีผ่อนคลาย ความเครียด เช่น ฟังเพลง ไปเดินเล่น ไปหา เพื่อนสนิทคุย	6.7 (2)	16.7 (5)	63.3 (19)	13.3 (4)	3.3 (1)	13.3 (4)	66.7 (20)	16.7 (5)
21.	เมื่อฉันมีอาการไม่สบายเล็กน้อย เช่น เป็น ไข้หวัด ฉันซื้อยามารับประทานเอง	6.7 (2)	0 (0)	6.7 (2)	86.7 (26)	0 (0)	0 (0)	3.3 (1)	96.7 (29)
22.	ฉันหาซื้อยาที่มีผู้แนะนำจะทำให้อาการ ของโรคไคววาชเร็วขึ้น	83.3 (25)	6.7 (2)	3.3 (1)	6.7 (2)	93.3 (28)	6.7 (2)	0 (0)	0 (0)
23.	ฉันเฝ้าสังเกตอาการของตัวเอง ภายหลังการ รับประทานยา	13.3 (4)	23.3 (7)	53.3 (16)	10.0 (3)	13.3 (4)	13.3 (4)	60.0 (18)	13.3 (4)
24.	เมื่อฉันลืมรับประทานยาเมื่อใดมือหนึ่ง ฉัน รับประทานยาในมืออีกไปตามปกติ	16.7 (5)	33.3 (10)	26.7 (8)	23.3 (7)	6.7 (2)	30.0 (9)	30.0 (9)	33.3 (10)
25.	หากฉันพบอาการผิดปกติหลังรับประทาน ยา หรือเมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการรับ ประทานยา ฉันปรึกษานักวิชาการด้านสุขภาพ	23.3 (7)	6.7 (2)	50.0 (15)	20.0 (6)	20.0 (6)	6.7 (2)	53.3 (16)	20.0 (6)
ค่าคะแนนเฉลี่ยรวม		$\bar{X} = 65.60$		$SD. = 11.47$		$\bar{X} = 64.83$		$SD. = 9.63$	

ภาคผนวก ข

ใบยินยอมให้ข้อมูลในการตอบแบบสอบถาม

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัยกลุ่มทดลอง

เนื่องจากดิฉันนางสาวปานจิตต์ เอี่ยมสำอางค์ เป็นนักศึกษาพยาบาลปริญญาโท สาขาการพยาบาลครอบครัว คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา กำลังทำการศึกษาวิจัย เรื่อง ผลของโปรแกรมการสอนต่อความรู้และพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแลและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ดิฉันใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ โดยการตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้เรื่องการดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแล และแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ซึ่งท่านสามารถเลือกตอบตามความรู้สึก ความคิดเห็น หรือการปฏิบัติจริงๆ ของท่านโดยไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด และติดตามให้ความรู้โดยการสอนสุขศึกษาที่บ้าน 3 ครั้ง ห่างกันครั้งละ 1 สัปดาห์ ซึ่งการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อท่าน รวมทั้งการรักษาพยาบาลแต่อย่างใด ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลนี้ไว้เป็นความลับ โดยไม่มีเปิดเผยชื่อของท่าน ข้อมูลที่ได้จะเสนอโดยภาพรวม ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการศึกษา ครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ในการนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานและเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนารูปแบบในการให้บริการแก่ผู้ป่วย โรคไตวายเรื้อรังในโอกาสต่อไป

หากท่านมีข้อสงสัยประการใดเกี่ยวกับงานวิจัยครั้งนี้ ดิฉันยินดีให้ท่านซักถามและยินดีตอบข้อสงสัยของท่านตลอดเวลาไม่ว่าท่านจะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ก็ตาม ท่านยังคงได้รับการรักษาพยาบาลจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลตามปกติ ท่านมีสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ และถึงแม้ว่าท่านยินดีเข้าร่วมในวิจัยแล้ว ท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวจากการเข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีข้อแม้ใดๆ และไม่มีผลกระทบต่อการรักษาพยาบาลหรือผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น ดิฉันหวังว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ปานจิตต์ เอี่ยมสำอางค์ (ผู้วิจัย)

สำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านและได้รับคำอธิบายตามรายละเอียดข้างบนอย่างครบถ้วน และมีความเข้าใจเป็นอย่างดี

ยินดีเข้าร่วมวิจัย

ไม่ยินดีเข้าร่วมวิจัย

ลงชื่อ

วันที่ เดือน..... พ.ศ. 2545

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัยกลุ่มควบคุม

เนื่องจากดิฉันนางสาวปานจิตต์ เอี่ยมสำอางค์ เป็นนักศึกษาพยาบาลปริญญาโท สาขาการพยาบาลครอบครัว คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา กำลังทำการศึกษาวิจัย เรื่อง ผลของโปรแกรมการสอนต่อความรู้และพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแลและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ดิฉันใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ โดยการตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้เรื่องการดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแล และแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ซึ่งท่านสามารถเลือกตอบตามความรู้สึกมั่นใจ ความคิดเห็น หรือการปฏิบัติจริงๆ ของท่านโดยไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ซึ่งการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อท่าน รวมทั้งการรักษาพยาบาลแต่อย่างใด ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลนี้ไว้เป็นความลับโดยไม่มีการเปิดเผยชื่อของท่าน ข้อมูลที่ได้จะเสนอโดยภาพรวม ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ในการนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานและเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนารูปแบบในการให้บริการแก่ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังในอนาคตต่อไป

หากท่านมีข้อสงสัยประการใดเกี่ยวกับงานวิจัยครั้งนี้ ดิฉันยินดีให้ท่านซักถามและยินดีตอบข้อสงสัยของท่านตลอดเวลา ไม่ว่าท่านจะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ก็ตาม ท่านยังคงได้รับการรักษาพยาบาลจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลตามปกติ ท่านมีสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ และถึงแม้ว่าท่านยินดีเข้าร่วมในวิจัยแล้ว ท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวจากการเข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีข้อแม้ใดๆ และไม่มีผลกระทบต่อการรักษาพยาบาลหรือผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น ดิฉันหวังว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ปานจิตต์ เอี่ยมสำอางค์

ผู้วิจัย

สำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านและได้รับคำอธิบายตามรายละเอียดข้างบนอย่างครบถ้วน และมีความเข้าใจเป็นอย่างดี

ยินดีเข้าร่วมวิจัย

ไม่ยินดีเข้าร่วมวิจัย

ลงชื่อ

วันที่ เดือน..... พ.ศ. 2545

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามสำหรับผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง

คำชี้แจง

ก. แบบสอบถามการวิจัยนี้มีทั้งหมด 9 หน้า แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง มีทั้งหมด 21 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง มีทั้งหมด 25 ข้อ

ประกอบด้วย 1. การดูแลทางด้านร่างกาย ได้แก่ การควบคุมอาหารและน้ำ

การรักษาความสะอาดร่างกาย การดูแลภาวะแทรกซ้อน การรับประทานยา

การออกกำลังกาย การขับถ่าย การพักผ่อนและการนอนหลับ การตรวจตามนัด

2. การดูแลทางด้านจิตใจ

3. การดูแลทางด้านสถานะแวดล้อม

ข. ให้ผู้ดูแลผู้ป่วยอ่านคำชี้แจงในแต่ละส่วนก่อนลงมือทำให้เข้าใจ และตอบตามความเป็นจริงมากที่สุด

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

นางสาวปณจิตต์ เอี่ยมสำอางค์

นิสิตปริญญาโท สาขาการพยาบาลครอบครัว

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

แบบสอบถามการวิจัยสำหรับผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง

แบบสอบถามเลขที่ [] []

วันที่บันทึกข้อมูล

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง ขอให้ท่านตอบคำถามต่อไปนี้ตามความเป็นจริงที่เกี่ยวข้องกับตัวท่านมากที่สุด.

- ชื่อ (นามสมมุติ)
2. ที่อยู่
..... หมายเลขโทรศัพท์
.....
3. อายุ ปี
4. เพศ ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง
5. สถานภาพสมรส.....
6. มีบุตร จำนวน คน
- 7 ระดับการศึกษา.....
8. อาชีพ.....
9. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของผู้ดูแลประมาณ..... บาท/เดือน
10. รายได้เฉลี่ย ทั้งครอบครัว บาท/เดือน
11. จำนวนสมาชิกในครอบครัว คน
12. ผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปในครอบครัวของท่านมี คน
13. ผู้ป่วยในครอบครัวที่ต้องการการดูแลมี คน
14. ความสัมพันธ์ของท่านกับผู้ป่วย.....
15. ระยะในการดูแล.....ปี.....เดือน
16. โรคประจำตัวของท่าน
17. บุคคลที่ช่วยเหลือท่านในการดูแลผู้ป่วยมีใครบ้าง(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
☐ 1.ญาติ จำนวน..... คน
☐ 2.เพื่อนจำนวน..... คน
☐ 3.อื่นๆ ระบุ.....จำนวน..... คน

18. บทบาทของท่านในครอบครัว

- ☐ 1. หัวหน้าครอบครัว
- ☐ 2. สมาชิกในครอบครัว

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องโรคไคววเรื้อรัง (สำหรับผู้ดูแล)

ความรู้เรื่องการดูแลผู้ป่วยไคววเรื้อรัง หมายถึง ความเข้าใจในการปฏิบัติเพื่อ การดูแล ของสมาชิกครอบครัวด้วยโรคไคววเรื้อรังในเรื่องการตอบสนองทางด้านร่างกาย ได้แก่ การรับประทานอาหารและน้ำดื่ม การรับประทานยา การออกกำลังกาย การรักษาความสะอาดร่างกาย การตรวจตามนัด การสังเกตอาการผิดปกติการป้องกันภาวะแทรกซ้อน ของผู้ป่วย เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน การตรวจตามนัด และการตอบสนองด้านอารมณ์ จิตใจ และสังคมของ ผู้ป่วยซึ่งสามารถประเมินได้จากแบบวัดความรู้เรื่องการดูแลผู้ป่วยไคววเรื้อรัง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมายวงกลม {O} ล้อมรอบหัวข้อที่ท่านคิดว่าถูกต้องที่สุด

- โรคไคววเรื้อรังเป็นโรคที่ได้มีความผิดปกติอย่างไร.
 - ไตเสียหายอย่างถาวร
 - ไตเสียหายอย่างชั่วคราว
 - ไม่ทราบ
- โรคที่เป็นสาเหตุที่พบบ่อยของโรคไคววเรื้อรังคือโรคอะไร
 - โรคหัวใจ
 - โรคนี้ในไต
 - โรคเบาหวาน
- โรคไคววเรื้อรังสามารถรักษาให้หายขาดได้หรือไม่
 - สามารถรักษาให้หายขาดได้
 - ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้
 - ไม่ทราบ / ไม่แน่ใจ
- ควรดูแลผู้ป่วยไคววเรื้อรังอย่างไรเพื่อป้องกันอาการผิดปกติหรืออันตรายรุนแรงที่จะเกิดขึ้น
 - ให้รับประทานยา ควบคุมอาหาร ปฏิบัติตัวตามปกติ
 - ให้รับประทานยา ควบคุมอาหารและน้ำดื่ม
 - ให้รับประทานยาและปฏิบัติตัวตามปกติที่คนทั่วไปปฏิบัติ

5. อาหารในข้อใดที่เหมาะสมกับผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังมากที่สุด
 - ก. เนื้อหมู หรือไก่
 - ข. เนื้อปลา หรือไข่ขาว
 - ค. ถั่วต่างๆ หรือ เต้าหู้
6. เมื่อแพทย์จำกัดไม่ให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารประเภทโปรตีนมาก ผู้ป่วยจำเป็นต้องรับประทานอาหารประเภทใดเพิ่มขึ้น
 - ก. แป้งในปริมาณที่มากพอเหมาะ
 - ข. ไขมันในปริมาณที่มากเพิ่มขึ้น
 - ค. ผักและผลไม้ในปริมาณที่มากเพิ่มขึ้น
7. การควบคุมอาหารที่มีรสเค็มสำหรับโรคไตวายเรื้อรังควรเป็นอย่างไร
 - ก. ผู้ป่วยควรรับประทานอาหารที่เค็มเกลือ น้ำปลา แต่รับประทานสิ่งปรุงเค็มอื่นๆตามปกติ
 - ข. ผู้ป่วยรับประทานอาหารที่เค็มเกลือ น้ำปลา หรือสิ่งปรุงเค็มอื่นๆ ลดลง
 - ค. ผู้ป่วยควรรับประทานอาหารที่มีการเค็มเกลือ น้ำปลา หรือสิ่งปรุงเค็ม
8. ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังควรรับประทานอาหารประเภทผลไม้อย่างไร
 - ก. รับประทานผลไม้ลดลงหรืองดรับประทานเลย
 - ข. เลือกงดรับประทานผลไม้บางชนิด
 - ค. รับประทานผลไม้ได้ตามปกติ
9. แต่ละวันผู้ป่วยควรดื่มน้ำปริมาณเท่าไร
 - ก. ดื่มน้ำปริมาณน้อยๆ
 - ข. ดื่มน้ำปริมาณมาก ๆ ไม่ต่ำกว่า 6-8 แก้ว
 - ค. ดื่มน้ำปริมาณเท่ากับจำนวนปัสสาวะที่ขับออกมาในวันก่อน และบวกอีกครั้งลิตร
10. การรับประทานยาควรรับประทานเวลาใด
 - ก. รับประทานก่อนหรือหลังอาหารประมาณครึ่งชั่วโมง
 - ข. รับประทานก่อนหรือหลังอาหารประมาณ 1-2 ชั่วโมง
 - ค. รับประทานเวลาใดก็ได้
11. ถ้าผู้ป่วยรับประทานยาลดความดันโลหิตแล้ว มีอาการหน้ามืด ใจสั่น เหงื่อออก ควรทำอะไร
 - ก. ไปพบแพทย์ทันที
 - ข. ให้นอนพัก หยุดรับประทานยา
 - ค. ให้นอนพัก รอดูอาการ ถ้าไม่ดีขึ้นไปพบแพทย์

12. ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังควรออกกำลังกายอย่างไร
 - ก. ออกกำลังกายได้ตามปกติ
 - ข. ห้ามออกกำลังกายโดยเด็ดขาด
 - ค. ควรออกกำลังกายเพิ่มมากกว่าคนปกติ
13. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีผิวหนังแห้งควรจะมีวิธีดูแลอย่างไร
 - ก. อาบน้ำไม่ฟอกสบู่ และทาโลชั่นหลังอาบน้ำ
 - ข. อาบน้ำด้วยสบู่อ่อน และทาโลชั่นหลังอาบน้ำ
 - ค. อาบน้ำและฟอกสบู่ และไม่ทาโลชั่นหลังอาบน้ำ
14. ท่านควรสังเกตอาการผิดปกติของผู้ป่วยอะไรบ้าง
 - ก. อาการปัสสาวะมาก
 - ข. อาการปวดแสบตามร่างกาย
 - ค. ดิฉี่ในร่างกายง่าย เช่น เป็นไข้หวัดบ่อยๆ ปัสสาวะขุ่น
15. เมื่อท่านพบว่าผู้ป่วยไตวายเรื้อรังมีอาการความดันโลหิตสูง ปวดศีรษะ ท่านจะปฏิบัติอย่างไร
 - ก. ให้นอนพักผ่อน และซื้อยาลดความดันโลหิตให้รับประทาน
 - ข. ให้นอนพักผ่อน และให้รับประทานยาแก้ปวดศีรษะ
 - ค. ให้นอนพักผ่อน และพาพบแพทย์
16. เมื่อมีสมาชิกในบ้านป่วยเป็นไข้หวัด ท่านจะให้การดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังอย่างไร
 - ก. ให้รับประทานยาแก้แสบเพื่อป้องกันการติดเชื้อ
 - ข. แยกไม่ให้อยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่เป็นไข้หวัด
 - ค. ให้อยู่ใกล้ชิดได้ตามปกติ
17. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่มีปัญหาโลหิตจาง หรือเลือดออกง่าย ควรจะดูแลอย่างไร
 - ก. ปฏิบัติกิจกรรมได้ตามปกติ ซื้อยาบำรุงเลือดให้รับประทาน
 - ข. ควรระมัดระวังอุบัติเหตุบางครั้งที่ทำให้เกิดแผลและเลือดออก
 - ค. ควรระมัดระวังอุบัติเหตุทุกครั้งที่จะทำให้เกิดแผลและเลือดออก
18. เมื่อผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง เป็นไข้ ไอ เจ็บคอ ควรทำอย่างไร
 - ก. พาไปพบแพทย์
 - ข. ให้พักผ่อนและรับประทานยาลดไข้
 - ค. ซื้อยาแก้แสบรับประทานเพื่อป้องกันการติดเชื้อ

19. ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังควรพบแพทย์อย่างไร

- ก. ถ้ามีอาการผิดปกติก่อนวันนัด ซ้ำยามารับประทานเอง รอไปพบแพทย์ตามวันนัด
- ข. ไม่จำเป็นต้องไปพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง ไปเมื่อมีอาการผิดปกติ
- ค. ไปพบแพทย์ตามนัดทุกครั้งและเมื่อมีอาการผิดปกติ

20. ถ้าผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังอารมณ์หงุดหงิด หรือมีความวิตกกังวลอันเนื่องจากโรคที่เป็น ควรจะดูแลอย่างไร

- ก. พுகุญและแสดงความเห็นใจ
- ข. พูดว่ากล่าวผู้ป่วยให้ยอมรับความจริง
- ค. ถ้าเครียดมากให้รับประทานยานอนหลับเป็นครั้งคราว

21. ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังสามารถไปร่วมงานสังคมได้หรือไม่

- ก. ไม่ได้เพราะว่าผู้ป่วยมีอาการของโรคที่ควบคุมไม่ได้
- ข. ไม่ได้เพราะว่าผู้ป่วยเป็นภาระและทำความยุ่งยากให้กับผู้อื่น
- ค. ได้เพราะว่าผู้ป่วยสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ตามปกติ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ประกอบด้วย

1. การดูแลทางด้านร่างกาย ได้แก่ การควบคุมอาหารและน้ำ การรักษาความสะอาดร่างกาย การดูแลภาวะแทรกซ้อน การรับประทานยา การออกกำลังกาย การขับถ่าย การพักผ่อนและการนอนหลับ การตรวจตามนัด
2. การดูแลทางด้านจิตใจ
3. การดูแลทางด้านสภาวะแวดล้อม

พฤติกรรมการดูแลผู้ป่วยของผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง หมายถึง กิจกรรมที่ผู้ดูแลปฏิบัติ การดูแลต่อผู้ป่วยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยการกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้ปฏิบัติดูแลตนเอง อย่างต่อเนื่องและถูกต้อง หรือช่วยเหลือในกิจกรรมที่ผู้ป่วยไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ รวมถึง การให้กำลังใจ การเอาใจใส่ดูแล เพื่อควบคุมอาการของโรคไตวายเรื้อรัง และป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ ซึ่งสามารถประเมินได้จากแบบวัดพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแล ผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยศึกษาจากตำราและการทบทวนวรรณกรรม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามความเป็นจริงที่ท่านปฏิบัติ	
ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง	ทำกิจกรรมในข้อความนั้นแทบทุกวัน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง	ทำกิจกรรมในข้อความนั้นสัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึง	ทำกิจกรรมในข้อความนั้นสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง
ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง	ไม่เคยกระทำกิจกรรมในข้อความนั้นเลย

ข้อความ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติบ่อย ครั้ง	ปฏิบัติบาง ครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	สำหรับ ผู้วิจัย
1. ท่านคอยดูแลจัดหาอาหารให้ผู้ป่วยได้รับประทานอาหารประเภทโปรตีน แป้ง และไขมัน ที่เหมาะสมกับโรคไตวายเรื้อรัง					
2. ท่านดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารรสจืด					
3. ท่านคอยดูแลให้ผู้ป่วยรับประทานผลไม้ในปริมาณที่น้อยหรือไม่รับประทานเลย					
4. ท่านดูแลให้ผู้ป่วยดื่มน้ำในแต่ละวันโดยประมาณจากจำนวนปัสสาวะที่ขับออกมาในวันก่อน และเพิ่มอีกครั้งลิตร					
5. ฉันทดูแลผิวหนังผู้ป่วยเมื่อมีอาการผิวแห้งควรรทาด้วยโลชั่นเพื่อป้องกันผิวแห้งแตก					
6. ท่านคอยแนะนำให้ผู้ป่วยอาบน้ำโดยฟอกด้วยสบู่อ่อน และทาโลชั่นเพื่อป้องกันผิวแห้งแตก					
7. ท่านคอยสังเกตภาวะน้ำในร่างกายของผู้ป่วยมากเกินไป เช่น หายใจเหนื่อยหอบ บวม น้ำหนักเพิ่ม					
8. ท่านคอยสังเกตปัญหาของการติดเชื้อง่าย เช่น มีไข้ หนาวสั่น ปัสสาวะขุ่น					
9. ท่านคอยสังเกตปัญหาจากการเบื่ออาหารของผู้ป่วย					
10. ท่านคอยดูแลให้ผู้ป่วยได้รับประทานยาตามแผนการรักษา					
.					
.					
.					
24. ท่านคอยช่วยเหลือ หรือกระตุ้นให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมต่างๆ ที่ผู้ป่วยได้ผ่อนคลายได้ตามต้องการ เช่น พาผู้ป่วยไปพบญาติ หรือพาผู้ป่วยไปรับประทานอาหารนอกบ้าน					
25. ท่านคอยช่วยเหลือหรือกระตุ้นให้ผู้ป่วยได้ไปร่วมงานสังคมได้ตามปกติ					

14. ข้อมูลเกี่ยวกับประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคไตวายเรื้อรัง

14.1. ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคนี้ประมาณ ปี เดือน

14.2. โรคแทรกซ้อน.....

14.3. เมื่อท่านมีอาการผิดปกติครั้งแรก เช่น อ่อนเพลีย ชีต ปัสสาวะบ่อย ท่านทำอย่างไร

- | | |
|---|---|
| ☐ 1. ซื้อมารับประทานเอง | ☐ 2. พบแพทย์เพื่อตรวจรักษา |
| ☐ 3. ไปสถานือนามัยใกล้บ้าน | ☐ 4. อื่น ๆ ระบุ |

14.4. อาการเจ็บป่วยปัจจุบัน.....

.....

14.5. ท่านเคยได้รับการสอน / แนะนำเกี่ยวกับเรื่องโรคไตวายเรื้อรังบ้างหรือไม่

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------|
| ☐ 1. ไม่เคย | ☐ 2. เคย |
|------------------------------------|---------------------------------|

ถ้าตอบ “เคย” ให้ตอบคำถามข้อ 14.6- 14.8.

14.6. ท่านเคยได้รับการสอน / แนะนำในเรื่องใด(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 1. ความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง | ☐ 2. การควบคุมอาหาร และน้ำ |
| ☐ 3. การรับประทานยา | ☐ 4. การพักผ่อน และการออกกำลังกาย |
| ☐ 5. การรักษาสุขภาพอนามัยทั่วไป | ☐ 6. การสังเกตอาการผิดปกติ |
| ☐ 7. การมาตรวจตามแพทย์นัด | |

14.7. ท่านเคยได้รับการสอน / แนะนำจากใคร (ตอบได้หลายข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 1. แพทย์ | ☐ 2. พยาบาล |
| ☐ 3. นักโภชนาการ | ☐ 4. ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง |
| ☐ 5. ญาติพี่น้อง และเพื่อน | ☐ 6. สื่อวิทยุ โทรทัศน์ และเอกสารต่าง ๆ |
| ☐ 7. อื่น ๆ ระบุ | |

14.8. อาหารที่ท่านนำมารับประทานโดย

- | |
|---|
| ☐ 1. ซื้อที่สำเร็จ |
| ☐ 2. ทำเองที่บ้าน |

14.9. การรับประทานอาหาร

- | |
|---|
| ☐ 1. รับประทานอาหารร่วมกับครอบครัว |
| ☐ 2. แยกรับประทานอาหารต่างหาก |

14.10. ท่านต้องการให้แพทย์ / พยาบาลช่วยเหลือท่านในด้านใด.....

.....

แบบสอบถามผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง

ส่วนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง

พฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง หมายถึง กิจกรรมที่ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังปฏิบัติด้วยตนเอง เพื่อควบคุมอาการของไตวายเรื้อรัง ไม่ให้การดำเนินโรครุนแรงเพิ่มขึ้น และป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่างๆที่เกิดขึ้น ซึ่งประกอบด้วย การปรับกิจกรรมการบริโภคอาหารและน้ำ การทำกิจกรรมประจำวันและการพักผ่อน การป้องกันอันตรายจากภาวะแทรกซ้อน การดูแลการขับถ่าย การปรับตัวและหาวิธีการจัดการกับความเครียด และการรับปรึกษา ซึ่งสามารถประเมินได้จากแบบวัดพฤติกรรมตนเองของผู้ป่วยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากตำรา และการทบทวนวรรณกรรม

คำชี้แจง

1. แบบวัดนี้มีจุดประสงค์เพื่อวัดพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง
2. แบบสอบถามนี้ผู้วิจัยให้ผู้ป่วยเป็นผู้ตอบ โดยให้ทำถึงช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาว่าท่านปฏิบัติอย่างไร และขอให้ตอบตรงกับความเป็นจริงที่ปฏิบัติมากที่สุด
3. ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่กำหนดไว้ให้ตรงกับคำตอบของผู้ป่วยตามเกณฑ์ดังต่อไปนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ
ปฏิบัติบ่อยครั้ง
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
ไม่เคยปฏิบัติ

หมายถึง ท่านทำกิจกรรมนั้นทุกวัน
หมายถึง ท่านทำกิจกรรมนั้นสัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง
หมายถึง ท่านทำกิจกรรมนั้นสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง
หมายถึง ท่านไม่เคยทำกิจกรรมนั้นเลย

ข้อความ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติบ่อย ครั้ง	ปฏิบัติบาง ครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	สำหรับ ผู้วิจัย
1. ฉันรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้ แป้ง และไขมัน ครบทุกชนิด					
2. ฉันรับประทานอาหารประเภทโปรตีน ได้แก่ ไข่ ขาว หรือเนื้อปลา เป็นส่วนมาก					
3. ฉันรับประทานอาหารที่มีรสจืด					
4. ฉันรับประทานผลไม้สดลง หรือ ไม่รับประทาน เลย ถ้าปีสภาวะออกน้อยกว่า 500 ซี ซี ต่อวัน					
5. ฉันหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร ที่มีไขมันมาก ของหมักดอง เครื่องในสัตว์ และหน่อไม้					
6. ฉันตวงน้ำดื่มเพื่อกำหนดปริมาณน้ำที่จะดื่มในแต่ละ วัน โดยประมาณจากจำนวนปีสภาวะที่ขับออกมา ในวันก่อนและเพิ่มอีกครั้งถัด					
7. เมื่อฉันดื่มนม โอวัลติน หรือน้ำผลไม้ ฉันนำมาคิด รวมเป็นปริมาณน้ำดื่มในแต่ละวันด้วย					
8. ฉันหยุดพักทันทีเมื่อรู้สึกเหนื่อย หอบ หรือเพลีย ใจถี่ จากการทำกิจกรรมต่างๆ					
9. ฉันตวง และบันทึกจำนวนน้ำดื่ม และจำนวน ปีสภาวะทุกวัน					
10. ฉันคอยสังเกตจำนวนครั้ง ลักษณะ และสีของ อุจจาระทุกวัน					
24. เมื่อฉันสัมผัสรับประทานยาเมื่อใดมือนึง ฉันรับ ประทานยาในมือนึงถัดไปตามปกติ					
25. หากฉันพบอาการผิดปกติหลังรับประทานยา หรือเมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการรับประทานยา ฉัน ปรึกษานักวิชาการด้านสุขภาพ					

แผนการสอนผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาแบบประคับประคอง

แบ่งเป็น 3 ตอน คือ

1. ครั้งที่ 1 ใช้เวลาประมาณ 45 นาที

ประกอบด้วย ความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง การปฏิบัติการดูแลของผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังในเรื่อง การควบคุมอาหาร การรับประทานยา การออกกำลังกาย การขับถ่าย การพักผ่อน และการรักษา ร่างกายให้แข็งแรง

2. ครั้งที่ 2 ใช้เวลาประมาณ 45 นาที

ประกอบด้วย เรื่อง การสังเกตอาการผิดปกติและอาการเปลี่ยนแปลง การบันทึกการเปลี่ยนแปลง ประจำวันของผู้ป่วยโดยผู้ดูแล และการฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการวัดสัญญาณชีพ

3. ครั้งที่ 3 ใช้เวลาประมาณ 30 นาที เรื่องบทบาทของผู้ดูแลผู้ป่วย การสื่อสารกับผู้ป่วย การ เคารพความเครียดของผู้ดูแล

แผนการสอนผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาแบบประคับประคอง เรื่อง ความรู้เรื่องโรคไตวายเรื้อรัง การปฏิบัติการดูแลของผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังในเรื่องการควบคุมอาหาร การรับประทานยา การออกกำลังกาย การขับถ่าย การพักผ่อน และการรักษาร่างกายให้แข็งแรง

ผู้เรียน : ผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาแบบประคับประคองเป็นรายบุคคล

เวลา : 45-60 นาที

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้ผู้ดูแลผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่รักษาแบบประคับประคองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติกรดูแลผู้ป่วย และสามารถนำไปปฏิบัติเพื่อดูแลผู้ป่วยได้อย่างถูกต้อง

ต้อง

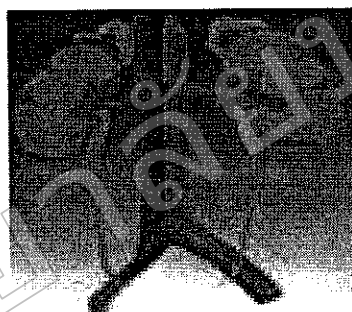
วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง สามารถ :

1. บอกถึงความหมาย อาการแสดง การรักษาโรคไตวายเรื้อรังที่รักษาแบบประคับประคองได้
2. บอกถึงอาหารเฉพาะโรคไตวายเรื้อรังได้ และสามารถเลือกอาหารเฉพาะโรคให้ผู้ป่วยได้ถูกต้อง
3. สังเกตและบอกถึงการออกกำลังกาย และผลข้างเคียงของยาที่ผู้ป่วยรับประทานได้
4. บอกถึงการปฏิบัติการดูแลผู้ป่วยในเรื่องการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลด้านร่างกาย จิตใจ และสามารถปฏิบัติการดูแลได้อย่างถูกต้อง

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม	สื่อการสอน	การประเมินผล
1. ผู้ดูแลผู้ป่วยบอกถึงความหมาย อาการแสดง และการรักษาโรคไตวายเรื้อรังได้	โรคไตวายเรื้อรัง หมายถึง การสูญเสียหน้าที่ของไตในการจัดของเสีย การรักษาสสมดุลของน้ำ สารเกลือแร่ และความดันเป็นกรต่าง อาจใช้เวลานานเป็นเดือนหรือเป็นปี เพราะหน่วยไตที่ขังไม่ถูกทำลายจะพยายามทำหน้าที่ชดเชยหน่วยไตที่เหลือไป อาการของโรค คือ การที่หน่วยไตเล็กๆที่เป็นส่วนประกอบของไตทำหน้าที่กรองของเสียออกจากเลือดไปเป็นปีสภาวะถูกทำลายหรือเกิดความเสื่อม สาเหตุจากการติดเชื้อ การอุดตัน หรือความดันโลหิตสูง ทำให้หน่วยไตทำงานได้น้อยลง แต่ของเสียที่ต้องกรองมีเท่าเดิม หน่วยไตส่วนที่ต้องทำงานเพิ่มขึ้น มีผลทำให้ไตเกิดความเสื่อมมากขึ้น การทำงานของไตลดลง จนทำให้เกิดภาวะไตวายเรื้อรังได้ในที่สุด อาการแสดง ที่พบได้คือ ความดันโลหิตสูง ชีพจร ช้า ความมีสมาธิ ขาปวดศีรษะ เหนื่อย นอนไม่หลับ กระตุก ชัก เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน สะอึก โสโครก กล้ามเนื้ออ่อนแรง มีอาการคันที่ผิวหนัง ผมแห้ง ประจำเดือนขาด การรักษา ถ้าตรวจพบในระยะแรกแพทย์จะพยายามหาสาเหตุและรักษาที่สาเหตุเท่าที่จะทำได้ ร่วมกับการรักษาแบบประคับประคอง ให้รับประทานยา ในระยะท้ายจะให้การรักษาแบบประคับประคองร่วมกับการล้างไต การรักษาแบบถาวร คือ การผ่าตัดปลูกถ่ายไต	- บรรยาย - ให้ซักถาม	- รูปไต - รูปกายวิภาคของไต	- ประเมินความรู้เกี่ยวกับเรื่องความหมาย อาการอาการแสดงและการรักษาของโรคไตวายเรื้อรังได้โดยการซักถาม

คู่มือการดูแลผู้ป่วย ไตวายเรื้อรัง



จัดทำโดย นางสาวปานจิตต์ เอี่ยมสำอางค์
นิสิตปริญญาโท สาขาการพยาบาลครอบครัว
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

กาน้ำ

โรคไคววายเป็นโรคที่พบบ่อยในประเทศไทย โรคนี้อาจเกิดจากโรคไตโดยตรง หรือเกิดหลังจากโรคอื่น เช่น โรคเบาหวาน หรือ โรคความดันโลหิตสูง ผู้ป่วยส่วนใหญ่มักไม่ค่อยทราบว่าเป็นโรคไคววายเรื้อรังเพราะอาการเริ่มแรกของโรคไม่รุนแรง ถ้าผู้ป่วยไม่ได้สังเกตตนเอง หรือได้รับการตรวจทางไตจากแพทย์ ผู้ป่วยจะไม่ทราบว่าตนเป็นโรคไคววายเรื้อรังระยะเริ่มต้น ซึ่งสามารถรักษาและป้องกันไม่ให้ผู้ป่วยมีโรคไคววายมากยิ่งขึ้นได้ ผู้ป่วยจำนวนมากมาพบแพทย์เมื่อมีอาการไตวายเรื้อรังรุนแรง หรือเข้าสู่ภาวะไตวายระยะสุดท้าย ซึ่งไม่สามารถชะลอภาวะไตวายได้ และจำเป็นต้องทำการล้างไตและเปลี่ยนไต ซึ่งมีความยุ่งยากและเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาอย่างมาก ผู้ป่วยและญาติผู้ดูแล หรือสมาชิกในครอบครัว ส่วนใหญ่ยังไม่ทราบถึงโรคไคววายเรื้อรัง รวมทั้งการรักษาและการปฏิบัติที่เหมาะสม

คู่มือนี้จัดทำขึ้นเพื่อให้ญาติผู้ดูแลผู้ป่วยและครอบครัวมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องของโรคไคววายเรื้อรัง และนำไปปฏิบัติต่อผู้ป่วยได้ถูกต้อง เช่น การเลือกรับประทานอาหาร การจำกัดน้ำดื่ม การรับประทานยา การดูแลสุขภาพทั่วไป การออกกำลังกาย การป้องกันภาวะแทรกซ้อน การมีความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคไคววายเรื้อรังจะช่วยให้ผู้ดูแลสามารถปฏิบัติต่อผู้ป่วยได้ถูกต้อง สามารถควบคุมอาการของโรคไม่ให้มีความรุนแรงและชะลอการเกิดภาวะแทรกซ้อนได้

ด้วยความปรารถนาดี

นางสาวปานจิตต์ เอี่ยมสำอางค์

โรคไตวายเรื้อรังคืออะไร

โรคไตวายเรื้อรัง เป็นโรคที่มีการเสียหายที่ของไต เกิดจากมีการทำลายของเนื้อไตทั้งสองข้างที่ละน้อยอย่าง ค่อยเนื่องและถาวร ทำให้ร่างกายไม่สามารถขับถ่ายของเสียออกจากร่างกายทางปัสสาวะได้ตามปกติ ทำให้เกิดการคั่งของของเสียในเลือดเป็นจำนวนมาก

อะไรเป็นสาเหตุของโรคไตวายเรื้อรัง

โรคไตวายเรื้อรังมีสาเหตุต่างๆ มากมาย สาเหตุที่พบบ่อยได้แก่

1. โรคเบาหวาน
2. โรคความดันโลหิตสูง
3. โรคเส้นเลือดฝอยที่ไตอักเสบเรื้อรัง
4. โรคตับส หรือ เอส แอล อี
5. โรคกรวยไตอักเสบเรื้อรัง
6. โรคเนื้อเยื่อไตอักเสบเรื้อรัง เช่นการรับประทานยาแก้ปวดในปริมาณมากเป็นเวลานานๆ
7. โรคซีสต์หรือถุงน้ำในไต ซึ่งถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์
8. โรคเส้นเลือดแดงของไตตีบ
9. โรคเก๊าท์
10. โรคเนื้องอกไต

ภาคผนวก ง
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผศ.ดร. จินตนา วัชรสินธุ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาควิชาการพยาบาลแม่และเด็ก
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
2. อาจารย์ทัศนีย์ วรรณทรกุล อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลย
ศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. นายแพทย์พีเชียร วุฒิสถิธิบุญโญ แพทย์แผนกอายุรกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระ
พุทธเลิศหล้า จังหวัดสมุทรสงคราม
4. คุณเกษมา สุขสวคนธ์ นักวิชาการสุขศึกษา กลุ่มงานเวชกรรมสังคม
โรงพยาบาลสมเด็จพระพุทธเลิศหล้า
จังหวัดสมุทรสงคราม
5. คุณกรรณิการ์ ชินวงศ์พรม พยาบาลผู้เชี่ยวชาญชำนาญการ หอผู้ป่วยไอ.ซี. ยู.
(ไตเทียม) โรงพยาบาลเวชศาสตร์เขตร้อน
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล