

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เลขที่แบบสอบถาม.....

สถานที่.....

วันที่...../...../25.....

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้ผู้สัมภาษณ์เติมคำลงในช่องว่างและทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงที่ผู้สูงอายุตอบ กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ

1. เพศ

(1). ชาย

(2). หญิง

2. อายุ ปี

3. รายได้ของครอบครัว/เดือน

(1). ไม่มีรายได้

(2). น้อยกว่า 5,000 บาท

(3). 5,000 – 10,000 บาท

(4). 10,001 – 15,000 บาท

(5). 15,001 – 20,000 บาท

(6). 20,001 ขึ้นไป

4. น้ำหนัก กิโลกรัม ส่วนสูง เซนติเมตร

5. ท่านได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์แผนปัจจุบันว่าท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

(1). ไม่มี

(2). มี

2.1 ระบุ

2.2 ระบุ

2.3 ระบุ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน

คำชี้แจง โปรดตอบตามความเป็นจริงต่อไปนี้ว่า ใช่ ไม่ใช่ หรือ ไม่ทราบ

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ	สำหรับ ผู้วิจัย
1. การมีอายุมากขึ้นแต่ยังคงรับประทานอาหารมากเท่าเดิมมีส่วนทำให้เกิดโรคอ้วนได้				[] K1
2. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทำให้มีโอกาสดเกิดโรคอ้วนได้น้อยลง				[] K2
3. ผู้ที่รับประทานอาหารจำพวกแป้ง น้ำตาล และอาหารประเภทไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกายทำให้เกิดโรคอ้วนได้มากกว่าผู้ที่รับประทานอาหารน้อยกว่า				[] K3
4. การเป็นโรคอ้วนทำให้มีโอกาสดเกิดโรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจได้				[] K4
5. การเป็นโรคอ้วน เป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดโรคข้อเข่าเสื่อมได้				[] K5
6. การเป็นโรคอ้วนมีโอกาสดเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานได้				[] K6
7. การเป็นโรคอ้วนอาจทำให้เกิดความวิตกกังวลและซึมเศร้าได้				[] K7
8. การเป็นโรคอ้วนมีโอกาสดเกิดปัญหาในการเคลื่อนไหวได้				[] K8
9. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรเลือกรับประทานข้าวมีอยู่ 1-2 ทัพพีขนาดกลาง วันละ 3 มื้อ				[] K9
10. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรใช้น้ำมันพืชในการปรุงอาหารไม่เกินวันละ 3 ช้อนชา				[] K10
11. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรรับประทานผลไม้สุกที่มีรสหวาน เช่น มะม่วงสุก ขนุน ทูเรียน ลำไย ฯลฯ เพื่อให้ได้พลังงานเพียงพอ				[] K11

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ	สำหรับ ผู้วิจัย
12. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรรับประทานอาหารประเภทผักให้มากกว่าอาหารจำพวกแป้งและไขมัน				[] K12
13. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนไม่ควรดื่มสุรา หรือเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์เพราะจะทำให้มีน้ำหนักเพิ่มมากขึ้น				[] K13
14. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรเลือกรับประทานอาหารประเภทหนึ่ง ปิ้ง ย่าง และต้มมากกว่าการทอด				[] K14
15. ผู้สูงอายุไม่ควรรับประทานอาหารจืดจืด				[] K15
16. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละประมาณ 15-30 นาที				[] K16
17. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรเลือกออกกำลังกายแบบออกแรงให้ได้มากที่สุด เช่น การวิ่งเร็ว เทนนิส เพื่อให้ร่างกายเผาผลาญพลังงานได้อย่างเต็มที่				[] K17
18. การทำงานบ้านหรืองานอดิเรกที่ออกแรง เป็นกิจกรรมที่ทำให้ลดความอ้วนได้				[] K18
19. เมื่อมีความเครียด ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรปรึกษาเพื่อน ญาติสนิท และรวมกลุ่มกันทำกิจกรรม เช่น รำไทเก็ก หรือเต้นรำ ทำให้คลายเครียดได้				[] K19
20. วิธีการที่ดีที่สุดสำหรับผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนในการคลายเครียด คือ รับประทานอาหารที่ชอบในปริมาณมาก				[] K20
21. เมื่อผู้สูงอายุต้องการลดน้ำหนักควรซื้อยาสำหรับลดน้ำหนักตามร้านขายยาที่ขายอยู่ทั่วไป				[] K21
22. เมื่อต้องการลดน้ำหนัก ควรปรึกษาผู้ที่รับประทานยาลดน้ำหนักแล้วได้ผล				[] K22
23. การใช้ยาลดความอ้วนเป็นวิธีที่ดีและปลอดภัยที่สุด				[] K23
24. ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนสามารถลดน้ำหนักได้โดยการควบคุมอาหารและออกกำลังกายเป็นประจำ				[] K24

ส่วนที่ 3 แบบประเมินทัศนคติเกี่ยวกับโรคอ้วน

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในข้อความที่ตรงกับความคิดของท่านมากที่สุด

ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ ผู้วิจัย
1. ท่านคิดว่าบุคคลที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐานแสดงถึงการมีสุขภาพดี						[] A 1
2. ท่านคิดว่าการที่มีรูปร่างอ้วนเป็นเรื่องปกติ						[] A 2
3. ท่านคิดว่าการที่มีรูปร่างอ้วนเป็นอุปสรรคต่อการเคลื่อนไหว						[] A 3
4. ท่านคิดว่าการที่มีรูปร่างอ้วนทำให้เสียบุคลิกภาพ						[] A 4
5. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุควรมีน้ำหนักมากกว่าวัยอื่น เพราะจะทำให้รู้สึกสุขภาพแข็งแรง มีน้ำมีนวล						[] A 5
6. ท่านคิดว่าการออกกำลังกายช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคอ้วนได้						[] A 6
7. ท่านคิดว่าการรับประทานอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาลมากเกินไปมีส่วนทำให้เกิดโรคอ้วนได้						[] A 7
8. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนจะมีระบบการไหลเวียนของโลหิตที่ดีกว่าคนทั่วไป						[] A 8
9. ท่านคิดว่าการเกิดโรคข้อเสื่อมในผู้สูงอายุเกี่ยวข้องกับการเป็นโรคอ้วน						[] A 9
10. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนมีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน						[] A 10

ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ ผู้วิจัย
11. ท่านคิดว่าการที่เป็นโรคอ้วนทำให้เกิดความเครียด หงุดหงิดและวิตกกังวลได้						[] A 11
12. ท่านคิดว่าการที่เป็นโรคอ้วนมีโอกาสเจ็บป่วยได้ง่ายกว่าคนทั่วไป						[] A 12
13. ท่านคิดว่าการที่เป็นโรคอ้วนในผู้สูงอายุไม่เป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม						[] A 13
14. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนจำเป็นต้องรับประทานผลไม้ที่มีรสหวานบ่อยๆ เช่น มะม่วงสุก ขนุน ทูเรียน เพื่อเพิ่มพลังงาน						[] A 14
15. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรลดมื้ออาหารลง						[] A 15
16. ท่านคิดว่าการรับประทานผักสามารถลดน้ำหนักได้						[] A 16
17. ท่านคิดว่าการที่ผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรเคี้ยวอาหารช้าๆ อย่างละเอียด จะทำให้รู้สึกอิ่มเร็วและรับประทานอาหารได้น้อย						[] A 17
18. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่อ้วนควรหลีกเลี่ยงการทำงานบ้าน หรืองานอดิเรกเพราะทำให้อ่อนเพลียมากขึ้น						[] A 18
19. ท่านคิดว่าการควบคุมอาหารและการออกกำลังกายเพื่อลดน้ำหนักเป็นเรื่องที่ทำให้ชีวิตยุ่งยากมากขึ้น						[] A 19
20. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนต้องพักผ่อนมากๆ โดยไม่จำเป็นต้องออกกำลังกายเพราะจะทำให้เหนื่อยเกินไป						[] A 20

ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ ผู้วิจัย
21. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรดื่ม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เพื่อคลายเครียด						[] A 21
22. ท่านคิดว่าการรับประทานอาหารที่ชอบ ให้มากขึ้นช่วยทำให้คลายเครียดได้						[] A 22
23. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วนควรลด น้ำหนักด้วยการซื้อยาลดน้ำหนักมา รับประทาน การดื่มน้ำเย็น หรือเพิ่มขีด กระชับสัดส่วน						[] A 23
24. ท่านคิดว่าการใช้ผลิตภัณฑ์ลดความอ้วน มีผลเสียต่อสุขภาพ						[] A 24

ส่วนที่ 4 แบบประเมินเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทางสุขภาพเกี่ยวกับโรคอ้วน

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ตรงกับความคิดเห็นของผู้สูงอายุให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่ เคย	สำหรับ ผู้วิจัย
1. ท่านรับประทานอาหารข้าวไม่เกินมือละ 1-2 ทักษิณขนาดกลาง					[] P 1
2. ท่านรับประทานอาหารประเภทต้ม นึ่ง ปิ้งย่าง มากกว่าการทอด					[] P 2
3. ท่านรับประทานอาหารที่มีไขมันและกะทิเป็นส่วนผสม					[] P 3
4. ท่านใช้ผักเป็นส่วนประกอบในการปรุงอาหาร					[] P 4
5. ท่านรับประทานอาหารปลาเพราะย่อยง่ายและไขมันต่ำ					[] P 5
6. ในแต่ละวันท่านรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ					[] P 6
7. ท่านรับประทานอาหารโดยลดปริมาณอาหารต่อมื้อให้น้อยลง					[] P 7
8. ท่านเคี้ยวอาหารช้าๆ อย่างละเอียดทุกครั้งก่อนกลืน					[] P 8
9. ในแต่ละวันท่านออกกำลังกายติดต่อกันอย่างน้อย 15-30 นาที					[] P 9
10. ท่านออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน					[] P 10
11. ในแต่ละวันท่านออกกำลังกายแบบค่อยเป็นค่อยไป ไม่หักโหม เช่น เดินเร็ว ไทเก๊ก เป็นต้น					[] P 11
12. ในแต่ละวันท่านทำงานบ้านด้วยตนเอง เช่น กวาดบ้าน ถูบ้าน ทำสวน เป็นต้น					[] P 12
13. ท่านดื่มเครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์เพื่อคลายเครียด					[] P 13
14. เมื่อท่านเครียดท่านจะออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด					[] P 14
15. เมื่อท่านเครียดท่านจะทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนเพื่อคลายเครียด เช่น การออกกำลังกาย					[] P 15
16. ท่านรับประทานอาหารมากขึ้นเมื่อมีเรื่องกังวลใจ					[] P 16

ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่ เคย	สำหรับ ผู้วิจัย
17. ท่านใช้บริการสถานลดน้ำหนักที่เปิดให้บริการอยู่ ทั่วไป					[] P 17
18. ท่านลดน้ำหนัก โดยการควบคุมอาหารและ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ					[] P 18
19. ท่านใช้ผลิตภัณฑ์ควบคุมน้ำหนัก เช่น ชาสมุนไพร ช่วยลดความอ้วน สบู่ละลายไขมันที่มีขายอยู่ทั่วไป					[] P 19
20. ท่านติดตามน้ำหนักของตนเองเปรียบเทียบกับ เกณฑ์น้ำหนักที่ปกติเสมอ					[] P 20
21. ท่านถามแพทย์ถึงอาการข้างเคียงของการใช้ ผลิตภัณฑ์					[] P 21

ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์ภาวะสุขภาพจิต

คำชี้แจง ในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมาสุขภาพโดยทั่วไปของท่านเป็นอย่างไรบ้าง กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้ด้วย คำตอบที่ใกล้เคียงกับสภาพของท่านในปัจจุบัน หรือในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาให้มากที่สุด โดยไม่รวมถึงปัญหาที่มีในอดีต

1. ท่านสามารถมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่ท่านกำลังทำอยู่ [] M 1
 - (1) ดีกว่าปกติ
 - (2) เหมือนปกติ
 - (3) น้อยกว่าปกติ
 - (4) น้อยกว่าปกติมาก
2. ท่านนอนไม่หลับเพราะกังวลใจ [] M 2
 - (1) ไม่เลย
 - (2) ไม่มากกว่าปกติ
 - (3) ค่อนข้างมากกว่าปกติ
 - (4) มากกว่าปกติมาก
3. ท่านรู้สึกว่าได้ทำตัวให้เป็นประโยชน์ในเรื่องต่างๆ [] M 3
 - (1) มากกว่าปกติ
 - (2) เหมือนปกติ
 - (3) น้อยกว่าปกติ
 - (4) น้อยกว่าปกติมาก
4. ท่านรู้สึกว่าสามารถตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ได้ [] M 4
 - (1) มากกว่าปกติ
 - (2) เหมือนปกติ
 - (3) น้อยกว่าปกติ
 - (4) น้อยกว่าปกติมาก
5. ท่านรู้สึกดีถึงเครือข่ายอยู่ตลอดเวลา [] M 5
 - (1) ไม่เลย
 - (2) ไม่มากกว่าปกติ
 - (3) ค่อนข้างมากกว่าปกติ
 - (4) มากกว่าปกติมาก
6. ท่านรู้สึกไม่สามารถเอาชนะความยากลำบากต่างๆ ได้ [] M 6
 - (1) ไม่เลย
 - (2) ไม่มากกว่าปกติ
 - (3) ค่อนข้างมากกว่าปกติ
 - (4) มากกว่าปกติมาก
7. ท่านสามารถมีความสุขกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันตามปกติได้ [] M 7
 - (1) มากกว่าปกติ
 - (2) เหมือนปกติ
 - (3) น้อยกว่าปกติ
 - (4) น้อยกว่าปกติมาก
8. ท่านสามารถที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ ของตัวเองได้ [] M 8
 - (1) ดีกว่าปกติ
 - (2) เหมือนปกติ
 - (3) น้อยกว่าปกติ
 - (4) น้อยกว่าปกติมาก

9. ท่านรู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง

[] M 9

(1) ไม่เลย

(3) ค่อนข้างมากกว่าปกติ

(2) ไม่มากกว่าปกติ

(4) มากกว่าปกติมาก

10. ท่านรู้สึกเสียความมั่นใจในตัวเองไป

[] M 10

(1) ไม่เลย

(3) ค่อนข้างมากกว่าปกติ

(2) ไม่มากกว่าปกติ

(4) มากกว่าปกติมาก

11. ท่านคิดว่าตนเองเป็นคนไร้ค่า

[] M 11

(1) ไม่เลย

(3) ค่อนข้างมากกว่าปกติ

(2) ไม่มากกว่าปกติ

(4) มากกว่าปกติมาก

12. ท่านรู้สึกมีความสุขดีตามสมควรเมื่อดูโดยรวม

[] M 12

(1) ดีกว่าปกติ

(3) น้อยกว่าปกติ

(2) เหมือนปกติ

(4) น้อยกว่าปกติมาก

ส่วนที่ 6 แบบประเมินความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง ก. แบบประเมินนี้ต้องการวัดว่าผู้สูงอายุทำอะไรได้บ้าง (ทำได้จริง) ไม่ใช่เป็นการทดสอบหรือถามว่าสามารถทำได้หรือไม่

ข. เป็นการสอบถามถึงกิจที่ปฏิบัติในระยะเวลา 24-48 ชั่วโมง

ค. ให้ผู้ประเมินพบผู้สูงอายุสังเกตการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุแล้วลงบันทึกในบางรายที่สังเกตไม่ได้ทัน ให้สอบถามจากผู้ดูแลหรือญาติที่ใกล้ชิด

ง. สรุปตีความระดับความสามารถของผู้สูงอายุตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

จ. วงกลมหน้าข้อความที่เลือก

ฉ. ผู้ที่เป็นอัมพาตจะได้คะแนนจากแบบสัมภาษณ์นี้เป็น 0

1. Feeding การรับประทานอาหารเมื่อเตรียมสำรับไว้ให้เรียบร้อยต่อหน้า

0 ไม่สามารถดักอาหารเข้าปากได้ ต้องมีคนป้อนให้

1 ดักอาหารเองได้ แต่ต้องมีคนช่วย เช่น ช่วยใช้ช้อนตักเตรียมอาหารไว้ให้หรือตัดเป็นชิ้นเล็กๆไว้ล่วงหน้า

2 ดักอาหารและช่วยตัวเองได้เป็นปกติ

2. Grooming การล้างหน้า แปรงฟัน หวีผม ในระยะ 24-48 ชั่วโมงที่ผ่านมา

0 ต้องการความช่วยเหลือ

1 ทำได้เอง (รวมทั้งที่ทำได้เองถ้าเตรียมอุปกรณ์ไว้ล่วงหน้า)

3. Transfer การลุกจากที่นอน หรือจากเตียงไปยังเก้าอี้

0 ไม่สามารถนั่งได้ (นั่งแล้วจะล้ม) หรือต้องใช้คนสองคนช่วยกันยกขึ้น

1 ต้องการความช่วยเหลืออย่างมากจึงจะนั่งได้ เช่น ต้องใช้คนที่แข็งแรงหรือมีทักษะ 1 คน หรือใช้คนทั่วไป 2 คนพยุงหรือดันขึ้นมาจึงจะนั่งอยู่ได้

2 ต้องการความช่วยเหลือบ้าง เช่น บอกให้ทำตาม หรือช่วยพยุงเล็กน้อย หรือต้องมีคนดูแลเพื่อความปลอดภัย

3 ทำได้เอง

4. Toilet use การใช้ห้องสุขา

0 ช่วยตัวเองไม่ได้

1 ทำเองได้บ้าง (อย่างน้อยทำความสะอาดตัวเองได้หลังเสร็จธุระ)

2 ช่วยตัวเองได้ดี (ขึ้นนั่งและลงจากโถส้วมได้เอง ทำความสะอาดได้เรียบร้อยหลังจากเสร็จธุระ, ถอดและใส่เสื้อผ้าได้เรียบร้อย)

5. Mobility การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน

- 0 เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้
- 1 ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเองให้เคลื่อนที่ได้เอง (ไม่ต้องมีคนเข็นให้) และจะต้องเข้าออกมุนหรือประตูได้
- 2 เดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย เช่น พยุงหรือบอกให้ทำตาม หรือให้ความสนใจดูแลเพื่อความปลอดภัย
- 3 เดินหรือเคลื่อนที่เองได้

6. Dressing การสวมใส่เสื้อผ้า

- 0 ต้องมีคนสวมใส่ให้ ช่วยตัวเองแทบไม่ได้หรือน้อย
- 1 ช่วยตัวเองได้ราวร้อยละ 50 ที่เหลือต้องมีคนช่วย
- 2 ช่วยตัวเองได้ดี (รวมทั้งการติดกระดุม, รูดซิปหรือใส่เสื้อผ้าที่ดัดแปลงให้เหมาะสมก็ได้)

7. Stairs การขึ้นลงบันได 1 ชั้น

- 0 ไม่สามารถทำได้
- 1 ต้องการคนช่วย
- 2 ขึ้นลงได้เอง (ถ้าต้องใช้เครื่องช่วยเดิน เช่น วอล์คเกอร์ จะต้องเอาขึ้นลงได้ด้วย)

8. Bathing การอาบน้ำ

- 0 ต้องมีคนช่วยหรือทำให้
- 1 อาบน้ำได้เอง

9. Bowels การกลั่นถ่ายอุจจาระในระยะ 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

- 0 กลั่นไม่ได้ หรือต้องการการสวนอุจจาระอยู่เสมอ
- 1 กลั่นไม่ได้เป็นบางครั้ง (เป็นน้อยกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์)
- 2 กลั่นได้เป็นปกติ

10. Bladder การกลั่นปัสสาวะใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

- 0 กลั่นไม่ได้ หรือใส่สายสวนปัสสาวะแต่ไม่สามารถดูแลตนเองได้
- 1 กลั่นไม่ได้บางครั้ง (เป็นน้อยกว่าวันละครั้ง)
- 2 กลั่นได้เป็นปกติ

ภาคผนวก ค

ใบพิทักษ์สิทธิและเอกสารชี้แจงข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย

ข้อมูลสำหรับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยคัดสรรที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคอ้วนของผู้สูงอายุ ในจังหวัดชลบุรี

เรียน ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ท่านเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากปัจจุบันพบว่าโรคอ้วนเป็นโรคเรื้อรังที่สำคัญและกำลังเป็นปัญหา ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพ สังคมและเศรษฐกิจของผู้ป่วย

อาจเกิดขึ้นเนื่องจากประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงของภาวะเศรษฐกิจที่เติบโตอย่างรวดเร็ว เพราะได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมด้านอาหารทางตะวันตก พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เปลี่ยนไปของคนไทย นิยมในอาหารจานด่วน เช่น ไก่ทอด แฮมเบอร์เกอร์ รวมทั้งการขาดการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเพียงพอ ในปัจจุบันประเทศไทยกำลังเผชิญกับโรคอ้วนอยู่ และพบว่าอัตราการเกิดโรคอ้วนยังคงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งเป็นสภาวะร่างกายที่มีน้ำหนักตัวมากกว่าปกติ โดยมีการสะสมของไขมันใต้ผิวหนัง ผลของโรคอ้วนทำให้เกิดโรคต่างๆ ตามมา เช่น ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ ข้อเสื่อม เป็นต้น และต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคอ้วนเป็นจำนวนมาก ผู้วิจัยเห็นว่าควรที่จะต้องมีการศึกษาหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคอ้วนของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพื่อผลการศึกษาที่ได้มาเป็นแนวทางในการป้องกัน และควบคุมปัญหาทางสุขภาพของผู้สูงอายุที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคอ้วนและผู้สูงอายุที่เป็นโรคอ้วน เพื่อให้ผู้สูงอายุปลอดภัยจากโรคอ้วน ภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น และสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขต่อไป

เมื่อท่านได้ตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษานี้ ท่านจะได้รับการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงเพื่อคำนวณ หาค่าดัชนีมวลกาย และได้รับการสัมภาษณ์ตามแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น โดยตอบคำถามให้ตรงกับความเป็นจริงและความคิดของท่านมากที่สุด

หลังจากที่ผู้วิจัยทำการศึกษาเสร็จสิ้นแล้วจะได้รายงานให้ท่านทราบเป็นการส่วนตัวพร้อมทั้งอธิบาย และแปลความหมายของผลการตรวจให้ทราบโดยละเอียดหากท่านต้องการ โดยข้อมูลของท่านจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับใช้เพื่อรายงานผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น ในการดำเนินการนี้ผู้วิจัยจะเป็นผู้ออกค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น โดยที่ ท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ

ระยะเวลาที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากท่าน จะใช้เวลาประมาณ 30 นาที การเก็บรวบรวมข้อมูล จากท่านจะดำเนินการเพียงครั้งเดียวเท่านั้น

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด สามารถสอบถามได้โดยตรงจากผู้วิจัยที่ไปร่วมเก็บรวบรวมข้อมูลในวันทำการเก็บรวบรวมข้อมูล หรือสามารถติดต่อสอบถามได้ตลอดเวลาที่

ชื่อ นางปวีณา คงศิลป์ โทรศัพท์ 01-8083104 หรือ

ชื่อ นางจันทนงค์ อินทร์สุข โทรศัพท์ 07-8110625

ที่อยู่ 55/30 ซอยภิรมย์ชล ถนนเนตรดี (หลังม.บูรพา) ตำบลแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัด

ชลบุรี 20130

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่ง ในความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้

นางปวีณา คงศิลป์

ผู้วิจัย



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยคัดสรรที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคอ้วนของ
ผู้สูงอายุ ในจังหวัดชลบุรี

วันให้คำยินยอม วันที่ เดือน พ.ศ.

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึง
วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมี
ความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะ
บอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่
มีผลกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง
ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผย
ในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนาม
ในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย

(.....)

ข้าพเจ้าไม่สามารถอ่านหนังสือได้ แต่ผู้วิจัยได้อ่านข้อความในใบยินยอมนี้ให้ข้าพเจ้าฟัง
จนข้าพเจ้าเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้าจึงลงนามหรือประทับลายนิ้วหัวแม่มือของข้าพเจ้าในใบยินยอมนี้
ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย

(.....)

ภาคผนวก ง
การแปลงข้อมูลเป็นตัวเลข

การแปลงข้อมูลเป็นตัวแปรหุ่น

ผู้วิจัยแปลงข้อมูลในระดับนามบัญญัติ เป็นตัวแปรหุ่น (Dummy Coding) ดังนี้

1. ภาวะสุขภาพจิต

ดี	1
ไม่ดี	0

2. รายได้ของครอบครัว

เพียงพอ	1
ไม่เพียงพอ	0