

มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก

Burapha University

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือวิจัย

- | | |
|--|--|
| 1. แพทย์หญิง สิริพรรณ มหาแก้ว | แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านอายุรกรรม
โรงพยาบาลสมุทรปราการ |
| 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทศนี ประสภกิตติคุณ | อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวช
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นุจรี ไชยมงคล | อาจารย์ภาควิชา การพยาบาลเวชปฏิบัติ
ครอบครัว คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 4. ดร. สุภาภรณ์ ค้วงแพง | อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 5. คุณจุฑารัตน์ เทียมวรรณ | พยาบาลวิชาชีพ
โรงพยาบาลพระพุทธบาท
จังหวัดสระบุรี |

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ข
การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการของครอบครัวที่มีผู้ป่วยโรคหอบหืดด้วยผู้ใหญ่

วันให้คำยินยอม วันที่เดือน.....พ.ศ.

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัยวิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด และมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย

(น.ส. นำเพชร มาตาชนก)

ข้อมูลสำหรับผู้ป่วย (Patient Information)

การวิจัยเรื่อง: ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการของครอบครัวที่มีผู้ป่วยโรคหอบหืดด้วยผู้ใหญ่

เรียน ผู้ป่วยทุกท่าน

ท่านเป็นผู้ที่ได้รับเชิญจากผู้วิจัยให้เข้าร่วมการศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการของครอบครัวที่มีผู้ป่วยโรคหอบหืด ก่อนที่ท่านตกลงเข้าร่วมการศึกษาดังกล่าว ขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัย ในครั้งนี้

โรคหอบหืดเป็น โรคเรื้อรังที่นับว่าเป็นปัญหาสุขภาพของคนทั่วโลกและคนไทย ในปัจจุบันนี้ ซึ่งอัตราการเกิดโรคนั้นวันจะเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากโรคหอบหืดเป็นโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมประกอบกับสิ่งแวดล้อมที่เป็นมลพิษในประเทศไทยนั้นมีมากมาย โดยเฉพาะจังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนกระตุ้นให้ผู้ป่วยมีอาการกำเริบได้ ผู้ป่วยโรคหอบหืดจะมีอาการไอ เหนื่อยหอบ หายใจมีเสียงวี๊ดทำให้หายใจลำบาก ในระยะแรกผู้ป่วยอาจใช้การกินยาแก้หอบหรือพ่นยาขยายหลอดลม แต่หากมีอาการรุนแรงก็ทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ ซึ่งระดับความรุนแรงของโรคในผู้ป่วยแต่ละรายก็จะแตกต่างกันไป ความรุนแรงของโรคหอบหืดมีตั้งแต่ระดับไม่รุนแรง รุนแรงน้อย รุนแรงปานกลางและรุนแรงมาก

โรคหอบหืดนั้นทำให้ผู้ป่วยต้องลาหยุดงานเพื่อมารักษาที่โรงพยาบาล เกิดการสูญเสียรายได้จากการทำงาน นอกจากนี้ผู้ป่วยก็ยังต้องเสียค่ายา, ค่าเดินทาง ฯลฯ และที่สำคัญคือผู้ป่วยต้องสูญเสียเวลาให้กับครอบครัวอีกด้วย ซึ่งมีผลให้ระบบครอบครัวขาดความสมดุล

ผู้ป่วยทุกคนล้วนมีครอบครัวที่ต้องดูแล ขึ้นอยู่กับบทบาทหน้าที่ของแต่ละคน เช่น บางคนเป็นหัวหน้าครอบครัว บางคนเป็นสมาชิกหรือเป็นผู้หารายได้ บางคนมีบทบาทเป็นพ่อ - แม่ พี่ - น้อง สามี - ภรรยา เป็นต้น ดังนั้น ครอบครัวมีส่วนช่วยให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น โดยสามารถจัดการในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านการรักษา ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านจิตสังคม ด้านบทบาทหน้าที่และด้านเศรษฐกิจได้อย่างสมบูรณ์

หากท่านตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาวิจัยนี้ จะมีข้อปฏิบัติร่วมดังต่อไปนี้

1. ท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ในการให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย
2. ก่อนเริ่มต้นการศึกษาและการพบแพทย์แต่ละครั้งของท่าน แพทย์จะตรวจ

ร่างกายตามปรกติ

3. ระหว่าง 3 เดือนที่ศึกษา ขอความร่วมมือจากท่านให้ข้อมูลที่ตรงความเป็นจริงที่สุด

4. ในระหว่างการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยยินดีตอบคำถามต่าง ๆ ที่ท่านสงสัยโดยละเอียด และหากท่านรู้สึกมีอาการเหนื่อยหอบในระหว่างการเก็บข้อมูล ขอให้ท่านแจ้งต่อผู้วิจัย ซึ่งผู้วิจัยจะประสานงานในการตามแพทย์มาดูแลท่านหรือให้การช่วยเหลือเบื้องต้นการเข้าร่วมการศึกษานี้ เป็นไปโดยสมัครใจ ท่านอาจจะปฏิเสธที่จะเข้าร่วม หรือถอนตัวจากการศึกษานี้ได้ทุกเมื่อ โดยไม่กระทบต่อการดูแลรักษาที่ท่านจะได้รับจากแพทย์

ประการสำคัญที่ท่านควรทราบคือ

ผลของการศึกษานี้ จะใช้สำหรับวัตถุประสงค์ทางวิชาการเท่านั้น โดยข้อมูลต่าง ๆ จะถูกเก็บไว้ในคอมพิวเตอร์และไม่มีแฟ้มประวัติผู้ป่วยสู่สาธารณชน ขอรับรองว่าจะไม่มีการเปิดเผยชื่อของท่านตามกฎหมาย

หากท่านมีปัญหา หรือข้อสงสัยประการใด กรุณาติดต่อ คุณน้ำเพชร มาตาชนก
หน่วยงานอุบัติเหตุฉุกเฉิน โรงพยาบาลบางพลี โทร 02-3122268 (สายตรง) ซึ่งยินดีให้
คำตอบแก่ท่านทุกเมื่อ

ขอขอบพระคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ค

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการของครอบครัวผู้ป่วยโรคหอบที่ด้วยผู้ใหญ่

แบบสอบถามชุดนี้มีทั้งหมด 5 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 11 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามระดับความรุนแรงของโรค จำนวน 4 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว จำนวน 15 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมสื่อสารในครอบครัว จำนวน 12 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการจัดการของครอบครัวใน 5 ด้าน รวม 34 ข้อ ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 แบบสอบถามการจัดการด้านการรักษาและสิ่งแวดล้อม จำนวน 10 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการจัดการด้านจิตสังคม ด้านบทบาทหน้าที่และด้านเศรษฐกิจ

จำนวน 24 ข้อ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้เป็นการถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของท่านและครอบครัว กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้ให้สมบูรณ์และตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ ปี
3. สถานภาพสมรส โสด คู่ ม้าย, หย่า, แยก
4. จบการศึกษาสูงสุด ระบุ
5. อาชีพ เกษตรกรรม รับจ้าง
 ค้าขาย/ ธุรกิจ รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ
 อยู่บ้านเฉย ๆ อื่น ๆ ระบุ
6. รายได้ทั้งหมดของครอบครัว บาท/ เดือน
รายจ่ายทั้งหมดของครอบครัว บาท/ เดือน
 เพียงพอ ไม่เพียงพอ อื่น ๆ ระบุ
7. ระยะเวลาความเจ็บป่วย ปี (นับตั้งแต่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์จนถึงปัจจุบัน)
8. รูปแบบครอบครัว จำนวนสมาชิกในบ้าน คน
อยู่กับใครบ้าง ระบุ
.....
.....
9. บทบาทในครอบครัวของท่าน
 หัวหน้าครอบครัว สมาชิกครอบครัว อื่น ๆ ระบุ
10. การสูบบุหรี่ ไม่สูบ สูบ ระบุจำนวน.....
11. สิ่งกระตุ้นที่ทำให้ท่านแพ้/ มีอาการหอบ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 สภาพภูมิอากาศ เครื่องนอน เช่น หมอน, ผ้าห่ม ๆ พรหม แอร์
 ฝุ่นละออง, ไรฝุ่น เกสรดอกไม้ สัตว์เลี้ยง บุหรี่
 การออกกำลังกาย สารเคมี/ ยาฆ่าแมลง ควัน, กลิ่นแก๊ส น้ำหอม
 อาหาร ระบุ ไข่หวัด อาชีพ/ งานที่ทำ
 ยา ระบุ..... ความเครียด/ อารมณ์ อื่น ๆ ระบุ

ส่วนที่ 2

แบบสอบถามความรุนแรงของโรค เพื่อต้องการประเมินความรุนแรงโรคของท่าน ขอให้ท่านตอบให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีอาการอย่างไร

1. มีอาการหอบ

() 0-1 ครั้ง/สัปดาห์

() มากกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์

2. มีการใช้ยาพ่นขยายหลอดลม

() 0-2 ครั้ง/สัปดาห์

() มากกว่า 2 ครั้ง/สัปดาห์

3. มีอาการหอบจนไม่สามารถทำกิจกรรมประจำวันได้

() ไม่ใช่

() ใช่

4. มีอาการหอบช่วงกลางคืน

() 0-2 ครั้ง/เดือน

() มากกว่า 2 ครั้ง/เดือน

ส่วนที่ 3

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้ต้องการวัดการสนับสนุนจากครอบครัว โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านต่อการปฏิบัติของสมาชิกในครอบครัวมากน้อยเพียงใด ดังนี้

- 3 = มาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นมากที่สุด
 2 = ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นปานกลาง
 1 = น้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นน้อยหรือนาน ๆ ครั้ง
 หรือไม่ตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเลย

การสนับสนุนจากครอบครัว	(3)	(2)	(1)
1. ท่านรู้สึกอบอุ่นใจเมื่ออยู่ใกล้ชิดกับสมาชิกในครอบครัว			
2. สมาชิกในครอบครัวให้ความไว้วางใจเกี่ยวกับความรับผิดชอบในงานที่ท่านสามารถทำได้			
3. ท่านมีโอกาสดูแลและพูดคุยกับสมาชิกในครอบครัวของท่าน			
4. สมาชิกในครอบครัวดูแลเอาใจใส่เมื่อเวลาที่ท่านเจ็บป่วย			
5. สมาชิกในครอบครัวรักและห่วงใยท่าน			
6. สมาชิกในครอบครัวคอยให้ความช่วยเหลือเมื่อท่านมีอาการหอบหืด			
7. สมาชิกในครอบครัวเปิดโอกาสให้ท่านได้แสดงความเป็นผู้นำ			
8. สมาชิกในครอบครัวชอบที่เข้าร่วมกิจกรรมกับท่าน เช่น ทำอาหาร พักผ่อน ไปเที่ยว ทำบุญ เป็นต้น			
9. สมาชิกในครอบครัวเห็นด้วยกับการที่ท่านเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ นอกบ้าน			
10. สมาชิกในครอบครัวทำให้ท่านรู้สึกว่าการเจ็บป่วยด้วยโรคหอบหืดไม่ได้ถือว่าเป็นสิ่งที่มีปัญหา			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			

ส่วนที่ 4

คำชี้แจง แบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมการสื่อสารในครอบครัว ประกอบด้วยข้อคำถาม

จำนวน 12 ข้อ โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่าตรงกับความคิดเห็นของท่านต่อการ

ปฏิบัติของสมาชิกในครอบครัวมากน้อยเพียงใด แต่ละข้อมีคำตอบให้เลือก 5 ระดับ ดังนี้

5 = เป็นประจำ หมายถึง ผู้ตอบมีการปฏิบัติตามข้อความนั้นทุกครั้ง

4 = บ่อยๆ หมายถึง ผู้ตอบมีการปฏิบัติตามข้อความนั้นเป็นส่วนใหญ่

3 = บางครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีการปฏิบัติตามข้อความนั้นใกล้เคียงกับไม่ได้กระทำ

2 = น้อยครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีการปฏิบัติตามข้อความนั้น นาน ๆ ครั้ง

1 = ไม่เคยเลย หมายถึง ผู้ตอบไม่มีการปฏิบัติตามข้อความนั้นเลย

ข้อความ	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
1. ท่านพูดคุยกับคนในบ้านด้วยสีหน้ายิ้มแย้มและเสียงนุ่มนวล					
2. ท่านได้ถามทุกข์สุขของคนในบ้าน					
3. ท่านรับฟังความคิดเห็นของคนในบ้านถึงแม้ว่าจะแตกต่างไปจากตนเอง					
4. ท่านพยายามชักจูงโน้มน้าวให้คนในบ้านคิดเห็นเหมือนท่าน					
5. เมื่อโกรธท่านใช้คำพูดที่รุนแรงกับคนในบ้าน					
6. เมื่ออารมณ์ไม่ดี ท่านจะหากิจกรรมอื่น ๆ ทำ เช่น ดูทีวี ฟังเพลง เดินเล่น เป็นต้น					
7. ท่านพูดชื่นชมเมื่อคนในบ้านทำความดี					
8. ท่านพูดกับคนในบ้านอย่างตรงไปตรงมาโดยกลั่นกรองคำพูดให้นุ่มนวลไม่เป็นการทำร้ายจิตใจคนอื่น					
9. ท่านตั้งใจฟังเมื่อคนในบ้านพูดคุยด้วย					
10.					
11.					
12.					

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามด้านการจัดการของครอบครัว มีทั้งหมด 2 ตอน

ตอนที่ 1

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้ต้องการวัดการจัดการด้านการรักษาและด้านสิ่งแวดล้อมของสมาชิกในบ้านที่มีต่อท่าน โปรดอ่านคำถามด้วยความตั้งใจแล้วตอบ โดยพิจารณาว่าข้อความต่อไปนี้ตรงกับท่านและครอบครัวของท่านมากน้อยเพียงใด

- 1 = ไม่เคยเลย หมายถึง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นครอบครัวท่าน ไม่เคยปฏิบัติเลยในหนึ่งสัปดาห์
- 2 = บางครั้ง หมายถึง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นเกิดขึ้นกับครอบครัวท่านน้อยกว่า 3 ครั้ง/ สัปดาห์
- 3 = บ่อยครั้ง หมายถึง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นเกิดขึ้นกับครอบครัวท่าน 3-5 ครั้ง/ สัปดาห์
- 4 = ทุกครั้ง หมายถึง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นเกิดขึ้นกับครอบครัวท่านทุกวันในหนึ่งสัปดาห์

ข้อความ	(4)	(3)	(2)	(1)
1. เมื่อท่านมีอาการหอบ ครอบครัวคอยเตือน/แนะนำให้ท่านพ่นยา/ กินยา				
2. ครอบครัวนำท่านไปโรงพยาบาลเมื่อท่านมีอาการหอบรุนแรง				
3. ครอบครัวสังเกตเห็นอาการของท่านตั้งแต่เริ่มหอบ				
4. ครอบครัวคอยกระตุ้นเตือนให้ท่านไปพบแพทย์ตามนัดสม่ำเสมอ				
5. ครอบครัวช่วยท่านทำกิจกรรม เช่น หยิบของใช้ ทำงานบ้าน เมื่อท่านมีอาการหอบ				
6. ครอบครัวทำความสะอาดเครื่องนอน เช่น เปลี่ยนผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน เป็นต้น				
7. ครอบครัวพยายามลดสิ่งกระตุ้นต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุทำให้ท่านเกิดอาการหอบ เช่น ไม่สูบบุหรี่ ไม่ให้บ้านมีฝุ่นละออง เป็นต้น				
8. เมื่อครอบครัวจะทำความสะอาดบ้าน/ ห้องนอน ครอบครัวแนะนำให้ท่านใช้ผ้าปิดปาก จมูก ทุกครั้งเพื่อป้องกันฝุ่นละออง				
9. ครอบครัวสนใจ/ ใส่ใจสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวท่าน				
10. ครอบครัวแนะนำเสื้อผ้า/ เครื่องนอนที่เหมาะสมแก่ท่านเมื่อมีอากาศหนาวหรือฝนตก				

ตอนที่ 2

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้ต้องการวัดการจัดการด้านจิตสังคม ด้านบทบาทหน้าที่และด้านเศรษฐกิจของสมาชิกในบ้านที่มีต่อท่าน ขอให้ท่านพิจารณาแต่ละข้อความและเลือกให้ตรงกับพฤติกรรมหรือความรู้สึกที่แท้จริงมากที่สุด ดังนี้

- 1 = ไม่จริงเลย หมายถึง ไม่เป็นความจริงเลยที่ครอบครัวเป็นหรือทำตามข้อความ
 2 = ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ไม่ค่อยเป็นจริงนักที่ครอบครัวเป็นหรือทำตามข้อความ
 3 = ค่อนข้างจริง หมายถึง ค่อนข้างเป็นความจริงที่ครอบครัวเป็นหรือทำตามข้อความ
 4 = จริงที่สุด หมายถึง เป็นความจริงที่สุดที่ครอบครัวเป็นหรือทำตามข้อความ

ข้อความ	(4)	(3)	(2)	(1)
1. ครอบครัวเป็นกำลังใจให้ท่านมีความมั่นใจในการต่อสู้กับโรคหอบหืด				
2. เมื่อท่านมีความวิตกกังวล ครอบครัวพูดคุยปลอบ โยนเพื่อให้ยอมรับความจริงได้				
3. ครอบครัวชี้ให้เห็นคุณค่าและความสำคัญของตนเอง				
4. ครอบครัวให้อภัยเมื่อท่านแสดงอารมณ์โกรธ/ ไม่พอใจ/ หงุดหงิด				
5. ครอบครัวรู้สึกเป็นภาระยุ่งยากในการที่จะต้องดูแลท่าน				
6. ครอบครัวกลัวว่าท่านจะหมดสติ/ มีอาการเขียวอันเนื่องมาจากขาดออกซิเจน				
7. สมาชิกในครอบครัวไม่กล้าขอความช่วยเหลือจากกันและกัน เวลาท่านมีอาการหอบ				
8. ครอบครัวรู้สึกท้อแท้ใจที่ไม่สามารถควบคุมอาการกำเริบของท่านได้				
9. ครอบครัวคิดว่า การเป็นโรคหอบหืด ทำให้ท่านมีโอกาสสังสรรค์กับเพื่อนฝูงน้อยลง				
10. ครอบครัวกังวลว่าเมื่อใดท่านจึงจะใช้ชีวิตเหมือนคนทั่วไปได้				
11. ครอบครัวท่านไม่เคยขาดสิ่งจำเป็น เช่น อาหาร, เสื้อผ้า, ยารักษาโรค เป็นต้น				
12. การเป็นโรคหอบหืดของท่านทำให้ครอบครัวไม่ได้ทำกิจกรรมนันทนาการ เช่น ดูหนัง ฟังเพลง เดินเล่น เป็นต้น				
13. ครอบครัวแนะนำให้ท่านออกกำลังกายเท่าที่สามารถทำได้				
14.				
15.				
24.				