

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. 2547. แนวทางการเฝ้าระวังโรคเรื้อรังปีงบประมาณ
2547. กระทรวงสาธารณสุข, กรุงเทพฯ.

กองสุขศึกษา. 2542. แนวคิดทฤษฎีและการนำไปใช้ในการดำเนินงานสุขศึกษาพัฒนาพฤติกรรม
สุขภาพ. สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข, นนทบุรี.

กาญจนา บุญทับ. 2543. ศึกษาปัจจัยพื้นฐานบางประการ แรงสนับสนุนทางสังคม และความ
สามารถในการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ ณ โรงพยาบาลภูมิพล.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.

จริยวัตร คมพัยค์ม. 2531. แรงสนับสนุนทางสังคม : มโนทัศน์และการนำไปใช้.
วารสารพยาบาลศาสตร์ 6 (2): 96-105.

จินตนา มณฑลปัญญากุล. 2542. ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรม
การดูแลตนเองในการป้องกันตาบอดของผู้ป่วยโรคต้อกระจก โรงพยาบาลเมตตา
ประชารักษ์ (วัดไร่ขิง). วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.

จุฑารัตน์ กมลศรีจัก. 2540. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและการสนับสนุนทาง
สังคมกับความสามารถในการดูแลตนเองที่บ้านของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง โรงพยาบาล
สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชัยชาญ ดีโรจนวงศ์ และ กอบชัย พัววิไล. 2546. การวินิจฉัยและจำแนกโรคเบาหวาน.
ตำราโรคเบาหวาน. เรือนแก้วการพิมพ์, กรุงเทพฯ.

ชัยพงศ์ ชูยศ. 2547. ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมดูแลตนเองในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
ณ สถาบันโรคทรวงอก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- คารุณี คงหอม. 2540. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคปอดอักเสบของมารดาในการเลี้ยงดูบุตรอายุ 2-5 ปี อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ทวีรัตน์ ทองดี. 2545. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสังกัดเทศบาล จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ธนวรรณ อิมสมบูรณ์. 2538. บทบาทหัวหน้าฝ่ายสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ในการพัฒนาสาธารณสุข. เอกสารประกอบการสัมมนา เรื่อง การบริการงานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ ณ โรงแรมเวลคัม จอมเทียน พัทยา, ชลบุรี.
- น้อมจิตต์ สกุลพันธ์. 2535. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นารีรัตน์ จิตรมนตรี. 2533. ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง. การพยาบาลผู้สูงอายุ. รุ่งเรืองธรรม, กรุงเทพฯ.
- นภาพร พรหมคำชาว. 2541. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตสังคมกับพฤติกรรมความร่วมมือในการรักษาของผู้ป่วยโรคต่อหีนเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- บุญทิพย์ สิริธรังสี. 2539. ผู้ป่วยเบาหวาน: การดูแลแบบองค์รวม. พิมพ์ครั้งที่ 3. ศูนย์อาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.
- บุญเรียง ขจรศิลป์. 2539. สถิติวิจัย 1. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, พิ.เอ็น.การพิมพ์, กรุงเทพฯ.

- บุญเรียง ขจรศิลป์. 2548. การวิเคราะห์และแปลความหมายข้อมูลในการวิจัย โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows Version10-12. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, เอส.พี.เอ็น.การพิมพ์, กรุงเทพฯ.
- ประคอง กรรณสูต. 2528. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์ (ฉบับปรับปรุงแก้ไข). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ศูนย์หนังสือ ดร.ศรีสง่า, ปทุมธานี.
- ประศาสน์ ลักษณะพุกก์. 2543. โรคแทรกซ้อนทางตาในผู้ป่วยเบาหวาน. การดูแลรักษาผู้ป่วยเบาหวาน. โรงพิมพ์ยูนิดี พับลิเคชั่น, กรุงเทพฯ.
- ปราโมทย์ โรหิตไศปการ. 2541. เบาหวานในจอประสาทตาที่โรงพยาบาลหาดใหญ่. **จักษุสาธาณสุข. 12 (1): 11-17.**
- พัฒน์ ัญญุกิตติกุล. 2546. โรคจอประสาทตาพิการจากเบาหวาน. เอกสารประกอบคำบรรยาย.
- พิทยา ภมรเวชวรรณ และ อุบลรัตน์ ปทานนท์. 2547. อุบัติการณ์และปัจจัยเสี่ยงในการเกิดเบาหวานขึ้นจอประสาทตาในรพ.ประจวบคีรีขันธ์. **จักษุเวชสาร 18 (1): 77-84.**
- พนมไพร สิทธิวงษา. 2542. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินที่มีภาวะแทรกซ้อนทางจอประสาทตาระยะเริ่มแรก. **ศรีนครินทร์เวชสาร 14 (1): 9-13.**
- ภฤศ หาญอุตสาหะ. 2546. ภาวะแทรกซ้อนทางตาในผู้ป่วยเบาหวาน. ตำราโรคเบาหวาน. เรือนแก้วการพิมพ์, กรุงเทพฯ.
- มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ. รายงานการสำรวจสภาวะสุขภาพของประชาชน โดยการตรวจร่างกาย พ.ศ. 2539-2540. สถาบันวิจัยสาธารณสุขไทย, กรุงเทพฯ.
- ยมศิริ นาวานุรักษ์. 2535. ประสิทธิภาพของโครงการสุขศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมของมารดาในการป้องกันการกลับซ้ำของโรคคอและทอนซิลอักเสบเฉียบพลันในเด็ก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล

- ลัดดาวัลย์ สิงห์คำฟู. 2532. ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการดูแลตนเอง
การสนับสนุนทางสังคมและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรรณิ นิธิยานันท์. 2530. **Diabetic in Practice:** มหานครออฟเซสเพรส, กรุงเทพฯ.
- วัลลา ตันตโยทัย และ อติสัย สงดี. 2538. การพยาบาลผู้ป่วยเบาหวาน. การพยาบาล
อายุรศาสตร์ เล่มที่ 4. วิ.เจ.พรินติ้ง, กรุงเทพฯ.
- วิทยา ศีรคามา. 2539. อาหารผู้ป่วยเบาหวาน. โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์, กรุงเทพฯ.
- ศุภวรรณ มโนสุนทร. 2542. การพยาบาลโรคเบาหวาน การทบทวนองค์ความรู้ สถานการณ์
และปัจจัยสนับสนุนในการดูแลตนเอง. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรมการแพทย์ กระทรวง
สาธารณสุข, กรุงเทพฯ.
- สาธิต วรรณแสง. 2530. **Epidemiology of diabetic mellitus in Thailand.** Diabetic in
Practice. มหานครออฟเซสเพรส, กรุงเทพฯ.
- สมจิต หนูเจริญกุล. 2530. การพยาบาลอายุรศาสตร์เล่ม 4. พิมพ์ครั้งที่ 2. บริษัทเอเชียเพลส
จำกัด, กรุงเทพฯ.
- สมโภชน์ เข็มสุภายิต. 2543. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3.
โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- สุพัตรา ภูมิแดนดิน. 2534. ประสิทธิภาพของการสอนอย่างมีแบบแผนต่อการดูแลตนเอง
ของผู้ป่วยโรคเบาหวาน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุรศักดิ์ ธรรมเป็นจิตต์. 2541. การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแบบแผน
ความเชื่อด้านสุขภาพในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน
โรงพยาบาลสกลนคร จังหวัดสกลนคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุลี ทองวิเชียร และ พิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ. 2532. รายงานการวิจัยเรื่องการดูแลตนเองของ
ผู้สูงอายุในเขตชุมชน เขตกรุงเทพมหานคร. ภาควิชาพยาบาลสาธารณสุข
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.

สุชาดา ภัทรสงคฤทธิ. 2542. การศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุโรคต่อหิน
เรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุนิตย์ จันทประเสริฐ. 2539. เบาหวาน. ตำราอายุรศาสตร์ 3. โรงพิมพ์ยูนิตี พิมพ์เคชั่น,
กรุงเทพฯ.

สุทิน ศรีอัญญาพร. 2541. การแบ่งชนิด วิธีการวิจัย และเกณฑ์การวินิจฉัยโรคเบาหวานแบบ
ใหม่. อายุรศาสตร์ทันยุค 4. ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.

อภิชาติ วิษณรัตน์. 2546. จุดมุ่งหมายและหลักการดูแลรักษาโรคเบาหวาน. ตำรา
โรคเบาหวาน. เรือนแก้วการพิมพ์, กรุงเทพฯ.

อินทราพร พรหมปรากฏ. 2541. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพ การสนับสนุนทาง
สังคมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานในโรงพยาบาล
ชุมชน จังหวัดอ่างทอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.

Aburuz, S.M. , J.C. McElnay, J.S. Millership, W.J. Andrews and S. Smyth. 2002. Factors
affecting self-care activities, postprandial plasma glucose and HbA_{1c} in patients with
type2 diabetes. **Int J Pharm Pract** 10 (suppl): R96.

Albeti, KGMM. and P.Z. Zimmet. 1998. **Definition, diagnosis and classification of diabetic mellitus and its complication. Part 1 :diagnosis and classification of diabetic mellitus.** Provision report of a WHO consultation. *Diabetic Med*, 15: 539-53.

American Diabetes Association. 1997. **Report of The Expert Committee on The Diagnosis and Classification of Diabetic Mellitus.** *Diabetes Care*. 20: 1187-97.

Bandura, A. 1977. **Social Learning Theory.** Englewood Cliffs. Prentice-Hall, N.J.

Becker, M.H. 1974. A New Approach to Explaining Sick- Role Behavior in Low-Income Populations. **American Journal of Public Health.** 64 (3): 206.

Cobb, S. 1976. Social support as a moderator of life stress. **Psychosomatic Med.** 38 (5): 300-14.

Cronbach, L. J. 1970. **Essential of Psychological Testing.** 3rded. Harper&Row Publishers, New York.

Deeen, J. ,G. Macias, F. Peña, S. Azen, R. Varma and LAES Group. 2005. Risk Factors for Diabetic Retinopathy in Latinos:Los Angeles Latino Eye Study. **Invest. Ophthalmol. Vis. Sci.** 46: E-Abstract 3270.

Gavin III, J.R. 1988. Diabetic and exercise. **American Journal of Nursing** 99 (2): 178-190.

Green, L.W. and M.W. Kreuter. 1991. **Health Promotion Planning; An Educational and Environmental Approach.** Mayfield Publishing Company, Toronto.

National Society to prevent blindness. 1980. **Vision problems in US data analysis, definitions, data source, detailed data tables, analyses interpretation.** National Society to prevent blindness, New York.

Orem, D.E. 1991. **Nursing concepts of practice**. 4th ed. Mosby Yearbook, St. Louis.

Pender, N.J. 1987. **Health Promotion in Nursing Practice/Nola J. Pender, with a contribution by Albert R. Pender**. 2nd ed. Appleton & Lange, New York.

Tandhanand, S, W. Nitiyanant and S. Chandraprasert. 2001. Status of diabetes and complications in Thailand – Findings of a large observational study. **J Asean Fed Endor Soc**. 19(Suppl ½):1-7.

Thoits, P.A. 1982. Conceptual, methodological and theoretical problems in studying social support as a buffer against of stress. **J Health Soc Beh** 23 (6): 145-159.

Tilden, V.P. 1985. Issues of conceptualization and measurement of social support in the construction of nursing theory. **Res Nurs Health** 8: 199-206.

WHO. 2005. Diabetes. **Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health**. Available Source: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/facts/diabetes/en/index.html>, May15, 2005.

Zoega, G.M., E. Stefánsson, G. Viggósson, I. Gisason and F. Jonasson. 2003. Why Do Some Diabetic Go Blind?. **Invest. Ophthalmol. Vis. Sci**. 44: E-Abstract 3973.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม

1. นายแพทย์สมพร ธีฬมหา
 นายแพทย์ 7 วช รองหัวหน้าภาควิชาจักษุวิทยา คณะแพทยศาสตร์
 โรงพยาบาลศูนย์รวมแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. นายแพทย์พัฒน ชัญญุกิตติกุล
 นายแพทย์ 6 จักษุแพทย์ ผู้เชี่ยวชาญจอบประสาทตา
 วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล
3. อาจารย์นงลักษณ์ นฤวัตร
 อาจารย์ 2 ระดับ 7 หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์-ศัลยศาสตร์
 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์
4. อาจารย์พิสมัย พิทักษาวรากร
 อาจารย์ 2 ระดับ 7 ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์-ศัลยศาสตร์
 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุภาพ ไทยแท้
 อาจารย์ 2 ระดับ 7 ภาควิชาการพยาบาลสูติกรรมศาสตร์
 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามการวิจัย

แบบสอบถามงานวิจัย

เรื่อง..ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานขึ้นจอประสาทตา ในวิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล

คำชี้แจง แบบสอบถามมีทั้งหมด 5 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทางชีวสังคม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ประกอบด้วย

- 2.1 แบบวัดการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย
- 2.2 แบบวัดการรับรู้ความรุนแรงของโรค
- 2.3 แบบวัดการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติในการดูแลตนเอง
- 2.4 แบบวัดการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติในการดูแลตนเอง
- 2.5 แบบวัดแรงจูงใจด้านสุขภาพ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการดูแลตนเอง ประกอบด้วย

- 3.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคาดหวังในความสามารถตนเอง
- 3.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคาดหวังในผลลัพธ์

ตอนที่ 4 แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของการปฏิบัติในการดูแลตนเอง ประกอบด้วย

- 4.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์
- 4.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการสนับสนุนการยอมรับและเห็นคุณค่า

ตอนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเอง ประกอบด้วย

- 5.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านร่างกายทั่ว ๆ ไป
- 5.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการควบคุมอาหาร
- 5.3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการออกกำลังกาย
- 5.4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้ยา

ในการตอบแบบสอบถามนี้จะเป็นประโยชน์ในแง่ ข้อมูล ข้อเท็จจริงเพื่อการดำเนินการ ซึ่งจะนำไปกำหนดแนวทางในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพเพื่อการพัฒนาพฤติกรรม และคุณภาพชีวิตผู้ป่วยเบาหวาน กรุณาตอบข้อคำถามทุกข้อตรงตามความจริงมากที่สุด โดยปฏิบัติตามคำชี้แจงในแต่ละตอนของแบบสอบถาม

ขอขอบพระคุณทุกท่านในความอนุเคราะห์

นางสาว สมใจ แซ่เตี๋ย

นิติศิปริญญาโท มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

แบบสอบถามการวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน
ชั้นจบประสาทตาในวิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล

เลขรหัส

--	--	--	--

ตอนที่ 1 ข้อมูลทางชีวสังคม

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หรือ เติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับ
ข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็นของท่าน ขอความกรุณาตอบทุกข้อ

1. ปัจจุบันท่านอายุกี่ปี.....ปี

2. เพศ

1) หญิง

2) ชาย

3. ท่านจบระดับการศึกษาในระดับใด

1) ไม่ได้เรียนหนังสือ

2) ประถมศึกษา

3) มัธยมศึกษาตอนต้น

4) มัธยมศึกษาตอนปลาย /ปวช.

5) ปวส./อนุปริญญา

6)ปริญญาตรีหรือสูงกว่า ระบุ.....

4. รายได้รวมของครอบครัว (เดือนละ) เท่าไหร่

1) ต่ำกว่า 10,000 บาท

2) 10,000-19,999 บาท

3) 20,000 – 29,999 บาท

4) 30,000- 39,999 บาท

5) ตั้งแต่ 40,000 บาทขึ้นไป ระบุ.....

5. ลักษณะการใช้สิทธิรักษาพยาบาลของท่านเป็นอย่างไร

1) ชำระด้วยเงินสด

2) ต้นสังกัด (ต้นสังกัดนอก/สำรองจ่าย)

3) บัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า

4) ใช้สิทธิบัตรประกันสังคม

5) ใช้สิทธิอื่นๆ ระบุ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน (....) ที่ท่านเห็นว่า ตรงกับท่านที่สุดเพียงคำตอบเดียวในแต่ละคำถาม ดังนี้

ใช่ หมายความว่า ท่านเห็นว่าข้อความในข้อนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ไม่ใช่ หมายความว่า ท่านเห็นว่าข้อความในข้อนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ไม่แน่ใจ หมายความว่า ท่านไม่ทราบหรือไม่รู้จริงว่าข้อนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่าน

2. ข้อคำถามมีทั้งหมด 13 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อคำถาม	คำตอบ		
	ใช่	ไม่ใช่	ไม่แน่ใจ
ส่วนที่ 2.1 แบบวัดการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย			
1. เมื่อท่านทราบว่า เป็นโรคเบาหวานขึ้นจอประสาทตา ท่านคิดว่าท่านมีโอกาasเป็นโรคตาที่เป็นภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงมากขึ้นของเบาหวานขึ้นจอประสาทตา			
2. เมื่อท่านทราบว่า เป็นโรคเบาหวานขึ้นจอประสาทตา และการมองเห็นไม่เปลี่ยนแปลง ท่านคิดว่ายังไม่จำเป็นต้องรับการตรวจตาจากจักษุแพทย์			
3. ท่านเชื่อว่า คำวินิจฉัยของแพทย์ที่ว่า ท่านมีเบาหวานขึ้นจอประสาทตาอาจจะผิดพลาด			
4. ท่านเชื่อว่า แม้จะเป็นเบาหวานขึ้นจอประสาทตาแล้ว แต่ถ้าไม่ควบคุมระดับน้ำตาล จะมีโอกาสเป็นมากขึ้นได้			
5. ท่านเชื่อว่า จะสามารถกลับมามองเห็นเหมือนปกติได้เมื่อได้รับการรักษาตามัวจากเบาหวานขึ้นจอประสาทตาจากจักษุแพทย์แล้ว			
6. การสูบบุหรี่ทำให้เพิ่มโอกาสการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน			
7. การรับประทานอาหารไขมันสูง เพิ่มความรุนแรงของการเกิดเบาหวานขึ้นจอประสาทตา			

ข้อคำถาม	คำตอบ		
	ใช่	ไม่ใช่	ไม่แน่ใจ
ส่วนที่ 2.2 แบบวัดการรับรู้ความรุนแรงของโรค			
1. เบาหวานขึ้นจอประสาทตา ทำให้ตาบอดได้			
2. เบาหวานขึ้นจอประสาทตาเมื่อมีอาการตามัว เป็นระยะที่รุนแรงของโรค			
3. เมื่อเป็นเบาหวานขึ้นจอประสาทตาระยะรุนแรงแล้ว ไม่สามารถรักษาให้การมองเห็นกลับมาเป็นปกติได้			
4. การรักษาด้วยเลเซอร์ส่วนใหญ่จะไม่ให้การมองเห็นกลับมาเป็นปกติ			
5. หลังรักษาด้วยเลเซอร์ หากไม่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด จะทำให้ความรุนแรงของเบาหวานขึ้นจอประสาทตาเพิ่มขึ้นได้			
6. เบาหวานขึ้นจอประสาทตาเมื่อตรวจพบแล้วมีการดูแลตนเองดี ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด มาตรฐานตามจักษุแพทย์นัด จะช่วยลดโอกาสการเกิดตาบอดได้			

คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน (.....) ที่ท่านเห็นว่า ตรงกับท่านที่สุดเพียงคำตอบเดียวในแต่ละคำถาม ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
 เห็นด้วย หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่แน่ใจ หมายความว่า ท่านไม่ทราบหรือไม่รู้จริงกับข้อความนั้น
 ไม่เห็นด้วย หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

2. ข้อคำถามมีทั้งหมด 14 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อคำถาม	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
ส่วนที่ 2.3 แบบวัดการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ					
1. การตรวจตาตามจักษุแพทย์นั้นจะช่วยลดโอกาสการเกิดตาบอดได้					
2. การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดจะช่วยลดโอกาสการเกิดตาบอดได้					
3. การหลีกเลี่ยงอาหารรสหวาน เค็ม หรืออาหารมัน ๆ จะช่วยลดโอกาสการเกิดความเสี่ยงของเบาหวานขึ้นจอประสาทตาที่มากขึ้นได้					
4. การไม่สูบบุหรี่ ช่วยลดโอกาสการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากเบาหวานได้					
5. การปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ พยาบาลอย่างเคร่งครัดจะช่วยป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงมากขึ้นจากโรคเบาหวานได้					

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
ส่วนที่ 2.4 แบบวัดการรับรู้ประสบการณ์ของการปฏิบัติ					
1. การมารับการรักษาจากจักษุแพทย์อย่างต่อเนื่อง ทำได้ยาก เพราะรู้สึกเบื่อหน่ายขั้นตอนการของ รับการตรวจที่ยุ่งยาก					
2. การมารับการรักษาจากจักษุแพทย์อย่างต่อเนื่อง ทำได้ยาก เพราะขั้นตอนการของรับการตรวจ ที่ใช้เวลานาน					
3. การมารับการรักษาอย่างต่อเนื่อง ทำได้ยาก เพราะ ว่าท่านต้องพึ่งพาให้ญาติช่วยพามาพบจักษุแพทย์					
4. การมารับการรักษาจากจักษุแพทย์อย่างต่อเนื่อง ทำได้ยาก เพราะท่านมีภาระที่ต้องรับผิดชอบ เช่น ดูแลคนป่วย /ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ที่บ้าน / ต้องประกอบอาชีพ / ต้องทำงาน					
5. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ทำได้ยาก เพราะไม่มีสถานที่ที่เอื้ออำนวย					
6. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและถูกต้อง ทำได้ยาก เพราะขาดความรู้ในเรื่อง การออกกำลังกาย					
7. การเลือกรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ และเหมาะสม ทำได้ยาก เพราะท่านไม่ได้เป็น ผู้ดูแลในการจัดหาอาหารในบ้าน					
8. การเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม ทำได้ยาก เพราะครอบครัวไม่ได้ปรุงอาหารเอง					
9. การเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม ทำได้ยาก เพราะไม่มีแหล่งขายอาหารที่เหมาะสมใกล้บ้าน					

คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน (....) ที่ท่านเห็นว่า ตรงกับท่านที่สุดเพียงคำตอบเดียวในแต่ละคำถาม ดังนี้

ใช่ หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้น

ไม่ใช่ หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้น

2. ข้อคำถามมีทั้งหมด 6 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อคำถาม	ใช่	ไม่ใช่
ส่วนที่ 2.5 แบบวัดแรงจูงใจของการปฏิบัติ		
1. ท่านต้องการมีการมองเห็นที่ดี ทำให้ท่านมาตรวจตามนัด		
2. ท่านต้องการมีสุขภาพที่ดี ไม่เกิดโรคแทรกซ้อนจากเบาหวาน ทำให้ท่านดูแลสุขภาพตนเอง		
3. การได้รับคำแนะนำจากแพทย์ พยาบาล ทำให้ท่านสามารถดูแลตนเองได้ถูกต้อง		
4. ท่านประทับใจในการรักษาของจักษุแพทย์ การดูแลเอาใจใส่จากพยาบาล ทำให้ท่านมารับการตรวจตามนัด		
5. ท่านรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับโรค เพราะญาติเอาใจใส่ และจัดหาอาหารที่เหมาะสมให้		
6. การขาดกลุ่มเพื่อนในการออกกำลังกายทำให้ท่านไม่ได้ออกกำลังกาย		

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการดูแลตนเอง

- คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านอ่านแล้วพิจารณาว่า ทำได้หรือไม่จาก ทำได้แน่นอน ทำได้ ไม่น่าใจ
ทำไม่ได้ ทำไม่ได้แน่นอนโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน (...) เพียงแห่ง เดียวในแต่ละข้อ
2. ข้อคำถามมีทั้งหมด 6 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อคำถาม	ทำได้ แน่นอน	ทำได้	ไม่ แน่ใจ	ทำ ไม่ได้	ทำไม่ได้ แน่นอน
ส่วนที่ 3.1 แบบวัดความคาดหวังในความสามารถ					
1. ท่านเชื่อมั่นว่าท่านสามารถดูแลร่างกายตนเอง ทุกๆ ไป ด้วยตัวของตนเอง					
2. ท่านสามารถออกกำลังกายได้ด้วยตนเองอย่าง สม่ำเสมอ คืออาทิตย์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 20-45 นาที					
3. ท่านสามารถควบคุมการเลือกรับประทานอาหาร อย่างถูกต้อง					
4. ท่านสามารถใช้ยาตามฉกษุแพทย์สั่งได้อย่าง ถูกต้อง					
5. ท่านสามารถค้นหาข้อมูลในเรื่องโรคและ การปฏิบัติตนได้					
6. ท่านสามารถรับการรักษาจากฉกษุแพทย์อย่าง สม่ำเสมอ					

คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน (....) ที่ท่านเห็นว่า ตรงกับท่านที่สุดเพียงคำตอบเดียวในแต่ละคำถาม ดังนี้

- ใช่แน่นอน หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
 ใช่ หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่แน่ใจ หมายความว่า ท่านไม่ทราบหรือไม่รู้จริงกับข้อความนั้น
 ไม่ใช่ หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่ใช่แน่นอน หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

2. ข้อคำถามมีทั้งหมด 5 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อคำถาม	ใช่ แน่นอน	ใช่	ไม่ แน่ใจ	ไม่ ใช่	ไม่ใช่ แน่นอน
ส่วนที่ 3.2 แบบวัดความคาดหวังในผลลัพธ์					
1. ท่านคิดว่าการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ คือ อาทิตย์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 20-45 นาที จะช่วยให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้					
2. ท่านคิดว่าการควบคุมการเลือกรับประทานอาหารอย่างถูกต้องและเคร่งครัด จะช่วยให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้					
3. ท่านคิดว่าการรับประทานอาหารตามใจชอบ การไม่ได้ออกกำลังกาย แต่ใช้ยาเบาหวานที่แพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด จะสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้					
4. ท่านคิดว่า การรับการรักษาอย่างสม่ำเสมอและปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ พยาบาลอย่างเคร่งครัด จะทำให้ท่านดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงมากขึ้นจากโรคเบาหวานขึ้นจอประสาทตา					
5. ท่านคิดว่าการใช้ยาเดิมที่จักษุแพทย์เคยสั่งให้ (ซื้อยาเอง) โดยไม่ต้องไปพบจักษุแพทย์ จะสามารถรักษาโรคเบาหวานขึ้นจอประสาทตาได้					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคม

คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน (....) ที่ท่านเห็นว่า ตรงกับท่านที่สุดเพียงคำตอบเดียวในแต่ละคำถาม ดังนี้

- ใช่แน่นอน หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
 ใช่ หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่น่าใจ หมายความว่า ท่านไม่ทราบหรือไม่รู้จริงกับข้อความนั้น
 ไม่ใช่ หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่ใช่แน่นอน หมายความว่า ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

2. ข้อคำถามมีทั้งหมด 19 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อคำถาม	ใช่ แน่นอน	ใช่	ไม่ แน่ใจ	ไม่ใช่	ไม่ใช่ แน่นอน
ส่วนที่ 4.1 แบบวัดการสนับสนุนทางด้านอารมณ์					
1. ท่านได้รับกำลังใจจากครอบครัวเมื่อทราบว่าท่านเป็นเบาหวานขึ้นจอประสาทตา					
2. ครอบครัวดูแลและเอาใจใส่ท่านเป็นอย่างดี					
3. ท่านมีบุคคลที่สามารถพูดคุยได้ในทุกๆ เรื่อง					
4. ท่านสามารถหาทางออกเมื่อมีปัญหาทางอารมณ์ เช่น เครียด โกรธ วิตกกังวล ท้อแท้					
5. คนในครอบครัวเข้าใจและเห็นอกเห็นใจที่ท่านเป็นโรคเบาหวานขึ้นจอประสาทตา					
6. ท่านมีกลุ่มเพื่อนที่ยังคงพบปะพูดคุยอยู่เป็นประจำ					
7. ท่านรู้สึกว่าคุณพยาบาลห่วงใยท่าน					
8. ท่านรู้สึกว่าคุณพยาบาลให้เวลากับท่านน้อยเกินไป					

ข้อคำถาม	ใช่ แน่นอน	ใช่	ไม่ แน่ใจ	ไม่ใช่	ไม่ใช่ แน่นอน
ส่วนที่ 4.2 แบบวัดการสนับสนุนการยอมรับและเห็นคุณค่า					
1. ท่านเป็นที่ปรึกษาสำหรับคนในครอบครัว					
2. ครอบครัวรักใคร่และให้ความนับถือท่าน					
3. ท่านสามารถแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ และความคิดเห็นของท่านได้รับการยอมรับ					
4. เลือกตอบข้อใดข้อหนึ่ง					
5.1 ท่านเป็นหัวหน้าครอบครัวที่ดี					
5.2 ท่านเป็นสมาชิกครอบครัวที่ดี					
5. คนในครอบครัวกดดันท่านด้วยคำพูด เช่น กระทบกระทั่ง เหน็บแนม					
6. คนในครอบครัวทำให้ท่านรู้สึกว่าเป็นภาระของครอบครัว					
ส่วนที่ 4.3 แบบวัดการสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร					
1. ท่านทราบคำแนะนำในเรื่องการปฏิบัติตนจากแพทย์ พยาบาล					
2. ท่านได้รับข้อมูลในเรื่องการปฏิบัติตนเป็นอย่างดี					
3. การได้รับข้อมูล ข่าวสาร ในเรื่องโรคและการปฏิบัติตนจากสื่อ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ ทำให้ท่านปฏิบัติตาม					
4. ท่านต้องการความรู้ในเรื่องโรคเบาหวานและเบาหวานขึ้นจอประสาทตาจากแพทย์ พยาบาลมากกว่านี้					
5. ท่านต้องการความรู้ในเรื่องการปฏิบัติตนเมื่อป่วยด้วยโรคเบาหวานและเบาหวานขึ้นจอประสาทตา มากกว่านี้					

ตอนที่ 5 แบบสอบถาม พฤติกรรมการดูแลตนเอง

- คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านอ่านแล้วพิจารณาว่า ปฏิบัติมากหรือไม่จาก ปฏิบัติเป็นประจำ
ปฏิบัติค่อนข้างบ่อย ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ปฏิบัตินานๆ ครั้ง หรือ ไม่ปฏิบัติเลยโดยทำเครื่องหมาย
✓ ลงใน (...) เพียงแห่งเดียวในแต่ละข้อ
2. ข้อคำถามมีทั้งหมด 28 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อคำถาม	ปฏิบัติ เป็น ประจำ	ปฏิบัติ ค่อนข้าง บ่อย	ปฏิบัติ เป็นบาง ครั้ง	ปฏิบัติ นานๆ ครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย
<u>ส่วนที่ 5.1 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเอง</u>					
<u>ด้านการดูแลร่างกายทั่วไป</u>					
1. การตรวจขนาดแผลต่างๆ ที่อาจมีตามร่างกาย					
2. การสวมรองเท้าเดินภายนอกบ้าน					
3. การเปลี่ยนรองเท้าทันทีที่มีปัญหา เช่น บีบรัดเท้า					
4. การปรึกษาแพทย์เมื่อมีบาดแผล					
5. การดูแลบาดแผลเป็นอย่างดี					
6. การรีบมาพบจักษุแพทย์เมื่อการมองเห็นเปลี่ยนแปลง					
7. การปรึกษาแพทย์เมื่อมีสิ่งผิดปกติ					
8. การสูบบุหรี่					
<u>ส่วนที่ 5.2 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเอง</u>					
<u>ด้านการควบคุมอาหาร</u>					
1. การรับประทานอาหารเช้าครบวันละ 3 มื้อ ตรงเวลาที่ใกล้เคียงกัน					
2. การรับประทานอาหารเช้าส่วนใหญ่ที่เป็นผักและปลา					
3. การรับประทานในปริมาณมากกว่าปกติในมื้อที่ท่านรู้สึกหิวมาก					
4. การรับประทานผลไม้หลังอาหารทันที					

ข้อความ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ ค่อนข้าง บ่อย	ปฏิบัติ เป็นบาง ครั้ง	ปฏิบัติ นานๆ ครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย
5. การรับประทานขนมหวาน					
6. การรับประทานอาหารโดยไม่เลือกว่าเป็น อาหารทอดหรือนึ่ง					
7. การรับประทานข้าวประมาณ 1 ทัพพีในแต่ละมื้อ					
8. การดื่มเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีนหรือประเภทชูกำลัง					
ส่วนที่ 5.3 แบบสอบถามพฤติกรรม การดูแลตนเอง					
ด้านการออกกำลังกาย					
1. การออกกำลังกาย สัปดาห์ละ 3 ครั้ง					
2. การออกกำลังกายแต่ละครั้งใช้เวลาครั้งละ 20-45 นาที					
3. การออกกำลังกายในเวลาใกล้เคียงกัน					
4. การออกกำลังกายเบา ๆ ลักษณะยืดเส้นยืดสาย					
5. การออกกำลังกายด้วยการเดิน					
ส่วนที่ 5.4 แบบสอบถามพฤติกรรม การดูแลตนเอง					
ด้านการใช้ยา					
1. การใช้ยาเบาหวานตามแพทย์ (อายุรแพทย์) สั่งอย่างเคร่งครัด					
2. ถ้ารับประทานอาหารมากจะรับประทานยา เบาหวานเพิ่ม					
3. การลดปริมาณยาเบาหวานที่แพทย์สั่ง เมื่อรู้สึกสบายดี					
4. การใช้ยาเบาหวานที่แพทย์ไม่ได้สั่ง					
5. การลืมรับประทานยาเบาหวาน					

ข้อความ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ ค่อนข้าง บ่อย	ปฏิบัติ เป็นบาง ครั้ง	ปฏิบัติ นานๆ ครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย
6. การเปลี่ยนเวลารับประทานยาเบาหวาน จากก่อน อาหารเป็นหลังอาหาร เนื่องจากเหตุผลต่าง ๆ เช่น ไม่สะดวก					
7. การใช้ยาตามฉกษุแพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด					

กรุณาตรวจสอบว่าท่านได้ตอบคำถามครบทุกข้อ

ขอขอบคุณที่กรุณาตอบแบบสอบถาม

นางสาวสมใจ แซ่เตีย

นิสิตปริญญาโท มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ประวัติการศึกษาและการทำงาน

- ชื่อ : นางสาวสมใจ แซ่เตีย
- วัน เดือน ปีเกิด : 19 ตุลาคม 2508
- สถานที่เกิด : กรุงเทพมหานคร
- ประวัติการศึกษา : ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ (เทียบเท่าปริญญาตรี)
วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ พ.ศ. 2527-2531
- ตำแหน่งปัจจุบัน : พยาบาลวิชาชีพ 7 วช. (ด้านการพยาบาลผู้ป่วยทั่วไป)
- สถานที่ทำงานปัจจุบัน : หอผู้ป่วยจักษุ
วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล