

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยสุราที่เข้ารับการรักษาแบบผู้ป่วยนอก ใน
สถาบันธัญญารักษ์

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยสุราที่เข้ารับการรักษาแบบผู้ป่วยนอก ในสถาบันธัญญารักษ์

2. ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นความลับ โดยจะนำเสนอในภาพรวมเพื่อเสนอข้อมูลมาใช้ในการวิชาการและผลที่ได้จากการศึกษาจะไม่กระทบต่อชื่อเสียงของผู้ตอบแบบสอบถามแต่อย่างใด โปรดตอบตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับตัวท่านเอง

3. แบบสอบถามทั้งหมดจะมี 4 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยสุราที่เข้ารับ
การรักษาแบบผู้ป่วยนอก

ขอขอบคุณทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือ ในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

นางจำเรียง ลีวิทยา
นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาชุมชน
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมค่าลงในช่องว่าง ให้ตรงกับความเป็นจริงที่สุดของท่านเพียงข้อเดียว

1. เพศ

()1 ชาย ()2 หญิง

2. อายุปีเดือน

3. สถานภาพสมรส

()1 โสด ()2 สมรส

()3 หย่า ()4 แยกกันอยู่

()5 หม้าย

4. ระดับการศึกษา

()1 ประถมศึกษาและต่ำกว่า ()2 มัธยมศึกษาตอนต้น

()3 มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. ()4 อนุปริญญา/ปวส.และสูงกว่า

5. อาชีพ

()1 พนักงานบริษัท/รับจ้าง ()2 ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว

()3 รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ ()4 แม่บ้าน/พ่อบ้าน/ไม่มีงานทำ

()5 อื่นๆระบุ.....

6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน บาท

7. ขณะนี้ท่านได้รับการบำบัดรักษาในขั้นตอน

()1 บำบัดด้วยยา ()2 ฟันฟูสมรรถภาพ

()3.ติดตามหลังการรักษารักษา

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความในแต่ละข้อ แล้วเลือกทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ให้ตรงกับความเป็นจริงที่สุดของท่านเพียงข้อเดียวคือ

เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด

เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นตรงกับความเห็นของท่าน

ไม่เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นไม่ตรงกับความเห็นของท่าน

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นไม่ตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
การรับรู้ต่อโอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค				
1. การดื่มสุราเป็นประจำจะทำให้มีโอกา เสี่ยงต่อการขาดสารอาหาร				
2. การดื่มสุราเป็นประจำมีโอกา เสี่ยงที่จะ เป็นแผลในกระเพาะอาหาร				
3. การดื่มสุราเป็นประจำอาจทำให้มี เพศสัมพันธ์โดยไม่มีการป้องกันและทำให้ เกิดโรคทางเพศสัมพันธ์ขึ้นได้				
4. การดื่มสุราเป็นประจำทำให้เกิดโรค โลหิตจางได้				
5. หากท่านยัง ดื่มสุราเป็นประจำจะทำให้มี โอกา เสี่ยงที่จะเป็น โรคตับแข็งจากการดื่ม สุราได้ง่าย				
6. หากท่านยัง ดื่มสุราเป็นประจำหรือ กลับไปดื่มซ้ำอีก จะทำให้เป็น โรคที่รุนแรง ขึ้น				
7. ท่านมีโอกา สเจ็บป่วยน้อยกว่าคนอื่นๆ ที่ อยู่ในวัยเดียวกันที่ไม่ได้ดื่มสุราเป็นประจำ				

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
การรับรู้ความรุนแรงของโรคที่เกิดจากการ ดื่มสุรา				
8. ท่านรู้สึกกลัวเมื่อท่านคิดถึงโรคที่เกิด จากดื่มสุราเป็นประจำ				
9. การดื่มสุราเป็นประจำ ทำให้สุขภาพ ทรุดโทรมลงและป่วยเป็นโรคที่รุนแรงได้				
10. การดื่มสุราในปริมาณมากๆ ทำให้ เสียชีวิตได้				
11. ร่างกายของท่านอ่อนแอลง จากการดื่ม สุราเป็นประจำ				
12. การที่ท่านดื่มสุราเป็นประจำ จะทำให้ ท่านเป็นโรคที่เกิดจากพิษสุราเรื้อรัง และ โรคมีความรุนแรงขึ้น				
13. การดื่มสุราเป็นประจำ จะทำให้คนที่ มีโรคประจำตัว จะมีอาการของโรคที่รุนแรง ขึ้น				
14. การดื่มสุราเป็นประจำอาจจะไปทำลาย ระบบทางเดินอาหาร ทำให้เกิดแผลใน กระเพาะอาหาร อาเจียนเป็นเลือดและ เสียชีวิตได้				
15. การดื่มสุราเป็นประจำ หากหยุดดื่มสุรา กะทันหัน ทำให้เกิดอาการทางจิตรุนแรงได้				
16. การดื่มสุราเป็นประจำ และเมื่อหยุดดื่ม จะมีอาการขาดสุรา เช่น หงุดหงิด กระสับ กระส่าย มือสั่น ชัก ทำให้เป็นสาเหตุ เสียชีวิตได้				

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับจากการดูแลตนเอง				
17. หากท่านเลิกดื่มสุรา จะทำให้ท่านไม่ เป็นโรคที่เกิดจากการดื่มสุราเป็นประจำเช่น ตับแข็ง เป็นต้น				
18. หากท่านมารับการบำบัดรักษาสม่ำเสมอ จะช่วยลดความรุนแรงของโรคที่เกิดจาก สุราได้				
19. หากท่านเลิกดื่มสุราจะทำให้ใน ครอบครัวมีความอบอุ่นขึ้น				
20. หากท่านเลิกดื่มสุราจะช่วยลด ค่าใช้จ่ายในครอบครัว				
21. หากท่านรับประทานยาสม่ำเสมอจะ เกิดผลดีกับตัวท่านเอง				
22. หากท่านปฏิบัติตามคำแนะนำของ บุคลากรทางการแพทย์จะเกิดผลดีกับตัว ท่านเอง				
23. การดูแลตนเองจนสามารถเลิกสุราได้จะ ทำให้ท่านกลับมาทำงานได้ตามปกติ				
การรับรู้อุปสรรคของการดูแลตนเอง				
24. การหยุดดื่มสุรา ทำให้ท่านต้อง เปลี่ยนแปลงความเคยชินสิ่งที่เคยปฏิบัติอยู่ เป็นประจำ				
25. การหยุดดื่มสุรา ทำให้เพื่อนน้อยลง หรือไม่มีเพื่อน				
26. การเลิกดื่มสุราต้องอาศัยกำลังใจจาก คนรอบข้าง				

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
27. การติดสุรา ไม่จำเป็นที่จะต้อง บำบัดรักษา สามารถหายเองได้				
28. การเกิดความเครียดที่เกิดกับท่านบ่อยๆ และไม่ได้รับการแก้ไข ทำให้มีโอกาส กลับไปเสพยาซ้ำได้ง่าย				
29. การเลิกดื่มสุราทำให้ท่าน ใจสั้น กระสับกระส่าย หงุดหงิด นอนไม่หลับ				
สิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการปฏิบัติ				
30. ความรู้จาก สื่อสิ่งพิมพ์ เช่น แผ่นพับ โปสเตอร์ ทำให้ท่านทราบการดูแลตนเอง ได้ดีขึ้นขณะเลิกดื่มสุรา				
31. การรณรงค์ให้เห็นโทษ พิษภัยของสุรา ทำให้ท่านเห็นว่าเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องเลิก สุราให้ได้				
32. ผลเสียจากการดื่มสุราที่เกิดขึ้นกับเพื่อน ร่วมงานของท่าน ทำให้ท่านเห็น ความสำคัญของการมาตรวจตามนัด				
33. บัตรนัด จดหมายเตือน หรือโทรศัพท์ จากบุคลากรทางการแพทย์ เป็นวิธีที่ทำให้มี โอกาสเลิกสุราได้อย่างต่อเนื่อง				
34. คำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ ทำให้ท่านทราบถึงการดูแลตนเองใน ระหว่างการบำบัดรักษาได้ดี				
35. ท่านเข้ารับการรักษาคั้งนี้ เนื่องจาก ท่านมีความผิดปกติเกิดขึ้นซึ่งมีผลมาจาก การดื่มสุราเป็นประจำ				

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
36. การเลิกสูราได้ เป็นการพิสูจน์ให้ทุกคนเห็นว่าท่านเป็นคนดี				

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความในแต่ละข้อ แล้วเลือกทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ให้ตรงกับความเป็นจริงที่ท่านได้รับจากสมาชิกในครอบครัวของท่าน

มากที่สุด เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นเป็นจริงมากที่สุด

มาก เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นเป็นจริงมาก

ปานกลาง เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นเป็นจริงปานกลาง

น้อย เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นเป็นจริงน้อย

น้อยที่สุด เมื่อท่านเห็นว่า ข้อความนั้นเป็นจริงน้อยที่สุด

ข้อความ	เป็นจริง มากที่สุด	เป็นจริง มาก	เป็นจริง ปาน กลาง	เป็นจริง น้อย	เป็นจริง น้อย ที่สุด
แรงสนับสนุนของครอบครัวทางด้าน					
อารมณ์					
1. สมาชิกในครอบครัวพูดคุยให้กำลังใจท่าน ในระหว่างที่ท่านบำบัดรักษา					
2. สมาชิกในครอบครัว สอบถามอาการที่เกิดขึ้นจากการหยุดดื่มสุราหรือโรคที่เกิดจากการดื่มสุราที่เกิดขึ้นกับท่านด้วยความห่วงใย					
3. ระหว่างการบำบัดรักษา สมาชิกในครอบครัว ได้เอาใจใส่ดูแลท่านอย่างดีทำให้ท่านรู้สึกอบอุ่น					
4. สมาชิกในครอบครัว กล่าวชื่นชมที่ท่านสามารถดูแลตนเองได้					
5. ท่านได้รับกำลังใจจาก ครอบครัวทำให้เกิดความมั่นใจในการดูแลตนเอง เพื่อเลิกสุราให้ได้					

ข้อความ	เป็นจริง มาก ที่สุด	เป็นจริง มาก	เป็นจริง ปาน กลาง	เป็นจริง น้อย	เป็นจริง น้อย ที่สุด
<u>แรงสนับสนุนของครอบครัวด้านการ ประเมิน เปรียบเทียบ</u>					
6. สมาชิกในครอบครัวได้ชี้ให้เห็น ตัวอย่าง ของบุคคลที่ดูแลตนเองจนสามารถเลิกดื่ม สุราได้					
7. สมาชิกในครอบครัว กล่าวชื่นชมเมื่อ ท่านหยุดดื่มสุราได้ในระหว่างการ บำบัดรักษา ทำให้ท่านมีความมั่นใจมากขึ้น					
8. สมาชิกในครอบครัวจะบอกผลเสียหายที่ จะเกิดขึ้นหากท่าน ไม่ดูแลตนเองหรือ กลับไปดื่มสุราอีก					
9. สมาชิกในครอบครัว ชี้ให้เห็นสภาพของ บุคคลอื่นที่ดื่มสุราและเกิดภาวะแทรกซ้อน ต่างๆ					
10. สมาชิกในครอบครัวได้บอกผลดีในการ ดูแลตนเองที่ไม่ดื่มสุรา					
<u>แรงสนับสนุนของครอบครัวด้านข้อมูล ข่าวสาร</u>					
11. สมาชิกในครอบครัวได้ให้ข้อมูล เกี่ยวกับการดูแลตนเองให้เหมาะสม					
12. สมาชิกในครอบครัวให้คำปรึกษาแก่ ท่าน เมื่อท่านเกิดความผิดปกติ ทางด้าน ร่างกายหรือจิตใจ					
13. สมาชิกในครอบครัวแนะนำวิธีการ ปฏิบัติตัวกับท่าน ในการดูแลตนเอง					
ข้อความ	เป็นจริง	เป็นจริง	เป็นจริง	เป็นจริง	เป็นจริง

	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14. สมาชิกในครอบครัวแนะนำท่าน ถึงวิธีการลดความเครียด เช่น ออกกำลังกาย ฟังเพลง					
15. สมาชิกในครอบครัวมีท่าทางเพิกเฉยหรือละเลยเมื่อท่านนำเรื่องคับข้องใจมาปรึกษา					
16. ท่านได้รับการ คำตำหนิจากสมาชิกในครอบครัว เมื่อพบว่าท่านมีอาการเปลี่ยนแปลง เช่น หงุดหงิด กระทบกระชวย					
<u>แรงสนับสนุนของครอบครัวด้าน สิ่งของหรือบริการ</u>					
17. ท่านได้รับการช่วยเหลือในด้านการเงินจาก สมาชิกในครอบครัวในการเข้ารับการรักษาในครั้งนี					
18. สมาชิกในครอบครัวดูแลช่วยหาอาหารที่เป็นประโยชน์และเหมาะสมกับโรคให้แก่ท่าน					
19. สมาชิกในครอบครัวซื้อของใช้ สอยที่จำเป็นแก่กับท่านให้มีความสะดวกสบายในการดูแลตนเอง					
20. สมาชิกในครอบครัวมาเป็นเพื่อน หรือนำท่านมารับการตรวจรักษาตามนัด					

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับ พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยสุราที่เข้ารับการรักษา
แบบผู้ป่วยนอก

คำชี้แจงสำหรับผู้ตอบแบบสอบถาม

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างให้ตรงกับการปฏิบัติตามความจริงของท่านในแต่ละข้อดังนี้

- ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ปฏิบัติทุกครั้งในการดูแลตนเอง
 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึง ปฏิบัติไม่ทุกครั้งในการดูแลตนเอง
 ไม่เคยปฏิบัติเลย หมายถึง ท่านไม่เคยปฏิบัติกิจกรรมนั้นเลย

ข้อความ	ปฏิบัติเป็น ประจำ	ปฏิบัติเป็น บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติเลย
<u>การแสวงหาการรักษาโรคที่เหมาะสม</u>			
1. เมื่อท่านพบอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นจากการดื่มสุราทั้ง ด้านร่างกายและจิตใจ ท่านจะปรึกษาบุคลากรทางการแพทย์			
2. ท่านเคยปล่อยให้ตนเองให้มีอาการผิดปกติที่เกิดขึ้น จากการดื่มสุราทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยไม่ได้รับการ รักษาใดๆทั้งสิ้น			
<u>รับรู้และเอาใจใส่ดูแลผลของพยาธิสภาพ รวมทั้ง ผลกระทบต่อการพัฒนาของชีวิต</u>			
3. ท่านได้สอบถามแพทย์ถึงผลของการดื่มสุราที่มีผลต่อ ตัวท่านเอง ถึงโรคต่างๆที่ท่านเป็นอยู่ในขณะนี้			
4. ท่านได้ติดตาม ผลการตรวจเลือด ปัสสาวะ และผล การตรวจอื่นๆ ที่มีผลกระทบจากการดื่มสุรา			
5. ท่านรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เพื่อบำรุง ร่างกายให้กลับสู่สภาวะปกติให้มากที่สุด			
6. ท่านเคยตรวจสุขภาพประจำปีนอกจากการตรวจ รักษาสุรา			

ข้อความ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติเลย
<p><u>การปฏิบัติตนอย่างมีประสิทธิภาพตามแผนการรักษา</u></p> <p>7. ท่านปฏิบัติตามกำหนดการหรือตารางกิจกรรมขณะเข้ารับการบำบัดรักษาเพื่อให้ตนเองอาการดีขึ้น</p>			
8. ระหว่างการบำบัดรักษาท่านออกกำลังกายสม่ำเสมอ			
9. การดูแลตนเองของท่านระหว่างการบำบัดรักษา ท่านจะปรึกษานักวิชาการทางการแพทย์ เพื่อเลิกสูราให้ได้			
10. การมาตรวจตามนัดนั้นไม่มีความจำเป็น ท่านจะมารับการตรวจรักษาเมื่อท่านมีอาการผิดปกติเท่านั้น			
<p><u>รับรู้และใส่ใจ หรือควบคุมสิ่งทำให้เกิดความไม่สุขสบายหรือสิ่งที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย</u></p> <p>11. ท่านสอบถามถึงอาการข้างเคียงของยา เพื่อนำมาสังเกตตัวเองระหว่างการบำบัดรักษา</p>			
12. ท่านได้สังเกตอาการ คอแข็ง ตาเหลือก ลิ้นคับ ปากกล้ำเนื้อเกร็ง ที่เป็นผลจากยาที่ท่านรับประทานเข้าไปเพื่อการรักษา			
13. ท่านได้สังเกตอาการ เวียนศีรษะ มึนงง อันจะนำไปสู่อาการชักเกร็ง และอันตรายได้			
14. ท่านได้พยายามฝึกทำจิตใจให้สงบ ด้วยการสวดมนต์ หรือ ทำสมาธิ เมื่อนอนมีอาการนอนไม่หลับ			
<p><u>การปรับภาพลักษณ์และอัตมโนทัศน์ยอมรับสภาพการเจ็บป่วย และสภาพของตนเองในการบำบัดรักษา</u></p> <p>15. ท่านได้พยายามช่วยเหลือตัวเอง ให้มากที่สุด ในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน</p>			
16. ในขณะที่เข้ารับการบำบัดรักษา ท่านได้พยายาม ที่จะทำงานประจำให้ได้ตามปกติ			
17. ท่านดูแลสภาพร่างกาย การแต่งตัว ตัดผม เพื่อให้ตนเองดูสดชื่นขึ้น			

ข้อความ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติเลย
18. ถึงแม้ว่าท่านกำลังอยู่ในระหว่างการบำบัดรักษาสุรา ท่านยังคงทำบทบาทหน้าที่ของตนเองในครอบครัวเท่าที่จะทำได้			
19. ถึงแม้ว่าท่านกำลังอยู่ในระหว่างการบำบัดรักษาสุรา แต่ท่านได้พยายามช่วยเหลือผู้อื่นเท่าที่ทำได้			
<u>การยอมรับสภาวะสุขภาพ และการเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตตามสภาพที่เกิดขึ้นเพื่อให้สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง</u>			
20. ท่านเก็บเงินที่เคยใช้ในการดื่มสุราในแต่ละวันและนำมาซื้อของที่มีประโยชน์ หรือเก็บออมเอาไว้			
21. ท่านได้วางแผนการในอนาคตของท่านไว้แล้ว หลังจากที่ได้รับการบำบัดรักษา			
22. ท่านได้ตั้งปณิธานหรือให้สัญญากับตัวเองไว้ว่าท่านจะไม่กลับมาดื่มสุราอีก			
23. ท่านได้ชักชวนให้เพื่อนที่เคยดื่มสุราร่วมกันเลิกสุรา เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี			
24. ท่านพยายามหลีกเลี่ยงการดื่มสุราในงานเลี้ยงต่างๆ ที่ท่านเข้าร่วม			
25. ท่านยังคงดื่มสุราตามเทศกาล หรืองานเลี้ยงฉลองต่างๆ ที่จัดขึ้น			