

## เอกสารอ้างอิง

- กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2550). *แผนหลัก สสส. 2550-2552 ฉบับสมบูรณ์*.  
กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. โรงพิมพ์กองสุขศึกษา  
สำนักปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข.
- กองสุขศึกษา สำนักปลัดกระทรวงสาธารณสุข. (2542). *แนวคิดทฤษฎีและการนำไปใช้ในการ  
ดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ*. นนทบุรี: โรงพิมพ์กองสุขศึกษา  
สำนักปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข.
- กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ. (2551). Retrieved May 01,  
2009, from [http://www.dopa.go.th/web\\_pages/m03140000/kpi/doc/CSR.pdf](http://www.dopa.go.th/web_pages/m03140000/kpi/doc/CSR.pdf)
- กุล จุลแก้ว. (2551). *การนวดตัวเองด้วยฝ่าขวามือ*. เอกสารประกอบการอบรม โครงการคาราวาน  
ส่งเสริมสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือก  
ภาคใต้ ครั้งที่ 2 ณ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ. หาดใหญ่  
จ. สงขลา.
- เกรียงไกร ก่อเกิด. (2551). *การสนับสนุนทางสังคมของผู้ที่เป็น โรคเบาหวานในอำเภอเขียงกลาง  
จังหวัดน่าน*. การค้นคว้าแบบอิสระพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาล  
ชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ. (2550). *แผน 10 ยุทธศาสตร์สุขภาพ  
พอเพียง (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- นิตยาพร เสมอใจ. (2547). *การจัดการและการตลาดบริการ*. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- ชัชสิทธิ์ รัตตสาร. (2546). พยาธิกำเนิดของโรคเบาหวาน. ใน อภิชาติ วิชญานรัตน์ (บรรณาธิการ),  
*ตำราโรคเบาหวาน* (หน้า 29-56). กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- ชูวีวรรณ จิระอมรมนิมิต, แสงจันทร์ เรือนทองดี, และ ชนพร ตู้อทอง. (2549). ประเมินผลการ  
ประยุกต์ใช้การตลาดเชิงสังคมในการรณรงค์การรับประทานยารักษาโรคเท้าช้าง  
ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน. *วารสารควบคุมโรค*, 32(1), 40-46.
- เทพ หิมะทองคำ. (2548). *ความรู้เรื่องเบาหวานฉบับสมบูรณ์* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์  
ราชวิทยาลัย. (2550). การระดมทรัพยากรจากโรคเบาหวาน. ใน วรณี นิธิยานันท์,  
สาธิต วรณแสง, และ ชัยชาญ ดีโรจนวงศ์ (บรรณาธิการ), *สถานการณ์โรคเบาหวาน  
ในประเทศไทย 2550*. กรุงเทพฯ: วิวัฒนาการพิมพ์.

นัชชา พรหมทันใจ, ศรีสมร กมลเพชร, เซษจุ๋ ศาสตร์ใหม่, และ ศรีมงคล ประยูรวง. (2548).

ประสิทธิผลการใช้การตลาดเชิงสังคมในการส่งเสริมการมารับบริการตรวจวัดโรคของประชาชนในพื้นที่เสี่ยงจังหวัดนครราชสีมา. วารสารวิชาการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 6, 12(2).

นฤมล ตรังวัชรกุล. (2551). การปฏิบัติของแกนนำสุขภาพประจำครอบครัวในการส่งเสริมสุขภาพสมาชิกครอบครัว บ้านกลางดง ตำบลทุ่งปี อำเภอมะนัง จังหวัดเชียงใหม่. การค้นคว้าแบบอิสระพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

แผนปฏิบัติการราชการ โรคติดต่อระหว่างสัตว์และคนปีงบประมาณ (2551). Retrieved May 01, 2009, from [http://thaigcd.ddc.moph.go.th/download/zoo/plan\\_51/zoo\\_plan\\_51.doc](http://thaigcd.ddc.moph.go.th/download/zoo/plan_51/zoo_plan_51.doc)

พรทิพย์ สัมปัตตะวนิช. (2547). การตลาดเพื่อสังคม (พิมพ์ครั้งที่ 2 แก้ไขปรับปรุง).

กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

พรพรรณ ทรัพย์ไพบุลย์กิจ. (2551). รายงานการศึกษารูปแบบนวัตกรรมการบริการสุขภาพปฐมภูมิ โครงการ “ร่มละบาท” ภาศึความห่วงใยร่วมป้องกันภัยโรคเบาหวานศูนย์สุขภาพชุมชน.

พายัพ แสงทอง. (2550). โครงการการใช้แผนการตลาดทางสังคม เพื่อจัดการความเสี่ยงด้านการป้องกันโรคไข้เลือดออก ณ หมู่บ้านน้ำภาคน้อยและบ้านนาเมือง ตำบลป่าแดง อำเภอชาติตระการ จังหวัดพิษณุโลก. พิษณุโลก: โรงพยาบาลชาติตระการ.

พิกุล นันทชัยพันธ์. (2551). แนวทางสำหรับการศึกษา “วิเคราะห์สถานการณ์ทางคลินิก” (Critical Situational), เอกสารประกอบรายงานการประชุมกรรมการบริหารหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ แผน ข ภาคพิเศษ. คณะพยาบาลศาสตรมหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พิไลวรรณ ยอดประสิทธิ์. (2542). โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ภรณ์ วัฒนสมบูรณ์. (2542). การประยุกต์วิธีการทางการตลาดทางสังคมในการส่งเสริมการรับบริการตรวจเซลล์มะเร็งปากมดลูกในสตรีชนบท จังหวัดสุรินทร์. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

ยุพิน พรหมภักดี. (2551). โครงการพัฒนาแกนนำสุขภาพ. หนองคาย: สถานีอนามัยตำบลชุมช้าง.

- ยูวดี ภาฯว. (2543). *วิจัยทางการพยาบาล* (พิมพ์ครั้งที่ 7). โครงการตำราภาควิชาพยาบาลศาสตร์  
กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รัตนา มาณะสวัสดิ์. (2551). ส่งเสริมการตรวจคัดกรองมะเร็งเรื้องรังปากมดลูก ของสตรีตำบลท่ากะฮาด  
อำเภอเนินสง่า จังหวัดชัยภูมิ โดยใช้วิธีการทางการตลาด. *วารสารสุขภาพภาคประชาชน  
ภาคอีสาน*, 22(5), 217-222.
- รัชฎา น้อยสมบัติ. (2549). การพัฒนารูปแบบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน โดยชุมชน  
มีส่วนร่วม ภายใต้โครงการค่ายเด็กกรัณย์พิน. *วารสารทันตขอนแก่น*, 9(2), 105-116.
- รัชฎาพร รุญเจริญ และคณะ. (2545). *ชุมชนกับการคัดกรองโรคเบาหวาน ; โรงพยาบาลขุนหาญ  
จังหวัดศรีสะเกษ*. นนทบุรี: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข.
- รุจิรา เทพอารยงค์กุล. (2550). *การปฏิบัติของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในการดูแลผู้  
ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ตำบลท่าผา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง*. การค้นคว้าแบบอิสระ  
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วิจิตร ศรีสุพรรณ. (2545). *การวิจัยทางการพยาบาล: หลักการและแนวปฏิบัติ* (พิมพ์ครั้งที่ 2).  
โครงการตำราคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วรวรรณ องค์กรุฑรรักษา. (2551). *การตลาดเพื่อสังคม*. Retrieved May 19, 2009, from  
<http://www.docstoc.com/docs/3654550/Social-Marketing>
- วีรสิทธิ์ สิทธิไตร. (2550). *การตลาดเพื่อสังคม*. สำนักงานเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ กรมควบคุม  
โรค กระทรวงสาธารณสุข. Retrieved Dec 01, 2007, from <http://www.prdc.com/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=30>
- วารุณี ฟองแก้ว และคณะ. (2545). *เครือข่ายแกนนำเยาวชนเพื่อสุขอนามัยทางเพศและอนามัยการ  
เจริญพันธุ์: การมีส่วนร่วมของเยาวชน ครอบครัว และโรงเรียน*. โครงการพัฒนาเยาวชน  
ครอบครัว และชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ. (2541). *การบริหารการตลาดยุคใหม่*. กรุงเทพฯ. ระพีลัมและไชเท็กซ์.  
ศรีสมร กมลเพชร, นัชชา พรหมทันใจ, วีระศักดิ์ คงสืบชาติ, สุพรรณิ เจริญวงศ์เพชร, นิ่มนวล พรายน่า,  
และ ฉัตรพิมล ชุนประสาน. (2549). ประสิทธิภาพการประยุกต์ใช้การตลาดเชิงสังคมใน  
การส่งเสริมการรับบริการอดบุหรี่ ของกลุ่มทหารชั้นประทวนในค่ายสุรนารี จังหวัด  
นครราชสีมา. *วารสารวิชาการกรมควบคุมโรค*. Retrieved June 26, 2009, from  
[http://beid.ddc.moph.go.th/beid/images/academic/dataL3\\_274.pdf](http://beid.ddc.moph.go.th/beid/images/academic/dataL3_274.pdf).
- สถานีอนามัยเสลี่ยมหวาน. (2550). *รายงานประจำปี 2550*. ลำปาง: สถานีอนามัยเสลี่ยมหวาน.

- สถานีอนามัยสระเลียมหวานและเครือข่ายหน่วยบริการสุขภาพปฐมภูมิ อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง.  
(ม.ป.ป.). รายงานการวิจัยสถาบันวิจัยและพัฒนาาระบบสุขภาพชุมชน สำนักงาน  
หลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. (2549). แนวทางเวชปฏิบัติ การดูแลโภชนบำบัดในโรคเบาหวาน โรค  
ความดันโลหิตสูง และภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ สำหรับผู้สูงอายุ.  
กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สมพงษ์ สุวรรณวลัยกร. (2550). ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน. Retrieved Jan 10, 2009, from  
[http://www.sp.worldmedic.com/dm/education\\_program.php](http://www.sp.worldmedic.com/dm/education_program.php)
- สุพัตรา ศรีวณิชชากร และ คณะ. (2553). การจัดการระบบการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังกรณีเบาหวาน  
และความดันโลหิตสูง. นนทบุรี: สหมิตรพรีนติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2551). จำนวนและอัตราการตายด้วยโรคเบาหวาน.  
กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สำนักงานเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. Retrieved Dec 01,  
2007, from <http://www.ddc.com/modules.php?name=Content&showpage&pid=30>
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง. (2551). รายงานประจำปี 2551. ลำปาง: สำนักงานสาธารณสุข  
จังหวัดลำปาง.
- สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. (2551). คู่มือหลักประกันสุขภาพแห่งชาติปีงบประมาณ  
2551. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข. (2553). สถิติสาธารณสุข 2553. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์  
ทหารผ่านศึก.
- ศรีสมร กมลเพชร, นัชชา พรมพินใจ, วีระศักดิ์ คงสืบชาติ, สุพรรณิ เจริญวงศ์เพชร, นิมนวล พรายน้า,  
ฉัตรพิมล ชุนประสาน. (2549). ประสิทธิภาพการประยุกต์ใช้การตลาดเชิงสังคมในการ  
ส่งเสริมการรับบริการอดบุหรี่ของกลุ่มทหารชั้นประทวนในค่ายสุรนารี จังหวัด  
นครราชสีมา. รายงานการวิจัย สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 5 นครราชสีมา  
โรงพยาบาลค่ายสุรนารี.
- อัญชลี ศิริพิทยาคุณกิจ. (2548). สถานการณ์โรคเบาหวานในประเทศไทย. รายงานเผ่าะวังทาง  
ระบาดวิทยาประจำสัปดาห์, 36(47), 826-828.

- อุดม สุวรรณพิมพ์. (2549). *การส่งเสริมการดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวานและประชาชนกลุ่มเสี่ยง ภายใต้กลยุทธ์การจัดการ การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเพื่อทำให้การส่งเสริมสุขภาพ เป็น การบวนการที่มุ่งเน้นความสำคัญของชุมชน และประชาสังคม ศูนย์สุขภาพชุมชน สะเลียมหวาน ตำบลเวียงมอก อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง. เอกสารอัดสำเนา ศูนย์สุขภาพ ชุมชนสะเลียมหวาน.*
- อภิชาติ วิชญาณรัตน์. (2546). *ตำราเบาหวาน. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.*
- อภิรักษ์ วงศ์รัตนชัย. (2543). *เกณฑ์ใหม่ในการวินิจฉัยและแบ่งชนิดเบาหวาน. พิษณุโลก: ภาควิชา เกษตรกรรมปฏิบัติ คณะเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.*
- อภิสิทธิ์ ฉัตรทนานนท์. (2551). *การตลาดแบบได้ทั้งกล่องและเงิน. Retrieved April 19, 2009, from <http://www.mppmnida.com/index.php?lay=show&ac=artic&ld=104803&Ntype=2>*
- Karen Glanz, Babara K. Kimmer Frances Marcus Lewis. (2002). *Health Behavior and Health Education Theory, Research and practice.* San Francisco: Jossey Bass.
- Kotler, P. and Roberto Eduardo L. (1989). *Social Marketing: Strategies for Changing Public Behavior.* New York: The Free Press
- Polit, D. F. & Hungler, B. P. (1999). *Nursing research: principles and method.* (6th ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Smitasiri, S. et al. (1993). *Social Marketing Vitamin A-Rich Foods in Thailand: A Model Nutrition for Behavior Change Process.* Institute of Nutrition, Mahidol University

**ภาคผนวก**



ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



เอกสารเลขที่ 165/2552

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โดย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอรับรองว่า  
โครงการศึกษาการค้นคว้าแบบอิสระเรื่อง : การวิเคราะห์สถานการณ์ของการให้บริการสุขภาพ  
โดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง (Situational Analysis  
of Health Services of Community Health Leaders for Persons with diabetes Mellitus, Thoen District,  
Lampang Province)

ของ : นางสาวปนัดดา พูใจ

สังกัด : นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน แผนก ช.  
ภาคพิเศษ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ได้ผ่านการพิจารณาแล้ว เห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิด  
ภัยอันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออก  
หนังสือรับรองฉบับนี้จนถึงวันที่ 23 กันยายน 2553

หนังสือออกวันที่ 23 กันยายน 2552

ลงนาม.....  
(ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ)  
ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลงนาม.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ชนารักษ์ สุวรรณประไพศ)  
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## ภาคผนวก ข

### การพิทักษ์สิทธิประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

เอกสารคำชี้แจงสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการค้นคว้าแบบอิสระ  
(สำหรับแกนนำสุขภาพชุมชน ที่เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม)

#### ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ

การวิเคราะห์สถานการณ์ของการให้บริการสุขภาพ โดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่  
ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

ดิฉัน นางสาวปนัดดา ฟูใจ นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการพยาบาลชุมชน แผนก  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอเชิญท่านเข้าร่วม โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ  
โดยผู้ศึกษาจะอธิบายให้ท่านทราบ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ท่านอ่าน เกี่ยวกับข้อมูลข้างล่างก่อน  
หากท่านมีข้อสงสัยใด ๆ เกี่ยวกับการศึกษาครั้งนี้ รวมถึงสิทธิของท่าน กรุณาซักถามผู้ศึกษา ซึ่งจะ  
เป็นผู้ให้ความกระจ่างกับท่านได้ ผู้ศึกษามีความยินดีที่ท่านได้สละเวลาในการอ่านข้อความข้างล่าง  
นี้ ค่ะต่อไป

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการวิเคราะห์สถานการณ์ของการให้บริการ  
สุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่ เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง โดยคัดเลือก  
จากแกนนำสุขภาพชุมชนที่ผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ใน “โครงการร่มละบาท  
ภาคีความห่วงใย ร่วมป้องกันภัยโรคเบาหวาน” จำนวนประมาณ 8 คน ที่ยินยอมเข้าร่วมการศึกษา  
โดยการสนทนากลุ่มใช้เวลาในการสนทนากลุ่ม ประมาณ 2 ชั่วโมง โดยไม่มีค่าตอบแทนในการเข้า  
ร่วมการศึกษา

การเข้าร่วมการศึกษานี้ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของท่าน หากท่านไม่สมัครใจเข้าร่วม  
โครงการศึกษา หรือเปลี่ยนใจระหว่างเข้าร่วมโครงการแล้ว ท่านสามารถถอนตัวจากการศึกษานี้  
นี้ได้ โดยท่าน จะไม่สูญเสียประโยชน์ใด ๆ ที่ท่านควรได้รับ ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มของท่าน จะ  
ถูกเก็บไว้เป็นความลับและดำเนินการอย่างรัดกุมปลอดภัย ท่านมีสิทธิตามกฎหมายที่จะเข้าถึงข้อมูล  
ส่วนตัวของท่าน ถ้าท่านต้องการใช้สิทธิดังกล่าว กรุณาแจ้งให้ผู้ศึกษาทราบ การนำข้อมูลไป

อภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่จะทำ ในภาพรวมของผลการศึกษา ผู้ศึกษาจะไม่มีอาการอ้างอิงถึงท่านโดยใช้ชื่อของท่าน การนำเสนอข้อมูลจากการสนทนากลุ่มจะใช้รหัสผู้ให้ข้อมูล (โดยใช้คำว่าผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, หรือ 10 ในกลุ่มที่มีคะแนนการปฏิบัติน้อย หรือในกลุ่มที่มีคะแนนการปฏิบัติมาก) แทนชื่อของท่าน และสิทธิประโยชน์อื่นใด อันเกิดจากผลการศึกษาจะปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมื่อท่านได้รับทราบวัตถุประสงค์ และแนวทางปฏิบัติในการเข้าร่วมการศึกษา และตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้แล้ว ท่านจะได้เซ็นชื่อในหนังสือแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการ การค้นคว้าอิสระ

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการศึกษาครั้งนี้ ท่านสามารถติดต่อกับผู้ศึกษา คือ นางสาวปนัดดา พูใจ ได้ที่บ้านเลขที่ 227 หมู่ 10 ตำบลบ้านเสด็จ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง โทรศัพท์ 086-915-8225 หรืออาจารย์ที่ปรึกษา ผศ.ดร. วราภรณ์ บุญเชียง โทรศัพท์ 0-5394-9018 (ในเวลาราชการ) หรือท่านมีปัญหาเรื่องสิทธิในการเข้าร่วมการศึกษาให้ติดต่อที่ ศาสตราจารย์ เกียรติคุณ ดร. วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการ การจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 0-5394-5033 (ในเวลาราชการ)

**ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือ**

ลงชื่อ.....ผู้ศึกษา

(นางสาวปนัดดา พูใจ)

นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการพยาบาลชุมชน

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

**เอกสารคำชี้แจงสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการค้นคว้าแบบอิสระ  
(สำหรับผู้ที่เป็นโรคนาหวานที่เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม)**

**ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ**

การวิเคราะห์สถานการณ์ของการให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคนาหวาน อำเภอดงขี้เหล็ก จังหวัดลำปาง

ดิฉัน นางสาวปนัดดา พุใจ นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการพยาบาลชุมชน แผนก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอเชิญท่านเข้าร่วม โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ โดยผู้ศึกษาจะอธิบายให้ท่านทราบ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ท่านอ่าน เกี่ยวกับข้อมูลข้างล่างก่อน หากท่านมีข้อสงสัยใด ๆ เกี่ยวกับการศึกษารั้งนี้ รวมถึงสิทธิของท่าน กรุณาซักถามผู้ศึกษา ซึ่งจะ เป็นผู้ให้ความกระจ่างกับท่าน ได้ ผู้ศึกษามีความยินดีที่ท่าน ได้ใช้เวลาในการอ่านข้อความข้างล่าง นี้ ดังต่อไปนี้

การศึกษารั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการวิเคราะห์สถานการณ์ของการให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคนาหวาน อำเภอดงขี้เหล็ก จังหวัดลำปาง โดยคัดเลือกจากผู้ที่เป็นโรคนาหวานที่ได้รับบริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนที่ผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ใน “โครงการรณรงค์ ภาควิชาความหวังใจ ร่วมป้องกันภัยโรคนาหวาน” ที่ยินยอมเข้าร่วมการศึกษา จำนวนประมาณ 14 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ในแต่ละกลุ่มจะได้เข้าร่วมการศึกษาโดยการสนทนากลุ่ม โดยการแยกกลุ่ม กลุ่มละ 1 ครั้ง โดยใช้เวลาในการสนทนากลุ่ม กลุ่มละ 2 ชั่วโมง โดยไม่มีค่าตอบแทนในการเข้าร่วมการศึกษา

การเข้าร่วมการศึกษารั้งนี้ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของท่าน หากท่านไม่สมัครใจเข้าร่วมโครงการศึกษา หรือเปลี่ยนใจระหว่างเข้าร่วมโครงการแล้ว ท่านสามารถถอนตัวจากการศึกษารั้งนี้ได้ โดยท่าน จะไม่สูญเสียประโยชน์ใด ๆ ที่ท่านควรได้รับ ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มของท่าน จะถูกเก็บไว้เป็นความลับและดำเนินการอย่างรัดกุมปลอดภัย ท่านมีสิทธิตามกฎหมายที่จะเข้าถึงข้อมูลส่วนตัวของท่าน ถ้าท่านต้องการใช้สิทธิดังกล่าวกรุณาแจ้งให้ผู้ศึกษาทราบ การนำข้อมูลไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่จะทำ ในภาพรวมของผลการศึกษา ผู้ศึกษาจะไม่มี การอ้างอิงถึงท่าน โดยใช้ชื่อของท่าน การนำเสนอข้อมูลจากการสนทนากลุ่มจะ ใช้รหัสผู้ให้ข้อมูล (โดยใช้คำว่าผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, หรือ 10 ในกลุ่มที่มีคะแนนการปฏิบัติ น้อย หรือในกลุ่มที่มีคะแนนการปฏิบัติมาก) แทนชื่อของท่าน และสิทธิประโยชน์อื่นใด อันเกิดจากผลการศึกษาจะปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมื่อท่านได้รับทราบวัตถุประสงค์ และแนวทางปฏิบัติในการเข้าร่วมการศึกษา และตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้แล้ว ท่านจะได้เซ็นชื่อในหนังสือแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการ การค้นคว้าอิสระ

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการศึกษาครั้งนี้ ท่านสามารถติดต่อกับผู้ศึกษา คือ นางสาว ปนัดดา พูใจ ได้ที่บ้านเลขที่ 227 หมู่ 10 ตำบลบ้านเสด็จ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง โทรศัพท์ 086-915-8225 หรืออาจารย์ที่ปรึกษา ผศ.ดร.วราภรณ์ บุญเชียง โทรศัพท์ 0-5394-9018 (ในเวลาราชการ) หรือท่านมีปัญหาเรื่องสิทธิในการเข้าร่วมการศึกษาให้ติดต่อที่ ศาสตราจารย์ เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการ การจรรยาบรรณการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 0-5394-5033 (ในเวลาราชการ)

**ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือ**

ลงชื่อ.....ผู้ศึกษา

(นางสาวปนัดดา พูใจ)

นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลชุมชน

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

**เอกสารคำชี้แจงสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการค้นคว้าแบบอิสระ**  
**(สำหรับเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอดงเจริญ จังหวัดลำปางที่ตอบแบบสัมภาษณ์)**

**ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ**

การวิเคราะห์สถานการณ์ของการให้บริการสุขภาพ โดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่  
 ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอดงเจริญ จังหวัดลำปาง

ดิฉัน นางสาวปนัดดา พูใจ นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการพยาบาลชุมชน แผนก  
 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอเชิญท่านเข้าร่วมโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ  
 โดยผู้ศึกษาจะอธิบายให้ท่านทราบ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ท่านอ่าน เกี่ยวกับข้อมูลข้างล่างก่อน  
 หากท่านมีข้อสงสัยใด ๆ เกี่ยวกับการศึกษาครั้งนี้ รวมถึงสิทธิของท่าน กรุณาซักถามผู้ศึกษา ซึ่งจะ  
 เป็นผู้ให้ความกระจ่างกับท่านได้ ผู้ศึกษามีความยินดีที่ท่านได้สละเวลาในการอ่านข้อความข้างล่าง  
 นี้ ดังต่อไปนี้

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการวิเคราะห์สถานการณ์ของการให้บริการ  
 สุขภาพ โดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่ป็น โรคเบาหวาน อำเภอดงเจริญ จังหวัดลำปาง โดย  
 คัดเลือกจากเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์สุขภาพชุมชนที่รับผิดชอบ “โครงการรณรงค์ ภาควิชาความห่วงใย  
 ร่วมป้องกันภัยโรคเบาหวาน” จำนวน 7 คน โดยการสัมภาษณ์ ในการสัมภาษณ์ครั้งนี้จะใช้เวลา  
 ประมาณ 30 นาทีโดยไม่มีค่าตอบแทน ในการเข้าร่วมการศึกษา

การเข้าร่วมการศึกษานี้ขึ้นอยู่กับความตัดสินใจของท่าน หากท่านไม่สมัครใจเข้าร่วม  
 โครงการศึกษา หรือเปลี่ยนใจระหว่างเข้าร่วมโครงการแล้ว ท่านสามารถถอนตัวจากการศึกษานี้  
 นี้ได้ โดยท่าน จะไม่สูญเสียประโยชน์ใด ๆ ที่ท่านควรได้รับ ข้อมูลส่วนตัวจากการสัมภาษณ์ของ  
 ท่าน จะถูกเก็บไว้ เป็นความลับและดำเนินการอย่างรัดกุมปลอดภัย ท่านมีสิทธิตามกฎหมายที่จะ  
 เข้าถึงข้อมูลส่วนตัวของท่าน ถ้าท่านต้องการใช้สิทธิดังกล่าว กรุณาแจ้งให้ผู้ศึกษาทราบ การนำ  
 ข้อมูลไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่จะทำในภาพรวมของผลการศึกษา ผู้ศึกษาจะไม่มีการอ้างอิงถึง  
 ท่านโดยใช้ชื่อของท่าน และสิทธิประโยชน์อื่นใด อันเกิดจากผลการศึกษาจะปฏิบัติตามระเบียบ  
 ข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมื่อท่านได้รับทราบวัตถุประสงค์ และแนวทางปฏิบัติในการเข้าร่วมการศึกษา และตก  
 ลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้แล้ว ท่านจะได้เซ็นชื่อในหนังสือแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วม  
 โครงการ การค้นคว้าอิสระ

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการศึกษาครั้งนี้ ท่านสามารถติดต่อกับผู้ศึกษา คือ นางสาว ปนัดดา พุใจ ได้ที่บ้านเลขที่ 227 หมู่ 10 ตำบลบ้านเสด็จ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง โทรศัพท์ 086-915-8225 หรืออาจารย์ที่ปรึกษา ผศ.ดร.วราภรณ์ บุญเชียง โทรศัพท์ 0-5394-9018 (ในเวลาราชการ) หรือท่านมีปัญหาเรื่องสิทธิในการเข้าร่วมการศึกษาให้ติดต่อที่ ศาสตราจารย์ เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการ การจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 0-5394-5033 (ในเวลาราชการ)

**ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือ**

ลงชื่อ.....ผู้ศึกษา

(นางสาวปนัดดา พุใจ)

นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลชุมชน  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



เอกสารแสดงการยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการการค้นคว้าอิสระ

ข้าพเจ้านาย/นาง.....มีความยินยอมที่จะเข้าร่วมโครงการศึกษาครั้งนี้ โดยข้าพเจ้าได้รับทราบข้อมูลและเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาในครั้งนี้ ตามที่ได้อ่านข้างต้น และขอลงลายมือชื่อไว้เพื่อเป็นหลักฐานประกอบการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการครั้งนี้ของข้าพเจ้า

ลงชื่อ..... (ผู้ยินยอม)  
(.....)

ลงชื่อ..... (ผู้ศึกษา)  
(.....)

ลงชื่อ.....(พยาน)  
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

แบบสัมภาษณ์การวิเคราะห์สถานการณ์การให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง  
สำหรับเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

คำชี้แจง

แบบสัมภาษณ์แบ่งเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

ส่วนที่ 2 เป็นแนวคำถามเกี่ยวกับการวิเคราะห์สถานการณ์การให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง  หน้าตัวเลือกในข้อต่าง ๆ ให้ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ  1. ชาย  2. หญิง

8. ระยะเวลาที่รับผิดชอบโครงการ ร่มละบาท

1. 0-1 ปี  
 2. 1-2 ปี  
 3. 2-3 ปี  
 4. มากกว่า 3 ปี





แบบสัมภาษณ์การวิเคราะห์สถานการณ์การให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับ  
 ผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง  
 สำหรับแกนนำสุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง หน้าตัวเลือกในข้อต่าง ๆ ให้ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ  1. ชาย  2. หญิง

5. ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการ ร่มละบาท

1. 0-1 ปี
2. 1-2 ปี
3. 2-3 ปี
4. มากกว่า 3 ปี

ส่วนที่ 2 แนวคำถามเกี่ยวกับการวิเคราะห์สถานการณ์การให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพ  
 ชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

1. ท่านเข้าร่วมงานโครงการร่มละบาทนี้ได้อย่างไร

.

.

.

9. ท่านได้มีการประเมินผลการดำเนินงานโครงการหรือไม่อย่างไรในแต่ละด้าน

แบบสัมภาษณ์การวิเคราะห์สถานการณ์การให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง  
 สำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวานชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง  
 โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง หน้าตัวเลือกในข้อต่าง ๆ ให้ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ  1. ชาย  2. หญิง

5. ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการ ร่มละบาท

1. 0-1 ปี  
 2. 1-2 ปี  
 3. 2-3 ปี  
 4. มากกว่า 3 ปี

ส่วนที่ 2 แนวคำถามเกี่ยวกับการวิเคราะห์สถานการณ์การให้บริการสุขภาพโดยแกนนำสุขภาพชุมชนสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง

1. ท่านเข้าร่วมโครงการร่มละบาทได้อย่างไร

.  
.  
.

10. ท่านมีความต้องการเข้าร่วมโครงการร่มละบาทต่อไปหรือไม่

ภาคผนวก ง

ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ได้แก่ เจ้าหน้าที่ประจำศูนย์สุขภาพชุมชนที่รับผิดชอบโครงการรณรงค์ จำนวน 7 คน แกนนำสุขภาพชุมชน จำนวน 7 คน ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานจำนวน 12 คน จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์

ตารางที่ 1

จำนวนและร้อยละของประชากรที่เป็นเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์สุขภาพชุมชนแยกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์ ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานเป็นเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปางและ ระยะเวลาที่รับผิดชอบโครงการรณรงค์

ข้อมูล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	3	42.86
หญิง	4	57.14
สถานภาพสมรส		
โสด	2	28.57
แต่งงาน หรือ อยู่ด้วยกัน	5	71.43
ระดับศึกษา		
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ	1	14.29
ปริญญาตรี	4	57.14
ปริญญาโท	2	28.57
ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน( $\bar{X}$ =12.57)		
1 – 5 ปี	1	14.29
10 – 15 ปี	4	57.14
15 – 20 ปี	2	28.57

## ตารางที่ 1 (ต่อ)

จำนวนและร้อยละของประชากรที่เป็นเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์สุขภาพชุมชนแยกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์ ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานเป็นเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง และ ระยะเวลาที่รับผิดชอบโครงการรณรงค์

ข้อมูล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์ ( $\bar{X}=1.36$ )		
0-1 ปี	2	28.57
1-2 ปี	4	57.14
2-3 ปี	1	14.29
ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานเป็นเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง ( $\bar{X}=8.43$ )		
1-5 ปี	3	42.86
5-10 ปี	2	28.57
15-20 ปี	2	28.57
ระยะเวลาที่รับผิดชอบโครงการ รณรงค์ ( $\bar{X}=1.21$ )		
0-1 ปี	3	42.86
1-2 ปี	3	42.86
2-3 ปี	1	14.28

จากข้อมูลตารางที่ 1 ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็น เพศชาย ร้อยละ 57.14 รองลงมาเป็น เพศหญิง ร้อยละ 42.86 กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดอายุอยู่ระหว่าง 20 – 40 ปี ร้อยละ 100.00 สถานภาพสมรส แต่งงาน หรือ อยู่ด้วยกันมากที่สุด ร้อยละ 71.43 รองลงมาคือ โสด ร้อยละ 28.57 ระดับศึกษาสำเร็จการศึกษาปริญญาตรีมากที่สุด ร้อยละ 57.14 มีกลุ่มตัวอย่าง 1 รายที่จบปริญญาตรี ใน 2 สาขาวิชา คือ พยาบาลศาสตร์และสาธารณสุขศาสตร์ รองลงมาคือปริญญาโท ร้อยละ 28.57 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานส่วนใหญ่คือ 10 – 15 ปี ร้อยละ 57.14 และระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่ คือ 1 – 2 ปี ร้อยละ 57.14 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานเป็นเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชน อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง 1 – 5 ปี มากที่สุด ร้อยละ 42.86 และ ระยะเวลาที่ รับผิดชอบโครงการรณรงค์ ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงที่เท่ากันคือ 0 – 1 ปี และ 1 – 2 ปี ร้อยละ 42.86



## ตารางที่ 2

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นแกนนำสุขภาพชุมชนแยกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์

ข้อมูล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	1	14.29
หญิง	6	85.71
อายุ ( $\bar{X}$ =38.79)		
20 – 40 ปี	4	57.14
41 – 60 ปี	3	42.86
ระดับศึกษา		
ประถมศึกษาตอนปลาย (ป.5 – ป.6 หรือ ป.7)	1	14.29
มัธยมต้น (ม. 1 – ม.3)	2	28.57
มัธยมปลาย (ม.4 – ม.6 หรือ มศ.4 – มศ. 5)	4	57.14
ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการ รณรงค์ ( $\bar{X}$ = 2.36)		
1 – 2 ปี	1	14.29
2 – 3 ปี	6	85.71

จากข้อมูล ตารางที่ 2 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคือร้อยละ 85.71 มีอายุระหว่าง 20 – 40 ปีเป็นส่วนใหญ่คิดเป็นร้อยละ 57.14 และทั้งหมดเป็นผู้ที่มีสถานภาพสมรส แต่งงาน หรือ อยู่ด้วยกันคือ ร้อยละ 100.00 สำเร็จการศึกษามัธยมปลาย ( ม.4 – ม.6 หรือ มศ.4 – มศ. 5 ) มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.14 และระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการ รณรงค์มากที่สุดอยู่ระหว่าง 2 – 3 ปี คิดเป็นร้อยละ 85.71

## ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ที่ เป็นโรคเบาหวาน แยกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์

ข้อมูล	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	3	25.00
หญิง	9	75.00
อายุ ( $\bar{X}=45.17$ )		
41 – 60 ปี	8	66.67
มากกว่า 60 ปี	4	33.33
สถานภาพสมรส		
แต่งงาน หรือ อยู่ด้วยกัน	9	75.00
หม้าย/หย่า/แยก	3	25.00
ระดับศึกษา		
ประถมศึกษาตอนต้น ( ป.1 – ป. 4 )	11	91.67
ไม่ได้เรียนหนังสือ	1	8.33
ระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการ รณรงค์ ( $\bar{X}=3.25$ )		
2 – 3 ปี	3	25.00
มากกว่า 3 ปี	9	75.00

จากตารางที่ 3 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 75.00 และมีอายุอยู่ระหว่าง 41 – 60 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 66.67 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคือแต่งงาน หรือ อยู่ด้วยกันคิดเป็นร้อยละ 75.00 สำเร็จการศึกษาระดับศึกษาชั้นประถมศึกษาตอนต้น ( ป.1 – ป. 4 )มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 91.67 และส่วนใหญ่มีระยะเวลาที่เข้าร่วมโครงการรณรงค์ มาแล้วมากกว่า 3 ปี คิดเป็นร้อยละ 75.00

## ภาคผนวก จ

### วิถีไท

#### 1. ดื่มน้ำแควเดียว

น้ำเป็นองค์ประกอบสำคัญของร่างกาย มีสัดส่วน 70 % ทำหน้าที่ช่วยย่อย ช่วยดูดซึม ช่วยในการไหลเวียนโลหิต ช่วยในการขับถ่าย ช่วยในการรักษาอุณหภูมิและช่วยทำความสะอาด ปกติคนทั่วไปต้องการน้ำ 5 ลิตรต่อคนต่อวัน แต่น้ำจืดที่เหมาะสมกับการบริโภค เมื่อเทียบกับปริมาณน้ำทั้งหมดในโลก มีจำนวนไม่ถึง 10 % และมีเชื้อโรคหลายชนิดที่แพร่กระจายไปกับน้ำดื่ม เช่น เชื้อแบคทีเรีย ที่ทำให้เกิดโรคอหิวาต์ โรคไทฟรอยด์หรือไส้ชราคสาคร โรคพาราไทรอยด์ โรคบิด และทำให้อาหารเป็นพิษ นอกจากนี้ยังมีเชื้อไวรัสอีกหลายชนิดที่แพร่ทางน้ำดื่ม เช่น ไวรัสตับอักเสบบี ชนิดต่างๆ ไวรัสโปลิโอ เป็นต้น

ยิ่งในปัจจุบันมีการใช้สารเคมีในการทำเกษตรกรรมเข้มข้นขึ้น ประกอบกับมีโรงงานอุตสาหกรรมกระจายอยู่ตามชนบทและชุมชนขยายตัวมากขึ้น ทำให้น้ำใต้ดิน น้ำผิวดิน มีคุณภาพต่ำ และปนเปื้อนด้วยสารเคมีต่างๆมากมายจนดื่มไม่ได้ ต้องอาศัยเพียงน้ำฝนที่มีฝุ่นละอองและเชื้อโรคต่างๆ เจือปนอยู่มากมาย ทำให้โรคเกี่ยวกับทางเดินอาหารมีเพิ่มขึ้น และสูญเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อน้ำดื่มและรักษาพยาบาลมากขึ้น

การปรับปรุงคุณภาพน้ำดื่มด้วยวิธีต่างๆ ประหยัด ทำได้ในระดับบุคคลและครอบครัว จึงถูกคิดค้นขึ้น โดยสถาบันค้นคว้าสิ่งแวดล้อม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย สวิสเซอร์แลนด์และเผยแพร่ไปทั่วโลก

ในประเทศไทยได้ถูกทดลองในภาคอีสานร่วมกับคณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นนานาโครงการปรับปรุงคุณภาพน้ำดื่มด้วยพลังแสงอาทิตย์ ประเทศไทย หรือน้ำแควเดียว จนได้ข้อสรุปในการปฏิบัติดังนี้คือ

1. การนำน้ำไปตากแดดนาน 3 – 5 ชั่วโมง และน้ำมีอุณหภูมิ 50 องศาเซลเซียส และพลังงานความร้อนจากแสงอาทิตย์ สามารถทำให้เชื้อต่างๆ ลดลงเหลือน้อยกว่า 1 ใน 1,000 ส่วน
2. น้ำที่ผ่านกระบวนการ กินแล้วทำให้สบายท้อง ปัสสาวะกลิ่นฉุนน้อยลง รสชาติน้ำไม่จืด ไม่ตายเหมือนน้ำดื่ม
3. ทำให้ครอบครัวเกิดความประหยัด ไม่สิ้นเปลืองค่ารักษาโรคทางเดินอาหาร เช่น ท้องอืด ท้องเฟ้อ ลำไส้ กระเพาะ



## การทำน้ำแคดเดียว

1. ขวดแก้วกลม (ขวดแม่โจง)
2. ไม้ไผ่สำหรับทำโครงวางขวด
3. ผ้าพลาสติกดำปูบนโครงไม้ไผ่รับแสงอาทิตย์

นำน้ำใส่ขวดแก้วกลม ประมาณ คอขวดยังไม่ต้องปิดฝา จากนั้นนำไปตากแดดนาน 3 – 5 ชั่วโมง นำมาตั้งทิ้งไว้รอให้อุณหภูมิเย็นลงแล้วจึงปิดฝาขวด นำมาใช้ดื่มเป็นประจำ เพื่อสุขภาพที่ดี

## 2.วิธีการประดิษฐ์ผ้าขาวม้าประดิษฐ์ (ลูกนวดมือถือ) ใช้สำหรับนวดตัว

1. ใช้ผ้าขาวม้าหรือผ้าขนาดประมาณ 80 X 200 เซนติเมตร หรือนำหนักของผ้า โดยประมาณ 200 – 140 กรัม นำมาพับทบไปมาตามความยาวของผ้าจนได้ขนาดพับของผ้า ประมาณ 1 นิ้ว
2. นำผ้าที่พับแล้วมาพันรอบฝ่ามือจนเหลือประมาณ 1 สอก
3. นำชายผ้าที่เหลือประมาณ 1 สอก สอดเขาไปตรงกลางของผ้าที่พันรอบฝ่ามือ โดยเอาฝ่ามือออกก่อน
4. ผ้าที่สอดออกมา เช่น สอดจากล่างขึ้นมาข้างบน ให้เอาชายผ้าที่ขึ้นมาคล้อยออกตัวไปทางด้านข้าง ลงไปข้างล่างให้ไปขึ้นอีกด้านหนึ่ง
5. เก็บขอบชายผ้าสอดเข้าไปในวงผ้า (ตรงกลางที่ผ้าสอดขึ้นมา) การเก็บขอบชายผ้า จะต้องเก็บหรือจัดกลับให้เท่าๆ กัน เพื่อให้ได้รูปทรงที่สวยงาม
6. การดึงขึ้นรูปให้ดึงผ้าชั้นนอกครั้งแรกให้ดึงทีละนิดก่อน เมื่อได้สัก 2 – 3 รอบ ค่อยเพิ่มแรงดึงให้มาก ลูกนวดจะแข็งมากหรือแข็งน้อยอยู่ที่การดึงผ้า

## วิธีการใช้ผ้าขาวม้าประดิษฐ์ (ลูกนวดมือถือ)

1. ปวดเข้า ปลีน้อง สะโพก วิธีการนวด ให้นั่ง หรือ นอนหงาย นอนคว่ำ นอนตะแคง ทับบนลูกนวดให้ทั่ว
2. ปวดสะเอว วิธีการนวด เป็นความรู้ของคนสมัยก่อน ปวดเอวให้นวดที่ท้อง ให้นอนทับลูกนวดส่วนขากับสะโพก ให้นั่งหรือนอนทับบนลูกนวด
3. อาการของท้อง เส้นท้องตึง แน่นท้อง จุกเสียด ท้องผูก เบื่ออาหาร ลมในกระเพาะ และถ้าใส่ อาหารไม่ย่อย ไขมันมาก วิธีการนวด ให้นอนทับลูกนวด โดยเริ่มจากสะดือวนเวียนขึ้นข้างบนแล้ววนเวียนลงข้างล่าง รอบๆ สะดือ หรือให้ทั่วหน้าท้อง

4. ปวดหลัง ไหล่ สะบัก แขน วิธีการนวด ให้นอนหงาย นอนคว่ำ นอนตะแคง หรือนั่ง ฟิงพับถูจนวด

5. ปวดคอ ท้ายทอย ศีรษะ ขมับ วิธีการนวด ให้นอนหงาย นอนคว่ำ นอนตะแคงหรือนั่ง ฟิงพับถูจนวด

6. นวดให้ทั่วๆ จะเป็นผลดี การกดแต่ละจุด ให้กดนานประมาณ 10 – 15 วินาที ประโยชน์ที่จะได้รับ จะช่วยให้การไหลเวียนของโลหิตดีขึ้น ลดการอุดตัน เป็นการช่วยรักษาความดันของโลหิตให้เป็นปกติ ช่วยลดพังผืดและไขมันส่วนเกิน ลดอาการปวดกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น ลดอาการปวดข้อ เช่น ข้อมือ ข้อเท้า ข้อศอก ช่วยให้เกิดลายเครียด ทำให้อารมณ์แจ่มใส นอนหลับสบาย แบบประหยัดและปลอดภัย ช่วยลดความอ้วน ป้องกันหรือลดการเป็นตะคริว

#### จุดที่ไม่ควรนวด

1. บริเวณที่มีบาดแผล หรือส่วนที่อาจมีการอักเสบ
2. บริเวณไส้ติ่งอักเสบ หรือส่วนอื่นๆที่มีการอักเสบติดเชื้อ

โดย ลุงกุล จุลแก้ว 52 หมู่ 1 ตำบลท้ายเหมือง อำเภอท้ายเหมือง จังหวัดพังงา 82120

โทร.0898686658

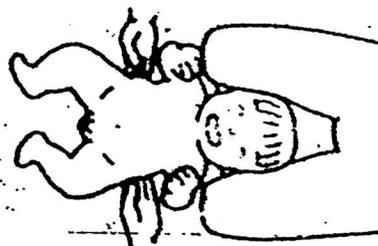
### 3. การสัมผัสเทือน

#### การสัมผัสเทือน กระตุ้นต่อมสร้างภูมิต้านทานโรค

การสัมผัสเทือน ทำให้ต่อมต่าง ๆ ผลิตสารที่ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายทำงานได้ดีขึ้นกว่าเดิม และกระแสนประสาทถูกกระตุ้นฟื้นฟูให้ไหลเวียนสื่อสารกับอวัยวะต่าง ๆ ให้ทำงานได้ตามปกติ แต่ห้ามสัมผัสเทือน ถ้าผู้ป่วยหลับหรือหมดสติ เพราะสมองไม่สามารถรับรู้การไหลเวียนของกระแสประสาท ทำให้ไม่สามารถประเมินความเป็นไปของสภาพร่างกายได้

#### 1. การรักษาแบบจี้จี้สำหรับเด็กอ่อน

โดยบังคับศีรษะให้อยู่กับที่ ใช้นิ้วชี้เอวเด็กพร้อมกันทั้ง 2 ข้าง ให้ช่วงเอวถึงขาเด็กคืบไปมา สามารถรักษาโรคหืด ปัสสาวะรดที่นอน อาเจียนนม งอแงตอนกลางคืนได้ดี

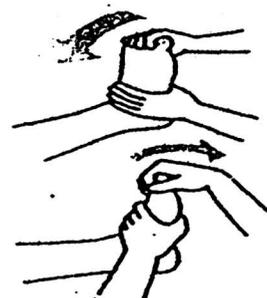


#### 2. การมัดขา

ใช้รักษาข้อกระดูกเบี้ยว ใช้ผ้าผูกมัดขาอ่อน และข้อเท้า ยกขาสูง 10 เซนติเมตร รองด้วยผ้าเวลนอนตอนกลางคืน

#### 3. หมุนข้อเท้า

ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของกระแสเลือดและกระแสประสาท



จับด้านบนของข้อเท้าไว้  
และหมุนเท้าไปข้างซ้าย ขวา ข้างละ 30 ครั้ง

จับหลังเท้าไว้และงอนิ้วเท้า 50 ครั้ง เมื่องอนิ้วเท้า  
ใช้หัวแม่โป้งกดศูนย์กลางฝ่าเท้าด้วย

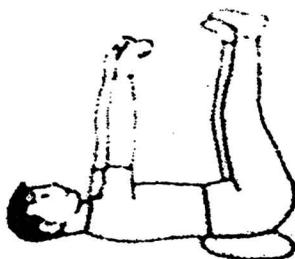
#### 4. เขี่ยขี้ไม้กระบอง

เขี่ยและเข็นเขี่ยขี้ไม้กระบองขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 เซนติเมตร ครั้งละ 10 ช่วยกระตุ้นการทำงานของอวัยวะภายใน



#### 5. เขย่าเส้นเลือดดำ หลอดเลือดฝอย ให้มีแรงดันไหลเวียนกลับสู่หัวใจได้สะดวก

5.1 เขย่าแขนและขาทั้งสองคู่ พร้อมถอนหายใจยาว ใช้เบาะเป็นที่รองแล้วไม่เหนื่อย นับ 1 ถึง 20 พร้อมกับทิ้งแขนขาลงแบบหมดแรงกะทันหัน ทำ 3-5 รอบ



5.2 นอนหงาย งอขาพาดเก้าอี้ที่รับกับข้อพับ งอ 90 องศา เบาะรองก้น สายกั้นไปมาซ้ายขวา 20 ครั้ง ทำ 3-5 รอบ

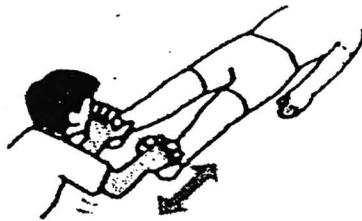
#### 6. ลั่นสะเทือนทั่วทุกต่อม

กรณีมีผู้ช่วย

6.1 ผู้ช่วยจะจับหัวนิ้วโป้งเท้าทั้ง 2 ข้างของผู้ป่วยที่นอนหงายเหยียดขาตรง ด้วยมือขวา โดยใช้หัวแม่มือ นิ้วชี้และนิ้วกลาง แล้วแกว่งไปมา ซ้ายขวา 50 ครั้ง แล้วหยุด 10 วินาที ทำ 3-5 รอบ เพื่อให้การหมุนเวียนของน้ำเหลืองดีขึ้น

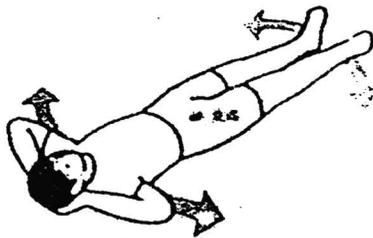
6.2 ผู้ป่วยนอนหงายเหยียดขาตรง กางออก ผู้ช่วยนั่งเอาฝ่าเท้าประกบกัน แทรก  
ระหว่างขาผู้ป่วย ยกขาผู้ป่วยพาดเหนือตาคู่ ผู้ช่วย แล้วผู้ช่วยเอามือทั้งสองจับปลายนิ้วเท้าทั้ง 5  
โยกไปข้างหน้าสลับด้านหลัง นับ 1-50 แล้วหยุดนิ่ง 10 วินาที ทำ 3-5 รอบ

6.3 ผู้ป่วยนอนหงายเหยียดขาตรง กางออก ผู้ช่วยนั่งขัดสมาธิ เอาฝ่าเท้าแทรก  
ระหว่างขาผู้ป่วย ยกขาผู้ป่วยพาดเหนือข้อพับเข่า ผู้ช่วย แล้วผู้ช่วยเอามือทั้งสองจับปลายนิ้วเท้าทั้ง  
5 โยกสลับด้านหลังเฉียง 45 องศา นับ 1-50 แล้วหยุด นิ่ง 10 วินาที ทำ 3-5 รอบ



#### กรณีทำคนเดียว

มือประสานกันอยู่หลังศีรษะ บริเวณท้ายทอยหายใจเข้า กลั้นหายใจ แล้วแกว่งขาไป  
มาซ้ายขวาให้เคลื่อนไหวจุดปล่าว่น้ำ นับ 1-20 พร้อมถอนหายใจยาวๆ ทำ 5-10 รอบ



#### 7. ออกแรงขา สร้างพลังขาและท้อง

งอเข่าอย่างช้า ๆ เอาเข่ากดท้อง (พร้อมถอนหายใจยาว) แล้วยืดขาอย่างรวดเร็ว พร้อม  
จังหวะหายใจเข้าออกอย่างแรง สลับไปมาพร้อมงอเข่าเหยียดตรง 50-150 ครั้ง มีประโยชน์ต่อขา  
และท้องอย่างมาก เมื่อเด็ก ๆ ออกแรงขาทำนี้ใช้เบาะเป็นที่รองกัน พ่อแม่ควรจับข้อเท้าเด็กและ  
ช่วยยืดขา

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ	สังกัด
1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรพรรณ ทรัพย์ไพบูลย์กิจ	คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรวรรณ องค์กรุฑรศึกษา	คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. นายอุดม สุวรรณพิมพ์	นักวิชาการสาธารณสุข องค์การบริหารส่วนตำบลแม่ถอด อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง



### ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล

นางสาวปนัดดา พูใจ

วัน เดือน ปีเกิด

25 กุมภาพันธ์ 2519

ประวัติการศึกษา

ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตรระดับต้น  
วิทยาลัยบรมราชชนนี ลำปาง พ.ศ. 2539  
พยาบาลศาสตรบัณฑิต (ต่อเนื่อง)  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พ.ศ. 2545

ประวัติการทำงาน

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนิคมเขต 16  
จังหวัดลำปาง

