



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

เอกสารพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

แบบฟอร์มขอความร่วมมือกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มควบคุม)

การชี้แจงข้อมูลโครงการวิจัยและการยินยอมสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย ผลของการออกกำลังกายแบบ ไท่ จี้ ซิ้งง ต่อความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ

ชื่อผู้วิจัย นางสาวนภัส ทับกล้า รหัส 4632025
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ผู้วิจัยขอเชิญท่านเข้าร่วมโครงการเพื่อวิทยานิพนธ์ โดยขอความร่วมมือท่านเข้าร่วมโครงการเพื่อวิทยานิพนธ์ เรื่องผลของการออกกำลังกายแบบ ไท่ จี้ ซิ้งง ต่อความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ ผู้วิจัยขอชี้แจงข้อมูลเกี่ยวกับโครงการวิจัยครั้งนี้ ขอให้ท่านอ่านโดยละเอียด หากท่านมีข้อสงสัยใดเกี่ยวกับโครงการวิจัยครั้งนี้ กรุณาสอบถามจากผู้วิจัยซึ่งจะเป็นผู้ให้ความกระจ่างกับท่าน ได้ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านที่กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อความดังกล่าว

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการออกกำลังกายแบบ ไท่ จี้ ซิ้งง ต่อความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแม่สอด จังหวัดตาก โดยท่านเป็นหนึ่งผู้ที่ได้รับการเลือกโดยใช้วิธีการสุ่มคัดเลือก ซึ่งการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะก่อให้เกิดประโยชน์กับท่าน คือเมื่อสิ้นสุดการวิจัยแล้วหากผลการวิจัยสามารถลดความรุนแรงของอาการต่างๆ ของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุได้ จะได้มีการ

นำการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซ่งกง มาใช้ในผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมต่อไป การศึกษานี้ท่านจะได้รับการเซ็นหนังสือยินยอมเข้าร่วมการศึกษาจะมีการดำเนินกิจกรรมดังนี้

ท่านจะได้รับการตอบแบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม และแบบประเมินความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม จากนั้นท่านดำเนินชีวิตตามปกติและผู้วิจัยจะนัดหมายให้ท่านตอบแบบประเมินความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในอีก 12 สัปดาห์ต่อมา หลังจากสิ้นสุดการวิจัยแล้ว ผู้วิจัยจะสอบถามท่านว่าต้องการให้ผู้วิจัยสอนการฝึกการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซ่งกงให้หรือไม่ หากท่านต้องการผู้วิจัยจะฝึกการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซ่งกงให้ท่านตามความต้องการของท่าน

การเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้จะอยู่ที่การตัดสินใจของท่าน ท่านจะไม่มีการสูญเสียประโยชน์ใดๆที่ท่านควรได้รับ และท่านมีสิทธิ์ที่จะถอนตัวจากการศึกษาได้ตลอดเวลา ข้อมูลส่วนตัวของท่านจะถูกเก็บโดยผู้วิจัยแต่เพียงผู้เดียว โดยผู้วิจัยจะใช้รหัสตัวเลขแทนชื่อจริงของท่าน การนำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่ จะทำในภาพรวมของการวิจัยเท่านั้น สิทธิประโยชน์อื่นๆ อันเกิดจากผลการวิจัย จะปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็นความลับและดำเนินการอย่างรัดกุม ข้อมูลทั้งหมดของท่านจะถูกทำลายเมื่อเสร็จสิ้นการวิจัย ท่านมีสิทธิ์ตามกฎหมายที่จะรับรู้ข้อมูลส่วนตัวของท่านหากท่านต้องการใช้สิทธิ์ดังกล่าวกรุณาแจ้งให้ผู้วิจัยทราบ

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ท่านสามารถติดต่อผู้วิจัย นางสาว นกัศ ทับกล้า ได้ที่หอพักชนาวิรี เลขที่ 13 ซ.เชียงคำ ถ.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200 โทรศัพท์ 0-1953-5716 หรืออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุคำวัง โทรศัพท์ 053-945017 (ในเวลาราชการ) รองศาสตราจารย์ สมบัติ ไชยวัฒน์ โทรศัพท์ 053-945020 (ในเวลาราชการ) หรือหากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสิทธิ์ของท่านสามารถติดต่อ ศาสตราจารย์ ดร. วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-945033 (ในเวลาราชการ)

ลงนาม.....(ผู้วิจัย)

(.....)

วันที่.....

(กรุณาเก็บใบให้ข้อมูลไว้ใช้อ้างอิง)

ส่วนที่ 2 การยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....

ขอให้ความยินยอมของตนเองในการเป็นผู้ร่วมในโครงการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบาย
แก่ข้าพเจ้าเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้แล้วจนเข้าใจ และผู้วิจัยมีความยินดีที่จะตอบคำถามเกี่ยวกับการ
วิจัยทุกประการ แก่ข้าพเจ้าตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ และข้าพเจ้าขอลงลายมือชื่อไว้
เพื่อเป็นหลักฐานประกอบความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้

ลงนาม.....(ผู้ยินยอม)

(.....)

ลงนาม.....(ผู้วิจัย)

(.....)

ลงนาม.....(พยาน)

(.....)

วันที่.....

(กรุณาส่งหนังสือยินยอมคืนแก่ผู้วิจัย)

แบบฟอร์มขอความร่วมมือกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง)

การชี้แจงข้อมูลโครงการวิจัยและการยินยอมสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย ผลของการออกกำลังกายแบบ ไท่ จี้ ซิ่งง ต่อความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ

ชื่อผู้วิจัย นางสาวนภัส ทับกล้า รหัส 4632025
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ผู้วิจัยขอเชิญท่านเข้าร่วมโครงการเพื่อวิทยานิพนธ์ โดยขอความร่วมมือท่านเข้าร่วมโครงการเพื่อวิทยานิพนธ์ เรื่องผลของการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซิ่งง ต่อความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ ผู้วิจัยขอชี้แจงข้อมูลเกี่ยวกับโครงการวิจัยครั้งนี้ ขอให้ท่านอ่านโดยละเอียด หากท่านมีข้อสงสัยใดเกี่ยวกับโครงการวิจัยครั้งนี้ กรุณาสอบถามจากผู้วิจัยซึ่งจะเป็นผู้ให้ความกระจ่างกับท่านได้ ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านที่กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อความดังกล่าว

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซิ่งง ต่อความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุ โรคข้อเข่าเสื่อม ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแม่สอด อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก โดยท่านจะได้รับการให้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการต่างๆก่อนการตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัย ท่านเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับการเลือกโดยใช้วิธีการสุ่มคัดเลือก ซึ่งการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะก่อให้เกิดประโยชน์กับท่าน คือผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมจะได้รับการสอนและการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซิ่งง ซึ่งการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซิ่งง จะทำให้ท่านได้รับประโยชน์ 3 อย่างคือ 1) การเคลื่อนไหวร่างกาย 2) การฝึกลมหายใจเข้าออก 3) การใช้สมาธิ รวมทั้งการออกกำลังกายทำให้ร่างกายแข็งแรงอีกด้วย และเมื่อสิ้นสุดการวิจัยแล้วท่านสามารถนำการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซิ่งง ไปออกกำลังกายต่อได้ เพื่อให้เกิดประโยชน์กับตัวท่านอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ผลสรุปจากงานวิจัย ผลของการออกกำลังกายแบบไท่ จี้ ซิ่งง ต่อความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ จะได้นำไปใช้ในการบรรเทาความรุนแรง

ของอาการต่างๆของโรคข้อเข่าเสื่อมต่อไป การศึกษานี้ท่านจะได้รับการเซ็นต์หนังสือยินยอม เข้าร่วมการศึกษาจะมีการดำเนินกิจกรรมดังนี้

ท่านจะได้รับการตอบแบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมและแบบประเมินความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม รวมทั้งได้รับคำแนะนำและคู่มือการให้ความรู้สำหรับผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม จากนั้นผู้วิจัยจะนัดท่านเพื่อรับการฝึกการออกกำลังกายแบบไท่จี ชี่กง สัปดาห์ละ 3 ครั้ง คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ใช้เวลาในการออกกำลังกายประมาณ 45-60 นาที โดยในสัปดาห์ที่ 1-2 ผู้วิจัยจะฝึกการออกกำลังกายแบบไท่จี ชี่กง ให้ท่านก่อนการออกกำลังกายจริง ในสัปดาห์ที่ 3-14 หลังสิ้นสุดการวิจัยท่านจะได้รับการตอบแบบประเมินความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อมอีกครั้งในสัปดาห์ที่ 15

การเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้จะอยู่ที่การตัดสินใจของท่าน ท่านจะไม่มีภาระสูญเสียประโยชน์ใดๆ ที่ท่านควรได้รับ และท่านมีสิทธิ์ที่จะถอนตัวจากการศึกษาได้ตลอดเวลา ข้อมูลส่วนตัวของท่านจะถูกเก็บโดยผู้วิจัยแต่เพียงผู้เดียว โดยผู้วิจัยจะใช้รหัสตัวเลขแทนชื่อจริงของท่าน การนำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่จะทำในภาพรวมของการวิจัยเท่านั้น สิทธิประโยชน์อื่นๆอันเกิดจากผลการวิจัยจะปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็นความลับและดำเนินการอย่างรัดกุม ข้อมูลทั้งหมดของท่านจะถูกทำลายเมื่อเสร็จสิ้นการวิจัย ท่านมีสิทธิ์ตามกฎหมายที่จะรับรู้ข้อมูลส่วนตัวของท่านหากท่านต้องการใช้สิทธิ์ดังกล่าวกรุณาแจ้งให้ผู้วิจัยทราบ

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ท่านสามารถติดต่อผู้วิจัย นางสาว นภัส ทับกล้า ได้ที่หอพักนาวิร์ เลขที่ 13 ซ.เชียงคำ ถ.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200 โทรศัพท์ 0-1953-5716 หรืออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุคำวัง โทรศัพท์ 053-945017 (ในเวลาราชการ) รองศาสตราจารย์ สมบัติ ไชยวัฒน์ โทรศัพท์ 053-945020 (ในเวลาราชการ) หรือหากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสิทธิ์ของท่านสามารถติดต่อ ศาสตราจารย์ ดร. วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-945033 (ในเวลาราชการ)

ลงนาม.....(ผู้วิจัย)
(.....)

วันที่.....
(กรุณาเก็บใบให้ข้อมูลไว้ใช้อ้างอิง)

ส่วนที่ 2. การยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้านาย/นาง/นางสาว.....

ขอให้ความยินยอมของตนเองในการเป็นผู้ร่วมในโครงการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบาย
แก่ข้าพเจ้าเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้แล้วจนเข้าใจ และผู้วิจัยมีความยินดีที่จะตอบคำถามเกี่ยวกับ
การวิจัยทุกประการ แก่ข้าพเจ้าตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ และข้าพเจ้าขอลงลายมือ
ชื่อไว้เพื่อเป็นหลักฐานประกอบความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้

ลงนาม.....(ผู้ยินยอม)

(.....)

ลงนาม.....(ผู้วิจัย)

(.....)

ลงนาม.....(พยาน)

(.....)

วันที่.....

(กรุณาส่งหนังสือยินยอมคืนแก่ผู้วิจัย)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง

ข้อคำถามต่อไปนี้เป็น การสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของท่าน กรุณาตอบคำถามเกี่ยวกับตัวท่านแต่ละข้อให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุปี
3. ศาสนา () พุทธ () คริสต์
() อิสลาม () อื่นๆ
4. น้ำหนักตัว.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร BMI.....
5. สถานภาพสมรส () โสด () คู่
() หม้าย () หย่า/แยกกันอยู่
6. ระดับการศึกษา () ไม่ได้รับการศึกษา () ประถมศึกษา
() มัธยมศึกษา () ปริญญาตรี
() อื่นๆ ระบุ.....
7. อาชีพ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
() เกษตรกรรม () รับจ้าง
() ค้าขาย () อยู่บ้านเฉยๆ
() รับราชการ () อื่นๆ ระบุ.....
8. รายได้ของท่านต่อเดือน () ไม่มีรายได้ () ต่ำกว่า 1,000 บาท
() 1,000 – 4,999 บาท () 5,000 – 10,000 บาท
() มากกว่า 10,000 บาท
9. แหล่งที่มาของรายได้ () ค่าจ้างทำงาน () เงินบำนาญ
() เงินช่วยเหลือจากบุตรหรือญาติ
() อื่นๆ ระบุ.....

10. ความเพียงพอของรายได้

- () เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ () เพียงพอและเหลือเก็บ
 () ไม่เพียงพอแต่ไม่มีหนี้สิน () ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน

11. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับใคร

- () อยู่กับคู่สมรส () อยู่คนเดียว
 () อยู่กับบุตรหลาน () อยู่กับญาติ
 () อื่นๆ ระบุ.....

12. บุคคลที่ดูแลยามเจ็บป่วย

- () ไม่มี () มี ระบุ.....

13. ระยะเวลาที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อม

- () น้อยกว่า 1 ปี () 1-5 ปี
 () 6-10 ปี () มากกว่า 10 ปี

14. จำนวนของข้อเข่าที่เสื่อม () 1 ข้อ () 2 ข้อ

15. ระยะเวลาที่ได้รับการวินิจฉัยโรคจากแพทย์

- () น้อยกว่า 1 ปี () 1-5 ปี
 () 6-10 ปี () มากกว่า 10 ปี

16. ชนิดของยารักษาโรคข้อเข่าเสื่อมที่ได้รับ(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () ยาพาราเซตามอล
 () ยาต้านอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์
 () ยาระงับอาการปวดที่เข้ากลุ่มสารเสพติด
 () อื่นๆ ระบุ.....

17. โรคประจำตัวอื่นๆ () ไม่มี () มี ระบุ.....

18. ผลข้างเคียงของยา () ไม่มี () มี ระบุ.....

19. การรักษาแบบอื่นๆ () ไม่มี () มี ระบุ.....

ส่วนที่ 2 แบบบันทึกความรุนแรงของการเจ็บปวดด้วยโรคข้อเข่าเสื่อม

คำชี้แจง เครื่องมือประเมินความรุนแรงของการเจ็บปวดด้วยโรคข้อเข่าเสื่อม ลักษณะคำถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่าโดยการเปรียบเทียบด้วยสายตาดตามเชิงเส้นตรงซึ่งมีความยาว 10 เซนติเมตร ประกอบด้วย ข้อคำถาม 3 ชุด ดังนี้

- | | |
|--|----------------|
| 2.1 ประเมินอาการเจ็บปวดข้อเข่า | มีคำถาม 8 ข้อ |
| 2.2 ประเมินอาการข้อเข่าตึงหรือข้อเข่าฝืด | มีคำถาม 2 ข้อ |
| 2.3 ประเมินความสามารถในการทำหน้าที่และการเคลื่อนไหวข้อเข่า | มีคำถาม 13 ข้อ |

การตอบแบบสัมภาษณ์

โปรดทำเครื่องหมายกากบาท (X) ลงบนเส้นตรง ณ ตำแหน่งที่ท่านรับรู้ถึงอาการขณะที่ถูกสัมภาษณ์

ทางด้านซ้ายสุดของเส้นตรง หมายถึง ไม่มีอาการตามข้อคำถาม

ทางด้านขวาสุดของเส้นตรง หมายถึง มีอาการตามข้อคำถามมากที่สุด

2.1 แบบประเมินอาการปวดข้อเข่า

เมื่อท่านมีกิจกรรมต่อไปนี้ท่านปวดข้อเข่าระดับใด

1. นั่งเก้าอี้

ไม่ปวด

ปวดมากที่สุด

0 |-----| 10

2. นั่งบนพื้น

ไม่ปวด

ปวดมากที่สุด

0 |-----| 10

8. เดินลงบันได

ไม่ปวด

ปวดมากที่สุด

0 |-----| 10

2.2 แบบประเมินข้อติดแข็ง / ข้อเข้าฝืด

เมื่อท่านมีกิจกรรมต่อไปนี้ท่านมีอาการข้อติดแข็ง / ข้อเข้าฝืดระดับใด

1. ขณะตื่นนอนตอนเช้า



2. เมื่อจะเปลี่ยนท่าภายหลังอยู่ในท่าเดิมเป็นเวลานาน



2.3 ประเมินความสามารถในการทำหน้าที่และการเคลื่อนไหวข้อเข้า

เมื่อท่านมีกิจกรรมต่อไปนี้ท่านมีความยากลำบากในการเคลื่อนไหวข้อเข้ามากระดับใด

1. นั่งเก้าอี้



2. นั่งกับพื้น



12. ยกของหนัก



13. ทำงานบ้าน



ภาคผนวก ค

คู่มือการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

การปฏิบัติตัวสำหรับผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

นางสาวนภัส ทับกล้า

ผศ. ดร. กนกพร สุขคำวัง

ภาคผนวก ง

เอกสารรับรองการเป็นผู้นำการออกกำลังกายแบบไท่จี๊ ซี่กง

หนังสือรับรอง

ชมรมเพื่อสุขภาพไท่จี๊ซี่กงเชียงใหม่ ขอรับรองว่า นางสาวนภัส ทับกล้า ได้ผ่านการฝึกอบรม ชั้นผู้นำฝึกไท่จี๊ซี่กง 18 ท่า สำหรับที่จะนำไปเผยแพร่ให้ความรู้แก่ผู้เข้ารับการอบรม ซึ่งเป็นผู้ที่จะต้องใช้ในการฝึกลมปราณ เพื่อนำมาตรวจรักษาโรคภัยไข้เจ็บพร้อมกันนี้ทางชมรมฯ ได้อนุญาตให้ใช้ชื่อหนังสือ และสิ่งตีพิมพ์ของชมรมฯ ประกอบการสอน เพื่อให้การสอนได้ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพและสมบูรณ์

ขออำนาจพระคุณศรีรัตนตรัย จงโปรดคลบบันดาลให้ นางสาวนภัส ทับกล้า เป็นบุคคลที่มีสุขภาพแข็งแรง ประสบผลสำเร็จในหน้าที่การปฏิบัติงานต่อไป

มอบให้ ณ วันที่ 7 มีนาคม พุทธศักราช 2548


.....
(นางสาวราตรี จุลพันธุ์)
ผู้อำนวยการฝึก


.....
(นายวิรัช ปิฎกานนท์)
ชมรมเพื่อสุขภาพไท่จี๊ซี่กง
ประธานผู้ก่อตั้ง
เชียงใหม่
ชมรมเพื่อสุขภาพไท่จี๊ซี่กงเชียงใหม่

ภาคผนวก จ

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

ความเห็นของประธานคณะกรรมการบัณฑิตศึกษาประจำคณะพยาบาลศาสตร์

อนุมัติ ตามความเห็นชอบจากคณะกรรมการบัณฑิตศึกษาประจำคณะพยาบาล
ศาสตร์ ซึ่งมีมติอนุมัติหัวข้อโครงการทำวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ของ นางสาวนภัส ทับกล้า รหัส
ประจำตัว 4632025 ในการประชุมสามัญครั้งที่ 2/2548 เมื่อวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2548

ลงนาม.....
(.....) **ภิกษาคา คุณาวิกติกุล**

(รองศาสตราจารย์ ดร.วิภาดา คุณาวิกติกุล)

คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

ประธานคณะกรรมการบัณฑิตศึกษาประจำคณะพยาบาลศาสตร์

...../ มีนาคม / 2548

ความเห็นของคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

.....ทราบ.....

ลงนาม.....

(.....)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

...../...../.....

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ฉ

คะแนนแบบประเมินความรุนแรงของโรคข้อเข่าเสื่อม

ข้อมูล	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	141.7	142.2	129.1	126.0
2	120.9	116.1	123.5	116.8
3	115.7	104.0	117.3	88.4
4	115.5	104.6	150.6	150.3
5	148.2	145.4	129.6	110.5
6	119.0	119.6	115.6	83.8
7	119.7	112.9	149.8	130.8
8	131.8	132.9	117.5	87.0
9	141.0	149.3	118.6	118.5
10	125.0	133.7	121.5	94.9
11	128.7	147.4	130.5	98.9
12	115.8	113.7	130.1	100.1
13	131.4	136.7	148.1	137.9
14	116.2	109.3	115.8	87.3
15	116.3	117.7	117.3	91.8

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเนื้อหาคู่มือการปฏิบัติสำหรับผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

ผู้ทรงคุณวุฒิ

สังกัด

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์พีระศักดิ์ เลิศตระการนนท์ ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. รองศาสตราจารย์ ดร.สุกัญญา ปริสฺณญกุล ภาควิชาการพยาบาลศัลยศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. รองศาสตราจารย์ มรรยาท ณ นคร ภาควิชาการพยาบาลศัลยศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วราภรณ์ เลิศพูนวิไลกุล ภาควิชาการพยาบาลพื้นฐาน
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
5. อาจารย์ ดร. สุภารัตน์ วังศรีคุณ ภาควิชาการพยาบาลศัลยศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ – สกุล	นางสาวนภัส ทับกล้า
วัน เดือน ปีเกิด	29 มกราคม 2516
สถานที่เกิด	จังหวัดตาก
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนตากพิทยาคม สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2539-2544 พยาบาลวิชาชีพ 3-5 โรงพยาบาลท่าสองยาง จังหวัดตาก พ.ศ. 2545-ปัจจุบัน พยาบาลวิชาชีพ 6-7 โรงพยาบาลแม่สอด จังหวัดตาก
แหล่งทุนสนับสนุน	สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved