

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาในแบบสอบถามและแนวคำถามที่ใช้ในการวิจัย

1. พญ. วิไลลักษณ์ ประภูณวัฒน์
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านสูติ-นรีเวชกรรม โรงพยาบาลขอนแก่น
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสมภัทร ศรีไชย
สาขาวิชาการพยาบาลสูติศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อุสาค์ ศุภรพันธ์
สาขาวิชาการพยาบาลสูติศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
4. นางปัทมา ทองไพบูลย์ พยาบาลวิชาชีพ 7
แผนกผู้ป่วยนอก คลินิกฝากครรภ์ (ห้องตรวจเบอร์ 6 ข.) โรงพยาบาลขอนแก่น
5. นางผ่องศรี แสนไชยสุริยา พยาบาลวิชาชีพ 7
แผนกผู้ป่วยนอก คลินิกฝากครรภ์ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 6

ภาคผนวก ข
การพิทักษ์สิทธิของตัวอย่างและสามี่ที่เข้าร่วมวิจัย

คำชี้แจงและการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย (ภรรยา)

ดิฉันนางวิภาดา กาญจนสิทธิ์ นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น กำลังศึกษาวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามีกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามีกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะนำมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการสนับสนุนของสามี เพื่อให้หญิงเป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินได้รับการสนับสนุนที่ดีจากสามีและส่งเสริมให้มีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ดีขึ้นต่อไป

ท่านในฐานะที่เป็นหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน ดังนั้นท่านจึงเป็นบุคคลที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการให้ข้อมูลในการวิจัย ข้าพเจ้าใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการเข้าร่วมโครงการวิจัยในครั้งนี้ หากท่านเข้าร่วมในการศึกษานี้ ข้าพเจ้าจะขออนุญาตให้ท่านตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์-การคลอด ข้อมูลเกี่ยวกับโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ โดยใช้เวลาประมาณ 30 นาที และแบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน (ซึ่งจะประเมินหลังจากท่านได้รับการสนับสนุนจากสามีแล้ว 1 เดือน) จะใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ และไม่มีการเปิดเผยชื่อให้ผู้อื่นทราบ แต่จะนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ในภาพรวม เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาและปรับปรุงการปฏิบัติการพยาบาลให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

หากคุณมีข้อสงสัยประการใดเกี่ยวกับข้อความในการวิจัยครั้งนี้ ดิฉันยินดีที่จะอธิบายให้คุณเข้าใจ และไม่ว่าคุณจะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ก็ตาม คุณยังคงได้รับการรักษาพยาบาลจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลอย่างเต็มที่เช่นเดิม คุณมีสิทธิ์ที่จะยกเลิกการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อการรักษาพยาบาลที่คุณจะได้รับ

งานวิจัยครั้งนี้จะสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ตามวัตถุประสงค์ก็ด้วยความร่วมมือจากทุกท่านที่กรุณาสละเวลาตอบแบบสอบถามครั้งนี้ จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้เป็นอย่างสูง

นางวิภาดา กาญจนสิทธิ์

ผู้วิจัย

คำชี้แจงและการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย (สามมี)

ดิฉันนางวิภาดา กาญจนสิทธิ์ นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น กำลังศึกษาวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามมีกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟิงอินซูลิน” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามมีกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟิงอินซูลิน ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะนำมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการสนับสนุนของสามมี เพื่อให้หญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟิงอินซูลินได้รับการสนับสนุนที่ดีจากสามมีและส่งเสริมให้มีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ดีขึ้นต่อไป

ท่านในฐานะที่เป็นสามมีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟิงอินซูลิน ดังนั้นท่านจึงเป็นบุคคลที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการให้ข้อมูลในการวิจัย ข้าพเจ้าใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการเข้าร่วมโครงการวิจัยในครั้งนี้ หากท่านเข้าร่วมในการศึกษานี้ ข้าพเจ้าจะขออนุญาตให้ท่าน ทำกลุ่มการสนับสนุนของสามมีโดยใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วม (AIC) ซึ่งการทำกลุ่มในแต่ละครั้ง จะใช้คำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบสามารถแสดงความรู้สึกนึกคิด หรือความคิดเห็นได้อย่างเป็นอิสระตามการรับรู้ของผู้ตอบ และจะใช้เวลาในการทำกลุ่มประมาณ 60 นาที การทำกลุ่มจะมี 2 ครั้งห่างกัน 1 สัปดาห์ ซึ่งในการทำกลุ่มแต่ละครั้ง ข้าพเจ้าจะขออนุญาตบันทึกเสียงจากผู้เข้าร่วมโครงการ และจะดำเนินการด้วยความสมัครใจทุกครั้ง และให้ท่านตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมการสนับสนุนของสามมี (ซึ่งจะประเมินหลังจากท่านให้การสนับสนุนแก่ภรรยาแล้ว 1 เดือน) จะใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ และไม่มีการเปิดเผยชื่อให้ผู้อื่นทราบ แต่จะนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ในภาพรวมเพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาและปรับปรุงการปฏิบัติการพยาบาลให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

หากคุณมีข้อสงสัยประการใดเกี่ยวกับข้อความในการวิจัยครั้งนี้ ดิฉันยินดีที่จะอธิบายให้คุณเข้าใจ และไม่ว่าคุณจะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ก็ตาม คุณยังคงได้รับการรักษาพยาบาลจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลอย่างดีเช่นเดิม คุณมีสิทธิ์ที่จะยกเลิกการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อการรักษาพยาบาลที่คุณจะได้รับ

งานวิจัยครั้งนี้จะสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ตามวัตถุประสงค์ก็ด้วยความร่วมมือจากทุกท่านที่กรุณาสละเวลาเข้าร่วมทำกลุ่มการสนับสนุนของสามมี และตอบแบบสอบถามครั้งนี้ จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้เป็นอย่างสูง

นางวิภาดา กาญจนสิทธิ์

ผู้วิจัย

แบบฟอร์มใบยินยอมให้ทำการศึกษา

ข้าพเจ้า(นาย/นาง/นางสาว).....นามสกุล.....
 อายุ.....ปี อยู่บ้านเลขที่..... หมู่ที่..... ตำบล.....
 อำเภอ..... จังหวัด.....

ได้รับฟังคำอธิบายจาก นางวิภาดา กาญจนสิทธิ์ (ชื่อผู้อธิบาย) เกี่ยวกับการเป็นผู้ร่วม
 โครงการวิจัย เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามีกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของ
 หญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน โดยข้อความที่อธิบายประกอบด้วย

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัยและระยะเวลาที่ทำการศึกษา
2. ขั้นตอนและวิธีปฏิบัติตัวที่ข้าพเจ้าต้องปฏิบัติ
3. การเป็นอาสาสมัครวิจัยในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อสิทธิต่างๆ ของข้าพเจ้าทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าสามารถถอนตัวจากการศึกษาครั้งนี้ เมื่อใดก็ได้ ถ้าข้าพเจ้าปรารถนา และหาก
 เกิดมีเหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ข้าพเจ้าจะแจ้งให้ผู้อธิบายทราบทันที

ข้าพเจ้าได้อ่านและเข้าใจตามคำอธิบายข้างต้นแล้ว จึงได้ลงนามยินยอมให้ทำการศึกษา

ลงชื่อ.....อาสาสมัคร

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ลงชื่อ.....(พยาน)

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล
(แนวคำถามและแบบสอบถาม)

โรงพยาบาล.....

วันที่.....

แนวคำถาม (การทำกลุ่ม AIC ของสามี)

เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามีกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟิงอินซูลิน

ครั้งที่ 1

ประเด็นคำถามเกี่ยวกับโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟิงอินซูลิน

1. คุณทราบหรือไม่ว่าภรรยาของคุณเป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ ทราบจากใคร ทราบว่าอย่างไร
2. คุณคิดว่าโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์มีผลกระทบต่อสุขภาพของภรรยาคุณอย่างไร
3. คุณคิดว่าโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ของภรรยาคุณ มีผลกระทบต่อสุขภาพของทารกในครรภ์อย่างไร
4. คุณคิดว่า你会ช่วยภรรยาของคุณในการดูแลสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ที่มีภาวะโรคเบาหวานแทรกซ้อนได้อย่างไร
5. คุณรู้หรือไม่ว่าโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ มีอาการอย่างไรบ้าง รักษาได้หรือไม่ รักษาได้วิธีใดบ้าง
6. ภรรยาของคุณก่อนมาตรวจครรภ์ที่โรงพยาบาลตามแพทย์นัด การเตรียมตัวก่อนเจาะเลือด ภรรยาของคุณปฏิบัติอย่างไร
7. ภรรยาของคุณเคยมีอาการน้ำตาลในเลือดต่ำหรือสูงหรือไม่ และมีอาการอย่างไร เมื่อเกิดอาการน้ำตาลในเลือดต่ำหรือสูงภรรยาของคุณมีการปฏิบัติตัวอย่างไร
8. ภรรยาของคุณมีการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในระดับปกติหรือไม่ อย่างไร
9. คุณรู้หรือไม่ว่าเมื่อเป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ ควรดูแลตนเองอย่างไรบ้าง

ครั้งที่ 2

ประเด็นคำถามเกี่ยวกับการสนับสนุนของสามี

(ด้านอารมณ์)

1. ในระยะตั้งครรภ์หญิงตั้งครรภ์จะมีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ ภรรยาของคุณมีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์อย่างไรบ้าง คุณช่วยเหลือภรรยาของคุณอย่างไรบ้าง
2. ขณะตั้งครรภ์ภรรยาของคุณเคยมีความวิตกกังวลหรือกลัวหรือไม่ เรื่องอะไรที่ทำให้ภรรยาของคุณมีความวิตกกังวลหรือกลัว เมื่อภรรยาของคุณมีความวิตกกังวลหรือกลัวภรรยาของคุณแสดงอาการอย่างไร และคุณช่วยเหลือภรรยาของคุณอย่างไร
3. เมื่อเกิดความเครียด คุณรู้ได้อย่างไรว่าภรรยาของคุณเครียด ภรรยาของคุณมีวิธีคลายเครียดอย่างไร คุณช่วยเหลือภรรยาของคุณอย่างไร
4. คุณแสดงความรัก ให้กำลังใจและดูแลเอาใจใส่ ภรรยาของคุณอย่างไร
5. ภรรยาของคุณเคยมีปัญหานอนไม่หลับหรือไม่ คุณช่วยเหลือภรรยาของคุณอย่างไร

(ด้านข้อมูลข่าวสาร)

6. ขณะตั้งครรภ์คุณเคยให้คำแนะนำกับภรรยาของคุณหรือไม่ ถ้าเคยในเรื่องอะไร และให้คำแนะนำอย่างไร
7. คุณเคยหาข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในระยะตั้งครรภ์ มาให้ภรรยาของคุณอ่านหรือไม่ ภรรยาของคุณอ่านหรือไม่ มีการปฏิบัติตัวอย่างไร
8. คุณเคยแนะนำให้ภรรยาของคุณสังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นกับภรรยาของคุณหรือไม่ อย่างไร
9. คุณเคยแนะนำให้ภรรยาของคุณปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์หรือพยาบาลหรือไม่ ถ้าเคย ภรรยาของคุณปฏิบัติหรือไม่ อย่างไร
10. คุณเคยเตือนให้ภรรยาของคุณฉีดยาอินซูลินหรือไม่ ภรรยาของคุณปฏิบัติอย่างไร
11. หญิงที่เป็นเบาหวานในระยะตั้งครรภ์ ควรรับประทานอาหารอย่างไร
12. ภรรยาของคุณปฏิบัติตัวอย่างไรในการควบคุมอาหาร คุณจะมีส่วนร่วมในการดูแลเรื่องอาหารให้แก่ภรรยาที่เป็นเบาหวานในระยะตั้งครรภ์ ได้อย่างไร
13. คุณคิดว่าการออกกำลังกายมีประโยชน์ต่อหญิงที่เป็นเบาหวานในระยะตั้งครรภ์อย่างไร
14. คุณคิดว่าวิธีออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับหญิงที่เป็นเบาหวานในระยะตั้งครรภ์คือวิธีใด การออกกำลังกายแต่ละครั้งนานเท่าใด สัปดาห์ละกี่ครั้ง
15. คุณจะมีส่วนช่วยส่งเสริมให้ภรรยาของคุณออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ได้อย่างไร
16. ภายหลังจากการออกกำลังกาย คุณแนะนำภรรยาของคุณให้ปฏิบัติอย่างไร คุณดูแลภรรยาของคุณอย่างไร

(ด้านทรัพยากร)

17. คุณเคยใช้เวลาในการพูดคุยหรือปรึกษาหารือกันกับภรรยาของคุณหรือไม่ บ่อยแค่ไหน ส่วนใหญ่เป็นเรื่องอะไร คุณช่วยเหลืออย่างไร
18. ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ในครอบครัวใครเป็นผู้รับผิดชอบ คุณช่วยเหลืออย่างไรบ้าง
19. เมื่อภรรยาของคุณไม่สามารถทำหน้าที่เกี่ยวกับงานบ้านได้เต็มที่ คุณได้ช่วยแบ่งเบาภาระงานบ้านของภรรยาของคุณอย่างไรบ้าง
20. คุณเคยจัดหาอินซูลินให้ภรรยาของคุณหรือไม่ คุณมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือภรรยาของคุณอย่างไรบ้าง
21. คุณคิดว่าการมาตรวจครรภ์ตามแพทย์นัดมีความสำคัญหรือไม่ อย่างไร และคุณได้พาภรรยาของคุณไปตรวจครรภ์ตามนัดหรือไม่

(ด้านการประเมินคุณค่า)

22. คุณรู้สึกอย่างไรกับการตั้งครรภ์ของภรรยาในครั้งนี้
23. เมื่อภรรยาของคุณปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของแพทย์หรือพยาบาลได้ถูกต้อง คุณจะให้กำลังใจภรรยาของคุณอย่างไร
24. ขณะตั้งครรภ์ภรรยาของคุณเคยปฏิบัติกิจกรรมบางอย่างไม่เหมาะสมหรือไม่ อย่างไร แล้วคุณทำอย่างไร
25. ขณะตั้งครรภ์ภรรยาของคุณปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้เองตามปกติหรือไม่ อย่างไร คุณให้ความช่วยเหลืออย่างไร
26. ภรรยาของคุณมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านหรือไม่ อย่างไร แล้วคุณให้การสนับสนุนอย่างไร

แบบสอบถามเลขที่.....
 โรงพยาบาล.....
 วันที่.....

แบบสอบถาม ชุดที่ 1

เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามีกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิง
 ที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลิน

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้มีทั้งหมด 21 ข้อแบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลิน จำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์-การคลอด จำนวน 4 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลิน
 จำนวน 8 ข้อ

คำชี้แจง ให้ท่านเติมข้อความลงในช่องว่างให้สมบูรณ์ หรือกาเครื่องหมาย / ลงหน้าข้อความที่
 ตรงกับคำตอบของท่าน แบบสอบถามมีทั้งหมด 21 ข้อ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลิน

สำหรับผู้วิจัย

1. อายุ.....ปี

☐

2. ระดับการศึกษา () 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ () 2. ประถมศึกษา

☐

() 3. มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า () 4. มัธยมศึกษาปลายหรือเทียบเท่า

() 5. อนุปริญญาหรือเทียบเท่า () 6. ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า

() 7. สูงกว่าปริญญาตรี

3. ศาสนา

() 1. พุทธ

() 2. คริสต์

☐

() 3. อิสลาม

() 4. อื่น ๆ ระบุ.....

สำหรับผู้วิจัย

4. อาชีพ () 1. แม่บ้าน () 2. รับจ้าง ☐
 () 3. ค้าขาย () 4. รับราชการ
 () 5. รัฐวิสาหกิจ () 6. ทำนา, ทำไร่, ทำสวน
 () 7. อื่น ๆ ระบุ.....
5. รายได้ครอบครัวต่อเดือน.....บาท ☐
6. ความเพียงพอของรายได้ ☐
 () 1. พอทุกเดือน () 2. พอเป็นส่วนใหญ่
 () 3. ไม่พอ ไม่มีหนี้สิน () 4. ไม่พอมี หนี้สิน
7. จำนวนสมาชิกในครอบครัว.....คน ☐
8. บทบาทในครอบครัว ☐
 () 1. เป็นหัวหน้าครอบครัว () 2. เป็นสมาชิกครอบครัว
9. ท่านมีหน้าที่รับผิดชอบในครอบครัวอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ☐
 () 1. หารายได้เลี้ยงครอบครัว () 2. ทำงานบ้าน
 () 3. ดูแลเด็กเล็ก () 4. อื่น ๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์-การคลอด

1. ปัจจุบันท่านตั้งครรภ์ครั้งที่..... ☐
2. อายุครรภ์.....สัปดาห์ ☐
3. ประวัติการตั้งครรภ์ ท่านเคยแท้งหรือไม่ ถ้าเคยกี่ครั้ง ☐
 () ไม่เคย
 () เคย จำนวน.....ครั้ง
4. ประวัติการคลอด ☐
- 4.1 ท่านคลอดครบกำหนด.....ครั้ง ☐
- 4.2 ท่านคลอดก่อนกำหนด.....ครั้ง เมื่ออายุครรภ์.....สัปดาห์ ☐
- 4.3 ทารกตายในครรภ์หรือตายคลอด.....ครั้ง ☐

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟิ่งอินซูลิน

สำหรับผู้วิจัย

1. ในระยะตั้งครรภ์ครั้งนี้เมื่อเจ็บป่วยหรือมีปัญหาทางสุขภาพ ท่านแก้ไขโดยวิธีใด ☐
 - () 1. ปลอมยให้หายเอง
 - () 2. ซื้อยาจากร้านขายยา
 - () 3. ไปพบแพทย์
 - () 4. อื่น ๆ ระบุ.....
2. ท่านมีญาติที่เป็นโรคเบาหวานหรือไม่ ญาติที่เป็นโรคเบาหวานเกี่ยวข้องกับท่านอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ☐
 - () ไม่มี
 - () มี เกี่ยวข้องเป็น.....
 - () 1. บิดา
 - () 2. มารดา
 - () 3. ตา, ยาย
 - () 4. ปู่, ย่า
 - () 5. อื่น ๆ ระบุ.....
3. ท่านทราบว่าเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์เมื่ออายุครรภ์.....สัปดาห์ ☐
4. ท่านได้รับการรักษาโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์จากที่ใดบ้าง(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ☐
 - () 1. คลินิก
 - () 2. โรงพยาบาล
 - () 3. สถานีอนามัย
 - () 4. อื่น ๆ ระบุ.....
5. ในระยะตั้งครรภ์นี้ ท่านเคยเข้ารับการรักษาเนื่องจากโรคเบาหวานที่โรงพยาบาลหรือไม่ (ถ้าเคยระบุจำนวนครั้ง จำนวนวัน อายุครรภ์ และสาเหตุ) ☐
 - () ไม่เคย
 - () เคย ระบุจำนวน.....ครั้ง

ครั้งที่ 1 จำนวน...วัน เมื่ออายุครรภ์.....สัปดาห์ สาเหตุ.....

ครั้งที่ 2 จำนวน...วัน เมื่ออายุครรภ์.....สัปดาห์ สาเหตุ.....

ครั้งที่ 3 จำนวน...วัน เมื่ออายุครรภ์.....สัปดาห์ สาเหตุ.....
6. ท่านเคยได้รับความรู้เรื่องโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์จากแหล่งใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ☐
 - () 1. ไม่เคยได้รับความรู้เลย
 - () 2. จากหนังสือหรือวารสารต่าง ๆ
 - () 3. จากแพทย์, พยาบาล
 - () 4. จากเพื่อน
 - () 5. อื่น ๆ ระบุ.....

สำหรับผู้วิจัย

7. ท่านเคยได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์
จากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลหรือไม่ ถ้าเคยกี่ครั้ง

☐

() ไม่เคย

- () เคย 1. () 1 ครั้ง 2. () 2 ครั้ง
 3. () 3 ครั้ง 4. () 4 ครั้ง
 5. () 4 ครั้งขึ้นไป

8. ท่านเคยได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ในเรื่องใดบ้าง
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐

- () 1. โรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์หมายถึงอย่างไร
() 2. โรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์สาเหตุเกิดจากอะไร
() 3. โรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์มีอาการหรืออาการแสดงอย่างไร
() 4. โรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์การรักษามีวิธีใดบ้าง
() 5. ผลของโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ต่อหญิงตั้งครรภ์และ
 ต่อทารกในครรภ์มีอะไรบ้าง
() 6. อาการเมื่อมีภาวะน้ำตาลในเลือดสูงหรือต่ำ
() 7. อาหารที่ควรรับประทานเมื่อเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์
() 8. อื่น ๆ ระบุ.....

แบบสอบถามเลขที่.....

โรงพยาบาล.....

วันที่.....

แบบสอบถาม ชุดที่ 2

แบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมการณ์สนับสนุนของสามี

คำชี้แจง

โปรดอ่านข้อความทางซ้ายมือ แล้วพิจารณาว่า ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความจริงที่เกิดขึ้นกับท่านมากน้อยเท่าใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบทุกข้อ แบบสอบถามมีทั้งหมด 42 ข้อ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยมีเกณฑ์ในการเลือกตอบดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับท่านมากที่สุด
เป็นจริงส่วนมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับท่านเป็นส่วนมาก
เป็นจริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับท่านเพียงครึ่งหนึ่ง
เป็นจริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับท่านน้อยมาก
ไม่เป็นจริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือไม่ตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับท่านเลย

ตัวอย่างการตอบแบบสอบถาม

ข้อความ	เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงส่วนมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงน้อย	ไม่เป็นจริงเลย
1. ท่านทำให้ภรรยารู้สึกอบอุ่นใจและสบายใจ		✓			

ข้อความ	เป็นจริง มากที่สุด	เป็นจริง ส่วนมาก	เป็นจริง ปานกลาง	เป็นจริง น้อย	ไม่เป็น จริงเลย
1. ท่านแสดงความสนใจ และ เอาใจใส่ภรรยา โดยสอบถามผล การตรวจครรภ์ภายหลังจากพบ แพทย์ทุกครั้ง					
2. ท่านคอยห่วงใยดูแลเอาใจใส่ ภรรยาเกี่ยวกับอาการต่าง ๆ ที่ เปลี่ยนแปลงไปในขณะตั้งครรภ์					
3. ท่านสนใจรับฟังและตอบ คำถามเมื่อภรรยาซักถามข้อสงสัย					
4. ท่านแสดงออกถึงความรัก และความห่วงใยภรรยา เมื่อ ภรรยาไม่สบาย					
5. ท่านสนับสนุนให้กำลังใจ ภรรยาในขณะตั้งครรภ์					
6. ท่านกล่าวชม เมื่อภรรยา ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ หรือพยาบาลได้ถูกต้อง					
7. ท่านกล่าวชมว่าภรรยาดูแล สุขภาพตนเองได้ดีแม้ว่าภรรยาจะ มีภาวะแทรกซ้อนในขณะตั้งครรภ์					
8. ท่านกล่าวชมภรรยาว่าเป็น ภรรยาที่มีน้ำใจ และเข้ากับคน อื่นได้ดี เช่น การช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อเดือดร้อน การติดต่อกับ ผู้อื่นเป็นประจำ					
9. ท่านกล่าวชมภรรยาที่ปฏิบัติ กิจวัตรประจำวันได้เหมาะสม					

ข้อความ	เป็นจริง มากที่สุด	เป็นจริง ส่วนมาก	เป็นจริง ปานกลาง	เป็นจริง น้อย	ไม่เป็น จริงเลย
10. ท่านคอยเตือนภรรยาเมื่อ ภรรยาทำกิจกรรมบางอย่างไม่ เหมาะสม เช่น การยกของหนัก การใส่รองเท้าส้นสูง					
11. ท่านคอยเตือนภรรยาเมื่อถึง เวลาฉีดยาอินซูลิน					
12. ท่านหาข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับ การปฏิบัติตนในระยะตั้งครรภ์ที่ ถูกต้องมาให้ภรรยาอ่าน					
13. ท่านเป็นผู้ให้คำแนะนำ เมื่อภรรยามีปัญหาเกี่ยวกับการ ตั้งครรภ์					
14. ท่านแนะนำให้ภรรยาปฏิบัติ ตัวตามคำแนะนำของแพทย์					
15. ท่านแนะนำให้ภรรยา รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เช่น แนะนำให้ดื่มนมทุกวัน					
16. ท่านแนะนำให้ภรรยาคอย สังเกตอาการผิดปกติที่อาจเกิด ขึ้นกับตัวภรรยาและทารกใน ครรภ์ เช่น อาการน้ำตาลใน เลือดต่ำหรือสูง ทารกในครรภ์ ดิ้นน้อยลง					
17. ท่านดูแลให้ภรรยา รับประทานอาหารประเภทแป้ง เช่น ข้าว ก๋วยเตี๋ยว หรือขนมปัง ทุกมื้อ อย่างน้อยมื้อละ 1 จาน หรือถ้วย					

ข้อความ	เป็นจริง มากที่สุด	เป็นจริง ส่วนมาก	เป็นจริง ปานกลาง	เป็นจริง น้อย	ไม่เป็น จริงเลย
18. ท่านดูแลให้ภรรยา รับประทานอาหารประเภท โปรตีน เช่น เนื้อปลา เนื้อหมู เครื่องในสัตว์ ทุกมื้ออย่างน้อย มื้อละ 1 ชีด (ประมาณ 6 ช้อนโต๊ะ)					
19. ท่านดูแลให้ภรรยา รับประทานไข้อย่างน้อยวันละ 1 ฟอง					
20. ท่านดูแลให้ภรรยา รับประทานอาหารทะเลอย่างน้อย สัปดาห์ละ 2 ครั้ง					
21. ท่านดูแลให้ภรรยาตีมนมหรือ น้ำเต้าหู้อย่างน้อยวันละ 3 แก้ว (นม 1 กล่องเท่ากับ 1 แก้ว)					
22. ท่านดูแลให้ภรรยา รับประทานผักอย่างน้อย วันละ 3 มื้อ					
23. ท่านให้ภรรยารับประทานผล ไม้ เช่น ส้มเขียวหวาน หรือผล ไม้ขนาดเท่าส้มเขียวหวานอย่าง น้อยวันละ 1 ผล					
24. ท่านแนะนำให้ภรรยางด รับประทานอาหารหมักดองหรือ อาหารรสจัด					
25. ท่านแนะนำให้ภรรยางดดื่ม ชา กาแฟ					
26. ท่านแนะนำให้ภรรยางดดื่ม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หรือ เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของ แอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์					

ข้อความ	เป็นจริง มากที่สุด	เป็นจริง ส่วนมาก	เป็นจริง ปานกลาง	เป็นจริง น้อย	ไม่เป็น จริงเลย
27. ท่านแนะนำให้ภรรยาติดน้ำอัดลมหรือเครื่องดื่มที่มีรสหวานเช่น น้ำลำไย น้ำเก๊กฮวย เป๊ปซี่					
28. ท่านแนะนำให้ภรรยารับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น องุ่น ทุเรียน ลำไย					
29. ท่านดูแลภรรยาให้ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว					
30. ท่านดูแลให้ภรรยารับประทานอาหารที่มีไขมันจากพืชมากกว่าไขมันจากสัตว์					
31. ท่านแนะนำให้ภรรยาบริหารกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในท่าต่าง ๆ วันละประมาณ 20 นาที					
32. ท่านแนะนำให้ภรรยาออกกำลังกายเล็ก ๆ น้อย ๆ โดยการเดินเล่นหรือทำงานบ้านเบา ๆ					
33. ภายหลังจากการออกกำลังกาย ท่านแนะนำให้ภรรยาพักผ่อนเหนื่อยก่อนทุกครั้ง					
34. เมื่อจะเปลี่ยนจากท่านอนเป็นท่านั่งท่านช่วยเหลือและแนะนำภรรยาให้ตะแคงตัวก่อนและลุกขึ้นนั่งอย่างช้า ๆ โดยไม่ลุกพรืดพราดทันที					
35. เวลาพักผ่อนของที่บ้าน ท่านแนะนำให้ภรรยานั่งยอง ๆ ลงไปเพื่อหีบโดยไม่ก้มหลัง					

ข้อความ	เป็นจริง มากที่สุด	เป็นจริง ส่วนมาก	เป็นจริง ปานกลาง	เป็นจริง น้อย	ไม่เป็น จริงเลย
36. ท่านรับผิดชอบค่าใช้จ่าย ต่าง ๆ ของภรรยา					
37. ท่านให้เวลาอยู่ใกล้ชิดร่วมกับ ภรรยาเป็นประจำ เช่น การพูดคุย การปรึกษาหารือ					
38. ท่านช่วยแบ่งเบาภาระหน้าที่ เกี่ยวกับงานบ้าน ในระหว่างที่ ภรรยาไม่สามารถทำหน้าที่นั้นได้ อย่างเต็มที่					
39. ท่านช่วยจัดหาอาหารหรือ ของใช้ที่จำเป็นสำหรับภรรยา					
40. ท่านฉีดยาอินซูลินให้ภรรยา เป็นประจำ					
41. ท่านช่วยจัดเตรียมอุปกรณ์ใน การฉีดยาอินซูลิน เช่น ยาอินซูลิน เข็ม-หลอดฉีดยา สำลี แอลกอฮอล์					
42. ท่านพาภรรยาไปพบแพทย์ ตามนัด					

แบบสอบถามเลขที่.....
 โรงพยาบาล.....
 วันที่.....

แบบสอบถาม ชุดที่ 3

แบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมกาาดูแลสุขภาพตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้ต้องการทราบถึงพฤติกรรมกาาดูแลสุขภาพตนเองของท่านในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน ภายหลังจากได้รับการสนับสนุนจากสามี คำตอบของท่านจึงไม่มีถูกหรือผิด ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับความจริงมากที่สุด โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบทางด้านขวามือของข้อความเพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบทุกข้อ แบบสอบถามมีทั้งหมด 41 ข้อ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที แต่ละข้อจะมีคำตอบให้เลือกดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ข้อความนั้นท่านกระทำสม่ำเสมอหรือกระทำทุกครั้ง
 ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นท่านกระทำเป็นส่วนใหญ่แต่ไม่ทุกครั้ง
 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นท่านกระทำเป็นบางครั้งหรือกระทำเป็นส่วนน้อย
 ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ข้อความนั้นท่านไม่เคยกระทำเลย

การปฏิบัติตน	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ท่านหลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในสถานที่แออัดหรือสถานที่ซึ่งอากาศถ่ายเทไม่สะดวก เช่น โรงภาพยนตร์ ห้างสรรพสินค้า				
2. ท่านจัดการในเรื่องการรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ และมีอาหารว่างระหว่างมื้อ				
3. ท่านรับประทานอาหารตรงเวลาหรือใกล้เคียงกับเวลาเดิม				
4. ท่านรับประทานอาหารประเภทข้าวมีโอละ 1 จาน				

การปฏิบัติตน	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
5. ท่านรับประทานอาหารเนื้อสัตว์เช่น ปลา หมู เครื่องในสัตว์ ทุกมื้ออย่างน้อยมื้อละ 1 ชีด (ประมาณ 6 ช้อนโต๊ะ)				
6. ท่านดื่มนมหรือน้ำเต้าหู้ทุกวันอย่างน้อยวันละ 3 แก้ว (นม 1 กล่องเท่ากับ 1 แก้ว)				
7. ท่านรับประทานไข่ วันละ 1 ฟอง				
8. ท่านเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงจากน้ำมันพืชมากกว่าน้ำมันสัตว์				
9. ท่านรับประทานขนมหวาน เช่น ทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง				
10. ท่านรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น องุ่น ทุเรียน ลำไย				
11. ท่านรับประทานผักทุกมื้อ				
12. ท่านรับประทานอาหารจุบจิบ				
13. ท่านดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อย 6-8 แก้ว/วัน				
14. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น น้ำลำไย น้ำเก๊กฮวย เป๊ปซี่				
15. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์				
16. ท่านทำงานต่าง ๆ ได้ตามปกติ				
17. ท่านนั่งหรือนอนพักภายหลังจากเมื่อยล้า				
18. ท่านนอนหลับพักผ่อนในเวลากลางคืนอย่างน้อยคืนละ 7-8 ชั่วโมง กลางวัน 1-2 ชั่วโมง				
19. ท่านออกกำลังกาย โดยการเดินเล่น การทำงานบ้านเบา ๆ หรือ การบริหารร่างกายสำหรับหญิงตั้งครรภ์				
20. ท่านขับถ่ายอุจจาระปกติ 1 ครั้ง/วัน				
21. ท่านกลั้นปัสสาวะบ่อย ๆ				

การปฏิบัติตน	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
22. ท่านทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ หลังจากการขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ด้วยน้ำสะอาด				
23. ท่านเตรียมลูกอมติดตัวเสมอเมื่อออก นอกบ้าน				
24. ท่านแก้ไขอาการน้ำตาลในเลือดต่ำ				
25. เมื่อเครียดท่านผ่อนคลายความเครียด ด้วยการดูทีวี ฟังเพลง อ่านหนังสือ				
26. ท่านปรึกษาสามีเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ				
27. ท่านรู้สึกเป็นสุขเมื่อบุตรในครรภ์เคลื่อนไหว				
28. ท่านให้ความสนใจบุตรโดยการลูบหน้าท้อง				
29. ท่านหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการปฏิบัติ ตัวขณะตั้งครรภ์				
30. ท่านไปพบแพทย์เมื่อไม่สบาย เช่น เป็นหวัด เจ็บคอ				
31. ท่านหลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ผู้ป่วยที่เป็นโรค				
32. ท่านไปรับการตรวจรักษาจากแพทย์ทันที เมื่อมีอาการผิดปกติของอวัยวะสืบพันธุ์				
33. ท่านซักถามแพทย์หรือพยาบาลเกี่ยวกับ ความรุนแรงของโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปฏิบัติตนที่เหมาะสม				
34. ท่านคอยสังเกตอาการผิดปกติ เช่น อาการน้ำตาลในเลือดสูง ทารกดิ้นน้อยลง				
35. ท่านสังเกตอาการน้ำตาลในเลือดต่ำ				
36. ท่านไปพบแพทย์ทันทีเมื่อมีอาการ น้ำตาลในเลือดสูงหรือต่ำ				
37. ท่านสังเกตการดิ้นของทารกในครรภ์ หลังจากรับประทานอาหาร				
38. ท่านไปพบแพทย์ทันทีเมื่อทารกในครรภ์ ดิ้นน้อยลง				

การปฏิบัติตน	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ่อยครั้ง	ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
39. ท่านเอาใจใส่กับชนิด ขนาด และจำนวน ของอาหารตามคำแนะนำของแพทย์				
40. ท่านมาตรวจครรภ์ตามนัดทุกครั้ง				
41. เมื่อท่านมาตรวจครรภ์ตามนัดท่านเอาใจ ใส่ซักถามผลการตรวจเลือดทุกครั้ง				

ภาคผนวก ง
คู่มือ

คู่มือ

การทำกลุ่มการสนับสนุนของสามี
โดยใช้กระบวนการกลุ่มแบบมีส่วนร่วม (AIC)



จัดทำโดย

นางวิภาดา กาญจนสิทธิ์

สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

**เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามีกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง
ของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลิน**

**การทำกลุ่มการสนับสนุนของสามี
โดยใช้กระบวนการกลุ่มแบบมีส่วนร่วม (AIC)
(AIC : Appreciation Influence Control)**

การทำกลุ่มโดยใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วม (AIC)	เรื่อง โรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ และการสนับสนุนของสามี
กลุ่มเป้าหมาย	สามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ ชนิดฟังกินอินซูลิน
สถานที่	ห้องพักของเจ้าหน้าที่ประจำคลินิกฝากครรภ์ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลขอนแก่น
วัตถุประสงค์	เพื่อให้สามีของหญิงที่เป็นเบาหวาน ในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลิน ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ความเชื่อ ประสบการณ์ เป็นแบบอย่างสนับสนุนซึ่งกัน และกัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน และ รวบรวมข้อสรุปที่ได้จากกลุ่มของสามีนำไปให้ การสนับสนุนหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะ ตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลิน เพื่อให้หญิงที่เป็น เบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินอินซูลินมี พฤติกรรมดูแลตนเองที่ดีขึ้นต่อไป
วิธีการ	การพูดคุยแลกเปลี่ยนและซักถาม กลุ่มละ 3-10 คน
เวลา	60 นาทีต่อครั้ง และทำกลุ่ม 2 ครั้ง ห่างกัน 1 สัปดาห์
ผู้ทำกลุ่มกระบวนการแบบมีส่วนร่วม (AIC)	นางวิภาดา กาญจนสิทธิ์

ครั้งที่ 1 เรื่องโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้วิจัยและสามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินได้รู้จักกัน
2. เพื่อให้สามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์
3. เพื่อให้สามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน มีความตระหนักถึงความสำคัญของโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์เพื่อให้การดูแลหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน

กิจกรรม

1. ผู้วิจัย ทักทายสามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินด้วยสวัสดี ยิ้มแย้ม พร้อมทั้งแนะนำตัวเองบอกชื่อ-สกุล
2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาว่าเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามี กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน พร้อมทั้งแจ้งให้ทราบขั้นตอนของการวิจัย โดยการวิจัยครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบต่อการได้รับการดูแลรักษาของแพทย์ และการพยาบาลตามปกติ
3. ผู้วิจัยตกลงกับสามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน ในเรื่องการพิทักษ์สิทธิ์และการรักษาความลับในการพูดคุยระหว่างผู้วิจัยกับสามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน
4. เมื่อสามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินยินดีและเต็มใจในการเข้าร่วมโครงการวิจัย ผู้วิจัยให้สามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินลงนามในใบพิทักษ์สิทธิ์
5. ให้สามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินมาเข้ากลุ่ม กลุ่มละ 3-10 คน โดยมีขั้นตอนการทำกลุ่มดังนี้
 - 5.1 แจ้งให้ทราบว่าการทำงานกลุ่มจะใช้เวลาประมาณ 60 นาที พร้อมกับขออนุญาตบันทึกเสียง
 - 5.2 ให้สามีแต่ละคนแนะนำตัวเองบอกชื่อ-สกุล
 - 5.3 ให้ประเด็นคำถามตามที่ผู้วิจัยกำหนดเกี่ยวกับโรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ และให้กลุ่มสามีร่วมแสดงความคิดเห็น
 - 5.4 สรุปผลการทำกลุ่ม AIC ในครั้งที่ 1
 - 5.5 นัดทำกลุ่มครั้งต่อไป (เว้นระยะไป 1 สัปดาห์)
 - 5.6 กล่าวขอบคุณสามีของหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน

คู่มือ

การสนับสนุนของสามีในการดูแลหญิง
ที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน



จัดทำโดย

นางวิภาดา กาญจนสิทธิ์

สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

คำนำ

ในปัจจุบันหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินซูลิน มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในประชากรหญิงตั้งครรภ์ ดังนั้นหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินซูลิน ควรมีความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อควบคุมและป้องกัน หรือลดการเกิดโรคแทรกซ้อนขึ้น และต้องได้รับการสนับสนุนจากสามี ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์ มีการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง รู้จักแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำรงชีวิตประจำวันได้

หญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินซูลิน มักต้องการการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลใกล้ชิดที่บ้านบุคคลที่มีส่วนสำคัญที่สุดคือสามีที่จะช่วยสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์สามารถดูแลตนเองได้ดี ผู้วิจัยตระหนักถึงปัญหานี้ จึงได้จัดทำคู่มือ การสนับสนุนของสามีในการดูแลหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินซูลิน โดยใช้กระบวนการกลุ่มแบบมีส่วนร่วม (AIC) ของสามี เพื่อช่วยให้สามีใช้เป็นแนวทางในการดูแลหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดฟังกินซูลิน ซึ่งจะส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์มีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ดีขึ้นต่อไป

วิภาดา กาญจนสิทธิ์

ผู้วิจัย

การสนับสนุนของสามีในการดูแลหญิงที่เป็นเบาหวาน ในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน

การตั้งครรภ์จะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะหญิงที่เป็นเบาหวาน ในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินซึ่งมีภาวะเสี่ยง เพื่อปรับตัวให้เหมาะสมสำหรับการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ และสามารถปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงในขณะตั้งครรภ์ ขณะคลอด และหลังคลอดได้อย่างเหมาะสม สามีเป็นบุคคลในครอบครัวที่มีความใกล้ชิดสนิทสนมที่สุด และเป็นบุคคลที่หญิงตั้งครรภ์ไว้วางใจในการให้การดูแลตนเอง ดังนั้นสามีจึงควรมีบทบาทที่สำคัญในการให้การสนับสนุนหญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน ซึ่งมีแนวทางการสนับสนุนดังนี้

ด้านอารมณ์

จากการทำกลุ่มโดยใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วม (AIC) ของสามี พบว่า ในช่วงตั้งครรภ์ หญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลินจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ คือ หงุดหงิดเร็ว โกรธง่าย โมโหง่าย เอาแต่ใจตัวเอง ซ้ำน

สามีควรปฏิบัติดังนี้

1. หาเรื่องสนุกมาคุยให้ลืมเรื่องที่ทำให้หงุดหงิด
2. ไม่ตอบโต้ จะนั่งอยู่เฉย ๆ หรือเดินไปที่อื่นสักพัก
3. ไม่พูดอะไร (เงียบ) ทำตามใจ อยากได้อะไร ทำอะไร ก็ตามใจ
4. ถามหาสาเหตุ แล้วแก้ไข

ในขณะตั้งครรภ์ หญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคเบาหวานที่เป็นอยู่ และกลัวทารกในครรภ์จะพิการ

สามีควรปฏิบัติดังนี้

1. ปลอบใจ และให้กำลังใจ บอกว่าลูกไม่เป็นอะไร ลูกต้องแข็งแรง เพราะเราปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์
2. แนะนำให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ พยาบาล
3. สอบถามภรรยาถึงผลการตรวจครรภ์หลังจากพบแพทย์ทุกครั้ง
4. พาไปโรงพยาบาลถ้ามีอาการผิดปกติ

หญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ชนิดพึ่งอินซูลิน เมื่อมีความเครียดจะแสดงออกโดยไม่พูดนั่งอยู่เฉย ๆ คนเดียว

สามีควรปฏิบัติดังนี้

1. เข้ามาพูดคุยด้วย หรือเข้ามานั่งอยู่ใกล้ ๆ แล้วถามหาสาเหตุว่าเป็นอะไรและหาทางแก้ไข
2. ชวนไปเดินเล่น ดูทีวี เปิดเพลงให้ฟัง ซื้อหนังสือที่ชอบมาให้อ่าน เช่น หนังสือการ์ตูน เปิด CD ตลกให้ดู
3. พุดหยอกล้อ บีบแซนและขำให้

สามีแสดงความรัก ให้กำลังใจและดูแลเอาใจใส่ หญิงที่เป็นเบาหวานในขณะตั้งครรภ์ ชนิดฟังอินซูลิน ดังนี้

1. ให้ทำอะไรก็ตาม เช่น ทำกับข้าว ซักเสื้อผ้า ยกน้ำ งานบ้านสิ่งไหนช่วยได้ก็ช่วย
2. ไม่ขัดใจอยากได้อะไรก็ซื้อให้ เช่น เสื้อ รองเท้า เป็นต้น
3. ไม่ให้ยกของหนัก สามีจะยกเอง
4. แสดงความสนใจ และเอาใจใส่ คอยถามเรื่อย ๆ ถึงอาการต่าง ๆ ของภรรยา เช่น สามีเอาหูไปแนบที่ท้องฟังเสียงลูกดิ้น ถามเรื่องลูกว่าลูกดิ้นดีมัย วันนี้ภรรยามีอาการเป็นอย่างไรบ้าง เหนื่อยมัย หิวมัย
5. ให้กำลังใจบอกว่าลูกในท้องจะต้องแข็งแรง เพราะเราปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

ด้านข้อมูลข่าวสาร

สามีควรปฏิบัติดังนี้

1. หาข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในระยะตั้งครรภ์มาให้ภรรยาอ่าน ซึ่งได้มาจากโรงพยาบาล จะเป็นเอกสารแผ่นพับ คู่มือ บางครั้งก็ซื้อนิตยสารมาให้อ่าน จะมีเรื่องเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในระยะตั้งครรภ์ โรคเบาหวานในขณะตั้งครรภ์
2. แนะนำให้ภรรยา สังเกตอาการผิดปกติ ในเรื่องอาการน้ำตาลในเลือดต่ำหรือสูงเกินไป โดยถ้าน้ำตาลในเลือดต่ำจะมีอาการใจสั่น หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม หิว วิธีแก้ไขคือให้อมลูกอม หรือดื่ม น้ำหวาน 1 แก้ว แต่ถ้าน้ำตาลในเลือดสูงจะมีอาการอ่อนเพลีย หน้าแดง และปวดศีรษะ วิธีแก้ไขคือให้ดื่มน้ำมาก ๆ แล้วนอนพัก และให้สังเกตว่าทารกดิ้นน้อยลงหรือไม่ ถ้าดิ้นน้อยลงคือน้อยกว่า 10 ครั้ง/วัน ให้รีบไปโรงพยาบาล
3. การควบคุมอาหาร ให้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ตรงเวลา ไม่กินมากเกินไป ให้กินอาหารเบาหวาน เช่น ไข่ต้ม ข้าวเหนียว กินข้าวสวยแทน ไม่ให้กินเกินมื้อละ 1 จาน ถ้าไม่อิ่มให้กินผักแทนเยอะ ๆ เนื้อให้กินเนื้อปลา ไข่ หมูอย่างน้อยมื้อละ 6 ช้อนโต๊ะ ให้ดื่มนมทุกวัน และนมควรเป็นนมจืด อย่างน้อยวันละ 3 แก้ว งดกินขนมหวาน เช่น ทอง

หีบ ทองหยอด ฝอยทอง จดกินผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น องุ่น ทุเรียน ลำไย และงดดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น น้ำลำไย น้ำเก๊กฮวย เป๊ปซี่

4. คอยเตือนให้ฉีดยาอินซูลินให้ตรงเวลา ขนาดของยาที่ฉีดปรับตามระดับน้ำตาลในเลือดตามคำแนะนำของแพทย์ ต้องฉีดยาก่อนอาหารครึ่งชั่วโมง (วันละ 4 ครั้ง เข้า เที่ยง เย็นและก่อนนอน)

5. ให้ลดอาหารประเภทแป้ง เช่น ข้าว ก๋วยเตี๋ยว ไข่ต้ม ข้าวเหนียวกินข้าวสวยแทน ไม่ให้กินเกินมื้อละ 1 จาน ถ้าไม่อิ่มให้กินผักหรือผลไม้ที่รสไม่หวานแทนเยอะ ๆ

6. อาหารประเภทเนื้อ เช่น เนื้อปลา เนื้อหมู เครื่องในสัตว์ มื้อละประมาณ 6 ช้อนโต๊ะ กินไข่น้อยวันละ 1 ฟอง กินอาหารทะเลอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ดูแลให้ภรรยาดื่มนมจืดหรือน้ำเต้าหู้ (ไม่เติมน้ำตาล) อย่างน้อยวันละ 3 แก้ว (นม 1 กล่องเท่ากับ 1 แก้ว)

7. อาหารที่มีไขมัน ให้ภรรยากินอาหารที่มีไขมันจากพืชมากกว่าไขมันจากสัตว์ เช่น ไขมันจากถั่วเหลือง รำ ฯลฯ งดไขมันจากน้ำมันหมู เนย ฯลฯ

8. ผักกินได้ทุกชนิดไม่จำกัด เช่น ผักบุ้ง แตงกวา ผักกาด ผักคะน้า ผักตำลึง เป็นต้น

9. ผลไม้ ดูแลให้ภรรยากินผลไม้ที่มีน้ำตาลน้อย เช่น ส้ม ทุเรียน ฝรั่ง เป็นต้น ให้หลีกเลี่ยงผลไม้ที่มีน้ำตาลสูงเช่น องุ่น ทุเรียน ลำไย เป็นต้น

10. ดูแลให้ภรรยาดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว

สามีดูแลให้ภรรยาทำสิ่งดังต่อไปนี้

- อาหารด หน่อไม้ดอง ผักดอง ส้มตำรสเผ็ดจัด ผลไม้ดอง
- เครื่องดื่มชา กาแฟ เหล้า เบียร์ ไวน์ น้ำอัดลมทุกชนิด น้ำลำไย

น้ำเก๊กฮวย และนมที่มีส่วนผสมของน้ำตาล เช่นนมรสหวาน

11. ชักชวนและออกกำลังกายเป็นเพื่อนภรรยา

12. แนะนำให้ภรรยาออกกำลังกายท่าง่าย ๆ เช่น ยกแขนขึ้น - ลง วันละประมาณ 20 นาที ปฏิบัติได้ทุกวันหรือ ปฏิบัติสัปดาห์ละ 3 ครั้ง

13. แนะนำให้ภรรยาเดินเล่น หรือทำงานบ้านเบา ๆ เช่นซักผ้า กวาดและถูบ้าน ถ้าเหนื่อยให้หยุดพักทันที

14. แนะนำภรรยาเมื่อจะเปลี่ยนจากท่านอนเป็นท่านั่งให้ภรรยาตะแคงตัวก่อนแล้วค่อย ๆ ลุกขึ้นนั่ง

15. แนะนำให้ภรรยานั่งยอง ๆ ลงไปเก็บของ ไม่ให้ก้มหลัง (ลักษณะโค้งโค้ง)

ด้านทรัพยากร

สามีควรปฏิบัติดังนี้

1. ใช้เวลาในการพูดคุย หรือปรึกษาหารือกับภรรยาทุกวัน ส่วนใหญ่เรื่องที่คุยจะเป็นเรื่องโรคเบาหวานที่เป็นอยู่ เป็นห่วงหวั่นในครรภ์
2. รับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ในครอบครัวโดยให้เงินภรรยาไว้ใช้จ่ายภายในบ้าน
3. ช่วยงานบ้านทุกอย่างที่ช่วยได้ เช่น หุงข้าว ทำกับข้าว ซักรีดเสื้อผ้า กวาดบ้าน ถูบ้าน
4. จัดหาอาหารมาให้ภรรยารับประทาน
5. ฉีดยาอินซูลินให้ภรรยา
6. ช่วยจัดเตรียมอุปกรณ์ในการฉีดยาอินซูลิน เช่น ยาอินซูลิน เข็ม หลอดฉีดยา สำลี แอลกอฮอล์
7. พาภรรยาไปตรวจครรภ์ตามนัดทุกครั้ง

ด้านการประเมินคุณค่า

สามีควรปฏิบัติดังนี้

1. แสดงความยินดี หน้าตายิ้มแย้ม โดยสามีบอกดีใจมากที่ภรรยาตั้งครรภ์
2. สามีให้กำลังใจ ที่ภรรยาปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของแพทย์หรือพยาบาล โดยบอกว่า ทำอย่างนี้แหละดีแล้ว ชมว่าภรรยาทำตัวดีและพูดว่าลูกของเราจะได้แข็งแรงสมบูรณ์ ชมว่าภรรยาน่ารักและกอดเอวภรรยา
3. สามีชมว่าภรรยามีเพื่อนเยอะไปมาหาสู่กันบ่อย ๆ เดินไปพูดคุยกัน กินข้าวด้วยกัน เข้ากับเพื่อนบ้านได้ดี ไม่เคยมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนบ้าน และสามีให้การสนับสนุนโดยเดินไปเป็นเพื่อน และฝากให้เพื่อนบ้านช่วยดูแล เมื่อสามีออกไปทำงานนอกบ้าน
4. สามีชมว่าภรรยาดูแลตัวเองได้ดี ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเองได้ปกติไม่มีปัญหา
5. สามีไม่ให้ภรรยายกของหนัก โดยบอกว่าถ้าของหนัก ๆ สามีจะเป็นคนยกเอง

ภาคผนวก จ
ข้อมูลเกี่ยวกับการสนับสนุนของสามี
พฤติกรรม การดูแลตนเองของตัวอย่างเป็นรายข้อ
และผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ข้อมูลเกี่ยวกับการสนับสนุนของสามี และพฤติกรรมการดูแลตนเองของตัวอย่าง

ตารางที่ 12 แจกแจงร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการสนับสนุนของสามีรายข้อ (n=32)

ข้อความ	เป็นจริงมากที่สุด (%)	เป็นจริงส่วนมาก (%)	เป็นจริงปานกลาง (%)	เป็นจริงน้อย (%)	ไม่เป็นจริงเลย (%)	$\bar{X}$	S.D.
การสนับสนุนด้านอารมณ์							
5.ท่านสนับสนุนให้กำลังใจ...	56.3	43.7	0	0	0	4.56	.504
4.ท่านแสดงออกถึงความรัก...	56.3	40.6	3.1	0	0	4.53	.567
1.ท่านแสดงความสนใจ...	53.1	46.9	0	0	0	4.53	.507
2.ท่านคอยห่วงใยดูแล...	50.0	43.7	6.3	0	0	4.44	.619
3.ท่านสนใจรับฟังและตอบ...	34.4	59.3	6.3	0	0	4.28	.581
การสนับสนุนด้านการประเมินคุณค่า							
10.ท่านคอยเตือนภรรยาเมื่อภรรยา...	50.0	28.1	9.3	6.3	6.3	4.09	1.201
6.ท่านกล่าวชม เมื่อภรรยาปฏิบัติ...	34.4	56.3	9.3	0	0	4.25	.622
8.ท่านกล่าวชมภรรยาว่าเป็น...	34.4	50.0	9.3	6.3	0	4.13	.833
7.ท่านกล่าวชมว่าภรรยาดูแล...	31.2	62.5	6.3	0	0	4.25	.568
9.ท่านกล่าวชมภรรยาที่ปฏิบัติ...	28.1	46.9	25.0	0	0	4.03	.740
การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร							
26.ท่านแนะนำให้ภรรยาจด...	90.6	9.4	0	0	0	4.91	.296
27.ท่านแนะนำให้ภรรยาจดดื่ม...	81.3	15.6	3.1	0	0	4.78	.491
25.ท่านแนะนำให้ภรรยา...	81.3	15.6	3.1	0	0	4.78	.491
28.ท่านแนะนำให้ภรรยาได้รับประทานผลไม้...	71.9	28.1	0	0	0	4.72	.457
29.ท่านดูแลภรรยาให้ดื่มน้ำ...	68.8	31.2	0	0	0	4.69	.471
14.ท่านแนะนำให้ภรรยาปฏิบัติ...	68.8	31.2	0	0	0	4.69	.471
16.ท่านแนะนำให้ภรรยาคอย...	65.6	34.4	0	0	0	4.66	.483
15.ท่านแนะนำให้ภรรยาได้รับประทาน...	62.5	37.5	0	0	0	4.63	.492
24.ท่านแนะนำให้ภรรยาได้รับประทาน...	62.5	25.0	12.5	0	0	4.50	.718
11.ท่านคอยเตือนภรรยาเมื่อถึง...	50.0	50.0	0	0	0	4.50	.508
30.ท่านดูแลให้ภรรยาได้รับประทานอาหาร...	50.0	43.7	6.3	0	0	4.44	.619
23.ท่านให้ภรรยาได้รับประทานผลไม้...	50.0	37.5	12.5	0	0	4.38	.707
32.ท่านแนะนำให้ภรรยาออกกำลังกาย...	43.7	46.9	9.4	0	0	4.34	.653
33.ภายหลังจากการออกกำลังกาย...	43.7	43.7	9.4	3.1	0	4.28	.772
21.ท่านดูแลให้ภรรยาพักผ่อน...	40.6	53.1	6.3	0	0	4.34	.602

ตารางที่ 12 แจกแจงร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการสนับสนุนของ
สามีรายข้อ (n=32) (ต่อ)

ข้อความ	เป็นจริง มากที่สุด (%)	เป็นจริง ส่วนมาก (%)	เป็นจริง ปานกลาง (%)	เป็นจริง น้อย (%)	ไม่เป็น จริงเลย (%)	$\bar{X}$	S.D.
17.ท่านดูแลให้ภรรยา...	31.3	65.6	3.1	0	0	4.28	.523
13.ท่านเป็นผู้ให้คำแนะนำ...	25.0	62.5	12.5	0	0	4.13	.609
18.ท่านดูแลให้ภรรยารับประทานอาหาร...	25.0	68.8	3.1	3.1	0	4.16	.628
22.ท่านดูแลให้ภรรยารับประทานอาหารผัก...	37.5	37.5	18.7	6.3	0	4.06	.914
12.ท่านหาข้อมูลข่าวสาร...	15.6	65.6	15.6	3.1	0	3.94	.669
19.ท่านดูแลให้ภรรยารับประทานอาหารใช้...	28.1	37.5	31.3	3.1	0	3.91	.856
34.เมื่อจะเปลี่ยนจากท่านอน...	25.0	43.7	15.6	12.5	3.1	3.75	1.078
35.เวลาก้มลงหยิบของที่พื้น...	25.0	28.1	15.6	28.1	3.1	3.44	1.243
20.ท่านดูแลให้ภรรยารับประทานอาหารทะเล...	12.5	28.1	34.4	25.0	0	3.28	.991
31.ท่านแนะนำให้ภรรยาบริหาร...	9.1	18.8	43.7	28.1	0	3.09	.928
การสนับสนุนด้านทรัพยากร							
36.ท่านรับผิดชอบค่าใช้จ่าย...	90.6	9.4	0	0	0	4.91	.296
38.ท่านช่วยแบ่งเบาภาระหน้าที่...	59.3	34.4	6.3	0	0	4.53	.621
42.ท่านพาภรรยาไปพบแพทย์...	53.1	37.5	6.3	3.1	0	4.41	.756
37.ท่านให้เวลาอยู่ใกล้ชิด...	50.0	50.0	0	0	0	4.50	.508
39.ท่านช่วยจัดหาอาหาร...	31.3	53.1	15.6	0	0	4.16	.677
41.ท่านช่วยจัดเตรียมอุปกรณ์...	28.1	65.6	3.1	3.1	0	4.13	.833
40.ท่านฉีดยาอินซูลิน...	18.7	15.6	9.4	56.3	0	2.31	1.693

ตารางที่ 13 แจกแจงร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองรายข้อ (n=32)

การปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ (%)	ปฏิบัติบ่อยครั้ง (%)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง (%)	ไม่เคยปฏิบัติ (%)	$\bar{X}$	S.D.
พฤติกรรมการดูแลตนเองโดยทั่วไป						
- การคงไว้ซึ่งอากาศ น้ำ และอาหารเพียงพอ						
10.ท่านรับประทานผลไม้...	0	0	6.3	93.7	3.94	.246
15.ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์...	0	3.1	6.3	90.6	3.88	.421
9.ท่านรับประทานขนมหวาน...	0	0	12.5	87.5	3.88	.336
13.ท่านดื่มน้ำสะอาด...	87.5	12.5	0	0	3.88	.366
8.ท่านเลือกรับประทานอาหาร...	84.3	9.4	6.3	0	3.78	.553
14.ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน...	0	0	18.8	81.2	3.81	.397
3.ท่านรับประทานอาหารตรงเวลา...	78.1	12.5	9.4	0	3.69	.644
2.ท่านจัดการในเรื่องการ...	71.9	25.0	3.1	0	3.69	.535
11.ท่านรับประทานผัก...	71.9	12.5	15.6	0	3.56	.759
4.ท่านรับประทานอาหารประเภทข้าว...	65.6	31.3	3.1	0	3.63	.554
1.ท่านหลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่...	56.3	18.7	25.0	0	3.31	.859
6.ท่านดื่มนมหรือน้ำเต้าหู้...	43.7	34.4	21.9	0	3.22	.792
5.ท่านรับประทานอาหารเนื้อสัตว์...	43.7	31.3	25.0	0	3.19	.821
7.ท่านรับประทานไข่...	28.1	21.9	46.9	3.1	2.75	.916
12.ท่านรับประทานอาหาร...	3.1	12.5	59.4	25.0	3.06	.716
- การคงไว้ซึ่งสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน						
19.ท่านออกกำลังกาย โดย...	78.1	15.6	6.3	0	3.72	.581
16.ท่านทำงานต่าง ๆ...	71.9	15.6	12.5	0	3.59	.712
18.ท่านนอนหลับพักผ่อน...	65.6	28.1	6.3	0	3.59	.615
17.ท่านนั่งหรือนอนพัก...	62.5	12.5	25.0	0	3.38	.871

ตารางที่ 13 แจกแจงร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองรายข้อ (n=32) (ต่อ)

การปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ (%)	ปฏิบัติบ่อยครั้ง (%)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง (%)	ไม่เคยปฏิบัติ (%)	$\bar{X}$	S.D.
- การคงไว้ซึ่งการขับถ่ายและการระบายให้เป็นไปตามปกติ						
22.ท่านทำความสะอาด...	93.7	6.3	0	0	3.94	.246
20.ท่านขับถ่ายอุจจาระ...	81.2	12.5	6.3	0	3.75	.568
21.ท่านกลั้นปัสสาวะ...	0	0	25.0	75.0	3.75	.440
- การป้องกันอันตรายต่อชีวิต หน้าที่ และสวัสดิภาพ...						
23.ท่านเตรียมลูกอมติดตัว...	28.1	3.1	15.6	53.1	2.06	1.318
24.ท่านแก้ไขอาการน้ำตาล...	9.4	0	25.0	65.6	1.53	.915
พฤติกรรม การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ						
27.ท่านรู้สึกเป็นสุข...	100	0	0	0	4.00	.000
28.ท่านให้ความสนใจบุตร...	90.6	6.3	3.1	0	3.88	.421
26.ท่านปรึกษาสามี...	65.6	21.9	9.4	3.1	3.50	.803
29.ท่านหาความรู้เพิ่มเติม...	40.6	31.3	28.1	0	3.13	.833
25.เมื่อเครียดท่านผ่อนคลาย...	34.4	21.8	34.4	9.4	2.81	1.030
พฤติกรรม การดูแลตนเองตามภาวะเบี่ยงเบนทางด้านสุขภาพ						
- การแสวงหาและคงไว้ซึ่งความช่วยเหลือจากบุคคลที่เชื่อถือได้						
32.ท่านไปรับการตรวจรักษา...	9.4	0	0	90.6	1.28	.888
31.ท่านหลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้...	84.4	15.6	0	0	3.84	.369
33.ท่านซักถามแพทย์หรือพยาบาล...	53.1	25.0	21.9	0	3.31	.821
30.ท่านไปพบแพทย์...	53.1	18.8	21.9	6.3	3.19	.998
- รับรู้ สนใจ และดูแลผลของพยาธิสภาพที่กระทบถึงตนเอง						
34.ท่านคอยสังเกตอาการผิดปกติ...	100	0	0	0	4.00	.000
35.ท่านสังเกตอาการน้ำตาล...	96.9	3.1	0	0	3.97	.177
38.ท่านไปพบแพทย์ทันทีเมื่อทราบ...	3.1	0	0	96.9	1.09	.530
37.ท่านสังเกตการเดินของทารก...	90.6	9.4	0	0	3.91	.296
36.ท่านไปพบแพทย์ทันที...	3.1	0	12.5	84.4	1.22	.608

ตารางที่ 13 แจกแจงร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองรายข้อ (n=32) (ต่อ)

การปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ (%)	ปฏิบัติบ่อยครั้ง (%)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง (%)	ไม่เคยปฏิบัติ (%)	$\bar{X}$	S.D.
- ปฏิบัติตามแผนการรักษาและการป้องกันผลของพยาธิสภาพ						
39.ท่านเอาใจใส่กับชนิด ขนาด...	93.7	6.3	0	0	3.94	.246
40.ท่านมาตรวจครรภ์...	93.7	6.3	0	0	3.94	.246
41.เมื่อท่านมาตรวจครรภ์...	78.1	18.8	3.1	0	3.75	.508

ตารางที่ 14 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสามีรายด้านและโดยรวมกับ
พฤติกรรมการดูแลตนเองรายด้านและโดยรวม

การสนับสนุนของสามี	ด้าน อารมณ์	ด้านการ ประเมินคุณค่า	ด้านข้อมูล ข่าวสาร	ด้าน ทรัพยากร	r
พฤติกรรมการดูแลตนเองรายด้าน					
1. การดูแลตนเองโดยทั่วไป	.290	.201	.479**	.151	.430*
1.1 การคงไว้ซึ่งอากาศ น้ำ และอาหารเพียงพอ	.164	.186	.518**	.060	.412*
1.2 การคงไว้ซึ่งสมดุลระหว่าง การมีกิจกรรมและการพักผ่อน	.238	.002	.365*	.020	.277
1.3 การคงไว้ซึ่งการขับถ่าย และการระบายให้เป็นไป ตามปกติ	.179	.024	.178	-.034	.141
1.4 การป้องกันอันตรายต่อชีวิต หน้าที่ และสวัสดิการ	.258	.222	.044	.320	.188
2. การดูแลตนเองที่จำเป็นตาม ระยะพัฒนาการ	.276	.295	.326	.532**	.433*
3. การดูแลตนเองตามภาวะ เบี่ยงเบนทางด้านสุขภาพ	.111	-.083	-.101	.184	-.025
3.1 การแสวงหาและคงไว้ซึ่ง ความช่วยเหลือจากบุคคลที่เชื่อถือ ได้	-.024	-.177	-.045	.087	-.053
3.2 รับรู้ สนใจ และดูแลผล ของพยาธิสภาพที่กระทบถึง ตนเอง	.292	.149	-.043	.120	.077
3.3 ปฏิบัติตามแผนการรักษา และการป้องกันผลของพยาธิ สภาพ	.004	-.104	-.180	.258	-.081
พฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวม	.358*	.227	.464**	.337	.478**

**p<0.01, *p<0.05