

เอกสารอ้างอิง

- งานเวชระเบียน โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก. (2551). สถิติเวชระเบียน. พิษณุโลก:
งานเวชระเบียน โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก.
- จันทนา รณฤทธิวิชัย, และ วิไลวรรณ ทองเจริญ. (2548). หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ:
บุญศิริการพิมพ์.
- จันทรจิรา วิรัช. (2544). ผลของโปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพของปอดต่ออาการหายใจลำบากและ
คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ. (2543). สถานะสุขภาพของคนไทย: สุขภาพคนไทย ปี พ.ศ. 2543.
กรุงเทพฯ: อูษาการพิมพ์.
- จิราภรณ์ พรหมอินทร์. (2551). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการกับอาการหายใจลำบากต่อการ
กลับเข้ารับการรักษซ้ำและความพึงพอใจในการดูแลของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
โรงพยาบาลฝาง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
การพยาบาลใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จรี จอนนุ้ย. (2544). อาการกลืนปัสสาวะไม่อยู่ของผู้สูงอายุสตรีมุสลิมในจังหวัดสงขลา: ผลกระทบ
และวิธีการจัดการ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลใหญ่,
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ดลวิ ลีลารุ่งระยับ. (2551). ภาพภาพบำบัดทรวงอกทางคลินิก. เชียงใหม่: ดิลกการพิมพ์.
- ทิปภา พุดป่า. (2551). ผลของโปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมใน
การออกกำลังกายต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและอาการหายใจลำบาก
ในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
การพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บุศรา เอี้ยวสกุล. (2545). หลักการพยาบาลผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. ใน พัชรียา ไชยลังกา,
ทิพมาส ชินวงศ์, และ นวลจันทร์ รมณารักษ์ (บรรณาธิการ), ตำราการพยาบาลผู้ป่วย
ผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ (อายุรศาสตร์) เล่ม 1 (หน้า 149-162). สงขลา: เอส ซี วี บิสซิเนสส์.

- ปราโมทย์ ตระกูลเพียรกิจ. (2545). Update in the management of chronic obstructive pulmonary disease. ใน เล็ก รุ่งเรืองยิ่งยศ และ กฤตติกา ตัญญาแสนสุข (บรรณาธิการ), ความก้าวหน้าด้านการบริบาลทางเภสัชกรรมและ โอสถกรรมศาสตร์ครั้งที่ 1 (*Advances in pharmaceutical care and Pharmacotherapeutics I* (หน้า 71-79). กรุงเทพฯ: นิวไทยมิตรการพิมพ์.
- พรทิพย์ อุ่นจิตร. (2548). ประสิทธิภาพของโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองต่อผลลัพธ์การจัดการด้วยตนเองในผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วรพรรณ คำฝั้น. (2553). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการจัดการกับอาการต่ออาการเหนื่อยล้าในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับยาเคมีบำบัด. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วรางคณา เพชรโก. (2552). ผลของการส่งเสริมการจัดการกับอาการหายใจลำบากต่อการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลหนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วัชรินทร์ โปธาเมือง. (2549). การจัดการกับอาการอาการเยื่อหุ้มช่องปากอักเสบจากเคมีบำบัดในเด็กป่วยด้วยโรคมะเร็ง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วิมลวรรณ พันธุ์เกา, และ สมพงษ์ เจ็งฮั่ว. (2547). การศึกษาปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาโดยนิตินเภสัชศาสตร์ สาขาบริบาลเภสัชกรรมในผู้ป่วยโรคหืดและโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่พักรักษาตัว ณ โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์เภสัชศาสตรบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- วิศาล คันธารัตนกุล. (2546). สรีรวิทยาพื้นฐานสำหรับกระบวนการฟื้นฟูสภาพหัวใจ: Physiological basic in cardiac rehabilitation. ใน วิศาล คันธารัตนกุล และ รพีพล ญูชรรณ อยุธยา (บรรณาธิการ), เวชศาสตร์ฟื้นฟูหัวใจ (หน้า 31-49). กรุงเทพฯ: ชมรมฟื้นฟูหัวใจแห่งประเทศไทย.
- ศุภลักษณ์ ปริญาวุฒิชัย. (2544). ผลของการบำบัดการพยาบาลต่ออาการหายใจลำบากในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- สมเกียรติ วงษ์ทิม. (2546). การดูแลผู้ป่วย COPD ในโรงพยาบาล. ใน วีรพันธุ์ โชจิบุรกี และ
ธานินทร์ อินทรกำธรชัย (บรรณาธิการ), *เวชปฏิบัติผู้ป่วยใน* (หน้า 216-241).
กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมจิต หนูเจริญกุล. (2545). *การพยาบาลทางอายุรศาสตร์ เล่ม 2*. กรุงเทพฯ: วิเจพรินต์.
- สมทรง มั่นถึก. (2548). ผลของการออกกำลังกายแบบไทจี ชิง ต่อสมรรถภาพปอดและอาการ
หายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สมนึก กุลสถิตพร. (2549). *กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ: คณะสหเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- สมาคมออร์เวชแห่งประเทศไทย. (2548). *แนวทางการวินิจฉัยและรักษาโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังใน
ประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สมาคมออร์เวชแห่งประเทศไทย.
- สินีนารถ ป้อมเย็น. (2547). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการกับอาการหายใจลำบากต่อคุณภาพ
ชีวิตของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุภาพ สุวรรณเวช. (2543). การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพและความต้องการของผู้ป่วยโรคหอบหืดและ
โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังในระยะหอบเหนื่อย. *รวมาริบัติพยาบาลสาร*, 6(1), 6-19.
- สุภาภรณ์ ค้างคอง. (2548). ความสามารถในการจัดการภาวะหายใจลำบากเรื้อรังด้วยตนเองของผู้ที่
เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 13(2),
41-57.
- สุมาลี เกียรติบุญศรี. (2545). *การดูแลรักษาโรคระบบหายใจในผู้ใหญ่*. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- อังคณา บุญลพ. (2543). *การใช้โปรแกรมการสอนสำหรับผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ในแผนก
อายุรกรรม โรงพยาบาลศรีสะเกษ*. รายงานการศึกษาอิสระพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อัมพรพรรณ ธีรานูตร. (2542). *โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง การดูแลตนเองและการฟื้นฟูสภาพ*. ขอนแก่น:
ศิริภัณฑ์ออฟเซ็ท.
- American College of Sports Medicine. (2002). *Exercise for persons with COPD*. Baltimore:
Lippincott Williams & Wilkins.
- American College of Sports Medicine. (2006). *ACSM's guidelines for exercise testing and
prescription* (7th ed.). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.

- American Lung Association. (2004). *Chronic obstructive pulmonary disease: COPD fact sheet*. Retrieved February 26, 2006, from <http://www.lungusa.org>
- American Thoracic Society. (2007). *What is chronic obstructive pulmonary disease ? (COPD)*. Retrieved February 20, 2008, from <http://www.thoracic.org/sections/copd/for-patients/what-is-chronic-obstructive-pulmona.html>
- Arena, R., Myers, J., Williams, M. A., Gulati, M., Kligfield, P., & Balady, G. J., et al. (2007). Assessment of functional capacity in clinical and research settings. *Circulation*, 116, 329-343.
- Asra, W., Philip, S. W., Michael, P. L., Jerry, A., & Daniel, H. S. (2004). Self-management education programs in chronic disease: A systematic review and methodological critique of literature. *Archives of Internal Medicine*, 164, 1641-1649.
- Barnett, M. (2006). *Chronic obstructive pulmonary disease in primary care*. England: John Wiley & Sons.
- Barrons, R., Pegram, A., & Borries, A. (2011). Inhaler device selection: Special considerations in elderly patients with chronic obstructive pulmonary disease. *American Journal of Health-system Pharmacy*, 68(13), 1221-1232.
- Bianchi, R., Gigliotti, F., Romagnoli, I., Lanini, B., Castellani, C., Grazzini, M., et al. (2004). Chest wall kinematics and breathlessness during pursed-lip breathing in patients with COPD. *Chest*, 125(2), 459-465.
- Bordley, W. C., Viswanathan, M., King, V. J., Sutton, S. F., Jackman, A. M., Sterling, L., et al. (2004). Diagnosis and testing in bronchiolitis: A systematic review. *Archives Pediatrics Adolescent Medicine*, 158(2), 119-126.
- Bourdet, S. V., & Williams, D. M. (2006). Chronic obstructive pulmonary disease (COPD). In J. T. Dipiro et al. (Eds.), *Pharmacotherapy: A pathophysiologic approach* (pp. 537-556). New York: McGraw-Hill.
- Brown, S. P., Miller, W. C., & Eason, J. M. (2006). *Exercise physiology basis of human movement in health and disease*. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Burns, N., & Grove, S. K. (2005). *The practice of nursing research: Conduct, critique, and utilization* (5th ed.). Philadelphia: Elsevier Saunders.

- Carrieri-Kohlman, V., & Stulbarg, M. S. (2000). Dyspnea: Assessment and management. In J. E. Hodgkin, B. R. Celli, & G. L. Connors (Eds.), *Pulmonary rehabilitation: Guidelines to success* (3th ed., pp. 57-89). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Frankenberge, M., Menzel, M., Betz, R., Kabner, G., Weber, N., Kohlhauf, K., et al. (2004). Characterization of a population of small macrophages in induced sputum of patients with chronic obstructive pulmonary disease and healthy volunteers. *Clinical and Experimental Immunology*, 138, 507-516.
- Gift, A. G. (1989). Validation of vertical visual analogue scale as a measure of clinical dyspnea. *Rehabilitation Nursing*, 14(6), 323-325.
- Gift, A. G. (1990). Dyspnea. *Nursing Clinicals of North America*, 25, 955-965.
- Gigliotti, F., Coli, C., Bianchi, R., Romagnoli, I., Lanini, B., Binazzi, B., et al. (2003). Exercise training improves exertional dyspnea in patients with COPD. *Chest*, 123, 1794-1802.
- Gigliotti, F., Coli, C., Bianchi, R., Grazzini, M., Stendardi, L., Castellani, C., et al. (2005). Arm exercise and hyperinflation in patients with COPD: Effect of arm training. *Chest*, 128(3), 1225-1232.
- Gigliotti, F., Romagnoli, I., & Scano, G. (2003). Breathing retraining and exercise conditioning in patients with chronic obstructive pulmonary disease: A physiological approach. *Respiratory Medicine*, 97, 197-204.
- Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease. (2007). *Global strategy for the diagnosis, management, and prevention of chronic obstructive pulmonary disease*. Retrieved January 11, 2007, from <http://www.goldcopd.org/guidelineitem.asp>
- Gosselink, R. (2003). Controlled breathing and dyspnea in patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 40(5), 25-34.
- Hallin, R., Koivisto-Hursti, U. K., Lindberg, E., & Janson, C. (2005). Nutritional status dietary energy intake and the risk of exacerbation in patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). *Respiratory Medicine*, 100, 561-567.
- Heffner, J. E. (2006). Update in pulmonary medicine. *Annals of International Medicine*, 145, 765-773.

- Larson, P. J. Carrieri-Kohlman, V., Dodd, M. J., Douglas, M., Faucett, J., & Froelicher, E. S., et al. (1994). Model for symptom management. *IMAGE: Journal of Nursing Scholarship*, 26(4), 272-278.
- Make, B. J. (1998). Pulmonary rehabilitation. In J. H. Stein (Ed.), *Internet medicine* (5th ed., pp. 432-437). St.Louis: Mosby.
- Merck Manual Professional. (2007). *Introduction: Chronic obstructive pulmonary disease (COPD)*. Retrieved February 24, 2007, from <http://www.merck.com/mmpe/print/sec05/ch049/ch049a.html>
- O'Donnell, D. E., Banzett, R. B., Carrieri-Kohlman, V., Casaburi, R., Davenport, P. W., Gandevia, S.C., et al. (2007). Pathophysiology of dyspnea in chronic obstructive pulmonary disease. *Proceeding American Thoracic Society*, 4, 145-168.
- O'Donnell, D. E., Revill, S. M., & Webb, K. A. (2001). Dynamic hyperinflation and exercise intolerance in chronic obstructive pulmonary disease. *Critical Care Medicine*, 164(5), 770-777.
- Ozalevli, S., & Ucan, E. S. (2005). The comparison of different dyspnea scales in patients with COPD. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 12, 532-538.
- Porock, D., & Jantarakupt, P. (2005). Dyspnea management in lung cancer: Applying the evidence from chronic obstructive pulmonary disease. *Oncology Nursing Forum*, 32(4), 785-795.
- Power, S. K., & Howley, E. T. (2007). *Exercise physiology: Theory and application to fitness and performance*. New York: McGraw-Hill.
- Puente-Maestu, L., Abad, Y. M., Pedraza, F., Sanchez, G., & Stringer, W. W. (2006). A controlled trial of the effect of leg training on breathing pattern and dynamic hyperinflation in severe COPD. *Lung*, 184, 159-167.
- Reardon, J., Casaburi, R., Morgan, M., Nici, L., & Rochester, C. (2005). Pulmonary rehabilitation for copd. *Respiratory Medicine*, 99, 19-27.
- Registered Nurse's Association of Ontario. (2005). *Nursing care of dyspnea: The 6th vital signs in individuals with chronic obstructive pulmonary disease (COPD)*. Retrieved February 20, 2008, from <http://www.rnao.org/bestpractices.html>

- Ries, A. L. (2006). Impact of chronic obstructive pulmonary disease on quality of life: The role of dyspnea. *The American Journal of Medicine*, 119(10), 12-20.
- Rissmiller, R. W., & Adair, N. E. (2004). Respiratory diseases. In C. S. Landefeld, R. M. Palmer, C. B. Johnson, M. N. Johnson, & W. L. Lyons (Eds.), *Current geriatric diagnosis and treatment* (pp. 202-219). New York: McGraw-Hill.
- Robergs, R. A., & Keteyian, S. J. (2003). *Fundamentals of exercise physiology for fitness, performance, and health*. New York: McGraw-Hill.
- Torres, J. P., Casanova, C., Garcini, A. M., Aguirre-Jaime, A., & Celli, B. R. (2007). Gender and respiratory factors associated with dyspnea in chronic obstructive pulmonary disease. *Respiratory Research*, 8(18), 1-7.
- Voduc, N., Webb, K., & O'Donnell, D. (2005). *Physiology basis of dyspnea*. London: Arnold.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

เอกสารการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

เอกสารคำชี้แจงแก่ผู้เข้าร่วมโครงการ/อาสาสมัคร

เอกสารคำชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร (กลุ่มทดลอง)

ส่วนที่ 1 เอกสารคำชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร

ชื่อโครงการศึกษา ผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก

ชื่อผู้ศึกษา นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน

ดิฉัน นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ แผนก ข ภาควิชา ค คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีความสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปเป็นแนวทางในการกำหนดรูปแบบการส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบาก และเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เพื่อพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาลสำหรับส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ท่านเป็นผู้หนึ่งที่มีประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบาก และได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ดังนั้นผู้ศึกษาจึงขอเชิญท่านเข้าร่วมโครงการศึกษาค้างนี้ โดยจะขอความร่วมมือจากผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกจำนวน 15 ราย ท่านจะได้รับการสอนและฝึกทักษะเกี่ยวกับการจัดการกับอาการหายใจลำบาก โดยใช้โปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากซึ่งประกอบด้วย 1) การพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบาก การประเมินประสบการณ์และการประเมินอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง 2) การให้ความรู้และชี้แนะแนวทางการปฏิบัติด้านกลยุทธ์ในการจัดการกับอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง 3) การสนับสนุนการปฏิบัติตามขั้นตอนการจัดการอาการหายใจลำบาก และ 4) การสร้างสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังได้พัฒนาความสามารถในการจัดการอาการหายใจลำบาก โดยจัดกิจกรรมจำนวน

5 ครั้ง เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ครั้งแรกที่ท่านพบกับผู้ศึกษา ท่านจะถูกสัมภาษณ์และลงบันทึกไว้เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลเกี่ยวกับความเจ็บป่วย และท่านจะได้รับการทดสอบความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายด้วยการเดินบนทางราบในเวลา 6 นาที หลังจากนั้นผู้ศึกษาจะนัดหมายวันเวลาในการทำกิจกรรมเป็นรายบุคคลที่บ้านของท่าน โดยสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1 เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบากระหว่างท่านกับผู้ศึกษา การให้ท่านประเมินประสบการณ์ และอาการหายใจลำบากของตนเอง ท่านจะได้รับการสอนเกี่ยวกับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง การจัดการกับอาการหายใจลำบาก และได้รับคู่มือการจัดการอาการหายใจลำบากสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 2 (ห่างจากครั้งที่หนึ่ง 1 วัน) ท่านจะได้รับการสอนและฝึกทักษะการปฏิบัติการจัดการอาการหายใจลำบากสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง สัปดาห์ที่ 3 และสัปดาห์ที่ 5 เป็นการติดตามวิธีการจัดการและผลของวิธีการจัดการอาการหายใจลำบาก และ สัปดาห์ที่ 8 เป็นการติดตามวิธีการจัดการและผลของวิธีการจัดการอาการหายใจลำบาก และติดตามผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบาก โดยการประเมินอาการหายใจลำบาก และทดสอบความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายด้วยการเดินบนทางราบในเวลา 6 นาทีเป็นครั้งที่ 2 การเข้าร่วมการศึกษาครั้งนี้ท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ เพิ่มเติม นอกเหนือจากรายการค่ารักษาเดิมที่ท่านได้จ่ายเป็นปกติ และเป็นการเข้าร่วมด้วยความสมัครใจของท่าน ถ้าท่านไม่สมัครใจท่านไม่จำเป็นต้องเข้าร่วม ท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลา ผู้ศึกษาจะยุติการศึกษาถ้าท่านได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าไม่สามารถเข้าร่วมโครงการศึกษาได้ต่อไป โดยจะไม่มีผลเสียผลประโยชน์ใดๆ ที่ท่านควรจะได้รับ และข้อมูลของท่านจะถูกเก็บเป็นความลับ นำเสนอข้อมูลในภาพรวมของผลการศึกษาเท่านั้น

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการศึกษานี้ ท่านสามารถติดต่อกับผู้ศึกษาคือ นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน ได้ที่บ้านเลขที่ 4/22 หมู่ 9 หมู่บ้านอรุณสวัสดิ์ ตำบลบึงพระ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000 โทรศัพท์ 08-16805135 หรืออาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ดร.ทศพร คำผลศิริ ที่ 053-949057 (ในเวลาราชการ) หรือหากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสิทธิในการเข้าร่วมโครงการศึกษา ให้ติดต่อได้ที่ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร. วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-945033 (ในเวลาราชการ)

ลงนาม.....(ผู้ศึกษา)

(นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ส่วนที่ 2 เอกสารคำชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....
มีความยินดีในการเป็นอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมโครงการศึกษาครั้งนี้ โดยข้าพเจ้าได้รับทราบ และทำความเข้าใจเกี่ยวกับรายละเอียดของการศึกษาเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ข้าพเจ้าขอลงลายมือชื่อกำกับไว้เป็นหลักฐานว่ายินยอมเข้าร่วมโครงการศึกษาด้วยความสมัครใจ

ลงนาม.....ผู้สูงอายุ
(.....)
(ลายมือชื่อหรือลายพิมพ์นิ้วมือในกรณีที่เขียนหนังสือไม่ได้)

ลงนาม.....ผู้ศึกษา
(นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน)

ลงนาม.....พยาน
(.....)
(ลายมือชื่อ)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เอกสารคำชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร (กลุ่มควบคุม)

ส่วนที่ 1 เอกสารคำชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร

ชื่อโครงการศึกษา ผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก

ชื่อผู้ศึกษา นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน

ดิฉัน นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ แผนก ข ภาควิชา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีความสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปเป็นแนวทางในการกำหนดรูปแบบการส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบาก และเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เพื่อพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาลสำหรับส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

ท่านเป็นผู้หนึ่งที่มีประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบาก และได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ดังนั้นผู้ศึกษาจึงขอเชิญท่านเข้าร่วมโครงการศึกษานี้ โดยจะขอความร่วมมือจากผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกจำนวน 15 ราย โดยในสัปดาห์ที่ 1 ท่านจะถูกสัมภาษณ์และลงบันทึกไว้เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล และข้อมูลเกี่ยวกับความเจ็บป่วย ท่านจะได้รับการประเมินอาการหายใจลำบาก และทดสอบความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายโดยให้เดินบนทางราบในเวลา 6 นาที หลังจากนั้นท่านจะได้รับการดูแลตามปกติ ในสัปดาห์ที่ 8 ท่านจะได้รับการประเมินอาการหายใจลำบาก และทดสอบความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายโดยให้เดินบนทางราบในเวลา 6 นาที เป็นครั้งที่ 2 ได้รับการสอนเกี่ยวกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังในผู้สูงอายุและการจัดการอาการหายใจลำบาก ได้ฝึกทักษะการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และได้รับคู่มือการจัดการอาการหายใจลำบากสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง การเข้าร่วมการศึกษานี้ท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ เพิ่มเติม นอกเหนือจากรายการค่ารักษาเดิมที่ท่านได้จ่ายเป็นปกติ และเป็นการเข้าร่วมโดยความสมัครใจของท่าน ถ้าท่านไม่สมัครใจท่านไม่จำเป็นต้องเข้าร่วม ท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลา ผู้ศึกษาจะยุติการศึกษาถ้าท่านได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าไม่สามารถเข้าร่วมโครงการศึกษาได้ต่อไป โดยจะไม่มีผลเสียผลประโยชน์ใดๆ ที่ท่านควรจะได้รับ และข้อมูลของท่านจะถูกเก็บเป็นความลับ นำเสนอข้อมูลในภาพรวมของผลการศึกษาเท่านั้น

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการศึกษานี้ ท่านสามารถติดต่อกับผู้ศึกษาคือ นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน ได้ที่บ้านเลขที่ 4/22 หมู่ 9 หมู่บ้านอรุณสวัสดิ์ ตำบลบึงพระ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000 โทรศัพท์ 08-16805135 หรืออาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ดร.ทศพร คำผลศิริ ที่ 053-949057 (ในเวลาราชการ) หรือหากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสิทธิในการเข้าร่วมโครงการศึกษาให้ติดต่อได้ที่ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร. วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-945033 (ในเวลาราชการ)

ลงนาม.....(ผู้ศึกษา)

(นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ส่วนที่ 2 เอกสารคำชี้แจงสำหรับอาสาสมัคร

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....
มีความยินดีในการเป็นอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมโครงการศึกษาครั้งนี้ โดยข้าพเจ้าได้รับทราบ และทำความเข้าใจเกี่ยวกับรายละเอียดของการศึกษาเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ข้าพเจ้าขอลงลายมือชื่อกำกับไว้เป็นหลักฐานว่ายินยอมเข้าร่วมโครงการศึกษาด้วยความสมัครใจ

ลงนาม.....ผู้สูงอายุ
(.....)
(ลายมือชื่อหรือลายพิมพ์นิ้วมือในกรณีที่เขียนหนังสือไม่ได้)

ลงนาม.....ผู้ศึกษา
(นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน)

ลงนาม.....พยาน
(.....)
(ลายมือชื่อ)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ภาคผนวก ข

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



เอกสารเลขที่ 133/2552

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โดย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอรับรองว่า
โครงการศึกษาการค้นคว้าแบบอิสระเรื่อง : ผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบาก
ต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลพุทธชินราช
จังหวัดพิษณุโลก (Effect of a Dyspnea Management Promotion Program on Functional Capacity Among
Older Persons with Chronic Obstructive Pulmonary Disease, Buddhachinaraj Hospital, Phitsanulok
Province)

ของ : นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน

สังกัด : นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ แผนก ข.
ภาคปกติ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ได้ผ่านการพิจารณาแล้ว เห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิด
ภัยอันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออก
หนังสือรับรองฉบับนี้จนถึงวันที่ 23 กรกฎาคม 2553

หนังสือออกวันที่ 23 กรกฎาคม 2552

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

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

125/52



เอกสารรับรองโครงการวิจัยในมนุษย์
คณะกรรมการจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในมนุษย์
โรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลก

ชื่อโครงการ	ผลของโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลก
ชื่อหัวหน้าโครงการ	นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน
เลขที่โครงการ/รหัส	-
สังกัดหน่วยงาน	นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
การรับรอง	ขอรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวข้างบนนี้ได้ผ่านการพิจารณาและรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในมนุษย์ โรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลก เมื่อวันที่ 9 กันยายน 2552



ลงนาม

(นายแพทย์ธีระ ศิริอาชาวัฒน์)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในมนุษย์

ภาคผนวก ค

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

1. แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล
2. แบบวัดอาการหายใจลำบาก
3. แบบบันทึกระยะทางที่สามารถเดินบนทางราบในเวลา 6 นาที

แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล



ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ..... ปี
3. เชื้อชาติ () ไทย () จีน () อื่นๆ โปรดระบุ

.

.

.

10. สิทธิในการรักษาพยาบาล

- () จ่ายเอง
- () สังกศสมสงเคราะห์
- () บัตรทอง
- () ประกันสังคม
- () เบิกจากต้นสังกัด (รัฐบาล/ รัฐวิสาหกิจ/ เอกชน)

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการสูบบุหรี่

11. ประวัติการสูบบุหรี่

- () ไม่เคยสูบ
- () เคยสูบบุหรี่ ระยะเวลาที่สูบบุหรี่.....ปี ปริมาณที่สูบ.....มวน/วัน
- () ปัจจุบันยังสูบบุหรี่อยู่ จำนวน.....มวน/วัน
- () ปัจจุบันเลิกสูบบุหรี่แล้ว..... ปี
- เหตุผลที่เลิกสูบ.....

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับโรคและการรักษา

12. ท่านได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมานาน ปี
13. ในระยะ 1 ปีที่ผ่านมาท่านเคยเข้ารับการรักษามารักษาในโรงพยาบาลด้วยอาการหายใจลำบากหรือไม่
- () ไม่เคย
- () เคย โปรดระบุจำนวนครั้งในการเข้ารับการรักษามารักษา ครั้ง

16. ระดับความรุนแรงของโรค

- () ระดับที่ 1
 () ระดับที่ 2
 () ระดับที่ 3
 () ระดับที่ 4
 () ระดับที่ 5

ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับครอบครัวและสิ่งแวดล้อม

17. ในครอบครัวของท่านมีสิ่งเหล่านี้หรือไม่

17.1 มีบุคคลสูบบุหรี่ประจำ

- () มี () ไม่มี

17.2 เลี้ยงสัตว์ที่มีขนในบ้าน เช่น สุนัข แมว กระจ่าย นก เป็นต้น

- () มี () ไม่มี

18. บ้าน/ สถานที่อยู่อาศัย สถานที่ใกล้เคียง และสิ่งแวดล้อมมีลักษณะอย่างไร

ส่วนที่ 5 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ให้การดูแล

19. บุคคลที่ให้การดูแลเมื่อท่านมีอาการหายใจลำบาก

- () คู่สมรส () บุตร ชาย/หญิง
 () หลาน ชาย/หญิง () พี่น้อง
 () อื่นๆ โปรดระบุ.....

22. อาชีพของผู้ดูแล

ส่วนที่ 6 ข้อมูลเกี่ยวกับที่อยู่

23. ที่อยู่ปัจจุบัน.....

.....

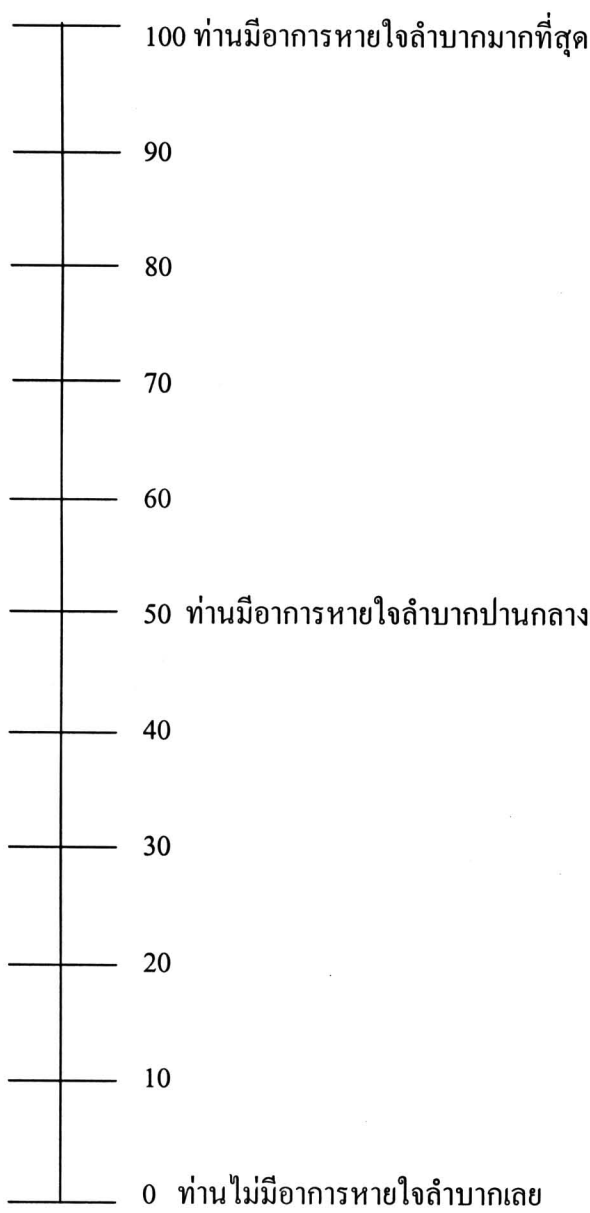
สถานที่ใกล้เคียง.....

.....

แผนที่บ้าน

แบบวัดอาการหายใจลำบาก

คำชี้แจง แบบวัดอาการหายใจลำบากเป็นมาตรแสดงการรับรู้อาการหายใจลำบากของท่านในขณะนี้ มีลักษณะเป็นเส้นตรงยาว 100 มิลลิเมตร ทางด้านบนสุดที่ตำแหน่ง 100 มิลลิเมตร หมายถึงท่านมีอาการหายใจลำบากมากที่สุด ส่วนทางด้านล่างสุดที่ตำแหน่ง 0 มิลลิเมตร หมายถึงท่านไม่มีอาการหายใจลำบากเลย และตรงกึ่งกลางที่ตำแหน่ง 50 มิลลิเมตร หมายถึงท่านมีอาการหายใจลำบากปานกลาง ขอให้ท่านขีดเครื่องหมายกากบาท (x) ลงบนเส้นตรง ณ จุดที่บ่งบอกถึงอาการหายใจลำบากของท่านในขณะนี้จริง ๆ



แบบบันทึกระยะทางที่สามารถเดินบนทางราบในเวลา 6 นาที (six minute walk test)

ส่วนสูง.....เซนติเมตร น้ำหนัก.....กิโลกรัม

วันที่ทำการทดสอบ.....

ก่อนการทดสอบ

หลังการทดสอบ

ชีพจรครั้ง/นาที

.....ครั้ง/นาที

อัตราการหายใจครั้ง/นาที

.....ครั้ง/นาที

ความดันโลหิตมิลลิเมตรปรอท

.....มิลลิเมตรปรอท

O2 Satเปอร์เซ็นต์

.....เปอร์เซ็นต์

อาการผิดปกติที่พบ () มี ระบุ.....

() ไม่มี

ระยะทางที่เดินได้.....เมตร

ภาคผนวก ง

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษา ประกอบด้วย

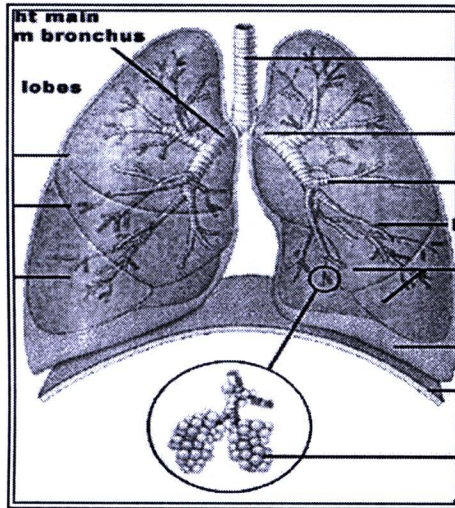
1. โปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก
2. คู่มือการจัดการอาการหายใจลำบากสำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
3. แบบบันทึกวิธีการจัดการ และผลของวิธีการจัดการอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุ
โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

โปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก

คำอธิบายการใช้โปรแกรม

โปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลกเป็นโปรแกรมที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมีความสามารถในการจัดการกับอาการหายใจลำบาก โดยใช้แนวทางการจัดการอาการของ ลาร์สัน และคณะ (Larson et al., 1994) ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบคือ ประสบการณ์เกี่ยวกับอาการ (symptom experience) กลยุทธ์ในการจัดการกับอาการ (symptom management strategies) และผลลัพธ์ที่เกิดจากการจัดการกับอาการ (symptom outcomes) โดยจัดกระทำกิจกรรมทั้งหมด 5 ครั้ง เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ โปรแกรมประกอบด้วย 1) การพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบาก และการให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังประเมินประสบการณ์การมีอาการหายใจลำบากของตนเอง โดยเนื้อหาจะครอบคลุมทั้งด้านประสบการณ์เกี่ยวกับอาการ กลวิธีในการจัดการกับอาการ และผลที่เกิดจากการจัดการกับอาการหายใจลำบาก ร่วมกับการติดตามให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังประเมินอาการหายใจลำบากของตนเองอย่างต่อเนื่องโดยใช้แบบวัดอาการหายใจลำบาก 2) การให้ความรู้และการฝึกทักษะการปฏิบัติด้านกลยุทธ์ในการจัดการกับอาการหายใจลำบาก และ 3) การจัดกิจกรรมสนับสนุนการปฏิบัติตามขั้นตอนการจัดการอาการหายใจลำบาก โดยการติดตามเยี่ยมผู้สูงอายุที่บ้านอย่างสม่ำเสมอ มอบคู่มือการจัดการอาการหายใจลำบากแก่ผู้สูงอายุ ให้เบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้แก่ผู้สูงอายุและผู้ดูแล เพื่อสามารถติดต่อผู้ศึกษาได้สะดวกเมื่อ มีปัญหาหรือต้องการความช่วยเหลือ และการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังได้พัฒนาความสามารถในการจัดการอาการหายใจลำบาก

คู่มือการจัดการอาการหายใจลำบาก
สำหรับผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง



จัดทำโดย

เบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน

นักศึกษาปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ

อาจารย์ที่ปรึกษา

อาจารย์ ดร. ทศพร คำผลศิริ

รองศาสตราจารย์ ดร. ภารดี นานาศิลป์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

แบบบันทึกวิธีการจัดการและผลของวิธีการจัดการอาการหายใจลำบาก
ของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด เกี่ยวกับ
วิธีการจัดการและผลของวิธีการจัดการอาการหายใจลำบาก สำหรับผลของวิธีการจัดการอาการ
แต่ละช่องมีความหมาย ดังนี้

- ได้ผลทุกครั้ง หมายถึง วิธีการดังกล่าวสามารถลดอาการหายใจลำบาก ได้ทุกครั้ง
- ได้ผลบางครั้ง หมายถึง วิธีการดังกล่าวสามารถลดอาการหายใจลำบาก ได้บางครั้ง
- ไม่ได้ผล หมายถึง วิธีการดังกล่าวไม่สามารถลดอาการหายใจลำบาก ได้

แบบบันทึกวิธีการจัดการและผลของวิธีจัดการอาการหายใจลำบาก
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

วิธีการจัดการอาการ				ผลของวิธีจัดการกับอาการ		
วิธีการ	ใช่		ไม่ใช่	ได้ผล ทุกครั้ง	ได้ผล บางครั้ง	ไม่ได้ ผล
	ถูกวิธี	ไม่ถูกวิธี				
1. การรับประทานอาหารและ น้ำที่เหมาะสม						
2. การป้องกันอันตรายและ หลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ทำให้อาการ ของโรคเลวลง						
3.....						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9. การออกกำลังกายที่เหมาะสม						

ภาคผนวก จ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม

ตารางที่ จ1
ระยะทางที่เดินบนพื้นราบในเวลา 6 นาที (เมตร) ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการจัดการอาการหายใจลำบากของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คนที่	กลุ่มทดลอง (n=15)		กลุ่มควบคุม (n=15)	
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง
1	220	250	220	230
2	250	285	230	215
3	248	270	285	280
4	270	275	270	275
5	290	350	285	270
6	245	255	260	265
7	265	285	260	252
8	365	375	295	280
9	395	390	265	250
10	300	305	290	275
11	290	290	245	240
12	415	410	255	245
13	270	285	270	270
14	255	270	285	280
15	290	305	295	280
เฉลี่ย	291.20	306.67	267.33	260.47

ตารางที่ จ2

วิธีการจัดการและผลของวิธีจัดการกับอาการหายใจลำบากของผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
ในกลุ่มทดลอง

วิธีการจัดการกับอาการหายใจลำบาก*		ผลของวิธีจัดการกับอาการหายใจลำบาก		
วิธีการ	จำนวน N (%)	ได้ผลทุกครั้ง N (%)	ได้ผลบางครั้ง N (%)	ไม่ได้ผล N (%)
1. การใช้ยาพ่นสูดชนิดต่างๆ	15 (100)	13 (86.67)	2 (13.33)	-
2. การบริหารการหายใจ	14 (93.33)	10 (71.43)	4 (28.57)	-
3. การจัดทำที่เหมาะสม	13 (86.67)	9 (69.23)	4 (30.77)	-
4. การบริหารกล้ามเนื้อร่างกาย ส่วนบน	11 (73.33)	9 (81.82)	2 (18.18)	-
5. การบริหารกล้ามเนื้อร่างกาย ส่วนล่าง	11 (73.33)	9 (81.82)	2 (18.18)	-
6. การป้องกันอันตรายและ หลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ทำให้อาการ ของโรคเลวลง	10 (66.66)	8 (80.00)	2 (20.00)	-
7. การไอที่มีประสิทธิภาพ	9 (60.00)	7 (77.78)	2 (22.22)	-
8. การรับประทานอาหารและน้ำที่ เหมาะสม	9 (60.00)	7 (77.78)	2 (22.22)	-
9. การสรงนพพลังงาน	9 (60.00)	7 (77.78)	2 (22.22)	-
10.การฝึกผ่อนคลาย	8 (53.33)	6 (75.00)	2 (25.00)	-

*ผู้สูงอายุ 1 ราย มีวิธีจัดการกับอาการได้มากกว่า 1 วิธี

ภาคผนวก จ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ผู้ทรงคุณวุฒิ	สังกัด
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย	กลุ่มสาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โรจน์ จินตนาวัฒน์	กลุ่มสาขาวิชาการพยาบาลพื้นฐาน สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
แพทย์หญิงสุณี จิรสมิตธา	นายแพทย์ประจำการ แผนกอายุรกรรม โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก

ประวัติผู้เขียน



ชื่อ-สกุล

นางสาวเบญจวรรณ ถิ่นเครือจีน

วัน เดือน ปี เกิด

21 กันยายน 2516

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2539 สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนพรัตนราชธานีพิบูลย์โลก

ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2539-2554 พยาบาลวิชาชีพ 3 - พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
โรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก

