

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

ตัวอย่างแบบบันทึกข้อมูลทั่วไป

กลุ่ม () ควบคุม	กลุ่ม () ทดลอง	เลขที่แบบสอบถาม.....
อายุ.....ปี	เพศ.....	สถานภาพสมรส.....
ศาสนา.....		
ระดับการศึกษา.....		
อาชีพ.....	รายได้...../เดือน	
โรคประจำตัว.....		
ประวัติการใช้ยา.....		
.....		
.....		
การวินิจฉัยโรค.....		
ระยะเวลาของการเจ็บป่วย.....		
ตำแหน่งของกล้ามเนื้อหัวใจตาย.....		
กลุ่มของยาที่ใช้รักษาโรคหัวใจ.....		
.....		
.....		
.....		
ปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรค.....		
.....		
.....		

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างแบบประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย

กิจกรรมที่ท่านสามารถทำได้	พลังงานที่ใช้ในการทำกิจกรรม มีหน่วยเป็น MET
เดินช้าๆ รอบบ้าน นั่งเล่น ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ นอนราบ จับรถยนต์ เดินด้วยความเร็ว 1 ไมล์ต่อชั่วโมง (1.6 กม.)	1.75
ปีดฝุ่น ล้างจาน	2.70
รับประทานอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว แปรงฟัน ทำกับข้าว เดินด้วยความเร็ว 2 ไมล์ต่อชั่วโมง (3.2 กม.)	2.75
กวาดบ้าน เดินด้วยความเร็ว 3 ไมล์ต่อชั่วโมง (4.8 กม.) ปั่นจักรยานด้วยความเร็ว 6 ไมล์ต่อชั่วโมง (9.6 กม.) เดินเร็วช้าๆ	3.50

กิจกรรมที่ท่านสามารถทำได้	พลังงานที่ใช้ในการทำกิจกรรม มีหน่วยเป็น MET
กวาดใบไม้ ถอนหญ้า ทำความสะอาดพื้น ทำความสะอาดหน้าต่าง ตากผ้า	4.50
มีเพศสัมพันธ์ ซักผ้าด้วยเครื่องซักผ้า เล่นปิงปอง หิ้วของหนัก 20-24 ปอนด์ (ประมาณ 9-20 กก.) ว่ายน้ำช้าๆ ปั่นจักรยานด้วยความเร็ว 8 ไมล์ต่อชั่วโมง (12.8 กม.)	5.25
เดินขึ้นบันไดหรือเดินขึ้นเนิน เล่นวอลเลย์บอล เดินด้วยความเร็ว 4 ไมล์ต่อชั่วโมง (6.4 กม.) ปั่นจักรยานด้วยความเร็ว 10 ไมล์ต่อชั่วโมง (16 กม.) หิ้วของหนัก 45-64 ปอนด์ (ประมาณ 20.5-29 กก.) เล่นบาสเกตบอล	5.50
ตีกอล์ฟ เดินช้า รื้อขยะ	6.00
เล่นฟุตบอล จัมเปอร์ไชค์ ทำความสะอาดรถยนต์	7.50
หิ้วของหนัก 65-85 ปอนด์ (ประมาณ 29.5-38.5 กก.) ปั่นจักรยานด้วยความเร็ว 12 ไมล์ต่อชั่วโมง (19.2 กม.) เคลื่อนไหวกอล์ฟหรือเทนนิส	8.00

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างแบบวัดความเครียด

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างความถี่ของการเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ตรงกับ การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นกับท่านมากที่สุด

การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรม	ความถี่ของการเกิดการเปลี่ยนแปลง				
	ไม่มีเลย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยมาก ที่สุด
เมื่อเกิดความเครียดท่านเคยถูกรบกวนจากอาการผิดปกติเหล่านี้หรือไม่ 1. หน้าแดงผิดปกติ 2. เหงื่อออกมากแม้อากาศจะเย็น 3. มีอาการคันรุนแรง 4. มีผื่นขึ้นที่ผิวหนัง 5. มือหรือเท้าเย็นผิดปกติ 6. รู้สึกร้อนๆ หนาวๆ ทั้งที่ไม่ได้ออกกำลังหรือในขณะที่อยู่เฉยๆ ท่านก็รู้สึกว่ 7. เจ็บบริเวณหน้าอกหรือหัวใจ 8. เจ็บเหมือนโดนทุบที่หัวใจ 9. หัวใจเต้นแรงและเร็วกว่าปกติ 10. หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ 11. หายใจเร็วขึ้น 12. หายใจลำบาก					

การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรม	ความถี่ของการเกิดการเปลี่ยนแปลง				
	ไม่มีเลย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยมาก ที่สุด
13.ปากแห้ง ท่านเคยมีอาการเหล่านี้หรือไม่ 14. กระแอม หรือไอบ่อย 15. เหมือนมีอะไรติดอยู่ในลำคอ 16. เสียงแหบ 17. คัดจมูก 18. เป็นหวัด 19. มีภาวะแทรกซ้อนจากหวัด เช่น หลอดลมอักเสบ 20. มีอาการหอบมากขึ้น 21. ปวดหัวแบบโรคไซนัส (ปวด บริเวณโพรงจมูกหรือหน้า) 22. รู้สึกเวียนอย่างรุนแรงเป็นพักๆ 23. น้ำมูก ตาสาขกล้ายจะเป็นลม 24. ตาพร่า มองเห็นภาพไม่ชัด 25. ปวดศีรษะข้างเดียว 26. ชักเกร็งบ่อยขึ้น ท่านเคยถูกรบกวนจากอาการเหล่านี้ หรือไม่ 27. อาหารไม่ย่อย 28. คลื่นไส้ 29. ปวดท้องอย่างรุนแรง 30. ความอยากอาหารเพิ่มขึ้น 31. ความอยากอาหารลดลง					

การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรม	ความถี่ของการเกิดการเปลี่ยนแปลง				
	ไม่มีเลย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยมาก ที่สุด
32. ถ่ายเหลว หรือท้องร่วง 33. แสบร้อนบริเวณขอดอก 34. ท้องผูก 35. ท่านเคยสังเกตพบภาวะตึงเครียด ความแข็งแรง ความเจ็บปวด หรือ เป็นตะคริวบริเวณกล้ามเนื้อต่างๆ เช่น ท้อง คอ ขากรรไกร หน้าผาก ตา หลัง ไหล่ แขนหรือมือ ขา หรือไม่ 36. ท่านสังเกตพบอาการปวดศีรษะ จากกล้ามเนื้อตึงตัวหรือไม่ ในชีวิตประจำวันท่านเคยสังเกตพบ อาการของความวิตกกังวลหรือ กระวนกระวายใจเหล่านี้หรือไม่ 37. มือหยุกหยิกอยู่ไม่สุข 38. เดินกระวนกระวาย 39. กัดริมฝีปาก 40. นิ่งไม่คิดที่ 41. รับประทานอาหารเพิ่มขึ้น 42. สูบบุหรี่เพิ่มขึ้น 43. กัดเล็บ 44. ปัสสาวะบ่อยกว่าปกติ 45. ตื่นปัสสาวะในตอนกลางคืน 46. นอนหลับยาก 47. นอนหลับไม่สนิทในเวลากลางคืน					

การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรม	ความถี่ของการเกิดการเปลี่ยนแปลง				
	ไม่มีเลย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยมาก ที่สุด
48. ตื่นนอนเชื่อกว่าปกติ 49. ความสัมพันธ์ทางเพศเปลี่ยนแปลงไป (กรณีมีคู่สมรส) 50. เหนื่อยกับการทำงาน 51. อาการปวดที่รุนแรงทำให้ท่านทำงานไม่ได้ เมื่อเกิดความเครียดท่านมีความรู้สึก ต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด 52. โดดเดี่ยวและเศร้าหมอง 53. ไม่มีความสุขและซึมเศร้า 54. ร้องไห้ง่าย 55. หมดหวังในชีวิต 56. รู้สึกว่าอยากตาย 57. รู้สึกเบื่อหน่ายไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง อย่าง อยากหนีไปที่อื่น 58. ภายหลังตื่นนอนตอนเช้าท่านรู้สึก อ่อนเพลียและหมดแรงแม้ว่าได้นอน พักผ่อนตามปกติ 59. ท่านอ่อนล้าจากความกระวน กระวาย ท่านสังเกตว่าท่านมีอาการเหล่านี้หรือไม่ 60. มีความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ 61. พุดคิดอ้าง หรือพุดตะกุกตะกัก					

การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรม	ความถี่ของการเกิดการเปลี่ยนแปลง				
	ไม่มีเลย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยมาก ที่สุด
62. ตัวสั่น หรือใจสั่น 63. ขวัญอ่อน 64. รู้สึกอ่อนเพลีย และเป็นลม 65. ฝันร้าย 66. หงุดหงิด และหวาดกลัว 67. รู้สึกกลัว และสั่นเมื่อเข้าใกล้ หรือ ต้องเข้าหาผู้บังคับบัญชา 68. เวลาตกใจมักทำอะไรไม่ถูก หรือ ขยับเขยื้อนไม่ได้ 69. ท่านกลัวคนแปลกหน้าและ/หรือ สถานที่แปลกๆ 70. เสียงดังทำให้ท่านตัวสั่น หรือ กระโดดหนี 71. วิดกกังวลจนเกินเหตุแม้ในเรื่อง เล็กน้อย 72. รู้สึกไร้ค่า และหงุดหงิดง่าย 73. เมื่อรู้สึกโกรธท่านก็แสดงอารมณ์ โกรธกับทุกสิ่ง 74. ความคิดที่เกี่ยวกับความโกรธกับ สิ่งที่รบกวนจะสร้างความไร้ค่าให้ ท่าน 75. ท่านกลายเป็นคนอารมณ์เสีย และ โกรธง่าย 76. อารมณ์โกรธของท่านมากจนท่าน					

การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรม	ความถี่ของการเกิดการเปลี่ยนแปลง				
	ไม่มีเลย	นานๆ ครั้ง	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อยมาก ที่สุด
ต้องการทำลายสิ่งของ หรือทำร้ายผู้อื่น 77. ท่านยอมให้สิ่งรำคาญใจเพียงเล็กน้อยทำให้ท่านบันดาลโทสะ 78. ท่านรู้สึกผิดหวังจนอยากทำลายสิ่งของ ในการดำเนินชีวิตประจำวันท่านเคยเป็นแบบนี้หรือไม่ 79. ความคิดของท่านจะสับสนเมื่อต้องทำสิ่งที่ต้องใช้ความรวดเร็ว 80. ต้องทำอะไรซ้ำๆ เพื่อไม่ให้ทำงานผิดพลาด 81. ท่านมักกำหนดแนวทางหรือการจัดลำดับความสำคัญในการทำสิ่งต่างๆ ผิดพลาด 82. ท่านไม่สามารถควบคุมความคิดให้อยู่นิ่งได้ 83. ความคิดที่น่ากลัวมักจะกลับมาหาท่านบ่อยๆ 84. ท่านกลายเป็นคนตกใจง่ายแบบไม่มีเหตุผล 85. ท่านมีความลำบากในการมุ่งความสนใจกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง					

ภาคผนวก ง

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

คำชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและ
ความเครียดในผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย

ผู้วิจัย นางสาวพัชราพร เถาว์พันธ์

นักศึกษาปริญญาโทสาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์ และศัลยศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เนื่องด้วยผู้ป่วยที่เป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายทุกรายมักจะมีประสิทธิภาพการทำงานของหัวใจลดลง ทำให้เลือดที่ออกจากหัวใจในการบีบตัวแต่ละครั้งลดลง ส่งผลให้ปริมาณออกซิเจนที่ร่างกายจะนำไปใช้ในการทำงานลดลง ทำให้ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายลดลง โดยเฉพาะความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ทำให้ผู้ป่วยต้องพึ่งพาบุคคลอื่นๆ และเป็นภาระของครอบครัวมากขึ้น และนอกจากผลกระทบทางด้านร่างกายแล้วโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายยังมีผลต่อด้านจิตใจด้วย คือทำให้เกิดความเครียด ซึ่งสาเหตุของความเครียดนั้นอาจเกิดจากการที่ต้องมานอนรักษาอยู่ในโรงพยาบาล ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงพยาบาล ต้องแยกจากครอบครัว ตลอดจนถูกรบกวนจากแผนการตรวจวินิจฉัยและการรักษาพยาบาลอยู่ตลอดเวลา เป็นต้น

การฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจที่มีองค์ประกอบคือการออกกำลังกาย การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการปฏิบัติตัว และการสนับสนุนทางด้านจิตใจ เป็นวิธีหนึ่งที่สามารถช่วยให้ผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายลดผลกระทบดังกล่าวได้ คือ ในส่วนของการออกกำลังกาย จะช่วยให้ผู้ป่วยมีความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายดีขึ้น และในส่วนของการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการปฏิบัติตัวร่วมกับการสนับสนุนทางด้านจิตใจ จะช่วยให้ผู้ป่วยลดปฏิกิริยาทางด้านอารมณ์ที่เกิดจากความเครียด เช่น กลัว ความรู้สึกไม่แน่นอน โกรธ และความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ ได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และความเครียดในผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย โดยคาดหวังว่าผู้ป่วยที่ได้รับโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจจะมีความสามารถในการทำหน้าที่มากขึ้น และมีความเครียดลดลง กว่าผู้ป่วยที่ไม่ได้รับโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจ

การเข้าร่วมในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของท่าน ข้อมูลทั้งหมดของท่าน ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ และมีการใช้รหัสแทนชื่อจริงของท่าน การนำข้อมูลไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่ จะทำในภาพรวมของผลการวิจัยเท่านั้น หากท่านเข้าร่วมงานวิจัยแล้วสามารถออกจากงานวิจัยได้ตลอดเวลาหากต้องการ โดยไม่ต้องอธิบายเหตุผล และจะไม่เกิดผลต่อการรักษาพยาบาลที่จะได้รับ ท่านยังคงได้รับการรักษาจากทีมสุขภาพตามปกติ

กลุ่มทดลอง

ท่านได้รับเลือกให้อยู่ในกลุ่มทดลอง มีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป แล้วประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และความเครียดครั้งแรกก่อนที่จะเริ่มทำการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจ

2. ผู้วิจัยดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจตามขั้นตอนการฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจในระยะผู้ป่วยใน โดยในส่วนของ การออกกำลังกายและการปฏิบัติกิจกรรมจะทำวันละ 1 ขั้นตอน วันละ 2 ครั้ง เข้าและบ่าย ถ้าท่านไม่มีอาการผิดปกติที่เป็นเหตุให้ต้องหยุดการออกกำลังกายก็จะดำเนินไปจนครบ 7 ขั้นตอน รวมทั้งผู้วิจัยให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการปฏิบัติตัวร่วมกับการสนับสนุนทางด้านจิตใจด้วย

3. เมื่อท่านได้รับอนุญาตจากแพทย์ให้กลับบ้านได้ ผู้วิจัยประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและความเครียดก่อนจำหน่ายกลับบ้าน พร้อมทั้งแจกคู่มือการออกกำลังกายที่บ้านเพื่อให้ท่านไปออกกำลังกายตามโปรแกรมของผู้วิจัย และบันทึกอาการและการเปลี่ยนแปลงขณะและหลังออกกำลังกายที่บ้าน และนำมาให้ผู้วิจัยดูทุกครั้งที่มาตามนัด โดยผู้วิจัยจะนัดท่านมาที่ตึกผู้ป่วยนอกตามตาราง ดังนี้

ระยะเวลาหลังจำหน่ายกลับบ้าน	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 2	สัปดาห์ที่ 4	สัปดาห์ที่ 8
นัดครั้งที่	1	2	3	4

ในแต่ละครั้งที่ท่านมาที่ตึกผู้ป่วยนอก ผู้วิจัยจะขอดูแบบบันทึกอาการและการเปลี่ยนแปลง (ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของคู่มือการออกกำลังกายที่บ้าน) หลังจากนั้นผู้วิจัยจะทบทวนความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวในส่วนที่ผู้ป่วยยังไม่เข้าใจ และให้การสนับสนุนทางด้านจิตใจ การนัดหมายแต่ละครั้งผู้วิจัยจะปฏิบัติเหมือนกัน จนกระทั่งนัดครั้งสุดท้ายผู้วิจัยประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและความเครียดเป็นครั้งสุดท้าย

เมื่อท่านได้อ่านโครงการวิจัยนี้แล้ว มีความเข้าใจในวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย และยินดีให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ กรุณาลงนามไว้เป็นหลักฐาน

ลายมือชื่อ.....ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

(.....)

ลายมือชื่อ.....พยาน

(.....)

ลายมือชื่อ.....ผู้วิจัย

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

กลุ่มควบคุม

ท่านได้รับเลือกให้อยู่ในกลุ่มควบคุม มีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป แล้วประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และความเครียดครั้งแรกในวันที่ 2 ของการนอนโรงพยาบาล

2. ท่านจะได้รับการพยาบาลตามปกติของหอผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด จนกระทั่งท่านได้รับอนุญาตจากแพทย์ให้กลับบ้าน ผู้วิจัยทำการประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและความเครียดก่อนจำหน่ายกลับบ้าน

3. ผู้วิจัยจะนัดท่านมา 1 ครั้งหลังจากจำหน่ายกลับบ้านแล้ว 8 สัปดาห์ มาที่แผนกผู้ป่วยนอกเพื่อทำการประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายและความเครียดครั้งสุดท้าย

เมื่อท่านได้อ่านโครงการวิจัยนี้แล้ว มีความเข้าใจในวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย และยินดีให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ กรุณาลงนามไว้เป็นหลักฐาน

ลายมือชื่อ.....ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

(.....)

ลายมือชื่อ.....พยาน

(.....)

ลายมือชื่อ.....ผู้วิจัย

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ภาคผนวก จ

โปรแกรมการออกกำลังกายในระยษะผู้ป่วยใน

ขั้นตอน	การออกกำลังกาย	การฝึกกิจกรรมประจำวัน
1	ผู้ป่วยอยู่ในท่านอนหงายบนเตียง เริ่มให้ผู้ป่วยบริหารการหายใจและเคลื่อนไหวก้าวเท้าและมือดังนี้	1. ให้ผู้ป่วยนั่งห้อยขา 15 นาที โดยพยาบาลประคองให้ลูกนั่ง 2. ให้ผู้ป่วยช่วยเหลือตัวเองบางส่วน เช่น นั่งรับประทานอาหารเองคนเดียว
7	.	โดยมีพยาบาลเป็นคนประคองให้ลูกนั่งและจัดเตรียมอาหารให้ ให้ผู้ป่วยหัว
	.	ผมเองคนเดียว
	.	.
	.	.
	.	.
	.	.
	.	.

ภาคผนวก จ

โปรแกรมการออกกำลังกายในระยะผู้ป่วยนอกระยะแรก

รูปแบบ (mode) ใช้วิธีการดังต่อไปนี้

1. ช่วงอบอุ่นร่างกาย (warm up) ใช้การบริหารการหายใจ และการออกกำลังกายโดยการเคลื่อนไหวข้อทั้งแขนและขา ใช้ระยะเวลาประมาณ 10-15 นาที
2. ช่วงออกกำลังกาย (exercise) ใช้การออกกำลังกายโดยการเดิน (พลังงาน 5-7 METs) แบ่งตามระยะเวลาหลังจากออกจากโรงพยาบาลแล้วดังต่อไปนี้
สัปดาห์ที่ 1 หลังออกจากโรงพยาบาล เดินระยะทาง 300 ก้าว (150 เมตร) ภายในเวลา 5 นาที โดยให้เดินวันละ 2 ครั้ง

สัปดาห์ที่ 8 หลังออกจากโรงพยาบาล

ภาคผนวก ข

โปรแกรมการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการปฏิบัติตัวร่วมกับการสนับสนุนทางจิตใจ

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	วิธีการให้การพยาบาล	ประเมินผล
1. สร้างเสริมสัมพันธภาพระหว่างผู้ป่วยกับผู้วิจัย	ในระยะเริ่มต้นการสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย ผู้วิจัยจะเริ่มต้นด้วยการทำความรู้จักกับผู้ป่วย โดยการแนะนำตนเองและซักถามความรู้สึก โดยทั่วไป ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ป่วยรู้สึกเป็นกันเอง 	ผู้วิจัยเข้าพบผู้ป่วยเป็นรายบุคคล แนะนำตนเองว่าชื่ออะไร บอกวัตถุประสงค์ของการมาพบ สนทนาและซักถามความรู้สึกต่างๆ โดยทั่วไปด้วยทำที่เป็นมิตรและเป็นกันเอง 	ผู้ป่วยแสดงท่าทีพอใจ สัมผัสจากสีหน้า การตอบคำถาม และการแสดงความกระตือรือร้น

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ

สังกัด

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ วิศาล คันธารัตนกุล
ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู คณะ
แพทยศาสตร์ โรงพยาบาล
รามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
2. นาย ธีรภัทร ลิลารุ่งระยับ
ภาควิชากายภาพบำบัด
คณะเทคนิคการแพทย์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อัจฉรา สุคนธทรัพย์
ภาควิชาการพยาบาลศัลย-
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
4. นาง วรพรรณ ทองสง
หัวหน้าหอผู้ป่วยวิกฤตโรคห
ใจและหลอดเลือด โรง
พยาบาลมหาราชนคร
เชียงใหม่
5. นางสาว กฤติกา ชูณวงษ์
พยาบาลวิชาชีพ ศูนย์โรคห
ใจภาคเหนือ โรงพยาบาล
มหาราชนครเชียงใหม่

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ นามสกุล

นางสาว พัทธพร เถาว์พันธ์

วัน เดือน ปีเกิด

6 สิงหาคม 2514

สถานที่เกิด

จังหวัดอุบลราชธานี

ประวัติการศึกษา

วุฒิ

ชื่อสถาบัน

พ.ศ.ที่สำเร็จการศึกษา

ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์

วิทยาลัยพยาบาล-
อุดรดิตถ์

2537

ประวัติการทำงาน

ปี พ.ศ.

ตำแหน่ง

สถานที่ทำงาน

2537-2540

พยาบาลประจำการตึก
อายุรกรรมหญิง

โรงพยาบาลอุดรดิตถ์

2541-ปัจจุบัน

พยาบาลประจำการตึก
โรคหัวใจและหลอดเลือด

โรงพยาบาลอุดรดิตถ์