

บรรณานุกรม

- กันธิกา ทวีรอด และตรีทิพย์ อนงค์ทอง. (2550). **ความรู้และการปฏิบัติตนของผู้ป่วยเบาหวานที่คลินิกเบาหวาน**. โปรแกรมวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์. (2546). **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพฯ : ไทยเจริญการพิมพ์.
- กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ. (2553). **ข้อมูลผู้ป่วยโรคเบาหวาน**. ระนอง : สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดระนอง.
- กรมการแพทย์กระทรวงสาธารณสุข. (2551). **คู่มือดูแลตนเองเบื้องต้นเรื่องเบาหวานสำหรับผู้เสี่ยงต่อโรคและผู้เป็นโรค**. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กองโภชนาการ, กรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข. (2548). **เกณฑ์พื้นฐาน 10 ประการในการดำรงชีวิตของคนไทย**. กรุงเทพฯ : องค์การทหารผ่านศึก ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- จุฬารักษ์ โสตะ. (2543). **กลยุทธ์เพื่อโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ**. คณะสาธารณสุขศาสตร์ ภาควิชาสุขศึกษา ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- เฉลิมศรี ยศธแสนย์. (2548). **การพัฒนาพฤติกรรม的自我ดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานตำบลวิหารขาว อำเภอกำแพง จังหวัดสิงห์บุรี**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพุทธศาสตร์ การพัฒนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี.
- โหมยง เหลาโชติ. (2549). **ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษา (สาธารณสุขศาสตร์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชนาธิป ศรีพรหม. (2550). **พฤติกรรม的自我ดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานในโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดอุบลราชธานี**. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.
- เทพ หิมะทองคำ และคณะ. (2540). **ความรู้เรื่องเบาหวานฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพฯ : วิทย์พัฒน์.
- นันทนา ไบเนียม. (2550). **ผลการจัดกิจกรรมทางการพยาบาลสาธารณสุขในผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน โรงพยาบาลวิเศษชัยชาญ จังหวัดอ่างทอง**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2549). **รวมบทความการวิจัย การวัดผลและประเมินผล**. กรุงเทพฯ : ศรีอนันต์.

- ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวีน สุวรรณ. (2548). **พฤติกรรมศาสตร์พฤติกรรมสุขภาพและสุขศึกษา**.
กรุงเทพฯ : เจ้าพระยาการพิมพ์.
- พรรณี ทิพย์ธาดร. (2552). **แนวปฏิบัติสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในการจัดบริการคัดกรองและเสริม
ทักษะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดเสี่ยง โรคโรคไม่ติดต่อสัณติสาธารณสุข ปี2552**.
กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- เพ็ญจันทร์ ประดับมุข. (2549). **ปฏิสัมพันธ์ของครอบครัวและชุมชนกับการเจ็บป่วย**. กรุงเทพฯ :
ชุมนุมการเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- เพ็ญพัทธ์ โคจันง. (2552). **ศึกษาการใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกาดูแลสุขภาพตนเองของ
ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 แผนกผู้ป่วยนอก สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่. คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น**.
- พิสมัย ภูนาเมือง. (2551). **ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกาดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวาน
ในจังหวัดมุกดาหาร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการสร้างเสริมสุขภาพ
มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี**.
- พรพิไล วรรณสัมผัส. (2547). **ผลการเยี่ยมบ้านต่อการควบคุมโรคของผู้ป่วยเบาหวานสถานีอนามัยสิงห์
จังหวัดยโสธร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม**.
- พวงเพ็ญ ขอดสกุลเพชร และคณะ. (2542). **เปรียบเทียบความรู้พฤติกรรมในการดูแลสุขภาพตนเอง และระดับ
น้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน. สมุทรสาคร : โรงพยาบาลสมุทรสาคร**.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2543). **วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์**. กรุงเทพฯ : สำนัก
ทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- มงคลชัย แก้วเอี่ยม. (2550). **การรับรู้และพฤติกรรมกาดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานตำบล
หนองกลางนา อำเภอมือง จังหวัดราชบุรี. สาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และ
เทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม**.
- วรรณ นิธิยานันท์. (2545). **ผู้ป่วยเบาหวานกับการออกกำลังกายในคู่มือความรู้ประกอบโรคเบาหวาน**.
กรุงเทพฯ : เรือนแก้วการพิมพ์.
- วนิดา ชุกกลิน . (2549). **ผลของการให้คำปรึกษาทางสุขภาพต่อความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของ
ผู้ป่วยเบาหวาน โรงพยาบาลราชวิถี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพยาบาล
สาธารณสุข (สาธารณสุขศาสตร์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล**.

- วนิดา สาธุกุล. (2552). ผลของโปรแกรมการเข้าค่ายเบาหวานแบบบูรณาการโดยไม่พักแรมของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ต่อระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 17 อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วลัย บุญพลอย และอนัญญา มานิตย์. (2552). ผลของพยาบาลผู้จัดการผู้ป่วยรายกรณีและแนวทางการดูแลรักษาโดยทีมสหสาขาวิชาชีพต่อคุณภาพการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพยาบาลสาธารณสุข (สาธารณสุขศาสตร์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วินัย คะห์ตันและคณะ. (2545). อาหาร โภชนาการและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร. กรุงเทพฯ : ฝ่ายเอกสารและตำรา คณะสหเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริมา เนาวรัตน์. (2551). การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับบุคคลอ้างอิงต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคเบาหวาน. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ (สาธารณสุขศาสตร์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศรีสุพรรณ นันทไพบูลย์. (2547). ผลของการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองต่อพฤติกรรมการดูแลตนเอง และระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สนอง อุณาภูฏ. (2545). คู่มือโรคเบาหวาน. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : เลี่ยงเชียง.
- สุพรรณ บุญศิริ. (2550). การดูแลสุขภาพตนเองและบทบาทสมาชิกครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน กิ่งอำเภอเวียงเชียงรุ้ง จังหวัดเชียงราย. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย.
- สุธิดา กรุดเนียม. (2551). แนวทางการพัฒนาความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ที่มารับบริการในสถานีอนามัยตำบลบ้านกุ่ม อำเภอบางบาลจังหวัดพระนครศรีอยุธยา. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพุทธศาสตร์การพัฒนาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.
- อาทิตย์ บุญเรือง. (2551). การดูแลรักษาตนเองของผู้ป่วยเบาหวานโรงพยาบาลเทพากร อำเภอเมืองจังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาสาธารณสุขชุมชน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.

Green, W., et al. (1980). **Health Education Planning**. New York : A Diagnostic Approach Ayfeild Publishing Company.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือ

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือ

1. นายสมบัติ เลิศการณั์ ตำแหน่ง สาธารณสุขอำเภอกระบุรี
สถานที่ปฏิบัติงาน สำนักงานสาธารณสุข อำเภอกระบุรี
จังหวัดระนอง 85110
2. นายสามิต นิยมไทย ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
สถานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลกระบุรี อำเภอกระบุรี
จังหวัดระนอง 85110
3. นายบำรุง โกยทอง ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
สถานที่ปฏิบัติงาน สำนักงานสาธารณสุข อำเภอกระบุรี
จังหวัดระนอง 85110
4. นางจรรยาผล แสงศิริไพบุลย์ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
สถานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลกระบุรี อำเภอกระบุรี
จังหวัดระนอง 85110
5. นางสาวอุมาวัลย์ จ้านสกุล ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
สถานที่ปฏิบัติงาน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดระนอง 85110

ภาคผนวก ข

หนังสือเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย



ที่ ศธ 0555.45/ว.079

ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อ.เมือง จ.เพชรบุรี 76000

15 มีนาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน นายสมบัติ เลิศการณ์ สาธารณสุขอำเภอกระบือ

ด้วยศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ได้เปิดสอนหลักสูตร
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ ปัจจุบันมีนักศึกษาอยู่ในระหว่างการทำ
วิทยานิพนธ์ เพื่อให้ได้วิทยานิพนธ์ที่มีคุณภาพและมีคุณค่าทางวิชาการ ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่
ที่ตั้งเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างสูง จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่าน
เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยของนักศึกษา ซึ่งมีหัวข้อเรื่องและรายละเอียดดังนี้ คือ

ชื่อนักศึกษา	ชื่อเรื่องภาคินพนธ์	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
นางชนิษฐา แก้วล่องลอย รหัสประจำตัว 519276S51	ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบือ จังหวัดระนอง	ดร.ศรีงามลักษณ์ คำทอง รศ.สุเทพ ลิ่มอรุณ

ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบด้วยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาโรช เผือกบัวขาว)

ผู้ช่วยอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

บัณฑิตศึกษา ศูนย์จัดการศึกษาฯ

โทรสาร. 0 32-493290



ที่ ศธ 0555.45/ว.079

ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อ.เมือง จ.เพชรบุรี 76000

15 มีนาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน นายสามิต นิยมไทย นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลกระบี่

ด้วยศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ได้เปิดสอนหลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ ปัจจุบันมีนักศึกษาอยู่ในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ เพื่อให้ได้วิทยานิพนธ์ที่มีคุณภาพและมีคุณค่าทางวิชาการ ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้งเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างสูง จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยของนักศึกษา ซึ่งมีหัวข้อเรื่องและรายละเอียดดังนี้ คือ

ชื่อนักศึกษา	ชื่อเรื่องภาคินพนธ์	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
นางชนิษฐา แก้วถ่องลอย รหัสประจำตัว 519276S51	ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบี่ จังหวัดกระบี่	ดร.ศรีงามลักษณ์ คำทอง รศ.สุเทพ ลิ้มอรุณ

ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบด้วยแล้ว
จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาโรช เพ็ชรบัวขาว)
ผู้ช่วยอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

บัณฑิตศึกษา ศูนย์จัดการศึกษาฯ

โทรสาร. 0 32-493290



ที่ ศธ 0555.45/ว.079

ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อ.เมือง จ.เพชรบุรี 76000

15 มีนาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน นายบำรุง โภยทองนักวิชาการสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขอำเภอกระบือรี

ด้วยศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ได้เปิดสอนหลักสูตร
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ ปัจจุบันมีนักศึกษาอยู่ในระหว่างการทำ
วิทยานิพนธ์ เพื่อให้ได้วิทยานิพนธ์ที่มีคุณภาพและมีคุณค่าทางวิชาการ ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่
ที่ตั้งเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างสูง จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่าน
เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยของนักศึกษา ซึ่งมีหัวข้อเรื่องและรายละเอียดดังนี้ คือ

ชื่อนักศึกษา	ชื่อเรื่องภาคนิพนธ์	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
นางชนิษฐา แก้วล่องลอย รหัสประจำตัว 519276S51	ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบือรี จังหวัดระนอง	ดร.ศรีงามลักษณ์ คำทอง รศ.สุเทพ ล้อมอรุณ

ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบไปด้วยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาโรช เผือกบัวขาว)

ผู้ช่วยอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

บัณฑิตศึกษา ศูนย์จัดการศึกษาฯ

โทรสาร. 0 32-493290



ที่ ศธ 0555.45/ว.079

ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อ.เมือง จ.เพชรบุรี 76000

15 มีนาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน นางจรูญผล แสงสิริไพบูลย์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลกระบี่อำเภอกระบี่

ด้วยศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ได้เปิดสอนหลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ ปัจจุบันมีนักศึกษาอยู่ในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ เพื่อให้ได้วิทยานิพนธ์ที่มีคุณภาพและมีคุณค่าทางวิชาการ ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้งเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างสูง จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยของนักศึกษา ซึ่งมีหัวข้อเรื่องและรายละเอียดดังนี้ คือ

ชื่อนักศึกษา	ชื่อเรื่องภาคินพนธ์	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
นางชนิษฐา แก้วล่องลอย รหัสประจำตัว 519276S51	ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบี่ จังหวัดระนอง	ดร.ศรีงามลักษณ์ คำทอง รศ.สุเทพ ล้อมอรุณ

ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบด้วยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาโรช เพ็ญบัวขาว)

ผู้ช่วยอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

บัณฑิตศึกษา ศูนย์จัดการศึกษาฯ

โทรสาร. 0 32-493290

ที่ ศธ 0555.45/ว.079



ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อ.เมือง จ.เพชรบุรี 76000

15 มีนาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน นางสาวอุมวลัย จ้านสกุล นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สาธารณสุขจังหวัดระนอง

ด้วยศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ได้เปิดสอนหลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ ปัจจุบันมีนักศึกษาอยู่ในระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ เพื่อให้ได้วิทยานิพนธ์ที่มีคุณภาพและมีคุณค่าทางวิชาการ ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้งเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างสูง จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยของนักศึกษา ซึ่งมีหัวข้อเรื่องและรายละเอียดดังนี้ คือ

ชื่อนักศึกษา	ชื่อเรื่องภาคนิพนธ์	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
นางชนิษฐา แก้วล่องลอย รหัสประจำตัว 519276S51	ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองของ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง	ดร.ศรีงามลักษณ์ คำทอง รศ.สุเทพ ลิ้มอรุณ

ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาโรช เพ็ญบัวขาว)

ผู้ช่วยอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

บัณฑิตศึกษา ศูนย์จัดการศึกษาฯ

โทรสาร. 0 32-493290

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความร่วมมือในการแจกแบบสอบถามเพื่อการวิจัย



ที่ ศธ ๐๕๕๕.๔๕/ว.๑๔๗

ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อ.เมือง จ.เพชรบุรี ๗๖๐๐๐

๒๗ พฤษภาคม ๒๕๕๔

เรื่อง ขอความร่วมมือในการแจกแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล.....

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามจำนวน.....ชุด

เนื่องด้วย นางชนิษฐา รหัสประจำแก้วต่องลอย เลขประจำตัว ๕๑๕๒๗๖S๕๑ เป็น นักศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ได้ทำ วิทยานิพนธ์เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอ กระบุรี จังหวัดระนอง จึงขออนุญาตส่งแบบสอบถาม เพื่อเก็บข้อมูลในการวิจัย โดยขอความ อนุเคราะห์หน่วยงานที่เกี่ยวข้องตอบแบบสอบถามดังกล่าวเพื่อประโยชน์ในการศึกษา โดยผู้วิจัยจะเป็น ผู้มาเก็บแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาโรช เผือกบัวขาว)

ผู้ช่วยอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

บัณฑิตศึกษา ศูนย์จัดการศึกษาฯ

โทรสาร. ๐ ๓๒๔๕ ๓๒๕๐

ภาคผนวก ง

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

หมายเลขแบบสอบถาม

--	--	--

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

**ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง**

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการใช้ยารักษาโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง ได้นำมาใช้ สอบถามเพื่อจะได้ทราบถึงปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน และนำไปใช้ประโยชน์ ในการวางแผนปฏิบัติการดูแลและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วย โรคเบาหวาน เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีกิจกรรมทางสังคมที่ดีขึ้น อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จึงขอความร่วมมือจากทุกท่านตอบแบบสอบถามโดยให้ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่าน คำตอบที่ได้ จากแบบสอบถามชุดนี้จะไม่มีผลกระทบใดๆกับท่านและผู้วิจัยขอขอบคุณทุก ๆ ท่านที่ให้ความร่วมมือ ตอบแบบสอบถามไว้ในโอกาสนี้

แบบสอบถามมี 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 11 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องโรคเบาหวาน จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกะบุรี จังหวัดระนอง ประกอบด้วย

- พฤติกรรมสุขภาพด้านการควบคุมอาหาร จำนวน 13 ข้อ
- พฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย จำนวน 5 ข้อ
- พฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานยา จำนวน 9 ข้อ

นางชนิษฐา แก้วล่องลอย

นักศึกษาปริญญาโทวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

แบบสอบถาม

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านหรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่กำหนดให้

			สำหรับผู้วิจัย
1. เพศ	() ชาย = 1	() หญิง = 2	[]
2. อายุ	() 18-30 ปี = 1	() 31-40 ปี = 2	[]
	() 41-50 ปี = 3	() 51-60 ปี = 4	
	() 61-70 ปี = 5	() 71-80 ปี = 6	
	() 81 ปีขึ้นไป = 7		
3. น้ำหนัก กิโลกรัม			[]
	() 40-50 กิโลกรัม = 1	() 51-60 กิโลกรัม = 2	
	() 61-70 กิโลกรัม = 3	() 71-80 กิโลกรัม = 4	
	() 81 กิโลกรัมขึ้นไป = 5		
4. ส่วนสูง เซนติเมตร			[]
	() 140-150 = 1	() 151-160 = 2	
	() 161-170 = 3	() 171 ขึ้นไป = 4	
5. ค่าดัชนีมวลกาย....กก./ม. ² (BMI)			[]
	() 15-20 = 1	() 21-30 = 2	() 31-40 = 3
6. สถานภาพสมรส () โสด = 1	() สมรส = 2		[]
	() ม้าย = 3	() แยกกันอยู่ = 4	
7. ระดับการศึกษา () ประถมศึกษา = 1	() มัธยมศึกษา = 2		[]
	() ประกาศนียบัตร = 3	() ปริญญาตรี = 4	
	() ปริญญาโท = 5	() ไม่ได้เรียน = 6	
8. อาชีพ () ข้าราชการ = 1	() รับจ้าง = 2		[]
	() เกษตรกรรม = 3	() ค้าขาย = 4	
	() แม่บ้าน = 5	() ไม่มีอาชีพ = 6	

9. รายได้ในครอบครัวต่อเดือน	[]
() 3,000-5,000 บาท = 1 () 5,001-10,000 บาท = 2	
() 10,001-15,000 บาท = 3 () 15,001-20,000 บาท = 4	
() 20,000 บาทขึ้นไป = 5	
10. สิทธิการรักษา () ข้าราชการ = 1 () รัฐวิสาหกิจ = 2	[]
() ประกันสังคม = 3 () หลักประกันสุขภาพ = 4	
() ข้าราชการ = 5	
11. ท่านเป็นโรคเบาหวานมากี่ปี นับจากวันที่แพทย์วินิจฉัย	[]
() 1-4 ปี = 1 () 5-9 ปี = 2 () 10 ปีขึ้นไป = 3	
12. ระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร เดือนสุดท้าย.....mg%	[]
() 80-90 = 1 () 91-100 = 2	
() 101-200 = 3 () 201 ขึ้นไป = 4	
13. ท่านมีโรคแทรกซ้อนหรือไม่	[]
() ไม่มี = 1	
() มี = 2	
() ตา = 1 () หัวใจ = 2 () ไต = 3 () เท้า = 4	

ตอนที่ 2 ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน

คำชี้แจง กรุณาขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหลังข้อความที่ตรงกับความรู้สึก ความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	สำหรับ ผู้วิจัย
1.	โรคเบาหวาน หมายถึงการที่ร่างกายมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่า 126 มิลลิกรัม%			[]
2.	อาการของโรคเบาหวานคือ ปัสสาวะบ่อย หิวบ่อย คิมน้ำมาก น้ำหนักลด			[]
3.	ระดับน้ำตาลในเลือดที่เหมาะสมของผู้ป่วยเบาหวานคือมากกว่า 130 มิลลิกรัม%			[]
4.	อาการเด่นของโรคเบาหวานคือ เบื่ออาหาร ปวดศีรษะ แขนงน้ำออก			[]

ข้อ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	สำหรับ ผู้วิจัย
5.	ผู้ป่วยเบาหวานไม่จำเป็นต้องรับประทานอาหารให้ครบ 3 มื้อ			[]
6.	ผู้ป่วยเบาหวานควรควบคุมอาหารเพื่อให้ได้ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ			[]
7.	อาการหิว ใจสั่น เหงื่อออก ตัวเย็นควรดูแลตนเองเบื้องต้นโดยอมน้ำตาลหรือลูกอมทันที			[]
8.	ผลไม้ที่ผู้ป่วยเบาหวานไม่ต้องจำกัดปริมาณคือ ขนุนกล้วย			[]
9.	การรับประทานอาหารประเภท แป้ง อาหารทอด ขนมหวาน ทำให้ปริมาณน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติได้			[]
10.	ผู้ป่วยเบาหวานควรดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ เพื่อให้น้ำตาลในเลือดลดลง			[]
11.	การออกกำลังกายแต่ละครั้งควรใช้เวลา 30 นาที ขึ้นไป			[]
12.	การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้ป่วยเบาหวานคือ การเดินเร็ว การรำไม้พลอง			[]
13.	ผู้ป่วยเบาหวานไม่ควรออกกำลังกายขณะหิวหรืออิ่ม			[]
14.	ท่านรับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่งและรับประทานต่อเนื่อง			[]
15.	หลังรับประทานยาเบาหวานแล้วเกิดอาการหิว เหงื่อออก ใจสั่น คล้ายจะเป็นลมบ่อยๆ ควรปรึกษาแพทย์			[]
16.	ถ้าไม่ได้รับประทานอาหารในมือนั้นๆ ไม่ต้องรับประทานยาเบาหวาน			[]
17.	คนอ้วน เสี่ยงต่อการเป็นเบาหวานมากกว่าคนผอม			[]
18.	ผู้ป่วยเบาหวานจำเป็นต้องให้ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ เพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่อ ตา ไต หัวใจ หรือเท้า			[]
19.	หากมีอาการ ชาที่เท้าควรใช้กระเป๋าน้ำร้อนวางที่เท้าหรือใช้ยาหม่องนวดเข้า-เย็น			[]
20.	ผู้ป่วยเบาหวานควรได้รับการตรวจเลือดและการทำงานของไตอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง			[]

ตอนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในอำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านมากที่สุดโดยถือเกณฑ์การปฏิบัติดังนี้

- ปฏิบัติเป็นประจำ
- หมายถึง
- กิจกรรมในข้อความนั้นท่านได้ทำเป็นประจำเสมอ
- ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
- หมายถึง
- กิจกรรมในข้อความนั้นท่านได้ทำไม่สม่ำเสมอ
- ไม่เคยปฏิบัติ
- หมายถึง
- กิจกรรมในข้อความนั้นท่านไม่ได้ทำเลย

ที่	ข้อคำถาม	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ	สำหรับ ผู้วิจัย
พฤติกรรมในการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร					
1.	ท่านรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อและตรงเวลา (3)				[]
2.	ท่านรับประทานอาหารว่าง ขนม ของจุบจิบระหว่างมื้ออาหาร (1)				[]
3.	ท่านดื่มน้ำอัดลม น้ำหวาน น้ำผลไม้ (1)				[]
4.	ท่านรับประทานเนื้อปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ ถั่ว เมล็ดแห้ง (3)				[]
5.	ท่านงดรับประทานอาหารหวานและ ขนมหวาน หรือ รับประทานไม่เกิน 1-2 คำ (3)				[]
6.	ท่านรับประทานอาหารตามความต้องการโดยไม่จำกัดปริมาณ (1)				[]
7.	ท่านควบคุมการรับประทานอาหารแต่ละวันให้มีปริมาณใกล้เคียงกัน (3)				[]
8.	ท่านรับประทานอาหารผักและ/หรือผลไม้ประเภทต่างๆ (3)				[]
9.	ท่านรับประทานอาหาร ขนม ผลไม้ที่มีรสหวาน (1)				[]
10	ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงด้วยกะทิและไขมันเป็นส่วนประกอบเช่นของทอด ผัดต่างๆ แกงเขียวหวาน (1)				[]

ที่	ข้อความ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ	สำหรับ ผู้วิจัย
11.	ท่านรับประทานอาหารประเภทข้าว แป้ง ขนมปัง ผีอก มัน (1)				[]
12.	ท่านควบคุมน้ำหนักตัวอย่างสม่ำเสมอ (3)				[]
13.	ท่านดื่มของที่มีแอลกอฮอล์หรือสูบบุหรี่ (1)				[]
พฤติกรรม的自我检测เอง ด้านการออกกำลังกาย					
1.	ท่านออกกำลังกายที่เหนื่อยเหมาะสมตามกำลังของ ตนเองแล้วค่อยๆเพิ่มขึ้นต่อเนื่องอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที (3)				[]
2.	ท่านออกกำลังกายประจำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง (3)				[]
3.	ท่านออกกำลังกายสม่ำเสมอติดต่อกันนานมากกว่า 3 เดือน (3)				[]
4.	ท่านออกแรงทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น ถูบ้านจน เหงื่อออก ทำสวน อย่างน้อย 20 นาที (3)				[]
5.	ท่านบันทึกน้ำหนักตัวของท่านเปรียบเทียบกับเดือน ที่แล้ว (3)				[]
พฤติกรรม的自我检测เอง ด้านการรับประทานยา					
1.	ท่านรับประทานยาเบาหวานตรงตามจำนวนที่แพทย์สั่ง และรับประทานอย่างต่อเนื่อง (3)				[]
2.	ท่านรับประทานยาเบาหวานชนิดก่อนอาหาร ก่อนที่จะ รับประทานอาหาร 30 นาที (3)				[]
3.	ท่านลืมรับประทานยาเบาหวาน(1)				[]
4.	ถ้าท่านลืมรับประทานยาเบาหวาน ท่านจะรับประทาน ทันทีที่นึกได้ (3)				[]
5.	ท่านปรับขนาดยาเบาหวานโดยการลดหรือเพิ่มยาหรือ หยุดยาคด้วยตัวเอง (1)				[]
6.	เมื่อมีอาการไม่สบาย ท่านจะงดยาเบาหวานในมือนั้น (1)				[]

ที่	ข้อความ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ	สำหรับ ผู้วิจัย
7.	ท่านเคยซื้อยาเบาหวานรับประทาน (1)				[]
8.	ท่านรับประทานยาสมุนไพรหรืออาหารเสริมอื่น ร่วมกับยาแผนปัจจุบันเพื่อรักษาเบาหวาน (1)				[]
9.	พบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง (3)				[]

ภาคผนวก จ

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 พฤติกรรมด้านการรับประทานอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

Reliability

***** Method 1 (space saver) will be used for this analysis *****

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
P1	27.4333	14.8057	-.8056	.8090
P2	27.6000	8.3172	.6198	.6576
P3	27.5667	9.0126	.6272	.6606
P4	27.3667	7.8954	.7886	.6226
P5	27.2000	9.4069	.6043	.6678
P6	27.5667	9.7023	.4028	.6989
P7	27.0000	10.3448	.5482	.6858
P8	26.8000	11.8207	.1423	.7237
P9	27.6667	11.7471	.1851	.7214
P10	27.7667	11.6333	.1823	.7213
P11	28.7333	12.1333	.0000	.7273
P12	27.2667	9.1678	.6061	.6650
P13	26.8333	11.5230	.2497	.7169

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 13

Alpha = .7223

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมด้านการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

Reliability

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
PA1	9.4000	2.7310	.7957	.7239
PA2	9.4333	2.6678	.8728	.7020
PA3	9.4333	2.6678	.8728	.7020
PA4	9.5333	2.7402	.5896	.7908
PA5	9.0000	4.0000	.0645	.9172

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 5

Alpha = .8164

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมด้านการรับประทานยาของผู้ป่วยโรคเบาหวาน

Reliability

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
PM1	20.5333	3.8437	.6169	.6692
PM2	20.6333	3.8264	.6212	.6681
PM3	20.9000	4.5759	.4596	.7056
PM4	20.6333	4.3092	.3818	.7213
PM5	20.1667	5.0402	.3834	.7230
PM6	20.6667	4.3678	.4365	.7080
PM7	20.1333	5.3609	.1740	.7415
PM8	20.9000	4.5069	.3891	.7164
PM9	20.2333	4.8747	.2494	.7378

ประวัติผู้วิจัย



ชื่อ-สกุล นางชนิษฐา แก้วล่องลอย
 วัน เดือน ปีเกิด 06 มีนาคม 2506
 สถานที่เกิด จังหวัดระนอง
 ที่อยู่ปัจจุบัน 48 หมู่ที่ 7 ตำบลปากจั่น อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง 85110
 ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2526 ประกาศนียบัตรผลคูณกรรมกอนามัย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช
 จังหวัดราชบุรี
 พ.ศ. 2532 ประกาศนียบัตรพยาบาลและผลคูณกรรมกอนามัย
 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดสุราษฎร์ธานี
 พ.ศ. 2542 พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช
 จังหวัดราชบุรี
 พ.ศ. 2547 ประกาศนียบัตรการพยาบาลเฉพาะทาง สาขาเวชปฏิบัติทั่วไป
 (การรักษาโรคเบื้องต้น) มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จังหวัดนครศรีธรรมราช

ประสบการณ์ในการทำงาน

พ.ศ.2526 เจ้าหน้าที่ผดุงกรรมกอนามัย สถานีอนามัยบางพระเหนือ อำเภอละอุ่น
 จังหวัดระนอง
 พ.ศ. 2533 พยาบาลเทคนิค สถานีอนามัย จ.ป.ร. อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง
 พ.ศ. 2542- ปัจจุบัน พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปากจั่น
 อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง 85110

