



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

## ภาคผนวก ก

### รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ศาสตราจารย์นายแพทย์สุจิต ล้ำเลิศกุล หน่วยโรคไต ภาควิชาอายุรศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัย
2. นางสาวนวลพรรณ บางทิพย์ หัวหน้าหน่วยโภชนศึกษา  
นักโภชนาการระดับ 6
3. นางสาวพงษ์ลดา นวชัย พยาบาลหน่วยไตเทียม  
โรงพยาบาลแมคคอร์มิค

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

## ภาคผนวก ข

### แบบสอบถามภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง ที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

#### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้ใช้เก็บข้อมูล มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คำตอบที่ได้รับจะไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบแบบสอบถามแต่อย่างใด ผลการศึกษาที่ได้จะใช้ประโยชน์ทางการศึกษาและจะเสนอผลการศึกษาในภาพรวมเท่านั้น

2. รายละเอียดของแบบสอบถามซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

3. ขอความกรุณาตอบคำถามให้ชัดเจนและตอบคำถามตามความเป็นจริงเพื่อประโยชน์ในการศึกษา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

จรรยา ณะปัญญา

(นางสาวจรรยา ณะปัญญา)

ผู้ศึกษา

## แบบสอบถาม

เรื่องแบบสอบถามภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง  
ที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

## ส่วน 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง ให้เติมคำลงในช่องว่าง และใส่เครื่องหมาย / ลงในช่อง ( ) หน้าข้อความซึ่งตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ  1. ชาย  2. หญิง
2. อายุ.....ปี
3. สถานภาพ  1. โสด  2. สมรส  
 3. หม้าย  4. หย่า  
 5. แยกกันอยู่
4. ระดับการศึกษา  1. ไม่ได้เรียนหนังสือ  2. ประถมศึกษาตอนต้น  
 3. ประถมศึกษาตอนปลาย  4. มัธยมศึกษาตอนต้น  
 5. มัธยมศึกษาตอนปลาย  6. อนุปริญญา  
 7. ปริญญาตรี  8. อื่นๆโปรดระบุ.....
5. อาชีพปัจจุบัน  1. เกษตรกร  2. รับจ้าง  
 3. รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ  4. พนักงานบริษัท/ลูกจ้าง  
 5. ค้าขาย  6. อื่นๆโปรดระบุ.....
6. ศาสนา  1. พุทธ  2. คริสต์  
 3. อิสลาม  4. อื่นๆโปรดระบุ.....
7. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน  1. ไม่มีรายได้  2. น้อยกว่า 5,000 บาท  
 3. 5,000-10,000 บาท  4. 10,000-15,000 บาท  
 5. มากกว่า 15,000 บาท

8. หากท่านไม่มีรายได้ท่านได้รับการเงินจากใคร
- ( ) 1. สามี/ภรรยา ( ) 2. บุตร  
 ( ) 3. ญาติ/พี่น้อง ( ) 4. พ่อ/แม่  
 ( ) 5. อื่นๆ โปรดระบุ.....
9. ท่านได้รับการบำบัดทดแทนไตโดยการฟอกเลือดกี่ปี
- ( ) 1 ปี  
 ( ) 2 ปี  
 ( ) 3 ปี  
 ( ) 4 ปี  
 ( ) มากกว่า 4 ปี
10. ท่านมาฟอกไตกี่ครั้งต่อสัปดาห์
- ( ) น้อยกว่าหนึ่งครั้ง (มากกว่า 7 วันต่อครั้ง)  
 ( ) หนึ่งครั้ง ( ) สองครั้ง  
 ( ) สามครั้ง ( ) สี่ครั้ง
11. สมาชิกในครอบครัวที่เตรียมอาหาร
- ( ) ตัวท่านเอง ( ) สามี/ภรรยา  
 ( ) พี่/น้อง ( ) พ่อ/แม่  
 ( ) บุคคลอื่น โปรดระบุ.....
12. แหล่งที่ท่านได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับอาหารเฉพาะ โรคและการปฏิบัติตัว(ตอบได้มากกว่าหนึ่งข้อ)
- ( ) แพทย์  
 ( ) พยาบาล  
 ( ) นักโภชนาการ  
 ( ) วิทยุ/โทรทัศน์  
 ( ) หนังสือ/เอกสาร/แผ่นพับ  
 ( ) เพื่อน/ญาติพี่น้อง  
 ( ) อื่นๆ โปรดระบุ.....

## ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

**คำชี้แจง** การรับประทานอาหารของท่านเป็นอย่างไรในระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา กรุณาใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องด้านขวามือที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านมากที่สุด โดยแบ่งระดับการรับประทานอาหาร ออกเป็น 4 ระดับ

รับประทานเป็นประจำ หมายถึง รับประทาน 5-6 ครั้ง/สัปดาห์  
 รับประทานบ่อยครั้ง หมายถึง รับประทาน 1-4 ครั้ง/สัปดาห์  
 รับประทานบางครั้ง หมายถึง รับประทาน 1-4 ครั้ง/เดือน  
 ไม่เคยรับประทาน หมายถึง ไม่เคยรับประทานเลยหรือน้อยกว่า 12 ครั้ง/ปี

ชนิดอาหาร/เครื่องดื่ม/เครื่องปรุง	ความถี่การบริโภค				ผู้วิจัย
	ประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคย	
1.เนื้อหมู/วัว/ไก่ไม่ติดมัน					
2.เนื้อปลาน้ำจืด/ปลาทะเล					
3.อาหารทะเล/อาหารทะเลแช่แข็ง					
4. เครื่องในสัตว์					
5. ไข่แดงของไข่ไก่					
6. ไข่ขาวของไข่ไก่					
7. นมสด/นมพร้อมมันเนย/นมถั่วเหลือง					
8. ไมโล/โอวัลติน					
9. ไอศกรีม					
10. น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง, น้ำมัน รำข้าว					
11. น้ำมันหมู, น้ำมันปาล์ม					
12. หัวปลี/ผักชี/ต้นกระเทียม					

**คำชี้แจง** การรับประทานอาหารของท่านเป็นอย่างไรในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา กรุณาใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องด้านขวามือที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านมากที่สุด โดยแบ่งระดับการรับประทานอาหาร ออกเป็น 4 ระดับ

รับประทานเป็นประจำ หมายถึง รับประทาน 5-6 ครั้ง/สัปดาห์  
 รับประทานนานๆครั้ง หมายถึง รับประทาน 1-4 ครั้ง/สัปดาห์  
 รับประทานบางครั้ง หมายถึง รับประทาน 1-4 ครั้ง/เดือน  
 ไม่เคยรับประทาน หมายถึง ไม่เคยรับประทานเลยหรือน้อยกว่า 12 ครั้ง/ปี

ชนิดอาหาร/เครื่องดื่ม/เครื่องปรุง	ความถี่การบริโภค				ผู้วิจัย
	ประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคย	
13. แครอท/มะเขือเปราะ/หอมแดง/ แตงกวา/ผักกาดขาว/เห็ดนางฟ้า/บวม เห็ดเข็ม/หอมหัวใหญ่					
14. เห็ดหูหนู					
15. ทูเรียน/กล้วยหอม					
16. ลำไย/สับปะรด/ฝรั่ง/เงาะ/ส้ม					
17. น้ำสะอาด เช่น น้ำดื่ม					
18. น้ำแร่/น้ำหวาน/น้ำอัดลม/ชา/กาแฟ					
19. ผลไม้สดคั้น					
20. เติมเกลือป่น/น้ำปลา/ซีอิ๊ว/ซอสปรุง รส/ผงชูรสก่อนรับประทาน					
21. อาหารแปรรูป เช่น ไส้กรอก หมูยอ แฮม					
22. บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป					
23. ขนมปัง เบเกอรี่ เล็ก ๆ กุกี้					
24. อาหารกระป๋อง เช่น ผักกาดกระป๋อง ปลากระป๋อง					
25. ผลไม้กระป๋อง					

ภาคผนวก ค

แบบบันทึกข้อมูลสุภาพ

1. น้ำหนักหลังฟอกเลือด.....กิโลกรัม
2. ส่วนสูง.....เซนติเมตร
3. ดัชนีมวลกาย.....กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved



## ภาคผนวก ง

### เอกสารพิทักษ์สิทธิ์

#### ข้อมูลสำหรับอาสาสมัคร

ชื่อโครงการวิจัย ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ชื่อผู้วิจัย นางสาวจิรภา ณะปัญญา นักศึกษาปริญญาโท

สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ข้าพเจ้านางสาวจิรภา ณะปัญญา นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังศึกษาหัวข้ออิสระเรื่อง “ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม” ข้าพเจ้าขอเชิญท่านเข้าร่วมโครงการวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ โดยจะอธิบายให้ท่านทราบและเปิดโอกาสให้ท่านอ่านข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา ครั้งนี้ หากมีข้อสงสัยประการใดกรุณาซักถามจากข้าพเจ้า ซึ่งเป็นผู้ที่สามารถให้ความกระจ่างกับท่านได้ คำตอบของท่านจะมีคุณค่ายิ่งต่อการนำไปเป็นแนวทางแก่เจ้าหน้าที่บริษัทเชียงใหม่คลินิกโรคไตในการส่งเสริมการดูแลสุขภาพทางด้านโภชนาการแก่ท่านต่อไป และท่านสามารถถอนตัวออกจากโครงการเมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลเสียหายใดๆเกิดขึ้นกับตัวท่าน

เมื่อท่านทราบและยินดีให้ความร่วมมือ กรุณาลงนามในความร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้

ขอขอบคุณสำหรับความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

ลายมือชื่อ.....ผู้เข้าร่วมการศึกษา  
( )

ลายมือชื่อ.....พยาน  
( )

ลายมือชื่อ.....ผู้ศึกษา  
(นางสาวจิรภา ณะปัญญา)

## ภาคผนวก จ

### หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยที่ได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ

วันที่..... เดือน..... พ.ศ.....

ข้าพเจ้า..... อายุ..... ปี  
อาศัยอยู่บ้านเลขที่.....  
ถนน..... ตำบล.....  
อำเภอ.....  
จังหวัด..... รหัสไปรษณีย์.....  
โทรศัพท์.....

ขอแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยเรื่อง ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมกาบริโภคอาหารของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังที่ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

โดยข้าพเจ้าได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและจุดมุ่งหมายในการทำวิจัยรายละเอียดขั้นตอนต่างๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับของการวิจัยได้อ่านข้อความที่มีรายละเอียดอยู่ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด อีกทั้งยังได้รับคำอธิบายและตอบข้อสงสัยจากผู้ทำการวิจัยเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมใน โครงการวิจัยนี้ หากข้าพเจ้ามีข้อข้องใจเกี่ยวกับขั้นตอนของการวิจัยข้าพเจ้าจะติดต่อกับ นางสาวจิรภา ณะปัญญา พยาบาลประจำการ แผนกไตเทียม บริษัท เชียงใหม่คลินิกโรคไต จังหวัดเชียงใหม่

หมายเลขโทรศัพท์ที่ติดต่อได้ทั้งใน 053-226657-226659, 081-0204499

และนอกเวลาราชการ 081-0204499

หากข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติไม่ตรงตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถติดต่อกับประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยด้านสาธารณสุขในคน จังหวัดเชียงใหม่ หรือผู้แทนได้ที่ กลุ่มงานพัฒนาศาสตร์สาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งมีสำนักงานอยู่ที่ ชั้น 1 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่ เลขที่ 10 ถนนสุเทพ อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ 50200 หมายเลขโทรศัพท์ 053 211048 -50 ต่อ 118

ข้าพเจ้าได้ทราบถึงสิทธิ์ที่ข้าพเจ้าจะได้รับข้อมูลเพิ่มเติมทั้งทางด้านประโยชน์ และโทษจากการเข้าร่วมการวิจัย และสามารถถอนตัวหรืองดเข้าร่วมการวิจัยได้ทุกเมื่อ โดยจะไม่มีผลกระทบต่อ การบริการและการรักษาพยาบาลที่ข้าพเจ้าจะได้รับต่อไปในอนาคต และยินยอมให้ผู้วิจัยใช้ข้อมูล

ส่วนตัวของข้าพเจ้าที่ได้รับจากการวิจัย แต่จะไม่เผยแพร่ต่อสาธารณะเป็นรายบุคคล โดยจะนำเสนอเป็นข้อมูลโดยรวมจากการวิจัยเท่านั้น

ข้าพเจ้าเข้าใจข้อความในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และหนังสือแสดงเจตนายินยอมนี้ โดยตลอดแล้ว จึงลงลายมือชื่อไว้

ลงชื่อ..... ผู้เข้าร่วมการวิจัย /วันที่.....

(.....)

ลงชื่อ..... ผู้ทำการวิจัย/วันที่.....

(.....)

ในกรณีผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่สามารถอ่านหนังสือได้ผู้ที่อ่านข้อความทั้งหมดแทนผู้เข้าร่วมการวิจัยคือจึงได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นพยาน

ลงชื่อ..... พยาน/วันที่.....

(.....)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

## ภาคผนวก จ

ตาราง จ.1 แสดงความถี่ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านที่ควรบริโภค

อาหารที่ด้านควรบริโภค	ความถี่การบริโภค			
	ประจำ (5-6 ครั้ง/สัปดาห์)	บ่อยครั้ง (1-4 ครั้ง/สัปดาห์)	บางครั้ง (1-4 ครั้ง/เดือน) (ไม่รับประทานเลย)	ไม่เคย
น้ำสะอาด	51.10	21.10	21.10	6.70
น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง/น้ำมันรำข้าว	41.10	25.60	27.80	5.60
ไข่ขาว	34.40	40.00	21.10	4.40
เนื้อหมู/วัว/ไก่ไม่ติดมัน	28.90	31.10	37.80	2.20
เนื้อปลาน้ำจืด/ปลาทะเล	24.40	40.40	33.20	2.00
เห็ดหูหนู	3.30	47.80	10.00	38.90
ลำไย/สับปะรด/ฝรั่ง/เงาะ/ส้ม	1.10	12.20	65.60	21.10

ตาราง จ.1 พบว่าความถี่พฤติกรรมการบริโภคอาหารควรบริโภค กลุ่มตัวอย่างบริโภค ประจำ (5-6 ครั้ง/สัปดาห์) ได้แก่ น้ำสะอาด ร้อยละ 51.10 และ น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง/น้ำมันรำข้าว 41.10

ตาราง น.2 แสดงความถี่ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านที่ควรหลีกเลี่ยง

อาหารด้านที่ควรหลีกเลี่ยง	ความถี่การบริโภค			
	ประจำ (5-6 ครั้ง/สัปดาห์)	บ่อยครั้ง (1-4 ครั้ง/สัปดาห์)	บางครั้ง (1-4 ครั้ง/เดือน)	ไม่เคย (ไม่รับประทานเลย)
ทุเรียน/กล้วยหอม	1.10	1.10	13.30	84.40
ผลไม้กระป๋อง	-	2.20	16.70	81.10
น้ำผลไม้สดคั้น	2.20	4.40	28.90	64.40
อาหารกระป๋อง เช่น ผักกาดกระป๋อง/ ปลากระป๋อง	1.10	3.30	40.00	55.60
เครื่องในสัตว์	2.20	42.20	3.30	52.20
นมสด/นมพว่องมันเนย/นมถั่วเหลือง	2.20	42.20	13.30	42.20
อาหารทะเล/อาหารทะเลแช่แข็ง	-	55.60	3.30	41.10
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	3.30	5.60	51.10	40.00
น้ำแร่/น้ำหวาน/น้ำอัดลม/ชา/กาแฟ	15.60	15.60	33.30	35.60
น้ำมันหมู/น้ำมันปาล์ม	15.60	11.10	38.90	34.40
ไอศกรีม	4.40	7.80	55.60	32.20
ไข่แดง	4.40	51.10	13.30	31.10
ไมโล / โอวัลติน	6.70	15.60	47.70	30.00
อาหารแปรรูป เช่น ไส้กรอก/หมูยอ/แหนม	4.40	16.70	53.30	25.60
เดิมเกลือป่น/น้ำปลา/ซีอิ๊ว/ซอสปรุงรส/ ผงชูรสก่อนรับประทาน	16.70	17.80	46.70	18.90
ขนมปัง/เบเกอรี่/เค้ก/คุกกี้	15.60	18.90	48.90	16.70
หัวปลี/ผักชี/ต้นกระเทียม	25.60	23.30	37.80	13.30
แครอท/มะเขือเปราะ/หอมแดง/แตงกวา/ ผักกาดขาว/เห็ดนางฟ้า/บวมเหลี่ยม/หอมหัวใหญ่	15.60	28.90	54.40	1.10

ตาราง น.2 พบว่าความถี่ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านที่ควรหลีกเลี่ยงที่กลุ่ม

ตัวอย่างไม่เคยบริโภค ได้แก่ ทุเรียน/กล้วยหอม ร้อยละ 84.40 และ ผลไม้กระป๋อง ร้อยละ 81.10

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาวจิรภา ณะปัญญา
วัน เดือน ปี เกิด	23 เมษายน 2520
ประวัติการศึกษา	2538 มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสตรีศรีน่าน จังหวัดน่าน
2542	พยาบาลศาสตรบัณฑิต (การผดุงครรภ์ชั้นสูง) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ประวัติการทำงาน	2547 จนถึงปัจจุบัน พยาบาลประจำการ แผนกไตเทียม บริษัทเชียงใหม่คลินิกโรคไต จังหวัดเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved