

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์

การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

แบบสัมภาษณ์นี้ จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย เพื่อประกอบการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย ซึ่งศึกษาโดยนางสาว อัมภวรรณ ใจเป็ย นักศึกษาปริญญาโท สาขาสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คำชี้แจง

แบบสัมภาษณ์นี้ ประกอบด้วยข้อมูล 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

ส่วนที่ 2 ข้อมูลการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

ผู้สัมภาษณ์ อ่านข้อความให้ผู้ถูกสัมภาษณ์ตอบตรงกับความเป็นจริงมากที่สุดเลือกตอบเพียง 1 คำตอบ ในส่วนที่ 1 ให้ใส่เครื่องหมาย / ลงในช่อง ที่ตรงกับผู้ถูกสัมภาษณ์ตอบ สำหรับ ในส่วนที่ 2 ผู้สัมภาษณ์ อ่านข้อคำถามในส่วนของการดูแลตนเอง ซึ่งข้อคำถามจะมีทั้งคำถามที่เป็นทั้งด้านบวกและด้านลบ(ข้อที่มีเครื่องหมาย ⊕ จะเป็นข้อคำถามที่เป็นด้านลบ) แต่ผู้ถูกสัมภาษณ์ เมื่ออ่านจบแล้ว ให้ผู้ถูกสัมภาษณ์เลือกตอบ “ปฏิบัติเป็นประจำ” “ปฏิบัติเป็นบางครั้ง” หรือ “ไม่ปฏิบัติ” โดย ผู้สัมภาษณ์ เป็นผู้เขียนเครื่องหมาย / ในช่องด้านขวามือ ให้ตรงกับข้อความนั้นๆ และเติมข้อความลงในช่องว่างที่ให้ตอบทั้ง 2 ส่วน สำหรับข้อที่มีเครื่องหมาย * หน้าข้อความนั้น ผู้สัมภาษณ์จะสังเกตเพิ่มเติมขณะเยี่ยมบ้านของผู้ถูกสัมภาษณ์ที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่ คำตอบที่ได้จะถือเป็นความลับ ไม่มีผลต่อการรักษาพยาบาลที่ผู้ถูกสัมภาษณ์ได้รับ

แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วย เรื่องการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ.....ปี

3. สถานภาพสมรส

โสด

หย่า / แยก

คู่

หม้าย

4. ระดับการศึกษา

ไม่ได้เรียนหนังสือ

มัธยมศึกษา

ประถมศึกษา

อาชีวศึกษา

อุดมศึกษา

5. อาชีพของท่านในปัจจุบัน

ไม่มีอาชีพ

ค้าขาย

รับราชการ

เกษตรกรรม

ธุรกิจ

อื่นๆ ระบุ.....

6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ไม่มีรายได้

5,001 -10,000

ไม่เกิน 5,000 บาท

10,001 บาทขึ้นไป

7. ผู้ให้การดูแลช่วยเหลือขณะเจ็บป่วย

บิดา / มารดา

พี่ / น้อง

สามี / ภรรยา

เพื่อน

บุตร / ธิดา

อื่นๆ ระบุ.....

8. ผู้รับผิดชอบในการจ่ายค่ารักษา

ตัวเอง

บุตร / ธิดา

บิดา / มารดา

พี่ / น้อง

สามี / ภรรยา

อื่นๆ ระบุ.....

9. ระยะเวลาที่เจ็บป่วยด้วยโรคไตวายเรื้อรัง
- 1-6 เดือน มากกว่า 1 ปี
- 7-12 เดือน
10. ระยะเวลาที่ได้รับการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยไตเทียม
- 1-6 เดือน มากกว่า 1 ปี
- 7-12 เดือน
11. ระยะเวลาในการมารับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมแต่ละครั้ง
- 2-3 วัน 7 วัน
- 5 วัน มากกว่า 7 วัน
12. โรคประจำตัวอื่นๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 2 การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

การดูแลตนเอง	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ	การสังเกต
<p>การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป</p> <p>1. คงไว้ซึ่ง อากาศ น้ำ และ อาหารที่พอเพียง</p> <p>☉1.1 ท่านไปสถานที่ที่แออัด หรือมีอากาศถ่ายเทไม่สะดวก เช่นตลาดนัด โรงภาพยนตร์</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>2. คงไว้ซึ่งการขับถ่ายและการระบายให้เป็นไปตามปกติ และการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล</p> <p>2.1 ท่านถ่ายอุจจาระทุกวัน หรือวันเว้นวันอย่างเป็นปกติ</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>3 รักษาความสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน</p> <p>*3.1 ท่านออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน โดยการเดิน หรือทำงานบ้านอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>4.รักษาความสมดุลระหว่างการใช้เวลาเป็นส่วนตัวกับการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น</p> <p>*4.1 ท่านมีเวลาอยู่คนเดียวในบางครั้ง</p> <p>.</p>				

การดูแลตนเอง	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ	การสังเกต
<p>5. ป้องกันอันตรายต่างๆต่อชีวิต หน้าที่ และสวัสดิภาพ</p> <p>*5.1 ท่านสนใจติดตามข่าวสาร หรือสอบถามแพทย์ พยาบาล หรือนักโภชนาการ เกี่ยวกับโรคไตวายเรื้อรัง</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>6. ส่งเสริมการทำหน้าที่และพัฒนาการให้ถึงขีดสูงสุด ภายใต้ระบบสังคมและความสามารถของตนเอง</p> <p>6.1 ท่านยอมรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เกิดขึ้นได้</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ</p> <p>☉1.ท่านมีอาการเปลี่ยนแปลงง่ายหลังจากป่วยด้วยโรคไตวายเรื้อรัง</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>การดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อมีภาวะเบี่ยงเบนสุขภาพ</p> <p>1 แสวงหาความช่วยเหลือจากบุคคลที่เชื่อถือได้</p> <p>1.1 ท่านสอบถามเกี่ยวกับโรคไตวายเรื้อรัง และแนวทางในการดูแลรักษาโรคจากแพทย์ผู้ดูแล หรือเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>.</p>				

การดูแลตนเอง	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ	การสังเกต
<p>2. รับรู้ สนใจ และดูแลผลของพยาธิสภาพ ซึ่งรวมถึงผลที่กระทบต่อพัฒนาการของตนเอง</p> <p>*2.1 ท่านชั่งน้ำหนักตัว ก่อนรับประทานอาหาร มือเข้า อย่างน้อย 1 ครั้งต่อสัปดาห์</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>3. ปฏิบัติตามแผนการรักษา การวินิจฉัย ฟันฟู และป้องกันผลของพยาธิสภาพที่เกิดขึ้น</p> <p>* 3.1 ท่านรับประทานยาที่ปรุ่งเฉพาะ โรคไตวาย</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>4. รับรู้และสนใจที่จะคอยปรับและป้องกันความไม่สุขสบายจากผลข้างเคียงของการรักษาหรือจากโรค</p> <p>4.1 ท่านคอยสังเกตอาการที่ผิดปกติของร่างกาย ขณะได้รับการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมและแจ้งให้เจ้าหน้าที่ ที่ดูแลทราบทันที</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>ข้อ 4.3-4.7 สำหรับผู้ที่ตัดต่อเส้นเลือด</p> <p>★4.3 ท่านยอมให้มีการเจาะเลือด ฉีดยา หรือวัดความดันโลหิตแขนข้างที่ตัดต่อเส้นเลือด</p> <p>4.4 ท่านระมัดระวังแขนข้างที่ตัดต่อเส้นเลือด กระทบกระแทกของแข็งหรือของมีคม หรือยกของหนักเกินไป</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>.</p>				

การดูแลตนเอง	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ	การสังเกต
<p>ข้อ 4.8-4.12 สำหรับผู้ที่ใส่สายสวน (catheter)</p> <p>4.8 ท่านระมัดระวังการเปียกน้ำของ แผลบริเวณที่แทงสายสวน (catheter)</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>5. คัดแปลงอัตมโนทัศน์ และภาพลักษณ์ในการที่จะยอมรับภาวะสุขภาพของตนเอง</p> <p>*5.1 ท่านใช้วิธีแต่งหน้าหรือแต่งตัวให้ดูดีขึ้น เพื่อช่วยปิดบังความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>6. เรียนรู้ที่จะมีชีวิตอยู่กับผลของพยาธิสภาพ และแผนการรักษาตามความสามารถที่เหลืออยู่ และสามารถตั้งเป้าหมายในชีวิตตามความเป็นจริง</p> <p>*6.1 ท่านแสวงหาความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่จะอยู่กับโรคไตวายเรื้อรัง</p> <p>.</p> <p>.</p>				

ภาคผนวก ข

สถิติที่ใช้ในการศึกษา

1. การหาความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ การดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย ใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค โดยใช้สูตรดังนี้ (ประคอง กรรณสูตร, 2542, หน้า 46)

$$\infty = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum S^2 i}{S^2 x} \right]$$

เมื่อ ∞ = ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น

k = จำนวนข้อของแบบสัมภาษณ์

$S^2 i$ = ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ

$S^2 x$ = ความแปรปรวนของคะแนนของผู้ตอบทั้งหมด หรือกำลังสองของส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนผู้ตอบทั้งหมด

2. การหาค่าเฉลี่ยของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย โดยใช้สูตร ดังนี้ (ประคอง กรรณสูตร, 2542, หน้า 69)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ X = ค่าเฉลี่ยของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

$\sum X$ = ผลรวมของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

N = จำนวนข้อมูลของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

3. การหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย โดยใช้สูตรดังนี้ (ประกอง วรรณสูตร, 2542, หน้า 70)

$$S.D = \sqrt{\frac{\sum X^2}{N} - \left[\frac{\sum X}{N}\right]^2}$$

เมื่อ S.D. = ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

$\sum X$ = ผลรวมของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

N = จำนวนข้อมูลของคะแนนการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย

มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก ค

ตารางแสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านต่างๆ

ตาราง 17 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งอากาศ น้ำ และอาหารที่พอเพียง

การดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งอากาศ น้ำ และ อาหารที่พอเพียง	ปฏิบัติเป็นประจำ จำนวน (ร้อยละ)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง จำนวน(ร้อยละ)	ไม่ปฏิบัติ จำนวน(ร้อยละ)
<p>★ 1. ไปสถานที่ที่แออัด หรือมีอากาศถ่ายเท ไม่สะดวกเช่นตลาดนัด โรงภาพยนตร์</p> <p>2. อาศัยอยู่ในที่ที่มีอากาศถ่ายเท ได้สะดวกอยู่เสมอ</p> <p>3. เมื่อมีอาการเหนื่อยหอบ หายใจ กิจกรรมที่ทำนั้นและนั่งพักทันที</p> <p>4. ดื่มน้ำในแต่ละวัน โดยประมาณจากจำนวนปีสสาวะที่ขับออกมาในวันก่อนและเพิ่มได้อีก 500-750 ซี.ซี.</p> <p>5. นำน้ำที่อยู่ในน้ำแกง ก๋วยเตี๋ยว นม หรือไอวีสติน มาคิดรวมเป็นปริมาณน้ำดื่มในแต่ละวัน</p> <p>6. ปรงอาหาร โดยการเติมรสเปรี้ยวหรือหวานเพิ่ม</p>	<p>4 (9.8)</p> <p>36 (87.8)</p> <p>41 (100)</p> <p>33 (80.5)</p> <p>1 (2.4)</p> <p>2 (4.9)</p>	<p>17 (41.4)</p> <p>5 (12.2)</p> <p>2 (4.9)</p> <p>10 (24.4)</p>	<p>20 (48.8)</p> <p>6 (14.6)</p> <p>40 (97.6)</p> <p>29 (70.7)</p>

ตาราง 17 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งอากาศ
น้ำ และอาหารที่พอเพียง (ต่อ)

การดูแลตนเองด้านการ คงไว้ซึ่ง อากาศ น้ำ และ อาหารที่พอเพียง	ปฏิบัติ เป็นประจำ จำนวน (ร้อยละ)	ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ไม่ปฏิบัติ จำนวน (ร้อยละ)
7. รับประทานอาหารโปรตีน จำพวก เนื้อปลา ไข่ขาว	28 (68.3)	11 (26.8)	2 (4.9)
8. รับประทานอาหารจำพวกแป้ง และน้ำตาลเพิ่มมากขึ้น	8 (19.5)	4 (9.8)	29 (70.7)
9. ใช้น้ำมันพืชในการปรุงอาหาร	39 (95.2)	1 (2.4)	1 (2.4)
★ 10. รับประทานอาหารประเภท เครื่องในสัตว์หน่อไม้		11 (26.8)	30 (73.2)
★ 11. รับประทานไขมันสัตว์ และ กะทิ		9 (22)	32 (78)
12. รับประทานอาหารรสจัด และไม่มีการเติม เกลือแกง น้ำปลา ซอส ซีอิ๊วหรือ ผงชูรสในอาหาร	21 (51.2)	15 (63.6)	5 (12.2)
★ 13. รับประทานอาหารประเภท ปลาแห้ง ปลาเค็ม ปูเค็ม		7 (17.1)	34 (82.9)
★ 14. รับประทานอาหารประเภท เมล็ดพืช นมสด เนย ไข่แดง	1 (2.4)	26 (63.4)	14 (34.2)
★ 15. รับประทานผลไม้ทุกวัน	4 (9.8)	22 (53.7)	15 (36.6)
★ 16. รับประทานอาหารประเภท หมักดอง		3 (7.3)	38 (92.7)
17. ดื่มน้ำผลไม้ไม่น้อยกว่า ½ ถ้วย หรือ 120 ซี.ซี.ต่อวัน	29 (70.7)	10 (24.4)	2 (4.9)

หมายเหตุ ★ = ข้อความทางด้านลบ

ตาราง 18 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งการขับถ่าย และการระบายให้เป็นไปตามปกติ และการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล

การดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งการขับถ่ายและการระบายให้เป็นไปตามปกติ และการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. ถ่ายอุจจาระทุกวัน หรือวันเว้นวันอย่างเป็นปกติ	38 (92.7)	1 (2.4)	2 (4.9)
★2. กลั้นอุจจาระหรือปัสสาวะ		8 (19.5)	33 (80.5)
3. ใช้แปรงสีฟันขนอ่อนนุ่ม	29 (70.7)		12 (29.3)
4. แปรงฟันหรือบ้วนปากหลังอาหารทุกครั้ง	37 (90.2)	4 (9.8)	
5. อาบน้ำหรือเช็ดตัวทุกวัน	41 (100)		
6. เปลี่ยนเสื้อผ้าทุกวัน	41 (100)		
7. รักษาความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ทุกครั้งหลังการขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ	41 (100)		

หมายเหตุ ★ = ข้อความทางด้านลบ

ตาราง 19 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการการดูแลตนเองด้านการรักษา
ความสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน

การดูแลตนเองด้านการรักษาความ สมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและ การพักผ่อน	ปฏิบัติ เป็นประจำ จำนวน(ร้อยละ)	ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง จำนวน(ร้อยละ)	ไม่ปฏิบัติ จำนวน(ร้อยละ)
1. ออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน โดยการเดิน หรือทำงานบ้าน อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง	25 (61)	10 (24.4)	6 (14.6)
★2. ออกกำลังกายอย่างหนักหรือยก ของหนัก	4 (9.8)	8 (9.8)	33 (80.4)
3. มีงานอดิเรกทำ	15 (36.6)	8 (19.5)	18 (43.9)
4. นอนหลับในตอนกลางคืน หรือกลางวันรวมกันแล้ว ประมาณวันละ 6-8 ชั่วโมง	35 (85.4)	6 (14.6)	
5. อ่านหนังสือ ฟังเพลง หรือทำ สมาธิ เมื่อนอนไม่หลับในตอน กลางคืน	25 (61)	6 (14.6)	10 (24.4)
6. รับประทานยานอนหลับ โดยไม่ มีคำสั่งการรักษาจากแพทย์		2 (4.9)	39 (95.1)
7. มีการพักผ่อนหย่อนใจ	30 (72.2)	6 (14.6)	5 (12.2)

หมายเหตุ ★ = ข้อความทางด้านลบ

ตาราง 20 จำนวนและร้อยละกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการรักษาความสมดุล ระหว่างการใช้เวลาเป็นส่วนตัวกับการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

การดูแลตนเองด้านการรักษา ความสมดุลระหว่างการใช้เวลา เป็นส่วนตัวกับการมี ปฏิสัมพันธ์ กับผู้อื่น	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. มีเวลาอยู่คนเดียว	29 (70.7)	2 (4.9)	10 (24.4)
2. มีการเข้าร่วมชมรมหรือมี กิจกรรมอื่น	6 (14.6)		35 (85.4)
3. มีการติดต่อพบปะหรือ สังสรรค์กับญาติ เพื่อนหรือ บุคคลที่รู้จักคุ้นเคยสม่ำเสมอ	40 (97.6)	1 (2.4)	
4. พุศุขหรือปรึกษาญาติหรือผู้ ใกล้ชิด เมื่อมีปัญหา	39 (95.2)	1 (2.4)	1 (2.4)
5. ทำกิจกรรมนอกบ้านได้ด้วย ตนเอง	28 (68.3)	1 (2.4)	12 (29.3)

ตาราง 21 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการป้องกันอันตรายต่างๆ ต่อชีวิต หน้าที่ และสวัสดิภาพ

การดูแลตนเองด้านการป้องกันอันตรายต่างๆ ต่อชีวิต หน้าที่ และสวัสดิภาพ	ปฏิบัติเป็นประจำ จำนวน(ร้อยละ)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง จำนวน(ร้อยละ)	ไม่ปฏิบัติ จำนวน(ร้อยละ)
1. สนใจติดตามข่าวสาร หรือ สอบถาม แพทย์ พยาบาล หรือนักโภชนาการ เกี่ยวกับโรคไตวายเรื้อรัง	31 (75.6)	5 (12.2)	5 (12.2)
★2. ใช้ยาเสพติดทุกชนิด			41 (100)
★3. สูบบุหรี่	1 (2.4)		40 (97.6)
★4. ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์			41 (100)
5. ระมัดระวังการเกิดอุบัติเหตุ หรือการได้รับบาดเจ็บต่างๆ ภายในบ้าน โดย			
5.5.1 ไม่ให้พื้นบ้านลื่น	34 (82.9)	7 (17.1)	
5.5.2 พื้นห้องน้ำแห้ง ไม่ลื่น	36 (87.8)	5 (12.2)	
5.5.3 บันไดมีราวเกาะ (n=32)	31 (96.9)		1 (3.1)
5.5.4 จัดเก็บของมีคมให้เข้าที่	39 (95.2)	1 (2.4)	1 (2.4)

หมายเหตุ ★ = ข้อความทางด้านลบ

ตาราง 22 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการการดูแลตนเองด้านการส่งเสริม
การทำหน้าที่ และพัฒนาการให้ถึงขีดสูงสุด ภายใต้ระบบสังคมและความสามารถของ
ตนเอง

การดูแลตนเองด้านการส่งเสริมการ ทำหน้าที่ และพัฒนาการให้ถึงขีดสูง สุด ภายใต้ระบบสังคมและความ สามารถของตนเอง	ปฏิบัติ	ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
	เป็นประจำ	เป็นบางครั้ง	
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. ยอมรับการเปลี่ยนแปลงของ ร่างกายที่เกิดขึ้น	41 (100)		
2. ยอมรับความเจ็บป่วย	41 (100)		
3. ปรับตัวต่อความเจ็บป่วยได้	41 (100)		

ตาราง 23 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะ
พัฒนาการ

การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะ พัฒนาการ	ปฏิบัติ	ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
	เป็นประจำ	เป็นบางครั้ง	
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
★ 1. อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย หลัง จากป่วยด้วยโรคไตวายเรื้อรัง	1 (2.4)	14 (34.2)	26 (63.4)
2. บรรเทาอาการเครียดได้เอง	40 (97.6)	1 (2.4)	
3. มีการระบายให้ผู้ที่เกี่ยวข้อง หรือฟังเพลง หรืออ่านหนังสือ ธรรมะ เพื่อระงับหรือลด อาการโกรธ /ไม่พอใจ	40 (97.6)	1 (2.4)	
4. มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาครอบครัว	40 (97.6)	1 (2.4)	
5. ให้คำปรึกษา แก่บุตรหลาน หรือ ญาติพี่น้อง	40 (97.6)	1 (2.4)	

หมายเหตุ ★ = ข้อความทางด้านลบ

ตาราง 24 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการแสวงหาและ
 คงไว้ซึ่งความช่วยเหลือจากบุคคลที่เชื่อถือได้

การดูแลตนเองด้านการแสวงหาและคงไว้ซึ่ง ความช่วยเหลือจากบุคคลที่เชื่อถือได้	ปฏิบัติ	ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
	เป็นประจำ	เป็นบางครั้ง	
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. สอบถามเกี่ยวกับโรคไตวายเรื้อรัง และแนว ทางในการดูแลรักษาโรคจากแพทย์ผู้ดูแล หรือเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง	25 (61)	11 (26.8)	5 (12.2)
2. ปรีกษาแพทย์ พยาบาล หรือนักจิตวิทยา เมื่อ เกิดภาวะแทรกซ้อนหรือได้รับความไม่ สุขสบายจากอาการของโรคไตวายเรื้อรัง	23 (56.1)	12 (29.3)	6 (14.6)
3. ปรีกษาแพทย์ เมื่อมีอาการเจ็บป่วยเพียง เล็กน้อย เช่น เป็นหวัดคัดจมูก มีไข้ ไอ หรือเจ็บคอ	25 (61)	7 (17)	9 (22)
★4. ซื่อซามารับประทานเอง		8 (19.5)	33 (80.5)

หมายเหตุ ★ = ซื่อซามทางด้านลบ

ตาราง 25 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการการดูแลตนเองด้านการรับรู้ สนใจ และดูแลผลของพยาธิสภาพ ซึ่งรวมถึงผลกระทบต่อพัฒนาการของตนเอง

การดูแลตนเองด้านการรับรู้ สนใจ และดูแลผลของพยาธิสภาพ ซึ่งรวมถึงผลที่กระทบต่อพัฒนาการของตนเอง	ปฏิบัติเป็นประจำ จำนวน(ร้อยละ)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง จำนวน(ร้อยละ)	ไม่ปฏิบัติ จำนวน(ร้อยละ)
1. มีการชั่งน้ำหนักตัวก่อนรับประทานอาหารมื้อเช้าอย่างน้อย 1 ครั้งต่อสัปดาห์	38 (92.7)	2 (4.9)	1 (2.4)
2. มีการจดบันทึกและตวงปริมาณน้ำดื่มและปัสสาวะ	1 (2.4)		40 (97.6)
3. สนใจที่จะขอรับการตรวจวัดความดันโลหิตสม่ำเสมอ	27 (65.9)	4 (9.7)	10 (24.4)
4. สังเกตอาการเบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน น้ำหนักลด	41 (100)		
5. สังเกตอาการบวม โดยเฉพาะบริเวณรอบดวงตา ปลายมือ ปลายเท้า	41 (100)		
6. สังเกตอาการหายใจลำบาก หรือ อึดอัดแน่น หรือมีหายใจยาวลึกนอนราบไม่ได้	41 (100)		
7. ใช้ออกซิเจนด้วยตัวเอง เมื่อมีอาการเหนื่อยหอบ (n = 11)	9 (81.8)		2 (18.2)
8. สังเกตอาการเลือดออก เช่นมีจุดจ้ำเลือดตามผิวหนัง อุจจาระมีเลือดปน หรือมีเลือดกำเดาไหล	40 (97.6)	1 (2.4)	

ตาราง 26 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการปฏิบัติตามแผนการรักษา การวินิจฉัย ฟันฟู และป้องกันผลของพยาธิสภาพที่เกิดขึ้น

การดูแลตนเองด้านการปฏิบัติตามแผนการรักษา การวินิจฉัย ฟันฟู และป้องกันผลของพยาธิสภาพที่เกิดขึ้น	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. รับประทานอาหารที่ปรุงเฉพาะโรคไตวาย	12 (29.3)	18 (43.9)	11 (26.8)
★ 2. รับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์หรือไข่ ในปริมาณมาก ก่อนมารับการฟอกเลือด		9 (22)	32 (78)
3. มีการจัดเก็บยาเฉพาะโรค แยกไว้ต่างหากจากยาอื่น	39 (95.1)		2 (4.9)
4. รับประทานยาครบตามจำนวน และตรงตามเวลาทุกมื้อตาม คำสั่งแพทย์	37 (90.2)	4 (9.8)	
5. รับประทานยาก่อนหรือหลังอาหาร อย่างน้อยครึ่งชั่วโมง	4 (9.8)	3 (7.3)	34 (82.9)
★ 6. มีการรับประทานยาเพิ่มขึ้นในมือถัดไป เมื่อลืมรับประทานยามือใดมือหนึ่ง		1 (24.4)	40 (97.6)
7. เวลาลุกขึ้นนั่ง หรือยืนทำอย่างช้าๆ	28 (68.3)	10 (24.4)	3 (7.3)
8. สังเกตอาการข้างเคียงที่เกิดจากการใช้ยา	41 (100)		
9. มารับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมตามแพทย์นัดทุกครั้ง	34 (82.9)	7 (17.1)	

หมายเหตุ ★ = ข้อความทางด้านลบ

ตาราง 27 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการรับรู้และสนใจที่จะคอย
ปรับและป้องกันความไม่สุขสบายจากผลข้างเคียงของการรักษาหรือจากโรค ของกลุ่มที่ตัดต่อ
หลอดเลือด (n=33)

การดูแลตนเองด้านการรับรู้และสนใจที่ จะคอยปรับและป้องกันความไม่สุข สบายจากผลข้างเคียงของการรักษาหรือ จากโรค ของกลุ่มที่ตัดต่อหลอดเลือด	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. สังเกตอาการที่ผิดปกติของร่างกาย ขณะได้รับการรักษาด้วยการ ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม	32 (97)	1 (3)	
2. สังเกตอาการที่ผิดปกติหลังจาก ได้รับการรักษาโดยการฟอก เลือดด้วยเครื่องไตเทียม	31 (94)	1 (3)	1 (3)
⊛ 3. ยอมให้มีการเจาะเลือด นิดยา หรือวัดความดันโลหิตของแขน ข้างที่ตัดต่อหลอดเลือด		2 (6)	31 (94)
4. ระมัดระวังการกระทบกระเทาะ กับของแข็งหรือของมีคม หรือยก ของหนักเกินไปบริเวณแขนข้างที่ ตัดต่อหลอดเลือด	30 (90.9)	3 (9.1)	
5. สังเกตอาการที่บ่งบอกถึงการติด เชื้อ ของแขนข้างที่ตัดต่อหลอดเลือด	32 (97)	1 (3)	
6. สังเกตการทำงานของหลอดเลือด ที่ตัดต่อทุกวัน โดยการคลำบริเวณ ที่ต่อหลอดเลือด	31 (94)	1 (3)	1 (3)
⊛ 7. นอนตะแคงทับแขนข้างที่ทำการ ตัดต่อหลอดเลือด		14 (42.4)	19 (57.6)

หมายเหตุ ⊛ = ข้อความทางด้านลบ

ตาราง 28 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการรับรู้และสนใจที่จะคอยปรับและป้องกันความไม่สุขสบายจากผลข้างเคียงของการรักษา หรือจากโรค ของกลุ่มที่คาสายสวน (n=8)

การดูแลตนเองด้านการรับรู้และสนใจที่จะคอยปรับและป้องกันความไม่สุขสบาย จากผลข้างเคียงของการรักษาหรือจากโรคของกลุ่มที่คาสายสวน	ปฏิบัติเป็นประจำ จำนวน(ร้อยละ)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง จำนวน(ร้อยละ)	ไม่ปฏิบัติ จำนวน(ร้อยละ)
1. สังเกตอาการที่ผิดปกติของร่างกายขณะได้รับการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมและแจ้งให้เจ้าหน้าที่ที่ดูแลทราบ	8 (100)		
2. สังเกตอาการที่ผิดปกติหลังจากได้รับการรักษาโดยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม และแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบในการมาฟอกเลือดครั้งต่อไป	8 (100)		
3. ระมัดระวังการเปียกน้ำของแผลบริเวณที่แทงสายสวน	8 (100)		
⊛4. มีการดันสายกลับเข้าไป หากพบว่าสายสวนเลื่อนหลุดออกมาและมาพบแพทย์ทันที	8 (100)		
5. สังเกตอาการเจ็บ ปวด บวม บริเวณรอบสายที่ใส่ต่อจากผิวหนัง หรืออาการตัวร้อนเป็นไข้	8 (100)		
⊛6. แคะ แคะ เกา แผลที่คาสายสวน	8 (100)		
7. มาทำแผลบริเวณที่คาสายสวนสม่ำเสมอตามแพทย์นัด	8 (100)		

หมายเหตุ ⊛ = ข้อความทางค้ำลบ

ตาราง 29 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการดัดแปลงอัมมโนทัศน์ และ ภาวลักษณะในการที่จะยอมรับภาวะสุขภาพของตนเอง

การดูแลตนเองด้านการดัดแปลงอัมมโนทัศน์ และภาวลักษณะในการที่จะยอมรับภาวะสุขภาพของตนเอง	ปฏิบัติเป็นประจำ จำนวน(ร้อยละ)	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง จำนวน(ร้อยละ)	ไม่ปฏิบัติ จำนวน(ร้อยละ)
1. มีการแต่งหน้าหรือแต่งตัวให้ดูดีขึ้นเพื่อช่วยปิดบังความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	13 (31.7)	3 (7.3)	25 (61)
2. ยอมรับการพึ่งพาผู้อื่นในบางเรื่อง	41 (100)		
3. สามารถปฏิบัติตัวให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมหรือบุคคลอื่นได้	34 (83)	6 (14.6)	1 (2.4)
4. สามารถทำงานได้ตามปกติ (งานประกอบอาชีพ/งานบ้าน)	33 (80.5)	5 (12.2)	3 (7.3)
5. สามารถดูแลบุคคลในครอบครัวได้ตามปกติ	36 (87.8)	5 (12.2)	
6. ไปร่วมงานสังคมได้ตามปกติ	20 (48.8)	4 (9.8)	17 (41.4)
7. ช่วยเหลือตนเองเท่าที่จะทำได้ ทั้งเรื่องส่วนตัวและหน้าที่การงาน เพื่อให้รู้สึกว่ามีคุณค่าในตนเองอยู่เสมอ	41 (100)		

ตาราง 30 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการดูแลตนเองด้านการเรียนรู้ที่จะมีชีวิตอยู่กับผลของพยาธิสภาพ และแผนการรักษาตามความสามารถที่เหลืออยู่

การดูแลตนเองด้านการเรียนรู้ ที่จะม ีชีวิตอยู่กับผลของพยาธิสภาพ และ แผนการรักษาตามความสามารถที่ เหลืออยู่และสามารถ ตั้งเป้าหมายใน ชีวิตตามความเป็นจริง	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)	จำนวน(ร้อยละ)
1. มีการแสวงหาความรู้เกี่ยวกับการ ดำเนินชีวิตที่จะอยู่กับ โรคไตวาย เรื้อรัง	26 (63.4)	9 (22)	6 (14.6)
2. ยอมรับว่าการมาฟอกเลือดด้วย เครื่อง ไตเทียม ทำให้มีชีวิตอยู่ได้ ตามปกติ	41 (100)		
3. มีการวางแผนการรักษาของตนเอง ร่วมกับเจ้าหน้าที่หรือแพทย์ผู้ดูแล	3 (7.3)	8 (19.5)	30 (73.2)
4. เมื่อมีอาการผิดปกติหรือมีความไม่ สบายเพียงเล็กน้อย สามารถ แก้ไขได้ด้วยตนเอง (เช่น เริ่มมี อาการบวม หรือเหนื่อยเล็กน้อย)	41 (100)		
5. สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างสุข สบายพอสมควร	41 (100)		

ภาคผนวก ง

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ	สังกัด
1. ศาสตราจารย์ นายแพทย์ดุสิต ล้ำเลิศกุล	หัวหน้าหน่วยไต ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นิตยา ภิญโญคำ	ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. นางสุชาดา บุญแก้ว	หัวหน้าหน่วยไตเทียมฉุกเฉิน หน่วยไต งานบริการพยาบาล คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ นามสกุล	นางสาว อัมภวรรณ ใจเปี้ย
วัน เดือน ปีเกิด	19 สิงหาคม 2510
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมปลาย โรงเรียนลำปางกัลยาณี ปีการศึกษา 2529 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2533
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2534 - ปัจจุบัน รับราชการเป็นพยาบาลประจำการหอผู้ป่วย นิมมานเหมินทร์-ชุดิมา 2 โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่