



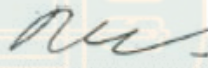
สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120
โทร. 02-5048036, 02-5048037 โทรสาร 02-5032620

NS No.4/2565.....

เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

ชื่อโครงการวิจัย : ปัจจัยเสียงและแนวทางการลดความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อม
ในผู้สูงอายุ จังหวัดนนทบุรี
รหัสโครงการ : -
ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมั่นไวย
สถานที่ทำวิจัย : จังหวัดนนทบุรี

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
ได้พิจารณาโครงการวิจัยเรื่องดังกล่าว มีความเห็นว่า มีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล จึงเห็นสมควร
ให้ดำเนินการศึกษาวิจัยได้

ลงนาม.....

(รองศาสตราจารย์ พ.ศ.อ.หญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

วันที่ให้การรับรอง :24/02/2565..... วันที่หมดอายุการรับรอง :24/02/2566.....

แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (MMSE-Thai 2002)

ชื่อ-สกุล.....อายุ.....ปี

ระดับการศึกษา ◦ ไม่ได้เรียน ◦ ประถมศึกษา ◦ มัธยมศึกษา ◦ อนุปริญญา/ปริญญาตรีขึ้นไป

ปัญหาด้านการสื่อสารของผู้ตอบ ◦ หู ◦ ตา ◦ อื่นๆ.....

***ในกรณีที่ผู้ถูกถามอ่านไม่ออก เขียนไม่ได้ไม่ต้องทำข้อ 4,9,10

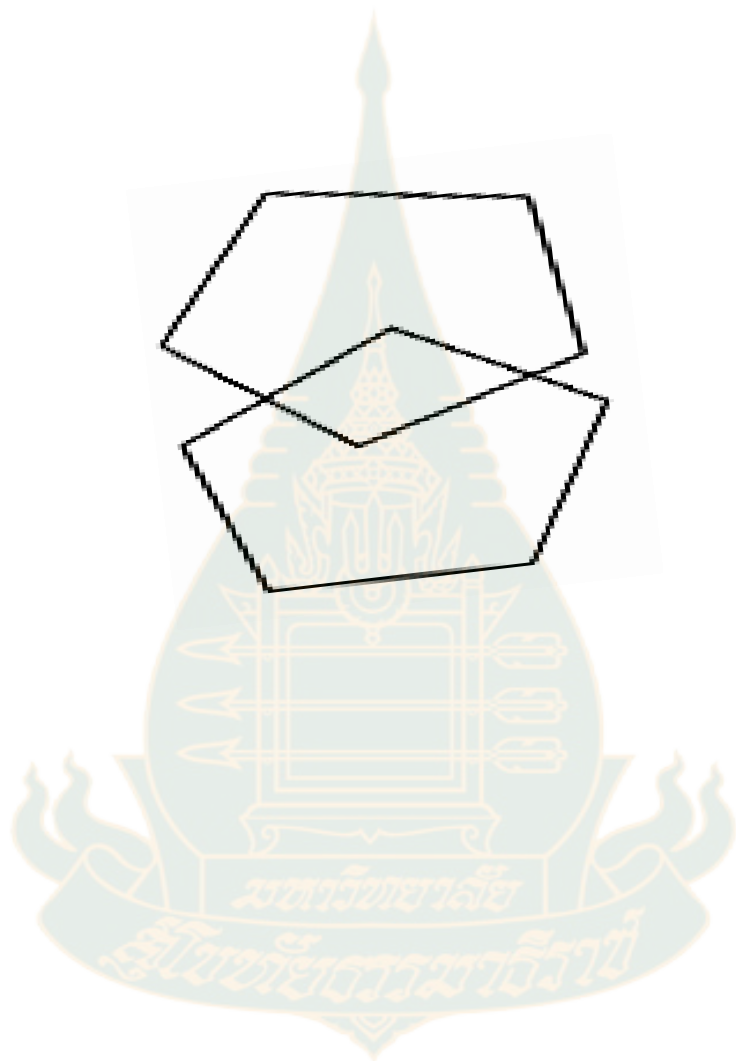
| | บันทึกคำตอบทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกและผิด) | คะแนน |
|--|--|-------|
| 1.Orientation for Time (5 คะแนนขอละ 1 คะแนน) | | |
| 1.1 วันนี้ วันที่เท่าไร | | |
| 1.2 วันนี้ วันอะไร | | |
| 1.3 เดือนนี้ เดือนอะไร | | |
| 1.4 ปีนี้ ปีอะไร | | |
| 1.5 ฤดูนี้ ฤดูอะไร | | |
| 2.Orientation for Place (5 คะแนน) (ให้เลือกทำข้อใดข้อหนึ่ง) (ตอบถูกข้อละ 1 คะแนน) | | |
| 2.1 สถานที่ตรงนี้ เรียกว่าอะไร และชื่อ/บ้านเลขที่อะไร | | |
| 2.2 ขณะนี้ อยู่ที่ชั้นเท่าไรของตัวอาคาร | | |
| 2.3 ที่นี้อยู่ในอำเภอ - เขตอะไร | | |
| 2.4 ที่นี่จังหวัดอะไร | | |
| 2.5 ที่นี่ภาคอะไร | | |
| 3. Registration (3 คะแนน) | | |
| ต่อไปนี้เป็น การทดสอบความจำ ผม(ดิฉัน) จะบอกชื่อของสามอย่าง คุณ(ตา,ยาย,...) ตั้งใจฟังให้ดีนะ เพราะจะบอกเพียงครั้งเดียว ไม่มีการบอกซ้ำอีก เมื่อผม(ดิฉัน) พูดจบให้คุณ (ตา,ยาย,...) พูดทบทวนตามที่ได้ยินให้ครบทั้งสามชื่อ แล้วพยายามจำไว้ให้ดี เดี่ยวผม (ดิฉัน) จะถามซ้ำ * การบอกชื่อแต่ละคำให้ห่างกันประมาณ 1 วินาที ต้องไม่ซ้ำหรือเร็วเกินไป (ตอบถูก 1 คำ ได้ 1 คะแนน) | | |
| () ดอกไม้ () แม่น้ำ () รถไฟ | | |
| () ต้นไม้ () ทะเล () รถยนต์ (กรณีทำซ้ำใน 2 เดือน) | | |
| 4. Attention /Calculation (5 คะแนน) ให้เลือกทำข้อใดข้อหนึ่ง | | |
| ข้อนี้เป็น การคิดเลขในใจเพื่อทดสอบสมาธิ คุณ (ตา,ยาย...) | | |

| | บันทึกคำตอบทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกและผิด) | คะแนน |
|--|--|-------|
| คิดเลขในใจเป็นไหม? * ถ้าตอบคิดเป็นให้ตอบข้อ 4.1 * ถ้าตอบคิดไม่เป็นหรือไม่ตอบ ให้ตอบข้อ 4.2 | | |
| 4.1 “ขอนี้คิดในใจ เอา 100 ตั้ง ลบออกทีละ 7 ไปเรื่อยๆ ได้ผลลัพธ์เท่าไร บอกมา” บันทึกตัวเลขไว้ทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกหรือผิด) ทำ ทั้งหมด 5 ครั้ง ถ้าลบได้ 1,2 หรือ 3 แล้วตอบไม่ได้ ให้คิด คะแนนเท่าที่ทำได้ โดยไม่ต้องย้ายไปทำข้อ 4.2 | | |
| 4.2 “ผม (ดิฉัน) สกกดคำว่ามะนาว ให้คุณ (ตา,ยาย,...) ฟัง แล้วให้คุณ (ตา,ยาย,...)สกกดถอยหลังจากพยัญชนะตัว หลังไปตัวแรก” คำว่า มะนาว สกกดว่า มอม่่า-สระอะ-นอ หนุ-สระอา-วอแหวน ไหนคุณ (ตา,ยาย,...) สกกดถอยหลัง ให้ฟังซิ | ว ำ น อะ ม | |
| 5. Recall (3 คะแนน) “เมื่อสักครู่นี้ให้จำของ 3 อย่าง จำได้ไหม มีอะไรบ้าง” (ตอบถูก 1 คำ ได้ 1 คะแนน) | | |
| () ดอกไม้ () แม่น้ำ () รถไฟ | | |
| () ต้นไม้ () ทะเล () รถยนต์ | | |
| 6. Naming (2 คะแนน) | | |
| 6.1 ยื่นดินสอให้ผู้สูงอายุแล้วถามว่า “ของสิ่งนี้เรียกว่า อะไร” | | |
| 6.2 ยื่นนาฬิกาข้อมือให้ผู้สูงอายุดูแล้วถามว่า “ของสิ่งนี้ เรียกว่าอะไร” | | |
| 7. Repetition (พูดตามได้ถูกต้องได้ 1 คะแนน) | | |
| “ตั้งใจฟังผม (ดิฉัน) นะ เมื่อผม (ดิฉัน) ให้คุณ (ตา, ยาย,...) พูดตาม ผม (ดิฉัน) จะบอกเพียงทีละวลีเดียว ” “ใคร ใคร ชาย ไก่ ไช้” | | |
| 8. Verbal command (3 คะแนน) | | |
| “ฟังดีดีนะ เดี่ยวผม (ดิฉัน) จะส่งกระดาษให้ แล้วคุณ (ตา, ยาย...) รับผิดชอบขวา พับครึ่งแล้ววางที่. (พื้น,โต๊ะ,เตียง) ผู้ทดสอบแสดงกระดาษเปล่า ขนาดประมาณ เอ - 4 ไม่มี รอยพับให้ผู้สูงอายุ () รับผิดชอบขวา () พับครึ่ง () | | |

| | บันทึกคำตอบทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกต้องและผิด) | คะแนน |
|---|--|-------|
| แล่ววางที่.... (พื้น,โต๊ะ,เตียง) | | |
| 9. Written command (1คะแนน) | | |
| ต่อไปนี้เป็นคำสั่งที่เขียนเป็นตัวหนังสือ ต้องการให้คุณ (ตา,ยาย,..) อ่านแล้วทำตาม คุณ(ตา,ยาย,..) จะอ่านออกเสียงหรือในใจก็ได้ ผู้ทดสอบแสดงกระดาษให้ผู้สูงอายุดู หลับตา () หลับตาได้ | | |
| 10. Writing (1 คะแนน) | | |
| ขอความนี้เป็นคำสั่งให้คุณ (ตา,ยาย,..) เขียนขอความอะไรก็ได้ ที่อ่านแล้วรู้เรื่อง หรือมีความหมายมา 1 ประโยค | | |
| 11. Visuo-construction (1 คะแนน) | | |
| ข้อนี้เป็นคำสั่ง “จงวาดให้เหมือนภาพตัวอย่าง”ในที่ว่างด้านข้างของภาพตัวอย่าง  รูปห้าเหลี่ยมต้องมีมุม 5 มุม ตามภาพตัวอย่าง การตัดกันต้องเกิดรูปสี่เหลี่ยมภายในทำตามได้ทั้งหมดจึงจะได้คะแนน 1 คะแนน | | |
| คะแนนรวม | | |
| ลงชื่อผู้ทำการทดสอบ..... วันที่เดือน.....พ.ศ..... | | |

| จุดตัด Cut-off สำหรับคะแนนที่สงสัยภาวะสมองเสื่อม (Congenital impaired) ระดับการศึกษา | คะแนน | |
|--|--------|-----------------------------|
| | จุดตัด | เต็ม |
| - ผู้สูงอายุปกติ ไม่ได้เรียนหนังสือ (อ่านไม่ออกเขียนไม่ได้) | ≤ 14 | 23 (ต้องไม่ทำข้อ 4,9,10) |
| - ผู้สูงอายุปกติ เรียนระดับประถมศึกษา | ≤ 17 | 30 |
| - ผู้สูงอายุปกติ เรียนระดับสูงกว่าประถมศึกษา | ≤ 22 | 30 |

หลังบตา



แบบสอบถามความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล (สำหรับผู้วิจัยใช้เป็นแบบสัมภาษณ์)

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ หรือเติมข้อมูลที่ เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน

1. เพศ

() 1.1 ชาย

() 1.2 หญิง

2. อายุ.....ปี (เศษมากกว่า 6 เดือนคิดเป็น 1 ปี)

3. สถานภาพสมรส

() 3.1 โสด

() 3.2 สมรส

() 3.3 หม้าย หย่า แยก

4. ระดับการศึกษาสูงสุด

() 4.1 ไม่ได้ศึกษา

() 4.2 ประถมศึกษา

() 4.3 มัธยมศึกษา

() 4.4 ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช)

() 4.5 ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส)

() 4.6 ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า

() 4.7 ปริญญาโท

() 4.8 ปริญญาเอก

() 4.9 อื่นๆ โปรดระบุ.....

5. ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาเพื่อให้ได้วุฒิการศึกษาในข้อ 4ปี

6. อาชีพปัจจุบัน

() 5.1 รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ

() 5.2 ลูกจ้าง/พนักงานเอกชน

() 5.3 อาชีพอิสระ ค่าขาย ธุรกิจส่วนตัว

() 5.4 เกษตรกร

() 5.5 ไม่ได้ทำงาน

() 5.6 อื่นๆ โปรดระบุ.....

7. สมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยอยู่ด้วยกันมีจำนวนคน

8. น้ำหนักกิโลกรัม

9. ส่วนสูง.....เซนติเมตร

10. ประวัติการเจ็บป่วยในอดีตและปัจจุบัน

- () 10.1 โรคเบาหวาน
- () 10.2 โรคหัวใจ
- () 10.3 โรคความดันโลหิตสูง
- () 10.4 มีภาวะไขมันในเลือดสูง
- () 10.5 โรคหลอดเลือดสมอง
- () 10.6 อุบัติเหตุที่ศีรษะ
- () 10.7 โรคซึมเศร้า
- () 10.8 สมองเสื่อม หรืออัลไซเมอร์

11. ปัจจุบันท่านมีพฤติกรรมเหล่านี้บ่อยครั้งเพียงใดในช่วง 4 สัปดาห์ที่ผ่านมา

11.1 แอลกอฮอล์ เบียร์ ไวน์ สุรา

- () 11.1.1 ไม่เคย
- () 11.1.2 นานๆ ครั้ง หรือ 1 วันต่อสัปดาห์
- () 11.1.3 ปานกลาง หรือ 2-3 วันต่อสัปดาห์
- () 11.1.4 บ่อย หรือ 4-5 วันต่อสัปดาห์
- () 11.1.5 เป็นประจำ หรือเกือบทุกวัน

11.2 การสูบบุหรี่

- () 11.2.1 ไม่เคย
- () 11.2.2 นานๆ ครั้ง หรือ 1 วันต่อสัปดาห์
- () 11.2.3 ปานกลาง หรือ 2-3 วันต่อสัปดาห์
- () 11.2.4 บ่อย หรือ 5-6 วันต่อสัปดาห์
- () 11.2.5 เป็นประจำ หรือเกือบทุกวัน

11.3 การออกกำลังกาย

- () 11.3.1 ไม่เคย
- () 11.3.2 นานๆ ครั้ง หรือ 1 วันต่อสัปดาห์
- () 11.3.3 ปานกลาง หรือ 2-3 วันต่อสัปดาห์
- () 11.3.4 บ่อย หรือ 5-6 วันต่อสัปดาห์
- () 11.3.5 เป็นประจำ หรือเกือบทุกวัน

11.4 การเข้าสังคม

- () 11.4.1 ไม่เคย
- () 11.4.2 นานๆ ครั้ง หรือ 1 วันต่อสัปดาห์
- () 11.4.3 ปานกลาง หรือ 2-3 วันต่อสัปดาห์
- () 11.4.4 บ่อย หรือ 5-6 วันต่อสัปดาห์
- () 11.4.5 เป็นประจำ หรือเกือบทุกวัน

11.5 อาหารปิ้งย่าง อาหารทอด อาหารที่มีไขมันสูง ไขมันฝรั่งทอด

- () 11.5.1 ไม่เคย
- () 11.5.2 นานๆ ครั้ง หรือ 1 วันต่อสัปดาห์
- () 11.5.3 ปานกลาง หรือ 2-3 วันต่อสัปดาห์
- () 11.5.4 บ่อย หรือ 5-6 วันต่อสัปดาห์
- () 11.5.5 เป็นประจำ หรือเกือบทุกวัน

11.6 ผักสด ผลไม้

- () 11.5.1 ไม่เคย
- () 11.5.2 นานๆ ครั้ง หรือ 1 วันต่อสัปดาห์
- () 11.5.3 ปานกลาง หรือ 2-3 วันต่อสัปดาห์
- () 11.5.4 บ่อย หรือ 5-6 วันต่อสัปดาห์
- () 11.5.5 เป็นประจำ หรือเกือบทุกวัน

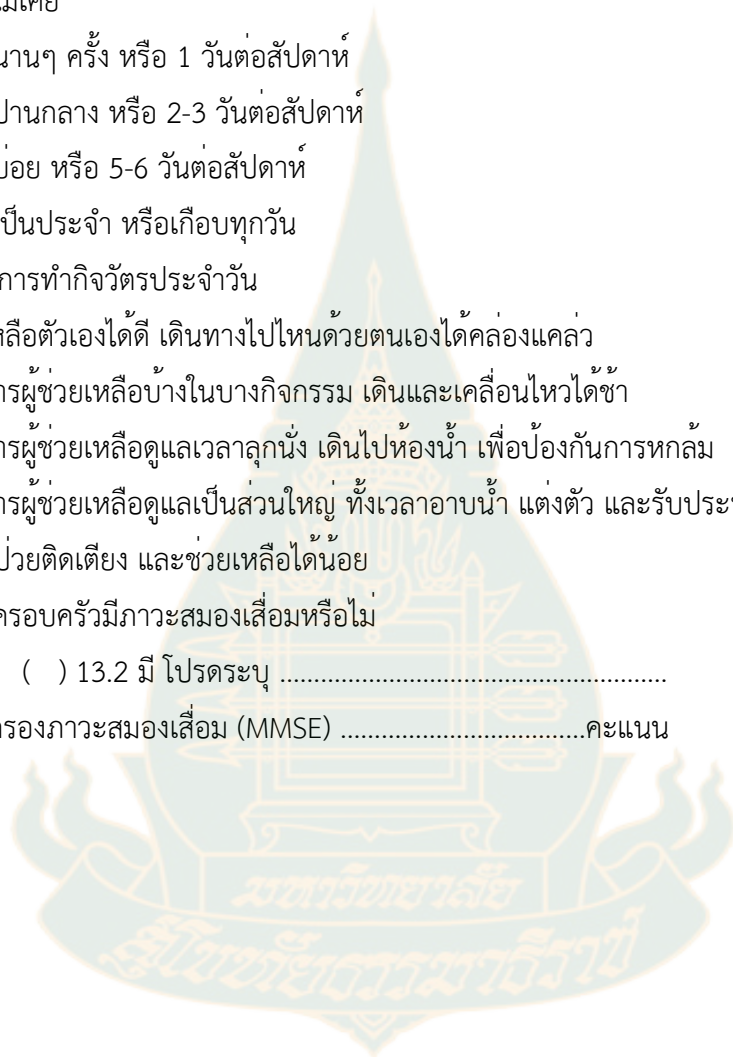
12. ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน

- () 12.1 ช่วยเหลือตัวเองได้ดี เดินทางไปไหนด้วยตนเองได้คล่องแคล่ว
- () 12.2 ต้องการผู้ช่วยเหลือบ้างในบางกิจกรรม เดินและเคลื่อนไหวได้ช้า
- () 12.3 ต้องการผู้ช่วยเหลือดูแลเวลาลุกนั่ง เดินไปห้องน้ำ เพื่อป้องกันการหกล้ม
- () 12.4 ต้องการผู้ช่วยเหลือดูแลเป็นส่วนใหญ่ ใช้เวลาอาบน้ำ แต่งตัว และรับประทานอาหาร
- () 12.5 เป็นผู้ป่วยติดเตียง และช่วยเหลือได้น้อย

13. ท่านมีสมาชิกในครอบครัวมีภาวะสมองเสื่อมหรือไม่

- () 13.1 ไม่มี () 13.2 มี โปรดระบุ

14. ผลการตรวจคัดกรองภาวะสมองเสื่อม (MMSE)คะแนน



ส่วนที่ 2 ความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อม (สำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยประเมินตนเอง)

คำชี้แจง ท่านเห็นด้วยกับข้อความดังกล่าวนี้มากน้อยเพียงใด

- 1 คะแนน หมายถึง เห็นด้วยน้อยที่สุด หรือไม่เคยมีพฤติกรรมดังกล่าว
- 2 คะแนน หมายถึง เห็นด้วยน้อย หรือมีพฤติกรรม 1-2 วันต่อสัปดาห์
- 3 คะแนน หมายถึง เห็นด้วยปานกลาง หรือมีพฤติกรรม 3-4 วันต่อสัปดาห์
- 4 คะแนน หมายถึง เห็นด้วยมาก หรือมีพฤติกรรม 5-6 วันต่อสัปดาห์
- 5 คะแนน หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด หรือมีพฤติกรรมทุกวัน

| ข้อความ | ระดับความคิดเห็น | | | | |
|--|-------------------|-------------|----------------|------------|------------------|
| | น้อยที่สุด (1) | น้อย (2) | ปานกลาง (3) | มาก (4) | มากที่สุด (5) |
| 1. ท่านลืมหวานางของไวที่ไต่มากกว่าที่เคยเป็น | | | | | |
| 2. คนอื่นคิดว่าท่านเป็นคนขี้ลืม | | | | | |
| 3. ท่านมักจำไม่ได้ว่าวันนี้เป็นวันที่เท่าไร | | | | | |
| 4. ความสนใจและการทำกิจกรรมต่างๆ ของท่านลดลงไปจากเดิม | | | | | |
| 5. ท่านมักรู้สึกเบื่อบ่อยๆ | | | | | |
| 6. ท่านรู้สึกหมดหนทางหรือสิ้นหวังบ้างหรือไม่ | | | | | |
| 7. ท่านชอบอยู่บ้านมากกว่าออกไปทำสิ่งใหม่ ๆ | | | | | |
| 8. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาท่านรู้สึกเหนื่อยโดยไม่มีเหตุผล | | | | | |
| 9. ท่านออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านน้อยกว่าปีที่แล้ว | | | | | |
| 10. ท่านออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างน้อยสัปดาห์ครั้งต่อสัปดาห์ | | | | | |
| 11. ท่านใช้แผนที่เมื่อเดินทางไปยังสถานที่ที่ไม่คุ้นเคยบ่อยครั้งเพียงใด | | | | | |
| 12. ท่านจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ที่ช่วยเตือนความจำหรือป้องกันการลืมน้อยเพียงใด | | | | | |

ประเด็นการสนทนากลุ่มเพื่อสอบถามแนวทางการลดความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์ เพื่อสอบถามแนวทางการลดความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุและผู้สูงอายุ และผู้ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุ

คำชี้แจง ประเด็นการสนทนากลุ่มเป็นข้อคำถามปลายเปิด จำนวน 5 ข้อ

1. ท่านคิดว่าอะไรเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้ผู้สูงอายุมีภาวะสมองเสื่อม
2. ผู้สูงอายุควรทำอย่างไรเพื่อลดความเสี่ยงในการเกิดภาวะสมองเสื่อม
 - 2.1 ผู้สูงอายุจะมีวิธีการฝึกสมองอย่างไรในการลดความเสี่ยงต่อการเกิดสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ
 - 2.2 ผู้สูงอายุควรมีวิธีการดูแลสุขภาพจิตอย่างไรในการลดความเสี่ยงต่อการเกิดสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ
 - 2.3 ผู้สูงอายุควรมีวิธีการดูแลสุขภาพร่างกายอย่างไรในการลดความเสี่ยงต่อการเกิดสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ
 - 2.4 ผู้สูงอายุควรมีวิธีการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมอย่างไรในการลดความเสี่ยงต่อการเกิดสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ

