



APPENDICES

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Appendix A

Berg Balance Scale (BBS)

Participant's ID: _____ Date: _____

Location: _____ Rater: _____

1. SITTING TO STANDING

INSTRUCTIONS: Please stand up. Try not to use your hand for support.

- 4 able to stand without using hands and stabilize independently
- 3 able to stand independently using hands
- 2 able to stand using hands after several tries
- 1 needs minimal aid to stand or stabilize
- 0 needs moderate or maximal assist to stand

2. STANDING UNSUPPORTED

INSTRUCTIONS: Please stand for two minutes without holding on.

- 4 able to stand safely for 2 minutes
- 3 able to stand 2 minutes with supervision
- 2 able to stand 30 seconds unsupported
- 1 needs several tries to stand 30 seconds unsupported
- 0 unable to stand 30 seconds unsupported

If a subject is able to stand 2 minutes unsupported, score full points for sitting unsupported. Proceed to item #4.

3. SITTING WITH BACK UNSUPPORTED BUT FEET SUPPORTED ON FLOOR OR ON A STOOL

INSTRUCTIONS: Please sit with arms folded for 2 minutes.

- () 4 able to sit safely and securely for 2 minutes
- () 3 able to sit 2 minutes under supervision
- () 2 able to sit 30 seconds
- () 1 able to sit 10 seconds
- () 0 unable to sit without support 10 seconds

4. STANDING TO SITTING

INSTRUCTIONS: Please sit down.

- () 4 sits safely with minimal use of hands
- () 3 controls descent by using hands
- () 2 uses back of legs against chair to control descent
- () 1 sits independently but has uncontrolled descent
- () 0 needs assist to sit

5. TRANSFERS

INSTRUCTIONS: Arrange chair(s) for pivot transfer. Ask subject to transfer one way toward a seat with armrests and one way toward a seat without armrests. You may use two chairs (one with and one without armrests) or a bed and a chair.

- () 4 able to transfer safely with minor use of hands
- () 3 able to transfer safely definite need of hands
- () 2 able to transfer with verbal cuing and/or supervision
- () 1 needs one person to assist
- () 0 needs two people to assist or supervise to be safe

6. STANDING UNSUPPORTED WITH EYES CLOSED

INSTRUCTIONS: Please close your eyes and stand still for 10 seconds.

- () 4 able to stand 10 seconds safely
- () 3 able to stand 10 seconds with supervision
- () 2 able to stand 3 seconds
- () 1 unable to keep eyes closed 3 seconds but stays safely
- () 0 needs help to keep from falling

7. STANDING UNSUPPORTED WITH FEET TOGETHER

INSTRUCTIONS: Place your feet together and stand without holding on.

- () 4 able to place feet together independently and stand 1 minute safely
- () 3 able to place feet together independently and stand 1 minute with supervision
- () 2 able to place feet together independently but unable to hold for 30 seconds
- () 1 needs help to attain position but able to stand 15 seconds feet together
- () 0 needs help to attain position and unable to hold for 15 seconds

8. REACHING FORWARD WITH OUTSTRETCHED ARM WHILE STANDING

INSTRUCTIONS: Lift arm to 90 degrees. Stretch out your fingers and reach forward as far as you can. (Examiner places a ruler at the end of fingertips when arm is at 90 degrees. Fingers should not touch the ruler while reaching forward. The recorded measure is the distance forward that the fingers reach while the subject is in the most forward lean position. When possible, ask subject to use both arms when reaching to avoid rotation of the trunk.)

- () 4 can reach forward confidently 25 cm (10 inches)
- () 3 can reach forward 12 cm (5 inches)

- () 2 can reach forward 5 cm (2 inches)
- () 1 reaches forward but needs supervision
- () 0 loses balance while trying/requires external support

9. PICK UP OBJECT FROM THE FLOOR FROM A STANDING POSITION

INSTRUCTIONS: Pick up the shoe/slipper, which is in front of your feet.

- () 4 able to pick up slipper safely and easily
- () 3 able to pick up slipper but needs supervision
- () 2 unable to pick up but reaches 2-5 cm(1-2 inches) from slipper and keeps balance independently
- () 1 unable to pick up and needs supervision while trying
- () 0 unable to try/needs assist to keep from losing balance or falling

10. TURNING TO LOOK BEHIND OVER LEFT AND RIGHT SHOULDERS

WHILE STANDING

INSTRUCTIONS: Turn to look directly behind you over toward the left shoulder.

Repeat to the right. (Examiner may pick an object to look at directly behind the subject to encourage a better twist turn.)

- () 4 looks behind from both sides and weight shifts well
- () 3 looks behind one side only other side shows less weight shift
- () 2 turns sideways only but maintains balance
- () 1 needs supervision when turning
- () 0 needs assist to keep from losing balance or falling

11. TURN 360 DEGREES

INSTRUCTIONS: Turn completely around in a full circle. Pause. Then turn a full circle in the other direction.

- () 4 able to turn 360 degrees safely in 4 seconds or less
- () 3 able to turn 360 degrees safely one side only 4 seconds or less
- () 2 able to turn 360 degrees safely but slowly
- () 1 needs close supervision or verbal cuing
- () 0 needs assistance while turning

12. PLACE ALTERNATE FOOT ON STEP OR STOOL WHILE STANDING**UNSUPPORTED**

INSTRUCTIONS: Place each foot alternately on the step/stool. Continue until each foot has touched the step/stool four times.

- () 4 able to stand independently and safely and complete 8 steps in 20 seconds
- () 3 able to stand independently and complete 8 steps in > 20 seconds
- () 2 able to complete 4 steps without aid with supervision
- () 1 able to complete > 2 steps needs minimal assist
- () 0 needs assistance to keep from falling/unable to try

13. STANDING UNSUPPORTED ONE FOOT IN FRONT

INSTRUCTIONS: (DEMONSTRATE TO SUBJECT) Place one foot directly in front of the other. If you feel that you cannot place your foot directly in front, try to step far enough ahead that the heel of your forward foot is ahead of the toes of the other foot. (To score 3 points, the length of the step should exceed the length of the other foot and the width of the stance should approximate the subject's normal stride width.)

- () 4 able to place foot tandem independently and hold 30 seconds
- () 3 able to place foot ahead independently and hold 30 seconds
- () 2 able to take small step independently and hold 30 seconds
- () 1 needs help to step but can hold 15 seconds
- () 0 loses balance while stepping or standing

14. STANDING ON ONE LEG

INSTRUCTIONS: Stand on one leg as long as you can without holding on.

- () 4 able to lift leg independently and hold > 10 seconds
- () 3 able to lift leg independently and hold 5-10 seconds
- () 2 able to lift leg independently and hold L 3 seconds
- () 1 tries to lift leg unable to hold 3 seconds but remains standing independently.
- () 0 unable to try of needs assist to prevent fall

TOTAL SCORE ____/56

Appendix B

Mini-Mental State Examination (MMSE-Thai 2002)

แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย

MMSE - Thai 2002

ในกรณีที่ผู้ถูกทดสอบอ่านไม่ออกเขียนไม่ได้ ไม่ต้องทำข้อ 4, 9 และ 10

คะแนน

บันทึกคำตอบไว้ทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกและผิด)

1. Orientation for time (5 คะแนน)

- 1.1 วันนี้วันที่เท่าไร
- 1.2 วันนี้วันอะไร
- 1.3 เดือนนี้เดือนอะไร
- 1.4 ปีนี้ปีอะไร
- 1.5 ฤดูนี้ฤดูอะไร

2. Orientation for place (5 คะแนน) (ให้เลือกทำข้อใดข้อหนึ่ง)

2.1 กรณีอยู่สถานพยาบาล

- 2.1.1 สถานที่ตรงนี้เรียกว่าอะไร และ.....ชื่ออะไร
- 2.1.2 ขณะนี้อยู่ที่ชั้นที่เท่าไรของตัวอาคาร
- 2.1.3 ที่นี้อยู่ในอำเภอ - เขตอะไร
- 2.1.4 ที่นี้จังหวัดอะไร
- 2.1.5 ที่นี้ภาคอะไร

2.2 กรณีอยู่ที่บ้านของผู้ถูกทดสอบ

- 2.2.1 สถานที่ตรงนี้เรียกว่าอะไร และบ้านเลขที่เท่าไร
- 2.2.2 ที่นี้หมู่บ้านหรือละแวก/คุ้ม/ย่าน/ถนนอะไร
- 2.2.3 ที่นี้อยู่ในอำเภอ-เขตอะไร
- 2.2.4 ที่นี้จังหวัดอะไร
- 2.2.5 ที่นี้ภาคอะไร

3. Registration (3 คะแนน)

ต่อไปนี้เป็นกรทดสอบความจำ ดิฉันจะบอกชื่อของ 3 อย่าง คุณ(ตา,ยาย...) ตั้งใจฟังให้ดิฉัน เพราะจะบอกเพียงครั้งเดียว ไม่มีกรบอกซ้ำอีก ผม (ดิฉัน) พุดจบ ให้ คุณ(ตา,ยาย...) พุดทบทวนตามที่ได้ยินให้ครบ ทั้ง 3 ชื่อ แล้วพยายามจำไว้ให้ดี เดี่ยวดิฉันจะถามซ้ำ (กรบอกชื่อแต่ละคำให้ห่างกันประมาณหนึ่งวินาที ต้องไม่ช้าหรือเร็วเกินไป)

ดอกไม้ แม่น้ำ รถไฟ

4. Attention/Calculation (5 คะแนน) (ให้เลือกทำข้อใดข้อหนึ่ง)

ข้อนี้เป็นการคิดเลขในใจเพื่อทดสอบสมาธิ คุณ (ตา,ยาย...) คิดเลขในใจเป็นไหม?

ถ้าตอบคิดเป็นให้ทำข้อ 4.1 ถ้าตอบคิดไม่เป็นหรือไม่ตอบให้ทำข้อ 4.2

4.1 “ข้อนี้คิดในใจเอา 100 ตั้ง ลบออกทีละ 7

ไปเรื่อยๆ ได้ผลลัพธ์เท่าไรบอกมา”

บันทึกคำตอบตัวเลขไว้ทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกต้องและผิด) ทั้งหมด 5 ครั้ง

ถ้าลบได้ 1, 2 หรือ 3 แล้วตอบไม่ได้ ก็คิดคะแนนเท่าที่ทำได้ ไม่ต้องย้ายไปทำข้อ 4.2

4.2 “ผม (ดิฉัน) จะสะกดคำว่า มะนาว ให้คุณ (ตา, ยาย...) ฟังแล้วให้คุณ (ตา, ยาย...) สะกดออกหลังจาก

พยัญชนะตัวหลังไปตัวแรก คำว่ามะนาวสะกดว่า มอม้า-สระอะ-นอหนู-สระอา-วอแหวน

ไหนคุณ (ตา, ยาย...) สะกดออกหลัง ฟังซิ”

ว า น ะ ม

5. Recall (3 คะแนน)

“เมื่อสักครู่นี้ให้จำของ 3 อย่าง จำได้ไหมมีอะไรบ้าง” (ตอบถูก 1 คำได้ 1 คะแนน)

ดอกไม้ แม่น้ำ รถไฟ

6. Naming (2 คะแนน)

6.1 ยื่นดินสอให้ผู้ถูกทดสอบดูและถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

6.2 ชี้นำพิกาข้อมือให้ผู้ถูกทดสอบดูและถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

7. Repetition (1 คะแนน)

(พุดตามได้ถูกต้องได้ 1 คะแนน)

“ตั้งใจฟังผม (ดิฉัน) เมื่อผม (ดิฉัน) พุดข้อความนี้

แล้วให้คุณ (ตา, ยาย...) พุดตาม ผม (ดิฉัน) จะบอกเพียงทีเดียว”

“ใครใครขายไก่ไข่”

8. Verbal command (3 คะแนน)

ข้อนี้เป็นคำสั่ง “ฟังดิๆ นะเดี๋ยวม (ดิฉัน) จะส่งกระดาษให้แล้วให้คุณ (ตา, ยาย...)

รับด้วยมือขวา พับครึ่งกระดาษ แล้ววางไว้ที่.....” (พื้น, โต๊ะ, เติง)

ผู้ถูกทดสอบแสดงกระดาษเปล่าขนาดประมาณ เอ-4 ไม่มีรอยพับให้ผู้ถูกทดสอบ

รับด้วยมือขวา พับครึ่ง วางไว้ที่ (พื้น, โต๊ะ, เติง)

9. Written command (1 คะแนน)

ต่อไปนี้เป็นคำสั่งที่เขียนเป็นตัวหนังสือ ต้องการให้คุณ (ตา, ยาย...) อ่าน

แล้วทำตาม (ตา, ยาย...) จะอ่านออกเสียงหรืออ่านในใจก็ได้

ผู้ทดสอบแสดงกระดาษที่เขียนว่า “หลับตา” หลับตาได้

10. Writing (1 คะแนน)

ข้อนี้เป็นคำสั่ง “ให้คุณ (ตา, ยาย...) เขียนข้อความอะไรก็ได้ที่อ่านแล้วรู้เรื่อง

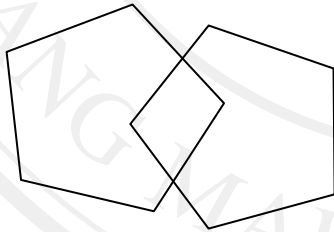
หรือมีความหมายมา 1 ประโยค”

ประโยคมีความหมาย.....

11. Visuoconstruction (1 คะแนน)

ข้อนี้เป็นคำสั่ง “จงวาดภาพให้เหมือนภาพตัวอย่าง”

(ในที่ว่างด้านขวาของภาพตัวอย่าง)



คะแนนรวม.....

รหัสอาสาสมัคร.....อายุ.....ปี ผู้ทำการทดสอบ.....วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

จุดตัด (cut-off-point) สำหรับคะแนนที่สงสัยภาวะสมองเสื่อม (cognitive impairment)

ระดับการศึกษา	คะแนน	
	จุดตัด	เต็ม
ผู้สูงอายุปกติไม่ได้เรียนหนังสือ (อ่านไม่ออก-เขียนไม่ได้)	≤ 16	23 (ไม่ต้องทำข้อ 4, 9, 10)
ผู้สูงอายุปกติเรียนระดับประถมศึกษา	≤ 20	30
ผู้สูงอายุปกติเรียนระดับสูงกว่าประถมศึกษา	≤ 23	30

Appendix C

แบบสำรวจความซึมเศร้า

รหัสอาสาสมัคร.....

วันที่.....

BDI: Beck Depression Inventory

ต่อไปนี้เป็นกลุ่มข้อความต่างๆที่เกี่ยวกับความรู้สึกของคุณ โปรดอ่านข้อความแต่ละกลุ่ม แล้วเขียนวงกลมรอบตัวเลขหน้าข้อความในแต่ละกลุ่มเพียงข้อความเดียวเท่านั้นที่ตรง หรือใกล้เคียงกับความรู้สึกของคุณใน หนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา ให้แน่ใจว่าคุณได้อ่านข้อความทุกข้อในแต่ละกลุ่มก่อนที่จะเลือกตอบ

- 1) 0 ฉันไม่รู้สึกรู้สึกซึมเศร้า
- 1 ฉันรู้สึกซึมเศร้า
- 2 ฉันรู้สึกซึมเศร้าตลอดเวลาและไม่สามารถลืมมันได้
- 3 ฉันรู้สึกซึมเศร้าจนทนต่อไปไม่ได้แล้ว
- 2) 0 ฉันไม่รู้สึกรู้สึกท้อแท้ต่ออนาคต
- 1 ฉันรู้สึกท้อแท้ต่ออนาคต
- 2 ฉันรู้สึกว่าไม่มีอะไรต้องคิดหรือมุ่งหวังอีกต่อไป
- 3 ฉันรู้สึกหมดหวังในอนาคตและไม่สามารถทำให้มันดีขึ้นได้
- 3) 0 ฉันไม่รู้สึกรู้สึกว่าทำอะไรล้มเหลว
- 1 ฉันรู้สึกทำอะไรรู้สึกล้มเหลวกว่าคนอื่น ๆ
- 2 เมื่อนั้นมองย้อนไปในอดีต สิ่งที่ทำฉันทำได้คือความล้มเหลวเกือบทั้งหมด
- 3 ฉันรู้สึกว่าเป็นคนที่ทำอะไรล้มเหลวมาโดยตลอด
- 4) 0 ฉันมีความพอใจในทุกอย่างทุกอย่างเสมอ
- 1 ฉันไม่รู้สึกรู้สึกพอใจในสิ่งต่างๆดังเช่นเคย
- 2 ฉันไม่ได้รับความพอใจอย่างแท้จริงจากทุกอย่างทุกอย่างอีกต่อไป
- 3 ฉันรู้สึกไม่พอใจ และเบื่อหน่ายต่อทุกอย่าง

- 5) 0 ฉันไม่เคยรู้สึกผิด
 1 ฉันรู้สึกผิดเป็นบางครั้ง
 2 ฉันรู้สึกผิดเกือบตลอดเวลา
 3 ฉันรู้สึกผิดตลอดเวลา
- 6) 0 ฉันไม่รู้สึกว่าฉันถูกลงโทษ
 1 ฉันรู้สึกว่าจะฉันอาจถูกลงโทษ
 2 ฉันคิดว่าฉันต้องถูกลงโทษ
 3 ฉันรู้สึกว่าจะฉันต้องถูกลงโทษ
- 7) 0 ฉันรู้สึกไม่ผิดหวังในตนเอง
 1 ฉันรู้สึกผิดหวังในตนเอง
 2 ฉันรู้สึกสะอิดสะเอียนตนเอง
 3 ฉันเกลียดตัวฉันเองมาก
- 8) 0 ฉันไม่รู้สึกว่าฉันเร็วกว่าคนอื่น
 1 ฉันชอบวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับความอ่อนแอและความผิดพลาด
 2 ฉันตำหนิตนเองตลอดเวลาเกี่ยวกับสิ่งที่ผิด
 3 ฉันตำหนิตนเองสำหรับทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้น
- 9) 0 ฉันไม่เคยคิดฆ่าตัวตาย
 1 ฉันคิดฆ่าตัวตายแต่ไม่ทำจริง
 2 ฉันอยากฆ่าตัวตายเหลือเกิน
 3 ฉันจะฆ่าตัวตายเมื่อมีโอกาส
- 10) 0 ฉันไม่ร้องไห้โดยไม่จำเป็น
 1 ฉันร้องไห้มากกว่าที่เคย
 2 ทุกวันฉันร้องไห้เสมอ
 3 ฉันเคยร้องไห้ แต่เดี๋ยวนี้ร้องไห้ไม่ออกแม้จะต้องการร้องเหลือเกิน
- 11) 0 ฉันไม่รู้สึกลับจนเฉียวโกรธง่าย
 1 ฉันเป็นคนจนเฉียวโกรธง่ายกว่าเมื่อก่อน
 2 ฉันเป็นคนขี้รำคาญและโกรธง่ายเกือบตลอดเวลา
 3 ฉันรู้สึกโกรธง่ายตลอดเวลา

- 12) 0 ฉันยังให้ความสนใจผู้อื่นเสมอ
 1 ฉันสนใจผู้อื่นน้อยลงกว่าที่เคย
 2 ฉันเลิกสนใจผู้อื่นเป็นบางเวลา
 3 ฉันเลิกสนใจผู้อื่นโดยสิ้นเชิง
- 13) 0 ฉันตัดสินใจอะไรได้เหมือนอย่างที่เคยทำ
 1 ฉันพยายามหลีกเลี่ยงการตัดสินใจมากกว่าที่เคย
 2 ฉันมีความยากยิ่งในการตัดสินใจมากกว่าที่เคย
 3 ฉันไม่สามารถตัดสินใจอะไรได้อีกเลย
- 14) 0 ฉันไม่รู้สึกว่าฉันแตกต่างไปจากเมื่อก่อน
 1 ฉันวิตกว่าฉันดูแก่และไม่น่าสนใจ
 2 ฉันรู้สึกว่ามีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในอริยาบถของฉัน
 ที่ทำให้ฉันไม่น่ามองอีกต่อไป
 3 ฉันเชื่อว่าฉันเป็นคนน่าเกลียดมาก
- 15) 0 ฉันสามารถทำงานได้เหมือนเคย
 1 ฉันต้องใช้ความพยายามเพิ่มขึ้นกว่าจะเริ่มทำงานบางสิ่งบางอย่าง
 2 ฉันต้องผลักดันตนเองอย่างมากที่จะทำงานอะไรๆ
 3 ฉันไม่สามารถทำงานอะไรได้เลย
- 16) 0 ฉันนอนได้ตามปกติ
 1 ฉันนอนไม่หลับเหมือนอย่างเคย
 2 ฉันตื่นก่อนปกติ 1-2 ชั่วโมง และเป็นการยากที่จะนอนต่อไปอีก
 3 ฉันตื่นก่อนปกติหลายชั่วโมง และไม่สามารถนอนหลับต่อไปอีกได้
- 17) 0 ฉันไม่รู้สึเหนื่อยกว่าปกติ
 1 ฉันรู้สึเหนื่อยกว่าแต่ก่อน
 2 ฉันรู้สึเหนื่อยจากการทำสิ่งต่างๆ
 3 ฉันรู้สึเหนื่อยเกินกว่าจะทำอะไรได้
- 18) 0 ฉันรับประทานอาหารได้ตามปกติ
 1 ฉันรับประทานอาหารไม่ได้มากอย่างที่เคย
 2 ฉันรับประทานอาหารไม่ค่อยลง
 3 ฉันไม่อยากรับประทานอาหารใดๆเลย

- 19) 0 น้ำหนักของฉันไม่ลดลง
1 น้ำหนักของฉันลดลงประมาณ 2 กิโลกรัม
2 น้ำหนักของฉันลดลงประมาณ 4 กิโลกรัม
3 น้ำหนักของฉันลดลงประมาณ 6 กิโลกรัม
- 20) 0 ฉันไม่วิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ
1 ฉันวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น ความเจ็บปวด ปวดท้อง หรือท้องผูก
2 ฉันวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ และยากที่จะคิดถึงสิ่งอื่น
3 ฉันวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพร่างกายจนไม่สามารถที่จะคิดถึงสิ่งอื่นได้
- 21) 0 ความสนใจทางเพศของฉันยังปกติ
1 ฉันสนใจเรื่องทางเพศน้อยกว่าที่เคย
2 ฉันสนใจเรื่องทางเพศน้อยลงมาก
3 ฉันไม่สนใจเรื่องทางเพศอีกเลย

คะแนน.....

Appendix D

Personal data collection form

แบบบันทึกข้อมูลส่วนตัว

วันที่.....

ข้อมูลทั่วไป

รหัสอาสาสมัคร.....เพศ.....อายุ.....ปี วัน/เดือน/ปีเกิด.....

น้ำหนัก.....ส่วนสูง.....อาชีพ.....

ที่อยู่.....เบอร์โทรศัพท์.....

สัญชาติ.....เชื้อชาติ.....ระดับการศึกษา.....

ข้อมูลด้านสุขภาพ

1.ท่านมีความผิดปกติทางระบบประสาท เช่น อัมพาต พาร์กินสัน

() ไม่มี () มี ระบุ.....

2.ท่านมีปัญหาทางระบบโครงร่างกล้ามเนื้อและกระดูกอย่างรุนแรง เช่น ข้ออักเสบอย่างรุนแรง กระดูกหัก

() ไม่มี () มี ระบุ.....

3.ท่านมีปัญหาทางระบบ การหายใจและการทำงานของหัวใจ เช่น โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง หายใจลำบาก หอบหืด ภูมิแพ้

() ไม่มี () มี ระบุ.....

4.ท่านมีปัญหาทางด้านกรมองเห็น

() ไม่มี () มี ระบุ.....

ได้รับการแก้ไขโดย.....

5.ท่านมีปัญหาทางการได้ยิน

() ไม่มี () มี ระบุ.....

6. ประวัติการเจ็บป่วยและการผ่าตัดในอดีต

() ไม่มี () มี ระบุ.....เมื่อ.....

7. ขณะนี้ท่านต้องทานยา

() ไม่มี () มี ระบุชื่อ จำนวน.....ชนิด

8. ขณะนี้ท่านต้องรับการรักษาทางการแพทย์

() ไม่มี () มี ระบุ.....

9. ท่านดื่มสุราหรือเสพของมึนเมาก่อนทำการทดสอบ 24 ชั่วโมง

() ดื่ม () ไม่ดื่ม

10. ท่านเคยหกล้มในระยะเวลา 12 เดือนที่ผ่านมาหรือไม่

() ไม่เคย

() เคย ระบุจำนวน.....ครั้ง หกล้มครั้งล่าสุดเมื่อ.....

สาเหตุการล้ม

สะดุด ลื่น อื่น ระบุ.....

สถานที่.....การบาดเจ็บจากการหกล้ม.....

กิจกรรมที่ทำขณะหกล้ม

1 กิจกรรม (balance task) ระบุ.....

ขณะทำ >1 กิจกรรมขึ้นไป (dual task) ระบุ.....

11. ท่านเคยเสียการทรงตัว เช่น เซ สะดุด ลื่น ในระยะเวลา 12 เดือนที่ผ่านมาหรือไม่

() ไม่เคย

() เคย ระบุจำนวน.....ครั้ง เสียการทรงตัวครั้งล่าสุดเมื่อ.....

สาเหตุการล้ม

สะดุด ลื่น อื่น ระบุ.....

สถานที่.....การบาดเจ็บจากการเสียการทรงตัว.....

กิจกรรมที่ทำขณะเสียการทรงตัว

1 กิจกรรม (balance task) ระบุ.....

ขณะทำ >1 กิจกรรมขึ้นไป (dual task) ระบุ.....

Appendix E

Consent form

เอกสารยินยอมการเข้าร่วมการวิจัยของผู้ใหญ่

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....

ให้ความยินยอมของตนเองที่จะเข้าเกี่ยวข้องในการวิจัย/ค้นคว้า เรื่อง บทบาทของอายุ ความสามารถในการทรงตัว ลักษณะของงานที่เพิ่มขึ้นและความสามารถในการจัดสรรความใส่ใจต่อการเดิน ซึ่งผู้วิจัย ได้แก่ นางสาวปารีส ผุยพาณิชย์ศิริ ได้อธิบายต่อข้าพเจ้าเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้แล้ว (ตามรายละเอียดที่แนบมากับหนังสือยินยอมนี้)

ผู้วิจัยมีความยินดีที่จะให้คำตอบต่อคำถามประการใดที่ข้าพเจ้าอาจจะมีได้ตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปที่เป็นสรุปผลการวิจัย และผู้วิจัยจะได้ปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายหรือจิตใจของข้าพเจ้าตลอดการวิจัยนี้ และรับรองว่าหากเกิดมีอันตรายใด ๆ จากการวิจัยดังกล่าว ข้าพเจ้าจะได้รับการรักษาอย่างเต็มที่

ข้าพเจ้ายินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยสมัครใจ และสามารถที่จะถอนตัวจากการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ทั้งนี้ โดยไม่มีผลกระทบต่อการรักษาพยาบาลที่ข้าพเจ้าจะได้รับถ้าหากข้าพเจ้าเป็นผู้ป่วย และในกรณีที่เกิดข้อข้องใจหรือปัญหาที่ข้าพเจ้าต้องการปรึกษากับผู้วิจัย ข้าพเจ้าสามารถติดต่อกับผู้วิจัยคือนางสาวปารีส ผุยพาณิชย์ศิริ ได้ที่ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์เคลื่อนที่ 089-9300204 โดยการลงนามนี้ ข้าพเจ้าไม่ได้สละสิทธิ์ใด ๆ ที่ข้าพเจ้าพึงมีทางกฎหมาย

ลายมือชื่ออาสาสมัคร วันที่.....

(.....)

ลายมือชื่อผู้ให้ข้อมูลการวิจัย วันที่.....

(.....)

พยาน* วันที่.....

(.....)

*พยานควรเป็นบิดาหรือมารดาของอาสาสมัคร ในกรณีอาสาสมัครยังไม่บรรลุนิติภาวะ (อายุไม่ถึง 20ปี)

APPENDIX F

Information sheet

เอกสารชี้แจงโครงการวิจัย (ข้อมูลสำหรับอาสาสมัคร)

ชื่อโครงการวิจัย บทบาทของอายุ ความสามารถในการทรงตัว ลักษณะของงานที่เพิ่มขึ้นและ
ความสามารถในการจัดสรรความใส่ใจต่อการเดิน

รายชื่อผู้วิจัย

ผู้วิจัย

นางสาวปารีส ผุยพาณิชย์ศิริ

อาจารย์ที่ปรึกษา

อ.ดร.ปฎิมา ศิลสุภค

การศึกษา/วิจัยนี้เกี่ยวกับเรื่องอะไร

การหกล้มและการเสียการทรงตัวของผู้สูงอายุในปัจจุบันมีสาเหตุหลักมาจากการที่มี
ความสามารถในการทรงตัวขณะเดินบกพร่อง โดยพบว่าผู้สูงอายุไม่ได้เสียการทรงตัวและหกล้ม
ขณะเดินเพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่มักเสียการทรงตัวและหกล้มขณะเดินพร้อมกับทำงานอย่างอื่น
ร่วมด้วย เช่น เดินพร้อมกับสนทนาไปด้วย โดยพบว่าจะทำให้ความสามารถในการเดินลดลง เช่น
ความเร็วในการเดินลดลง และความแปรปรวนของการเดินเพิ่มขึ้น เป็นต้น โดยนักวิจัยส่วนใหญ่
สันนิษฐานว่าการที่ผู้สูงอายุไม่สามารถทรงตัวขณะเดินพร้อมกับทำกิจกรรมอย่างอื่นร่วมด้วย เป็น
ผลสืบเนื่องมาจากการที่ไม่สามารถแบ่งความใส่ใจและจัดสรรความใส่ใจได้อย่างเหมาะสม เช่น
ในขณะที่ผู้สูงอายุควรใส่ใจในการเดิน กลับไปใส่ใจการสนทนามากกว่า จึงทำให้เสียการทรงตัว
เป็นต้น โดยความสามารถในการจัดสรรความใส่ใจในขณะที่เดินพร้อมกับการทำงานอย่างอื่นไปด้วย
นั้นมีความแตกต่างกันไปโดยอาจขึ้นอยู่กับหลายๆปัจจัย ดังนั้น การศึกษานี้เกี่ยวข้องกับการศึกษา
ความสามารถในการจัดสรรความใส่ใจขณะเดินจากบทบาทของอายุ ความสามารถในการทรงตัว
และลักษณะของงานที่เพิ่มขึ้น โดยปัจจัยที่ทำการศึกษาได้แก่ อายุ ความสามารถในการทรงตัว และ
ลักษณะของงานที่เพิ่มขึ้น โดยจะทำการศึกษาวิจัยที่ภาควิชากายภาพบำบัด ชั้น 4 คณะเทคนิค
การแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้ทำการศึกษาอธิบายวัตถุประสงค์รวมถึงขั้นตอนในการทดสอบ
ให้ผู้เข้าร่วมการศึกษารับทราบ ผู้เข้าร่วมการศึกษารอกไปยินยอมก่อนเข้ารับการทดสอบ

ท่านจะได้ประโยชน์อะไรจากการศึกษา/วิจัยนี้

ประโยชน์ที่ท่านจะได้รับโดยตรงจากการเข้าร่วมการศึกษาครั้งนี้คือ ท่านจะได้รับทราบข้อมูลและการแปลผลเกี่ยวกับ ระดับความสามารถในการทรงตัว ผลการทดสอบสภาพสมองเบื้องต้น และผลประเมินแบบวัดความซึมเศร้า นอกจากนี้ท่านยังเป็นส่วนสำคัญในการสร้างองค์ความรู้เพื่อนำไปสู่การพัฒนา โปรแกรมการรักษาฟื้นฟูและการป้องกันการล้มในผู้สูงอายุที่เหมาะสมต่อไปในอนาคต

ท่านจะต้องปฏิบัติตัวอย่างไร

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้เข้าร่วมการศึกษาจะได้รับรางวัลเงินสดและขั้นตอนในการวิจัย โดยจะต้องลงชื่อยินยอมเพื่อที่จะเข้าร่วมในการศึกษา หลังจากนั้นทำการตอบแบบสอบถามบันทึกข้อมูลส่วนตัว ทดสอบในแบบประเมินการทรงตัว แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้น และแบบประเมินวัดความซึมเศร้า โดยเมื่อผ่านการประเมินตามเกณฑ์การคัดเข้าและคัดออก หลังจากนั้นจะทำการทดสอบนับเลขถอยหลังในขณะนั่ง และทำการทดสอบความสามารถในการจัดสรรความใส่ใจและการแบ่งความใส่ใจบนคอมพิวเตอร์ในขณะนั่งซึ่งใช้เวลาในการทดสอบโดยรวมประมาณ 30 นาที หลังจากนั้นจะได้รับการทดสอบในขณะที่เดินบนเครื่องวิเคราะห์การเดินเป็นระยะทาง 8 เมตรด้วยความเร็วปกติที่ใช้เดินโดยไม่ใส่รองเท้า ซึ่งทุกท่านจะได้รับการอธิบายและสาธิตขั้นตอนต่างๆ ในการเดินและจะได้ทดลองปฏิบัติก่อนเพื่อสร้างความคุ้นเคยกับสถานการณ์ในการทดสอบ ซึ่งมีการทดสอบการเดินในทางแคบ เดินในทางแคบพร้อมกับนับเลขถอยหลัง และเดินในทางแคบพร้อมกับถือถาดใส่แก้วที่บรรจุน้ำไปด้วย โดยจะเดินในเงื่อนไขทั้งหมดรวมจำนวน 30 รอบ และในระหว่างการทดสอบจะมีเวลาพักในแต่ละรอบของการทดสอบประมาณ 3-5 นาทีหรือจนอาสาสมัครจะหายเหนื่อย ระยะเวลาที่ใช้ในการทดสอบทั้งสิ้นประมาณ 1-2 ชั่วโมง

ค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมการวิจัย / ค่าตอบแทน

ท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น และทางโครงการฯ จะชดเชยค่าเดินทางในการมาเข้าร่วมงานวิจัยให้กับท่าน 200 บาท

อาการไม่พึงประสงค์/ ความเสี่ยงจากการเข้าร่วมการวิจัยนี้

ท่านอาจมีความเสี่ยงต่อการเสียการทรงตัว หรือหกล้มขณะทดสอบได้ อย่างไรก็ตามเพื่อความปลอดภัยของท่าน เรามีมาตรการป้องกันการเสี่ยงโดยจะอธิบายขั้นตอนในการทดสอบให้ท่านเข้าใจ และมีการทดลองปฏิบัติก่อนการเก็บข้อมูลจริงเพื่อให้ท่านคุ้นเคยกับสถานที่และอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ ขณะทำการทดสอบจะมีผู้ช่วยวิจัยอยู่ใกล้ๆคอยระมัดระวังความปลอดภัยให้แก่

ท่านและจะให้ท่านสวมใส่เข็มขัดเพื่อป้องกันการพุงของผู้ช่วยวิจัยเพื่อป้องกันการล้ม นอกจากนี้ได้มีการจัดเตรียมชุดปฐมพยาบาลเบื้องต้นพร้อมใช้ หากเกิดอุบัติเหตุหรือกรณีฉุกเฉินเกิดขึ้น ท่านจะได้รับการดูแลอย่างทันทั่วทั้งที่

หากท่านได้รับบาดเจ็บจากการเข้าร่วมศึกษา/วิจัย

ท่านจะได้รับการปฐมพยาบาลอย่างเต็มที่ตามหลักวิชาการจากทีมผู้วิจัย และนำส่งโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ เพื่อทำการประเมินและให้การดูแลรักษาที่เหมาะสม

ท่านจะอย่างไรหากท่านไม่ต้องการเข้าร่วมการศึกษา/วิจัย หรือหากท่านเปลี่ยนใจระหว่างเข้าร่วมศึกษา

ท่านมีอิสระที่จะปฏิเสธการเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยบอกกับผู้ให้ข้อมูลแก่ท่าน หรือระหว่างการวิจัยก็สามารถแจ้งขอลงตัวออกจากโครงการวิจัยได้โดยจะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อท่าน

ใครจะรู้บ้างว่าท่านเข้าร่วมการศึกษา/วิจัยนี้

คณะผู้วิจัยและตัวท่านเอง คณะกรรมการพิทักษ์สิทธิคณะกรรมการแพทย์ ซึ่งมีหน้าที่ปกป้องสิทธิและ สวัสดิภาพของอาสาสมัครที่เข้าร่วมงานวิจัยสามารถขอทราบข้อมูลของท่านได้ แต่ข้อมูลจะยังถูกเก็บเป็นความลับ

การปกป้องรักษาข้อมูล ข้อมูลใดบ้างที่จะถูกเก็บรวบรวมไว้จากการศึกษา/วิจัยนี้

ผลการวิจัยและข้อมูลที่เกี่ยวข้องที่ได้บันทึกไว้ทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ หากท่านต้องการที่จะทราบผลของการทดสอบของตนเองสามารถติดต่อได้ที่คณะผู้ทำวิจัยโดยตรง ซึ่งข้อมูลของท่านที่ได้จากการทดสอบจะถูกนำไปวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลของผู้เข้าร่วมวิจัยท่านอื่นๆ และแสดงผลออกมาในลักษณะการสรุปเท่านั้น โดยจะไม่เปิดเผยข้อมูลดังกล่าวในเชิงที่บ่งชี้ถึงเอกลักษณ์ส่วนบุคคลของแต่ละบุคคล

หากท่านมีคำถามเกี่ยวกับการศึกษาที่ท่านสามารถติดต่อใครได้บ้าง

หากท่านมีคำถามหรือมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการศึกษาวิจัยนี้ หรือสงสัยว่าท่านกำลังได้รับบาดเจ็บจากการเข้าร่วมการวิจัยนี้ ท่านสามารถติดต่อบุคคลดังต่อไปนี้คือ อ.ดร.ปัทมา ศิลสุกศล และนางสาวปารีส พุฒพานิชย์ศิริ ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หมายเลขโทรศัพท์ในเวลาราชการ 0-5394-9291 หมายเลขโทรศัพท์นอก
เวลาราชการ 089-9300204

บุคคลผู้ทรงคุณวุฒิที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ที่ท่านสามารถติดต่อได้ คือ ผู้ช่วย
ศาสตราจารย์เนตร สุวรรณคฤหาสน์ ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะเทคนิค
การแพทย์ โทร. 053-124099



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

APPENDIX G

Certificate of ethical clearance

เอกสารรับรองโครงการวิจัย โดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

083E/53



เอกสารรับรองโครงการวิจัย
โดย คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะเทคนิคการแพทย์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ชื่อโครงการ : บทบาทของอายุ ความสามารถในการทรงตัว ลักษณะของงาน
ที่เพิ่มขึ้นและความสามารถในการจัดสรรความใส่ใจต่อการเดิน

หัวหน้าโครงการ : อาจารย์ ดร.ปฏิมา ศิลศุภดล

หน่วยงาน : ภาควิชากายภาพบำบัด
คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

รับรองโครงการเมื่อวันที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2553
การรับรองโครงการมีผลถึงวันที่ 23 พฤศจิกายน พ.ศ. 2554

(นายเนตร สุวรรณคฤหาสน์)
ประธานคณะกรรมการฯ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วาสนา ศิริรังษี)
คณบดีคณะเทคนิคการแพทย์

CURRICULUM VITAE

Name	Miss Paris Puipanichsiri
Date of birth	7 May 1985
Education	Bachelor of Science (Physical Therapy) Mahidol University, Bangkok 2004-2008 Graduate Diploma Program in Clinical Physical Therapy Chiang Mai University, Chiang Mai 2008-2009 Master of Science (Movement and Exercise Sciences) Chiang Mai University, Chiang Mai 2009-2012