

ภาคผนวก ข  
แบบฟอร์ม และเอกสารที่ใช้ในโครงการ

## ภาคผนวก ข

### แบบฟอร์ม และเอกสารที่ใช้ในโครงการ

ผู้วิเคราะห์ได้ปรับปรุงแก้ไขคำถามในแบบสอบถามที่อ้างอิงมาจากเว็บไซต์สำนักนโยบายและแผนพลังงานกระทรวงพลังงาน และเว็บไซต์ surveycan.com เพื่อให้สอดคล้องกับเนื้อหาและข้อมูลของเว็บไซต์การวิเคราะห์ข้อมูลแนวโน้มที่นำไปสู่การฆ่าตัวตายของผู้ป่วยจิตเวชในจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อสอบถามความพึงพอใจของผู้เข้าเยี่ยมชมเว็บไซต์

#### แบบทดสอบสุขภาพจิต

**โครงการเรื่อง :** การสร้างโมเดลวิเคราะห์ข้อมูลแนวโน้มที่นำไปสู่การฆ่าตัวตายของผู้ป่วยจิตเวชในจังหวัดเชียงใหม่

**คำชี้แจง :** แบบสอบถามประกอบด้วยชุดคำถาม 3 ตอน ขอให้ผู้ตอบแบบประเมินตอบให้ครบทั้ง 3 ตอน เพื่อให้การดำเนินโครงการเป็นไปตามวัตถุประสงค์ และเพื่อเป็นประโยชน์ในการนำไปใช้ต่อไป

**ตอนที่ 1** ข้อมูลทั่วไปของผู้ใช้งานเว็บไซต์

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าคำตอบที่ตรงกับข้อมูลของผู้ใช้งานเพียงข้อเดียว

1. เพศ  ชาย  หญิง
2. อายุ  ต่ำกว่า 20 ปี  20-29  
 30-39  40-49  
 50-59  60ปีขึ้นไป
3. ประเภทผู้ประเมิน  บุคลากรทางการศึกษา  
 ประชาชน

- ผู้สัมผัสสูง
- พระภิกษุ/สามเณร/นักบวช/ผู้นำศาสนา
- อาชีพในระบบสาธารณสุข
- อาชีพนอกระบบสาธารณสุข

#### 4. จังหวัด

- เชียงใหม่ (Chiangmai)
- เชียงราย (Chiangrai)
- น่าน (Nan)
- ลำพูน (Lamphun)
- ลำปาง (Lampang)
- พะเยา (Phayao)
- แพร่ (Phare)
- แม่ฮ่องสอน (Mae Hong Son)

#### ตอนที่ 2 แบบทดสอบภาวะหมดไฟ

(คะแนน >5 เสี่ยง / ≤ 5 ไม่เสี่ยง)

ไม่มีเลย = 0 เป็นบางวัน = 1 เป็นบ่อย = 2 เป็นประจำ = 3

1. ท่านรู้สึกขาดแรงใจ / ความกระตือรือร้น
  - ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
2. ท่านรู้สึกไม่อยากสนใจใครรอบข้าง
  - ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
3. ท่านรู้สึกไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร
  - ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ

#### ตอนที่ 3 แบบประเมินโรคซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q)

ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้าหรือท้อแท้สิ้นหวังหรือไม่

มี  ไม่มี

ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาวันนี้ ท่านรู้สึกเบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลินหรือไม่

มี  ไม่มี

### แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

1. เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
3. หลับยาก หรือหลับๆ ตื่นๆ หรือหลับมากไป  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
4. เหนื่อยง่าย หรือ ไม่ค่อยมีแรง  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
5. เบื่ออาหาร หรือกินมากเกินไป  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลว หรือทำให้ตนเองหรือครอบครัวผิดหวัง  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
7. สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
8. พุดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลง จนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือกระสับกระส่ายไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ
9. คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี  
 ไม่มีเลย  เป็นบางวัน  เป็นบ่อย  เป็นประจำ

### ตาราง ข.1 คะแนนคัดกรอง โรคซึมเศร้า

ไม่มีเลย = 0  เป็นบางวัน = 1  เป็นบ่อย = 2  เป็นประจำ = 3

คะแนนรวม	การแปลผล
<7	ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศวาระดับน้อยมาก
7 – 12	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับน้อย
13 – 18	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับปานกลาง
≥ 19	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับรุนแรง

คะแนน  $9Q \geq 7$  ให้ประเมินแนวโน้มการฆ่าตัวตาย ด้วย 8Q

ตอนที่ 4 แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q)

1. คิดอยากฆ่าตัวตาย หรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า

ไม่มี = 0  มี = 1

2. อยากทำร้ายตัวเอง หรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ

ไม่มี = 0  มี = 2

3. คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย

ได้ = 0  ไม่ได้ = 8

4. (ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายให้ถามต่อ) .... ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหมว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้

ได้ = 0  ไม่ได้ = 8

5. มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย

ได้ = 0  ไม่ได้ = 8

6. ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเองหรือเตรียมการจะฆ่าตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริงๆ

ได้ = 0  ไม่ได้ = 9

7. ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บแต่ไม่ตั้งใจที่จะทำให้เสียชีวิต

ได้ = 0  ไม่ได้ = 4

8. ได้พยายามฆ่าตัวตายโดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะให้ตาย

ได้ = 0  ไม่ได้ = 10

9. ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย

ได้ = 0  ไม่ได้ = 4

ตาราง ข.2 คะแนนคัดกรอง การฆ่าตัวตาย

คะแนนรวม	การแปลผล
0	ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน

1-8	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับน้อย
9-16	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับกลาง
$\geq 17$	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับรุนแรง

ถ้าคะแนน  $8Q \geq 17$  ส่งต่อโรงพยาบาลมีจิตแพทย์ด่วน