

แบบสอบถามสุขภาพ : ประโยชน์ในการคัดกรอง ผู้ป่วยโรคกายและโรคจิต

สมทรง สุกสีลปี¹

บัวลอง ชินอ่อน²

¹นักวิทยาศาสตร์ งานวิจัยกลาง คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

²หัวหน้างานบริการพยาบาล โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น

“แบบสอบถามสุขภาพ” หรือหากจะแปล
คำต่อคำให้ตรงกับภาษาอังกฤษ Cornell medical
index health questionnaire แล้วควรจะเป็น
“แบบวัดดัชนีสุขภาพของมหาวิทยาลัยคอร์เนล”
ผู้คิดค้นแบบสอบถามสุขภาพนี้ขึ้นคือ นายแพทย์
บรอดแมน และคณะ⁽¹⁾ โดยมีวัตถุประสงค์ที่
จะได้ประวัติและอาการเจ็บป่วย ก่อนที่ผู้ป่วยจะ
เข้าพบแพทย์ เพื่อตรวจร่างกาย ซึ่งจะช่วยให้แพทย์
เสียเวลาน้อยลงในการซักประวัติ และอาจได้ราย-
ละเอียดบางอย่าง ที่ผู้ป่วยเองไม่กล้าซักถามหรือ
รายงานให้แพทย์ทราบ

แต่ละคำถามของแบบสอบถามสุขภาพซึ่ง
มีคำถามทั้งหมด 195 ข้อนี้ ได้ถูกคัดเลือกมาจาก
ผู้ป่วยมากกว่าหนึ่งพันราย ให้คำตอบที่แน่นอน
สอดคล้องกับอาการที่แพทย์ตรวจพบ คำถาม
ทั้งหมดแบ่งออกเป็นสี่ส่วน ส่วนแรกเกี่ยวกับ
อาการทางร่างกาย ส่วนที่สองเป็นคำถามเกี่ยวกับ
ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต ส่วนที่สาม เกี่ยวกับ
ประวัติการเจ็บป่วยของบุคคลในครอบครัว และ
ส่วนสุดท้ายเกี่ยวกับความรู้สึก และนิสัยปฏิบัติ
ประจำวัน ข้อคำถามทั้งหมดใช้ภาษาง่าย ๆ ไม่มี
ศัพท์ทางการแพทย์ คนทั่วไปสามารถเข้าใจได้โดย

ง่าย คำถามครอบคลุมอาการตามระบบต่าง ๆ ของ
ร่างกายได้แก่

- | | |
|---|--------|
| 1. ตาและหู | 9 ข้อ |
| 2. ระบบหายใจ | 18 ข้อ |
| 3. ระบบไหลเวียนโลหิต | 13 ข้อ |
| 4. ระบบย่อยอาหาร | 23 ข้อ |
| 5. ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก | 8 ข้อ |
| 6. ผิวหนัง | 7 ข้อ |
| 7. ระบบประสาท | 18 ข้อ |
| 8. ระบบทางเดินปัสสาวะและอวัยวะสืบพันธุ์ | 11 ข้อ |
| 9. อาการเหนื่อยง่าย | 7 ข้อ |
| 10. อาการเจ็บป่วยบ่อย ๆ | 9 ข้อ |
| 11. คำถามเกี่ยวกับโรคเบ็ดเตล็ด | 15 ข้อ |
| 12. คำถามเกี่ยวกับนิสัยปฏิบัติประจำวัน | 6 ข้อ |
| 13. คำถามเกี่ยวกับความมั่นใจตนเอง | 12 ข้อ |
| 14. คำถามเกี่ยวกับอาการซึมเศร้า | 6 ข้อ |
| 15. คำถามเกี่ยวกับความวิตกกังวล | 9 ข้อ |
| 16. คำถามเกี่ยวกับความรู้สึกอ่อนไหว | 6 ข้อ |
| 17. คำถามเกี่ยวกับความโกรธ | 9 ข้อ |
| 18. คำถามเกี่ยวกับความตึงเครียดในจิตใจ | 9 ข้อ |

นายแพทย์ บรอดแมน ได้นำแบบสอบถาม ดังกล่าวนี้นำมาทดลองใช้กับผู้ป่วย 179 ราย ณ แผนก ผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลนิวยอร์ก ในระหว่างเดือน เมษายน ถึง ตุลาคม 2481 ผลปรากฏว่าร้อยละ 95 ของคำถามในแบบสอบถามสุขภาพที่ผู้ป่วย ตอบตรงกันกับประวัติ และการวินิจฉัยโรคใน แพ้ประวัติผู้ป่วย เช่น อาการเจ็บป่วยเกี่ยวกับ ความดันโลหิตสูง ความดันโลหิตต่ำ เจ็บหน้าอก หัวใจสั่น เป็นต้น นอกจากผู้ป่วยจะได้ตอบแบบ สอบถาม 195 ข้อ ด้วยตนเองว่า “ใช่” “ไม่ใช่” แล้ว ยังมีบันทึกท้ายแบบสอบถามให้ผู้ป่วย เขียนบรรยายความรู้สึกหรืออาการเจ็บป่วยที่เป็นอยู่ จนต้องการมาพบแพทย์ นายแพทย์บรอดแมน พบว่าหนึ่งในสี่ของผู้ป่วยไม่เขียนเพิ่มเติม ร้อยละ 70 ให้คำบรรยายอาการป่วยสำคัญตรงกันกับแพ้ ประวัติผู้ป่วยที่แพทย์ตรวจ และอีกร้อยละ 50 ได้บรรยายถึงอาการป่วยสำคัญ ที่เสริมจุดเด่น ของแบบสอบถามสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อาการป่วยทางจิตที่แพทย์ตรวจไม่พบในแพ้ ประวัติผู้ป่วย ดังกรณีตัวอย่างดังนี้ ผู้ป่วยชาย รายหนึ่ง อายุ 70 ปี มาพบแพทย์ด้วยอาการ ปัสสาวะผิดปกติ แพทย์ตรวจและวินิจฉัยว่าเป็น prostatic hypertrophy ผู้ป่วยถูกรับไว้รักษาใน โรงพยาบาล วันแรกของการรับไว้ มีบันทึกเพิ่มเติม ในแพ้ประวัติว่า “ผู้ป่วยต้องการผ่าตัดติดตามอง ไม่เห็น” วันต่อมาผู้ป่วยรายนี้จบชีวิตลงด้วยการ กระโดดตึก 9 ชั้น ผ่านหน้าต่างห้องนั้นลงมาเมื่อ แพทย์ได้มาตรวจบันทึกในแบบสอบถามสุขภาพ ที่ผู้ป่วยรายนี้ตอบก่อนเข้าพบแพทย์ จึงพบว่าเขา บันทึกอาการทั้งหมด 85 ข้อคำถามนอกเหนือ จากอาการปัสสาวะผิดปกติมีหลายข้อคำถามที่ชี้ ถึงภาวะอารมณ์แปรปรวน เช่น ความรู้สึกไม่ มีความสุข เศร้า ตกลใจ สิ้นหวังในชีวิต และ อยากตายให้พ้นความรู้สึกเหล่านี้ นายแพทย์ บรอด-แมน ได้ตั้งข้อกังขาว่าหากแพทย์หรือผู้เกี่ยวข้องจะ

ได้ให้ความสนใจในคำตอบจากแบบสอบถามสุขภาพ แล้วส่งต่อผู้ป่วยเพื่อรับการรักษาทางจิตเวช ก็อาจจะ ป้องกันการฆ่าตัวตายของผู้ป่วยรายนี้ได้

สำหรับในเมืองไทย นายแพทย์ขรรค์ สุท-รัตน์⁽²⁾ ได้ขออนุญาตนายแพทย์บรอดแมน แปล เป็นภาษาไทยและทดลองใช้กับนักศึกษามหา-วิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน จำนวน 108 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม = 0.90 และได้ค่าเฉลี่ย = 41.75

วิธีใช้แบบสอบถามสุขภาพ โดยการให้ ผู้ป่วยหรือกลุ่มเป้าหมายตอบคำถามทั้ง 195 ข้อ และบรรยายเพิ่มเติมหากมีก่อนเข้าพบแพทย์ แล้วแพทย์ตรวจดูก่อนสัมภาษณ์ผู้ป่วยโดยดูคำตอบ ข้อที่ผู้ป่วยตอบว่า “ใช่” แล้วให้ผู้ป่วยอธิบายถ้ามี คำตอบ “ใช่” มากกว่า 30 ข้อ ให้สงสัยว่า น่า จะมีอาการผิดปกติ ถ้าตอบ “ใช่” รวมกันอยู่ใน ระบบเดียวกันหรือสองระบบของร่างกาย แสดงว่า ผู้ป่วยมีความเจ็บไข้อยู่ในระบบนั้น แต่ถ้า ตอบ “ใช่” กระจัดกระจายอยู่ทั่วไป ให้สงสัยว่า ผู้ป่วยจะมีปัญหาด้านอารมณ์ และจิตใจปนอยู่ด้วย โดยเฉพาะถ้าคำตอบ “ใช่” รวมตัวกันอยู่ในข้อ ท้ายๆ มาก แพทย์ควรตรวจทางด้านอารมณ์ และ จิตใจให้ละเอียด การแปลผลจากแบบสอบถาม สุขภาพนี้ นอกจากอาศัยหลักข้างต้นแล้วยังต้อง อาศัยความชำนาญของแพทย์ที่จะตัดสินว่า คำ-ตอบ “ใช่” นั้นเป็น ความผิดปกติที่มีพยาธิสภาพ จริงๆ หรือเป็นความผิดปกติที่เกี่ยวกับสาเหตุทาง อารมณ์และจิตใจ อย่างไรก็ตามข้อมูลที่ได้จาก แบบสอบถามสุขภาพนี้ สามารถเข้าใจได้ง่าย เพราะคำตอบเด่นชัด แพทย์อาจใช้เวลาเพียง 2-3 นาทีก็สามารถทราบประวัติสุขภาพผู้ป่วยได้อย่าง คร่าวๆ รวมทั้งโรคที่ไม่ได้แสดงอาการสำคัญ ชัดเจนโดยเฉพาะปัญหาทางอารมณ์ และจิตใจ ซึ่งมักจะละเลยกันในการตรวจโรคทั่วไป

ประโยชน์ของแบบสอบถามสุขภาพ นายแพทย์ยรรยง ศุภรัตน์ ได้เสนอไว้ดังนี้

1. แพทย์ตามคลินิก หรือแผนกตรวจคนไข้นอกของโรงพยาบาลทั่วไป อาจจะใช้ประกอบการตรวจแล้วพิจารณาว่าจะต้องตรวจเพิ่มเติมอะไรต่อไปกันบ้าง

2. แพทย์เฉพาะทาง อาจใช้เพื่อสำรวจดูภูมิหลังและประวัติการเจ็บไข้ของผู้ป่วยทั้งหมด และถ้ามีความจำเป็น ก็จะส่งผู้ป่วยเพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องต่อไป

3. เมื่อมีความจำเป็นต้องส่งผู้ป่วยเข้ารับการรักษานในโรงพยาบาล ก็จะได้จ่ายผู้ป่วยให้เหมาะสมกับความชำนาญของแพทย์

4. ประโยชน์ในการเรียน และการสอน นักศึกษาแพทย์และแพทย์ฝึกหัด สามารถทราบประวัติผู้ป่วยได้โดยรวดเร็วไม่ต้องเสียเวลากับโรคที่ผู้ป่วยไม่ได้เป็น

5. ประโยชน์สำหรับนักจิตวิทยาทางคลินิก เพื่อทราบถึงสุขภาพ และฐานะทางร่างกายของผู้ป่วย ช่วยให้การทดสอบใช้เวลาน้อยลง

6. ประโยชน์สำหรับแพทย์ซึ่งมีหน้าที่ตรวจผู้ที่ไม่ได้มีอาการชัดเจน เพื่อเอาใบรับรองแพทย์ เช่น ทำประกันชีวิต เกณฑ์ทหาร ศึกษาต่อต่างประเทศ เป็นต้น

7. ประโยชน์ทางการแพทย์เวชศาสตร์อุตสาหกรรม เพื่อทราบถึงสภาพร่างกาย และจิตใจของผู้ที่จะเข้าทำงาน เพื่อจัดคนให้เหมาะกับงาน โดยเฉพาะในบริษัทที่ไม่สามารถมีจิตแพทย์ หรือนักจิตวิทยา

8. ประโยชน์ในการวิจัย ใช้เป็นเครื่องมือสำรวจอุบัติการณ์ของโรคต่าง ๆ ซึ่งแปลผลได้ง่าย

ความนิยมใช้แบบสอบถามสุขภาพด้านจิตเวช นายแพทย์ยรรยง ศุภรัตน์ ได้ให้ข้อคิดเห็นว่าแบบสอบถามสุขภาพมีประโยชน์ในการคัดกรอง

หรือค้นหาผู้ป่วยจิตเวช จึงจะได้กล่าวถึงการศึกษาวิจัยในเมืองไทยที่ใช้แบบสอบถามสุขภาพเป็นเครื่องมือศึกษาดังเช่น การสำรวจปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลทั้งสี่ชั้นปีของโรงพยาบาลรามาธิบดีโดยภาควิชาพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี ปีการศึกษา 2528 จำนวน 405 คน ซึ่งผลการวิเคราะห์พบว่า⁽³⁾ นักศึกษาพยาบาลมีปัญหาสุขภาพจิตมากร้อยละ 38 มีปัญหาสุขภาพจิตเล็กน้อยร้อยละ 37.5 ที่มีสุขภาพจิตดีเพียงร้อยละ 26.5 นอกจากนั้นยังพบอีกว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีระดับสุขภาพจิตไม่ดีที่สุด (ร้อยละ 54.3) รองลงมาคือ ชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 4 และชั้นปีที่ 1 ตามลำดับ ผู้วิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะว่าผลการวิจัยดังกล่าวสามารถนำมาให้ข้อเสนอแนะด้านการจัดการเรียนการสอนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 และ 3 โดยมีให้นักศึกษาเคร่งเครียดต่อการเรียนมากเกินไป คณะอาจารย์ควรให้ความใกล้ชิดต่อนักศึกษามากขึ้น เพื่อให้ นักศึกษาคุ้นเคยกับปรึกษาหารือด้วย ซึ่งมีผลศึกษาเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาไม่ว่าจะเป็นแบบกลุ่มหรือรายบุคคล จะช่วยให้ นักศึกษาปรับตัวได้ดีขึ้น⁽⁴⁾

ไม่เพียงแต่มีการใช้แบบสอบถามสุขภาพในการสำรวจปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลเท่านั้น แต่ยังมีผู้สนใจนำไปสำรวจกับพนักงานบริการบนเครื่องบิน⁽⁵⁾ ซึ่งย่อมเป็นที่คาดหวังของบุคคลทั่วไปว่าจะต้องมีสุขภาพจิตดีจึงจะสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลการศึกษาค้นนั้น พบว่าพนักงานบริการบนเครื่องบินมีสุขภาพจิตปกติสูงถึงร้อยละ 88 มีเพียงร้อยละ 12 เท่านั้นที่อยู่ในข่ายสงสัยว่าอาจมีปัญหาสุขภาพจิต ผลการศึกษาดังกล่าวนี้อาจได้พิจารณาว่าการพบอัตราผู้มีสุขภาพจิตปกติสูง เช่นนี้ย่อมเป็นเครื่อง

ชี้ให้เห็นได้ว่าพนักงานบริการบนเครื่องบินเหล่านี้มีความพึงพอใจในงานนี้นักกล่าวคือ มีความรู้สึกที่ดีต่องาน มีความสุข ความพอใจ ตั้งใจทำงาน ทั้งนี้เพื่อความต้องการผลตอบแทนทั้งด้านวัตถุและจิตใจอันเป็นการตอบสนองความต้องการของบุคคลทั่วไป ใครก็ตามถ้ามีความพอใจในงานจะส่งผลถึงสุขภาพจิตที่ดี และเมื่อมีสุขภาพจิตที่ดีจะสังเกตได้จากการประพฤติปฏิบัติดี นอกจากนั้นอาจเป็นไปได้ว่า บริษัทการบินไทยมีกระบวนการและขั้นตอนในการสอบคัดเลือกพนักงานที่มีมาตรฐานและมีประสิทธิภาพดียิ่งผลของกระบวนการคัดเลือกนี้ทำให้ได้ พนักงานที่ดีมีคุณภาพมาปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม

นอกจากการศึกษาดังกล่าวแล้วยังมีการศึกษาในนักเรียนนักศึกษาจังหวัดชัยนาท โดยนายแพทย์ ธนู ขาติชนานนท์ และคณะ⁽⁵⁾ ซึ่งได้ค่าคะแนนรวมโดยเฉลี่ยเท่ากับ 46.16 ในขณะที่ค่าคะแนนรวมเฉลี่ยของนักศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทร-วิโรฒ บางเขน และของพนักงานบริการบนเครื่องบิน ได้เท่ากับ 41.75 และ 42.12 ตามลำดับ

จะเห็นได้ว่างานวิจัยที่กล่าวมามุ่งเน้นการ ค้นหาผู้มีปัญหาสุขภาพจิตเท่านั้น โดยคัดจากคะแนนรวมของข้อคำถามทั้ง 195 ข้อ ซึ่งครอบคลุมโรคทางกาย ในระบบต่างๆ และระบบทางอารมณ์จิตใจ ยังมีการศึกษาน้อยมาก เกี่ยวกับการค้นหาโรคทางกายจากแบบสอบถามสุขภาพนี้ ดังเช่นการศึกษาของร่ำพรรณ ภัทรนิษฐ์⁽⁶⁾ เรื่อง ผลการใช้เวลาต่อสุขภาพจิตในข้าราชการบำนาญเกษียณอายุจังหวัดขอนแก่น พ.ศ.2529 โดยได้สัมภาษณ์ข้าราชการบำนาญจำนวน 213 ราย ด้วยแบบสอบถามสุขภาพผลการศึกษพบว่ามากกว่าหนึ่งในห้าอยู่ในเกณฑ์สงสัยว่าน่าจะมีปัญหาเกี่ยวกับโรคในระบบประสาท (32.9%) ระบบย่อยอาหาร (31.9%) ระบบทางเดินปัสสาวะและสืบพันธุ์

(31.0%) ระบบหู ตา (24.9%) ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก (22.1%) หรือถ้าคิดรวมเป็นระบบทางกายและระบบด้านอารมณ์จิตใจ แล้วพบว่า ผู้ที่มีปัญหาด้านกายมีร้อยละ 22.2 ในขณะที่ผู้มีปัญหาด้านอารมณ์จิตใจมีร้อยละ 15.0 ซึ่งเป็นที่น่าสนใจว่าหากได้มีการตรวจวินิจฉัยโรคโดยแพทย์ควบคู่ไปด้วยจะได้ผลตรงกันมากขึ้นเพียงใด อันจะนำมาซึ่งประโยชน์ในการสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุ โดยแพทย์จะไม่ต้องเสียเวลามากในการซักถามประวัติขณะตรวจร่างกายและอาจจัดปัญหาขาดแคลนแพทย์ในสถานดูแลผู้สูงอายุบางแห่งในชุมชนทั่วไป และที่สำคัญก็จะเป็นการค้นหาผู้ป่วยทางกาย หรือผู้ป่วยทางจิต ทันต่อเวลาได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกต้องและรวดเร็ว ซึ่งเท่ากับสามารถลดต้นทุนค่าใช้จ่ายในการตรวจวินิจฉัย และรักษาโรคได้อีกประการหนึ่งด้วย หากพิจารณาอีกประเด็นหนึ่งการใช้แบบสอบถามสุขภาพตรวจวินิจฉัยโรคทางกายและทางจิตจะสามารถแก้ปัญหาในระดับชาติ ในเรื่องค่าใช้จ่ายด้านบริการทางการแพทย์และสาธารณสุข ซึ่งได้เพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยประมาณได้ว่า ค่าใช้จ่ายรวมทั้งภาครัฐและเอกชนมีมูลค่าสูงถึง 30,850 ล้านบาท ในปี พ.ศ.2522 และ 40,950 ล้านบาท ในปี พ.ศ. 2526 ซึ่งนับว่าเป็นอัตราเพิ่มที่สูงกว่าในประเทศที่พัฒนาแล้วนอกจากนั้นสัดส่วนของการใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาล ก็อยู่ในเกณฑ์สูงกว่า ด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ซึ่งส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากการบริโภคยาเกินความจำเป็น การตรวจวิเคราะห์โรคด้วยเทคโนโลยี อันทันสมัยนั้นนำเข้าจากต่างประเทศ และมีราคาแพง⁽⁷⁾

โดยสรุปแล้วผู้เขียนมีความเห็นว่า แบบสอบถามสุขภาพไม่ควรจะถูกมองข้ามบุคลากรด้านการแพทย์และสาธารณสุขสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ในการปฏิบัติงานประจำวันกับผู้ร่วม

งาน และผู้ป่วยโดยเฉพาะอย่างยิ่งกับผู้บริหารสถานศึกษา สถานบริการสาธารณสุข เนื่องจากสามารถค้นหาผู้สงสัยว่าจะป่วยทางจิตใจได้อย่างรวดเร็ว อันจะนำมาซึ่งการแก้ปัญหาด้านการบุคคลให้เหมาะสมกับงานการจัดระบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม เพื่อหลีกเลี่ยง ความเครียด การให้การรักษาทันทีทันใดที่ การลดค่าใช้จ่ายในการแสดงการรักษาพยาบาล เป็นต้น ผู้เขียนจึงมั่นใจว่าแบบสอบถามสุขภาพจำนวน 195 ข้อท้ายบทนี้จะอำนวยความสะดวกแก่ผู้ปฏิบัติงานด้านรักษาพยาบาล และผู้สนใจได้บ้างไม่มากนัก

หนังสืออ้างอิง

1. Brodman K, Erdenann. A, Lorge I, Wolff H. The Cornell medical index: An adjunct to medical interview. JAMA. 1949; 140:530-534.
2. ยรรยง สุทธรัตน์, พิรา สุทธรัตน์, ละเอียด ชูประยูร, พิสมัย คูพิทักษ์. แบบสอบถามสุขภาพ ประโยชน์ทั่วไปและประโยชน์ทางจิตเวช. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2522; 24(3):321-336.
3. พยากรณ์ พูลเจริญ, เพียรดี เบี่ยมมงคล, อำไพวรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์. การสำรวจปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลโรงพยาบาลรามาริบัติ. รามาริบัติเวชสาร 2530; 10:11-14.
4. พยากรณ์ พูลเจริญ. เปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับแบบรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลโรงเรียนพยาบาลรามาริบัติ. ปรินญาณพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2524, 49.
5. ช่าง ทัศนัญชลี, ชนิษฐา บำเพ็ญผล, สาลิกา ไคว้-บุญงาม, ราณี ฉายินทุ. ปัญหาสุขภาพจิตของพนักงานบริการบนเครื่องบิน. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2529; 31:27-32.
6. ธนู ชาติชนานนท์ และคณะ. การสำรวจปัญหาสุขภาพจิตของเด็กรุ่นวัยรุ่นในจังหวัดชัยนาท. วารสารสมาคมจิตวิทยาคลินิกไทย 2521; 9(1):60-66.
7. ราพรรณ ภัทรนิตย์. ผลการใช้เวลาต่อสุขภาพจิตในข้าราชการบำนาญเกษียณอายุ จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิตบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหิดล 2529.
8. ดำรง บุญยสิน. สภาพและปัญหาสาธารณสุข แพทย์สภาสาร 2529; 15(1):28-38.

แบบสอบถามสุขภาพ

เพศ.....ชาย.....หญิง.....อายุ.....ปี กู๋ โสิด หม้าย หย่า
วันที่.....การศึกษา.....

คำแนะนำ

- เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใช่ ถ้าข้อความในข้อที่กล่าวตรงกับคำตอบของท่านว่าใช่
- เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องไม่ใช่ ถ้าข้อความในข้อที่กล่าวตรงกับคำถามของท่านว่าไม่ใช่
- ขอให้ตอบทุกข้อ ถ้าไม่แน่ใจให้เดา

1.		ใช่	ไม่ใช่
1.	ท่านต้องใช้แว่นตาในการอ่านหนังสือ		
2.	ท่านต้องใช้แว่นตาในการมองวัตถุในระยะไกล		
3.	บ่อยครั้งที่สายตาของท่านมองไม่เห็นอะไรเลย		
4.	ท่านกระพริบตาหรือมีน้ำตาไหลบ่อย ๆ		
5.	ท่านมักจะปวดตาอยู่เสมอ		
6.	นัยตาของท่านแดงและอักเสบบ่อย ๆ		
7.	ท่านเป็นคนหูตึง		
8.	ท่านเคยเป็นหูน้ำหนวก		
9.	ท่านได้ยินเสียงรบกวนในหูเป็นประจำ		
2.			
10.	ท่านต้องกระแอมบ่อย ๆ		
11.	ท่านมักจะรู้สึกเหมือนมีก้อนอะไรมาติดอยู่ที่ลำคอ		
12.	ท่านรู้สึกรำคาญที่ต้องจามบ่อย ๆ		
13.	ท่านคัดจมูกอยู่ประจำ		
14.	ท่านรู้สึกรำคาญที่มีน้ำมูกไหลเสมอ ๆ		
15.	บางครั้งบางครั้งท่านมีเลือดกำเดาไหล		
16.	ท่านมักจะเป็นหวัดอย่างฉับพลัน		
17.	ท่านเป็นหวัดและไอจนเจ็บหน้าอกบ่อย ๆ		
18.	เวลาท่านเป็นหวัดท่านถึงกับต้องนอนพักผ่อนเสมอ		
19.	เป็นหวัดบ่อย ๆ ทำให้ท่านไม่มีความสุขตลอดฤดูหนาว		

^{1/} คัดจากวารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ปีที่ 24 ฉบับที่ 3 หน้า 328-336 พ.ศ.2522 เขียนโดย
นายแพทย์ยรรยง สุพรรณรัตน์ และคณะ

	ใช่	ไม่ใช่
20. ท่านแพ้ละอองเกสรดอกไม้		
21. ท่านเป็นโรคหอบ		
22. ท่านรู้สึกเค็ดร้อนที่มีอาการไอเป็นประจำ		
23. ท่านเคยไอเป็นเลือด		
24. บางครั้งท่านมีเหงื่อแตกท่วมตัวในเวลากลางคืน		
25. ท่านเคยเป็นโรคเกี่ยวกับปอดเรื้อรัง		
26. ท่านเคยเป็นวัณโรคปอด		
27. ท่านเคยคลุกคลีอยู่กับผู้ที่เป็วัณโรค		

	ใช่	ไม่ใช่
28. แพทย์เคยบอกว่าคุณความดันโลหิตท่านสูงเกินไป		
29. แพทย์เคยบอกว่าคุณความดันโลหิตของท่านต่ำเกินไป		
30. ท่านรู้สึกเจ็บที่หัวใจหรือบริเวณหน้าอก		
31. ท่านรู้สึกรำคาญเสียงเต้นของหัวใจบ่อย ๆ		
32. หัวใจของท่านเต้นแรงเหมือนตีกลองบ่อย ๆ		
33. ท่านมักรู้สึกมีความลำบากในการหายใจ		
34. ท่านเหนื่อยหอบเร็วกว่าคนอื่น ๆ		
35. ในบางครั้งแม้อยู่เฉย ๆ ท่านก็เหนื่อยหอบ		
36. ข้อเท้าของท่านมักบวมอยู่เสมอ		
37. ท่านรู้สึกมือเท้าเย็นแม้ในเวลาที่มีอากาศร้อน		
38. ท่านเป็นตะคริวที่ขาเสมอ		
39. แพทย์เคยบอกว่าคุณเป็นโรคหัวใจ		
40. มีคนในครอบครัวของท่านเป็นโรคหัวใจ		

4.	ใช่	ไม่ใช่
41. ฟันของท่านหักไปมากกว่าครึ่ง		
42. ท่านเป็นโรคลักปิดลักเปิด (เลือดออกตามไรฟัน)		
43. ท่านมักปวดฟันอย่างรุนแรง		
44. ลิ้นท่านเป็นฝ้าหนา		
45. ท่านรู้สึกเบื่ออาหาร		
46. ท่านชอบรับประทานของหวานหรือของจุกจิกระหว่างเวลาอาหารเสมอ		
47. ท่านเป็นคนกินอาหารเร็ว		
48. ท่านมีอาการท้องอืดท้องเฟ้อบ่อย		

ใช่ ไม่ใช่

49. ท่านรู้สึกอึดอัดภายหลังรับประทานอาหารเสมอ
50. ท่านมักเรอบ่อย ๆ ภายหลังรับประทานอาหาร
51. ท่านรู้สึกคลื่นไส้และปั่นป่วนในกระเพาะอาหาร
52. ท่านรู้สึกไม่สบายเนื่องจากอาหารไม่ย่อย
53. ท่านมักปวดท้องจนตัวงอ
54. ท่านได้รับความทรมานจากโรคกระเพาะอาหารเสมอ
55. มีคนในครอบครัวของท่านเป็นโรคเกี่ยวกับกระเพาะอาหาร
56. แพทย์เคยบอกว่าท่านเป็นแผลในกระเพาะอาหาร
57. ท่านมักอุจจาระเป็นน้ำ
58. ท่านเคยมีพยาธิในลำไส้
59. ท่านเคยเป็นท้องร่วงอย่างแรง
60. ท่านท้องผูกบ่อย ๆ
61. ท่านเคยเป็นโรคริดสีดวงทวารหนัก
62. ท่านเคยเป็นโรคไส้ช้ำ (ตัวเหลือง ตาเหลือง)
63. ท่านเคยเป็นโรคตับหรือถุงน้ำดี

6.

64. ท่านมักปวดและบวมตามข้อบ่อย ๆ
65. กล้ามเนื้อและข้อต่อของท่านมักแข็งตึงเป็นประจำ
66. ท่านมักปวดที่แขนหรือขาอยู่เสมอ
67. ท่านเดินไม่ได้ด้วยโรคปวดบวมในข้อ
68. มีคนในครอบครัวของท่านเป็นโรคปวดบวมในข้อ
69. เท้าของท่านไม่แข็งแรงหรือปวดทำให้ไม่มีความสุข
70. อาการปวดหลังทำให้ท่านทำงานล่าช้า
71. ความพิการของร่างกายทำให้ท่านรู้สึกลำบาก

5.

ใช่ ไม่ใช่

72. ผิวหนังของท่านอ่อนแอกว่าต่อความรู้สึก
73. แผลที่ผิวหนังของท่านมักหายช้า
74. ท่านหน้าแดงเป็นประจำ
75. ท่านมีเหงื่อออกมากแม้แต่ในเวลาที่มีอากาศเย็น
76. ท่านมีอาการคันตามผิวหนังอย่างรุนแรงบ่อย ๆ
77. ผิวของท่านมักเป็นผื่นคันได้ง่าย
78. ท่านเป็นฝีบ่อย ๆ

7.

ใช่ ไม่ใช่

79. ท่านไม่สบายจากการปวดศีรษะอย่างรุนแรงบ่อย ๆ
80. อาการปวดมึนในศีรษะทำให้ชีวิตไม่น่ารื่นรมย์
81. โรคปวดศีรษะเป็นเรื่องธรรมดาในครอบครัวของท่าน
82. บางครั้งท่านรู้สึกเป็นไข้สลับหนาว
83. ท่านรู้สึกเวียนศีรษะบ่อย ๆ
84. ท่านรู้สึกเหมือนจะเป็นลมบ่อย ๆ
85. ท่านเคยเป็นลมมากกว่าสองครั้งในชีวิต
86. บางส่วนของร่างกายของท่านชาและไม่มีความรู้สึกบ่อย ๆ
87. ท่านเคยเป็นอัมพาตที่ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย
88. ท่านเคยเป็นลมจนหมดสติ
89. บางครั้งท่านมีอาการกระตุกที่หน้า ศีรษะ หรือไหล่
90. ท่านเคยเป็นโรคลมชัก
91. มีคนในครอบครัวของท่านเป็นโรคลมชัก
92. ท่านชอบกัดเล็บจนकुด
93. ท่านมีความรู้สึกรำคาญที่พูดติดอ่าง
94. ท่านลุกขึ้นเดินกะเผลอในขณะหลับ
95. ท่านปัสสาวะรดที่นอน
96. ท่านปัสสาวะรดที่นอนในระหว่างอายุ 8-14 ปี

8. (เฉพาะท่านสุภาพบุรุษเท่านั้น)

97. ท่านเคยมีความผิดปกติอย่างรุนแรงที่บริเวณอวัยวะสืบพันธุ์
98. ท่านมีอาการเจ็บปวดหรือแสบที่อวัยวะสืบพันธุ์บ่อย ๆ
99. ท่านเคยได้รับการรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับอวัยวะสืบพันธุ์
100. แพทย์เคยบอกว่าท่านเป็นไส้เลื่อน
101. ท่านเคยปัสสาวะออกมามีเลือดปน
102. ตอนเริ่มถ่ายปัสสาวะท่านรู้สึกลำบากในการตั้งลำกล้อง

(เฉพาะท่านสุภาพสตรีเท่านั้น)

97. เวลาเป็นประจำเดือนท่านมักรู้สึกเจ็บบริเวณท้องน้อย
98. ท่านมักรู้สึกอ่อนเพลียหรือไม่สบายในระหว่างมีประจำเดือน
99. ท่านต้องนอนพักเสมอ ๆ ในระยะที่มีประจำเดือน
100. ท่านรู้สึกเครียดและหงุดหงิดเสมอในระหว่างมีประจำเดือน

ใช่ ไม่ใช่

101. ท่านเคยมีความรู้สึกร้อนวูบวาบและเหงื่อแตกทั่วตัวบ่อย ๆ

102. ท่านมีตกขาว

(สำหรับทั้งท่านสุภาพบุรุษ และ สุภาพสตรี)

103. ท่านลุกขึ้นมากกลางดึกเพื่อถ่ายปัสสาวะทุกคืน

104. ในเวลากลางคืนท่านต้องถ่ายปัสสาวะบ่อย ๆ

105. ท่านรู้สึกปวดแสบปวดร้อนบ่อย ๆ ในเวลาถ่ายปัสสาวะ

106. บางครั้งท่านกลั้นปัสสาวะไว้ไม่อยู่

107. แพทย์เคยบอกว่าท่านเป็นโรคไตหรือโรคของกระเพาะปัสสาวะ

9.

108. ท่านมักจะรู้สึกเหนื่อยอ่อนหรือหมดเรี่ยวแรงบ่อย ๆ

109. การทำงานทำให้ท่านรู้สึกเหนื่อยและเพลียมาก

110. ในตอนเช้าท่านมักจะตื่นขึ้นมาแล้วรู้สึกเพลียไม่มีแรง

111. การทำงานเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ทำให้ท่านเหนื่อย

112. ท่านรู้สึกเหนื่อยเพลียแม้แต่จะกินอาหารก็ยังไม่อยากกิน

113. ท่านไม่สบายจากประสาทเครียด

114. มีบุคคลในครอบครัวของท่านเป็นโรคประสาทเครียด

10.

115. ท่านป่วยบ่อย ๆ

116. ท่านมักจะล้มหมอนนอนเสื่อเพราะความป่วยไข้

117. สุขภาพของท่านไม่ดีเสมอ

118. ใคร ๆ ว่าท่านเป็นคนไข้โรค

119. ท่านมาจากครอบครัวที่ไข้โรค

120. ความเจ็บปวดอย่างร้ายกาจทำให้ท่านทำงานไม่ได้

121. ท่านเบื่อหน่ายต่อความวิตกกังวลในเรื่องสุขภาพของท่าน

122. ท่านป่วยบ่อยและไม่มีความสุขเลย

123. ท่านเป็นทุกข์จากสุขภาพไม่ดีเป็นประจำ

11.

124. ท่านเคยเป็นไข้ดำอีดแดง (scarlet fever)

125. ในวัยเด็กท่านเคยเป็นโรคปวดตามข้อหรือกระดูกที่แขน ขา

126. ท่านเคยเป็นไข้จับสั่น (Malaria)

127. ท่านเคยได้รับการรักษาโรคโลหิตจาง

ใช่ ไม่ใช่

128. ท่านเคยได้รับการรักษาเกี่ยวกับกามโรค
 129. ท่านเคยเป็นโรคเบาหวาน
 130. แพทย์เคยบอกว่าท่านเป็นโรคคอพอก
 131. ท่านเคยได้รับการรักษาโรคเนื้องอกหรือมะเร็ง
 132. ท่านได้รับความทรมานจากโรคที่เป็นเรื้อรัง
 133. ท่านมีน้ำหนักตัวน้อยเกินไป
 134. ท่านมีน้ำหนักตัวมากเกินไป
 135. แพทย์เคยบอกว่าท่านเป็นเส้นเลือดอุดตันที่ขา
 136. ท่านเคยได้รับการผ่าตัดใหญ่
 137. ท่านเคยบาดเจ็บร้ายแรง
 138. ท่านมักได้รับอุบัติเหตุหรือบาดเจ็บเล็ก ๆ น้อย ๆ บ่อยครั้ง

12.

139. ท่านหลับยากหรือหลับได้ไม่เต็มที่เสมอ
 140. ท่านหาเวลาพักผ่อนชั่วครู่ ยามในแต่ละวันไม่ได้
 141. ท่านหาเวลาออกกำลังกายทุกวันไม่ได้
 142. ท่านสูบบุหรี่มากกว่า 20 มวนต่อวัน
 143. ท่านดื่มน้ำชาหรือกาแฟมากกว่าวันละ 6 แก้ว
 144. ท่านดื่มเหล้ามากกว่าวันละ 2 แก้ว

13.

145. ท่านมักจะเหงื่อแตกและกลัวมากในระหว่างสอบ
 146. ท่านตื่นเต้นและสั่นกลัวเมื่อผู้บังคับบัญชาเข้ามาใกล้ ๆ ท่าน
 147. ท่านทำงานผิดพลาดเมื่อผู้บังคับบัญชาจ้องมองท่านอยู่
 148. ความคิดของท่านสับสนเมื่อต้องทำงานอย่างรวดเร็ว
 149. ท่านต้องทำงานอย่างช้า ๆ เพื่อไม่ให้ผิดพลาด
 150. ท่านมักแปลความหมายของคำสั่งและคำแนะนำผิด ๆ เสมอ
 151. ท่านหวาดกลัวคนแปลกหน้าหรือสถานที่ที่ไม่คุ้นเคย
 152. ท่านรู้สึกหวาดกลัวเมื่อต้องอยู่คนเดียวโดยไม่มีเพื่อนอยู่ใกล้ ๆ
 153. ท่านมักมีความลำบากในการตัดสินใจ
 154. ท่านปรารถนาที่จะให้มีใครอยู่ใกล้ ๆ เพื่อแนะนำท่าน
 155. ใคร ๆ ว่าท่านเป็นคนงมง่าย
 156. ท่านรู้สึกลำบากใจที่ต้องรับประทานอาหารในที่อื่น ๆ ซึ่งไม่ใช่ที่บ้านของท่าน

14.

ใช่ ไม่ใช่

157. ท่านรู้สึกเหงาหงอยไม่ร่าเริง เวลาไปงานเลี้ยงสังสรรค์
158. ท่านรู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าโศกเป็นประจำ
159. ท่านร้องไห้บ่อย ๆ
160. ท่านรู้สึกทุกข์ใจและเหี่ยวแห้งเสมอ
161. ท่านรู้สึกหมดหวังในชีวิต
162. ท่านอยากตายไปเสียให้พ้นจากทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้บ่อย ๆ

15.

163. ความกังวลทำให้ท่านรู้สึกหดหู่ซึมเศร้า
164. บุคคลในครอบครัวของท่านมักเป็นคนขี้วิตกกังวล
165. ท่านเป็นคนหงุดหงิดง่ายด้วยเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ
166. ใคร ๆ ว่าท่านเป็นคนหงุดหงิด
167. บุคคลในครอบครัวของท่านหงุดหงิดง่าย
168. ท่านเคยเป็นโรคประสาท
169. มีบุคคลในครอบครัวของท่านเป็นโรคประสาท
170. ท่านเคยรับการรักษาเกี่ยวกับโรคประสาทในโรงพยาบาลโรคจิต
171. มีบุคคลในครอบครัวของท่านเคยรับการรักษาเกี่ยวกับโรคประสาทในโรงพยาบาลโรคจิต

16.

172. ท่านเป็นคนขี้อายหรือมีอาการอ่อนไหวง่าย
173. ท่านมาจากครอบครัวที่ขี้อายหรือมีอาการอ่อนไหวง่าย
174. ท่านโกรธง่าย
175. ท่านไม่สบายใจเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับตัวท่าน
176. ใคร ๆ ว่าท่านเป็นคนใจน้อย
177. คนอื่นมักเข้าใจท่านผิด ๆ เสมอ

17.

178. ท่านเป็นคนระวังตัวอยู่เสมอแม้แต่ในหมู่เพื่อนฝูง
179. ท่านเป็นคนทำอะไรหุนหันพลันแล่น
180. ท่านอารมณ์เสียง่าย
181. ท่านต้องคอยควบคุมอารมณ์ของตัวเองอยู่เสมอ
182. สิ่งรบกวนเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ทำให้ท่านโกรธ

