

แบบประเมินผลก่อนเรียน หน่วยที่ 1

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “แนวคิดและหลักการเกี่ยวกับสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดไม่ใช่ประเด็นสำคัญในนิยามของสุขศึกษา

- ก. ผลรวมของประสบการณ์การเรียนรู้
- ข. การปฏิบัติด้วยความสมัครใจ
- ค. การสนับสนุน
- ง. การออกแบบ
- จ. การใช้สื่อ

2. จุดมุ่งหมายของสุขศึกษา ข้อใดถูกต้อง

- ก. การมีความเชื่อเรื่องสุขภาพ
- ข. การจูงใจให้ไปใช้บริการสุขภาพ
- ค. การให้มั่นใจในสุขภาพของตนเอง
- ง. การเปลี่ยนแปลงองค์การด้านสุขภาพ
- จ. การช่วยให้ประชาชนมีทักษะในการแสดงพฤติกรรมสุขภาพ

3. หลักการที่ใช้ในการดำเนินงานสุขศึกษา มีดังนี้ ยกเว้น ข้อใด

- ก. หลักการทางการศึกษา
- ข. หลักการสื่อสาร
- ค. หลักการชี้นำ
- ง. หลักการเสริมพลัง
- จ. หลักการสนับสนุนด้านปัจจัยแวดล้อม

4. การส่งเสริมสุขภาพมีความสำคัญดังนี้ ยกเว้น ข้อใด

- ก. เพิ่มความสามารถให้กับประชาชนและชุมชนในการจัดการสุขภาพ
- ข. ช่วยขยายเครือข่ายในการดำเนินงานด้านสุขภาพ
- ค. ช่วยเพิ่มค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพและการรักษาพยาบาล
- ง. ช่วยให้บรรลุการพัฒนาสุขภาพและการพัฒนาด้านอื่น ๆ อย่างยั่งยืน

- จ. ช่วยให้สังคมมีความรับผิดชอบในเรื่องสุขภาพ
5. จุดมุ่งหมายของการส่งเสริมสุขภาพ คือข้อใด
- ก. ปรับปรุงสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น
 - ข. สร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี
 - ค. ลดความไม่เท่าเทียมทางสุขภาพ
 - ง. ลดค่าใช้จ่ายในระบบสุขภาพ
 - จ. ถูกทุกข้อ
6. การส่งเสริมสุขภาพ มีหลักการตามข้อใด
- ก. การให้ความรู้เรื่องสุขภาพ
 - ข. การจัดบริการสุขภาพ
 - ค. การเสริมแรงให้ประชาชน
 - ง. การกระทำที่ปัจจัยกำหนดสุขภาพ
 - จ. การสื่อสารด้านสุขภาพ
7. กลวิธีสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ คือข้อใด
- ก. การชี้แนะเพื่อสุขภาพ
 - ข. การเสริมสร้างความสามารถ
 - ค. การเป็นสื่อกลาง
 - ง. ข้อ ก และ ข ถูก
 - จ. ข้อ ก ข และ ค ถูก
8. ความสัมพันธ์ระหว่างสุขศึกษากับการส่งเสริมสุขภาพ ข้อใดถูกต้อง
- ก. การส่งเสริมสุขภาพเป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ทำร่วมกับสุขศึกษา
 - ข. การส่งเสริมสุขภาพครอบคลุมการดำเนินงานสุขศึกษา และการจัดการปัจจัยสิ่งแวดล้อม
 - ค. สุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพคือสิ่งเดียวกัน
 - ง. สุขศึกษามุ่งจัดการศึกษา การส่งเสริมสุขภาพมุ่งจัดบริการ ให้กับประชาชนคนเดียวกัน
 - จ. ถูกทุกข้อ

9. หากพิจารณาการจัดการปัจจัยกำหนดสุขภาพตามแนวคิดของการส่งเสริมสุขภาพ การจัดการปัจจัยภายในบุคคล ตรงกับข้อใด

- ก. การตรวจสุขภาพบุคคล
- ข. การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพบุคคล
- ค. การประเมินความรู้ด้านสุขภาพบุคคล
- ง. การพัฒนาจิตสำนึกด้านสุขภาพของบุคคล
- จ. การพัฒนาการมีส่วนร่วมของบุคคล

10. ตามแบบจำลองพีริซิด-โพริซิด ที่ปรับปรุงในปี ค.ศ. 2005 ให้มีความสำคัญกับการวิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของปัญหาสุขภาพ ตามข้อใด

- ก. พันธุกรรม
- ข. พฤติกรรมสุขภาพ
- ค. สิ่งแวดล้อม
- ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก
- จ. ข้อ ก. ข. และ ค. ถูก

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 1

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง เรื่อง “แนวคิดและหลักการเกี่ยวกับสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำถามที่ถูกต้องที่สุด

1. นิยามของสุขภาพครอบคลุมประเด็นใด

- ก. ผลรวมของประสบการณ์การเรียนรู้
- ข. การออกแบบ
- ค. การสนับสนุน
- ง. การปฏิบัติด้วยความสมัครใจ

จ. ถูกทุกข้อ

2. ข้อใดไม่ใช่จุดมุ่งหมายของสุขศึกษา

- ก. การให้มั่นใจในสุขภาพของตนเอง
- ข. การชี้นำนโยบายสาธารณะด้านสุขภาพ
- ค. การเสริมพลังบุคคล กลุ่ม และชุมชนด้านสุขภาพ
- ง. การจูงใจให้ยอมรับพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ
- จ. การสนับสนุนให้เกิดปัจจัยเอื้อต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ

3. การส่งเสริมให้มีลานออกกำลังกายในชุมชนควบคู่กับการให้เรียนรู้ความสำคัญและทักษะการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สอดคล้องกับหลักการใดในการดำเนินงานสุขศึกษา

- ก. หลักการสื่อสาร
- ข. หลักการมีส่วนร่วม
- ค. หลักการสนับสนุนปัจจัยแวดล้อม
- ง. หลักการเสริมพลัง
- จ. หลักการชี้นำ

4. การส่งเสริมสุขภาพ มองว่าปัจจัยกำหนดสุขภาพมีทั้งปัจจัยภายในบุคคล และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม มุมมองดังกล่าวมีความสำคัญต่อข้อใด

- ก. การเพิ่มความสามารถในการดูแลสุขภาพ
- ข. การช่วยให้เกิดการจัดบริการสุขภาพ
- ค. การเพิ่มค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพประชาชน
- ง. การช่วยให้บรรลุการพัฒนาสุขภาพอย่างยั่งยืน
- จ. การช่วยส่งเสริมให้สังคมมีความรับผิดชอบในเรื่องสุขภาพ

5. การส่งเสริมสุขภาพที่ดำเนินการในโรงเรียน โรงพยาบาล สถานประกอบการและชุมชน เป็นขอบเขตของการส่งเสริมสุขภาพตามข้อใด

- ก. ตามผู้ให้บริการ
- ข. ตามกลุ่มเป้าหมาย

ค. ตามประเด็นปัญหาสุขภาพ

ง. ตามลักษณะพื้นที่

จ. ตามระบบสุขภาพ

6. การส่งเสริมสุขภาพ มีหลักการดังนี้ ยกเว้นข้อใด

ก. การให้เกิดความเท่าเทียมกัน

ข. การมีส่วนร่วมของบุคคลและชุมชน

ค. การเสริมแรงให้กับประชาชน

ง. การกระทำที่ปัจจัยกำหนดสุขภาพ

จ. การทำงานแบบร่วมมือทุกภาคส่วน

7. ประเด็นสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพเพื่อการมีสุขภาพดีของประชาชน มีดังนี้ยกเว้นข้อใด

ก. การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ

ข. การเสริมสร้างทัศนคติด้านสุขภาพ

ค. การสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ

ง. การเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน

จ. การพัฒนาทักษะส่วนบุคคลด้านสุขภาพ

8. ความสัมพันธ์ระหว่างสุขศึกษากับการส่งเสริมสุขภาพ ข้อใดถูกต้อง

ก. สุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพคือสิ่งเดียวกัน

ข. การส่งเสริมสุขภาพเป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ทำร่วมกับสุขศึกษา

ค. การส่งเสริมสุขภาพครอบคลุมการดำเนินงานสุขศึกษา และการจัดการปัจจัยสิ่งแวดล้อม

ง. สุขศึกษามุ่งจัดการศึกษา การส่งเสริมสุขภาพมุ่งจัดบริการ ให้กับประชาชนคนเดียวกัน

จ. สุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพคือบริการที่จัดโดยบุคลากรสาธารณสุขกลุ่มเดียวกัน

9. หากพิจารณาการจัดการปัจจัยกำหนดสุขภาพตามแนวคิดของการส่งเสริมสุขภาพ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ตรงกับปัจจัยใด

ก. ปัจจัยภายในบุคคล

ข. ปัจจัยเชิงนามธรรม

ค. ปัจจัยเชิงจิตวิทยา

ง. ปัจจัยเชิงนิเวศ

จ. ปัจจัยสิ่งแวดล้อม

10. ตามแบบจำลองฟรีชีด-โพรชีด ที่ปรับปรุงในปี ค.ศ. 2005 มีการระบุปัจจัยอะไรเพิ่มเติมในส่วนของสาเหตุของปัญหาสุขภาพ

- ก. พันธุกรรม
- ข. สิ่งแวดล้อม
- ค. พฤติกรรมสุขภาพ
- ง. บริการสุขภาพ
- จ. นโยบาย

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 1

ก่อนเรียน

- 1. จ.
- 2. จ.
- 3. ค.
- 4. ค.
- 5. จ.
- 6. ง.
- 7. จ.
- 8. ข.
- 9. ข.
- 10. จ.

หลังเรียน

- 1. จ.
- 2. ก.
- 3. ค.
- 4. จ.
- 5. ง.
- 6. ค.
- 7. ข.
- 8. ค.
- 9. ก.
- 10. ก.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 2

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “ทฤษฎีสำหรับงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถามแล้วเขียนวงกลมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. องค์ประกอบสำคัญของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนข้อใด ที่เพิ่มจากองค์ประกอบของทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล
ก. บรรทัดฐานของบุคคลอ้างอิง

- ข. ความตั้งใจจะกระทำพฤติกรรม
 - ค. การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม
 - ง. พฤติกรรมตามความตั้งใจ
 - จ. เจตคติต่อพฤติกรรม
2. ต่อไปนี้เป็นองค์ประกอบสำคัญของแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ยกเว้น ข้อใด
- ก. การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค
 - ข. การรับรู้การสูญเสียโอกาสและค่าใช้จ่ายในการเดินทางเมื่อเป็นโรค
 - ค. การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรค
 - ง. การรับรู้ความรุนแรงเมื่อเป็นโรค
 - จ. การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรค
3. ข้อใดต่อไปนี้ ไม่ใช่ วิธีการสร้างความเชื่อในความสามารถของตนเอง
- ก. สร้างจากประสบการณ์ที่สำเร็จของตนเอง
 - ข. สร้างจากการกระตุ้นทางอารมณ์
 - ค. สร้างจากการพูดโน้มน้าวชักจูง
 - ง. สร้างจากการพูดจาตอบโต้กัน
 - จ. สร้างจากการสังเกตประสบการณ์ที่สำเร็จของบุคคลต้นแบบ
4. ข้อใดต่อไปนี้ ไม่ใช่ ขั้นตอนสำคัญของทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
- ก. ขั้นตอนที่ยังไม่สนใจ
 - ข. ขั้นตอนลงมือปฏิบัติ
 - ค. ขั้นตอนที่สนใจ
 - ง. ขั้นตอนกระทำอย่างต่อเนื่อง
 - จ. ขั้นตอนตัดสินใจทำ
5. แรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคตามทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคจะเกิดขึ้นได้น้อยที่สุดเมื่อใด
- ก. บุคคลรู้สึกว่ายอันตรายต่อสุขภาพนั้นรุนแรง
 - ข. บุคคลรู้สึกว่าตนกำลังอ่อนแอ
 - ค. บุคคลเชื่อว่าการตอบสนองโดยการปรับตัวเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการกำจัดอันตรายนั้น
 - ง. บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถปรับตัว เพื่อตอบสนองหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้นได้
 - จ. บุคคลรู้สึกว่ายตนกำลังเข้มแข็ง
6. ต่อไปนี้เป็นประเภทของแรงสนับสนุนทางสังคม ยกเว้น ข้อใด

- ก. การสนับสนุนด้านอารมณ์
 - ข. การสนับสนุนด้านการพัฒนา
 - ค. การสนับสนุนด้านการประเมิน
 - ง. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร
 - จ. การสนับสนุนด้านเครื่องมือหรือวัตถุ
7. ข้อใดต่อไปนี้เป็น ไม่ใช่ องค์ประกอบสำคัญทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม
- ก. การมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้อง
 - ข. นวัตกรรม
 - ค. ช่วงระยะเวลาหนึ่ง
 - ง. ช่องทางการสื่อสาร
 - จ. ระบบสังคม
8. การวิจัยทางระบาดวิทยา พฤติกรรมและวิถีชีวิตเป็นขั้นตอนลำดับใดของโมเดลพีรซิค-โพรซิค
- ก. ขั้นตอนที่ 2
 - ข. ขั้นตอนที่ 3
 - ค. ขั้นตอนที่ 1
 - ง. ขั้นตอนที่ 5
 - จ. ขั้นตอนที่ 4
9. ข้อใดต่อไปนี้เป็นปัจจัยสำคัญของโมเดลนิเวศวิทยาสังคม ยกเว้น ข้อใด
- ก. ปัจจัยระหว่างบุคคล
 - ข. ปัจจัยด้านชุมชน
 - ค. ปัจจัยด้านนโยบายสาธารณะ
 - ง. ปัจจัยด้านทรัพยากร
 - จ. ปัจจัยภายในตัวบุคคล
10. ข้อใดต่อไปนี้เป็น ไม่ใช่ ประโยชน์ของทฤษฎีสำหรับงานสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ
- ก. ใช้เป็นแนวทางในการจัดทำแผนงานหรือโครงการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพล่วงหน้าได้
 - ข. ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดมาตรฐานการปฏิบัติงานตามแผนงานหรือโครงการพัฒนา
 - ค. พฤติกรรมสุขภาพ
 - ข. ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดตัวชี้วัดสำหรับการประเมินผลแผนงานหรือโครงการพัฒนา
 - ค. พฤติกรรมสุขภาพ

- ง. ใช้เป็นแนวทางสำหรับการกำหนดตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
- จ. ใช้เป็นแนวทางสำหรับการปฏิบัติงานพัฒนาสุขภาพด้านต่าง ๆ ที่เป็นขั้นตอน

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 2

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “ทฤษฎีสำหรับงานสุขภาพ และการส่งเสริมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถามแล้วเขียนวงกลมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ต่อไปนี้เป็นประโยชน์ของทฤษฎีพฤติกรรมสุขภาพ ยกเว้น ข้อใด

- ก. ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดตัวชี้วัดสำหรับการประเมินผลแผนงานหรือโครงการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
- ข. ใช้เป็นแนวทางในการจัดทำแผนงานหรือโครงการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพล่วงหน้าได้
- ค. ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดมาตรฐานการปฏิบัติงานตามแผนงานหรือโครงการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
- ง. ใช้เป็นแนวทางสำหรับการปฏิบัติงานพัฒนาสุขภาพด้านต่าง ๆ ที่เป็นขั้นตอน
- จ. ใช้เป็นแนวทางสำหรับการกำหนดตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

2. ข้อใดต่อไปนี้ ไม่ใช่ องค์ประกอบสำคัญของแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

- ก. การรับรู้การสูญเสียโอกาสและค่าใช้จ่ายในการเดินทางเมื่อเป็นโรค
- ข. การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรค
- ค. การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรค
- ง. การรับรู้ความรุนแรงเมื่อเป็นโรค
- จ. การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค

3. ต่อไปนี้เป็นกระบวนการตามพฤติกรรมของทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ยกเว้น ข้อใด

- ก. การจัดการกับสิ่งที่ไม่อาจคาดเดาได้
- ข. การควบคุมสิ่งเร้า
- ค. สัมพันธภาพแบบช่วยเหลือกัน
- ง. การปลดปล่อยตนเอง

จ. การเสริมพลังอำนาจ

4. บทบาทของความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน คือข้อใด

- ก. ความเชื่อเกี่ยวกับผลของการกระทำ
- ข. ความเชื่อเกี่ยวกับศาสนาและวัฒนธรรม
- ค. ความเชื่อเกี่ยวกับการเรียนรู้ของบุคคล
- ง. ความเชื่อเกี่ยวกับประสิทธิภาพของการพัฒนาพฤติกรรม
- จ. ความเชื่อเกี่ยวกับการรับรู้ของบุคคล

5. การรับรู้เกี่ยวกับการกระตุ้นให้เกิดความกลัวตามทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค ข้อใดถูกต้อง

- ก. การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค
- ข. การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรค
- ค. การรับรู้เกี่ยวกับความรุนแรงจนสามารถประเมินความรุนแรงนั้นได้
- ง. การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรค
- จ. การรับรู้สิ่งชักนำให้เกิดการปฏิบัติ

6. วิธีการสร้างความเชื่อในความสามารถของตนเองตามทฤษฎีความสามารถของตนเอง คือข้อใด

- ก. สร้างจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- ข. สร้างจากประสบการณ์ที่สำเร็จของตนเอง
- ค. สร้างจากการพูดจาดูดีกัน
- ง. สร้างจากการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติงานกับบุคคลอื่น
- จ. สร้างจากการคิดค้นด้วยตนเอง

7. ประเภทของแรงสนับสนุนทางสังคมตามทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม ข้อใดถูกต้อง

- ก. การสนับสนุนด้านการวางแผน
- ข. การสนับสนุนด้านนโยบาย
- ค. การสนับสนุนด้านทรัพยากร
- ง. การสนับสนุนด้านแรงงาน
- จ. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร

8. องค์ประกอบสำคัญทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม คือข้อใด

- ก. ช่องทางการพัฒนาทักษะ
- ข. ช่องทางการพัฒนาประสบการณ์
- ค. ช่องทางการพัฒนาความรู้

- ง. ช่องทางการสื่อสาร
- จ. ช่องทางการพัฒนาความร่วมมือระหว่างกัน
9. ปัจจัยสำคัญของโมเดลนิเวศวิทยาสังคม ข้อใดถูกต้อง
- ก. ปัจจัยด้านทรัพยากร
- ข. ปัจจัยด้านนโยบายสาธารณะ
- ค. ปัจจัยด้านบุคคล
- ง. ปัจจัยด้านความร่วมมือระหว่างกัน
- จ. ปัจจัยด้านการพัฒนาประสบการณ์
10. การวินิจฉัยทางการศึกษาและนิเวศวิทยาเป็นขั้นตอนลำดับใดของโมเดลฟรีซด์-โพรซด์
- ก. ขั้นตอนที่ 4
- ข. ขั้นตอนที่ 2
- ค. ขั้นตอนที่ 1
- ง. ขั้นตอนที่ 5
- จ. ขั้นตอนที่ 3

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 2

ก่อนเรียน

1. ค.
2. ข.
3. ง.
4. ค.
5. จ.
6. ข.
7. ก.
8. ก.
9. ง.
10. จ.

หลังเรียน

1. ง.
2. ก.
3. ค.
4. ก.
5. ค.
6. ข.
7. จ.
8. ง.
9. ข.
10. จ.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 3

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “สุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำถามที่ถูกต้องที่สุด

1. สุขภาพประกอบด้วยมิติสุขภาพ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพกาย ด้านสุขภาพจิต และข้อใดอีก

- ก. ด้านสังคม
- ข. ด้านสิ่งแวดล้อม
- ค. ด้านจิตวิญญาณ
- ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก
- จ. ข้อ ก. และ ค. ถูก

2. ข้อใดไม่ใช่ปัจจัยกำหนดสุขภาพ 3 ประการ

- ก. ปัจจัยด้านปัจเจกชน
- ข. ปัจจัยด้านระบบบริการสาธารณสุข
- ค. ปัจจัยด้านระบบการดูแลสุขภาพ
- ง. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม
- จ. ข้อ ก. และ ค.

3. แนวคิดที่แสดงภาวะต่าง ๆ ตั้งแต่การมีสุขภาพที่ดีที่สุดจนกระทั่งถึงแก่ความตายอยู่บนเส้นตรงเดียวกัน เป็นแนวคิดของใคร

- ก. แนวคิดของดัน
- ข. แนวคิดของเฟรนด์
- ค. แนวคิดของควานี่
- ง. แนวคิดขององค์การอนามัยโลก

จ. แนวคิดของครูเตอร์

4. แนวคิดที่ชี้ชัดหลักผลกระทบต่อสุขภาพ เป็นแนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยกำหนดสุขภาพของใคร

ก. โรเบิร์ต แพทแนม

ข. แคพเพลน

ค. คอบบ์และเคสเซล

ง. องค์การอนามัยโลก

จ. องค์การสุขภาพระหว่างประเทศ

5. แนวคิดปัจจัยกำหนดสุขภาพในข้อใดถือเป็นแนวคิดในระดับจุลภาค

ก. ปัจจัยตามตัวกำหนดสุขภาพเชิงสังคม

ข. ปัจจัยกำหนดสุขภาพ

ค. ปัจจัยผลกระทบต่อสุขภาพ

ง. ปัจจัยทางชีวการแพทย์

จ. ถูกทุกข้อ

6. ข้อใดคือปัจจัยด้านปัจเจกบุคคล

ก. กรรมพันธุ์

ข. พฤติกรรมสุขภาพ

ค. ความเชื่อ

ง. จิตวิญญาณ

จ. ถูกทุกข้อ

7. กลุ่มประชากรอายุตั้งแต่ 45 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและหญิง สาเหตุการตายส่วนใหญ่จากปัญหาใด

ก. อุบัติเหตุและการหกล้ม

ข. โรคไข้เลือดออก

ค. โรคไม่ติดต่อ

ง. การบาดเจ็บ

จ. โรคติดต่อ

8. การสูญเสียสุขภาพของประชากรไทยอายุ 15-29 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิงได้แก่ข้อใด

ก. การจมน้ำ

ข. การติดเชื้อเอชไอวี

ค. โรคจิตเภท

ง. อุบัติเหตุทางถนน

จ. การทำร้ายตนเอง

9. ข้อใดคือปัจจัยกำหนดสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อม

ก. สภาพสังคม

ข. วัฒนธรรมและประเพณี

ค. เศรษฐกิจ

ง. การเมือง

จ. ถูกทุกข้อ

10. การให้บริการในศูนย์สาธารณสุขชุมชนชนบท หมายถึงระบบบริการสาธารณสุขระดับใด

ก. บริการระดับปฐมภูมิ

ข. บริการระดับทุติยภูมิ

ค. การสาธารณสุขมูลฐาน

ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก

จ. ข้อ ก. ข. และ ค. ถูก

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 3

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “สุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำถามที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดไม่ใช่มิติสุขภาพใน 4 ด้าน

ก. ด้านสังคม

ข. ด้านสิ่งแวดล้อม

ค. ด้านจิตวิญญาณ

ง. ด้านร่างกาย

จ. ด้านจิตใจ

2. ปัจจัยกำหนดสุขภาพหมายถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ 3 ประการ ได้แก่ปัจจัยในข้อใด

ก. ปัจจัยด้านปัจเจกบุคคล

ข. ปัจจัยด้านสังคม

- ค. ปัจจัยด้านการศึกษา
- ง. ปัจจัยด้านการประกันสังคม
- จ. ปัจจัยด้านระบบการรักษาพยาบาล

3. แนวคิดที่แสดงให้เห็นระดับต่าง ๆ ของภาวะสุขภาพ เป็นแนวคิดของใคร

- ก. แนวคิดของซิกมันด์ ฟรอยด์
- ข. แนวคิดของเพ็นเดอร์
- ค. แนวคิดของดัน
- ง. แนวคิดของเบนจามิน
- จ. แนวคิดของศาสตราจารย์ นพ.ประเวศ วะสี

4. แนวคิดที่เป็นการมองสุขภาพแบบผลรวมในทุกระบบ เป็นแนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยกำหนดสุขภาพของใคร

- ก. คอบบี้
- ข. เบอร์กแมน และไซม์
- ค. คอบบี้และแคสเซล
- ง. คณะกรรมการว่าด้วยปัจจัยกำหนดสุขภาพ
- จ. องค์การสหประชาชาติ

5. แนวคิดปัจจัยกำหนดสุขภาพในข้อใดถือเป็นแนวคิดในระดับมหภาค

- ก. ปัจจัยสังคมกำหนดสุขภาพ
- ข. ปัจจัยกำหนดการมีสุขภาพดี
- ค. ปัจจัยด้านวิทยาการระบาด
- ง. ปัจจัยทางชีวการแพทย์
- จ. ถูกทุกข้อ

6. ข้อใดไม่ใช่ปัจจัยด้านปัจเจกบุคคล

- ก. ความเสมอภาคในการรับการรักษา
- ข. พฤติกรรมสุขภาพ
- ค. ระบบการศึกษา
- ง. ข้อ ก. และ ข.
- จ. ข้อ ก. และ ค.

7. กลุ่มเด็กอายุ 0-4 ปี สาเหตุการตายส่วนใหญ่เกิดจากปัญหาในข้อใด

- ก. โรคอุจจาระร่วง
- ข. โรคติดเชื้อต่าง ๆ
- ค. ภาวะโภชนาการเกิน
- ง. การบาดเจ็บ
- จ. โรคไขข้ออักเสบ

8. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุการสูญเสียสุขภาพของประชากรไทยอายุ 15-29 ปีในเพศชาย 10 อันดับแรก

- ก. การจมน้ำ
- ข. โรคซึมเศร้า
- ค. โรคจิตเภท
- ง. โรคมะเร็ง
- จ. โรคไขข้ออักเสบ

9. ข้อใดไม่ใช่ปัจจัยกำหนดสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อม

- ก. วิถีชีวิตคนในสังคม
- ข. วัฒนธรรมและประเพณี
- ค. การเข้าถึงบริการสาธารณสุข
- ง. การเมือง
- จ. ถูกทุกข้อ

10. บทบาทของประชาชนทุกคนที่จะต้องดูแลสุขภาพตนเองโดยมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และลดพฤติกรรมเสี่ยง หมายถึงระบบบริการสาธารณสุขระดับใด

- ก. บริการระดับปฐมภูมิ
- ข. การดูแลตนเองและครอบครัว
- ค. การสาธารณสุขมูลฐาน
- ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก
- จ. ข้อ ก. ข. และ ค. ถูกต้อง

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 3

ก่อนเรียน

1. จ.
2. จ.
3. ก.
4. ง.
5. ข.
6. จ.
7. ค.
8. ง.
9. จ.
10. ก.

หลังเรียน

1. ข.
2. ก.
3. ค.
4. ง.
5. ก.
6. จ.
7. ข.
8. จ.
9. จ.
10. ข.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 4

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ”
คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำถามที่ถูกต้องที่สุด

1. การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึงข้อใด

- ก.กระบวนการดำเนินงานสุขศึกษาเชิงรุกที่มีความสำคัญมาก ตามปรัชญาการสาธารณสุข
 - ข.การปฏิบัติหรือการไม่ปฏิบัติในเรื่องหนึ่งเรื่องใด แล้วมีผลต่อสุขภาพของบุคคลอื่น
 - ค.การป้องกันปัญหาไม่ให้เกิดขึ้นดีกว่าที่จะทำการแก้ไขปัญหา หลังจากที่เกิดปัญหาขึ้นมาแล้ว
 - ง.การแสดงออกของบุคคลในเรื่องหนึ่งเรื่องใด แล้วมีผลต่อสุขภาพของตนเอง
- จ. ข้อ ก และ ค ถูกต้อง

2. ข้อใดคือการดำเนินงานของการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นการเฝ้าระวังสุขภาพเกี่ยวกับ

- ก.ปัญหาสาธารณสุขที่เป็นอยู่ในขณะนี้
- ข.ปัญหาสาธารณสุขที่เคยเป็นปัญหาที่สำคัญและได้รับการควบคุม
- ค.สาเหตุสำคัญของการเกิดโรคและการแพร่โรคติดต่อที่เกิดขึ้นใหม่
- ง.การป้องกันโรคที่เกิดขึ้นกับกลุ่มวัยใดวัยหนึ่งในชุมชน

จ. ข้อ ก, ข และ ค ถูกต้อง

3. การออกแบบการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพควรประกอบด้วยขั้นตอนใดบ้าง

- ก.การกำหนดตัวอย่าง
 - ข.การกำหนดขนาดตัวอย่าง
 - ค.การเลือกตัวอย่าง
 - ง.เครื่องมือที่ใช้สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล
- จ.ถูกต้องทุกข้อ

4. หากต้องการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการเฝ้าระวังที่เป็นเจตคติที่แสดงถึงพฤติกรรมสุขภาพ ควรใช้วิธีการ
เก็บรวบรวมข้อใดแบบใด

- ก.การสังเกต
- ข.การสัมภาษณ์

ค.การทดลอง

ง.การใช้เวชระเบียน

จ.การใช้แบบรายงาน

5. พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับโรคติดต่อที่มีพฤติกรรมเสี่ยงเป็นสาเหตุในประชากรกลุ่มเสี่ยง มีระดับร้อยละ 15 อยู่ในเกณฑ์ใด

ก.ไม่ทำให้เกิดปัญหา

ข.ทำให้เกิดปัญหาน้อย

ค.ทำให้เกิดปัญหาปานกลาง

ง.ทำให้เกิดปัญหายังไม่มากนัก

จ.ทำให้เกิดปัญหามาก

6. ข้อใดกล่าวถูกต้องในการจัดทำแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ก.กำหนดปัญหาสาธารณสุข

ข.กำหนดพฤติกรรมสุขภาพที่จะใช้ไปในการเฝ้าระวัง

ค.กำหนดตัวชี้วัดของพฤติกรรมสุขภาพ

ง.กำหนดเกณฑ์ของพฤติกรรมสุขภาพ

จ.ถูกต้องทุกข้อ

7. องค์ประกอบของการปฏิบัติงานตามแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ คือข้อใด

ก.คุณภาพของแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ข.สถานที่ที่ใช้ในการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ค.ศักยภาพของบุคลากรสาธารณสุข

ง.จำนวนของตัวอย่าง

จ.ก และ ค ถูกต้อง

8. ข้อจำกัดของการใช้ข้อมูลทุติยภูมิที่มีอยู่แล้วเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ คือข้อใด

ก.ต้องคาดเดาเอาเองเนื่องจากข้อมูลไม่สมบูรณ์

ข.ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลนานเกินไป

ค.ใช้ประมาณที่จำกัด

ง.ต้องใช้จำนวนข้อมูลในปริมาณมาก

จ.ถูกต้องทุกข้อ

9. ข้อใดคือการดำเนินงานสุขศึกษาในงานสาธารณสุข ซึ่งจำแนกได้เป็น 3 ลักษณะด้วยกัน

ก.การดำเนินงานสาธารณสุขตามปกติทั่วไป

ข.การดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อการจัดการกับปัญหาสาธารณสุขที่เกิดขึ้นอย่างเรื้อรัง

ค.การดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อการจัดการกับปัญหาสาธารณสุขที่เกิดขึ้นอย่างเฉียบพลัน

ง.การดำเนินงานสุขศึกษาเชิงรุก

จ.ถูกต้องทุกข้อ

10. ข้อใดไม่ใช่หลักการและขั้นตอนการดำเนินงานของกรอบแผนการดำเนินงานหลังการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ก.การทำแผนการดำเนินงานเฉพาะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

ข.กำหนดเป้าหมายในลักษณะของการลดพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นพฤติกรรมเสี่ยง

ค.มีเป้าหมายเป็นกลุ่มเป้าหมายกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งที่สนใจและพื้นที่ใดก็ได้

ง.ข้อ ก. และ ข. ถูก

จ.ข้อ ก. ข. และ ค. ถูก

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 4

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับความหมายของการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
 - ก. การปฏิบัติหรือการไม่ปฏิบัติในเรื่องหนึ่งเรื่องใด แล้วมีผลเสียต่อสุขภาพของบุคคลอื่น
 - ข. กระบวนการดำเนินงานสุขภาพเชิงรุกที่มีความสำคัญมาก ตามปรัชญาการสาธารณสุข
 - ค. การป้องกันปัญหาไม่ให้เกิดขึ้นดีกว่าที่จะทำการแก้ไขปัญหา หลังจากที่เกิดปัญหาขึ้นมาแล้ว
 - ง. การแสดงออกของบุคคลเรื่องหนึ่งเรื่องใด แล้วมีผลต่อสุขภาพของตนเอง
 - จ. ข้อ ข และ ง ถูกต้อง
2. ข้อใดไม่ใช่การดำเนินงานของการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นการเฝ้าระวังสุขภาพ
 - ก. ปัญหาสาธารณสุขที่เป็นอยู่ในขณะนี้
 - ข. ปัญหาสาธารณสุขที่เคยเป็นปัญหาที่สำคัญและได้รับการควบคุม
 - ค. สาเหตุสำคัญของการเกิดโรคและการแพร่โรคติดต่อที่เกิดขึ้นใหม่
 - ง. การป้องกันโรคที่เกิดขึ้นกับกลุ่มวัยใดวัยหนึ่งในชุมชน
 - จ. ถูกต้องทุกข้อ
3. การออกแบบการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพในขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ควรคำนึงถึงเรื่องใดเป็นสำคัญ
 - ก. ใครเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูล
 - ข. กำหนดช่วงเวลาของการเก็บข้อมูล
 - ค. ให้กำหนดวิธีการสังเกตให้ชัดเจน
 - ง. กำหนดวิธีการสัมภาษณ์ เทคนิคการสัมภาษณ์และมีการฝึกซ้อมการสัมภาษณ์
 - จ. ถูกต้องทุกข้อ
4. หากต้องการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการเฝ้าระวังที่เป็นเชิงประจักษ์ ควรใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อใดแบบใด
 - ก. การสังเกต
 - ข. การสัมภาษณ์
 - ค. การทดลอง
 - ง. การใช้เวชระเบียน

จ. การใช้แบบรายงาน

5. พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับโรคติดต่อที่มีพฤติกรรมเสี่ยงเป็นสาเหตุในประชากรกลุ่มเสี่ยง มีระดับร้อยละ 35 อยู่ในเกณฑ์ใด

ก. ไม่ทำให้เกิดปัญหา

ข. ทำให้เกิดปัญหาน้อย

ค. ทำให้เกิดปัญหาปานกลาง

ง. ทำให้เกิดปัญหายังไม่มากนัก

จ. ทำให้เกิดปัญหามาก

6. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องในการจัดทำแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ก. กำหนดปัญหาสาธารณสุข

ข. กำหนดพฤติกรรมสุขภาพที่จะใช้ไปในการเฝ้าระวัง

ค. กำหนดคุณภาพของเครื่องมือที่จะใช้

ง. กำหนดตัวชี้วัดของพฤติกรรมสุขภาพ

จ. กำหนดเกณฑ์ของพฤติกรรมสุขภาพ

7. ข้อใดไม่ใช่องค์ประกอบของการปฏิบัติงานตามแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ก. จำนวนของตัวอย่าง

ข. คุณภาพของแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ค. สถานที่ที่ใช้ในการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ง. ศักยภาพของบุคลากรสาธารณสุข

จ. ก และ ค ถูกต้อง

8. ข้อใดไม่ใช่ข้อจำกัดของการใช้ข้อมูลทุติยภูมิที่มีอยู่แล้วเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ

ก. ต้องคาดเดาเองเนื่องจากข้อมูลไม่สมบูรณ์

ข. ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลนานเกินไป

ค. ส่วนใหญ่เป็นข้อมูลเชิงปฏิบัติการ

ง. ต้องใช้จำนวนข้อมูลในปริมาณมาก

จ. ข้อ ก และ ค ถูกต้อง

9. ข้อใดไม่ใช่การดำเนินงานสุขศึกษาในงานสาธารณสุข ซึ่งจำแนกได้เป็น 3 ลักษณะด้วยกัน

ก. การดำเนินงานสุขศึกษาเชิงรุก

ข. การดำเนินงานสาธารณสุขตามปกติทั่วไป

ค. การดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อการจัดการกับปัญหาสาธารณสุขที่เกิดขึ้นอย่างเฉียบพลัน

ง. การดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อการจัดการกับปัญหาสาธารณสุขที่เกิดขึ้นแบบค่อยเป็นค่อยไป

จ. ข้อ ก และ ค ถูกต้อง

10. ข้อใดคือหลักการและขั้นตอนการดำเนินงานของกรอบแผนการดำเนินงานหลังการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

ก. การทำแผนการดำเนินงานเฉพาะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

ข. กำหนดเป้าหมายในลักษณะของการลดพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นพฤติกรรมเสี่ยง

ค. มีเป้าหมายเป็นกลุ่มเป้าหมายเฉพาะและพื้นที่เฉพาะสำหรับการดำเนินงาน

ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก

จ. ข้อ ก. ข. และ ค. ถูก

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 4

ก่อนเรียน

1. จ.

2. จ.

3. จ.

4. ข.

5. ข.

6. จ.

7. จ.

8. ก.

9. จ.

10. ง.

หลังเรียน

1. จ.

2. ง.

3. จ.

4. ก.

5. จ.

6. ค.

7. จ.

8. จ.

9. ง.

10. จ.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน หน่วยที่ 5

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การสื่อสารและการให้คำปรึกษาด้านพฤติกรรมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. วิธีในข้อใดหมายถึงการสื่อสาร

- ก. การใช้สื่อผสม
- ข. การสื่อสารมวลชน
- ค. การใช้สื่อวัฒนธรรม
- ง. การใช้สื่อสังคมออนไลน์
- จ. ถูกทุกข้อ

2. ข้อใดคือตัวอย่างความสำคัญของการสื่อสารสุขภาพในด้านการรักษาพยาบาลผู้ป่วยอย่างชัดเจนที่สุด

- ก. ผู้ป่วยรับบริการผ่านโทรศัพท์
- ข. การสั่งซื้อเครื่องมือแพทย์ออนไลน์
- ค. การประสานงานส่งต่อผู้บาดเจ็บไปโรงพยาบาลทันที
- ง. แพทย์ตรวจสอบประวัติการใช้ยาของคนไข้ในไฟล์ออนไลน์
- จ. การรายงานการผ่าตัดผ่านหุ่นยนต์ส่งผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์

3. ข้อใด ไม่ใช่ องค์ประกอบของการสื่อสารตามแบบจำลองของเบอร์โล

- ก. ผู้ส่งสาร (Source)

- ข. สารหรือสื่อ (Message)
- ค. ดีความสาร (Interpret)
- ง. ช่องทางสาร (Channel)
- จ. ผู้รับสาร (Receiver)

4. ข้อใด ไม่ใช่ คุณลักษณะสำคัญของสื่อและเทคโนโลยีทางสุขภาพ

- ก. เข้าใจง่าย
- ข. ปรับใช้ได้
- ค. ประยุกต์ได้
- ง. ปรับปรุงบ่อย
- จ. ถูกทุกข้อ

5. ข้อใดคือปัญหาที่พบเกี่ยวกับการดำเนินงานด้านสุขภาพที่เชื่อมโยงการสื่อสารสุขภาพในประเทศไทย

- ก. คุณภาพชีวิตต่ำ
- ข. บุคลากรทางสุขภาพไม่เพียงพอ
- ค. ประชาชนขาดความรู้ด้านสุขภาพ
- ง. เครื่องมือทางการแพทย์ไม่เอื้ออำนวย
- จ. ไม่มีการถ่ายทอดข้อมูลสุขภาพที่เพียงพอ

6. “การสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัยในกระบวนการให้คำปรึกษาเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง” จากข้อความนี้ ผู้ให้คำปรึกษาควรมีพฤติกรรมเช่นไรจึงจะสอดคล้องกับข้อความข้างต้น

- ก. ไม่ตัดสินผู้ให้คำปรึกษา
- ข. แต่งตัวและสร้างบุคลิกให้น่าเชื่อถือ
- ค. แอบบันทึกเสียงเพราะจะได้ให้ผู้รับปรึกษาสบายใจ
- ง. เสนอทางเลือกการแก้ปัญหาให้ผู้รับคำปรึกษาเสมอ
- จ. ถ้าเป็นไปได้ไม่ควรกำหนดเวลาการให้คำปรึกษาและรับฟังจนกว่าผู้รับคำปรึกษาจะหยุด

7. “นาย ก.ชอบขับรถเร็วเสมอๆ” จากข้อความข้างต้น ข้อใด ไม่ใช่ สิ่งที่เกิดจากการใช้ทฤษฎี ABC มาวิเคราะห์พฤติกรรมขับรถเร็ว

- ก. สิ่งเร้าที่ทำให้ขับรถเร็วคือ ความชอบ

- ข. สิ่งเร้าที่ทำให้ขับรถเร็วคือ ความรีบ
- ค. สิ่งเร้าที่ทำให้ขับรถเร็วคือ ความประมาท
- ง. ผลที่ตามมาจากการขับรถเร็วคือ ได้ถึงที่หมายในเวลาที่ต้องการ
- จ. ผลที่ตามมาจากการขับรถเร็วคือ ไม่เคยโดนตำรวจจับความเร็วเกินกำหนด

8. เมื่อผู้ให้คำปรึกษาต้องการทราบรายละเอียดเพิ่มเติมจากผู้รับคำปรึกษา ควรใช้เทคนิคใด

- ก. การเงียบ
- ข. การทวนซ้ำ
- ค. การให้กำลังใจ
- ง. การสะท้อนความรู้สึก
- จ. การใช้คำถามปลายเปิด

ชี้แจง จงใช้ข้อมูลต่อไปนี้ ตอบคำถามข้อ 9

- a. Pre-contemplation
- b. Maintenance
- c. Contemplation
- d. Preparation
- e. Action

9. ข้อใดคือการเรียงลำดับขั้นของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

- ก. a b c d e
- ข. a c d e b
- ค. d a c e b
- ง. d b e a c
- จ. b e a c d

10. “ถ้านาย ก. ต้องการเลิกสูบบุหรี่ นาย ก. จะใช้วันเกิดของลูกเป็นวันเริ่มต้นของการเลิกบุหรี่” จากข้อความข้างต้น เป็นขั้นตอนใดของลำดับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ก. Pre-contemplation

ข. Maintenance

ค. Contemplation

ง. Preparation

จ. Action

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียน หน่วยที่ 5

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การสื่อสารและการให้คำปรึกษาด้านพฤติกรรมสุขภาพ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใด ไม่ใช่ วัตถุประสงค์หลักที่สำคัญของการสื่อสารสุขภาพ
 - ก. ประชาชนเข้าใจระบบการรับบริการสุขภาพ
 - ข. เพื่อให้ประชาชนได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์
 - ค. ให้ชุมชน ร่วมคิด ร่วมทำการส่งเสริมสุขภาพ
 - ง. ลดจำนวนผู้ป่วยในโรงพยาบาล
 - จ. เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

2. ความสำคัญของการสื่อสารสุขภาพอยู่ในมิติใดบ้างของการให้บริการทางสุขภาพ

- ก. การคัดกรองโรค
- ข. การรักษาโรค
- ค. การฟื้นฟูโรค
- ง. การส่งเสริมสุขภาพ
- จ. ถูกทุกข้อ

คำชี้แจง ใช้ข้อความต่อไปนี้ตอบคำถามข้อ 3

“การสื่อสารสุขภาพ หมายถึง กระบวนการถ่ายทอดข่าวสารด้านสุขภาพ ระหว่าง ผู้ให้บริการด้านสุขภาพ (แพทย์ พยาบาล บุคลากรสาธารณสุข สาขาวิชาชีพต่างๆ) ที่มีความสัมพันธ์ต่อผู้รับบริการด้านสุขภาพเป็นการสื่อสารถึงกัน ในลักษณะการสื่อสารสองทาง มีความเคลื่อนไหวของการสื่อสารอย่างไม่หยุดนิ่ง มีตัวแปรตามเหตุการณ์ สถานะแวดล้อม ของแต่ละคนในสังคม และสถานการณ์ที่มีการผันแปรอย่างต่อเนื่อง ”

3. แบบจำลองแนวคิดใดให้ความหมายของการสื่อสารสุขภาพจากข้อความข้างต้น

- ก. แบบจำลองของคิง
- ข. แบบจำลองของออสกูค
- ค. แบบจำลองของชเรมม์
- ง. แบบจำลองของลาสเวลล์
- จ. แบบจำลองของแซนแนลและวีเวอร์

4. ข้อใด ไม่ใช่ คุณลักษณะสำคัญของสื่อและเทคโนโลยีทางสุขภาพ

- ก. เข้าใจง่าย
- ข. มีรูปแบบเดียวที่ใช้ได้กับทุกกลุ่มเป้าหมาย
- ค. สามารถนำไปประยุกต์ได้หลายรูปแบบ
- ง. สามารถปรับใช้ได้กับหลายกลุ่มเป้าหมาย
- จ. ผ่านกระบวนการพัฒนาตามขั้นตอนต่างๆอย่างครบถ้วน

5. เมื่อบุคลากรทางสุขภาพเผชิญปัญหาการสื่อสารกับผู้ป่วยที่เข้าใจแต่ภาษาถิ่น บุคลากรสุขภาพจะมีวิธีการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างไรให้เหมาะสมที่สุด

- ก. ใช้ภาษามือ

- ข. ใช้เขียนอธิบาย
- ค. ใช้รูปภาพประกอบการอธิบาย
- ง. ใช้บุคลากรทางการแพทย์ที่พูดภาษาถิ่นได้
- จ. ถูกทุกข้อ

6. ข้อใด ไม่ใช่ องค์ประกอบสำคัญที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างให้เกิดขึ้นในกระบวนการให้คำปรึกษา

- ก. แรงจูงใจ
- ข. การเคารพ
- ค. ความสัมพันธ์
- ง. การเปิดเผยความลับ
- จ. การรับผิดชอบในการตัดสินใจ

7. “นาย ก. ไม่ชอบใส่ Ear Plug เวลาทำงานในที่ที่มีเสียงดัง” จากข้อความข้างต้น ข้อใด ไม่ใช่ สิ่งทีวิเคราะห์ได้จากการใช้ทฤษฎี ABC มาวิเคราะห์พฤติกรรม

- ก. สิ่งเร้าที่ทำให้ไม่ชอบใส่ Ear Plug คือ ความชอบ
- ข. สิ่งเร้าที่ทำให้ไม่ชอบใส่ Ear Plug คือ ความไม่ถนัด
- ค. สิ่งเร้าที่ทำให้ไม่ชอบใส่ Ear Plug คือ ความเคยชิน
- ง. ผลที่ตามมาจากการไม่ชอบใส่ Ear Plug คือ ทำงานได้คล่องแคล่ว
- จ. ผลที่ตามมาจากการไม่ชอบใส่ Ear Plug คือ ข้อมูลการตรวจสภาพการได้ยินยังปกติ

คำชี้แจง ใช้ข้อความต่อไปนี้ตอบคำถามข้อ 8

ผู้ให้คำปรึกษา : คุณรู้สึกเครียดกับการที่ยังไม่ได้การตอบรับการทำงานจากที่ไปสมัครไว้ใช่ไหมคะ

: คุณรู้สึกเครียดที่ยังหางานทำไม่ได้ และทางบ้านก็กดดันเรื่องนี้อยู่ใช่ไหมคะ

: คุณรู้สึกกังวลกับความสามารถของตัวเองที่จะไปสมัครงานใช่ไหมคะ

8. จากข้อความข้างต้นผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคใดในการให้คำปรึกษา

- ก. การเงียบ

- ข. การทวนซ้ำ
- ค. การให้กำลังใจ
- ง.การสะท้อนความรู้สึก
- จ.การใช้คำถามปลายเปิด

คำชี้แจง ใช้ตารางต่อไปนี้เป็นคำตอบข้อ 9 - 10

ขั้นที่ 1	
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา/เทคนิคที่ใช้	ช่วยให้คำแนะนำ ช่วยให้ข้อมูลสะท้อนกลับ เรียนรู้หาวิธี ทบทวนเงื่อนไขที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สะท้อนให้เห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม นำข้อมูลจากผลการตรวจสอบสุขภาพเข้ามาพูดคุยร่วมกัน ใช้คำถามปลายเปิดว่ารู้สึกอย่างไรกับปัญหาสุขภาพของตนเอง
ขั้นที่ 2	
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา/เทคนิคที่ใช้	ร่วมสร้างความเชื่อมั่นในการให้ความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และความสามารถที่จะทำให้ผู้รับคำปรึกษามีสุขภาพที่ดีขึ้นโดยการตั้งเป้าหมายร่วมกัน ให้คำชื่นชมในความคิด หรือทัศนคติเชิงบวกที่เกิดขึ้นใช้คำถามปลายเปิด การสะท้อนความรู้สึกจากการฟังอย่างตั้งใจ ใช้แบบประเมินความเชื่อมั่นในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Conviction-Confidence Ruler) เพื่อสำรวจความพร้อมของผู้รับคำปรึกษา ชวนคุยในรายละเอียดจากผลการประเมิน
ขั้นที่ 3	
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา/เทคนิคที่ใช้	ร่วมสร้างความเชื่อมั่นของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ร่วมวางแผนการปรับพฤติกรรม รวมทั้งช่วยเอื้ออำนวยให้แผนนั้นเกิดขึ้นได้จริง ร่วมกันกำหนดวันที่จะเริ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

	ใช้คำถามปลายเปิดเพื่อคาดการณ์ถึงอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น กระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจเชิงบวก ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเพิ่มเติม
ขั้นที่ 4	
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา/เทคนิคที่ใช้	ให้คำแนะนำถึงการจัดการกับผลที่จะเกิดขึ้นจากการปรับพฤติกรรม ช่วยหาที่ปรึกษาที่สามารถช่วยเหลือได้ในกรณีฉุกเฉิน ให้แรงเสริมกับพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง แรงเสริมที่เป็นการชื่นชม ดึงแรงสนับสนุนทางสังคมของผู้ เลิบบุหรี่เข้ามามีส่วนร่วม เช่น ครอบครัว ที่ทำงาน
ขั้นที่ 5	
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา/เทคนิคที่ใช้	ชวนผู้รับคำปรึกษาให้ข้อสังเกตสัญญาณที่จะนำไปให้เกิดการ กลับไปทำพฤติกรรมเดิม ให้แรงเสริมกับพฤติกรรมใหม่ที่เกิดขึ้น

คำ

ชี้แจง จงใช้ตัวเลือกต่อไปนี้ ตอบคำถามข้อ 9 – 10

- ก. Pre-contemplation
- ข. Maintenance
- ค. Contemplation
- ง. Preparation
- จ. Action

9. ขั้นตอนที่ 3 คือขั้นตอนใด

10. ขั้นตอนที่ 5 คือขั้นตอนใด

เฉลย

ก่อนเรียน

1. จ
2. จ
3. ค
4. จ
5. จ
6. ก
7. ค
8. จ
9. ข
10. ง

หลังเรียน

1. ง
2. จ
3. ก
4. ข
5. ค
6. ง
7. ก
8. ง
9. ง
10. ข

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน หน่วยที่ 6

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การชี้นำด้านสุขภาพและการมีส่วนร่วมของพนักงานในสถานประกอบการ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ปัจจุบันกระแสสังคมด้านสุขภาพใดที่ประชาชนภาคธุรกิจและภาคเอกชนสนใจและเข้ามามีส่วนร่วม ซึ่งส่วนใหญ่เป็นปัญหาสุขภาพในสังคมไทย

- ก. สิ่งเสพติด
- ข. พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ
- ค. การแพทย์ทางเลือก
- ง. การแพทย์แผนไทย

- จ. วิธีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง
2. ข้อใดคือการชี้นำด้านสุขภาพผ่านบทบาทขององค์การอนามัยโลกที่เป็นรูปธรรมและสามารถส่งผลกระทบให้
เกิดนโยบายและการสนับสนุนด้านต่างๆ ในการพัฒนาสุขภาพให้หลายประเทศทั่วโลก
- ก. กฎบัตรอตตาวา
- ข. ปฏิญญาอะมาอะดา
- ค. การสาธารณสุขมูลฐาน
- ง. การบูรณาการสุขภาพแบบเป็นองค์รวม
- จ. การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค
3. “ภาษี.....” ที่นำมาใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
(สสส.)เป็นส่วนสำคัญของกระบวนการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาของระบบสุขภาพไทยที่ตรงกับข้อใด
- ก. ความเคลื่อนไหวเพื่อการปฏิรูปสุขภาพ
- ข. กระแสความตื่นตัวและใส่ใจเรื่องสุขภาพ
- ค. ประชาสังคมและระบบสุขภาพภาคประชาชน
- ง. การก่อตัวและความเข้มแข็งของการสร้างเสริมสุขภาพ
- จ. แนวคิดใหม่และกระบวนการทัศน์ใหม่ในการพัฒนาสุขภาพ
4. ข้อความใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับที่มาของนโยบายสาธารณะ
- ก. กำหนดขึ้นโดยรัฐบาล
- ข. เกิดจากการผลักดันของหน่วยงานหลายหน่วยงานที่ร่วมมือกัน
- ค. กำหนดขึ้นผลประโยชน์ของประชาชนในด้านต่างๆ
- ง. เกิดจากการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนของสังคม
- จ. เกิดขึ้นจากภาคส่วนอื่นและต้องได้รับการประกาศอย่างเป็นทางการจากรัฐบาล
5. ข้อใดนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพที่สอดคล้องกับแนวความคิดการสร้างเสริมสุขภาพแนวใหม่ ของ
หน่วยงานภาครัฐ นอกเหนือไปจากของกระทรวงสาธารณสุข
- ก. การปลูกผักสวนครัวรั้วกินได้
- ข. โครงการผักปลอดสารพิษ
- ค. การเลี้ยงปลากัดสำหรับทำลายลูกน้ำยุงลาย
- ง. การใช้แก๊สชีวภาพในการหุงต้มอาหาร
- จ. การใช้สัฟสมอาหารที่ทำจากสมุนไพร
6. ภาคประชาสังคมมีอิทธิพลต่อการดำเนินงานของการสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพได้อย่างไร

- ก. รับเรื่องราวร้องทุกข์จากประชาชนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
 - ข. ผลักดันนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
 - ค. มีจิตสำนึกสาธารณะในการสร้างนโยบายเพื่อสุขภาพ
 - ง. มีองค์ความรู้หรือข้อมูลสำคัญที่เป็นประโยชน์ในการกำหนดนโยบายสาธารณะ
 - จ. นำเสนอข้อมูลด้านสุขภาพ เหตุผลความจำเป็นและความสำคัญของนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ
7. กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนของฟอรัมรอฟ มีขั้นตอนการใดบ้าง
- ก. การดำเนินงาน
 - ข. การใช้บริการจากโครงการ
 - ค. การมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์
 - ง. การวางแผน การตัดสินใจในการกำหนดเป้าหมายกลวิธี
 - จ. ถูกต้องทุกข้อ
8. ปัจจัยใดที่ส่งผลให้ประชาชนและองค์กรต่าง ๆ มีส่วนร่วมในงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ
- ก. ด้านประชาชน
 - ข. ด้านสังคม
 - ค. ด้านระบบสุขภาพชุมชน
 - ง. ด้านเศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม
 - จ. ถูกต้องทุกข้อ
9. ข้อกำหนดของ ISO 45001:2018 ผู้บริหารตั้งจัดให้มีกระบวนการมีส่วนร่วมของพนักงานในเรื่องใดบ้าง
- ก. การระบุอันตราย
 - ข. มาตรการการควบคุม
 - ค. การพิจารณามาตรการเพื่อกำจัดอันตราย
 - ง. ข้อ ก และ ข ถูกต้อง
 - จ. ข้อ ก ข และ ค ถูกต้อง
10. ข้อใดไม่ใช่การดำเนินการด้านการมีส่วนร่วมของพนักงานในสถานประกอบกิจการ
- ก. การทำ Tool box talk
 - ข. การตัดสินใจใช้รองเท้านิรภัย
 - ค. การกำหนดนโยบายด้านความปลอดภัย
 - ง. การเลือกใช้แว่นตานิรภัย
 - จ. กิจกรรมประกวดบอร์ดความปลอดภัย

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียน หน่วยที่ 6

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การชี้นำด้านสุขภาพและการมีส่วนร่วมของพนักงานในสถานประกอบการ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ประโยชน์ของการชี้นำด้านสุขภาพในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค คือ เพื่อให้เกิดการกระทำที่ยั่งยืนข้อใด

- ก. เสริมพลังของประชาชนด้านสุขภาพ
- ข. สร้างความร่วมมือด้านสุขภาพในทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง
- ค. ประชาชนมีแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคอย่างชัดเจน
- ง. ประชาชนและทุกภาคส่วนมองปัญหาสุขภาพในลักษณะองค์รวม และสามารถบูรณาการร่วมกันได้
- จ. ประชาชนและชุมชนมีส่วนร่วมเป็นเจ้าของสุขภาพของตนเอง และร่วมกันในระดับท้องถิ่นในการส่งเสริม

สุขภาพ

2. การชี้นำด้านสุขภาพ โดยใช้รูปแบบใด ที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้หลายกลุ่มและหลายทาง

- ก. ผ่านการรณรงค์
- ข. ผ่านสื่อสารมวลชน
- ค. ผ่านหน่วยงานของรัฐ
- ง. ผ่านปัญหาสุขภาพแบบเร่งด่วน
- จ. ผ่านบทบาทขององค์การอนามัยโลก

3. พัฒนาการของระบบสุขภาพในข้อใดที่สะท้อนการเกิดจิตสำนึกสุขภาพใหม่ที่ว่า “สุขภาพไม่ใช่สิ่งที่ผูกขาดหรือหยิบยื่นให้โดยสถาบันทางการแพทย์ แต่เป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องใส่ใจและแสวงหา”

- ก. การเก็บภาษีเหล้าและบุหรี่ที่สูงขึ้น
- ข. การส่งเสริมสุขภาพในสถานที่ทำงาน
- ค. การเกิดชมรมสุขภาพอย่างแพร่หลาย
- ง. การออกกำลังกายในสวนสาธารณะ
- จ. การแพทย์ไทยภูมิปัญญาไทย

4. การเก็บภาษีบุหรี่ยังเป็นมาตรการสำคัญด้านใด ของนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ
- ก. มาตรการทางภาษี
 - ข. มาตรการทางการเงิน
 - ค. มาตรการทางกฎหมายที่เอื้อต่อสุขภาพ
 - ง. มาตรการปรับเปลี่ยนองค์กร
 - จ. มาตรการทางสังคม
5. การกำหนดนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพกับสมัชชาสุขภาพมีความเชื่อมโยงกันอย่างไร
- ก. อาศัยสมัชชาสุขภาพเป็นพื้นที่สาธารณะ
 - ข. อาศัยสมัชชาสุขภาพผลักดันให้เกิดนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ
 - ค. อาศัยสมัชชาสุขภาพเป็นกระบวนการประชาธิปไตยแบบมีส่วนร่วม
 - ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก
 - จ. ข้อ ก. ข. และ ค. ถูก
6. กลวิธีในข้อใดเป็นตัวอย่างของนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพเพื่อเพิ่มการออกกำลังกาย
- ก. การรณรงค์
 - ข. การสร้างต้นแบบ
 - ค. การสร้างนวัตกรรม
 - ง. การให้ทุนอุปถัมภ์
 - จ. การกระตุ้นความตระหนัก
7. ข้อใดไม่ใช่กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนของฟอรัมรอฟ
- ก. การดำเนินงาน
 - ข. การใช้บริการจากโครงการ
 - ค. การมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์
 - ง. การมีส่วนร่วมในการประเมินผลโครงการ
 - จ. การวางแผน การตัดสินใจในการกำหนดเป้าหมายกลวิธี
8. ข้อใดไม่ใช่ปัจจัยที่ส่งผลให้ประชาชนและองค์กรต่าง ๆ มีส่วนร่วมในงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ
- ก. ด้านสังคม
 - ข. ด้านการศึกษา
 - ค. ด้านประชาชน
 - ง. ด้านระบบสุขภาพชุมชน

จ.ด้านเศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม

9.ข้อกำหนดของ ISO 45001:2018 ผู้บริหารตั้งจัดให้มีกระบวนการมีส่วนร่วมของพนักงานในเรื่องใดบ้าง

ก.การระบุอันตราย

ข.มาตรการการควบคุม

ค.การสอบสวนอุบัติการณ์

ง.การพิจารณามาตรการเพื่อกำจัดอันตราย

จ.ถูกต้องทุกข้อ

10.ข้อใดคือการดำเนินการด้านการมีส่วนร่วมของพนักงานในสถานประกอบกิจการ

ก.การทำ Tool box talk

ข.การตัดสินใจใช้รองเท้านิรภัย

ค.กิจกรรมประกวดบอร์ดความปลอดภัย

ง.การเลือกใช้แว่นตานิรภัย

จ.ถูกต้องทุกข้อ

เฉลย

ก่อนเรียน

หลังเรียน

1. ข

1. จ

2. ก

2. ข

3. ข

3. ค

4. ง

4. ก

5. ข

5. จ

6. ข

6. ข

7. จ

7. ง

8. จ

8. ข

9. จ

9. จ

10. ค

10. จ

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 7

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถามแล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำถามที่ถูกต้องที่สุด

1. ประโยชน์ของการดำเนินงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการข้อใดสำคัญที่สุด
 - ก. พนักงานมีสภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์พร้อมสำหรับการทำงาน
 - ข. การเจ็บป่วยลดลง ส่งผลต่อการอัตราการลางานหรือหยุดงาน
 - ค. ปริมาณการผลิตดำเนินการได้ตามเป้าหมาย
 - ง. สินค้าและบริการที่มีคุณภาพ ทำให้ประเทศมีรายได้
 - จ. ประชาชนได้รับสินค้าและบริการที่มีคุณภาพ
2. การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการมีความสำคัญตามข้อใด
 - ก. สถานประกอบการเป็นแหล่งรวมของคนวัยทำงานจำนวนมาก
 - ข. ความสามารถในการทำงานของพนักงานเกิดขึ้นเพราะการมีสุขภาพดี
 - ค. สุขภาพของคนทำงานเป็นปัจจัยสนับสนุนเศรษฐกิจของประเทศ
 - ง. การดูแลคนวัยทำงานเป็นความรับผิดชอบร่วมกันของภาครัฐและผู้บริหารองค์กร
 - จ. สถานประกอบการมีศักยภาพในการสนับสนุนทรัพยากรเพื่อการพัฒนา
3. ข้อใดเป็นผลลัพธ์ของการดำเนินงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ
 - ก. การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสถานประกอบการ
 - ข. การทำงานในสถานประกอบการมีความปลอดภัย
 - ค. พนักงานได้รับการคุ้มครองตามกฎหมายแรงงาน
 - ง. พนักงานมีทักษะและพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง
 - จ. สิ่งแวดล้อมสถานประกอบการมีคุณภาพมาตรฐาน
4. หลักในการดำเนินงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการข้อใดถูกต้อง
 - ก. การจัดการทรัพยากรมนุษย์ในสถานประกอบการ
 - ข. การจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะและพฤติกรรมสุขภาพ
 - ค. การดำเนินงานด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัย
 - ง. มาตรฐานความปลอดภัยและกฎหมายแรงงาน
 - จ. การพัฒนาด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมแบบยั่งยืน
5. ข้อใดเป็นขั้นตอนแรกของกระบวนการพัฒนาตามกรอบแนวคิด healthy workplace
 - ก. การประเมินก่อนดำเนินการ
 - ข. การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย

ค. การระดมกำลัง

ง. การจัดลำดับความสำคัญ

จ. ปรับปรุงการดำเนินงาน

6. ข้อใดคือขั้นตอนสุดท้ายของการประเมินผลการดำเนินงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ

ก. กำหนดวัตถุประสงค์ของการประเมิน

ข. เลือกตัวชี้วัดและสร้างกรอบการประเมิน

ค. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ง. สรุปผลการประเมินและจัดทำข้อเสนอ

จ. จัดทำรายงานสรุปผลและเสนอรายงาน

7. ข้อใดอธิบายแนวคิดและแนวทางการดำเนินงานโครงการสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานได้ถูกต้อง

ก. การพัฒนาโดยใช้หลัก “สะอาด ปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี และมีชีวิตชีวา”

ข. การพัฒนาตามหลักการ 4 ข้อ คือ “สะอาด ปลอดภัย ไร้มลพิษ มีชีวิตชีวา”

ค. การทำให้พนักงานมีสุขภาพแข็งแรงและไม่เจ็บป่วยจากการทำงาน

ง. การดำเนินงานยกระดับคุณภาพชีวิตการทำงานในสถานประกอบการ

จ. การดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน

8. ข้อใดอธิบายแนวคิดและแนวทางการดำเนินงานโครงการสร้างเสริมองค์กรสุขภาวะได้ถูกต้อง

ก. การพัฒนาทุนมนุษย์ “คน” ในองค์กร

ข. การจัดการเรียนรู้ด้วยกระบวนการพัฒนาคนอย่างมีเป้าหมาย

ค. การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองด้านสุขภาพ

ง. การพัฒนาปัจจัยภายในองค์กรให้เอื้อต่อการสร้างสุข

จ. การพัฒนาทักษะการทำงานและทักษะการใช้ชีวิตอย่างสมดุล

9. แนวทางการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานข้อใดที่ทำให้เกิดความสำเร็จต่อเนื่อง

ก. การคิดนโยบายส่งเสริมสุขภาพที่ก้าวหน้าและทันสมัย

ข. กำหนดกฎระเบียบด้านความปลอดภัยให้พนักงาน

ค. การจัดกิจกรรมพัฒนาสภาพแวดล้อม

ง. ส่งเสริมให้เกิดการมีส่วนร่วมของพนักงานทุกคน

จ. ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานทั้งภายในและภายนอก

10. ปัจจัยหลักที่จะต้องพัฒนาตามกรอบ Healthy Workplace Framework คือข้อใด

- ก. การสร้างกรอบแนวคิดการพัฒนาร่วมกันของทุกฝ่าย
- ข. การปรับปรุงบรรยากาศและสถานที่ทำงาน
- ค. การปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางจิตสังคมในการทำงาน
- ง. การเชื่อมโยงกับแหล่งทรัพยากรและสนับสนุน
- จ. การประเมินผลกระทบต่อระบบชุมชน

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 7

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการมีความสำคัญตามข้อใด
 - ก. สถานประกอบการเป็นแหล่งรวมของคนวัยทำงานจำนวนมาก
 - ข. สถานประกอบการมีศักยภาพในการสนับสนุนทรัพยากรเพื่อการพัฒนา
 - ค. ความสามารถในการทำงานของพนักงานเกิดขึ้นเพราะการมีสุขภาพดี
 - ง. สุขภาพของคนทำงานเป็นปัจจัยสนับสนุนเศรษฐกิจของประเทศ
 - จ. การดูแลคนวัยทำงานเป็นความรับผิดชอบร่วมกันของภาครัฐและผู้บริหารองค์กร
2. ประโยชน์ของการดำเนินงานสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการข้อใดสำคัญที่สุด
 - ก. ปริมาณการผลิตดำเนินการได้ตามเป้าหมาย
 - ข. ประชาชนได้รับสินค้าและบริการที่มีคุณภาพ
 - ค. สินค้าและบริการที่มีคุณภาพ ทำให้ประเทศมีรายได้
 - ง. การเจ็บป่วยลดลง ส่งผลต่อการอัตราการลางานหรือหยุดงาน
 - จ. พนักงานมีสภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์พร้อมสำหรับการทำงาน
3. ข้อใดเป็นผลลัพธ์ของการดำเนินงานสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ
 - ก. พนักงานมีทักษะและพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง
 - ข. การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสถานประกอบการ
 - ค. การทำงานในสถานประกอบการมีความปลอดภัย

- ง. พนักงานได้รับการคุ้มครองตามกฎหมายแรงงาน
- จ. สิ่งแวดล้อมสถานประกอบการมีคุณภาพมาตรฐาน
4. ข้อใดเป็นขั้นตอนแรกของกระบวนการพัฒนาตามกรอบแนวคิด healthy workplace
- ก. การประเมินก่อนดำเนินการ
- ข. การระดมกำลัง
- ค. การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย
- ง. การจัดลำดับความสำคัญ
- จ. ปรับปรุงการดำเนินงาน
5. ข้อใดคือขั้นตอนสุดท้ายของการประเมินผลการดำเนินงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ
- ก. กำหนดวัตถุประสงค์ของการประเมิน
- ข. เลือกตัวชี้วัดและสร้างกรอบการประเมิน
- ค. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
- ง. สรุปผลการประเมินและจัดทำข้อเสนอ
- จ. จัดทำรายงานสรุปผลและเสนอรายงาน
6. หลักในการดำเนินงานสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการข้อใดถูกต้อง
- ก. การจัดการทรัพยากรมนุษย์ในสถานประกอบการ
- ข. การดำเนินงานด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัย
- ค. มาตรฐานความปลอดภัยและกฎหมายแรงงาน
- ง. การพัฒนาด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมแบบยั่งยืน
- จ. การจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะและพฤติกรรมสุขภาพ
7. ข้อใดอธิบายแนวคิดและแนวทางการดำเนินงานโครงการสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานได้ถูกต้อง
- ก. การพัฒนาโดยใช้หลัก “สะอาด ปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี และมีชีวิตชีวา”
- ข. การพัฒนาตามหลักการ 4 ข้อ คือ “สะอาด ปลอดภัย ไร้มลพิษ มีชีวิตชีวา”
- ค. การทำให้พนักงานมีสุขภาพแข็งแรงและไม่เจ็บป่วยจากการทำงาน
- ง. การดำเนินงานยกระดับคุณภาพชีวิตการทำงานในสถานประกอบการ
- จ. การดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน
8. แนวทางการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานข้อใดที่ทำให้เกิดความสำเร็จอย่างต่อเนื่อง
- ก. การคิดนโยบายส่งเสริมสุขภาพที่ก้าวหน้าและทันสมัย

- ข. กำหนดกฎระเบียบด้านความปลอดภัยให้พนักงาน
- ค. การจัดกิจกรรมพัฒนาสภาพแวดล้อม
- ง. ส่งเสริมให้เกิดการมีส่วนร่วมของพนักงานทุกคน
- จ. ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานทั้งภายในและภายนอก

9. ปัจจัยหลักที่จะต้องพัฒนาตามกรอบ Healthy Workplace Framework คือข้อใด

- ก. การสร้างกรอบแนวคิดการพัฒนาร่วมกันของทุกฝ่าย
- ข. การปรับปรุงบรรยากาศและสถานที่ทำงาน
- ค. การปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางจิตสังคมในการทำงาน
- ง. การเชื่อมโยงกับแหล่งทรัพยากรและผู้สนับสนุน
- จ. การประเมินผลกระทบต่อระบบชุมชน

10. ข้อใดอธิบายแนวคิดและแนวทางการดำเนินงานโครงการสร้างเสริมองค์กรสุขภาวะได้ถูกต้อง

- ก. การพัฒนาทุนมนุษย์ “คน” ในองค์กร
- ข. การจัดการเรียนรู้ด้วยกระบวนการพัฒนาคนอย่างมีเป้าหมาย
- ค. การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองด้านสุขภาพ
- ง. การพัฒนาปัจจัยภายในองค์กรให้เอื้อต่อการสร้างสุข
- จ. การพัฒนาทักษะการทำงานและทักษะการใช้ชีวิตอย่างสมดุล

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 7

ก่อนเรียน

หลังเรียน

1. ก.
2. ข.
3. ง.
4. ข.
5. ค.
6. ง.
7. ก.
8. จ.
9. ง.

1. ค.
2. จ.
3. ก.
4. ข.
5. ง.
6. จ.
7. ก.
8. ง.
9. ค.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 8

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การวางแผน และการประเมินผลการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดไม่ใช่แนวคิดของการวางแผนสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ

- ก. การวางแผนเป็นหน้าที่ของผู้ปฏิบัติงานทุกระดับ
- ข. การวางแผนที่ดีสามารถทำนายสถานการณ์ในอนาคตได้อย่างถูกต้อง
- ค. การวางแผนคือกิจกรรมหรือการกระทำที่ก่อให้เกิดแผน
- ง. แผนที่ดีไม่สามารถปรับตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป
- จ. การวางแผนมุ่งไปที่ความสำเร็จของการปฏิบัติงานและประสิทธิภาพของการดำเนินงาน

2. ความสำคัญของการวางแผนสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ คือข้อใด

- ก. การวางแผนเป็นเครื่องมือในการบริหารของผู้บริหาร
- ข. การวางแผนทำให้มีทิศทางที่ชัดเจนในการบริการงานให้ประสบความสำเร็จ
- ค. การวางแผนทำให้องค์การมีกรอบหรือทิศทางในการปฏิบัติงานที่ชัดเจน
- ง. การวางแผนช่วยให้เกิดการประหยัดทรัพยากรทางการบริหาร
- จ. ถูกทุกข้อ

3. ผู้บริหารระดับสูงจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับแผนระดับใดมากที่สุด

- ก. แผนกลยุทธ์
- ข. แผนปฏิบัติการ
- ค. โครงการ
- ง. กิจกรรม
- จ. ถูกทุกข้อ

4. กระบวนการใดของวางแผนงานสุกศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพที่สำคัญที่สุด

- ก. การจัดหาทรัพยากร
- ข. การกำหนดวัตถุประสงค์ของแผน
- ค. การวิเคราะห์สถานการณ์
- ง. การนำแผนไปปฏิบัติ
- จ. การประเมินผลแผน

5. เป้าประสงค์หลักของ PRECEDE-PROCEED Model จะให้ความสำคัญกับองค์ประกอบใดมากที่สุด

- ก. ปัจจัยนำเข้า
- ข. กิจกรรม
- ค. ผลงาน
- ง. ผลลัพธ์
- จ. ผลกระทบ

6. ความสำคัญของการประเมินงานสุกศึกษาและส่งเสริมสุขภาพ ยกเว้นข้อใด

- ก. ช่วยชี้ให้เห็นว่าจุดประสงค์ของการดำเนินงานนั้นเหมาะสมและเป็นไปได้
- ข. ทำให้ทราบว่าการทำงานนั้นบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่
- ค. ช่วยควบคุมการดำเนินงานให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพ
- ง. ช่วยให้ข้อสนเทศแก่ผู้บริหารในด้านการดำเนินงาน
- จ. ไม่มีข้อใดถูก

7. ขั้นตอนแรกของการประเมินผลโครงการสุกศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คืออะไร

- ก. การกำหนดตัวชี้วัด
- ข. การพิจารณางบประมาณ
- ค. การพิจารณาโครงการ
- ง. การออกแบบการเก็บข้อมูล

จ. การสร้างเครื่องมือเก็บข้อมูล

8. การประเมินผลโครงการสุศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ ในช่วงที่มีการดำเนินงานจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับกลุ่มเป้าหมาย ควรจะประเมินอะไร

ก. กระบวนการ

ข. บริบท

ค. ผลลัพธ์

ง. ผลกระทบ

จ. ความคุ้มค่า

9. การประเมินผลโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ที่มีน้ำหนักเกิน ข้อใดเป็นตัวชี้วัดอ้อมต่ำกว่า

ก. น้ำหนักตัว

ข. ดัชนีมวลกาย

ค. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ง. ความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ

จ. การเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ

10. การประเมินพฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้ป่วยเบาหวานที่เปลี่ยนแปลงหลังการเข้าร่วมโครงการ ควรใช้เครื่องมือใดเก็บข้อมูล

ก. แบบสังเกต

ข. แบบบันทึกรายการ

ค. แบบทดสอบ

ง. แบบสัมภาษณ์

จ. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 8

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง เรื่อง “การวางแผน และการประเมินผลการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดอธิบายถึงแนวคิดของการวางแผนสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพได้ถูกต้อง

- ก. การวางแผนเป็นหน้าที่ของผู้ปฏิบัติงานทุกระดับ
- ข. การวางแผนที่ดีสามารถทำนายสถานการณ์ในอนาคตได้อย่างถูกต้อง
- ค. การวางแผนคือกิจกรรมหรือการกระทำที่ก่อให้เกิดแผน
- ง. แผนที่ดีสามารถปรับให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป
- จ. ถูกทุกข้อ

2. ความสำคัญของการวางแผนสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ ยกเว้น ข้อใด

- ก. การวางแผนเป็นเครื่องมือในการบริหารของผู้บริหาร
- ข. การวางแผนทำให้มีทิศทางที่ชัดเจนในการบริการงานให้ประสบความสำเร็จ
- ค. การวางแผนทำให้องค์การมีกรอบหรือทิศทางในการปฏิบัติงานที่ชัดเจน
- ง. การวางแผนทำให้การทำงานแยกส่วนอย่างชัดเจน
- จ. การวางแผนช่วยให้เกิดการประหยัดทรัพยากรทางการบริหาร

3. ผู้บริหารระดับสูงจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับแผนระดับใดน้อยที่สุด

- ก. แผนกลยุทธ์
- ข. แผนปฏิบัติการ
- ค. โครงการ
- ง. กฎเกณฑ์หรือข้อบังคับ
- จ. กระบวนการปฏิบัติงาน

4. ข้อใดเป็นการตรวจสอบการควบคุมและการวัดผลการปฏิบัติตามแผน

- ก. การจัดหาทรัพยากร
- ข. การกำหนดวัตถุประสงค์ของแผน
- ค. การวิเคราะห์สถานการณ์
- ง. การนำแผนไปปฏิบัติ

จ. การประเมินผลแผน

5. เป้าประสงค์หลักของ PRECEDE-PROCEED Model ข้อใดถูกต้อง

- ก. จะให้ความสำคัญที่ปัจจัยนำเข้า (Inputs) มากกว่ากิจกรรม (Process)
- ข. จะให้ความสำคัญที่ปัจจัยนำเข้า (Inputs) มากกว่าผลลัพธ์ (Outcomes)
- ค. จะให้ความสำคัญที่ผลลัพธ์ (Outcomes) มากกว่าปัจจัยนำเข้า (Inputs)
- ง. จะให้ความสำคัญที่ผลลัพธ์ (Outcomes) เท่า ๆ กันกับปัจจัยนำเข้า (Inputs)
- จ. จะให้ความสำคัญที่กิจกรรม (Process) มากกว่าปัจจัยนำเข้า (Inputs)

6. ความสำคัญของการประเมินงานสุศึกษาและส่งเสริมสุขภาพคือข้อใด

- ก. ช่วยชี้ให้เห็นว่าจุดประสงค์ของการดำเนินงานนั้นเหมาะสมและเป็นไปได้
- ข. ทำให้ทราบว่าผลการดำเนินงานนั้นบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่
- ค. ช่วยควบคุมการดำเนินงานให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพ
- ง. ช่วยให้ออกแบบการดำเนินงานในด้านการดำเนินงาน
- จ. ถูกทุกข้อ

7. การตรวจสอบว่าโครงการมีวัตถุประสงค์และเป้าหมายอะไร เป็นขั้นตอนใดของกระบวนการประเมินผลโครงการสุศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ

- ก. การกำหนดตัวชี้วัด
- ข. การพิจารณางบประมาณ
- ค. การพิจารณาโครงการ
- ง. การออกแบบการเก็บข้อมูล
- จ. การสร้างเครื่องมือเก็บข้อมูล

8. ถ้าทำการประเมินผลโครงการสุศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพในขั้นตอนการดำเนินงานจัดกิจกรรมตามแผนการประเมินอะไร

- ก. ความก้าวหน้า
- ข. บริบท
- ค. ผลลัพธ์
- ง. ผลกระทบ
- จ. ความคุ้มค่า

9. การประเมินผลโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้สูบบุหรี่ ข้อใดเป็นตัวชี้วัดตรง

- ก. น้ำหนักตัว

- ข. ดัชนีมวลกาย
- ค. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
- ง. ความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ
- จ. การเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ

10. การประเมินทักษะการแปรงฟันของเด็กนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมทันตสุขภาพ ควรใช้เครื่องมือใดเก็บข้อมูล

- ก. แบบรายงานตนเอง
- ข. แบบสังเกต
- ค. แบบทดสอบ
- ง. แบบสัมภาษณ์
- จ. ถูกทุกข้อ

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 8

ก่อนเรียน

- 1. ง.
- 2. จ.
- 3. ก.
- 4. ค.
- 5. ง.
- 6. ก
- 7. ค.
- 8. ก.
- 9. ง.
- 10. ง.

หลังเรียน

- 1. จ.
- 2. ง.
- 3. ง.
- 4. จ.
- 5. ค.
- 6. จ
- 7. ค.
- 8. ก.
- 9. ค.
- 10. ข.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 9

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการบำบัดโรคเบื้องต้น”
คำแนะนำ ขอให้ศึกษาคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับการบำบัดโรคเบื้องต้น

ก. การตรวจประเมินอาการเจ็บป่วย

ข. การบำบัดเบื้องต้น

ค. การช่วยเหลือผู้ป่วยเพื่อการส่งต่อ

ง. การดูแลให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยให้พ้นภาวะความเจ็บป่วย

จ. ถูกต้องทุกข้อ

2. ระเบียบกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยการประกอบวิชาชีพการพยาบาลตามข้อกำหนดในการรักษาโรคเบื้องต้น และการให้ภูมิคุ้มกันโรค พ.ศ. 2545 กำหนดให้ผู้ป่วยไปรับการบำบัดจากผู้ประกอบวิชาชีพอื่น เมื่อตรวจพบสิ่งใด

ก. อาการไม่บรรเทา

ข. ใช้ยาที่สภากาชาดกำหนด

ค. รักษาด้วยยาแผนโบราณ

ง. เคยมีประวัติการเจ็บป่วยในอดีต

จ. เป็นโรคทางพันธุกรรม

3. ขอบเขตการบำบัดโรคเบื้องต้นของบุคลากรสาธารณสุขตามระเบียบกระทรวงสาธารณสุข และมาตรฐานของการประกอบวิชาชีพการสาธารณสุขชุมชน โดยเคร่งครัด ในประเด็นใดบ้าง

ก.การตรวจประเมินอาการเจ็บป่วย

ข.การบำบัดโรคเบื้องต้น

ค.การบันทึกรายงานเกี่ยวกับประวัติของผู้ป่วย

ง.ข้อ ก และ ข ถูกต้อง

จ.ข้อ ก ข และ ค ถูกต้อง

4. ข้อใดคือการบำบัดโรคเบื้องต้นมีความสำคัญต่อผู้ป่วยในสถานประกอบกิจการที่สำคัญที่สุด

ก.ลดค่าทดแทนจากการได้รับบาดเจ็บ

ข.การบำบัดโรคเบื้องต้นช่วยลดความพิการและการเสียชีวิตของผู้ป่วยก่อนเวลาอันควร

ค.ช่วยลดการสูญเสียเวลาในการทำงานของลูกจ้างที่เจ็บป่วย

ง.ช่วยส่งเสริมชื่อเสียงและภาพพจน์ของสถานประกอบกิจการ

จ.ช่วยประหยัดต้นทุนการให้บริการทางการแพทย์และการสาธารณสุข

5. สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 10 คนขึ้นไป ต้องจัดให้มีเวชภัณฑ์และยาเพื่อใช้ในการปฐมพยาบาลในจำนวนเท่าใด

ก.26

ข.27

ค.28

ง.29

จ.30

6. กฎกระทรวงว่าด้วยการจัดสวัสดิการในสถานประกอบกิจการ พ.ศ. 2548 ซึ่งกำหนดให้นายจ้างต้องจัดให้มีสิ่งจำเป็นในการปฐมพยาบาลและการรักษาพยาบาล โดยให้มีแพทย์แผนปัจจุบันชั้นหนึ่งอย่างน้อย 1 คน เพื่อตรวจรักษาพยาบาลไม่น้อยกว่า สัปดาห์ละ 2 ครั้ง และเมื่อรวมเวลาแล้วต้องไม่น้อยกว่าสัปดาห์ละ 6 ชั่วโมงในเวลาทำงาน ในกรณีใด

ก.สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 10 คนขึ้นไป

ข.สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 50 คนขึ้นไป

ค.สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 100 คนขึ้นไป

ง.สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 200 คนขึ้นไป

จ.สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 1,000 คนขึ้นไป

7. การประเมินสัญญาณชีพหรือการตรวจอาการแสดงชีพ ประกอบด้วยข้อใด

- ก. การวัดอุณหภูมิร่างกาย
- ข. การตรวจชีพจร
- ค. การตรวจการหายใจ
- ง. การวัดความดันโลหิต
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

8. เทคนิคการตรวจร่างกายประกอบด้วยการใช้ทักษะพื้นฐาน ข้อใดบ้าง

- ก. การดู
- ข. การคลำ
- ค. การเคาะ
- ง. การฟัง
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

9. ข้อใดคือการให้บริการขั้นสูตรสาธารณสุขระดับปฐมภูมิ

- ก. การตรวจเลปโตสไปโรซิส
- ข. การตรวจน้ำตาลและโปรตีนในปัสสาวะ
- ค. การตรวจวิเคราะห์การตั้งครรภ์
- ง. การตรวจวิเคราะห์ไข่มูกจากอุจจาระ
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

10. ข้อใดคือแนวทางการประเมินผู้ป่วยฉุกเฉิน ที่กำหนดโดยสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติร่วมกับสถาบันการแพทย์ฉุกเฉิน กระทรวงสาธารณสุข

- ก. ผู้ป่วยฉุกเฉินวิกฤต ใช้สัญลักษณ์สีแดง
- ข. ผู้ป่วยฉุกเฉินเร่งด่วน ใช้สัญลักษณ์สีเหลือง
- ค. ผู้ป่วยฉุกเฉินไม่รุนแรง ใช้สัญลักษณ์สีเขียว
- ง. ข้อ ก และ ข ถูกต้อง
- จ. ข้อ ก ข และ ค ถูกต้อง

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 9

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง เรื่อง “ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการบำบัดโรคเบื้องต้น”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดกล่าวถูกต้องไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการบำบัดโรคเบื้องต้น

- ก. การตรวจประเมินอาการเจ็บป่วย
- ข. การบำบัดเบื้องต้น
- ค. การช่วยเหลือผู้ป่วยเพื่อการส่งต่อ
- ง. การฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยให้กลับมาปกติโดยเร็ว
- จ. การดูแลให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยให้พ้นภาวะความเจ็บป่วย

2. ตามระเบียบกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยการประกอบวิชาชีพการพยาบาลตามข้อกำหนดในการรักษาโรคเบื้องต้นและการให้ภูมิคุ้มกันโรค พ.ศ. 2545 กำหนดให้ผู้ป่วยไปรับการบำบัดจากผู้ประกอบวิชาชีพอื่น เมื่อตรวจพบสิ่งเหล่านี้ ยกเว้นข้อใด

- ก. อาการไม่บรรเทา
- ข. เป็นโรคทางพันธุกรรม
- ค. มีโรคหรือภาวะแทรกซ้อน
- ง. อาการรุนแรงเพิ่มขึ้น
- จ. เป็นโรคติดต่อที่ต้องแจ้งความตามกฎหมายว่าด้วยโรคติดต่อ

3. ข้อใดไม่ใช่ขอบเขตการบำบัดโรคเบื้องต้นของบุคลากรสาธารณสุขตามระเบียบกระทรวงสาธารณสุข และมาตรฐานของการประกอบวิชาชีพการสาธารณสุขชุมชน

- ก. การตรวจประเมินอาการเจ็บป่วย
- ข. การบำบัดโรคเบื้องต้น
- ค. การช่วยเหลือผู้ป่วยเพื่อการส่งต่อ
- ง. การใช้เครื่องมือที่ทันสมัย
- จ. การใช้ยาหรือเวชภัณฑ์ในการบำบัดโรคเบื้องต้น

4. ข้อใดคือการบำบัดโรคเบื้องต้นมีความสำคัญต่อสถานประกอบกิจการที่สำคัญที่สุด

- ก. ลดค่าทดแทนจากการได้รับบาดเจ็บ

- ข. ช่วยลดค่ารักษาพยาบาล
 - ค. ช่วยลดการสูญเสียเวลาในการทำงานของลูกจ้างที่เจ็บป่วย
 - ง. กรณีจัดสวัสดิการได้มาตรฐานจะช่วยส่งเสริมชื่อเสียงและภาพพจน์ของสถานประกอบการ
 - จ. ถูกต้องทุกข้อ
5. สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 200 คนขึ้นไป ต้องจัดให้ห้องรักษาพยาบาลพร้อมเตียงพักคนไข้อย่างน้อยจำนวนเท่าใด
- ก. 1
 - ข. 2
 - ค. 3
 - ง. 4
 - จ. เท่าใดก็ได้แล้วแต่สถานประกอบการ
6. กฎกระทรวงว่าด้วยการจัดสวัสดิการในสถานประกอบการ พ.ศ. 2548 ซึ่งกำหนดให้นายจ้างต้องจัดให้มีสิ่งจำเป็นในการปฐมพยาบาลและการรักษาพยาบาล โดยให้มีแพทย์แผนปัจจุบันชั้นหนึ่งอย่างน้อย 1 คน เพื่อตรวจรักษาพยาบาลไม่น้อยกว่า สัปดาห์ละ 3 ครั้ง และเมื่อรวมเวลาแล้วต้องไม่น้อยกว่าสัปดาห์ละ 12 ชั่วโมงในเวลาทำงาน ในกรณีใด
- ก. สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 10 คนขึ้นไป
 - ข. สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 50 คนขึ้นไป
 - ค. สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 100 คนขึ้นไป
 - ง. สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 200 คนขึ้นไป
 - จ. สถานที่ทำงานที่มีลูกจ้างทำงานตั้งแต่ 1,000 คนขึ้นไป
7. ข้อใดไม่ใช่การประเมินสัญญาณชีพหรือการตรวจอาการแสดงชีพ
- ก. การตรวจชีพจร
 - ข. การวัดอุณหภูมิร่างกาย
 - ค. การชั่งน้ำหนักส่วนสูง
 - ง. การวัดความดันโลหิต
 - จ. การตรวจการหายใจ
8. เทคนิคการตรวจร่างกายประกอบด้วยการใช้ทักษะพื้นฐาน ยกเว้นข้อใด
- ก. การดู
 - ข. การบีบ

- ค. การฟัง
- ง. การคลำ
- จ. การเคาะ

9. ข้อใดไม่ใช่การให้บริการชั้นสูตรสาธารณสุขระดับปฐมภูมิ

- ก. การตรวจเลือดไปโรซิส
- ข. การตรวจน้ำตาลและโปรตีนในปัสสาวะ
- ค. การตรวจด้วยระบบคอมพิวเตอร์
- ง. การตรวจวิเคราะห์การตั้งครรภ์
- จ. การตรวจวิเคราะห์ไข่มูกจากอุจจาระ

10. ข้อใดคือแนวทางการประเมินผู้ป่วยฉุกเฉิน ที่กำหนดโดยสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติร่วมกับสถาบันการแพทย์ฉุกเฉิน กระทรวงสาธารณสุข

- ก. ผู้ป่วยฉุกเฉินวิกฤต ใช้สัญลักษณ์สีแดง
- ข. ผู้ป่วยฉุกเฉินเร่งด่วน ใช้สัญลักษณ์สีเหลือง
- ค. ผู้ป่วยฉุกเฉินไม่รุนแรง ใช้สัญลักษณ์สีขาว
- ง. ข้อ ก และ ข ถูกต้อง
- จ. ข้อ ก ข และ ค ถูกต้อง

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 9

ก่อนเรียน	หลังเรียน
1. จ.	1. ง.
2. ก.	2. ข.
3. ง.	3. ง.
4. ข.	4. จ.
5. ง.	5. ก.
6. ง.	6. จ.
7. จ.	7. ค.
8. จ.	8. ข.
9 จ.	9. ค.
10. จ.	10. ง.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน หน่วยที่ 10

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การชักประวัติและการบันทึกประวัติการเจ็บป่วย”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

2. การชักประวัติการเจ็บป่วยมีความสำคัญอย่างไร

- ก. ช่วยให้ทราบแนวทางในการรักษาพยาบาล
- ข. ระบุอาการที่ช่วยให้ผู้ใช้บริการมารับการรักษา
- ค. ทำให้ผู้ให้บริการรู้จักผู้ใช้บริการมากขึ้น
- ง. แพทย์ให้บริการตอบสนองความต้องการของผู้ใช้บริการ
- จ. ประเมินความรุนแรงของภาวะการเจ็บป่วย

2. การสร้างสัมพันธภาพมีความสำคัญอย่างไรต่อการชักประวัติการเจ็บป่วย

- ก. ผู้ให้บริการกล้าให้ข้อมูล
- ข. ผู้ให้บริการกล้าซักถาม
- ค. ผู้รับบริการเกิดความพึงพอใจ
- ง. ลดความกลัวและความเครียดของผู้ใช้บริการ
- จ. ผู้ให้บริการได้ข้อมูลที่ถูกต้องและครอบคลุม

3. เพื่อให้ได้ประวัติการเจ็บป่วยที่ครอบคลุมได้ประวัติการเจ็บตรงประเด็น ลดเวลาในการซัก ผู้ชักประวัติต้องปฏิบัติอย่างไร

- ก. ตั้งวัตถุประสงค์ในการชักประวัติให้ชัดเจน

- ข. ชักประวัติตามแบบฟอร์มที่กำหนดไว้
- ค. ชักประวัตินอกเหนือจากแบบฟอร์มที่กำหนดไว้
- ง. ชักประวัติในบรรยากาศที่อากาศถ่ายเทได้สะดวก
- จ. ถูกทั้งข้อ ก. และข้อ ข.

4. ประโยชน์ของการซักประวัติการเจ็บป่วยตามระบบ

- 1. เพื่อหาความผิดปกติที่อาจเกี่ยวข้องกับการเจ็บป่วย
- 2. ช่วยลดระยะเวลาในการซักประวัติให้น้อยลง
- 3. ช่วยผู้ให้บริการให้ค้นพบความผิดปกติหรือความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นในอนาคต
- 4. เพื่อช่วยทบทวนอาการบางอย่างที่ผู้ใช้บริการลืมหรือไม่ได้บอกให้ผู้ให้บริการทราบ

ก. 1,2,3

ข. 2,3,4

ค. 1,2,4

ง. 1,3,4

จ. 1,2,3 และ 4

5. ข้อมูลในการซักประวัติการเจ็บป่วยใดต่อไปนี้เป็นข้อมูลพื้นฐานของผู้ใช้บริการ

ก. ภาวะการเจ็บป่วย

ข. สุขภาพของกลุ่มญาติ

ค. อายุ อาชีพและภูมิสำเนา

ง. การตัดสินใจเข้ามารับการรักษา

จ. สิ่งที่ทำให้ผู้ป่วยหรือผู้ใช้บริการตัดสินใจมารับการรักษา

6. ในขั้นตอนการซักประวัติเพื่อหาข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ เทคนิคสำคัญอะไรที่ผู้ซักประวัติต้องนำมาใช้มากที่สุด

ก. เทคนิคการฟัง

ข. เทคนิคการสรุปความ

ค. เทคนิคการสะท้อนคิด

ง. เทคนิคการเผชิญหน้า

จ. เทคนิคการขยายความ

7. การบันทึกการซักประวัติการเจ็บป่วยที่ดีควรบันทึกอย่างไร

ก. บันทึกด้วยภาษาที่ชัดเจน เข้าใจง่าย

ข. ใช้ภาษาที่เป็นสากลเข้าใจกันทั่วไป

ค. บันทึกตามระบบจากศีรษะจรดปลายเท้า

ง. บันทึกไว้อย่างสั้นๆ เพื่อเตือนความจำ

จ. บันทึกด้วยศัพท์ทางเทคนิคและจดอย่างย่อๆ ให้ตรงประเด็น

8. ข้อมูลที่ต้องการจากการซักประวัติการเจ็บป่วยที่สำคัญที่สุดเกี่ยวข้องกับข้อใด

ก. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้ป่วย

ข. ประวัติการเจ็บป่วยในปัจจุบัน

ค. ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต

ง. อาการสำคัญที่ต้องการมาพบ

จ. ถูกต้องทุกข้อ

9. ข้อใดคือขั้นตอนการซักประวัติในผู้ใหญ่

ก. ขั้นเตรียมตัวก่อนซักประวัติ

ข. ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ

ค. ขั้นตอนการซักประวัติเพื่อหาข้อมูลด้านสุขภาพ

ง. ขั้นตอนการสรุปความ

จ. ถูกต้องทุกข้อ

10. หลักการบันทึกการซักประวัติการเจ็บป่วยบางส่วนข้อใดไม่ถูกต้อง

ก. การลงบันทึกต้องลงให้ทันการณ์ ไม่ควรปล่อยให้ข้ามวัน

ข. หลีกเลี่ยงความไม่สอดคล้องกันของเวชระเบียน

ค. ควรลงวันที่ทุกครั้ง และสามารถลงวันที่ย้อนหลังได้

ง. เขียนลายมือที่อ่านง่ายเขียนด้วยถ้อยคำที่ชัดเจน เข้าใจง่าย

จ. ไม่ควรใช้คำย่อ แต่ถ้าหากจำเป็นต้องใช้ต้องเป็นคำที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียน หน่วยที่ 10

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การซักประวัติและการบันทึกประวัติการเจ็บป่วย”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. การชักประวัติการเจ็บป่วยมีความสำคัญอย่างไร

- ก. เป็นแนวทางการระบุตำแหน่งที่จะทำการตรวจร่างกาย
- ข. ส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้บริการและผู้รับบริการ
- ค. ช่วยในการกำหนดแนวทางการรักษา
- ง. ช่วยในการวิเคราะห์โรค
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

2. การสร้างสัมพันธภาพมีความสำคัญอย่างไรต่อการชักประวัติการเจ็บป่วย

- ก. ลดความกลัวและความเครียดของผู้รับบริการ
- ข. ผู้รับบริการกล้าให้ข้อมูล
- ค. ผู้รับบริการเกิดความไว้วางใจ สามารถให้ข้อมูลได้สะดวกใจ
- ง. ผู้รับบริการเกิดความพึงพอใจ
- จ. ข้อ ก และ ค ถูกต้อง

3. เพื่อให้ได้ประวัติการเจ็บป่วยที่ครอบคลุมได้ประวัติการเจ็บตรงประเด็น ลดเวลาในการซัก ผู้ซักประวัติต้องปฏิบัติอย่างไร

- ก. ตั้งวัตถุประสงค์ในการซักประวัติให้ชัดเจน
- ข. ซักประวัติเฉพาะตรงบริเวณที่มีอาการ
- ค. ซักประวัตินอกเหนือจากแบบฟอร์มที่กำหนดไว้
- ง. ซักประวัติในบรรยากาศที่อากาศถ่ายเทได้สะดวก
- จ. ซักประวัติกับญาติของผู้รับบริการ

4. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการซักประวัติการเจ็บป่วยตามระบบ

- ก. เพื่อหาความผิดปกติที่อาจเกี่ยวข้องกับการเจ็บป่วย
- ข. ช่วยลดระยะเวลาในการซักประวัติให้น้อยลง
- ค. ช่วยผู้ให้บริการให้ค้นพบความผิดปกติหรือความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นในอนาคต
- ง. เพื่อช่วยทบทวนอาการบางอย่างที่ผู้รับบริการลืมหรือไม่ได้บอกให้ผู้รับบริการทราบ
- จ. ไม่มีข้อใดถูกต้อง

5. ข้อมูลในการซักประวัติการเจ็บป่วยใดต่อไปนี้เป็นข้อมูลอาการสำคัญของผู้รับบริการ

- ก. ภาวะการเจ็บป่วย
- ข. สุขภาพของกลุ่มญาติ

- ค. อายุ อาชีพและภูมิสำเนา
- ง. อาการที่ตัดสินใจเข้ามารับการรักษา
- จ. สิ่งที่ทำให้ผู้ป่วยหรือผู้ให้บริการตัดสินใจมารับการรักษา

6. ในขั้นตอนการซักประวัติเพื่อหาข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจากผู้ให้บริการหรือญาติๆที่เล่ามาทั้งหมด เทคนิคสำคัญอะไรที่ผู้ซักประวัติจะต้องนำมาใช้เพื่อให้ได้ประเด็นมากที่สุด

- ก. เทคนิคการฟัง
- ข. เทคนิคการสรุปความ
- ค. เทคนิคการสะท้อนกลับ
- ง. เทคนิคการเผชิญหน้า
- จ. เทคนิคการขยายความ

7. ข้อใดไม่ใช่การบันทึกการซักประวัติการเจ็บป่วยที่ดี

- ก. บันทึกด้วยศัพท์ทางเทคนิคและจดอย่างย่อๆ ให้ตรงประเด็น
- ข. บันทึกด้วยภาษาเฉพาะทางการแพทย์
- ค. บันทึกตามระบบจากศีรษะจรดปลายเท้า
- ง. บันทึกไว้อย่างสั้นๆ เพื่อเตือนความจำ
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

8. ข้อมูลที่ต้องการจากการซักประวัติการเจ็บป่วยที่ประกอบไปด้วยประวัติการเจ็บป่วยของตนเอง ประวัติการเจ็บป่วยในครอบครัว คือข้อใด

- ก. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้ป่วย
- ข. ประวัติการเจ็บป่วยในปัจจุบัน
- ค. ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต
- ง. อาการสำคัญที่ต้องการมาพบ
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

9. ข้อใดไม่ใช่ขั้นตอนการซักประวัติในผู้ใหญ่

- ก. ขั้นการเตรียมตัวก่อนซักประวัติ
- ข. ขั้นตอนการสาธิตการรักษา
- ค. ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ
- ง. ขั้นตอนการซักประวัติเพื่อหาข้อมูลด้านสุขภาพ
- จ. ขั้นตอนการสรุปความ

10. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับหลักการบันทึกการซักประวัติการเจ็บป่วย

- ก. การลงบันทึกต้องลงให้ทันการณ์ ไม่ควรปล่อยให้ข้ามวัน
- ข. หลีกเลี่ยงความไม่สอดคล้องกันของเวชระเบียน
- ค. เขียนลายมือที่อ่านง่ายเขียนด้วยถ้อยคำที่ชัดเจน เข้าใจง่าย
- ง. ไม่ควรใช้คำย่อ แต่ถ้าหากจำเป็นต้องใช้ต้องเป็นคำที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

เฉลย

ก่อนเรียน	หลังเรียน
11. ก	1. จ
12. ง	2. จ
13. จ	3. ก
14. ง	4. ข
15. ค	5. ง
16. ก	6. ข
17. ก	7. จ
18. ง	8. ง
19. จ	9. ข
20. ค	10.จ

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 11

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การตรวจร่างกายและการวินิจฉัยโรคเบื้องต้น”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดคือคำนิยามของการตรวจร่างกายเบื้องต้น (Physical examination) ที่ดีที่สุด

ก.การค้นหาอาการแสดงของการเจ็บป่วย โดยใช้ประสาทสัมผัสของผู้ตรวจและเครื่องมือทางการแพทย์ช่วยในการตรวจเพื่อรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสภาพร่างกายและการเจ็บป่วย เพื่อประกอบการวินิจฉัยโรค

ข.การตรวจร่างกายที่สำคัญสำหรับการวินิจฉัยโรค โดยใช้เทคนิคการตรวจร่างกาย ได้แก่ การดู การคลำ การเคาะ และการฟัง

ค.การตรวจร่างกายเพื่อค้นหาอาการแสดงของการเจ็บป่วยที่ต้องอาศัยประสาทสัมผัสของผู้ตรวจ ทั้งทางปาก ตา จมูก มือ และ หู เพื่อจะได้มาซึ่งข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสภาพร่างกายของผู้ป่วย

ง.การตรวจร่างกายเพื่อค้นหาอาการแสดงของการเจ็บป่วยที่ต้องอาศัยเครื่องมือทางการแพทย์ เพื่อประกอบการวินิจฉัยโรค

จ.การตรวจร่างกายรวมทั้งการซักประวัติ และทดสอบทางห้องปฏิบัติการเบื้องต้น เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวินิจฉัยโรคและพัฒนารวแผนการรักษา

2. ความสำคัญของการตรวจร่างกายเบื้องต้น คือข้อใด

ก.ช่วยในการวินิจฉัยแยกโรค

ข.การประเมินระยะหรือความรุนแรงของโรค

ค.ยืนยันการวินิจฉัยโรคภายหลังจากการพิจารณา

ง.ช่วยให้ได้ประวัติการเจ็บป่วยเพิ่มเติมขณะตรวจร่างกาย

จ.ถูกทุกข้อ

3. การพิจารณาลักษณะท่าทางและอาการแสดงต่างๆ ของผู้ป่วย จะต้องใช้ประสาทสัมผัสที่สำคัญในการตรวจร่างกายของผู้ตรวจด้านใด

ก.ปาก

ข.ตา

ค.จมูก

ง.มือ

จ.หู

4. ข้อใดคือหลักการตรวจร่างกายผู้ป่วยด้วยการคลำได้ถูกต้อง

ก.ควรคลำโดยไม่มีเสื้อผ้าคลุม

ข.ควรทำความสุภาพ

ค.ควรใช้ทุกส่วนของมือที่ถนัด ไม่ควรขยำหรือใช้นิ้วจิก

ง.ส่วนที่ผิดปกติ หรือสิ่งที่ผู้ป่วยเจ็บ ควรคลำเป็นจุดสุดท้าย

จ.ถูกต้องทุกข้อ

5. ข้อใดคือสิ่งที่ต้องคำนึงในหลักการการตรวจร่างกาย

ก.การตรวจร่างกายทั่วไปสามารถกระทำได้ตั้งแต่เมื่อผู้ตรวจพบผู้ป่วยและตลอดเวลาการซักประวัติ

ข. ห้องตรวจต้องสว่างและไม่มีเสียงรบกวน

ค. ต้องล้างมือก่อนทำการตรวจร่างกายผู้ป่วย

ง. ข้อ ก และ ข ถูกต้อง

จ. ข้อ ก ข และ ค ถูกต้อง

6. ข้อใดคืออุปกรณ์ที่ใช้ในการตรวจร่างกาย

ก. ไฟฉายแสงสีนวล

ข. ไม้กดลิ้น

ค. เครื่องวัดความดันโลหิต

ง. ปรีทวัดอุณหภูมิ

จ. ถูกต้องทุกข้อ

7. ขั้นตอนแรกของกระบวนการตรวจร่างกาย คืออะไร

ก. การตรวจลักษณะทั่วไป

ข. การตรวจการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทางชีวภาพ

ค. การตรวจร่างกายตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า

ง. การตรวจตามระบบ

จ. การบันทึกผลการตรวจร่างกาย

8. บริเวณใดนิยมใช้ในการตรวจวัดชีพจร

ก. ข้อมือ

ข. ขาหนีบ

ค. ข้อเท้า

ง. ขมับ

จ. คอ

9. ข้อใดคือขั้นตอนการวินิจฉัยโรคเบื้องต้นสำหรับผู้ใหญ่

ก. รวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ

ข. สังเคราะห์สมมติฐานจากทางข้อมูลปฐมภูมิและทุติยภูมิ

ค. จัดกลุ่มปัญหาที่เข้าตามคำนิยามของโรค

ง. จัดลำดับความสำคัญของการเกิดโรค

จ. ถูกต้องทุกข้อ

10. การตรวจร่างกายระบบประสาทจะตรวจละเอียดมากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับอะไร

ก.สภาพและความจำเป็นของผู้ป่วย

ข.เครื่องมือที่ใช้ทางการแพทย์

ค.วิธีการรักษาผู้ป่วย

ง.เทคนิคในการตรวจวินิจฉัย

จ.ปริมาณเวชภัณฑ์ที่ใช้รักษา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชเท่านั้น

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 11

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง เรื่อง “การตรวจร่างกายและการวินิจฉัยโรคเบื้องต้น”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการตรวจร่างกายเบื้องต้น (Physical examination)

ก.การค้นหาอาการแสดงของการเจ็บป่วย โดยใช้ประสาทสัมผัสของผู้ตรวจและเครื่องมือทางการแพทย์ช่วยในการตรวจเพื่อรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสภาพร่างกายและการเจ็บป่วย เพื่อประกอบการวินิจฉัยโรค

ข.การตรวจร่างกายที่สำคัญสำหรับการวินิจฉัยโรค โดยการใช้เทคนิคการตรวจร่างกาย ได้แก่ การดู การคลำ การเคาะ และการฟัง

ค.การตรวจร่างกายเพื่อค้นหาอาการแสดงของการเจ็บป่วยที่ต้องอาศัยประสาทสัมผัสของผู้ตรวจ ทั้งทางปาก ตา จมูก มือ และ หู เพื่อจะได้มาซึ่งข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสภาพร่างกายของผู้ป่วย

ง.การตรวจร่างกายเพื่อค้นหาอาการแสดงของการเจ็บป่วยที่ต้องอาศัยเครื่องมือทางการแพทย์ เพื่อประกอบการวินิจฉัยโรค

จ.การซักประวัติและทดสอบทางห้องปฏิบัติการเบื้องต้นเพียงพอแล้วสำหรับใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวินิจฉัยโรคและพัฒนาวางแผนการรักษา

2. ข้อใดไม่ใช่ความสำคัญของการตรวจร่างกายเบื้องต้น

ก.ช่วยในการวินิจฉัยแยกโรค

ข.การประเมินระยะหรือความรุนแรงของโรค

ค.ยืนยันการวินิจฉัยโรคหลังจากผ่านการพิจารณา

ง. ช่วยสร้างความสัมพันธ์กับผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น

จ.ช่วยให้ได้ประวัติการเจ็บป่วยเพิ่มเติมขณะตรวจร่างกาย

3. การสัมผัสเพื่อตรวจส่วนต่างๆ โดยการจับ ถูบ คลำ เคาะของผู้ป่วย จะต้องใช้ประสาทสัมผัสที่สำคัญในการตรวจร่างกายของผู้ตรวจด้านใด

ก.ปาก

ข.ตา

ค.จมูก

ง.มือ

จ.หู

4. ข้อใดไม่ใช่หลักการตรวจร่างกายผู้ป่วยด้วยการคลำที่ถูกต้อง

ก. ควรคลำโดยมีเสื้อผ้าคลุม

ข. ควรทำความสุภาพ

ค. ควรใช้ทุกส่วนของมือที่ถนัด ไม่ควรขยำหรือใช้นิ้วจิก

ง. ส่วนที่ผิดปกติ หรือสิ่งที่ผู้ป่วยเจ็บ ควรคลำเป็นจุดสุดท้าย

จ. ขณะคลำควรให้ส่วนที่ต้องการจะตรวจอยู่ในลักษณะคลายตัว

5. ข้อใดคือสิ่งที่ต้องคำนึงในหลักการการตรวจร่างกาย

ก. การตรวจร่างกายทั่วไปสามารถกระทำได้ตั้งแต่เมื่อผู้ตรวจพบผู้ป่วยและตลอดเวลาการซักประวัติ

ข. ห้องตรวจต้องสว่างและไม่มีเสียงรบกวน

ค. ต้องล้างมือก่อนทำการตรวจร่างกายผู้ป่วย

ง. เขียนบันทึกสิ่งที่ตรวจพบทันทีที่ตรวจเสร็จเพื่อจะได้ไม่หลงลืม

จ. ถูกต้องทุกข้อ

6. ข้อใดไม่ใช่อุปกรณ์ที่ใช้ในการตรวจร่างกาย

ก. ไฟฉายแสงสีนวล

ข. ไม้กดลิ้น

ค. เครื่องเอกซเรย์

ง. ปรอทวดอุณหภูมิ

จ. เครื่องวัดความดันโลหิต

7. ข้อใดคือกระบวนการตรวจร่างกาย

ก. การตรวจลักษณะทั่วไป

ข. การตรวจการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทางชีวภาพ

ค. การตรวจร่างกายตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า

ง. ข้อ ก และ ข

จ. ข้อ ก ข และ ค

8. บริเวณใดนิยมใช้ในการตรวจวัดอุณหภูมิ

ก. ปาก

ข. รักแร้

ค. ทวารหนัก

ง.ผิวหนัง

จ.ชอกคอ

9. ข้อใดไม่ใช่ขั้นตอนการวินิจฉัยโรคเบื้องต้นสำหรับผู้ใหญ่

ก.รวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ

ข.สารคดีวิธีการรักษาเบื้องต้น

ค.จัดกลุ่มปัญหาที่เข้าตามคำนิยามของโรค

ง.จัดลำดับความสำคัญของการเกิดโรค

จ.สังเคราะห์สมมติฐานจากทางข้อมูลปฐมภูมิและทุติยภูมิ

10. การตรวจระบบประสาทที่สำคัญจะต้องคำนึงถึง คือข้อใด

ก.การเคลื่อนไหว

ข. ประสาทสมอง

ค. ความรู้สึกตัว สภาวะจิตใจ และการพูด

ง.การทำงานประสานกันของสมอง มือและแขน

จ.ถูกต้องทุกข้อ

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 11

ก่อนเรียน

1. ก.

2. จ.

3. ข.

4. จ.

5. ง.

6. จ.

7. ก.

8. ก.

9.จ.

หลังเรียน

1. จ.

2. ง.

3. ง.

4. ก.

5. จ.

6. ค

7. จ.

8. ก.

9. ข.

10. ก.

10. จ.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน หน่วยที่ 12

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การปฐมพยาบาลในสถานประกอบการ”
คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

3. การปฐมพยาบาลมีความสำคัญอย่างไร

- ก. พื้นฟูอวัยวะที่พิการ
- ข. ส่งเสริมสุขภาพร่างกาย
- ค. รักษาบาดแผลไหม้พอง
- ง. บรรเทาอาการเจ็บปวด
- จ. ป้องกันการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ

2. ขั้นตอนแรกของการปฐมพยาบาลที่ต้องดำเนินการเมื่อพบผู้ประสบอุบัติเหตุคือข้อใด

- ก. บันทึกเหตุการณ์
- ข. ประเมินสภาพผู้บาดเจ็บ
- ค. ประเมินสภาพแวดล้อม
- ง. สัมภาษณ์บุคคลที่อยู่ในเหตุการณ์
- จ. ส่งผู้บาดเจ็บไปโรงพยาบาลทันที

3. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยวิธีพุงเดินด้วย 2 คนเหมาะกับกรณีใด

- ก. ผู้บาดเจ็บที่ไม่รู้สึกตัว
- ข. ผู้บาดเจ็บที่ข้อเท้าเคล็ด 1 ข้าง
- ค. ผู้บาดเจ็บที่กระดูกสันคอหัก

ง. ผู้บาดเจ็บที่กระดูกสันหลังหัก

จ. ผู้บาดเจ็บที่รู้สึกตัวดีแต่รูปร่างใหญ่

4. กรณีที่เกิดเพลิงไหม้แล้วมีผู้หมดสติติดอยู่ในกองเพลิง จะใช้วิธีใดในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บโดยผู้ไม่เห็นเหตุการณ์เพียงคนเดียว

ก. วิธีพยุงเดิน

ข. วิธีอุ้มเคียง

ค. วิธีอุ้มประสานมือ

ง. วิธีคลานลากด้วยคอ

จ. วิธีอุ้มประสานเท้า

5. ขั้นตอนใดเป็นขั้นตอนแรกของการปฏิบัติการกู้ชีพ (CPR)

ก. Airway

ข. Airflow

ค. Bleeding

ง. Breathing

จ. Circulation

6. เมื่อต้องเริ่มกู้ชีพผู้ป่วย ให้กดหน้าอกอย่างต่อเนื่องด้วยอัตราเท่าใด

ก. 80-100 ครั้ง/นาที

ข. 90-110 ครั้ง/นาที

ค. 100-120 ครั้ง/นาที

ง. 110-130 ครั้ง/นาที

จ. 120-140 ครั้ง/นาที

7. การได้รับสารพิษข้อใดทางปาก ที่ควรทำให้ผู้บาดเจ็บอาเจียนโดยเร็วเพื่อลดการดูดซึมสารพิษ

ก. น้ำมันสน

ข. กรดไนตริก

ค. เห็ดพิษ

ง. โซดาไฟ

จ. น้ำมันก๊าด

8. ขั้นตอนแรกของการปฐมพยาบาลผู้ที่มีบาดแผลฟกช้ำคือข้อใด

ก. ประคบรอยฟกช้ำด้วยน้ำแข็ง

ข. พันผ้าตรึงบริเวณฟกช้ำให้แน่น

ค. แช่บริเวณที่ฟกช้ำด้วยน้ำอุ่นก่อนข้างร้อน

ง. ทายาหม่องและนวดคลึงตรงรอยฟกช้ำตลอดเวลา

จ. ยกอวัยวะหรือบริเวณที่ฟกช้ำให้อยู่ต่ำกว่าหัวใจ

9. ข้อใดไม่ใช่หลักการปฐมพยาบาลผู้ที่มีบาดแผลไหม้พอง

ก. ถ้าแผลมีตุ่มพองห้ามเจาะ

ข. แผลไหม้พองชั้นที่ 1 ที่มีขนาดเล็กให้ประคบเย็น

ค. แผลไหม้พองชั้นที่ 3 ให้ทาด้วยวุ้นของวุ้นหางจรเข้

ง. ห่มผ้าให้ความอบอุ่นกับร่างกายในผู้ที่มีแผลไหม้พองชั้นที่ 2

จ. คลุมบริเวณที่มีบาดแผลไหม้พองชั้นที่ 3 ด้วยผ้าบางที่สะอาดขณะนำส่งโรงพยาบาล

10. การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บ โดยมีข้อเคลื่อนบางส่วนข้อใดไม่ถูกต้อง

ก. งดการใช้นั้นเพื่อให้ข้อได้พัก

ข. ประคบบริเวณที่บาดเจ็บด้วยน้ำอุ่นทันทีเพื่อลดการปวด บวม

ค. อย่าพยายามดึงข้อให้เข้าที่เพราะอาจเกิดอันตรายมากขึ้น

ง. ใช้ผ้ายึดพันไว้เพื่อให้มีแรงกดรัดบริเวณที่บาดเจ็บเพื่อช่วยลดอาการบวม

จ. ยกบริเวณที่บาดเจ็บให้สูง ถ้าเป็นที่ข้อมือ ใช้ผ้าสามเหลี่ยมคล้องข้อมือกับคอไว้

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียน หน่วยที่ 12

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การปฐมพยาบาลในสถานประกอบกิจการ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. การปฐมพยาบาลมีความสำคัญอย่างไร

ก. รักษาชีวิตผู้บาดเจ็บ

ข. ป้องกันภาวะติดเชื้อ

ค. บรรเทาอาการเจ็บปวด

ง. ป้องกันการเกิดความรู้สึก

ซ. ถูกทุกข้อ

2. ขั้นตอนแรกของการปฐมพยาบาลที่ต้องดำเนินการเมื่อพบผู้บาดเจ็บล้มแขนหักในสถานประกอบกิจการคือข้อใด

ก.บันทึกเหตุการณ์

ข.ประเมินสภาพแวดล้อม

ค.ประเมินสภาพผู้บาดเจ็บ

ง.สัมภาษณ์บุคคลที่อยู่ในเหตุการณ์

จ.ส่งผู้บาดเจ็บไปโรงพยาบาลทันที

3. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยวิธีอุ้มกอดคอดีหลังเหมาะกับกรณีใด

ก.ผู้บาดเจ็บที่ไม่รู้สึกตัว

ข.ผู้บาดเจ็บที่มีบาดแผลที่เท้า

ค.ผู้บาดเจ็บที่กระดูกต้นคอหัก

ง.ผู้บาดเจ็บที่กระดูกสันหลังหัก

จ.ผู้บาดเจ็บที่รู้สึกตัวดีแต่รูปร่างใหญ่

4. กรณีที่เกิดเพลิงไหม้แล้วมีผู้หมดสติติดอยู่ในกองเพลิง จะใช้วิธีใดในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ตัวเล็กโดยผู้ปฐมพยาบาลเพียงคนเดียว

ก.วิธีพุงเดิน

ข.วิธีอุ้มแบก

ค.วิธีอุ้มเคียง

ง.วิธีอุ้มประสานมือ

จ.วิธีอุ้มประสานเท้า

5. การกหนด้าอกคือขั้นตอนใดของการปฏิบัติการกู้ชีพ (CPR)

ก. Airway

ข. Airflow

ค. Bleeding

ง. Breathing

จ. Circulation

6. วิธีกหนด้าผกและดันคางขึ้น เป็นขั้นตอนใดของการกู้ชีพ

ก. การช่วยหายใจ

ข.การกระตุ้นหัวใจ

ค.การขยายหลอดเลือด

ง.การเปิดทางเดินหายใจ

จ.การช่วยการไหลเวียนเลือด

7. หากต้องการให้ผู้ที่ได้รับสารพิษทางปากอาเจียน ควรให้รับประทานสารข้อใด

ก. นม

ข. ไข่ขาว

ค. ผงถ่านสีดำ

ง. ไอพิแทกน้ำเชื่อม

จ. น้ำมันมะกอก

8. การปฐมพยาบาลผู้ที่มีบาดแผลฟกช้ำข้อใดถูกต้อง

ก. แช่บริเวณที่ฟกช้ำด้วยน้ำอุ่นทันที

ข. พันผ้าบริเวณที่มีรอยฟกช้ำให้แน่น

ค. ทายาหม่องและนวดตรงรอยฟกช้ำใน 2-3 ชั่วโมงแรก

ง. ให้อวัยวะหรือบริเวณที่ฟกช้ำอยู่ต่ำกว่าหัวใจ

จ. ประคบรอยฟกช้ำด้วยน้ำแข็งภายใน 24 ชั่วโมงแรก

9. หลักการปฐมพยาบาลผู้ที่มีบาดแผลไหม้พองข้อใดไม่ถูกต้อง

ก. ถ้าแผลมีตุ่มพองให้ใช้เข็มสะอาดเจาะให้แตก

ข. แผลไหม้พองชั้นที่ 1 ที่มีขนาดเล็กให้ประคบเย็น

ค. แผลไหม้พองชั้นที่ 1 ให้ทาด้วยวุ้นของวุ้นหางจระเข้

ง. ห่มผ้าให้ความอบอุ่นกับร่างกายในผู้ที่มีแผลไหม้พองชั้นที่ 2

จ. คลุมบริเวณที่มีบาดแผลไหม้พองชั้นที่ 3 ด้วยผ้าบางที่สะอาดขณะนำส่งโรงพยาบาล

10. ข้อใดไม่ใช่การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บโดยมีข้อเคลื่อนบางส่วน

ก. งดการใช้ข้อนั้นเพื่อให้ข้อได้พัก

ข. พยายามดึงข้อให้เข้าที่เพื่อลดอาการปวด

ค. ประคบบริเวณที่บาดเจ็บด้วยน้ำแข็งเพื่อลดอาการปวดบวม

ง. ใช้ผ้ายึดพันไว้เพื่อให้มีแรงกดรัดบริเวณที่บาดเจ็บเพื่อช่วยลดอาการบวม

จ. ยกบริเวณที่บาดเจ็บให้สูง ถ้าเป็นที่ข้อมือ ใช้ผ้าสามเหลี่ยมคล้องข้อมือกับคอไว้

เฉลย

ก่อนเรียน	หลังเรียน
21. ง	1. จ
22. ข	2. ค
23. ข	3. ข
24. ง	4. ข
25. จ	5. จ
26. ค	6. ง
27. ก	7. ง
28. ก	8. จ
29. ค	9. ก
30. ข	10. ข

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 13

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การรักษาพยาบาลเบื้องต้นในผู้ประกอบอาชีพ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถามแล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ฟรอสต์ไบท์ (Frostbite) เป็นความผิดปกติที่เกิดเนื่องมาจากสาเหตุใด
 - ก. ความร้อน
 - ข. ความเย็น
 - ค. ความกดอากาศ

- ง. ความดันสะท้อน
- จ. รังสีและไฟฟ้า
2. การช่วยเหลืออย่างเร่งด่วนโดยการนำผู้ป่วยนอนราบผายปอด และนวดหัวใจน่าจะเป็นการรักษาพยาบาลเบื้องต้นจากสาเหตุใดมากที่สุด
- ก. ความร้อน
- ข. ความเย็น
- ค. ความกดอากาศ
- ง. ความดันสะท้อน
- จ. รังสีและไฟฟ้า
3. อาการใดเกิดจากแสงได้แดง
- ก. จอประสาทตาอักเสบ
- ข. กระจกตาอักเสบ
- ค. เยื่อหุ้มตาอักเสบ
- ง. ต้อกระจก
- จ. ตาตำขุ่น
4. วิธีการรักษาพยาบาลเบื้องต้นหลังจากได้รับสารตะกั่วใน 4 ชั่วโมงใดที่ดีและเหมาะสม
- ก. การล้างท้องและการผายปอด
- ข. การล้างท้องและการให้ยาระบาย
- ค. การให้ยาระบายและการผายปอด
- ง. การให้ยาระบายและการนวดหัวใจ
- จ. การผายปอดและการนวดหัวใจ
5. แก๊สใดที่ทำให้หมดสติโดยการขาดออกซิเจน
- ก. คาร์บอนไดออกไซด์
- ข. คาร์บอนมอนอกไซด์
- ค. ไฮโดรเจนซัลไฟด์
- ง. ไฮโดรเจนไซยาไนด์
- จ. ฟอสฟีน
6. แอสเบสโตซิสเป็นโรคที่เกิดจากแอสเบสตอสที่ทำให้เกิดความผิดปกติต่ออวัยวะใดได้มากที่สุด
- ก. ปอด

- ข. ตับ
 - ค. ไต
 - ง. หัวใจ
 - จ. กล้ามเนื้อ
7. โรคใดที่ไม่ได้เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรียในสถานประกอบการ
- ก. เลปโตสไปโรซิส
 - ข. แอนแทรกซ์
 - ค. บรูเซลโลซิส
 - ง. วัณโรค
 - จ. สุนัขป่า
8. การป้องกันระดับบุคคลของการติดเชื้อใดที่ได้ผลดีเมื่อสวมใส่รองเท้า
- ก. เลปโตสไปโรซิส
 - ข. พยาธิปากขอ
 - ค. คอกซิไดโอไมโคซิส
 - ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก
 - จ. ข้อ ก. ข. และ ค. ถูก
9. การติดเชื้อวัณโรคกระดูกสันหลัง เป็นสาเหตุใดของอาการปวดหลัง
- ก. มีเนื้องอกของประสาทไขสันหลังหรือมะเร็งที่แพร่กระจายมายังกระดูกสันหลัง
 - ข. ความผิดปกติของโครงสร้างกระดูกตั้งแต่กำเนิด
 - ค. ความผิดปกติของอวัยวะภายใน
 - ง. ความเสื่อมของข้อกระดูกสันหลัง
 - จ. เกิดจากการอักเสบ
10. การเสียดสีของเส้นประสาทกับปุ่มกระดูกมากๆ หรือนานๆ มักทำให้เกิดอะไร
- ก. กลุ่มอาการเส้นประสาทถูกกดทับที่ข้อมือ
 - ข. กลุ่มอาการอุโมงค์คิวิบีตัส
 - ค. ปวดก้นหุ้มเส้นเอ็นนิ้วหัวแม่มืออักเสบ
 - ง. เส้นเอ็นอักเสบแบบนิ้วโป่ง
 - จ. กลุ่มอาการผิดปกติจากความสั่นสะเทือนเฉพาะมือและแขน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชเท่านั้น

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 13

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การรักษาพยาบาลเบื้องต้นในผู้ประกอบอาชีพ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถามแล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ชิลเบลนส์ (Chilblaine) เป็นความผิดปกติที่เกิดขึ้นเนื่องจากสาเหตุใด
 - ก. ความร้อน
 - ข. ความเย็น
 - ค. ความกดอากาศ
 - ง. ความสั่นสะเทือน
 - จ. รังสีและไฟฟ้า
2. การช่วยเหลือเร่งด่วนใดที่จะลดอาการทรมานจากฟองอากาศอุดตันเส้นเลือดจากความกดอากาศสูง
 - ก. นำผู้ป่วยนอนราบ
 - ข. ผายปอด
 - ค. นวดหัวใจ
 - ง. ข้อ ก และ ข ถูก
 - จ. ข้อ ก ข และ ค ถูก
3. อาการใดไม่ได้เกิดจากรังสีเหนือม่วง
 - ก. กระจกตาอักเสบ
 - ข. ต้อกระจก
 - ค. จอประสาทตาอักเสบ
 - ง. เยื่อเมือกตาอักเสบ
 - จ. ตาตำขุ่น
4. วิธีการรักษาพยาบาลเบื้องต้นหลังจากได้รับสารตะกั่วใน 4 ชั่วโมงใดที่เหมาะสม
 - ก. การล้างท้อง
 - ข. การให้ออกซเจน
 - ค. การผายปอด
 - ง. การให้ยาระบาย
 - จ. การให้ยาแก้อาเจียน

5. แก๊สใดที่ไม่ใช่แก๊สที่ทำให้หมดสติโดยปฏิกิริยาเคมี
- ก. คาร์บอนไดออกไซด์
 - ข. คาร์บอนมอนอกไซด์
 - ค. ไฮโดรเจนซัลไฟด์
 - ง. ไฮโดรเจนไซยาไนด์
 - จ. ฟอสฟีน
6. แอสเบสตอสจัดเป็นโรคที่มีทางเข้าสู่ร่างกายโดยวิธีใดบ่อยที่สุด
- ก. หายใจ
 - ข. กิน
 - ค. ดื่ม
 - ง. สัมผัส
 - จ. ฉีด
7. เลปโตสไปโรซิสเป็นโรคในสถานประกอบการที่เกิดจากเชื้อใด
- ก. แบคทีเรีย
 - ข. ไวรัส
 - ค. เชื้อรา
 - ง. ปรสิต
 - จ. พยาธิ
8. การป้องกันระดับบุคคลของการติดเชื้อใดที่ได้ผลดีเมื่อสวมใส่รองเท้าและการไม่ถ่ายอุจจาระลงบนพื้น
- ก. พยาธิปากขอ
 - ข. ซิลิโคซิส
 - ค. คอกซิไดโอไมโคซิส
 - ง. ออร์นโทซิส
 - จ. ตับอักเสบบี
9. นิ้วในทางเดินปัสสาวะเป็นสาเหตุใดของอาการปวดหลัง
- ก. มีเนื้องอกของประสาทไขสันหลังหรือมะเร็งที่แพร่กระจายมายังกระดูกสันหลัง
 - ข. ความผิดปกติของโครงสร้างกระดูกตั้งแต่กำเนิด
 - ค. ความผิดปกติของอวัยวะภายใน
 - ง. ความเสื่อมของข้อกระดูกสันหลัง

จ. เกิดจากการอักเสบ

10. ปัญหาของระบบประสาทส่วนปลายถูกกดทับทำให้เกิดอาการมือชาแม้มักพบมากที่สุดในโรคใด

ก. กลุ่มอาการเส้นประสาทถูกกดทับที่ข้อมือ

ข. กลุ่มอาการอุโมงค์คิวิบีตัส

ค. ปลอกหุ้มเส้นเอ็นนิ้วหัวแม่มืออักเสบ

ง. เส้นเอ็นอักเสบแบบนิ้วโป้ง

จ. กลุ่มอาการผิดปกติจากความสั่นสะเทือนเฉพาะมือและแขน

เฉลย

ก่อน

หลัง

1. ข

1. ข

2. ค

2. จ

3. จ

3. จ

4. ข

4. ก

5. ก

5. ก

6. ก

6. ก

7. จ

7. ก

8. ง

8. ก

9. จ

9. ค

10. ข

10. ก

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 14

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การใช้ยาในการดูแลรักษาเบื้องต้นในสถานประกอบการ”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อความที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดคือคำนิยามของ “ยา”ตามพระราชบัญญัติยา พ.ศ.2510

ก. วัตถุที่รับรองไว้ในตำรายาที่รัฐมนตรีประกาศ

ข. วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับการวินิจฉัย

ค. วัตถุที่เป็นเภสัชเคมีภัณฑ์หรือเภสัชเคมีภัณฑ์กึ่งสำเร็จรูป

ง. วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับให้เกิดผลแก่สุขภาพ

จ. ถูกต้องทุกข้อ

2. ข้อใดคือยาที่มุ่งหมายสำหรับการประกอบวิชาชีพเวชกรรม การประกอบโรคศิลปะแผนปัจจุบัน หรือการบำบัดโรคสัตว์

ก. ยาแผนปัจจุบัน

ข. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาควบคุมพิเศษ”

ค. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาอันตราย”

ง. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาบรรจุเสร็จ”

จ. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาสามัญประจำบ้าน”

3. ข้อใดคือยาแผนโบราณที่รัฐมนตรีประกาศเป็นยาควบคุมพิเศษ ซึ่งในปัจจุบัน ยังไม่มีกฎหมายกำหนดว่า มียานี้แต่อย่างใด

ก.ยาแผนโบราณ

ข.ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาควบคุมพิเศษ”

ค.ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาอันตราย”

ง.ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาบรรจุเสร็จ”

จ.ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาสามัญประจำบ้าน”

4. ข้อใดคือข้อควรสังเกตในการเลือกซื้อยา

ก.การสังเกตแหล่งจำหน่ายยา

ข.ก่อนซื้อยาทุกครั้งต้องอ่านฉลากยาและเอกสารกำกับยาให้ละเอียดก่อนซื้อยาทุกครั้ง

ค.ห้ามใช้ยาที่มีส่วนผสมของสารที่ผู้เลือกซื้อ/ ที่ผู้ใช้เคยมีประวัติการแพ้

ง.การสังเกตข้อมูลจากฉลากภาษาไทย

จ.ถูกต้องทุกข้อ

5. ข้อใดคือข้อควรสังเกตในการเลือกใช้ยา

ก.ก่อนใช้ “ยาควบคุมพิเศษ” หรือ “ยาใหม่” จะต้องได้รับการวินิจฉัยและสั่งใช้โดยแพทย์

ข.ไม่ใช้ยาที่หมดอายุ

ค.ไม่ใช้ยาเสื่อมคุณภาพ

ง.ข้อ ก และ ข ถูกต้อง

จ.ข้อ ก ข และ ค ถูกต้อง

6. ข้อใดกล่าวถูกต้อง

ก.ใช้ขนาดยาที่ถูกต้องตามข้อบ่งชี้ เหมาะสมกับระยะและความรุนแรงของโรค

ข.สามารถใช้ยาในขนาดต่ำกว่าขนาดมาตรฐานเพื่อจะได้ใช้ไปนานๆ

ค.ใช้ขนาดยาเท่าใดก็ได้ขึ้นอยู่กับความต้องการบรรเทาอาการโรคของผู้ป่วย

ง.ให้ยาที่ตรงเวลาที่กำหนดและให้บ่อยครั้งต่อวัน

จ.ถูกต้องทุกข้อ

7. ข้อใดคือยาใช้เฉพาะที่

ก. ยาล้างแผลและยาใส่

ข. ยาฉุนวด

ค. ยาหยอดตา

ง. ยาฉีดใส่แผล

จ. ยาครีม

8. ข้อใดคือการใช้ยาไม่ถูกต้อง

- ก. ซื้อยาใช้เองโดยขาดความรู้ความเข้าใจ
- ข. เหลือยาที่เคยใช้รักษาตัวเองได้ผลเก็บไว้เป็นตัวอย่างในการซื้อครั้งต่อไป
- ค. ขอยาจากเพื่อนเพื่อนำมารักษาตนเอง เพราะคิดว่าเป็นโรคเดียวกัน
- ง. นำยาที่เหลือจากการรักษาครั้งก่อนมารักษาการเจ็บป่วยครั้งต่อไป
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

9. ควรใช้ยาใดสำหรับบรรเทาอาการท้องอืด (flatulence) เนื่องจากมีแก๊สมากในกระเพาะอาหารและลำไส้

- ก. ยาลดกรดสูตรผสมที่มี Aatropine
- ข. Aluminium Hydroxide + Magnesium hydroxide
- ค. Simeticone
- ง. Bismuth subsalicylate
- จ. Aluminium hydroxide

10. ยาลดความดันโลหิตชนิดที่ใช้ในการรักษาความดันโลหิตสูงคือยาในข้อใด

- ก. ไฮโดรคลอไรด์ไทอาไซด์
- ข. รีเซอรัฟีน
- ค. กลุ่มยาปิดกั้นเบต้า
- ง. กลุ่มยาด้านแคลเซียม
- จ. ถูกต้องทุกข้อ

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 14

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การใช้ยาในการดูแลรักษาเบื้องต้นในสถานประกอบกิจการ”

คำแนะนำ ขอให้นักศึกษาอ่านคำถาม แล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำถามที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดไม่ใช่คำนิยามของ “ยา”ตามพระราชบัญญัติยา พ.ศ.2510

- ก. วัตถุที่รับรองไว้ในตำรายาที่รัฐมนตรีประกาศ
- ข. วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับใช้ในการวินิจฉัย
- ค. วัตถุที่เป็นเภสัชเคมีภัณฑ์หรือเภสัชเคมีภัณฑ์กึ่งสำเร็จรูป
- ง. วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับให้เกิดผลแก่สุขภาพ
- จ. วัตถุที่มุ่งหมายในการเพิ่มความแข็งแรงของร่างกาย

2. ข้อใดคือยาที่บรรจุในภาชนะหีบห่อที่ปิดหรือผนึกไว้แล้วและมีฉลากครบถ้วนตามที่กฎหมายกำหนด

- ก. ยาแผนปัจจุบัน
- ข. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาควบคุมพิเศษ”
- ค. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาอันตราย”
- ง. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาบรรจุเสร็จ”
- จ. ยาแผนปัจจุบันที่เป็น “ยาสามัญประจำบ้าน”

3. ข้อใดคือยาแผนโบราณซึ่งจะขายได้ในร้านขายยาแผนปัจจุบันทุกประเภทและร้านค้าทั่วไป

- ก. ยาแผนโบราณ
- ข. ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาควบคุมพิเศษ”
- ค. ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาอันตราย”
- ง. ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาบรรจุเสร็จ”
- จ. ยาแผนโบราณที่เป็น “ยาสามัญประจำบ้าน”

4. ข้อใดไม่ใช่ข้อควรสังเกตในการเลือกซื้อยา

- ก. การสังเกตแหล่งจำหน่ายยา
- ข. ก่อนซื้อยาทุกครั้งต้องอ่านฉลากยาและเอกสารกำกับยาให้ละเอียดก่อนซื้อทุกครั้ง
- ค. ห้ามใช้ยาที่มีส่วนผสมของสารที่ผู้เลือกซื้อ/ที่ใช้เคยมีประวัติการแพ้
- ง. ยาควบคุมพิเศษสามารถซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไป

จ.การสังเกตข้อมูลจากฉลากภาษาไทย

5. ข้อใดไม่ใช่ข้อควรสังเกตในการเลือกใช้ยา

ก. ไม่ใช้ยาเสื่อมคุณภาพ

ข. ไม่ใช้ยาที่หมดอายุ

ค. ยาแคปซูล เปลือกขานิ่มและติดกันก็ยังสามารถใช้ได้

ง. ก่อนใช้ “ยาควบคุมพิเศษ” หรือ “ยาใหม่” จะต้องได้รับการวินิจฉัยและสั่งใช้โดยแพทย์

จ. ยาป้ายตาหากไม่มีการใส่สารกันเสีย ยานั้นจะมีอายุเพียง 1 วันนับแต่วันที่เปิดใช้

6. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง

ก. ใช้ขนาดยาที่ถูกต้องตามข้อบ่งชี้ เหมาะสมกับระยะและความรุนแรงของโรค

ข. ควรใช้ช้อนกาแฟหรือช้อนสำหรับกินอาหารตวงยา

ค. ไม่ใช้ยาในขนาดต่ำกว่าขนาดมาตรฐาน

ง. ใช้ขนาดยาที่เหมาะสมกับภาวะของผู้ป่วย

จ. ไม่ใช้ยานานเกินความจำเป็น

7. ข้อใดไม่ใช่ยาใช้เฉพาะที่

ก. ยาหยอดตา

ข. ยาป้ายตา

ค. ยาฉีดใส่แผล

ง. ยาอม

จ. ยาเหน็บ

8. ข้อใดคือการใช้ยาที่ถูกต้อง

ก. ยาที่แพทย์สั่งใช้ให้กินวันละครั้ง ควรให้กินเวลาเช้า

ข. หากระบุให้กินหลังอาหาร จะต้องกินยาหลังจากกินอาหารเสร็จ 15 - 30 นาที

ค. หากระบุให้กินเมื่อมีอาการ ให้กินเฉพาะเมื่อมีอาการของโรคเท่านั้น

ง. หากระบุให้กินก่อนอาหาร จะต้องกินยาขณะท้องว่าง

จ. ถูกต้องทุกข้อ

9. ควรใช้ยาใดสำหรับภาวะกรดเกินในกระเพาะอาหารและแผลเพปติก

ก. ยาลดกรดสูตรผสมที่มี Aatropine

ข. Aluminium Hydroxide + Magnesium hydroxide

ค. Simeticone

ง.Bismuth subsalicylate

จ.Aluminium hydroxide

10.ข้อใดไม่ใช่ยาลดความดันโลหิตชนิดที่ใช้ในการรักษาความดันโลหิตสูง

ก.ไฮโดรคลอโรไทอาไซด์

ข.รีเซอร์พิน

ค.กลุ่มยาปิดกั้นเบต้า

ง.กลุ่มยาด้านแคลเซียม

จ.กลุ่มยาด้านโซเดียม

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 14

ก่อนเรียน

1. จ.

2. ก.

3. ข.

4. จ.

5. จ

6. ก.

7. ค.

8. จ.

9.ค.

10. จ.

หลังเรียน

1. จ.

2. ง.

3. จ.

4. ง.

5. ค.

6. ข.

7. ค.

8. จ.

9. ข.

10. จ.

แบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนหน่วยที่ 15

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การดูแลผู้ป่วยก่อนกลับเข้าทำงาน”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถามแล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นกับผู้บาดเจ็บที่ต้องรอการช่วยเหลือในการกลับเข้าทำงานเป็นระยะเวลานาน
 - ก. สูญเสียรายได้ เป็นภาระของครอบครัว
 - ข. เหลือโอกาสกลับเข้าทำงานได้น้อยลง
 - ค. อาจไม่สามารถกลับเข้าทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
 - ง. สามารถพักผ่อนได้อย่างสบายใจ
 - จ. อาจมีความพิการในระยะยาวที่มากขึ้น
2. สถานที่ใดเหมาะสมที่สุดที่จะเป็นที่ฟื้นฟูสภาพของพนักงานผู้บาดเจ็บส่วนใหญ่
 - ก. ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพแรงงาน
 - ข. บ้านพักพนักงาน
 - ค. บ้านส่วนตัว
 - ง. สถานที่ทำงาน
 - จ. โรงพยาบาล
3. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการกลับเข้าทำงานภายหลังการเจ็บป่วย
 - ก. สร้างความตระหนักถึงปัญหาและอุปสรรคในการฟื้นฟูสมรรถภาพพนักงาน และหาโอกาสในการปรับปรุงแก้ไขต่อไปอย่างเหมาะสม

- ข สถานประกอบการสามารถเก็บรักษาพนักงานที่มีประสิทธิภาพไว้
 - ค พนักงานได้รับเงินช่วยเหลือจากกองทุนเงินทดแทนเพิ่มขึ้น
 - ง เพื่อนร่วมงานและพนักงานรู้สึกผูกพันกับองค์กรมากขึ้น
 - จ เพิ่มคุณภาพชีวิตพนักงานภายหลังการเจ็บป่วย
4. ประโยชน์ของการดำเนินโครงการดูแลการกลับเข้าทำงานภายในสถานประกอบการคือ ข้อใดต่อไปนี้
- ก หลีกเลี่ยงปัญหาการขาดงานเป็นประจำของพนักงาน
 - ข การทำงานของพนักงานที่เจ็บป่วยมีประสิทธิภาพ
 - ค สถานประกอบการได้ผลงานที่ดี
 - ง พนักงานมีคุณภาพชีวิตที่ดี
 - จ ถูกทุกข้อ
5. การขาดงานเป็นประจำของพนักงานเกิดจากสาเหตุใดมากที่สุด
- ก ปัญหาทางสุขภาพ โรคประจำตัวของพนักงาน
 - ข เบื่อหน่ายและไม่พอใจสภาพการทำงาน
 - ค เบื่อหน่ายและไม่พอใจหัวหน้างาน
 - ง ข้อขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน
 - จ ไม่ได้รับโบนัส
6. โดยรูปแบบทางการแพทย์ข้อใดไม่สัมพันธ์กับการขาดงานเป็นประจำ
- ก เพศ
 - ข ไมเกรน
 - ค การสูบบุหรี่
 - ง การดื่มแอลกอฮอล์
 - จ การปวดหลังส่วนล่าง
7. ข้อใดไม่เหมาะสมที่จะเป็นแนวทางในการคัดพนักงานที่ได้รับบาดเจ็บหรือเจ็บป่วยเข้าโครงการดูแลการกลับเข้าทำงาน
- ก หยุดงานนานเกิน 3 วัน โดยนอนพักอยู่ที่บ้าน

- ข ต้องทำงานในที่อับอากาศ
- ค ป่วยด้วยโรคไข้เลือดออก
- ง ป่วยด้วยวัณโรคปอด
- จ ป่วยด้วยโรคหัด

8. ข้อใดไม่ใช่เนื้อหาที่จำเป็นในโปรแกรมการกลับไปทำงาน

- ก การฝึกอบรมเพื่อนร่วมงานและสภาพแรงงานที่เกี่ยวข้อง
- ข การเริ่มต้นดูแลพนักงานในวันที่กลับเข้าทำงานวันแรก
- ค การจัดหางานที่เหมาะสมกับภาวะทางสุขภาพ
- ง ป้องกันการบาดเจ็บเพิ่มเติมจากการทำงาน
- จ การให้ข้อมูลทางสุขภาพ

9. บทบาทของเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการดูแลการกลับเข้าทำงานของพนักงานคืออะไร

- ก พิจารณาความเสี่ยงและความสามารถที่จำเป็นสำหรับลักษณะการทำงานที่พนักงานได้รับมอบหมาย
- ข ประเมินภาวะทางสุขภาพ สมรรถนะทางร่างกายของพนักงาน
- ค มอบหมายงานที่เหมาะสมกับภาวะทางสุขภาพของพนักงาน
- ง กำหนดข้อห้ามและข้อจำกัดในการทำงานของพนักงาน
- จ วินิจฉัยโรคจากการทำงาน

10. บทบาทของแพทย์อาชีวเวชศาสตร์ในการดูแลการกลับเข้าทำงานคืออะไร

- ก ออกใบรับรองแพทย์กำหนดข้อห้ามและข้อจำกัดในการทำงานของพนักงาน
- ข เชื่อมโยงข้อมูลระหว่างแพทย์เฉพาะทางผู้รักษาและสถานประกอบการ
- ค ประเมินภาวะทางสุขภาพ สมรรถนะทางร่างกายของพนักงาน
- ง เป็นผู้นำทางวิชาการด้านสุขภาพ
- จ ถูกทุกข้อ

แบบประเมินผลตนเองหลังเรียนหน่วยที่ 15

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง “การดูแลผู้ป่วยก่อนกลับเข้าทำงาน”

คำแนะนำ ขอให้ให้นักศึกษาอ่านคำถามแล้วเขียนวงกลมล้อมรอบข้อคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

-
- ข้อใดไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นกับผู้บาดเจ็บขณะที่รอการช่วยเหลือในการกลับเข้าทำงานเป็นระยะเวลานาน
 - อาจไม่สามารถกลับเข้าทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
 - อาจมีความพิการในระยะยาวที่มากขึ้น

- ค. สูญเสียรายได้ เป็นการระงับของครอบครัว
 - ง. ได้ทำงานที่เบาลง และมีรายได้มากขึ้น
 - จ. เหลือโอกาสกลับเข้าทำงานได้น้อยลง
2. สถานที่ใดสามารที่จะเป็นที่ฟื้นฟูสภาพของพนักงานผู้บาดเจ็บ
- ก. ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพแรงงาน
 - ข. บ้านส่วนตัวของพนักงาน
 - ค. สถานที่ทำงาน
 - ง. โรงพยาบาล
 - จ. ถูกทุกข้อ
3. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการดูแลการกลับเข้าทำงานภายหลังการเจ็บป่วย
- ก. พนักงานกลับเข้าทำงานได้เร็วขึ้น สถานประกอบการสามารถรายงานอุบัติเหตุจากการทำงานในระดับความรุนแรงที่น้อยลง
 - ข. สร้างความตระหนักถึงปัญหาและอุปสรรคในการฟื้นฟูสมรรถภาพพนักงาน และหาโอกาสในการปรับปรุงแก้ไขต่อไปอย่างเหมาะสม
 - ค. สถานประกอบการสามารถเก็บรักษาพนักงานที่มีประสิทธิภาพไว้ให้สามารถทำงานต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ
 - ง. พนักงานลืมเหตุการณ์ขณะเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน
 - จ. สร้างรายได้ และลดภาระให้ครอบครัวของพนักงาน
4. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการดำเนิน โครงการดูแลการกลับเข้าทำงานภายในสถานประกอบการ
- ก. การทำงานของพนักงานที่เจ็บป่วยมีประสิทธิภาพ
 - ข. พนักงานสามารถลงานพบแพทย์เป็นประจำ
 - ค. ลดโอกาสการบาดเจ็บซ้ำของพนักงาน
 - ง. สถานประกอบการกิจการได้ผลงานที่ดี
 - จ. พนักงานมีคุณภาพชีวิตที่ดี
5. การขาดงานเป็นประจำของพนักงานเกิดจากสาเหตุใด
- ก. เบื่อหน่ายและไม่พอใจสภาพการทำงานและหัวหน้างาน
 - ข. ปัญหาทางสุขภาพ โรคประจำตัวของพนักงาน

- ค ข้อขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน
 - ง ไม่ได้รับโบนัส
 - จ ถูกทุกข้อ
6. ข้อใดไม่สัมพันธ์กับการขาดงานเป็นประจำโดยรูปแบบทางการแพทย์
- ก การปวดหลังส่วนล่าง
 - ข การดื่มแอลกอฮอล์
 - ค เที้ยวกลางคืน
 - ง การสูบบุหรี่
 - จ ไมเกรน
7. ข้อใดไม่เหมาะสมที่จะเป็นแนวทางในการคัดพนักงานที่ได้รับบาดเจ็บหรือเจ็บป่วยเข้าโครงการดูแลการกลับเข้าทำงาน
- ก ต้องทำงานในเรือเดินทะเล และแท่นขุดเจาะกลางทะเลเป็นระยะเวลานาน
 - ข ป่วยด้วยโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจที่ร้ายแรง
 - ค ป่วยด้วยโรคหอนรองกระดูกกดทับเส้นประสาท
 - ง มีโรคประจำตัวและเบื่อหน่ายที่จะทำงานเดิม
 - จ ตั้งครรภ์มีลูกแฝด
8. ข้อใดเป็นเนื้อหาที่จำเป็นในโปรแกรมการกลับไปทำงาน
- ก การให้ข้อมูลทางสุขภาพที่จำเป็นสำหรับพนักงาน หัวหน้างาน และเพื่อนร่วมงาน
 - ข การฝึกอบรมเพื่อนร่วมงานและสภาพแรงงานที่เกี่ยวข้อง
 - ค การวางแผนป้องกันการบาดเจ็บเพิ่มเติมจากการทำงาน
 - ง การจัดหางานที่เหมาะสมกับภาวะทางสุขภาพ
 - จ ถูกทุกข้อ
9. บทบาทของเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการดูแลการกลับเข้าทำงานของพนักงานคืออะไร
- ก ประเมินภาวะทางสุขภาพ สมรรถนะทางร่างกายของพนักงาน และมอบหมายงานที่เหมาะสมกับภาวะทางสุขภาพของพนักงาน
 - ข ประสานและติดตามการปรับเปลี่ยนลักษณะการทำงานของพนักงานให้มีความปลอดภัย
 - ค กำหนดข้อห้ามและข้อจำกัดในการทำงานของพนักงาน
 - ง วินิจฉัยโรคจากการทำงาน นำส่งกองทุนเงินทดแทน ประเมินการสูญเสียอวัยวะเพื่อรับเงินชดเชย
 - จ ถูกทุกข้อ

10. ข้อใดไม่ใช่บทบาทของแพทย์อาชีวเวชศาสตร์ในการดูแลการกลับเข้าทำงาน

- ก. แนะนำให้พนักงานลาพักผ่อนแทนลาป่วยเพื่อให้การขาดงานลดลง และสถานประกอบการสามารถรายงานอุบัติเหตุจากการทำงานในระดับความรุนแรงที่น้อยลง
- ข. เชื่อมโยงข้อมูลภาวะสุขภาพและแผนการรักษาระหว่างแพทย์เฉพาะทางผู้รักษาและสถานประกอบการ
- ค. เป็นผู้นำทางวิชาการด้านสุขภาพสำหรับทีมสหสาขาวิชาชีพในการดูแลการกลับเข้าทำงาน
- ง. ให้ความเห็นเกี่ยวกับข้อห้ามและข้อจำกัดในการทำงานของพนักงาน
- จ. ประเมินภาวะทางสุขภาพ สมรรถนะทางร่างกายของพนักงาน

เฉลยแบบประเมินผลตนเองหน่วยที่ 15

ก่อนเรียน

- 1. ง.
- 2. ง.
- 3. ค.
- 4. จ.
- 5. ข.
- 6. ก.
- 7. ค.
- 8. ข.
- 9. ก.
- 10. จ.

หลังเรียน

- 1. ง.
- 2. จ.
- 3. ง.
- 4. ข.
- 5. จ.
- 6. ค.
- 7. ง.
- 8. จ.
- 9. ข.
- 10. ก.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชเท่านั้น