



คู่มือการค้นหาผู้สูงอายุ ที่มีความพิการทางการได้ยิน

สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

รศ.พญ. ขวัญชนก ยิ้มแต่
ผศ. พนิดา ธนาวิรัตน์านิจ
อ.นพ. พรเทพ เกษมศิริ
อ.นพ. ภาธร ภิรมย์ไชย
ผศ.นพ. กิ้ม เอี่ยมประไพ

ได้รับทุนสนับสนุนจากสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข



สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข

คู่มือการค้นหาผู้สูงอายุที่มีความพิการทางการได้ยิน

สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

จัดทำโดย

รศ.พญ.ขวัญชนก ยิ้มแต่
ผศ.พนิดา ธนาวิรัตนานิจ
อ.นพ.พรเทพ เกษมศิริ
อ.นพ.ภาธร ภิรมย์ไชย
ผศ.นพ.กัมม์ เอี่ยมประไพ

ได้รับการสนับสนุนจาก สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)



คำนำ

ประเทศไทยในปัจจุบันมีผู้สูงอายุจำนวนมากขึ้นจากความก้าวหน้าด้านการแพทย์และด้าน สาธารณสุข จนเป็นที่คาดการณ์ว่าปีพ.ศ. 2568 ประเทศไทยจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ หนึ่งในปัญหาสุขภาพที่สำคัญและพบได้บ่อยในผู้สูงอายุคือ ภาวะการสูญเสียการได้ยินหรือหูตึง อันนำไปสู่อุปสรรคในการสื่อสารของผู้สูงอายุ ทำให้ความสุขของทั้งผู้สูงอายุและผู้ดูแลใกล้ชิดลดลง และส่งผลทางอ้อมต่อสุขภาพด้านอื่นๆ ของผู้สูงอายุอีกด้วย

ภาวะหูตึงสามารถแก้ไขได้โดยการตรวจรักษาตั้งแต่เนิ่นๆ โดยแพทย์หู คอ จมูก หรือหากรักษาไม่ได้ จนเกิดความพิการทางการได้ยินก็สามารถบรรเทาความรุนแรงด้วยการใส่เครื่องช่วยฟังที่ได้รับการปรับแต่งให้เหมาะสมกับผลตรวจการได้ยินโดยนักแก้ไขการได้ยิน แต่ปัญหาคือผู้ที่อาศัยในท้องถิ่นห่างไกลไม่สามารถเข้าถึง บริการตรวจการได้ยินหรือรับเครื่องช่วยฟังได้เนื่องจากไม่สะดวกที่จะเดินทางไปโรงพยาบาลเพียงลำพัง นอกจากนี้เมื่อได้รับเครื่องช่วยฟังแล้วแต่มีปัญหาเกี่ยวกับวิธีการใช้ที่ถูกต้อง ก็ไม่สามารถปรึกษาเจ้าหน้าที่ สาธารณสุขในท้องถิ่นได้

โครงการพัฒนาเครือข่ายและรูปแบบค้นหาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางการได้ยินในชุมชนต่อ เนื่องระยะยาว ในการพัฒนาระบบและรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการทางการได้ยิน จึงได้ดำเนินการ จัดทำคู่มือสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ผู้อยู่ “ใกล้ชิดและใกล้ใจ” ผู้สูงอายุ เพื่อใช้ในการคัดกรองผู้สูงอายุที่มีความพิการทางการได้ยิน และจัดระบบที่สะดวกต่อการส่งผู้สูงอายุ ที่มีความพิการทางการได้ยินเข้ารับการฟื้นฟูสมรรถภาพ ตลอดจนมีที่ปรึกษาเมื่อเครื่องช่วยฟังทำงานไม่ปกติ โดยได้รับการสนับสนุนจากสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)



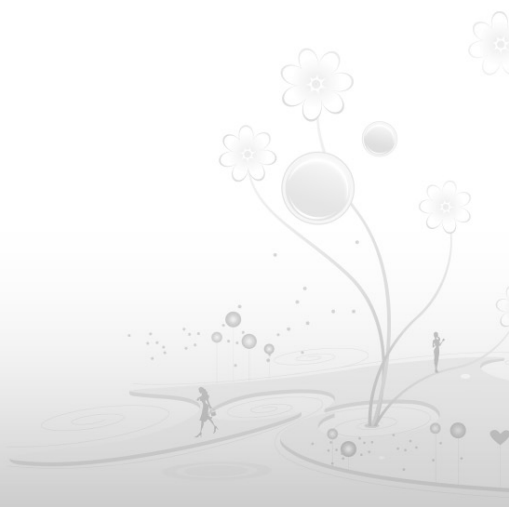
คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือเล่มนี้จักเป็นประโยชน์ต่อท่าน
ผู้ปฏิบัติงาน เพื่อเป้าหมายสูงสุด คือ ความสุขและรอยยิ้มของผู้สูงอายุใน
สังคมไทย

มกราคม 2559



สารบัญ

บทที่	เรื่อง	หน้า
1	หุติงในผู้สูงอายุและการค้นหาความพิการ ทางการได้ยินในผู้สูงอายุ	1
2	แบบสอบถามการได้ยินห้านาทีฉบับภาษาไทย (FMHT-Thai)	8
3	แบบสอบถามภาวะพึงพาทางการได้ยิน (HHIE)	11
4	แบบสอบถามคุณภาพชีวิต (HUI-3)	20





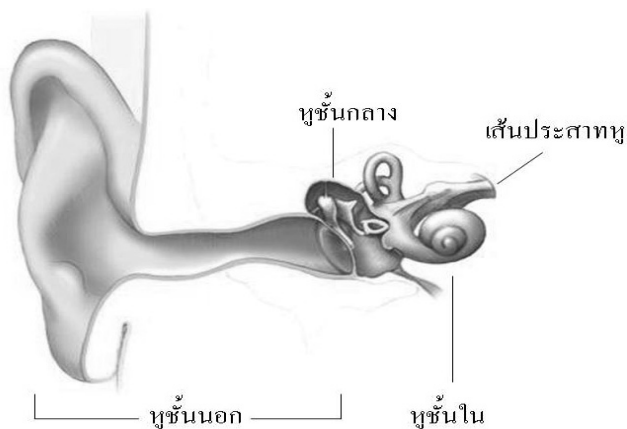
หูตึงในผู้สูงอายุ

เมื่อเข้าสู่วัยชรา จะพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่เริ่มมีปัญหาการได้ยิน แต่การสูญเสียการได้ยินค่อยๆเป็น ค่อยๆไป ผู้สูงอายุมักจะไม่รู้สึกถึงความเปลี่ยนแปลง แต่ลูกหลานหรือผู้ดูแลมักจะบ่นว่าเปิดโทรทัศน์หรือวิทยุเสียงดังเวลาพูดคุยด้วย คนแก่ก็ได้ยินบ้างไม่ได้ยินบ้าง เวลาลูกหลานพูดเสียงดังขึ้นก็โกรธว่า ลูกหลานไม่ให้ ความเคารพ บางครั้งจับใจความไม่ได้ครบถ้วน ก็อาจตีความผิด พลอยน้อยอกน้อยใจลูกหลานไปเสียอีก หากมีความเข้าใจ ในปัญหาการได้ยินของผู้สูงอายุก็น่าจะทำให้การดูแลผู้สูงอายุเป็นไปได้ง่ายขึ้น และทำให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและลูกหลานดีขึ้นด้วย

สาเหตุของอาการหูตึงในผู้สูงอายุ

อาการหูตึงอาจพบร่วมกับมีเสียงก้องในหูหรือเสียงรบกวนในหู หากมีอาการอักเสบร่วมด้วยมักมี อาการปวดหูหรือน้ำหรือหนองไหลจากหู ผู้สูงอายุบางรายอาจมีอาการเวียนศีรษะหรือคลื่นไส้อาเจียนร่วมด้วย สาเหตุของอาการหูตึงอาจเกิดได้จาก

1. โรคของหูชั้นนอก ได้แก่ รูหูอักเสบ ขี้หูอุดตัน มีสิ่งแปลกปลอมในรูหู การบาดเจ็บของหู หรือเนื้องอกในรูหู เป็นต้น
2. โรคของหูชั้นกลาง ได้แก่ เยื่อแก้วหูอักเสบ หูชั้นกลางอักเสบ แก้วหูทะลุ หูน้ำหนวก หินปูนเกาะกระดูกหู กระโหลกศีรษะบริเวณท้ายทอย (กระดูกเทมพอรัล) แตกหัก หรือเนื้องอกของหูชั้นกลาง เป็นต้น
3. โรคของหูชั้นในและเส้นประสาทหู ได้แก่ หูชั้นในอักเสบ การติดเชื้อฟิลาเรียของหูชั้นใน ประสาทหูเสื่อมจากยา หรือประสาทหูเสื่อมจากการสัมผัสเสียงดัง ประสาทหูเสื่อมเฉียบพลัน ประสาทหูเสื่อมจากวัยชรา เนื้องอกของเส้นประสาทหู เป็นต้น



กายวิภาคของหู

การตรวจคัดกรองการได้ยินในผู้สูงอายุ

การตรวจคัดกรองการได้ยิน คือ การทดสอบการได้ยินอย่างง่าย ๆ สามารถทำเสร็จได้ในเวลาสั้น ๆ เพื่อคัดแยกกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนที่มีภาวะหูตึง เนื่องจากขั้นตอนการตรวจการได้ยินเพื่อวินิจฉัย จะต้องใช้เวลานานและไม่สามารถตรวจผู้สูงอายุในชุมชนทุกคนได้ การตรวจคัดกรองการได้ยินในผู้สูงอายุ โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข หรือ อาสาสมัครสาธารณสุข เพื่อหาผู้สูงอายุที่อาจจะหูตึงในชุมชนก่อน ส่งตรวจการได้ยินโดยละเอียด จึงมีประโยชน์อย่างยิ่ง

การตรวจคัดกรองการได้ยิน มีขั้นตอนง่ายๆ ดังนี้

1. ดู: ดูหู ของผู้เข้ารับการตรวจ ดูว่าลักษณะของใบหูและรูหูผิดปกติหรือไม่ หากพบความผิดปกติ เช่น ไม่มีใบหู ไม่มีรูหู มีหนองไหลเยิ้มออกจากหู ให้ส่งพบแพทย์

2. พูดคุย: พูดคุยด้วยน้ำเสียงความดังปกติ และสังเกตว่าผู้สูงอายุได้ยินเราหรือไม่ พูดโต้ตอบตรงกับ เนื้อหาที่เราถามหรือไม่ อย่างไรก็ดี

ผู้สูงอายุที่แสดงอาการไม่ได้ยินอาจไม่ได้มีปัญหาหูตึงเสมอไป ดังนั้น จึงให้สัมภาษณ์ผู้สูงอายุด้วยแบบสอบถามทุกราย

3. การสัมภาษณ์ด้วยแบบสอบถาม: เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและอาสาสมัครสาธารณสุขจะได้รับแจก และได้รับการอบรมการใช้ “แบบทดสอบการได้ยินห้านาที” อันเป็นแบบสอบถาม 15 ข้อ ลักษณะคำถามจะถามถึงความถี่ในการเกิดอาการต่างๆ อาทิเช่น ปัญหาในการฟังเสียงโทรศัพท์ มีความลำบากในการปะติดปะต่อเรื่องที่สนทนา เปิดทีวีเสียงดัง เป็นต้น ซึ่งแบบสอบถามดังกล่าว ได้รับการศึกษาและวิจัยมาแล้วว่าสามารถคัดแยกคนหูตึงออกจากคนปกติได้ดีกว่าการตรวจคัดกรอง วิธีอื่นๆ รวมทั้งสามารถทำได้ง่ายและรวดเร็ว



ภาพประกอบ : บรรยากาศการศึกษาประสิทธิภาพของ “แบบทดสอบการได้ยินห้านาที” ในอาสาสมัคร 558 ท่าน ณ อ.ภูเวียง จ.ขอนแก่น

การตรวจวินิจฉัย

หากผู้สูงอายุมีอาการปวดหู มีน้ำหรือหนองไหลจากหู หรือมีปัญหาการได้ยินเกิดขึ้นอย่างฉับพลัน หรือมีอาการเวียนศีรษะควรรีบพาไปปรึกษาแพทย์ทันที เพื่อหาสาเหตุของอาการดังกล่าว และป้องกันการได้ยินเสื่อม

แบบถาวรได้ แต่หากปล่อยทิ้งไว้นานจะไม่สามารถรักษาให้การได้ยินที่เสื่อมกลับคืนมาได้ ขั้นตอนการวินิจฉัยของแพทย์ประกอบด้วย

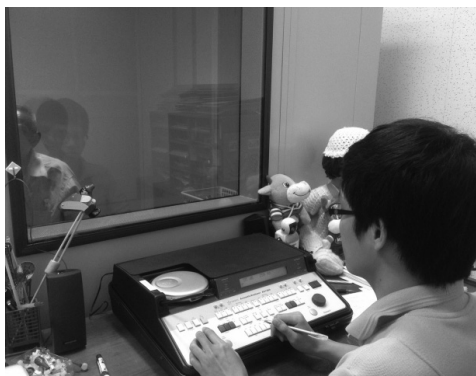
1. การซักประวัติ เพื่อหาระยะเวลาการเกิดอาการผิดปกติ ซึ่งจะช่วยให้ทราบถึงความรีบด่วน ในการรักษา รวมถึงสาเหตุของอาการหูตึง และตำแหน่งที่ทำให้เกิดอาการหูตึง



2. การตรวจหู เพื่อดูความผิดปกติในช่องหู แก้วหู หรือหูชั้นกลาง



3. การตรวจการได้ยิน ซึ่งจะต้องทำการตรวจให้ห้องเงียบปราศจากเสียงรบกวน และใช้เครื่องตรวจ การได้ยินแบบมาตรฐานโดยผู้เชี่ยวชาญ การตรวจการได้ยินมีความสำคัญมากในการวินิจฉัย สาเหตุของอาการหูตึง และทำให้สามารถจำแนกระดับความรุนแรงของอาการหูตึงได้



4. การตรวจเลือด ทำเฉพาะในรายที่สงสัยว่าอาการหูตึงจะเกิดจากโรคทางกายอื่นๆ

5. การตรวจทางรังสี ทำเฉพาะในรายที่สงสัยว่าจะมีพยาธิสภาพในสมอง

การรักษาและการฟื้นฟูสมรรถภาพการได้ยิน

การรักษาขึ้นอยู่กับสาเหตุของอาการหูตึง หากเป็นจากการอักเสบของหูชั้นนอก แพทย์จะทำความสะอาด สะอาดหูแล้วจึงทำการป้ายยา หรือใช้ยาหยอดหู หากเป็นจากเยื่อแก้วหูทะลุหรือหูน้ำหนวก ก็จำเป็นต้อง รักษาด้วยการผ่าตัด แต่หากเป็นโรคของหูชั้นใน ก็อาจให้ยารับประทาน หากไม่สามารถรักษาได้และหูตึง ทั้งสองข้างระดับปานกลางขึ้นไป จะมีปัญหาในการสื่อสาร

และการใช้ชีวิตประจำวัน ถือว่าเป็นผู้มีความพิการทางการได้ยิน จำเป็นต้องได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพการได้ยิน ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ระดับความรุนแรงของอาการหูตึง ลักษณะที่แสดงออก ข้อเสนอแนะ

ระดับความรุนแรง	ลักษณะที่แสดงออก	ข้อเสนอแนะ
การได้ยินปกติ	ไม่มีปัญหาการได้ยินหรือมีปัญหาน้อยมาก สามารถฟังเสียงกระซิบได้	-
หูตึงเล็กน้อย	ได้ยินเสียงและสามารถพูดทวนซ้ำคำพูดของการสนทนา ระดับความดังปกติในระยะ 1 เมตร ได้	อาจต้องใช้เครื่องช่วยฟัง
หูตึงปานกลาง	ได้ยินเสียงและสามารถพูดทวนซ้ำคำพูดของการสนทนา ที่ระดับความดังมากกว่าปกติ ในระยะ 1 เมตร ได้	แนะนำให้ใส่เครื่องช่วยฟัง
หูตึงรุนแรง	ได้ยินบางคำเมื่อพูดเสียงตะโกน ใส่หูช้างดี	จำเป็นต้องใส่เครื่องช่วยฟัง หากไม่ใส่เครื่องช่วยฟัง จำเป็นต้องอ่านปาก และใบ้คำช่วย
หูหนวก	ไม่สามารถได้ยินหรือเข้าใจ แม้ว่าจะพูดตะโกนใส่หู	เครื่องช่วยฟังอาจช่วยให้เข้าใจคำพูดได้มากขึ้น แต่จำเป็นต้องใช้อ่านริมฝีปากและใบ้คำด้วย

การดูแลและป้องกันตนเองจากโรคหุ

1. อย่าแคะหู หรือใช้น้ำยาล้างหู
2. อย่าให้น้ำสกปรกเข้าหู
3. อย่าซื้อยามาหยอดหูเอง
4. อย่าซื้อยารับประทานเอง โดยเฉพาะยาแก้ปวด, ยาปฏิชีวนะ
5. หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ๆ ที่จุดระเบิดหรือจุดประทัด หรือ อยู่ใน
ที่ๆ มีเสียงดังเป็นเวลานาน ๆ
6. รักษาสุขภาพทั่วไปให้แข็งแรง
7. เมื่อมีแมลงเข้าหู ให้รีบใช้น้ำมันมะกอก หรือน้ำมันพืชหยอดหู
เพื่อให้แมลงหลุดเคลื่อนไหวเสียก่อน แล้วรีบไปพบแพทย์
8. เมื่อมีปัญหาผิดปกติเกี่ยวกับหู ควรรีบปรึกษาแพทย์ หู คอ จมูก

คู่มือ

แบบสอบถามการได้ยินห้านาทีฉบับภาษาไทย

(Thai-Version Five Minute Hearing Test : FMHT)

แบบสอบถามนี้มีเพียงหน้าเดียวเท่านั้น หากผู้สูงอายุไม่สามารถตอบคำถามด้วยตนเองได้ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะเป็นผู้สัมภาษณ์และกรอกข้อมูลแทน โดยทำเครื่องหมาย(✓)ลงในตัวเลือกที่คิดว่า ตรงกับผู้สูงอายุตอบมากที่สุด มีตัวเลือกทั้งหมด 4 ตัวเลือก คือ

- **ไม่เคย** หมายถึง ไม่เคยประสบปัญหาเหล่านี้หรือไม่มีประสบการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้นเลย
- **เป็นครั้งคราว** หมายถึง เคยประสบปัญหาเหล่านี้หรือมีประสบการณ์ดังกล่าวบ้างแต่นานๆครั้ง
- **ครึ่งหนึ่ง** หมายถึง ประสบปัญหาเหล่านี้หรือมีประสบการณ์ดังกล่าวเป็นบ่อยพอกันกับช่วงเวลาที่ไม่เป็น
- **เกือบตลอด** หมายถึง ประสบปัญหาเหล่านี้หรือมีประสบการณ์ดังกล่าวเป็นประจำ

หลังจากนั้นให้ถามผู้สูงอายุทีละข้อ หากผู้สูงอายุไม่เข้าใจข้อใด ให้อธิบายความหมายแต่ละข้อคำถามเพิ่มเติม

วิธีการรวมคะแนนแบบทดสอบการได้ยิน มีเกณฑ์การให้ค่าคะแนนตัวเลือกทั้ง 4 ตัวเลือก ดังนี้

- **ไม่เคย** มีค่าคะแนนเท่ากับ 0
- **เป็นครั้งคราว** มีค่าคะแนนเท่ากับ 1
- **ครึ่งหนึ่ง** มีค่าคะแนนเท่ากับ 2
- **เกือบตลอด** มีค่าคะแนนเท่ากับ 3

ตัวอย่าง

ชื่อผู้ถูกสัมภาษณ์..... อายุ..... ปี
ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด.....

แบบทดสอบการได้ยินห้านาทีฉบับภาษาไทย

คำถาม	เกือบ ตลอด 3	ครึ่ง หนึ่ง 2	เป็น ครึ่ง คราว 1	ไม่เคย 0
1) ฉันมีปัญหาในการฟังเสียงโทรศัพท์	√			
2) ฉันมีความลำบากที่จะปะติดปะต่อเรื่องที่สนทนาเวลามีคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปพูดพร้อมกัน				√
3) คนทั่วไปบอกว่าฉันเปิดทีวีเสียงดัง				√
4) ฉันต้องพยายามอย่างหนักที่จะเข้าใจการสนทนา			√	
5) ฉันไม่ได้ยินเสียงต่างๆไป เช่นโทรศัพท์หรือกริ่งประตู		√		
6) ฉันมีความลำบากในการฟังการสนทนาในที่ที่มีเสียงรบกวน เช่นงานเลี้ยง			√	
7) ฉันรู้สึกสับสนว่าเสียงมาจากทางไหน			√	
8) ฉันไม่เข้าใจคำบางคำในประโยคและจำเป็นต้องขอให้คนพูดซ้ำ	√			
9) ฉันมีปัญหาโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการทำความเข้าใจคำพูดของผู้หญิงและเด็ก		√		

10) ฉันทำงานในที่ๆมีเสียงดัง เช่น โรงงาน ชุตเจาะถนน เครื่องจักรไอน้ำ เป็นต้น			✓	
11) คนหลายคนที่ฉันคุยด้วยดูเหมือนจะพูดพึมพำ หรือพูดไม่ชัด				✓
12) คนทั่วไปรู้สึกรำคาญเพราะฉันไม่เข้าใจว่าเขาพูดอะไร				✓
13) ฉันไม่เข้าใจในสิ่งที่คนอื่นกำลังพูดทำให้ตอบสนองไม่เหมาะสม				✓
14) ฉันหลีกเลี่ยงงานสังคม เพราะฉันได้ยินไม่ดีและกลัวว่าจะตอบไม่ตรงคำถาม			✓	
15) ขอนี้ให้คนในครอบครัวหรือเพื่อนตอบคำถามแทนคุณคิดว่าบุคคลนี้มีปัญหาการได้ยินหรือไม่			✓	
รวม (6+4+6+0) = 16	2X3=6	2X2=4	6X1=6	5X0=0

คู่มือ

แบบสอบถามภาวะพึงพาทางการได้ยินสำหรับผู้สูงอายุ

แบบสอบถามนี้มี จำนวนทั้งสิ้น 25 ข้อ โดยผู้สูงอายุที่มีผลการประเมินด้วยแบบสอบถามการได้ยินห้านาที ฉบับภาษาไทย ที่มีคะแนนรวม FMHT ตั้งแต่ 12 คะแนนขึ้นไป ต้องตอบแบบสอบถามภาวะพึ่งพาทางการได้ยินสำหรับผู้สูงอายุ ด้วย หากส่วนนี้ผู้สูงอายุไม่สามารถตอบคำถามได้เอง ให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เป็นผู้สัมภาษณ์และกรอกข้อมูลแทน โดยใส่เครื่องหมาย (v) ลงในคำตอบที่ผู้สูงอายุเลือก มีตัวเลือกทั้งหมด 3 ตัว คือ

- ใช้ หมายถึง ผู้สูงอายุประสบปัญหาเหล่านั้นเป็นประจำ หรือตลอดเวลา

- บางครั้ง หมายถึง ผู้สูงอายุประสบปัญหาดังกล่าวบ้าง หรือเป็นนานๆ ครั้ง

- ไม่ หมายถึง ผู้สูงอายุไม่เคยประสบปัญหา หรือ ไม่เคยรู้สึกว่ามีปัญหาเหล่านั้น

หลังจากอ่านคำถามที่ละข้อให้ผู้สูงอายุตอบ หากผู้สูงอายุไม่เข้าใจข้อใด ให้อธิบายความหมายแต่ละข้อเพิ่มเติม

คำถามข้อที่ 1 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณใช้โทรศัพท์น้อยลงกว่าที่เคยทำหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ผู้สูงอายุไม่ยากคุยโทรศัพท์ หรือพยายามหลีกเลี่ยงการคุยโทรศัพท์ เพราะรู้สึกว่าคุยไม่ค่อยรู้เรื่อง หรือ ฟังไม่เข้าใจ

คำถามข้อที่ 2 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกอายเวลาพบปะกับผู้คนใหม่ๆ หรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ผู้สูงอายุมีความรู้สึกไม่กล้าคุยกับคนที่เพิ่งรู้จัก หรือ คนที่ไม่รู้จัก เพราะกลัวจะไม่ได้ยิน หรือ ได้ยินคู่สนทนาพูดไม่ชัดเจน ทำให้คุยกันไม่ค่อยรู้เรื่อง

คำถามที่ 3 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณหลีกเลี่ยงการพบปะกลุ่มคนหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่ออยู่ในที่ที่มีคนคุยกันเป็นกลุ่มๆ เช่น ประชุม หมู่บ้าน จักกลุ่มคุยกันกับเพื่อนบ้าน ผู้สูงอายุมักไม่เข้าไปร่วมพูดคุยด้วย

คำถามที่ 4 “ปัญหาการได้ยินเป็นสาเหตุทำให้คุณรู้สึกหงุดหงิดหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ผู้สูงอายุมักเกิดความรู้สึกรำคาญ อารมณ์เสีย หรือมีอาการหงุดหงิด เมื่อมีคนพูดด้วย แต่ตัวเองไม่ค่อยได้ยิน

คำถามที่ 5 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกท้อแท้เวลาพูดคุยกับคนในครอบครัว หรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อคนในครอบครัวพูดด้วย แต่ตัวเองไม่ค่อยได้ยิน และมักเกิดเหตุการณ์แบบนี้บ่อยๆ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเบื่อหน่าย จนไม่อยากคุยกับคนในครอบครัว

คำถามที่ 6 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาร่วมงานเลี้ยงหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อผู้สูงอายุต้องไปงานเลี้ยง เช่น งานบุญหมู่บ้าน งานแต่งงาน มักมีปัญหาในการพูดคุยกับคนในงาน เพราะตัวเองไม่ค่อยได้ยิน

คำถามที่ 7 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกโง่หรือสมองทึบหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ผู้สูงอายุรู้สึกเหมือนตัวเองโง่ ไม่ค่อยจะรู้เรื่องอะไรกับคนอื่น เพราะหูไม่ค่อยได้ยิน ในขณะที่คนอื่นรู้เรื่องที่คุยกันดี

คำถามที่ 8 “คุณฟังลำบากเวลาคนพูดกระซิบหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม หากมีคนพูดด้วยเสียงเบาๆ ผู้สูงอายุรู้สึกฟังไม่ค่อยได้ยิน หรือบางครั้งไม่รู้ตัวด้วยซ้ำว่ามีคนพูดด้วย ต้องให้คนที่คุยด้วยต้องบอกหรือพูดซ้ำๆ ตัวเองจึงจะรู้เรื่อง

คำถามที่ 9 “คุณรู้สึกว่าตนเองพิการเพราะปัญหาการได้ยินหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตัวเองเป็นภาระต่อคนในครอบครัว หรือต้องการได้รับการช่วยเหลือ เพราะตัวเองหูไม่ได้ยิน

คำถามที่ 10 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาไปเยี่ยมเยียนเพื่อน ญาติ หรือเพื่อนบ้านหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อต้องไปเยี่ยมญาติ หรือเพื่อนๆ ผู้สูงอายุจะรู้สึกไม่ค่อยอยากจะไป เพราะรู้สึกว่าตนเองไม่ค่อยได้ยิน ทำให้พูดคุยกับญาติ หรือ เพื่อนไม่ค่อยรู้เรื่อง

คำถามที่ 11 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาน้อยลงกว่าที่คุณ อยากทำหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม หากผู้สูงอายุชอบไปทำบุญที่วัดเป็นประจำ แต่เมื่อหูไม่ค่อยได้ยิน ทำให้ผู้สูงอายุไม่ค่อยจะไปทำบุญที่วัดเหมือนเดิม

คำถามที่ 12 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกวิตกกังวลหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ผู้สูงอายุรู้สึกกังวลใจ ไม่สบายใจ หรือครุ่นคิดตลอดเวลาเกี่ยวกับอาการหูไม่ค่อยได้ยิน ของตัวเอง

คำถามที่ 13 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณเยี่ยมเยียนเพื่อน ญาติ หรือเพื่อนบ้าน น้อยลงกว่าที่คุณอยากทำหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม หากผู้สูงอายุชอบไปเยี่ยมเยียนญาติ หรือเพื่อนๆ บ่อยๆ เมื่อผู้สูงอายุหูไม่ค่อยได้ยิน ทำให้ไม่อยากไปเยี่ยมเยียนญาติพี่น้อง หรือเพื่อนๆ ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ จะไม่ไปเลย

คำถามที่ 14 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณทะเลาะกับคนในครอบครัวหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อผู้สูงอายุเกิดปัญหาหูไม่ได้ยิน ทำให้เวลาที่คุยกับญาติมักจะไม่ค่อยรู้เรื่อง หรือบางครั้งคนในครอบครัวพูดด้วยตัวเองก็ไม่ได้ยิน ทำให้เกิดความไม่เข้าใจกัน และทะเลาะกับคนใน ครอบครัว

คำถามที่ 15 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาฟังทีวีหรือวิทยุหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เวลาดูทีวี หรือฟังวิทยุ ผู้สูงอายุชอบเปิดเสียงดังๆ มาก บางครั้งคนในครอบครัว จะบ่นให้ลดเสียงลง หรือบ่นหนวกหู

คำถามที่ 16 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณไปซื้อของน้อยกว่าที่คุณอยากทำหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ปกติผู้สูงอายุจะไปซื้อของเองที่ตลาดหรือร้านค้า เมื่อมีปัญหาการได้ยิน ทำให้ผู้สูงอายุไม่อยากจะไปซื้อของด้วยตนเอง เพราะกลัวว่าจะพูดกับแม่ค้าไม่ค่อยรู้เรื่อง

คำถามที่ 17 “ปัญหาหรือความลำบากในการได้ยินทำให้คุณเสียใจหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม การที่หูไม่ได้ยิน ทำให้ผู้สูงอายุเสียใจ ไม่สบายใจ หรือคิดถึงแต่ปัญหานี้ อยู่ตลอดเวลา จนบางครั้งอาจทำให้ร้องไห้ได้

คำถามที่ 18 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณต้องการใช้ชีวิตอิสระไม่พึ่งพาคนอื่นใช่หรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อหูไม่ได้ยิน ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตัวเองสามารถทำอะไรได้ด้วยตัวเอง โดยไม่ต้องพึ่งพาหรือได้รับการช่วยเหลือจากญาติ หรือเพื่อนๆ

คำถามที่ 19 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณพูดคุยกับคนในครอบครัวน้อยครั้งลงกว่าที่คุณอยากทำหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อมีปัญหาหุไม่ค่อยได้ยิน ทำให้ผู้สูงอายุพูดคุยกับคนในครอบครัวน้อยลง หรือพูดเฉพาะเท่าที่จำเป็นจริงๆ หากสื่อสารด้วยวิธีการอื่นได้ จะใช้วิธีอื่นแทนการพูด

คำถามที่ 20 “คุณรู้สึกว่ามีปัญหาทางการได้ยินรบกวนชีวิตส่วนตัวหรือการเข้าสังคม ของคุณหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อมีปัญหาหุไม่ค่อยได้ยิน ทำให้ผู้สูงอายุไม่ค่อยอยากที่จะไปร่วมงาน หรือกิจกรรมทางสังคม เช่น งานบุญ งานบวช งานแต่งงาน เพราะกลัวว่าหากไปในงานแล้วจะพูดกับ คนอื่นไม่รู้เรื่อง

คำถามที่ 21 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาอยู่ในร้านอาหารกับญาติหรือ เพื่อนหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อผู้สูงอายุไปรับประทานอาหารกับคนในครอบครัวในร้านอาหาร หรือไปงานเลี้ยงแต่งงาน ผู้สูงอายุรู้สึกคุยกับคนในงานไม่ค่อยรู้เรื่อง หรือได้ยินไม่ชัดเจน ต้องถามซ้ำๆ บ่อยๆ

คำถามที่ 22 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกหดหู่หรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม ปัญหาทางการได้ยินทำให้ผู้สูงอายุชอบอยู่คนเดียว ไม่อยากที่จะพูดคุยกับใคร อยากอยู่คนเดียวมากกว่าอยู่กับคนอื่น

คำถามที่ 23 “ปัญหาทางการได้ยินทำให้คุณฟังทีวีหรือวิทยุ น้อยลงกว่าที่คุณอยากทำ หรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อผู้สูงอายุอยากจะดูทีวี หรือ ฟังวิทยุ เมื่อมีปัญหาการได้ยินทำให้ผู้สูงอายุ ไม่ดูทีวีหรือฟังวิทยุ เหมือนที่เคยทำมาก่อน

คำถามที่ 24 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกอึดอัดเวลาคุยกับเพื่อนๆ หรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อพบปะกับเพื่อนๆ ผู้สูงอายุรู้สึกไม่อยากคุยด้วย เพราะกลัวว่าตัวเองจะฟังเพื่อน ไม่รู้เรื่อง ตอบคำถามของเพื่อนไม่ถูกต้อง

คำถามที่ 25 “ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกโดดเดี่ยวหรือไม่”

คำอธิบายเพิ่มเติม เมื่อผู้สูงอายุหูไม่ค่อยได้ยิน ทำให้ไม่อยากพูดคุยกับคนในครอบครัว หรืออยากจะพูดแต่คนในครอบครัวไม่ค่อยอยากที่จะพูดด้วยเพราะตัวเองหูไม่ค่อยได้ยิน ทำให้คุยกันไม่รู้เรื่อง ทำให้ผู้สูงอายุ รู้สึกเหงาไม่ค่อยได้คุยกับใคร อยากอยู่คนเดียวมากกว่า

2. วิธีการรวมคะแนนแบบสอบถาม มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังต่อไปนี้

- “ใช่” มีค่าคะแนนเท่ากับ 4
- “บางครั้ง” มีค่าคะแนนเท่ากับ 2
- “ไม่ใช่” มีค่าคะแนนเท่ากับ 0

ตัวอย่าง

ชื่อผู้ถูกสัมภาษณ์..... อายุ..... ปี
ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด.....

แบบสอบถามภาวะพึงพาทางการได้ยินสำหรับผู้สูงอายุ

แบบสอบถามนี้มีจุดประสงค์เพื่อชี้วัดปัญหาที่มีสาเหตุจากการสูญเสียการได้ยิน กรุณาทำเครื่องหมาย “ใช่” “บางครั้ง” หรือ “ไม่ใช่” ลงในคำถามแต่ละข้อ และตอบคำถามตามลำดับ หากท่านใช้เครื่องช่วยฟังกรุณาตอบคำถามตามความรู้สึกเมื่อถอดเครื่องช่วยฟังออก

1. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณใช้โทรศัพท์น้อยลงกว่าที่เคยทำหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่
2. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกอายเวลาพบปะกับผู้คนใหม่ๆ หรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่
3. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณหลีกเลี่ยงการพบปะกลุ่มคนหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่
4. ปัญหาการได้ยินเป็นสาเหตุทำให้คุณรู้สึกหงุดหงิดหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่
5. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกท้อแท้เวลาพูดคุยกับคนในครอบครัว หรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่
6. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาร่วมงานเลี้ยงหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่
7. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกหงุดหงิดหรือสมองทึบหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่
8. คุณฟังลำบากเวลาคนพูดกระซิบหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ใช่

9. คุณรู้สึกว่าคุณเองพิการเพราะปัญหาการได้ยินหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
10. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาไปเยี่ยมเยียนเพื่อน ญาติ หรือเพื่อนบ้านหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
11. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา น้อยลงกว่าที่คุณ อยากทำหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
12. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกวิตกกังวลหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
13. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณเยี่ยมเยียนเพื่อน ญาติ หรือเพื่อนบ้าน น้อยลงกว่าที่คุณอยากทำหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
14. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณทะเลาะกับคนในครอบครัวหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
15. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาฟังทีวีหรือวิทยุหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
16. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณไปซื้อของน้อยลงกว่าที่คุณอยากทำหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
17. ปัญหาหรือความลำบากในการได้ยินทำให้คุณเสียใจหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
18. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณต้องการใช้ชีวิตอิสระไม่พึ่งพาคนอื่นใช่หรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
19. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณพูดคุยกับคนในครอบครัว น้อยครั้งลงกว่าที่ คุณอยากทำหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
20. คุณรู้สึกว่าปัญหาทางการได้ยินรบกวนชีวิตส่วนตัว หรือการเข้าสังคม ของคุณหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
21. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณลำบากเวลาอยู่ในร้านอาหาร กับญาติหรือ เพื่อนหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
22. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกหดหู่หรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่

23. ปัญหาทางการได้ยินทำให้คุณฟังทีวีหรือวิทยุน้อยลงกว่าที่คุณอยากทำ หรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
24. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกอึดอัดเวลาคู่กับเพื่อนๆ หรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่
25. ปัญหาการได้ยินทำให้คุณรู้สึกโดดเดี่ยวหรือไม่	☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่



คู่มือ

แบบสอบถามประเมินสภาวะสุขภาพ (HUI 3)

คำถามต่อไปนี้จะถามเกี่ยวกับสุขภาพของคุณในด้านต่างๆ เวลาที่ตอบคำถามเหล่านี้ เราอยากให้คุณนึกถึง สุขภาพในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมาของคุณ และความสามารถของคุณในการทำสิ่งต่างๆ ในแต่ละวัน

ในการกำหนดระยะเวลา 2 สัปดาห์นั้นให้คุณนึกถึงวันที่ของ 2 สัปดาห์ที่แล้วและระลึกย้อนกลับว่า มีเหตุการณ์สำคัญใดบ้างที่คุณประสบในช่วงนั้น โปรดเน้นคำตอบของคุณไปที่ความสามารถ ความบกพร่อง และคุณรู้สึกอย่างไรในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา

คุณอาจจะรู้สึกว่าคุณบางข้อไม่เกี่ยวข้องกับคุณ แต่เป็นสิ่งจำเป็นที่เราต้องถามคำถามเดียวกันนี้กับทุกคน นอกจากนี้คำถามบางข้ออาจฟังดูคล้ายๆ กัน โปรดอย่าสนใจ และตอบคำถามแต่ละข้อแยกกัน

ข้อมูลทั้งหมดของคุณจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด สิ่งที่เราต้องการคือ ความคิดเห็นของคุณเกี่ยวกับความสามารถและความรู้สึกของคุณ

คำชี้แจงสำหรับผู้สัมภาษณ์:

ในแต่ละคำถามให้อ่านประโยคหรือคำถามตามที่เขียนไว้ด้านซ้ายของหน้ากระดาษ ซึ่งอยู่หลังหมายเลขข้อ โดยให้เน้นที่คำที่ขีดเส้นใต้ (ถ้ามี) ห้ามอ่านตัวเลือกของคำตอบที่อยู่ด้านขวาของหน้าคำตอบของผู้ตอบ ในแต่ละข้อ ให้ทำเครื่องหมายให้ชัดเจนในวงกลมหน้าคำตอบที่เหมาะสมที่อยู่ด้านขวาเพียงหนึ่งคำตอบ พยายามกระตุ้นให้ได้คำตอบที่เฉพาะเจาะจงเนื่องจากคำตอบ “ไม่รู้” และ “ปฏิเสธที่จะตอบคำถาม” นั้น หมายถึงข้อมูลที่ไม่สมบูรณ์ และทำให้ขาดข้อมูลที่เป็นประโยชน์ไป ให้ถามตาม

ระบบข้ามข้อคำถาม อย่างระมัดระวัง คำถามหรือคำตอบที่เพิ่มเติมเข้ามา หรือคำตอบที่ไม่สมบูรณ์ จะทำให้มีปัญหาในการคิด คะแนนของผู้ตอบ

การมองเห็น

1. ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถมองเห็น ☐ ใช่ --> ไปข้อ 4
 ได้ดีพอที่จะอ่านรายละเอียดในหนังสือพิมพ์ โดย ☐ ไม่ใช่
ไม่ใช่แว่นสายตา หรือคอนแทคเลนส์ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ คุณสามารถอ่านหนังสือพิมพ์ โดยไม่ใช่แว่น ไซ่หรือไม่”) ☐ ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 4
 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อสองต่อ
2. โดยทั่วไปคุณสามารถมองเห็นได้ดีพอที่จะอ่าน ☐ ใช่ --> ไปข้อ 4
 รายละเอียดในหนังสือพิมพ์ได้ หากคุณใส่แว่นตา ☐ ไม่ใช่
 หรือคอนแทคเลนส์ ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ/ไม่ใส่แว่นหรือ
 คอนแทคเลนส์
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “คุณสามารถอ่านหนังสือพิมพ์ได้เมื่อใส่แว่นไซ่หรือไม่”) ☐ ไม่ตอบ
☐ ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 4
 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อสามต่อ
3. ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถมองเห็น ☐ ใช่
 ได้บ้าง ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ใช่ --> ไปข้อ 6
☐ ไม่ทราบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “คุณพอที่จะมองเห็นได้บ้างใช่หรือไม่”) ☐ ไม่ตอบ
☐ ตอบไม่ใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 6
 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อสี่ต่อ

- 4 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถมองเห็น ○ ใช่ --> ไปข้อ 6
 ได้ดีพอที่จะจำเพื่อนที่ยืนอยู่อีกฟากหนึ่งของถนน ○ ไม่ใช่
 และคู่อกว่า เป็นเขา โดยไม่ ใช้แว่นสายตา หรือ ○ ไม่ทราบ
 คอนแทคเลนส์ ใช่หรือไม่ ○ ไม่ตอบ
 ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 6
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
 “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ คุณมองเห็นเพื่อนที่ยืนอยู่ ข้อห้าต่อ
 อีกฟากหนึ่งของ ถนน และคู่อกว่าเป็นเขาโดยไม่
 ใช้แว่นสายตาใช่หรือไม่”)
- 5 โดยทั่วไปคุณสามารถมองเห็นได้ดีพอที่จะจำเพื่อน ○ ใช่
 ในขณะที่เขาอยู่อีกฟากหนึ่งของถนนได้ หาก คุณ ○ ไม่ใช่
 ใส่แว่นตาหรือ คอนแทคเลนส์ ใช่หรือไม่ ○ ไม่ทราบ
 ○ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ตอบเสร็จทำข้อ 6 ต่อ
 “เมื่อใส่แว่นสายตา คุณมองเห็นเพื่อนที่ยืนอยู่อีก
 ฟาก หนึ่งของถนน และคู่อกว่าเป็นเขาใช่หรือ
 ไม่”)

การได้ยิน

- 6 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถได้ยินคำ ○ ใช่ --> ไปข้อ 11
 พูดใน กลุ่มสนทนาที่มีคนอย่างน้อย 3 คนได้ โดย ○ ไม่ใช่
ไม่ ใช้เครื่องช่วยฟัง ใช่หรือไม่ ○ ไม่ทราบ
 ○ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 11
 “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ เวลาที่มีคนตั้งแต่ 3 คนขึ้น เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
 ไปจับกลุ่มคุยกัน คุณฟังเขาพูดรู้เรื่อง โดยไม่ต้อง
 ใช้เครื่องช่วยฟัง ใช่หรือไม่”)

- 7 โดยทั่วไปคุณสามารถได้ยินคำพูดในกลุ่มสนทนา ☐ ใช่ --> **ไปที่ข้อ 9**
 ที่มีคน อย่างน้อย 3 คนได้ โดยใช้เครื่องช่วยฟัง ☐ ไม่ใช่
 หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “เวลาที่มีคนตั้งแต่ 3 คนขึ้นไปจับกลุ่มคุยกัน คุณฟังเขาพูดรู้เรื่อง หากใช้เครื่องช่วยฟัง ใช่หรือไม่”) **ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 9**
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อ 8 ต่อ
- 8 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถได้ยินได้ ☐ ใช่
 บ้าง ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ใช่ --> **ไปข้อ 11**
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ คุณยังได้ยินอยู่บ้างใช่หรือไม่”) **ตอบไม่ใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 11**
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อ 9 ต่อ
- 9 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถได้ยินคำ ☐ ใช่ --> **ไปที่ข้อ 11**
 พูด ในการสนทนากับอีกคนหนึ่งในห้องที่เงียบ ☐ ไม่ใช่
โดยไม่ใช้เครื่องช่วยฟัง ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ เวลาคุยกันเงียบๆสองคน คุณฟังเขาพูดรู้เรื่อง โดยไม่ต้องใช้เครื่องช่วยฟัง ใช่หรือไม่”) **ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 11**
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อ 10 ต่อ
- 10 โดยทั่วไปคุณสามารถได้ยินคำพูดในการสนทนา ☐ ใช่
 กับ อีกคนหนึ่งในห้องที่เงียบได้ โดยใช้เครื่องช่วย ☐ ไม่ใช่
 ฟังใช่หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ/ไม่ใส่เครื่องช่วยฟัง
☐ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “เวลาที่คุยกันเงียบๆสองคน คุณฟังเขาพูดรู้เรื่อง หากใช้เครื่องช่วยฟัง ใช่หรือไม่”) **ตอบเสร็จทำข้อ 11**

การพูด

- 11 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมาเมื่อคุยกับคนแปลกหน้าด้วย ภาษาของคุณ พวกเขาสามารถเข้าใจในสิ่งที่คุณพูด ได้ทั้งหมดใช่หรือไม่
- ใช่ --> ไปที่ข้อ 16
○ ไม่ใช่
○ ไม่ทราบ
○ ไม่ตอบ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ เมื่อคุยกับคนแปลกหน้า เขาเข้าใจที่คุณพูด ได้ทั้งหมดใช่หรือไม่”)
ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 16
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อ 12 ต่อ
- 12 โดยทั่วไป เมื่อคุยกับคนแปลกหน้า พวกเขาจะเข้าใจในสิ่งที่คุณพูดได้แค่บางส่วน ใช่หรือไม่
- ใช่
○ ไม่ใช่
○ ไม่ทราบ
○ ไม่ตอบ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “เมื่อคุยกับคนแปลกหน้า เขาเข้าใจที่คุณพูด ได้ แค่บางส่วนใช่หรือไม่”)
ตอบเสร็จทำข้อ 13
- 13 ในระยะเวลาสองสัปดาห์ที่ผ่านมา เมื่อคุยกับคนที่รู้จักคุณดี พวกเขาจะเข้าใจในสิ่งที่คุณพูดได้ทั้งหมดใช่หรือไม่
- ใช่ --> ไปที่ข้อ 16
○ ไม่ใช่
○ ไม่ทราบ
○ ไม่ตอบ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ เวลาคุยกับคนที่สนิทหรือคุ้นเคยกันดี เขาเข้าใจที่คุณพูด ได้ทั้งหมดใช่หรือไม่”)
ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 16
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อ 14 ต่อ

- 14 โดยทั่วไป เมื่อคุยกับคนที่รู้จักคุณดี พวกเขาจะ ☐ ใช่ --> ไปที่ข้อ 16
 เข้าใจในสิ่งที่คุณพูดได้ แค่บางส่วน ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ☐ ไม่ตอบ
 “เวลาคุยกับคนที่สนิทหรือคุ้นเคยกันดี เขาเข้าใจ
 ที่คุณพูด แค่บางส่วน ใช่หรือไม่”) ☐ ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 16
 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
 ข้อ 15 ต่อ
- 15 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถพูดได้ ☐ ใช่
 บ้างใช่หรือไม่ ☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ☐ ไม่ตอบ
 “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ คุณยังพูดได้บ้างหรือไม่”) ☐ ตอบเสร็จให้ทำข้อ 16 ต่อ

การเคลื่อนไหว

- 16 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถก้ม ยก ☐ ใช่ --> ไปที่ข้อ 24
 ของ กระโดด และวิ่ง โดยสะดวกและไม่ต้องขอ ☐ ไม่ใช่
ความช่วยเหลือ หรือไม่ต้องใช้อุปกรณ์ช่วยใดๆ ใช่ ☐ ไม่ทราบ
 หรือไม่ ☐ ไม่ตอบ
 ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 24
 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
 ข้อ 17 ต่อ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า
 “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ คุณก้ม ยกของ กระโดด
 และวิ่งได้เองโดยไม่ต้องขอให้คนอื่นช่วย หรือใช้
 อุปกรณ์ช่วย ใช่หรือไม่”)
- 17 โดยทั่วไปคุณสามารถเดินไปไหนมาไหนได้ โดย ☐ ใช่ --> ไปที่ข้อ 24
สะดวก และไม่ต้องขอความช่วยเหลือหรือไม่ต้อง ☐ ไม่ใช่
ใช้อุปกรณ์ช่วย ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ☐ ไม่ตอบ
 “คุณเดินไปไหนมาไหนเอง โดยไม่ต้องขอให้คนอื่น
 ช่วย หรือใช้อุปกรณ์ช่วย ใช่หรือไม่”) ☐ ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 24
 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
 ข้อ 18 ต่อ

- 18 โดยทั่วไปคุณสามารถเดินไปไหนมาไหนได้อย่างไร ☐ ใช่ --> ไปที่ข้อ 24
ลำบาก แต่ไม่ต้องขอความช่วยเหลือหรือไม่ต้องใช้ ☐ ไม่ใช่
อุปกรณ์ช่วย ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “คุณเดินไปไหนมาไหนเองแม้ว่าจะลำบาก แต่ไม่ต้องขอให้คนอื่นช่วย หรือใช้อุปกรณ์ช่วย ใช่หรือไม่”)
 ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 24
 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อ 19 ต่อ
- 19 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถเดินได้บ้าง ใช่หรือไม่ ☐ ใช่
☐ ไม่ใช่ --> ไปข้อ 22
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 ตอบไม่ใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 22 เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำข้อ 20 ต่อ
- 20 โดยทั่วไปคุณต้องใช้อุปกรณ์ช่วย (เช่น ไม้เท้า ไม้ค้ำยัน หรืออุปกรณ์ในการช่วยพยุง) ในการเดินไปไหนมาไหน ใช่หรือไม่ ☐ ใช่
☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 ตอบเสร็จทำข้อ 21
- 21 โดยทั่วไปคุณต้องขอความช่วยเหลือจากคนอื่นเวลาเดิน ใช่หรือไม่ ☐ ใช่
☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
 ตอบเสร็จทำข้อ 22

- 22 โดยทั่วไปคุณต้องใช้เก้าอี้รถเข็นเวลาไปไหนมาไหน ☐ ใช่
☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
ตอบเสร็จทำข้อ 23
- 23 โดยทั่วไปคุณต้องให้คนอื่นช่วยเข็นเก้าอี้รถเข็นเพื่อ ☐ ใช่
ไปไหนมาไหน ☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
ตอบเสร็จทำข้อ 24

การใช้มือและนิ้ว

- 24 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณใช้งานมือทั้งสอง ☐ ใช่ --> ไปที่ข้อ 28
ข้างและ นิ้วทั้งสิบได้อย่างเต็มที่ใช่หรือไม่ ☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 28
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
ข้อ 25 ต่อ
- 25 คุณต้องขอความช่วยเหลือจากคนอื่นเพราะใช้มือ ☐ ใช่ --> ไปที่ข้อ 27
หรือนิ้ว ไม่สะดวกใช่หรือไม่ ☐ ไม่ใช่
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 27
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
ข้อ 26 ต่อ

- 26 คุณต้องขอความช่วยเหลือจากคนอื่นเวลาทำกิจกรรมบาง อย่าง กิจกรรมส่วนใหญ่ หรือทุก กิจกรรม
- ในงานบางอย่าง
○ ในงานส่วนใหญ่
○ ในงานทุกอย่าง
○ ไม่ทราบ
○ ไม่ตอบ
- ตอบเสร็จทำข้อ 27
- 27 คุณต้องใช้อุปกรณ์พิเศษ (เช่น อุปกรณ์ที่ช่วยเวลา แต่งตัว หรือกินอาหาร) เพราะใช้มือหรือนิ้วมือไม่ สะดวกใช้หรือไม่
- ใช่
○ ไม่ใช่
○ ไม่ทราบ
○ ไม่ตอบ
- ตอบเสร็จทำข้อ 28

การช่วยเหลือตัวเอง

- 28 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณสามารถกินอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว และใช้ห้องน้ำได้โดยสะดวกใช้หรือไม่
- ใช่ --> ไปที่ข้อ 31
○ ไม่ใช่
○ ไม่ทราบ
○ ไม่ตอบ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “เวลากินอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว หรือใช้ห้องน้ำ คุณทำได้สะดวกใช้หรือไม่”)
- ตอบใช่ให้ข้ามไปทำข้อ 31
เลย ถ้าตอบอย่างอื่นทำ
ข้อ 29 ต่อ
- 29 โดยทั่วไปคุณต้องขอความช่วยเหลือจากคนอื่น เวลา กินอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว หรือใช้ห้องน้ำใช้หรือไม่
- ใช่
○ ไม่ใช่
○ ไม่ทราบ
○ ไม่ตอบ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “เวลากินอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว หรือใช้ห้องน้ำ คุณต้องให้คนอื่นช่วยใช้หรือไม่”)
- ตอบเสร็จทำข้อ 30

- 30 คุณต้องการอุปกรณ์พิเศษหรือเครื่องมือสำหรับ ☐ ใช่
ช่วย เวลากินอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว หรือใช้ห้อง ☐ ไม่ใช่
น้ำใช้หรือไม่ ☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ตอบเสร็จทำข้อ 31
“เวลากินอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว หรือใช้ห้องน้ำ
คุณต้องใช้เครื่องมือช่วยใช่หรือไม่”)

ความรู้สึก

- 31 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณรู้สึกมีความสุข ☐ มีความสุข
หรือไม่มีความสุข ☐ ไม่มีความสุข--> **ไปข้อ 33**
☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
- ตอบไม่ใช่ให้ข้ามไปทำข้อ
33 เลย ถ้าตอบอย่างอื่น
ทำข้อ 32 ต่อ
- 32 คุณจะบอกว่าโดยทั่วไปแล้วคุณเป็นอย่างไร ☐ ก --> **ไปข้อ 34**
(ก) มีความสุขและรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า หรือ ☐ ข --> **ไปข้อ 34**
(ข) มีความสุขบ้าง ☐ ไม่ทราบ
☐ ไม่ตอบ
- ตอบ ก หรือ ข ข้ามไปทำ
ข้อ 34 เลย ถ้าตอบอย่าง
อื่นทำข้อ 33 ต่อ

- 33 คุณจะบอกว่าโดยทั่วไปแล้วคุณเป็นอย่างไร
- ไม่ค่อยมีความสุข
 - ไม่มีความสุขอย่างมาก
 - ไม่มีความสุขอย่างมากจนรู้สึกว่าการมีชีวิตไม่มีคุณค่า
 - ไม่ทราบ
 - ไม่ตอบ
- ตอบเสร็จทำข้อ 34
- 34 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณเคยรู้สึกหงุดหงิด โกรธ ฉุนเฉียว วิตกกังวล หรือหดหู่หรือไม่
- ใช่
 - ไม่ --> ไปข้อ 37
 - ไม่ทราบ
 - ไม่ตอบ
- ตอบไม่ให้ข้ามไปทำข้อ 37 เลย ถ้าตอบอย่างอื่น ทำข้อ 35 ต่อ
- 35 คุณรู้สึกฉุนเฉียว โกรธ หงุดหงิด วิตกกังวล หรือหดหู่บ่อยแค่ไหน: นานๆ ครั้ง เป็นบางครั้ง บ่อยๆ หรือ เกือบตลอดเวลา
- น้อยมาก
 - บางครั้ง
 - บ่อย ๆ
 - เกือบตลอดเวลา
 - ไม่ทราบ
 - ไม่ตอบ
- ตอบเสร็จทำข้อ 36
- 36 ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณเคยรู้สึกหงุดหงิด โกรธ ฉุนเฉียว วิตกกังวลหรือหดหู่สุดๆ ถึงขั้นที่ต้องการความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญใช่หรือไม่
- ใช่
 - ไม่ใช่
 - ไม่ทราบ
 - ไม่ตอบ
- (ถ้าหากถามแล้วผู้สอยไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ คุณเคยรู้สึกหงุดหงิด โกรธ ฉุนเฉียว วิตกกังวลหรือหดหู่สุดๆ ถึงขั้นที่ต้องการความช่วยเหลือจากผู้รู้ใช่หรือไม่”)
- ตอบเสร็จทำข้อ 37

ความจำ

- 37 คุณจะอธิบายความสามารถของคุณในการจดจำ ○ จดจำสิ่งต่างๆได้เกือบทุก
 สิ่งของ ในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมาว่าเป็นอย่างไร อย่าง
 ○ หลงลืมบ้าง
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ○ ลืมเกือบทุกสิ่ง
 “ความจำของคุณในช่วงสองสัปดาห์นี้เป็นอย่างไร”) ○ จดจำอะไรไม่ได้เลยแม้แต่
 น้อย
 ○ ไม่ทราบ
 ○ ไม่ตอบ
 ตอบเสร็จทำข้อ 38

การคิด

- 38 คุณจะบอกว่าความสามารถในการคิด และแก้ ○ สามารถคิดได้อย่างชัดเจน
 ปัญหาในชีวิตประจำวัน ในระยะเวลาสองสัปดาห์ แก้ปัญหาได้
 ที่ผ่านมา ของคุณเป็นอย่างไร: ○ มีปัญหาเล็กน้อย
 ○ มีปัญหาบางครั้ง
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ○ มีปัญหามาก
 ความคิดในการแก้ปัญหา ในช่วงสองสัปดาห์นี้เป็น ○ ไม่สามารถคิด และแก้
 อย่างไร) ปัญหาได้เลย
 ○ ไม่ทราบ
 ○ ไม่ตอบ
 ตอบเสร็จทำข้อ 39

ความเจ็บปวด

- 39 คุณมีปัญหาเกี่ยวกับอาการปวดหรือไม่สบายตัวใน ○ ใช่
 ช่วงสอง สัปดาห์ที่ผ่านมาใช่หรือไม่ ○ ไม่ --> ไปข้อ 41
 ○ ไม่ทราบ
 ○ ไม่ตอบ
 ○ ตอบไม่ให้ข้ามไปทำข้อ
 41 เลย ถ้าตอบอย่างอื่น
 ทำข้อ 40 ต่อ

- 40 คุณมีกิจกรรมในช่วงสองสัปดาห์ที่ผ่านมาที่ถูก ○ ไม่มีเลย
 จำกัดเพราะ อาการปวดหรือไม่สบายตัวมากแค่ ○ เล็กน้อย
 ไหน ○ บางครั้ง
 ○ ส่วนใหญ่
 (ถ้าหากถามแล้วผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ใช้คำถามว่า ○ ทั้งหมด
 “ในช่วงสองสัปดาห์นี้ คุณทำงานไม่ได้จากมี ○ ไม่ทราบ
 อาการปวดมากแค่ไหน”) ○ ไม่ตอบ
- ตอบเสร็จทำข้อ 41
- 41 โดยรวมแล้ว คุณประเมินสุขภาพคุณในช่วงสอง ○ ดีที่สุด
 สัปดาห์ที่ ผ่านมาเป็นอย่างไ ○ ดีมาก
 ○ ดี
 ○ พอใช้
 ○ แย่
 ○ ไม่ทราบ
 ○ ไม่ตอบ



[illegible]

[illegible]



พิมพ์ที่ : หอถ.โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา 232/199 ถ.ศรีจันทร์ ต.ในเมือง อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40000
Tel. 0-4332-8589-91 Fax. 0-4332-8592 E-mail : klungpress@hotmail.com 2559 สหิต 08