

ภาคผนวก

แบบสอบถามทัศนคติต่อการดูแลสุขภาพเบาหวานด้วยการแพทย์แผนไทย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อความโดยมีหลักเกณฑ์ดังนี้
 เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
 เห็นด้วย หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้น
 ไม่เห็นด้วย หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้น
 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

ลำดับ ที่	ข้อความ	เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง	เห็น ด้วย ค่อนข้าง มาก	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย ยิ่ง
1	การดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย เป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมทั้งกาย จิต					
2	อาหารพื้นเมืองหรืออาหารสมุนไพร ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย					
3	การรับประทานอาหารหลากหลายรส เป็นการดูแลสุขภาพให้ห่างไกลเบาหวาน					
4	การกินอาหารประเภท ต้ม น้ำพริก ยำ แกง เป็นผลดีกับสุขภาพมากกว่าอาหารทอด ปิ้งย่าง					
5	พืชผัก อาหารพื้นเมืองหรืออาหารสมุนไพรที่มีรสแตกต่างกันสามารถช่วยป้องกันโรคเบาหวาน					
6	การบริหารกายแบบฤๅษีดัดตนสามารถผ่อนคลายความเครียดได้ เพราะจิตใจจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวทำบริหารต่างๆ					
7	การนั่งสมาธิ ปฏิบัติธรรม เป็นการดูแลสุขภาพจิตของตนเอง เป็นการส่งเสริมสุขภาพทั้งทางกายและจิตใจ					

ลำดับที่	ข้อความ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วยค่อนข้างมาก	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
8	การบริหารกายแบบฤๅษีตัดตนทำให้บรรเทาอาการปวดเมื่อย					
9	โรคเครียดซึ่งเป็นโรคที่มาจากจิตใจ อารมณ์ ไม่มีผลต่อร่างกาย					
10	การแสดงอารมณ์โกรธ มีโทษบ่อยๆ เป็นเรื่องปกติควรระบายออกมาตามใจตนเองมิฉะนั้นจะทำให้เป็นคนเก็บกด					
11	การดื่มน้ำชาใบส้กช่วยลดน้ำตาลในเลือดได้					
12	มะระขี้นกช่วยรักษาโรคเบาหวาน					
13	การกินแป้งและน้ำตาลให้น้อยลง และกินผักเพิ่มขึ้นทำให้หายป่วยจากโรคเบาหวานเร็วขึ้น					
14	การกินอาหารรสขม ช่วยให้ห่างไกลโรคเบาหวาน					
15	การซื้อยาสมุนไพรกินเองทำให้ท่านหายป่วยจากโรคเบาหวานเร็วกว่าการรับยาจากแพทย์					
16	การออกกำลังกายสม่ำเสมอดีต่อการรักษาโรคเบาหวาน แต่ทำได้ยาก					