



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ภาคผนวก ก

1. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
(แบบสอบถามฉบับที่ 1)
2. แบบทดสอบ ก่อนและหลังอบรม
(แบบทดสอบฉบับที่ 2)

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามชุดนี้มี 7 ส่วน รวม 70 ข้อ ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 คุณลักษณะส่วนบุคคล จำนวน 7 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโลหิตและการบริจาคโลหิต จำนวน

15 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านทัศนคติ ปัจจัยด้านแรงจูงใจ และปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 25 ข้อ

ส่วนที่ 4 สอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์การบริจาคโลหิตและรับรู้ข่าวสารการขาดแคลนโลหิตจำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามปัญหา และอุปสรรคต่อการบริจาคโลหิตจำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามพฤติกรรมตั้งใจบริจาคโลหิตจำนวน 3 ข้อ

ส่วนที่ 7 แบบสอบถามการมีประสบการณ์เรื่องการบริจาคโลหิต จำนวน 1 ข้อ

2. ในการตอบแบบสอบถามทั้ง 7 ส่วนนี้ ได้โปรดพิจารณาตอบแบบสอบถามให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง

3. การศึกษาข้อมูลครั้งนี้ใช้ประโยชน์ในการทำวิทยานิพนธ์เท่านั้น และจะนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม จะไม่มีผลกระทบต่อใคร ๆ ต่อท่าน และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ได้กรุณาอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

นางดวงเดือน ศรีมาดี

นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิทยุศาสตร์การพัฒนากุมิภาค

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

ผู้วิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด

แบบสอบถามที่

ส่วนที่ 1 คุณลักษณะส่วนบุคคล

คำชี้แจง : ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามที่ตรงกับท่านความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ในข้อคำถามมีทั้งให้เลือกตอบโดย \surd ลงใน และการเติมคำลงในช่องว่าง

1. เพศ

ชาย หญิง

2. อายุของท่านในปัจจุบัน

ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี 21-30 ปี 31-40 ปี
 41 – 50 ปี 51 – 60 ปี

3. ระดับการศึกษา

ประถมศึกษา มัธยมศึกษา/ปวช. ปวศ./อนุปริญญา
 ปริญญาตรี สูงกว่าปริญญาตรี อื่น ๆ (ระบุ)

4. ศาสนาที่ท่านนับถือ

พุทธ คริสต์ อิสลาม
 ไม่นับถือศาสนา อื่นๆ (ระบุ).....

5. อาชีพ

รับจ้าง เกษตรกร รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ
 ธุรกิจส่วนตัว ค้าขาย ว่างาน
 อื่นๆ (ระบุ)

6. สถานภาพสมรส

โสด คู่ / สมรส หม้าย / หย่า / แยก อื่นๆ (ระบุ).....

7. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของท่าน

น้อยกว่า 5,000.00 บาท 5,000.00 - 10,000.00 บาท
 มากกว่า 10,000.00 - 50,000.00 บาท มากกว่า 50,000.00 บาท

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโลหิตและการบริจาคโลหิต

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ข้อคำถาม	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	ไม่แน่ใจ
1. โลหิตของมนุษย์ประกอบด้วย น้ำเลือด และเม็ดเลือด			
2. เม็ดเลือดแดงในร่างกายมนุษย์มีอายุประมาณ 120 วัน			
3. ธาตุเหล็กเป็นสารอาหารที่มีความสำคัญต่อการสร้างเม็ดเลือดแดงของมนุษย์			
4. การบริจาคโลหิตแต่ละครั้งประมาณ 350 – 450 ซีซี.			
5. การบริจาคโลหิตครั้งแรก ผู้บริจาคต้องมีอายุอยู่ในช่วง 17-55 ปี			
6. อายุที่เหมาะสมต่อการบริจาคโลหิตอยู่ระหว่าง 17 ปีบริบูรณ์ถึง อายุ 60 ปี			
7. ผู้บริจาคโลหิตควรมีน้ำหนักตัว ตั้งแต่ 40 กิโลกรัมขึ้นไป			
8. การบริจาคโลหิตจะทำให้สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง			
9. ผู้ที่มีสุขภาพดีสามารถบริจาคโลหิตได้ทุก ๆ 3 เดือนโดยไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเอง			
10. การเจาะเลือดที่ปลายนิ้วเพื่อตรวจดูความเข้มข้นของโลหิตมีความจำเป็นและสำคัญต่อความปลอดภัยของผู้บริจาคโลหิต			
11. คนที่มีสุขภาพดีสามารถบริจาคโลหิตของตนเองเก็บไว้ เพื่อให้กับตัวเองก่อนการผ่าตัดได้			
12. หลังการบริจาคโลหิต 1-2 วัน ควรดื่มน้ำมาก ๆ เพื่อเพิ่มปริมาณโลหิตในร่างกาย			
13. การบริจาคโลหิตคือการสละโลหิตส่วนเกินในร่างกายที่ไม่จำเป็นต้องใช้ให้กับผู้ป่วย			

ข้อคำถาม	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	ไม่แน่ใจ
14. โลหิตบริจาคสามารถเก็บเอาไว้ในอุณหภูมิ 2 ถึง 4 องศาเซลเซียส ได้เป็นเวลา 21 – 42 วัน			
15. หลังบริจาคโลหิตควรรับประทานยาเสริมธาตุเหล็กที่หน่วยบริจาคจ่ายให้ทุกวันจนหมด			

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านทัศนคติ ปัจจัยด้านแรงจูงใจ และปัจจัยด้านการสนับสนุน
ทางสังคม

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ระดับความคิดเห็นมากที่สุด หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นทั้งหมด
ระดับความคิดเห็นมาก หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนใหญ่
ระดับความคิดเห็นปานกลาง หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นบางส่วน
ระดับความคิดเห็นน้อย หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนน้อย
ระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นน้อยที่สุด

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ทัศนคติ					
1. การบริจาคโลหิตเป็นสิ่งที่ท่านพึงพอใจ					
2. การบริจาคโลหิตเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง					
3. การบริจาคโลหิตเป็นแนวความคิดที่ดี					
4. การบริจาคโลหิตเป็นเรื่องที่ท่านไม่สมควรกระทำ					
5. ถ้าท่านบริจาคโลหิตแล้วจะเกิดอันตรายต่อตัวท่าน					
6. ถ้าท่านบริจาคโลหิตจะเป็นการช่วยชีวิตของผู้ป่วย					
7. ถ้าท่านบริจาคโลหิตจะทำให้ท่านเป็นโรคโลหิตจาง					
8. ถ้าท่านบริจาคโลหิตแล้วจะทำให้ท่านสูญเสียน้ำหนักตัว					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
9. การบริจาคโลหิตเป็นอันตรายกับตัวท่าน ทำให้ท่านไม่ปรารถนาที่จะบริจาคโลหิต					
10. การบริจาคโลหิตช่วยชีวิตผู้ป่วยเป็นสิ่งที่ท่านพึง ปรารถนา					
ปัจจัยด้านแรงจูงใจ					
11. ท่านคิดว่าชีวิตคนมีความสำคัญ จึงคิดว่าควรจะ บริจาคโลหิตเพื่อช่วยเหลือคนอื่น					
12. ท่านคิดว่าเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการที่หน่วยรับบริจาค โลหิต ควรมีทักษะความชำนาญเฉพาะในการเจาะเก็บ โลหิต					
13. ในขณะที่รอบริจาคโลหิตท่านคิดว่าท่านจะเกิด ความวิตกกังวลใจ ถ้าหากต้องรอเป็นเวลานาน					
14. การบริจาคโลหิตทำให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม เพื่อนๆ และบุคคลรอบข้าง					
15. การบริจาคโลหิตแสดงให้เห็นถึงความเสียสละของ ตนเอง					
16. บุคคลในครอบครัวมีส่วนทำให้ท่านบริจาคโลหิต					
17. การบริจาคโลหิตเป็นความภาคภูมิใจของตนเอง					
18. การบริจาคโลหิตเป็นการทำบุญที่ได้กุศลอัน ยิ่งใหญ่					
19. การได้รับเหรียญกาชาดเป็นสิ่งที่ท่านปรารถนา					
20. การจัดกิจกรรมรณรงค์เรื่องการบริจาคโลหิตของ หน่วยรับบริจาค เป็นสิ่งที่ควรจะดำเนินการทุกพื้นที่					
ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม					
21. กลุ่มเพื่อน ผู้ร่วมงาน ผู้บังคับบัญชา มีส่วนร่วมใน การชักชวนให้มีการบริจาคโลหิต					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
22. หน่วยบริจาคโลหิตควรมีบัตรเชิญหรือจดหมายเชิญชวน ให้กลับมาบริจาคโลหิต เมื่อบริจาคครบกำหนดทุก 3 เดือน					
23. ควรประชาสัมพันธ์เรื่องเกี่ยวกับการบริจาคโลหิต ให้ประชาชนรับทราบสม่ำเสมอทุกเดือน					
24. ควรมีการจัดตั้งกลุ่มเครือข่ายการบริจาคโลหิตในระดับหมู่บ้าน ในระดับตำบล เพื่อให้มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน					
25. สถานที่รับบริจาคโลหิตเคลื่อนที่ มีความสะดวกและปลอดภัย					

ส่วนที่ 4 สอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์การบริจาคโลหิตและรับรู้ข่าวสารการขาดแคลนโลหิต

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตามความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

- | | | |
|---------|---------|--|
| 5 คะแนน | หมายถึง | ระดับการรับรู้การบริจาคโลหิตมากที่สุด |
| 4 คะแนน | หมายถึง | ระดับการรับรู้การบริจาคโลหิตมาก |
| 3 คะแนน | หมายถึง | ระดับการรับรู้การบริจาคโลหิตรู้ปานกลาง |
| 2 คะแนน | หมายถึง | ระดับการรับรู้การบริจาคโลหิตน้อย |
| 1 คะแนน | หมายถึง | ระดับการรับรู้การบริจาคโลหิตน้อยที่สุด |

ข้อความ	ระดับการรับรู้				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. การบริจาคตลอดทำให้ผู้บริจาคตมีสุขภาพดี					
2. การบริจาคตลอดเป็นการกระตุ้นให้ไขกระดูกสร้างเม็ดเลือดเพิ่มขึ้น					
3. การบริจาคตลอดทำให้รับทราบหมู่โลหิตของตนเอง					
4. หน่วยรับบริจาคตลอดเคลื่อนที่มีการประชาสัมพันธ์เชิญชวนเกี่ยวกับการบริจาคตลอด ให้ประชาชนทราบโดยทั่วถึงอยู่เสมอๆ					
5. สื่อวิทยุ โทรทัศน์ หอกระจายข่าวในหมู่บ้านมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์เรื่องการบริจาคตลอด					
6. ท่านคิดว่าสุขภาพของท่านสมบูรณ์พร้อมที่จะบริจาคตลอดได้					
7. สถานที่รับบริจาคตลอดเคลื่อนที่ ควรเป็นสถานที่ที่มีความเป็นสัดส่วน เงียบสงบ สะอาด และสะดวกต่อการเดินทางไปบริจาคตลอดของประชาชน					
8. ขั้นตอนในการบริจาคตลอดควรมีความรวดเร็ว สะดวก และใช้เวลาไม่นาน					
9. ท่านเคยรับทราบว่าช่วงเทศกาลสงกรานต์ และช่วงเทศกาลปีใหม่ มีโลหิตสำรองเก็บไว้ไม่เพียงพอต่อการใช้					
10. ท่านเคยรับทราบว่าช่วงปิดเทอมภาคฤดูร้อน เป็นช่วงที่โลหิตไม่เพียงพอต่อการใช้					

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามปัญหา และอุปสรรคต่อการบริจาคโลหิต

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ระดับอุปสรรคมากที่สุด	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นทั้งหมด
ระดับอุปสรรคมาก	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนใหญ่
ระดับอุปสรรคปานกลาง	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นบางส่วน
ระดับอุปสรรคน้อย	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนน้อย
ระดับอุปสรรคน้อยที่สุด	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นน้อยที่สุด

ข้อความ	ระดับอุปสรรค				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. การบริจาคโลหิตทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย					
2. การบริจาคโลหิตทุก 3 เดือนทำให้ความเข้มข้นโลหิตลดลง					
3. การบริจาคโลหิต 1 ถุงทำให้หัวใจเต้นช้าลง					
4. ท่านไม่ค่อยมีเวลาในการไปบริจาคโลหิต					
5. ท่านไม่บริจาคโลหิตเพราะกลัวเข็ม กลัวเจ็บ กลัวเลือด					
6. การบริจาคโลหิตทำให้น้ำหนักตัวลดลง					
7. ท่านไม่บริจาคโลหิตเพราะกลัวการติดเชื้อ					
8. ท่านไม่ทราบว่าจะไปบริจาคโลหิตได้ที่ใด					
9. ท่านมีโรคประจำตัวที่ทำให้ไม่สามารถบริจาคโลหิตได้					

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามพฤติกรรมตั้งใจบริจาคโลหิต

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ระดับความตั้งใจน้อยที่สุด ให้ค่าคะแนน 1 คะแนน

ระดับความตั้งใจน้อย ให้ค่าคะแนน 2 คะแนน

ระดับความตั้งใจปานกลาง ให้ค่าคะแนน 3 คะแนน

ระดับความตั้งใจมาก ให้ค่าคะแนน 4 คะแนน

ระดับความตั้งใจมากที่สุด ให้ค่าคะแนน 5 คะแนน

ข้อความ	ระดับพฤติกรรมตั้งใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ในอีก 6 เดือนข้างหน้า ท่านคาดหวังว่าจะบริจาคโลหิต					
2. ในอีก 6 เดือนข้างหน้า ท่านต้องการจะบริจาคโลหิต					
3. ในอีก 6 เดือนข้างหน้า ท่านตั้งใจจะบริจาคโลหิต					

ส่วนที่ 7 แบบสอบถามการมีประสบการณ์เรื่องการบริจาคโลหิต

คำชี้แจง: กรุณาทำเครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

กรณีท่านเคยบริจาคโลหิต กรุณาตอบจำนวนครั้งด้วยการเติมตัวเลขจำนวนครั้งในช่องว่าง

1. ท่านเคยมีประสบการณ์การบริจาคโลหิตหรือไม่

ไม่เคยบริจาค เคยบริจาค จำนวน..... ครั้ง

ขอขอบพระคุณที่กรุณาตอบแบบสอบถาม

แบบทดสอบก่อนและหลังการอบรม

ชื่อ สกุล.....อายุ..... วันที่.....
น้ำหนัก..... กิโลกรัม โรคประจำตัว

เคยบริจาคโลหิต ไม่เคยบริจาคโลหิต

คำชี้แจง: โปรดตอบคำถามต่อไปนี้ ตามที่ท่านรับรู้จริง และโปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง

คำถาม	ถูก ต้อง	ไม่ ถูกต้อง
1. โลหิตประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ น้ำเลือด เม็ดเลือด และเกร็ดเลือด		
2. เม็ดโลหิตแดงในร่างกายมนุษย์ มีอายุประมาณ 120 วัน		
3. การบริจาคโลหิต หมายถึง การสละโลหิตที่เจาะจากหลอดเลือดดำ บริเวณข้อพับแขนเพื่อให้กับผู้ป่วย		
4. การบริจาคโลหิตแต่ละครั้ง ประมาณ 350-450 ซีซีโดยไม่มีอันตรายต่อผู้บริจาค		
5. ผู้บริจาคโลหิตครั้งแรกควรมีอายุ 17 – 55 ปี		
6. ผู้บริจาคโลหิตครั้งหลัง ๆ สามารถบริจาคได้ถึงอายุ 60 ปี		
7. ก่อนบริจาคโลหิตควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย 6 ชั่วโมง		
8. ควรงดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนบริจาคโลหิต อย่างน้อย 12 ชั่วโมง		
9. ควรงดสูบบุหรี่ก่อนบริจาคโลหิต อย่างน้อย 1 ชั่วโมง		
10. หลังบริจาคโลหิตแล้วควรดื่มน้ำให้มากกว่าปกติ ประมาณ 1-2 วัน		
11. ควรงดหิวของหนัก โดยใช้แขนข้างที่เจาะโลหิต หลังบริจาคโลหิต อย่างน้อย 24 ชั่วโมง		
12. ควรรับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงหลังจากบริจาคโลหิต		
13. ควรรับประทานยาบำรุงโลหิตที่หน่วยรับบริจาคให้กับท่านจนหมด เพื่อป้องกันภาวะซีดหลังบริจาคโลหิต		
14. ธาตุเหล็ก คือ เกลือแร่ชนิดหนึ่งมีมากในเม็ดเลือดแดง ทำหน้าที่นำออกซิเจนไปสู่อวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย		

คำถาม	ถูก ต้อง	ไม่ ถูกต้อง
15. ธาตุเหล็กมีมากในอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ไข่ เครื่องในสัตว์ และผักใบเขียว		
16. ท่านไม่ควรรับประทานอาหารที่มีวิตามินซีสูง เพราะร่างกายจะดูดซึมธาตุเหล็กน้อยลง		
17. ท่านควรรับประทาน ชา กาแฟ เพราะช่วยทำให้ร่างกายดูดซึมธาตุเหล็กได้มากขึ้น		
18. การออกกำลังกายสม่ำเสมอจะทำให้โลหิตไหลเวียนได้ดีขึ้น		
19. การสื่อสารทำให้คนในสังคมมีการติดต่อสัมพันธ์กัน		
20. การสื่อสารทางเดียวมี 4 องค์ประกอบ ได้แก่ ผู้ส่งสาร สาร สื่อ และผู้รับสาร		
21. จิตสาธารณะ หมายถึง จิตสำนึกที่คนมีในตนเองเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม		
22. การสร้างจิตสาธารณะเป็นความรับผิดชอบในใจของแต่ละคน ไม่มีผู้อื่นบังคับได้		
23. เครือข่าย หมายถึง ขบวนการทางสังคมที่เกิดจากความสัมพันธ์ของคนกลุ่มคน หน่วยงานต่าง ๆ		
24. วัตถุประสงค์ของการสร้างเครือข่าย คือ การสนับสนุนให้เกิดความร่วมมือโดยสมัครใจ		
25. เครือข่ายที่ดี สมาชิกทุกคนต้องมีอำนาจเท่าเทียมกัน มีการติดต่อ สื่อสารที่ดีต่อกัน		
26. การเป็นสมาชิกของเครือข่ายที่ดี ต้องมองตนเองในแง่บวก และเห็นคุณค่าในตนเอง		
27. สมาชิกเครือข่ายที่ดี ควรแสดงท่าทีเป็นมิตร และรับฟังผู้อื่น		
28. เมื่อทำงานร่วมกันกับเครือข่าย ต้องคำนึงถึงประโยชน์ส่วนตัวเองก่อนเสมอ		

แบบวัดทัศนคติก่อนและหลังการอบรม

คำชี้แจง: โปรดกาเครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ระดับความคิดเห็นมากที่สุด หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้นทั้งหมด

ระดับความคิดเห็นมาก หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนใหญ่

ระดับความคิดเห็นปานกลาง หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้นบางส่วน

ระดับความคิดเห็นน้อย หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนน้อย

ระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้นน้อยที่สุด/ไม่เห็นด้วย

ข้อความ	ความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ขั้นตอนการบริจาคโลหิต ทำให้ท่านเสียเวลามาก					
2. การบริจาคโลหิต จะทำให้ร่างกายของท่านอ่อนเพลีย					
3. ท่านคิดว่าการบริจาคโลหิตเป็นความเจ็บปวดเพียงชั่วขณะเท่านั้น					
4. ผู้ที่ทำงานเป็นเวร หรือเป็นกะ ไม่ควรมาบริจาคโลหิต ถึงแม้ว่า จะนอนพักผ่อนหลังเลิกงานอย่างเพียงพอมากกว่า 6 ชั่วโมง					
5. ถ้าท่านมีการติดเชื้อในโลหิต ควรไปบริจาคโลหิต เพราะจะได้มีการตรวจร่างกายอย่างละเอียด					
6. ท่านคิดว่าการบริจาคโลหิตเป็นความรับผิดชอบร่วมกันของทุกคน					
7. ท่านคิดว่าการบริจาคโลหิต โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนนั้นเหมาะสมแล้ว					
8. การบริจาคโลหิตเป็นความภาคภูมิใจของตนเอง					
9. การบริจาคโลหิตเป็นการทำบุญที่ได้กุศลอันยิ่งใหญ่					
10. การสร้างเครือข่ายผู้บริจาคโลหิตเป็นสิ่งที่ดีควรทำ					

แบบประเมินการปฏิบัติตัวก่อนและหลังอบรม

คำชี้แจง : โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับที่ท่านปฏิบัติจริง

1. หลังบริจาคโลหิต ท่านรับประทานยา เสริมธาตุเหล็กที่หน่วย บริจาคจ่ายให้	<input type="checkbox"/> ทุกวัน	<input type="checkbox"/> บางวัน	<input type="checkbox"/> ไม่หมด / ไม่รับประทาน	<input type="checkbox"/> ไม่ เกี่ยวข้อง
2. ก่อนบริจาคโลหิต 30 นาที ท่านดื่มน้ำ 1 แก้ว (250 ซีซี)	<input type="checkbox"/> ทำทุกครั้ง	<input type="checkbox"/> ทำบางครั้ง	<input type="checkbox"/> ไม่เคยทำ	<input type="checkbox"/> ไม่ เกี่ยวข้อง
3. หลังบริจาคโลหิต ท่านงดยกของหนัก แขนข้างที่เจาะเลือด เป็นเวลา 24 ชั่วโมง	<input type="checkbox"/> ทำทุกครั้ง	<input type="checkbox"/> ทำบางครั้ง	<input type="checkbox"/> ไม่เคยทำ	<input type="checkbox"/> ไม่ เกี่ยวข้อง
4. ท่านดื่มน้ำมากกว่าปกติ หลังบริจาคโลหิต 1-2 วัน	<input type="checkbox"/> ทำทุกครั้ง	<input type="checkbox"/> ทำบางครั้ง	<input type="checkbox"/> ไม่เคยทำ	<input type="checkbox"/> ไม่ เกี่ยวข้อง
5. ท่านแนะนำ/ชักชวน บุคคลอื่น ไปบริจาคโลหิต	<input type="checkbox"/> ทำทุกครั้ง	<input type="checkbox"/> ทำบางครั้ง	<input type="checkbox"/> ไม่เคยทำ	<input type="checkbox"/> ไม่ เกี่ยวข้อง

ขอบพระคุณค่ะ

ภาคผนวก ข

1. แบบประเมินชุดกิจกรรม โดยผู้เชี่ยวชาญ
(การวิจัยขั้นตอนที่ 2)
2. แบบประเมินการอบรมสุนทรียสนทนาเพื่อการบริจาคโลหิต
(การวิจัยขั้นตอนที่ 3)
3. แบบประเมินการคืนข้อมูลวิจัย
(การวิจัยขั้นตอนที่ 4)

แบบประเมินชุดกิจกรรม
รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด
โดยผู้เชี่ยวชาญ

วัตถุประสงค์

แบบประเมินชุดรูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด ฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของชุดกิจกรรม

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความเหมาะสมที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน และขอความกรุณาเขียนข้อเสนอแนะอื่น ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงชุดกิจกรรมฉบับนี้ ก่อนนำไปทดลองใช้ในการวิจัยขั้นตอนที่ 3

รายการประเมิน	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กิจกรรมอบรมสุนทรียสนทนาเพื่อการบริจาคโลหิต					
2. กิจกรรมรณรงค์เพื่อเพิ่มจำนวนผู้บริจาคโลหิต					
3. กิจกรรมตั้งเครือข่ายบริจาคโลหิต					
4. กิจกรรมจิตอาสาดูแลผู้บริจาคโลหิตและร่วมบริจาคโลหิตด้วยสมัครใจ					
5. กิจกรรมสุนทรียสนทนาหลังบริจาคโลหิต					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
 (.....)

แบบประเมินอบรมสุนทรียสนทนาเพื่อการบริจาดโลหิต

กรุณาทำเครื่องหมาย (✓) และแสดงความคิดเห็นลงในช่องว่าง

ระดับคะแนน 5 = ดีมาก 4 = ดี 3 = พอใช้ 2 = น้อย

1 = น้อยมาก 0 = ไม่มีความคิดเห็น

1. ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการอบรม

5 4 3 2 1 0

ก. ก่อนเข้าประชุม

ข. หลังเข้าประชุม

2. ความเหมาะสมของการจัดตั้งวงสุนทรียสนทนา

ในวันที่ 13 มีนาคม 2557

5 4 3 2 1 0

ก. เนื้อหาของการอบรมเป็นประโยชน์
ต่อการนำไปใช้

ข. เอกสาร แผ่นพับประกอบการประชุม
มีเนื้อหาครบถ้วน ชัดเจน

ค. ความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ในการ
จัดสุนทรียสนทนา ในวันที่ 13 มีนาคม
2557

3. การบริการ / สถานที่

5 4 3 2 1 0

ก. การอำนวยความสะดวกในระหว่างการ
ตั้งวงสุนทรียสนทนาเพื่อการบริจาดโลหิต

ข. ความพึงพอใจในสถานที่ / อาหารว่าง /
อาหารกลางวัน / ห้องประชุม / สื่อ
การจัดเวทีการตั้งวงสนทนา

5 4 3 2 1 0

4. บรรยากาศในการอบรม

ก. การสร้างความรู้สึกร่วมกัน

ข. กระบวนการตั้งวงสนทนา
เป็นกันเอง เหมาะแก่การเรียนรู้

5	4	3	2	1	0

5. วิทยากร/กระบวนการ

ก. เรื่องโลहितและการบริจาคโลहित
(คุณสาคร วันทอง)ข. เรื่องการปฏิบัติตัวเพื่อ
เป็นผู้บริจาค โลहितอย่างต่อเนื่อง
และการออกกำลังกาย
(คุณนิธิมา มงคลขุ)ค. การสื่อสารและจิตสาธารณะ
(คุณหนูทัศน์ ศาวิรัตน์)ง. การสร้างเครือข่ายและการนำเข้าสู่
บทเรียน
(คุณดวงดาว สารัตน์)

5	4	3	2	1	0

6. การนำความรู้จากการประชุมไปประยุกต์ใช้

--	--	--	--	--	--

7. โดยภาพรวมท่านพึงพอใจกับการ
จัดประชุมครั้งนี้ มากน้อยเพียงใด

มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด

8. ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

แบบประเมินการคืนข้อมูลวิจัย

เรื่อง รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด

กรุณาทำเครื่องหมาย (✓) และแสดงความคิดเห็นลงในช่องว่าง

ระดับคะแนน 5 = ดีมาก 4 = ดี 3 = พอใช้ 2 = น้อย

1 = น้อยมาก 0 = ไม่มีความคิดเห็น

1. ความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาของการนำเสนอ

ผลการวิจัย 5 4 3 2 1 0

ประชุม	ก. ก่อนเข้า						
	ข. หลังเข้าประชุม						

2. การนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

--	--	--	--	--	--

3. ความพึงพอใจต่อการได้รับข้อมูลวิจัย โดยรวม

มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ไม่มี ความเห็น

4. ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

ภาคผนวก ค

รายชื่อสมาชิกเครือข่ายบริจาคโลหิตอำเภอเมืองสรวง



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

รายชื่อสมาชิกเครือข่ายบริจาคโลหิต อำเภอเมืองสรวง

ลำดับ	ชื่อ	อายุ	ที่อยู่	เบอร์โทร ที่ติดต่อได้	วัน/เดือน/ปี ที่เป็นสมาชิก
1	นางบุญซื่อน ธนสีลังกูร	54	122 ม. 7 ต.หนองผือ		13 มีนาคม 2557
2	นางจำเนียร วงศ์อินตา (รองประธาน)	54	2 ม. 7 ต.หนองผือ		13 มีนาคม 2557
3	นางประภาพร พิมล	34	12 ม. 7 ต.หนองผือ		13 มีนาคม 2557
4	นายสุธรรม วงศ์เสนา	28	51 ม.5 ต.หนองผือ	085-8651012	13 มีนาคม 2557
5	นางเกษร สมบูรณ์	48	100 ม.5 ต.หนองผือ		13 มีนาคม 2557
6	น.ส.พรรณรัช ศรีตะวัน	18	89 ม.5 ต.หนองผือ	080-0059511	13 มีนาคม 2557
7	นางอุไร แก้ววงศา	20	128 ม.5 ต.เมืองสรวง	083-5323387	13 มีนาคม 2557
8	นางมะลิ จันทร์หอม	43	12 ม.5 ต. เมืองสรวง	086-2307732	13 มีนาคม 2557
9	นางจันทร์เพ็ญ วรรณพฤกษ์ (ผู้ช่วยเลขานุการ)	42	142 ม.1 ต.เมืองสรวง	087-4241626	13 มีนาคม 2557
10	นางสำรวย ศรีโนนยาง	44	15 ม. 2 ต.หนองผือ	083-6612775	13 มีนาคม 2557
11	นางสถิตพร ศรีคุณ	44	1 ม. 2 ต.หนองผือ	083-3276639	13 มีนาคม 2557
12	น.ส. เสมพร วงศ์อำมาตย์	34	154 ม. 2 ต.หนองผือ	083-2972376	13 มีนาคม 2557

ลำดับ	ชื่อ	อายุ	ที่อยู่	เบอร์โทร ที่ติดต่อได้	วัน/เดือน/ปี ที่เป็นสมาชิก
13	นางบรรจง สารมัย	51	44/1 ม. 3 ต. หนองผือ		13 มีนาคม 2557
14	นางราศรี พิมมะทา (รองประธาน)	57	5 ม. 3 ต. หนองผือ		13 มีนาคม 2557
15	นางปัญญา วินทะไชย	42	26 ม. 5 ต. หนองผือ	085-5969639	13 มีนาคม 2557
16	นางฉวีวรรณ อุดมพันธ์	46	64 ม. 5 ต. หนองผือ	086-2417545	13 มีนาคม 2557
17	นางจันท์เพ็ญ ศรีหกล้า	47	30 ม. 1 ต. เมืองสว่าง	083-2911282	13 มีนาคม 2557
18	นางสุภรารณีย์ ชนะพันธ์ (ประธาน)	51	77 ม. 2 ต. หนองผือ	084-2196992	13 มีนาคม 2557
19	นางสมพร วงศ์วรรณะ	40	51 ม. 1 ต. เมืองสว่าง	080-4623703	13 มีนาคม 2557
20	นางแววดาว มหามาตย์	43	11 ม. 2 ต. หนองผือ	084-8875054	13 มีนาคม 2557
21	นางนารี สมภักดี	51	8 ม. 3 ต. หนองผือ		13 มีนาคม 2557
22	นางเทพ สงวนนาถิรี	54	81 ม. 3 ต. หนองผือ		13 มีนาคม 2557
23	นางกัญญาณัฐ มะลิมาตย์	30	84 ม. 9 ต. หนองผือ	084-6124465	13 มีนาคม 2557
24	นางแสงจันทร์ จันทร์ขอนแก่น	44	22 ม. 9 ต. หนองผือ	089-9422955	13 มีนาคม 2557
25	นางพันธ์ สุนา (เลขานุการ)	43	77 ม. 9 ต. หนองผือ	086-2365936	13 มีนาคม 2557

ลำดับ	ชื่อ	อายุ	ที่อยู่	เบอร์โทร ที่ติดต่อได้	วัน/เดือน/ปี ที่เป็นสมาชิก
26	นางอุทัยทิพย์ ทวดอาจ	40	36 ม. 1 ต. เมืองสรวง	081- 1229125	13 มีนาคม 2557
27	นางสาวเรณูภา ศาภูมิ	17	72 ม. 5 ต. หนองฝือ	086- 2339412	13 มีนาคม 2557
28	นางสาวชนาภา ยามดี	18	36 ม. 5 ต. หนองฝือ	083- 3291254	13 มีนาคม 2557
29	นางลำไพ จิตจักร	34	76 ม. 5 ต. หนองฝือ	084- 3753780	13 มีนาคม 2557
30	นางสมเพียร กัญญาบุญ	47	27 ม. 5 ต. เมืองสรวง	083- 3481595	13 มีนาคม 2557
31	น.ส.พิมลรัตน์ ชนะพันธุ์	18	35 ม. 5 ต. หนองฝือ	093- 4710637	13 มีนาคม 2557
32	นางบุญเรือง ชนะพันธ์	52	7 ม. 4 ต. หนองฝือ	083- 3499452	13 มีนาคม 2557
33	นางวิมล ไชยฤทธิ์	51	58 ม. 4 ต. หนองฝือ	086- 2289924	13 มีนาคม 2557
34	นางจีระวรรณ สารัตน์	50	1 ม. 4 ต. หนองฝือ	089- 4113170	13 มีนาคม 2557
35	นางโสภา สุณา	32	187 ม. 4 ต. หนองฝือ	087- 8530537	13 มีนาคม 2557
36	นางสมบูรณ์ สาลาจันทร์	40	11/1 ม. 4 ต. หนองฝือ	083- 3499452	13 มีนาคม 2557
37	นางลำไย วงศาอินตา	30	56 ม. 3 ต. หนองฝือ		13 มีนาคม 2557
38	นางสาวรัตน์ คำชาย	59	39 ม. 3 ต. หนองฝือ		13 มีนาคม 2557

ลำดับ	ชื่อ	อายุ	ที่อยู่	เบอร์โทร ที่ติดต่อได้	วัน/เดือน/ปี ที่เป็นสมาชิก
39	นางสาวชนนวรรณ เทพธานี	36	28 ม. 3 ต.หนองผือ		13 มีนาคม 2557
40	นางญาโนทัย อัสดง	37	82 ม. 9 ต.หนองผือ		13 มีนาคม 2557
41	นางสาวรุ่งลักษณ์ ชุมเนตร	43	43 ม. 1 ต.เมืองสรวง	087- 9494679	13 มีนาคม 2557
42	นางนิตยา สมบูรณ์	42	1 ม.1 ต.เมืองสรวง	085- 7728816	13 มีนาคม 2557
43	นางวชิรา อวนศรี	45	6 ม.1 ต.เมืองสรวง	080- 0062657	13 มีนาคม 2557
44	นางละมัย วงษ์ศรีแก้ว	52	15 ม.7 ต.หนองผือ		13 มีนาคม 2557
45	นางดวงเดือน ศรีมาติ (ผู้ช่วยเลขานุการ)	51	237 ม. 4 ต.หนองผือ	089- 2762568	13 มีนาคม 2557
46	นางหนูทัศนีย์ พาวรัตน์	52	รพ. เมือง สรวง	083- 3410379	13 มีนาคม 2557
47	นางสาวดวงดาว สารัตน์	48	5 ม. 4 ต.หนองผือ	081- 0576941	13 มีนาคม 2557
48	นางละมุด นันทะวงศ์	45	50 ม.5 ต.หนองผือ	086- 0913084	18 มีนาคม 2557
49	นางบุญรัก ฤทธาพรหม	48	86 ม.5 ต.หนองผือ	081- 0617449	18 มีนาคม 2557
50	นางสาวตรีตรา โพธิอามาตร์	25	231 ม.4 ต.หนองผือ	087- 2339721	18 มีนาคม 2557
51	นางสาวจตุพร สัตบุตร์	22	231 ม.4 ต.หนองผือ	087- 8557183	18 มีนาคม 2557

ลำดับ	ชื่อ	อายุ	ที่อยู่	เบอร์โทร ที่ติดต่อได้	วัน/เดือน/ปี ที่เป็นสมาชิก
52	นายทองใส สมภักดี	52	8 ม.3 ต.หนองผือ		18 มีนาคม 2557
53	นางสาวนภาพร สามคูเมือง	22	24 ม.3 ต.หนองผือ		18 มีนาคม 2557
54	นางประดับ ประโมงเขต	46	29 ม. 3 ต.หนองผือ		18 มีนาคม 2557
55	นางนิภา สามคูเมือง	38	24 ม. 3 ต.หนองผือ		18 มีนาคม 2557
56	น.ส.พรพิมล คำชาย	17	36 ม.1 ต.เมืองสว่าง		18 มีนาคม 2557
57	นายณัฐคนัย พนมเขต		231 ม. 4 ต.หนองผือ	086- 2263180	18 มีนาคม 2557
58	น.ส.แพรวนภา ศรีลาคะลี		หมู่ 2 ต.หนองผือ		18 มีนาคม 2557

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
 วิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
 วิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
 RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

1. จัดตั้งวงสนทนาทุก 3 เดือน ก่อนมีหน่วยบริจาคโลหิตเคลื่อนที่
2. ให้ทีมเลขานุการจัดส่งหนังสือเชิญชวนให้เข้ารับบริจาคก่อนล่วงหน้า 7 วัน
3. เมื่อมีญาติพี่น้องต้องการโลหิตบริจาค สามารถติดต่อสมาชิกในแต่ละหมู่บ้าน
ให้ช่วยเหลือกันและกันได้ ตามเบอร์โทรศัพท์ที่บ้านที่กไว้
4. จัดพิมพ์รายชื่อสมาชิกพร้อมเบอร์ติดต่อให้ทุกหมู่บ้าน

ข้อมูล ณ วันที่ 18 มีนาคม 2557

ภาคผนวก ง

ชุดกิจกรรมการฝึกอบรมและแผนการให้ความรู้ รูปแบบการส่งเสริมการ
บริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY



ชุดกิจกรรมการฝึกอบรมและแผนการให้ความรู้
รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด

โดย

ดวงเดือน ศรีมาดี

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

เอกสารนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชายุทธศาสตร์การพัฒนากุมิภาค
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

พ.ศ. 2557

คำนำ

ชุดกิจกรรมการฝึกอบรมและแผนการให้ความรู้ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรรูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด โดยจัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นคู่มือการฝึกอบรมประชาชนทั่วไป อายุ 17-60 ปีบริบูรณ์ ผู้วิจัยได้แบ่งเนื้อหาสาระและกิจกรรมออกเป็น 5 กิจกรรม ดังนี้ กิจกรรมที่หนึ่ง คือกิจกรรมการอบรมให้ความรู้ ซึ่งประกอบด้วย 6 ส่วน ๆ ที่ 1 แผนการให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องโลหิตและส่วนประกอบของโลหิต ส่วนที่ 2 แผนการให้ความรู้เรื่องการบริจาคโลหิต ส่วนที่ 3 แผนการให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพร่างกายให้เหมาะสมต่อการเป็นผู้บริจาคโลหิตอย่างสม่ำเสมอ ส่วนที่ 4 แผนการให้ความรู้เกี่ยวกับการเรื่องจิตสาธารณะ ส่วนที่ 5 แผนการให้ความรู้เกี่ยวกับการสื่อสาร และส่วนที่ 6 แผนการให้ความรู้เกี่ยวกับการสร้างเครือข่ายการบริจาคโลหิต กิจกรรมที่ 2 การจัดตั้งเครือข่ายบริจาคโลหิต กิจกรรมที่ 3 การรณรงค์เพื่อเพิ่มจำนวนผู้บริจาคโลหิต กิจกรรมที่ 4 ร่วมเป็นจิตอาสาดูแลผู้บริจาคโลหิตและร่วมบริจาคโลหิตโดยสมัครใจ กิจกรรมที่ 5 ศูนย์รียสนทนาหลังบริจาคโลหิต

ผู้วิจัยคาดหวังว่า ชุดกิจกรรมนี้คงจะเป็นประโยชน์และเป็นเครื่องมือสำคัญในการฝึกอบรมให้ความรู้แก่ประชาชน ให้เป็นไปตามตามกระบวนการ ขั้นตอน และบรรลुวัตถุประสงค์ตามที่กำหนดไว้

วิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ดวงเดือน ศรีมาดี

สารบัญ

หัวเรื่อง	หน้า
คำแนะนำการใช้ชุดกิจกรรมฝึกรอบรมและแผนการให้ความรู้	1
ตารางฝึกรอบรม	3
กิจกรรมที่ 1 การอบรมให้ความรู้	7
แผนการให้ความรู้ชุดที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับโลหิต และส่วนประกอบของโลหิต 7	
แผนการให้ความรู้ชุดที่ 2	
ความรู้เกี่ยวกับการบริจาคโลหิต	13
แผนการให้ความรู้ชุดที่ 3	
ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกายให้เหมาะสม	
ต่อการเป็นผู้บริจาคโลหิตอย่างสม่ำเสมอ	25
แผนการให้ความรู้ชุดที่ 4 ความรู้เกี่ยวกับเรื่องการสื่อสาร	33
แผนการให้ความรู้ชุดที่ 5 ความรู้เกี่ยวกับเรื่องจิตสาธารณะ	44
แผนการให้ความรู้ชุดที่ 6 ความรู้เกี่ยวกับการสร้างเครือข่ายการบริจาคโลหิต	49
กิจกรรมที่ 2 จัดตั้งเครือข่ายบริจาคโลหิต	56
กิจกรรมที่ 3 การรณรงค์เพื่อเพิ่มจำนวนผู้บริจาคโลหิต	57
กิจกรรมที่ 4 จัดอาสาดูแลผู้บริจาคโลหิตและร่วมบริจาคโลหิต ด้วยสมัครใจ	58
กิจกรรมที่ 5 สุนทรียสนทนาหลังบริจาคโลหิต	59
ภาคผนวก	60
รูปภาพประกอบแผนการสอน	61
เรื่องเล่า คุณชายชาวมั่ง	65
การเรียนรู้คลื่นสมอง	67
สุนทรียสนทนา	69
เนื้อเพลง: โปรดช่วยดูแลคนดี	70

คำแนะนำการใช้ชุดกิจกรรมฝึกอบรมและแผนการให้ความรู้ เรื่อง รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชน จังหวัดร้อยเอ็ด

การใช้ชุดกิจกรรมฝึกอบรมและแผนการให้ความรู้ รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิต ของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด ประกอบด้วยเนื้อหาสาระ ดังต่อไปนี้

1. ส่วนประกอบของชุดกิจกรรมการฝึกอบรม หรือแผนการให้ความรู้ ประกอบด้วย
 - 1.1 ชื่อเรื่อง
 - 1.2 วัน เดือน ปี เวลา
 - 1.3 ผู้ให้ความรู้
 - 1.4 กลุ่มเป้าหมาย
 - 1.5 สถานที่ให้ความรู้
 - 1.6 แนวคิด
 - 1.7 วัตถุประสงค์ทั่วไป
 - 1.8 วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม
 - 1.9 เนื้อเรื่อง
 - 1.10 กิจกรรมให้ความรู้
 - 1.11 สื่อประกอบการให้ความรู้
 - 1.12 เวลา
 - 1.13 การประเมินผล ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ วิธีการหรือเกณฑ์ และการ

ประเมิน

2. ชุดกิจกรรมฝึกอบรมและแผนการให้ความรู้ รูปแบบการส่งเสริมการบริจาคโลหิตของประชาชนจังหวัดร้อยเอ็ด พัฒนาขึ้นเพื่อมุ่งเน้นให้ผู้เข้ารับการอบรมเรียนรู้เกี่ยวกับโลหิตและส่วนประกอบของโลหิต การบริจาคโลหิต การดูแลสุขภาพร่างกายให้เหมาะสมต่อการเป็นผู้บริจาคโลหิตอย่างต่อเนื่อง และยั่งยืน การสื่อสาร จิตสาธารณะ และการสร้างเครือข่าย

3. ผู้ใช้ควรดำเนินการฝึกอบรมเนื้อหาวิชาการเรียงตามลำดับแผนการให้ความรู้ 1-6 ตามลำดับ คือ

- แผนการให้ความรู้ชุดที่ 1 เรื่องโลหิต ส่วนประกอบของโลหิต
- แผนการให้ความรู้ชุดที่ 2 เรื่องการบริจาคโลหิต
- แผนการให้ความรู้ชุดที่ 3 เรื่องการดูแลสุขภาพร่างกายให้เหมาะสม

ต่อการเป็นผู้บริจาคโลหิตอย่างสม่ำเสมอ

แผนการให้ความรู้ชุดที่ 4 เรื่องการสื่อสาร

แผนการให้ความรู้ชุดที่ 5 เรื่องจิตสาธารณะ

แผนการให้ความรู้ชุดที่ 6 เรื่องการสร้างเครือข่าย

4. ก่อนการอบรม ต้องมีกิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียน ด้วยการ Check in เพื่อให้ผู้เข้าประชุมได้รู้จักกัน และนำเข้าสู่บทเรียนด้วยเพลงดังดอกไม้งาน (5 นาที) มีท่าทางประกอบ รวมใช้เวลา 1 ชั่วโมง

5. ในวันอบรมให้ความรู้ต้องมีขั้นตอนกิจกรรมตามตารางกำหนดการศูนย์รีย สนทนาเพื่อการบริจาคโลหิต ใช้เวลาในการอบรมวันแรก จำนวน 7 ชั่วโมง

6. ร่วมกิจกรรมบริจาคโลหิตด้วยสมัครใจและจิตอาสาดูแลผู้บริจาคโลหิต ในหน่วย กาชาดเคลื่อนที่ ใช้เวลา จำนวน 4 ชั่วโมง

7. ศูนย์รียสนทนาหลังการบริจาคโลหิต สนทนาเกี่ยวกับความรู้สึกที่ได้เข้าร่วม กิจกรรมบริจาคโลหิตใช้เวลาจำนวน 3 ชั่วโมง

8. ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกอบรม ร่วมกิจกรรมการบริจาคโลหิต และศูนย์รีย สนทนา จำนวน 14 ชั่วโมง

ตารางการอบรมสุนทรียสนทนาเพื่อการบริจาคโลหิต

วันที่หนึ่งของการอบรม เวลา 7 ชั่วโมง	
สถานที่ ห้องประชุม โรงพยาบาลเมืองสรวง (ใกล้อาคารแพทย์แผนไทย)	
เวลา 08.00 – 08.30 น.	- รายงานตัวลงทะเบียนเข้ารับการศึกษาอบรม
08.30 – 09.00 น.	- ทดสอบก่อนการศึกษาอบรม
09.00 – 09.30 น.	- พิธีเปิดการอบรม
09.00 – 10.30 น.	- Check in (นำเข้าสู่บทเรียน) ด้วยเพลงดอกไม้บาน และมีท่าทางประกอบเพลง
10.30 – 10.45 น.	- นั่งล้อมวงแนะนำตนเองเป็นใคร มาจากไหน วันนี้มาเพราะอะไร
10.45 – 12.00 น.	- พักรับประทานอาหารว่าง - วิชากร เรื่อง เลือดสำคัญต่อชีวิตของคน (6 นาที) - วิชากร เรื่อง โลหิตและการบริจาคโลหิต
12.00 – 13.00 น.	- พักรับประทานอาหารว่าง
13.00 – 16.00 น.	- นั่งสมาธิก่อนเข้าสู่บทเรียน 12 นาที - วิชากร เรื่อง อาหารและการดูแลสุขภาพเพื่อบริจาคโลหิตอย่างต่อเนื่อง - วิชากร เรื่อง การสื่อสารและจิตสาธารณะ - เพลงโปรดช่วยรักษาคณดี (ของตึกแตน ชลดา) - วิชากร เรื่อง การสร้างเครือข่ายกับการเพิ่มจำนวนผู้บริจาคโลหิต
16.00 – 16.30 น.	- Check Out สองคำที่อยากบอก - ทดสอบหลังการอบรมครั้งที่ 1
16.30 น.	- นัดหมายการอบรมครั้งต่อไปและปิดการอบรม

<p>วันที่สองของการฝึกอบรม</p> <p>(ระยะเวลาห่างจากวันแรกของการอบรม 1-2 สัปดาห์)</p> <p>7 ชั่วโมง</p>	
เวลา 08.00 - 08.30 น.	- รายงานตัวลงทะเบียน
08.30 - 12.00 น.	- เข้าร่วมบริจาคโลหิต ที่หน่วยกาชาดเคลื่อนที่ ด้วยสมัครใจ - จิตอาสาช่วย/ให้คำแนะนำแก่ผู้บริจาคโลหิต
12.00 - 13.00 น.	- พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 - 15.00 น.	- ศูนย์รียนสนทนาหลังบริจาคโลหิต
15.00 - 16.00 น.	- มอบเกียรติบัตรผู้ผ่านการอบรม และเข้าร่วมเป็นผู้บริจาค
16.00 น.	โลหิต - ปิดการสนทนา



กิจกรรมที่ 1 การอบรมสุนทรียสนทนาเพื่อการบริจาคโลหิต

(เวลา 7 ชั่วโมง)

1. วัตถุประสงค์

1.1 เพื่อให้ผู้เข้าประชุมมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องโลหิต การบริจาคโลหิต การปฏิบัติตัวเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงพร้อมที่จะเป็นผู้บริจาคโลหิต และการสร้างเครือข่าย

1.2 เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีทัศนคติที่ดีต่อการบริจาคโลหิต

2. เป้าหมาย

ผู้เข้าอบรม มีความรู้และทัศนคติที่ดีต่อการบริจาคโลหิต และประยุกต์ใช้ประสบการณ์

ที่ได้รับเชื่อมโยงสู่ความตั้งใจที่จะบริจาคโลหิตอย่างสม่ำเสมอ

3. กิจกรรม ขั้นตอนการดำเนินการ

3.1 ลงทะเบียน

3.2 ทำแบบทดสอบก่อนการอบรม (Pre- test)

3.3 พิธีเปิดการประชุม

3.4 Check in ด้วยเพลงดังดอกไม้บาน (ของเสถียรธรรมสถาน) และมีท่าทาง

ประกอบเพลง

3.5 นั่งล้อมวงแนะนำตนเองเป็นใคร มาจากไหน วันนี้มาเพราะอะไร

3.6 ชมวีดิทัศน์ เลือดสำคัญต่อชีวิตของคน (6 นาที)

3.7 ฟังเรื่องเล่า “คุณยายชาวม้ง”

3.8 บรรยายวิชาการ เรื่อง โลหิตและการบริจาคโลหิต

3.9 กิจกรรมนั่งสมาธิ 12 นาทีก่อนเข้าสู่บทเรียน

3.10 บรรยายวิชาการ เรื่อง อาหารและการดูแลสุขภาพเพื่อบริจาคโลหิตอย่างต่อเนื่อง ฝึกทักษะการออกกำลังกายแบบยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

3.11 บรรยายวิชาการเรื่อง การสื่อสารและจิตสาธารณะ

3.12 นำเข้าสู่บทเรียนด้วยเพลงโปรดช่วยรักษาคณิศ (ของต๊ากเตน ชลดดา)

3.13 บรรยายวิชาการเรื่อง การสร้างเครือข่ายกับการเพิ่มจำนวนผู้บริจาคโลหิต

3.14 Check Out ส่องคำที่อยากบอก

3.15 ทำแบบทดสอบหลังการอบรม (Post test)

3.16 ปิดการประชุม และนัดหมายครั้งต่อไป

4. สื่อการเรียนการสอน

4.1 แผนการสอน 6 เรื่อง

4.2 แผ่นพับ จำนวน 6 เรื่อง ประกอบด้วย 1) เรื่องโลหิตและส่วนประกอบของโลหิต 2) เรื่องบริจาคโลหิต 3) เรื่องการปฏิบัติตัวเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงเหมาะสมที่จะเป็นผู้บริจาคโลหิต 4) เรื่องการสื่อสาร 5) เรื่องจิตสาธารณะ และ 6) เรื่องเครือข่าย

4.3 คอมพิวเตอร์

4.4 เครื่องฉายโปรเจกเตอร์

4.5 กล้องถ่ายภาพ

4.6 ชุดแบบทดสอบ/แบบสอบถามก่อนการอบรม

4.7 ชุดแบบทดสอบ/แบบสอบถามหลังการอบรม

4.8 แบบประเมินความพึงพอใจผู้เข้ารับการอบรม

4.9 เพลงประกอบการนำเข้าสู่บทเรียน

4.7 กระบวนการผู้นำในการนั่งสมาธิ

4.9 วีดิทัศน์เกี่ยวกับความต้องการโลหิต (6 นาที)

5. การวัดผลประเมินผล

5.1 การสังเกตพฤติกรรม

5.2 แบบทดสอบ-แบบสอบถาม

5.3 แบบประเมินความพึงพอใจ

5.4 การถาม-ตอบ

แผนการให้ความรู้ชุดที่ 1

ชื่อเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับโลหิต และส่วนประกอบของโลหิต

วัน เดือน ปี วันที่ เดือน ปี เวลา

ผู้ให้ความรู้

กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนและนักเรียน ผู้ซึ่งมีที่อยู่ตามทะเบียนบ้านในเขตพื้นที่ หน่วยบริการ
ปฐมภูมิ อำเภอเมืองสรวง อายุ 17 – 60 ปี บริบูรณ์ ที่เข้ารับการอบรมเรื่องการบริจาค โลหิต
จำนวน 40 – 50 คน

สถานที่ให้ความรู้ ห้องประชุม 2 โรงพยาบาลเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด

แนวคิด การได้รับความรู้เกี่ยวกับโลหิตในร่างกายมนุษย์ที่ถูกต้อง จะทำให้ผู้เข้ารับการ
อบรมเกิดความรู้ ความเข้าใจในเบื้องต้นเกี่ยวกับการสร้างโลหิตในร่างกายของมนุษย์
ส่วนประกอบของโลหิต หมู่โลหิตของมนุษย์ หน้าที่ของโลหิตและการตรวจคัดกรองคุณภาพ
ของโลหิตก่อนนำไปให้ผู้ป่วย

วัตถุประสงค์ทั่วไป 1. เพื่อให้ผู้ฟังรู้ และเข้าใจ เกี่ยวกับ การสร้าง โลหิตในร่างกายของมนุษย์
ส่วนประกอบของโลหิต หมู่โลหิตของมนุษย์ หน้าที่ของโลหิต และการตรวจคุณภาพโลหิต
ก่อนนำไปให้กับผู้ป่วย

2. เพื่อให้ผู้ฟังสามารถนำความรู้ที่ได้รับ ไปอธิบาย เผยแพร่แก่ผู้อื่น ได้อย่าง

เหมาะสม

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การ ประเมินผล วิธีและ เกณฑ์ การ ประเมิน
	<p>ในปัจจุบันนี้ การแพทย์มีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้น คนอายุยืนยาวมากขึ้นมีการเจ็บป่วยที่ต้องการโลหิตเพื่อการรักษามากขึ้น</p> <p>โลหิตต้องรับจากมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น ยังไม่มีโรงงานผลิตโลหิตได้ ดังนั้นโลหิตของมนุษย์จึงมีความสำคัญมาก</p> <p>ใครในที่นี้เคยรับบริจาคโลหิตบ้าง (ให้ยกมือขึ้น)</p> <p>ใครในที่นี้เคยบริจาคโลหิตบ้าง (ให้ยกมือขึ้น)</p> <p>ก่อนที่จะกล่าวถึงเรื่องการบริจาคโลหิตนั้น เรามารู้จักเกี่ยวกับเรื่องโลหิต ส่วนประกอบของโลหิต หน้าที่ของโลหิต หมู่โลหิตในระบบเอบีโอ และการตรวจคัดกรองคุณภาพของเลือดก่อนนำไปให้กับผู้ป่วย</p>	<p>ขั้นนำ ผู้สอน กล่าว บรรยายให้เห็น ความสำคัญของโลหิต และ สอบถามผู้ เข้าอบรม เกี่ยวกับ ประวัติการ เป็นผู้รับ โลหิต และ ผู้บริจาค โลหิตโดย ให้ยกมือทั้ง ผู้ที่เคยและ ไม่เคย บริจาค โลหิต</p>	<p>แผ่น การให้ ความรู้</p>	<p>5 นาที</p>	<p>1.การมีส่วนร่วมในการตอบคำถามและยกมือเกี่ยวกับการตอบคำถามว่าเคยและไม่เคยบริจาคโลหิต</p> <p>2. สังเกตพฤติกรรมการตั้งใจฟังบรรยายของผู้ฟัง</p>
<p>1.ผู้ฟังสามารถอธิบายเกี่ยวกับส่วนประ</p>	<p>โลหิตเป็น เป็นของเหลวสีแดงที่ไหลเวียนอยู่ภายในหลอดโลหิตทั่วร่างกาย มีหัวใจทำหน้าที่สูบฉีดโลหิต ไปที่อวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายมนุษย์ (ผู้ใหญ่) จะมีโลหิต</p>	<p>ขั้นสอน 1. ผู้สอน บรรยาย เกี่ยวกับ อวัยวะที่ทำ</p>	<p>1. แผ่น การ สอน 2. คอมพิวเตอร์</p>	<p>12 นาที</p>	<p>1. การมีส่วนร่วมในการตอบคำถามเกี่ยวกับโลหิตและ</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การ ประเมินผล วิธีและ เกณฑ์ การ ประเมิน
<p>กอบของ โลหิตได้ ถูกต้อง ถูกต้อง จำนวน 3 ข้อ</p> <p>2. ผู้ฟัง สามารถ อธิบาย หน้าที่ของ โลหิตใน ร่างกายได้ ถูกต้อง 3 ข้อ</p>	<p>ประมาณ 4, 000 - 5,000 ซี.ซี. หรือ ปริมาณตามน้ำหนักตัวของแต่ละ คน (80 ซี.ซี. ต่อน้ำหนัก 1 กิโลกรัม หรือ ร้อยละ 7-8 ของ น้ำหนักตัว)</p> <p>อวัยวะสำคัญของร่างกายที่ทำ หน้าที่สร้างเม็ดโลหิต ได้แก่ ไช กระดูก เช่น กระดูกหน้าอก กระดูกแขน กระดูกซี่โครง กระดูก เชิงกราน กระดูกไขสันหลัง เป็น ต้น</p> <p>ส่วนประกอบและหน้าที่ของโลหิต</p> <p>โลหิตประกอบด้วย 3 ส่วน คือ</p> <p>1. น้ำเลือด (พลาสมา) เป็นส่วนประกอบส่วนใหญ่ มี อยู่ร้อยละ 55 ของเลือดทั้งหมด มี สถานะเป็นเบส ค่าPH ประมาณ 7.4 ประกอบด้วย น้ำ 91% สาร อื่นๆ เช่น โปรตีน 7% วิตามิน เกลือแร่ เอ็นไซม์ ฮอร์โมน ก๊าซ 2%</p> <p>น้ำเลือดทำหน้าที่ลำเลียงเอม ไซม์ ฮอร์โมน แก๊ส แร่ธาตุ วิตามิน และสารอาหารประเภทต่างๆ ที่ ผ่านการย่อยมาแล้วไปให้เซลล์และ รับของเสียจากเซลล์ส่งไปกำจัด</p>	<p>หน้าที่สร้าง โลหิตใน ร่างกาย ส่วนประก อบของ โลหิตและ หน้าที่ของ โลหิต</p> <p>2. ผู้ฟัง ซักถาม</p> <p>3. ผู้ บรรยาย ตอบคำถาม</p>	<p>และ เครื่อง โปร เจกเตอร์ -แผ่น พับ ความรู้</p>		<p>ส่วนประกอบ ของโลหิต 2. สังเกต ความสนใจ ขณะที่ผู้ฟัง ซักถาม</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การ ประเมินผล วิธีและ เกณฑ์ การ ประเมิน
	<p>ออกนอกร่างกาย</p> <p>2. เม็ดเลือด ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ</p> <p>2.1 เม็ดเลือดแดง มีอายุ 110-120 วัน ถูกสร้างมาจากไขกระดูก คับ ม้าม</p> <p>2.2 เม็ดเลือดขาว มีอายุ 7-14 วัน โตกว่าเม็ดเลือดแดง ร่างกาย คนมีเม็ดเลือดขาว 5,000-10,000 เซลล์ เลือด 1 ไมโครลิตร มีหน้าที่ ทำลายเชื้อโรค</p> <p>3 เกล็ดเลือด</p> <p>เกล็ดเลือด ไม่ใช่เซลล์ แต่เป็น ชิ้นส่วนของเซลล์ รูปร่างไม่ แน่นอน มีขนาดเล็ก ไม่มีนิวเคลียส มีอายุประมาณ 3-4 วัน ถูกสร้างมา จากไขกระดูก มีปริมาณประมาณ 150,000-300,000 ชิ้น เลือด 1 ไม โครลิตร นอกจากนี้เกล็ดเลือดจะ หลั่งสารเคมี ที่เรียกว่าไฟบริน มี หน้าที่ช่วยให้เลือดแข็งตัวเมื่อเกิด บาดแผล</p>				
3.ผู้ฟัง สามารถ อธิบาย หมู่โลหิต	<p>หมู่โลหิตระบบ เอ บี โอ (ABO)</p> <p>หมู่โลหิตเริ่มค้นพบใน ค.ศ. 1900 โดย Karl Landsteiner พบหมู่ โลหิต A, B, และ O ส่วนหมู่โลหิต</p>	<p>1. ผู้สอน ถามผู้เข้า ประชุมว่า หมู่โลหิตมี</p>	<p>1. แผ่น การ สอน 2. คอม</p>	<p>3 นาที</p>	<p>1. การมีส่วน ร่วมในการ ตอบคำถาม เกี่ยวกับหมู่</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงทฤษฎี)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การ ประเมินผล วิธีและ เกณฑ์ การ ประเมิน
ระบบเอบี โอได้ ถูกต้องทั้ง 4 หมู่	<p>AB พบโดย Von Decastello และ Sturli ในปี ค.ศ. 1902</p> <p>สถิติหมู่โลหิต ABO ของคนไทย มีดังนี้</p> <p>หมู่โลหิต A = 21.1 %</p> <p>หมู่โลหิต B = 34.0 %</p> <p>หมู่โลหิต O = 37.6 %</p> <p>หมู่โลหิต AB = 7.3 %</p>	<p>อะไรบ้าง</p> <p>2. ผู้เข้า ประชุม ร่วมกัน ตอบชื่อหมู่ โลหิต</p> <p>3. ผู้สอน บรรยาย สรุป เกี่ยวกับหมู่ โลหิตใน มนุษย์</p> <p>4. ผู้สอน เปิดโอกาส ให้ผู้ฟังซัก</p>	<p>ฟิวเตอร์ และ เครื่อง โปร เจกเตอร์</p> <p>3. แผ่น พับ ความรู้</p>		<p>โลหิต</p> <p>2. สังเกต ความสนใจ ขณะที่ผู้ฟัง ซักถาม</p>
4. ผู้ฟัง อธิบาย เกี่ยวกับ การตรวจ คุณภาพ โลหิต ก่อนนำไป ให้กับ ผู้ป่วยได้ ถูกต้อง 5 ใน 6 ข้อ	<p>การตรวจคุณภาพโลหิตก่อนนำไป ให้กับผู้ป่วย</p> <p>โลหิตที่ได้รับจากการบริจาค โลหิต ก่อนนำไปให้กับผู้ป่วยเพื่อ การรักษา โลหิตทุกหน่วยต้องผ่าน การตรวจจากห้องปฏิบัติการ ตามลำดับขั้นตอน เพื่อผู้ป่วยจะ ได้รับโลหิตที่ปลอดภัยตาม มาตรฐาน การตรวจโลหิตทาง ห้องปฏิบัติการจะกระทำการตรวจ ดังนี้ คือ</p> <p>1. ตรวจหาหมู่โลหิต ระบบ เอบีโอ</p>	<p>1. ผู้สอน บรรยายการ ตรวจ คุณภาพ ของโลหิต ก่อนนำไป ให้กับ ผู้ป่วย</p> <p>2. ผู้สอน ถามถาม เกี่ยวกับการ ตรวจ คุณภาพ</p>	<p>1. แผ่น การ สอน</p> <p>2. คอม พิวเตอร์ และ เครื่อง โปรเจก เตอร์</p> <p>3. แผ่น พับ ความรู้</p>	3 นาที	<p>1. การมีส่วน ร่วมในการ ตอบคำถาม เกี่ยวกับการ ตรวจคุณภาพ ของโลหิต ก่อนนำไป ให้กับผู้ป่วย</p> <p>2. สังเกต ความสนใจ ขณะที่ผู้ฟัง ซักถาม</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การ ประเมินผล วิธีและ เกณฑ์ การ ประเมิน
	และระบบ อาร์เอช 2. ตรวจหาเชื้อไวรัสเอดส์ (Anti HIV และ HIV Ag) 3. ตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี (Abs Ag) 4. ตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี (Anti Hbc) 5. ซีพีทีเอส (VDRL) 6. ทดสอบความเข้ากันได้ของโลหิตครบทุกขั้นตอนตามมาตรฐาน	โลหิต ว่าประกอบด้วย ขบวนการตรวจอะไรบ้าง เป็นรายกลุ่ม ผู้ฟังตอบทีละคน จนครบ จำนวนข้อของการตรวจคุณภาพโลหิต 3. ผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้ฟังซัก			
5. ผู้ฟังร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับโลหิตและส่วนของโลหิตได้ถูกต้องเกี่ยวกับ	สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ 1. โลหิตมี 4 หมู่ คือ หมู่เอ บี โอ และเอบี 2. โลหิตประกอบด้วย 3 ส่วน คือน้ำเลือด เกร็ดเลือด และเม็ดเลือด 2 ชนิดคือเม็ดเลือดแดงและเม็ดเลือดขาว 3. เม็ดเลือดแดงทำหน้าที่ลำเลียงออกซิเจนไปให้กับเนื้อเยื่อต่างๆ ในร่างกาย มีอายุ 120 วัน	ขั้นสรุป 1. ผู้สอนบรรยายสรุปและถามเกี่ยวกับ: 1.1 ส่วนประกอบของโลหิต จำนวน 1-2	1. แผนการสอน 2. คอมพิวเตอร์และเครื่องโปรเจกเตอร์ 3. แผ่น	7 นาที	1. การมีส่วนร่วมในการตอบคำถามเกี่ยวกับการตรวจคุณภาพของโลหิตก่อนนำไปให้กับผู้ป่วย 2. สังเกตความสนใจ

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การ ประเมินผล วิธีและ เกณฑ์ การ ประเมิน
5.1 หมู โลหิต 5.2 ส่วนประก อบของ โลหิต 5.3 หน้า ที่ของเม ็ดเลือด แดง 5.4 หน้า ที่ของเม ็ดเลือด ขาว 5.5 หน้า ที่ของเกล ็ดเลือด 5.6 การ ตรวจค กรอง โลหิต ก่อนนำ ไปให้ ผู้ป่วย	4. เม็ดเลือดขาวมีอายุ 7-14 วัน ทำ หน้าที่ต่อต้านและทำลายเชื้อโรค ต่างๆที่เข้าไปในร่างกาย 5. เกล็ดเลือดมีอายุ 3-4 วัน ทำ หน้าที่ทำให้เลือดแข็งตัว 6. โลหิตที่จะนำไปให้ผู้อื่นได้ จะต้องผ่านการตรวจคัดกรองดังนี้ 1) ซีพีไลส 2) ไวรัสตับอักเสบบี 3) ไวรัสตับอักเสบบีซี 4) การตรวจ หมู่เลือดเอบีโอและอาร์เอส และ 5) เอดส์	คน 1.2 ชื่อหมู โลหิตใน ระบบเอ บี โอ จำนวน 1-2 คน 1.3 หน้า ที่ของโลหิต ในร่างกาย จำนวน 1-2 คน 1.4 การ ตรวจ คุณภาพ โลหิตก่อน นำไปให้ ผู้ป่วยมี อะไรบ้าง ถามจำนวน 1-2 คน 2. บรรยาย ตอบข้อ ซักถาม	พับ ความรู้		ขณะให้ผู้ฟัง ซักถาม

บรรณานุกรม

การบริจาคโลหิต. สืบค้นวันที่ 8 ตุลาคม 2556 จาก URL <http://www.redcross.or.th/forum/32/31375>

ภัคตรีณีวี บุญยะเวศ . การบริจาคโลหิต ช่วยชีวิตเพื่อนมนุษย์. สืบค้นวันที่ 10 ตุลาคม 2556 จาก URL <http://web.ku.ac.th/saranaroo/chap5a.htm>



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
1. ผู้ฟังให้ ความ สนใจ มี ส่วนร่วม ในการ ตอบ คำถาม	<p>โลหิตเป็นสิ่งสำคัญในการดำรง รักษาชีวิตมนุษย์ นักวิทยาศาสตร์ได้ พยายามค้นคว้ามาเป็นเวลานาน แต่ยังไม่ ประสบผลสำเร็จในการหาสารประกอบ อื่นๆ ที่มาทดแทนโลหิตได้ เมื่อยามที่ ร่างกายเสียโลหิต ซึ่งอาจเกิดจาก อุบัติเหตุ ผ่าตัด หรือ โรคที่จำเป็นต้อง รักษาด้วยโลหิต จึงจำเป็นต้องรับบริจาค โลหิตจากบุคคลหนึ่งเพื่อนำไปให้อีก บุคคลหนึ่ง เพื่อช่วยเหลือให้ทันเวลา</p> <p>โลหิต 77% ที่ได้รับบริจาคถูก นำไปใช้เพื่อทดแทนโลหิตที่สูญเสียไป ในภาวะต่างๆ อาทิ อุบัติเหตุ การผ่าตัด โรคกระเพาะอาหาร การคลอดบุตร เป็น ต้น อีก 23 % เป็นการนำโลหิตไปใช้ เฉพาะโรค อาทิ โรคโลหิตจาง(ธาลัสซี เมีย) เกสติกโลหิตต่ำ โรคฮีโมฟีเลีย เป็นต้น</p>	<p>ขั้นนำ</p> <p>1. ผู้สอน พักทนายผู้ฟัง และแนะนำ ตนเอง</p> <p>2. ผู้สอน นำเข้าสู่ เนื้อหา : โดยถาม ผู้ฟังว่า</p> <p>2.1 ใคร เคยได้รับ โลหิตให้ยก มือขึ้น ใคร และไม่เคย ได้รับโลหิต ยกมือขึ้น</p> <p>3. ถาม ความรู้สึก คนที่เคย ได้รับโลหิต ว่ารู้สึกเป็น อย่างไร</p> <p>3.2 ใคร เคยบริจาค โลหิต มาแล้วบ้าง ยกมือขึ้น และใครไม่</p>	<p>1. แผ่น การ สอน</p> <p>2. คอม พิวเตอร์</p> <p>และ เครื่อง โปรเจก เตอร์</p> <p>3. แผ่น พับ ความรู้</p>	3 นาที	<p>1. ผู้ฟังมีส่วนร่วม โดยการยกมือ จากการเป็นผู้เคย ได้รับและไม่เคย ได้รับโลหิตมา ก่อน</p> <p>2. ผู้ฟังมีส่วนร่วม โดยการยกมือเป็น ผู้เคยบริจาคโลหิต และไม่เคยบริจาค โลหิตมาก่อน</p> <p>3. ผู้ที่เคยบริจาค โลหิตกล่าวถึง ความรู้สึกของ ตนเอง</p> <p>4. สังเกตความ สนใจขณะที่ผู้ฟัง ซักถาม</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
		เคยบริจาค โลหิตยกมือ ขึ้น 3.3 ถ้าม ความรู้สึกที่ เคยบริจาค โลหิตว่า รู้สึกอย่างไร บ้าง 4.. ผู้สอน ถามผู้ฟังว่ารู้ ไหมว่า ปัจจุบันนี้ โลหิตไม่พอ ต่อการใช้ 4.1 ผู้สอน อธิบายและ กล่าวนำ 4.2 ผู้สอน เปิดโอกาส ให้ผู้ฟัง ซักถาม			
2. ผู้ฟัง อธิบาย เกี่ยวกับ ข้อเท็จจริง เกี่ยวกับ การ บริจาค	การบริจาคโลหิต หมายถึง การเจาะ โลหิตออกจากหลอดเลือดดำบริเวณข้อ พับแขน เพื่อให้กับผู้ป่วย ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการบริจาคโลหิตที่ ควรทราบ 1. ปกติแล้วมนุษย์จะมีโลหิตอยู่ประมาณ 4,000 - 5,000 ซี.ซี. และการบริจาคโลหิต	ชั้นสอน 1. ผู้สอน อธิบาย ความหมาย การบริจาค โลหิต 2. ผู้สอน	1. แผน การ สอน 2. คอม พิวเตอร์ และ	2 นาที	1. การมีส่วนร่วม ในการตอบ คำถามเกี่ยวกับ ความหมายของ การบริจาคโลหิต และข้อเท็จจริง เกี่ยวกับการ

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
โลหิตได้	<p>แต่ละครั้งจะบริจาคเพียง 350-450 ซี.ซี. หรือ ประมาณ 6 - 7 % ของโลหิตทั้งหมดในร่างกาย</p> <p>2. การบริจาคโลหิตเท่ากับการกระตุ้นให้ไขกระดูกสร้างเม็ดโลหิตใหม่ ๆ ออกมาชดเชยให้มีระดับเท่าเดิม ภายใน 7 - 14 วัน</p> <p>3. การบริจาคสามารถบริจาคโลหิตได้ทุก ๆ 3 เดือน ไม่ควรบริจาคก่อนครบกำหนด จะทำให้ร่างกายขาดธาตุเหล็ก อาจทำให้เกิดภาวะโลหิตจาง</p>	<p>อธิบาย ข้อเท็จจริง เกี่ยวกับการ บริจาค โลหิตที่ควร ทราบ</p> <p>1. ผู้สอน ถาม ข้อเท็จจริง เกี่ยวกับการ บริจาค โลหิตได้ เป็นรายกลุ่ม ผู้ฟังตอบ ข้อเท็จจริง ได้ถูกต้อง</p> <p>2. ผู้สอน เปิดโอกาส ให้ผู้ฟัง ซักถาม</p>	<p>เครื่อง โปรเจก เตอร์</p> <p>3. แผ่น พับ ความรู้</p> <p>4. เอก สารประ กอบการ อบรม</p>		<p>บริจาคโลหิต</p> <p>2. สังเกตความสนใจขณะที่ผู้ฟังซักถาม</p>
3. ผู้ฟัง อธิบาย เกี่ยวกับ คุณสมบัติ ของผู้ บริจาค	<p>คุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต</p> <p>1. มีน้ำหนัก 45 กิโลกรัมขึ้นไป สุขภาพร่างกายสมบูรณ์ พร้อมทั้งจะบริจาคโลหิต</p> <p>2. อายุระหว่าง 17 ปี ถึง 60 ปีบริบูรณ์ ผู้ที่มีอายุ 17 ปี ต้องมีหนังสือยินยอมจากผู้ปกครอง ถ้าเป็นผู้บริจาคครั้งแรกต้อง</p>	<p>1. ผู้สอน บรรยาย เกี่ยวกับ คุณสมบัติ ของผู้ บริจาค</p>	<p>1. แผ่น การ สอน</p> <p>2. คอม พิวเตอร์</p>	4 นาที	<p>1. การมีส่วนร่วมในการตอบคำถามเกี่ยวกับคุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต</p> <p>2. สังเกตความ</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
โลหิต ได้อย่าง น้อย 10 ข้อ	<p>อายุไม่เกิน 55 ปี</p> <p>3. นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอในเวลาปกติของตนเอง ในคืนก่อนวันที่มาบริจาคโลหิต</p> <p>4. ไม่มีอาการท้องเสีย ท้องร่วง ใน 7 วันที่ผ่านมา หรือกำลังเป็นไข้หวัด</p> <p>5. สตรีไม่อยู่ในระหว่างตั้งครรภ์หรือให้นมบุตร และไม่มีอาการคลอดบุตรหรือแท้งบุตรภายใน 6 เดือนที่ผ่านมา</p> <p>6. น้ำหนักต้องไม่ลดผิดปกติในระยะ 3 เดือนที่ผ่านมา โดยไม่ทราบสาเหตุ</p> <p>7. หากรับประทานยาแอสไพริน, ยาคลายกล้ามเนื้อหรือยาแก้ปวดอื่นๆ ต้องหยุดยามาแล้ว 3 วัน ถ้าเป็นยาแก้แสบหรือยาอื่นๆ ต้องหยุดยามาแล้ว 7 วัน</p> <p>8. ไม่เป็นโรคหอบหืด, ผิวหนังเรื้อรัง, วัณโรค หรือภูมิแพ้ต่างๆ</p> <p>9. ไม่เป็น โรคความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, หัวใจ, ตับ, ไต, มะเร็ง, ไทรอยด์, โลหิตออกง่าย-หยุดยาก หรือโรคประจำตัวอื่นๆ</p> <p>10. หากถอนฟัน อุดฟัน ขูดหินปูนหรือรักษารากฟัน ต้องทิ้งระยะอย่างน้อย 3 วัน</p> <p>11. หากเคยได้รับการผ่าตัดใหญ่ต้องเกิน 6 เดือน, ผ่าตัดเล็ก ต้องเกิน 1 เดือน</p> <p>12. ท่านหรือคู่ครองของท่านต้องไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หรือเบี่ยงเบนทางเพศ</p> <p>13. ต้องไม่มีประวัติยาเสพติด หรือเพิ่งฟื้นโทษ ต้องเกิน 3 ปี และมีสุขภาพดี</p>	<p>โลหิต</p> <p>2. ผู้สอน</p> <p>ถามถาม</p> <p>เกี่ยวกับ</p> <p>คุณสมบัติ</p> <p>ของผู้</p> <p>บริจาค</p> <p>โลหิตเป็น</p> <p>รายการ</p> <p>ผู้ฟังตอบที่</p> <p>ละคน จน</p> <p>ครบจำนวน</p> <p>ข้อที่</p> <p>บรรยาย</p> <p>3. ผู้สอน</p> <p>เปิดโอกาส</p> <p>ให้ผู้ฟัง</p> <p>ซักถาม</p>	<p>และ</p> <p>เครื่อง</p> <p>โปรเจค</p> <p>เตอร์</p> <p>3.แผ่น</p> <p>พับ</p> <p>ความรู้</p> <p>4. เอก</p> <p>สารประ</p> <p>กอบ</p> <p>การ</p> <p>อบรม</p>		สนใจขณะที่ผู้ฟังซักถาม

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
	14. หากเจาะหู, สัก, ลบรอยสักหรือ ฝังเข็มในการรักษา ต้องเกิน 1 ปี 15. หากมีประวัติเจ็บป่วยและได้รับโลหิต ของผู้อื่น ต้องเกิน 1 ปี 16. หากมีประวัติเป็นมาเลเรีย ถ้าเคยเป็น ต้องหายมาแล้วเกิน 3 ปี หากเคยเข้าไปใน พื้นที่ ที่มีเชื้อมาเลเรียชุกชุม ต้องทิ้งระยะ อย่างน้อยเกิน 1 ปี จึงบริจาคโลหิตได้ 17. ต้องไม่ได้รับวัคซีนในระยะ 14 วัน หรือเซรัมในระยะ 1 ปี ที่ผ่านมา 18. ก่อนบริจาคโลหิตต้องรับประทานอาหาร ให้เรียบร้อย หลีกเลี่ยงอาหาร ไขมันสูง เช่น ข้าวมันไก่ ข้าวข้าวหมู ของ ทอด ของหวาน แอ่งกะทิต่างๆ				
4. เมื่อฟัง การสอน ขั้นตอน การ บริจาค โลหิต ผู้ฟัง อธิบาย เกี่ยวกับ ขั้นตอน การ บริจาค โลหิต ได้	ขั้นตอนการบริจาคโลหิต ขั้นตอนที่ 1 แจ้งความประสงค์บริจาค โลหิตและคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้บริจาคครั้งแรก เขียนใบสมัคร โดย : 1. กรอกข้อความ ตามแบบใบสมัครให้ ชัดเจน เช่น ชื่อ - นามสกุล, วัน เดือน ปี เกิด สถานที่ทำงาน, สถานศึกษา, ที่อยู่ บ้าน เป็นต้น 2. กรอกข้อความตามแบบสอบถามและ แบบประเมิน ลงในใบสมัครตามความ เป็นจริง 3. ลงนามผู้บริจาคโลหิต กลุ่มผู้บริจาคเดิม ให้ยื่นบัตรประจำตัวผู้	1. ผู้สอน ให้ผู้เข้า อบรมบอก ขั้นตอนการ บริจาค โลหิตที่ ตนเองเคย ได้รับ 2. ผู้สอน บรรยาย เกี่ยวกับ ขั้นตอนการ บริจาค โลหิต 3. ผู้สอน	1.คน การ สอน 2. คอม พิวเตอร์ และ เครื่อง โปรเจค เตอร์ 3. แผ่น พับ ความรู้ 4. เอก สารประ	2 นาที่	1. การมีส่วนร่วม ในการตอบ ขั้นตอน 2. สังเกตความ สนใจขณะที่ผู้ฟัง ซักถาม

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
	<p>บริจาคโลหิตกับเจ้าหน้าที่ได้ทันที กรอกแบบประเมินสุขภาพด้วยตนเอง และลงนามเป็นผู้บริจาคโลหิต</p> <p>ขั้นตอนที่ 2 ตรวจสอบความเข้มข้นของโลหิต ตรวจหมู่โลหิต (กรณีรายใหม่) และตรวจร่างกายตรวจร่างกายโดยแพทย์ และแพทย์ให้ความเห็นว่ามีความแข็งแรง พร้อมบริจาคโลหิต</p> <p>ขั้นตอนที่ 3 ลงทะเบียนรับเลขดุงบรรจุโลหิต</p> <p>ขั้นตอนที่ 4 รับบริการเจาะโลหิต จากเจ้าหน้าที่ผู้ซึ่งได้รับการฝึกฝนมาแล้วเป็นอย่างดี จนมีความชำนาญ และอุปกรณ์ในการเจาะเก็บโลหิตเป็นของใหม่ผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว</p> <p>ขั้นตอนที่ 5 พักผ่อนหลังบริจาคโลหิต รับประทานอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม และ ดื่กพลาสเตอร์ที่บริเวณแผลรอยเข็ม ข้อพับแขนข้างที่เจาะโลหิต</p>	<p>ถามถามเกี่ยวกับขั้นตอนของการบริจาคโลหิตเป็นรายกลุ่ม ผู้ฟังตอบทีละคน จนครบ</p> <p>ขั้นตอนการบริจาคโลหิตที่บรรยาย</p> <p>4. ผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้ฟังซักถาม</p>	<p>กอบการอบรม</p>		
<p>5. เมื่อฟังการสอนเกี่ยวกับบัตรประจำตัวของผู้บริจาคโลหิต ผู้ฟังอธิบาย</p>	<p>บัตรประจำตัวผู้บริจาคโลหิต</p> <p>ผู้บริจาคโลหิตจะได้รับบัตรประจำตัวผู้บริจาคโลหิต ซึ่งจะระบุรายละเอียด ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> ชื่อ-นามสกุล พร้อมด้วยที่อยู่ของผู้บริจาคโลหิต เลขประจำตัวผู้บริจาคโลหิต หมู่โลหิต ระบบ เอบีโอ (ABO) และระบบ อาร์เอส (Rh) วัน เดือน ปี และจำนวนครั้งการบริจาคโลหิต 	<ol style="list-style-type: none"> ผู้สอนบรรยายเกี่ยวกับสิทธิของบัตรประจำตัวผู้บริจาคโลหิต และเนื้อหาที่อยู่ข้างในบัตร ผู้สอน 	<ol style="list-style-type: none"> ตัวอย่างบัตรประจำตัวผู้บริจาคโลหิต ทั้ง 4 หมู่โลหิต 	<p>2 นาที</p>	<ol style="list-style-type: none"> การมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม สังเกตความสนใจขณะที่ผู้ฟังซักถาม

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
เกี่ยวกับ บัตร ประจำตัว ของผู้ บริจาค โลหิต ได้	<p>ชื่อของบัตรบริจาคโลหิต</p> <ol style="list-style-type: none"> บัตรประจำตัวสีเหลือง หมู่ A บัตรประจำตัวสีชมพู หมู่ B บัตรประจำตัวสีฟ้า หมู่ O บัตรประจำตัวสีขาว หมู่ AB 	<p>ถามถาม เกี่ยวกับสี ของบัตร ประจำตัวผู้ บริจาค โลหิต และ เนื้อหาที่อยู่ ข้างในบัตร เป็นรายกลุ่ม ผู้ฟังตอบที่ ละคน จน ครบตามสี บัตร ผู้สอน เปิด โอกาสให้ ผู้ฟังซักถาม</p>			
6. ผู้ฟัง อธิบาย เกี่ยวกับ ประโยชน์ ของการ บริจาค โลหิตได้	<p>ประโยชน์/ผลที่ได้รับจากการบริจาค โลหิต</p> <ol style="list-style-type: none"> ความภาคภูมิใจที่ได้เสียสละโลหิตในร่างกาย เพื่อเป็นสาธารณะประโยชน์ต่อผู้อื่น รับทราบหมู่โลหิตของตนเอง ได้รับการตรวจสุขภาพ ทุก 3 เดือน (กรณีมาบริจาคโลหิต) ได้รับการตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ไวรัสตับอักเสบบี เชื้อไวรัสเอดส์ และ เชื้อซิฟิลิส (กามโรค) มีสิทธิพิเศษสำหรับผู้บริจาคเลือด ผู้บริจาคเลือดยังได้สิทธิพิเศษในเรื่องการรักษาพยาบาล ซึ่งอาจจะเป็นเรื่องที่หลาย 	<ol style="list-style-type: none"> ผู้สอน บรรยาย เกี่ยวกับ ประโยชน์ ของการ บริจาค โลหิต ผู้สอน ถามถาม เกี่ยวกับ ประโยชน์ ของการ บริจาค โลหิตเป็น 	<ol style="list-style-type: none"> แผ่น การ สอน คอม พิวเตอร์ และ เครื่อง โปรเจค เตอร์ แผ่น พับ ความรู้ 	3 นาที	<ol style="list-style-type: none"> การมีส่วนร่วม ในการตอบ ประโยชน์ของ การบริจาคโลหิต สังเกตความ สนใจขณะที่ผู้ฟัง ซักถาม

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
	<p>คนยังไม่รู้ โดย</p> <p>5.1 ผู้บริจาคโลหิต 7 ครั้งขึ้นไป สามารถขอใช้สิทธิช่วยเหลือค่าห้องพิเศษ และค่าอาหารพิเศษได้ไม่เกินร้อยละ 50</p> <p>5.2 ผู้บริจาคโลหิต 9 ครั้งขึ้นไป สามารถขอใช้สิทธิตรวจวิเคราะห์สารเคมี ในโลหิต ได้ เช่น ตรวจหาน้ำตาล ไขมัน การทำงานของตับ การทำงานของไต เป็นต้น</p> <p>5.3 ผู้บริจาคโลหิต 16 ครั้งขึ้นไป สามารถขอใช้สิทธิช่วยเหลือค่า รักษาพยาบาล+ ค่าห้องพิเศษและ ค่าอาหาร ได้ร้อยละ 50</p> <p>5.4 ผู้บริจาคโลหิต 24 ครั้งขึ้นไป สามารถขอใช้สิทธิช่วยเหลือค่า รักษาพยาบาล 100% + ค่าห้องพิเศษและ ค่าอาหาร ได้ร้อยละ 50</p> <p>5.5 ผู้บริจาคโลหิต 100 ครั้งขึ้นไป สามารถขอใช้สิทธิ "ขอพระราชทาน เพลิงศพ" ได้เป็นกรณีพิเศษ</p>	<p>รายการกลุ่ม</p> <p>ผู้ฟังตอบที่</p> <p>ละคน จน</p> <p>ครบ</p> <p>ประโยชน์ที่</p> <p>บรรยาย</p> <p>3. ผู้สอน</p> <p>เปิดโอกาส</p> <p>ให้ผู้ฟัง</p> <p>ซักถาม</p>	<p>เอกสาร</p> <p>ประ</p> <p>กอบ</p> <p>การ</p> <p>อบรม</p>		
<p>7. ผู้ฟัง</p> <p>อธิบาย</p> <p>เกี่ยวกับ</p> <p>การปฏิบัติ</p> <p>ตัวก่อน</p> <p>การ</p> <p>บริจาค</p> <p>โลหิต</p> <p>ได้</p>	<p>ข้อควรปฏิบัติ ก่อนบริจาคโลหิต</p> <p>1. ควรนอนหลับพักผ่อนอย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 6 ชั่วโมง</p> <p>2. ไม่ควรอยู่ระหว่างรับประทานอาหารประเภทปฏิวณะ และถั่วคยา</p> <p>3.สตรีต้องไม่อยู่ในระหว่างมีรอบเดือน</p> <p>4. รับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง และ ยาธาตุเหล็กเพิ่ม</p> <p>5. รับประทานอาหารมื้อหลักก่อนมา</p>	<p>1. ผู้สอน</p> <p>บรรยายข้อ</p> <p>ควรปฏิบัติ</p> <p>ก่อนการ</p> <p>บริจาค</p> <p>โลหิต</p> <p>2. ผู้สอน</p> <p>ถามถาม</p> <p>เกี่ยวกับการ</p>	<p>1. แผ่น</p> <p>การ</p> <p>สอน</p> <p>2. คอม</p> <p>พิวเตอร์</p> <p>และ</p> <p>เครื่อง</p> <p>โปรเจค</p>	<p>3</p> <p>นาที</p>	<p>1. การมีส่วนร่วม</p> <p>ในการตอบข้อ</p> <p>ควรปฏิบัติใน</p> <p>ก่อนการบริจาค</p> <p>โลหิต</p> <p>2. ตอบคำถามการ</p> <p>ปฏิบัติตัวก่อน</p> <p>บริจาคโลหิตได้</p> <p>ถูกต้อง 7 ใน 8 ข้อ</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
	<p>บริจาคโลหิต หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง เนื่องจากจะทำให้สีของพลาสมาผิดปกติเป็นสีขาวขุ่น ไม่สามารถนำไปใช้ได้</p> <p>6. ดื่มน้ำ 3-4 แก้ว และเครื่องดื่มหวานเพิ่ม เช่น น้ำผลไม้ นม น้ำหวาน เพื่อเพิ่มปริมาณโลหิตในร่างกาย จะช่วยป้องกันอาการแทรกซ้อน เช่น มีนงง อ่อนเพลีย หรือเวียนศีรษะภายหลังบริจาคโลหิต หลีกเลี่ยงชา กาแฟ หรือเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน</p> <p>7. งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ อย่างน้อย 24 ชั่วโมงก่อนบริจาค</p> <p>8. งดสูบบุหรี่ ก่อนและหลังบริจาคโลหิต 1 ชั่วโมง เพื่อให้ปอดฟอกโลหิตได้ดี</p>	<p>ปฏิบัติคนก่อนการบริจาคโลหิต เป็นรายกลุ่ม ผู้ฟังตอบที่ละคน จนครบข้อควรปฏิบัติก่อนการบริจาคโลหิต</p> <p>- ผู้สอน เปิดโอกาสให้ผู้ฟังซัก</p>	<p>เตอร์</p> <p>3. แผ่นพับความรู้</p> <p>4. เอกสารประกอบ</p> <p>อบรม</p>		<p>3. สังเกตความสนใจขณะที่ผู้ฟังซักถาม</p>
<p>8. ผู้ฟังอธิบายเกี่ยวกับการปฏิบัติในขณะบริจาคโลหิต</p>	<p>ข้อควรปฏิบัติในขณะบริจาคโลหิต</p> <p>1.สวมใส่เสื้อผ้าที่แขนเสื้อไม่คับเกินไป สามารถดึงขึ้นเหนือข้อศอกได้อย่างน้อย 3 นิ้ว</p> <p>2. เลือกแขนข้างที่เส้นโลหิตดำใหญ่ชัดเจน ที่สามารถให้โลหิตไหลลงถุงได้ดี</p> <p>ผิวหนังบริเวณที่จะให้เจาะ ไม่มีผื่นคันหรือรอยเขียวช้ำ ถ้าแพ้ยาทาฆ่าเชื้อ เช่น แอลกอฮอล์ ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ทราบล่วงหน้า</p> <p>3. ทำตัวตามสบาย อย่างถั่ว หรือวิตกกังวล</p> <p>4. ไม่ควรเครียดมากฝรั่ง หรืออมลูกอมขณะบริจาคโลหิต</p> <p>5. ขณะบริจาคควรบีบลูกยางอย่าง</p>	<p>1. ผู้สอนบรรยายข้อควรปฏิบัติในขณะบริจาคโลหิต</p> <p>2. ผู้สอนถามคำถามเกี่ยวกับกรปฏิบัติคนก่อนการบริจาคโลหิต เป็นรายกลุ่ม ผู้ฟังตอบที่</p>	<p>1.แผ่นการสอน</p> <p>2. คอมพิวเตอร์</p> <p>และเครื่องโปรเจกเตอร์</p> <p>3. แผ่นพับความรู้</p> <p>4. เอกสารประกอบ</p>	<p>3 นาที</p>	<p>1.การมีส่วนร่วมในการตอบข้อควรปฏิบัติในขณะบริจาคโลหิต</p> <p>2. ตอบคำถามได้ถูกต้อง 5 ใน 6 ข้อ</p> <p>3. สังเกตความสนใจขณะที่ผู้ฟังซักถาม</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
	<p>สมัครเพื่อ เพื่อให้โลหิตไหลได้สะดวก หากมีอาการผิดปกติ เช่น ใจสั่น วิงเวียน มีอาการคล้ายจะเป็นลม อาการชา อาการเจ็บที่ผิดปกติ ต้องรีบแจ้งให้พยาบาลหรือเจ้าหน้าที่ในบริเวณนั้นทราบทันที</p> <p>6. หลังบริจาค โลหิตเสร็จเรียบร้อย ห้ามลุกทันที ให้นอนพักสักครู่จนกระทั่งรู้สึกสบายดี จึงลุกไปดื่มน้ำ และรับประทานอาหารว่างที่จัดไว้รับรอง</p>	<p>ละคนจนครบข้อควรปฏิบัติ ในขณะที่บริจาคโลหิต</p> <p>3. ผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้ฟังซัก</p>	<p>กอบการอบรม</p>		
<p>9. ผู้ฟังอธิบายเกี่ยวกับ การปฏิบัติตัวหลังการบริจาคโลหิตได้</p>	<p>ข้อความปฏิบัติ หลังการรับบริจาคโลหิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ควรนอนพักบนเตียงสักครู่ ห้ามลุกจากเตียงทันทีเพราะอาจทำให้เวียนศีรษะเป็นลมได้ 2. ควรรับประทานอาหารว่าง และเครื่องดื่มที่จัดเตรียมไว้ 3. รับบริการทำแผลบริเวณเจาะเก็บโลหิต 4. หากมีอาการวิงเวียนศีรษะ หรือรู้สึกจะเป็นลม ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ทันที หรือนอนลง เพื่อป้องกันการล้มศีรษะฟาดพื้น 5. ดื่มน้ำมากกว่าปกติ เป็นเวลา 1-2 วัน 6. หลีกเลี่ยงการทำขาน้ำ หรือออกกำลังกายที่ต้องเสียเหงื่อมากๆ งดใช้กำลังแขน ข้างที่เจาะ รวมถึงการหิ้วของหนักๆ เป็นเวลา 24 ชั่วโมง ภายหลังจากบริจาคโลหิต 7. ถ้ามีอาการเวียนศีรษะคล้ายจะเป็นลม หรือรู้สึกผิดปกติ ให้รีบนั่งก้มศีรษะต่ำ ระหว่างเข้า หรือนอนราบยกเท้าสูง จนกระทั่งมีอาการปกติจึงลุกขึ้น และ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้สอนบรรยายข้อควรปฏิบัติ หลังการบริจาคโลหิต 2. ผู้สอนถามคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติตน หลังการบริจาคโลหิต เป็นรายกลุ่ม ผู้ฟังตอบทีละคนจนครบข้อควรปฏิบัติหลังการบริจาคโลหิต 	<ol style="list-style-type: none"> 1. แผนการสอน 2. คอมพิวเตอร์ และเครื่องโปรเจคเตอร์ 3. แผ่นพับความรู้-เอกสาร ประกอบการอบรม 	<p>3 นาที</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. การมีส่วนร่วมในการตอบข้อควรปฏิบัติใน หลังการบริจาคโลหิต 2. ตอบคำถามได้ถูกต้อง อย่างน้อย 8 ใน 10 ข้อ 3. สังเกตความสนใจขณะที่ผู้ฟังซักถาม

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
	<p>เดินทางกลับ ป้องกันอุบัติเหตุจากการล้ม</p> <p>8. ถ้ามีโลหิตซึมออกมาจากรอยผ้าปิดแผล อย่าตกใจ ให้ใช้นิ้วมืออีกด้านหนึ่งกดลงบนผ้าก๊อศ กดให้แน่นและยกแขนสูงไว้ประมาณ 3-5 นาที หากยังไม่หยุดซึม ให้กลับมายังสถานที่บริจาคนโลหิตเพื่อพบแพทย์หรือพยาบาล</p> <p>9. ผู้บริจาคนโลหิตที่ทำงานเป็นปายที่สูงหรือทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักรกล ควรหยุดพัก 1 วัน</p> <p>10. รับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงและธาตุเหล็กที่ได้รับวันละอย่างน้อย 1 เม็ด จนหมด เพื่อป้องกันการขาดธาตุเหล็ก</p>	3. ผู้สอน เปิดโอกาส ให้ผู้ฟังซัก			
10. ผู้ฟัง สามารถ สรุป เกี่ยวกับ ได้ถูกต้อง ร้อยละ 80	<p>สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้</p> <p>การบริจาคนโลหิตนับว่าเป็นกุศลอันสูงสุดเพราะเป็นการให้ส่วนหนึ่งของชีวิตไปช่วยต่อชีวิตให้ผู้อื่น ผู้ให้ยอมเกิด ความปิติ บังเกิดความสุขใจจากผลบุญของการให้</p> <p>เนื่องจากโลหิตเป็นสิ่งสำคัญในการช่วยเหลือชีวิตมนุษย์ให้อยู่รอด นักวิทยาศาสตร์พยายามศึกษาค้นคว้าหาสารประกอบอื่นๆ มาทดแทน แต่ก็ยังไม่ประสบความสำเร็จ จึงมีความจำเป็นต้องให้โลหิตจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งด้วยการบริจาค</p> <p>ขณะนี้โลหิตที่ได้รับการบริจาคมยังขาดแคลน ไม่เพียงพอ ท่านผู้บริจาคนโลหิตจึงนับว่าเป็นส่วนสำคัญในการบริจาคน</p>	<p>ขั้นสรุป</p> <p>- ทบทวน เนื้อหา โดย การประเมิน ผู้ฟัง โดยใช้ การสรุป โดยมี คำถาม 1. ความ หมายการ บริจาคน โลหิต ถาม ผู้ฟัง 1-2 คน</p> <p>2. ข้อเท็จ จริงเกี่ยวกับ การบริจาคน</p>	<p>1. เอก สารประ กอบการ อบรม</p> <p>2. ตัว อย่าง บัตร ประจำตัว ผู้ บริจาคน โลหิต</p> <p>3. ตัว อย่าง แบบ ประเมิน คุณสมบัติ</p>	5 นาที	<p>1. ผู้ฟังตอบ คำถามรายบุคคล ได้ร้อยละ 80</p> <p>2. สังเกตผู้ฟัง ขณะซักถามและ ตอบคำถาม</p>

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
	<p>โลหิต หลังจากการบริจาค โลหิต เรียบร้อยแล้ว เป็นที่แน่นอนว่าร่างกายเรา ต้องรู้สึกอ่อนเพลียเป็นธรรมดา เนื่องจาก ร่างกายต้องสร้างเซลล์เลือดขึ้นมา ทดแทน ดังนั้น การดูแลตนเองอย่าง ถูกต้องหลังจากการบริจาค โลหิตจึง สำคัญต่อร่างกายที่สมบูรณ์เร็วขึ้น ดังนี้</p>	<p>โลหิต ตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 3. คุณ สมบัติของผู้ บริจาค โลหิต ตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 4. ขั้นตอน การบริจาค โลหิต ตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 5. บัตร ประจำตัวผู้ บริจาค โลหิต ตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 6. การ ปฏิบัติตัว ก่อนการ บริจาค โลหิต ตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 7. การ ปฏิบัติตัว ขณะบริจาค โลหิต ตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 8. การ ปฏิบัติตัว หลังบริจาค</p>	<p>บัตรการ เป็นผู้ บริจาค โลหิต ด้วย ตนเอง 4. แผ่น พับเรื่อง การ บริจาค โลหิต 5. วีดี ทัศน์ เรื่องการ บริจาค โลหิต</p>		

วัตถุประสงค์ (เชิงพฤติกรรม)	เนื้อเรื่อง	กิจกรรม การให้ ความรู้	สื่อ	เวลา	การประเมินผล วิธีและเกณฑ์ การประเมิน
		โลหิตถตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 9. ประ โยชน์ของ การบริจาค โลหิตถตาม ผู้ฟัง 1-2 คน 10. การ ตรวจ คุณภาพ โลหิตถก่อน นำไปให้กับ ผู้ป่วย ถาม ผู้ฟัง 1-2 คน 11. ผู้สอน สรุปการ สอนเรื่อง การบริจาค โลหิต 12. ผู้สอน แจกเอกสาร แผ่นพับ เกี่ยวกับการ บริจาค โลหิตให้กับ ผู้ฟัง			