

## ใบงานที่ ๑

### ใบงานที่ ๑ เรื่อง แบบบันทึกข้อมูลพื้นฐานของตนเองด้านสุขภาพ หน่วยที่ ๑ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ชี้แจงเนื้อหา วิธีการเรียน และข้อตกลงการเรียน รายวิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

โรงเรียน..... ห้อง...../..... เลขที่.....  
วันที่เก็บข้อมูล...../...../.....

#### ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

เลขบัตรประชาชน .....ชื่อ-สกุล (ด.ช./ด.ญ.).....  
วัน เดือน ปี เกิด ...../...../.....อายุ:.....ปี กลุ่มเลือด.....  
ที่อยู่..... หมู่..... ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด.....  
สิทธิด้านสุขภาพ ไม่ทราบ/ไม่มี ประกันสุขภาพถ้วนหน้า ประกันอุบัติเหตุโรงเรียน  
ข้าราชการ กระทรวง.....หน่วยงาน..... ประกันสังคม หน่วยงาน.....

#### ข้อมูลตัวเอง

น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....ซม. เส้นรอบเอว.....ซม.(लगฟง ฆาย>=๙๐ ซม., หลง>=๘๐ซม.)  
ชีพจร.....ครั้ง/นาที หายใจ.....ครั้ง/นาที  
ความดันโลหิต(ครั้งที่ ๑)\* ...../.....mm./Hg  
ความดันโลหิต(ครั้งที่ ๒)...../.....mm./Hg

\* ปกติ=<๑๒๐/<๘๐, เสียง=[๑๒๐-๑๓๙/๘๐-๘๙], สูงระดับ๑=[๑๔๐-๑๕๙/๙๐-๙๙], สูงระดับ๒=[๑๖๐/>๑๐๐] กรณีที่วัดความดันครั้งที่ ๑ ผลผิดปกติ ให้  
นักเรียนพัก ๑๕ นาที แล้วจึงวัดซ้ำครั้งที่ ๒

#### ส่วนที่ ๒ ประวัติการเจ็บป่วยในอดีตและปัจจุบัน

๑) บิดา-มารดาของท่าน มีประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคต่อไปนี้หรือไม่  ไม่มีประวัติเจ็บป่วย  ไม่ทราบ  
 เบาหวาน(DM)  ความดันโลหิตสูง(HT)  โรคเกาต์(Gout)  โรคไตวายเรื้อรัง(CRF)  
 กล้ามเนื้อหัวใจตาย(MI) \*  เส้นเลือดสมอง(Stroke)  ถุงลมโป่งพอง(COPD)  มะเร็งทุกชนิด  
 ต้อหิน  หอบหืด/ภูมิแพ้  โรคเรื้อรัง  อื่นๆ (ต้อตา, ตาบอด)

๒) พี่-น้องสายตรงท่าน มีประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคต่อไปนี้หรือไม่  ไม่มีประวัติเจ็บป่วย  
 ไม่ทราบ  เบาหวาน(DM)  ความดันโลหิตสูง(HT)  โรคเกาต์(Gout)  โรคไตวายเรื้อรัง(CRF)  
 กล้ามเนื้อหัวใจตาย(MI)  เส้นเลือดสมอง(Stroke)  ถุงลมโป่งพอง(COPD)  มะเร็งทุกชนิด  
 ต้อหิน  หอบหืด/ภูมิแพ้  โรคเรื้อรัง  อื่นๆ (ต้อตา, ตาบอด)

๓) อื่นๆ.....

(.....)

ลงชื่อผู้บันทึกข้อมูล

อ้างอิง

ภาพที่ ๑

<http://bangkokpoll.bu.ac.th/poll/result/poll287.php?pollID=97&Topic=%B7%D5%E8%BE%D6%E8%A7%B7%D2%A7%E3%A8%A2%CD%A7%C7%D1%C2%C3%D8%E8%B9&fileDoc=poll287.pdf>

**หัวข้อ :** "ที่พึงพอใจของวัยรุ่น" ส่วนที่เกิดจากครู/อาจารย์ ได้แก่ ครูให้ทำงานและการบ้านที่เกินความสามารถของ  
ลูกศิษย์ ร้อยละ 30.2 กัดดันให้เกิด

การแข่งขันด้านการเรียน ร้อยละ 23.8 ไม่ยุติธรรม ร้อยละ 18.5 ไม่รับฟังความเห็น ร้อยละ 14.7  
ชอบดูประจานให้อับอาย

ร้อยละ 9.6 ทำร้ายข่มขู่ ร้อยละ 1.3 และอื่นๆ อีกร้อยละ 1.8