

หัวข้อวิจัย	การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตปริมณฑล
ผู้ดำเนินการวิจัย	ผศ.ดร.ชฎามาศ ขาวสะอาด ผศ.ทิพย์วิมล กิตติวราพล ผศ.นุจิรา รัศมีไพบูลย์ ดร.ชวาลศักดิ์ เพชรจันทร์ฉาย
ที่ปรึกษา	ผศ.ดร.พูลทรัพย์ นาคานาคา
หน่วยงาน	คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
ปี พ.ศ.	2561

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาสภาพการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในเขตปริมณฑล (2) เพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตปริมณฑลมีขั้นตอนการวิจัย 4 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานและสภาพทั่วไปของผู้สูงอายุ โดยสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling) คือ ผู้สูงอายุชุมชนวัดสุวรรณกับชุมชนคลองโยง 1 จำนวน 30 คน ผลการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุมีสภาพร่างกายอ่อนแอช่วยเหลือตัวเองได้น้อย จากปัญหาสภาพร่างกายที่ไม่แข็งแรง มีปัญหาทางครอบครัว รายได้ ต้องการผ่อนคลายความเครียด จึงนำไปสู่กิจกรรมที่จัดให้ผู้สูงอายุ คือ การออกกำลังกายบนเก้าอี้มีพนักพิง การพัฒนากล้ามเนื้อด้วยศิลปะ เครื่องดื่มเสริมสุขภาพ และเกมต่อจิ๊กซอว์กับการกระตุ้นสมอง รวม 4 กิจกรรม

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างและพัฒนา รูปแบบการดูแลสุขภาพได้สร้างรูปแบบการดูแลสุขภาพซึ่งประกอบด้วย (1) สภาพปัญหาและความจำเป็น (2) วัตถุประสงค์ (3) ชุดกิจกรรมเพื่อรูปแบบการดูแลสุขภาพ 4 กิจกรรม (4) สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ (5) การวัดและประเมินผลกิจกรรม นำร่างรูปแบบการดูแลสุขภาพให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านประเมินความสอดคล้องตามจุดประสงค์ เนื้อหาของรูปแบบการดูแลสุขภาพพบว่า โครงร่างรูปแบบการดูแลสุขภาพมีค่าดัชนีความสอดคล้อง เท่ากับ 1 ทุกองค์ประกอบ และได้ปรับปรุงแก้ไขเพื่อพัฒนาร่างรูปแบบการดูแลสุขภาพก่อนนำไปทดลองใช้

ขั้นตอนที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ทำการทดลองเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ระหว่างวันที่ 1 พฤษภาคม - 30 ธันวาคม 2560 ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงทดลองแบบกลุ่มเดียวทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (one group pretest-posttest design) วิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละและสถิติทดสอบค่า t-test

ขั้นตอนที่ 4 ประเมินผลโครงสร้างรูปแบบการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกรายด้าน ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำเนินชีวิตดีขึ้นทุกรายด้าน ยกเว้นการขึ้นบันไดที่ไม่มีความแตกต่าง ส่วนใหญ่ไม่สามารถขึ้นลงบันไดได้ การจัดกลุ่มภายหลังการทดลอง พบว่ามีคะแนนสูงขึ้นมี 12 คะแนนขึ้นไป ส่วนใหญ่มีศักยภาพที่ไม่ต้องการการพึ่งพา ค่าดัชนีมวลกาย พบว่ามีน้ำหนักไม่แตกต่างกันทั้ง 4 สัปดาห์ ผู้สูงอายุเกือบครึ่งกลุ่มทดลองมีน้ำหนักเกินที่อ้วนและอ้วนมาก ส่วนผลของความดันโลหิตตามเกณฑ์พบว่า มีค่าความดันโลหิตที่ต่างกันมีการเปลี่ยนแปลงของค่าความดันโลหิตในทางที่ดีขึ้น ผลการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านร่างกาย ความฟิต การออกกำลังกาย โภชนาการ และการป้องกันการผิดปกติของร่างกาย พบว่า ทั้งก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน เพราะพฤติกรรมบางอย่างผู้สูงอายุไม่สามารถกระทำได้ด้วยตนเองในทุกด้านต้องอาศัยบุคคลอื่น ทั้งรายได้จากลูกหลานหรือจากสวัสดิการของรัฐ ไม่มีเงินใช้อย่างอิสระ ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตนการดูแลตนเองได้อย่างสม่ำเสมอ ส่วนผลการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น กับครอบครัว กับเพื่อนฝูงและทัศนคติต่อสังคม พบว่า ทั้งก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน จากการที่ไม่มีรายได้เป็นของตนเองทำให้สร้างความสัมพันธ์ในด้านต่าง ๆ ได้ค่อนข้างน้อย

Research Title: The Development of Elderly Health Care Model in Perimeter

Researchers: Assistant Professor Dr. Chadamach Kaosaard
Assistant Professor Tipvimon Kittivarapol
Assistant Professor Nujira Rasamipailboon
Dr. Chawalsak Phetchanchai

Research Consultant: Assistant Professor Dr. Poonsap Naknaka

Organization: Faculty of Science and Technology and School of Culinary Arts
Suan Dusit University

Year 2018

The purposes of this research are to (1) study the conditions of the elderly self-care in perimeter (2) develop the elderly health care model in perimeter. There are four research steps as follows:

First step, studying basic information and general conditions of the elderly. The researcher used in-depth interview with the sampling group (using purposive sampling method) of 30 elderlies in Wat Suwan and Khlong-yong-1 community. The findings showed that the elderly had weak physical condition and hardly helped themselves. According to their health problems, family problems, income problems, and stress, the activities designed for elderly should be organized. These four activities were exercising on a chair with backrest, developing hand muscles through participating in artistic activities, enjoying snacks and health drinks, and using jigsaw puzzles as a means of brain stimulation.

Second step, creating and developing a model of self-care activities. The researcher designed the self-care model which was consisted of (1) problems and necessities conditions, (2) objectives, (3) four self-care activities, (4) materials and equipment, and (5) activities measurement and evaluation. The draft of a model of self-care activities was evaluated by five experts for congruence with objectives and the contents. It was found that an index of congruence (IOC) of this draft was 1 for all components. Then, the draft was adjusted and improved for experimental use.

Third step, experimenting the model of self-care activity. The sampling group who had been selected through the purposive sampling method was experimented for eight weeks, between May 1 and December 30, 2017. The research method was one group pretest-posttest design. The data collected was analyzed by using techniques of descriptive statistics, in terms of means, Standard Deviation (S.D.) percentage, and t-test statistics.

Fourth step, the evaluation of the model of self-care activities. It was found that the reference to the Barthel Activities of Daily Living Index exhibited difference at statistically significant level of .05. Elderly had improved their abilities in everyday lives in all areas, except stepping the stairs which shown no differences. Most of them were unable to step up or down the stairs. However, after the experiment, there was higher score of 12 points or more and the elderly had no potential for dependence. It was also found that Body Mass Index Weight Gain was not significantly different in all 4 weeks. Almost half of the experimental group was overweight and obese. The results of blood pressure were changed differently in a better way.

In addition, the findings of self-care behavior, physical fitness, exercise, nutrition and prevention of body dysfunction were found no differences either before or after the experiment. In some behaviors, the elderly could not do it themselves, they had to rely on others. They did not have freedom in spending money because most of their income was from descendants or from the state welfare. They could not take care of themselves regularly.

Lastly, the findings were also shown that their self-care behaviors in the aspects of relationships with others, family and friends, and social attitudes had no differences for both before and after the experiment. The elderly did not have their own income so their relationships with others were relatively low.