

วัตถุประสงค์ของงานวิจัยชิ้นนี้คือการศึกษาในระดับความรู้ ทักษะคิดและพฤติกรรมป้องกันภาวะกระดูกพรุนในประชากรสูงอายุที่อาศัยในเขตเทศบาลนคร พิษณุโลก โดยอาศัยแบบประเมินความรู้ แบบประเมินทักษะคิดเกี่ยวกับกระดูกพรุนและแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันภาวะกระดูกพรุน กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยชิ้นนี้มีจำนวนทั้งสิ้น 453 คน แบ่งเป็นเพศชาย 202 คน มีอายุระหว่าง 52-84 ปี และ กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง 251 คนมีอายุระหว่าง 50-79 ปี โดยกลุ่มตัวอย่างจะถูกสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนตัวและประเมินระดับความรู้ ทักษะคิดและพฤติกรรมป้องกันภาวะกระดูกพรุนจากนั้นจะได้รับการตรวจค่าความหนาแน่นของกระดูกในบริเวณกระดูกปลายแขนข้างที่ไม่ถนัดด้วยการใช้เครื่องตรวจวัดความหนาแน่นกระดูกที่อาศัยรังสีเอกซ์ (ยี่ห้อพานาโซนิค รุ่น DXA-70) ผลการวิจัยพบว่าความชุกของภาวะกระดูกพรุนคิดเป็นร้อยละ 41.1 และ 11.9 ในเพศหญิงและชายตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับภาวะกระดูกพรุนอยู่ในระดับปานกลาง (เฉลี่ยเท่ากับ 0.54 ± 0.24 คะแนน จากคะแนนเต็มเท่ากับ 1) กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 69.4 ไม่ทราบว่าการประกอบอาหารโดยใช้ผงชูรสนั้นทำให้เกิดภาวะกระดูกพรุนได้ ทักษะคิดเกี่ยวกับภาวะกระดูกพรุนอยู่ในระดับดี (เฉลี่ยเท่ากับ 4.06 ± 0.57 คะแนนจากคะแนนเต็มเท่ากับ 5) และพฤติกรรมสุขภาพที่เกี่ยวกับการป้องกันภาวะกระดูกพรุนอยู่ในระดับค่อนข้างดี (เฉลี่ยเท่ากับ 1.82 ± 0.41 คะแนน จากคะแนนเต็มเท่ากับ 3) แต่กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 19.9 และร้อยละ 15.5 เท่านั้นที่ดื่มนมและรับประทานเต้าหู้และงาดำอย่างสม่ำเสมอจึงควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับพิษภัยของผงชูรส และส่งเสริมการรับประทานเต้าหู้และงาดำ

This research aimed to assess women's knowledge, attitude on osteoporosis and the osteoporosis preventing behavior and determine the prevalence of osteoporosis in elderly living in Phitsanulok municipality. The knowledge attitude and osteoporosis preventing behavior were assessed by structured questionnaires. 251 female, aged from 50 to 79 years old and 202 male, aged from 52 to 84 years old from Muang district of Phitsanulok Province were recruited in this study. The samples were interviewed using structured questionnaires. After that, Bone mineral density (BMD) at the distal site of non-dominant forearm was measured using a bone densitometer (Panasonic model DXA-70). The result revealed that the prevalence of osteoporosis were 41.1 % and 11.9 % in female and male, respectively. The majority of samples were in the moderate level of osteoporosis's knowledge (0.54 ± 0.24 score from the total score of 1). However, 69.4 % of sample didn't know about the danger of monosodium-glutamate, osteoporosis's attitude of sample were in good level (4.06 ± 0.57 score from the total score of 5) and osteoporosis preventing behavior were rather good level (1.82 ± 0.41 score from the total score of 3). However, only 19.1% and 15.5% of sample were always consumed milk and bean curd and sesame. Thus, future planning for health education campaigns should target on elderly focusing especially on education of the danger of monosodium glutamate and promotion of bean curd and sesame consuming.