



245646

ประสบการณ์ที่ควรมองไว้ต่อการทบทวนของผู้สูงอายุ

นางสาวธัญญา นนังกา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท สาขาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2553

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

600 250 688

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



ประสบการณ์ความกลัวต่อการหกล้มของผู้สูงอายุ

นางสาว ลักษณา มะรังกา



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2553

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



FEAR OF FALLING EXPERIENCES OF OLDER PERSONS

Miss Luxsana Marungga

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Nursing Science Program in Nursing Science

Faculty of Nursing

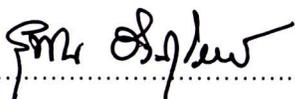
Chulalongkorn University

Academic Year 2010

Copyright of Chulalongkorn University

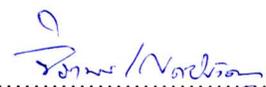
หัวข้อวิทยานิพนธ์	ประสบการณ์ความกลัวต่อการหกล้มของผู้สูงอายุ
โดย	นางสาวลักษณา มะรังกา
สาขาวิชา	พยาบาลศาสตร์
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	รองศาสตราจารย์ ดร. จิราพร เกศพิชญวัฒนา

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้ฉันวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต


..... คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ร้อยตำรวจเอกหญิง ดร. ยูพิน อังสุโรจน์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชนกวร จิตปัญญา)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร. จิราพร เกศพิชญวัฒนา)


..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(พันโทหญิง ดร. วาสนา นัยพัฒน์)

ลักษณะ มะเร็งกา : ประสบการณ์ความกลัวต่อการหกล้มของผู้สูงอายุ
(FEAR OF FALLING EXPERIENCES OF OLDER PERSONS) อ.ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์หลัก : รศ. ดร. จิราพร เกศพิชญวัฒนา, 173 หน้า.

245646

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรยายประสบการณ์ความกลัวต่อการหกล้มของผู้สูงอายุ โดยใช้วิธีการวิจัยตามแนวคิดเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key informants) เป็นผู้สูงอายุ จำนวน 10 ราย ที่มีประวัติหกล้มและได้รับการประเมินว่ามีความกลัวการหกล้ม โดยประเมินจาก Falls Efficacy Scale as a Measure of Fear of Falling (Tinetti, Richman and Powell, 1990) ทำการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จากผู้สูงอายุที่พำนักอาศัยอยู่ในชุมชนแขวงหัวหมาก และคลองจั่น กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และการบันทึกเทป นำข้อมูลที่ได้มาถอดความแบบคำต่อคำ และวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis)

ผลการวิจัยนำเสนอได้ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่าประสบการณ์กลัวการหกล้มของผู้สูงอายุ สรุปได้เป็นประเด็นหลัก 2 ประเด็น คือ 1) กลัวหกล้มซ้ำ ประกอบด้วย กลัวไม่มีใครเห็นเวลาล้ม กลัวเจ็บป่วยมากขึ้น กลัวเป็นภาระคนอื่น กลัวว่าล้มแล้วอาจเสียชีวิต 2) กลัวจนมีผลต่อการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย คิดว่าตนเองมีข้อจำกัด ไม่กล้าดำเนินชีวิตตามปกติ และการปรับการดำเนินชีวิต โดยการทำใจยอมรับสภาพ การใช้ศาสนาเป็นที่พึ่ง การพยายามช่วยเหลือตนเอง และครอบครัวรับรู้และร่วมกันช่วยเหลือ

จากผลการศึกษาครั้งนี้บุคลากรทางสุขภาพที่มีความเกี่ยวข้องในการดูแลผู้สูงอายุสามารถใช้ข้อค้นพบจากการศึกษาครั้งนี้ในการประเมิน วางแผน และช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีประวัติหกล้มอันส่งผลให้เกิดความกลัวการหกล้มตามมา โดยการหาวิธีการเพื่อเพิ่มความเชื่อมั่นและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีความกลัวการหกล้มนั้นเกิดความมั่นใจและสามารถกลับมาดำรงชีวิตปกติได้

สาขาวิชา.....พยาบาลศาสตร์..... ลายมือชื่อนิสิต.....ลักษณะ มะเร็งกา.....
ปีการศึกษา.....2553..... ลายมือชื่ออ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....*Witana/Nat*.....

5177592436: MAJOR NURSING SCIENCE

KEYWORDS : FEAR OF FALLING / OLDER PERSONS

LUXSANA MARUNGA : FEAR OF FALLING EXPERIENCES OF OLDER
PERSONS. ADVISOR : ASSOC. PROF. JIRAPORN KESPICHAYAWATTANA,
Ph.D., 173 pp.

245646

The purpose of this qualitative research was to explore fear of falling experiences of older persons. The Phenomenology was applied as a methodology of the study. The key informants were 10 Thai older persons who had fear of falling experiences, assessed by "Falls Efficacy Scale as a Measure of Fear of Falling" (Tinetti, Richman and Powell, 1990). The key informants were purposively selected from the elderly lived in Hua Mak and Klongchun subdistrict, Bangkok. The interviews were tape recorded and transcribed verbatimly and the data were analyzed by content analysis.

Results of the study were displayed as followed.

According to the research findings revealed that fear of falling experiences of older persons consisted with two themes, 1) Fear of Falling Again consisted of Fear of Falling when no one nearby seen, fear of serious illness, fear of being burden to others and fear of Fatal Falling. 2) Fear until affected daily living consisted of Feeling of personal limitations, Lack of confidence on activity of daily living and Lifestyle modification by resolving to accept the situation, reliance on religion, exerting efforts toward self care and family perception and giving helps.

Health providers can use the finding of this study to assessing, planning and helping the older persons who have fallen and developed to fear of falling by finding a way to build self-confidence and self efficacy so older persons with fear of falling can regain confidence and return to normal daily living.

Field of Study :Nursing Science.....

Student's Signature LUXSANA MARUNGA

Academic Year :2010.....

Advisor's Signature 

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงไปได้ด้วยความกรุณาของ รองศาสตราจารย์ ดร. จิราพร เกศพิชญวัฒนา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้ความรู้ ข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความห่วงใยและเอาใจใส่ตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของอาจารย์เป็นอย่างยิ่งจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชนกพร จิตปัญญา ประธานสอบวิทยานิพนธ์ และพันโทหญิง ดร. วาสนา นัยพัฒน์ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้ ข้อเสนอแนะ และข้อคิดเห็นต่าง ๆ ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น รวมทั้งคณาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่านที่กรุณาให้ความรู้และประสบการณ์ต่างๆ อันมีค่าแก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาการศึกษา

ขอกราบขอบพระคุณ สภากาชาดไทย ที่กรุณาอนุมัติทุนสนับสนุนการศึกษา รวมทั้งขอกราบขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่กรุณาให้ทุนสนับสนุนการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ เรืออากาศโทหญิงทศพร ศรีบริกิจ หัวหน้าพยาบาลศูนย์บริการสาธารณสุข 35 พยาบาล และเจ้าหน้าที่ทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจนประสบความสำเร็จได้ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณผู้สูงอายุทุกท่าน และครอบครัวที่กรุณาสละเวลาและให้ความร่วมมือในการวิจัยด้วยความเต็มใจเป็นอย่างดียิ่ง อันเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลงได้ ขอขอบคุณพี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ทุกท่าน ที่คอยให้กำลังใจ ห่วงใยและเอาใจใส่ด้วยดีตลอดมา

ท้ายที่สุดขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา อันเป็นที่รักยิ่ง เป็นผู้ให้สติปัญญา ปลูกฝังสิ่งดีงาม เป็นแรงผลักดัน คอยห่วงใยและให้กำลังใจมาโดยตลอด รวมทั้งขอขอบคุณน้องสาวและคู่ชีวิต ที่คอยให้กำลังใจ ความห่วงใยและให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนในทุก ๆ ด้าน ส่งผลให้การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี ประโยชน์ใด ๆ อันเกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบแต่บิดา มารดา คณาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญแผนภาพ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	6
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
แนวคิดเกี่ยวกับการหกล้ม.....	9
ความหมายของการหกล้ม.....	9
กระบวนการสูงอายุและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการหกล้มในผู้สูงอายุ.....	9
การประเมินผู้สูงอายุเกี่ยวกับการหกล้ม.....	13
ผลกระทบของการหกล้มต่อผู้สูงอายุ.....	15
บทบาทของพยาบาลในการป้องกันการหกล้มในชุมชน.....	18
การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุในชุมชน.....	18
แนวคิดเกี่ยวกับความกลัวการหกล้ม.....	21
ความหมายของความกลัว.....	21
แนวคิดเกี่ยวกับความกลัว.....	22
กลไกการเกิดความกลัว.....	24
ปฏิกิริยาที่แสดงออกถึงความกลัว.....	24
ความกลัวการหกล้ม.....	25
อุบัติการณ์ของความกลัวการหกล้ม.....	28
ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความกลัวการหกล้ม.....	29

บทที่	หน้า
ผลที่เกิดตามมาจากความกลัวการหกล้ม	31
บทบาทพยาบาลวิชาชีพต่อปัญหาความกลัวการหกล้มของผู้สูงอายุ	32
แนวคิดการวิจัยเชิงคุณภาพและทฤษฎีเชิงปรากฏการณ์วิทยา	34
การสัมภาษณ์เชิงลึก	37
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	41
สรุปการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	48
3 วิธีดำเนินการวิจัย	49
ผู้ให้ข้อมูลหลัก	49
พื้นที่ในการศึกษา	49
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	50
การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล	53
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	54
การวิเคราะห์ข้อมูล	63
ความเชื่อถือได้ของงานวิจัย	64
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการวิจัย	66
5 การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	90
ข้อเสนอแนะ	100
รายการอ้างอิง	102
ภาคผนวก	109
ภาคผนวก ก	110
หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย	111
ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย	112
ใบรับรองโครงการวิจัย	115
ภาคผนวก ข	116
แนวคำถามการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก	117
แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล	120
แบบบันทึกภาคสนาม	121
Falls Efficacy Scale	122
ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละราย	124

บทที่	หน้า
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	173

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	แสดงข้อมูลโดยทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลจำแนกแต่ละราย.....	58
3.2	แสดงคะแนนระดับความเชื่อมั่นในการทำกิจกรรม 10 อย่างโดยไม่หกล้มของ ผู้ให้ข้อมูลหลักจำแนกแต่ละราย.....	59
3.3	แสดงข้อมูลของการหกล้มและการประเมินภายหลังหกล้ม.....	156

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
4.1	แสดงตัวอย่างของสภาพทางเดินในชุมชนที่ไม่ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ.....	71
4.2	แสดงตัวอย่างของครัวที่ถูกย้ายมาไว้หน้าบ้านและตั้งอยู่กับพื้นเพื่อความ สะดวกของผู้สูงอายุ.....	82
4.3	แสดงตัวอย่างของเครื่องครัวและเตาแก๊สที่ถูกตัดขาให้สั้นลง.....	83
4.4	แสดงคานไม้เป็นแนวยาวที่บุตรทำไว้ให้ผู้สูงอายุเกาะเดิน.....	85
4.5	แสดงถึงน้ำที่ประยุกต์เป็นที่รองรับบัสสภาวะเพื่อลดความเสี่ยงในการเข้า ห้องน้ำของผู้สูงอายุเวลากลางคืน.....	85
4.6	แสดงถึงเก้าอี้นั่งถ่ายเพื่อครอบกับโถส้วมเนื่องจากเจ้าของบ้านเช่าไม่ให้ ปรับเปลี่ยนเป็นชักโครก.....	87
4.7	ประสบการณ์ความกลัวต่อการหกล้มของผู้สูงอายุ.....	89