

การศึกษาเชิงพรรณนาคครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของสตรีวัยทอง กลุ่มตัวอย่างคือสตรีวัยทองอายุ 45- 59 ปี ที่อาศัยอยู่ในตำบลตากออก อำเภอบ้านตาก จังหวัดตาก จำนวน 250 คน ใช้วิธีการโดยการสุ่มหลายขั้นตอน ขั้นแรกแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นส่วนตามหมู่บ้าน ขั้นที่สองใช้วิธีสุ่มแบบง่ายในแต่ละหมู่บ้านใช้วิธีการจับฉลาก และขั้นที่สามใช้วิธีการจับฉลากโดยเลือกแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดในกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ศึกษาเป็นแบบสัมภาษณ์ ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลคุณภาพชีวิตของสตรีวัยทอง ซึ่งผู้ศึกษาได้ดัดแปลงมาจากเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตของนูโรม เงามามโดยใช้กรอบแนวคิดของชาน (Zhan, 1992) และนำไปทดสอบความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่าเท่ากับ .78 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษา พบว่าคุณภาพชีวิตของสตรีวัยทองโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($\bar{X} = 3.5$, S.D. = 1.0) คุณภาพชีวิตรายด้านพบว่า ด้านความพึงพอใจในชีวิตมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($\bar{X} = 3.7$, S.D. = 1.1) ด้านทัศนคติที่มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($\bar{X} = 3.6$, S.D. = 0.9) ด้านสุขภาพและการทำงานของร่างกายมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.3$, S.D. = 1.1) และด้านสังคมและเศรษฐกิจมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($\bar{X} = 3.5$, S.D. = 1.0)

จากการศึกษาในครั้งนี้ ทีมสุขภาพควรมีการส่งเสริมสุขภาพสตรีวัยทอง ให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพการทำงานของร่างกาย การปรับตัวเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องความรู้สึกว่าสุขภาพไม่แข็งแรงและไม่สบายเหมือนเดิม มีอาการปวดกล้ามเนื้อและกระดูก ปัสสาวะบ่อย ผิวหนังแห้ง ความตึงของผิวหนังลดลง ความวิตกกังวลเกี่ยวกับเงินออม หนี้สิน และทรัพย์สินมรดกแก่ลูกหลาน ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมให้สตรีวัยทองมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

The purpose of this descriptive study was to investigate the quality of life of 250 Menopausal women aged 45-59 years at Tak Ork Subdistrict, Ban Tak District, Tak Province. The study samples were selected by multistage random sampling method. The First stage was proportionally selected by village. The second stage was simple random sampling, drawn in each village. The last stage was purposive selected from the group which had specific qualification as predetermined. The study instrument was an interview form consisted of the Demographic Data and Quality of life of menopausal women which modified from Quality of life of Nurome Ngaongarm's instrument according to Zhan's concept. The reliability was tested with the value of .78, by Cronbach's Alpha Coefficient. Data were analyzed by using descriptive statistics.

The results of this study revealed that overall quality of life of the menopausal women was at a rather good level ($\bar{X} = 3.5$, $SD = 1.0$). The quality of life in each aspect found that the aspect of life satisfaction was at a rather good level ($\bar{X} = 3.7$, $SD = 1.1$), the aspect of self concept was at a rather good level ($\bar{X} = 3.6$, $SD = 0.9$), the aspect of health and physical functioning was at a moderate level ($\bar{X} = 3.3$, $S.D. = 1.1$) and the aspect of socioeconomic was at a rather good level ($\bar{X} = 3.5$, $SD = 1.0$).

Based on this study, health promotion and health education on body function and adaptation of physical, mental, social and economic changed, should be provided. Especially, the feeling of unhealthy, musculo-skeleton pain, frequency of urine, dry skin, loss of skin turgor, anxiety about debt and saving money in order to ensure better quality of life of menopausal women.