

สมพร ใจสมุทร : พฤติกรรมการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเขตลาดกระบัง
(SELF – CARE BEHAVIOR AND QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY IN LADKABANG)

อาจารย์ที่ปรึกษา: รศ.นพ.บดี ชนะมัน, อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม: ผศ.สมรัตน์ เลิศมหาฤทธิ์ 117 หน้า.

ISBN 974-53-1405-6

169482

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเอง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร เลือกโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 405 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์จากแบบสอบถามที่สร้างขึ้น และวิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน ด้วยวิธีการทดสอบไคสแควร์ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความสามารถในการช่วยตนเองดำเนินกิจวัตรประจำวันได้ ร้อยละ 87.7 และมีพฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย อยู่ในเกณฑ์ 3 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 76.5 ส่วนพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี ร้อยละ 53.8 ด้านสภาวะสุขภาพผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคกระดูกและข้อเสื่อม และโรคเบาหวาน ด้านสุขภาพจิต พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอาการเหงา/ว้าเหว่ มีการป้องกันและปฏิบัติตนโดยการนั่งสมาธิและพูดคุยกับคนรอบข้าง จากการศึกษาค้นคว้าความแตกต่างของปัจจัยต่างๆ กับพฤติกรรมการดูแลตนเอง พบว่า อายุ รายได้และการเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กับความสามารถในการช่วยตนเองดำเนินกิจวัตรประจำวัน เพศและสิทธิในการรักษาพยาบาล กับการบริโภคอาหาร อายุ ระดับการศึกษาและการเข้าถึงบริการสุขภาพ กับการออกกำลังกาย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ส่วนสภาวะสุขภาพ กับความสามารถในการช่วยตนเองและผู้อื่น มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ในเรื่องคุณภาพชีวิต พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง (87.4%) และจากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ กับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า การเข้าถึงการบริการสุขภาพ ความสามารถในการช่วยตนเอง และการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิต ($p < 0.05$)

การศึกษานี้มีข้อเสนอแนะว่า ควรมีการจัดบริการสุขภาพแก่ผู้สูงอายุโดยเน้นเรื่องการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุและสภาพจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ ซึ่งควรคำนึงถึงปัจจัยพื้นฐานที่แตกต่างกันของผู้สูงอายุแต่ละคน เพื่อให้ผู้สูงอายุนำความรู้ที่ได้ไปปฏิบัติให้เหมาะสมในแต่ละบุคคล

ภาควิชา...เวชศาสตร์ป้องกันและสังคม.....ลายมือชื่อนิสิต.....

สาขาวิชา...เวชศาสตร์ชุมชน.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ปีการศึกษา 2547.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

467 49065 30: MAJOR COMMUNITY MEDICINE

KEY WORD: SELF – CARE / BEHAVIOR / QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY

SOMPORN JAISMUT: SELF – CARE BEHAVIOR AND QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY,

LADKABANG. THESIS ADVISOR: ASSOC. PROF. BODI DHANAMUM, M.D. MP. H., THESIS

CO-ADVISOR: ASST. PROF. SOMRAT LERTMAHARIT, M.Med.Stat, 117 pp.

ISBN 947-53-1405-6

169482

The objective of this research was to study self-care behavior and quality of life of the elder in order to identify variable that have impact on their self-care behavior and quality of life. The sample was selected by simple random sampling giving 405 elderly people in Ladkabang Bangkok. Interview technique with structured questionnaire was used for data collection. Descriptive and inferential statistics (Chi-square test) were applied for data analysis with the significance level of 0.05.

The result of this study show that most of the elderly can live on their daily activities (87.7%) and their exercise behavior and activity are in good level 76.5% while their food-consumption behavior are in percentage of 53.8. In health status, it showed that most of elderly have complication in hypertension, osteoarthritis and diabetics. In mental health, most of elderly have some problem of loneliness, which can be protected by meditation or discussion. From the study of differences in basic factors and environmental factors of self-care behavior in elderly, totally, it showed that age and accomplishments health care are statistically significantly different. ($p < 0.05$)

Concerning the quality of life, most of the elderly had a moderate level in quality of life (87.4%). From the study, the relationship between basic factors and quality of life in elderly was found that age, income, their life style, accessibility of health service, self-help ability and exercise were significantly related to quality of life. ($p < 0.05$)

It is suggested that comprehensive health care services should be provided to elderly in the aspect of food consumption behavior, exercise, participation in elderly club and psychological status in order to enhance their well-being and quality of life. In addition, individual basic factors should be considered appropriately.

Department of Preventive and Social Medicine.....Student's signature.....

Field of study Community Medicine.....Advisor's signature.....

Academic year 2004.....Co-advisor's signature.....

Somporn Jaismut

Bodi Dhanamum

Somrat Lertmaharit