

สาขาวิชาสถิติประยุกต์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

.....

1. ชื่อโครงการ โครงการผลิตภัณฑ์พื้นเมืองจากกลุ่มผู้สูงอายุ

2. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จำลอง วงษ์ประเสริฐ และคณะ

3. หลักการและเหตุผล

วัยสูงอายุ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด ทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ สภาพร่างกายจะเห็นได้ว่าเสื่อมลงตามอายุขัย สภาพจิตใจมีการเปลี่ยนแปลงง่าย ชี้หงุดหงิด มีความวิตกกังวล เนื่องจากการเจ็บป่วย หรือจากการเสื่อมของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย โดยปกติร่างกายคนเราจะเริ่มมีการเสื่อมของอวัยวะตั้งแต่อายุ 30 ปีขึ้นไป ดังนั้นการดูแลสุขภาพที่ดี และถูกสุขลักษณะตั้งแต่ต้น จะช่วยลดโอกาสการเกิดโรคหรือปัญหาทางสุขภาพต่าง ๆ ที่มักเกิดขึ้นเมื่อย่างเข้าสู่วัยสูงอายุได้ ในผู้สูงอายุมักจะพบว่ามีความเสื่อมทางด้านระบบทางเดินอาหาร เนื่องมาจากปริมาณพืชน้ำที่น้อยลง ทำให้เคี้ยวอาหารได้ไม่ละเอียด ต่อมาน้ำลายขับน้ำลายออกมาน้อย ไม่พอเพียงที่จะช่วยคลุกเคล้าอาหาร ประสาทกล้ามเนื้อที่ควบคุมการกลืนก็จะทำงานน้อยลง ทำให้กลืนอาหารได้ลำบาก นอกจากนี้ปริมาณน้ำย่อยต่าง ๆ ก็ลดลง ทำให้อาหารย่อยได้ไม่ดี มีอาการท้องอืด ท้องเฟ้อและท้องอืด แน่นท้อง นอกจากนั้นระบบขับถ่ายอุจจาระในผู้สูงอายุมักจะเป็นไปตามปกติ เกิดท้องผูกได้ง่าย เนื่องจากมีการเคลื่อนไหวน้อยลง และไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย ส่วนอารมณ์และจิตใจที่มีการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ อาจเกิดมาจากมีเวลาว่างมากเกินไป เพราะเกษียณอายุจากการทำงานแล้ว จึงรู้สึกที่ตัวเองถูกลดคุณค่าลง ความสัมพันธ์ระหว่างคนในครอบครัวเริ่มมีน้อยลง ซึ่งอาจทำให้รู้สึกโดดเดี่ยว และเศร้าซึม นอกจากนั้นยังอาจเป็นผลมาจากความเจ็บป่วย และการเสื่อมของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกาย ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุมีอารมณ์ที่แปรปรวนง่าย ชี้หงุดหงิด ใจน้อย โกรธง่าย เป็นต้น จากความเสื่อมทางด้านร่างกาย จิตใจ รวมถึงการดูแลสุขภาพที่อาจไม่เหมาะสม ทำให้ผู้สูงอายุมักเกิดปัญหาทางสุขภาพ หลาย ๆ โรคพร้อมกัน โรคที่มักพบได้บ่อยในผู้สูงอายุ มีทั้งโรคที่เกิดขึ้นทางร่างกาย และจากปัญหาทางจิตใจ

จากสาระที่นำเสนอข้างต้นทำให้คณะผู้วิจัยมีคำถามวิจัยคือ การส่งเสริมบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุ จะช่วยในการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตได้หรือไม่ อย่างไร ทั้งนี้ผลการวิจัยที่ได้จะเป็นข้อค้นพบถึงแนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิต และได้เครือข่ายการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตของผู้สูงอายุต่อไปได้ด้วยการจัดทำโครงการผลิตภัณฑ์พื้นเมืองจากผู้สูงอายุ

4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้กลุ่มผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมผลิตภัณฑ์พื้นเมือง
2. เพื่อเป็นการสนับสนุนบทบาททางสังคมและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางจิตที่ดีขึ้น

5. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มผู้สูงอายุ ชุมชนวัดศรีประดู่จำนวน 30 คน โดยเข้าร่วมตามความสมัครใจ

6. ระยะเวลาการดำเนินงาน

ตุลาคม 2555 ถึงสิงหาคม 2556

7. แผนการปฏิบัติงาน

ขั้นตอน/กิจกรรม	ต.ค. 55	พ.ย. 55	ธ.ค. 55	ม.ค. 56	ก.พ. 56	มี.ค. 56	เม.ย. 56	พ.ค. 56	มิ.ย. 56	ก.ค. 56	ส.ค. 56
ดำเนินการหากลุ่มเป้าหมาย											
ประชุมคณะกรรมการเพื่อ จัดทำกระบวนการ											
ดำเนินการ											
ติดตามและประเมินผลการ ดำเนินการ											

8. ประมาณการค่าใช้จ่าย

งบประมาณแผ่นดิน 125,000 บาท

9. ดัชนีวัดความสำเร็จของโครงการเชิงคุณภาพ

1. ผู้สูงอายุได้แสดงความสามารถในการสร้างผลิตภัณฑ์
2. เป็นการสนับสนุน และส่งเสริมบทบาททางสังคมให้กับผู้สูงอายุและสามารถเสริมสร้างสุขภาพทางจิตได้

10. ดัชนีวัดความสำเร็จของโครงการเชิงปริมาณ

ได้ผลิตภัณฑ์ที่เป็นฝีมือของผู้สูงอายุ

ลงชื่อ.....ผู้รับผิดชอบโครงการ
(.....)

ผศ. ดร. จำลอง วงษ์ประเสริฐ