

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท ไส้ ญ้อ ไทยลาว ที่อาศัยในเขตชนบท จังหวัดสกลนคร และศึกษาความแตกต่างของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท ไส้ ญ้อ ไทยลาว

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป กลุ่มชาติพันธุ์ภูไท ไส้ ญ้อ ไทยลาว ที่อาศัยในเขตชนบท จังหวัดสกลนคร กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยคำนวณจากประชากรและกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มชาติพันธุ์ละ 100 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 1. แบบสัมภาษณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยวัด 2 ด้านในเชิงวัตถุวิสัยและจิตวิสัย ด้านวัตถุวิสัยได้แก่ ด้านการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน ด้านสุขภาพ ด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุและความมั่นคงทางการเงิน ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ ด้านการมีกิจกรรมในสังคมชุมชนและบ้านเมือง ด้านจิตวิสัย ได้แก่ ความพึงพอใจในองค์ประกอบคุณภาพชีวิต 5 ด้าน 2. แบบสัมภาษณ์การศึกษาเฉพาะกรณี : คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุรายบุคคล โดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีและต่ำกลุ่มชาติพันธุ์ละ 2 คน

การหาความตรงและความเที่ยงของเครื่องมือ มีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับคุณภาพชีวิต และทดสอบหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือโดยเครื่องมือคุณภาพชีวิตในด้านการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน ด้านสุขภาพจิต ด้านความพึงพอใจในองค์ประกอบคุณภาพชีวิต 5 ด้าน ทดสอบหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือ โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค ส่วนเครื่องมือคุณภาพชีวิตในด้านสุขภาพกาย ด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุและความมั่นคงทางการเงิน ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ด้านการมีกิจกรรมในสังคม ชุมชน และบ้านเมือง ทดสอบหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือโดยการหาความคงที่ภายนอกโดยการวัดซ้ำ

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ระหว่างเดือนกันยายน 2538 - พฤศจิกายน 2538 ข้อมูลคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ การแบ่งระดับคุณภาพชีวิตโดยการหาค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนค่าถ้ามปลายเปิดและการศึกษาเฉพาะกรณีวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

5.1 สรุปผลการวิจัย

5.1.1 ลักษณะทางประชากรและสังคมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาผู้สูงอายุที่ศึกษาในทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้สูงอายุตอนต้น (60-64 ปี) เป็นเพศหญิง กลุ่มชาติพันธุ์กูไท ไทยลาว ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์โล่ ญ้อ มีสถานภาพสมรสหม้าย และผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ สามารถอ่านออกเขียนได้ มีจำนวนสมาชิกครอบครัว 1-5 คน กลุ่มชาติพันธุ์โล่ ญ้อ มีลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวเดี่ยว ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์กูไท ไทยลาว ส่วนใหญ่มีลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวขยาย

5.1.2 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

5.1.2.1 คุณภาพชีวิตด้านความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน

ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติกิจกรรมประจำวันทั้งทางด้านกายภาพ และความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนได้ตามปกติ กิจกรรมประจำวันที่ทำได้ยากลำบากเป็นส่วนใหญ่ ได้แก่ การเปลี่ยนอริยาบถ การก้มย่อตัวลงเก็บของ การขึ้นลงบันไดบ้าน

5.1.2.2 คุณภาพชีวิตด้านสุขภาพ

1. ด้านสุขภาพกาย

อาการเจ็บป่วยในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมาที่พบในผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์เป็นส่วนใหญ่คือ อาการในระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ได้แก่ ปวดหลังปวดเอว ปวดกล้ามเนื้อ ปวดตามข้อต่าง ๆ โดยความบ่อยของการเกิดอาการของโรค ส่วนใหญ่เป็น 1-5 ครั้งต่อเดือน นอกจากนั้นอาการที่พบบรองลงมาคือ อาการวิงเวียนเป็นลม อาการเหนื่อยอ่อนเพลีย อาการท้องอืดแน่นท้อง พบทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ คิดเป็นร้อยละเท่า ๆ กัน การเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังพบว่า ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ จะมีการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังในโรคเกี่ยวกับสายตาและการมองเห็น โรคเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ส่วนอาการเจ็บป่วยจนไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ นั้น ทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ พบโรคระบบทางเดินอาหาร โรคระบบกล้ามเนื้อกระดูก ส่วนอาการวิงเวียนเป็นลม พบในกลุ่มชาติพันธุ์กูไท ญ้อ โรคเบาหวาน พบในกลุ่มชาติพันธุ์โล่ ไทยลาว ส่วนอาการชาตามปลายมือปลายเท้า พบในกลุ่มชาติพันธุ์ไทยลาว และอาการในระบบทางเดินปัสสาวะ พบในกลุ่มชาติพันธุ์ญ้อ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์กูไท ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง

การปฏิบัติเมื่อเจ็บป่วย เมื่อเจ็บป่วยจนไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ กูไท ญ้อ ไทยลาว จะไปรับการรักษาที่สถานบริการสาธารณสุขของรัฐ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์โล่ จะรับการรักษาโดยหมอแผนโบราณ หมอพื้นบ้าน และพบว่าผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ไม่มีปัญหาเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล เนื่องจากได้รับสวัสดิการด้านการรักษาพยาบาลจากบัตรผู้สูงอายุ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์กูไท บางส่วนได้รับสวัสดิการจากการที่บุตรรับราชการ

การดูแลตนเองในด้านสุขภาพเกี่ยวกับการหลีกเลี่ยงจากการเกิดอุบัติเหตุและความรุนแรงทางสุขภาพ พบว่าผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ไม่เคยสูบบุหรี่ ไม่เคยดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ ส่วนที่เคยสูบบุหรี่หรือเคยดื่มเป็นเพศชายเป็นส่วนใหญ่ในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ การ

เสพสิ่งเสพติดชนิดอื่น ๆ พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท โส้ ไทยลาว เสพเป็นส่วนใหญ่ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ญ้อ ไม่เสพสิ่งเสพติด ประเภทของสิ่งเสพติดที่เสพเป็นส่วนใหญ่คือ การเคี้ยวหมาก รองลงมาคือการใช้ยาแก้ปวด ยาชุด ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ส่วนใหญ่ไม่ได้พกกำลังกาย ส่วนที่พกกำลังกายเป็นเพศชายเป็นส่วนใหญ่ในกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท โส้ ไทยลาว ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ญ้อนั้นเพศชายและเพศหญิงมีการพกกำลังกายคิดเป็นร้อยละเท่า ๆ กัน วิธีการพกกำลังกายที่ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ทำเป็นส่วนใหญ่คือ การทำกายบริหาร การควบคุมการรับประทานอาหารประเภทไขมัน ประเภทแป้ง พบว่าผู้สูงอายุ กลุ่มชาติพันธุ์โส้ ญ้อ ไทยลาว ส่วนใหญ่ โดยปกติไม่ชอบรับประทานอาหารประเภทดังกล่าว ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ภูไท ส่วนใหญ่โดยปกติชอบรับประทานอาหารประเภทดังกล่าว แต่ไม่เคยควบคุมการรับประทานอาหารประเภทดังกล่าวเลย

2. ด้านสุขภาพจิต

ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพจิตเสื่อมและไม่มีภาวะซึมเศร้า สำหรับการเกิดสภาพจิตเสื่อมพบในกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท โส้ คิดเป็นร้อยละสูงสุด คือร้อยละ 21 เท่ากัน ภาวะซึมเศร้าพบในกลุ่มชาติพันธุ์ไทยลาว คิดเป็นร้อยละสูงสุด คือร้อยละ 22

5.1.2.3 คุณภาพชีวิตด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุและความมั่นคงทางการเงิน

ด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุ ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่รับประทานอาหารเช้า 3 มื้อ ลักษณะอาหารที่รับประทานเป็นอาหารพื้นบ้าน และได้รับครบถ้วนตามหลัก 5 หมู่ ลักษณะบ้านหรือที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท ญ้อ ไทยลาว เป็นบ้านไม้ 2 ชั้นใต้ถุนสูง สภาพดี ไม่เป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุ สภาพห้องนอนมีห้องส่วนตัวหรือมีที่นอนจัดแยกไว้เป็นสัดส่วน แสงสว่างเพียงพอ มีช่องลมหรือหน้าต่างระบายอากาศเพียงพอ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์โส้ จะอาศัยอยู่บ้านไม้ชั้นเดียว สภาพที่อยู่อาศัยทรุดโทรมต้องแก้ไข สภาพห้องนอนจะนอนรวมกับสมาชิกในบ้าน ไม่ได้จัดแยกไว้เป็นสัดส่วน มีแสงสว่างภายในบ้านเพียงพอ มีช่องลมหรือหน้าต่างระบายอากาศเพียงพอ ในด้านความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความสะอาดของบ้านพบว่า กลุ่มชาติพันธุ์ โส้ ญ้อ ไทยลาว บ้านเรือนไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย สิ่งของเครื่องใช้วางอยู่ทั่วไปค่อนข้างสกปรก ไม่มีที่รองรับขยะ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ภูไท บ้านเรือนส่วนใหญ่เป็นระเบียบเรียบร้อย การจัดเก็บสิ่งของไว้เป็นหมวดหมู่ บ้านเรือนสะอาดมีที่รองรับขยะไม่มีฝาปิด ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์มีส่วนร่วมสุขลักษณะเป็นของตนเอง สภาพบ้านเรือนโดยทั่วไปมีความปลอดภัย มีประตูใส่กลอนแน่นหนา ประตูหน้าต่างมีกลอนปิดได้มิดชิด ยกเว้นกลุ่มชาติพันธุ์โส้มีช่องหน้าต่างหรือประตูเปิดโล่งไม่สามารถปิดได้ ไม่มีรั้วกันรอบบ้าน การมีสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านทุกกลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่มีน้ำบาดาล ไฟฟ้าใช้ ส่วนสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ นั้นพบว่ากลุ่มชาติพันธุ์ภูไทมีสิ่งอำนวยความสะดวกมากกว่ากลุ่มชาติพันธุ์อื่น ๆ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์โส้ มีสิ่งอำนวยความสะดวกน้อยที่สุด

ด้านความมั่นคงทางการเงิน ผู้สูงอายุทุกกลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ รองลงมาคือประกอบอาชีพเกษตรกรรมมีรายได้ และรายจ่ายเฉลี่ย ส่วนใหญ่น้อยกว่าหรือเท่ากับ 500

บาทต่อเดือน ไม่มีเงินเหลือเก็บ สภาพการเงินในรอบปีที่ผ่านมาส่วนใหญ่มีเงินพอใช้ ไม่มีเหลือเก็บ ไม่สามารถเป็นที่พึ่งทางการเงินแก่บุตรหลานได้ ไม่ได้กู้ยืม หรือมีภาระหนี้สิน

สำหรับการถือครองบ้านและที่ดินพบว่าผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ในบ้านของตนเอง และมีที่ดินที่อื่น ลักษณะที่ดินที่มีในกลุ่มชาติพันธุ์ ไส้ ญ้อ ไทยลาว ส่วนใหญ่เป็นที่นา ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ภูไท เป็นที่ทำสวนทำไร่ จำนวนที่ดินที่มีอยู่ในกลุ่มชาติพันธุ์ ไส้ ญ้อ ไทยลาว มี 11-30 ไร่ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท ญ้อ ไทยลาว มี 11-30 ไร่

5.1.2.4 คุณภาพชีวิตด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ

ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ มีสัมพันธภาพที่ดีกับคู่สมรส บุตรหลาน บุคคลในครอบครัวญาติพี่น้อง เพื่อน เพื่อนบ้าน ส่วนใหญ่รักใคร่กันดี มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการปรึกษาหารือกันเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น

5.1.2.5 คุณภาพชีวิตด้านการมีกิจกรรมในสังคม ชุมชน และบ้านเมือง

ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ มีการเข้าร่วมกิจกรรมตามประเพณี หรือโอกาสวันสำคัญต่าง ๆ ด้านการเป็นสมาชิกชมรม กลุ่มหรือองค์กรต่าง ๆ ส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นโดยให้เหตุผลว่าไม่เคยทราบว่ามีชมรมมีองค์กรอะไรบ้าง สำหรับกลุ่มที่เป็นสมาชิกขององค์กร ส่วนใหญ่เป็นสมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์ ธนาคารการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร สำหรับกลุ่มที่เป็นสมาชิกกลุ่มหรือองค์กรมีการแสดงความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมกลุ่ม และได้รับการยอมรับต่อการแสดงความคิดเห็นต่อกลุ่ม ไม่มีส่วนร่วมในการพัฒนาหมู่บ้านแต่เข้าร่วมฟังการอภิปรายหรือการไปใช้สิทธิ์เลือกตั้งทุกครั้ง มีการรับข่าวสารสม่ำเสมอทั้งจากหอกระจายข่าว โทรทัศน์ คำบอกเล่าจากบุคคลต่าง ๆ กิจกรรมด้านการพักผ่อนหย่อนใจที่ผู้สูงอายุปฏิบัติคือการพูดคุยพบปะสังสรรค์กับเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน กับบุคคลในครอบครัว กับเพื่อนบ้าน กับพระสงฆ์ที่วัด นอกจากนั้นยังมีการไปร่วมงานวัดหรืองานประเพณีต่าง ๆ การดูโทรทัศน์ การอ่านหนังสือธรรมะ โดยกิจกรรมการพักผ่อนหย่อนใจที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบมากที่สุดคือการพูดคุยพบปะสังสรรค์กับเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน

5.1.2.6 ความพึงพอใจในองค์ประกอบคุณภาพชีวิต 5 ด้าน

ความพึงพอใจในด้านการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน พบว่าผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมากที่สุดในด้านความสามารถทางกายภาพ และด้านความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในชุมชน

ความพึงพอใจในด้านสุขภาพ พบว่าผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท ญ้อ ไทยลาว มีความพึงพอใจในระดับปานกลาง ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ ไส้ มีความพึงพอใจมากที่สุดในภาวะสุขภาพและความกระฉับกระเฉงในปัจจุบัน และทุกกลุ่มชาติพันธุ์ ไม่พึงพอใจมากที่สุดกับการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังต่าง ๆ พึงพอใจที่สุดกับสวัสดิการด้านสุขภาพในปัจจุบัน พึงพอใจปานกลางกับความจำ และสภาพอารมณ์ในปัจจุบัน

ความพึงพอใจในด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุและความมั่นคงทางการเงิน พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท ญ้อ ไทยลาว ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจปานกลางในด้านสภาพความเป็นอยู่ใน

ปัจจุบัน สภาพที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน ด้านสภาพเศรษฐกิจและการประกอบอาชีพในปัจจุบัน ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์โล่ พึ่งพอใจปานกลางในด้านสภาพความเป็นอยู่ สภาพที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน และไม่พึงพอใจปานกลางในด้านสภาพเศรษฐกิจและการประกอบอาชีพในปัจจุบัน ส่วนสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านนั้นผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ มีความพึงพอใจมากที่สุด

ความพึงพอใจในด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ พบว่าผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมากที่สุดในด้านการมีสัมพันธภาพกับคู่สมรส สัมพันธภาพกับบุตรหลาน สัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัวญาติพี่น้อง สัมพันธภาพกับเพื่อน เพื่อนบ้าน

ความพึงพอใจในด้านการมีกิจกรรมในสังคม ชุมชน และบ้านเมือง พบว่าผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมากที่สุดในด้านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคม ชุมชน ด้านการช่วยเหลือบุคคลอื่น ๆ ในสังคม ด้านการมีส่วนร่วมในการพัฒนาหมู่บ้าน ด้านการได้รับข่าวสาร การพัฒนาตนเอง ด้านการพักผ่อนหย่อนใจ

5.1.2.7 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาพรวม

ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติกิจกรรมประจำวันทั้งทางด้านกายภาพและความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนได้ตามปกติ กิจกรรมประจำวันที่ทำได้ยากลำบากเป็นส่วนใหญ่คือ การเปลี่ยนอิริยาบถ การก้มย่อตัวลงเก็บของ ด้านสุขภาพกายผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์มีอาการเจ็บป่วยในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมาคือ อาการในระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ รองลงมาคืออาการวิงเวียนเป็นลม ส่วนโรคเรื้อรังที่พบคือ โรคเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและกระดูก โรคเกี่ยวกับสายตาและการมองเห็น เมื่อเกิดการเจ็บป่วยผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ภูไท ญ้อ ไทยลาว จะได้รับการรักษาที่สถานบริการสาธารณสุขของรัฐ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์โล่ ส่วนใหญ่จะได้รับการรักษาโดยหมอพื้นบ้าน หมอแผนโบราณ ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ไม่มีปัญหาเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ด้านสุขภาพจิต ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือมีสุขภาพจิตดี ด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุ ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ภูไท ญ้อ ไทยลาว ส่วนใหญ่มีสภาพที่อยู่อาศัย ไม่เป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุ สภาพห้องนอนมีห้องส่วนตัวหรือมีที่นอนจัดแยกไว้เป็นสัดส่วน ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์โล่ จะอาศัยอยู่บ้านไม้ชั้นเดียว สภาพที่อยู่อาศัยทรุดโทรมต้องแก้ไข บ้านเรือนไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ค่อนข้างสกปรก ด้านความมั่นคงทางการเงิน ผู้สูงอายุทุกกลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ไม่มีเงินเหลือเก็บ ไม่ได้กู้ยืมหรือมีภาวะหนี้สิน ด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพที่ดีกับคู่สมรส บุตรหลาน ญาติพี่น้อง เพื่อน เพื่อนบ้าน ด้านการมีกิจกรรมในสังคม ชุมชน ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์มีการเข้าร่วมกิจกรรมตามประเพณี หรือโอกาสวันสำคัญต่าง ๆ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรม กลุ่ม หรือองค์กรต่าง ๆ กิจกรรมการพักผ่อนหย่อนใจที่ผู้สูงอายุชอบมากที่สุดคือ การพูดคุยพบปะสังสรรค์กับเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน ภาวะสุขภาพ ไม่พึงพอใจมากที่สุดกับการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังต่าง ๆ พึ่งพอใจปานกลางกับสภาพความเป็นอยู่

สภาพเศรษฐกิจและการประกอบอาชีพในปัจจุบัน มีความพึงพอใจในสัมพันธภาพกับคู่สมรส บุตรหลาน ญาติพี่น้อง เพื่อน พึงพอใจมากที่สุดในด้านการมีกิจกรรมในสังคม ชุมชนและบ้านเมือง

5.1.3 ความแตกต่างของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ไทยลาวเป็นกลุ่มที่สามารถปฏิบัติกิจกรรมประจำวันได้ตามปกติ คิดเป็นร้อยละที่สูงกว่ากลุ่มชาติพันธุ์อื่น ๆ ในทุกกิจกรรม ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ ญไท ไส้ จะเป็นกลุ่มที่สามารถทำได้ตามปกติคิดเป็นร้อยละที่ต่ำกว่ากลุ่มชาติพันธุ์ ญ้อ ไทยลาว ด้านสุขภาพกายพบว่าผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ญไท เป็นกลุ่มที่ไม่มีอาการในระบบทางเดินอาหาร คิดเป็นร้อยละที่สูงกว่ากลุ่มชาติพันธุ์อื่น ๆ ส่วนกลุ่มชาติพันธุ์ไทยลาวเป็นกลุ่มที่มีอาการในระบบกระดูกละและกล้ามเนื้อ คิดเป็นร้อยละต่ำสุดเมื่อเทียบกับกลุ่มชาติพันธุ์อื่น ความบ่อยของการมีอาการของโรค ผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์มีอาการของโรค 1-4 ครั้งต่อเดือนในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ การปฏิบัติตนเมื่อเกิดการเจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ ส่วนใหญ่ได้รับการรักษาจากสถานบริการของรัฐหรือของเอกชนในผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ญไท ญ้อ ไทยลาว ยกเว้นกลุ่มชาติพันธุ์ไส้ ที่ส่วนใหญ่ได้รับการรักษาโดยหมอพื้นบ้าน ยาสมุนไพร ผู้สูงอายุในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่ได้รับสวัสดิการด้านการรักษาพยาบาลจากการมีบัตรผู้สูงอายุ ยกเว้นในกลุ่มชาติพันธุ์ญไท ที่มีบัตรรับราชการเป็นร้อยละสูงสุด ด้านสุขภาพจิตผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เกิดสภาพจิตเสื่อม และภาวะซึมเศร้า ส่วนสภาพจิตเสื่อม เกิดในผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ไส้คิดเป็นร้อยละสูงสุด ส่วนภาวะซึมเศร้าพบในผู้สูงอายุกลุ่มชาติพันธุ์ไทยลาว คิดเป็นร้อยละสูงสุด ด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุ สภาพที่อยู่อาศัยในปัจจุบันผู้สูงอายุอยู่ชั้นบนของบ้านเป็นส่วนใหญ่ในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ สภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัย พบว่าการระบายอากาศส่วนใหญ่มีช่องลม หรือหน้าต่างระบายอากาศเพียงพอในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ โดยกลุ่มชาติพันธุ์ญไท คิดเป็นร้อยละสูงสุด กลุ่มชาติพันธุ์ไส้ คิดเป็นร้อยละต่ำสุด สภาพบ้านเรือนส่วนใหญ่ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ยกเว้นกลุ่มชาติพันธุ์ญไท ด้านความมั่นคงทางการเงิน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีเงินเก็บในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ โดยกลุ่มชาติพันธุ์ญไทเป็นกลุ่มที่มีเงินเหลือเก็บคิดเป็นร้อยละสูงสุดเมื่อเทียบกับชาติพันธุ์อื่น กลุ่มชาติพันธุ์ไส้เป็นกลุ่มที่มีเงินไม่พอใช้ต้องหยิบยืมคนอื่นเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละสูงสุดเมื่อเทียบกับกลุ่มชาติพันธุ์อื่น ผู้สูงอายุทุกกลุ่มชาติพันธุ์มีสัมพันธภาพที่ดีกับคู่สมรส บุตรหลาน ญาติพี่น้อง เพื่อน เพื่อนบ้าน มีกิจกรรมในสังคม ชุมชน และบ้านเมืองเป็นอย่างดี ผู้สูงอายุในทุกกลุ่มชาติพันธุ์มีความพึงพอใจมากที่สุดในด้านความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน และไม่พึงพอใจมากที่สุดในการเป็นภาระแก่ลูกหลานในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พึงพอใจปานกลางในภาวะสุขภาพในปัจจุบัน ยกเว้นผู้สูงอายุในกลุ่มชาติพันธุ์ไส้ที่ส่วนใหญ่จะพึงพอใจมากที่สุด ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุและความมั่นคงทางการเงิน พึงพอใจในด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ การมีกิจกรรมในสังคมชุมชนและบ้านเมือง

5.2 ข้อเสนอแนะ

จากข้อค้นพบ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ด้านการจัดบริการ เพื่อการพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิต

1.1 ด้านความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันและด้านสุขภาพ

หน่วยงานสาธารณสุขมีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติกิจกรรมประจำวันได้ด้วยตนเองให้ได้มากที่สุดในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ โดยกลุ่มที่ไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมประจำวันหรือปฏิบัติได้ยากลำบาก ครอบครัวมีส่วนสำคัญในการสนับสนุน กระตุ้นให้ผู้สูงอายุปฏิบัติด้วยตนเองเป็นภาระแก่บุคคลอื่น ๆ น้อยที่สุด ควรให้การดูแลผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิด อำนวยความสะดวกในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน เช่น มีอุปกรณ์ช่วยเหลือ ได้แก่ รถเข็น อุปกรณ์หยิบฉวยได้สะดวก ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อแก้ปัญหาโรคในระบบกล้ามเนื้อกระดูก และเป็นการส่งเสริมความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน หน่วยงานสาธารณสุขควรมีการประชาสัมพันธ์และชี้แจงให้ผู้สูงอายุ ครอบครัวให้ตระหนักถึงความสำคัญด้านสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ โดยเน้นให้ดูแลผู้สูงอายุ นำผู้สูงอายุไปตรวจสุขภาพประจำปี หรือทุก 6 เดือน เจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ความสำคัญแก่กลุ่มผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ควรให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพทั้งแบบรายบุคคลและรายกลุ่ม ทั้งนี้เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีปัญหาด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคเรื้อรัง คือโรคเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและกระดูก โรคเกี่ยวกับสายตาและการมองเห็น และโรคอื่น ๆ ดังนั้นในการจัดบริการตรวจสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่ควรเป็นผู้คอยช่วยเหลือให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพเพื่อลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ และมีการหาแนวทางเพื่อให้ทุเลาจากอาการที่เป็นอยู่ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุในแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์ ในการจัดกลุ่มให้คำแนะนำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุนั้น พยาบาลเป็นผู้ให้คำแนะนำปรึกษาและจัดให้ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพในระดับใกล้เคียงกันเข้ากลุ่มเดียวกัน เพื่อจะได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ พยาบาลควรอธิบายให้ผู้สูงอายุได้ทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับการเข้าร่วมกลุ่ม และจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ขยายบทบาทในการติดตามเยี่ยมผู้สูงอายุที่บ้าน

สำหรับพื้นที่ที่ดำเนินการวิจัยทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ หน่วยงานด้านสาธารณสุขที่รับผิดชอบคือ โรงพยาบาลหรือสถานอนามัยในเขตอำเภอวาริชภูมิ อำเภอกุสุมาลย์ กิ่งอำเภอ โพนนาแก้ว อำเภอเจริญศิลป์ ควรมีการส่งเสริมการจัดตั้งกลุ่มการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อแก้ไขปัญหาโรคระบบกล้ามเนื้อกระดูก ซึ่งเป็นปัญหาที่สำคัญของผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข มีส่วนร่วมในการกำหนดกิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

ด้านสุขภาพจิต ส่งเสริมความมีคุณค่าต่อตนเองของผู้สูงอายุ โดยการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองให้ผู้สูงอายุได้มีการทำกิจกรรมร่วมกัน พูดคุยปรึกษาหารือเพื่อเป็นการส่งเสริมความมีคุณค่าต่อตนเองของผู้สูงอายุ มีการประคับประคองจิตใจซึ่งกันและกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์เป็นการส่งเสริมให้สุขภาพจิตดีขึ้น

1.2 ด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุและความมั่นคงทางการเงิน

เจ้าหน้าที่สาธารณสุขกระตุ้นให้เห็นถึงผลกระทบของการไม่รักษาความสะอาดของสภาพบ้านเรือนที่อยู่อาศัย เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมแก่บุคคลในครอบครัวผู้สูงอายุโดยเน้นที่การเกิดโรคต่าง ๆ ตามมา โดยเฉพาะกลุ่มชาติพันธุ์ใต้ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในเขตพื้นที่รับผิดชอบควรมีการจัดทำแผนงาน โครงการเพื่อแก้ไขปัญหอนามัยสิ่งแวดล้อมของกลุ่มชาติพันธุ์ใต้สำหรับกลุ่มชาติพันธุ์ที่มีการรักษาความสะอาดอยู่แล้วให้การส่งเสริมให้ขวัญกำลังใจ ชมเชย เพื่อให้พฤติกรรมนั้นคงอยู่ อาจมีการจัดการประกวดในเรื่องความสะอาดเรียบร้อยของที่อยู่อาศัย

รัฐควรให้การสนับสนุนปัจจัยพื้นฐานทางด้านอาหาร เครื่องนุ่งห่ม และด้านการเงินแก่ผู้สูงอายุที่ฐานะยากจนในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ให้ครอบครัวมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น เพื่อเป็นการยกระดับคุณภาพชีวิตด้านปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุและความมั่นคงทางการเงินให้ดียิ่งขึ้น

1.3 ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ และการมีกิจกรรมในสังคมชุมชนและบ้านเมือง

ผู้สูงอายุในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ได้รับการส่งเสริมสัมพันธภาพของผู้สูงอายุกับครอบครัวญาติพี่น้อง เพื่อน เพื่อนบ้านให้ดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะครอบครัวเป็นกลุ่มที่มีความใกล้ชิดและมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ จัดอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุให้เกิดการยอมรับสภาพของผู้สูงอายุเพื่อให้เกิดการดูแลผู้สูงอายุอย่างเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ และมีความเอื้ออาทรเอาใจใส่ต่อผู้สูงอายุในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ บุคลากรทางด้านสาธารณสุขที่รับผิดชอบในแต่ละพื้นที่ของแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์ ควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในชุมชน มีการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ และมีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้นในทุกกลุ่มชาติพันธุ์ เพื่อเป็นการส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่น ๆ และการมีกิจกรรมต่าง ๆ โดยให้มีกิจกรรมผสมผสาน ทั้งในการให้ความรู้ในการดูแลตนเอง จัดกิจกรรมทางศาสนา การนำเที่ยว และเน้นกิจกรรมส่งเสริมคุณค่าผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเลือกทำกิจกรรมตามความสนใจ และตามความเหมาะสม ไม่เกิดความเบื่อหน่ายและไม่เป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุ โดยเฉพาะกิจกรรมด้านสาธารณสุข ควรมีรูปแบบที่ชัดเจน มีการประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึงและต่อเนื่อง ด้านนันทนาการควรมีการร่วมมือกันระหว่างหน่วยงานของรัฐและประชาชนในการจัดให้มีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ หรือสวนสาธารณะของหมู่บ้านเพื่อให้ผู้สูงอายุได้พักผ่อนอย่างเต็มที่

2. ด้านการบริหารเพื่อการพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิต

ผู้บริหารควรมีการวางแผนและจัดการทั้งในระยะสั้นและระยะยาวในทางที่จะส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 4 กลุ่มชาติพันธุ์ ได้แก่ การวางแผนการส่งเสริมความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน การวางแผนการจัดกลุ่มด้านสุขภาพ การวางแผนการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ขาดแคลนปัจจัยพื้นฐานทางวัตถุ และด้านเศรษฐกิจ การวางแผนการส่งเสริมสัมพันธภาพของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่น ๆ การวางแผนการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ วางแผนการขยายกิจกรรมเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างมากขึ้น และวางแผนในการเผยแพร่ความรู้ในการเตรียมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุแก่บุคคลทั่วไป เป็นต้น ให้มีความเหมาะสมในแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์

3. ด้านการวิจัย

3.1 ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพถึงวิถีชีวิต ลักษณะของชุมชน วัฒนธรรมประเพณี การรวมกลุ่ม การสนับสนุนทางสังคม และศึกษาปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท โส้ ญ้อ ไทยลาว ที่อาศัยในเขตชนบท จังหวัดสกลนคร

3.2 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะของโรคที่พบในผู้สูงอายุในกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท ญ้อ ไทยลาว ที่อาศัยในเขตชนบท จังหวัดสกลนคร ตลอดจนศึกษาความสัมพันธ์ของโรคที่พบกับพฤติกรรมอนามัย การแสวงหาการรักษา

3.3 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการรักษาแบบพื้นบ้านกับการรักษาแผนปัจจุบันของกลุ่มชาติพันธุ์ โส้ ในเขตชนบท จังหวัดสกลนคร

3.4 ควรมีการศึกษาคุณภาพชีวิตของกลุ่มวัยใช้แรงงาน กลุ่มเกษตรกร ในกลุ่มชาติพันธุ์ ภูไท โส้ ญ้อ ไทยลาว ที่อาศัยในเขตชนบท จังหวัดสกลนคร