

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. นางสาวนิภาวรรณ รัตนานนท์
 อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลและสูติศาสตร์
 วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี
 ประสบการณ์หรือความเชี่ยวชาญ
 - กรรมการฝ่ายวิชาการ สมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทยสาขาภาคตะวันออก
 - อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
 - ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
2. นางนิตยา เฉลิมกุล
 นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
 งานส่งเสริมสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดจันทบุรี
 ประสบการณ์หรือความเชี่ยวชาญ
 - รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุทุกกลุ่มอายุในระดับจังหวัด ปี 2540-2553
3. นางสาวสมลั กษณ์ สุวรรณมาลี
 พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
 ประสบการณ์หรือความเชี่ยวชาญ
 - เป็นคณะกรรมการวิจัยของกลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลพระปกเกล้า ปี 2541- 2553
 - ผ่านการอบรมหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของครอบครัวผู้สูงอายุ (ผู้ดูแลหรือญาติผู้สูงอายุตอบ)

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมคำในช่องว่างตามความเป็นจริงของท่าน

1. เพศของท่าน

() ชาย () หญิง

2. อายุของท่าน ปี เดือน

3. ระดับการศึกษาของท่าน

() ประถมศึกษาปีที่ 1 – 4

() ประถมศึกษาปีที่ 5 – 7

() มัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3

() มัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 หรือ ปวช.

() อนุปริญญา หรือ ปวส.

() ปริญญาตรี

() อื่น ๆ (ระบุ)

4. สถานภาพสมรสของท่าน คือ

() โสด

() หม้าย

() คู่

() หย่าร้าง

() อื่น ๆ (ระบุ)

5. ท่านประกอบอาชีพ

() รับจ้าง

() ค้าขาย

() รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ

() เกษตรกร

() อื่น ๆ (ระบุ)

6. ครอบครัวของท่านมีรายได้เฉลี่ยเดือนละ.....บาท (รวมของทุกคนที่อยู่ในครอบครัว)

7. ความเพียงพอของรายได้ของครอบครัว

() เพียงพอ มีเหลือเก็บ

() เพียงพอ แต่ไม่มีเหลือเก็บ

() ไม่เพียงพอ

() อื่น ๆ (ระบุ)

8. ท่านมีความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุในฐานะเป็น

() สามเณร/ภรรยา

() บุตร

() สะใภ้/เขย

() อื่น ๆ (ระบุ)

9. โรคประจำตัวของผู้สูงอายุ

() ไม่มี () มี (ระบุ)

10. วิธีที่ท่านปฏิบัติเมื่อผู้สูงอายุเจ็บป่วย

- () ซ้ำยามารับประทานเอง () รักษาที่โรงพยาบาลของรัฐ / สถานีนอนามัย
 () รักษาทางไสยศาสตร์ () รักษาที่คลินิก/ โรงพยาบาลเอกชน
 () รักษาด้วยยาแผนโบราณ () อื่นๆ (ระบุ)

11. ท่านเคยได้รับคำแนะนำ หรือการฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุมาก่อนหรือไม่

- () ไม่เคย
 () เคย จากผู้ใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน ())
 () เจ้าหน้าที่สถานีนอนามัย
 () เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลของรัฐบาล
 () เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลเอกชน/ คลินิก
 () พนักงานขายยาร้านขายยาแผนปัจจุบัน
 () พนักงานขายยาร้านแพทย์แผนไทย
 () อาสาสมัครสาธารณสุข(อสม.)
 () อื่นๆ ระบุ

11.1 ท่านได้รับความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในเรื่องใดบ้าง(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ โดย

ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน ()

- () อาหาร (การจกบริโภคอาหารที่สุกสะอาดและมีคุณค่าทางโภชนาการ)
 () การออกกำลังกาย
 () อารมณ์(การจัดการกับความเครียด การใช้ชีวิตที่เป็นสุข)
 () นอนหลับพักผ่อน(การสร้าง ปรับสิ่งแวดล้อมให้เอื้อ หรือเหมาะสมต่อสุขภาพ)
 () อโรคนยา(โรคต่างๆ ที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพ เช่น เบาหวาน ความดัน โลหิต เป็นต้น)
 () อบรมมุข(พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพ ได้แก่ สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ยาเสพติด)
 () อื่นๆ ระบุ.....

แบบสอบถามพฤติกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของครอบครัว

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาว่าท่านปฏิบัติกิจกรรมต่อไปนี้ให้ผู้สูงอายุที่ท่านดูแลในปัจจุบันมากน้อยเพียงใด แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องท้ายข้อความที่ตรงกับกรปฏิบัติจริงมากที่สุด เพียงข้อละ 1 คำตอบ โดยมีเกณฑ์การตอบ ดังนี้

ปฏิบัติมานานๆ ครั้ง หมายถึง ท่านไม่เคยปฏิบัติเลย หรือปฏิบัติกิจกรรมนั้น น้อยมาศ(0-1 วัน/สัปดาห์)

ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้น ปานกลาง(2-4 วัน/ สัปดาห์)

ปฏิบัติสม่ำเสมอ หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้น เป็นประจำ หรือปฏิบัติกิจกรรมนั้น มาก (5-7 วัน/ สัปดาห์)

พฤติกรรม	ความถี่		
	สม่ำเสมอ	เป็นบางครั้ง	นาน ๆ ครั้ง
ด้านร่างกาย			
1. ช่วยเหลือและกระตุ้นให้รักษาอนามัยส่วนบุคคล			
2. ดูแลให้ผู้สูงอายุได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์			
3. จัดหาอาหารที่ผู้สูงอายุชอบมาให้รับประทาน			
4. ดูแล สนับสนุน ช่วยเหลือให้ออกกำลังกายอย่างเหมาะสม			
5. ดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุในการทำกิจวัตรประจำวัน เช่น ซักผ้า กวาดบ้าน ฯลฯ			
6. จัดหาเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ของใช้ส่วนตัว ให้ตามความต้องการ			
7. กระตุ้นเตือนให้ไปรับการตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละครั้ง			
8. พาไปพบแพทย์เมื่อเกิดการเจ็บป่วย			
9. ไม่จัดหาสิ่งที่เป็นโทษต่อร่างกายให้ เช่น บุหรี่ สุรา เครื่องดื่มชูกำลัง			
10. จัดให้ผู้สูงอายุอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีอากาศบริสุทธิ์			
11. จัดสภาพแวดล้อมในและนอกบ้านให้ปลอดภัย			

พฤติกรรม	ความถี่		
	สม่ำเสมอ	เป็นบางครั้ง	นาน ๆ ครั้ง
ด้านจิตใจอารมณ์			
12. พุดคุยและสนใจ เอาใจใส่ใกล้ชิด			
13. ให้ความเคารพยกย่องผู้สูงอายุ โดยถือว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าของครอบครัว			
14. แสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้สูงอายุประสบความสำเร็จในกิจกรรมต่างๆ			
15. สนับสนุน และอำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลายความเครียด และสงบจิตใจ			
16. รับฟัง และดูแลช่วยเหลือ เมื่อผู้สูงอายุประสบปัญหา			
17. สนับสนุนให้ผู้สูงอายุทำงานอดิเรกต่างๆ ที่ชอบ เช่น ทํสวนปลูกต้นไม้ คุมหรรสพ คุโทรทศน์ ตามต้องการ			
18. พาไปเที่ยว พักผ่อนหย่อนใจในสถานที่ต่างๆ อย่างน้อยปีละครั้ง			
ด้านสังคม เศรษฐกิจ			
19. ให้มีส่วนร่วมตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ภายในครอบครัว			
20. สนับสนุน และจัดเตรียมให้ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา เช่น ไปวัด ทำบุญ			
21. สนับสนุน และเปิดโอกาสให้ได้พบปะกับญาติและเพื่อนฝูง			
22. ให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมที่บุตรหลานจัดขึ้นในบ้าน เช่น งานขึ้นปีใหม่ งานเลี้ยง			
23. สนับสนุนให้เข้าร่วมเป็นสมาชิกในชมรม หรือสโมสรต่างๆ เช่น ชมรมผู้สูงอายุ กลุ่มแม่บ้าน			
24. แจงข้อมูลข่าวสารที่ทันเหตุการณ์จากสื่อต่างๆ ให้ทราบ			
25. ให้การช่วยเหลือเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายอย่างเพียงพอ			
26. สนับสนุนให้ได้ทำงานเพื่อเพิ่มรายได้ตามความต้องการของผู้สูงอายุ			
27. สนับสนุนให้ผู้สูงอายุจัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินต่างๆ ตามต้องการ			

แบบสอบถามปัจจัยนำเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาว่าท่านมีความคิดเห็นอย่างไรต่อข้อความต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย✓
ลงในช่องท้ายข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความถาม	คำตอบ		
		ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ
ด้านร่างกาย				
1	การรับประทานผักและผลไม้ ทำให้เกิดอาการท้องผูกในผู้สูงอายุ			
2	ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารที่มีลักษณะนุ่ม ย่อยง่าย			
3	การออกกำลังกายสามารถช่วยลดระดับน้ำตาล และไขมันในเลือดได้			
4	ผู้สูงอายุไม่ควรใช้ยาระบาย			
5	ผู้สูงอายุควรไปพบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพในช่องปากอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง			
ด้านจิตใจและอารมณ์				
6	การมีโอกาสร่วมกิจกรรมต่างๆ ในครอบครัว หรือสังคม จะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกภาคภูมิใจและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า			
7	การที่ผู้สูงอายุมีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ ทำให้สุขภาพจิตดี			
8	การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุทำงานอดิเรกที่ชอบ เช่น ทำสวน ปลูกต้นไม้ คุมหรรสพ ดูโทรทัศน์ จะช่วยให้คุณภาพชีวิตดี			
ด้านสังคมและเศรษฐกิจ				
9	ควรแจ้งข้อมูลข่าวสารที่ทันเหตุการณ์ให้ผู้สูงอายุได้ช้ทราบเพื่อกระตุ้นสมอง			
10	ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้พบปะกับญาติ และเพื่อนฝูง			
11	ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ทำงานเพื่อเพิ่มรายได้ตามศักยภาพ และความถนัด			
12	ควรให้ผู้สูงอายุมีโอกาสตัดสินใจแก้ปัญหาภายในครอบครัว			
13	ผู้สูงอายุควรได้รับความช่วยเหลือด้านค่าใช้จ่ายอย่างเพียงพอ			

ส่วนที่ 2 ทศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาว่าท่านเห็นด้วยกับข้อความต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย✓ ลงในช่องท้ายข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด โดยมีเกณฑ์การตอบดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วย และมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

เห็นด้วย หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วย และมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นปานกลาง

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ท่านรู้สึกไม่เห็นด้วย และมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นปานกลาง

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านรู้สึกไม่เห็นด้วย และมีความคิดเห็นที่ขัดแย้งกับข้อความนั้นมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1	บุตรหลานมีหน้าที่ต้องดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ				
2	ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีค่าของครอบครัว จึงต้องส่งเสริมสุขภาพของท่านให้ดี				
3	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นเรื่องน่าเบื่อหน่าย				
4	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นสิ่งจำเป็น และมีประโยชน์				
5	การได้ดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เป็นการให้รางวัลชีวิตสำหรับผู้ดูแล				
6	ไม่มีความจำเป็นต้องส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เพราะเป็นวัยเสื่อม แก้ไขอะไรไม่ได้แล้ว				
7	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นภาระหนักของครอบครัว โดยเฉพาะด้านค่าใช้จ่าย				
8	การส่งเสริมสุขภาพจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น				
9	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นการลงทุนที่คุ้มค่า				

แบบสอบถามปัจจัยเอื้ออำนวยเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 การเข้าถึงแหล่งประโยชน์

คำชี้แจง โปรดพิจารณาว่าข้อความต่อไปนี้ ตรงกับความเป็นจริงที่ท่านประสบในระดับใด แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องท้ายข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด โดยมีเกณฑ์การตอบดังนี้

มากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงมากที่สุด

มาก หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงมาก

น้อย หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงน้อย

น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงเขี้ยวที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
1	ในชุมชนของท่านมีสถานที่ออกกำลังกาย และพักผ่อนหย่อนใจที่เพียงพอ				
2	ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังสถานที่ออกกำลังกาย และพักผ่อนหย่อนใจภายในชุมชนได้โดยสะดวก				
3	ในชุมชนของท่านมีสถานบริการสาธารณสุขต่างๆ เช่น โรงพยาบาล คลินิก หรือสถานอนามัยที่เพียงพอ				
4	ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังสถานบริการสาธารณสุขต่างๆ เช่น โรงพยาบาล คลินิก หรือสถานอนามัยได้โดยสะดวก				
5	ในชุมชนของท่านมีสถานที่จำหน่ายอาหารที่ถูกสุขลักษณะเพียงพอ				
6	ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังสถานที่จำหน่ายอาหารภายในชุมชนได้โดยสะดวก				
7	ในชุมชนของท่านมีชมรมผู้สูงอายุที่เพียงพอ				
8	ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังชมรมผู้สูงอายุภายในชุมชนได้โดยสะดวก				
9	ท่านสามารถจะค้นหาข้อมูลด้านสุขภาพได้โดยสะดวก				

ตอนที่ 2 ประสิทธิภาพในการส่งเสริมสุขภาพ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาว่าท่านมีประสบการณ์ในการดูแลผู้สูงอายุในอดีตเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ
ต่อไปนี้อย่างใดแล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องท้ายข้อความที่ตรงกับความเป็น
จริงมากที่สุด โดยมีเกณฑ์การตอบดังนี้

บ่อยที่สุด หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้นบ่อยมากที่สุด หรือเป็นประจำ (ทุกสัปดาห์)

บ่อย หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้นบ่อยปานกลางหรือทุก 2 สัปดาห์

นานๆ ครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้นน้อยหรือทุกเดือน

เกือบไม่ได้ปฏิบัติ หมายถึง ท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้นน้อยที่สุด หรือไม่ได้ปฏิบัติเลย

(มากกว่า 2- 3 เดือน/ครั้ง)

ลำดับ	ประสบการณ์ในการส่งเสริมสุขภาพ	บ่อย ที่สุด	บ่อย	นานๆ ครั้ง	เกือบไม่ได้ ปฏิบัติ
1	การจัดเตรียมอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ				
2	การดูแลผู้สูงอายุให้ออกกำลังกายอย่างเหมาะสม				
3	การช่วยเหลือผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน				
4	การพูดคุย ให้คำปรึกษา ผ่อนคลายความเครียดให้แก่ผู้สูงอายุ เมื่อเผชิญกับปัญหาต่างๆ				
5	การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน เช่น การเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา งานเทศกาลต่างๆ หรือกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เป็นต้น				
6	การจัดหากิจกรรมหรืออาชีพเสริมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการเสริมรายได้				
7	การสังเกตอาการเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้ได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างทันที่				
8	การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านที่ปลอดภัย และเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ				

แบบสอบถามปัจจัยสนับสนุนเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาว่าท่านได้รับการปฏิบัติจากบุคคลต่างๆ อย่างไร แล้วใส่เครื่องหมาย✓ ลงในช่องท้ายข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด โดยมีเกณฑ์การตอบ ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านได้รับการปฏิบัติตามข้อความนั้นมากที่สุด

เห็นด้วย หมายถึง ท่านได้รับการปฏิบัติตามข้อความนั้นมาก

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ท่านได้รับการปฏิบัติตามข้อความนั้นน้อย

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านได้รับการปฏิบัติตามข้อความนั้นน้อยที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	ตอนที่ 1 การได้รับการสนับสนุน				
1	เมื่อท่านปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างถูกต้อง สมาชิกในครอบครัวจะแสดงความชื่นชมท่าน				
2	การที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ทำให้เพื่อนบ้านยกย่องชมเชยท่าน				
3	ท่านได้รับของฝาก/สิ่งตอบแทนรางวัล จากสมาชิกในครอบครัว หลังจากปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ				
	ตอนที่ 2 การได้รับการจัดวาง				
4	ท่านถูกตำหนิจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเมื่อไม่พาผู้สูงอายุไปตรวจสุขภาพประจำปี				
5	ท่านถูกตำหนิจากเพื่อนบ้าน เมื่อไม่พาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมสังคม				
6	ท่านถูกบุคคลรอบข้างตำหนิ เมื่อพาผู้สูงอายุไปออกกำลังกาย				
7	ท่านได้รับการตำหนิจากสมาชิกภายในครอบครัว เมื่อจัดอาหาเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุไม่ถูกต้อง				

ภาคผนวก ค
ร้อยละของระดับความคิดเห็น

ตารางผนวกที่ ก-1 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

พฤติกรรม	ความถี่			\bar{X}	S.D.	ระดับ
	สม่ำเสมอ	เป็นบางครั้ง	นานๆ ครั้ง			
ด้านร่างกาย						
1. ช่วยเหลือและกระตุ้นให้รักษาอนามัยส่วนบุคคล	47.6	35.3	17.1	2.30	.75	ปานกลาง
2. ดูแลให้ผู้สูงอายุได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์	69.3	26.7	4.0	2.65	.55	สูง
3. จัดหาอาหารที่ผู้สูงอายุชอบมาให้บริการ	49.9	45.3	4.8	2.45	.59	สูง
4. ดูแล สนับสนุน ช่วยเหลือให้ออกกำลังกายอย่างเหมาะสม	35.3	43.8	20.7	2.18	.94	ปานกลาง
5. ดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุในการทำกิจวัตรประจำวัน เช่น ซักผ้า กวาดบ้าน ฯลฯ	49.1	32.0	18.9	2.30	.78	ปานกลาง
6. จัดหาเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ของใช้ส่วนตัว ให้ตามความต้องการ	50.9	38.5	10.6	2.40	.67	สูง
7. กระตุ้นเตือนให้ไปรับการตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละครั้ง	50.6	33.8	15.6	2.35	.74	สูง
8. พาไปพบแพทย์เมื่อเกิดอาการเจ็บป่วย	77.1	16.4	6.5	2.71	.58	สูง
9. ไม่จัดหาสิ่งที่เป็นโทษต่อร่างกายให้ เช่น บุหรี่ สุรา เครื่องดื่มชูกำลัง	64.2	20.2	15.6	2.49	.75	สูง
10. จัดให้ผู้สูงอายุอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีอากาศบริสุทธิ์	77.8	16.6	5.5	2.72	.56	สูง
11. จัดสภาพแวดล้อมในและนอกบ้านให้ปลอดภัย	73.6	20.9	5.5	2.68	.57	สูง
ด้านจิตใจอารมณ์						
12. พุดคุยและสนใจ เอาใจใส่ใกล้ชิด	73.6	23.4	3.0	2.71	.52	สูง
13. ให้ความเคารพยกย่องผู้สูงอายุ โดยถือว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าของครอบครัว	84.9	13.6	1.5	2.83	.41	สูง
14. แสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้สูงอายุประสบความสำเร็จ ในกิจกรรมต่างๆ	68.8	26.7	4.5	2.64	.57	สูง
15. สนับสนุน และอำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุได้เล่น คลายความเครียด และสงบจิตใจ	64.5	26.2	9.3	2.55	.66	สูง
16. รับฟัง และดูแลช่วยเหลือ เมื่อผู้สูงอายุประสบปัญหา	69.0	26.2	4.8	2.64	.57	สูง

ตารางผนวกที่ ก-1 (ต่อ)

พฤติกรรม	ความถี่			\bar{X}	S.D.	ระดับ
	สม่ำเสมอ	เป็นบางครั้ง	นานๆ ครั้ง			
17. สนับสนุนให้ผู้สูงอายุทำงานอดิเรกต่างๆ ที่ชอบ เช่น ทำสวน ปลูกต้นไม้ คุมหรรสพ ดูโทรทัศน์ ตามต้องการ	62.2	25.9	11.8	2.50	.70	สูง
18. พาไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจในสถานที่ต่างๆ อย่างน้อยปีละครั้ง	31.2	35.3	33.5	1.98	.80	ปานกลาง
ด้านสังคม และเศรษฐกิจ						
19. ให้มีส่วนร่วมตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ภายในครอบครัว	49.1	34.8	16.1	2.33	.74	ปานกลาง
20. สนับสนุน และจัดเตรียมให้ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา เช่น ไปวัด ทำบุญ	57.9	22.9	19.1	2.39	.79	สูง
21. สนับสนุน และเปิดโอกาสให้ได้พบปะกับญาติและเพื่อนฝูง	62.5	22.2	15.4	2.47	.75	สูง
22. ให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมที่บุตรหลานจัดขึ้นในบ้าน เช่น งานขึ้นปีใหม่ งานเลี้ยง	54.4	27.0	18.6	2.36	.78	สูง
23. สนับสนุนให้เข้าร่วมเป็นสมาชิกในชมรม หรือสโมสรต่างๆ เช่น ชมรมผู้สูงอายุ กลุ่มแม่บ้าน	40.6	31.5	28.0	2.13	.82	ปานกลาง
24. แจ้งข้อมูลข่าวสารที่ทันเหตุการณ์จากสื่อต่างๆ ให้ทราบ	49.1	36.8	14.1	2.35	.71	สูง
25. ให้การช่วยเหลือเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายอย่างเพียงพอ	51.4	36.3	12.3	2.39	.70	สูง
26. สนับสนุนให้ได้ทำงานเพื่อเพิ่มรายได้ตามความต้องการของผู้สูงอายุ	37.3	34.3	28.5	2.09	.81	ปานกลาง
27. สนับสนุนให้ผู้สูงอายุจัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินต่างๆ ตามต้องการ	49.6	31.7	18.6	2.31	.77	ปานกลาง

ตารางผนวกที่ ก-2 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริม
สุขภาพผู้สูงอายุ

ข้อความ	คำตอบ			ตอบถูก ร้อยละ
	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ	
ด้านร่างกาย				
1. การรับประทานผักและผลไม้ ทำให้เกิดอาการท้องผูกในผู้สูงอายุ	12.1	85.1	2.8	85.1
2. ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารที่มีลักษณะนุ่ม ย่อยง่าย	98.5	3	1.3	98.5
3. การออกกำลังกายสามารถช่วยลดระดับน้ำตาล และไขมันในเลือดลง	93.2	1.0	5.8	93.2
4. ผู้สูงอายุไม่ควรใช้ยาระบาย	85.4	9.6	5.0	85.4
5. ผู้สูงอายุควรไปพบทันตแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพในช่องปากอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง	87.9	3.0	8.83	87.9
ด้านจิตใจและอารมณ์				
6. การมีโอกาสร่วมกิจกรรมต่างๆ ในครอบครัว หรือสังคม จะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกภาคภูมิใจและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า	96.2	1.0	2.8	96.2
7. การที่ผู้สูงอายุมีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ ทำให้สุขภาพจิตดี	95.7	1.8	2.5	95.7
8. การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุทำงานอดิเรกที่ชอบ เช่น ทำสวน ปลูกต้นไม้ คูมหรสพ ดูโทรทัศน์ จะช่วยให้คุณภาพชีวิตดี	96.7	2.0	1.3	96.7
ด้านสังคมและเศรษฐกิจ				
9. ควรแจ้งข้อมูลข่าวสารที่ทันเหตุการณ์ให้ผู้สูงอายุได้รับทราบเพื่อกระตุ้นสมอง	88.9	6.0	5.0	88.9
10. ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้พบปะกับญาติ และเพื่อนฝูง	96.5	1.8	1.8	96.5
11. ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ทำงานเพื่อเพิ่มรายได้ตามศักยภาพ และความถนัด	74.3	22.4	3.3	74.3
12. ควรให้ผู้สูงอายุมีโอกาสตัดสินใจแก้ปัญหาภายในครอบครัว	74.3	22.4	3.3	74.3
13. ผู้สูงอายุควรได้รับความช่วยเหลือด้านค่าใช้จ่ายอย่างเพียงพอ	93.5	5.0	1.5	93.5

ภาคผนวกที่ ค-3 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริม
สุขภาพผู้สูงอายุ

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				\bar{X}	S.D.	ระดับ
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง			
1. บุคลากรมีหน้าที่ต้องดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	61.7	37.8	0	0.5	3.61	.52	ดี
2. ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีค่าของครอบครัว จึงต้องส่งเสริมสุขภาพของท่านให้ดี	66.2	32.3	1.0	0.5	3.64	.53	ดี
3. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นเรื่องน่าเบื่อหน่าย	2.0	6.5	51.6	39.8	3.29	.68	ดี
4. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นสิ่งจำเป็นและมีประโยชน์	49.6	47.9	1.5	1.0	3.46	.58	ดี
5. การได้ดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นการให้รางวัลชีวิตสำหรับผู้ดูแล	40.1	53.4	4.8	1.8	3.32	.65	ดี
6. ไม่มีความจำเป็นต้องส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เพราะเป็นวัยเสื่อม แก่ไขอะไรไม่ได้แล้ว	2.8	7.3	36.5	53.1	3.40	.74	ดี
7. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นภาระหนักของครอบครัวโดยเฉพาะด้านค่าใช้จ่าย	5.3	17.4	41.8	35.5	3.08	.86	ดี
8. การส่งเสริมสุขภาพจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น	49.1	48.1	0.8	2.0	3.44	.62	ดี
9. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นการลงทุนที่คุ้มค่า	40.3	51.9	4.8	3.0	3.29	.70	ดี

ภาคผนวกที่ ค-4 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยเอื้ออำนวยเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ
ผู้สูงอายุในด้านการเข้าถึงแหล่งประโยชน์

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				\bar{X}	S.D.	ระดับ
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด			
1. ในชุมชนของท่านมีสถานที่ออกกำลังกาย และพักผ่อนหย่อนใจที่เพียงพอ	3.5	31.2	38.8	26.4	2.12	.84	ปานกลาง
2. ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังสถานที่ออกกำลังกาย และพักผ่อนหย่อนใจภายในชุมชนได้โดยสะดวก	3.8	28.5	44.1	23.7	2.12	.81	ปานกลาง
3. ในชุมชนของท่านมีสถานบริการสาธารณสุขต่างๆ เช่น โรงพยาบาล คลินิก หรือสถานอนามัยที่เพียงพอ	14.1	66.5	12.8	6.5	2.88	.72	ปานกลาง
4. ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังสถานบริการสาธารณสุขต่างๆ เช่น โรงพยาบาล คลินิก หรือสถานอนามัยได้โดยสะดวก	18.4	64.7	13.4	3.5	2.98	.68	ปานกลาง
5. ในชุมชนของท่านมีสถานที่จำหน่ายอาหารที่ถูกสุขลักษณะเพียงพอ	8.3	41.3	37.0	13.4	2.45	8.2	ปานกลาง
6. ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังสถานที่จำหน่ายอาหารภายในชุมชนได้โดยสะดวก	6.0	40.8	38.0	15.1	2.38	.81	ปานกลาง
7. ในชุมชนของท่านมีชมรมผู้สูงอายุที่เพียงพอ	6.3	51.4	31.0	11.3	2.53	.78	ปานกลาง
8. ท่านสามารถพาผู้สูงอายุเข้าไปใช้บริการยังชมรมผู้สูงอายุภายในชุมชนได้โดยสะดวก	7.1	49.9	30.0	13.1	2.51	.81	ปานกลาง
9. ท่านสามารถจะค้นหาข้อมูลด้านสุขภาพได้โดยสะดวก	9.6	56.7	21.7	12.1	2.64	.82	ปานกลาง

ภาคผนวกที่ ค-5 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยเอื้ออำนวยเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ
ผู้สูงอายุในด้านประสพการณ์ในการส่งเสริมสุขภาพ

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				\bar{X}	S.D.	ระดับ
	น้อย ที่สุด	น้อย มาก	นานๆ ครั้ง	เกือบ ไม่ได้ ปฏิบัติ			
1. การจัดเตรียมอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ	23.2	53.9	16.4	6.5	2.94	.81	ปานกลาง
2. การดูแลผู้สูงอายุให้ออกกำลังกายที่เหมาะสม	6.5	44.8	35.8	12.8	2.45	.79	ปานกลาง
3. การช่วยเหลือผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน	16.6	45.1	28.5	9.8	2.69	.86	ปานกลาง
4. การพูดคุยให้คำปรึกษา ผ่อนคลายความเครียดให้แก่ผู้สูงอายุ เมื่อเผชิญกับปัญหาต่างๆ	19.1	54.9	20.4	5.5	2.88	.78	ปานกลาง
5. การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน เช่น การเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา งานเทศกาล กิจกรรมของชมรม	19.9	46.9	23.2	10.1	2.77	.88	ปานกลาง
6. การจัดหากิจกรรมหรืออาชีพเสริมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการเสริมรายได้	4.8	25.7	38.8	30.7	2.05	.87	ปานกลาง
7. การสังเกตอาการเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้ได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างทันที่	20.7	39.4	14.4	5.5	2.95	.76	ปานกลาง
8. การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านที่ปลอดภัยและเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ	20.7	55.9	18.6	4.8	2.92	.76	ปานกลาง

ภาคผนวกที่ ค-6 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยสนับสนุนเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ
ผู้สูงอายุ

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				\bar{X}	S.D.	ระดับ
	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง			
การได้รับการสนับสนุน	24.7	72.0	2.5	0.8	3.21	.51	ดี
1. เมื่อท่านปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุอย่างถูกต้อง สมาชิกในครอบครัวจะ แสดงความชื่นชมท่าน							
2. การที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุ ทำให้เพื่อนบ้านยกย่องชมเชยท่าน	14.4	76.1	8.3	1.3	3.04	.53	ดี
3. ท่านได้รับของฝาก/สิ่งตอบแทน/รางวัล จากสมาชิกในครอบครัว หลังจากปฏิบัติ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	11.1	67.3	17.6	4.0	2.85	.65	ปาน กลาง
การได้รับการขัดขวาง	13.6	69.8	12.8	3.8	2.07	.64	ปาน กลาง
4. ท่านถูกตำหนิจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เมื่อไม่พาผู้สูงอายุไปตรวจสุขภาพประจำปี							
5. ท่านถูกตำหนิจากเพื่อนบ้าน เมื่อไม่พา ผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมสังคม	15.9	76.1	6.3	1.8	1.94	.54	ต่ำ
6. ท่านถูกบุคคลรอบข้างตำหนิ เมื่อพา ผู้สูงอายุไปออกกำลังกาย	2.3	19.4	44.1	34.3	3.10	.78	ดี
7. ท่านได้รับการตำหนิจากสมาชิกภายใน ครอบครัว เมื่อจัดอาหารเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุไม่ถูกต้อง	19.1	73.8	6.3	0.8	1.89	.52	ต่ำ