บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนแรกกล่าวถึงข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ ส่วนที่ 2 กล่าวถึงปัญหาสุขภาพของผู้สูอายุ และส่วนที่ 3 กล่าวถึงแบบแผนสุขภาพของผู้สูอายุ

ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุในการศึกษาครั้งนี้จำนวน 220 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 60-69 ปี แต่งงานแล้วโดยที่คู่สมรสยังมีชีวิตอยู่ และไม่ได้เรียนหนังสือ ก่อนเข้าวัยสูงอายุส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรรม แต่ในปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพ เกือบทุกคนนับถือศาสนาพุทธ

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะทางประชากร เศรษฐกิจและสังคม (N = 220)

ลักษณะทางประชากร เศรษฐกิจและสังคม	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	73	35.5
หญิง	142	64.5
อายุ		
60-69 ปี	128	58.2
70-79 ปี	65	29.5
80 ปี ขึ้นไป	27	12.3

PAYAP UNIVERSITY

ลักษณะทางประชากร เศรษฐกิจและสังคม	จำนวน	ร้อยละ
สถานภาพสมรส		
โสด	2	0.9
คู่	122	55.5
หม้าย	92	41.8
หย่า	4	1.8
การศึกษา		
ไม่ได้เรียนหนังสือ	133	60.5
ประถมศึกษา	85	38.6
มัธยมศึกษา	2	0.9
อาชีพครั้งสุดท้าย		
รับราชการ	7	3.2
เกษตรกรรม	207	94.1
ค้าขาย	6	2.7
อาชีพปัจจุบัน		
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	119	54.1
เกษตรกรรม	91	41.4
ค้าขาย	10	4.5
ศาสนา		
พุทธ	218	99.1
คริสต์	2	0.9

ปัญหาสุขภาพ

ผู้สูงอายุเพียงส่วนน้อยที่มีโรคประจำตัว โดยโรคประจำตัวที่พบมากคือความดันโลหิตสูง เป็นลม ปวดเข่า หอบ ในปัจจุบันผู้สูงอายุประมาณครึ่งหนึ่งมีปัญหาสุขภาพ โดยมีการเจ็บป่วยด้วยโรคระบบกล้ามเนื้อและกระดูกมากที่สุด

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามโรคประจำตัว (N=63 คน)

โรคประจำตัว	จำนวน	ร้อยละ
กระเพาะ	6	9.5
ความดันโลหิตสูง	12	19.1
เบาหวาน	2	3.2
ปวดเข่า	11	17.5
ปวดหัว	6	9.5
เป็นลม	11	17.5
แพ้อากาศ	1	1.6
หอบ	11	17.5
หัวใจ	3	4.8

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการเจ็บป่วยในปัจจุบัน (N=118)

การเจ็บป่วยในปัจจุบัน	จำนวน	ร้อยละ
โรคระบบกล้ามเนื้อและกระดูก	57	40.3
โรคระบบทางเดินปัสสาวะ	3	2.5
โรคระบบทางเดินหายใจ	15	12.7
โรคระบบทางเดินอาหาร	18	15.3
โรคระบบไหวเวียนโลหิต	38	32.2
โรคผิวหนัง	4	3.4

PAYAP UNIVERSITY

คน)

แบบแผนสุขภาพของผู้สูงอายุ

การรับรู้และการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุมีความเห็นว่าตนเองมีสุขภาพแข็งแรงมากกว่าสุขภาพอ่อนแอเจ็บป่วยบ่อยเพียงเล็กน้อย ส่วนใหญ่ไม่เคยไปตรวจร่างกายทั่วไป ตรวจฟัน และตรวจมะเร็งปากมดลูก การดูแลความสะอาดของร่างกาย ส่วนใหญ่อาบน้ำวันละ 1-2 ครั้ง สระผม 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ แปรงฟันและบ้วนปาก พฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่เคี้ยวหมาก สูบบุหรี่/ยาเส้น ดื่มเหล้า และรับประทานยา ซึ่งยาที่ผู้สูงอายุรับประทานเป็นประจำคือ ยาแก้ปวดเมื่อย และยาบำรุง การปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะซื้อยารับประทานเอง

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการรับรู้สุขภาพโดยทั่วไปในปัจจุบัน (N=220)

การรับรู้สุขภาพโดยทั่วไปในปัจจุบัน	จำนวน	ร้อยละ
แข็งแรง	108	49.1
อ่อนแอเจ็บป่วยบ่อย	112	50.9

ตารางที่ 5 ร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการตรวจร่างกายประจำปี (N=220)

การตรวจร่างกายประจำปี	ได้รับ	ไม่ได้รับ
การตรวจร่างกาย	7.7	92.3
การตรวจฟัน	2.7	97.3
การตรวจมะเร็งปากมดลูก	3.5	96.5

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 6 จำแนกและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการดูแลความสะอาดของร่างกาย (N=220)

การดูแลความสะอาดของร่างกาย	จำนวน	ร้อยละ
อาบน้ำ		
วันละ 1-2 ครั้ง	120	54.4
วันละ 2-3 ครั้ง	76	24.5
วันละ 3-4 ครั้ง	17	7.8
มากกว่า 4 ครั้ง	7	3.2
สระผม		
สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง	130	59.1
สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	39	17.7
สัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง	8	3.7
มากกว่า 4 ครั้ง	32	14.5
ไม่เคยสระผม	11	5.0
แปรงฟัน		
วันละ 1-2 ครั้ง	98	44.5
วันละ 2-3 ครั้ง	14	6.4
ไม่แปรงฟัน	108	49.1
[illegible]		
วันละ 1-2 ครั้ง	30	13.6
วันละ 2-3 ครั้ง	104	47.3
วันละ 3-4 ครั้ง	56	25.5
มากกว่า 4 ครั้ง	26	11.8
ไม่บ้วนปาก	4	1.8

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 7 ร้อยละของผู้ป่วยสูงอายุจำแนกตามพฤติกรรมเสี่ยง (N=220)

พฤติกรรมเสี่ยง	มี	ไม่มี
สูบบุหรี่/ยาเส้น	34.5	65.5
ดื่มเหล้า	20.0	80.0
เคี้ยวหมาก	51.8	48.2
รับประทานยา	12.3	87.7

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามชนิดยาที่รับประทานเป็นประจำ (N=27)

ชนิดยาที่รับประทานเป็นประจำ	จำนวน	ร้อยละ
ยาแก้ปวดเรื้อย	26	96.29
ยาบำรุง	10	37.03
อื่น ๆ (ยาลม ยาธาตุ)	8	29.62

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการปฏิบัติเมื่อเจ็บป่วย (N=220)

การปฏิบัติเมื่อเจ็บป่วย	จำนวน	ร้อยละ
ปล่อยให้หายเอง	24	10.9
ซื้อยามารับประทาน	133	60.5
ไปสถานีอนามัย	62	28.2
ไปโรงพยาบาล	92	41.8
ไปคลินิก	97	44.1
รักษาพยาบาลกลางบ้าน	3	1.4

PAYAP UNIVERSITY

แบบแผนอาหาร ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รับประทานข้าวและผักทุกวัน เนื้อสัตว์-ไข่และผลไม้รับประทานเป็นบางวัน ไม่นิยมดื่มเครื่องดื่ม ดื่มน้ำวันละ 3-4 แก้ว รับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ โดยรับประทานอาหารได้ทุกชนิด เนื้อวัวเป็นอาหารที่ผู้สูงอายุไม่รับประทานมากที่สุด รสชาดอาหาร ชอบอาหารรสไม่จัด รสเผ็ดเป็นรสชาดอาหารที่ผู้สูงอายุซึ่งชอบอาหารรสจัดรับประทานมากที่สุด อาหารที่รับประทานส่วนใหญ่มีบุคคลอื่นในครอบครัวเป็นผู้ประกอบอาหาร โดยอาหารจะทำความปกติ ส่วนกลุ่มที่ทำอาหารให้เคี้ยวง่ายส่วนใหญ่ทำโดยการต้ม ปัญหาในการรับประทานอาหารที่พบมากที่คือ การเคี้ยว ลักษณะของผิวหนังเหี่ยวย่น ผมเปลี่ยนเป็นสีเทาและสีขาว ลักษณะของเหงือกและริมฝีปากปกติ ไม่มีแผลในช่องปาก มีฟันน้อยกว่า 10 ซี่ ไม่ใส่ฟันปลอม การตรวจท้องไม่มีอาการท้องอืด มีเสียงลำไส้จำนวน 6-10 ครั้ง/นาที

ตารางที่ 10 ร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามชนิดของอาหาร เครื่องดื่ม และความถี่ในการรับประทานอาหาร (=220)

ชนิดของอาหารและเครื่องดื่ม	ไม่รับประทาน	บางวัน	ทุกวัน
เนื้อสัตว์	2.3	58.6	39.1
ไข่	8.6	79.5	11.8
ผัก	0.5	35.9	63.6
ผลไม้	1.8	77.7	20.5
ข้าว	1.4	1.4	97.3
นม	70.9	25.5	3.6
โอวัลติน ไมโล	54.5	40.9	4.5
ชา กาแฟ	73.2	21.8	5.0
เครื่องดื่มชูกำลัง	93.7	5.9	1.4

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามแบบแผนการรับประทานอาหารและน้ำ (N=220)

แบบแผนการรับประทานอาหารและน้ำ	จำนวน	ร้อยละ
ปริมาณน้ำดื่ม/วัน		
3-4 แก้ว	103	46.8
5-6 แก้ว	74	33.6
6 แก้วขึ้นไป	43	19.5
จำนวนมื้ออาหาร/วัน		
1-2 มื้อ	51	23.2
3 มื้อ	142	64.5
มากกว่า 3 มื้อ	27	12.3
อาหารที่ไม่รับประทาน		
ไม่มี	150	68.2
มี	70	31.8
เนื้อวัว	19	27.1
เนื้อไก่	13	18.6
ปลา	11	15.7
นม	11	15.7
ของหมักดอง	11	15.7
หน่อไม้	8	11.8
อื่น ๆ (เนื้อหวาน ข้าวเหนียว สัตว์ปีก)	15	21.4
รสชาดอาหาร		
ไม่จัด	151	68.7
จัด	69	31.3
รสเผ็ด	37	53.6
รสเปรี้ยว	14	20.3
รสเค็ม	12	17.4
รสหวาน	6	8.7

PAYAP UNIVERSITY

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยพายัพ 68849

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามผู้ประกอบอาหารและลักษณะอาหาร (N=220)

ผู้ประกอบอาหารและลักษณะอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ประกอบอาหาร		
ประกอบด้วยตนเอง	101	45.9
ผู้อื่นประกอบให้	119	54.1
ลักษณะอาหาร		
ทำตามปกติ	148	67.3
ทำให้เคี้ยวง่าย	72	32.7
ต้มเปื่อย	64	88.9
สับให้ละเอียด	20	27.8
อื่น ๆ	5	7.1

ตารางที่ 13 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามปัญหาเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร (N=220)

ปัญหาเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
การเคี้ยว	67	30.5
การกลืน	16	7.3
เบื่ออาหาร	60	27.3
ปวดท้อง	32	14.5
คลื่นไส้ อาเจียน	12	5.5

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 14 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะของผิวหนัง ผม ช่องปากและฟัน (N=220)

ลักษณะของผิวหนัง ผม ช่องปากและฟัน	จำนวน	ร้อยละ
ผิวหนัง		
แห้ง	86	39.1
หยาบ	50	22.7
เหี่ยวย่น	171	77.7
บางและแตกระ	44	20.0
ผม		
สีเทา สีขาว	172	78.2
แห้งและแตกปลาย	14	6.4
หนังศีรษะแห้ง	11	0.5
ริมฝีปาก		
ปกติ	199	90.5
แห้ง	21	9.5
เหงือก		
ปกติ	205	93.2
ผิดปกติ	15	6.8
แผลในช่องปาก		
ไม่มี	215	97.7
มี	5	2.3
ฟัน		
ไม่มี	83	37.7
มี	137	62.3
น้อยกว่า 10 ซี่	55	40.1
10-20 ซี่	38	27.3
21-32 ซี่	44	32.1

PAYAP UNIVERSITY

ลักษณะของผิวหนัง ผม ช่องปากและฟัน		จำนวน	ร้อยละ
ท้องอืด			
ไม่มี		200	90.9
มี		20	9.1
เสียงลำไส้			
ไม่มี		3	1.4
มี		217	98.6
	1-5 ครั้ง/นาที	48	22.1
	6-10 ครั้ง/นาที	155	70.5
	10-15 ครั้ง/นาที	14	6.5

แบบแผนการขับถ่าย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ถ่ายปัสสาวะวันละมากกว่า 4 ครั้ง และถ่ายปัสสาวะครั้งละ 1-2 ครั้ง ปัญหาเกี่ยวกับการถ่ายปัสสาวะที่พบมากที่สุด คือ ปัสสาวะกระปริบกระปรอย การถ่ายอุจจาระผู้สูงอายุส่วนใหญ่ถ่ายอุจจาระวันละ 1-2 ครั้ง ปัญหาเกี่ยวกับการถ่ายอุจจาระที่พบมากที่สุดคือ ท้องผูก แต่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เคยใช้ยาระบาย ส่วนกลุ่มที่ใช้ยาระบายจะใช้ยาระบายแผนโบราณ

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 15 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามแบบแผนการขับถ่ายปัสสาวะ (N=220)

แบบแผนการขับถ่ายปัสสาวะ	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนครั้งการถ่ายปัสสาวะในเวลากลางวัน		
1-2 ครั้ง	21	9.5
2-3 ครั้ง	55	25.0
3-4 ครั้ง	47	21.4
มากกว่า 4 ครั้ง	97	44.1
จำนวนครั้งการถ่ายปัสสาวะในเวลากลางคืน		
ไม่ถ่ายปัสสาวะ	28	12.7
1-2 ครั้ง	116	52.7
2-3 ครั้ง	38	17.3
3-4 ครั้ง	18	8.2
มากกว่า 4 ครั้ง	20	9.1
ปัญหาการถ่ายขับถ่ายปัสสาวะ		
ปัสสาวะขัด	11	5.0
ปัสสาวะกระปริบกระปรอย	12	5.5
กลั้นปัสสาวะไม่ได้	5	2.3
ปัสสาวะออกไม่หมด	10	4.5

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 16 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามแบบแผนการขับถ่ายอุจจาระ (N=220)

แบบแผนการขับถ่ายอุจจาระ	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนครั้งการถ่ายอุจจาระ		
วันละ 1 ครั้ง	123	55.9
วันละ 2 ครั้ง	43	19.5
ทุก 2 วันต่อครั้ง	36	16.4
มากกว่า 2 วันต่อครั้ง	18	8.2
ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ		
ท้องผูก	46	20.9
ริดสีดวงทวาร	41	18.6
ท้องร่วงบ่อย	2	0.9
การใช้ยาระบาย		
ไม่เคยใช้	171	77.7
ใช้นาน ๆ ครั้ง	41	18.6
ใช้เป็นประจำ	8	3.6
ชนิดของยาระบาย (N=49)		
ยาแผนปัจจุบัน	16	32.7
ยาแผนโบราณ	33	67.3

แบบแผนกิจกรรมและการออกกำลังกาย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง มีการออกกำลังกายโดยการเดินและใช้เวลาว่างในการดูโทรทัศน์มากที่สุด สามารถเคลื่อนไหวได้อย่างปกติ มีปัญหาการล้มเนื่องจากข้อเข่าเสื่อม อัตราการหายใจอยู่ระหว่าง 20-25 ครั้งต่อนาที เสียงหายใจปกติ ชีพจรเต้น 72-80 ครั้งต่อนาที เสียงหัวใจและการเต้นของหัวใจปกติ

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 17 ร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน (N=220)

กิจวัตรประจำวัน	ทำเอง	ผู้อื่นช่วย	ผู้อื่นทำให้
อาบน้ำ	97.3	1.8	0.9
แต่งตัว	98.2	0.9	0.9
รับประทานอาหาร	99.0	0.5	0.5

ตารางที่ 18 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามกิจกรรมการออกกำลังกายและนันทนาการ (N=220)

กิจกรรมการออกกำลังกายและนันทนาการ	จำนวน	ร้อยละ
การออกกำลังกาย		
ไม่ได้ออกกำลังกาย	74	33.6
ออกกำลังกาย	146	66.4
การเดิน	93	63.7
ทำงานบ้าน	58	39.7
กายบริหาร	6	4.1
กิจกรรมนันทนาการ		
ดนตรี	16	7.3
ดูโทรทัศน์	97	44.1
ฟังวิทยุ	85	38.6
ปลูกต้นไม้	15	6.8
คุยกับเพื่อนบ้าน	7	3.2

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 19 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะการเคลื่อนไหว อาการเจ็บปวดกล้ามเนื้อและข้อ (N=220)

ลักษณะการเคลื่อนไหว อาการเจ็บปวดกล้ามเนื้อและข้อ	จำนวน	ร้อยละ
การเคลื่อนไหวทั่วไป		
คล่องตัว	126	57.3
งุ่มง่าม ช้า ลำบาก	94	42.7
อาการเจ็บปวดกล้ามเนื้อ		
เคยมี	141	64.1
ไม่มี	79	35.9
อาการเจ็บปวดข้อ		
เคยมี	126	57.3
ไม่มี	94	42.7

ตารางที่ 20 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามอัตราการหายใจและเสียงหายใจ (N=220)

อัตราการหายใจและเสียงหายใจ	จำนวน	ร้อยละ
อัตราการหายใจ		
น้อยกว่า 20 ครั้ง/นาที	41	18.6
20-25 ครั้ง/นาที	153	69.6
26-30 ครั้ง/นาที	26	11.8
เสียงหายใจ		
ปกติ	208	94.5
ผิดปกติ	12	5.5

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 21 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามอัตราการเต้นของหัวใจ เสียงหัวใจ และความดันโลหิต (N=220)

อัตราการเต้นของหัวใจ เสียงหัวใจ ความดันโลหิต	จำนวน	ร้อยละ
อัตราการเต้นของหัวใจ		
60-70 ครั้ง/นาที	79	35.9
72-80 ครั้ง/นาที	113	51.4
82-90 ครั้ง/นาที	28	12.7
เสียงหัวใจ		
ปกติ	215	97.7
ผิดปกติ	5	2.3
ความดันโลหิต		
ปกติ	207	94.1
สูง	13	5.9

แบบแผนการนอนหลับ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่นอนทั้งกลางวันและกลางคืน โดยนอนวันละ 8-9 ชั่วโมง เวลาเข้านอน 20.00 น. เวลาตื่นนอน 05.00 น. ปัญหาการนอนไม่หลับเป็นปัญหาการนอนที่พบมากที่สุดในผู้สูงอายุ ส่วนการใช้ยานอนหลับในผู้สูงอายุพบน้อยมาก

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 22 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามแบบแผนการนอน (N=220)

แบบแผนการนอน	จำนวน	ร้อยละ
การนอนกลางวัน		
นอน	139	63.2
ไม่นอน	81	36.8
จำนวนชั่วโมงนอนหลับ		
น้อยกว่า 7 ชั่วโมง	44	20.0
วันละ 7 ชั่วโมง	30	13.6
วันละ 8 ชั่วโมง	49	22.3
วันละ 9 ชั่วโมง	56	25.5
มากกว่า 9 ชั่วโมง	41	18.6
เวลาเข้านอน		
19.00 น.	31	14.1
20.00 น.	86	39.1
21.00 น.	68	31.0
22.00 น.	21	9.5
หลัง 22.00 น.	14	6.3
เวลาตื่นนอน		
ก่อน 3.00 น.	52	23.6
4.00 น.	37	16.8
5.00 น.	80	36.4
6.00 น.	40	18.2
หลัง 6.00 น.	11	5.0

PAYAP UNIVERSITY

แบบแผนการนอน	จำนวน	ร้อยละ
ปัญหาเกี่ยวกับการนอน		
นอนไม่หลับ	115	52.3
นอนหลับ ๆ ตื่น ๆ	95	43.2
นอนละเมอ	1	0.5
ตื่นเช้าเกินไป	31	14.1
การใช้ยานอนหลับ		
ไม่เคยใช้	207	94.1
ใช้นาน ๆ ครั้ง	10	4.5
ใช้เป็นประจำ	3	1.4

แบบแผนสติปัญญาและการรับรู้ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความจำปกติ การรู้จักบุคคล เวลา และสถานที่เป็นปกติ มีการมองเห็นภาพพร่ามัวโดยมีปัญหาเรื่องสายตายาวมากที่สุด วิธีการแก้ไขส่วนใหญ่จะใส่แว่นตา ส่วนการรับรู้ในด้านการได้ยิน ได้กลิ่น รับรส และสัมผัสส่วนใหญ่เป็นปกติ

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 23 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามความสามารถทางสติปัญญา (N=220)

ความสามารถทางสติปัญญา	จำนวน	ร้อยละ
ความจำ		
ปกติ	123	55.9
หลงลืมง่าย	97	44.1
การรู้จักบุคคล		
ปกติ	211	95.9
ผิดปกติ	9	4.1
การรู้จักเวลา		
ปกติ	213	96.8
ผิดปกติ	7	3.2
การรู้จักสถานที่		
ปกติ	210	95.5
ผิดปกติ	10	4.5

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 27 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการรับความรู้สึก(N=220)

การรับรู้ความรู้สึก : การมองเห็น	จำนวน	ร้อยละ
การมองเห็น		
ชัดเจน	85	38.6
พร่ามัว	131	59.5
มองไม่เห็น	4	1.8
การได้ยิน		
ชัดเจน	184	83.6
ไม่ค่อยได้ยิน	36	16.4
การได้กลิ่น		
ปกติ	191	86.8
ลดลง	29	13.2
การรับรส		
ปกติ	186	84.5
ลดลง	34	15.5
การสัมผัส		
ปกติ	176	80.0
ลดลง	44	20.0

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 28 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามปัญหาการมองเห็นและการแก้ไข (N=220)

ปัญหาการมองเห็น/วิธีการแก้ไข	จำนวน	ร้อยละ
ปัญหาการมองเห็น		
ต้อกระจก	39	17.7
ต้อเนื้อ	72	32.7
ตาบวิล	4	1.8
สายตายาว	81	36.8
สายตาสั้น	23	10.5
การแก้ไข		
ไม่ได้แก้ไข	48	36.6
แก้ไข	83	63.4
สวมแว่น	53	63.8
หยอดตา	15	18.1
ล้างตา	10	12.1
ผ่าตัด	5	6.0

PAYAP UNIVERSITY

แบบแผนการรับรู้คนเองและอัตมโนทัศน์ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเห็นว่า รูปร่างหน้าตาของตนเองที่เปลี่ยนไปนั้นเหมาะสมกับวัย ความสามารถในการทำงานลดลง ยังคงมีความมั่นใจในตนเอง มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนดี และยังมีประโยชน์ต่อผู้อื่น

ตารางที่ 29 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการรับรู้คนเองและอัตมโนทัศน์ (N=220)

การรับรู้คนเองและอัตมโนทัศน์	จำนวน	ร้อยละ
ภาพลักษณ์		
อ่อนกว่าวัยที่เป็นจริง	17	6.4
เหมาะสมกับวัย	169	76.8
แก่กว่าวัยที่เป็นจริง	37	16.8
ความสามารถ		
ทำงานได้ปกติ	46	20.9
ทำงานได้น้อยลง	174	79.1
คุณค่าแห่งตน		
เป็นคนดี	218	99.1
มีความมั่นใจในตนเอง	187	85.0
ยังมีประโยชน์ต่อผู้อื่น	196	89.1

PAYAP UNIVERSITY

แบบแผนบทบาทและสัมพันธภาพ ครอบครัวที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่เป็นครอบครัวขยาย โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีบทบาทเป็นสมาชิกครอบครัวและไม่มีหน้าที่รับผิดชอบใด ๆ สำหรับกลุ่มที่มีหน้าที่รับผิดชอบส่วนใหญ่ได้รับมอบหมายให้ดูแลหลานมากที่สุด ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่เข้ากับลูกหลานได้ดี ได้รับความรักความห่วงใยจากลูกหลาน ลูกหลานไปมาหาสู่พบปะพูดคุยด้วยเสมอ และมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องราวต่าง ๆ ภายในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เข้ากับเพื่อนบ้านได้ดี ไปมาหาสู่กันเสมอ ให้ความช่วยเหลือและได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน รวมทั้งมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ชุมชนจัดขึ้นเป็นประจำ

ตารางที่ 30 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะครอบครัว บทบาทและหน้าที่ (N=220)

ลักษณะครอบครัว บทบาทหน้าที่	จำนวน	ร้อยละ
ลักษณะครอบครัว		
ครอบครัวเดี่ยว	97	44
ครอบครัวขยาย	123	56
บทบาทในครอบครัว		
หัวหน้า	94	42.7
สมาชิก	126	57.3
หน้าที่รับผิดชอบในครอบครัว		
ไม่มี	165	75.0
มี	55	25.0
[illegible]	12	21.8
เลี้ยงหลาน	43	78.2

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 31 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะสัมพันธภาพกับครอบครัว (N=220)

ลักษณะสัมพันธภาพกับครอบครัว	จำนวน	ร้อยละ
เข้ากับลูกหลานได้ดี	218	99.1
ได้รับความรักความห่วงใยจากลูกหลาน	218	99.1
ลูกหลานไปมาหาสู่พูดคุยด้วยเสมอ	218	99.1
มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว	189	85.9

ตารางที่ 32 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (N=220)

ลักษณะสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	จำนวน	ร้อยละ
เข้ากับเพื่อนบ้านได้ดี	220	100.0
ไปมาหาสู่กันเสมอ	213	96.8
ให้ความช่วยเหลือ/ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน	215	97.7

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 33 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามการมีส่วนร่วมกิจกรรมในชุมชน (N=220)

การมีส่วนร่วมกิจกรรมในชุมชน	จำนวน	ร้อยละ
ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นในชุมชน	19	8.6
เข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นในชุมชนเป็นบางครั้ง	61	63.6
เข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นในชุมชนเป็นประจำ	140	27.7

แบบแผนเพศและการเจริญพันธ์ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีบุตร 3-4 คน และไม่เคยใช้วิธีการคุมกำเนิดใด ๆ ในเพศหญิงประจำเดือนจะหมดไปเมื่ออายุ 40-45 ปี และในระบบสืบพันธ์ไม่พบความผิดปกติใด ๆ

ตารางที่ 34 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามแบบแผนเพศและการเจริญพันธ์ (N=220)

แบบแผนเพศและการเจริญพันธ์	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนบุตร		
ไม่มีบุตร	2	0.9
1-2 คน	67	30.8
มากกว่า 2 คน	149	68.3

PAYAP UNIVERSITY

แบบแผนเพศและการเจริญพันธ์	จำนวน	ร้อยละ
การคุมกำเนิด		
ไม่เคยใช้	219	99.5
เคยใช้ (วิธีธรรมชาติ)	1	0.5
การหมดประจำเดือน (N=142)		
จำไม่ได้	14	1.0
40-45 ปี	61	43.0
46-50 ปี	46	32.3
51-55 ปี	19	13.3
56-60 ปี	2	1.4
ความผิดปกติในระบบสืบพันธ์		
ไม่มี	218	99.1
มี	2	0.9

แบบแผนการปรับตัวและความทนทานต่อความเครียด ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอุปนิสัยและอารมณ์เปลี่ยนแปลงไปในลักษณะโกรธง่ายมากที่สุด ปัจจุบันไม่มีเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจหรือวิตกกังวล กลุ่มที่มีเรื่องไม่สบายใจ วิตกกังวลนั้น เรื่องส่วนใหญ่เกี่ยวกับสุขภาพของตนเองและความเป็นอยู่ของลูกหลาน ในกรณีที่มีเรื่องไม่สบายใจวิตกกังวลนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปล่อยทิ้งไว้และ ไม่ทำอะไร

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 35 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะอุปนิสัยและอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป (N=220)

ลักษณะอุปนิสัยและอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป	จำนวน	ร้อยละ
จู้จี้	55	25.0
น้อยใจ	65	29.5
โกรธง่าย	85	38.5
หงุดหงิดง่าย	59	26.8
บ่นมากขึ้น	81	36.8
เอาแต่ใจคนเอง	65	29.5
ใจเย็น	18	8.2

ตารางที่ 36 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจ/วิตกกังวลในปัจจุบัน (N=220)

เรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจ/วิตกกังวลในปัจจุบัน	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	165	75.0
มี	55	25.0
สุขภาพของตนเอง	20	36.4
ความประพฤติของลูกหลาน	18	32.7
การเงินของครอบครัว	12	21.8
อื่น ๆ	5	9.1

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 37 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามวิธีการแก้ไขเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจวิตกกังวล (N=220)

วิธีการแก้ไขเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจวิตกกังวล	จำนวน	ร้อยละ
ปล่อยทิ้งไว้เฉย ๆ	156	70.9
ปรึกษาภรรยา/สามี	15	6.8
ปรึกษาลูก	23	10.4
ปรึกษาครอบครัว	3	1.4
ปรึกษาเพื่อนบ้าน	5	2.3
นอน	7	3.2
ไปวัด	3	1.4
อื่น ๆ	8	3.6

ยึดมั่นคุณค่าและความเชื่อ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสิ่งที่มีค่าและสำคัญในชีวิตของตนเอง โดยลูกหลานเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อชีวิตผู้สูงอายุมากที่สุด และส่วนใหญ่มีสิ่งยึดเหนี่ยวนับถือบูชา โดยนับถือบูชาพระพุทธรูปมากที่สุด ความยึดมั่นกิจกรรมทางศาสนาที่ทำเป็นประจำคือ การสวดมนต์และศึกษาธรรม ส่วนการไปวัดทำบุญและฟังพระเทศน์ ส่วนใหญ่จะทำนาน ๆ ครั้ง

PAYAP UNIVERSITY

ตารางที่ 38 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามสิ่งที่มีค่ามีความสำคัญที่สุดในชีวิต (N=185)

สิ่งที่มีค่ามีความสำคัญที่สุดในชีวิต	จำนวน	ร้อยละ
ลูกหลาน	75	40.5
ชีวิตตัวเอง	32	17.3
การสร้างบุญกุศล	15	8.1
พระพุทธรูป	10	5.4
การมีหลักฐานมั่นคง	8	4.3
การตอบแทนบุญคุณพ่อแม่	8	4.3
การมีสุขภาพดี	9	4.9
พระมหากษัตริย์	5	2.7
บอกไม่ได้	4	2.2
อื่น ๆ	19	10.3

ตารางที่ 39 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามสิ่งที่นับถือบูชา (N=215)

สิ่งที่นับถือบูชา	จำนวน	ร้อยละ
พระพุทธรูป	144	67.0
พระคุณพ่อพระคุณแม่	19	8.8
พระมหากษัตริย์	12	5.6
หลวงพ่อทวด	8	3.7
หลวงปู่แหวน	5	2.3

PAYAP UNIVERSITY

สิ่งที่นับถือบูชา	จำนวน	ร้อยละ
บรรพบุรุษ	3	1.4
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์	15	7.0
อื่น ๆ	9	4.2

ตารางที่ 40 ร้อยละของผู้สูงอายุจำแนกตามความถี่ในการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา (N=220)

การปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา	ไม่เคยทำ	ทำเป็นประจำ	ทำบ้าง ๆ ครั้ง
สวดมนต์	15.0	45.9	39.1
ศึกษาธรรม	8.2	54.1	37.7
ไปวัดทำบุญ	6.4	39.1	54.5
ฟังพระเทศน์	5.9	36.8	57.3

PAYAP UNIVERSITY