

การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง อำเภอหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น

Health Promotion of the Elderly in the Nong Song Hong Subdistrict Municipality, Khon Kaen

นัทธมน หรีอินทร์¹, ศศิพร ขวานอก² และผดุงศิษฐ์ ชำนาญบริรักษ์³
Nattamon Ree-in¹, Sasiporn Khwanok² and Phadoongsit chumnaboriruk³

บทคัดย่อ

บทนำ : ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มประชากรที่มีการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว และเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สถานภาพทางสังคม จึงมีผลต่อการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ หากไม่ได้เตรียมการล่วงหน้ามาก่อน ซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาได้

วัตถุประสงค์ : 1) เพื่อศึกษาสถานการณ์ บริบท ปัญหาสุขภาพ และการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนเทศบาลตำบลหนองสองห้อง 2) เพื่อศึกษา ระบบ และกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุของชุมชนและภาคที่เกี่ยวข้อง 3) เพื่อสร้างพื้นที่ต้นแบบในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนเขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น

วิธีการศึกษา : เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ(Action Research) กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วยภาคีเครือข่ายและกลุ่มผู้สูงอายุจำนวน 823 คน เก็บข้อมูลด้วย แบบทบทวนเอกสารและเวทีระดมแบบสอบถาม การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลหลัก การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง การสังเกตแบบมีส่วนร่วม โดยทุกระบวนการเน้นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการมีส่วนร่วม

ผลการศึกษา : 1) ในด้านปัญหาสุขภาพ และการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า เป็นพื้นที่กึ่งเมืองกึ่งชนบท ผู้สูงอายุร้อยละ 80 มีรายได้พอเพียงในการใช้จ่ายประจำวัน มีสวัสดิการจากภาครัฐ เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง จำนวน 414 คน ซึ่งในจำนวนนี้เป็นผู้สูงอายุที่ขาดความสามารถในการดูแลตนเอง กลุ่มติดเตียง จำนวน 4 คน 2) ในส่วนระบบและกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุของชุมชนและภาคที่เกี่ยวข้อง มีการจัดตั้งกลุ่มในชุมชนเพื่อรองรับในการแก้ไขปัญหาที่จะเกิดขึ้น เช่น ชมรมผู้สูงอายุ, กลุ่มกองทุนสุขภาพวันละบาท, กลุ่มฌาปนกิจสงเคราะห์ในแต่ละชุมชน เป็นต้นซึ่งแต่ละกลุ่มมีบทบาทในการสนับสนุนกิจกรรมของศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้องและหน่วยงาน 3) ผลการสร้างพื้นที่ต้นแบบในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในพื้นที่ มีแผนร่วมกันของภาคีเครือข่าย ที่มีบทบาทในการดูแลส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน เน้นให้เข้ากับบริบทของชุมชน ซึ่งได้รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ภายใต้การดำเนินงานและสนับสนุนของคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและระบบสุขภาพอำเภอ (DHB) หนองสองห้อง

คำสำคัญ : การสร้างเสริมสุขภาพ, ผู้สูงอายุ

¹พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น

²พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ โรงพยาบาลหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น

³อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม



ABSTRACT

Introduction : Currently, the elderly population is rapidly increasing. And there is a change in the physical, mental, emotional, social status. Without planning, elder care will result in a problem-based.

Objective : 1) To study the situation Health issues And health care of the elderly in Nong Song Hong Subdistrict Municipality. 2) To study the practices in the health care of the elderly and community networks. 3) To create a prototype area for health promotion of the elderly.

Method : This study was action research. The target group for the study was the Network and the Elderly group of 823 persons. Data were collected through observations, field notes, focus-group interviews, and questionnaires.

Results : 1) The elderly in Nong Song Hong Municipality are elderly with 80% of chronic illnesses, 414 patients are not self-help patients and the elderly can not take care of themselves as well. 2) The health care of the elderly and community networks. Various groups have been established. The elderly, the health fund, the funeral group, etc. Each group will play a role in supporting and solving problems that will arise. 3) The effect of building prototype area on health promotion of the elderly. There are plans of sharing networks. To participate in the care of the elderly in the community. And to meet the community context. The health promotion of the Elderly in the Nong Song Hong Subdistrict Municipality under the support and operation of the District Health Board (DHB) .

Keywords : Health promotion, elderly

บทนำ

จากการสำรวจประชากรโลกขององค์การสหประชาชาติพบว่า มีจำนวนผู้สูงอายุในปัจจุบันประมาณ 542 ล้านคน และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยในปี พ.ศ. 2558 ผู้สูงอายุทั้งโลกเพิ่มเป็น 582.58 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2568 จะเพิ่มเป็น 7851.4 ล้านคน¹ เช่นเดียวกับประเทศไทยที่จำนวนประชากร ผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องและรวดเร็ว ทำให้สังคมไทยเข้าสู่ภาวะสังคมสูงอายุ ในปี พ.ศ. 2548 เพิ่มมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ร้อยละ 10.5 และคาดว่าจะในอนาคตประมาณปี พ.ศ. 2568 จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นสูงถึงร้อยละ 20.5² ผลจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างอายุของประชากรที่มีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทำให้วัยสูงอายุจัดได้ว่าเป็นผลรวมของการดำรงชีวิตจนถึงขั้นปลาย วัยสูงอายุ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สถานภาพทางด้านสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว มีความเกี่ยวเนื่องกับการดูแลสุขภาพ

ผู้สูงอายุ³ แต่อาจจะมีปัญหาสุขภาพได้ หากไม่ได้เตรียมการล่วงหน้ามาก่อน ซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาตามมาได้ แนวทางสำคัญเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับผู้สูงอายุ คือแนวคิดการปรับเปลี่ยนรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุจากภาครัฐมาเป็นการดูแลโดยครอบครัวและชุมชนเป็นฐาน เนื่องจากเป็นสถาบันทางสังคมที่มีความใกล้ชิดและผูกพันกับผู้สูงอายุมากที่สุด และเป็นที่คาดหวังสำหรับการดูแลผู้สูงอายุได้ในระยะยาว (Long term care)⁴ อย่างไรก็ตาม รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ผ่านมาส่วนใหญ่เป็นการเลี้ยงดูเพื่อตอบแทนผู้สูงอายุในฐานะผู้มีพระคุณเป็นการเอื้ออำนวยทางด้านวัตถุมากกว่าด้านจิตใจ การดูแลด้วยวิธีการที่เหมาะสมมากกว่านี้ มิใช่เพียงแต่การให้เงินหรือปัจจัยในการดำรงชีพเท่านั้น แต่ควรเพิ่มกิจกรรมทางสังคมแก่ผู้สูงอายุรวมทั้งการแสดงความรักใคร่ ในปัจจุบันสภาพของครอบครัวไทยเปลี่ยนแปลงไปมาจากครอบครัวขนาดใหญ่ปรับเปลี่ยนกลายเป็นแบบครอบครัวเดี่ยว เกิดความห่างเหินใน

ครอบครัว เพราะกิจกรรมส่วนใหญ่อยู่นอกบ้าน ทำให้ลูกหลานไม่มีเวลา และไม่สนใจดูแลพ่อแม่ผู้หลักผู้ใหญ่ เป็นผลทำให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งมากขึ้น⁵

ซึ่งในส่วนของเทศบาลตำบลหนองสองห้องเป็นชุมชนเมืองกึ่งชนบท ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างค้าขาย และบางส่วนยังประกอบอาชีพเกษตรกรรม โดยผู้สูงอายุจำนวน 823 คน และมีผู้สูงอายุ จำนวน 414 คน เป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น เบาหวานและความดัน ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาในการดูแลสุขภาพตนเองจากโรคเรื้อรัง มีภาวะแทรกซ้อน ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหรือความดันโลหิตให้อยู่ในภาวะปกติ มีภาวะไตวายแทรกซ้อน⁶ อันเนื่องมาจากขาดความสามารถในการดูแลตนเอง อีกทั้งยังมีผู้สูงอายุ ติดเตียงรวมอยู่ด้วย บางคนต้องมีการเลี้ยงดูหลานที่อยู่ในวัยเด็กและวัยรุ่น เนื่องจากพ่อแม่ต้องไปประกอบอาชีพต่างถิ่น ขาดผู้ดูแล ขาดความรู้และความตระหนักในการดูแลสุขภาพ ปรากฏการณ์เหล่านี้เป็นตัวบ่งชี้อย่างชัดเจนของผู้สูงอายุในเมือง ที่ประสบปัญหาขาดผู้ดูแลตลอดระยะเวลา เนื่องจากมีลักษณะของความเป็นครอบครัวเดี่ยว (nuclear family) และขาดการใช้ทุนทางสังคม วัฒนธรรมเครือญาติในการเข้าช่วยเหลือผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชน ต้องอาศัยการดูแลจากสถานบริการหรือศูนย์บริการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการดูแลจากบุคคลภายนอกครอบครัว การดูแลจากคนในครอบครัวเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก เพราะผู้ดูแลจะต้องเป็นเสาหลักของครอบครัวและหารายได้เข้ามาในครอบครัว อีกทั้งภาระค่าใช้จ่ายต่าง ๆ สูง จึงทำให้ผู้สูงอายุได้รับผลกระทบไปด้วย อีกทั้งครอบครัวและผู้ดูแลยังขาดความเข้าใจถึงวิธีการดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ขาดความเข้าใจถึงการจัดบริการที่ตรงกับความต้องการของผู้สูงอายุ รวมทั้งไม่สามารถเข้าถึงแหล่งความรู้ด้านสุขภาพ

จากเหตุผลและความจำเป็นดังกล่าวศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง จึงจำเป็นต้องดำเนินการวิจัย การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง ซึ่งผลจากการศึกษาจะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการนำมาพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้เหมาะสมกับสภาพชุมชนเมืองกึ่งชนบทที่มีบริบททางด้านโครงสร้าง วัฒนธรรม

ความเป็นอยู่ที่แตกต่างกันจากสังคมในเขตชนบท โดยเน้นการมีส่วนร่วมของครอบครัว ชุมชน และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ชุมชนเมืองเกิดรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่เหมาะสมสอดคล้อง กับความต้องการที่แท้จริง ศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลหนองสองห้อง ได้ข้อมูลภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน และแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิต เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดี ลดภาวะแทรกซ้อนจากโรคเรื้อรังสามารถดำเนินชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข มีคุณค่ามีศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์และคุณภาพชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์ บริบท ปัญหาสุขภาพ และการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนเขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น
2. เพื่อศึกษา ระบบและกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุของชุมชนและภาคีที่เกี่ยวข้อง
3. เพื่อสร้างพื้นที่ต้นแบบในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลหนองสองห้อง

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นวิจัยเชิงปฏิบัติการ(Action Research) โดยศึกษา

ในพื้นที่เขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง อำเภอหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น โดยการคัดเลือกพื้นที่จากการสุ่มแบบจำเพาะเจาะจงซึ่ง

กลุ่มเป้าหมาย ประกอบด้วย

(1) กลุ่มผู้สูงอายุจำนวน 823 คน โดยแบ่งการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง (ติดบ้าน ติดเตียง) จำนวน 41 คน

- ผู้สูงอายุที่มีการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง จำนวน 414 คน

- ผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพปกติ ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 409 คน และบุคลากรของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจำนวน 28 คน ได้แก่ หน่วยงานชุมชน ประกอบด้วย สมาชิก



ชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 7 คน อสม. จำนวน 7 คน ผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 7 คน และองค์กรภาครัฐ ได้แก่ เจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้องจำนวน 5 คน และเจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลหนองสองห้อง จำนวน 2 คน

ขั้นตอนและกระบวนการวิจัย

ขั้นที่ 1 : ระยะเตรียมคนและรวบรวมข้อมูล

(1) ประชุมเตรียมความพร้อมและสร้างความเข้าใจต่อวัตถุประสงค์โครงการ (2) ประชุมทีมงานเพื่อชี้แจงโครงการกับชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง, เทศบาลตำบลหนองสองห้อง, อสม. และ ชมรมผู้สูงอายุ (3) ประชุมออกแบบเครื่องมือและวิธีการเก็บข้อมูล ประกอบด้วย การสำรวจ การศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลหลัก การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง การสังเกตแบบมีส่วนร่วมโดยทุกกระบวนการเน้นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการมีส่วนร่วมวิจัยทุกขั้นตอน (4) จัดเวทีนำเสนอเครื่องมือ และวิธีการเก็บข้อมูล เพื่อรับฟังข้อเสนอแนะจากผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง, เทศบาลตำบลหนองสองห้อง, อสม., ชมรมผู้สูงอายุ (5) เก็บรวบรวมข้อมูล ในประเด็นดังนี้ ข้อมูลบริบทของชุมชน สถานการณ์ผู้สูงอายุในชุมชนปัญหาสุขภาพ และการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุระบบและกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุของชุมชนและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง

ขั้นที่ 2 การวิเคราะห์สังเคราะห์ ศึกษาสร้างรูปแบบ

(6) ประชุมทีมวิจัยเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลและวางแผนจัดเวทีคืนข้อมูลสู่ชุมชน (7) จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อนำเสนอข้อมูลสภาพปัญหา สถานการณ์ผู้สูงอายุสุขภาพ ระบบและกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุของชุมชน เพื่อหาแนวทางและจัดทำแผนการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุร่วมกัน ในชุมชนเทศบาลตำบลหนองสองห้อง

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

(1) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก เก็บข้อมูลจากเจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลหนองสองห้อง เจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง ตัวแทนผู้สูงอายุ และกลุ่มตัวแทน อสม. เพื่อให้ทราบข้อมูลบริบทของชุมชน ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุในชุมชน และแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

(2) สัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง เก็บข้อมูลจากเจ้าหน้าที่

เทศบาลตำบลหนองสองห้อง เจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง ตัวแทนผู้สูงอายุ กลุ่มตัวแทนชมรม และกลุ่มตัวแทน อสม. เพื่อให้ทราบถึงความต้องการในการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนเทศบาลตำบลหนองสองห้อง

(3) แบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพและความต้องการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยเก็บรวบรวมกับผู้สูงอายุในชุมชนเทศบาลตำบลหนองสองห้อง

(4) การวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูล ดำเนินการโดยการบันทึกในรูปของเอกสาร (Documentation) ภาพถ่าย ระหว่างการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน เช่น การประชุม จัดทำแผน การจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้และถอดบทเรียน การติดตามประเมินผล การสรุปผลการจัดประชุมอบรม ดำเนินการวิเคราะห์เนื้อหา และสังเคราะห์ข้อมูลตามประเด็นการวิจัยที่กำหนดไว้ จัดทำสรุปผลโดยใช้วิธีการพรรณนาความ

(5) การพิทักษ์สิทธิกลุ่มเป้าหมายในการศึกษา คณะผู้วิจัยได้แจ้งวัตถุประสงค์และสอบถามความสนใจของกลุ่มตัวอย่าง ให้เวลาในการตัดสินใจก่อนเข้าร่วมดำเนินกิจกรรมทุกขั้นตอน ไม่เปิดเผยนามผู้ให้ข้อมูล เก็บเป็นความลับและนำเสนอผลการวิจัยเป็นภาพรวมรวมทั้งให้อิสระผู้ร่วมศึกษาถอนตัวหรือยุติการเข้าร่วมกิจกรรมได้หากไม่สะดวก

ผลการศึกษาวิจัย

ผลการศึกษาสถานการณ์ บริบท ปัญหาสุขภาพ และการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน พบว่า เทศบาลตำบลหนองสองห้องมีประชากรจำนวน 3,901 คน ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง ค้าขาย และบางส่วนยังประกอบอาชีพเกษตรกรรม มีจำนวนผู้สูงอายุ 823 คน คิดเป็นร้อยละ 21.10 ของประชากรทั้งหมด ผู้สูงอายุ จำนวน 414 คน เป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น เบาหวานและความดัน หรือคิดเป็นร้อยละ 50.30 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาในการดูแลสุขภาพตนเองจากโรคเรื้อรัง มีภาวะแทรกซ้อน ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหรือความดันโลหิตให้อยู่ในภาวะปกติ มีภาวะไตวายแทรกซ้อน จำนวน 113 คน อันเนื่องมาจากขาดความสามารถในการดูแลตนเอง เป็น

กลุ่มติดบ้าน จำนวน 37 คน กลุ่มติดเตียงจำนวน 4 คน ซึ่งส่วนใหญ่มีฐานะปานกลาง ขาดผู้ดูแล เนื่องจากผู้ดูแลไม่มีเวลาเพราะต้องทำมาหากิน ยังขาดความรู้และความตระหนักในการดูแลสุขภาพ เน้นพึ่งการบริการด้านสุขภาพทั้งสถานบริการจากรัฐและเอกชน พึ่งพาด้านสวัสดิการจากรัฐ เช่น รับเบี้ยยังชีพ

2) สภาพปัญหาและการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนเทศบาลตำบลหนองสองห้อง ผู้สูงอายุ จำนวน 832 คน ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ผู้สูงอายุประกอบอาชีพ และหรือข้าราชการบำนาญ ร้อยละ 53.90 และไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 46.10 โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความพอเพียงของรายได้ประจำเดือน มีรายได้ต่อเดือนประมาณ 3,000 - 5,000 บาท มีสวัสดิการจากภาครัฐ คือ เบี้ยยังชีพ ผู้พิการและเงินบำนาญ ได้รับสิทธิการรักษาโดยใช้บัตรประกันสุขภาพ รองลงมาคือสิทธิข้าราชการ ภาวะสุขภาพ โดย เป็นผู้สูงอายุที่สุขภาพปกติ ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 41.09 มีภาวะเสี่ยง ร้อยละ 9.16 และเป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 49.75 เป็นผู้สูงอายุที่ขาดความสามารถในการดูแลตนเอง (ติดเตียง) ร้อยละ 0.97 จากการประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (Barthel Activities of Daily Living : ADL) ประกอบไปด้วย 5 กิจกรรม คือ การเดินหรือการเคลื่อนที่ออกนอกบ้าน การทำหรือการเตรียมอาหาร การทำความสะอาดบ้านหรือซักล้างเสื้อผ้า การทอนเงิน แลกเงินและการใช้บริการรถเมล์หรือรถสองแถว พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่พึ่งตนเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่น ชุมชนและสังคมได้ (กลุ่มติดสังคม) จำนวน 791 คน ส่วน ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุกลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง (กลุ่มติดบ้าน) จำนวน 37 คน และ ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 3 คือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ หรือมีความพิการ (ติดเตียง) มีจำนวน 4 คน ไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่ร้ายแรง และมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเยี่ยมบ้านอย่างสม่ำเสมอ อีกทั้งชมรมผู้สูงอายุ และ อสม. ก็เข้ามามีส่วนร่วม ในการช่วยเหลือเยี่ยมกลุ่มผู้สูงอายุ ที่มีปัญหาด้านสุขภาพ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกลุ่มผู้สูงอายุด้วยกัน อีกทั้งภายในชุมชนจะมีสวนสุขภาพหนองหูลิง และ

ลานกิจกรรมหน้าว่าการอำเภอหนองสองห้องซึ่งเป็นสถานที่ทำให้เกิดกิจกรรมของคนในชุมชน เช่นการเดินแอโรบิก ทุกวัน จันทร์ ถึงศุกร์ และกิจกรรมการเล่นเปตองของชมรมผู้สูงอายุในยามเย็น ซึ่งนอกจากจะได้มาออกกำลังกายแล้ว ยังเป็นโอกาสที่ผู้สูงอายุจะได้มีการพบปะ พูดคุย มีกิจกรรมร่วมกันบ่อยครั้ง ถึงแม้ว่าผู้สูงอายุในชุมชนจะอยู่กับครอบครัว แต่ในช่วงกลางวันผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักจะอยู่บ้านเพียงลำพัง ซึ่งกิจกรรมส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุจะดูทีวี อ่านหนังสือ ทำงานบ้าน เล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่อไม่ให้รู้สึกว่าตัวเองว่างงานหรือว่าเหว่ อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุอยากที่จะมีกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุด้วยกัน เพราะนอกจากการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ยังได้พบกันกับเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน

3) ระบบและกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุของชุมชนและภาคที่เกี่ยวข้อง พบว่า ได้มีกลุ่มหรือชมรมเข้ามาสนับสนุนดังนี้ คือ ชมรมผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองสองห้อง มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่อย่างเป็นทางการคือ 1) การดำเนินกิจกรรมของชมรมยังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจน แต่มีการดำเนินกิจกรรมร่วมกันในโอกาสที่มีกิจกรรมทางศาสนา บุญประเพณี หรือการจัดประชุมอบรมของหน่วยงานต่าง ๆ ในพื้นที่ จึงมีโอกาสดำเนินกิจกรรมพบปะพูดคุย ปฏิสัมพันธ์กันอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง และความผูกพันในความเป็นคนดั้งเดิมในพื้นที่ที่รู้จักกันมานานจึงทำให้การรวมกลุ่มกิจกรรมต่าง ๆ เป็นไปอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ 2) กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน (อสม.) เป็นกลุ่มภาคประชาชนที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการดำเนินงานด้านสาธารณสุขในพื้นที่ สามารถประสานการทำงานกับทางภาครัฐกับพื้นที่ได้เป็นอย่างดี นอกจากการทำงานตามบทบาทหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายแล้ว ยังมีจิตอาสาในการทำงานเพื่อท้องถิ่นและดูแลสุขภาพประชาชนในพื้นที่ด้วยความเสียสละ 3) โรงพยาบาลหนองสองห้อง เป็นโรงพยาบาลของรัฐที่ตั้งอยู่ภายในตัวเมืองอำเภอหนองสองห้องในพื้นที่ชุมชนไทยเจริญ ตำบลหนองสองห้อง อำเภอหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น 4) ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง เป็นหน่วยงานสาธารณสุขในสังกัดโรงพยาบาลหนองสองห้องตั้งอยู่ภายในสำนักงานของเทศบาลตำบลหนองสองห้อง เขตพื้นที่ชุมชนไทยเจริญ ตำบลหนองสองห้อง



อำเภอหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น มีหน้าที่ในการจัดบริการด้านสุขภาพแก่ประชาชน ในพื้นที่เขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง 5) เทศบาลตำบลหนองสองห้อง มีหน้าที่ในการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนให้การดูแลสุขภาพและสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ ในชุมชน 6) หน่วยงานภายนอกชุมชน ได้แก่ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 7 ขอนแก่น

ระยะที่ 2 การวิเคราะห์สังเคราะห์ ศึกษาสร้างรูปแบบในส่วนนี้ได้นำผลจากระยะที่ 1 เป็นข้อมูลเพื่อนำไปสู่การจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเป็นการระดมความคิดเห็นเพื่อหาแนวทางและจัดทำแผนการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุร่วมกับภาคีเครือข่ายต่างๆ โดยที่ประชุมได้มีมติในการจัดทำแผนการดำเนินงานร่วมกัน และเกิดรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ดำเนินการโดยศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง ร่วมกับภาคีเครือข่ายในเทศบาลตำบลหนองสองห้องดังนี้ 1) มีการตรวจคัดกรองภาวะสุขภาพ และประเมินความเสี่ยง ดังนี้ การตรวจคัดกรอง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง การตรวจภาวะหกล้ม การตรวจวัดสายตา การตรวจสุขภาพช่องปาก การตรวจภาวะสมองเสื่อม การตรวจภาวะข้อเข่าเสื่อม การตรวจคัดกรองภาวะซึมเศร้า และการประเมินความสามารถในการทำกิจกรรมประจำวัน โดยการประสานความร่วมมือกัน ระหว่างศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง เครือข่าย อสม. และเทศบาลตำบลหนองสองห้อง 2) จัดกิจกรรมประชุมอบรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้สูงอายุโดยใช้หลัก 3 อ. 2 ส. โดยชมรมผู้สูงอายุร่วมกับศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้องและเทศบาลตำบลหนองสองห้อง 3) จัดให้มีสวัสดิการให้กับผู้สูงอายุที่ขาดแคลน และเบี้ยยังชีพแก่ผู้สูงอายุโดยเทศบาลตำบลหนองสองห้อง ตามความเหมาะสม 4) มีการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมาพบปะสังสรรค์กัน ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ชีวิตร่วมกัน โดยชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองสองห้อง ร่วมกับเทศบาลตำบลหนองสองห้อง ซึ่งอยู่ระหว่างการดำเนินการจัดตั้ง ยังไม่เปิดให้บริการ 5) สมัครงานร่วมกองทุนตำบลต้นแบบ เพื่อการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง โดยได้รับงบประมาณสนับสนุน

จากสำนักงานหลักประกันสุขภาพเขต 7 ขอนแก่น โดยมีการดำเนินงานร่วมกันคือเทศบาลตำบลหนองสองห้อง มีการแต่งตั้งคณะกรรมการกองทุนในการดำเนินงานโดยมีนายกเทศบาลตำบลหนองสองห้องเป็นประธาน มีปลัดเทศบาลตำบลหนองสองห้องเป็นเลขา และตัวแทนจากชมรมผู้สูงอายุ ตัวแทนจากเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง ตัวแทนจากอาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุในชุมชน ตัวแทนจากโรงพยาบาลหนองสองห้อง ตัวแทนจากสำนักงานสาธารณสุขอำเภอหนองสองห้อง และตัวแทนจากคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เทศบาลตำบลหนองสองห้อง เข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในการดำเนินงาน ร่วมกับการจัดอบรมพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงโดยเครือข่ายผู้ดูแลผู้สูงอายุอำเภอหนองสองห้อง ร่วมกับเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพชุมชนหนองสองห้อง และมีการออกติดตามเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงโดยพยาบาลที่ผ่านการอบรมร่วมกับผู้ดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ และร่วมกันวางแผนการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงในพื้นที่เขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง 6) มีการจัดตั้งกองทุนสุขภาพวันละบาทสำหรับช่วยเหลือสมาชิกที่เสียชีวิต และเจ็บป่วย จัดตั้งโดยสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลหนองสองห้อง ซึ่งสมาชิกประกอบด้วยสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ และประชาชนทั่วไปที่สนใจ 7) มีการขยายเครือข่ายการดูแลผู้สูงอายุ โดยได้จัดตั้งเครือข่ายการดูแลผู้สูงอายุอำเภอหนองสองห้องขึ้น และเชิญตัวแทนสมาชิกจากตำบลต่างๆในพื้นที่อำเภอหนองสองห้อง ร่วมเป็นคณะกรรมการ เพื่อร่วมถอดบทเรียน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ในการดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ของตนเอง

โดยแผนที่จะดำเนินงานจะดำเนินงานตามที่ คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิต และระบบสุขภาพอำเภอหนองสองห้อง(DHB) นำโดยท่านนายกอำเภอหนองสองห้อง มีมติในที่ประชุมของคณะกรรมการ ให้นำการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นประเด็นหลักในการการพัฒนาของพื้นที่อำเภอหนองสองห้อง และมอบนโยบายแก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้นำลงสู่การปฏิบัติ ต่อไป

อภิปรายผล

ผลจากการศึกษาเบื้องต้นสะท้อนให้เห็นได้ว่า ผู้สูงอายุในชุมชน มีศักยภาพในการดูแลสุขภาพตนเอง การมีพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีทั้งในภาวะปกติและภาวะที่เจ็บป่วย มีความรู้และเข้าใจถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสม มีพื้นฐานทางด้านครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมที่ดี ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดี สามารถดูแลตนเองและครอบครัวเบื้องต้นได้ นอกจากการดูแลสุขภาพตนเองแล้ว ปัจจัยทางด้านครอบครัวและผู้ดูแล กลุ่ม/ชมรมผู้สูงอายุ องค์กรต่าง ๆ ที่เข้ามาดำเนินกิจกรรมเพื่อดูแล และสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน ล้วนส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ สร้างความรู้ความเข้าใจในแนวทางการปฏิบัติที่ดี ยิ่งส่งผลต่อการสร้างความตระหนักในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

ดังนั้น จึงควรที่จะมีการพัฒนารูปแบบการบูรณาการเพื่อนำไปสู่การสร้างรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่เหมาะสมตามบริบทของชุมชนเทศบาลตำบลหนองสองห้อง ที่เน้นการทำงานร่วมกัน ของภาคีเครือข่ายสุขภาพ การแก้ไขปัญหาสุขภาพจำเป็นต้องอาศัยการมีความรู้ความสามารถ และทักษะในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ และบุคคลในครอบครัว ชุมชน และเจ้าหน้าที่ด้านสุขภาพ ควรได้รับการพัฒนาอย่างเป็นรูปธรรมที่ชัดเจน อันจะนำไปสู่สภาวะของครอบครัว ชุมชนอย่างแท้จริง เครือข่ายผู้ดูแลผู้สูงอายุอำเภอหนองสองห้อง ได้จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อเป็นเวทีสรุปผลการดำเนินงานแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และออกแบบแนวทางปฏิบัติการ จึงได้รูปแบบในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นคือ การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนเขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง โดยการดำเนินกิจกรรมจะดำเนินไปพร้อม ๆ กัน เพื่อให้เกิดแหล่งเรียนรู้ และฐานการเรียนรู้เรื่องการพัฒนาเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่ดีในชุมชน ในการส่งเสริมความเข้มแข็งให้แก่ชมรมผู้สูงอายุโดยการทำงานแบบเป็นเครือข่ายเป็นกลยุทธ์สำคัญ ในการพัฒนาบริการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน และการเปิดโอกาสให้

ชมรมผู้สูงอายุหลาย ๆ ชมรมได้ร่วมกันทำงานในลักษณะ “เครือข่าย” โดยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ ช่วยเหลือเกื้อกูล และประสานประโยชน์จากแหล่งทรัพยากรในชุมชนร่วมกัน เป็นผลให้การดำเนินงานของชมรม มีความสำเร็จเข้มแข็ง และพัฒนาอย่างยั่งยืนต่อไป⁷ อีกทั้งผลกระทบต่อผู้เจ็บป่วย ครอบครัวและชุมชน เนื่องจากความรุนแรงของโรคขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ อันเป็นผลกระทบจากปัจจัยแวดล้อมภายนอกหลากหลายประการ สภาวะความรุนแรงของโรคส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ที่จะไม่ทำให้โรคที่เป็นอยู่ ส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุ ครอบครัว และสังคม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ภาระค่าใช้จ่าย รวมทั้งเศรษฐกิจในการจ่ายค่าดูแลรักษา ผู้สูงอายุเหล่านี้ แต่ตรงกันข้ามหากผู้สูงอายุเหล่านี้ได้รับการดูแลทันที พ้นพ้นให้กลับสู่สภาพเดิมหรือใกล้เคียงมากที่สุด ก็จะทำให้ผู้ป่วยสูงอายุ อยู่ในชุมชน สังคม ได้อย่างมีความสุขตามสภาวะ⁸

จากข้อค้นพบจากการวิจัยในครั้งนี้ จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญต่อการเสนอแนะต่าง ๆ ในการกำหนดนโยบาย และเสริมสร้างความรู้ทางวิชาการใหม่ ๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบัน รวมทั้งการนำข้อมูล และผลการศึกษาไปใช้ในการศึกษาประเด็นอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

เอกสารอ้างอิง

1. United Nations. World Population Aging. New York . United Nations ; 2007.
2. ศิริพันธ์ สาสัตย์. การพยาบาลผู้สูงอายุ : ปัญหาที่พบบ่อยและแนวทางในการดูแล. กรุงเทพฯ . จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ; 2549 .
3. กาญจนา ตั้งชลทิพย์. คนต่างชาตินี้เข้ามาอยู่ในประเทศไทยหลังเกษียณอายุ. ในประชากรและสังคม. กรุงเทพฯ. อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง. 2548 ; 108-111.
4. ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. โครงการระบบการดูแลระยะยาวในครอบครัวสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ. มิสเตอร์ก๊อปปี้ ; 2549.



5. ไชศรี ศรีอรุณ. การดูแลผู้สูงอายุ. บทความจากหนังสือพิมพ์รายวันไทยรัฐ, ฉบับประจำวันที่ 14 เมษายน 2550 (หน้า 3)
6. โรงพยาบาลหนองสองห้อง. รายงานประจำปีโรงพยาบาลหนองสองห้อง. ขอนแก่น ; 2557.
7. กิ่งกาญจนา เมืองโคตร. การพัฒนาต้นแบบเครือข่ายสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน ตำบลบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น. รายงานการศึกษาอิสระปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ; 2553.
8. ผดุงศิษฐ์ ชำนาญบริรักษ์ และคณะ. รูปแบบการพัฒนาศักยภาพหมอชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรังบนฐานสังคมและวัฒนธรรม ตำบลดอนหว่าน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย ; 2555.