

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันแนวโน้มจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในทุกสังคม ทั้งนี้สืบเนื่องมาจากความเจริญทางด้านนวัตกรรมและวงการแพทย์ซึ่งเป็นการรักษาพยาบาลที่ทันสมัยทำให้มีอัตราการเกิดลดลงและอัตราการมีชีวิตรอดของผู้สูงอายุยืนยาวมากขึ้น ประเทศไทยก็เช่นเดียวกันกำลังเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2551) พบว่า ประเทศไทยมีแนวโน้มของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากร้อยละ 9.7 ในปี พ.ศ. 2546 เป็นร้อยละ 10.4 ในปี พ.ศ. 2548 และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 10.7 ในปี พ.ศ. 2550 สำนักงานสถิติแห่งชาติได้คาดประมาณว่าอีก 10 ปีข้างหน้า จำนวนผู้สูงอายุของประเทศไทยจะเพิ่มขึ้นเป็น 11 ล้านคน (มุลินธิสถานัน วิจัย และพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2552)

จากการสำรวจและคาดประมาณการข้างต้น กระทรวงสาธารณสุขได้มีนโยบายในการส่งเสริมและดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยได้มีการรณรงค์ให้มีการเตรียมตัวก่อนเป็นผู้สูงอายุ โดยเฉพาะในด้านสุขภาพและเศรษฐกิจ ตามหลักการสร้างสุขภาพ 5 อ. คือ ออกกำลังกาย อารมณ์ อโรครยา อาหารและอนามัยสิ่งแวดล้อม (สุภาณี แก้วพินิจ และคณะ, 2550) ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้มีมาตรการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุให้แข็งแรงหรือลดโอกาสที่จะเกิดการเจ็บป่วยให้น้อยที่สุด การดูแลสุขภาพจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพในด้านต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดี ซึ่งการที่ผู้สูงอายุจะมีสุขภาพร่างกายและจิตใจสมบูรณ์แข็งแรงได้นั้น จะต้องมียปัจจัยต่าง ๆ ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญ ดังที่ นภาพร หะวานนท์ (2552) ได้สรุปไว้ว่า การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น ควรให้ความสำคัญด้านสุขภาพทั้งสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตใจ อีกทั้งสภาพที่อยู่อาศัยต้องมีความเหมาะสมและสะดวกต่อการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการของคณะกรรมการกิจการเด็กเยาวชน สตรี ผู้สูงอายุและผู้พิการ สภาผู้แทนราษฎร (2553) ที่ระบุว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุอันประกอบด้วย 1) ปัจจัยด้านการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ 2) ปัจจัยด้านการออกกำลังกายและการพักผ่อนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ 3) ปัจจัยด้านการตรวจสุขภาพและการได้รับบริการสาธารณสุขของผู้สูงอายุ 4) ปัจจัยการร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน 5) ปัจจัยด้านรายได้และรายจ่ายของผู้สูงอายุ และ 6) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมและที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุทั้ง 6 ปัจจัยนี้ถือเป็นสิ่งสำคัญต่อสุขภาพของผู้สูงอายุเอง รวมทั้งผู้ดูแลผู้สูงอายุควรมีความ

เข้าใจและปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีชีวิตยืนยาวอย่างมีคุณภาพ (ภักกรวินท์ ภักภิรมณ์, 2550)

ปัจจุบันองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดต่าง ๆ ทั่วประเทศไทยได้มีโครงการที่ส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุโดยการเพิ่มเติมภารกิจให้อาสาสมัคร (อสม.) เพื่อตรวจเยี่ยมผู้สูงอายุ ตามครัวเรือนและการจัดตั้งกองทุนเงินชดเชยให้กับผู้สูงอายุตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งหนึ่งในจำนวนชุมชนต่าง ๆ ที่ได้สนองนโยบายของท้องถิ่น คือ ชุมชนบ้านเมืองกีด ซึ่งเป็น 1 ใน 8 หมู่บ้านของตำบลกีดช้าง อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่ ที่ตั้งอยู่ห่างจากตัวอำเภอมือง จังหวัดเชียงใหม่ ประมาณ 64 กิโลเมตร อยู่ในทิศตะวันตกของอำเภอมะแตง ลักษณะภูมิประเทศ เป็นภูเขาสลับซับซ้อน พื้นที่ส่วนใหญ่อยู่ในเขตป่าสงวนและอุทยานแห่งชาติห้วยน้ำดัง มีแม่น้ำไหลผ่านที่สำคัญ คือ แม่น้ำแม่แตง การคมนาคมไม่สะดวก โดยปัจจุบันชุมชนบ้านเมืองกีดมีนโยบายให้ชุมชนตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพ ด้วยวิสัยทัศน์ที่สรุปว่า “สร้างคนในชุมชน ทุกคนสุขภาพดี การศึกษาก้าวหน้า พัฒนาแหล่งท่องเที่ยว สู่ความยั่งยืน” มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมทั้งในเชิงสุขภาพและเชิงสังคม พร้อมทั้งสวัสดิการจากทางภาครัฐที่ได้จัดสรรให้กับผู้สูงอายุในหมู่บ้าน ซึ่งอยู่ในช่วงดำเนินการตามแผนพัฒนา 3 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553 ถึง ปี พ.ศ. 2555 (องค์การบริหารส่วนตำบลกีดช้าง อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่, 2554) ผู้ศึกษาได้สังเกตและศึกษาข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับผู้สูงอายุภายใต้การบริหารงานขององค์การบริหารส่วนตำบลบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเมืองกีด มีสุขภาพจิตที่ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส และสุขภาพร่างกายแข็งแรง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ เดินคล่องแคล่วและให้ความร่วมมือกับชุมชนด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนได้ดี มีวิถีการดำรงชีวิตที่น่าสนใจซึ่งเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตามภูมิปัญญาชาวบ้าน กล่าวคือ มีการรณรงค์ปลูกพืชผักปลอดสารพิษเพื่อรับประทานเอง การเอาใจใส่ด้านรายได้และสวัสดิการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุภายในชุมชนโดยการสร้างกิจกรรมต่างๆ จึงทำให้ผู้ศึกษามีความสนใจศึกษาถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเมืองกีด อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อนำความรู้ที่ได้มาเผยแพร่ให้เป็นประโยชน์กับผู้สูงอายุหรือเป็นต้นแบบให้กับชุมชนอื่นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัย ที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ

ขอบเขตการศึกษา

ขอบเขตด้านเนื้อหา ครอบคลุม 6 ด้าน ประกอบด้วย (1) ปัจจัยด้านการรับประทานอาหาร (2) ปัจจัยด้านการออกกำลังกายและการพักผ่อน (3) ปัจจัยด้านการตรวจสุขภาพและการได้รับบริการด้านสาธารณสุข (4) ปัจจัยการร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพ (5) ปัจจัยด้านรายได้และรายจ่าย (6) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมและที่อยู่อาศัย

ขอบเขตด้านประชากร ประชากรในการศึกษากครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่

นิยามศัพท์เฉพาะ

ปัจจัย หมายถึง สิ่งที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่ทั้ง 6 ด้าน ดังนี้

1) ปัจจัยด้านการรับประทานอาหาร ประกอบด้วย ที่มาของอาหารที่รับประทาน ผู้รับผิดชอบในการซื้ออาหาร แหล่งที่มาของวัตถุดิบอาหาร จำนวนมื้ออาหารที่รับประทานต่อวัน การรับประทานอาหารว่างระหว่างมื้อ ประเภทของเนื้อสัตว์ที่รับประทานมากที่สุด ลักษณะวิธีการปรุงอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ประเภทผักที่รับประทานมากที่สุด ลักษณะวิธีการปรุงอาหารประเภทผัก ประเภทข้าวที่รับประทาน แหล่งที่มาของข้าวที่รับประทาน รสชาติของอาหารที่ชอบ เครื่องปรุงที่ใช้ในการประกอบอาหาร ประเภทของเครื่องดื่มน้ำดื่มเป็นประจำ การดื่มน้ำแอลกอฮอล์ และการสูบบุหรี่

2) ปัจจัยด้านการออกกำลังกายและการพักผ่อน ประกอบด้วย การออกกำลังกาย วิธีการออกกำลังกายความถี่ในการออกกำลังกาย ระยะเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย/ครั้ง สถานที่ใช้ในการออกกำลังกาย ผู้ที่ร่วมออกกำลังกาย ผลของการออกกำลังกายเวลาเข้านอนและเวลาตื่นนอน

3) ปัจจัยด้านการตรวจสุขภาพและการได้รับบริการด้านสาธารณสุข ประกอบด้วย การตรวจสุขภาพประจำปี โรคประจำตัวประเภทของโรคประจำตัว ความสะดวกในการเดินทางไปสถานพยาบาล วิธีการเดินทางไปสถานพยาบาล ระยะทางไปสถานพยาบาล วิธีการใช้บริการสวัสดิการทางการแพทย์ของรัฐ การเยี่ยมบ้านเพื่อตรวจสุขภาพของอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน

ความรู้ที่ได้รับจากการเยี่ยมบ้านของอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน การรับประทานยา แผลงที่ได้รับยา และวิธีการปฏิบัติกรณีไม่มีมารับประทาน

4) ปัจจัยการร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพ ประกอบด้วย การจัดกิจกรรมด้านสุขภาพ ลักษณะกิจกรรมด้านสุขภาพ การจัดกิจกรรมด้านศาสนา/วัฒนธรรมและ ลักษณะของกิจกรรมด้านศาสนา/วัฒนธรรม

5) ปัจจัยด้านรายได้และรายจ่าย ประกอบด้วย รายได้ต่อเดือนจากการประกอบอาชีพ รายได้ต่อเดือนจากเงินช่วยเหลือจากรัฐบาล รายได้ต่อเดือนจากการช่วยเหลือของบุคคลอื่นที่มาของรายได้ รายจ่ายด้านต่างๆต่อเดือน รายจ่ายค่าอาหารเฉลี่ยต่อเดือน รายจ่ายค่าเสื้อผ้าและเครื่องนุ่งห่มเฉลี่ยต่อเดือน รายจ่ายค่าสาธารณูปโภคเฉลี่ยต่อเดือน รายจ่ายด้านสุขภาพเฉลี่ยต่อเดือน และรายจ่ายค่าฌาปนกิจเฉลี่ยต่อเดือน

6) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมและที่อยู่อาศัย ประกอบด้วย บ้านที่อาศัยจำนวนสมาชิกในบ้าน การทำความสะอาดบ้าน ลักษณะการทำความสะอาดบ้าน ผู้ที่ทำความสะอาดบ้าน และสถานที่สำคัญที่อยู่ใกล้บ้าน/ที่พักอาศัย

สุขภาพ หมายถึง ภาวะแห่งความสมบูรณ์ทางร่างกาย จิตใจ และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมของผู้สูงอายุในพื้นที่ของชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ของชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่

ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ ชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ได้ประโยชน์ดังนี้ คือ

1. ได้แนวทางในการให้คำแนะนำและการศึกษาเรื่องการดูแลสุขภาพแก่ผู้สูงอายุในชุมชนอื่นๆ
2. ได้ข้อมูลสำหรับผู้ที่ต้องการศึกษาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องในชุมชนอื่นต่อไป