

พฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

บทคัดย่อ

เรื่อง พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

ผู้วิจัย นางนิตยา ชำนาญคำ

ปี พ.ศ. 2554

สถานที่ติดต่อ หน่วยงานเวชกรรมสังคม

เลขหนังสือ วจ.WY.152

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) โดยมีกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็น ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลห้วยป่าล้อม อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ 109 คน เก็บโดยใช้แบบสอบถาม ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม คอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลห้วยป่าล้อม อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 109 คน พบว่าประชากรส่วนใหญ่เป็น เพศ หญิง ร้อยละ 70.6 เพศ ชาย ร้อยละ 28.4 อายุเฉลี่ย 68.1 ปี สถานภาพส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 61 ระดับการศึกษาพบว่าประชากรส่วนใหญ่ จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 65.1 อาชีพ พบว่าประชากรส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงาน ร้อยละ 24.8 รายได้ครอบครัว พบว่าประชากรส่วนใหญ่ มีรายได้ในช่วง 5,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 68.8 สิทธิในการรักษาพยาบาล พบว่าประชากรส่วนใหญ่เป็นสิทธิบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า ร้อยละ 51 ศาสนาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 96.3 โรคประจำตัวพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 77.98 ส่วนด้านโภชนาการ (Mean= 23.55, S.D. =2.79) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Mean= 19.78, S.D. =4.15) ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ (Mean= 15.77, S.D. =2.74) ด้านการจัดการกับความเครียด (Mean=15.34 S.D. =3.30) ด้านพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ อยู่ในระดับปานกลาง (Mean= 13.18, S.D. =2.21) ด้านกิจกรรมทางกาย (Mean= 8.95, S.D. =2.68)

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งนี้ควรมีการส่งเสริมและทำกิจกรรมในด้านการออกกำลังกายและความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ซึ่งเป็นกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันตัว การส่งเสริมสุขภาพของร่างกาย การดูแลตัวเอง เมื่อบาดเจ็บหรือป่วยไข้ และในระยะพักตัว โดยพฤติกรรมเรื่องสุขภาพอนามัยไม่ได้เกิดเฉพาะเมื่อเราเจ็บป่วย หากรวมถึงช่วงที่เราสบายดี เช่น การออกกำลังกายที่ถูกต้อง การดูแลเรื่องการบริโภคอาหาร เมื่อมีอาการผิดปกติทางร่างกาย ควรพบแพทย์