

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุจังหวัดปัตตานี : ศึกษาเฉพาะกรณีตำบล ปิยามูมั่ง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี เป็นการสอบถามเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุตำบล ปิยามูมั่ง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี ทำการวิเคราะห์เสนอเป็นตารางประกอบคำอธิบายแบ่งเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรและวิถีชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 ข้อมูลภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยลักษณะทางประชากร และปัจจัยวิถีชีวิตที่มีผล ต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และ สุขภาพ ความต้องการของผู้สูงอายุจากครอบครัว และรัฐ และปัญหาของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรและวิถีชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง ปรากฏผลดังตาราง 1-11

ตาราง 1 ลักษณะทางประชากร

ลักษณะทางประชากร	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
เพศ		
เพศชาย	41.5	85
เพศหญิง	58.5	120
อายุ		
อายุ 60-69 ปี	62.4	128
อายุ 70-79 ปี	27.8	57
อายุ 80-89 ปี	9.8	20

ค่าต่ำสุด: 60 ค่าสูงสุด: 89 ค่าเฉลี่ย: 68.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน: 6.5

ตาราง 1 (ต่อ) ลักษณะทางประชากร

ลักษณะทางประชากร	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
การศึกษา		
ไม่ได้เรียนหนังสือ	67.3	138
เรียนหนังสือ	32.7	67
ระดับการศึกษา		
ระดับประถมศึกษา	86.6	58
ระดับมัธยมศึกษา	8.9	6
ระดับอนุปริญญา	1.5	1
ระดับปริญญาตรี	3.0	2
สถานภาพทางการสมรส		
สมรสคู่	57.1	117
หม้าย	41.5	85
หย่า	1.4	3
การทำงานมีรายได้		
ไม่ทำงาน	36.1	74
ทำงาน	63.9	131
อาชีพ		
เลี้ยงสัตว์	30.5	40
ทำสวนยาง	22.1	29
ทำนา	17.6	23
ปลูกผัก	16.0	21
ค้าขาย	10.7	14
รับจ้าง	3.1	4
แหล่งรายได้อื่น		
เงินออม/บำนาญ	10.2	21
เงินของคู่สมรส	6.8	14
บุตร/หลาน	62.0	127
อื่นๆ	21.0	43

ตาราง 1 (ต่อ) ลักษณะทางประชากร

ลักษณะทางประชากร	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
สภาพครอบครัวที่อาศัย		
ลักษณะครอบครัว		
ครอบครัวเดี่ยว	43.9	90
ครอบครัวขยาย	56.1	115
สถานภาพในครอบครัว		
หัวหน้าครอบครัว	69.8	143
สมาชิก	29.8	61
ผู้อยู่อาศัย	0.5	1

ตาราง 1 พบว่า ลักษณะทางประชากรของผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ รายได้ และสภาพครอบครัวที่อาศัย จากผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 205 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย กล่าวคือ เป็นเพศหญิง จำนวน 120 คน (ร้อยละ 58.5) และเป็นเพศชาย จำนวน 85 คน (ร้อยละ 41.5) โดยมีอายุตั้งแต่ 60 ปี มากที่สุด 89 ปี การกระจายอายุพบว่า เป็นผู้สูงอายุตอนต้น (อายุ 60-69 ปี) จำนวน 128 คน (ร้อยละ 62.4) เป็นผู้สูงอายุตอนกลาง (อายุ 70-79 ปี) จำนวน 57 คน (ร้อยละ 27.8) เป็นผู้สูงอายุตอนปลาย (อายุ 80-89 ปี) จำนวน 20 คน (ร้อยละ 9.8) ระดับการศึกษาพบว่า ไม่ได้เรียนหนังสือ จำนวน 138 คน (ร้อยละ 67.3) เรียนหนังสือ จำนวน 67 คน (ร้อยละ 32.7) โดยส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 58 คน (ร้อยละ 86.6) ระดับมัธยมศึกษา จำนวน 6 คน (ร้อยละ 8.9) ระดับอนุปริญญา จำนวน 1 คน (ร้อยละ 1.5) และระดับปริญญาตรี จำนวน 2 คน (ร้อยละ 3.0) ในด้านสถานภาพพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ จำนวน 117 คน (ร้อยละ 57.1) สถานภาพหม้าย จำนวน 85 คน (ร้อยละ 41.5) และสถานภาพหย่า จำนวน 3 คน (ร้อยละ 1.4) การทำงานของผู้สูงอายุพบว่าส่วนใหญ่ยังคงทำงานประกอบอาชีพ จำนวน 131 คน (ร้อยละ 63.9) โดยพบว่าอาชีพของผู้สูงอายุ คือ อาชีพเลี้ยงสัตว์มากที่สุด จำนวน 40 คน (ร้อยละ 30.5) ทำสวนยาง จำนวน 29 คน (ร้อยละ 22.1) ทำนา จำนวน 23 คน (ร้อยละ 17.6) ปลุกผัก จำนวน 21 คน (ร้อยละ 16.0) ค้าขาย จำนวน 14 คน (ร้อยละ 10.7) และรับจ้างอื่นๆ จำนวน 4 คน (ร้อยละ 3.1) และผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงาน จำนวน 74 คน (ร้อยละ 36.1) แหล่งของรายได้อื่นๆนอกเหนือจากการทำงานของผู้สูงอายุ พบว่าส่วนใหญ่มาจากบุตร/หลาน จำนวน 127 คน (ร้อยละ 62.0) เงินออม/บำนาญ จำนวน 21 คน (ร้อยละ 10.2) เงินของคู่สมรส จำนวน 14 คน (ร้อยละ 6.8) และอื่นๆ (ประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเอง) จำนวน

43 คน (ร้อยละ 21.0) สภาพครอบครัวที่อาศัย พบว่า ลักษณะครอบครัวผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย จำนวน 115 คน (ร้อยละ 56.1) และครอบครัวเดี่ยว จำนวน 90 คน (ร้อยละ 43.9) สถานภาพในครอบครัวของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสถานภาพเป็นหัวหน้าครอบครัว จำนวน 143 คน (ร้อยละ 69.8) เป็นสมาชิกในครอบครัว จำนวน 61 คน (ร้อยละ 29.8) และเป็นผู้อาศัย จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.5)

ตาราง 2 วิธีชีวิตด้านการรับประทานอาหาร

การรับประทานอาหาร	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
ครบถ้วนถูกต้องน้อย (1 คะแนน)	6.8	14
ครบถ้วนถูกต้องปานกลาง (2 คะแนน)	74.7	153
ครบถ้วนถูกต้องดี (3 คะแนนเต็ม)	18.5	38
จำนวนมือ		
2 มือ	9.8	20
3 มือ	90.2	185
รับประทานอาหารกับสมาชิกในครอบครัว		
ทุกวัน	20.0	41
เป็นบางวัน	75.6	155
รับประทานอาหารคนเดียว	4.4	9

ตาราง 2 พบว่า วิธีชีวิตด้านการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ จากการศึกษาครั้งนี้ มีการรับประทานอาหารครบถ้วนถูกต้องดี จำนวน 38 คน (ร้อยละ 18.5) การรับประทานอาหารครบถ้วนถูกต้องปานกลาง จำนวน 153 คน (ร้อยละ 74.7) การรับประทานอาหารครบถ้วนถูกต้องน้อย จำนวน 14 คน (ร้อยละ 6.8) จำนวนมือในการรับประทานอาหาร พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รับประทานอาหารทั้ง 3 มือ จำนวน 185 คน (ร้อยละ 90.2) คือ มือซ้าย เทียง เย็น และรับประทาน 2 มือ จำนวน 20 คน (ร้อยละ 9.2) โดยรับประทานร่วมกับสมาชิกในครอบครัวทุกวัน จำนวน 41 คน (ร้อยละ 20.0) เป็นบางวัน จำนวน 155 คน (ร้อยละ 75.6) รับประทานอาหารคนเดียว จำนวน 9 คน (ร้อยละ 4.4)

ตาราง 3 ร้อยละของประเภทอาหารที่ผู้สูงอายุรับประทานในแต่ละวัน

ประเภทอาหารที่รับประทานในแต่ละวัน	ร้อยละ	จำนวนคน (N=205)
เนื้อสัตว์	7.8	16
ปลา	84.9	174
ไข่	2.0	4
ถั่ว เต้าหู้	84.9	174
กะทิ	25.9	53
ผัก	30.7	63
ผลไม้	27.3	56
นม	14.6	30
ชา/กาแฟ	23.4	48
ขนม	30.7	63
น้ำอัดลม	0.5	1

ตาราง 3 พบว่า ประเภทอาหารที่ผู้สูงอายุรับประทานในแต่ละวัน ประกอบด้วย เนื้อสัตว์ จำนวน 16 คน (ร้อยละ 7.8) ปลา จำนวน 174 คน (ร้อยละ 84.9) ถั่ว เต้าหู้ จำนวน 174 คน (ร้อยละ 84.9) กะทิ จำนวน 53 คน (ร้อยละ 25.9) ผัก จำนวน 63 คน (ร้อยละ 30.7) ผลไม้ จำนวน 56 คน (ร้อยละ 27.3) นม จำนวน 30 คน (ร้อยละ 14.6) ชา/กาแฟ จำนวน 48 คน (ร้อยละ 23.4) ขนม 63 คน (ร้อยละ 30.7) น้ำอัดลม 1 คน (ร้อยละ 0.5)

ตาราง 4 วิถีชีวิตด้านการปฏิบัติกิจวัตร

การปฏิบัติกิจวัตร	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
ระดับน้อย (0-5 คะแนน)	2.0	4
ระดับปานกลาง (6-10 คะแนน)	42.9	88
ระดับมาก (11-14 คะแนน)	55.1	113

ตาราง 4 พบว่า การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันขั้นพื้นฐานที่จะดูแลตนเอง (ADLs) มีกิจกรรมอยู่ 4 อย่าง ได้แก่ การเดิน การรับประทานอาหาร การใส่เสื้อผ้า การอาบน้ำ/เข้าห้องน้ำ ร่วมกับการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเพื่อการดำรงชีวิตในชุมชน (IADLs) มีกิจกรรมอยู่ 6 อย่าง ได้แก่ การประกอบอาหาร การซื้ออาหาร การทำความสะอาด

สะอาดบ้าน ซักผ้ารีดผ้า เลี้ยงหลาน และปลูกต้นไม้คายหญ้า จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการปฏิบัติกิจวัตรดี จำนวน 113 คน (ร้อยละ 55.1) มีการปฏิบัติกิจวัตรปานกลาง จำนวน 88 คน (ร้อยละ 42.9) และมีการปฏิบัติกิจวัตรน้อย จำนวน 4 คน (ร้อยละ 2.0)

ตาราง 5 ร้อยละของการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุทำได้

กิจกรรมที่กระทำได้	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
การเดิน	98.0	201
การรับประทานอาหาร	99.0	203
ใส่เสื้อผ้า	100.0	205
อาบน้ำ/เข้าห้องน้ำ	98.0	201
ประกอบอาหาร	53.7	110
ซื้ออาหาร	51.7	106
ทำความสะอาดบ้าน	52.2	107
ซักผ้ารีดผ้า	44.4	91
ดูแลลูกหลาน	54.6	112
ปลูกต้นไม้คายหญ้า	73.7	151

ตาราง 5 พบว่า มีกิจกรรมแต่ละประเภทที่ผู้สูงอายุสามารถกระทำได้ ดังนี้ การเดิน จำนวน 201 คน (ร้อยละ 98.0) การรับประทานอาหาร จำนวน 203 คน (ร้อยละ 99.0) ใส่เสื้อผ้า จำนวน 205 คน (ร้อยละ 100) อาบน้ำ/เข้าห้องน้ำ จำนวน 201 คน (ร้อยละ 98.0) การประกอบอาหาร จำนวน 110 คน (ร้อยละ 53.7) ซื้ออาหาร จำนวน 106 คน (ร้อยละ 51.7) ทำความสะอาดบ้าน จำนวน 107 คน (ร้อยละ 52.2) ซักผ้ารีดผ้า จำนวน 91 คน (ร้อยละ 44.4) เลี้ยงลูกหลาน จำนวน 112 คน (ร้อยละ 54.6) ปลูกต้นไม้คายหญ้า จำนวน 151 คน (ร้อยละ 73.7)

ตาราง 6 วิธีชีวิตด้านสุขนิสัย

สุขนิสัย	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
สุขนิสัยไม่ดี (น้อยกว่า 4 คะแนน)	0.5	1
สุขนิสัยปานกลาง (4-7 คะแนน)	58.5	120
สุขนิสัยดี (8 คะแนนขึ้นไป)	41.0	84
การอาบน้ำ		
วันละ 1 ครั้ง	1.0	2
วันละ 2 ครั้ง	18.0	37
วันละ 3 ครั้ง	73.7	151
วันละ 4 ครั้ง	7.3	15
การแปรงฟัน		
ไม่แปรง	53.7	110
วันละ 1 ครั้ง	20.5	42
วันละ 2 ครั้ง	25.4	52
วันละ 3 ครั้ง	0.5	1
การเข้าห้องน้ำ		
ทุกวัน	54.1	111
วันเว้นวัน	34.6	71
2-3 วันต่อครั้ง	11.2	23
การนอนหลับ		
มากกว่า 7 ชม.	94.1	193
4-6 ชม.	5.9	12

ตาราง 6 พบว่า วิธีชีวิตด้านสุขนิสัยของผู้สูงอายุ เป็นการศึกษสุขนิสัยของผู้สูงอายุด้านการอาบน้ำ แปรงฟัน การเข้าห้องน้ำ และการนอนหลับ จากการศึกษาคั้งนี้ พบว่าผู้สูงอายุมีสุขนิสัยดี จำนวน 84 คน (ร้อยละ 41.0) มีสุขนิสัยระดับปานกลาง จำนวน 120 คน (ร้อยละ 58.5) และสุขนิสัยไม่ดี จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.5) โดยมีสุขนิสัยแต่ละประเภท ดังนี้ การอาบน้ำ พบว่าผู้สูงอายุอาบน้ำวันละ 1 ครั้ง จำนวน 2 คน (ร้อยละ 1.0) อาบน้ำวันละ 2 ครั้ง จำนวน 37 คน (ร้อยละ 18.0) อาบน้ำวันละ 3 ครั้ง จำนวน 151 คน (ร้อยละ 73.7) อาบน้ำวันละ 4 ครั้ง จำนวน 15 คน (ร้อยละ 7.3) การแปรงฟันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่แปรงฟัน แต่จะดูแลช่องปากและฟัน โดยวิธีการบ้วนปาก จำนวน 110 คน (ร้อยละ 53.7) แปรงฟันวันละ 1 ครั้ง จำนวน 42 คน (ร้อยละ 20.5) แปรงฟัน

วันละ 2 ครั้ง จำนวน 52 คน (ร้อยละ 25.4) แปร่งฟันวันละ 3 ครั้ง จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.5) การเข้าห้องน้ำ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เข้าห้องน้ำทุกวัน จำนวน 111 คน (ร้อยละ 54.1) วันเว้นวัน จำนวน 71 คน (ร้อยละ 34.6) 2-3 วันต่อครั้ง จำนวน 23 คน (ร้อยละ 11.2) และการนอนหลับ จากการศึกษาคั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ นอนหลับมากกว่า 7 ชม. จำนวน 193 คน (ร้อยละ 94.1) และนอนหลับ 4-6 ชม. จำนวน 12 คน (ร้อยละ 5.9)

ตาราง 7 วิธีชีวิตด้านการออกกำลังกาย

การออกกำลังกาย	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=203)
ไม่ออกกำลังกาย	67.0	136
ออกกำลังกาย	33.0	67
วิธีการออกกำลังกาย	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N= 67)
รำมวยไทเก๊ก	1.5	1
เดินรอบบริเวณบ้าน	53.7	36
วิ่งเหยาะ	14.9	10
ยกแขนยกขา ชีตแขน	3.0	2
อื่นๆ	26.9	18
ไม่ตอบ	3.0	2
ช่วงเวลา		
ทุกวัน	17.9	12
สัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง	29.8	20
ต่ำกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง	52.3	35

ตาราง 7 พบว่า การศึกษาการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในครั้งนี้ จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 205 คน มีผู้ไม่ตอบ 2 คน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ออกกำลังกาย จำนวน 136 คน (ร้อยละ 66.3) ออกกำลังกาย จำนวน 67 คน (ร้อยละ 33.0) ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ออกกำลังกาย โดยวิธีการเดินรอบบริเวณบ้าน จำนวน 36 คน (ร้อยละ 53.7) วิ่งเหยาะ 10 คน (ร้อยละ 14.9) ยกแขน ยกขา ชีตแขน จำนวน 2 คน (ร้อยละ 3.0) รำมวยไทเก๊ก จำนวน 1 คน (ร้อยละ 1.5) และอื่นๆ เช่น ออกกำลังกายจากการทำงาน จำนวน 18 คน (ร้อยละ 26.9) โดยส่วนใหญ่มีการออกกำลังกายต่ำกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง จำนวน 35 คน (ร้อยละ 52.3) สัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง จำนวน 20 คน (ร้อยละ 29.8) และออกกำลังกายทุกวัน จำนวน 12 คน (ร้อยละ 17.9) นอกจากนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการทำงานเป็นการออกกำลังกาย จำนวน 189 คน(ร้อยละ92.2)
ไม่คิดว่าการทำงานเป็นการออกกำลังกาย จำนวน 16 คน (ร้อยละ 7.8)

ตาราง 8 วิถีชีวิตด้านการสูบบุหรี่

การสูบบุหรี่	ร้อยละ	จำนวน (คน)
สูบประจำ	36.1	74
สูบบ้างบางครั้ง	5.9	12
ไม่สูบ	58.0	119
รวม	100.0	205

ตาราง 8 พบว่า การสูบบุหรี่ของผู้สูงอายุในการศึกษาครั้งนี้พบผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ จำนวน 119 คน (ร้อยละ 58.0) สูบบุหรี่ประจำ จำนวน 74 คน (ร้อยละ 36.1) และสูบบ้างบางครั้ง จำนวน 12 คน (ร้อยละ 5.9 คน)

ตาราง 9 วิถีชีวิตด้านการประเมินสุขภาพตนเอง

การประเมินสุขภาพตนเอง	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
ภาวะสุขภาพของตนเอง		
สุขภาพดี	6.8	14
สุขภาพปานกลาง	78.6	161
สุขภาพไม่ดี	14.6	30
เปรียบเทียบกับคนอื่น	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=204)
แข็งแรงกว่าคนอื่น	11.8	24
เหมือนคนอื่น	77.4	158
แยกว่าคนอื่น	10.8	22
การตรวจสุขภาพประจำปี	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
เคย	26.3	54
ไม่เคย	73.7	151

ตาราง 9 พบว่า การประเมินสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ จากการศึกษาครั้งนี้ผู้สูงอายุประเมินภาวะสุขภาพของตนเองว่าสุขภาพดี จำนวน 14 คน (ร้อยละ 6.8) สุขภาพปานกลาง เจ็บป่วย

บ้างเป็นบางครั้ง จำนวน 161 คน (ร้อยละ 78.6) และสุขภาพไม่ดี จำนวน 30 คน (ร้อยละ 14.6) และการประเมินสุขภาพจากการเปรียบเทียบกับคนอื่น จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 205 คน มีผู้ไม่ตอบ 1 คน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ประเมินสุขภาพตนเองเหมือนกับคนอื่น จำนวน 158 คน (ร้อยละ 77.1) แข็งแรงกว่าคนอื่น จำนวน 24 คน (ร้อยละ 11.8) และประเมินสุขภาพตนเองแย่กว่าคนอื่น จำนวน 22 คน (ร้อยละ 10.8) นอกจากนั้นการศึกษา พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เคยรับการตรวจสุขภาพประจำปี จำนวน 151 คน (ร้อยละ 73.7) เคยรับการตรวจสุขภาพประจำปี จำนวน 54 คน (ร้อยละ 26.3)

ตาราง 10 วิธีชีวิตด้านการการมีโรค/การเจ็บป่วย

การมีโรค เจ็บป่วย	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
การมีโรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	49.8	102
มีโรคประจำตัว	50.2	103
โรคประจำตัว	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=103)
ความดัน	45.6	47
ปวดเมื่อย	27.2	28
หอบหืด	17.5	18
กระดูก ข้อ	12.6	13
เบาหวาน	9.7	10
กระเพาะ	2.9	3
ไต	1.0	1
		ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ
การมีโรค เจ็บป่วย	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
อาการปวดเข่า ขา		
มีอาการปวดเข่า ขา	73.2	150
ไม่มีอาการปวดเข่า ขา	26.8	55
การเจ็บป่วยในรอบ 1 เดือน		
ไม่เคยเจ็บป่วย	54.1	111
เคยเจ็บป่วย	45.9	94

ตาราง 10 (ต่อ) วิถีชีวิตด้านการการมีโรค/การเจ็บป่วย

โรคที่เจ็บป่วย	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=94)
ปวดเข่า ขา	95.7	90
หอบหืด ภูมิแพ้	12.8	12
ปวดหลัง กล้ามเนื้ออ่อนแรง	8.5	8
ความดัน	3.2	3
โรคตา	1.1	1
ไตอักเสบ	1.1	1
ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ		
การมีโรค เจ็บป่วย	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
การเจ็บป่วยในรอบ 1 ปี		
ไม่เคยเจ็บป่วย	86.3	177
เคยเจ็บป่วย	13.7	28

ตาราง 10 พบว่า การมีโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ จากการศึกษาครั้งนี้พบผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว จำนวน 103 คน (ร้อยละ 50.2) และไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 102 คน (ร้อยละ 49.8) โดยโรคประจำตัวที่พบในผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ โรคความดัน จำนวน 47 คน (ร้อยละ 45.6) อาการปวดเมื่อย อ่อนเพลีย จำนวน 28 คน (ร้อยละ 27.2) หอบหืดภูมิแพ้ จำนวน 18 คน (ร้อยละ 17.5) โรคกระดูกและข้อ จำนวน 13 คน (ร้อยละ 12.6) โรคเบาหวาน จำนวน 10 คน (ร้อยละ 9.7) โรคกระเพาะ จำนวน 3 คน (ร้อยละ 2.9) โรคไต จำนวน 1 คน (ร้อยละ 1.0) และนอกจากนั้นผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีอาการปวดเข่า ขาเป็นประจำจำนวน 150 คน (ร้อยละ 73.2) และไม่มีอาการปวดเข่า ขาเป็นประจำ จำนวน 55 คน (ร้อยละ 26.8) การเจ็บป่วยของผู้สูงอายุในกลุ่มตัวอย่างจากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เคยเจ็บป่วยในรอบ 1 เดือน จำนวน 111 คน (ร้อยละ 54.1) และเคยเจ็บป่วยในรอบ 1 เดือน จำนวน 94 คน (ร้อยละ 45.9) โดยโรคที่ผู้สูงอายุเจ็บป่วย ได้แก่ โรคปวดเข่า ขา จำนวน 90 คน (ร้อยละ 95.7) หอบหืดภูมิแพ้ 12 คน (ร้อยละ 12.8) ปวดหลัง และกล้ามเนื้ออ่อนแรง จำนวน 8 คน (ร้อยละ 8.5) โรคความดันจำนวน 3 คน (ร้อยละ 3.2) โรคตา จำนวน 1 คน (ร้อยละ 1.1) โรคไต จำนวน 1 คน (ร้อยละ 1.1) การเจ็บป่วยของผู้สูงอายุในรอบ 1 ปี จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไม่เคยเจ็บป่วยในรอบหนึ่งปี จำนวน 177 คน (ร้อยละ 86.3) และเคยเจ็บป่วยในรอบ 1 ปี จำนวน 28 คน (ร้อยละ 13.7)

ตาราง 11 วิธีชีวิตด้านความวิตกกังวล

ความวิตกกังวล	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=205)
ความวิตกกังวล		
ไม่มีความวิตกกังวล	19.5	40
มีความวิตกกังวล	80.5	165
เรื่องที่วิตกกังวล	ร้อยละ	จำนวน (คน) (N=165)
สุขภาพและการเจ็บป่วย	36.4	60
รายได้	29.1	48
เหตุการณ์ความไม่สงบ	16.4	27
ห่วงลูกหลาน	13.9	23
การประกอบอาชีพ	3.0	5

ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตาราง 11 พบว่า ความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ จากการศึกษาครั้งนี้พบผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความวิตกกังวลจำนวน 165 คน (ร้อยละ 80.5) และไม่มีความวิตกกังวล จำนวน 40 คน (ร้อยละ 19.5) โดยพบว่าเรื่องที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่วิตกกังวล ได้แก่ เรื่องความเจ็บป่วยและสุขภาพ จำนวน 60 คน (ร้อยละ 36.4) เรื่องของรายได้ จำนวน 48 คน (ร้อยละ 29.1) เรื่องเหตุการณ์ความไม่สงบ จำนวน 27 คน (ร้อยละ 16.4) เรื่องห่วงลูกหลาน จำนวน 23 คน (ร้อยละ 13.9) และเรื่องการประกอบอาชีพ จำนวน 5 คน (ร้อยละ 3.0)

ตอนที่ 2 ข้อมูลภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ ปรากฏผลดังตาราง 12-14

ตาราง 12 จำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามดัชนีมวลกาย

ดัชนีมวลกาย	จำนวน (คน) (N=205)	ร้อยละ
ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	22	10.7
ปกติ (18.5-24.9)	146	71.2
เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	37	18.1
รวม	205	100

ค่าต่ำสุด : 13.8 ค่าสูงสุด: 33.3 ค่าเฉลี่ย 21.915 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน: 3.34

ตาราง 12 พบว่า จากการศึกษากาฬสุขภาพของผู้นสูงอายุ โดยการหาค่าดัชนีมวลกายจากการวัดสัดส่วนของร่างกายและคำนวณจากค่าน้ำหนักที่มีหน่วยเป็นกิโลกรัมหารด้วยส่วนสูงที่แปลงหน่วยให้เป็นตารางเมตร ค่าปกติเท่ากับ 18.5-24.9 กิโลกรัมต่อตารางเมตร จะมีปัญหาสุขภาพเมื่อค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่า 18.5 หรือมากกว่า 25.0 กิโลกรัมต่อตารางเมตร ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้นสูงอายุส่วนใหญ่มีกาฬสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ปกติ (ค่าดัชนีมวลกาย 18.5-24.9) จำนวน 146 คน (ร้อยละ 71.2) มีกาฬสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5) จำนวน 22 คน (ร้อยละ 10.7) และมีกาฬสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ หรือกาฬน้ำหนักเกิน (≥ 25.0) จำนวน 37 คน (ร้อยละ 18.1)

เมื่อจำแนกตามปัจจัยลักษณะทางประชากรและปัจจัยวิถีชีวิต ผลปรากฏดังตาราง 13-14

ตาราง 13 กาฬสุขภาพตามค่าดัชนีมวลกายของผู้นสูงอายุจำแนกตามปัจจัยลักษณะทางประชากร

ลักษณะทางประชากร	กาฬสุขภาพ (ค่าดัชนีมวลกาย)			รวม (เปอร์เซ็นต์)	จำนวน (คน)
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	ปกติ (18.5-24.9)	เกินเกณฑ์ (≥ 25)		
เพศ					
เพศชาย	6 (7.1%)	63 (74.1%)	16 (18.8%)	100%	85
เพศหญิง	16 (13.3%)	83 (69.2%)	21 (17.5%)	100%	120
อายุ					
อายุ 60-69 ปี	10 (7.8%)	93 (72.7%)	25 (19.5%)	100%	128
อายุ 70-79 ปี	12 (21.1%)	35 (61.4%)	10 (17.5%)	100%	57
อายุ 80-89 ปี	0 (0.0%)	18 (90.0%)	2 (10.0%)	100%	20
สถานภาพทางการสมรส					
สมรสคู่	10 (8.5%)	85 (72.7%)	22 (18.8%)	100%	117
หม้าย	12 (14.1%)	59 (69.4%)	14 (16.5%)	100%	85
หย่า	0 (0.0%)	2 (66.7%)	1 (33.3%)	100%	3
การศึกษา					
ไม่ได้เรียนหนังสือ	16 (11.6%)	101 (73.2%)	21 (15.2%)	100%	138
เรียนหนังสือ	6 (9.0%)	45 (67.1%)	16 (23.9%)	100%	67
การทำงานมีรายได้					
ไม่ทำงาน	8 (10.8%)	50 (67.6%)	16 (21.6%)	100%	74
ทำงาน	14 (10.7%)	96 (73.3%)	21 (16.0%)	100%	131
ลักษณะครอบครัวที่อาศัย					
ครอบครัวเดี่ยว	6 (6.7%)	64 (71.1%)	20 (22.2%)	100%	90
ครอบครัวขยาย	16 (13.9%)	82 (71.3%)	17 (14.8%)	100%	115

ตาราง 13 พบว่า การศึกษาภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุจำแนกตามปัจจัยลักษณะทางประชากร พบผู้สูงอายุเพศชายส่วนใหญ่ มีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติ จำนวน 63 คน (ร้อยละ 74.1) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 16 คน (ร้อยละ 18.8) และ ภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 6 คน (ร้อยละ 7.1) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุเพศหญิงส่วนใหญ่ มีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติ จำนวน 83 คน (ร้อยละ 69.2) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 21 คน (ร้อยละ 17.5) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 16 คน (ร้อยละ 13.3)

อายุในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุตอนต้น (อายุ 60-69 ปี) มีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 93 คน (ร้อยละ 72.7) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 25 คน (ร้อยละ 19.5) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 10 คน (ร้อยละ 7.8) ในขณะที่ผู้สูงอายุตอนกลาง (70-79 ปี) มีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติ จำนวน 35 คน (ร้อยละ 61.4) รองลงมาคือภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 12 คน (ร้อยละ 21.1) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 10 คน (ร้อยละ 17.5) และผู้สูงอายุตอนปลาย (80-89 ปี) มีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติจำนวน 18 คน (ร้อยละ 90.0)รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 2 คน (ร้อยละ 10.0) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 0 คน (ร้อยละ 0.0)

สถานภาพทางการสมรสในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่มีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติมากที่สุด จำนวน 85 คน (ร้อยละ 72.7) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 22 คน (ร้อยละ 18.8) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 10 คน (ร้อยละ 8.5) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหม้ายมีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 59 คน (ร้อยละ 69.4) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 14 คน (ร้อยละ 16.5) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 12 คน (ร้อยละ 14.1) สถานภาพหย่ามีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 2 คน (ร้อยละ 66.7) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 1 คน (ร้อยละ 33.3) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 0 คน (ร้อยละ 0.0)

การศึกษาจากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุที่ไม่ได้เรียนหนังสือมีภาวะสุขภาพปกติมากที่สุด จำนวน 101 คน (ร้อยละ 73.2) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 21 คน (ร้อยละ 15.2) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ 16 คน (ร้อยละ 11.6) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่เรียนหนังสือมีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติจำนวน 45 คน (ร้อยละ 67.1) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 16 คน (ร้อยละ 23.9) และต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 6 คน (ร้อยละ 9.0)

การทำงานมีรายได้ของผู้สูงอายุ จากการศึกษพบว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานมีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติจำนวน 50 คน (ร้อยละ 67.6) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 16 คน (ร้อยละ 21.6) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 8 คน (ร้อยละ 10.8) ตามลำดับ เช่นเดียวกับ

ผู้สูงอายุที่ทำงานมีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติมากที่สุด จำนวน 96 คน (ร้อยละ 73.3) รองลงมาคือ เกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 21 คน (ร้อยละ 16.0) และต่ำกว่าเกณฑ์ 14 คน (ร้อยละ 10.7) ตามลำดับ

ลักษณะครอบครัวที่อาศัยของผู้สูงอายุ จากการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในครอบครัว เดี่ยวมีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติจำนวน 64 คน (ร้อยละ 71.1) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ ปกติจำนวน 20 คน (ร้อยละ 22.2) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 6 คน (ร้อยละ 6.7) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย พบว่ามีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 82 คน (ร้อยละ 71.3) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 17 คน (ร้อยละ 14.8) และ ภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 16 คน (ร้อยละ 13.9)

ตาราง 14 ภาวะสุขภาพตามค่าดัชนีมวลกายของผู้สูงอายุจำแนกตามปัจจัยวิถีชีวิต

ปัจจัยวิถีชีวิต	ภาวะสุขภาพ (ค่าดัชนีมวลกาย)			รวม (เปอร์เซ็นต์)	จำนวน (คน)
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	ปกติ (18.5-24.9)	เกินเกณฑ์ (≥ 25.0)		
การบริโภคนิสัย					
ครบถ้วนถูกต้องน้อย	4 (28.6%)	7 (50.0%)	3 (21.4%)	100%	14
ครบถ้วนถูกต้องปานกลาง	17 (11.1%)	114 (74.5%)	22 (14.4%)	100%	153
ครบถ้วนถูกต้องดี	1 (2.6%)	25 (65.8%)	12 (31.6%)	100%	38
การปฏิบัติกิจวัตร					
ปฏิบัติกิจวัตรมาก	12 (10.6%)	78 (69.0%)	23 (20.3%)	100%	113
ปฏิบัติกิจวัตรปานกลาง	9 (10.2%)	66 (75.0%)	13 (14.8%)	100%	88
ปฏิบัติกิจวัตรน้อย	1 (25.0%)	2 (50.0%)	1 (25.0%)	100%	4
สุขนิสัย					
สุขนิสัยดี	14 (11.7%)	75 (62.5%)	31 (25.8%)	100%	120
สุขนิสัยปานกลาง	7 (8.3%)	71 (84.5%)	6 (7.1%)	100%	84
สุขนิสัยไม่ดี	1 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	100%	1
การออกกำลังกาย					
ออกกำลังกาย	5 (7.5%)	54 (80.6%)	8 (11.9%)	100%	67
ไม่ออกกำลังกาย	17 (12.5%)	92 (67.6%)	27 (19.8%)	100%	136
การสูบบุหรี่					
สูบบุหรี่	5 (6.8%)	62 (83.8%)	7 (9.5%)	100%	74
สูบบุหรี่บ้าง	2 (16.7%)	7 (58.3%)	3 (25.0%)	100%	12
ไม่สูบบุหรี่	15 (12.6%)	77 (64.7%)	27 (22.7%)	100%	119

ตาราง 14 (ต่อ) ภาวะสุขภาพตามค่าดัชนีมวลกายของผู้สูงอายุจำแนกตามปัจจัยวิถีชีวิต

การประเมินสุขภาพ					
ประเมินสุขภาพตนเองดี	0 (0.0%)	10 (71.4%)	4 (28.6%)	100%	14
ประเมินสุขภาพตนเองปานกลาง	16 (9.9%)	116 (72.1%)	29 (18.0%)	100%	161
ประเมินสุขภาพตนเองแย่	6 (20.0%)	20 (66.7%)	4 (13.3%)	100%	30
การมีโรคประจำตัว					
มีโรคประจำตัว	14 (13.6%)	74 (71.8%)	15 (14.6%)	100%	103
ไม่มีโรคประจำตัว	8 (7.8%)	72 (70.6%)	22 (21.6%)	100%	102
ความวิตกกังวล					
มีความวิตกกังวล	19 (11.5%)	119 (72.1%)	27 (16.4%)	100%	165
ไม่มีความวิตกกังวล	3 (7.5%)	27 (67.5%)	10 (25.0%)	100%	40

ตาราง 14 พบว่า การศึกษาภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุจำแนกตามปัจจัยวิถีชีวิต การบริโภค นิสัยของผู้สูงอายุในการศึกษาครั้งนี้ พิจารณาจากจำนวนมือในการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ ร่วมกับความสัมพันธ์ของประเภทอาหารที่รับประทานในแต่ละวัน และการรับประทานอาหาร ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว พบว่า ผู้สูงอายุที่มีการบริโภคนิสัยครบถ้วนถูกต้องน้อยมีภาวะ สุขภาพเกณฑ์ปกติจำนวน 7 คน (ร้อยละ 50.0) รองลงมาคือภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 4 คน (ร้อยละ 28.6) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ จำนวน 3 คน (ร้อยละ 21.4) ในผู้สูงอายุที่มีการบริโภค นิสัยครบถ้วนถูกต้องปานกลางมีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 114 คน (ร้อยละ 74.5) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 22 คน (ร้อยละ 14.4) และภาวะสุขภาพต่ำกว่า เกณฑ์จำนวน 17 คน (ร้อยละ 11.1) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่มีการบริโภคนิสัยครบถ้วนถูกต้องดีมี ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติ จำนวน 25 คน (ร้อยละ 65.8) รองลงมาคือมีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 12 คน (ร้อยละ 31.6) และต่ำกว่าเกณฑ์ปกติจำนวน 1 คน (ร้อยละ 2.6)

การปฏิบัติกิจวัตรของผู้สูงอายุจากการศึกษาครั้งนี้ พิจารณาจากการปฏิบัติกิจวัตรประจำ วันของผู้สูงอายุทำเอง ประกอบด้วยการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันขั้นพื้นฐานที่จะดูแลตัวเองมี 4 กิจกรรม ได้แก่ การเดิน การรับประทานอาหาร การใส่เสื้อผ้า การอาบน้ำ ร่วมกับการปฏิบัติกิจวัตร ประจำวันเพื่อการดำรงชีวิตในชุมชนมี 6 กิจกรรม ได้แก่ การประกอบอาหาร การซื้ออาหาร การทำ ความสะอาดบ้าน ซักผ้ารีดผ้า เลี้ยงลูกหลาน และปลูกต้นไม้ค้ายหญ้า พบว่า ผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตร มากมีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติจำนวน 78 คน (ร้อยละ 69.0) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ ปกติจำนวน 23 คน (ร้อยละ 20.3) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ จำนวน 12 คน (ร้อยละ 10.6) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรปานกลางมีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติจำนวน 66 (ร้อยละ 75.0)

รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 13 คน (ร้อยละ 14.8) และต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 9 คน (ร้อยละ 10.2) ในส่วนของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรน้อยมีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 2 คน (ร้อยละ 50.0) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์และต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 1 คน (ร้อยละ 25.0) เท่ากัน

สุขนิสัยของผู้สูงอายุในการศึกษาคั้งนี้ พิจารณาจากสุขนิสัยด้านการดูแลตนเองเกี่ยวกับการอาบน้ำ แปรงฟัน ขับถ่าย และการนอนหลับ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสุขนิสัยดีมีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 75 คน (ร้อยละ 62.5) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 31 คน (ร้อยละ 25.8) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 14 คน (ร้อยละ 11.7) ในขณะที่ผู้สูงอายุที่มีสุขนิสัยปานกลางมีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติจำนวน 71 คน (ร้อยละ 84.5) รองลงมาคือ ภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 7 คน (ร้อยละ 8.3) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 6 คน (ร้อยละ 7.1) ในส่วนของผู้สูงอายุที่มีสุขนิสัยไม่ดีพบว่า มีภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 1 คน (ร้อยละ 100.0) และภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติและเกินเกณฑ์จำนวน 0 คน (ร้อยละ 0.0) เท่ากัน

การออกกำลังกายของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุที่มีการออกกำลังกายมีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 54 คน (ร้อยละ 80.6) รองลงมาคือ ภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 8 คน (ร้อยละ 11.9) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 5 คน (ร้อยละ 7.5) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่ไม่ออกกำลังกายมีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 92 คน (ร้อยละ 67.6) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 27 คน (ร้อยละ 19.8) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 17 คน (ร้อยละ 12.5)

การสูบบุหรี่ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่สูบบุหรี่ประจำมีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 62 คน (ร้อยละ 83.8) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์จำนวน 7 คน (ร้อยละ 9.5) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 5 คน (ร้อยละ 6.8) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่สูบบุหรี่บ้างครั้งมีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 7 คน (ร้อยละ 58.3) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 3 คน (ร้อยละ 25.0) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติจำนวน 2 คน (ร้อยละ 16.7) และผู้สูงอายุที่ไม่สูบบุหรี่ มีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 77 คน (ร้อยละ 64.7) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 27 คน (ร้อยละ 22.7) และต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 15 คน (ร้อยละ 12.6) ตามลำดับ

การประเมินสุขภาพของผู้สูงอายุ พิจารณาจาก ความคิดเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของตนเอง และการเปรียบเทียบสุขภาพตนเองกับบุคคลวัยเดียวกัน พบว่าผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองดี มีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 10 คน (ร้อยละ 71.4) รองลงมาคือภาวะสุขภาพน้ำหนักเกินปกติ จำนวน 4 คน (ร้อยละ 28.6) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติจำนวน 0 คน (ร้อยละ 0.0) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองปานกลางมีภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน

116 คน (ร้อยละ 72.1) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์จำนวน 29 คน (ร้อยละ 18.0) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 16 คน (ร้อยละ 9.9) ส่วนในผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองไม่มีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติ จำนวน 20 คน (ร้อยละ 66.7) รองลงมาคือภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติจำนวน 6 คน (ร้อยละ 20.0) และเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 4 คน (ร้อยละ 13.3) ตามลำดับ

การมีโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวมีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 74 คน (ร้อยละ 71.8) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 15 คน (ร้อยละ 14.6) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 14 คน (ร้อยละ 13.6) เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัวมีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติ จำนวน 72 คน (ร้อยละ 70.6) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 22 คน (ร้อยละ 21.6) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติจำนวน 8 คน (ร้อยละ 7.8)

ความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า ผู้สูงอายุที่มีความวิตกกังวล มีภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติมากที่สุดจำนวน 119 คน (ร้อยละ 72.1) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์จำนวน 27 คน (ร้อยละ 16.4) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์จำนวน 19 คน (ร้อยละ 11.5) เช่นเดียวกับในผู้สูงอายุที่ไม่มีภาวะวิตกกังวล มีภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติจำนวน 27 คน (ร้อยละ 67.5) รองลงมาคือภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 10 คน (ร้อยละ 25.0) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติจำนวน 3 คน (ร้อยละ 7.5)

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยลักษณะทางประชากร และปัจจัยวิถีชีวิตที่มีผล กับภาวะสุขภาพ ปรากฏผลดังตาราง 15- 28

ตารางที่ 15 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามเพศ

เพศ	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
เพศชาย	6 (27.3)	63 (43.2)	16 (43.2)	85(41.5)
เพศหญิง	16 (72.7)	83 (56.8)	21 (56.8)	120 (58.5)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 2.045$, $df = 2$, $p = 0.36$

ตาราง 15 พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุเพศหญิงมีจำนวน 83 คน (ร้อยละ 56.8) ซึ่งมากกว่าภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุเพศชายที่มีจำนวน 63 คน (ร้อยละ 43.2) และภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุเพศหญิง จำนวน 16 คน (ร้อยละ 72.7) และเกินเกณฑ์ปกติ จำนวน 21 คน (ร้อยละ 56.8) ก็มากกว่าภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุเพศชายที่มี จำนวน 6 คน (ร้อยละ 27.3) และเกินเกณฑ์ปกติจำนวน 16 คน (ร้อยละ 43.2) เช่นกัน

เมื่อทดสอบด้วยไครส์แควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า เพศมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตารางที่ 16 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามอายุ

อายุ	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
อายุ 60-69 ปี	10 (45.5)	93 (63.7)	25 (67.6)	128 (62.4)
อายุ 70-79 ปี	12 (54.5)	35 (24.0)	10 (27.0)	57 (27.8)
อายุ 80-89 ปี	0 (0.0)	18 (12.3)	2 (5.4)	20 (9.8)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 11.501$, $df = 4$, $p = 0.021$

ตาราง 16 พบว่า ภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุตอนต้น (อายุ 60- 69 ปี) จำนวน 93 คน (ร้อยละ 63.7) มากกว่าผู้สูงอายุตอนกลาง (อายุ 70-79 ปี) จำนวน 35 คน (ร้อยละ 24.0) และผู้สูงอายุตอนปลาย (อายุ 80-89 ปี) จำนวน 18 คน (ร้อยละ 12.3) ในขณะที่ภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุตอนกลาง (อายุ 70-79 ปี) จำนวน 12 คน (ร้อยละ 54.5) มากกว่าผู้สูงอายุตอนต้น (อายุ 60- 69 ปี) จำนวน 10 คน (ร้อยละ 45.5) และผู้สูงอายุตอนปลาย (อายุ 80-89 ปี) จำนวน 0 คน (ร้อยละ 0.0) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุตอนต้น (อายุ 60-69 ปี) จำนวน 25 คน (ร้อยละ 67.6) ซึ่งมากกว่าผู้สูงอายุตอนกลาง (อายุ 70-79 ปี) จำนวน 10 คน (ร้อยละ 27.0) และผู้สูงอายุตอนปลาย (อายุ 80-89 ปี) จำนวน 2 คน (ร้อยละ 5.4) เช่นเดียวกัน

เมื่อทดสอบด้วยไครส์แควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า อายุมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 17 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามสถานภาพทางการสมรส

สถานภาพทางการสมรส	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
สมรสคู่	10 (45.5)	85 (58.2)	21 (59.5)	117 (57.1)
หม้าย หย่า	12 (54.5)	61 (41.8)	15 (40.5)	88 (52.9)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 1.376$, $df = 2$, $p = 0.502$

ตาราง 17 พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุสถานภาพสมรสคู่จำนวน 85 คน (ร้อยละ 58.2) มากกว่าผู้สูงอายุสถานภาพหม้าย หย่าจำนวน 61 คน (ร้อยละ 41.8) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุสถานภาพสมรสจำนวน 21 คน (ร้อยละ 59.5) มากกว่าผู้สูงอายุสถานภาพหม้าย หย่า จำนวน 15 คน (ร้อยละ 40.5) เช่นกัน ซึ่งแตกต่างจากภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุสถานภาพหม้าย หย่าจำนวน 12 คน (ร้อยละ 54.5) มากกว่าผู้สูงอายุสถานภาพสมรส จำนวน 10 คน (ร้อยละ 45.5)

เมื่อทดสอบด้วยไครส์แควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า สถานภาพมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 18 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการศึกษา

การศึกษา	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
ไม่ได้เรียนหนังสือ	16 (72.7)	101 (69.2)	21 (56.8)	136 (67.3)
เรียนหนังสือ	6 (27.3)	45 (30.8)	16 (43.2)	67 (32.7)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 2.398$, $df = 2$, $p = 0.310$

ตาราง 18 พบว่า ภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่ได้เรียนหนังสือจำนวน 101 คน (ร้อยละ 69.2) มากกว่าผู้สูงอายุที่เรียนหนังสือมีจำนวน 45 คน (ร้อยละ 30.8) และภาวะสุขภาพ

ต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุที่ไม่ได้เรียนหนังสือจำนวน 16 คน (ร้อยละ 72.7) มากกว่าผู้สูงอายุที่เรียนหนังสือจำนวน 6 คน (ร้อยละ 27.3) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่ได้เรียนหนังสือจำนวน 21 คน (ร้อยละ 56.8) มากกว่าผู้สูงอายุที่เรียนหนังสือจำนวน 16 คน (ร้อยละ 43.2) เช่นเดียวกัน

เมื่อทดสอบด้วยไครส์แควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสอง ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า การศึกษามีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 19 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการมีรายได้

การทำงาน	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
ทำงาน	8 (36.4)	50 (34.2)	21 (56.8)	131 (63.9)
ไม่ทำงาน	14 (63.6)	96 (65.8)	16 (43.2)	74 (36.1)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 1.037$, $df = 2$, $p = 0.596$

ตาราง 19 พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานมีรายได้จำนวน 96 คน (ร้อยละ 65.8) มากกว่าผู้สูงอายุที่ทำงานจำนวน 50 คน (ร้อยละ 34.2) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานมีรายได้จำนวน 14 คน (ร้อยละ 63.6) มากกว่าผู้สูงอายุที่ทำงานจำนวน 8 คน (ร้อยละ 36.4) ในขณะที่ภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ทำงานมีรายได้จำนวน 21 คน (ร้อยละ 56.8) มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ทำงานมีรายได้ จำนวน 16 คน (ร้อยละ 43.2)

เมื่อทดสอบด้วยไครส์แควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสอง ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 20 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามลักษณะครอบครัวที่อาศัย

ลักษณะครอบครัว	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
ครอบครัวเดี่ยว	6 (27.3)	64 (43.8)	20 (54.1)	90 (43.9)
ครอบครัวขยาย	16 (72.7)	82 (56.2)	17 (45.9)	115 (56.1)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 4.019$, $df = 2$, $p = 0.134$

ตาราง 20 พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในครอบครัวขยายจำนวน 82 คน (ร้อยละ 56.2) มากกว่าผู้สูงอายุในครอบครัวเดี่ยวจำนวน 64 คน (ร้อยละ 43.8) เช่นเดียวกับ ภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุในครอบครัวขยายจำนวน 16 คน (ร้อยละ 72.7) ที่มากกว่าผู้สูงอายุในครอบครัวเดี่ยวจำนวน 6 คน (ร้อยละ 27.3) ซึ่งแตกต่างจากภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุในครอบครัวขยายจำนวน 17 คน (ร้อยละ 45.9) ที่น้อยกว่าผู้สูงอายุในครอบครัวเดี่ยวจำนวน 20 คน (ร้อยละ 54.1)

เมื่อทดสอบด้วยไคร้สแควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสอง ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า ลักษณะครอบครัวที่อาศัยมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 21 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการบริโภคนิสัย

การบริโภคนิสัย	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
บริโภคครบถ้วนถูกต้องปานกลาง	17 (94.4)	114 (82.0)	22 (64.7)	153 (80.1)
บริโภคครบถ้วนถูกต้องดี	1 (5.6)	25 (18.0)	12 (35.3)	38 (19.9)
รวม	18 (100.0)	139 (100.0)	34 (100.0)	191 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 7.330$, $df = 2$, $p = 0.026$

ตาราง 21 การบริโภคนิสัยของผู้สูงอายุ ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคนิสัยครบถ้วนถูกต้องปานกลาง และการบริโภคนิสัยครบถ้วนถูกต้องดี ทั้งนี้ เนื่องจาก การบริโภคนิสัยครบถ้วนถูกต้องน้อยมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวนเพียง 14 คน จึงไม่สามารถทดสอบความสัมพันธ์ได้ ซึ่งจากการศึกษา พบว่า ภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่มีการบริโภคครบถ้วนถูกต้องปานกลางจำนวน 17 คน (ร้อยละ 94.4) มากกว่าผู้สูงอายุที่มีการบริโภคครบถ้วนถูกต้องดีจำนวน 1 คน (ร้อยละ 5.6) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่มีการบริโภคครบถ้วนถูกต้องปานกลางจำนวน 114 คน (ร้อยละ 82.0) มากกว่าผู้สูงอายุที่มีการบริโภคครบถ้วนถูกต้องดีจำนวน 25 คน (ร้อยละ 18.0) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่มีการบริโภคครบถ้วนถูกต้องปานกลางจำนวน 22 คน (ร้อยละ 64.7) ก็มากกว่าผู้สูงอายุที่มีการบริโภคครบถ้วนถูกต้องดีจำนวน 12 คน (ร้อยละ 35.3) เช่นเดียวกัน

เมื่อทดสอบด้วยไคร้สแควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า การบริโภคนิสัยมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 22 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการปฏิบัติกิจวัตร

การปฏิบัติกิจวัตร	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
การปฏิบัติกิจวัตรปานกลาง	9 (42.9)	66 (45.8)	13 (36.1)	88 (43.8)
การปฏิบัติกิจวัตรมาก	12 (57.1)	78 (54.2)	23 (63.9)	113 (56.2)
รวม	21 (100.0)	144 (100.0)	36 (100.0)	201 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 1.1145$, $df = 2$, $p = 0.573$

ตาราง 22 การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกิจวัตรกับภาวะสุขภาพ เฉพาะการปฏิบัติกิจวัตรปานกลาง และการปฏิบัติกิจวัตรมาก ทั้งนี้เนื่องจาก การปฏิบัติกิจวัตรน้อยมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวนเพียง 4 คน จึงไม่สามารถทดสอบความสัมพันธ์ได้ ซึ่งจากการศึกษา พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรมากจำนวน 78 คน (ร้อยละ 54.2) มากกว่าผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรปานกลางจำนวน 66 คน (ร้อยละ 45.8) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรมากจำนวน 12 คน (ร้อยละ 57.1) มากกว่าผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรปานกลาง จำนวน 9 คน (ร้อยละ 42.9) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรมากจำนวน 23 คน (ร้อยละ 63.9) มากกว่าผู้สูงอายุที่ปฏิบัติกิจวัตรปานกลางจำนวน 13 คน (ร้อยละ 36.1) เช่นกัน

เมื่อทดสอบด้วยไครส์แควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า การปฏิบัติกิจวัตรมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 23 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามสุขนิสัย

สุขนิสัย	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
สุขนิสัยปานกลาง	7 (33.3)	71 (48.6)	6 (16.2)	120 (58.8)
สุขนิสัยดี	14 (66.7)	75 (51.4)	31 (83.8)	84 (41.2)
รวม	21 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	204 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 13.399$, $df = 2$, $p = 0.001$

ตาราง 23 สุขนิสัยของผู้สูงอายุ ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่าง สุขนิสัยกับภาวะสุขภาพ เฉพาะสุขนิสัยปานกลาง และสุขนิสัยดี ทั้งนี้เนื่องจากสุขนิสัยไม่มีกลุ่ม ตัวอย่างจำนวนเพียง 1 คน จึงไม่สามารถทดสอบความสัมพันธ์ได้ ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุสุขนิสัยดีจำนวน 75 คน (ร้อยละ 51.4) มากกว่าผู้สูงอายุ สุขนิสัยปานกลาง จำนวน 71 คน (ร้อยละ 48.6) แตกต่างจากภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติของ ผู้สูงอายุสุขนิสัยดี จำนวน 14 คน (ร้อยละ 66.7) ซึ่งมากกว่าผู้สูงอายุสุขนิสัยปานกลาง จำนวน 7 คน (ร้อยละ 33.3) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุสุขนิสัยดีจำนวน 31 คน (ร้อยละ 83.8) มากกว่าผู้สูงอายุสุขนิสัยปานกลางจำนวน 6 คน (ร้อยละ 16.2)

เมื่อทดสอบด้วยไคร้สแควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 จึงยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า สุขนิสัยมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 24 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการออกกำลังกาย

การออกกำลังกาย	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
ออกกำลังกาย	5 (22.7)	54 (57.0)	8 (22.9)	67 (30.0)
ไม่ออกกำลังกาย	17 (77.3)	92 (63.0)	27 (77.1)	136 (70.0)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	35 (100.0)	203 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 3.728$, $df = 2$, $p = 0.155$

ตาราง 24 การออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ซึ่งศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 203 คน (ร้อยละ 100.0) เนื่องจากมีผู้ไม่ตอบ 2 คน พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่ออกกำลังกายจำนวน 92 คน (ร้อยละ 63.0) มากกว่าผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายจำนวน 54 คน (ร้อยละ 37.0) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่ออกกำลังกายจำนวน 17 คน (ร้อยละ 77.3) มากกว่าผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายจำนวน 5 คน (ร้อยละ 22.7) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่ออกกำลังกายจำนวน 27 คน (ร้อยละ 77.1) ก็มากกว่าผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายจำนวน 8 คน (ร้อยละ 22.9) เช่นกัน

เมื่อทดสอบด้วยไคร้สแควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า การออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 25 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการสูบบุหรี่

การสูบบุหรี่	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
สูบบุหรี่ (สูบบางวัน สูบทุกวัน)	7 (31.8)	69 (47.3)	10 (27.0)	86 (42.0)
ไม่สูบบุหรี่	15 (68.2)	77 (52.7)	27 (73.0)	119 (58.0)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 6.002$, $df = 2$, $p = 0.050$

ตาราง 25 การสูบบุหรี่ของผู้สูงอายุ รวมกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่สูบบุหรี่จากผู้สูงอายุที่สูบบุหรี่ทุกวันจำนวน 74 คน (ร้อยละ 36.1) และผู้สูงอายุที่สูบบุหรี่บ้าง จำนวน 12 คน (ร้อยละ 5.9) พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่สูบบุหรี่ จำนวน 77 คน (ร้อยละ 52.7) มากกว่าผู้สูงอายุที่สูบบุหรี่ จำนวน 69 คน (ร้อยละ 47.3) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุที่ไม่สูบบุหรี่จำนวน 15 คน (ร้อยละ 68.2) มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่สูบบุหรี่ จำนวน 7 คน (ร้อยละ 31.8) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ไม่สูบบุหรี่ จำนวน 27 คน (ร้อยละ 73.0) มากกว่าผู้สูงอายุที่สูบบุหรี่ จำนวน 10 คน (ร้อยละ 27.0) เช่นเดียวกัน

เมื่อทดสอบด้วยไคร้สแควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า การสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 26 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการประเมินสุขภาพตนเอง

การประเมินสุขภาพตนเอง	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
ประเมินสุขภาพตนเองปานกลาง	16 (72.7)	116 (85.3)	29 (87.9)	161 (84.3)
ประเมินสุขภาพตนเองไม่ดี	6 (27.3)	20 (14.7)	4 (12.1)	30 (15.7)
รวม	22 (100.0)	136 (100.0)	33 (100.0)	191 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 2.483$, $df = 2$, $p = 0.289$

ตาราง 26 การประเมินสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินสุขภาพตนเองกับภาวะสุขภาพ เฉพาะการประเมินสุขภาพตนเองปานกลาง และประเมินสุขภาพตนเองไม่ดี ทั้งนี้เนื่องจากการประเมินสุขภาพตนเองมีกลุ่มตัวอย่างจำนวนเพียง 14 คน จึงไม่สามารถทดสอบความสัมพันธ์ได้ ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองปานกลาง จำนวน 116 คน (ร้อยละ 85.3) มากกว่าผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองไม่ดีจำนวน 20 คน (ร้อยละ 14.7) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองปานกลาง จำนวน 16 คน (ร้อยละ 72.7) ก็มากกว่า ผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองไม่ดี จำนวน 6 คน (ร้อยละ 27.3) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ของผู้สูงอายุที่ประเมินสุขภาพตนเองปานกลางจำนวน 29 คน (ร้อยละ 87.9) มากกว่าผู้สูงอายุที่ประเมินตนเองไม่ดี จำนวน 4 คน (ร้อยละ 12.1) เช่นกัน

เมื่อทดสอบด้วยไคร้สแควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสอง ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า การประเมินภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 27 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามการมีโรคประจำตัว

การมีโรคประจำตัว	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
มีโรคประจำตัว	14 (63.6)	74 (50.7)	15 (40.5)	103 (50.2)
ไม่มีโรคประจำตัว	8 (36.4)	72 (49.3)	22 (59.5)	102 (49.8)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 2.983$, $df = 2$; $p = 0.225$

ตาราง 27 พบว่า ภาวะสุขภาพเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวจำนวน 74 คน (ร้อยละ 50.7) มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 72 คน (ร้อยละ 49.3) เช่นเดียวกับภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวจำนวน 14 คน (ร้อยละ 63.6) มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัวจำนวน 8 คน (ร้อยละ 36.4) ซึ่งแตกต่างจากภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ของผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 22 คน (ร้อยละ 59.5) มากกว่าผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว จำนวน 15 คน (ร้อยละ 40.5)

เมื่อทดสอบด้วยไคร้สแควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงไม่ยอมรับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า การมีโรคประจำตัวมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตาราง 28 จำนวนและร้อยละของภาวะสุขภาพจำแนกตามความวิตกกังวล

ความวิตกกังวล	ระดับภาวะสุขภาพ			รวม
	ต่ำกว่าเกณฑ์ (น้อยกว่า 18.5)	เกณฑ์ปกติ (18.5-24.9)	เกินกว่าเกณฑ์ (≥ 25.0)	
มีความวิตกกังวล	19 (86.4)	119 (81.5)	27 (73.0)	165 (80.5)
ไม่มีความวิตกกังวล	3 (13.6)	27 (18.5)	10 (27.0)	40 (19.5)
รวม	22 (100.0)	146 (100.0)	37 (100.0)	205 (100.0)

ค่า $\chi^2 = 1.911$, $df = 2$, $p = 0.385$

ตาราง 28 พบว่า ภาวะสุขภาพในเกณฑ์ปกติของผู้สูงอายุที่มีความวิตกกังวลจำนวน 119 คน (ร้อยละ 81.5) มากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีความวิตกกังวล จำนวน 27 คน (ร้อยละ 18.5) เช่นเดียวกับ ภาวะสุขภาพต่ำกว่าเกณฑ์ของผู้สูงอายุที่มีความวิตกกังวลจำนวน 19 คน (ร้อยละ 86.4) มากกว่า ผู้สูงอายุที่ไม่มีความวิตกกังวลจำนวน 3 คน (ร้อยละ 13.6) และภาวะสุขภาพเกินเกณฑ์ของผู้สูงอายุ ที่มีความวิตกกังวล จำนวน 27 คน (ร้อยละ 73.0) ซึ่งมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีความวิตกกังวลจำนวน 10 คน (ร้อยละ 27.0) เช่นกัน

เมื่อทดสอบด้วยไครส์แควร์พบว่า ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติ จึงไม่ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพ

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และสุขภาพ ความต้องการของผู้สูงอายุจากครอบครัว และรัฐ และปัญหาของผู้สูงอายุ

4.1 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับความสำคัญของการรับประทานอาหาร

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเห็นว่า 1) รับประทานอาหารเพื่อความอยู่รอด จำนวน 128 คน (ร้อยละ 62.4) รองลงมาคือ 2) รับประทานอาหารเพื่อให้สุขภาพแข็งแรง และให้พลังงาน จำนวน 77 คน (ร้อยละ 37.6)

4.2 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับความสำคัญและประโยชน์ของการออกกำลังกาย

พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายว่า 1) ทำให้ร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคจำนวน 164 คน (ร้อยละ 80.0) รองลงมาคือ 2) ทำให้ร่างกายออกเหงื่อ สดชื่น

จำนวน 25 คน (ร้อยละ 12.2) และ 3) ช่วยแก้เหงาได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ จำนวน 17 คน (ร้อยละ 8.3)

4.3 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับสิ่งที่ทำให้สุขภาพแย่ลง

พบว่า ผู้สูงอายุมีความคิดเห็นว่สิ่งที่ทำให้สุขภาพแย่ลง ได้แก่ 1) การเจ็บป่วยและโรคประจำตัวต่างๆ จำนวน 128 คน (ร้อยละ 62.4) 2) การมีรายได้น้อยไม่เพียงพอ จำนวน 100 (ร้อยละ 48.8) 3) เหตุการณ์ความไม่สงบ จำนวน 49 คน (ร้อยละ 23.9) 4) ความเครียดความวิตกกังวลจำนวน 45 คน (ร้อยละ 21.9) 5) อายุมากขึ้น จำนวน 40 คน (ร้อยละ 19.5) 6) ขาดการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลาน จำนวน 30 คน (ร้อยละ 14.6) 7) การไม่ได้ออกกำลังกายจำนวน 25 คน (ร้อยละ 12.2) 8) การมีสุขนิสัยที่ไม่ดี เช่นทานอาหารไม่มีประโยชน์ สูบบุหรี่ จำนวน 21 คน (ร้อยละ 10.2) 9) สภาพแวดล้อมไม่ดี จำนวน 9 คน (ร้อยละ 4.4) 10) การไม่มีงานทำ จำนวน 7 คน (ร้อยละ 3.4) 11) น้ำหนักที่เพิ่มมากขึ้น จำนวน 4 คน (ร้อยละ 1.9) และ 12) การทำงานหนักจำนวน 3 คน (ร้อยละ 1.5)

4.4 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับสิ่งที่ทำให้สุขภาพดีขึ้น

พบว่า ผู้สูงอายุมีความคิดเห็นว่สิ่งที่ทำให้สุขภาพดีขึ้น ได้แก่ 1) การไม่มีโรค สุขภาพแข็งแรงจำนวน 151 คน (ร้อยละ 73.6) 2) การมีรายได้น้อยเพียงพอ จำนวน 114 คน (ร้อยละ 55.6) 3) การได้รับการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลาน จำนวน 87 คน (ร้อยละ 42.4) 4) การมีสุขนิสัยที่ดี เช่นรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ไม่สูบบุหรี่ จำนวน 67 คน (ร้อยละ 32.7) 5) การออกกำลังกายและพักผ่อนเพียงพอ จำนวน 64 คน (ร้อยละ 31.2) 6) เหตุการณ์ความไม่สงบยุติลง จำนวน 49 คน (ร้อยละ 23.9) 7) การได้ทำบุญ จำนวน 39 คน (ร้อยละ 19.0) 8) การได้ทำงานมีรายได้ จำนวน 29 คน (ร้อยละ 14.1) 9) การได้พบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน จำนวน 14 คน (ร้อยละ 6.8) และ 10) การเห็นลูกหลานมีงานทำ จำนวน 13 คน (ร้อยละ 6.3)

4.5 ความต้องการของผู้สูงอายุที่ได้รับจากลูกหลาน

จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุที่ได้รับจากลูกหลาน ได้แก่ 1) อยากให้ลูกหลานดูแลเอาใจใส่ จำนวน 155 คน (ร้อยละ 75.6) 2) อยากให้ลูกหลานพาไปเที่ยวให้เงินให้ของ จำนวน 108 คน (ร้อยละ 52.7) 3) อยากให้ลูกหลานอยู่ใกล้ชิด พร้อมหน้ากัน จำนวน 93 คน (ร้อยละ 45.4) 4) อยากให้ลูกหลานมีการศึกษาที่ดี มีงานทำ จำนวน 58 คน (ร้อยละ 28.3) และ 5) อยากให้ลูกหลานปลอดภัยจากเหตุการณ์ความไม่สงบ จำนวน 38 คน (ร้อยละ 18.5)

4.6 ความต้องการของผู้สูงอายุที่ได้รับจากหน่วยงานรัฐ

จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุที่ได้รับจากรัฐ ได้แก่ 1) การมีเงินช่วยเหลือสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน 183 คน (ร้อยละ 89.3) 2) การมีบริการด้านสุขภาพฟรี จำนวน 113 คน (ร้อยละ 55.1) 3) การแก้ปัญหาเหตุการณ์ความไม่สงบ จำนวน 97 คน (ร้อยละ 47.3) 4) ส่งเสริมการมีรายได้ และการประกอบอาชีพสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน 65 คน (ร้อยละ 31.7) 5) การช่วยเหลือด้านการอุปโภค/บริโภค เช่นอาหาร ที่อยู่อาศัย และสวัสดิการต่างๆ จำนวน 56 คน (ร้อยละ 27.3) 5) แก้ปัญหาราคาสินค้า จำนวน 7 คน (ร้อยละ 3.4) และ 6) ลดภาษีเงินได้ จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.5)

4.7 ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของผู้สูงอายุ

ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ได้แก่ 1) ปัญหาเหตุการณ์ความไม่สงบ เช่น ทำให้รู้สึกไม่ปลอดภัย หวาดระแวง เกิดความเครียด และความวิตกกังวล ไม่กล้าออกไปประกอบอาชีพจำนวน 162 (ร้อยละ 79.0) 2) ปัญหาด้านเศรษฐกิจ เช่น มีรายได้ไม่พอใช้ ไม่มีงาน จำนวน 145 คน (ร้อยละ 70.7) 3) ปัญหาสุขภาพ เช่น ความเจ็บป่วยและโรคประจำตัว จำนวน 120 คน (ร้อยละ 58.5) 4) ปัญหาความวิตกกังวล เช่น เรื่องส่วนตัว และหนี้สิน จำนวน 29 คน (ร้อยละ 14.1) 5) ปัญหาเรื่องการอุปโภค/บริโภค เช่น สินค้าราคาแพง จำนวน 17 คน (ร้อยละ 8.3) 5) ปัญหาการขาดผู้ดูแล เช่น ไม่ค่อยได้รับการดูแล จากลูกหลาน จำนวน 15 คน (ร้อยละ 7.3) 6) ปัญหาจากอายุที่มากขึ้น จำนวน 3 คน (ร้อยละ 1.5) 7) ปัญหาการเดินทาง จำนวน 3 คน (ร้อยละ 1.5)

จากการศึกษาปัจจัยภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุจังหวัดปัตตานี : ศึกษาเฉพาะกรณี ตำบล ปิยามูมั่ง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี ในครั้งนี้ พบว่า ปัจจัยภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุด้านลักษณะทางประชากรที่มีผลกับภาวะสุขภาพ ได้แก่ ปัจจัยอายุ และปัจจัยภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุด้านวิถีชีวิตที่มีผลกับภาวะสุขภาพ ได้แก่ ปัจจัยการบริโภคนิสัย ปัจจัยสุขนิสัย และการสูบบุหรี่