

ชื่อวิทยานิพนธ์	การดูแลพื้นบ้านเพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนแห่งหนึ่งใน จังหวัดนครศรีธรรมราช
ผู้เขียน	นางราตรี ฤทธิรัตน์
สาขาวิชา	พยาบาลศาสตร์
ปีการศึกษา	2547

บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงคุณภาพแบบชาติพันธุ์วรรณาทางการพยาบาลนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบาย การดูแลพื้นบ้านเพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช ผู้ให้ ข้อมูลหลักคือ ผู้สูงอายุจำนวน 15 คน คัดเลือกแบบส่งต่อ (snowball technique) ตามคุณสมบัติ ที่กำหนด ส่วนผู้ให้ข้อมูลทั่วไป จำนวน 15 คน เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุและบุคคลสำคัญในชุมชน คัด เลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะ ลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสนทนากลุ่ม การบันทึกข้อมูลภาคสนาม การบันทึกภาพและ การบันทึกเทป ระหว่างเดือนสิงหาคม 2546 – พฤษภาคม 2547 ทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้วิธี การวิเคราะห์ข้อมูลแบบชาติพันธุ์วรรณาทางการพยาบาลของไลนิงเกอร์ (Leininger's ethnonursing data analysis)

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุให้ความหมายของสุขภาพดีว่า เป็นความสมบูรณ์ของ ร่างกายและจิตใจ ประกอบด้วย ธาตุสมบูรณ์ ปัจจัยสมบูรณ์ และลูกหลานสมบูรณ์ โดยถือว่า จิตใจและร่างกายมีความสัมพันธ์กันและจิตใจเป็นตัวที่ควบคุมสภาวะอื่นๆ ส่วนการส่งเสริม สุขภาพ ผู้สูงอายุให้ความหมายว่าหมายถึง การส่งเสริมร่างกายและจิตใจให้ดีขึ้น และคงสภาพที่ดี ไว้ สำหรับการดูแลพื้นบ้าน ผู้สูงอายุให้ความหมายว่าเป็นการดูแลตนเองใน 2 ลักษณะ คือ การ ดูแลตนเองโดยตนเอง บุคคลในครอบครัวและเพื่อนบ้าน และการดูแลโดยหมอแผนโบราณ ซึ่งการ ดูแลพื้นบ้านเพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุนั้น ประกอบด้วย 1) การบำรุงและปรับแต่งธาตุ ด้วย การรับประทานอาหารถูกธาตุ และการใช้สมุนไพร 2) การทำมาหากิน 3) การออกแรงออกเหงื่อ ด้วยการ ทำงาน การวิ่ง การเดิน และตะโม่ 4) การพักผ่อนให้เพียงพอ 5) การพัฒนาจิตใจ โดยการ ทำใจให้สงบ และรำเริง แจ่มใส และ 6) การหมั่นทำบุญ ด้วยการไปวัด ไปงาน ทำทาน และการ ท่องเที่ยวเชิงทำบุญ

ผลการศึกษานี้ ทำให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการให้ความหมายของสุขภาพดี การส่งเสริมสุขภาพ การดูแลที่บ้าน และการปฏิบัติดูแลที่บ้านเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ภายใต้บริบททางสังคมวัฒนธรรมไทยภาคใต้ ซึ่งสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการจัดบริการที่ตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับวัฒนธรรม ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุสามารถมีชีวิตรอยู่ได้อย่างมีคุณค่าและมีความสุข

Thesis Title	Folk Care for Promoting Health of the Elderly in a Community, Nakhon Si Thammarat
Author	Mrs. Ratre Rittirat
Major Program	Nursing Science
Academic Year	2004

Abstract

This ethnonursing qualitative research aimed to describe and explain folk care for promoting health of the elderly in a community in Nakhon Si Thammarat province. Fifteen key informants were purposively selected by snowball technique from elderly people who perceived themselves healthy. Fifteen general informants were purposively selected from the elderlys' care givers and key persons in the community. Data were collected from August 2003 to May 2004, using in-depth interviews, participant observation, focus group discussion, tape recording and field notes. The data were analyzed using Leininger's ethnonursing data analysis.

The findings showed that the informants described the meaning of health as being of perfect body and mind. Health consisted of the perfect complement of resources, four elements and descendants. Health promotion was described as the promoting and maintaining of body and mind. Informants also described the meaning of folk care as self care, reciprocal care by family and neighbors, and care by folk healers. Six themes of folk care for promoting health of elderly were : 1) improvement and maintenance of four elements by using food and herbs, 2) working for life, 3) having physical activity by working, running, walking and "tamo" (Indian meditation exercise), 4) having adequate rest, 5) mental developememt by developing a peaceful and joyful mind, and 6) making merit by going to a temple, going to a merit-making party, practising charity, and merit-making travel.

The findings revealed the meaning of health, health promotion, folk care, and folk care behaviors for promoting health of the elderly. The information can be used as a

guideline to provide holistic and congruent care for happiness and a meaningful life of the elderly.