



การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาในชมรมผู้สูงอายุ
ตำบลสะเอาต อำเภอนำพอง จังหวัดขอนแก่น
Development of Potential for Self-Care of Aging : A Case Study in
Tumbon Sa-at Elderly Club, Nampong District, Khon Kaen Province

เครือวัลย์ มาลาศรี

ACADEMIC JOURNAL

UTTARADIT RAJABHAT UNIVERSITY
<http://research.uru.ac.th>

การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาในชมรมผู้สูงอายุ
ตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น

Development of Potential for Self-Care of Aging : A Case Study in
Tumbon Sa-at Elderly Club, Nampong District, Khon Kaen Province

เครือวัลย์ มาลาศรี*

ภัทรจิรา ผลงาม**

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอเมืองน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด 2) ศึกษาความความต้องการ ปัญหา ในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ 3) พัฒนาการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอเมืองน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ใน 4 ด้าน คือ ด้านสุขภาพอนามัย, ด้านจิตใจและสังคม, ด้านเศรษฐกิจ และด้านการจัดสภาพแวดล้อม กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้และเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม การสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์เชิงลึก การประชุมระดมความคิดเห็น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า ศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุภาพรวม มีระดับปานกลาง การดูแลตนเองด้านสุขภาพอนามัย ด้านสังคมและจิตใจภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านเศรษฐกิจ และด้านการจัดสภาพแวดล้อมภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ ความต้องการคือการพัฒนาตำรับอาหาร ความรู้เรื่องการใช้ยาอาหารเสริม กิจกรรมการออกกำลังกายด้วยตัวเอง ต้องการเข้าร่วมแสดงกิจกรรมให้สังคมยอมรับ ต้องการกิจกรรมเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ต้องการความรู้การจัดการสภาพความเป็นอยู่ ความปลอดภัยในบ้านและบริเวณ ปัญหาคือไม่มีความรู้ ไม่กล้าแสดงออก สังคมไม่รู้ว่าผู้สูงอายุมีความรู้ความสามารถ แนวทางการพัฒนาคือการจัดทำเป็นโครงการอบรมให้ความรู้ เป็นกิจกรรมในแต่ละด้าน โดยดำเนินกิจกรรมตามความต้องการของผู้สูงอายุในรูปแบบของคณะกรรมการ มีหน่วยงานให้การสนับสนุน ผลการพัฒนาผู้สูงอายุสามารถพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น และมีความพึงพอใจในการโครงการที่ให้การอบรมทุกกิจกรรม

คำสำคัญ : การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเอง, ผู้สูงอายุ

* สาขายุทธศาสตร์การพัฒนากุมิภาค มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

** อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก สาขายุทธศาสตร์การพัฒนากุมิภาค มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

Abstract

The research in titled “Development of Potential for self-Care of Aging : A Case Study in Tumbon Sa-at Elederly Club, Nampong District, Khon Kaen Province, With the purpose is 1) To study the potential self care 2) To requirement and problem self care and 3)To develop elderly self-care for 4 item are Health care hygiene , Social and Psychological , The Economic and Environment. The study results showed that the potential overview are medium-level. To take care of their own health care, hygiene overview are medium-level.. Social and psychological are medium-level overview The Economic overview are low level and . Environment overview are low level Want the knowledge to arrange living conditions. , safety in the home and area dreariness despondency mind, to listen to the opinions of others, consultation with the analysis to family group and community. Want to reduce expenditure activities rely on ourselves Guidelines for the development of the activities is to establish in each side based on the needs of the elderly in the form of a Board. The result of the development of the elderly can be increased in all aspects to develop in their own care.

Keywords : Development of Potential for Self-Care, Aging

บทนำ

เนื่องจากจำนวนผู้สูงอายุของประเทศไทยมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี 2555 มีผู้สูงอายุคิดเป็นประมาณร้อยละ 12.7 ของจำนวนประชากรทั้งประเทศซึ่งตามคำนิยามขององค์การสหประชาชาติ (United Nation) ที่กำหนดไว้ว่าประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป สัดส่วนเกินร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศถือว่าประเทศนั้นได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เนื่องจากสังคมไทยเข้าสู่ภาวะสังคมสูงอายุ (Aging society) จำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นอันเป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างอายุของประชากรที่มีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าแนวโน้มประชากรผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นแต่ไม่ได้หมายความว่าผู้สูงอายุจะมีสุขภาพดีขึ้นตามไปด้วยการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุไปในทางที่เสื่อมลง ทำให้เกิดการเจ็บป่วยซึ่งมีผลกระทบต่อการยอมรับในการเปลี่ยนแปลงและการเจ็บป่วยนั้นทำให้เกิดปัญหาด้านจิตใจตามมา เพราะเมื่อสุขภาพกายเสื่อมไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ผู้สูงอายุจะรู้สึกว่าคุณค่าต่อ

ครอบครัวและสังคม นอกจากปัญหาการเจ็บป่วยที่มีผลต่อจิตใจแล้วสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะการที่ผู้สูงอายุต้องเปลี่ยนบทบาทหน้าที่จากผู้นำเป็นผู้ตาม หรือผู้อาศัย การที่รู้สึกต้องเป็นภาระกับบุตรหลาน การสูญเสียคู่ชีวิต และการขาดเพื่อนทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกเหงาว่าเหว่ สิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลกระทบต่อจิตใจทั้งสิ้น (ภัทรธิดา ผลงาม, 2553).

จังหวัดขอนแก่นเป็นจังหวัดขนาดใหญ่ มีประชากรทั้งสิ้น 1,902,117 คน (สำนักงานสถิติจังหวัดขอนแก่น 2555: 10) เป็นจังหวัดที่มีความเจริญเติบโตทางด้านเศรษฐกิจอย่างรวดเร็วจำนวนโรงงานอุตสาหกรรมที่เพิ่มมากขึ้นทำให้เกิดการเคลื่อนย้ายแรงงานเข้าสู่ภาคอุตสาหกรรมมากขึ้น ส่งผลต่อโครงสร้างทางสังคมทำให้เกิดการอพยพย้ายถิ่นทั้งถิ่นฐานครอบครัวความสัมพันธ์ของครอบครัวที่เคยมีในลักษณะเกื้อกูลดูแลเอาใจใส่ต่อบุพการีเริ่มลดน้อยถอยลง ปรากฏการณ์ดังกล่าวทำให้บางครอบครัวมีวิธีการดูแลผู้สูงอายุด้วยการให้เงินเพื่อดูแลตัวเองหรือบางครอบครัวทอดทิ้งผู้สูงอายุให้อยู่ตามลำพังโดยไม่ใส่ใจที่จะกลับไปดูแล และนอกจากนี้ผู้สูงอายุบางครอบครัวไม่มีบุตรหลานญาติพี่น้องคอยดูแลต้องดำเนินชีวิตตามยถากรรมซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่ส่งผลกระทบนำสู่การทอดทิ้งผู้สูงอายุในที่สุดซึ่งหัวหน้าศูนย์สุขภาพชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดขอนแก่นเล่าถึงการดูแลผู้สูงอายุว่าได้ดำเนินการอย่างต่อเนื่องด้วยความกลัวว่าผู้สูงอายุจะลำบากเป็นการบริการที่มาจากข้างในคือเริ่มที่ใจแล้วตามไปดูสภาพความเป็นอยู่ที่บ้านให้การดูแลผู้สูงอายุเสมือนญาติผู้ใหญ่ จนกระทั่งผู้สูงอายุมีความรู้สึกผูกพันโดยใช้สัมพันธภาพบนฝั่งเครือข่ายที่เน้นให้เห็นว่าครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการดูแลผู้สูงอายุ และให้การสนับสนุนกิจกรรมของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านที่มีบทบาทสำคัญในการดูแลผู้สูงอายุเป็นการไปให้กำลังใจช่วยเหลือเป็นเพื่อนพูดคุยและอื่นๆตามความจำเป็นซึ่งผู้ที่ทำหน้าที่อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านคือคนในท้องถิ่นที่มีความเข้าใจในธรรมชาติของผู้สูงอายุและมีความรู้ อย่่างไรก็ตามในการดูแลผู้สูงอายุที่จะได้ผลดีนั้นต้องได้รับการประสานความร่วมมือจากกำนันผู้ใหญ่บ้านองค์การบริหารส่วนตำบลวัดโรงเรียนและทุนทางสังคม (สุมาลี ตรีชู: สัมภาษณ์ 1 พฤษภาคม 2557) ดังนั้น จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะต้องประสบปัญหาทั้งในด้านร่างกาย สังคมจิตใจ เศรษฐกิจและมีแนวโน้มเกิดมากขึ้นและรุนแรงขึ้น ตามจำนวนการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุและปัญหาดังกล่าวจะลดลงได้อย่างไร และทำอย่างไรผู้สูงอายุจึงจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขการดูแลตนเองเป็นกิจกรรมที่ผสมผสานไปกับการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคล การดูแลตนเองเป็นกลวิธีที่มีความสำคัญและมีความจำเป็นสิ่งจำเป็น การระมัดระวังดูแลเอาใจใส่คอยสำรวจ และให้ความสำคัญที่จะปฏิบัติตนเบื้องต้นของการดูแลตนเองจะนำไปสู่การการมีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยเฉพาะในวัยผู้สูงอายุซึ่งเป็นวัยที่ประสบกับปัญหาในหลายด้านตามที่กล่าวมาการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนโดยการนำศักยภาพที่โดดเด่นของ

ปัจเจกบุคคลซึ่งได้แก่ความต้องการในการดูแลตนเองทั้งร่างกายและจิตใจ การให้ความสำคัญในคุณค่าของความเป็นมนุษย์และศักยภาพในการแก้ปัญหาของแต่ละบุคคลมาเป็นแนวทางในการดำเนินงาน ซึ่งเป็นการเตรียมตัวในการเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุขในอนาคต คือการเตรียมตัวเรื่องที่อยู่อาศัย เช่น จะอาศัยอยู่ที่ไหน กับใคร สถานที่ใด ความสงบปลอดภัย การเตรียมเรื่องเงินไว้ใช้จ่ายยามสูงอายุตามความเหมาะสมของลักษณะอาชีพ และวิถีชีวิตของแต่ละบุคคล การเตรียมชะลอความแก่หรือชะลอความเสื่อม เช่น การออกกำลังกาย การรู้จักป้องกันโรคร้ายไข้เจ็บ การดูแลเรื่องอาหารการกิน รู้จักพักผ่อนหย่อนใจ การเตรียมงาน ผู้สูงอายุควรมีงานใดงานหนึ่งตามใจรักเหมาะสมกับสภาพร่างกายของตนปัจจุบันผู้สูงอายุของชาวตำบลสะอาดถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง ไม่มีลูกหลานคอยดูแล เพราะลูกหลานบางคนต้องไปประกอบอาชีพที่อื่น ทำให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างโดดเดี่ยว ชาวคนคอยดูแล (พัฒนาสังคมเทศบาลตำบลสะอาด, 2557)

จากรายงานของข้อมูลจากเทศบาลตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น มีจำนวนผู้สูงอายุจำนวน 1,203 คน โดยแบ่งเป็นผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง จำนวน 171 คน และผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ จำนวน 22 คน ที่เหลือเป็นผู้สูงอายุปกติ 1010 คนประกอบอาชีพเกษตรกรรม ท่อเสื่อกสสภาพปัญหาด้านสุขภาพพบว่าโรคเรื้อรังที่พบได้แก่โรคที่เกี่ยวข้องกับสายตาและการมองเห็นโรคหลอดเลือดสมองโรคข้อกระดูก โรคเฉพาะข้อเข้าเสื่อมโรคความดันโลหิตสูงโรคเกี่ยวกับพันธุกรรมภาวะทุพโภชนาการและโลหิตจางโรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดและหัวใจ ความผิดปกติของการได้ยินโรคติดเชื้อและภาวะทุพพลภาพจากโรคและการเสื่อมของร่างกาย ต้องพึ่งพิงผู้อื่นในการปฏิบัติภารกิจส่วนตัว การดูแลตนเองด้านการขับถ่าย ในการเดินทางรับบริการทางสาธารณสุขหรือบริการด้านอื่นๆ ทั้งนี้ค่าใช้จ่ายและการดำเนินงานของเครือข่ายชมรมและหรือกลุ่มองค์กรผู้สูงอายุยังไม่สามารถดูแลสมาชิกได้อย่างครอบคลุม ทำให้ผู้สูงอายุต้องการได้รับการดูแลเนื่องจากไม่มีคนดูแลหรือรับผิดชอบในการในการรับบริการ ซึ่งปัญหาสำคัญที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ผู้สูงอายุขาดคนดูแล เนื่องจากบุตร หลาน หรือญาติย้ายไปทำงานต่างถิ่น จึงปล่อยให้ผู้สูงอายุอยู่ตามลำพัง ซึ่งบุตรหลานมองว่าการดูแลผู้สูงอายุไม่ใช่สิ่งที่มีความสำคัญสำหรับตนมากนัก เนื่องจากมีภาระจำเป็นต้องออกไปทำงาน และในทำนองเดียวกันผู้สูงอายุเองก็มีความคาดหวังในการพึ่งพิงบุตรหลานในยามแก่ชรา น้อยลงและหวังพึ่งพิงตนเองมากกว่า แต่ยังไม่มีความสามารถในการดูแลตนเอง ปัญหาเหล่านี้นำไปสู่ความจำเป็นของความ ต้องการในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ (เทศบาลตำบลสะอาด, 2556)

จากปัญหาที่สะท้อนมาดังกล่าวทั้งด้านสุขภาพ การเป็นผู้มีศักยภาพในการช่วยเหลือตนเองได้บ้าง การเข้าไม่ถึงบริการทั้งด้านสังคมและสุขภาพ การถูกทอดทิ้ง และไม่มีความสามารถในการ

ดูแลตนเองซึ่งสภาพปัญหาแวดล้อมดังกล่าว ถึงแม้จะมีรูปแบบในการดูแลและแนวทางการดูแลผู้สูงอายุจากชุมชนหรือองค์กรที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจากการลงภาคสนามได้ทราบความต้องการของผู้สูงอายุ ชุมชนและภาคีที่เกี่ยวข้องประกอบด้วยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ผู้นำชุมชน ที่มีความต้องการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดูแลตนเองไม่ต้องเป็นภาระของลูกหลานส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

จากความสำคัญของปัญหาที่ได้กล่าวมาทั้งหมด สะท้อนให้เห็นความสำคัญและความจำเป็นในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ในด้านสุขภาพอนามัย ด้านสังคมและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ และด้านการจัดสภาพแวดล้อม ในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ศักยภาพในการดูแลตนเอง อย่างมีคุณภาพ อันจะนำไปสู่แนวทางในการพัฒนาตนเองและสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทยต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาดอำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ในด้านสุขภาพอนามัย ในด้านสังคมและจิตใจ ในด้านเศรษฐกิจ และในด้านการจัดสภาพแวดล้อม
2. เพื่อศึกษา ความต้องการ และปัญหา ในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น
3. เพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านพื้นที่วิจัย

ผู้วิจัยกำหนดพื้นที่ในการวิจัย คือ ชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น

ขอบเขตด้านกลุ่มเป้าหมาย มีดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมายคือ ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ (Active aging) โดยเป็นสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น รวมทั้ง ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำชุมชน ปราชญ์ชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุข และภาคีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ตัวแทนจากองค์กรปกครองส่วน

ท้องถิ่น ตัวแทนจากพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดขอนแก่นตัวแทนโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสะอาดจำนวน 130 คน

2. กลุ่มเป้าหมายในการสนทนากลุ่ม (Focus group) เพื่อศึกษาความต้องการ ปัญหา ในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ตัวแทนผู้สูงอายุ ประธานชมรมผู้สูงอายุ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำชุมชน ประชาชนชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุข และภาคีที่เกี่ยวข้องได้แก่ ตัวแทนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ตัวแทนจากพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดขอนแก่น ตัวแทน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสะอาด จำนวน 8 คน

3. กลุ่มเป้าหมายในการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ได้แก่ ผู้สูงอายุที่สามารถสื่อสารได้ และตัวแทนจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จำนวน 6 คน

4. กลุ่มเป้าหมายในการประชุมปฏิบัติการเพื่อหาแนวทางในการพัฒนาการดูแล ตนเองของผู้สูงอายุ รวมจำนวน 20 คน

5. กลุ่มเป้าหมายในการนำแนวทางในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของ ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด ไปสู่การปฏิบัติคือสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาดจำนวน 130 คน

ขอบเขตด้านเนื้อหา จำแนกเป็น 3 ส่วน คือ

1. ศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ในด้านต่างๆ ดังนี้ในด้านสุขภาพอนามัย ด้านสังคมและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ และด้านการจัดสภาพแวดล้อม

2. ศึกษาปัญหา และความต้องการในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น

3. พัฒนารูปแบบ และแนวทางในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของภาคีที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ และเชิงคุณภาพ ผู้วิจัย มีขั้นตอนในการดำเนินการ 4 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ โดยใช้แบบสำรวจศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่นจำนวน 130 คน การสัมภาษณ์เจาะลึกเพื่อศึกษาเกี่ยวกับปัญหาในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ การสนทนากลุ่ม เพื่อศึกษา

เกี่ยวกับความต้องการในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ นำผลการศึกษาที่ได้จากการสำรวจ สัมภาษณ์และสนทนากลุ่มมาสังเคราะห์ เพื่อนำเสนอในการประชุมระดมความคิดเห็น

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างวิธีการ/แนวทางในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ โดยจัดประชุมระดมความคิดเห็นแบบมีส่วนร่วม

ขั้นตอนที่ 3 นำวิธีการและแนวทางในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่ได้สู่การปฏิบัติในชุมชน โดย 1) ตั้งคณะกรรมการรับผิดชอบในกิจกรรมต่างๆ ที่กำหนด 2) ประชุมคณะกรรมการ เพื่อพิจารณากิจกรรมที่เหมาะสมและเป็นความต้องการของอาสาสมัคร 3) ดำเนินกิจกรรมโดยผู้สูงอายุที่ผ่านการอบรมนำความรู้และทักษะไปปฏิบัติ

ขั้นตอนที่ 4 ประเมินผลวิธีการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ โดยวิธีการประเมินผลลัพธ์ และโดยการสัมภาษณ์เจาะลึกผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอย่างไม่เป็นทางการ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและการหาคุณภาพเครื่องมือ

การวิจัยครั้งนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

เครื่องมือเชิงปริมาณใช้แบบสำรวจศักยภาพ เครื่องมือเชิงคุณภาพเป็นแบบสัมภาษณ์ที่มีแนวคำถาม

การหาคุณภาพของเครื่องมือ แบบสอบถามสภาพการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ เป็นแบบสำรวจที่สร้างขึ้นครอบคลุมและสอดคล้องวัตถุประสงค์ของการวิจัยพร้อมนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาแก้ไขข้อบกพร่องในด้านภาษาและความถูกต้องด้านเนื้อหา นำแบบสอบถามเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ความเข้าใจและการใช้ภาษาให้มีความเหมาะสมถูกต้องยิ่งขึ้น

ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามด้านศักยภาพการดูแลตนเอง โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านพิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา ความครอบคลุมในประเด็นที่ศึกษา แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index item of objective congruence: IOC) โดยเกณฑ์การพิจารณาใช้ได้ต้องมีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ผลปรากฏว่า ทุกข้อมีค่า 1.00 แสดงว่าใช้ได้ทุกข้อ

การหาคุณภาพของแบบสอบถามวัดศักยภาพ โดยการนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ ครอนบาช ผลปรากฏว่าได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.91 และนำมาหาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามเป็นรายข้อ โดยใช้วิธีการหาค่าสหสัมพันธ์ (Correlation)

ระหว่างคะแนนแต่ละข้อและคะแนนรวมแต่ละฉบับ (Item to total correlation) ผลการทดลองได้ค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 0.23 – 0.82 นำมาปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ จัดทำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

เชิงคุณภาพการสร้างเครื่องมือเชิงคุณภาพประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์เจาะลึก ประเด็นการสนทนากลุ่ม และประเด็นการประชุมระดมความคิดเห็นแบบมีส่วนนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องในด้านภาษาและความถูกต้องด้านเนื้อหา และเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา ความเข้าใจ การใช้ภาษาและความถูกต้องเหมาะสม จัดทำข้อคำถาม ประเด็นสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ประเด็นการสนทนากลุ่ม และประเด็นการประชุมระดมความคิดเห็นแบบมีส่วนร่วมฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมายต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 57.69 มีช่วงอายุอยู่ที่ 60-65 ปี ร้อยละ 50.00 มีคู่สมรส ร้อยละ 65.38 มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 65.38 สามารถอ่านออกเขียนได้ ร้อยละ 94.62 ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 42.31 มีรายได้จากบุตรหลาน และญาติ ร้อยละ 65.38 มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 1,001-5,001 ร้อยละ 80 มีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 80 อาศัยอยู่กับคู่สมรส ร้อยละ 38.46 มีหนี้สินจาก ธกส. ร้อยละ 77.62 และมีการออมเก็บไว้เป็นเงินสด ร้อยละ 69.23 พบว่าผู้สูงอายุเป็นคณะกรรมการ/ชมรม/สมาคมในชมรมตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ร้อยละ 10.77 มีระยะเวลาในการทำงานมากที่สุด 2 ปี ร้อยละ 55.17 มีตำแหน่งเป็นกรรมการมากที่สุด ร้อยละ 64.29 เป็นสมาชิกในชมรมฅาปนกิจ และกลุ่มออมทรัพย์มากที่สุด ร้อยละ 36.62 รองลงมาเป็นสมาชิกชมรมออกกำลังกาย ร้อยละ 16.90 กลุ่มสตรีแม่บ้าน ร้อยละ 5.63 และกลุ่มเกษตรปลอดสารพิษ ร้อยละ 4.23 เข้าร่วมกิจกรรมของ

ชมรมทุกครั้ง ร้อยละ 76.29 รับรู้ข้อมูลข่าวสารจากบุคคล (คำบอกเล่า, การประชุม) ร้อยละ 53.85 จากหอกระจายข่าวร้อยละ 23.08 มีงานอดิเรกจากการจักสารเครื่องใช้ ร้อยละ 57.69 กิจกรรมที่สนใจคือเข้าวัด ฟังธรรม ร้อยละ 52.31 มีความสามารถพิเศษในงานซ่อมแซมร้อยละ 33.08

2. ศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยพบว่าศักยภาพในด้านสุขภาพอนามัยมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 2.10$) ผลจากการศึกษาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในด้านสุขภาพอนามัย พบว่า ผู้สูงอายุมีระดับศักยภาพในการดูแลตนเองภาพรวมในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.10$) โดยพบว่าศักยภาพที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ศักยภาพในการรับประทานอาหารได้เองเมื่อเตรียมสำหรับไว้เรียบร้อยแล้ว ร้อยละสูง ($\bar{X} = 2.40$) และศักยภาพที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ความสามารถเลือกรับประทานอาหารเสริม (รวมทั้งสมุนไพร วิตามิน แร่ธาตุ) ($\bar{X} = 1.44$) ศักยภาพในการดูแลตนเองด้านสังคมและจิตใจของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น มีศักยภาพในการดูแลตนเองภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.92$) โดยพบว่าศักยภาพที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือการปฏิบัติต่อคนในครอบครัวด้วยความรักและความห่วงใย ($\bar{X} = 2.60$) ศักยภาพที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ความสามารถร่วมวิเคราะห์หรือให้คำปรึกษากับกลุ่มภายในครอบครัวหรือในชุมชนได้ ($\bar{X} = 1.33$) ศักยภาพในการดูแลตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีศักยภาพในการดูแลตนเองด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 1.57$) โดยพบว่าศักยภาพที่มีค่าเฉลี่ยปานกลางคือมีเงินเก็บจากการออม ($\bar{X} = 1.57$) ศักยภาพในการดูแลตนเองด้านการจัดสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลสะอาด อำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น พบว่า มีศักยภาพในการดูแลตนเองด้านการจัดสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 1.56$) โดยพบค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ สามารถดูแลบริเวณรอบๆ บ้านเพื่อให้สะอาดปลอดภัย สวยงาม ($\bar{X} = 1.48$)

3. ความต้องการและปัญหาในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ

3.1 ความต้องการของผู้สูงอายุในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองด้านสุขภาพอนามัย พบว่า 1. ต้องการได้รับความรู้ในการป้องกันความเสื่อมของร่างกาย 2. ต้องการได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพการดำเนินชีวิตประจำวันในการดูแลตนเอง ด้านอาหารการกิน วิธีการเลือกอาหารที่ดีมีคุณภาพ การพักผ่อนนอนหลับที่ดี การออกกำลังกายที่เหมาะสม 3. ต้องการความรู้เกี่ยวกับการลดความรุนแรงของโรคต่างๆ ที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ 4. ต้องการวิธีการดูแลช่วยเหลือตัวเองได้เมื่อผู้ดูแลไม่อยู่ หรือการเดินทางไปรับบริการพยาบาลเมื่อยามเจ็บป่วย 5. ต้องการได้รับการตรวจสุขภาพ และการรักษาพยาบาลที่สะดวก รวดเร็ว ทันทีที่ต้องการได้รับการรักษาพยาบาล

แบบให้เปล่าจากรัฐ โดยวิธีการนั้นควรจัดเป็นแผนความรู้ สื่อสิ่งพิมพ์ สื่อวิทยุ หรือกิจกรรมการเยี่ยมบ้านของ อสม.หรือ หน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้อง

ปัญหา เป็นปัญหาในการได้รับความรู้เพื่อการปฏิบัติการดูแลตนเอง การช่วยเหลือตนเอง หรือการพัฒนาความรู้เดิมที่มีอยู่แล้วให้มีความรู้เพิ่มมากขึ้นโดยลดภาระการพึ่งพาจากผู้ดูแล คือ ยังมีความรู้ไม่เพียงพอในการปฏิบัติตนในด้านสุขภาพอนามัย การระวังสื่อโฆษณาทางสุขภาพ ยังไม่มีการจัดอบรมให้ความรู้ในด้านการป้องกันความเสื่อมของร่างกาย ยังไม่มีเอกสารเผยแพร่ความรู้ความรู้ในการปฏิบัติและดูแลตนเอง ยังไม่มีการให้คำแนะนำที่ดีในการดูแลสุขภาพสุขภาพของตนเอง ยังไม่มีตัวอย่างวิธีการจัดการเรื่องอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ รวมถึงรูปแบบการออกกำลังกายด้วยตัวเองและการออกกำลังกายที่เหมาะสม

3.2 . ความต้องการในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองด้านสังคมและจิตใจ พบว่า

1. ต้องการความรู้ในการปรับตัวทางด้านสังคมและจิตใจ 2. ต้องการทักษะการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมการสร้างกลุ่ม 3. ต้องการมีบทบาทในชุมชนตามความถนัด ต้องการปฏิสัมพันธ์กับบุคคล 4. ต้องการความรู้ทักษะในการถ่ายทอด การได้รับยอมรับจากผู้อื่น

ปัญหา มีปัญหาในด้านการเข้าไปมีส่วนร่วมในการเป็นคณะกรรมการหรือสมาชิกในกลุ่ม ชมรม ต่างๆ มีปัญหาในการแสดงความคิดเห็นหรือการแสดงความสามารถเพื่อให้ครอบครัวและชุมชนยอมรับ โดยยังไม่มีกิจกรรมหรือโครงการในการพัฒนาทักษะการปรับตัว ยังไม่มีกิจกรรมการค้นหาคำความสามารถหรือทักษะต่างๆ ของผู้สูงอายุในชุมชนว่าผู้สูงอายุมีความรู้ความสามารถในด้านใดบ้าง

3.3 ความต้องการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองด้านเศรษฐกิจ พบว่า 1) มีความต้องการเพิ่มรายได้ ลดรายจ่ายในครอบครัว 2) ต้องการประกอบอาชีพที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้ด้วยตนเอง 3) ต้องการให้สนับสนุนทางการตลาด การพัฒนาสินค้า ช่องทางการจัดจำหน่าย ความรู้ในเรื่องการเงินเบื้องต้น การเพิ่มเบี้ยคนชรา หรือการสนับสนุนทางด้านเงินทุนอื่นๆ

ปัญหา คือ การไม่สามารถประกอบอาชีพเหมือนเดิมได้ ไม่มีงานอดิเรกหรืออาชีพเสริมที่เพิ่มรายได้ ไม่มีความรู้ในเรื่องของรายรับรายจ่าย และการไม่สามารถจัดการเรื่องการเงินของตนเองได้

3.4 ความต้องการในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองด้านการจัดสภาพแวดล้อม

พบว่า มีความต้องการความรู้ในการจัดและดูแลสภาพแวดล้อมให้ดี เช่น การทำให้อากาศถ่ายเทสะดวก อุปกรณ์ในบ้านมีการป้องกันอุบัติเหตุโดยรูปแบบนั้นอาจเป็นการจัดทำเป็นแผนของชุมชนเพื่อช่วยปรับปรุง และสร้าง สภาพแวดล้อมทั้งในบ้านและชุมชนให้มีความเหมาะสม และจัดตั้งคณะกรรมการดูแล บำรุง รักษาอุปกรณ์ต่างๆ

ปัญหา คือ ความสามารถดูแลสภาพแวดล้อมภายในบ้านที่อยู่อาศัยเพื่อให้เหมาะสม เช่น ทำความสะอาด กวาด เก็บ ถู ยังไม่สามารถปฏิบัติได้ดี ยังไม่มีความรู้ในการซ่อมแซมอุปกรณ์ เครื่องใช้ หรือดูแลรักษาให้มีความปลอดภัย รวมทั้งการจัดสภาพบริเวณรอบๆบ้านเพื่อให้สะอาด ปลอดภัย สวยงาม.ยังมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อการดูแลตนเองไม่เพียงพอ

ผลจากการระดมความคิดเห็นในที่ประชุม เห็นว่าวิธีการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ควร มี ดังนี้

การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุด้วยตัวของผู้สูงอายุในที่ประชุมได้เสนอว่า ควรเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ ให้ผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวเป็นผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรม โดยมีกิจกรรม/โครงการ ต่างๆ ดังนี้ คือ

1) ด้านสุขภาพอนามัย:โครงการให้ความรู้ ความเข้าใจในด้านสุขภาพอนามัย ประกอบด้วย กิจกรรม

1.1 กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องการป้องกันความเสื่อมของร่างกาย ได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพการดำเนินชีวิตประจำวัน การดูแลตนเอง การพักผ่อนนอนหลับที่ดี 1.2 กิจกรรมการพัฒนาตำรับอาหารสำหรับผู้สูงอายุ วิธีการเลือกอาหารที่ดีมีคุณภาพ 1.3 กิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสม

2) ด้านสังคมและจิตใจ :โครงการส่งเสริมสังคมและจิตใจของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย กิจกรรม

2.1 กิจกรรมเยี่ยมบ้าน 2.2 กิจกรรมสำรวจความรู้ ภูมิปัญญา 2.3 กิจกรรมอบรมทักษะการพัฒนาตนเอง การถ่ายทอดความรู้

3) ด้านเศรษฐกิจ :โครงการลดรายจ่ายเพิ่มรายได้ของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยกิจกรรม

3.1 กิจกรรมพัฒนาผลิตภัณฑ์ในครัวเรือนเพื่อ ลดรายจ่าย 3.2 กิจกรรมเพิ่มรายได้ให้กับผู้สูงอายุ สินค้าที่ผู้สูงอายุผลิตได้ในชุมชน การกำหนดราคา ช่องทางการตลาด

4) ด้านการจัดสภาพแวดล้อม :โครงการให้ความรู้สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในบ้าน และบริเวณ ประกอบด้วยกิจกรรม

4.1 กิจกรรม 5 ส. เพื่อผู้สูงอายุ 4.2 กิจกรรมศึกษาดูงานการจัดสภาพบ้าน สิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผลการศึกษาการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุขาดความรู้เรื่อง การความสามารถในการเลือกรับประทานอาหารเสริม (รวมทั้งสมุนไพร วิตามิน แร่ธาตุ) จึงควรมี การอบรมความรู้เรื่อง การปฏิบัติตนที่ดีในชีวิตประจำวัน อย่างต่อเนื่อง

2. ผลการศึกษาการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุมีรายได้จากการ ทำงานอดิเรกน้อย จึงควรมีการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมเสริมที่สร้างรายได้ให้กับผู้สูงอายุ อย่างต่อเนื่อง

3. กิจกรรมการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ อนามัย ด้านสังคมและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ และด้านการจัดสภาพแวดล้อม สามารถใช้เป็นแนว ปฏิบัติในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชุมชนอื่นๆ ต่อไปได้

4. การพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน นั้นต้องเกิดจาก ความต้องการในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุเป็นหลัก การดำเนินกิจกรรมนั้น จึงจะสามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนั้น การปฏิบัติจึงต้องพึงระวังเรื่องกำหนดกิจกรรม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาในครั้งนี้ได้มีการวิจัยและพัฒนาแนวทางในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเอง ของผู้สูงอายุ โดยทำให้ให้เกิดแนวทางในการพัฒนา 4 ด้าน คือ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านสังคมและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ และด้านการจัดสภาพแวดล้อม ซึ่งประกอบด้วยการพัฒนาผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาวิจัยต่อยอดเพื่อเป็นประโยชน์ให้กับผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ควรศึกษาปัจจัยด้านอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุโดยตัวผู้สูงอายุ เพื่อเพิ่ม ประสิทธิภาพการของผู้สูงอายุในการดูแลตนเอง

2. ควรศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการให้บริการแก่ผู้สูงอายุครบวงจร ที่ผู้สูงอายุสามารถใช้เป็น พื้นที่ในการเข้าถึงบริการและสวัสดิการต่างๆ

เอกสารอ้างอิง

- ธีรฤติ อรุณเวช (2550). แนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุตามยุทธศาสตร์การพัฒนาสังคม. กรุงเทพฯ. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- บรรลุ ศิริพานิช, และคณะ. (2551). รายงานการวิจัยเรื่องชมรมผู้สูงอายุ : การศึกษารูปแบบและ การดำเนินงานที่เหมาะสม. กรุงเทพฯ:วิญญาน.
- ภัทรธิดา ผลงาม.(2553).การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุใน ชุมชน:กรณีศึกษาในหมู่บ้านศรีบุญเรือง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย.เลย:มหาวิทยาลัย ราชภัฏเลย.
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร.(2549).โครงการระบบการดูแลระยะยาวในครอบครัวสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ: มิสเตอร์ก็อปปี(ประเทศไทย).
- (2551).ทิศทางดูแลระยะยาวด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย.กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข(สวรส.).
- สำนักงานสถิติจังหวัดขอนแก่น (2555: 10). รายงานสถิติจังหวัดประจำปี.
- เทศบาลตำบลระหวาด. (2556). รายงานผลการปฏิบัติงานประจำปี.