



ร่าง

## รายงานกิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการวิจัย

เรื่อง

รูปแบบการจัดการความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพัง  
ในเขตภาคเหนือตอนล่าง

Knowledge management model in health promoting of  
necklet elderly in Lower northern region



โดย

รศ.ดร.ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน และคณะ

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ได้รับทุนอุดหนุนการทำกิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการวิจัย  
โครงการจัดการความรู้และถ่ายทอดเทคโนโลยีจากผลงานวิจัยและนวัตกรรม  
จากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ประจำปีงบประมาณ 2559

### กิตติกรรมประกาศ

กิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการวิจัยโครงการจัดการความรู้และถ่ายทอดเทคโนโลยีจากผลงานวิจัย และนวัตกรรมนี้เกิดขึ้นได้ ด้วยการได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ประจำปีงบประมาณ 2559 คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณ เป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ คุณสุทัศน์ ทับจาก คุณพงษ์สุข เกศกลมเกลา ตลอดจนผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพัง ที่ในพื้นที่ อำเภอสามเงา จังหวัดตาก อำเภอองไทรลาศ จังหวัดสุโขทัย และอำเภอปางศิลาทอง จังหวัด กำแพงเพชร ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโครงการจัดการความรู้และถ่ายทอดเทคโนโลยีจากผลงานวิจัยและนวัตกรรม และให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ หน่วยวิจัย มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่ได้ให้โอกาส ส่งเสริมและสนับสนุนในการ ทำกิจกรรม ตลอดจนให้คำปรึกษา คำแนะนำ ให้งานวิจัยนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

คุณค่า และคุณประโยชน์อันพึงจะมีจากกิจกรรมครั้งนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้แก่ ผู้สูงอายุผู้ถูกทอดทิ้ง และผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่าน

ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน และคณะ

### บทคัดย่อ

กิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการวิจัยโครงการจัดการความรู้และถ่ายทอดเทคโนโลยีจากผลงานวิจัยและนวัตกรรมนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ถ่ายทอดรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพังในเขตภาคเหนือตอนล่างโดยการจัดการความรู้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุข เจ้าหน้าที่องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพังในพื้นที่ อำเภอสามเภา จังหวัดตาก อำเภอกงไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย และอำเภอบางศิลาทอง จังหวัดกำแพงเพชร กลุ่มผู้สูงอายุทั้งหมด 167 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 59.9 มีค่ามัธยฐานของอายุ 69 ปี (พิสัยควอไทล์ 10) ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 67.7 สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 78.4 ปัจจุบันไม่ประกอบอาชีพ ร้อยละ 45.5 ประกอบอาชีพเกษตรกรรมในอดีต ร้อยละ 64.0 และมีรายได้ ร้อยละ 69.5 โดยมีแหล่งรายได้ของตนเองเป็นรายได้หลัก ร้อยละ 48.2 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสถานภาพทางการเงินพอกินพอใช้ ร้อยละ 76.0 ส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 68.9 กิจกรรมการถ่ายทอดความรู้ประกอบด้วย 1) การพัฒนาศักยภาพในการรับรู้ประโยชน์ของการสร้างเสริมสุขภาพ ขั้นตอนที่ 2) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ขั้นตอนที่ 3) การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ ขั้นตอนที่ 4) การสนับสนุนจากบุคคลภายนอกครอบครัว และบุคลากรด้านสุขภาพในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุได้รับการถ่ายทอด เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุข เจ้าหน้าที่องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพัง ได้รับการถ่ายทอดความรู้ครบทุกกิจกรรม

**คำสำคัญ** ผู้สูงอายุ การส่งเสริมสุขภาพ อาศัยอยู่ตามลำพัง

## สารบัญ

บทที่		หน้า
1	<b>บทนำ</b> .....	1
	ความสำคัญและที่มาของปัญหา .....	1
	วัตถุประสงค์ .....	8
	ขอบเขตการถ่ายทอดเทคโนโลยี .....	8
	แผนการดำเนินงาน .....	9
	วิธีดำเนินงาน.....	10
	ประโยชน์ที่ได้รับ.....	11
2	<b>องค์ความรู้และเทคโนโลยี</b> .....	15
3	<b>วิธีดำเนินงาน</b> .....	17
	ขั้นตอนการดำเนินงาน .....	17
	ภาพกิจกรรม .....	21
4	<b>ผลการดำเนินงาน</b> .....	26
	ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ .....	26
	พฤติกรรมสุขภาพ .....	30
	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับพฤติกรรมสุขภาพ.....	30
	ผลการพัฒนาศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพัง	
	อภิปรายผลการทำกิจกรรม	46
5	<b>บทสรุป</b> .....	49
	สรุปและข้อเสนอแนะ .....	49
	ข้อเสนอแนะแนวเกี่ยวกับกิจกรรม.....	51
	แนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรคในการทำกิจกรรม.....	52

### สารบัญ (ต่อ)

การเชื่อมโยงสู่การพัฒนาเพื่อขยายผลต่อไป.....	52
ประโยชน์และแนวทางในการประยุกต์ใช้ที่ได้จากโครงการ.....	53
เอกสารอ้างอิง.....	53
<b>ภาคผนวก</b> .....	<b>63</b>
<b>ประวัติผู้วิจัย</b> .....	<b>73</b>

## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงจำนวน และร้อยละจำแนกตามลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล .....	96
2 แสดงจำนวน และร้อยละสภาวะสุขภาพที่ได้รับผลกระทบจากการสูงอายุจำแนกตามข้อคำถาม .....	100
3 แสดงจำนวน และร้อยละของศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองจำแนกตามรายชื่อ.....	103
4 แสดงจำนวน และร้อยละการรับรู้ประโยชน์ของการสร้างเสริมสุขภาพจำแนกตามข้อคำถาม.....	114
5 แสดงจำนวน และร้อยละของการได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัวหรือญาติในการสร้างเสริมสุขภาพจำแนกตามรายชื่อ .....	121
6 แสดงจำนวน และร้อยละของการได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคลภายนอกครอบครัว ในการสร้างเสริมสุขภาพจำแนกตามรายชื่อ.....	123
7 แสดงจำนวน และร้อยละของการได้รับแรงสนับสนุนจากบุคลากรด้านสุขภาพในการสร้างเสริมสุขภาพจำแนกตามรายชื่อ.....	125
8 แสดงจำนวน และร้อยละของการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพจำแนก ตามรายชื่อ .....	126
9 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสภาวะสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของการสร้างเสริมสุขภาพ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมในการสร้างเสริมสุขภาพ การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพกับศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพ.....	130
10 แสดงปัจจัยทำนายศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพังโดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน .....	130
11 แสดงการพัฒนากระบวนการเพิ่มศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ที่อยู่อาศัยตามลำพัง.....	137

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
13	แสดงผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นที่มีต่อกระบวนการเพิ่มศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพังด้านความตรงประเด็น ความเหมาะสม และความเป็นไปได้ในการดำเนินงานจริง ..... 162
14	แสดงกระบวนการเพิ่มศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพัง..... 176

## สารบัญภาพ

ภาพ		หน้า
1	แสดงกฎบัตรรอดตายเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ.....	40
2	แสดงรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender).....	45
3	แสดงกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจตามแนวคิดของเฟลอร์รี่ (Fleury) .....	64
4	แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย .....	83
5	แสดงขั้นตอนการดำเนินการวิจัย .....	85
6	แสดงร่างกระบวนการเพิ่มศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเอง ของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัย ตามลำพัง.....	136
7	แสดงกระบวนการเพิ่มศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพตนเอง ของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพัง .....	179