

0008-92760 /



ศูนย์ข้อมูลภาคเหนือ

ปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุมีอายุยืน
ในชุมชน เชียงใหม่

(FACTORS ASSOCIATED WITH
LONGEVITY OF THE ELDERLY
IN CHIANGMAI)

นิมมาล ศรีจาด

ด้วยความสนับสนุนจาก

สถาบันชีวิตวิทยา และ สถาบันวิจัยและพัฒนา

มหาวิทยาลัยพายัพ

๑.

เลขที่	๓๐๕.๒๖
	๗๖๖๑๗
เลขทะเบียน	ป ๐๖๖๗๓ ✓
วันที่	๒๖ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๓๘

- ก -

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุมีอายุยืนในชุมชนเชียงใหม่ เป็นงานวิจัยที่ได้รับการสนับสนุนทางด้านงบประมาณจาก สถาบันชีวิตวิทยา และสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยพายัพ ทำให้งานวิจัยนี้สามารถดำเนินการได้ตามวัตถุประสงค์

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ท่านผู้สูงอายุทุกท่านที่ได้กรุณาตอบคำถาม ซึ่งใช้เป็นข้อมูลในการวิจัยอันจะเป็นประโยชน์อย่างมากในการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประเสริฐ พันธชาติ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและให้การสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน ทำให้งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

นิมนวล ศรีจาด

PAYAP UNIVERSITY

บทคัดย่อ

เป็นการศึกษาเพื่อสำรวจข้อมูลทั่วไป ปัญหาและปัจจัยที่มีผลต่อการมีอายุยืนของผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไป ในเขตอำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 100 ราย กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) เครื่องมือที่ใช้สำรวจประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์และเครื่องมือวัดสุขภาพกาย ผลการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีภาวะไม่รู้หนังสือเกือบครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 41) ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ ปัญหาที่มีผู้สูงอายุประสบมาก ได้แก่ ปัญหาสุขภาพ และปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาสุขภาพที่สำคัญคือ ปัญหาเกี่ยวกับโรคกระดูก และการนอนไม่หลับ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีพฤติกรรมบริโภคที่ทำให้เกิดการติดสิ่งเสพติดคือ หมาก เมียง บุหรี่ และสุรา ในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น กับการมีอายุยืน พบว่า ภาวะสุขภาพจิต และเข่าวันปัญญา มีความสัมพันธ์เป็นปฏิกากับอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .01$) ผู้สูงอายุในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่ไม่ปรากฏว่ามีภาวะซึมเศร้า และมีความคิดว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้มีอายุยืน คือ การทำจิตใจให้แจ่มใส และทำจิตใจให้สงบ โดยการยึดศาสนาเป็นหลัก อนึ่ง เมื่อนำปัจจัยทั้ง 7 อย่างที่ผู้วิจัยคาดว่าจะมีผลต่อการมีอายุยืน มาศึกษาอิทธิพลของการทำนาย โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีอายุยืน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .005$) สูงสุด คือ ภาวะสุขภาพจิต รองลงมาคือ พฤติกรรมการบริโภค และปัจจัยทางด้านพันธุกรรมตามลำดับ

สารบัญ

	หน้า
กิติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อ	ข
สารบัญ	ค
สารบัญตาราง	ง
บทที่ 1	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
บทที่ 2	
ทบทวนวรรณกรรม	5
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายผู้สูงอายุ	6
แนวคิดเกี่ยวกับการมีอายุยืน	8
ปัจจัยที่มีผลต่อความสูงอายุ	9
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	14
บทที่ 3	
ระเบียบวิธีวิจัย	17
ขอบเขตของการวิจัย	17
สภาพทั่วไปของสถานศึกษา	17
การเก็บข้อมูล	21
การวิเคราะห์ข้อมูล	22
บทที่ 4	
ผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	23
ภาคผนวก	
แบบสัมภาษณ์	41
บรรณานุกรม	47

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	กลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศและอายุ	23
ตารางที่ 2	กลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศและการศึกษา	24
ตารางที่ 3	กลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศและสถานภาพ	25
ตารางที่ 4	กลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุของบิดามารดา	25
ตารางที่ 5	การร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ	26
ตารางที่ 6	ปัญหาที่พบบ่อยในกลุ่มผู้สูงอายุ	27
ตารางที่ 7	บุคคลที่ผู้สูงอายุปรึกษา/ขอความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา	28
ตารางที่ 8	โรคประจำตัว/ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ	29
ตารางที่ 9	แสดงการรับรู้ของผู้สูงอายุเกี่ยวกับปัจจัยที่ทำให้อายุยืน	30
ตารางที่ 10	จำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย	31
ตารางที่ 11	การใช้สารที่ทำให้เกิดการเสพติด	32
ตารางที่ 12	แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล เนื่องจากปัญหาสุขภาพหลังอายุ 60 ปี	33
ตารางที่ 13	แสดงความถี่ของการมีปัญหาเรื่องนอนไม่หลับ	34
ตารางที่ 14	ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ และการมีอายุยืน	35
ตารางที่ 15	การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอนเกี่ยวกับการมีอายุยืน	36