



โครงการยุทธศาสตร์การวิจัยเชิงลึก กองทุนรัชดาภิเษกสมโภช

การศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่มีอายุ 100 ปี ขึ้นไป

Living Behavior for Elderly aged 100 years or more

โดย รศ. ไตรรัตน์ จารุทัศน์

หน่วยปฏิบัติการวิจัย สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ

trirat13@gmail.com



ความเป็นมา และความสำคัญของปัญหา

สังคมไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จากสถิติจำนวนผู้สูงอายุ ปี 2553 มีผู้สูงอายุ 7.6 ล้านคนหรือประมาณร้อยละ 11.4 ของประชากร และในปี 2558 มีผู้สูงอายุ ประมาณ 9 ล้านคน หรือ **ประมาณร้อยละ 14 ของประชากร** ซึ่งทำให้ประเทศไทยเป็น “สังคมผู้สูงอายุ” หรือ “สังคมผู้สูงวัย (Aging Society)” อย่างเต็มตัว

ผู้สูงอายุที่มีอายุ 100 ปีขึ้นไปหรือศตวรรษิกชน (Centenarian) เป็นแบบอย่างของผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิต และนับว่า**เป็นดัชนีชี้คุณภาพชีวิตของสังคม**ได้ในระดับหนึ่ง ซึ่งการที่ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติจำเป็นต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างที่ประกอบกัน และที่สำคัญคือ พฤติกรรมการอยู่อาศัย เช่นอาหาร การออกกำลังกาย การได้รับการดูแล การทำงาน เป็นต้น ซึ่งน่าจะเป็นแนวทางที่ดีในการดำรงชีวิตที่ส่งเสริมให้มีอายุยืนยาวได้ นอกจากนี้โครงการวิจัยภายใต้การเก็บข้อมูล “ผู้สูงอายุที่มีอายุ 100 ปีขึ้นไป จำนวน 100 คน” นับเป็นโครงการเนื่องในโอกาสที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจะครบรอบ 100 ปี แห่งการก่อตั้ง ในปี พ.ศ. 2560



วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่มีอายุ 100 ปีขึ้นไป

ระเบียบวิธีวิจัย การวิจัยของการศึกษานี้เป็นการวิจัยแบบเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพื่อนำไปสู่ข้อเสนอแนะ และแนวทางที่เป็นรูปธรรมและเหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย

รายละเอียด/เดือนที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. การวิจัยเชิงเอกสาร ทำการทบทวนวรรณกรรม	←→											
2. คัดเลือกกรณีตัวอย่าง	←→											
3. สร้างเครื่องมือในการเก็บข้อมูล		←→										
4. อบรมผู้ช่วยวิจัย			←→									
5. การลงพื้นที่สำรวจสภาพแวดล้อมการอยู่อาศัย				←→								
6. วิเคราะห์ข้อมูล								←→				
7. การสอบถามกับผู้เชี่ยวชาญ										←→		
8. ขึ้นสรุปผล											←→	

ประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการ ได้กรณีตัวอย่างกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุ 100 ปี ขึ้นไปของประเทศไทย

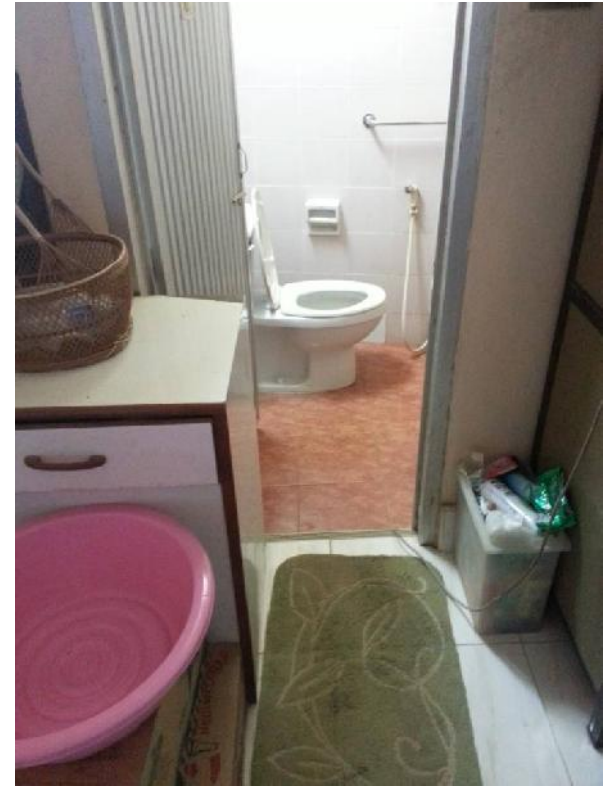
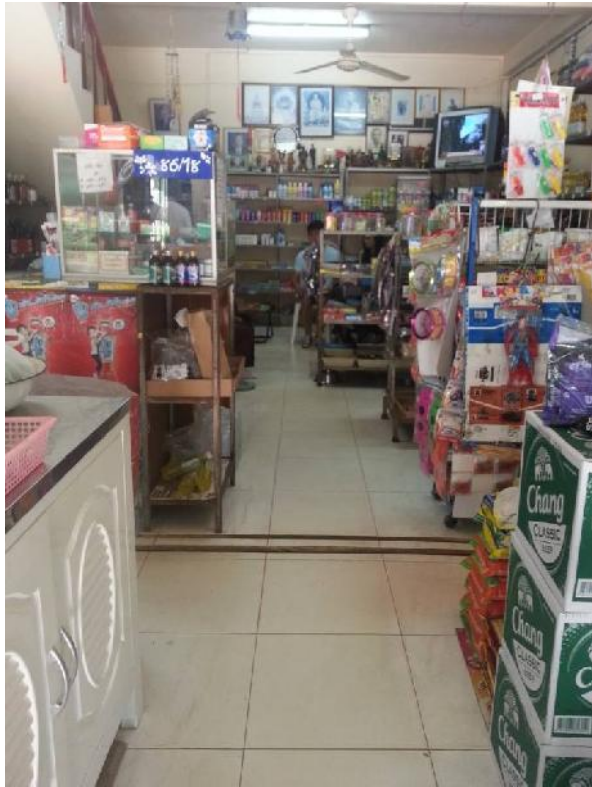


ตัวอย่างข้อมูลเบื้องต้น ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ข้อมูลเบื้องต้น

- ผู้สูงอายุ อายุ 102 ปี
- เดินได้
- พูดคุยรู้เรื่อง
- ความจำ ยังดี
- อยู่ในเขตตัวเมือง





ทางเดินแคบ เก้าอี้กำแพงเดินไปได้ ไม่มีพื้นต่างระดับ ยกเว้นบริเวณห้องน้ำ





- ห้องนอนไม่โปร่ง
- ค่อนข้างมืด ต้องเปิดไฟตลอดเวลา
- นอนเตียง (ข้อสังเกต; ผู้สูงอายุที่ยังเดินได้ จะนอนเตียง ส่วนผู้สูงอายุที่เริ่มเดินไม่ได้ นอนพุกที่ปูบนพื้น)
- เตียงนอนชิดผนัง 2 ด้าน
- ความสูงเตียง เมื่อนั่งเท้าจะไม่ลอย





- พื้นลื่นระดับ
- ประตู ล็อคได้ทั้งด้านในและนอก (ใช้กลอนธรรมดา)
- ติดตั้งราวจับช่วยพยุงตัว (ข้อสังเกต เบื้องต้น: เฉพาะที่อยู่ในเขตเมือง)





- โถส้วมแบบนั่งราบ (ข้อสังเกต; หากผู้สูงอายุเดินได้ ส่วนใหญ่ จะเปลี่ยนจากแบบนั่งยองเป็นนั่งราบ)
- มีเก้าอี้อาบน้ำแบบเก้าอี้พลาสติก ซึ่งมีทั้งแบบมีพนักพิงหลังและไม่มีพนักพิงหลัง (ข้อสังเกต: มีเก้าอี้อาบน้ำเฉพาะแต่ไม่ใช่ เปลี่ยนเป็นเก้าอี้พลาสติกแทน)

