

การพัฒนารูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย

ตำบลเวียงสะอาด อำเภอพยุหะคีรี จังหวัดมหาสารคาม

ศศิภัสส์ ต้นตะวาโย จพ.

สุณิสา ศิริสุริยะสุนทร พว.

สิริลักษณ์ แผงสมศรี พว.

รัตนารณ สุวรรณบุตร จพ.

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาบริบทของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุและปัญหาที่เกี่ยวข้องกับป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตก หกล้ม ในผู้สูงอายุ 2) เพื่อการพัฒนาระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตก หกล้มในผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย อำเภอพยุหะคีรี จังหวัดมหาสารคาม 3) เพื่อทดลองใช้และประเมินผลกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตก หกล้ม ในผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย อำเภอพยุหะคีรี จังหวัดมหาสารคาม โดยแบ่งการวิจัยออกเป็น 4 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 ระยะที่ 1 การศึกษาบริบทและปัญหาของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะที่ 2 สร้างรูปแบบจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตก หกล้ม ในผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 นำ(ร่าง) รูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตก หกล้ม ในผู้สูงอายุไปทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบให้เหมาะสม ระยะที่ 4 ประเมินผลรูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตก หกล้ม ในผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ทีมผู้ดูแลผู้สูงอายุ ตัวแทนสาธารณสุขอำเภอ ตัวแทนผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ตัวแทนเครือข่ายสุขภาพภาคประชาชน พยาบาลวิชาชีพจากโรงพยาบาลชุมชนและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล นักวิชาการสาธารณสุข เครือข่ายสุขภาพภาคประชาชน รวม 24 คน กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงในการพลัดตกหกล้ม จำนวน 30 คน ผู้วิจัยจึงคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 25 คน

ผลการวิจัยพบว่า (1) บริบทและปัญหาของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุพบว่าผู้สูงอายุยังไม่ตระหนักถึงปัญหาของการพลัดตกหกล้ม การป้องกันและการส่งเสริมหรือทำกิจกรรมในการป้องกันและการส่งเสริมความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ อีกทั้งครอบครัวไม่ได้ใส่ใจถึงการป้องกันและดูแลผู้สูงอายุในเรื่องของการจัดสิ่งแวดล้อมทั้งภายในและภายนอก การส่งเสริมกิจกรรมในชุมชนยังไม่พบว่ามีการจัดกิจกรรมส่วนใหญ่เป็นการส่งเสริมสุขภาพในภาพรวมของประชาชนทุกกลุ่มวัยการทำงานโครงการยังไม่ชัดเจนในการแก้ไขปัญหาในกลุ่มผู้สูงอายุ (2) เพื่อการพัฒนาระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตก หกล้ม ในผู้สูงอายุ มีรูปแบบกระบวนการที่สำคัญ ได้แก่ การกำหนดบทบาทหน้าที่องค์กร การภาคีสร้างภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วม การสร้างคณะทำงาน/ทีมดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานให้ชัดเจน และการจัดทำรูปแบบการเรียนรู้การสอนของผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงประกอบกิจกรรมส่งเสริมด้วย 12 กิจกรรม 12 สัปดาห์ พบว่า ด้านพฤติกรรมการณ์การเดินมีค่าคะแนนดีขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการ มีความรู้เรื่องการป้องกันการพลัดตกหกล้มดีขึ้นและพฤติกรรมการณ์การดูแลตนเองดีขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการ มีค่าคะแนนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมวัดผลหลังจากการใช้รูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ 0.05 ข้อเสนอแนะควรออกแบบระบบการเข้าถึงข้อมูล

ผู้สูงอายุในเชิงลึกเพื่อให้ทราบปัญหา อุปสรรค ข้อจำกัดในการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มเพื่อจะได้นำข้อมูลไปออกแบบการแก้ปัญหาเป็นรายบุคคลต่อไป

คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ; ผู้สูงอายุพลัดตกหกล้ม; กระบวนการเรียนรู้ในการป้องกันการพลัดตกหกล้ม

ชื่อเรื่อง

การพัฒนารูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตกหกล้ม

ในผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย ตำบลเวียงสะอาด
อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม

ชื่อผู้วิจัย

ศศิภัสส์ ตันตะวาโย จพ.

สุณิสา ศิริสุริยะสุนทร พว.

สิริลักษณ์ แผงสมศรี พว.

รัตนารณณ์ สุวรรณบุตร จพ.

ชื่อผู้นำเสนอ

นางสาวสิริลักษณ์ แผงสมศรี พว.

สถานที่ติดต่อกลับ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย

E-mail uc05014@gmail.com โทรศัพท์มือถือ 088-2504287

สรุปสาระสำคัญ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย ตำบลเวียงสะอาด อำเภอยักษ์ภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม ทั้งหมด 2,812 คน มีผู้สูงอายุ 444 คน คิดเป็น ร้อยละ 15.78 การสำรวจสถานการณ์สุขภาพ การสำรวจสถานการณ์สุขภาพผู้สูงอายุ 9 ด้าน ปี 2566 ผู้สูงอายุทั้งหมด 444 คน คัดกรอง 428 คน พบว่า ปัญหาการมองเห็น 78 คน คิดเป็นร้อยละ 18.22 ปัญหาการกลืนปัสสาวะ 7 คน คิดเป็นร้อยละ 1.6 การได้ยิน จำนวน 21 คน คิดเป็น ร้อยละ 4.9 ปัญหาการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 5.1 ความคิดความจำ จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.1 ปัญหาสุขภาพช่องปาก จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 6.07 การขาดสารอาหาร 12 คน คิดเป็นร้อยละ 2.8 ส่วนปัญหาการเคลื่อนไหว การเดินพบสูงถึง 218 คน คิดเป็น ร้อยละ 50.93 ถือเป็นปัญหาที่ควรให้ความสำคัญ ปัญหาการหกล้มในผู้สูงอายุ เป็นอีกหนึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นได้บ่อย เนื่องจากความเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย ทำให้ร่างกายไม่แข็งแรงและทรงตัวได้ไม่ดีพอ ผู้ที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป เสี่ยงต่อการหกล้ม 28 – 35% ส่วนในผู้ที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป เสี่ยงต่อการหกล้มเพิ่มขึ้นเป็น 32 – 42 % และยังพบว่ามีอัตราการเสียชีวิตจากการหกล้มสูงเป็นอันดับ 2 เฉลี่ย 3 คนต่อวัน รองจากการเสียชีวิต จากอุบัติเหตุบนท้องถนนอีกด้วย (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564) การศึกษาเกี่ยวกับการหกล้มในผู้สูงอายุทั้งในชุมชนเมืองและชุมชนชนบท ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการหกล้มในผู้สูงอายุ กลุ่มเสี่ยงที่พบว่าปัจจัยภายใน ที่เกี่ยวข้องกับการหกล้มในผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ ปัญหาภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์และสูงกว่าเกณฑ์ ปัญหาด้านสุขภาพ พบว่ามีปัญหาระบบกล้ามเนื้อและกระดูกมากที่สุด รองลงมาคือ โรคความดันและเบาหวาน ปัญหาเกี่ยวกับสายตา ปัญหาการเดินและการทรงตัวบกพร่อง ภาวะกลืนปัสสาวะไม่อยู่และปัญหา ด้านสุขภาพจิต ส่วนปัจจัยภายนอก พบปัจจัยที่เกี่ยวข้องจากลักษณะพื้นมากที่สุดคือ พื้นลื่น พื้นขรุขระ พื้นต่างระดับ ส่วนแนวทางในการส่งเสริมป้องกันการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ นั้น ปัจจุบันได้มีการพัฒนารูปแบบในการส่งเสริมและป้องกันการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุมีอยู่หลากหลายรูปแบบด้วยกัน อาทิ รูปแบบที่เน้นกิจกรรมอย่าง เดียว เช่น กิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมการให้ความรู้ กิจกรรมการปรับปรุงบ้านให้มีความปลอดภัย (Li, Harmer & Fitzgerald, 2016; Rimland et al, 2016) และรูปแบบที่เน้นกิจกรรมที่บูรณาการหลายปัจจัยร่วมกัน เช่น กิจกรรมให้ความรู้ร่วมกับการออกกำลังกายและการแก้ไขปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ตามบริบทของผู้สูงอายุรายบุคคลและรายกลุ่ม หรือ รูปแบบที่เน้นเรื่องการป้องกันเสี่ยง แบบครอบคลุมในทุกมิติ (Gillespie et al, 2012) โดยรูปแบบต่าง ๆ ที่พัฒนามาขึ้นนั้นมีความแตกต่างกัน ในลักษณะของ คุณลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย พื้นที่ที่ใช้ในการศึกษา วิธีการศึกษา วิธีการป้องกัน ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาและติดตามผล รวมทั้งการวัดผลการศึกษา จึงทำให้ไม่สามารถสรุปได้ว่าวิธีการใดที่มีประสิทธิภาพในการป้องกันการพลัดตกหกล้มในกลุ่มผู้สูงอายุมากที่สุด (กาญจนา พิบูลย์, 2560) ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะรูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย ตำบลเวียงสะอาด อำเภอยักษ์ภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถควบคุมโรคได้ ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนจากการหกล้มและมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

วิธีดำเนินการวิจัย (1 ตุลาคม 2566-30 กันยายน 2567)

การศึกษานี้ใช้วิธีการวิจัยและพัฒนา (Research and development) ระหว่างเดือน ตุลาคม 2566 – กันยายน 2567 ดำเนินการพัฒนา 3 ระยะ ดังนี้ **ระยะที่ 1 เตรียมการ** การประเมินสถานการณ์ปัญหาการพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ สถานการณ์กลุ่มเสี่ยง ของผู้สูงอายุในพื้นที่ ระยะเวลา 6 เดือน (ตุลาคม 2566 - มีนาคม 2567) **ระยะที่ 2 พัฒนาแนวทาง** การพัฒนาแนวกระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการป้องกันการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ ระยะเวลา 2 เดือน (ตุลาคม-ธันวาคม 2566) **ระยะที่ 3 ทดลองใช้ และประเมินผล** ใช้แนวทางกระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการป้องกันการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ ระยะเวลา 6 เดือน (มีนาคม 2567 – สิงหาคม 2567) และ ประเมินผลการรูปแบบ

กลุ่มตัวอย่าง เลือกแบบเจาะจง ประกอบด้วย ผู้สูงอายุ จำนวน 30 คน โดยเด็กมีเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

วัตถุประสงค์วิจัย

- 1) เพื่อศึกษาบริบทของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุและปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตก หกล้ม ในผู้สูงอายุ
- 2) เพื่อการพัฒนารูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตก หกล้มในผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม
- 3) เพื่อทดลองใช้และประเมินผลรูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตก หกล้มในผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงยางน้อย ตำบลเวียงสะอาด อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้ใช้วิธีการวิจัยและพัฒนา (Research and development) ระหว่างเดือน ตุลาคม 2566 – กันยายน 2567 ดำเนินการพัฒนา 3 ระยะ ดังนี้ **ระยะที่ 1 เตรียมการ** การประเมินสถานการณ์ ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน และความต้องการ การส่งเสริมกิจกรรมเพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตกหกล้ม ในผู้สูงอายุ ในพื้นที่ ระยะเวลา 2 เดือน (ตุลาคม 2566 – ธันวาคม 2566) **ระยะที่ 2 พัฒนาแนวทาง** การพัฒนาแนวการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตกหกล้ม ในผู้สูงอายุ ระยะเวลา 2 เดือน (ตุลาคม-ธันวาคม 2566) **ระยะที่ 3 ทดลองใช้และ ประเมินผล** ใช้แนวทางการส่งเสริมการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตกหกล้ม ในผู้สูงอายุ ระยะเวลา 6 เดือน (มกราคม 2567 – สิงหาคม 2567) และประเมินผลการรูปแบบ

กลุ่มตัวอย่าง เลือกแบบเจาะจง ประกอบด้วย 1) เพศหญิงหรือชายมีอายุ 60 ปีขึ้นไป 2) สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง โดยประเมินจากแบบประเมินดัชนี บาร์เทิล เอ ดี แอล (Barthel ADL Index: BAI) โดยได้ค่าคะแนน มากกว่า 12 คะแนนขึ้นไป 3) มีความเสี่ยงต่อการล้มเมื่อประเมินด้วย Thai-FRAT 4 คะแนนขึ้นไป คะแนนประเมินการเดิน Timed Up and Go test (TUG) 12 คะแนนขึ้นไป และเกณฑ์คัดออกคือ 1) รู้สึกไม่สบายใจที่จะเข้าร่วมโปรแกรมการวิจัยต่อ 2) มีการย้ายที่อยู่ไปจังหวัดอื่น 3) มีโรคหรือภาวะอื่นๆ ทางระบบประสาทที่มีผลต่อการทรงตัว เช่น โรคพาร์กินสัน เวียนศีรษะบ้านหมุน โรคหลอดเลือดสมอง เป็นต้น มีโรคหรือภาวะทางระบบกระดูกที่

ขัดขวางการประเมินการทรงตัว เช่น กระดูกหักที่ยังสมานไม่สมบูรณ์ ภาวะข้อเสื่อมหรือโรคเกาต์ที่มีอาการปวด (ซึ่งไม่ได้เกี่ยวข้องกับกิจกรรมตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้น)

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

1) แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง เรื่อง พฤติกรรมป้องกันการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ ปัจจัย ภาวะเสี่ยง ผลกระทบ ผู้วิจัยพัฒนาจากคู่มือยากันล้ม คู่มือป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.)) และแนวคำถามในการสัมภาษณ์แบบสนทนากลุ่ม เครื่องมือในการวิจัยทุกประเภทได้รับการตรวจสอบคุณภาพทั้งด้านความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่นโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน

2) เครื่องมือที่ใช้ในการดูแลและประเมินสุขภาพผู้สูงอายุ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ ความรู้พฤติกรรมสุขภาพการจัดการตนเองด้านความรู้เรื่องการป้องกันการพลัดตกหกล้มและพฤติกรรมดูแลตนเอง

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือในการทดลอง

2.1.1 แบบประเมินผู้สูงอายุตามความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นพื้นฐานแบบง่าย (Barthel ADL) พัฒนาโดยสุทธิชัย จิตตะพันธ์กุล เป็นการจำแนกกลุ่มผู้สูงอายุตามศักยภาพความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน 10 ด้าน ได้แก่ การรับประทานอาหาร การทำกิจวัตรส่วนตัว การลุก นั่ง การใช้ห้องน้ำ การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน การสวมใส่เสื้อผ้า การขึ้นลงบันได 1 ชั้น การอาบน้ำ การกลืนอาหาร ปัสสาวะ จำนวน 10 ข้อ ซึ่งมีคะแนนเต็ม 20 คะแนน ดังนี้

ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่พึ่งตนเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่น ชุมชนและสังคมได้ (กลุ่มติดสังคม) มีผลรวมคะแนนตั้งแต่ 12 คะแนนขึ้นไป

ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่ดูแลตนเองได้บ้าง ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง (กลุ่มติดบ้าน) มีผลรวมคะแนน อยู่ในช่วง 5-11 คะแนน

ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่พึ่งตนเองไม่ได้ ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พิกัด หรือ ทูพพลภาพ (กลุ่มติดเตียง) มีผลรวมคะแนน อยู่ในช่วง 0-4 คะแนน ในงานวิจัยนี้ คัดเลือกผู้สูงอายุที่มีคะแนนความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวันอยู่ในเกณฑ์ ปกติ โดยมีระดับคะแนน 12 คะแนนขึ้นไป

2.1.2 แบบประเมิน Timed Up and Go test (TUG) ใช้สำหรับคัดกรองความเสี่ยงของการหกล้มผ่านการ ทดสอบความสามารถในการทรงตัวขณะลุกขึ้นยืนและเดินเป็นระยะทาง 3 เมตร ไปกลับ 6 เมตร

2.1.3 แบบประเมินปัจจัยเสี่ยงของการหกล้ม (Thai Fall Risk Assessment Test; Thai-FRAT) ใช้สำหรับ การคัดกรองความเสี่ยงของการหกล้ม โดยประเมิน 6 ปัจจัยเสี่ยงของการหกล้มหลักประกอบด้วย ประวัติการหกล้ม การบกพร่องของการทรงตัว เพศหญิง การใช้ยาบางประเภท ปัญหาสายตาและลักษณะที่อยู่อาศัย **การตรวจสอบเครื่องมือ** โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านตรวจสอบความตรงของเนื้อหาที่พิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา ได้ค่า CVI 0.92 แบบสอบถามการดูแลสุขภาวะของผู้สูงอายุ ความรู้ พฤติกรรมสุขภาพการจัดการตนเองด้านความรู้เรื่องโรคเบาหวานและพฤติกรรมดูแลตนเอง ได้ค่า CVI 0.87 และมีค่าความเชื่อมั่นที่ 0.89

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติเชิงพรรณนา คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และสถิติ Pair t-test

ผลการศึกษา

ผลการวิจัยพบว่า (1) บริบทและปัญหาของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุพบว่าผู้สูงอายุยังไม่ตระหนักถึงปัญหาของการพลัดตกหกล้ม การป้องกันและการส่งเสริมหรือทำกิจกรรมในการป้องกันและการส่งเสริมความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ อีกทั้งครอบครัวไม่ได้ใส่ใจถึงการป้องกันและดูแลผู้สูงอายุในเรื่องของการจัดสิ่งแวดล้อมทั้งภายนอกและภายใน การส่งเสริมกิจกรรมในชุมชนยังไม่พบว่ามีการจัดกิจกรรมส่วนใหญ่เป็นการส่งเสริมสุขภาพในภาพรวมของประชาชนทุกกลุ่มวัยการทำงานโครงการยังไม่ชัดเจนในการแก้ไขปัญหาในกลุ่มผู้สูงอายุ (2) เพื่อการพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงพลัดตก หกล้มในผู้สูงอายุ มีรูปแบบกระบวนการที่สำคัญ ได้แก่ การกำหนดบทบาทหน้าที่องค์กร การภาควิชาสร้างภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วม การสร้างคณะทำงาน/ทีมดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานให้ชัดเจน และการจัดทำรูปแบบการเรียนรู้การสอนของผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงประกอบกิจกรรมส่งเสริมด้วย 12 กิจกรรม 12 สัปดาห์ พบว่า ด้านพฤติกรรมการเดินมีค่าคะแนนดีขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการ มีความรู้เรื่องการป้องกันการพลัดตกหกล้มดีขึ้นและพฤติกรรมการดูแลตนเองดีขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการ มีค่าคะแนนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมวัดผลหลังจากการใช้รูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ข้อเสนอแนะควรออกแบบระบบการเข้าถึงข้อมูลผู้สูงอายุในเชิงลึกเพื่อให้ทราบปัญหา อุปสรรค ข้อจำกัดในการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มเพื่อจะได้นำข้อมูลไปออกแบบการแก้ปัญหาเป็นรายบุคคลต่อไป

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

พยาบาล ทีมสหวิชาชีพ ภาควิชาในชุมชนและผู้ดูแลเด็กในครอบครัวควรให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมในการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงการพลัดตกหกล้ม ในผู้สูงอายุร่วมกับการส่งเสริมกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุและคลินิกอื่นๆ ร่วมด้วย

เอกสารอ้างอิง

กาญจนา พิบลย์ (2560).ประสิทธิผลของโปรแกรมป้องกันการหกล้มแบบสหปัจจัย ในผู้สูงอายุที่อาศัยใน

ชุมชน. ค้นเมื่อ 25 มิถุนายน 2567 จาก <https://buuir.buu.ac.th/handle/1234567890/3675>

Li, Harmer & Fitzgerald, 2016; Rimland et al, 2016)