

การศึกษาผลการจัดรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย

วัลย์พร เหล็กกล้าและคณะ

โรงพยาบาลปทุมราชวงศา

บทคัดย่อ

การวิจัยและพัฒนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการจัดรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย เป็นการศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติ (Action study) ในอำเภอปทุมราชวงศาที่มีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น จากข้อมูลย้อนหลังปี 2560, 2561 และ 2562 พบว่ามีจำนวนผู้สูงอายุจำนวน 5,268, 5,642 และ 5,868 คน ตามลำดับ (รายงานประชากร จาก HDC สสจ.อำนาจเจริญ 2562) มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องความเสื่อมโทรมของร่างกาย เช่น ข้อเข่าเสื่อม และปัญหาด้านสภาวะจิตใจ ซึ่งในอำเภอปทุมราชวงศาที่มีผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบทั้งหมด 7 ตำบล เพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น การรักษาทาง การแพทย์แผนไทยก็สามารถบำบัดรักษา โดยการดูแลสุขภาพด้วยหลักกรรมมานามัย ประกอบด้วย กายานา มัย จิตตานามัย ชีวีตานามัย มีกิจกรรมดังนี้ วิธีการหัตถบำบัดหรือการนวดรักษา การประคบสมุนไพร เพื่อ กระตุ้นการไหลเวียนเลือด การใช้ยาสมุนไพรไล่สัตว์ การออกกำลังกายด้วยท่าฤๅษีตัดตน สมาธิบำบัด รวมถึง ให้คำแนะนำในการปฏิบัติตน (กรมการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก, 2560) ผลของรูปแบบทำให้มี ผู้สูงอายุเข้าร่วมมากกว่าร้อยละ 50 ซึ่งเฉลี่ย \bar{x} ร้อยละ 55 (3,227 คน) จากทั้งหมด 5,868 และระดับความพึงพอใจจากการสุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม 100 คน พบว่าระดับมากร้อยละ 63 และระดับปานกลางอยู่ที่ร้อยละ 37

คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ, การแพทย์แผนไทย, หลักกรรมมานามัย

A Study of the Effectiveness of the Elderly Care Model in Thai Traditional Medicine

Walaiphorn Lekkla, et al
Pratumratchawongsa Hospital

Research and development The objective is to study the outcomes of caring for elderly in the community using Thai traditional medicine. Is an action study in Pathum Ratchawongsa District, the number of elderly people increases From previous year data 2017,2018 and 2019 Found that the number of elderly is 5,268, 5,642 and 5,868 people respectively (report from the HDC 2019.) And psychological problems In Pathum Ratchawongsa District, there are elderly people in the responsibility district in 7 sub-districts As an alternative to the elderly in health care Thai medical treatment can be treated. By taking care of health with the principle of Manamai, consisting of Kayanamai Chittanamai, Chiwitanamai with the following activities Methods of healing or massage therapy Herbal Compress To stimulate blood flow Using herbal medicine near you Exercise with Ruesi Dutton, meditation, including giving advice on how to practice. (Department of Thai Traditional Medicine and Alternative Medicine, 2017) The results of the model resulted in more than 50% of the elderly participating, which is an average x 55% (3,227 people) from a total of 5,868 and the satisfaction level of the sampling respondents were 100 people. Found that at a high level of 63 percent and medium level at 37 percent.

Key word : *elderly, Thai traditional medicine, Dharma manamai*

2. บทนำ

จากข้อมูลของ United Nations World Population Ageing พบว่า ประเทศไทยกำลังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่ สังคมผู้สูงอายุ โดยสมบูรณ์ (Aged Society) ซึ่งสหประชาชาติระบุว่า ประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ในสัดส่วนเกินร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ หรือ Aging Society และจะเป็น "สังคมผู้สูงอายุเต็มรูปแบบ" (Aged Society) เมื่อสัดส่วนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 20 โดยตัวเลขของประเทศไทย คาดการณ์ว่าในปี 2564 ไทยจะเข้าสู่สังคมประชากรสูงวัยแบบสมบูรณ์ โดยมีผู้ที่อายุมากกว่า 60 ปี เกิน 20% ของจำนวนประชากรทั้งหมด สถานการณ์นี้เป็นผลมาจากการพัฒนาเศรษฐกิจและการพัฒนาประเทศ ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและการแพทย์ทำให้ประชากรมีอายุยืนยาว นโยบายการวางแผนครอบครัวหรือการควบคุมการมีบุตร ทำให้เกิดการลดภาวะเจริญพันธุ์อย่างรวดเร็ว และการลดลงอย่างต่อเนื่องของระดับการตายของประชากร ทำให้จำนวนและสัดส่วนประชากรสูงอายุของไทยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว อีกทั้งเกิดปัญหาสังคมตามมา เช่น ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง สภาพจิตใจย่ำแย่ และความเสื่อมโทรมทางร่างกาย จำเป็นต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่ ดังนั้นการเตรียมความพร้อม เพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุควรจะร่วมมือกันทั้งภาครัฐและเอกชนตั้งแต่ระดับบุคคล ชุมชนและประเทศเพื่อให้ตระหนักถึง ความสำคัญของการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ให้ความรู้สังคม และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีงานทำมากขึ้น สนับสนุนให้มีวางแผน การใช้ชีวิตในบั้นปลาย ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่ามีคุณค่า เพื่อไม่ให้เป็นการระส่ำระสายต่อไป(มหาวิทยาลัยมหิดล,2556)

ในอำเภอปทุมราชวงศาามีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น จากข้อมูลย้อนหลังปี 2560,2561และ2562 พบว่ามีจำนวนผู้สูงอายุจำนวน5,268 ,5,642 และ5,868คน ตามลำดับ (รายงานประชากร จาก HDC สสจ.อำนาจเจริญ2562) มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องความเสื่อมโทรมของร่างกาย เช่น ข้อเข่าเสื่อม และปัญหาด้านสภาวะจิตใจ ซึ่งในอำเภอปทุมราชวงศาามีผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบทั้งหมด7ตำบล เพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น การดูแลสุขภาพแพทย์แผนไทย โดยการดูแลสุขภาพด้วยหลักธรรมมานามัย ประกอบด้วย กายานามัย จิตตานามัย ชีวิตานามัย มีกิจกรรมดังนี้ สอนอาหารตามธาตุเจ้าเรือน สอนการใช้ยาสมุนไพรใกล้ตัว การออกกำลังการด้วยท่าฤๅษีดัดตน สมาธิบำบัด รวมถึงให้คำแนะนำในการปฏิบัติตน (กรมการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก,2560) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมซึ่งการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุอย่างถูกต้องเหมาะสมจะช่วยให้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ดังนั้นงานแพทย์แผนไทยโรงพยาบาลปทุมราชวงศาจึงเห็นความสำคัญนี้จึงจัดทำการศึกษาผลการจัดรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยนี้ขึ้น

3.วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการจัดรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย

4.ระเบียบวิธีวิจัย (Material and Method)ประกอบด้วย ขั้นตอนดังนี้

4.1 รูปแบบและวิธีการวิจัย

เป็นการศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติ (Action study)

4.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือผู้สูงอายุในอำเภอปทุมราชวงศาในเขตรับผิดชอบทั้งหมด7ตำบล จำนวน5,868คน

ตัวอย่าง คือผู้สูงอายุในอำเภอปทุมราชวงศาในเขตรับผิดชอบทั้งหมด7ตำบล

ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่พึ่งตนเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่น ชุมชนและสังคมได้(กลุ่มติดสังคม) มีผลรวมคะแนน ADL ตั้งแต่ 12 คะแนนขึ้นไป โดยออกให้บริการให้ครบทุกตำบลภายใน3เดือน ระยะเวลาตุลาคม2562-ธันวาคม2562

ไม่พบ ข้อห้าม มีไข้มากกว่า38.5องศาและมีประวัติแพ้สมุนไพร

4.3 เครื่องมือการวิจัยและเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล

- แผนการออกให้บริการผู้สูงอายุในชุมชน
- แบบบันทึกผู้มารับบริการ
- แบบบันทึกความพึงพอใจ เป็นเครื่องมือกลางของโรงพยาบาลปทุมราชวงศาที่เป็นเครื่องมือผ่านการ

ประเมินตามมาตรฐานโรงพยาบาลคุณภาพ(HA)

4.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

1)ขั้นเตรียมการ

- ประชุมทีม ศึกษาข้อมูล
- ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์การศึกษา
- จัดประชุมระดมสมองผู้รับผิดชอบงานแพทย์แผนไทย และ ทีมงานที่เกี่ยวข้อง
- เสนอแนวทางในการแก้ไขปัญหาแก่ผู้บริหารทราบ

2)ขั้นตอนการเก็บข้อมูล

-จัดทำแผนปฏิบัติรายเดือนให้บริการด้านการแพทย์แผนไทย จะดำเนินการในขั้นตอนของการให้ความรู้ตามแบบแพทย์แผนไทย การดูแลสุขภาพด้วยหลักธรรมมานามัย ประกอบด้วย กายานามัย จิตตานามัย ชีวิตานามัย มีกิจกรรมดังนี้ วิธีการหัตถบำบัดหรือการนวดรักษา การประคบสมุนไพร เพื่อกระตุ้นการไหลเวียนเลือด การใช้ยาสมุนไพรใกล้ตัว การออกกำลังการด้วยท่าฤาษีตัดตน สมาริบำบัด รวมถึงให้คำแนะนำในการปฏิบัติตน (กรมการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก,2560)โดยประสานงานผ่านระบบ social network ผ่าน Applicationได้แก่ Group facebook และ Group

Line โดยออกให้บริการกลุ่มทดลองสัปดาห์ละ1ครั้ง เป็นเวลา 3 เดือน และแบบบันทึกผู้มารับบริการ รวมถึงแบบประเมินความพึงพอใจ

4.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลผลลัพธ์ในการดูแลผู้สูงอายุ โดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย

5. ผลการวิจัย (Result)

ระยะเวลา	กลุ่มเป้าหมาย(คน)	ได้รับบริการ(คน)	ร้อยละ
ตุลาคม 2562	1,986	1,231	62
พฤศจิกายน 2562	1,897	968	51
ธันวาคม 2562	1,985	1,032	52
รวม	5,868	3,227	\bar{x} 55

ตารางที่1 ตารางผลผู้สูงอายุเข้าถึงการดูแลให้ความรู้ตามแบบแพทย์แผนไทย

เมื่อออกไปให้บริการตามแผนของการให้ความรู้ตามแบบแพทย์แผนไทย การดูแลสุขภาพด้วยหลักธรรมมานามัย ประกอบด้วย กายานามัย จิตตานามัย ชีวิตานามัย มีกิจกรรมดังนี้ วิธีการหัตถบำบัดหรือการนวดรักษา การประคบสมุนไพร เพื่อกระตุ้นการไหลเวียนเลือด การใช้ยาสมุนไพรใกล้ตัว การออกกำลัง การดัดท่าถ่าขัดตบ สมานบำบัด รวมถึงให้คำแนะนำในการปฏิบัติตน พบว่ามีผู้มารับบริการโดยภาพรวมถึงร้อยละ55

ความพึงพอใจ

ระยะเวลา	จำนวน(คน)	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)		
		น้อย	ปานกลาง	มาก
ตุลาคม-ธันวาคม 2562	100	0	37 (37คน)	63 (63คน)

ตารางที่2 ตารางแสดงผลความพึงพอใจของผู้สูงอายุมารับบริการการดูแลให้ความรู้ตามแบบแพทย์แผนไทย

เมื่อประเมินความพึงพอใจหลังให้บริการตามแผนของการให้ความรู้ตามแบบแพทย์แผนไทย การดูแลสุขภาพด้วยหลักธรรมมานามัยพบว่า มีความพึงพอใจมากอยู่ที่ร้อยละ63 และความพึงพอใจปานกลางร้อยละ37

6. อภิปรายผล (Discussion)

เมื่อออกให้บริการตามแผนแล้วพบว่าผู้สูงอายุเข้าร่วมมากกว่าร้อยละ50 ซึ่งเฉลี่ย \bar{x} ร้อยละ 55(3,227คน) จากทั้งหมด 5,868 และระดับความพึงพอใจจากการสุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม100คน พบว่าระดับมากร้อยละ63 และระดับปานกลางอยู่ที่ร้อยละ37

7. ผลสรุป (Conclusion)

ระยะเวลาในการศึกษาและเก็บข้อมูลระยะเวลาเพียง 3 เดือน จึงอาจจะไม่ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายที่ตั้งไว้ และในอนาคตจะพัฒนางานวิจัยด้วยการเพิ่มคุณค่างานวิจัยโดยจะศึกษาการเปรียบเทียบผลลัพธ์คุณภาพชีวิตในการดูแลผู้สูงอายุ ก่อนและหลัง รวมถึงเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังเข้าโปรแกรม

8. กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการและผู้บริหารโรงพยาบาลปทุมราชวงศาทุกท่าน ที่ให้คำแนะนำเป็นอย่างดี รวมถึงพี่น้อง เครือข่ายแพทย์แผนไทย คปสอ.ปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ ที่ทำให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

9. เอกสารอ้างอิง (references)

มหาวิทยาลัยมหิดล. สถาบันนวัตกรรมการเรียนรู้. - -, 2556. <https://il.mahidol.ac.th/th/i-Learning-Clinic/general-articles/ประเทศไทยกับสังคมผู้สูง/> (accessed ตุลาคม 30, 2562).

กรมการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก. *คู่มือการดูแลผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ผสมผสาน*. นนทบุรี: สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก, 2560.

HDC สสจ.อำนาจเจริญ2562

กรมอนามัย6 ขอนแก่น กระทรวงสาธารณสุข. “การดูแลผู้สูงอายุระยะยาว(Long term care).” ใน *องค์ประกอบ การดูแลผู้สูงอายุระยะยาว(Long term care)*, โดย กรมอนามัย, 1-3. ขอนแก่น: กรมอนามัย, 2557.

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. “พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ2546.” ใน *พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ2546*, โดย สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 1-12. กรุงเทพฯ: กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2553.