

ผลของโปรแกรมการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยโดยการมีส่วนร่วมของผู้ดูแล(Care giver)ผู้สูงอายุ ตำบลพราณ อำเภอนาทม จังหวัดศรีสะเกษ

ภาวนา โสภาสี, สม.¹, สมัย ลาประวัตติ, ส.ด.²

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบหนึ่งกลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมผลของโปรแกรมการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยโดยการมีส่วนร่วมของผู้ดูแล(Care giver)ผู้สูงอายุ ตำบลพราณ อำเภอนาทม จังหวัดศรีสะเกษ กลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มทดลอง 50 คน และกลุ่มตัวอย่าง ผู้ดูแล(Care giver) ผู้สูงอายุ จำนวน 50 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยใช้โปรแกรมดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยการมีส่วนร่วมของผู้ดูแล(Care giver) โปรแกรมประกอบไปด้วยการจัดอบรมให้ความรู้และฝึกปฏิบัติ การบริหารกล้ามเนื้อใบหน้า 7 ท่า ออกกำลังกายด้วยยางยืด 5 ท่า สัปดาห์ละ 3 วัน และการแช่เท้าด้วยสมุนไพร สัปดาห์ละ 3 วัน จำนวน 8 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติทดสอบใช้ t-test

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการดำเนินชีวิต และเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($P\text{-value} < 0.001$) และหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนระดับความพึงพอใจระดับมาก และมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P\text{-value} < 0.001$) สำหรับผู้ดูแล(Care giver)ผู้สูงอายุ หลังเข้าร่วมกิจกรรมการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยมีระดับการมีส่วนร่วมระดับมาก และมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P\text{-value} < 0.001$) จึงสรุปได้ว่า สามารถนำโปรแกรมการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยโดยการมีส่วนร่วมของผู้ดูแล(Care giver)ผู้สูงอายุ โดยปรับให้เหมาะสมกับบริบทของประชาชนในแต่ละพื้นที่ เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เพิ่มคุณภาพชีวิต ลดภาวะถดถอย ลดภาวะพึ่งพิงของผู้สูงอายุในชุมชน

คำสำคัญ : ดูแลส่งเสริมสุขภาพ, ผู้สูงอายุ, ศาสตร์การแพทย์แผนไทย

¹ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ E-mail: pawana3031@gmail.com

² นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ E-mail: samailaprawat@gmail.com

Results of the program to care for health of the Elderly using traditional Thai medicine. With the participation of care givers of the elderly in Phran Subdistrict, Khun han District, Sisaket Province

Pawana Sopalee, *M.P.H.*¹, Samai Laprawat, *Dr.P.H.*²

Abstracts

This research was a quasi-experimental case-control group research, pre-post test. Aimed to evaluate the results of the program to care for the health of the elderly using traditional Thai medicine. With the participation of Caregivers of the elderly in Phran Subdistrict, Khun Han District, Sisaket Province, a total of 50 samples were collected: 1) an experimental group of 50 samples and Caregivers of the elderly of 50 samples. The research tools used the program to care for the health of the elderly using traditional Thai medicine. With the participation of Caregivers of the elderly, the program consists of training, knowledge, and practice. 7 facial muscle exercises, 5 exercises with elastic bands, 3 days a week, and herbal foot soaks 3 days a week for 8 weeks. Data were collected using questionnaires. Data were analyzed using descriptive statistics and t-test statistics.

The research results found that after the experimental group participated in the program, scores of ability to live life and indicators of quality of life for the elderly were significantly different at the 0.05 level ($P\text{-value} < 0.001$), and the experimental group participated in the program. They had higher scores on satisfaction; there was a statistically significant difference ($P\text{-value} < 0.001$). Caregivers after participating in activities to promote the health of the elderly using traditional Thai medicine have a high level of participation; there was a statistically significant difference ($P\text{-value} < 0.001$). It can be concluded that this program can be used to care for the health of the elderly using traditional Thai medicine. With the participation of Caregivers of the elderly people in the community by adjusting to suit the context of promoting the health of the elderly and improving the quality of life Reducing recession reduces the dependency of the elderly in the community.

Keywords: Care for health, Elderly, Traditional Thai medicine, Caregiver

¹ Public Health Technical Officer, Professional level, Sisaket Provincial of Public Health Office.

Email: pawana3031@gmail.com

² Public Health Technical Officer, Senior Professional level, Sisaket Provincial of Public Health Office.

Email: samailaprawat@gmail.com