

การเปรียบเทียบภาวะสุขภาพผู้สูงอายุก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ เขตสุขภาพที่ 5

อุทัยวรรณ โคกตาทอง, เกษณี โคกตาทอง, มณฑา ไชยะวัฒน์ และชัชฎาภรณ์ จิตตา
ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง แบบศึกษากลุ่มเดียววัดสองครั้ง เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพผู้สูงอายุก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ เขตสุขภาพที่ 5 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบคัดกรอง/ประเมินผู้สูงอายุ และแบบประเมินสมรรถภาพทางกายในผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ เขตสุขภาพที่ 5 จำนวน 177 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และเปรียบเทียบภาวะสุขภาพผู้สูงอายุก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยใช้สถิติ Paired t-test ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (79.10%) อยู่ในช่วงวัยสูงอายุตอนต้น (65.54%) ผลการเปรียบเทียบภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างในเรื่อง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง สุขภาพช่องปาก โรคข้อเข่าเสื่อม ภาวะหกล้ม และปัญหาการนอน ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) ผลการเปรียบเทียบสภาพสมองเบื้องต้นโดยรวมก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) และผลการเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายโดยรวมก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) ข้อเสนอแนะ ผู้รับผิดชอบในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน ควรนำกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ เขตสุขภาพที่ 5 ไปใช้หรือปรับใช้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล ควรประเมินสมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุ เพื่อทราบถึงจุดอ่อน และให้คำปรึกษาแนะนำที่เหมาะสมในการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย และการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในชุมชน

คำสำคัญ: ภาวะสุขภาพ ผู้สูงอายุ กิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ

Comparison of the health status of the elderly before and after participation in the activity at the Elderly School, the Health District Region 5

Utaiwan Koktatong , Kessanee Koktatong, Montha Chaiyawattana, Chachadaporn Jitta
Regional Health Promotion Center 5

The research is a semi-experimental research to compare the health status of the same group of the elderly before and after participation in the activity at the Elderly School, the Health District Region 5. The data was collected by using the “elderly screening / evaluation form” and the “Senior Physical Fitness Test” assessment. The sample group consisted of 177 elderly people in the Elderly School at the Health District Region 5. Descriptive statistics was used in the analysis of the comparison of the health status of the elderly before and after the participation using Paired t-test. The results showed that majority of the samples were female (79.10%), and were in medium-old (65.54%). Comparison of health status of subjects in Diabetes, Hypertension, Oral Health, Osteoarthritis, Falls and Sleep Problems, before and after participation in the activity at the Elderly School, the results were significantly different (p-value <0.05). Comparison between pretest and post-test using the Mini-Mental State Examination : Thai version 2002, the results were significantly different (p-value <0.05). Comparison of the Senior Physical Fitness Test before and after school activities, there were significant differences (p-value <0.05). Recommendations to the health promotion officials are to apply the Elderly School Curriculum of the Health District Region 5 in promoting the health of the elderly in the community. The physical fitness of the elderly should be assessed to know the weakness to be able to provide appropriate counseling to enhance physical fitness, and to advise appropriate exercise to the elderly in the community.

Keywords: Health Status, Elderly People, Participation in the Activity at the Elderly School