

# ก้าวใหม่ของผู้สูงอายุไทยกับการใช้อินเทอร์เน็ตหาข้อมูลสุขภาพ

## New Pace of Elderly on Internet Usage for Health Information Searching

**วรรณรัตน์ รัตนวรางค์**

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาโดยเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุในการค้นหาข้อมูลสุขภาพ ประโยชน์ที่ได้รับจากการใช้ข้อมูลสุขภาพจากอินเทอร์เน็ตในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อหาข้อมูลสุขภาพงานวิจัยนี้ใช้การสนทนากลุ่ม เก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุที่มีอายุครบ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร สนทนากลุ่มกับผู้สูงอายุ 9 กลุ่มอาชีพ ได้แก่ กลุ่มอาจารย์ กลุ่มนักโฆษณา กลุ่มพยาบาล กลุ่มทหารบก กลุ่มคนขายข้าวแกง กลุ่มแพทย์ กลุ่มข้าราชการ กลุ่มทนายความ และกลุ่มนักดนตรี ทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษานี้ ประกอบด้วย ทฤษฎีการใช้และความพึงพอใจการเปิดรับข่าวสาร ทฤษฎีสื่อใหม่ และการรู้เท่าทันข้อมูลสุขภาพ

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุทุกกลุ่มอาชีพมีปัญหาด้านสุขภาพดูแลสุขภาพโดยให้ความสำคัญกับการรับประทาน อาหารที่เหมาะสม ออกกำลังกายตามสภาพร่างกาย และเริ่มให้ความสนใจกับสุขภาพจิตวิธีการหาข้อมูลสุขภาพของผู้สูงอายุ คือ อ่านหนังสือ อ่านหนังสือพิมพ์ อ่านนิตยสาร ชมรายการสุขภาพทางโทรทัศน์ ฟังวิทยุ เข้าหลักสูตรอบรมสุขภาพ ถามผู้ที่มีประสบการณ์ ถามคู่มือ คอยกับเพื่อน พบแพทย์ และใช้อินเทอร์เน็ตในการหาข้อมูลสุขภาพส่วนข้อมูล que ผู้สูงอายุค้นหาทางอินเทอร์เน็ตได้แก่ โรคและการรักษา วิธีการป้องกัน ปัญหาสุขภาพ ข้อมูลสมุนไพร บทความที่แพทย์เขียน การออกกำลังกาย วิธีการบำรุงสุขภาพร่างกาย ข้อมูลเกี่ยวกับแพทย์ ข้อมูลโรงพยาบาล อาหารเสริม ข้อมูลยา

ผู้สูงอายุคิดว่าการใช้อินเทอร์เน็ตช่วยให้หาข้อมูลได้สะดวก รวดเร็ว ประหยัดเวลา ช่วยให้ได้พบเรื่องราวใหม่ๆ ทันเหตุการณ์ รู้กว้าง ได้รับความบันเทิง และได้ข้อมูลทางสุขภาพปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้อินเทอร์เน็ตคือเรื่องสัญญาณเชื่อมต่อ วิธีการใช้งาน ความคล่องตัวในการใช้งานและสุขภาพร่างกายข้อเสนอแนะคือ ควรมีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อสืบค้นข้อมูลสุขภาพเพื่อความสะดวกมีการให้ความรู้เรื่องการรู้เท่าทันข้อมูลสุขภาพเพื่อให้ใช้ประโยชน์จากข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ และควรมีการให้ออกแบบเว็บไซต์ที่เหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงอายุ