

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุที่รับบริการในคลินิกสูงวัยสุขภาพดี โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ ๑๒ ยะลา

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจแบบตัดขวาง (Cross-Sectional Research) เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ และศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุที่รับบริการในคลินิกสูงวัยสุขภาพดีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ ๑๒ ยะลา โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการในคลินิกสูงวัยสุขภาพดี ระหว่างเดือนกรกฎาคม ๒๕๖๓ ถึงเดือนกันยายน ๒๕๖๓ จำนวน ๕๓ คน เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป) วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล และข้อมูลสถานะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติเชิงพรรณนา ความถี่ ร้อยละ และวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพแบบ ผ่าน และไม่ผ่าน ตามเงื่อนไขที่กำหนด และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ด้วยสถิติ Chi – Square

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อยู่ในสถานภาพสมรส ประกอบอาชีพ ข้าราชการ/พนักงานของรัฐ/พนักงานของรัฐ(เกษียณ) มีรายได้มากกว่า ๕,๐๐๑ บาทต่อเดือน และมีการศึกษาในระดับปริญญาตรี โดยส่วนใหญ่มีค่า BMI อยู่ในระดับ ๑๘.๕ – ๒๒.๕ ซึ่งอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักที่เหมาะสม รองลงมาคือ มีค่า BMI อยู่ในระดับ ๒๕ – ๒๙ ซึ่งอยู่ในเกณฑ์มีน้ำหนักตัวมากเกินไป ทั้งนี้พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีค่ารอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐาน สำหรับการประเมินความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL) ของผู้สูงอายุพบว่าทุกรายสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี มีคะแนนการประเมินมากกว่า ๑๒ คะแนน โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีโรคประจำตัวอย่างน้อย ๑ โรค ซึ่งโรคประจำตัวที่พบมากที่สุดคือ โรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ในขณะที่ผลการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุพบว่า มีผู้สูงอายุผ่านเกณฑ์การประเมินเพียงร้อยละ ๒๖.๔ และไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ร้อยละ ๗๓.๖ โดยส่วนใหญ่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินด้านกิจกรรมทางกายหรือการออกกำลังกาย ซึ่งปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ได้แก่ การมีโรคประจำตัว รายได้ และ ระดับการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ซึ่งควรให้ความสนใจกลุ่มผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ไม่ผ่านเกณฑ์ โดยการส่งเสริมให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม มีผู้ดูแล และได้รับการเยี่ยมบ้านจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เน้นให้มีการอบรมด้านส่งเสริมสุขภาพเป็นประจำ มีช่องทางการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพจากหน่วยงานราชการหรือเอกชนที่เชื่อถือได้ รวมทั้งควรมีการส่งเสริมพฤติกรรมออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยและสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้สามารถปฏิบัติได้อย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการสร้างความตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ผ่านผู้ดูแลผู้สูงอายุ และผ่านสื่อต่างๆ ต่อไป