

ภาวะสุขภาพ และการดูแลตนเองของญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุที่ดูแลผู้สูงอายุที่ติดเตียง



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2561

Copyright by Mahidol University

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

ภาวะสุขภาพ และการดูแลตนเองของญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุที่ดูแลผู้สูงอายุที่ติดเตียง

HEALTH STATE AND SELF-CARE ACTIVITIES OF OLDER CAREGIVERS FOR BED BOUND OLDER ADULTS.

ณัชศพา หลงผาสุข 5837505 RAGN/M

พย.ม. (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : สุปรีดา มั่นคง, Ph.D., ยุพาพิน ศิริโพธิ์งาม, D.S.N.

#### บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงบรรยายครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพและการดูแลตนเองของญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุที่ดูแลผู้สูงอายุที่ติดเตียง โดยนำทฤษฎีการดูแลบุคคลที่ต้องพึ่งพิงของโอเรียม มาเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่เป็นญาติผู้ดูแลทั้งเพศชายและหญิง มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่ทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ติดเตียงในครอบครัว อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่จังหวัด กรุงเทพมหานคร จำนวน 50 ราย เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นระยะเวลา 4 เดือน ระหว่างเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2560 ถึงเดือน ตุลาคม พ.ศ. 2560 โดยผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์ตามแบบสอบถาม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบประเมินการรับรู้ภาวะสุขภาพ และแบบวัดความสามารถในการดูแลตนเองของญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุ ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติบรรยาย

ผลการศึกษาพบว่า ญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุประเมินว่าสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยของการดูแลตนเองของญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี หากพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การดูแลตนเองที่จำเป็นตามพัฒนาการ และการดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อมีภาวะเบี่ยงเบนทางสุขภาพอยู่ในระดับดี และด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปที่มีคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง สำหรับกิจกรรมที่มีคะแนนสูงสุดคือ เรื่องการหาวิธี ใค้อู่ในที่ที่มีอากาศถ่ายเทดี ได้รับอากาศบริสุทธิ์ และกิจกรรมการดูแลตนเองที่มีคะแนนน้อยสุด ได้แก่ การหาเวลาพักผ่อนหย่อนใจ ผลการวิจัยยังพบว่า ญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุต้องใช้เวลาพยายามในการดูแลตนเอง บางกิจกรรมเพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับก่อนเข้ารับบทบาทเป็นญาติผู้ดูแล สำหรับกิจกรรมที่ญาติผู้ดูแลประเมินว่าต้องใช้ความพยายามในการดูแลตนเองมากขึ้นกว่าเดิมมากที่สุด คือ การจัดการกับความเครียดหรืออารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป และกิจกรรมการดูแลตนเองที่ลดลงมากที่สุด คือ การมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

ผลการศึกษานำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานที่บุคลากรทางสุขภาพควรที่จะแนะนำ หรือวางแผนช่วยเหลือสนับสนุนญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุที่ดูแลผู้สูงอายุที่ติดเตียงให้เห็นถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ และรักษาสมดุลระหว่างการดูแลตนเองกับการดูแลผู้สูงอายุที่ติดเตียง ได้อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ : ภาวะสุขภาพ / การดูแลตนเอง / ญาติผู้ดูแลวัยสูงอายุ / ผู้สูงอายุที่ติดเตียง

HEALTH STATE AND SELF-CARE ACTIVITIES OF OLDER CAREGIVERS FOR BED BOUND OLDER ADULTS.

NATSALA LONGPHASUK 5837505 RAGN/M

M.N.S. (GERONTOLOGICAL NURSING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: SUPREEDA MONKONG, Ph.D., YUPAPIN SIRAPO-NGAM, D.S.N.

ABSTRACT

This descriptive study aimed to explore health state and self-care activities of older caregivers for bed bound older adults. A theory of Dependent-Care (Orem, 2001) was used to guide this study. Fifty older caregivers for bed bound older adults in Bangkok Metropolitan were purposively recruited. Data were collected in a four-month period from July 2017 to October 2017. Semi-structure interviews were used. Instruments for screening and collecting data were Demographic Questionnaire, Perceive Health Status Assessment Questionnaire, and The Older Caregivers's Self-Care Activities Measurement Questionnaire. The quantitative data were analyzed using descriptive statistics.

The results showed that the mean scores of the older caregivers' health state were at a moderate level, and those of self-care activities were at a high level. Each subscale in the developmental self-care requisites and health deviation self-care requisites was at a high level, but subscale in universal self-care requisites was at a moderate level. Item analysis showed the highest score for fresh air maintenance, and the lowest score for seeking relaxing time for themselves. The older caregivers put more efforts on self-care than previous time, especially for stress and emotional management, but they have to spend less time for social activities.

Based on these finding, it is recommended that health care team advise or support older caregivers to maintain their own optimal health and balance their own self-care and their caregiving responsibility.

KEY WORDS: HEALTH STATE / SELF-CARE ACTIVITIES / OLDER CAREGIVERS / BED BOUND OLDER ADULTS

158 pages