



มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

โครงการบริการวิชาการแก่สังคม

เรื่อง

การให้ความรู้และกำลังใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพัง

ผู้รับผิดชอบโครงการ

รองศาสตราจารย์ ดร.บุญทิพย์ สิริธรรังศรี	สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์
รองศาสตราจารย์มาลี สุรเชษฐ	สาขาวิชานิติศาสตร์
นางสาวชนภา จันทร์วงษา	งานประสานศูนย์วิทย์พัฒนา

โครงการนี้ได้รับเงินอุดหนุนจากงบประมาณแผ่นดินประจำปี

งบประมาณ พ.ศ. 2553

## คำนำ

โครงการบริการวิชาการ เรื่อง การให้ความรู้และกำลังใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังโครงการนี้ได้รับการสนับสนุนเงินทุนสนับสนุนจากงบประมาณแผ่นดิน ปี 2553 ซึ่งเป็นโครงการที่เป็นผลสืบเนื่อง มาจากงานวิจัยเรื่อง กลยุทธ์สู่ความสำเร็จในการอยู่ตามลำพังของผู้สูงอายุซึ่งอยู่ระหว่างดำเนินการ

ผลการวิจัยเรื่องกลยุทธ์การอยู่ตามลำพังของผู้สูงอายุ ได้เก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังในจังหวัดที่เป็นที่ตั้งของศูนย์วิจัยพัฒนา 10 แห่ง ซึ่งกระจายทั่วประเทศ และจังหวัดข้างเคียงที่อยู่ในความรับผิดชอบของศูนย์วิจัยพัฒนา มสช ยะลา รวม 12 จังหวัด ได้แก่ ยะลา ปัตตานี นราธิวาส นครศรีธรรมราช เพชรบุรี นครนายก จันทบุรี นครสวรรค์ อุตรดิตถ์ อุดรธานี ลำปาง สุโขทัย ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังที่ 24 ชั่วโมง หรืออยู่ตามลำพังเฉพาะกลางวันหรือกลางคืนยังมีปัญหาด้านสุขภาพบางส่วนยังขาดความเข้าใจด้านสิทธิประโยชน์ที่ควรได้รับ และปัญหาจิตใจที่ต้องอยู่ตามลำพัง ผู้สูงอายุเหล่านี้จึงต้องการกำลังใจ รวมทั้งความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเอง รวมทั้งสิทธิประโยชน์ที่พึงได้รับ

ด้วยปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุที่พบจากผลการวิจัยดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการบริการวิชาการ เรื่องการให้ความรู้และกำลังใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพัง โดยให้บริการแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังทั้ง 12 จังหวัด ดังกล่าวรวม 500 คน เพื่อให้มีความรู้สามารถในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นของตนเอง ได้รับรู้ถึงสิทธิประโยชน์ที่ตนพึงได้รับ รวมทั้งมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าและมีศักดิ์ศรี

ในการให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังครั้งนี้ ดำเนินการโดยบุคลากรของศูนย์วิจัยพัฒนาจำนวน 30 คน ที่เคยเป็นผู้ช่วยวิจัยในโครงการ จึงเป็นผู้รู้ปัญหาของผู้สูงอายุดังกล่าว โดยผู้รับผิดชอบโครงการซึ่งเป็นอาจารย์ประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ และสาขาวิชานิติศาสตร์ จะเป็นผู้ให้ความรู้ผ่านสื่อไอคอนเฟอร์เรนท์ รวมทั้งใช้เอกสารเล่มนี้เป็นคู่มือประกอบการให้ความรู้และให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพัง

เอกสารฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อประกอบการให้ความรู้และกำลังใจฯ แบ่งเป็น 3 ตอน ได้แก่ 1) ความรู้เกี่ยวกับประชากรผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังและผลกระทบ (บทที่ 1) 2) ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายประกาศและระเบียบที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ (บทที่ 2) และ 3) ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุซึ่งนำมาจากเอกสารในโครงการบริการวิชาการ อบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวม ของสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ ปี พ.ศ. 2552 ซึ่งได้รับอนุญาตจากผู้เขียนแล้ว จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ และหวังว่าเอกสารฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการให้ความรู้และกำลังใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังในครั้งนี้เป็นอย่างดี

(รศ.ดร.บุญทิพย์ สิริธรังศรี)

ผู้บริหารโครงการ

มิถุนายน 2553

## สารบัญ

หน้า

คำนำ

สารบัญเนื้อหา

<b>ส่วนที่ 1</b> ความรู้เกี่ยวกับประชากรผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังและผลกระทบ	<b>1</b>
ความจำเป็นในการให้ความรู้และกำลังใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง	1
แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการอยู่ตามลำพังของผู้สูงอายุ	2
แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ	3
งานวิจัยที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุและการอยู่ตามลำพังของผู้สูงอายุ	4
<b>ส่วนที่ 2</b> ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายประกาศและระเบียบที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	<b>7</b>
กฎหมายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	7
รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	15
พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546	16
กำหนดหน่วยงานรับผิดชอบในการดำเนินการตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖	24
การบริการทางการแพทย์และการสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวก และรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุเป็นกรณีพิเศษ พ.ศ. ๒๕๔๘	28
กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนการจัดที่พักอาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ผู้สูงอายุตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง	30
กำหนดหลักเกณฑ์วิธีการ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัย โดยตรงแก่ผู้สูงอายุในการบริการสาธารณะอื่น	32
กำหนดหลักเกณฑ์วิธีการ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริม การสนับสนุนผู้สูงอายุในการศึกษาและข้อมูลข่าวสาร ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต	35
กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการและเงื่อนไขการคุ้มครองการส่งเสริมและการสนับสนุนผู้สูงอายุในการจัดบริการเพื่ออำนวยความสะดวก สถานที่ท่องเที่ยวและการจัดกิจกรรมกีฬาและนันทนาการ	37

กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการคุ้มครองการส่งเสริมและ การสนับสนุนผู้สูงอายุในการประกอบอาชีพและฝึกอาชีพที่เหมาะสม	39
กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนการสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี	40
การจัดบริการเพื่ออำนวยความสะดวกด้านพิพิธภัณฑ โบราณสถาน หอจดหมายเหตุ หอศิลป์ และการจัดกิจกรรมด้านศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม	42
กำหนดหลักเกณฑ์วิธีการและเงื่อนไขการคุ้มครองการส่งเสริมและการ สนับสนุนแก่ผู้สูงอายุในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการขนส่งสาธารณะ	43
<b>ส่วนที่ 3 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ</b>	<b>45</b>
ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	45
การดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับหัวใจ หลอดเลือดและเลือด	52
การดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับการหายใจ	63
การดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับระบบประสาท	68
การดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับกระดูกและกล้ามเนื้อ	75
การดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับทางเดินอาหารและการขับถ่าย	83
การดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับทางเดินปัสสาวะ	88
ปัญหาด้านสังคมและครอบครัวของผู้สูงอายุ	92
การสร้างเสริมสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ	98
การดูแลช่วยเหลือแบบประคับประคองและการดูแลผู้สูงอายุระยะสุดท้าย	105