สารบัญ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | หน้า |
| บทคัดย่อ | | **i** |
| **Abstract** | | **ii** |
| **กิตติกรรมประกาศ** | | **iii** |
| **สารบัญ** | | **iv** |
| **สารบัญตาราง** | | **vi** |
| **สารบัญภาพ** | | **vii** |
| **บทที่1 บทนำ** | | **1** |
|  | ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่วิจัย | **1** |
|  | วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย | 4 |
|  | ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ | 4 |
|  | ขอบเขตของโครงการวิจัย | 4 |
|  | กรอบแนวคิดการวิจัย | **5** |
|  | นิยามศัพท์เฉพาะ | **7** |
| **บทที่ 2 การทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง** | | **8** |
|  | สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย | **8** |
|  | แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ | **12** |
|  | การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุและปัญหาทางสุขภาพ | **17** |
|  | การมีอายุยืนยาว | **21** |
|  | งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง | **35** |

**สารบัญ (ต่อ)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย | | 43 |
|  | ระเบียบวิธีวิจัย | 43 |
|  | ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง | 43 |
|  | เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย | 44 |
|  | การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล | 46 |
|  | การเก็บรวบรวมข้อมูล | 47 |
|  | การวิเคราะห์ข้อมูล | 47 |
| **บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล** | | **50** |
|  | ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุยืนยาว | **50** |
|  | ส่วนที่ 2 วิถีการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุยืนยาว | **63** |
|  | ส่วนที่ 3 วิถีสุขภาพของผู้สูงอายุยืนยาว | **74** |
| **บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ** | | **83** |
|  | **สรุปผลการวิจัย** | **83** |
|  | **อภิปรายผล** | **92** |
|  | **ข้อเสนอแนะ** | **97** |
| **บรรณานุกรม** | |  |
| **ภาคผนวก** | |  |

สารบัญตาราง (ต่อ)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ตาราง** | | **หน้า** |
| **1** | **จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุยืนยาวกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม เพศ อายุ และสถานภาพ…..** | **50** |
| **2** | **จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุยืนยาวกรณีตัวอย่างจำแนกการทำงาน แหล่งรายได้**  **ความพอเพียงในการใช้จ่ายและสวัสดิการการรักษาพยาบาล..................................................** | **52** |
| **3** | **จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุยืนยาวกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามโรคประจำ ค่า BMI และการเจ็บป่วยเล็กๆน้อยๆ………………………………………………………………………………………………** | **54** |
| **4** | **ผลรวมคะแนนการประเมินความสามารถการประกอบกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุยืนยาว..** | **56** |
| **5** | **ผลรวมคะแนนการประเมินสุขภาพจิตของผู้สูงอายุยืนยาว……………………………………….…..** | **60** |
| **6** | **ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินสุขภาพจิตผู้สูงอายุยืนยาวรายข้อ………** | **62** |
| **7** | จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุยืนยาวกรณีตัวอย่างจำแนกตามลักษณะที่อยู่อาศัย………. | **66** |
| **8** | **จำนวนและร้อยละของความคิดเห็นของผู้สูงอายุยืนยาวต่อความเหมาะสมของสภาพแวดล้อม ในชุมชนที่พักอาศัย…………………………………………………………………………** | **67** |
| **9** | **ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้สูงอายุยืนยาวในด้านความสัมพันธ์กับครอบครัว และชุมชน……………………………………………………………………………………………………………** | **70** |
| **10** | **ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสุขภาวะด้านจิตวิญญาณของผู้สูงอายุยืนยาว………..** | **73** |
| **11** | **ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้สูงอายุยืนยาวด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....** | **76** |
| **12** | **ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรู้สึก/การปฏิบัติที่แสดงถึงความเครียด…………** | **79** |
| **13** | **ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรู้สึก/การปฏิบัติในด้านการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุยืนยาว…………………………………………………………………………………………………….** | **82** |
|  |  |  |

สารบัญภาพ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ภาพ | | หน้า |
| **1** | **กรอบแนวคิดการวิจัย………………………………………………………………………………………….….** | **6** |
| **2** | **ตัวอย่างผู้สูงอายุยืนยาวที่สามารถประกอบกิจวัตรประจำวันได้……………………………………….** | **58** |
| **3** | **ภาพตัวอย่างการทำงานของผู้สูงอายุยืนยาว………………………………………………………………..** | **64** |
| **4** | **ภาพตัวอย่างสภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุยืนยาวกลุ่มตัวอย่าง……………………………………….** | **65** |