

## การดูแลพื้นบ้านเพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ผู้เขียน                      นางราตรี ฤทธิรัตน์

สาขาวิชา                    พยาบาลศาสตร์

ปีการศึกษา                  2547

### บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงคุณภาพแบบชาติพันธุ์วรรณาทางการพยาบาลนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบาย การดูแลพื้นบ้าน เพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช ผู้ให้ ข้อมูลหลักคือ ผู้สูงอายุจำนวน 15 คน คัดเลือกแบบส่งต่อ (snowball technique) ตามคุณสมบัติที่กำหนด ส่วนผู้ให้ข้อมูลทั่วไป จำนวน 15 คน เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุและบุคคลสำคัญในชุมชน คัดเลือก แบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสนทนากลุ่ม การบันทึกข้อมูลภาคสนาม การบันทึกภาพและการบันทึก เทป ระหว่างเดือนสิงหาคม 2546 - พฤษภาคม 2547 ทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ ข้อมูลแบบชาติพันธุ์วรรณาทางการพยาบาลของไลนิงเกอร์ (Leininger's ethnonursing data analysis) ผลการศึกษาพบว่า

ผู้สูงอายุให้ความหมายของสุขภาพดีว่า เป็นความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ประกอบด้วย ธาตุสมบูรณ์ ปัจจัยสมบูรณ์ และลูกหลานสมบูรณ์ โดยถือว่าจิตใจและร่างกายมี ความสัมพันธ์กันและจิตใจเป็นสิ่งที่ควบคุมสถานะอื่นๆ ส่วนการส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุให้ ความหมายว่าหมายถึง การส่งเสริมร่างกายและจิตใจให้ดีขึ้น และคงสภาพที่ดีไว้ สำหรับการดูแล พื้นบ้าน ผู้สูงอายุให้ความหมายว่าเป็นการดูแลกันเองใน 2 ลักษณะ คือ การดูแลกันเองโดยตนเอง บุคคลในครอบครัวและเพื่อนบ้าน และการดูแลโดยหมอแผนโบราณ ซึ่งการดูแลพื้นบ้านเพื่อ การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุนั้น ประกอบด้วย 1) การบำรุงและปรับแต่งธาตุ ด้วยการรับประทาน อาหารถูกต้อง และการใช้สมุนไพร 2) การทำมาหากิน 3) การออกแรงออกเหงื่อด้วยการทำงาน การวิ่ง การเดิน และตะเมาะ 4) การพักผ่อนให้เพียงพอ 5) การพัฒนาจิตใจ โดยการทำให้สงบ และ ร่าเริง แจ่มใส และ 6) การหมั่นทำบุญ ด้วยการไปวัด ไปงาน ทำทาน และการท่องเที่ยวเชิงทำบุญ