



รายงานวิจัย

สภาพการอยู่อาศัยและแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
: กรณีศึกษา ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี
LIVING CONDITIONS AND HOUSING IMPROVEMENT GUIDELINES FOR
THE ELDERLY: A CASE STUDY OF BO SUPHAN SUB-DISTRICT,
SONG PHI NONG DISTRICT, SUPHAN BURI

นายภานุพงศ์ นิลตะโก

โครงการวิจัยทุนสนับสนุนงานวิจัยของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
งบประมาณรายได้ ปี พ.ศ. 2562
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณรายได้ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล
กรุงเทพ ผู้วิจัยขอขอบคุณ คุณชาคริต สัตยารมณ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลส่งเสริม
สุขภาพตำบลบ้านลองตอง อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ให้ความอนุเคราะห์นำลงพื้นที่เก็บ
ข้อมูล องค์การบริหารส่วนตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ให้ความอนุเคราะห์
ข้อมูลผู้สูงอายุในพื้นที่ และผู้สูงอายุที่ให้ความร่วมมือในเก็บข้อมูล



บทคัดย่อภาษาไทย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพสังคม เศรษฐกิจ สภาพ และปัญหาการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ และสามารถเสนอแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 280 คน โดยการสุ่มแบบเชิงกลุ่มบริเวณ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ และแบบสังเกต ผลการวิจัยพบว่าปัญหาการอยู่อาศัยที่เกิดขึ้นมากที่สุด จำนวน 3 ลำดับ คือ ห้องน้ำ ห้องนอน และห้องนั่งเล่น โดยเสนอแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ดังนี้ ห้องน้ำ มีพื้นที่ว่างภายในห้องน้ำเส้นผ่าศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร ประตูแบบบานเปิดออกสู่ภายนอก สามารถเปิดค้างได้ไม่น้อยกว่า 90 องศา หรือเป็นแบบบานเลื่อน พื้นภายในต้องมีระดับเสมอกับพื้นภายนอก วัสดุปูพื้นต้องไม่ลื่น มีความลาดเอียงเพื่อให้สามารถระบายน้ำได้ง่าย โถส้วมชนิดนั่งราบมีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร มีพนักพิงหลัง ที่ปล่อยน้ำเป็นชนิดคันโยก หรือปุ่มกดขนาดใหญ่ มีด้านข้างด้านหนึ่งของโถส้วมอยู่ชิดผนังโดยมีระยะห่างวัดจากกึ่งกลางโถส้วมถึงผนังไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร มีราวจับที่ผนังเป็นแบบแนวนอนและแนวตั้ง โดยราวจับในแนวนอนมีความสูงจากพื้น 65 - 70 เซนติเมตร และให้ยื่นล้ำออกมาจากด้านหน้าโถส้วมอีกไม่น้อยกว่า 25 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 30 เซนติเมตร ราวจับในแนวตั้งต่อจากปลายของราวจับในแนวนอนด้านหน้าโถส้วมมีความยาววัดจากปลายของราวจับในแนวนอนขึ้นไปอย่างน้อย 60 เซนติเมตร และต้องมีราวจับเพื่อนำไปสู่สุขภัณฑ์อื่น ๆ ภายในห้องน้ำ มีความสูงจากพื้น 80 - 90 เซนติเมตร อ่างล้างมือด้านใต้ที่ติดกับผนังไปจนถึงขอบอ่างเป็นที่ยาว เพื่อให้เก้าอี้ล้อสามารถสอดเข้าไปได้ โดยขอบอ่างอยู่ห่างจากผนังไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร และต้องอยู่ในตำแหน่งที่สามารถเข้าประชิดได้โดยไม่สิ่งกีดขวาง มีความสูงจากพื้นถึงขอบบนของอ่างไม่น้อยกว่า 75 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 80 เซนติเมตร และมีราวจับในแนวนอนแบบพับเก็บได้ในแนวตั้งทั้งสองข้างของอ่าง ก๊อกน้ำเป็นชนิดก้านโยกหรือก้านกดหรือก้านหมุนหรือระบบอัตโนมัติ ที่อาบน้ำแบบฝักบัว มีพื้นที่ว่างขนาดไม่น้อยกว่า 110 เซนติเมตร และมีความยาวไม่น้อยกว่า 120 เซนติเมตร มีที่นั่งสำหรับอาบน้ำที่มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร มีราวจับในแนวนอนที่ด้านข้างของที่นั่ง มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 65 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 70 เซนติเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 65 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 70 เซนติเมตร และมีราวจับในแนวตั้งต่อจากปลายของราวจับในแนวนอน และมีความยาวจากปลายของราวจับในแนวนอนขึ้นไปอย่างน้อย 60 เซนติเมตร สิ่งของ เครื่องใช้หรืออุปกรณ์ภายในที่อาบน้ำให้อยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 120 เซนติเมตร ห้องนอน และห้องนั่งเล่น เติงนอนหรือที่นอนมีความยาวไม่น้อยกว่า 180 เซนติเมตร มีความสูงจากพื้นถึงระดับข้อพับเข่าไม่น้อยกว่า 40 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร และมีที่ว่างรอบเตียงไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร มีการติดตั้งระบบไฟฟ้าแสงสว่างเพียงพอ อุปกรณ์ปิดเปิดไฟฟ้าควรอยู่ใกล้กับเตียงนอน มีระยะเอื้อมถึงสูงจากพื้นไม่เกิน 90 เซนติเมตร เก้าอี้สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 40 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร มีพนักพิง เครื่องใช้ควรเป็นชนิดไม่มีมุมแหลม และมีหน้าต่าง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

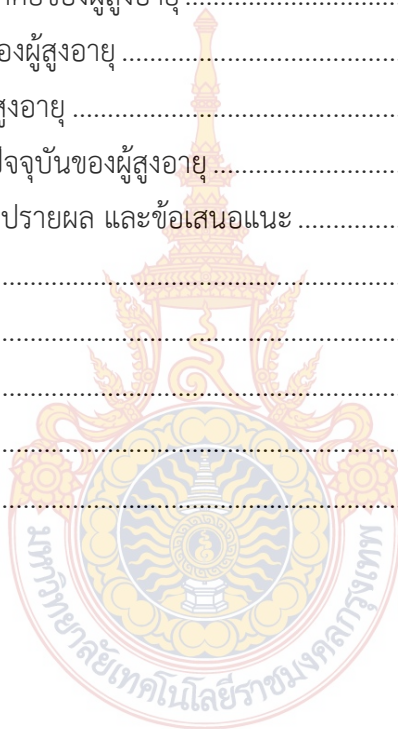
This research is aimed to study the conditions of society, the economy and the living condition problems of elderly in order to suggest improvement of the housing. The sample consisted of 280 elderly living in Bo Suphan Sub-district, Song Phi Nong District, Suphan Buri. The research was conducted by cluster random sampling using interview and observation as the data collecting tools. The result found that 3 of the problems leading to the highest frequency of accidents were toilet, bedroom and living room. The suggestion of housing improvement guidelines for the elderly was as follow – Toilets should contain free space of not less than 150 cm in diameter, door openings to outside to be able to open not less than 90 degree or sliding door. Inside area should be in the same level with outside area, and the tiles must not be non-slip with slope allowing water drain easily. Toilet should not be less than 45 cm from the floor but not higher than 50 cm with backrest and flusher or big pressing button, one side of the toilet should be attached to the wall with the distance from the center of the toilet to wall not less than 45 cm but not more than 50 cm, the rail attached to the wall vertically and horizontally 65-70 cm from the floor and extending from the front of the toilet not less than 25 cm but not more than 30 cm. The vertical rail from the end of horizontal rail in front of the toilet should contain the length from its horizontal end 60 cm with the hand rails leading to other sanitary wares in the toilet with 80-90 cm. Hand washing sink attached to the wall to sink edge was the empty space for the wheelchair to fit the wheels. The sink edge should not be less than 45 cm away from the wall in the reachable location without any obstacle higher from the floor not less than 75 cm but not more than 80 cm with vertical adjustable horizontal rail on both sides. The faucet should be lever or push rod or rotating rod or automatic system. The shower should contain space not less than 110 cm and length not less than 120 cm with showering seat at least 45 cm from the floor but not higher than 50 cm. The horizontal rail at the side of the seat was 65 cm from the floor but not higher than 70 cm and the length of not less than 65 cm but not more than 70 cm. The vertical rail from the end of horizontal rail and the length of its end was not less than 60 cm. Other objects or equipment in the shower should not be less than 30 cm from the floor but not more than 120 cm. Bedroom and living rooms the bed should not be less than 180 cm long with the height from the floor to the knee not less than 40 cm but not more than 50 cm with the space around the bed not less than 90 cm. The electrical system should be enough with the electrical switch close to the bed. The reaching distance should not be more than 90 cm from the floor. The chair should not be less than 40 cm from the floor but not more than 50 cm with backrest. Electrical equipment should not have sharp edge. The windows should be provided.

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ.....	ก
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
สารบัญ.....	ง
สารบัญตาราง.....	ฉ
สารบัญแผนผัง.....	ฉ
สารบัญแผนภูมิ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์.....	2
1.3 ขอบเขตการวิจัย.....	3
1.4 นิยามศัพท์เฉพาะ.....	3
1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม.....	4
2.1 พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546	4
2.2 แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2546)	5
2.3 กฎกระทรวง กำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และ คนชรา ปี พ.ศ. 2548.....	7
2.4 แนวคิดการออกแบบที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ.....	18
2.5 แนวคิดการออกแบบห้องพัก และการเลือกใช้เฟอร์นิเจอร์สำหรับผู้สูงอายุ.....	22
2.6 การแบ่งกลุ่มประชากรผู้สูงอายุ.....	23
2.7 การเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ	23
2.8 การอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในพื้นที่ชนบท และในเขตเมือง	28
2.9 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
บทที่ 3 วิธีการดำเนินงานวิจัย	33
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	33
3.2 ขั้นตอนในการดำเนินการศึกษา	37
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	37

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล	40
3.5 การวิเคราะห์ และสรุปผลการศึกษา	41
บทที่ 4 การวิเคราะห์สภาพการอยู่อาศัยและแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ :	
กรณีศึกษา ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี.....	43
4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ	43
4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ	48
4.3 สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ	50
4.4 ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ	55
4.5 ปัญหาการอยู่อาศัยปัจจุบันของผู้สูงอายุ	57
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	61
5.1 สรุปผลการวิจัย.....	61
5.2 อภิปรายผล	64
5.3 ข้อเสนอแนะ	66
เอกสารอ้างอิง	67
ประวัตินักวิจัย	70



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 แสดงการแบ่งเขตการปกครองของจังหวัดสุพรรณบุรี.....	34
ตารางที่ 3.2 แสดงการแบ่งเขตการปกครองของอำเภอสองพี่น้อง	35
ตารางที่ 3.3 แสดงจำนวนผู้สูงอายุในตำบลอู่สุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี	36
ตารางที่ 3.4 แสดงกรอบในการวิจัย	39
ตารางที่ 3.5 แสดงระยะเวลาการดำเนินงานวิจัย.....	40
ตารางที่ 4.1 แสดง เพศ ช่วงอายุ และสถานภาพของผู้สูงอายุ (n=280).....	43
ตารางที่ 4.2 แสดงจำนวนระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ (n=280)	44
ตารางที่ 4.3 แสดงศาสนาของผู้สูงอายุ (n=280).....	44
ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนสมาชิกในครอบครัวของผู้สูงอายุ (n=280).....	44
ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวนบุตรของผู้สูงอายุ (n=280).....	45
ตารางที่ 4.6 แสดงความสามารถในการสื่อสารของผู้สูงอายุ (n=280)	45
ตารางที่ 4.7 แสดงอาชีพของผู้สูงอายุ (n=280).....	46
ตารางที่ 4.8 แสดงที่มาของรายได้ของผู้สูงอายุ (n=280).....	46
ตารางที่ 4.9 แสดงการประมาณการรายได้ของผู้สูงอายุ (n=280)	46
ตารางที่ 4.10 แสดงรายจ่ายต่อเดือนของผู้สูงอายุ (n=280)	47
ตารางที่ 4.11 แสดงการประมาณการรายจ่ายต่อเดือนของผู้สูงอายุ (n=280)	47
ตารางที่ 4.12 แสดงภาระหนี้สินของผู้สูงอายุ (n=280)	47
ตารางที่ 4.13 แสดงการประมาณภาระหนี้สินของผู้สูงอายุ (n=171).....	48
ตารางที่ 4.14 แสดงลักษณะที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	48
ตารางที่ 4.15 แสดงลักษณะการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)	48
ตารางที่ 4.16 แสดงผู้ที่อยู่อาศัยด้วยกับผู้สูงอายุ (n=280)	49
ตารางที่ 4.17 แสดงการครอบครองที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	49
ตารางที่ 4.18 แสดงระยะเวลาที่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	49
ตารางที่ 4.19 แสดงการนอนหรือพักในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	50
ตารางที่ 4.20 แสดงราวจับภายในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280)	50
ตารางที่ 4.21 แสดงชนิดของโถส้วมภายในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280).....	50
ตารางที่ 4.22 แสดงพื้นภายในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280).....	50
ตารางที่ 4.23 แสดงการเปิด-ปิดอุปกรณ์ภายในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280).....	51

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.24 แสดงลักษณะภายในห้องนอนของผู้สูงอายุ (n=280)	51
ตารางที่ 4.25 แสดงลักษณะการนอนภายในห้องนอนของผู้สูงอายุ (n=280)	51
ตารางที่ 4.26 แสดงลักษณะตู้เสื้อผ้าภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	52
ตารางที่ 4.27 แสดงลักษณะห้องครัวภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	52
ตารางที่ 4.28 แสดงโต๊ะหรือเคาน์เตอร์ภายในห้องครัวของผู้สูงอายุ (n=280).....	52
ตารางที่ 4.29 แสดงลักษณะห้องนั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	52
ตารางที่ 4.30 แสดงลักษณะห้องนั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	53
ตารางที่ 4.31 แสดงลักษณะประตูภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	53
ตารางที่ 4.32 แสดงลักษณะธรณีประตูภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	53
ตารางที่ 4.33 แสดงอุปกรณ์ปิดประตูอัตโนมัติภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	54
ตารางที่ 4.34 แสดงมือจับประตูภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)	54
ตารางที่ 4.35 แสดงความกว้างของบันไดภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134).....	54
ตารางที่ 4.36 แสดงช่องโถงระหว่างขั้นบันไดในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134)	54
ตารางที่ 4.37 แสดงราวจับบันไดในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134).....	55
ตารางที่ 4.38 แสดงลูกตั้ง-ลูกนอนบันไดภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134).....	55
ตารางที่ 4.39 แสดงลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ (n=280).....	55
ตารางที่ 4.40 แสดงโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ (n=280).....	56
ตารางที่ 4.41 แสดงผู้ดูแลเมื่อมีอาการเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ (n=280).....	56
ตารางที่ 4.42 แสดงปัญหาการได้ยินของผู้สูงอายุ (n=221).....	56
ตารางที่ 4.43 แสดงปัญหาการมองเห็นของผู้สูงอายุ (n=244)	57
ตารางที่ 4.44 แสดงปัญหาการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ (n=219)	57
ตารางที่ 4.45 แสดงปัญหาการปัสสาวะ และอุจจาระของผู้สูงอายุ (n=118).....	57
ตารางที่ 4.46 แสดงสถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ (n=280).....	57
ตารางที่ 4.47 แสดงสาเหตุการหกล้มของผู้สูงอายุ (n=280)	58
ตารางที่ 4.48 แสดงจุดเกิดอุบัติเหตุภายในบ้านของผู้สูงอายุ (n=280).....	58
ตารางที่ 4.49 แสดงจุดเกิดอุบัติเหตุภายนอกบ้านของผู้สูงอายุ (n=226).....	59
ตารางที่ 4.50 แสดงปัญหาพื้นที่ใช้สอยของผู้สูงอายุ (n=280).....	59
ตารางที่ 4.51 แสดงปัญหาสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ (n=280)	59

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.52 แสดงปัญหาความสะดวกของผู้สูงอายุ (n=280).....	60
ตารางที่ 4.53 แสดงความต้องการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280).....	60
ตารางที่ 4.54 แสดงพื้นที่ที่ต้องการปรับปรุงของผู้สูงอายุ (n=280).....	60



สารบัญแผนผัง

	หน้า
แผนผังที่ 2.1 แสดงการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ.....	18
แผนผังที่ 3.1 แสดงกระบวนการดำเนินการวิจัย.....	42



สารบัญแผนภูมิ

หน้า

แผนภูมิที่ 1.1 แสดงสัดส่วนประชากรวัยเด็ก วัยแรงงานและวัยสูงอายุ พ.ศ. 2553 - 2583	1
--	---



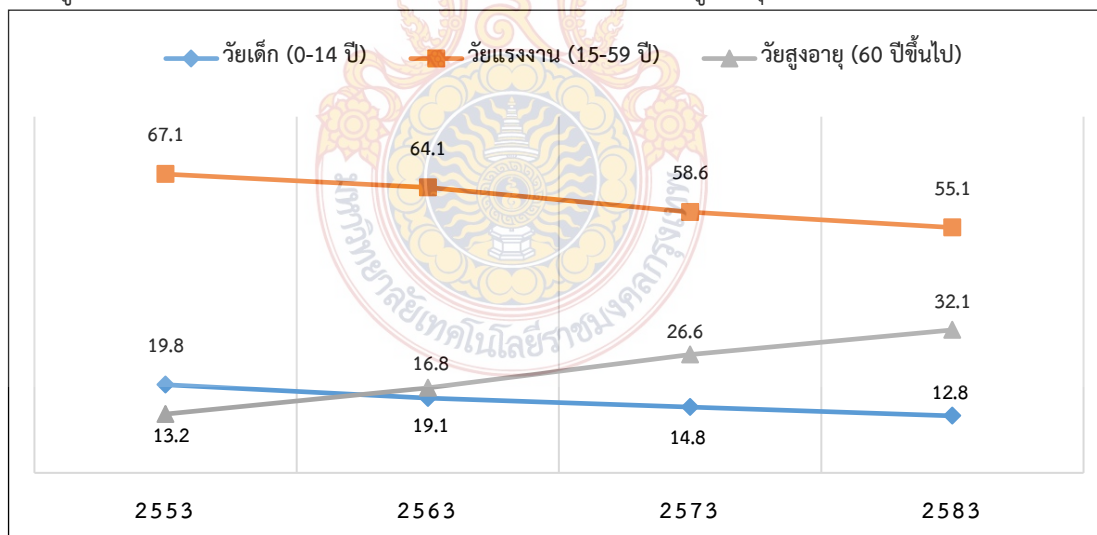
บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ พ.ศ. 2548 โดยมีสัดส่วนเป็นร้อยละ 7 ของประชากรทั้งหมด ปัจจุบันประชากรสูงอายุในประเทศไทยเพิ่มจำนวนมากขึ้นอย่างรวดเร็ว และคาดว่าในปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” ซึ่งโครงสร้างทางอายุของประชากรเมื่อแสดงด้วยสัดส่วนของประชากรในวัยต่าง ๆ ได้จำแนกประชากรออกเป็นกลุ่มอายุ 3 กลุ่ม คือ ประชากรวัยเด็ก (อายุน้อยกว่า 15 ปี) วัยแรงงาน (อายุ 15-59 ปี) และวัยสูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) จากแผนภูมิที่ 1.1 แสดงให้เห็นว่าในระหว่างปี พ.ศ. 2553 - พ.ศ. 2583 สัดส่วนของประชากรวัยเด็กและวัยแรงงาน มีแนวโน้มลดลง ในขณะที่สัดส่วนของประชากรสูงอายุ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากร้อยละ 13.2 ใน พ.ศ. 2553 เป็นร้อยละ 32.1 ใน พ.ศ. 2583¹ ซึ่งวัยสูงอายุเป็นวัยที่จะต้องมีการพึ่งพิงหลายด้าน ทั้งในเชิงเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ และที่สำคัญที่สุด คือ การอยู่อาศัย

แผนภูมิที่ 1.1 แสดงสัดส่วนประชากรวัยเด็ก วัยแรงงานและวัยสูงอายุ พ.ศ. 2553 - 2583



ที่มา : มูลนิธิพัฒนางานผู้สูงอายุ

¹ มูลนิธิงานพัฒนาผู้สูงอายุ. (2559). สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย. สืบค้นเมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2561, จาก <https://fopdev.or.th/>

การอยู่อาศัยของผู้สูงอายุนั้น มีความสำคัญต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก โดยผู้สูงอายุจะต้องมีการพึ่งพิงผู้ที่อาศัยอยู่ด้วยกันในครัวเรือนของผู้สูงอายุ โดยอาจเป็นได้ทั้งภรรยา และผู้ดูแลของผู้สูงอายุ ซึ่งปัจจุบันครอบครัวของคนไทยได้เปลี่ยนรูปแบบการอยู่อาศัย จากที่เป็นครอบครัวขยาย คนหลายรุ่นอาศัยอยู่ด้วยกันเป็นครอบครัวใหญ่ เปลี่ยนเป็นครอบครัวเดี่ยวที่มีสมาชิกในครัวเรือนน้อยลง ไปจนถึงครัวเรือนที่อาศัยเพียงคนเดียว² โดยสัดส่วนของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว และอยู่ลำพังกับคู่สมรสมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในเขตชนบทมากถึงร้อยละ 11.6 รองลงมาอาศัยอยู่ในเขตเมืองต่างจังหวัดร้อยละ 9.9 และอาศัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ร้อยละ 8.2 ซึ่งลักษณะทางกายภาพของที่อยู่อาศัยในเขตกรุงเทพมหานคร กับที่อยู่อาศัยในเขตชนบทมีความแตกต่างกันมาก โดยในเขตกรุงเทพมหานคร ลักษณะกายภาพของที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่เป็นโครงการจัดสรรที่มีการออกแบบแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายในที่อยู่อาศัยอย่างชัดเจน มีการใช้วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เป็นมาตรฐานปลอดภัย และมีระบบสาธารณูปโภคต่าง ๆ รองรับ ซึ่งต่างกับที่อยู่อาศัยในเขตชนบท ลักษณะกายภาพของที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่ก่อสร้างเองโดยผู้สูงอายุ หรือโดยผู้รับเหมาในพื้นที่ ขึ้นอยู่กับสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว³ โดยส่วนใหญ่ลักษณะกายภาพของที่อยู่อาศัยไม่เอื้ออำนวยต่อการอยู่อาศัยในอนาคตของผู้สูงอายุที่เป็นผู้สูงอายุ เนื่องจากพื้นที่ใช้สอยและวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ไม่รองรับการใช้งานของผู้สูงอายุ และไม่ปลอดภัย ส่งผลให้เกิดอุบัติเหตุนำไปสู่การเจ็บป่วย และเสียชีวิต

จากการศึกษาข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2560 พบว่าจังหวัดสุพรรณบุรี มีสัดส่วนของผู้สูงอายุมากที่สุดในภาคกลาง คิดเป็นร้อยละ 18.00 โดยสถานะความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุพบปัญหาที่สำคัญที่สุด คือ ที่อยู่อาศัยไม่มั่นคง หรือสภาพที่อยู่อาศัยไม่เหมาะสมต่อการพักอาศัย คิดเป็นร้อยละ 40.45 ของปัญหาที่พบทั้งหมดซึ่งอยู่ในเขตชนบท ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาสภาพการอยู่อาศัย ปัญหาการอยู่อาศัย และหาแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุในพื้นที่ เพื่อให้มีความสอดคล้องกับความต้องการ ความปลอดภัย และสภาพแวดล้อม ที่เอื้อต่อผู้สูงอายุ เพื่อช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุอันจะนำไปสู่สุขภาพชีวิตที่ดี

1.2 วัตถุประสงค์

- 1.2.1 เพื่อศึกษาสภาพสังคม เศรษฐกิจ และสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
- 1.2.2 เพื่อศึกษาปัญหาการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
- 1.2.3 เพื่อเสนอแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

² มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559, (กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยประชากรสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2560)

³ เรื่องเดียวกัน

1.3 ขอบเขตการวิจัย

1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่ศึกษา

พื้นที่ในการเลือกเป็นพื้นที่ศึกษา คือ ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 18 หมู่บ้าน

1.3.2 ขอบเขตประชากร

ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในหมู่ที่ 1 - 18 ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยมีกลุ่มประชากร จำนวน 2,513 คน⁴ ผู้วิจัยได้กำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 280 คน ที่ระดับความเชื่อมั่น 95%

1.4 นิยามศัพท์เฉพาะ

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีขึ้นไป และมีสัญชาติไทย⁵

ที่อยู่อาศัย หมายถึง อาคารบ้านเรือน รวมถึงตึก โรง และแพที่มนุษย์จัดสร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นที่อยู่อาศัยทั้งกลางวันและกลางคืน ภายในที่อยู่อาศัยประกอบด้วยสิ่งต่าง ๆ สิ่งอำนวยความสะดวก อุปกรณ์และสิ่งของใช้สอยที่จำเป็นตามต้องการทางด้านร่างกายและจิตใจ และความเป็นอยู่ที่ดีงามทั้งส่วนตัวและครอบครัวของผู้สูงอายุ⁶

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลจากการศึกษาครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงสภาพสังคม เศรษฐกิจ การอยู่อาศัย สามารถเสนอแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในพื้นที่ศึกษา และจะเป็นประโยชน์กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

⁴ สัมภาษณ์ ธนวัน ตันติเกษตรกิจ, นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี, 4 กุมภาพันธ์ 2562.

⁵ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2546). พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546.

⁶ ภัทธพล สาสี, “แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในชนบท กรณีศึกษา ตำบลหนองกงเจิน อำเภอกุเวียง จังหวัดขอนแก่น” (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต ภาควิชาเคหการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553).

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรม

การศึกษาวิจัย เรื่อง สภาพการอยู่อาศัยและแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ผู้วิจัยได้ทำการศึกษากฎหมาย แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- 2.1 พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546
- 2.2 แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564)
- 2.3 กฎกระทรวง กำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา ปี พ.ศ. 2548
- 2.4 แนวคิดการออกแบบที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
- 2.5 แนวคิดการออกแบบห้องพักและการเลือกใช้เฟอร์นิเจอร์สำหรับผู้สูงอายุ
- 2.6 แนวคิดการแบ่งกลุ่มประชากรสูงอายุ
- 2.7 การเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ
- 2.8 การอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในพื้นที่ชนบท และในเขตเมือง
- 2.9 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546⁷

ผู้สูงอายุ หมายความว่า บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทย

มาตรา 11 ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับความคุ้มครอง การส่งเสริมและการสนับสนุนในด้านต่าง ดังนี้

1. การบริการทางการแพทย์และการสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวกและรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุเป็นกรณีพิเศษ
2. การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต
3. การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม
4. การพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมการรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน
5. การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือการบริการสาธารณะอื่น
6. การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม

⁷ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ

7. การยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ
8. การช่วยเหลือผู้สูงอายุซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกละเมิดสิทธิหรือถูกแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมาย หรือถูกทอดทิ้ง
9. การคำแนะนำ ปรีกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดีหรือในทางการแก้ไขปัญหาคriminal
10. การจัดที่พักอาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง
11. การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม
12. การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี

2.2 แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2546)⁸

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2550

มาตรา 54 บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับความช่วยเหลือจากรัฐ ทั้งนี้ตามที่กฎหมายบัญญัติ

มาตรา 80 รัฐต้องคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน ส่งเสริมความเสมอภาคของหญิงและชาย ส่งเสริมและพัฒนาความเป็นปึกแผ่นของครอบครัว และความเข้มแข็งของชุมชน รัฐต้องสงเคราะห์คนชรา ผู้ยากไร้ ผู้พิการหรือทุพพลภาพและผู้ด้อยโอกาสให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และพึ่งตนเองได้

ปฏิญญาผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2542

ข้อ 1 ผู้สูงอายุต้องได้รับปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ได้รับการพิทักษ์และคุ้มครองให้พ้นจากการถูกทอดทิ้งและละเมิดสิทธิ โดยปราศจากการเลือกปฏิบัติ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ไม่สามารถพึ่งตนเองหรือครอบครัวได้ และผู้พิการที่สูงอายุ

ข้อ 2 ผู้สูงอายุควรอยู่กับครอบครัวโดยได้รับความเคารพ รัก ความเข้าใจ ความเอื้ออาทร การดูแลเอาใจใส่ การยอมรับบทบาทของกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีในการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

ข้อ 3 ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการศึกษา เรียนรู้ และพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างต่อเนื่อง เข้าถึงข้อมูลข่าวสารและการบริการทางสังคมอันเป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิต เข้าใจถึงความเปลี่ยนแปลงของสังคมรอบด้านเพื่อสามารถปรับบทบาทของตนเองให้สมวัย

⁸ คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2552). แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552

ข้อ 4 ผู้สูงอายุควรถ่ายทอดความรู้ และประสบการณ์ให้สังคม มีโอกาสได้ทำงานที่เหมาะสมกับวัยตามความสมัครใจ โดยได้รับค่าตอบแทนที่เป็นธรรม เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจและเห็นชีวิตคุณค่า

ข้อ 5 ผู้สูงอายุควรได้เรียนรู้ในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ต้องมีหลักประกันและสามารถเข้าถึงหลักประกัน และสามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพอนามัยอย่างครบวงจรโดยเท่าเทียมกัน รวมทั้งได้รับการดูแลจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิตอย่างสงบตามคตินิยม

ข้อ 6 ผู้สูงอายุควรมีบทบาท และส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัว ชุมชน และสังคม โดยเฉพาะการรวมกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และความเข้าใจอันดีระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันและกับบุคคลทุกวัย

ข้อ 7 รัฐโดยการมีส่วนร่วมขององค์กรภาคเอกชน ประชาชน สถาบันสังคม ต้องกำหนดนโยบายและแผนหลักด้านผู้สูงอายุ ส่งเสริมและประสานให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องให้บรรลุผลตามเป้าหมาย

ข้อ 8 รัฐโดยการมีส่วนร่วมขององค์กรภาคเอกชน ประชาชน สถาบันสังคม ต้องตรากฎหมายว่าด้วยผู้สูงอายุ เพื่อเป็นหลักประกันและการบังคับใช้ในการพิทักษ์สิทธิคุ้มครองสวัสดิภาพและจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ

ข้อ 9 รัฐโดยการมีส่วนร่วมขององค์กรภาคเอกชน ประชาชน สถาบันสังคม ต้องรณรงค์ปลูกฝังค่านิยมให้สังคมตระหนักถึงคุณค่าของผู้สูงอายุตามวัฒนธรรมที่เน้นความกตัญญูต่เวที

ยุทธศาสตร์ที่ 2 ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ

มาตรการที่ 6 ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

6.1 สนับสนุนส่งเสริมให้ความรู้แก่ครอบครัวและผู้สูงอายุในการปรับปรุงที่อยู่อาศัยเพื่อรองรับความต้องการในวัยสูงอายุ

6.2 กำหนดมาตรการแหล่งเงินกู้ดอกเบี้ยต่ำเพื่อสร้าง หรือปรับปรุงที่อยู่อาศัย และระบบสาธารณูปโภคสำหรับผู้สูงอายุ

6.3 มีการออกกฎหมายให้สิทธิพิเศษแก่ภาคเอกชนที่จัดบริการด้านที่พักอาศัยที่ได้มาตรฐานสำหรับผู้สูงอายุ

บ้านที่มีสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม หมายถึง บ้านที่มีลักษณะ 5 ลักษณะดังนี้

1. บ้านใดบ้านมีราวจับให้ยึดเกาะ
2. ห้องน้ำ ห้องส้วมมีราวให้ยึดเกาะ
3. ห้องนอนอยู่ชั้นล่าง หรือเป็นบ้านชั้นเดียว
4. ห้องน้ำ ห้องส้วมอยู่ในบ้าน
5. ชนิดของห้องส้วมเป็นแบบนั่งห้อยเท้า

2.3 กฎกระทรวง กำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา ปี พ.ศ. 2548

ข้อ 2 ในกฎกระทรวงนี้

“สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา” หมายความว่า ส่วนของอาคารที่สร้างขึ้นและอุปกรณ์อันเป็นส่วนประกอบของอาคารที่ติดหรือตั้งอยู่ภายในและภายนอกอาคารเพื่ออำนวยความสะดวกในการใช้อาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา

“ลิฟต์” หมายความว่า อุปกรณ์ที่ใช้สำหรับนำคนขึ้นลงระหว่างพื้นของอาคารที่ต่างระดับกัน แต่ไม่ใช่บันไดเลื่อนหรือทางเลื่อน

“พื้นผิวต่างสัมผัส” หมายความว่า พื้นผิวที่มีผิวสัมผัสและสีซึ่งมีความแตกต่างไปจากพื้นผิวและสีในบริเวณข้างเคียงซึ่งคนพิการทางการมองเห็นสามารถสัมผัสได้

“ความกว้างสุทธิ” หมายความว่า ความกว้างที่วัดจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งโดยปราศจากสิ่งใด ๆ กีดขวาง

ข้อ 3 อาคารประเภทและลักษณะดังต่อไปนี้ ต้องจัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราตามที่กำหนดในกฎกระทรวงนี้ ในบริเวณที่เปิดให้บริการแก่บุคคลทั่วไป

1.) โรงพยาบาล สถานพยาบาล ศูนย์บริการสาธารณสุข สถานเอนกมัย อาคารที่ทำการของราชการ รัฐวิสาหกิจ องค์การของรัฐที่จัดตั้งขึ้นตามกฎหมาย สถานศึกษา หอสมุดและพิพิธภัณฑ์สถานของรัฐ สถานีขนส่งมวลชน เช่น ท่าอากาศยาน สถานีรถไฟ สถานีรถ ท่าเทียบเรือที่มีพื้นที่ส่วนใดของอาคารที่เปิดให้บริการแก่บุคคลทั่วไปเกิน 300 ตารางเมตร

2.) สำนักงาน โรงแรม หอประชุม สนามกีฬา ศูนย์การค้า ห้างสรรพสินค้าประเภทต่าง ๆ ที่มีพื้นที่ส่วนใดของอาคารที่เปิดให้บริการแก่บุคคลทั่วไปเกิน 2,000 ตารางเมตร

หมวด 1 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

ข้อ 4 อาคารตามข้อ 3 ต้องจัดให้มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา ตามสมควร โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

- 1.) สัญลักษณ์รูปผู้พิการ
- 2.) เครื่องหมายแสดงทางไปสู่สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา
- 3.) สัญลักษณ์ หรือตัวอักษรแสดงประเภทของสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา

ข้อ 5 สัญลักษณ์รูปผู้พิการ เครื่องหมายแสดงทางไปสู่สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา และสัญลักษณ์หรือตัวอักษรแสดงประเภทของสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา ตามข้อ 4 ให้เป็นสีขาวโดยพื้นป้ายเป็นสีน้ำเงิน หรือเป็นสีน้ำเงินโดยพื้นป้ายเป็นสีขาว

ข้อ 6 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา ต้องมีความชัดเจน มองเห็นได้ง่าย ติดอยู่ในตำแหน่งที่ไม่ทำให้สับสน และต้องจัดให้มีแสงส่องสว่างเป็นพิเศษทั้งกลางวันและกลางคืน

หมวด 2 ทางลาดและลิฟต์

ข้อ 7 อาคารตามข้อ 3 หากระดับพื้นภายในอาคาร หรือระดับพื้นภายในอาคารกับภายนอกอาคาร หรือระดับพื้นทางเดินภายนอกอาคารมีความต่างระดับกันเกิน 20 มิลลิเมตร ให้มีทางลาดหรือลิฟต์ระหว่างพื้นที่ต่างระดับกัน แต่ถ้ามีความต่างระดับกันไม่เกิน 20 มิลลิเมตร ต้องปาดมุมพื้นส่วนที่ต่างระดับกันไม่เกิน 45 องศา

ข้อ 8 ทางลาดให้มีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- 1.) พื้นผิวทางลาดต้องเป็นวัสดุที่ไม่ลื่น
- 2.) พื้นผิวของจุดต่อเนื่องระหว่างพื้นกับทางลาดต้องเรียบไม่สะดุด
- 3.) ความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร ในกรณีที่ทางลาดมีความยาวของทุกช่วงรวมกันตั้งแต่ 6,000 มิลลิเมตร ขึ้นไป ต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร
- 4.) มีพื้นที่หน้าทางลาดเป็นที่ว่างยาวไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร

5.) ทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 และมีความยาวช่วงละไม่เกิน 6,000 มิลลิเมตร ในกรณีที่ทางลาดยาวเกิน 6,000 มิลลิเมตร ต้องจัดให้มีชันพักยาวไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร คั่นระหว่างแต่ละช่วงของทางลาด

6.) ทางลาดด้านที่ไม่มีผนังกั้นให้ยกขอบสูงจากพื้นผิวของทางลาดไม่น้อยกว่า 50 มิลลิเมตร และมีราวกันตก

7.) ทางลาดที่มีความยาวตั้งแต่ 2,500 มิลลิเมตร ขึ้นไป ต้องมีราวจับทั้งสองด้านโดยมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

(ก) ทำด้วยวัสดุเรียบ มีความมั่นคงแข็งแรง ไม่เป็นอันตรายในการจับและไถล

(ข) มีลักษณะกลม โดยมีเส้นผ่านศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 30 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 40 มิลลิเมตร

(ค) สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 800 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 900 มิลลิเมตร

(ง) ราวจับด้านที่อยู่ติดผนังให้มีระยะห่างจากผนังไม่น้อยกว่า 50 มิลลิเมตร มีความสูงจากจุดยึดไม่น้อยกว่า 120 มิลลิเมตร และผนังบริเวณราวจับต้องเป็นผนังเรียบ

(จ) ราวจับต้องยาวต่อเนื่อง และส่วนที่ยึดติดกับผนังจะต้องไม่กีดขวางหรือเป็นอุปสรรคต่อการใช้ของคนพิการทางการมองเห็น

(ฉ) ปลายของราวจับให้ยื่นเลยจากจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดของทางลาดไม่น้อยกว่า 300 มิลลิเมตร

8.) มีป้ายแสดงทิศทาง ตำแหน่ง หรือหมายเลขชั้นของอาคารที่คนพิการทางการมองเห็น และคนชราสามารถทราบความหมายได้ ตั้งอยู่บริเวณทางขึ้นและทางลงของทางลาดที่เชื่อมระหว่างชั้นของอาคาร

9.) ให้มีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ในบริเวณทางลาดที่จัดไว้ให้ผู้พิการหรือทุพพลภาพและคนชรา

ข้อ 9 อาคารตามข้อ 3 ที่มีจำนวนชั้นตั้งแต่สองชั้นขึ้นไปต้องจัดให้มีลิฟต์หรือทางลาดที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราใช้ได้ระหว่างชั้นของอาคาร

ลิฟต์ที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราใช้ได้ต้องสามารถขึ้นลงได้ทุกชั้น มีระบบควบคุมลิฟต์ที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราสามารถควบคุมได้เอง ใช้งานได้อย่างปลอดภัย และจัดไว้ในบริเวณที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราสามารถใช้ได้สะดวก

ให้มีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ที่ช่องประตูด้านนอกของลิฟต์ที่จัดไว้ให้ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราใช้ได้

ข้อ 10 ลิฟต์ที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราใช้ได้ที่มีลักษณะเป็นห้องลิฟต์ต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

1.) ขนาดของห้องลิฟต์ต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 1,100 มิลลิเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 1,400 มิลลิเมตร

2.) ช่องประตูลิฟต์ต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร และต้องมีระบบแสงเพื่อป้องกันไม่ให้ประตูลิฟต์หนีบผู้โดยสาร

3.) มีพื้นผิวต่างสัมผัสบนพื้นบริเวณหน้าประตูลิฟต์กว้าง 300 มิลลิเมตร และยาว 900 มิลลิเมตร ซึ่งอยู่ห่างจากประตูลิฟต์ไม่น้อยกว่า 300 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 600 มิลลิเมตร

4.) ปุ่มกดเรียกลิฟต์ ปุ่มบังคับลิฟต์ และปุ่มสัญญาณแจ้งเหตุฉุกเฉินต้องมีลักษณะดังต่อไปนี้

(ก) ปุ่มล่างสุดอยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร ปุ่มบนสุดอยู่สูงจากพื้นไม่เกินกว่า 1,200 มิลลิเมตร และห่างจากมุมภายในห้องลิฟต์ไม่น้อยกว่า 400 มิลลิเมตร ในกรณีที่ห้องลิฟต์มีขนาดกว้างและยาวน้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร

(ข) มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 20 มิลลิเมตร มีอักษรเบรลล์กำกับไว้ทุกปุ่มเมื่อกดปุ่มจะต้องมีเสียงดังและมีแสง

(ค) ไม่มีสิ่งกีดขวางบริเวณที่กดปุ่มลิฟต์

5.) มีราวจับโดยรอบภายในลิฟต์ โดยราวมีลักษณะตามที่กำหนดในข้อ 8 (7) (ก) (ข) (ค) และ (ง)

6.) มีตัวเลขและเสียงบอกตำแหน่งชั้นต่าง ๆ เมื่อลิฟต์หยุด และขึ้นหรือลง

7.) มีป้ายแสดงหมายเลขชั้นและแสดงทิศทางบริเวณโถงหน้าประตูลิฟต์และติดอยู่ในตำแหน่งที่เห็นได้ชัดเจน

8.) ในกรณีที่ลิฟต์ขัดข้องให้มีทั้งเสียงและแสงไฟเตือนภัยเป็นไฟกะพริบสีแดง เพื่อให้คนพิการทางการมองเห็นและคนพิการทางการได้ยินทราบ และให้มีไฟกะพริบสีเขียวเป็นสัญญาณให้คนพิการทางการได้ยินได้ทราบว่าผู้ที่อยู่ข้างนอกมารับทราบแล้วว่าลิฟต์ขัดข้องและกำลังให้ความช่วยเหลืออยู่

9.) มีโทรศัพท์แจ้งเหตุฉุกเฉินภายในลิฟต์ซึ่งสามารถติดต่อกับภายนอกได้ โดยต้องอยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 1,200 มิลลิเมตร

10.) มีระบบการทำงานที่ทำให้ลิฟต์เลื่อนมาอยู่ตรงที่จอดชั้นระดับพื้นดินและประตูลิฟต์ต้องเปิดโดยอัตโนมัติเมื่อไฟฟ้าดับ

หมวด 3 บันได

ข้อ 11 อาคารตามข้อ 3 ต้องจัดให้มีบันไดสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราใช้อย่างน้อยชั้นละ 1 แห่ง โดยต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- 1.) มีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร
- 2.) มีชันพักทุกระยะในแนวตั้งไม่เกิน 2,000 มิลลิเมตร
- 3.) มีราวบันไดทั้งสองข้าง โดยให้ราวมีลักษณะตามที่กำหนดในข้อ 8 (7)
- 4.) ลูกตั้งสูงไม่เกิน 150 มิลลิเมตร ลูกนอนเมื่อหักส่วนที่ชันบันไดเหลื่อมกันออกแล้ว เหลือความกว้างไม่น้อยกว่า 280 มิลลิเมตร และมีขนาดสม่ำเสมอตลอดช่วงบันได ในกรณีที่ชันบันไดเหลื่อมกันหรือมีงมูกบันไดให้มีระยะเหลื่อมกันได้ไม่เกิน 20 มิลลิเมตร
- 5.) พื้นผิวของบันไดต้องใช้วัสดุที่ไม่ลื่น
- 6.) ลูกตั้งบันไดห้ามเปิดเป็นช่องโถ่
- 7.) มีป้ายแสดงทิศทาง ตำแหน่ง หรือหมายเลขชั้นของอาคารที่คนพิการทางการมองเห็น และคนชราสามารถทราบความหมายได้ ตั้งอยู่บริเวณทางขึ้นและทางลงของบันไดที่เชื่อมระหว่างชั้นของอาคาร

หมวด 4 ที่จอดรถ

ข้อ 12 อาคารตามข้อ 3 ต้องจัดให้มีที่จอดรถสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราอย่างน้อยตามอัตราส่วน ดังนี้

- 1.) ถ้าจำนวนที่จอดรถตั้งแต่ 10 คัน แต่ไม่เกิน 50 คัน ให้มีที่จอดรถสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราอย่างน้อย 1 คัน
- 2.) ถ้าจำนวนที่จอดรถตั้งแต่ 51 คัน แต่ไม่เกิน 100 คัน ให้มีที่จอดรถสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราอย่างน้อย 2 คัน
- 3.) ถ้าจำนวนที่จอดรถตั้งแต่ 101 คัน ขึ้นไป ให้มีที่จอดรถสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราอย่างน้อย 2 คัน และเพิ่มขึ้นอีก 1 คัน สำหรับทุก ๆ จำนวนรถ 100 คันที่เพิ่มขึ้นเศษของ 100 คัน ถ้าเกินกว่า 50 คัน ให้คิดเป็น 100 คัน

ข้อ 13 ที่จอดรถสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราให้จัดไว้ใกล้ทางเข้าออกอาคารให้มากที่สุด มีลักษณะไม่ขนานกับทางเดินรถ มีพื้นผิวเรียบ มีระดับเสมอกัน และมีสัญลักษณ์รูปผู้พิการนั่งเก้าอี้ล้ออยู่บนพื้นของที่จอดรถด้านที่ติดกับทางเดินรถ มีขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร และมีป้ายขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 300 มิลลิเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 300 มิลลิเมตร ติดอยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 2,000 มิลลิเมตร ในตำแหน่งที่เห็นได้ชัดเจน

ข้อ 14 ที่จอดรถสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราต้องเป็นพื้นที่สี่เหลี่ยมผืนผ้า กว้างไม่น้อยกว่า 2,400 มิลลิเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 6,000 มิลลิเมตร และจัดให้มีที่ว่างข้างที่จอดรถ กว้างไม่น้อยกว่า 1,000 มิลลิเมตร ตลอดความยาวของที่จอดรถ โดยที่ว่างดังกล่าวต้องมีลักษณะพื้นผิวเรียบและมีระดับเสมอกับที่จอดรถ

หมวด 5 ทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร และทางเชื่อมระหว่างอาคาร

ข้อ 15 อาคารตามข้อ 3 ต้องจัดให้มีทางเข้าอาคารเพื่อให้ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา เข้าใช้ได้โดยมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- 1.) เป็นพื้นผิวเรียบเสมอกัน ไม่ลื่น ไม่มีสิ่งกีดขวาง หรือส่วนของอาคารยื่นล้ำออกมา เป็นอุปสรรคหรืออาจทำให้เกิดอันตรายต่อผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา
- 2.) อยู่ในระดับเดียวกับพื้นถนนภายนอกอาคารหรือพื้นลานจอดรถ ในกรณีที่อยู่ต่างระดับ ต้องมีทางลาดที่สามารถขึ้นลงได้สะดวก และทางลาดนี้ให้อยู่ใกล้ที่จอดรถ

ข้อ 16 ในกรณีที่มีอาคารตามข้อ 3 หลายอาคารอยู่ภายในบริเวณเดียวกันที่มีการใช้อาคารร่วมกัน จะมีรั้วล้อมหรือไม่ก็ตาม ต้องจัดให้มีทางเดินระหว่างอาคารนั้น และจากอาคารแต่ละอาคาร นั้นไปสู่ทางสาธารณะ ลานจอดรถหรืออาคารที่จอดรถ ทางเดินตามวรรคหนึ่งต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- 1.) พื้นทางเดินต้องเรียบ ไม่ลื่น และมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร
- 2.) หากมีท่อระบายน้ำหรือรางระบายน้ำบนพื้นต้องมีฝาปิดสนิท ถ้าฝาเป็นแบบ ตะแกรงหรือแบบรู ต้องมีขนาดของช่องตะแกรงหรือเส้นผ่านศูนย์กลางของรูกว้างไม่เกิน 13 มิลลิเมตร แนวร่องหรือแนวของรางจะต้องวางกับแนวทางเดิน
- 3.) ในบริเวณที่เป็นทางแยกหรือทางเลี้ยวให้มีพื้นผิวต่างสัมผัส
- 4.) ในกรณีที่มีสิ่งกีดขวางที่จำเป็นบนทางเดิน ต้องจัดให้อยู่ในแนวเดียวกัน โดยไม่ กีดขวางทางเดิน และจัดให้มีพื้นผิวต่างสัมผัสหรือมีการกันเพื่อให้ทราบก่อนถึงสิ่งกีดขวาง และอยู่ห่าง สิ่งกีดขวางไม่น้อยกว่า 300 มิลลิเมตร
- 5.) ป้ายหรือสิ่งอื่นใดที่แขวนอยู่เหนือทางเดิน ต้องมีความสูงจากพื้นทางเดินไม่น้อย 2,000 มิลลิเมตร
- 6.) ในกรณีที่พื้นทางเดินกับพื้นถนนมีระดับต่างกัน ให้มีพื้นลาดที่มีความลาดชันไม่เกิน 1:10

ข้อ 17 อาคารตามข้อ 3 ที่มีทางเชื่อมระหว่างอาคาร ต้องมีผนังหรือราวกันตกทั้งสองด้าน โดยมีราวจับซึ่งมีลักษณะตามข้อ 8 (7) (ก) (ข) (ค) (ง) และ (จ) ที่ผนังหรือราวกันตกนั้น และมีทางเดินซึ่งมีลักษณะตามข้อ 16 (1) (2) (3) (4) และ (5)

หมวด 6 ประตู

ข้อ 18 ประตูของอาคารตามข้อ 3 ต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- 1.) เปิดปิดได้ง่าย
 - 2.) หากมีธรณีประตู ความสูงของธรณีประตูต้องไม่เกินกว่า 20 มิลลิเมตร และให้ขอบทั้งสองด้านมีความลาดเอียงไม่เกิน 45 องศา เพื่อให้เก้าอี้ล้อหรือผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราที่ใช้อุปกรณ์ช่วยเดินสามารถข้ามได้สะดวก
 - 3.) ช่องประตูต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร
 - 4.) ในกรณีที่ประตูเป็นแบบบานเปิดผลักเข้าออก เมื่อเปิดออกสู่ทางเดินหรือระเบียง ต้องมีพื้นที่ว่างขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร
 - 5.) ในกรณีที่ประตูเป็นแบบบานเลื่อนหรือแบบบานเปิดให้มีมือจับที่มีขนาดเท่ากับราวจับตามข้อ 8 (7) (ข) ในแนวดิ่งทั้งด้านในและด้านนอกของประตูซึ่งมีปลายด้านบนสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 1,000 มิลลิเมตร และปลายด้านล่างไม่เกิน 800 มิลลิเมตร ในกรณีที่ประตูบานเปิดออกให้มีราวจับตามแนวนอนด้านในประตู และในกรณีที่ประตูบานเปิดเข้าให้มีราวจับตามแนวนอนด้านนอกประตู ราวจับดังกล่าวให้สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 800 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 900 มิลลิเมตร ยาวไปตามความกว้างของประตู
 - 6.) ในกรณีที่ประตูเป็นกระจกหรือลูกฟักเป็นกระจก ให้ติดเครื่องหมายหรือแถบสีที่สังเกตเห็นได้ชัด
 - 7.) อุปกรณ์เปิดปิดประตูต้องเป็นชนิดก้านบิดหรือแกนผลัก อยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 1,000 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 1,200 มิลลิเมตร
- ประตูตามวรรคหนึ่งต้องไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เองที่อาจทำให้ประตูหนีบหรือกระแทกผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา

ข้อ 19 ข้อกำหนดตามข้อ 18 ไม่ใช่บังคับกับประตูหนีไฟและประตูเปิดปิดโดยใช้ระบบอัตโนมัติ

หมวด 7 ห้องส้วม

ข้อ 20 อาคารตามข้อ 3 ที่จัดให้มีห้องส้วมสำหรับบุคคลทั่วไป ต้องจัดให้มีห้องส้วมสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราเข้าใช้ได้อย่างน้อย 1 ห้องในห้องส้วมนั้นหรือจะจัดแยกออกมาอยู่ในบริเวณเดียวกันกับห้องส้วมสำหรับบุคคลทั่วไปก็ได้

สถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิงตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมน้ำมันเชื้อเพลิง ต้องจัดให้มีห้องส้วมสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราเข้าใช้ได้อย่างน้อย 1 ห้อง

ข้อ 21 ห้องส้วมสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา ต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

1.) มีพื้นที่ว่างภายในห้องส้วมเพื่อให้เก้าอี้ล้อสามารถหมุนตัวกลับได้ซึ่งมีเส้นผ่านศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 1,500 มิลลิเมตร

2.) ประตูของห้องที่ตั้งโถส้วมเป็นแบบบานเปิดออกสู่ภายนอก โดยต้องเปิดค้างได้ไม่น้อยกว่า 90 องศา หรือเป็นแบบบานเลื่อน และมีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ที่ประตูด้านหน้าห้องส้วม ลักษณะของประตูนอกจากที่กล่าวมาข้างต้น ให้เป็นไปตามที่กำหนดในหมวด 6

3.) พื้นห้องส้วมต้องมีระดับเสมอกับพื้นภายนอก ถ้าเป็นพื้นต่างระดับต้องมีลักษณะเป็นทางลาดตามหมวด 2 และวัสดุปูพื้นห้องส้วมต้องไม่ลื่น

4.) พื้นห้องส้วมต้องมีความลาดเอียงเพียงพอไปยังช่องระบายน้ำทิ้งเพื่อที่จะไม่ให้มีน้ำขังบนพื้น

5.) มีโถส้วมชนิดนั่งราบ สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 450 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 500 มิลลิเมตร มีพนักพิงหลังให้ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราที่ไม่สามารถนั่งทรงตัวได้เองใช้พิงได้ และที่ปล่อยน้ำเป็นชนิดคันโยก ปุ่มกดขนาดใหญ่หรือชนิดอื่นที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราสามารถใช้ได้อย่างสะดวก มีด้านข้างด้านหนึ่งของโถส้วมอยู่ชิดผนังโดยมีระยะห่างวัดจากกึ่งกลางโถส้วมถึงผนังไม่น้อยกว่า 450 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 500 มิลลิเมตร ต้องมีราวจับที่ผนัง ส่วนด้านที่ไม่ชิดผนังให้มีที่ว่างมากพอให้ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราที่นั่งเก้าอี้ล้อสามารถเข้าไปใช้โถส้วมได้โดยสะดวก ในกรณีที่ด้านข้างของโถส้วมทั้งสองด้านอยู่ห่างจากผนังเกิน 500 มิลลิเมตร ต้องมีราวจับที่มีลักษณะตาม (7)

6.) มีราวจับบริเวณด้านที่ชิดผนังเพื่อช่วยในการพยุงตัว เป็นราวจับในแนวนอนและแนวตั้งโดยมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

(ก) ราวจับในแนวนอนมีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 650 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 700 มิลลิเมตร และให้ยื่นล้าออกมาจากด้านหน้าโถส้วมอีกไม่น้อยกว่า 250 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 300 มิลลิเมตร

(ข) ราวจับในแนวตั้งต่อจากปลายของราวจับในแนวนอนด้านหน้าโถส้วมมีความยาววัดจากปลายของราวจับในแนวนอนขึ้นไปอย่างน้อย 600 มิลลิเมตร

ราวจับตาม (6) (ก) และ (ข) อาจเป็นราวต่อเนื่องกันก็ได้

7.) ด้านข้างโถส้วมด้านที่ไม่ขัดผนังให้มีราวจับติดผนังแบบพับเก็บได้ในแนวราบ เมื่อกางออกให้มีระบบล็อกที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราสามารถปลดล็อกได้ง่าย มีระยะห่างจากขอบของโถส้วมไม่น้อยกว่า 150 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 200 มิลลิเมตร และมีความยาวไม่น้อยกว่า 550 มิลลิเมตร

8.) นอกเหนือจากราวจับตาม (6) และ (7) ต้องมีราวจับเพื่อนำไปสู่สุขภัณฑ์อื่น ๆ ภายในห้องส้วม มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 800 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 900 มิลลิเมตร

9.) ติดตั้งระบบสัญญาณแสงและสัญญาณเสียงให้ผู้ที่อยู่ภายนอกแจ้งภัยแก่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา และระบบสัญญาณแสงและสัญญาณเสียงให้ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราสามารถแจ้งเหตุหรือเรียกหาผู้ช่วยในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉินไว้ในห้องส้วม โดยมีปุ่มกดหรือปุ่มสัมผัสให้สัญญาณทำงานซึ่งติดตั้งอยู่ในตำแหน่งที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราสามารถใช้งานได้สะดวก

10.) มีอ่างล้างมือโดยมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

(ก) ใต้อ่างล้างมือด้านที่ติดตั้งไปจนถึงขอบอ่างเป็นที่ว่าง เพื่อให้เก้าอี้ล้อสามารถสอดเข้าไปได้ โดยขอบอ่างอยู่ห่างจากผนังไม่น้อยกว่า 450 มิลลิเมตร และต้องอยู่ในตำแหน่งที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราเข้าประชิดได้โดยไม่มีสิ่งกีดขวาง

(ข) มีความสูงจากพื้นถึงขอบบนของอ่างไม่น้อยกว่า 750 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 800 มิลลิเมตร และมีราวจับในแนวนอนแบบพับเก็บได้ในแนวดิ่งทั้งสองข้างของอ่าง

(ค) ก๊อกน้ำเป็นชนิดก้านโยกหรือก้านกดหรือก้านหมุนหรือระบบอัตโนมัติ

ข้อ 22 ในกรณีที่ห้องส้วมสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราอยู่ในห้องส้วมที่จัดไว้สำหรับบุคคลทั่วไป และมีทางเข้าก่อนถึงตัวห้องส้วม ต้องจัดให้ห้องส้วมสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราอยู่ในตำแหน่งที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราสามารถเข้าถึงได้โดยสะดวก

ห้องส้วมสำหรับบุคคลทั่วไปตามวรรคหนึ่ง หากได้จัดสำหรับผู้ชายและผู้หญิงต่างหากจากกัน ให้มีอักษรเบลล์แสดงให้รู้ว่าเป็นห้องส้วมชายหรือหญิงติดไว้ที่ผนังข้างทางเข้าในตำแหน่งที่สามารถสัมผัสได้ด้วย

ข้อ 23 ในกรณีที่เป็นห้องส้วมสำหรับผู้ชายที่มีใช้ห้องส้วมสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราตามข้อ 20 และข้อ 21 ให้มีที่ถ่ายปัสสาวะที่มีระดับเสมอพื้นอย่างน้อย 1 ที่ โดยมีราวจับใน

แนวนอนอยู่ด้านบนของที่ถ่ายปัสสาวะยาวไม่น้อยกว่า 500 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 600 มิลลิเมตร มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 1,200 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 1,300 มิลลิเมตร และมีราวจับด้านข้างของที่ถ่ายปัสสาวะทั้งสองข้าง มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 800 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 1,000 มิลลิเมตร ซึ่งยื่นออกมาจากผนังไม่น้อยกว่า 550 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 600 มิลลิเมตร

ข้อ 24 ราวจับห้องส้วมให้มีลักษณะตามที่กำหนดในข้อ 8 (7) (ก) และ (ข)

หมวด 8 พื้นผิวต่างสัมผัส

ข้อ 25 อาคารตามข้อ 3 ต้องจัดให้มีพื้นผิวต่างสัมผัสสำหรับคนพิการทางการมองเห็นที่พื้นบริเวณต่างระดับที่มีระดับต่างกันเกิน 200 มิลลิเมตร ที่ทางขึ้นและทางลงของทางลาดหรือบันไดที่พื้นด้านหน้าและด้านหลังประตูทางเข้าอาคาร และที่พื้นด้านหน้าของประตูห้องส้วม โดยมีขนาดกว้าง 300 มิลลิเมตร และมีความยาวเท่ากับและขนานไปกับความกว้างของช่องทางเดินของพื้นต่างระดับทางลาด บันได หรือประตู และขอบของพื้นผิวต่างสัมผัสอยู่ห่างจากจุดเริ่มต้นของทางขึ้นหรือทางลงของพื้นต่างระดับ ทางลาด บันได หรือประตูไม่น้อยกว่า 300 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 350 มิลลิเมตร

ในกรณีของสถานีขนส่งมวลชน ให้ขอบนอกของพื้นผิวต่างสัมผัสอยู่ห่างจากขอบของชานชาลาไม่น้อยกว่า 600 มิลลิเมตร แต่ไม่เกินกว่า 650 มิลลิเมตร

หมวด 9 โรงมหรสพ หอประชุม และโรงแรม

ข้อ 26 อาคารตามข้อ 3 ที่เป็นโรงมหรสพหรือหอประชุมต้องจัดให้มีพื้นที่เฉพาะสำหรับเก้าอี้ล้ออย่างน้อยหนึ่งที่นั่งทุก ๆ จำนวน 100 ที่นั่ง โดยพื้นที่เฉพาะนี้เป็นพื้นที่ราบขนาดความกว้างไม่น้อยกว่า 900 มิลลิเมตร และความยาวไม่น้อยกว่า 1,400 มิลลิเมตร ต่อหนึ่งที่นั่ง อยู่ในตำแหน่งที่เข้าออกได้

ข้อ 27 อาคารตามข้อ 3 ที่เป็นโรงแรมที่มีห้องพักตั้งแต่ 100 ห้อง ขึ้นไป ต้องจัดให้มีห้องพักสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา เข้าใช้ได้ไม่น้อยกว่าหนึ่งห้องต่อจำนวนห้องพักทุก 100 ห้อง โดยห้องพักดังกล่าวต้องมีส่วนประกอบและมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. อยู่ใกล้บันไดหรือบันไดหนีไฟหรือลิฟต์ดับเพลิง
2. ภายในห้องพักต้องจัดให้มีสัญญาณบอกเหตุหรือเตือนภัยทั้งสัญญาณที่เป็นเสียงและแสง และระบบสั่นสะเทือนติดตั้งบริเวณที่นอนในกรณีเกิดอัคคีภัยหรือเหตุอันตรายอย่างอื่น เพื่อให้ผู้ที่อยู่ในห้องพักทราบ และมีสวิทช์สัญญาณแสงและสวิทช์สัญญาณเสียงแจ้งภัยหรือเรียกให้ผู้ที่อยู่ภายนอกทราบว่ามีความอยู่ในห้องพัก

3.) มีแผนผังต่างสัมผัสของอาคารในชั้นที่มีห้องพักสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราเข้าใช้ได้ มีอักษรเบลล์แสดงตำแหน่งของห้องพัก บันไดหนีไฟ และทิศทางไปสู่บันไดหนีไฟโดยติดไว้ที่กึ่งกลางบานประตูด้านในและอยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 1,300 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 1,700 มิลลิเมตร

4.) มีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ที่ประตูด้านหน้าห้องพักสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา

ข้อ 28 ห้องพักในโรงแรมที่จัดสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา ต้องมีที่อาบน้ำซึ่งเป็นแบบฝักบัวหรือแบบอ่างอาบน้ำโดยมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

1.) ที่อาบน้ำแบบฝักบัว

(ก) มีพื้นที่วางขนาดความกว้างไม่น้อยกว่า 1,100 มิลลิเมตร และความยาวไม่น้อยกว่า 1,200 มิลลิเมตร

(ข) มีที่นั่งสำหรับอาบน้ำที่มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 450 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 500 มิลลิเมตร

(ค) มีราวจับในแนวนอนที่ด้านข้างของที่นั่ง มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 650 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 700 มิลลิเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 650 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 700 มิลลิเมตร และมีราวจับในแนวตั้งต่อจากปลายของราวจับในแนวนอน และมีความยาวจากปลายของราวจับในแนวนอนขึ้นไปอย่างน้อย 600 มิลลิเมตร

2.) ที่อาบน้ำแบบอ่างอาบน้ำ

(ก) มีราวจับในแนวตั้งอยู่ห่างจากผนังด้านหัวอ่างอาบน้ำ 600 มิลลิเมตร โดยปลายด้านล่างอยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 650 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 700 มิลลิเมตร มีความยาวอย่างน้อย 600 มิลลิเมตร

(ข) มีราวจับในแนวนอนที่ปลายของราวจับในแนวตั้ง และยาวไปจนจดผนังห้องอาบน้ำด้านท้ายอ่างอาบน้ำ

ราวจับในแนวนอนและในแนวตั้งอาจเป็นราวต่อเนื่องกันก็ได้ และมีลักษณะตามที่กำหนดในข้อ 8 (7) (ก) และ (ข)

3.) สิ่งของ เครื่องใช้หรืออุปกรณ์ภายในที่อาบน้ำให้อยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 300 มิลลิเมตร แต่ไม่เกิน 1,200 มิลลิเมตร

2.4 แนวคิดการออกแบบที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

2.4.1 แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ⁹

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ นอกจากมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายแล้ว ยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ด้านสังคมและด้านเศรษฐกิจ

แผนผังที่ 2.1 แสดงการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ



ที่มา : วารสารธนาคารอาคารสงเคราะห์ ปีที่ 21 ฉบับที่ 80 (เดือนมกราคม-มีนาคม 2558)

การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวมีผลต่อสภาพที่อยู่อาศัย นำมาสู่แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ได้ดังนี้

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

เมื่ออายุมากขึ้น สรีระร่างกายจะเปลี่ยนแปลง โดยสัดส่วนร่างกายทางแนวนอนจะเพิ่มขึ้น ได้แก่ รอบเอวหนาขึ้นสะโพกกว้างขึ้น สัดส่วนทางแนวตั้งลดลงระยะและสัดส่วนความยาวแขนขาจะสั้นลงลง เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงและความเสื่อมถอยทางด้านร่างกายนี้ทำให้ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงที่จะเกิดอุบัติเหตุมากกว่าวัยอื่น ๆ และผลจากอุบัติเหตุอาจทำให้เกิดผลข้างเคียงต่าง ๆ

⁹ ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และ สุจิตรา จิระวาณิชกุล, “แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ” วารสารธนาคารอาคารสงเคราะห์ ปีที่ 21, ฉบับที่ 80 (มกราคม-มีนาคม 2558): 40-46.

ตามมาเร็วขึ้น ดังนั้น เพื่อเป็นการป้องกันอันตรายจากอุบัติเหตุ เพื่อไม่ให้เกิดการหกล้ม สะดุดสิ่งกีดขวาง หรือลื่น ซึ่งมีสาเหตุส่วนใหญ่มาจากสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม

- 1.1 ภายในอาคารจะต้องไม่มีธรณีประตู หรือไม่มีการเปลี่ยนระดับพื้น
- 1.2 จุดเสียงต้องมีพื้นผิวต่างสัมผัสชนิดเตือนหรือมีสีแตกต่างกันชัดเจน เพื่อให้สังเกตและมองเห็นง่ายขึ้น
- 1.3 มีราวจับเพื่อช่วยพยุงตัวขณะเดิน ควรติดตั้งตั้งแต่ออกจากลิฟท์หรือบันได ยาวต่อเนื่องไปจนถึงหน้าห้องพัก
- 1.4 การใช้สีภายในอาคาร ส่วนช่วยทำให้ลดอุบัติเหตุจากการสะดุดหกล้มได้ เช่น สีพื้นต่างระดับควรใช้สีที่ตัดกัน สีลูกตั้งแตกต่างกับสีลูกนอนของบันได สีพื้นตัดกับสีผนัง เป็นต้น
- 1.5 การเลือกใช้เฟอร์นิเจอร์ภายในบ้าน เช่น ความสูงของเตียง โซฟา เก้าอี้ ควรสูงประมาณ 0.45 เมตร หรือเท่ากับความสูงของระยะเข่าถึงเท้า หรือนั่งแล้วขาไม่ลอยจากพื้น จึงจะไม่ทำให้ผู้สูงอายุลื่นหกล้ม โซฟานั่งแล้วไม่ยุบลงจนเกินไป ซึ่งจะให้ลุกยาก สีของเฟอร์นิเจอร์ควรเลือกใช้สีทึบสว่างมากกว่าสีโทนมืด
- 1.6 ในห้องน้ำบริเวณโถส้วม ควรติดตั้งราวจับรูปตัว L เพื่อช่วยพยุงตัวทำให้ลุกขึ้นง่าย

2. รั้วกั้นใช้เจ็บ

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่เจ็บป่วยได้ง่ายกว่า และใช้เวลาในการฟื้นตัวนานกว่าวัยอื่น ๆ ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกัน หากเกิดเหตุฉุกเฉินด้านสุขภาพหรืออุบัติเหตุ ภายในห้องพักจะมีระบบสัญญาณฉุกเฉินไว้ที่หัวเตียงและในห้องน้ำ โดยจะส่งสัญญาณไปที่ห้องควบคุมผู้พักอาศัยสามารถโต้ตอบกับเจ้าหน้าที่ ผ่านลำโพงที่ปุ่มฉุกเฉินบริเวณหัวเตียง นอกจากนี้หากต้องนำตัวผู้ป่วยออกมาจากห้องพักก็สามารถใช้เตียงพยาบาลเคลื่อนย้ายออกมาและใช้ลิฟต์เตียง (bed lift) ได้

บริเวณทางเข้าอาคารหรือหน้าบ้าน ควรมีซุ้มหรือกันสาดยื่นออกมาเพื่อช่วยกรองแสงหรือช่วยกรองแสงหรือลดแสงจ้าจนทำให้ตาพร่ามัวและอาจเกิดอาการหน้ามืดได้ นอกจากนี้ทางเข้าอาคารควรมีทั้งบันไดและทางลาดเพื่อความสะดวกต่อการใช้งานของทุกคน โดยลูกตั้งบันไดควรมีความสูงไม่เกิน 15 เซนติเมตร ลูกนอนกว้างไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร มีราวจับสูง 90 เซนติเมตร เพื่อช่วยทรงตัวขณะขึ้น-ลง ส่วนทางลาดมีความชัน 1:12 กว้างสุทธิ 90 เซนติเมตร ประตูทางเข้าอาคารเป็นประตูบานเลื่อนขนาดใหญ่ น้ำหนักเบา เปิดปิดง่าย เหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงอายุ จากการป้องกันการเสื่อมถอยทางร่างกายแล้วสภาพแวดล้อมมีส่วนช่วยกระตุ้นประสาทสัมผัสของผู้สูงอายุได้ ดังนี้

2.1 ด้านการเห็น สร้างแรงกระตุ้นทางการมองเห็นด้วยการเพิ่มแสงธรรมชาติในห้องพัก การใช้สีสดใส สีโทนร้อนตกแต่งห้องพัก (การใช้หน้าต่างบานลึก เพื่อให้แสงธรรมชาติเข้าถึงภายในได้มากขึ้น เปิดมุมมองสู่ภายนอกได้มากขึ้น นอกจากจะทำให้ห้องสว่าง ยังช่วยกระตุ้นเรื่องการมองเห็นด้วย)

2.2 ด้านการได้ยิน สร้างแรงกระตุ้นด้วยเสียงธรรมชาติ (เสียงน้ำพุหรือน้ำตก จะช่วยกระตุ้นด้านการได้ยิน แนะนำให้ติดตั้งบริเวณจุดที่สำคัญ เช่น ทางเข้าโครงการ ทางเข้าอาคาร หรือจุดนั่งพักผ่อน ก็จะช่วยเรื่องการจดจำตำแหน่งได้)

2.3 ด้านความจำ สร้างการจดจำ รับรู้ตำแหน่งสร้างการรับรู้ด้านเวลา

การสร้างการจดจำ (Orientation) โดยแต่ละอาคารจะมีการสร้างความแตกต่างกัน เพื่อให้จดจำได้ง่าย เช่น การใช้สีบริเวณทางเข้าที่แตกต่างกัน การใช้สีหรือการติดตั้งรูปภาพบริเวณโถงหน้าลิฟต์ที่แตกต่างกัน หรือการปลูกต้นไม้ประจำอาคารที่แตกต่างกัน เป็นต้น

การปลูกไม้ดอกหลากสี จะช่วยเพิ่มความสวยงามให้สวนหรือระเบียงห้องพัก เพื่อให้เกิดความมีชีวิตชีวาแล้วยังสร้างแรงกระตุ้นเรื่องของการรับรู้วันเวลาได้อีกด้วย (ดอกไม้ที่บานช่วงเช้าหรือช่วงเย็น ส่งกลิ่นหอมช่วงเช้าหรือช่วงเย็นจะช่วยกระตุ้นให้เกิดการรับรู้เรื่องเวลาได้)

3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ

3.1 ความเหงา เกิดจากการที่แต่เดิมวัยทำงานเคยมีเพื่อนร่วมงาน เจ้านาย ลูกน้องให้ความสำคัญ มีตำแหน่งเป็นระดับหัวหน้างานหรือผู้บริหาร แต่เมื่อถึงวัยเกษียณหยุดทำงานแล้ว ทำให้บุคคลต่าง ๆ ที่เคยผ่านเข้ามาในชีวิตเริ่มหายไป ไม่มีคนสนใจหรือใส่ใจอย่างแต่ก่อน เรียกว่าขาดแรงสนับสนุนทางอารมณ์ บางคนมีอาการซึมเศร้าที่ไม่มีคนสนใจ การปรับตัวในด้านนี้จึงจำเป็นต้องมีการวางแผนเตรียมตัวทางด้านจิตใจที่ต้องรู้จักยอมรับความจริง

ในด้านสถาปัตยกรรมควรมีพื้นที่ที่เอื้อต่อการพบปะผู้คน หรือพื้นที่ให้แสดงความสามารถ แสดงความเป็นตัวตน เช่น มุมนั่งเล่น มุมนั่งทำงานกลุ่มย่อย ๆ พื้นที่รับประทานอาหารในพื้นที่ส่วนกลาง โถงอาคาร มีห้องคาราโอเกะ ห้องชมรมต่าง ๆ ตามความสนใจ หรืออาจจะเป็นพื้นที่ภายนอกอาคาร เช่น ม้านั่งหรือศาลาในสวน ลานกิจกรรม เวทีกลางแจ้ง เป็นต้น

ทั้งนี้ทางโครงการสวทได้จัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกไว้ที่อาคารส่วนกลาง เพื่อส่งเสริมให้ผู้พักอาศัยในโครงการออกมาจากห้องพักและใช้พื้นที่ส่วนกลางให้มากขึ้น เช่น โซฟารับแขกสำหรับผู้พักอาศัยที่ไม่สะดวกรับแขกในห้องพัก มุมอ่านหนังสือพิมพ์ ตู้จดหมายรวมห้องสมุด ห้องพระ ห้องออกกำลังกาย

3.2 มีเวลาว่างมากขึ้น เรื่องจากเกษียณอายุหรือไม่ต้องทำงานประกอบอาชีพแล้ว ทำให้มีเวลาว่างในชีวิตประจำวัน หากปล่อยเวลาให้ผ่านไป นอกจากจะเสียเวลาไปโดยเปล่าประโยชน์แล้ว

ยังมีความเสี่ยงที่จะทำให้เกิดอาการทางสมองที่ไม่ถูกใช้งาน เช่น อัลไซเมอร์ ดังนั้นผู้สูงอายุจึงควรมีงานอดิเรกที่สนใจทำเป็นกิจวัตรประจำวัน เช่น ผู้ที่ชอบอ่านหนังสือ ชอบเย็บปักถักร้อย ควรจัดชุดเก้าอี้นั่งสบาย เหมาะสมกับสรีระทำนั่งขณะนั่งทำกิจกรรมรวมทั้งมีแสงสว่างเพียงพอ อาจใช้โคมไฟที่ให้แสงแบบ Indirect Light หรือโคมไฟแบบหลอดลึก เพื่อช่วยเพิ่มแสงสว่างกับพื้นที่ทำงานหรืออ่านหนังสือ เพราะสายตาผู้สูงอายุจะมีแสงที่ผ่านเรตินาจะลดลงเหลือ 1 ใน 3 เมื่อเปรียบเทียบกับคนอายุ 20 ปี

การตกแต่งภายในห้องพัก นอกจากการตกแต่งมุมทำงานอดิเรกตามรูปแบบงานหรือความชอบแล้วนั้น การดัดแปลงพื้นที่ใช้สอยหรือเฟอร์นิเจอร์เดิมก็น่าสนใจไม่น้อย เช่น ถ้าชอบซื้อของหรือชอบเดินทาง ก็ควรดัดแปลงพื้นที่ได้เตียงให้โล่งหรือต่อเติมลิ้นชัก เพื่อจะได้มีพื้นที่เก็บของมากกว่าปกติ

ห้องพักบางห้องในโครงการสวทค.คนเฒ่าออกแบบให้มีระเบียบขนาดใหญ่พิเศษ เพื่อให้ผู้ที่ชื่นชอบการทำสวนได้มีพื้นที่ระบียงมากขึ้น โดยแนะนำให้เป็นสวนกระถางซึ่งเหมาะสำหรับผู้สูงอายุเพราะไม่ต้องใช้แรงมาก ดูแลง่าย พันธุ์ไม้ที่ปลูกควรเป็นไม้ดอกหรือไม้ใบที่มีสีสดใสเพื่อสร้างแรงกระตุ้นทางการมองเห็นหรือเรื่องการเปลี่ยนแปลงเวลานอกจากนี้ไม้ดอกยังช่วยดึงดูดผีเสื้อหรือแมลงเพื่อสร้างความมีชีวิตชีวาให้กับห้องพักได้อีกด้วย

2.4.2 ที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ¹⁰

ร่างกายมนุษย์ เมื่อเริ่มย่างก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ ร่างกายจะมีการปรับเปลี่ยน และเปลี่ยนแปลงในหลายๆ ด้าน โดยด้านที่เกี่ยวข้องกับสภาพการอยู่อาศัย คือ การเปลี่ยนแปลงโดยตรงของทางร่างกาย เช่น ความสูง น้ำหนักตัวจะลดลง กระดูก-ข้อต่อจะเสื่อม การเดิน ลักษณะท่าทางจะเปลี่ยนไป สายตาจะพร่ามัว หูตึง และหากยังอยู่ในสภาพแวดล้อมเดิมที่ไม่เหมาะสม จะนำมาสู่การเกิดอุบัติเหตุ และภาวะทุพพลภาพ แต่หากสามารถปรับสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ก็จะสามารถลดอุบัติเหตุ ลดการพึ่งพา สามารถใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ มีหลักการดังนี้

1. มีความปลอดภัยทางกายภาพ
2. สามารถเข้าถึงได้ง่าย
3. สามารถสร้างแรงกระตุ้น
4. ดูแลรักษาง่าย

ส่วนข้อเสนอแนะเกี่ยวกับระยะ และขนาดพื้นที่ที่เหมาะสม

¹⁰ อรุณ ศิริงานสรณ์, “อสังหาริมทรัพย์ : ที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ” วารสารธนาคารอาคารสงเคราะห์ ปีที่ 21, ๑.80 (มกราคม-มีนาคม 2558): 55-59.

1. ลักษณะบ้าน
2. ห้องรับแขก
3. ห้องครัว
4. ห้องนอน
5. ทางลาด
6. ห้องน้ำ ควรกว้าง 1.50 - 2.00 เมตร ประตูเปิดออก ระดับพื้นภายใน-ภายนอกเท่ากัน

2.5 แนวคิดการออกแบบห้องพัก และการเลือกใช้เฟอร์นิเจอร์สำหรับผู้สูงอายุ¹¹

1. ประตูทุกบานเป็นบานเลื่อนขนาดกว้างสุทธิ 90 เซนติเมตร มือจับแบบดิ่ง ใช้งานสะดวก
2. บริเวณพื้นที่ก่อนออกจากห้อง ควรมีที่นั่งไ้รองเท้าเพื่อความปลอดภัย
3. ตู้เสื้อผ้า แนะนำให้ใช้ประตูแบบบานเลื่อน ราวแขวนสองระดับ ระดับปกติสูงประมาณ 1.80 เมตร และเผื่ออีกระดับต่ำกว่าระดับปกติ สูงประมาณ 1.20 เมตร เพื่อให้ผู้ใช้รถวีลแชร์หยิบได้สะดวก
4. ปลั๊กไฟและสวิตช์ไฟ
 - 1.) สวิตช์ไฟสูงจากพื้น 0.90 เมตร ปลั๊กไฟสูงจากพื้น 0.30 เมตร เพื่อหลีกเลี่ยงการก้ม
 - 2.) สวิตช์ไฟมีขนาดใหญ่กว่าปกติและมีแสงตอนปิดสวิตช์ (สวิตช์หึ่งห้อย)
 - 3.) ปลั๊กไฟในจุดเสี่ยงหรือปลั๊กไฟสำหรับเครื่องใช้ไฟฟ้าในห้องครัว เช่น เตาไมโครเวฟ ตู้เย็น ควรมีสวิตช์เปิดปิดเพื่อป้องกันประกายไฟโดนมือ
5. โซฟาและเตียงนอน ควรเลือกแบบที่มีความสูงพอเหมาะ ระดับไม่เตี้ยจนทำให้ลุกยากหรือสูงจนทำให้ขาอืด เพราะจะทำให้ลื่นล้มได้
6. สัญญาณฉุกเฉิน ติดตั้ง บริเวณเตียงนอนและในห้องน้ำ
7. ห้องครัว ใ้อ่างล้างจานมีพื้นที่โล่งเหมาะสำหรับผู้ใช้วีลแชร์
8. ห้องน้ำ พื้นภายใน-ภายนอกเท่ากัน ไม่เปลี่ยนระดับ
 - 1.) ใ้อ่างล้างหน้าโล่งเหมาะสำหรับผู้ใช้รถวีลแชร์ ด้านข้างอ่างล้างหน้าทั้งสองด้านติดราวพยุงตัวเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้มือค้ำอ่างล้างหน้า
 - 2.) โถส้วม ติดราวจับทั้งสองด้านเพื่อช่วยพยุงตัว
 - 3.) ควรมีที่นั่งอาบน้ำเพื่อความปลอดภัย
 - 4.) พื้นกระเบื้องห้องน้ำชนิดไม่ลื่น
 - 5.) ก๊อกน้ำแบบก้านโยก

¹¹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 47.

6.) มีหน้าตากระบายอากาศ ทำให้ห้องน้ำไม่อับชื้นและไม่เหม็น

2.6 การแบ่งกลุ่มประชากรผู้สูงอายุ¹²

องค์การสหประชาชาติได้จัดผู้สูงอายุโดยแบ่งตามวัยเป็น 3 กลุ่ม คือ

กลุ่ม 1 ผู้สูงอายุวัยต้น (Yong Old) เป็นผู้มีอายุระหว่าง 60-69 ปี โดยส่วนใหญ่ผู้นั้นจะมีสุขภาพอนามัยที่แข็งแรงสามารถช่วยเหลือตนเองได้และยังทำคุณประโยชน์ได้แก่สังคมได้

กลุ่ม 2 ผู้สูงอายุวัยปานกลาง (Medium Old) เป็นผู้มีอายุระหว่าง 70-79 ปี โดยกว่าจำนวนครึ่งหนึ่งยังมีสุขภาพที่ยังสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และเริ่มจะต้องมีผู้คอยช่วยเหลือดูแลมาช่วยดูแลบ้างเป็นครั้งคราว โดยการทำคุณประโยชน์ให้แก่สังคมนั้นได้น้อยลงตามลำดับ

กลุ่ม 3 ผู้สูงอายุวัยปลาย (Oldest Old) เป็นผู้มีอายุ 80 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุกลุ่มนี้จะต้องได้รับการดูแลจากบุตรหลานหรือผู้ดูแลหรือคนอื่นๆ

กรมอนามัย ได้แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุโดยใช้สุขภาพเป็นหลัก ได้ 3 กลุ่ม ดังนี้¹³

1. ผู้สูงอายุกลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้ดี (Well Elder) หรือกลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้ดี เป็นกลุ่มที่มีสุขภาพดี และสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี ดำเนินชีวิตในสังคมได้โดยอิสระ และมักเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม สามารถทำกิจวัตรพื้นฐานประจำวัน (Activity of Daily Living)

2. ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (Home Bound Elder) เป็นผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้หรือต้องการความช่วยเหลือบางส่วน มีความจำกัดในการดำเนินชีวิตในสังคม ต้องการผู้ช่วยเหลือหรือผู้ดูแลในชีวิตประจำวัน และการเฝ้าระวังทางสุขภาพ เป็นกลุ่มที่มีส่วนร่วมกับสังคมน้อยหรือไม่ชอบออกสังคม

3. ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (Bed Bound Elder) เป็นผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวันได้ ต้องการการดูแลและพยาบาลด้านการแพทย์ เวชปฏิบัติฟื้นฟู รักษาพยาบาล และสวัสดิการสังคม จำเป็นต้องพึ่งพาครอบครัว ผู้อื่น และสังคม

2.7 การเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ

เมื่ออายุมากขึ้นทำให้การเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุมีโอกาสเพิ่มขึ้นตามไปด้วย ทั้งอุบัติเหตุภายในบ้าน และนอกบ้าน เมื่อเกิดอุบัติเหตุ ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงที่จะเกิดอันตรายและโรคแทรกซ้อนสูงมาก

¹² อ้างถึงใน ยุวดี ฤกษ์พัฒนารณ, “การสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวที่มีต่อผู้สูงอายุในเคหะชุมชนทุ่งสองห้อง” (วิทยานิพนธ์ สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2537).

¹³ กรมอนามัย. (2552). คู่มือปฏิบัติงานสำหรับ อสม. เพื่อผู้สูงวัยสายใยรัก ครอบครัว ชุมชน. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กรุงเทพมหานคร.

และมีโอกาสเกิดความพิการทางร่างกายและจิตใจ เป็นปัญหาทั้งต่อผู้สูงอายุ ญาติ ผู้ดูแล ครอบครัว และสังคม

1. ประเภทของอุบัติเหตุ แบ่งเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ 2 ประเภท คือ

1.1 อุบัติเหตุภายในบ้าน สามารถแยกออกเป็นหลายลักษณะ เช่น การหกล้ม ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ไฟฟ้าช็อต แก๊สรั่ว แก๊สระเบิด ยา เวชภัณฑ์ ภัยจากสัตว์ต่าง ๆ ภายในบ้าน เป็นต้น

1.2 อุบัติเหตุนอกบ้าน สามารถแยกออกเป็นหลายลักษณะ เช่น การเดิน การสัญจรทางบก การขับรถ เป็นต้น¹⁴

2. สาเหตุการเกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ มีดังนี้¹⁵

2.1 การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ได้แก่

- ปัญหาการมองเห็นไม่ชัด สายตายาวไม่เห็นตัวหนังสือหรือสิ่งที่อยู่ใกล้ การเป็นโรคต้อกระจก เลนส์แก้วตาจะขุ่นมัว ทำให้แสงผ่านเลนส์ไปยังจอประสาทตาได้น้อยลงเกิดอาการตามัวขึ้น กล้ามเนื้อลูกตาที่ใช้ในการกรอกเล็งทำให้ลูกตากรอกตามการมองภาพที่เคลื่อนไหวไปมาไม่ชัด กล้ามเนื้อที่ทาหน้าที่หดยายม่านตา เพื่อปรับตามแสงสว่างที่เข้าสู่ลูกตาเปลี่ยนไป ทำให้บางครั้งแสงเข้าตามากเกินไปจึงมองเห็นสิ่งของไม่ชัด และการใช้แว่นตาที่เสื่อมสมรรถภาพหรือไม่พอดีกับสายตา หรือการใส่เลนส์แก้วตาเทียมขนาดไม่ถูกต้อง

- ปัญหาหูตึง ทำให้ได้ยินเสียงไม่ชัด โดยเฉพาะเวลาข้ามถนน อาจไม่ได้ยินเสียงรถ เสียงแตร เกิดอุบัติเหตุจากรถชนได้ง่าย

- อวัยวะความรู้สึกเกี่ยวกับการทรงตัว ซึ่งอยู่ในหูชั้นในเริ่มเสื่อมไป เมื่อเปลี่ยนอิริยาบถต่างๆ โดยเร็วจะทำให้เกิดอาการมึนงง หรือเป็นลมหน้ามืดได้

- กล้ามเนื้อขาดความแข็งแรงที่จะพยุงข้อไว้ ข้อและประสาทสัมผัสเสื่อมลง ทำให้สูญเสียการทรงตัว การเคลื่อนไหว ความว่องไวลดลง ทำให้เกิดการพลัดตกหกล้มได้ง่ายเมื่อเกิดการสะดุด

- มวลกระดูกและแคลเซียมในกระดูก หลังวัย 40 ปี อัตราการเสื่อมของกระดูกจะมากกว่าอัตราการสร้างทั้งในเพศชายและเพศหญิง ทำให้ผู้สูงอายุมีกระดูกเปราะบาง และหักได้ง่ายเมื่อได้รับอุบัติเหตุ

- ความดันเลือดสูง ซึ่งในผู้สูงอายุมักเกิดจากหลอดเลือดแข็งตัวจากการเสื่อมตามวัย ถ้าไม่รักษา ควบคุมให้ความดันเลือด อยู่ในระดับปกติ ความดันเลือดสูงอาจทำให้หน้ามืดล้ม หรือเกิดอัมพฤกษ์ อัมพาตได้

¹⁴ รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2545

¹⁵ วันดี โภคะกุล, ผู้รวบรวม. ก อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2543.

- เกิดอาการใจสั่น เจ็บหน้าอก หัวใจเต้นผิดจังหวะ หรือเลือดไปเลี้ยงสมองไม่พอ ทำให้หน้ามืด เป็นลมได้

2.2 ปัญหาสิ่งแวดล้อมส่วนใหญ่เกิดในบ้านพัก ที่อยู่อาศัย และบริเวณรอบ ๆ ที่อยู่อาศัย เช่น

- แสงสว่างไม่เพียงพอ ทำให้เกิดการคาดคะเนระยะผิดพลาดได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งขณะขึ้นลงบันได หรือเดินบนพื้นต่างระดับ และยังทำให้มองไม่เห็นสิ่งกีดขวางบนทางเดิน

- พื้นบ้านลื่น โดยเฉพาะพื้นหินขัดมัน หินแกรนิตขัดมัน ทำให้เกิดการลื่นหกล้มง่าย เมื่อพื้นเปียก

- บันไดบ้านลื่น โดยเฉพาะไม่มีอุปกรณ์กันลื่นที่ขอบบันได หรือไม่มีราวบันได สำหรับยึดเกาะ

- พื้นห้องน้ำลื่น เปียก ไม่มีราวยึดเกาะ

- ห้องครัวและภายใน มีสิ่งของวางระเกะระกะ ขาดระเบียบ เช่น สายไฟ สายโทรศัพท์ ทำให้สะดุดล้มได้

2.3 ยา โดยเฉพาะยาลดความดันเลือด ยารักษาโรคพาร์กินสัน ยานอนหลับ ทำให้เวลาลุกขึ้นเกิดการหน้ามืดจากความดันเลือดลดลงทันที หรือมีนงงจากยานอนหลับ ทำให้เกิดอุบัติเหตุหกล้มได้

2.4 เสื้อผ้าที่หลวม ยาวรุ่มร่าม มีเชือกผูกยาวอาจไม่เกี่ยวล้องสิ่งต่าง ๆ เช่น ลูกบิดประตู ทำให้หกล้ม หรือเกี่ยวกาน้ำร้อน ทำให้เกิดน้ำร้อนลวกได้

อุบัติเหตุในผู้สูงอายุสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งภายในบ้านและภายนอกบ้าน เช่น การลื่นหกล้มในห้องน้ำ พลัดตกบันได เดินสะดุดสายไฟ พร้มเช็ดเท้า ธรณีประตู ไฟไหม้ – น้ำร้อนลวก ไฟฟ้าช็อต การไต่ยัดประเภท และขนาด หรือบางครั้งอยู่ในที่เย็นเกินไป¹⁶

อุบัติเหตุที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ

1. อุบัติเหตุในบ้าน

1.1 การพลัดตกหกล้ม พบได้ถึง 3 ใน 4 ของอุบัติเหตุในบ้านของผู้สูงอายุ และเป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิต การพลัดตกหกล้ม ตกบันได ตกระเบียง ตกเก้าอี้ ตกเตียง ตกต้นไม้ ตกหลุม ตกท่อ ลื่นล้มในห้องน้ำ ยิ่งอายุมากขึ้น การล้มจะเพิ่มขึ้นตามอายุ คนระหว่าง 65 – 74 มีโอกาสหกล้มประมาณร้อยละ 25 ต่อปี การพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ มักพบว่าเกิดขึ้นภายในบ้าน โดยเฉพาะบริเวณบันไดและห้องน้ำ ซึ่งสาเหตุสำคัญของการเกิดการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ ได้แก่ การทรงตัว

¹⁶ กระทรวงสาธารณสุข. กรมอนามัย. สำนักส่งเสริมสุขภาพ. คู่มือการส่งเสริมสุขภาพที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุสำหรับบุคคลสาธารณสุข. กรุงเทพฯ : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2545.

ที่ไม่ดี ผู้สูงอายุมีอาการหน้ามืด เป็นลม ทำให้เกิดการพลัดตกหกล้มตามมาได้ง่าย การมองเห็นไม่ชัด ทำให้คาดคะเนระยะผิดพลาดไป การตัดสินใจเชิงซาลังเล ทำให้เกิดความไม่สัมพันธ์กันระหว่าง การกระทำกับการตัดสินใจ รวมถึงความประมาท ขาดการประมาณตนในสมรรถนะหรือความสามารถ ของตน¹⁷ อันตรายที่เกิดขึ้นจากอุบัติเหตุการพลัดตกหกล้ม คือ ทำให้เกิดบาดแผล เนื่องจากผิวหนัง ผู้สูงอายุบาง ความยืดหยุ่นไม่ดี ไขมันใต้ผิวหนังน้อย เมื่อได้รับอุบัติเหตุเล็กน้อยเพียงถูกกระทบ กระแทกเบาๆ จะเป็นรอยฟกช้ำดาเขียว จากการแตกของหลอดเลือดที่ผิวหนัง บางครั้งเกิดบาดแผล จะมีการตกเลือดเสียเลือดมากจนถึงอันตรายต่อชีวิต เมื่อผู้สูงอายุมีบาดแผลมักจะหายช้า เพราะ ผิวหนังมีเลือดมาเลี้ยงน้อย ความต้านทานต่อเชื้อโรคน้อย และขาดอาหาร ขาดการออกแรง การ เคลื่อนไหว บาดแผลยิ่งหายช้า บางครั้งเมื่อผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุหกล้มอาจทำให้ ข้อเคล็ด ข้อเคลื่อน หรือ กระดูกหัก ยิ่งถ้ากระดูกหักจะปัญหาที่ยุ่งยากมากในการรักษา เพราะกระดูกจะติดคืนได้ ต้องใช้เวลา และนานกว่ากระดูกหักของคนวัยอื่น สำหรับอุบัติเหตุที่ลื่นล้มศีรษะฟาดพื้น

1.2 ไฟไหม้น้ำร้อนลวก การเสียชีวิตจากไฟไหม้น้ำร้อนลวก เป็นอุบัติเหตุที่เกิดขึ้น ภายในบ้าน เมื่อเกิดไฟไหม้น้ำร้อนลวกมีผลให้บุคคลได้รับบาดเจ็บเป็นแผลพุพอง ปวดแสบปวดร้อน ร่างกายทุกซัทรมาณ และอันตรายถึงเสียชีวิตได้ จากการวิจัยที่พบว่าผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาใน โรงพยาบาลจากการถูกความร้อนลวก เป็นผู้สูงอายุถึงร้อยละ 20 สาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุได้รับ บาดเจ็บจากการถูกความร้อนลวก คือ สิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุ¹⁸ สถานที่ที่ผู้สูงอายุได้รับอุบัติเหตุ ประเภทนี้ส่วนใหญ่พบในห้องน้ำ ขณะอาบน้ำ และในห้องครัวขณะปรุงอาหาร เนื่องมาจากประสาท สัมผัสรับรู้สักร้อนช้าหรือไม่รู้สึกละเลย ดังนั้นโอกาสที่จะถูกความร้อนลวกได้มาก ประกอบกับการ ถอดหม้อช้า ทำให้อันตรายที่เกิดขึ้นค่อนข้างรุนแรง บางครั้งเสื้อผ้านที่สวมใส่หลวม และการมองเห็นไม่ ชัดเจน อันตรายของผู้สูงอายุที่ถูกความร้อนลวกค่อนข้างสูง ทั้ง ๆ ที่พื้นผิวของการถูกความร้อนลวก เพียง 30% ของร่างกาย ปัญหาที่ทำให้ผู้สูงอายุเสียชีวิต คือ การสูญเสียในในร่างกาย ทำให้เกิดภาวะ น้ำในร่างกาย (Hypovolemia) เกิดภาวะแทรกซ้อนขึ้นในปอด เลือดออกในกระเพาะอาหารและไต ล้มเหลว

1.3 การถูกของมีคม อุปกรณ์เครื่องใช้ที่มีคม เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุ ได้แก่ เครื่องครัว เช่น มีด เครื่องบด เครื่องหั่น เครื่องมือทาสวน เช่น เสียม คราด และเครื่องตัดหญ้า ซึ่ง หากใช้โดยขาดความระมัดระวังก็เกิดอันตรายได้ สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุของแหลมคมมักเกิดจาก ความซึ่หลงซึ่ลืม จัดเก็บของแหลมคมไม่เป็นระเบียบหรือเก็บไม่มิดชิด ความประมาทขาดความ

¹⁷ แท้จริง ศิริพานิช. สถิติอุบัติเหตุในประเทศไทย 2537. กรุงเทพมหานคร : วิริทธิ์สาส์น, 2538.

¹⁸ อาภา ใจงาม. “อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ.” ในการพยาบาลผู้สูงอายุ, 396 – 413. จรัสวรรณ เทียนประภาส และพัชร ดันศิริ. กรุงเทพฯ : รุ่งเรืองธรรม, 2536.

ระมัดระวังในการใช้ ทำให้ได้รับบาดเจ็บได้ ขาดการดูแลหรือสำรวจอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ที่ชำรุดจึงไม่มีการนำเครื่องมือที่ชำรุดมาซ่อมแซมแก้ไข เมื่อนำกลับมาใช้ก็เกิดอันตรายได้

1.4 การได้รับสารพิษ สารพิษ หมายถึง สารเคมีที่เข้าสู่ร่างกายหรือสัมผัสส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายแม้เพียงจำนวนเล็กน้อยก็ทำให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เป็นผลให้เกิดความเสียหายหรือถึงแก่ความตายได้ สารพิษในบ้านที่อันตราย ได้แก่ ยาฆ่าแมลง ยารักษาโรคทุกชนิด น้ำยาล้างห้องน้ำ สีทาบ้าน น้ำมัน เป็นต้น สาเหตุที่ทำให้ได้รับสารพิษ เช่น ประมาททำให้เกิดการหยิบของผิด หยิบยาผิด ไม่อ่านฉลากผลิตภัณฑ์เสียก่อน การจัดเก็บสารพิษไม่เป็นระเบียบ ขาดการตรวจสอบผลิตภัณฑ์ที่ใช้มานานจะฉีกฉลากติดฉลากฉีกขาด ไม่อ่านวิธีใช้ให้ละเอียดเนื่องจากคิดว่าเคยใช้มาแล้ว

2. อุบัติเหตุนอกบ้าน

มีความร้ายแรงทำให้คนได้รับบาดเจ็บ และเสียชีวิตมากที่สุดและมีแนวโน้มสูงขึ้นทุกปีนั้น คือ อุบัติเหตุบนท้องถนน ปัจจัยสำคัญที่มีผลกระทบต่อการเกิดอุบัติเหตุ ได้แก่¹⁹

2.1 ถนน ที่มีโครงสร้าง และสภาพไม่เอื้ออำนวย เช่น ถนนแคบเกินไป โค้งงอแบบหักศอก รวมถึงเครื่องหมายจราจรต่าง ๆ ที่ไม่ชัดเจนหรือไม่มีเครื่องหมายจราจร เป็นต้น

2.2 ยานพาหนะมีความบกพร่องไม่ปลอดภัยในการใช้งาน เช่น สัญญาณไฟต่าง ๆ ของรถ เบรกชำรุด ยางสึก เป็นต้น

2.3 ผู้ใช้รถใช้ถนน ได้แก่ ผู้ขับขี่ที่ขาดประสบการณ์หรือความชำนาญในการขับรถ ประมาท ฝ่าฝืนกฎจราจร ความเมื่อยล้าอ่อนเพลีย การดื่มสุรา และการกินยาที่มีผลต่อระบบประสาท เช่น ยากระตุ้นประสาท หรือยาระงับประสาท เป็นต้น ผู้เดินทางเท้าที่ขาดระเบียบวินัยไม่ปฏิบัติตามกฎจราจร เป็นต้น

2.4 สิ่งแวดล้อม เช่น แสงสว่างไม่เพียงพอ ฝนตก มีหมอกหรือฝุ่น คว้นปกคลุมถนน ทำให้มองไม่เห็นทาง เป็นต้น

3. ผลกระทบของอุบัติเหตุต่อผู้สูงอายุ

3.1 ทางด้านร่างกาย การเกิดการบาดเจ็บ เช่น ฟกช้ำและเกิดบาดแผลตามร่างกาย ทั้งภายในและภายนอก หรือมีการแตกหักของกระดูกโครงสร้างส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย นอกจากนี้ยังมีอาการต่าง ๆ อีกหากเกิดอุบัติเหตุที่ศีรษะ ที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ ได้แก่ ปวดศีรษะและมึนงง ซึ่งอาการต่าง ๆ ทำให้ความสามารถในการทากิจวัตรประจำวันลดลง และบางครั้งทำให้เกิดความพิการ หรือภาวะทุพพลภาพ และต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดูแลกิจส่วนตัว เช่น การอาบน้ำ การสวมใส่เสื้อผ้า หรือ

¹⁹ ณรงค์ ณ เชียงใหม่. อุบัติภัยวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2532

การรับประทานอาหารเป็นต้น²⁰ การที่ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาผู้อื่นเป็นระยะเวลานาน ๆ จะมีผลต่อตัวผู้สูงอายุเอง โดยจะทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า เกิดความกังวล ขาดความมั่นใจในตนเอง ต้องดำรงชีวิตอยู่ภายในขอบเขตที่จำกัด

3.2 ทางด้านจิตใจ เมื่อผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุแม้จะไม่พิการหรือเสียชีวิตแต่ก็มีอาการตกใจ เครียดวิตกกังวลในเรื่องเกี่ยวกับสภาพร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บ และค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล หากบาดเจ็บรุนแรงต้องเสียค่าใช้จ่ายมากทั้งด้านการเดินทาง ค่ายา ค่ารักษาผ่าตัด และคิดว่าตนเองเป็นภาระแก่ผู้อื่น ปัญหาเรื้อรังดังกล่าว ทำให้เกิดผลกระทบต่อจิตใจ โดยเป็นผลจากสมองถูกทำลายโดยตรงหรือเป็นผลจากปัจจัยทางจิตสังคม ในกรณีบาดเจ็บที่สมองอาจทำให้บุคลิกภาพ ระดับสติปัญญาและความสามารถ อารมณ์ เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

3.3 ทางสังคม เมื่อได้รับการบาดเจ็บทำให้เป็นภาระกับบุคคลภายในครอบครัว ที่ต้องช่วยกันดูแล และยังทำให้สูญเสียเงินในการรักษาพยาบาล และค่าชดเชยต่าง ๆ หากเกิดความพิการหรือทุพพลภาพ จะต้องพึ่งพาผู้อื่นเป็นภาระของสังคม สูญเสียเงินและงบประมาณในการดูแล

2.8 การอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในพื้นที่ชนบท และในเขตเมือง²¹

1. ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ชนบท

ในหมู่บ้านชนบท การที่ผู้สูงอายุอยู่คนเดียวอาจมีสภาพไม่น่ากลัวเหมือนผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวในเมืองใหญ่ ผู้สูงอายุในหมู่บ้านชนบทมักมีญาติพี่น้อง หรือเพื่อนบ้านที่อาศัยอยู่ใกล้ๆ คอยช่วยเหลือ การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในชุมชนชนบทยังพอเป็นที่พึ่งให้ผู้สูงอายุในหมู่บ้านได้บ้าง รูปแบบการอยู่อาศัยของครัวเรือนที่อาจมีมากขึ้น ในปัจจุบันคือ การอยู่อาศัยของ “ครอบครัวข้ามรุ่น” ในช่วงเวลาสองสามศตวรรษที่ผ่านมา ประชากรวัยแรงงานได้หลั่งไหลออกจากหมู่บ้านเข้ามาทำงานในเขตเมือง หรือในพื้นที่อื่นที่มีโอกาสในการทำงานมากกว่าเป็นจำนวนมาก ทั้งนี้เพราะได้เกิดความกดดันทางประชากรขึ้นในเขตชนบท อันเป็นผลมาจากการที่ประชากรเพิ่มมากขึ้น ขณะที่พื้นที่ทำการเกษตรมีอยู่จำกัด ประกอบกับความต้องการแรงงานในภาคเกษตรกรรมน้อยลงอันเนื่องมาจากการใช้เครื่องจักรกลเพิ่มมากขึ้น คนวัยแรงงานจึงย้ายถิ่นออกจากหมู่บ้านชนบท และทิ้งให้ผู้สูงอายุอยู่ในหมู่บ้าน ส่วนหนึ่งของคนวัยแรงงานจะส่งลูกมาให้พ่อแม่ของตนเลี้ยงในชนบท เกิดสถานการณ์ที่ผู้สูงอายุอยู่กับหลาน หรือเด็กที่อายุน้อย ผู้สูงอายุต้องรับภาระในการเลี้ยงดูเด็กโดยอาศัยรายได้ของคนวัยแรงงานที่ส่งมาให้ แม้ผู้สูงอายุเหล่านั้นจะมีรายได้ แต่ภาระในการเลี้ยงดูหลานก็หนัก

²⁰ สุทธิชัย จิตะพันธ์ และคณะ. ประมวล วิเคราะห์ผลการประชุมการแห่งชาติว่าด้วยผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542

²¹ ปราโมทย์ ประสาทกุล, ศุทธิดา ขวณวัน และกาญจนา เทียบลาย. (2555). ผู้สูงอายุ ประชากรตรงกลางที่ถูกผลักให้เป็นคนชายขอบ. การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 8 ณ โรงแรมรอยัลริเวอร์. 2 กรกฎาคม 2555

พอสมควร โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุที่สุขภาพ และมีสุขภาพไม่ดี นอกจากนั้นยังอาจมีประเด็นเรื่องคุณภาพของการเลี้ยงดูเด็กที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ว่าอาจมีผลทางลบต่อตัวเด็กอีกด้วย

ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวและที่มีภาระต้องเลี้ยงดูหลานในหมู่บ้านชนบท ทั้งในปัจจุบันและที่จะเพิ่มมากขึ้นอีกในอนาคต นับเป็นกลุ่มเปราะบาง หรือเป็นคนชายขอบอีกกลุ่มหนึ่งที่รัฐต้องให้ความสนใจเป็นพิเศษ

2. ผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตเมือง

เมืองตามคำจำกัดความที่ใช้กันอยู่ในประเทศไทย หมายถึง เขตเทศบาลทุกระดับตั้งแต่เทศบาลตำบล เทศบาลเมือง และเทศบาลนคร รวมถึงเขตเมืองพิเศษ ได้แก่ กรุงเทพมหานครและเมืองพัทยา ในเขตเมืองจะมีประชากรอยู่กันอย่างหนาแน่น โดยทั่วไปสังคมเมืองจะมีลักษณะแตกต่างจากสังคมชนบท คนในสังคมเมืองจะอยู่กันอย่างตัวใครตัวมัน มีความสัมพันธ์กันน้อยแม้ที่อยู่อาศัยจะไม่ไกลกันนัก บางครั้งเพื่อนบ้านที่มีรั้วบ้านติดกันยังไม่รู้จักกัน โดยเฉพาะคนที่อยู่อาศัยในรูปแบบของคอนโดมิเนียม อพาร์ทเมนต์ หรือห้องเช่า ลักษณะการอยู่อาศัยในเมืองใหญ่ เช่นนี้ ไม่เอื้อต่อการที่จะทำให้ผู้อยู่อาศัยใกล้ชิดกันมีความสัมพันธ์กันมากนัก ในอนาคตผู้คนจะเข้ามาอาศัยอยู่ในเมืองมากขึ้น มีแนวโน้มค่อนข้างชัดเจนว่าจะมีผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวหรืออยู่ตามลำพังผู้สูงอายุด้วยกันเพิ่มมากขึ้น

ผู้สูงอายุที่อยู่ในเมือง ถ้าอยู่ตามลำพังคนเดียว น่าจะจัดเป็นประชากรกลุ่มเปราะบางได้ ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวในเมืองจะมีมากขึ้นในอนาคต ประชากรกลุ่มนี้อาจมีปัญหาในการเข้าถึงบริการความช่วยเหลือเมื่อถึงเวลาจำเป็น รัฐอาจต้องคิดถึงระบบการสื่อสารเพื่อให้ผู้ที่อยู่ตามลำพังคนเดียวหรืออยู่กับผู้สูงอายุด้วยกัน มีช่องทางที่จะติดต่อกับแหล่งบริการให้ความช่วยเหลือได้เมื่อต้องการหรือจำเป็น

2.9 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษางานวิจัยของ ภัทรพล สาลี ได้ศึกษาเกี่ยวกับกล่าวไว้ว่าปัญหาของที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่พบ คือ ความทรุดโทรมของที่อยู่อาศัย ห้องน้ำไม่เอื้อต่อการใช้งาน พื้นที่ใช้สอยภายในบ้านไม่เป็นระเบียบ เส้นทางสัญจรขรุขระเป็นหลุมเป็นบ่อไม่ได้ระดับ และบันไดบ้านค่อนข้างชันไม่มั่นคงแข็งแรงและไม่มีราวจับก้ำกัให้อุบัติเหตุหกล้มได้ โดยลักษณะที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่เป็นบ้านไม้ยกพื้น ซึ่งควรส่งเสริมให้มีการปรับปรุงพื้นที่ใช้สอยต่าง ๆ ภายในที่อยู่อาศัย ได้แก่ ห้องน้ำ โดยติดตั้งอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ ปรับปรุงบันไดมีราวจับ และปรับปรุงทางเดินภายนอกอาคารโดยการทำพื้นทางเดินให้เรียบและติดตั้งราวจับเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ได้สะดวก²²

²² ภัทรพล สาลี, “แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในชนบท กรณีศึกษา ตำบลหนองกุ้งเงิน อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดขอนแก่น” (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาเคหกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553).

การศึกษางานวิจัยของ **มงคล ปฐมกุลเวสารัช** ได้ศึกษาเกี่ยวกับการปรับปรุงและพัฒนาต้นแบบที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยกับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ : กรณีศึกษา ตำบลท่างาม อำเภอนิคมบ่งบุรี จังหวัดสิงห์บุรี ผลการศึกษาค้นพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีฐานะยากจน และมีความตระหนักถึงปัญหาน้ำท่วมที่อยู่อาศัยมากที่สุด ซึ่งลักษณะที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่เป็นบ้านไม้ยกพื้นสูง พื้นที่ที่ผู้สูงอายุใช้งานเป็นประจำ คือ พื้นที่เอนกประสงค์ ได้แก่ แคร่ไม้และชานบ้าน สภาพที่อยู่อาศัยโดยส่วนใหญ่ทรุดโทรมและไม่ปลอดภัยต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นแนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุในชนบทนั้น ควรมีการปรับปรุงพื้นที่ใช้สอยต่างๆ ภายในและภายนอกที่อยู่อาศัยซึ่งประกอบไปด้วย ห้องน้ำควรติดตั้งอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมสำหรับผู้สูง ทางเดินภายในและภายนอกอาคารควรปรับพื้นทางเดินให้เรียบเสมอกันพร้อมติดตั้งราวจับเพื่อความปลอดภัยผู้สูงอายุ บันไดควรปรับปรุงให้มีราวจับ ชานพัก และมีความชันที่เหมาะสม ด้านพื้นที่เอนกประสงค์ทั้งในส่วนของแคร่ไม้และชานบ้าน ควรปรับปรุงให้พื้นเรียบเสมอกันพร้อมมีราวจับ โดยในส่วนของแคร่ไม้ควรเพิ่มความยืดหยุ่นของการใช้งานในช่วงฤดูน้ำหลากโดยออกแบบเป็นแคร่ลอยน้ำเอนกประสงค์ ซึ่งสามารถพิจารณาสร้างตามความเหมาะสมตามลักษณะชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ²³

การศึกษางานวิจัยของ **เจษฎา ชัยเจริญกุล** ได้ศึกษาเกี่ยวกับสภาพการอยู่อาศัยและการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ วัยต้น วัยกลาง และวัยปลาย จังหวัดสระบุรี ผลการศึกษาค้นพบปัญหา คือ สภาพบ้านเดิมก่อนปรับปรุงนั้นมีความชำรุดทรุดโทรม ไม่ปลอดภัย โดยส่วนที่ต้องทำการปรับปรุงมากที่สุดคือบริเวณห้องน้ำและบันได เพราะส่วนใหญ่จะเกิดอุบัติเหตุที่บริเวณนี้มากที่สุด โดยการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุทั้ง 3 ช่วงวัย ภายในบ้านมีพื้นที่ดังต่อไปนี้ 1. ห้องนอน 2. ห้องน้ำ 3. ห้องครัว 4. พื้นที่เอนกประสงค์ และ 5. โถงหน้าบ้าน โดยช่วงวัยที่ 1 เฉลี่ยการใช้พื้นที่ทั้งหมด 73% สัดส่วนของพื้นที่การใช้งานอยู่ที่ 38.5 ตารางเมตร ช่วงวัยที่ 2 เฉลี่ยการใช้พื้นที่ ทั้งหมด 59% สัดส่วนของพื้นที่การใช้งาน อยู่ที่ 29 ตารางเมตร ช่วงวัยที่ 3 เฉลี่ยการใช้พื้นที่ทั้งหมด 44% สัดส่วนของพื้นที่การใช้งาน อยู่ที่ 8.5 ตารางเมตร จะสังเกตได้ว่าอายุยิ่งเยอะขึ้นการใช้พื้นที่ก็จะลดน้อยลงไปด้วยตามลำดับช่วงวัย โดยในส่วนความปลอดภัยจึงควรติดตั้งราวจับทั้งในห้องน้ำและบันไดทุกหลังเพราะมีความจำเป็นมาก รวมถึงการปรับปรุงระดับพื้นทั้งภายนอกและภายในให้มีระดับเสมอเท่ากันทั้งบ้าน ในการออกแบบควรคำนึงถึงผู้ดูแลด้วยว่ามีความสะดวกในการใช้พื้นที่ร่วมกับผู้สูงอายุด้วยหรือไม่ โดย

²³ มงคล ปฐมกุลเวสารัช, “การปรับปรุงและพัฒนาต้นแบบที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยกับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ : กรณีศึกษา ตำบลท่างาม อำเภอนิคมบ่งบุรี จังหวัดสิงห์บุรี” (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร การศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา, 2554).

จากที่ทำการสัมภาษณ์ ช่วงวัยที่ 1 ไม่ต้องการผู้ดูแลเลย ช่วงวัยที่ 2 ต้องการผู้ดูแลครั้งคราว และช่วงวัยที่ 3 ต้องการผู้ดูแลทุกคน เพราะช่วยตนเองได้น้อยมากผู้ดูแลจึงมีความสำคัญในช่วงนี้มากที่สุด²⁴

การศึกษางานวิจัยของ **ธีรลิขณ สิรินาคนำรุ่ง** ได้ศึกษาเกี่ยวกับสุขภาวะของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากที่อยู่อาศัย ครอบครัว และชุมชน การศึกษาองค์ประกอบทางด้านสุขภาวะของผู้สูงอายุ ความรู้สึกของผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพบ้านทางด้านกายภาพ ความรู้สึก และทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นสุขภาวะของผู้สูงอายุสามารถแยกได้เป็น 5 ด้าน ซึ่งประกอบไปด้วย ความพึงพอใจต่อชีวิต อารมณ์ทางด้านลบ อารมณ์ทางด้านบวก ความสัมพันธ์อันดีในครอบครัว และความสัมพันธ์อันดีที่มีต่อบ้าน สำหรับองค์ประกอบทางด้านบ้าน และสภาพแวดล้อมภายในชุมชนมีทั้งหมด 6 ด้าน ประกอบด้วย บรรยากาศภายในบ้าน การออกแบบบ้าน และสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้าน สำหรับทุกคน พื้นที่ใช้สอยภายในบ้าน สาธารณูปโภค ความปลอดภัยในชุมชน และบรรยากาศภายในชุมชน ด้านการออกแบบบ้าน และสิ่งอำนวยความสะดวกควรให้ความสำคัญกับพื้นที่ ที่ผู้สูงอายุใช้เวลาอยู่มากที่สุด เช่น ห้องนอน ห้องน้ำ ห้องนั่งเล่น เป็นต้น ในการวิจัยได้ใช้วิธีแจกแบบสอบถามให้ประชากรผู้สูงอายุที่มี อายุตั้งแต่ 50 – 70 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร สรุปผลที่ได้ คือ ความรู้สึกของผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีความรู้สึกต่อบ้านที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน ผลวิจัยออกมา ประชากรส่วนมากให้ความรู้สึกในแง่บวกกับที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน²⁵

การศึกษางานวิจัยของ **วิฑูรย์ เหลียวรุ่งเรือง** ได้ศึกษาเกี่ยวกับการสำรวจพื้นที่ในชุมชนเพื่อเตรียมการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สิ่งแวดล้อม สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ (เทศบาลตำบลแม่เหิยะ) จังหวัดเชียงใหม่ การสำรวจข้อมูลเทศบาลหนองตองพัฒนา เพื่อเตรียมการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ พื้นที่เทศบาลตำบลหนองตองพัฒนา อำเภอลำปาง เป็นพื้นที่ชนบทจังหวัดเชียงใหม่ติดแม่น้ำปิงซึ่งเป็นรอยต่อไปสู่จังหวัดลำปาง พื้นที่ตำบลนี้เป็นตัวแทนของชนบทที่มีความเจริญเติบโตเข้ามาเล็กน้อย แต่ส่วนใหญ่ยังเป็นเกษตรกรรม ประชากรเป็นเกษตรกรร้อยละ 80 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังไม่มีกรวางแผนการใช้เงินในชีวิตบั้นปลาย แต่การพึ่งพาบุตรหลานเหมือนในอดีตไม่สามารถทำได้อย่างเต็มที่ คาดหวัง จำนวนประชากรผู้สูงอายุในพื้นที่มีมากกว่าค่าเฉลี่ยของผู้สูงอายุของไทย คือ มีประมาณร้อยละ 17 ของประชากรทั้งหมด เป็นหญิงมากกว่าชาย อายุเฉลี่ย 75.6 ปี อาศัยอยู่ตามลำพังมากกว่า อาศัยอยู่เป็นคู่ถึงร้อยละ 60 ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา มีรายได้หลัก คือ เปี้ยยังชีพ

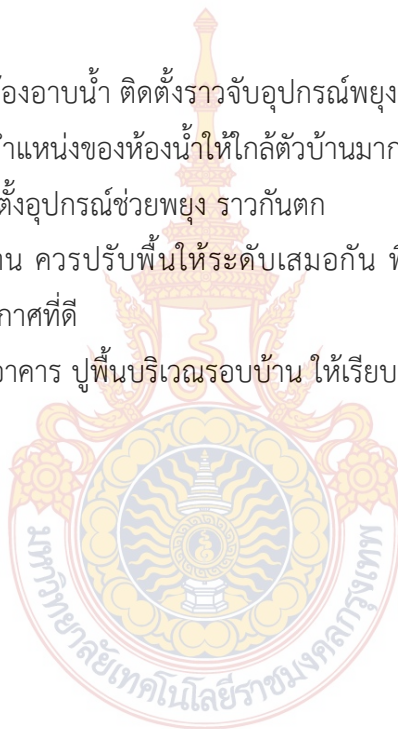
²⁴ เจษฎา ชัยเจริญกุล, “สภาพการอยู่อาศัยและการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ วัยต้น วัยกลาง และวัยปลาย จังหวัดสระบุรี” (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ภาควิชาเคหการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2555).

²⁵ ธีรลิขณ สิรินาคนำรุ่ง. (2556). สุขภาวะของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากที่อยู่อาศัย ครอบครัว และชุมชน. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ผู้สูงอายุ และจากบุตรหลาน ส่วนใหญ่มีปัญหาเรื่องสุขภาพ ยังสามารถช่วยเหลือตนเองได้ยามปกติแม้จะมีปัญหาเกิดในร่างกาย ผู้อยู่อาศัยเหล่านี้อาศัยอยู่ในบ้านของตนเองถึงร้อยละ 98.1 มีการดำรงชีวิตแบบพอดี อุบัติเหตุส่วนใหญ่เกิดขึ้นในที่อยู่อาศัย ในบ้านของตนเองได้แก่ ห้องน้ำ ชานบ้าน เป็นต้น กิจกรรมส่วนใหญ่มักอยู่ในที่พักอาศัยของตนเอง และวัดใกล้บ้าน ลักษณะบ้านเป็นบ้านไม้พื้นยกสูงมีอายุการใช้งานมานาน (เฉลี่ย 56.05 ปี) และเป็นลักษณะบ้านเดี่ยว โดยพบว่ามีปัญหาในเรื่องพื้นที่ใช้สอยพื้นที่ในบ้านโดยเฉพาะห้องน้ำ ส่วนใหญ่มีความต้องการปรับปรุงห้องน้ำ เพื่อใช้ประโยชน์ แต่การปรับปรุงขึ้นอยู่กับฐานะของตนเองและบุตรหลาน ผู้สูงวัยในหมู่บ้านชนบทส่วนใหญ่จะยังพึงพอใจและมีความสุขกับถิ่นที่อยู่อาศัยเดิม

แนวทางการส่งเสริมให้มีการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ

1. ห้องน้ำ/ห้องอาบน้ำ ติดตั้งราวจับอุปกรณ์พยุงตัวที่แข็งแรง พื้นเรียบและไม่ลื่น การปรับย้ายตำแหน่งของห้องน้ำให้ใกล้ตัวบ้านมากยิ่งขึ้น โถส้วมแบบนั่ง
2. บันได ติดตั้งอุปกรณ์ช่วยพยุง ราวกันตก
3. ภายในบ้าน ควรปรับพื้นให้ระดับเสมอกัน พื้นเรียบ ไม่ลื่น แสงสว่างและมีการระบายอากาศที่ดี
4. ภายนอกอาคาร ปูพื้นบริเวณรอบบ้าน ให้เรียบ ไม่ลื่น มีที่นั่งพักผ่อนเวลากลางวัน²⁶



²⁶ วิฑูรย์ เหลียวรุ่งเรือง และคณะ. การสำรวจพื้นที่ในชุมชนเพื่อเตรียมการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สิ่งแวดล้อม สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ (เทศบาลตำบลแม่เหิยะ) จ.เชียงใหม่. (มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: 2552)

บทที่ 3

วิธีการดำเนินงานวิจัย

ในการศึกษาสภาพการอยู่อาศัยและแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ได้กำหนดกระบวนการศึกษาเป็น 5 ขั้นตอนดังนี้

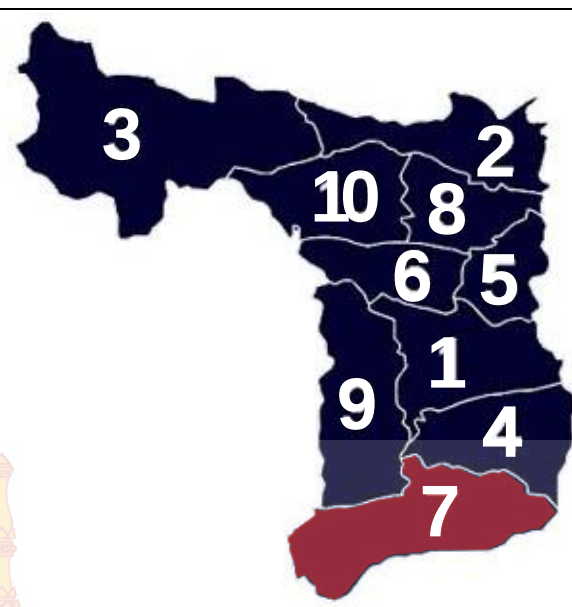
- 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.2 ขั้นตอนในการดำเนินการศึกษา
- 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา
- 3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.5 การวิเคราะห์ และสรุปผลการศึกษา

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ด้านพื้นที่ศึกษา

พื้นที่ในการศึกษาวิจัย คือ จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งมีการแบ่งเขตการปกครองเป็น 10 อำเภอ คือ อำเภอเมือง อำเภอเดิมบางนางบวช อำเภอด่านช้าง อำเภอบางปลาม้า อำเภอศรีประจันต์ อำเภอดอนเจดีย์ อำเภอสองพี่น้อง อำเภอสามชูก อำเภออู่ทอง และอำเภอหนองหญ้าไซ โดยผู้วิจัยได้ทำการสุ่มพื้นที่ศึกษาโดยวิธีสุ่มธรรมดา คือ อำเภอสองพี่น้อง

ตารางที่ 3.1 แสดงการแบ่งเขตการปกครองของจังหวัดสุพรรณบุรี

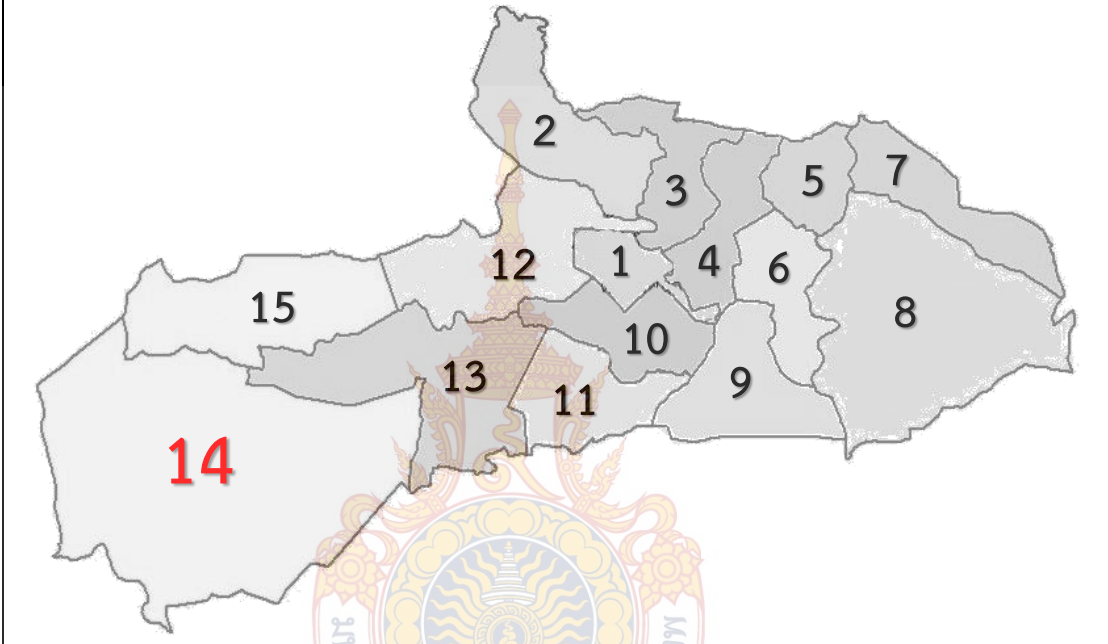
รายชื่ออำเภอ	
1. อำเภอเมืองสุพรรณบุรี	
2. อำเภอเดิมบางนางบวช	
3. อำเภอด่านช้าง	
4. อำเภอบางปลาม้า	
5. อำเภอศรีประจันต์	
6. อำเภอดอนเจดีย์	
7. อำเภอสองพี่น้อง	
8. อำเภอสามชุก	
9. อำเภออู่ทอง	
10. อำเภอหนองหญ้าไซ	

โดยอำเภอสองพี่น้องมีการแบ่งเขตการปกครองเป็น 15 ตำบล คือ ตำบลสองพี่น้อง ตำบลบางเลน ตำบลบางตาเถร ตำบลบางตาเคียน ตำบลบ้านกุ่ม ตำบลหัวโพธิ์ ตำบลบางพลับ ตำบลเนินพระปรารค์ ตำบลบ้านช้าง ตำบลต้นตาล ตำบลศรีสำราญ ตำบลทุ่งคอก ตำบลหนองบ่อ ตำบลบ่อสุพรรณ ตำบลดอนมะนาว โดยผู้วิจัยได้ทำการสุ่มพื้นที่ศึกษาโดยวิธีสุ่มเช่นเดียวกัน คือ ตำบลบ่อสุพรรณ



ตารางที่ 3.2 แสดงการแบ่งเขตการปกครองของอำเภอสองพี่น้อง

รายชื่อตำบล		
1. ตำบลสองพี่น้อง	6. ตำบลบางตะเคียน	11. ตำบลดอนมะนาว
2. ตำบลหัวโพธิ์	7. ตำบลบ้านช้าง	12. ตำบลศรีสำราญ
3. ตำบลบางพลับ	8. ตำบลบางตาเถร	13. ตำบลทุ่งคอก
4. ตำบลต้นตาล	9. ตำบลบางเลน	14. ตำบลบ่อสุพรรณ
5. ตำบลบ้านกุ่ม	10. ตำบลเนินพระปรารค์	15. ตำบลหนองบ่อ



3.1.2 ด้านกลุ่มประชากร

ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในหมู่ที่ 1 - 18 ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยมีกลุ่มประชากร จำนวน 2,513 คน²⁷

²⁷ สัมภาษณ์ ธนวัน ตันติเกษตรกิจ, นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี, 4 กุมภาพันธ์ 2562.

ตารางที่ 3.3 แสดงจำนวนผู้สูงอายุในตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

หมู่ที่	จำนวนผู้สูงอายุในตำบลบ่อสุพรรณ		รวม
	เพศชาย	เพศหญิง	
1	69	85	154
2	106	156	262
3	75	100	175
4	90	129	219
5	75	104	179
6	55	79	134
7	46	66	112
8	47	72	119
9	60	75	135
10	44	64	108
11	29	35	64
12	40	50	90
13	53	89	142
14	50	52	102
15	24	24	48
16	61	79	140
17	79	123	202
18	59	69	128
รวม	1,062	1,451	2,513

ที่มา : องค์การบริหารส่วนตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

ผู้วิจัยได้กำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่าง โดยอ้างอิงตามหลักเกณฑ์ทางสถิติการกำหนดกลุ่มตัวอย่างของ Herbert Arkin and Raymond R. Colton²⁸ ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่าประชากรไม่เกิน 3,000 คน ต้องกำหนดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 278 ตัวอย่าง

²⁸ Herbert Arkin & Raymond R. Colton. Statistics Methode: As applied to economics business psychology education and biology education. (New York: Barnes & Nobel Inc., 1963): p. 102.

3.2 ขั้นตอนในการดำเนินการศึกษา

3.2.1 ข้อมูลทุติยภูมิ

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากการเอกสาร หนังสือ ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยศึกษาแนวคิด ทฤษฎี กฎหมายที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ทราบถึงแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่อาศัยในตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

3.2.2 ข้อมูลปฐมภูมิ

ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลที่ได้จากการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุที่อาศัยในตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยการสัมภาษณ์ การสำรวจ และการสังเกต

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

3.3.1. แบบสัมภาษณ์ ผู้วิจัยใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลแต่ละส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ
2. อายุ
3. สถานภาพ
4. การศึกษา
5. ศาสนา
6. จำนวนสมาชิกในครอบครัว
7. จำนวนบุตร
8. ความสามารถในการสื่อสาร
9. อาชีพปัจจุบัน
10. อาชีพเดิม
11. ที่มาของรายได้
12. ประมาณการรายได้ต่อเดือน
13. รายจ่าย
14. ประมาณการรายจ่ายต่อเดือน
15. ภาระหนี้สิน

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับที่อยู่อาศัย

1. ลักษณะของที่อยู่อาศัย
2. ลักษณะการอยู่อาศัย
3. ผู้ที่อยู่อาศัยด้วย
4. การครอบครองที่อยู่อาศัย
5. ระยะเวลาที่อาศัย
6. สถานที่พักผ่อนหรือนอนในที่อยู่อาศัย

ส่วนที่ 3 ปัญหาสุขภาพ

1. ลักษณะสุขภาพ
2. โรคประจำตัว
3. ผู้ดูแลเมื่อมีอาการเจ็บป่วย
4. ปัญหาการได้ยิน
5. ปัญหาการมองเห็น
6. ปัญหาการเคลื่อนไหว
7. ปัญหาการปัสสาวะและอุจจาระ

ส่วนที่ 4 ปัญหาการอยู่อาศัย

1. สถานที่เกิดอุบัติเหตุ
2. สาเหตุการหกล้ม
3. จุดเกิดอุบัติเหตุภายในบ้าน
4. จุดเกิดอุบัติเหตุภายนอกบ้าน
5. ปัญหาพื้นที่ใช้สอย
6. ปัญหาสภาพแวดล้อม
7. ปัญหาความสะดวก
8. ความต้องการที่อยู่อาศัยใหม่
9. พื้นที่ที่ต้องการปรับปรุง

3.3.2 แบบสำรวจ และสังเกต ผู้วิจัยใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลแต่ละส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 สภาพการอยู่อาศัย

1. ห้องนอน
2. ห้องน้ำ
3. ห้องครัว
4. ห้องนั่งเล่น
5. ประตู
6. บันได

ตารางที่ 3.4 แสดงกรอบในการวิจัย

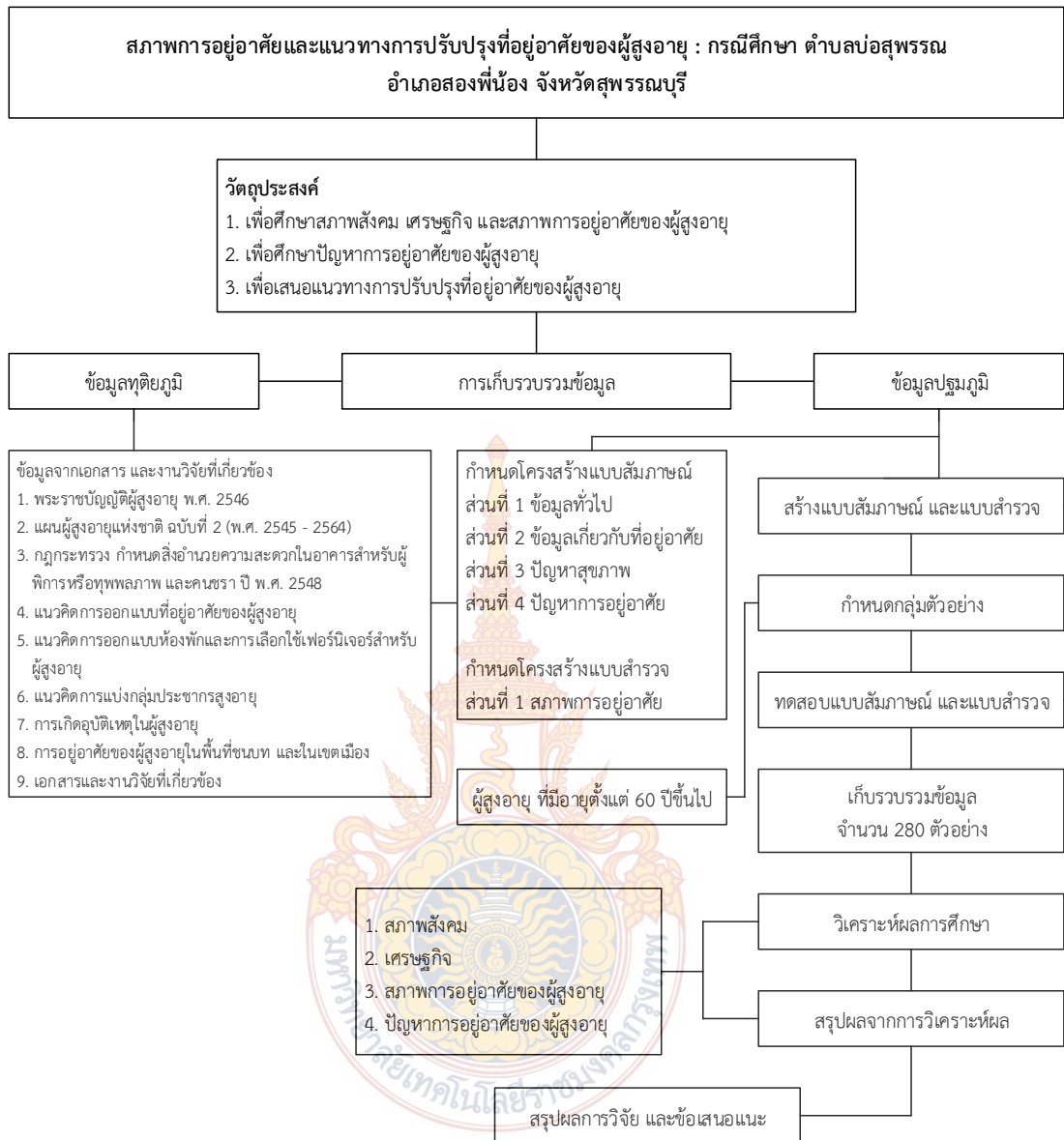
วัตถุประสงค์	ตัวแปรหลัก	ตัวแปรรอง	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	ประชากรกลุ่มตัวอย่าง
เพื่อศึกษาสภาพสังคม เศรษฐกิจ และสภาพ การอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ	- ข้อมูลทั่วไป - สภาพสังคม	- เพศ - อายุ - ระดับการศึกษา - สถานภาพ - ภูมิลำเนา - การทำกิจกรรมในที่ อยู่อาศัย - ความสัมพันธ์ใน ครอบครัว - ความสัมพันธ์กับ เพื่อนบ้าน	- การสัมภาษณ์ - การสัมภาษณ์	ผู้สูงอายุที่มีที่อยู่อาศัยใน พื้นที่ ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัด สุพรรณบุรี จำนวน 280 คน
	- สภาพเศรษฐกิจ	- อาชีพ - รายได้ - ค่าใช้จ่าย - ภาระหนี้สิน	- การสัมภาษณ์	
	- สภาพการอยู่อาศัย	- ลักษณะที่อยู่อาศัย - ขนาดพื้นที่ใช้สอย - อุบัติเหตุ	- การสัมภาษณ์ และ การสังเกต	
เพื่อศึกษาปัญหาการ อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ	ปัญหาการอยู่อาศัย	- ปัญหาสุขภาพ - ปัญหาการอยู่อาศัย	- การสัมภาษณ์	

3.5 การวิเคราะห์ และสรุปผลการศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ และการสังเกต ผู้วิจัยวิเคราะห์ตามความสัมพันธ์ของปัญหาสุขภาพ สภาพการอยู่อาศัย และปัญหาการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ โดยเปรียบเทียบกับแนวคิด ทฤษฎี กฎหมาย และงานวิจัย และใช้วิธีการนำเสนอเชิงพรรณนาตามวัตถุประสงค์



แผนผังที่ 3.1 แสดงกระบวนการดำเนินการวิจัย



บทที่ 4

การวิเคราะห์สภาพการอยู่อาศัยและแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

ในการศึกษาวิจัยเรื่องสภาพการอยู่อาศัยและแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพสังคม เศรษฐกิจ สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ปัญหาการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ เพื่อเสนอแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ โดยผู้วิจัยได้แบ่งส่วนการวิเคราะห์ดังนี้

- 4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ
- 4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
- 4.3 สภาพการอยู่อาศัยปัจจุบันของผู้สูงอายุ
- 4.4 ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ
- 4.5 ปัญหาการอยู่อาศัยปัจจุบันของผู้สูงอายุ

4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 4.1 แสดง เพศ ช่วงอายุ และสถานภาพของผู้สูงอายุ (n=280)

ช่วงอายุ	สถานภาพ	เพศ					
		ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
60 - 69 ปี	โสด	0	0.0	6	2.14	6	2.14
	สมรส	12	4.29	34	12.14	46	16.43
	หม้าย	0	0.0	11	3.93	11	3.93
	รวม	12	4.29	51	18.21	63	22.50
70 - 79 ปี	โสด	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	สมรส	12	4.29	71	25.36	83	29.64
	หม้าย	16	5.71	26	9.29	42	15.00
	รวม	28	10.00	97	34.64	125	44.64
80 ปีขึ้นไป	โสด	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	สมรส	12	4.29	11	3.93	23	8.21
	หม้าย	15	5.36	54	19.29	69	24.64
	รวม	27	9.64	65	23.21	92	32.85
รวม		67	23.93	213	76.07	280	100.00

จากตารางที่ 4.1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 76.07 และเพศชาย ร้อยละ 23.93 โดยมีผู้สูงอายุที่อายุอยู่ในช่วง 70 - 79 ปี มากที่สุด ร้อยละ 44.64 รองลงมา อายุ 80 ปีขึ้นไป ร้อยละ 32.85 และ 60 - 69 ปี ร้อยละ 22.50 โดยมีสถานภาพสมรส ร้อยละ 54.29 รองลงมา หม้าย ร้อยละ 43.57 และโสด ร้อยละ 2.14

ตารางที่ 4.2 แสดงจำนวนระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ (n=280)

การศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ได้รับการศึกษา	12.14	12.14
ประถมศึกษาตอนต้น	87.86	87.56
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 87.56 และไม่ได้รับการศึกษา ร้อยละ 12.14

ตารางที่ 4.3 แสดงศาสนาของผู้สูงอายุ (n=280)

ศาสนา	จำนวน	ร้อยละ
พุทธ	280	100.00
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ

ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนสมาชิกในครอบครัวของผู้สูงอายุ (n=280)

จำนวนสมาชิก	จำนวน	ร้อยละ
1 คน	21	7.50
2 คน	23	8.21
3 คน	54	19.29
4 คน	86	30.71
5 คน	40	14.29
6 คน	36	12.86
7 คน	15	5.36
8 คน	5	1.79
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.4 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสมาชิกในครอบครัว จำนวน 4 คน ร้อยละ 30.71 รองลงมา จำนวน 3 คน ร้อยละ 19.29 จำนวน 5 คน ร้อยละ 14.29 จำนวน 6 คน ร้อยละ

12.86 จำนวน 2 คน ร้อยละ 8.21 จำนวน 1 คน ร้อยละ 7.50 จำนวน 7 คน ร้อยละ 5.36 และจำนวน 8 คน ร้อยละ 1.79 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวนบุตรของผู้สูงอายุ (n=280)

จำนวนบุตร	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	6	2.14
1 คน	11	3.93
2 คน	42	15.00
3 คน	58	20.71
4 คน	37	13.21
5 คน	22	7.86
6 คน	70	25.00
7 คน	22	7.86
8 คน	6	2.14
9 คน	6	2.14
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีบุตร จำนวน 6 คน ร้อยละ 25.00 รองลงมาจำนวน 3 คน ร้อยละ 20.71 จำนวน 2 คน ร้อยละ 15.00 จำนวน 4 คน ร้อยละ 13.21 จำนวน 5 คน และ 7 คน ร้อยละ 7.86 จำนวน 1 คน ร้อยละ 3.93 และ จำนวน 9 คน 8 คน และไม่มีบุตร ร้อยละ 2.14 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.6 แสดงความสามารถในการสื่อสารของผู้สูงอายุ (n=280)

ความสามารถในการสื่อสาร	ช่วงอายุ						รวม	
	60-69 ปี		70-79 ปี		80 ปีขึ้นไป			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อ่านและเขียนได้	51	80.95	48	38.40	67	72.83	166	59.29
อ่านได้แต่เขียนไม่ได้	6	9.52	5	4.00	10	10.87	21	7.50
อ่านและเขียนไม่ได้	6	9.52	72	57.60	15	16.30	93	33.21
รวม	63	22.50	125	44.64	92	32.86	280	100.00

จากตารางที่ 4.6 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความสามารถอ่านและเขียนได้ ร้อยละ 59.29 รองลงมา อ่านและเขียนไม่ได้ ร้อยละ 33.21 และอ่านได้แต่เขียนไม่ได้ ร้อยละ 7.50 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.7 แสดงอาชีพของผู้สูงอายุ (n=280)

อาชีพ	อาชีพเดิม		อาชีพปัจจุบัน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	248	88.57	237	84.64
ทำไร่/ทำนา	23	8.21	23	8.21
เย็บผ้า	0	0.00	6	2.14
รับจ้างทั่วไป	9	3.21	14	5.00
รวม	280	100.00	280	100.00

จากตารางที่ 4.7 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปัจจุบันไม่ประกอบอาชีพ ร้อยละ 84.64 รองลงมา ทำไร่-ทำนา ร้อยละ 8.21 รับจ้างทั่วไป ร้อยละ 5.00 และเย็บผ้า ร้อยละ 2.14 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.8 แสดงที่มาของรายได้ของผู้สูงอายุ (n=280)

ที่มาของรายได้	จำนวน	ร้อยละ
เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ	280	100.00
การประกอบอาชีพ	43	15.36
ลูกหลานให้	28	10.00

จากตารางที่ 4.8 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้จากเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ร้อยละ 100.00 รองลงมามีรายได้จากการประกอบอาชีพ ร้อยละ 15.36 และมีรายได้จากลูกหลานให้ ร้อยละ 10.00 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.9 แสดงการประมาณการรายได้ของผู้สูงอายุ (n=280)

การประมาณการรายได้	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 1,000 บาท	203	72.50
1,001-2,000 บาท	31	11.07
2,001-3,000 บาท	21	7.50
3,001-4,000 บาท	12	4.29
4,001-5,000 บาท	13	4.64
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.9 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 1,000 บาท ร้อยละ 72.50 รองลงมา 1,001-2,000 บาท ร้อยละ 11.07 2,001-3,000 บาท ร้อยละ 7.50 4,001-5,000 บาท ร้อยละ 4.64 และ 3,001-4,000 บาท ร้อยละ 4.29 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.10 แสดงรายจ่ายต่อเดือนของผู้สูงอายุ (n=280)

รายจ่ายต่อเดือน	จำนวน	ร้อยละ
ทั่วไปและอาหาร	217	77.50
ที่อยู่อาศัย	196	70.00
ด้านสุขภาพ	188	67.14
การฃาปนกิจสงเคราะห์	149	53.21
ทำบุญ	121	43.21

จากตารางที่ 4.10 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายจ่ายต่อเดือนที่ต้องจ่าย คือ ค่าใช้จ่ายทั่วไปและค่าอาหาร ร้อยละ 77.50 รองลงมาด้านที่อยู่อาศัย ร้อยละ 70.00 ด้านสุขภาพ ร้อยละ 67.14 ด้านการฃาปนกิจสงเคราะห์ ร้อยละ 53.21 และทำบุญ ร้อยละ 43.21 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.11 แสดงการประมาณการรายจ่ายต่อเดือนของผู้สูงอายุ (n=280)

การประมาณการรายจ่ายต่อเดือน	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 1,000 บาท	62	22.14
1,001-2,000 บาท	174	62.14
2,001-3,000 บาท	44	15.71
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.11 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายจ่ายต่อเดือนประมาณ 1,001-2,000 บาท ร้อยละ 62.14 รองลงมาต่ำกว่า 1,000 บาท ร้อยละ 22.14 และ 2,001-3,000 บาท ร้อยละ 15.71

ตารางที่ 4.12 แสดงภาระหนี้สินของผู้สูงอายุ (n=280)

ภาระหนี้สิน	จำนวน	ร้อยละ
มี	171	61.07
ไม่มี	109	38.93
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.12 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาระหนี้สิน ร้อยละ 61.07

ตารางที่ 4.13 แสดงการประมาณภาระหนี้สินของผู้สูงอายุ (n=171)

ประมาณการภาระหนี้สิน	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 1,000 บาท	9	5.26
5,001-6,000 บาท	32	18.71
มากกว่า 10,000 บาท	130	76.02
รวม	171	100.00

จากตารางที่ 4.13 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาระหนี้สินมากกว่า 10,000 บาท ร้อยละ 76.02 รองลงมา 5,001-6,000 บาท ร้อยละ 18.71 และต่ำกว่า 1,000 บาท ร้อยละ 5.26 ตามลำดับ

4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 4.14 แสดงลักษณะที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

ลักษณะที่อยู่อาศัย	จำนวน	ร้อยละ
บ้านเดี่ยวคอนกรีตเสริมเหล็ก 1 ชั้น	146	52.14
บ้านไม้ยกพื้น	84	30.00
บ้านเดี่ยวคอนกรีตเสริมเหล็ก 2 ชั้น	38	13.57
บ้านไม้ 2 ชั้น	12	4.29
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.14 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นบ้านเดี่ยวคอนกรีตเสริมเหล็ก 1 ชั้น ร้อยละ 52.14 รองลงมาบ้านไม้ยกพื้น ร้อยละ 30.00 บ้านเดี่ยวคอนกรีตเสริมเหล็ก 2 ชั้น ร้อยละ 13.57 และบ้านไม้ 2 ชั้น ร้อยละ 4.29 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.15 แสดงลักษณะการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

ลักษณะที่อยู่อาศัย	จำนวน	ร้อยละ
บ้านตนเอง	214	76.43
อาศัยอยู่กับลูกหลาน	57	20.36
เช่า	9	3.21
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.15 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในบ้านของตนเอง ร้อยละ 76.43 รองลงมาอาศัยอยู่กับลูกหลาน ร้อยละ 20.36 และเช่าอาศัย ร้อยละ 3.21 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.16 แสดงผู้ที่อยู่อาศัยด้วยกับผู้สูงอายุ (n=280)

ผู้ร่วมอาศัย	จำนวน	ร้อยละ
ลูกหลาน	185	66.07
คู่สมรส	63	22.50
คนเดียว	26	9.29
ญาติ	6	2.14
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.16 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับลูกหลาน ร้อยละ 66.07 รองลงมาอาศัยอยู่กับคู่สมรส ร้อยละ 22.50 อาศัยอยู่คนเดียว ร้อยละ 9.29 และอาศัยอยู่กับญาติ ร้อยละ 2.14 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.17 แสดงการครอบครองที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

การครอบครองที่อยู่อาศัย	จำนวน	ร้อยละ
เป็นเจ้าของกรรมสิทธิ์	272	97.14
ไม่เป็นเจ้าของกรรมสิทธิ์	8	2.86
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.17 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเจ้าของกรรมสิทธิ์ในที่อยู่อาศัย ร้อยละ 97.14

ตารางที่ 4.18 แสดงระยะเวลาที่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

ระยะเวลา	จำนวน	ร้อยละ
1-10 ปี	18	6.43
11-20 ปี	16	5.71
21-30 ปี	49	17.50
31-40 ปี	32	11.43
41-50 ปี	64	22.86
51 ปีขึ้นไป	101	36.07
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.18 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีระยะเวลาอยู่อาศัย 51 ปีขึ้นไป ร้อยละ 36.07 รองลงมา 41-50 ปี ร้อยละ 22.86 21-30 ปี ร้อยละ 17.50 31-40 ปี ร้อยละ 11.43 1-10 ปี ร้อยละ 6.43 และ 11-20 ปี ร้อยละ 5.71 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.19 แสดงการนอนหรือพักในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

พื้นที่นอนหรือพักผ่อน	จำนวน	ร้อยละ
เป็นบ้านชั้นเดียว	130	46.43
ชั้นสอง	82	29.29
ชั้นล่าง	68	24.29
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.19 พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่นอนหรือพักผ่อนชั้นล่างเนื่องจากเป็นบ้านชั้นเดียว ร้อยละ 46.43 รองลงมา ชั้น 2 ร้อยละ 29.29 และชั้นล่าง ร้อยละ 24.29

4.3 สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

1. ห้องน้ำ

ตารางที่ 4.20 แสดงการอาบน้ำในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280)

อาบน้ำ	จำนวน	ร้อยละ
มี	12	4.29
ไม่มี	268	95.71
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.20 พบว่าการอาบน้ำในห้องน้ำของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีอาบน้ำ ร้อยละ 95.71

ตารางที่ 4.21 แสดงชนิดของโถส้วมในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280)

ชนิดโถส้วม	จำนวน	ร้อยละ
แบบนั่งยอง	187	66.79
แบบนั่งราบ	93	33.21
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.21 พบว่าชนิดโถส้วมในห้องน้ำของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นแบบนั่งยอง ร้อยละ 66.79 และแบบนั่งราบ ร้อยละ 33.21

ตารางที่ 4.22 แสดงพื้นในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280)

พื้นห้องน้ำ	จำนวน	ร้อยละ
ลื่น	176	62.86
ไม่ลื่น	104	37.14
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.22 พบว่าพื้นภายในห้องน้ำของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่สิ้น ร้อยละ 62.86

ตารางที่ 4.23 แสดงการเปิด-ปิดอุปกรณ์ภายในห้องน้ำของผู้สูงอายุ (n=280)

อุปกรณ์เปิด-ปิด	จำนวน	ร้อยละ
ง่าย	194	69.29
ไม่ง่าย	86	30.71
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.23 พบว่าอุปกรณ์เปิด-ปิดภายในห้องน้ำของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เปิด-ปิดง่าย ร้อยละ 62.29

2. ห้องนอน

ตารางที่ 4.24 แสดงลักษณะภายในห้องนอนของผู้สูงอายุ (n=280)

อากาศโปร่ง / แสงสว่างเพียงพอ	จำนวน	ร้อยละ
มี	189	67.50
ไม่มี	91	32.50
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.24 พบว่าลักษณะภายในห้องนอนของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอากาศโปร่ง และมีแสงสว่างเพียงพอ ร้อยละ 67.50

ตารางที่ 4.25 แสดงลักษณะการนอนภายในห้องนอนของผู้สูงอายุ (n=280)

ลักษณะการนอน	จำนวน	ร้อยละ
เตียงนอน	228	81.43
นอนพื้น	52	18.57
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.25 พบว่าลักษณะการนอนภายในห้องนอนของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเตียงนอน ร้อยละ 81.43 และนอนพื้น ร้อยละ 18.57

ตารางที่ 4.26 แสดงลักษณะตุ่มผิวหนังภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

ลักษณะตุ่มผิวหนัง	จำนวน	ร้อยละ
บานเปิด	152	54.29
ราวแขวน	76	27.14
บานเลื่อน	52	18.57
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.26 พบว่าตุ่มผิวหนังภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นแบบบานเปิด ร้อยละ 54.29 แบบราวแขวน ร้อยละ 27.14 และแบบบานเลื่อน ร้อยละ 18.57

3. ห้องครัว

ตารางที่ 4.27 แสดงลักษณะห้องครัวภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

อากาศโปร่ง / แสงสว่างเพียงพอ	จำนวน	ร้อยละ
มี	203	72.50
ไม่มี	77	27.50
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.27 พบว่าลักษณะห้องครัวภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอากาศโปร่ง และมีแสงสว่างเพียงพอ ร้อยละ 72.50

ตารางที่ 4.28 แสดงโต๊ะหรือเคาน์เตอร์ภายในห้องครัวของผู้สูงอายุ (n=280)

โต๊ะ/เคาน์เตอร์	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	153	54.64
มี (สูงมากกว่า 0.80 เมตร)	127	45.36
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.28 พบว่าลักษณะโต๊ะหรือเคาน์เตอร์ภายในห้องครัวของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เป็นไปตามมาตรฐาน ร้อยละ 54.64 และมีความสูงเป็นไปตามมาตรฐาน ร้อยละ 45.36

4. ห้องนั่งเล่น

ตารางที่ 4.29 แสดงลักษณะห้องนั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

อากาศโปร่ง / แสงสว่างเพียงพอ	จำนวน	ร้อยละ
มี	248	88.57
ไม่มี	32	11.43
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.29 พบว่าลักษณะห้องนั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอากาศโปร่ง และมีแสงสว่างเพียงพอ ร้อยละ 88.57

ตารางที่ 4.30 แสดงลักษณะห้องนั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

สิ่งกีดขวางทางเดิน	จำนวน	ร้อยละ
มี	150	53.57
ไม่มี	130	46.43
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.30 พบว่าลักษณะห้องนั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสิ่งกีดขวางทางเดิน ร้อยละ 53.57

5. ประตู

ตารางที่ 4.31 แสดงลักษณะประตูภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

ความกว้างของประตู	จำนวน	ร้อยละ
เท่ากับ 90 เซนติเมตร หรือมากกว่า	178	63.57
น้อยกว่า 90 เซนติเมตร	102	36.43
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.31 พบว่าลักษณะประตูภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นไปตามมาตรฐานมีความกว้างเท่ากับหรือมากกว่า 90 เซนติเมตร ร้อยละ 63.57 และไม่เป็นตามมาตรฐานมีความกว้างน้อยกว่า 90 เซนติเมตร ร้อยละ 36.43

ตารางที่ 4.32 แสดงลักษณะธรณีประตูภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

ธรณีประตู	จำนวน	ร้อยละ
มีธรณีประตู และสูงเกิน 2 เซนติเมตร	269	96.07
ไม่มีธรณีประตู หรือสูงไม่เกิน 2 เซนติเมตร	11	3.93
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.32 พบว่าลักษณะธรณีประตูภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีธรณีประตู และสูงเกิน 2 เซนติเมตร ร้อยละ 96.07 และไม่มีธรณีประตู หรือมีสูงไม่เกิน 2 เซนติเมตร ร้อยละ 3.93

ตารางที่ 4.33 แสดงอุปกรณ์ปิดประตูอัตโนมัติภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

อุปกรณ์ปิดประตูอัตโนมัติ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	244	87.14
มี	36	12.86
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.33 พบว่าอุปกรณ์ปิดประตูอัตโนมัติภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่มี ร้อยละ 87.14 และมี ร้อยละ 12.86

ตารางที่ 4.34 แสดงมือจับประตูภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

มือจับประตู	จำนวน	ร้อยละ
ไม่เหมาะสม	192	68.57
เหมาะสม	88	31.43
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.33 พบว่าลักษณะมือจับประตูภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่เหมาะสม ร้อยละ 68.57 และเหมาะสม ร้อยละ 31.43

6. บันได

ตารางที่ 4.35 แสดงความกว้างของบันไดภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134)

ความกว้างของบันได	จำนวน	ร้อยละ
เหมาะสม	78	58.21
ไม่เหมาะสม	56	41.79
รวม	134	100.00

จากตารางที่ 4.35 พบว่าความกว้างของบันไดภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความกว้างเหมาะสม ร้อยละ 58.21 และไม่เหมาะสม ร้อยละ 41.79

ตารางที่ 4.36 แสดงช่องโหว่ระหว่างขั้นบันไดในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134)

ช่องโหว่ระหว่างขั้นบันได	จำนวน	ร้อยละ
แบบเปิด	112	83.58
แบบปิด	22	16.42
รวม	134	100.00

จากตารางที่ 4.36 พบว่าช่องโหว่ระหว่างบันไดภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เป็นแบบเปิด ร้อยละ 83.58 และแบบปิด ร้อยละ 16.42

ตารางที่ 4.37 แสดงราวจับบันไดในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134)

ราวจับบันได	จำนวน	ร้อยละ
มี	30	22.39
ไม่มี	104	77.61
รวม	134	100.00

จากตารางที่ 4.37 พบว่าราวจับบันไดในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่มีการติดตั้ง ร้อยละ 77.61 และมีการติดตั้ง ร้อยละ 22.39

ตารางที่ 4.38 แสดงลูกตั้ง-ลูกนอนบันไดภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=134)

ลูกตั้ง/ลูกนอนบันได	จำนวน	ร้อยละ
ไม่เหมาะสม	128	95.52
เหมาะสม	6	4.48
รวม	134	100.00

จากตารางที่ 4.38 พบว่าลักษณะลูกตั้ง-ลูกนอนบันไดภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ ไม่เหมาะสม ร้อยละ 95.52 และเหมาะสม ร้อยละ 4.48

4.4 ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 4.39 แสดงลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ (n=280)

ลักษณะสุขภาพโดยรวม	จำนวน	ร้อยละ
แข็งแรงมาก ช่วยเหลือตัวเองได้	156	55.71
ไม่แข็งแรง มีคนดูแลบ้าง	98	35.00
ไม่แข็งแรง มีคนดูแลตลอด	26	9.29
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.39 พบว่าสุขภาพโดยรวมของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ แข็งแรงมากสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ร้อยละ 55.71 รองลงมา ไม่แข็งแรงต้องมีคนดูแลบ้าง ร้อยละ 35.00 และไม่แข็งแรงต้องมีคนดูแลตลอด ร้อยละ 9.29

ตารางที่ 4.40 แสดงโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ (n=280)

ลักษณะโรคประจำตัว	จำนวน	ร้อยละ
ปวดหลัง/ขา/เอว	280	100.00
โรคตา	244	87.14
ความดัน	180	64.29
ข้อเสื่อม	151	53.93
โรคเบาหวาน	29	10.36
โรคหัวใจ	13	4.64
โรคไต	12	4.29

จากตารางที่ 4.40 พบว่าโรคประจำตัวของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุมีอาการปวดหลัง ขา และเอว ร้อยละ 100.00 รองลงมา โรคตา ร้อยละ 87.14 ความดัน ร้อยละ 64.29 ข้อเสื่อม ร้อยละ 53.93 โรคเบาหวาน ร้อยละ 10.36 โรคหัวใจ ร้อยละ 4.64 และโรคไต ร้อยละ 4.29 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.41 แสดงผู้ดูแลเมื่อมีอาการเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ (n=280)

ผู้ดูแลเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	จำนวน	ร้อยละ
บุตรหลาน	238	85.00
คู่สมรส	29	10.36
ญาติ	6	2.14
เพื่อนบ้าน	7	2.50
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.41 พบว่าผู้ดูแลเมื่อมีอาการเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นบุตรหลาน ร้อยละ 85.00 รองลงมาเป็นคู่สมรส ร้อยละ 10.36 เพื่อนบ้าน ร้อยละ 2.50 และญาติ ร้อยละ 2.14 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.42 แสดงปัญหาการได้ยินของผู้สูงอายุ (n=221)

ปัญหาการได้ยิน	จำนวน	ร้อยละ
หูตึง	105	47.51
ประสาทหูเสื่อม	98	44.34
ได้ยินครั้งคราว	18	8.14
รวม	221	100.00

จากตารางที่ 4.42 พบว่าปัญหาการได้ยินของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ หูตึง ร้อยละ 47.51 รองลงมา ประสาทหูเสื่อม ร้อยละ 44.34 และได้ยินครั้งคราว ร้อยละ 8.14 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.43 แสดงปัญหาการมองเห็นของผู้สูงอายุ (n=244)

ปัญหาการมองเห็น	จำนวน	ร้อยละ
มองไม่ชัด	126	51.64
เป็นต้อ	66	27.05
ตามัว	52	21.31
รวม	244	100.00

จากตารางที่ 4.43 พบว่าปัญหาการมองเห็นของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มองไม่ชัด ร้อยละ 51.64 รองลงมา เป็นต้อ ร้อยละ 27.05 และตามัว ร้อยละ 21.31 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.44 แสดงปัญหาการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ (n=219)

ปัญหาการเคลื่อนไหว	จำนวน	ร้อยละ
ทำเดินผิดปกติ	139	63.47
การเดิน	80	36.53
รวม	219	100.00

จากตารางที่ 4.44 พบว่าปัญหาการเคลื่อนไหวของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีทำเดินผิดปกติ ร้อยละ 63.47 และการเดิน ร้อยละ 36.53

ตารางที่ 4.45 แสดงปัญหาการปัสสาวะ และอุจจาระของผู้สูงอายุ (n=118)

ปัญหาการปัสสาวะ และอุจจาระ	จำนวน	ร้อยละ
กลั้นไม่อยู่	69	58.47
เล็ด	49	41.53
รวม	118	100.00

จากตารางที่ 4.45 พบว่าปัญหาการปัสสาวะ และอุจจาระของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ กลั้นไม่อยู่ ร้อยละ 58.47 และเล็ด ร้อยละ 41.53

4.5 ปัญหาการอยู่อาศัยปัจจุบันของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 4.46 แสดงสถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ (n=280)

สถานที่เกิดอุบัติเหตุ	จำนวน	ร้อยละ
ภายในบ้าน	161	57.50
ทั้งภายใน และภายนอกบ้าน	65	23.21
ภายนอกบ้าน	54	19.29
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.46 พบว่าสถานที่เกิดอุบัติเหตุของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เกิดขึ้นภายในบ้าน ร้อยละ 57.50 รองลงมา เกิดขึ้นทั้งภายใน และภายนอกบ้าน ร้อยละ 23.21 และเกิดขึ้นภายนอกบ้าน ร้อยละ 19.29 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.47 แสดงสาเหตุการหกล้มของผู้สูงอายุ (n=280)

สาเหตุการหกล้ม	จำนวน	ร้อยละ
ลื่นจากพื้นเปียก	188	67.14
พื้นผิวไม่เรียบ	187	66.79
สะดุดสิ่งของ	165	58.95
มีขอบประตูสูง	85	30.36
เสื้อผ้า	70	25.00
แขนขาอ่อนแรง	18	6.43
หน้ามืด/เป็นลม	10	3.57
สัตว์เลี้ยง	7	2.50
รองเท้า	6	2.14

จากตารางที่ 4.47 พบว่าสาเหตุการหกล้มของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เกิดการลื่นจากพื้นเปียก ร้อยละ 67.14 รองลงมา พื้นผิวไม่เรียบ ร้อยละ 66.79 สะดุดสิ่งของ ร้อยละ 58.95 มีขอบประตูสูง ร้อยละ 30.36 เสื้อผ้า ร้อยละ 25.00 แขนขาอ่อนแรง ร้อยละ 6.43 หน้ามืด/เป็นลม ร้อยละ 3.57 สัตว์เลี้ยง ร้อยละ 2.50 และรองเท้า ร้อยละ 2.14 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.48 แสดงจุดเกิดอุบัติเหตุภายในบ้านของผู้สูงอายุ (n=280)

จุดเกิดอุบัติเหตุภายในบ้าน	จำนวน	ร้อยละ
ห้องน้ำ	169	60.36
ห้องนอน	108	38.57
ห้องนั่งเล่น	84	30.00
หวัคครัว	33	11.79
ชานหรือระเบียง	29	10.36
ใต้ถุนบ้าน (n=96)	9	9.38
บันได	17	6.07

จากตารางที่ 4.48 พบว่าจุดเกิดอุบัติเหตุภายในบ้านของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ คือ ห้องน้ำ ร้อยละ 60.36 รองลงมา ห้องนอน ร้อยละ 38.57 ห้องนั่งเล่น ร้อยละ 30.00 หวัคครัว ร้อยละ 11.79 ชานหรือระเบียง ร้อยละ 10.36 ใต้ถุนบ้าน ร้อยละ 9.38 และบันได ร้อยละ 6.07 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.49 แสดงจุดเกิดอุบัติเหตุภายนอกบ้านของผู้สูงอายุ (n=226)

จุดเกิดอุบัติเหตุภายนอกบ้าน	จำนวน	ร้อยละ
ทางเดิน	213	94.25
สนาม/สวน	152	67.26
โรงจอดรถยนต์	27	11.95

จากตารางที่ 4.49 พบว่าจุดเกิดอุบัติเหตุภายนอกบ้านของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ คือ ทางเดิน ร้อยละ 94.25 รองลงมา สนาม-สวน ร้อยละ 67.26 และโรงจอดรถยนต์ ร้อยละ 11.95

ตารางที่ 4.50 แสดงปัญหาพื้นที่ใช้สอยของผู้สูงอายุ (n=280)

ปัญหาพื้นที่ใช้สอย	จำนวน	ร้อยละ
ห้องน้ำ	214	76.43
ห้องนอน	160	57.14
ห้องนั่งเล่น	113	40.36
ห้องครัว	6	2.14
ทางเดิน	5	1.79

จากตารางที่ 4.50 พบว่าปัญหาพื้นที่ใช้สอยของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ คือ ห้องน้ำ ร้อยละ 76.43 รองลงมา ห้องนอน ร้อยละ 57.14 ห้องนั่งเล่น 40.36 ห้องครัว ร้อยละ 2.14 และสวน ร้อยละ 1.79 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.51 แสดงปัญหาสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ (n=280)

ปัญหาสภาพแวดล้อม	จำนวน	ร้อยละ
อากาศ	264	94.29
เพื่อนบ้าน	87	31.07
กลิ่น	72	25.71
เสียง	53	18.93
ความปลอดภัย	22	7.86

จากตารางที่ 4.51 พบว่าปัญหาสภาพแวดล้อมของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่เกิดจากอากาศ ร้อยละ 94.29 รองลงมา เพื่อนบ้าน ร้อยละ 31.07 กลิ่น ร้อยละ 25.71 เสียง ร้อยละ 18.93 และความปลอดภัย ร้อยละ 7.86 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.52 แสดงปัญหาความสะดวกของผู้สูงอายุ (n=280)

ปัญหาความสะดวก	จำนวน	ร้อยละ
วัด	186	66.43
ตลาด	183	65.36
โรงพยาบาล	173	61.79

จากตารางที่ 4.52 พบว่าปัญหาความสะดวกของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาในการเดินทางไปวัด ร้อยละ 66.43 รองลงมา ไปตลาด ร้อยละ 65.36 และไปโรงพยาบาล ร้อยละ 61.79 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.53 แสดงความต้องการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (n=280)

ความต้องการปรับปรุงที่อยู่อาศัย	จำนวน	ร้อยละ
อยู่ที่เคยมีการปรับปรุง	215	76.79
อยู่ที่เคยไม่ปรับปรุง	65	23.21
รวม	280	100.00

จากตารางที่ 4.53 พบว่าความต้องการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการปรับปรุงและอาศัยอยู่ที่เคย ร้อยละ 76.79 และไม่ต้องการปรับปรุง ร้อยละ 23.21

ตารางที่ 4.54 แสดงพื้นที่ที่ต้องการปรับปรุงของผู้สูงอายุ (n=280)

พื้นที่ที่ต้องการปรับปรุง	จำนวน	ร้อยละ
ห้องน้ำ	192	68.57
ห้องนอน	123	43.93
ห้องนั่งเล่น	99	35.36
ห้องครัว	46	16.43
ปรับปรุงทั้งหมด	41	14.64

จากตารางที่ 4.54 พบว่าพื้นที่ที่ต้องการปรับปรุงของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ คือ ห้องน้ำ ร้อยละ 68.57 รองลงมา ห้องนอน 43.93 ห้องนั่งเล่น ร้อยละ 35.36 ห้องครัว ร้อยละ 16.43 และปรับปรุงทั้งหมด ร้อยละ 14.64 ตามลำดับ

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพสังคม เศรษฐกิจ สภาพการอยู่อาศัย และปัญหาการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อเสนอแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ

5.1 สรุปผลการวิจัย

5.1.1 สภาพสังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุ จำนวน 280 คน แบ่งเป็นเพศชาย จำนวน 67 คน และเพศหญิง 213 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 23.93 และ 76.07 ตามลำดับ โดยผู้สูงอายุมีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี จำนวน 63 คน ช่วง 70-79 ปี จำนวน 125 คน และมีอายุตั้งแต่ 80 ขึ้นไป จำนวน 92 คน ซึ่งระดับการศึกษาส่วนใหญ่ สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 12.50 และไม่ได้รับการศึกษา ร้อยละ 87.50 มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 54.28 รองลงมา มีสถานภาพเป็นหม้าย ร้อยละ 43.57 และมีสถานภาพโสด ร้อยละ 2.14 มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวตั้งแต่ 1-8 คน และมีจำนวนบุตร 1-9 คน

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความสามารถในการสื่อสาร อ่านและเขียนได้ จำนวน 166 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 59.29 ซึ่งช่วงอายุที่สามารถอ่านและเขียนได้ส่วนใหญ่ เป็นช่วงอายุ 80 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 72.83 รองลงมาอ่านและเขียนไม่ได้ จำนวน 93 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 33.21 ซึ่งช่วงอายุที่อ่านและเขียนไม่ได้ส่วนใหญ่ เป็นช่วงอายุ 70-79 ปี คิดเป็นร้อยละ 57.60 และอ่านได้แต่เขียนไม่ได้ จำนวน 21 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 7.50 โดย ซึ่งช่วงอายุที่อ่านได้แต่เขียนไม่ได้ส่วนใหญ่ เป็นช่วงอายุ 80 ปีขึ้นไป ร้อยละ 10.87

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ จำนวน 237 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 84.64 รองลงมา มีอาชีพทำไร่นา จำนวน 23 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 8.21 มีอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน 14 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 5 และมีอาชีพเย็บผ้า จำนวน 6 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 2.14 ซึ่งแหล่งที่มาของรายได้ส่วนใหญ่มาจากเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ จำนวน 280 คน และยังมีรายได้จากการประกอบอาชีพ และลูกหลานให้ โดยส่วนใหญ่มีรายได้รวมต่อเดือนต่ำกว่า 1,000 บาท จำนวน 203 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 72.50 รองลงมา จำนวน 1,001-2,000 บาทต่อเดือน จำนวน 31 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 11.07 จำนวน 2,001-3,000 บาทต่อเดือน จำนวน 21 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 7.50 ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่ รายจ่ายต่อเดือนประมาณ 1,001-2,000 บาท จำนวน 174 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 62.14 รองลงมา ต่ำกว่า 1,000 บาท จำนวน 62 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 22.14 และ 2,001-3,000 บาท จำนวน 44

คน คิดเป็นร้อยละ 15.71 โดยรายจ่ายส่วนใหญ่เกี่ยวกับด้านอาหาร รองลงมาด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพ ด้านการฃาปนกิจสงเคราะห์ และด้านทำบุญ ตามลำดับ และผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีหนี้สินจำนวน 171 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 61.07 ซึ่งมีหนี้สินมากกว่า 10,000 บาท จำนวน 130 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 76.02 รองลงมา 5,000-6,000 บาท จำนวน 32 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 18.71 และต่ำกว่า 1,000 บาท จำนวน 9 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 5.26

5.1.2 สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาพบว่าลักษณะที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ มี 4 ลักษณะ คือ บ้านเดี่ยวคอนกรีตเสริมเหล็ก 1 ชั้น จำนวน 146 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 52.14 รองลงมา บ้านไม้ยกพื้น จำนวน 84 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 30.00 บ้านเดี่ยวคอนกรีตเสริมเหล็ก 2 ชั้น จำนวน 38 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 13.57 และบ้านไม้ 2 ชั้น จำนวน 12 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 4.29 ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่นอนหรือพักผ่อนบริเวณชั้น 1 จำนวน 198 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 70.92 และชั้น 2 จำนวน 82 หรือคิดเป็นร้อยละ 29.29 โดยเป็นบ้านของตนเอง จำนวน 214 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 76.43 รองลงมา อาศัยอยู่กับลูกหลาน จำนวน 57 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 20.36 และเช่า จำนวน 9 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 3.21 ส่วนใหญ่เป็นเจ้าของกรรมสิทธิ์ในที่อยู่อาศัย มีระยะเวลาอยู่อาศัยตั้งแต่ 1 ปีขึ้นไป และส่วนใหญ่มีระยะเวลาการอยู่อาศัยมากกว่า 41 ปี จำนวน 165 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 58.93

สภาพห้องน้ำ โดยส่วนใหญ่ไม่มีราวจับภายในห้องน้ำ จำนวน 268 คน คิดเป็นร้อยละ 95.71 ชนิดของโถส้วมเป็นแบบนั่งยอง จำนวน 187 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 66.79 พื้นภายในห้องน้ำลื่น จำนวน 176 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 62.86 และลักษณะการเปิดปิดอุปกรณ์ภายในห้องน้ำง่าย จำนวน 194 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 69.29 และเปิดปิดไม่ง่าย จำนวน 86 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 30.71

สภาพห้องนอน ลักษณะภายในห้องนอนมีอากาศโปร่ง และมีแสงสว่างเพียงพอ จำนวน 189 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 67.50 และอากาศไม่โปร่ง และมีแสงสว่างไม่เพียงพอ จำนวน 91 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 32.50 มีลักษณะการนอนแบบเตียงนอน จำนวน 228 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 81.43 และแบบนอนพื้น จำนวน 52 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 18.57 มีลักษณะตู้เสื้อผ้าแบบบานเปิด จำนวน 152 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 54.29 แบบราวแขวน จำนวน 76 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 27.14 และแบบบานเลื่อน จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 18.57

สภาพห้องครัว ลักษณะภายในห้องครัวมีอากาศโปร่ง และมีแสงสว่างเพียงพอ จำนวน 203 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 72.50 และอากาศไม่โปร่ง และมีแสงสว่างไม่เพียงพอ จำนวน 77 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 27.50 ลักษณะโต๊ะ หรือเคาน์เตอร์ ไม่มี จำนวน 153 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 54.64 และมีโต๊ะ หรือเคาน์เตอร์ ที่มีความสูงมากกว่า 0.8 เมตร จำนวน 127 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 45.36

สภาพห้องนั่งเล่น ลักษณะภายในห้องนั่งเล่นมีอากาศโปร่ง และมีแสงสว่างเพียงพอ จำนวน 248 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 88.57 และอากาศไม่โปร่ง และมีแสงสว่างไม่เพียงพอ จำนวน 32 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 11.43 มีสิ่งกีดขวางทางเดิน จำนวน 150 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 53.57 และไม่มีสิ่งกีดขวางทางเดิน จำนวน จำนวน 130 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 46.43

สภาพประตู ลักษณะประตูภายในที่อยู่อาศัย มีความกว้างเท่ากับหรือมากกว่า 90 เซนติเมตร จำนวน 178 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 63.57 และมีความกว้างน้อยกว่า 90 เซนติเมตร จำนวน 102 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 36.43 โดยมีธรณีประตู และสูงเกิน 2 เซนติเมตร จำนวน 269 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 96.07 และไม่มีธรณีประตู หรือมี และสูงไม่เกิน 2 เซนติเมตร จำนวน 11 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 3.93 ไม่มีอุปกรณ์ปิดอัตโนมัติ จำนวน 244 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 87.14 มีอุปกรณ์ปิดอัตโนมัติ จำนวน 36 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 12.86 มือจับประตูไม่มีความเหมาะสม จำนวน 196 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 68.57 และมือจับประตูมีความเหมาะสม จำนวน 88 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 31.43

สภาพบันได ลักษณะบันไดภายในที่อยู่อาศัย มีความกว้างเหมาะสมเหมาะสม จำนวน 78 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 58.21 และมีความกว้างไม่เหมาะสม จำนวน 56 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 41.79 ช่องโหล่งระหว่างขั้นบันได เป็นแบบเปิด จำนวน 112 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 83.58 และแบบปิด จำนวน 22 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 16.42 มีราวจับบันได จำนวน 30 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 22.39 และไม่มีราวจับบันได จำนวน 104 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 77.61 ลักษณะลูกตั้ง-ลูกนอน ไม่เหมาะสม จำนวน 128 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 95.52 และมีความเหมาะสม จำนวน 6 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 4.48

5.1.3 ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาพบว่าลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่แข็งแรงมาก และสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ จำนวน 156 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 55.71 และไม่แข็งแรง ต้องมีผู้ดูแล จำนวน 124 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 44.29 ผู้สูงอายุทุกคนมีอาการปวดหลัง หรือขา หรือเอว และมีโรคอื่น ๆ ร่วมด้วย คือ โรคตา ความดัน ข้อเสื่อม โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคไต ตามลำดับ ปัญหาที่พบด้านการได้ยินส่วนใหญ่ คือ หูตึง รองลงมาประสาทหูเสื่อม และได้ยินครั้งคราว ตามลำดับ ปัญหาที่พบด้านการมองเห็นส่วนใหญ่ คือ มองไม่ชัด รองลงมาเป็นต้อ และตามัว ตามลำดับ ปัญหาที่พบด้านการเคลื่อนไหว คือ ทำเดินผิดปกติ และจากการเดิน ปัญหาที่พบด้านการปัสสาวะ และอุจจาระ คือ กลั้นไม่อยู่ และเล็ด ผู้ดูแลผู้สูงอายุเมื่อมีอาการเจ็บป่วยส่วนใหญ่ คือ บุตรหลาน รองลงมาคู่สมรส ญาติ และเพื่อนบ้าน ตามลำดับ

5.1.4 ปัญหาการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาพบว่าสถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุเกิดขึ้นทั้งภายใน และภายนอกบ้าน โดยเกิดจากการหกล้มของผู้สูงอายุ ซึ่งสาเหตุเกิดจากการลื่นจากที่พื้นเปียก จำนวน 188 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 67.14 รองลงมาพื้นผิวไม่เรียบ จำนวน 187 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 66.79 สะดุดสิ่งของ จำนวน 165 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 58.95 มีขอบประตูสูง จำนวน 85 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 30.36 ตามลำดับ โดยจุดเกิดอุบัติเหตุภายในบ้าน คือ ห้องน้ำ จำนวน 169 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 60.36 รองลงมาห้องนอน จำนวน 108 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 28.57 ห้องนั่งเล่น จำนวน 84 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 30.00 ห้องครัว จำนวน 33 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 11.79 ชานหรือระเบียง จำนวน 29 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 10.36 บันได จำนวน 17 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 6.07 และใต้ถุนบ้าน จำนวน 9 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 9.38 ตามลำดับ และจุดเกิดอุบัติเหตุภายนอกบ้าน คือ ทางเดิน จำนวน 213 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 94.25 รองลงมาสนามหรือสวน จำนวน 152 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 67.26 และโรงจอดรถยนต์ จำนวน 27 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 11.26 ตามลำดับ ปัญหาที่พบด้านพื้นที่ใช้สอย คือ ห้องน้ำ จำนวน 214 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 76.43 รองลงมาห้องนอน จำนวน 160 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 57.14 ห้องนั่งเล่น จำนวน 113 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 40.36 คน ห้องครัว จำนวน 6 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 2.14 และทางเดิน จำนวน 5 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 1.79 ตามลำดับ ปัญหาที่พบด้านสภาพแวดล้อม คือ อากาศ จำนวน 264 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 94.29 เพื่อนบ้าน จำนวน 87 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 31.47 กลิ่น จำนวน 72 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 25.71 เสียง จำนวน 53 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 18.93 และความปลอดภัย จำนวน 22 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 7.86 ตามลำดับ ปัญหาที่พบด้านความสะดวกการเดินทาง คือ ไปวัด ไปตลาด และโรงพยาบาล โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความต้องการปรับปรุงที่อยู่อาศัย จำนวน 215 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 76.79 และไม่ต้องการปรับปรุงที่อยู่อาศัย จำนวน 65 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 23.21 ซึ่งพื้นที่ที่ต้องการปรับปรุงมากที่สุด คือ ห้องน้ำ จำนวน 192 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 68.57 รองลงมา ห้องนอน จำนวน 123 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 43.93 ห้องนั่งเล่น จำนวน 99 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 35.36 ห้องครัว จำนวน 46 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 16.43 และปรับปรุงทั้งหลัง จำนวน 41 คน ร้อยละ 14.64

5.2 อธิปรายผล

จากผลการวิจัยผู้สูงอายุในตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุวัยปานกลาง และวัยปลาย มีอายุตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไป จะต้องเป็นผู้ดูแลเป็นครั้งคราว หรืออาจจะต้องดูแลตลอดเวลา เนื่องจากผู้สูงอายุเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย น้ำหนักตัวลดลง กระดูก หรือข้อต่อเสื่อม สายตาพร่ามัว หูตึง ซึ่งส่งผลต่อการเคลื่อนไหวในชีวิตประจำวันภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ จากการศึกษาสภาพการอยู่อาศัย และปัญหาการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้

เลือกพื้นที่ที่เกิดอุบัติเหตุมากที่สุด จำนวน 3 ลำดับ คือ ห้องน้ำ ห้องนอน และห้องนั่งเล่น อีกทั้งส่วนอื่น ๆ ที่สำคัญในแต่ละพื้นที่ เพื่อเสนอทางแนวทางปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองน้ำ จังหวัดสุพรรณบุรี ดังนี้

1. ห้องน้ำ จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถเสนอแนวทางการปรับปรุงห้องน้ำเพื่อให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุได้ดังนี้ พื้นที่ว่างภายในห้องต้องมีเส้นผ่าศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร ประตูเป็นแบบบานเปิดออกสู่ภายนอก โดยต้องเปิดค้างได้ไม่น้อยกว่า 90 องศา หรือเป็นแบบบานเลื่อน พื้นภายในต้องมีระดับเสมอกันพื้นภายนอก วัสดุปูพื้นต้องไม่ลื่น มีความลาดเอียงเพื่อให้สามารถระบายได้ง่าย

โถส้วมชนิดนั่งราบมีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร มีพนักพิงหลัง ที่ปล่อยน้ำเป็นชนิดคันโยก หรือปุ่มกดขนาดใหญ่ มีด้านข้างด้านหนึ่งของโถส้วมอยู่ชิดผนังโดยมีระยะห่างวัดจากกึ่งกลางโถส้วมถึงผนังไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร

มีราวจับที่ผนังเป็นแบบแนวนอนและแนวตั้ง โดยราวจับในแนวนอนมีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 65 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 70 เซนติเมตร และให้ยื่นล้าออกมาจากด้านหน้าโถส้วมอีกไม่น้อยกว่า 25 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 30 เซนติเมตร ราวจับในแนวตั้งต่อจากปลายของราวจับในแนวนอน ด้านหน้าโถส้วมมีความยาววัดจากปลายของราวจับในแนวนอนขึ้นไปอย่างน้อย 60 เซนติเมตร และต้องมีราวจับเพื่อนำไปสู่สุขภัณฑ์อื่น ๆ ภายในห้องน้ำ มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 80 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 90 เซนติเมตร

อ่างล้างมือด้านใดที่ติดกับผนังไปจนถึงขอบอ่างเป็นที่ว่าง เพื่อให้เก้าอี้ล้อสามารถสอดเข้าไปได้ โดยขอบอ่างอยู่ห่างจากผนังไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร และต้องอยู่ในตำแหน่งที่สามารถเข้าประชิดได้โดยไม่มีสิ่งกีดขวาง มีความสูงจากพื้นถึงขอบบนของอ่างไม่น้อยกว่า 75 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 80 เซนติเมตร และมีราวจับในแนวนอนแบบพับเก็บได้ในแนวตั้งทั้งสองข้างของอ่าง ก๊อกน้ำเป็นชนิดก้านโยกหรือก้านกดหรือก้านหมุนหรือระบบอัตโนมัติ

ที่อาบน้ำแบบฝักบัว มีพื้นที่ว่างขนาดไม่น้อยกว่า 110 เซนติเมตร และมีความยาวไม่น้อยกว่า 120 เซนติเมตร มีที่นั่งสำหรับอาบน้ำที่มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 45 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร มีราวจับในแนวนอนที่ด้านข้างของที่นั่ง มีความสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 65 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 70 เซนติเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 65 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 70 เซนติเมตร และมีราวจับในแนวตั้งต่อจากปลายของราวจับในแนวนอน และมีความยาวจากปลายของราวจับในแนวนอนขึ้นไปอย่างน้อย 60 เซนติเมตร สิ่งของ เครื่องใช้หรืออุปกรณ์ภายในที่อาบน้ำให้อยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 120 เซนติเมตร

2. ห้องนอน และห้องนั่งเล่น จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถเสนอแนวทางการปรับปรุงห้องนอน และห้องนั่งเล่นเพื่อให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุได้ดังนี้ เติงนอนหรือที่นอนมีความยาวไม่น้อยกว่า 180 เซนติเมตร มีความสูงจากพื้นถึงระดับข้อพับเข่าไม่น้อยกว่า 40 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร และมีที่ว่างรอบเตียงไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร มีการติดตั้งระบบไฟฟ้าแสงสว่างเพียงพอ อุปกรณ์ปิดเปิดไฟฟ้าควรอยู่ใกล้กับเตียงนอน มีระยะเอื้อมถึงสูงจากพื้นไม่เกิน 90 เซนติเมตร เก้าอี้สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 40 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 50 เซนติเมตร มีพนักพิง เครื่องใช้ควรเป็นชนิดไม่มีมุมแหลม และมีหน้าต่าง

2.3 ส่วนอื่น ๆ ที่มีความสำคัญในพื้นที่

1. ประตู จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถเสนอแนวทางการปรับปรุงประตูเพื่อให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุได้ดังนี้ ลักษณะประตูจะต้องเปิดปิดได้ง่าย ช่องประตูมีความกว้างไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ต้องไม่มีธรณีประตู หรือหากมีธรณีประตู ต้องสูงไม่เกิน 2 เซนติเมตร และให้ขอบของธรณีประตูทั้ง 2 ด้านมีความลาดเอียงไม่เกิน 45 องศา กรณีเป็นประตูบานเปิดผลักเข้าออก เมื่อเปิดออกต้องมีพื้นที่กว้างไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 150 เมตร กรณีที่เป็นประตูบานเลื่อน หากประตูเป็นกระจก หรือลูกฟักเป็นจก ต้องติดเครื่องหมายหรือแถบสีที่สามารถสังเกตเห็นได้ชัด อุปกรณ์เปิดปิดประตูต้องเป็นชนิดก้านบิด หรือแกนผลัก อยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 100 เซนติเมตร และไม่เกิน 120 เซนติเมตร และประตูจะต้องไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เอง

2. บันได จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถเสนอแนวทางการปรับปรุงบันไดเพื่อให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุได้ดังนี้ มีความกว้างไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร มีชานพักทุกระยะในแนวตั้งไม่เกิน 200 เซนติเมตร มีราวจับบันได้ทั้งสองข้าง ลูกตั้งสูงไม่เกินไม่เกิน 15 เซนติเมตร ลูกนอนเมื่อหักส่วนที่ขึ้นบันไดเลื่อนกันออกแล้วเหลือความกว้างไม่น้อยกว่า 28 เซนติเมตร และมีขนาดสม่ำเสมอตลอดช่วงบันได พื้นผิวของบันไดต้องใช้วัสดุไม่ลื่น และลูกตั้งบันไดห้ามเปิดเป็นช่องโถ่ง

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.2 การปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ควรมีการนำวัสดุภายในท้องถิ่นมาประยุกต์เป็นส่วนประกอบ เป็นวัสดุที่สามารถได้ง่าย และสามารถควบคุมการต้นทุนการปรับปรุงได้

5.3.2 ควรมีการอบรมให้ความรู้บุคลากรในหน่วยงานท้องถิ่น และผู้สูงอายุในพื้นที่ เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ และการสร้างแบบจำลองต้นแบบที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม

5.3.3 งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาด้านลักษณะทางกายภาพของที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ควรศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับด้านจิตวิทยา และความสุขในการอยู่อาศัย เพื่อเป็นแนวทางสนับสนุนแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ



เอกสารอ้างอิง

- กรมอนามัย. (2552). คู่มือปฏิบัติงานสำหรับ อสม. เพื่อผู้สูงวัยสายใยรัก ครอบครัว ชุมชน. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กรุงเทพมหานคร.
- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2546). พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546.
- กระทรวงสาธารณสุข. กรมอนามัย. สำนักส่งเสริมสุขภาพ. คู่มือการส่งเสริมสุขภาพที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุสำหรับบุคคลสาธารณสุข. กรุงเทพฯ : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2545.
- คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2552). แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552
- เจษฎา ชัยเจริญกุล, “สภาพการอยู่อาศัยและการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ วัยต้น วัยกลาง และวัยปลาย จังหวัดสระบุรี” (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต ภาควิชาเคหการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2555).
- ณรงค์ ณ เชียงใหม่. ภูมิสถาปัตย์วิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2532
- ไทรรัตน์ จารุทัศน์ และ สุจิตรา จิระวาณิชกุล, “แนวความคิดออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ” วารสารธนาคารอาคารสงเคราะห์ ปีที่ 21, ฉ.80 (มกราคม-มีนาคม 2558): 40-46.
- แท้งจิร ศิริพานิช. สถิติอุบัติเหตุในประเทศไทย 2537. กรุงเทพมหานคร : วิริทธิ์สาส์น, 2538.
- ชนวัน ดันติเกษตรกิจ, นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี, 4 กุมภาพันธ์ 2562.
- ธีรชัย สังข์เสนา และวิวัฒน์ ไพโรจน์พาณิชย์, “การศึกษาแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในชนบท” (โครงการวิจัยปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาการประเมินราคาทรัพย์สิน คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ, 2561).
- ธีรสิน สิรินาคบารุง. (2556). สุขภาวะของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากที่อยู่อาศัย ครอบครัว และชุมชน.(วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต). คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ปราโมทย์ ประสาทกุล, ศุทธิดา ชวนวัน และกาญจนา เทียบลาย. (2555). ผู้สูงอายุ ประชากรตรงกลางที่ถูกผลักดันให้เป็นคนชายขอบ. การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 8 ณ โรงแรมรอยัลริเวอร์. 2 กรกฎาคม 2555
- ภัทรพล สาลี, “แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในชนบทกรณีศึกษา ตำบลหนองกุ้งเขิน อำเภอกุเวียง จังหวัดขอนแก่น” (วิทยานิพนธ์ปริญญา

- มหบัณฑิต ภาควิชาเคหการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553).
- มงคล ปฐมกุลเวสารัช, “การปรับปรุงและพัฒนาต้นแบบที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยกับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ : กรณีศึกษา ตำบลท่างาม อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี” (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาเคหการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2554).
- มูลนิธิงานพัฒนาผู้สูงอายุ. (2559). สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย. สืบค้นเมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2561, จาก <https://fopdev.or.th/>
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559, (กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยประชากรสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2560)
- ยุวดี ฤทธิพัฒน์, “การสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวที่มีต่อผู้สูงอายุในเคหะชุมชนทั้งสองห้อง” (วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2537).
- รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2545
- วันดี โภคะกุล, ผู้รวบรวม. ก อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2543.
- วิฑูรย์ เหลียวรุ่งเรือง และคณะ. การสำรวจพื้นที่ในชุมชนเพื่อเตรียมการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สิ่งแวดล้อม สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ (เทศบาลตำบลแม่เหียะ) จ. เชียงใหม่. (มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: 2552)
- สุทธิชัย จิตะพันธ์ และคณะ. ประมวล วิเคราะห์ผลการประชุมการแห่งชาติว่าด้วยผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542
- อรุณ ศิริงานุสรณ์, “อสังหาริมทรัพย์ : ที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ” วารสารธนาคารอาคารสงเคราะห์ ปีที่ 21, ฉบับที่ 80 (มกราคม-มีนาคม 2558): 55-59.
- อาภา ใจงาม. “อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ.” ในการพยาบาลผู้สูงอายุ, 396 – 413. จรัสวรรณ เทียนประภาส และพัชรี ดันศิริ. กรุงเทพฯ : รุ่งเรืองธรรม, 2536.
- Herbert Arkin & Raymond R.Colton. Statistics Method: As applied to economics business psychology education and biology education. (New York: Barnes & Nobel Inc., 1963): p. 102.

ประวัตินักวิจัย

- ชื่อ-นามสกุล : นายภานุพงศ์ นิลตะโก
- ที่อยู่ : 257 หมู่ 17 ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี 72190
- การทำงาน : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
บริษัท เน็กซ์ พรอพเพอร์ตี้ คอนซัลแทนท์ จำกัด
บริษัท โมเดอร์น พร็อพเพอร์ตี้ คอนซัลแทนท์ จำกัด
บริษัท เอเจนซี ฟอร์ รีเอสเสตท แอฟแฟร์ส จำกัด
- การศึกษา : เหน่งพัฒนศาสตร์มหาบัณฑิต (การพัฒนอสังหาริมทรัพย์)
ภาควิชาเคหการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บริหารธุรกิจบัณฑิต (การประเมินราคาทรัพย์สิน)
คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
- งานวิจัย : บทบาทหน้าที่และการมีส่วนร่วมในการบริหารอาคารชุดของเจ้าของร่วม :
กรณีศึกษา โครงการลุมพินี สวีท พระราม 8 โครงการลุมพินี วิลล์ บางแค และ
โครงการลุมพินี คอนโดทาวน์ บางแค ของ บริษัท แอล.พี.เอ็น. ดีเวลลอปเม้นท์
จำกัด (มหาชน)

การศึกษาความรู้และความสามารถของนักประเมินราคาทรัพย์สินเพื่อใช้เป็น
แนวทางในการพัฒนาวิชาชีพการประเมินราคาทรัพย์สิน

สภาพการอยู่อาศัยและแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ :
กรณีศึกษา ตำบลบ่อสุพรรณ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี