

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการดูแลส่งเสริมสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างโรคข้อเข่าเสื่อม โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างโรคข้อเข่าเสื่อมทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่มารับการตรวจรักษาที่ห้องตรวจงานผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลลงจำนวน 30 รายระหว่างเดือน กุมภาพันธ์ 2552 ถึงเดือน มิถุนายน 2552 ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางประกอบคำบรรยายแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างโรคข้อเข่าเสื่อม

ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมรรถนะร่างกายของกลุ่มตัวอย่างโรคข้อเข่าเสื่อม

ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรม的自我ดูแลตนเองโรคข้อเข่าเสื่อมของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมจำนวน 30 ราย จำแนกตามเพศ อายุ ดัชนีมวลกาย สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพในอดีต รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ แหล่งรายได้ ลักษณะครอบครัว สถานภาพในครอบครัว ผู้ดูแลหลัก เมื่อกลุ่มตัวอย่างเจ็บป่วย ดังรายละเอียดตารางที่ 2-3

ตารางที่ 1

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ดัชนีมวลกาย สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง โรคข้อเข่าเสื่อม

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน(n=30)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	11	36.7
หญิง	19	63.3
อายุ($\bar{X} = 69.40$)		
60-69	17	56.67
70-79	12	16.00
80-89	1	3.33
สถานภาพ		
โสด	5	16.7
คู่	17	56.7
ม่าย	3	10
หย่า	2	6.6
แยกกันอยู่	3	10
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้เรียนหนังสือ	8	26.7
ประถมศึกษา	19	63.3
มัธยมศึกษา	2	6.7
ประกาศนียบัตร/อื่นๆ	1	3.3
ศาสนา		
พุทธ	30	100

จากตารางที่ 1 กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่จำนวน 19 ราย หรือร้อยละ 63.3 เป็นเพศหญิง มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 56.67 อายุเฉลี่ย 69.40 ปี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 17 รายหรือร้อยละ 56.7 มีสถานภาพ สมรสคู่ ทุกคนนับถือศาสนาพุทธ และส่วนใหญ่จำนวน 19 รายหรือร้อยละ 63.3 ได้รับการศึกษาระดับประถมศึกษา

ตารางที่ 2

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม อาชีพในอดีต อาชีพในปัจจุบัน,รายได้เฉลี่ยต่อเดือน, ความเพียงพอของรายได้, แหล่งของรายได้, ลักษณะครอบครัวและผู้ดูแลหลักเมื่อเจ็บป่วย

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน(n=30)	ร้อยละ
อาชีพในอดีต		
ค้าขาย	8	26.7
ทำนาทำสวน	14	46.7
รับจ้าง	7	23.3
รับราชการ	1	3.3
อาชีพปัจจุบัน		
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	20	66.7
ประกอบอาชีพ	10	33.3
ทำสวนและทำนา	5	16.7
รับจ้าง	2	6.6
ค้าขาย	3	10
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน($\bar{X} = 3,245$, S.D = 1034.45)		
ต่ำกว่า 1,000 บาท	4	13.3
1,000 - 4,999 บาท	21	70
5,000 – 10,000 บาท	5	16.7
ความเพียงพอของรายได้		
เพียงพอและเหลือเก็บ	8	26.67
เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ	10	33.33
ไม่เพียงพอ	12	40
แหล่งของรายได้		
คู่สมรส	2	6.7
จากการประกอบอาชีพ	7	23.3
จากบุตรหลาน	20	66.67
เงินบำนาญ	1	3.3
ลักษณะครอบครัว		
ครอบครัวเดี่ยว	13	43.3
ครอบครัวขยาย	17	56.7
ผู้ดูแลหลักเมื่อผู้สูงอายุเจ็บป่วย		
ตนเอง	2	6.7
คู่สมรส	11	36.7
บุตรหลาน	15	50
ญาติ	2	6.6

จากตารางที่ 2 ในอดีตกลุ่มตัวอย่างประกอบอาชีพทุกราย โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างจำนวน 14 รายหรือร้อยละ 46.7 มีอาชีพทำสวนและทำนา ส่วนในปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 ราย หรือร้อยละ 66.7 ไม่ได้ประกอบอาชีพ แต่อีก 10 ราย หรือร้อยละ 33.33 ยังคงประกอบอาชีพอยู่โดยอาชีพที่ทำคือ อาชีพรับจ้างมีจำนวน 2 รายหรือร้อยละ 6.6 อาชีพทำนาทำสวน จำนวน 5 ราย หรือร้อยละ 16.7 และ ค้าขาย จำนวน 3 รายหรือร้อยละ 10 กลุ่มตัวอย่างมีรายได้เฉลี่ย 3,245 บาทต่อเดือนโดยจำนวน 10 รายหรือร้อยละ 33.33 มีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ และจำนวน 20 ราย หรือร้อยละ 66.67 มีรายได้จากบุตรหลาน รองลงมาจำนวน 7 ราย หรือร้อยละ 23.33 มีรายได้มาจากการประกอบอาชีพ และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 17 รายหรือร้อยละ 56.7 มีลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวขยายและจำนวน 15 รายหรือร้อยละ 50 มีบุตร/หลานเป็นผู้ดูแลหลักเมื่อเจ็บป่วย

1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับโรค ข้อมูลเกี่ยวกับโรคของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม จำนวนข้อที่เป็นโรค ระยะเวลาที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อม ระยะเวลาที่ได้รับการรักษา โรคประจำตัวอื่นนอกจากโรคข้อเข่าเสื่อม การรับ การรักษา ผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับโรค มีรายละเอียดแสดงดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามจำนวนข้อที่เป็นโรค ระยะเวลาที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อม ระยะเวลาที่ได้รับการรักษา โรคประจำตัวอื่นนอกจากโรคข้อเข่าเสื่อม ผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับโรค และการรักษาทางเลือก

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n=30)	ร้อยละ
จำนวนข้อเข่าที่เป็นโรค		
ข้อเข่าที่เป็นโรค จำนวน 1 ข้อ	24	80
ข้อเข่าที่เป็นโรค จำนวน 2 ข้อ	6	20
ระยะเวลาที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อม ($\bar{X} = 3.10$ ปี, S.D = 1.626 ปี)	16	53.33
ตั้งแต่ 1 - 5 ปี	14	46.67
มากกว่า 5 ปี- 10 ปี		
ระยะเวลาที่ได้รับการรักษา ($\bar{X} = 1.97$ ปี, S.D = 0.99 ปี)		
ตั้งแต่ 1 - 2 ปี	22	73.33
มากกว่า 2 ปี-50 ปี	8	26.67
โรคประจำตัวอื่นนอกจากโรคข้อเข่าเสื่อม		
ไม่มี	13	43.3
มี	17	56.7
การรับการรักษา		
คลินิก	2	6.67
โรงพยาบาล	19	63.33
สถานเอนามัย	9	30
ผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อม		
แพทย์ให้การรักษา	6	20
พยาบาล/ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	16	53.33
บุคคลในครอบครัวหรือบุคคลรอบข้าง	8	26.67

จากตารางที่ 3 กลุ่มตัวอย่างจำนวน 24 รายหรือร้อยละ 80 มีอาการข้อเข่าเสื่อมทั้งสองข้าง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระยะเวลาของการเป็นโรคเฉลี่ย 3.1 ปี และระยะเวลาที่ได้รับการรักษาเฉลี่ย 1.97 ปี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 17 ราย มีโรคประจำตัวอื่นๆเช่น โรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน นอกจากโรคข้อเข่าเสื่อม โรคประจำตัวที่พบส่วนใหญ่ คือโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 รายหรือร้อยละ 53.33 ได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อมจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและพยาบาล รองลงมาจำนวน 8 รายหรือร้อยละ 26.67 ได้รับคำแนะนำจากบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลรอบข้าง และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 19 รายหรือร้อยละ 63.33 ยังนิยม มารับการรักษาในโรงพยาบาลอยู่

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น (95%) การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมจำแนกรายข้อและรายด้าน

	ก่อน				หลัง			
	$\bar{X}$	S.D.	ประมาณ ค่าเฉลี่ยของ ประชากรที่ ระดับความ เชื่อมั่น 95%	ระดับ การ สนับสนุน	$\bar{X}$	S.D.	ประมาณ ค่าเฉลี่ยของ ประชากรที่ ระดับความ เชื่อมั่น 95%	ระดับ การ สนับสนุน
การสนับสนุนทางสังคม								
ด้านอารมณ์								
1. ผู้สูงอายุรู้สึกถึงการได้รับความรัก ความเอาใจใส่ ความห่วงใย จากบุคคลรอบข้าง	3.12	.60	3.04 – 3.20	มาก	3.46	.63	3.39 – 3.54	มาก
2. เมื่อมีปัญหาหรือความวิตกกังวล ผู้สูงอายุมีคนไว้วางใจ และพูดคุยขอคำปรึกษาได้	3.25	.68	3.18 – 3.33	มาก	3.28	.72	3.20 – 3.37	มาก
3. เมื่อเจ็บป่วย ผู้สูงอายุมีคนมาเยี่ยมเยียนและให้กำลังใจ	2.91	.76	2.82 – 3.00	มาก	3.42	.64	3.34 – 3.49	มาก
4. แม้จะเจ็บป่วย ผู้ป่วยก็มีคนมาขอคำปรึกษา คำแนะนำ ในเรื่องที่มีความรู้ ความชำนาญ	2.25	.97	2.14 – 2.37	น้อย	3.13	.79	3.04 – 3.22	มาก
รวม	3.09	.52	3.03 – 3.15	มาก	3.11	.59	3.04 – 3.18	มาก
ด้านการประเมิน								
5. ผู้สูงอายุได้รับคำชม เมื่อปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับโรค	2.59	.71	2.51 – 2.68	มาก	2.84	.86	2.74 – 2.94	มาก
6. ผู้สูงอายุได้รับการเตือนและชี้แนะเมื่อปฏิบัติตัวไม่ถูกต้อง	2.77	.72	2.69 – 2.86	มาก	3.25	1.95	3.03 – 3.48	มาก
7. เมื่อมีปัญหาด้านสุขภาพ หรือมีอาการเปลี่ยนแปลงจะมีผู้บอกให้ท่านทราบ	2.63	.75	2.54 – 2.72	มาก	3.29	.78	3.20 – 3.38	มาก
8. มีผู้บอกผู้ป่วยทราบขณะนี้ภาวะสุขภาพดีขึ้นหรือแย่	2.84	.65	2.77 – 2.92	มาก	3.35	.72	3.27 – 3.44	มาก
รวม	2.70	.54	2.64 – 2.77	มาก	3.18	.48	3.06 – 3.31	มาก

ตารางที่ 4 (ต่อ)

การสนับสนุนทางสังคม	ก่อน				หลัง			
	$\bar{X}$	S.D.	ประมาณ ค่าเฉลี่ยของ ประชากรที่ ระดับความ เชื่อมั่น95%	ระดับ การสนับสนุน	$\bar{X}$	S.D.	ประมาณ ค่าเฉลี่ยของ ประชากรที่ ระดับความ เชื่อมั่น95%	ระดับ การสนับสนุน
ด้านข้อมูลข่าวสาร								
9. ผู้สูงอายุได้รับทราบข้อมูลเกี่ยวกับโรคและการรักษาต่างๆที่ได้รับอยู่เสมอ	3.11	.68	3.03 – 3.19	มาก	3.25	.63	3.39 – 3.54	มาก
10. ผู้สูงอายุได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับโรคและการป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น	3.29	.72	3.20 – 3.38	มาก	3.46	.68	3.18 – 3.33	มาก
11. เมื่อมีปัญหาหรือข้อสงสัยเกี่ยวกับการเจ็บป่วยหรือการปฏิบัติตน ผู้สูงอายุมีผู้ให้ความรู้คำแนะนำ และคำปรึกษา	2.10	.76	2.11 – 2.29	น้อย	3.42	.64	3.34 – 3.49	มาก
12. ผู้ป่วยได้รับคำแนะนำแนวทางที่เป็นประโยชน์ในการทำงานดำเนินชีวิตจากคนรอบข้าง	2.25	.97	2.14 – 2.37	น้อย	3.13	.79	3.04 – 3.22	มาก
รวม	2.29	.52	2.62 – 2.80	ปานกลาง	3.11	.59	3.24 – 3.47	มาก
ด้านวัตถุดิบของ การเงิน แรงงาน และเวลา								
13. เมื่อมีปัญหาทางการเงิน ผู้สูงอายุมีบุคคลคอยช่วยเหลือและให้การสนับสนุน	1.89	.71	1.51 – 2.08	น้อย	2.84	.86	2.74 – 2.94	มาก
14. ผู้สูงอายุได้รับความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมที่ทำเองไม่ได้	2.37	.72	2.19 – 2.66	น้อย	3.25	1.95	3.03 – 3.48	มาก
15. เมื่อเจ็บป่วย ผู้สูงอายุมีบุคคลคอยช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในการเดินทาง	2.23	.75	2.14 – 2.52	น้อย	3.29	.78	3.20 – 3.38	มาก
16. ผู้สูงอายุได้รับความสะดวกรวดเร็วเมื่อตรวจและรอรับยา	2.84	.65	2.77 – 2.92	ปานกลาง	3.35	.72	3.27 – 3.44	มาก
รวม	2.70	.54	2.64 – 2.77	น้อย	3.18	1.07	3.06 – 3.31	มาก

จากตารางที่ 4 พบว่าเมื่อเปรียบเทียบรายข้อระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมระดับของการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างด้านอารมณ์ ไม่เปลี่ยนแปลงคือก่อนและหลังอยู่ในระดับมาก แต่หากพิจารณารายข้อพบว่า ส่วนใหญ่การสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับมาก ยกเว้นรายข้อแม้จะเจ็บป่วย ผู้ป่วยก็มีคนมาขอคำปรึกษา คำแนะนำ ในเรื่องที่มีความรู้ ความชำนาญเพิ่มขึ้นจากเดิม ระดับน้อย เพิ่มขึ้นอยู่ในระดับมาก ด้านการประเมิน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ด้านข้อมูลข่าวสาร เพิ่มขึ้นจากเดิมระดับปานกลาง เป็นระดับมาก โดยพบในรายข้อเกี่ยวกับเมื่อมีปัญหาหรือข้อสงสัยเกี่ยวกับการเจ็บป่วยหรือการปฏิบัติตน กลุ่มตัวอย่างมีผู้ให้ความรู้ คำแนะนำ และคำปรึกษา และกลุ่มตัวอย่างได้รับคำแนะนำ แนวทางที่เป็นประโยชน์ในการทำงาน และดำเนินชีวิตจากคนรอบข้าง จากเดิมระดับน้อยเป็นระดับมาก ส่วนด้านวัตถุ สิ่งของ การเงิน แรงงาน และเวลา เพิ่มขึ้นจากเดิมระดับน้อย เป็นระดับมากเช่นกัน โดยพบในรายข้อ คือเมื่อมีปัญหาทางการเงินกลุ่มตัวอย่างมีคนคอยช่วยเหลือและให้การสนับสนุน, กลุ่มตัวอย่างได้รับความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่ทำเองไม่ได้ และเมื่อเจ็บป่วย กลุ่มตัวอย่างมีคนคอยช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในการเดินทาง พบว่าจากเดิมอยู่ในระดับน้อย เพิ่มขึ้นเป็นระดับมาก ในรายข้อกลุ่มตัวอย่างได้รับความสะดวกรวดเร็วเมื่อตรวจและรอรับยา เพิ่มขึ้นจากเดิมคือระดับปานกลางเป็นระดับสูง

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น (95%) การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมจำแนกเป็นรายด้าน

การสนับสนุนทางสังคม	ก่อน			หลัง		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
	การสนับสนุน			การสนับสนุน		
ด้านอารมณ์	3.09	.52	มาก	3.11	.59	มาก
ด้านการประเมิน	2.70	.54	มาก	3.18	.48	มาก
ด้านข้อมูลข่าวสาร	2.29	.52	ปานกลาง	3.09	.52	มาก
ด้านวัตถุ สิ่งของ การเงิน แรงงาน และเวลา	2.70	.54	น้อย	3.18	1.07	มาก
รวม	2.69	.53	ปานกลาง	3.14	.67	มาก

จากตารางที่ 5 พบว่า ระดับการสนับสนุนทางสังคมที่ได้รับจากครอบครัวและสังคมโดยรวมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมก่อนการได้เข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง และเพิ่มขึ้นภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมเป็นระดับมาก ส่วนพิจารณาทางด้านอยู่ในระดับน้อยก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม คือด้านวัตถุ สิ่งของ การเงิน แรงงานและเวลา หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมพบว่าระดับการสนับสนุนด้านนี้เพิ่มขึ้นอยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณาทางด้านอื่นๆประกอบด้วย ด้านอารมณ์ ด้านการประเมิน และด้านข้อมูลข่าวสาร พบว่าเพิ่มขึ้นทุกด้านอยู่ในระดับมาก ซึ่งจากเดิมอยู่ในระดับปานกลางเท่านั้น

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมรรถนะร่างกายของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

ตารางที่ 6

จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการทดสอบสมรรถนะร่างกาย ก่อนและภายหลัง ได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว

ค่าคะแนน	ก่อน			หลัง		
	จำนวน (n=30)	ร้อยละ	ระดับ	จำนวน (n=30)	ร้อยละ	ระดับ
สมรรถนะร่างกายโดยรวม	($\bar{x}$ = 5.67 , SD = 1.79)			($\bar{x}$ = 6.23 , SD = 2.05)		
0 - 3	10	33.33	ต่ำ	8	26.67	ต่ำ
4 - 6	18	60	ปานกลาง	14	46.66	ปานกลาง
7 - 10	2	6.67	ดี	8	26.67	ดี

จากตารางที่ 6 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าคะแนนสมรรถนะร่างกายของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 18 คน หรือร้อยละ 60 มีผลการทดสอบสมรรถนะร่างกายโดยรวมในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 5.67 (S.D = 1.79) และภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัวแล้ว พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 14 คน หรือร้อยละ 46.66 มีผลการทดสอบสมรรถนะร่างกายโดยรวมในระดับปานกลางแต่มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 6.23 (SD = 2.05) และมีผลการทดสอบสมรรถนะร่างกายในระดับดี เพิ่มขึ้นในกลุ่มตัวอย่างบางรายในระดับดีจากเดิม 2 รายเป็น 8 ราย หรือร้อยละ 6.67 เป็น 26.67

ตารางที่ 7

จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการทดสอบสมรรถนะร่างกาย จำแนกรายข้อ ประกอบด้วย งอแขนพับศอก เคน 6 นาที เคนย่ำเท้า 2 นาที นั่งเก้าอี้ขึ้นแขนแตะปลายเท้า ดัชนีมวลกาย ก่อนและภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุน จากครอบครัว

กิจกรรม	ก่อน					หลัง				
	จำนวน	ร้อยละ	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	จำนวน	ร้อยละ	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.
งอแขนพับ ศอก	0	0	ต่ำ			0	0	ต่ำ		
	10	33.33	ปานกลาง	6.32	1.83	3	10	ปานกลาง	6.89	2.09
	20	66.67	สูง			27	90	สูง		
เคน 6 นาที	13	43.33	ต่ำ			9	30	ต่ำ		
	14	46.67	ปานกลาง	3.18	1.21	17	56.67	ปานกลาง	6.17	2.14
	3	10	สูง			4	13.33	สูง		
เคนย่ำเท้า 2 นาที	10	33.33	ต่ำ			3	10	ต่ำ		
	15	43.33	ปานกลาง	5.17	1.64	20	73.33	ปานกลาง	5.22	1.73
	5	16.67	สูง			7	23.34	สูง		
นั่งเก้าอี้ขึ้น แขนแตะ ปลายเท้า	10	33.33	ต่ำ			2	6.67	ต่ำ		
	11	36.67	ปานกลาง	5.66	1.84	16	53.33	ปานกลาง	7.17	2.44
	9	30	สูง			12	40	สูง		
ดัชนีมวล กาย	16	53.33	ต่ำ			10	33.34	ต่ำ		
	10	33.34	ปานกลาง	5.17	1.64	14	46.67	ปานกลาง	5.47	2.01
	4	13.33	สูง			6	20	สูง		
รวม			ปานกลาง	5.67	1.79			สูง	6.17	2.06

จากตารางที่ 7 ระดับความสามารถก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว จำแนกตามกิจกรรมการทดสอบสมรรถนะร่างกาย พบว่า ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมค่าคะแนนการทดสอบสมรรถนะร่างกาย การงอแขนพับข้อศอกกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ จำนวน 20 รายหรือร้อยละ 66.67 อยู่ในระดับสูง ส่วนค่าคะแนนการทดสอบสมรรถนะร่างกายระดับปานกลางคือ การเคน 6 นาทีจำนวน 17 รายหรือร้อยละ 56.67, เคนย่ำเท้า 2 นาที จำนวน 13 รายหรือร้อยละ 43.33, นั่งเก้าอี้ขึ้นแขนแตะปลายเท้าจำนวน 16 รายหรือร้อยละ 53.33 และ ดัชนีมวลกาย จำนวน 16 รายหรือร้อยละ 53.33 ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมแล้วพบว่า

ระดับความสามารถค่าคะแนนการทดสอบสมรรถนะ การงอแขนพับข้อศอกกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เพิ่มขึ้นจาก จำนวน 20 รายเป็น 27 ราย หรือร้อยละ 66.67 เป็นร้อยละ 90 อยู่ในระดับสูง ส่วนค่า คะแนนการทดสอบสมรรถนะระดับสูงรายชื่ออื่นๆที่เพิ่มขึ้นคือ การเดิน 6 นาทีจากเดิมจำนวน 3 ราย เป็น 4 รายหรือร้อยละ 10 เป็นร้อยละ 13.33, เดินย่ำเท้า 2 นาที จากเดิมจำนวน 5 รายเป็น 7 ราย หรือร้อยละ 16.67 เป็น 23.34, นั่งเก้าอี้ขึ้นแขนแตะปลายเท้าจากเดิมจำนวน 9 รายเป็น 12 ราย หรือร้อยละ 30 เป็น ร้อยละ 40 และ ดัชนีมวลกาย เดิมจำนวน 4 รายเป็น 6 ราย หรือร้อยละ 13.33 หรือ ร้อย ละ 20



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 4 ข้อมูลพฤติกรรมการดูแลตนเองเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อมของกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองเกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อมของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีรายละเอียดแสดงในตารางที่

ตารางที่ 8

จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวม

ก่อน						หลัง					
ค่าคะแนน	จำนวน (n-30)	ร้อยละ	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ค่าคะแนน	จำนวน (n-30)	ร้อยละ	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.
24 – 40	0	0	ต่ำ			47 – 50	0	0	ต่ำ		
41 – 56	30	100	กลาง	48.97	6.91	51 – 54	8	26.67	กลาง	58.47	8.24
57 – 72	0	0	สูง			55 – 58	22	73.33	สูง		

จากตารางที่ 8 ก่อนได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน หรือร้อยละ 100 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 48.97 (S.D. =6.91) แต่เมื่อภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัวพบว่า กลุ่มตัวอย่ามีระดับของพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง 8 คน หรือร้อยละ 26.67 และอยู่ในระดับสูง จำนวน 22 คน หรือร้อยละ 73.33 โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 58.47 (S.D. =8.24)

ตารางที่ 9

จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองรายด้าน ได้แก่ การดูแลตนเองทั่วไป ด้านการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ และการดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรคข้อเข่าเสื่อม

พฤติกรรมการดูแลตนเอง		ก่อน					หลัง				
		ต่ำ	ปานกลาง	สูง	$\bar{X}$	S.D.	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	$\bar{X}$	S.D.
ด้านการดูแลตนเองโดยทั่วไป	จำนวน	0	28	2	17.53	2.44	0	13	17	19.76	2.75
	ร้อยละ	0	93.33	6.67			0	43.33	56.67		
ด้านการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ	จำนวน	0	24	6	5.17	1.64	0	18	12	5.17	1.66
	ร้อยละ	0	80	20			0	60	40		
ด้านการดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรค	จำนวน	0	25	5	26.27	5.73	0	21	9	33.43	7.29
	ร้อยละ	0	83.33	16.67			0	70	30		

จากตารางที่ 9 ก่อนได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ 28 ราย หรือร้อยละ 93.33 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลตนเองโดยทั่วไปอยู่ในระดับปานกลาง และกลุ่มตัวอย่าง 24 ราย หรือร้อยละ 80 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการอยู่ในระดับปานกลาง รวมทั้งด้านการดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรคข้อเข่าเสื่อมอยู่ในระดับปานกลาง เช่นกัน โดยมีจำนวน 25 ราย หรือร้อยละ 83.33 แต่เมื่อภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ 17 ราย หรือร้อยละ 56.67 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลตนเองโดยทั่วไปอยู่ในระดับสูง เพิ่มขึ้นจากเดิมจำนวน 15 ราย คิดเป็นร้อยละ 50 และกลุ่มตัวอย่าง 12 ราย หรือร้อยละ 40 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการอยู่ในระดับสูงเพิ่มขึ้นจากเดิมจำนวน 6 รายคิดเป็นร้อยละ 20 รวมทั้งด้านการดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรคข้อเข่าเสื่อมอยู่ในระดับสูง เพิ่มขึ้นเช่นกัน โดยมีจำนวน 9 ราย หรือร้อยละ 30 โดยเพิ่มจากเดิมจำนวน 4 ราย หรือร้อยละ 13.33

ตารางที่ 10

จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการดูแลตนเอง โดยทั่วไป จำแนกตามรายชื่อ

การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป		ก่อน		หลัง	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ท่านรับประทานอาหารเช้า ผักสดและผลไม้ทุกวัน	ไม่เคยทำเลย	0	0	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	8	26.67	5	16.67
	ทำเป็นประจำ	22	73.33	25	83.33
2. ท่านดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว	ไม่เคยทำเลย	0	0	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	22	73.33	18	60
	ทำเป็นประจำ	8	26.67	12	40
3. ท่านหลีกเลี่ยงจากคนเป็น หวัดหรืออยู่ในสถานที่แออัด	ไม่เคยทำเลย	2	6.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	25	83.33	23	76.66
	ทำเป็นประจำ	3	10	7	23.33
4. ท่านนอนพักผ่อนตอน กลางวัน	ไม่เคยทำเลย	5	16.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	13	43.33	16	53.33
	ทำเป็นประจำ	12	40	14	46.67
5. ท่านดูแลความสะอาด เรื่อง เสื้อผ้าที่นอนของท่านเป็น ประจำด้วยตัวท่านเอง	ไม่เคยทำเลย	8	26.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	18	60	19	63.33
	ทำเป็นประจำ	4	13.33	11	36.67
6. ท่านดูแลน้ำหนักไม่ให้อ้วน เกินไปโดยการลดอาหาร จำพวกไขมันและของหวาน	ไม่เคยทำเลย	2	6.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	20	66.67	12	40
	ทำเป็นประจำ	8	26.67	18	60
7. ท่านยังคงดูแลสุขภาพของ ท่านให้แข็งแรงอยู่เสมอเมื่ออายุ ท่านจะมากขึ้น	ไม่เคยทำเลย	5	16.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	23	76.66	21	70
	ทำเป็นประจำ	2	6.67	9	30
8. ท่านไปมาหาสู่กับเพื่อนบ้าน เสมอ	ไม่เคยทำเลย	1	3.33	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	19	63.33	13	43.33
	ทำเป็นประจำ	10	33.34	17	56.67

จากตารางที่ 10 ก่อนได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปจำแนกตามรายชื่อ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับประทานอาหารเช้า ข้าว ผักสดและผลไม้ทุกวัน นอนพักผ่อนในเวลากลางวัน แต่พบว่าการดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว หลีกเลียงจากคนเป็นหวัดหรืออยู่ในสถานที่แออัด ดูแลความสะอาด เรื่องเสื้อผ้าที่นอนของตนเองเป็นประจำด้วยตัวเอง ดูแลน้ำหนักไม่ให้อ้วนเกินไปโดยการลดอาหารจำพวกไขมันและของหวาน ดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรงอยู่เสมอแม้อายุจะมากขึ้น และไปมาหาสู่กับเพื่อนบ้านเป็นบางครั้ง นอกจากนี้ยังพบว่า การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปจำแนกตามรายชื่อภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับประทานอาหารเช้า ข้าว ผักสดและผลไม้ทุกวัน มีพฤติกรรมการดูแลน้ำหนักไม่ให้อ้วนเกินไปโดยการลดอาหารจำพวกไขมันและของหวาน นอนพักผ่อนในเวลากลางวัน และยังพบว่าการดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว หลีกเลียงจากคนเป็นหวัดหรืออยู่ในสถานที่แออัด ดูแลความสะอาด เรื่องเสื้อผ้าที่นอนของตนเองเป็นประจำด้วยตัวเอง ดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรงอยู่เสมอแม้อายุจะมากขึ้น และไปมาหาสู่กับเพื่อนบ้านเป็นบางครั้งเพิ่มมากขึ้น

ตารางที่ 11

จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการดูแลตนเองที่
จำเป็นตามระยะพัฒนาการจำแนกรายข้อ

การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ		ก่อน		หลัง	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. โดยทั่วไปท่านพยายามแก้ไขปัญหา หรือทำสิ่งต่างๆด้วยตนเองเสมอ	ไม่เคยทำเลย	2	6.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	5	16.67	0	0
	ทำเป็นประจำ	23	76.66	30	100
2. ท่านจะหาวิธีบรรเทาปัญหาหรือ ความไม่สบายใจเมื่อเกิดปัญหาหรือ ความไม่สบายใจ	ไม่เคยทำเลย	0	0	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	25	83.33	14	46.67
	ทำเป็นประจำ	5	16.67	16	53.33

จากตารางที่ 11 ก่อนได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุน
จากครอบครัว การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการรายข้อ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่
(จำนวน 23 รายหรือร้อยละ 76.66) จะพยายามแก้ไขปัญหาหรือทำสิ่งต่างๆด้วยตนเองเสมอ ส่วน
การดูแลตนเองเกี่ยวกับการหาวิธีบรรเทาปัญหาหรือความไม่สบายใจ เมื่อเกิดปัญหาหรือความไม่
สบายใจ ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 รายหรือร้อยละ 83.33 มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง อย่างไรก็ตาม
ก็ตามการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการรายข้อ ภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพ
ด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 30 รายหรือร้อย
ละ 100 พยายามแก้ไขปัญหาหรือทำสิ่งต่างๆด้วยตนเองเสมอ ส่วนการดูแลตนเองเกี่ยวกับการหาวิธี
บรรเทาปัญหาหรือความไม่สบายใจ เมื่อเกิดปัญหาหรือความไม่สบายใจ ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่าง
จำนวน 16 รายหรือร้อยละ 53.33 มีการปฏิบัติเป็นประจำเพิ่มมากขึ้น

ตารางที่ 12

จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการดูแลตนเองที่
จำเป็นเมื่อเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม จำแนกตามรายข้อ

การดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม		ก่อน		หลัง	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ท่านคิดที่จะออกกำลังกายเป็นประจำ แต่ถ้าไม่ได้กระทำตามที่คิดและ/หรือ คิดที่จะออกกำลังกายเลย	ไม่เคยทำเลย	3	10	10	33.33
	ทำเป็นบางครั้ง	12	73.33	18	60
	ทำเป็นประจำ	5	16.67	2	6.67
2. เมื่อท่านเจ็บป่วยด้วยอาการปวดข้อเข่า มักปล่อยให้หายเอง	ไม่เคยทำเลย	18	60	20	66.67
	ทำเป็นบางครั้ง	10	33.33	10	33.33
	ทำเป็นประจำ	2	6.67	0	0
3. ท่านถือว่าสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญยิ่งแต่ก็ รู้สึกสิ้นหวังบ่อยๆ	ไม่เคยทำเลย	0	0	17	56.67
	ทำเป็นบางครั้ง	8	26.67	13	43.33
	ทำเป็นประจำ	22	73.33	0	0
4. ท่านมักจะทำการสับัดข้อเข่าบ่อยๆ เพื่อลดอาการปวด	ไม่เคยทำเลย	1	3.33	24	80
	ทำเป็นบางครั้ง	19	63.33	6	20
	ทำเป็นประจำ	10	33.33	0	0
5. เมื่อมีอาการปวดข้อเข่าท่านมักจะ ไม่ทำประคบข้อเข่าด้วยความร้อนหรือเย็น เพราะคิดว่าสามารถบรรเทาอาการปวด ได้	ไม่เคยทำเลย	0	0	15	50
	ทำเป็นบางครั้ง	17	56.67	15	50
	ทำเป็นประจำ	13	43.33	0	0
6. ท่านดูแลและป้องกันสิ่งที่อันตราย ต่อข้อเข่าอยู่เป็นประจำ	ไม่เคยทำเลย	9	30	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	19	63.33	19	63.33
	ทำเป็นประจำ	2	6.67	11	33.37
7. ปัจจุบันท่านคิดว่าจัดการในการดูแล ตนเองเพียงพอแล้ว	ไม่เคยทำเลย	7	23.33	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	15	50	18	60
	ทำเป็นประจำ	8	26.67	12	40
8. เมื่อท่านได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการ ดูแลสุขภาพตนเองเรื่องโรคข้อเข่าเสื่อม ถ้าท่านไม่เข้าใจท่านต้องซักถามจนเข้าใจ	ไม่เคยทำเลย	8	26.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	22	73.33	19	63.33
	ทำเป็นประจำ	0	0	11	33.37

การดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม		ก่อน		หลัง	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
9. ท่านสามารถขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้เมื่อท่านช่วยเหลือตนเองไม่ได้ตามต้องการ	ไม่เคยทำเลย	0	0	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	25	83.33	18	60
	ทำเป็นประจำ	5	16.67	12	40
10. ท่านมักจะหาความรู้เรื่องสุขภาพโดยการดู ฟังวิทยุ เป็นประจำ	ไม่เคยทำเลย	6	20	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	23	76.67	21	70
	ทำเป็นประจำ	1	3.33	9	30
11. เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านสามารถขอความช่วยเหลือจากญาติมิตรและเพื่อนฝูงได้ เช่น พาไปหาหมอ หารถให้ เป็นต้น	ไม่เคยทำเลย	2	6.67	0	0
	ทำเป็นบางครั้ง	21	70	18	60
	ทำเป็นประจำ	7	23.33	12	40
12. ท่านนั่งพับเพียบและงอขาเป็นประจำ	ไม่เคยทำเลย	0	0	22	73.33
	ทำเป็นบางครั้ง	17	56.67	8	26.67
	ทำเป็นประจำ	13	43.33	0	0
13. ท่านยกของหนัก	ไม่เคยทำเลย	5	16.67	12	40
	ทำเป็นบางครั้ง	20	66.66	18	60
	ทำเป็นประจำ	5	16.67	0	0
14. ท่านให้บุคคลอื่นปีบนวดเมื่อมีอาการปวดเมื่อย	ไม่เคยทำเลย	0	0	8	26.67
	ทำเป็นบางครั้ง	0	0	22	73.33
	ทำเป็นประจำ	30	100	0	0

จากตารางที่ 12 ก่อนการได้รับได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว ผลการศึกษา การดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อเป็นโรคข้อเข่าเสื่อมจำแนกตามรายชื่อ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คิดที่จะออกกำลังกายเป็นประจำแต่ก็ไม่ได้กระทำตามที่คิดและ/หรือไม่คิดที่จะออกกำลังกายเลย ถือว่าสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญยิ่งแต่ก็รู้สึกสิ้นหวังบ่อยๆ มักจะทำการสะดุ้งข้อเข่าบ่อยๆเพื่อลดอาการปวด เมื่อมีอาการปวดข้อเข่ามักจะไม่ทำประคบข้อเข่าด้วยความร้อนหรือเย็นเพราะคิดว่าสามารถบรรเทาอาการปวดได้ การดูแลและป้องกันสิ่งที่อันตรายต่อข้อเข่า คิดว่าจัดการในการดูแลตนเอง เมื่อได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองเรื่องโรคข้อเข่าเสื่อมถ้าไม่เข้าใจต้องซักถามจนเข้าใจ สามารถขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้เมื่อ

ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ตามต้องการ มักจะหาความรู้เรื่องสุขภาพโดยการดู ฟังวิทยุ เมื่อเจ็บป่วยสามารถขอความช่วยเหลือจากญาติมิตรและเพื่อนฝูงได้ เช่น พาไปหาหมอ หารถให้ นั่งพับเพียบและงอขา และยกของหนักมีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง อีกทั้งยังพบว่าให้บุคคลอื่นบีบนิ้วเมื่อมีอาการปวดเมื่อยมีการปฏิบัติเป็นประจำ แต่เมื่อเจ็บป่วยด้วยอาการปวดข้อเข่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะไม่ปล่อยให้หายเอง ภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว การดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อเป็นโรคข้อเข่าเสื่อมจำแนกตามรายชื่อ ภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เมื่อเจ็บป่วยด้วยอาการปวดข้อเข่าจะไม่ปล่อยปล่อยให้หายเอง ไม่รู้สึกสิ้นหวังและถือว่าสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ไม่สะดวกข้อเข่าบ่อยๆเพื่อลดอาการปวด ไม่นั่งในท่าที่มีการพับงอข้อเข่า รวมทั้งไม่ยกของหนัก แต่ยังให้บุคคลอื่นบีบนิ้วเมื่อมีอาการปวดเมื่อย การดูแลและป้องกันสิ่งที่อันตรายต่อข้อเข่า การจัดการในการดูแลตนเอง คิดที่จะออกกำลังกายเป็นประจำ แต่มักไม่ได้กระทำตามที่คิดและ/หรือไม่คิดที่จะออกกำลังกาย เมื่อได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองเรื่องโรคข้อเข่าเสื่อมถ้าไม่เข้าใจต้องซักถามจนเข้าใจ สามารถขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้เมื่อช่วยเหลือตนเองไม่ได้ และเจ็บป่วยสามารถขอความช่วยเหลือจากญาติมิตรและเพื่อนฝูงได้ เช่น พาไปหาหมอ หารถให้ มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง

การวิเคราะห์ผลแบบ Pair Sample T-test

ตารางที่ 13

ค่าคะแนนของกลุ่มตัวอย่างเปรียบเทียบก่อนและหลังได้รับการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

Ho: ค่าคะแนนของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกัน (no different)

Ha: ค่าคะแนนของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน

ผลรวม	ค่าเฉลี่ย	S.D.	Sig.	Correlation	P-value
ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม	48.97	2.63	.16	.26	> 0.05
หลังเข้าร่วมกิจกรรม	58.47	3.00			

$p = \text{Sig. (2 tailed)} = 0.001$

$p < 0.05$ จึงปฏิเสธ Ho ยอมรับ Ha ค่าคะแนนของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน

จากตารางที่ 13 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าคะแนนของกลุ่มตัวอย่างเปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างโรคข้อเข่าเสื่อม พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ระหว่างก่อนและหลังของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการเยี่ยมบ้าน

การเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1 กิจกรรมที่ 3

กิจกรรมการ เฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้นได้

วิธีการดำเนินการ ทำการเยี่ยมบ้านรายบุคคลครั้งที่ 1 ระยะเวลาห่างจากกิจกรรมที่ 2 เป็นเวลา 1 สัปดาห์มีกิจกรรม

- 1.การให้ความรู้ ในเรื่องของการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุที่อาจเกิดขึ้น
- 2.หลังจากได้รับข้อมูลความรู้ต่างๆแล้ว ผู้วิจัยจะทำการประเมินผลกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่าง จะได้รับการประเมินความสามารถในการปฏิบัติได้และครบถ้วนหรือไม่
- 3.ซักถามปัญหาและอุปสรรค ในการปฏิบัติตน หากพบปัญหาผู้วิจัยจะอธิบายและให้ข้อมูล เพื่อชี้แนะแนวทางในการปฏิบัติตนหรือการแก้ปัญหาเหล่านั้นร่วมกับการสนับสนุนด้านร่างกายและจิตใจแก่กลุ่มตัวอย่างซ้ำ
- 4.ทำการประเมินซักถามจากผู้ดูแลใกล้ชิดเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของกลุ่มตัวอย่างและ ซักถามเกี่ยวกับปัญหาที่พบให้ข้อมูลคำแนะนำเพิ่มเติมซ้ำอีกครั้ง

บรรยากาศโดยรวม ครั้งแรกของการเยี่ยมบ้านสภาพบ้านและชุมชนโดยทั่วไปเป็นหมู่บ้าน ในชนบทมีถนนเข้าถึงทุกหลังคาเรือน ลักษณะบ้านส่วนใหญ่เป็นบ้านสองชั้นข้างบนเป็นบ้านไม้ ข้างล่างเป็นบ้านปูน ไม้ทาสี บริเวณบ้านโดยรอบส่วนใหญ่เป็นบ้านรั้วเดียวกันกับบุตรหลานหรือรั้ว ติดกันสามารถเดินไปมาหาสู่กันได้ ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างจะอาศัยอยู่ใต้ถุนบ้าน และทำกิจกรรม ยามว่าง เช่นกวาดลานบ้าน พุดคุยกันในหมู่บ้านใกล้เรือนเคียง รดน้ำต้นไม้ และคายหญ้า เป็นต้น หลังจากที่ผู้วิจัยแนะนำตัวเรียบร้อยแล้ว กลุ่มตัวอย่างและบุตรหลานส่วนใหญ่ให้การต้อนรับดี พอควร ส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีเวลามาพุดคุยกับผู้วิจัยมากนัก

ประเมินผลจากการสังเกตพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 22 รายมีสีหน้ากังวลอย่างเห็นได้ชัดหลังจากให้ความรู้แต่ ยังพยายามยิ้มและสบตากับผู้วิจัยอยู่ตลอด กลุ่มตัวอย่างบางรายสั่งให้หลานหรือคนใกล้ชิดช่วยจำ หรือจด สนใจในคำอธิบายของผู้วิจัย มีสีหน้ายินดีและตั้งใจที่ผู้วิจัยมาเยี่ยมบ้าน
- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 18 ราย แสดงสีหน้าเฉยไม่บ่งบอกอารมณ์ แต่จะพยายามอ่าน เอกสารที่ผู้วิจัยแจกให้ และเนื่องจากไม่พบข้อมูลในเอกสารจึงให้ญาติมานั่งใกล้ๆบอกให้ช่วยจำ บางรายให้บุตรหลานจดในสมุดที่ตนเองเตรียมไว้

ประเมินผลจากการสอบถามพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 ราย บอกเล่าชีวิตประจำวัน ของตนเองให้ผู้วิจัยฟังอย่างเป็นธรรมชาติ บอกเล่าเกี่ยวกับอาการของตนเอง บ่นเกี่ยวกับความยุ่งยากและรำคาญตนเองเมื่อมีอาการข้อเข่าติด หรือข้อต่างๆติด

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 7 ราย ไม่กล้าบอกเล่าชีวิตของตนเอง ไม่ยอมเล่าถึงอาการเจ็บป่วยของตนเอง แต่จะมีญาติเป็นผู้บอกเล่าเกี่ยวกับชีวิตประจำวันของกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงอาการและอาการแสดงเมื่อกลุ่มตัวอย่างมีอาการปวด

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 ราย บอกเล่าอาการและชีวิตประจำวัน การดำเนินชีวิตของตนเอง ก่อนที่ผู้วิจัยจะได้ซักถาม โดยมีญาติใกล้ชิดเป็นคนเสริมเกี่ยวกับเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างพยายามเล่าหรือเล่าไม่ครบ

ประเมินผลจากการให้ความร่วมมือในการตอบคำถามพบว่า

เมื่อผู้วิจัยสอบถาม

- กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 24 ราย ตอบคำถามและทบทวนสิ่งที่ผู้วิจัยได้แนะนำได้เกือบครบทุกข้อ โดยส่วนใหญ่มีญาติเป็นผู้ช่วยเหลือในการช่วยตอบคำถาม

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 6 รายไม่สามารถตอบคำถามได้แต่พยายามฟังจากลูกหลานและญาติพี่น้อง และพูดตามที่บุคคลเหล่านั้นบอก

การเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 กิจกรรมที่ 6

กิจกรรมการ ติดตามในเรื่องของการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้นได้ หลังจากได้รับข้อมูลความรู้

วิธีการดำเนินการ ระยะเวลาห่างจากกิจกรรมที่ 5 เป็นเวลา 1 สัปดาห์มีกิจกรรมดังนี้

1. ติดตามในเรื่องของการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้น
2. ผู้วิจัยจะทำการประเมินผลกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการประเมินความสามารถในการปฏิบัติได้และครบถ้วนหรือไม่
3. ซักถามปัญหาและอุปสรรค ในการปฏิบัติตน หากพบปัญหาผู้วิจัยจะอธิบายและให้ข้อมูลเพื่อชี้แนะแนวทางในการปฏิบัติตนหรือการแก้ปัญหาเหล่านั้นๆ ร่วมกับการสนับสนุนด้านร่างกายและจิตใจแก่กลุ่มตัวอย่างซ้ำ

4. ทำการประเมินซักถามจากผู้ดูแลใกล้ชิดเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของกลุ่มตัวอย่างและซักถามเกี่ยวกับปัญหาที่พบให้ข้อมูลคำแนะนำเพิ่มเติมซ้ำอีกครั้ง

หลังจากการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 ทำการประเมินผลที่ได้และทบทวนปัญหาที่พบและเตรียมแผนการเยี่ยมบ้านในครั้งต่อไป

บรรยากาศโดยรวม การเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 เวลาส่วนใหญ่ที่ผู้วิจัยไปเยี่ยมบ้านเป็นเวลาเลิกงานการเยี่ยมครั้งนี้จึงได้รับการต้อนรับดีขึ้น ทั้งกลุ่มตัวอย่างและญาติบุตรหลานใกล้ชิดมีเวลาทักทายและพูดคุยมากขึ้น บรรยากาศผ่อนคลายจากครั้งแรกที่มาเยี่ยมบ้าน พบเห็นรอยยิ้มและแววตาที่เป็นมิตรเพิ่มขึ้น

ประเมินผลจากการสังเกตพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 20 รายมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส อย่างเห็นได้ชัดหลังจากสอบถามแล้วจะเห็นรอยยิ้มและสบตากับผู้วิจัยอยู่ตลอด กลุ่มตัวอย่างบางรายสั่งให้หลานหรือคนใกล้ชิดนำเอาน้ำและผลไม้รวมถึงขนมมาให้ผู้วิจัยรับประทาน สนใจในคำอธิบายของผู้วิจัยเมื่อแนะนำเพิ่มเติมหรือสาธิตท่าทาง ญาติมีสีหน้ายินดีและดีใจพร้อมทั้งกล่าวยินดีที่ผู้วิจัยมาเยี่ยมบ้าน
- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย แสดงสีหน้ากังวลเล็กน้อย พยายามนำเอาเอกสารที่ผู้วิจัยแจกให้มาเปิดอ่านและบางรายสวมแว่นตาอ่านและ พยายามนั่งฟังที่ผู้วิจัยแนะนำ ให้ญาติมาอยู่ใกล้ๆ บอกให้ช่วยประคองเพื่อจะทำตามบางรายให้บุตรหลานจดในกระดาดให้ตนเองจดจำได้ โดยสั่งให้ติดที่ปฏิทิน รวมถึงหน้าตู้เย็น

ประเมินผลจากการสอบถามพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 ราย บอกเล่าชีวิตประจำวัน ของตนเองให้ผู้วิจัยฟังอย่างเป็นธรรมชาติ เป็นกันเอง ลูกขึ้นสาธิตท่าทางต่างๆ แทนการบอกเล่าเกี่ยวกับอาการของตนเอง มีบางรายยังบ่นเกี่ยวกับความอาการของตนเองและรำคาญตนเองว่ารู้สึกอ้วนและเบื่อเมื่อมีอาการข้อเข่าติดหรือข้อต่างๆติด

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 ราย บอกเล่าชีวิตของตนเองว่ารู้สึกดีขึ้น น้ำหนักลดลง ปวดข้อน้อยลง เล่าถึงอาการเจ็บป่วยของตนเองว่าลดลง และมีญาติเป็นผู้บอกเล่าเกี่ยวกับชีวิตประจำวันของกลุ่มตัวอย่าง ว่าสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดีขึ้นรวมถึงมีอาการปวด และ บ่นปวดลดลง

ประเมินผลจากการให้ความร่วมมือในการตอบคำถามพบว่า

เมื่อผู้วิจัยสอบถาม

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย ตอบคำถามและทบทวนสิ่งที่ผู้วิจัยได้แนะนำได้เกือบครบทุกข้อ โดยส่วนใหญ่มีญาติเป็นผู้ช่วยเหลือในการช่วยตอบคำถามลดลงและตอบข้อซักถามได้จะฉะฉานมีความมั่นใจเพิ่มขึ้น

การเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 กิจกรรมที่ 7

กิจกรรมการ ติดตามในเรื่องของการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้นได้ หลังจากได้รับข้อมูลความรู้

วิธีการดำเนินการ ระยะเวลาห่างจากกิจกรรมที่ 6 เป็นเวลา 1 สัปดาห์มีกิจกรรมดังนี้

1. ติดตามเยี่ยมและเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้น
2. ผู้วิจัยจะทำการประเมินผลกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการประเมินความสามารถในการปฏิบัติได้และครบถ้วนหรือไม่

3. ชักถามปัญหาและอุปสรรค ในการปฏิบัติตน หากพบปัญหาผู้วิจัยจะอธิบายและให้ข้อมูลเพื่อชี้แนะแนวทางในการปฏิบัติตนหรือการแก้ปัญหานั้นๆ ร่วมกับการสนับสนุนด้านร่างกายและจิตใจแก่กลุ่มตัวอย่างซ้ำ

4. ทำการประเมินชักถามจากผู้ดูแลใกล้ชิดเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของกลุ่มตัวอย่างและชักถามเกี่ยวกับปัญหาที่พบให้ข้อมูลคำแนะนำเพิ่มเติมซ้ำอีกครั้ง

หลังจากการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 ทำการประเมินผลที่ได้และทบทวนปัญหาที่พบและเตรียมแผนการเยี่ยมบ้านในครั้งต่อไป

บรรยากาศโดยรวมเมื่อผู้วิจัยไปถึงบ้านกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่จะมานั่งรอหรือจับกลุ่มพูดคุยกันเพื่อรอผู้วิจัย จึงทำให้ผู้วิจัยรู้สึกวุ่นวายส่วนใหญ่มานั่งรอที่บ้านญาติ แต่ยังมียุทธศาสตร์กลุ่มตัวอย่างบางคนยังไม่ค่อยอยู่บ้านต้องกลับมาเยี่ยมรอบที่ 2 ทั้งที่นัดหมายกับผู้วิจัยแล้ว สอบถามพบว่ากลุ่มตัวอย่าง 2-3 คนนี้มีกิจธุระไปในเมืองและต่างจังหวัดทั้งบ้าน จึงเป็นอุปสรรคเล็กน้อยของผู้วิจัยในการเยี่ยมบ้าน

ประเมินผลจากการสังเกตพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 25 รายมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส ให้การต้อนรับดีหลังจากการสอบถามของผู้วิจัยแล้วกลุ่มตัวอย่างจะแสดงออกโดยการยิ้มก่อนตอบ สีหน้ามีความสุข และสบตากับผู้วิจัย กลุ่มตัวอย่างบางรายมีลูกหลานอยู่ข้างๆ เสมอ สั่งให้หลานหรือคนใกล้ชิดต้อนรับผู้วิจัยดี มองและสนใจในคำอธิบายของผู้วิจัยเมื่อแนะนำเพิ่มเติมหรือสาธิตท่าทางที่กลุ่มตัวอย่างทำไม่ถูกต้อง ญาติมีสีหน้าพอใจพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณที่ผู้วิจัยมาหา

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 ราย แสดงสีหน้ากังวล ที่ผู้วิจัยแจกถามบางรายต้องพยายามหลีกเลี่ยงการสบตา สังเกตกลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้มีอาการข้อเข่าบวม ข้อติด แต่พยายามนั่งฟังที่ผู้วิจัยแนะนำ ญาติเข้าร่วมฟังเพื่อจะทำตามทุกรายให้บุตรหลานจดในสมุดให้ตนเองจดจำได้

ประเมินผลจากการสอบถามพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 ราย สอบถามผู้วิจัย ให้บอกเล่าชีวิตประจำวันของผู้วิจัย จากนั้นจึงบอกเล่าชีวิตประจำวัน ของตนเองให้ผู้วิจัยฟังอย่างเป็นกันเอง ชวนให้ลุกขึ้นสาธิตทำท่าทางร่วมกับตนเอง บางรายเอาเครื่องชั่งมาชั่งให้ดูเมื่อถูกถามถึงน้ำหนัก มีบางรายยังบ่นเกี่ยวกับความอาการของตนเองเล็กน้อยและไม่มีกลุ่มตัวอย่างบ่นว่ากาญจนตนเองเมื่อมีอาการข้อเข่าติด บอกเล่าการแก้ปัญหาและการดูแลตนเองได้

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย บอกเล่าชีวิตของตนเองว่าพึงพอใจต่อสุขภาพตนเองในเวลานี้ รู้สึกดี น้ำหนักตนเองลดลงถึงแม้ไม่มาก ปวดข้อน้อยลงข้อติดน้อยลง เล่าถึงอาการข้อเข่าติดในเวลาตอนเช้าของตนเองลดลง และมีญาติเป็นร่วมกันผู้บอกเล่าเกี่ยวกับชีวิตประจำวันของกลุ่มตัวอย่าง ว่าสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดีขึ้น ทำให้มีเวลาไปทำกิจกรรมอย่างอื่นมากขึ้น

ประเมินผลจากการให้ความร่วมมือในการตอบคำถามพบว่า

เมื่อผู้วิจัยสอบถาม

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 ราย ตอบคำถามและทบทวนสิ่งที่ผู้วิจัยได้แนะนำได้ครบทุกข้อ แต่ต้องใช้เอกสารที่ตนเองจด หรือผู้วิจัยแจกให้ โดยส่วนใหญ่มีญาติเป็นผู้ช่วยเหลือในการตอบข้อซักถามเล็กน้อยมีความมั่นใจเพิ่มขึ้น

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย สามารถตอบคำถามของผู้วิจัยได้ทุกข้อ บางรายถามกลับและตั้งคำถามที่ตนเองสงสัยกับผู้วิจัยและรอคำตอบ หากไม่เข้าใจจะถามซ้ำอีกครั้ง

การเยี่ยมบ้านครั้งที่ 4 กิจกรรมที่ 8

กิจกรรมการ ติดตามในเรื่องของการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้นได้ หลังจากได้รับข้อมูลความรู้

วิธีการดำเนินการ ระยะเวลาห่างจากกิจกรรมที่ 7 เป็นเวลา 1 สัปดาห์ มีกิจกรรมดังนี้

1. ติดตามในเรื่องของการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้น
2. ผู้วิจัยจะทำการประเมินผลกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการประเมินความสามารถในการปฏิบัติได้และครบถ้วนหรือไม่
3. ซักถามปัญหาและอุปสรรค ในการปฏิบัติตน หากพบปัญหาผู้วิจัยจะอธิบายและให้ข้อมูลเพื่อชี้แนะแนวทางในการปฏิบัติตนหรือการแก้ปัญหานั้นๆ ร่วมกับการสนับสนุนด้านร่างกายและจิตใจแก่กลุ่มตัวอย่างซ้ำ

4. ทำการประเมินซักถามจากผู้ดูแลใกล้ชิดเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของกลุ่มตัวอย่างและซักถามเกี่ยวกับปัญหาที่พบให้ข้อมูลคำแนะนำเพิ่มเติมซ้ำอีกครั้ง

หลังจากการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 4 ยุติการเยี่ยมบ้านและทำการประเมินผลที่ได้

บรรยากาศโดยรวมเป็นกันเองแทบทุกหลังคาเรือนที่ผู้วิจัยเยี่ยมบ้าน และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มานั่งรอและทักทายผู้วิจัยก่อน ความเป็นอยู่ต่างๆ ไปไม่เปลี่ยนแปลง แต่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มานั่งรอมีสมาชิกเป็นบุคคลใกล้ชิดหรือลูกหลานมีมากขึ้น และมีกิจกรรมร่วมกันเช่น อ่านหนังสือพิมพ์ กวาดบ้าน หรือรดน้ำต้นไม้ รวมถึงทำกิจกรรมในบ้านร่วมกัน มีการชักชวนทานอาหารเย็นร่วมกับครอบครัวกลุ่มตัวอย่างหลายครอบครัว ผู้วิจัยจึงรู้สึกสบายใจและดีใจที่ได้รับการต้อนรับที่ดีขึ้น

ประเมินผลจากการสังเกตพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีรอยยิ้มและแวตาคืนดีต้อนรับ อย่างเห็นได้ชัด หลังจากสอบถามแล้วจะเห็นแวตาคู่ที่แสดงความพอใจและสบตากับผู้วิจัยอยู่ตลอด กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ให้การต้อนรับอย่างดีรวมทั้งญาติหรือผู้ดูแลใกล้ชิด สนใจผู้วิจัยที่ทบทวนกิจกรรมตั้งแต่เริ่มจนจบกิจกรรม ญาติมีสีหน้าคลายกังวล และแสดงความสนใจกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งกล่าวขอบคุณที่ผู้วิจัยมาเยี่ยมบ้าน

ประเมินผลจากการสอบถามพบว่า

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 28 ราย บอกเล่าชีวิตประจำวัน ของตนเองให้ผู้วิจัยฟังอย่างเป็นกันเอง บอกเล่าความรู้สึกของตนเองเรื่องราวค่อนข้างยาวเมื่อผู้วิจัยแจ้งให้ทราบว่าเป็นการเยี่ยมครั้งสุดท้าย บอกเล่าเกี่ยวกับอาการของตนเองที่ดีขึ้น หรือบางอย่างอาจก่อความรำคาญจิตใจบางครั้งมีบางรายยังบ่นเกี่ยวกับความอาการของตนเองเล็กน้อย

- กลุ่มตัวอย่างจำนวน 2 ราย บอกเล่าชีวิตของตนเองว่ารู้สึกดีขึ้นมาก ญาติให้ความสนใจเพิ่มมากขึ้น มีน้ำหนักตัวที่ลดลงอย่างต่อเนื่อง อาการปวดข้อเข้าหายไป กลุ่มตัวอย่างบอกว่าสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดีขึ้น ทำกิจกรรมนอกบ้านได้ดีมากยิ่งขึ้น

ประเมินผลจากการให้ความร่วมมือในการตอบคำถามพบว่า

เมื่อผู้วิจัยสอบถาม

- กลุ่มตัวอย่างทุกรายตอบคำถามและทบทวนสิ่งที่ผู้วิจัยได้แนะนำได้เกือบครบทุกข้อ โดยมีญาติร่วมกันตอบคำถามและตอบข้อซักถามได้จะฉะฉานมีความมั่นใจ