

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	4
ขอบเขตการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่ได้รับ	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
ผู้สูงอายุและภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ	7
ความรู้เกี่ยวกับโรคข้อเข่าเสื่อมในผู้สูงอายุ	14
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม	21
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับแรงสนับสนุนจากสังคม	27
แนวคิดเกี่ยวกับการดูแลตนเองของโอริเอม	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	40
บทที่ 3 วิธีการดำเนินงานวิจัย	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา	44
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	45
เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย	46
วิธีดำเนินการวิจัย	47
การวิเคราะห์ข้อมูล	50

สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	64
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	64
ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม	69
ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมรรถนะร่างกายของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม	73
ส่วนที่ 4 ข้อมูลพฤติกรรม การดูแลตนเองเกี่ยวกับ โรคข้อเข่าเสื่อมของกลุ่มตัวอย่าง	76
บทที่ 5 สรุปการวิจัยและข้อเสนอแนะ	91
สรุปผลการดำเนินการวิจัย	92
อภิปรายผล	93
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	100
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	101
บรรณานุกรม	102
ภาคผนวก	109
ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	110
ภาคผนวก ข โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม	116
ภาคผนวก ค คู่มือสำหรับโรคข้อเข่าเสื่อม	159
ประวัติผู้เขียน	164

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ดัชนีมวลกาย สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง โรคข้อเข่าเสื่อม	64
2	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม อาชีพในอดีต อาชีพในปัจจุบัน รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ แหล่งของรายได้ ลักษณะครอบครัว และผู้ดูแลหลักเมื่อเจ็บป่วย	65
3	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามจำนวนข้อที่เป็นโรค ระยะเวลาที่เป็น โรคข้อเข่าเสื่อม ระยะเวลาที่ได้รับการรักษา โรคประจำตัวอื่น นอกจากโรคข้อเข่าเสื่อม ผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับโรค และการรักษาทางเลือก	67
4	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น (95%) การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม จำแนกเป็นรายข้อและรายด้าน	69
5	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น (95%) การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม จำแนกเป็นรายด้าน	71
6	แสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการทดสอบสมรรถนะร่างกาย ก่อนและภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว	73
7	แสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการทดสอบสมรรถนะร่างกาย จำแนกรายข้อประกอบด้วย งอเขนพับศอก เดิน 6 นาที เดินย่ำเท้า 2 นาที นั่งเก้าอี้ขึ้นแขนแตะปลายเท้าดัชนีมวลกาย ก่อนและภายหลังได้รับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุน จากครอบครัว	74
8	แสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวม	76
9	แสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองรายด้าน ได้แก่ การดูแลตนเองทั่วไป ด้านการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ และการดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรคข้อเข่าเสื่อม	77

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
10	แสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการดูแลตนเองโดยทั่วไป จำแนกตามรายชื่อ	78
11	แสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการจำแนกตามรายชื่อ	80
12	แสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม จำแนกตามรายชื่อ	81
13	แสดงค่าคะแนนของกลุ่มตัวอย่างเปรียบเทียบก่อนและหลังได้รับการดูแลสุขภาพด้วยตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนจากครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม	84
14	แสดง ค่าเฉลี่ย (X) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น (95%) การสนับสนุนทางสังคมของญาติผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมจำแนกเป็นรายชื่อและรายด้าน	157