

## บทที่ 2

การวิเคราะห์สถานการณ์การดูแลระยะยาวโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน  
สำหรับผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้  
เทศบาลตำบลจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

**การวิเคราะห์สถานการณ์การดูแลระยะยาวโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน  
สำหรับผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ (ตำบลท่าศาลา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่)**

การสำรวจข้อมูลในพื้นที่ชุมชนตำบลท่าศาลาเพื่อการดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ เพื่อเตรียมการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัย สำหรับผู้สูงอายุทางด้านที่อยู่อาศัยและชุมชนเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงเพื่อวัยสูงอายุ จากกลุ่มตัวอย่างที่ทำการคัดเลือก 11 ตัวอย่าง สรุปลักษณะด้านที่อยู่อาศัยได้ดังต่อไปนี้

1. ลักษณะที่ตั้งที่อยู่อาศัย ชุมชนตำบลท่าศาลาเป็นชนบทกึ่งตัวเมืองที่มีถนนทางหลวงขนาดใหญ่ตัดผ่านชุมชน มีบ้านทั้งที่อยู่ห่างจากการบริการชุมชนและใกล้ชุมชนกระจายตัวกันในตำบล
2. ลักษณะที่อยู่อาศัย บ้านชั้นเดียว 6 หลัง/บ้านสองชั้น 4 หลัง/บ้านยกใต้ถุน 1 หลัง
3. ลักษณะการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง 1 ราย /ต้องการความช่วยเหลือ 10 ราย
4. ผู้สูงอายุ หญิง 5 ราย ชาย 6 ราย วัยตอนต้น 4 ราย /ตอนกลาง 3 ราย /ตอนปลาย 4 ราย
5. ผู้สูงอายุทุกรายอาศัยอยู่โดยมีผู้พึ่งพาช่วยเหลือ มีปัญหาสุขภาพความเจ็บป่วย ส่วนใหญ่มีอุปสรรคทางการเคลื่อนไหว มีผู้สูงอายุจำนวน 9 รายใช้พื้นที่ชั้นล่างเป็นที่พักรวมทั้งประกอบกิจกรรมในบ้าน ผู้สูงอายุจำนวน 2 รายใช้ที่บ้านชั้นบนเป็นที่พักและห้องนอนซึ่งทั้ง 2 รายมีอุปสรรคทางการเคลื่อนไหว
6. ผู้สูงอายุมีฐานะขัดสนยากจนถึงปานกลาง

## การวิเคราะห์การเข้าถึงชุมชนสำหรับผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ (ตำบลท่าศาลา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่)

ตำบลท่าศาลาเป็นชนบทที่มีความเจริญเติบโตของเมืองเชียงใหม่เข้ามากระทบ โดยเป็นพื้นที่ชนบทด้านหน้าทางสายหลักก่อนเข้าตัวเมือง ที่มีถนนทางหลวงขนาดใหญ่จำนวนสามสายตัดผ่านชุมชน ได้แก่ ทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 11 ซุปเปอร์ไฮเวย์ เชียงใหม่-ลำปาง ทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 121 เชียงใหม่-สันกำแพง ทางหลวงชนบทหมายเลข 1006 วงแหวนรอบสอง โดยมีถนนเชียงใหม่-สันกำแพงเป็นขอบเขตชุมชนด้านเหนือ ตำบลท่าศาลาประกอบด้วย หมู่ที่ 1 บ้านบวกรอกหลวง หมู่ที่ 2 บ้านศรีบัวเงิน หมู่ที่ 3 บ้านสันทรายดอนจั่น หมู่ที่ 4 บ้านดอนจั่นพัฒนา หมู่ที่ 5 บ้านบวกรอกหลวงพัฒนา ชุมชนและที่อยู่อาศัยเดิมเป็นเรือกสวนที่นาปัจจุบันเปลี่ยนเป็น อาคารบ้านเรือน ห้างจำหน่ายสินค้าขนาดใหญ่ บิ๊กซี โรงเรียนอาชีวะขนาดกลาง ที่ทำการราชการตำรวจทางหลวง ธนาคาร 6 แห่ง โกดัง 28 แห่ง โรงแรม 2 แห่ง ปั้มน้ำมัน และก๊าซ 4 แห่ง โรงงานอุตสาหกรรม 17 แห่ง อู่ซ่อมรถ 20 แห่ง ห้างร้านขายของชำ 30 แห่ง ตึกแถวอาคารพาณิชย์จำนวนมากตามสองข้างทางหลวงที่ตัดผ่านชุมชน ขณะที่ที่บ้านจัดสรร บ้านเช่าขนาดเล็ก 41 แห่ง หอพัก 25 แห่ง และบ้านชุมชนดั้งเดิมกระจายตัวกันในทั้งตำบลและถนนสายรองต่างๆ

ในการสำรวจข้อมูลพื้นที่ที่เกี่ยวข้องกับการเข้าถึงชุมชนสำหรับผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ กลุ่มชุมชนทั้งหมดถูกตัดขาดออกเป็น 4 ส่วนไม่สามารถเดินทางด้วยเท้าและจักรยานได้อย่างสะดวก พบว่ามีระยะทางการเดินทางไปสู่วัดบวกรอกหลวง วัดศรีบัวเงิน วัดดอนจั่น สถานีอนามัยท่าศาลา และที่ทำการเทศบาลตำบลท่าศาลา สุสาน สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม ระบบสาธารณูปโภคและสาธารณูปการ ของชุมชนที่แออัดรีบเร่งและเป็นอันตรายต่อการเดินทาง เพราะเป็นถนนหลักหลายสายสำคัญของจังหวัดเชียงใหม่ บริการต่างๆของชุมชนในตำบลท่าศาลาไม่สามารถเอื้อประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในชุมชนอย่างเต็มตามความจำเป็นของชุมชน ผู้สูงอายุในชุมชนไม่สามารถเข้าถึงสถานที่ พื้นที่ทำกิจกรรมในชุมชนโดยระยะการเดินทางเท้าและจักรยานหรือจักรยานยนต์ รัศมีการเดินทางส่วนใหญ่เกิน 800 เมตร ต้องอาศัยการเดินทางโดยรถยนต์ทั้งบุคคลทั่วไป ผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองและผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ ในสถานที่ทำกิจกรรมต่างๆดังนี้

### สถานที่พื้นที่ทำกิจกรรมในชุมชนตำบลท่าศาลา

- วัด 3 แห่งในชุมชน ได้แก่ วัดบวกรวม หมู่1 วัดศรีบัวเงิน หมู่2 วัดดอนจั่น หมู่4 เป็นสถานที่ผู้สูงอายุมาทำกิจกรรมทางศาสนาร่วมกัน ในทุกวันพระและช่วงเข้าพรรษา กิจกรรมเทศกาลประจำปีวัฒนธรรมประเพณี
- สถานีอนามัยตำบลท่าศาลา หมู่2 เป็นสถานที่ในการให้บริการด้านสุขภาพผู้สูงอายุชั้นปฐมภูมิ
- โรงเรียนท่าศาลา (ศรีบัวเงิน) ที่ทำการเทศบาลตำบล เป็นสถานที่การทำกิจกรรมรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ
- โรงเรียนระดับอนุบาล 2 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนอนุบาลร่มเย็น โรงเรียนอนุบาลศรีไชยวัลย์ โรงเรียนระดับประถมศึกษา 2 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนท่าศาลา โรงเรียนดอนจั่น โรงเรียนระดับอาชีวศึกษา 2 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนไทยวิจิตรศิลป์ โรงเรียนสารพัดช่าง(ดอนจั่น) เป็นสถานที่ที่ผู้สูงอายุส่งบุตรหลาน เพื่อเข้าเรียนหนังสือ
- ตลาดสด ร้านค้า ร้านอาหาร ตลาดนัดวันพุธบ้านศรีบัวเงิน เป็นสถานที่ในการจับจ่ายใช้สอยพบปะพูดคุยของผู้สูงอายุ
- สถานที่พักผ่อนหย่อนใจและนันทนาการ การออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ศูนย์ดูแลสุขภาพชุมชน สถานที่ออกกำลังกายของเทศบาลตำบลท่าศาลา ซึ่งตั้งอยู่ในบริเวณที่ทำการเทศบาลตำบลท่าศาลา

### การจัดสภาพแวดล้อมชุมชนที่เหมาะสม สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ

1. ชุมชน พื้นที่สาธารณะ ละแวกบ้านของผู้สูงวัย เป็นสถานที่สำคัญที่ควรจัดสภาพให้เหมาะสม และปลอดภัย เพราะอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุภายนอกบ้านเกิดขึ้นที่บริเวณทางเดินเข้าบ้านและถนนทางสัญจร ที่ออกกำลังกายในที่สาธารณะ ส่วนกิจกรรมทั่วไปจะใช้ชีวิตอยู่ในที่อยู่อาศัยของตนในบ้านและวัด ได้แก่
  - a. ปฐมภูมิ อาคารสาธารณะและพื้นที่สาธารณะ วัด ศาสนสถานต่างๆ สถานีอนามัย
  - b. ทุติยภูมิ สถานที่สำหรับผู้สูงอายุ สถานที่ราชการ สถานที่เอกชน และตลาดในชุมชน ทุกแห่งเพื่อรองรับผู้สูงอายุ ควรจัดให้มี ห้องน้ำสาธารณะ ระบบสาธารณสุขการ สิ่งอำนวยความสะดวก ปลอดภัย

- c. พื้นที่สาธารณะในชุมชนเพื่อรองรับผู้สูงอายุ ได้แก่ ถนน ทางสัญจร ไหล่ทาง ทางจักรยาน สะพาน ทำน้ำ ทำรถ ทำเรือ สวนสาธารณะที่นั่งพักผ่อนในที่สาธารณะ ทางลาด / ที่พักผ่อนริมทางขนาดเล็กระหว่างการเดินทางในหมู่บ้าน / อุปกรณ์ออกกำลังกายในพื้นที่สาธารณะ
- d. ระบบขนส่งและการเดินทางเพื่อรองรับผู้สูงอายุ อาทิ ทางเชื่อมการเดินทางในชุมชนที่เป็นอุปสรรคต่อผู้สูงอายุในการข้ามถนน สัญลักษณ์ทางข้ามม้าลาย / สัญญาณป้ายเตือนระวังผู้สูงอายุและแสงสว่าง / ที่จอดจักรยาน ทางจักรยาน / งานอุปกรณ์ถนน / ซ่อมแซมไหล่ทางให้เรียบ / เนินชะลอความเร็วยานพาหนะ เป็นต้น

### การวิเคราะห์ที่อยู่อาศัยผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ (ตำบลท่าศาลา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่)

ประชากรผู้สูงอายุ ตำบลท่าศาลา เดิมเป็นชาวชนบทอาชีพเกษตรกรรม มีความรู้เฉลี่ยประถมสี่ เมื่อมีความเจริญเติบโตของเมืองเข้ามากระทบ ผู้สูงอายุยังอยู่อาศัยวิถีชีวิตแบบเดิมอย่างพอเพียง ส่วนใหญ่ในวัยชราจะไม่มีกิจวัตรสำคัญมากนักจึงใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ที่บ้าน ไปทำบุญที่วัดและกิจกรรมของส่วนรวม (เทศบาลฯ) นานที่ปีหน กลุ่มชุมชนทั้งถูกแบ่งเป็น 4 ส่วนไม่สามารถเดินทางด้วยเท้าและจักรยานได้อย่างสะดวก พบว่าในแต่ละส่วนยังขาดการบริการพื้นฐานของชุมชน (วัด ตลาด สถานีอนามัย ศูนย์ผู้สูงอายุ) การเลือกบ้านที่สำรวจทั้งหมดจึงมีผลดังนี้

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีฐานะขาดสนยาจนถึงปานกลาง มีรายได้หลักคือเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ลักษณะที่อยู่อาศัย บ้านชั้นเดียว 6 หลัง/บ้านสองชั้น 4 หลัง/บ้านยกใต้ถุน 1 หลัง ลักษณะการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง 1 ราย /ต้องการความช่วยเหลือ 10 ราย ผู้สูงอายุแบ่งเป็น หญิง 5 ราย ชาย 6 ราย วัยตอนต้น 4 ราย /ตอนกลาง 3 ราย /ตอนปลาย 3 ราย ผู้สูงอายุทุกรายอาศัยอยู่โดยมีผู้พึ่งพาช่วยเหลือ ผู้สูงอายุทุกรายมีปัญหาสุขภาพความเจ็บป่วย ส่วนใหญ่มีอุปสรรคทางการเคลื่อนไหว (แขนขา ตา และระบบประสาท) มีผู้สูงอายุจำนวน 9 รายใช้พื้นที่ชั้นล่างเป็นที่พักประกอบกิจกรรมในบ้าน ผู้สูงอายุจำนวน 2 รายใช้ที่บ้านชั้นบนเป็นที่พักและห้องนอนซึ่งทั้ง 2 รายมีอุปสรรคทางการเคลื่อนไหว

ผลจากการศึกษาชุมชนตำบลท่าศาลาครั้งนี้พบว่า มีรายการที่สมควรปรับปรุงบ้านผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ ทุกหลังมีความต้องการคล้ายคลึงกัน อาทิ ราวจับ ทางลาด เครื่องช่วยพยุงตัว แสงสว่างและการระบายอากาศที่ดี โดยร้อยละ 90 ของห้องน้ำ ห้องนอนและบันได ของบ้านที่สำรวจมี

ความจำเป็นเร่งด่วนต่อการปรับปรุงสภาพให้เหมาะสม เพราะเป็นสถานที่ที่ผู้สูงวัยเสี่ยงต่อการประสบอุบัติเหตุสูงสุด บ้านของผู้สูงอายุเป็นสถานที่สำคัญสูงสุดสำหรับผู้สูงอายุทุกช่วงอายุและทุกสถานภาพ แบบที่พึ่งพาตนเอง แบบที่ต้องการความช่วยเหลือ ป่วย ทูพพลภาพ ระยะเวลาพัก การออกแบบและจัดสภาพแวดล้อมใหม่เป็นสิ่งจำเป็นเพื่อรองรับความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ การปรับปรุงและจัดสภาพแวดล้อมของบ้าน ได้แก่

1. ห้องนอน ผู้สูงอายุใช้พื้นที่ภายในห้องนอนมากกว่าหนึ่งในสามของเวลาในแต่ละวัน ลักษณะที่อยู่อาศัยและการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุบางท่านจะลงมาอนชั้นล่างของบ้าน เนื่องจากการเจ็บป่วยและข้อจำกัดทางการเคลื่อนไหว กิจกรรมที่ทำภายในบ้านมักจะอยู่ใกล้ห้องนอน หรือบางครั้งใช้ทำกิจกรรมทุกอย่าง เช่น กิน นอนและขับถ่าย ดังนั้นจึงต้องคำนึงถึง ปัญหาที่เกิดขึ้นในพื้นที่ใช้สอย ลักษณะภายในบ้านตามสภาพปัจจุบัน โดยทำการปรับปรุงอาคารด้านต่างๆ เช่น ขนาดความกว้างเหมาะสม ติดตั้งราวจับ มือจับ เพิ่มทางลาด ลดการเปลี่ยนระดับ เพิ่มแสงสว่าง ป้องกันความลื่น ทำความสะอาดง่าย ให้มีระบายอากาศ โปร่งโล่ง ไม่อับชื้น ติดตั้งอุปกรณ์อำนวยความสะดวก ปลอดภัย สุขภัณฑ์ที่เหมาะสม การย้ายห้องนอนลงมาชั้นล่างของบ้านจะทำให้สามารถดูแลผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้สะดวกขึ้น
2. ห้องนั่งเล่น โถง อาหาร ผู้สูงอายุใช้พื้นที่ภายในห้องโถงรองลงมาในแต่ละวัน เช่น การดูโทรทัศน์ พักผ่อนและพูดคุย ลักษณะที่อยู่อาศัยและการอยู่อาศัยที่เปลี่ยนไป การปรับปรุงอาคารด้านต่างๆก็ควรมีการดำเนินการคล้ายคลึงกับห้องนอน
3. ห้องน้ำ ส้วม แม้ว่าความถี่และกิจกรรมจะใช้เวลาน้อย แต่ห้องน้ำ ส้วม อาบน้ำ มักจะความปลอดภัยน้อยที่สุด ควรมีการติดตั้งราวจับอุปกรณ์พยุงตัวที่แข็งแรงในพื้นที่ที่ต้องการอย่างทั่วถึง เก้าอี้นั่งอาบน้ำ ถังน้ำและขันตักน้ำ กระจกชำระที่หยิบจับได้โดยไม่ต้องก้ม / วัสดุปูพื้นและปรับระดับพื้น ให้เรียบและไม่ลื่น ไม่ขรุขระเป็นหลุมหรือแตกร้าว ไม่เปลี่ยนระดับ ไม่ควรใช้กระเบื้องเคลือบผิวมันแผ่นใหญ่ / การปรับย้ายตำแหน่งที่ตั้งห้องน้ำ ที่ห่างไกลนอกอาคารมาอยู่ในอาคารใกล้ห้องนอนและที่พักผ่อน คำนึงถึงความสะดวก ปลอดภัยแม้ในยามค่ำคืน / การปรับเปลี่ยนสุขภัณฑ์และอุปกรณ์ ที่ถูกสุขอนามัย เปลี่ยนโถส้วมแบบนั่งยองเป็นนั่งราบและใช้น้ำตกราด ในบางกรณีที่ผู้สูงอายุที่นิยมใช้โถนั่งยองเพราะคุ้นเคยและถ่ายได้สะดวกกว่าอาจใช้วิธีการเพิ่มอุปกรณ์พยุงตัว / การปรับแสงสว่างและการระบายอากาศ ระบบสุขาภิบาลและการระบายน้ำที่ดี ขจัดกลิ่น ความ

อัปชั่น ความมืด น้ำขัง ฟ้าช ะโค่ว สัตว์และแมลง / การปรับประตูให้กว้างขึ้นและเปิดออก หรือใช้รางเลื่อน เป็นต้น

4. หน้าบ้าน บันได เป็นจุดที่ควรดูแลเป็นพิเศษอันดับสองรองจากห้องน้ำ ควรติดตั้งราวจับ อุปกรณ์พยุงตัวที่แข็งแรงในที่ที่ต้องการ ราวกันตก จมูกกันลื่น / ปรับขยายชั้นลูกนอนและปรับลดระยะชั้นลูกตั้ง ไม่ให้บันไดชันและแคบจนเกินไป / ปรับเพิ่มชานพัก ปรับเปลี่ยนการอยู่อาศัยให้มาใช้ชั้นล่างของบ้าน
5. ห้องครัว ภายในบ้าน ทางเดิน ควรมีการติดตั้งราวจับอุปกรณ์พยุงตัวที่แข็งแรงในที่ที่ต้องการรอบห้องที่ใช้งานบ่อย / วัสดุปูพื้นและปรับระดับพื้น ให้เรียบและไม่ลื่น ไม่ขรุขระ หรือไม่เปลี่ยนระดับ / แสงสว่างและการระบายอากาศ สุขอนามัย การจัดเก็บข้าวของใช้ให้เข้าที่ / ติดตั้งผลิตภัณฑ์และสิ่งอำนวยความสะดวก มือจับ
6. ซานบ้าน ระเบียง ภายนอกอาคาร โรงจอดรถ สวน ทางเดินรอบบ้าน อาทิ วัสดุปูพื้นและปรับระดับพื้น ให้เรียบและไม่ลื่น ทำทางลาดเปลี่ยนระดับ ปรับทางเดินและชั้นบันได ซ่อมแซมพื้นที่แตกร้าว ขรุขระ / พื้นที่นั่งพักภายนอกอาคารที่มีร่มเงา มีราวจับ ที่นั่งพักผ่อน เวลากลางวัน / ที่จอดรถยนต์หรือจักรยานที่กว้างขวางปลอดภัย