

# สูงวัยอุทุมพรพิสัยห่างไกลพลัดตกหกล้ม

## Free From Fall...Uthumpornpisai Aging

อารยา มุกดาหารม, กุมารี ดาระกร, ภูริวัจน์ ภารัตน์  
งานกายภาพบำบัด กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) ประกอบด้วยการสำรวจ (Survey) ทดสอบ และการสัมภาษณ์เชิงลึก ร่วมกับการสังเกต (In-Depth Interview and Observation) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบริบท สถานการณ์ผู้สูงอายุที่เสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพลัดตกหกล้ม ในผู้สูงอายุ อ.อุทุมพรพิสัย จ.ศรีสะเกษ กลุ่มตัวอย่าง คือผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงที่ได้รับการคัดกรองผู้สูงอายุ 9 ด้าน จำนวน 281 คน จากศูนย์สุขภาพชุมชนและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลใน อ.อุทุมพรพิสัย จ.ศรีสะเกษ และบันทึกในฐานข้อมูล HDC ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ สุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย 4 ส่วน ได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินโอกาสเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ (Thai-FRAT) แบบประเมินการทรงตัวด้วยการทดสอบ Timed Up and Go (TUG) และข้อคำถามการสัมภาษณ์ สังเกตพฤติกรรม สิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้การทดสอบไคสแควร์ (Chi-square) จากการศึกษา พบว่าผลการประเมิน Thai-FRAT กลุ่มตัวอย่างมีความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม ร้อยละ 27.80 และผลการประเมินจาก TUG กลุ่มตัวอย่างมีความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม ร้อยละ 52.00 ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับความเสียหายในการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ ได้แก่ ช่วงอายุ ( $\chi^2 = 16.820, p < 0.001$ ) โรคประจำตัว ( $\chi^2 = 36.205, p = 0.01$ ) ปัจจัยเสี่ยงที่มีความสัมพันธ์จากแบบประเมิน Thai-FRAT ได้แก่ การมองเห็นบกพร่อง ( $\chi^2 = 36.205, p = 0.01$ ) การทรงตัวบกพร่อง ( $\chi^2 = 22.292, p = 0.01$ ) การไ้ช้ยา ( $\chi^2 = 97.859, p = 0.01$ ) และการมีประวัติหกล้ม ( $\chi^2 = 94.156, p = 0.01$ ) พฤติกรรมเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการพลัดตกหกล้มในชีวิตประจำวัน คือการสวมรองเท้าที่ไม่มีกันลื่น เคยมีประวัติการหกล้มในอดีต ส่งผลต่อความเครียด ความวิตกกังวล สิ่งแวดล้อมภายใน ภายนอก รวมทั้งชุมชน ประกอบด้วย บ้านที่อยู่อาศัยไม่เป็นระเบียบ แสงสว่างไม่เพียงพอ ห้องน้ำอยู่นอกบ้าน ห้องน้ำอยู่ไกล ห้องน้ำมีขอบธรณีประตู พื้นห้องน้ำลื่น ไม่เรียบเสมอกัน ไม่มีราวจับในห้องน้ำ

**คำสำคัญ:** ปัจจัยเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม, ผู้สูงอายุ, สาเหตุ, พฤติกรรม, สิ่งแวดล้อม ความสัมพันธ์

## เอกสารอ้างอิง

- กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. *คู่มือการคัดกรองและประเมินสุขภาพผู้สูงอายุ พ.ศ.2564 กระทรวงสาธารณสุข*. บริษัท ฤกษ์จินดา ครีเอชั่น จำกัด; 2564.
- กนกอร ทองกลิ้ง. *การศึกษาปัจจัยสภาพแวดล้อมที่คุกคามเพื่อลดความเสี่ยงต่อการหกล้มในผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาชุมชนหัวตะเข้ จังหวัดกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยกรุงเทพ; 2560.
- การพัฒนาระบบการเฝ้าระวังดูแลสุขภาพพระสงฆ์ แม่ชี. *การพัฒนาระบบการเฝ้าระวังดูแลสุขภาพพระสงฆ์ แม่ชีระบบการดำเนินงานชีวาภิบาลในโรงพยาบาลสู่การจัดบริการภูมิชีวาภิบาลในชุมชนและความเชื่อมโยงภารกิจในระบบหลักประกันสุขภาพ*; 2567; สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ.
- คู่มือป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ (ยากันล้ม)* [อินเทอร์เน็ต]. [อ้างถึง 8 กรกฎาคม 2024]. Available at: <https://eh.anamai.moph.go.th/th/elderly-manual/201577>
- ชญาณิช ลือวานิช และนิศากร ตันติวิบูลชัย. *ภาวะเสี่ยงต่อการหกล้มของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดภูเก็ต*. *PKRU SciTech Journal*. 2560;1(2):1-11.
- ณัฐนิชา ัญญาดี และคณะ. (2565). *การใช้ยาหลายขนาน การใช้ยาที่เสี่ยงต่อภาวะหกล้ม และ ภาวะหกล้มในผู้สูงอายุที่เข้ารับบริการระบบบริการปฐมภูมิ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. วารสารศูนย์อนามัยที่ 9, 16 (1), 236-250. <https://he02.tcithaijo.org/index.php/RHPC9Journal/article/view/255980>*.
- ดาราวรรณ ร่องเมืองและคณะ. *อุบัติการณ์ของการหกล้ม และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการหกล้มในผู้สูงอายุที่อาศัยในชุมชน จังหวัดสุราษฎร์ธานี. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี 2559; ปีที่ 27 ฉบับเพิ่มเติม :123-38.*
- ดุขฎี ปาลฤทธิ. *ผลของโปรแกรมการป้องกันอุบัติเหตุหกล้มในบริเวณบ้านผู้สูงอายุ อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี (วิทยานิพนธ์)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2544.
- ธนวรรณ สำกำปัง และกาญจนา นาคะพินธุ. *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ ตำบลขามป้อม อำเภอพระยืน จังหวัดขอนแก่น. วารสารสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 6 ขอนแก่น. 2554;18(1):61-9.*
- บุปผา จันทจรรัส. *การพัฒนาแบบประเมินภาวะเสี่ยงต่อการหกล้มในผู้ช่วยออร์โธปิดิกส์ (วิทยานิพนธ์)*. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2546.
- ประเสริฐ อัสสันตชัย. *ภาวะหกล้มในผู้สูงอายุและการป้องกัน*. ใน: ประเสริฐ อัสสันตชัย (บรรณาธิการ). *ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยในผู้สูงอายุและการป้องกัน*, พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม คณะแพทยศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล; 2554. หน้า51-66.
- ปนัดดา หนูน้อย และมาริษา เพิ่มทองมาก. (2565). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุตำบลดอนยาง อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี*. ใน *วิรัตน์ปิ่นแก้ว (บ.ก.)*, วิจัยสร้าง Innovation and

- Technology เพื่อรองรับสังคมไทยสู่ยุค Digital World. การประชุมวิชาการระดับชาติครั้งที่ 14 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม (น. 3011-3023).
- เพ็ญพักตร์ หนูผุด และคณะ. (2563). ความชุกของภาวะเสี่ยงล้มและปัจจัย ที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะเสี่ยงในกลุ่มผู้สูงอายุ. *วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ*, 21(1), 125-137. [https://he02.tci-thaijo.org/index.php/spsc\\_journal/article/download/241522/164475/](https://he02.tci-thaijo.org/index.php/spsc_journal/article/download/241522/164475/).
- เพ็ญรุ่ง วรรณดี และคณะ. (2563). การศึกษาสถานการณ์การหกล้มในผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัด สุพรรณบุรี. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*, 14(34), 126-141. [https://he02.tci-thaijo.org/index.php/RHPC9\\_Journal/article/view/242393](https://he02.tci-thaijo.org/index.php/RHPC9_Journal/article/view/242393).
- ไพโลวรรณ สัทธานนท์, ผกามาศ พิริยะประสาธน์, ธนยาภรณ์ อรัญวาลัย, และคณะ. *การล้มในผู้สูงอายุไทยในเขตเมืองและชานเมือง : อุบัติการณ์ ปัจจัยเสี่ยง การจัดการและการป้องกัน* [อินเทอร์เน็ต]. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข; 2558 [อ้างถึง 8 กรกฎาคม 2024]. Available at: <https://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/4310>
- ภาวดี วิมลพันธุ์. *รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ผลของโปรแกรมป้องกันการพลัดตกหกล้มต่อการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ*. เชียงราย: มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง; 2556.
- รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงโรคไม่ติดต่อและการบาดเจ็บ พ.ศ. 2550*. นนทบุรี: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก ในพระบรมราชูปถัมภ์, 2552.
- รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2564* [อินเทอร์เน็ต]. มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. 2022 [อ้างถึง 8 กรกฎาคม 2024]. Available at: <https://thaitgri.org/?p=40101>
- ละออม สร้อยแสง และคณะ. การศึกษาแนวทางป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุชุมชนมิตรภาพพัฒนา. *วารสารพยาบาลทหารบก* 2557;15(1):122-9.
- ลักษณา มะรังกา. *ประสบการณ์ความกลัวต่อการหกล้มของผู้สูงอายุ* (วิทยานิพนธ์). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2553.
- ลัดดา เกียมวงศ และเรวดี เพชรศิริสาธิต. ปัจจัยเสี่ยงต่อการหกล้มในผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่ในบ้านพักคนชรา. *Thai Journal of Nursing Council*. 2552;24(1):77-87. จังหวัด พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร; 2548.
- วิภาวี กิจกำแหง. *ปัจจัยเสี่ยงที่มีความสัมพันธ์ต่อการหกล้มของผู้สูงอายุในชุมชน* (วิทยานิพนธ์).
- สุรกุล เจนอบรม. *วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย*. กรุงเทพฯ: นิซินแอดเวอร์ตีทซ์กรุ๊ป, 2534.
- สุทธิชัย จิตะพันธุ์กุล. *ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุไทย*. กรุงเทพฯ: โอเอสติก พับลิชชิ่ง, 2544.
- สุภชัย นาคสุวรรณ และคณะ. *รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์เรื่องการพัฒนาชุมชนจัดการตนเองใน*

การเข้าถึงระบบบริการการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับผู้สูงอายุที่มีอาการ STROKE, STEMI และหลอดเลือดหัวใจ  
ในเขตเทศบาลเมืองทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช. นครศรีธรรมราช: สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ  
(สพฉ); 2561.

สื่อมวลชนมีเดียกรมอนามัย. (2565, 14 พฤศจิกายน). *กรม อ. เผย ผู้สูงวัยป่วยเบาหวานเป็นอันดับ 2 รองจากความ  
ดัน แนะนำอาหาร-น้ำตาล-ออกกำลังกาย.*

<https://multimedia.anamai.moph.go.th/news/141165/>

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2562, 3 เมษายน). *ทอล์กในผู้สูงอายุป้องกันง่าย ๆ เริ่มที่  
ตัวเอง.* <https://www.thaihealth.or.th/Content/41635>

สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. พจนานุกรม ราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554: สำนักงานราชบัณฑิตยสภา 2554

[อินเทอร์เน็ต]. [อ้างถึง 8 กรกฎาคม 2024]. Available at: <http://www.royin.go.th/dictionary/>.

อนุชา เศรษฐเสถียร และคณะ. *ปัจจัยเสี่ยงต่อการล้มแล้วกระดูกสะโพกหักของผู้สูงอายุที่รักษาในโรงพยาบาล  
อุดรธานี.* *ลำปางเวชสาร.* 2552;30(3):154-62.

อารยา เอกปริญญา. *รูปแบบพื้นผิวกันกระแทกภายในห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุในศูนย์การพัฒนารจัดการ*

*สวัสดิการสังคมบ้านบางแค 1 กรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต).* กรุงเทพฯ : สถาบันเทคโนโลยี  
พระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง; 2554.

Assantachai P., et al. Risk factors for falls in Thai elderly in an urban community. *Journal of the  
Medical Association of Thailand = Chotmaihet thangphaet.* 2003;86(2):124-30.

Kuhirunyaratn P., et al. Factors related to falls among community dwelling elderly. *The  
Southeast Asian journal of tropical medicine and public health.* 2013;44(5):906-15.

Rodseeda P. (2018). Fall Prevention among the Elderly Living in a Community: The Nursing Role  
in Home Health Care. *Thai Red Cross Nursing Journal.* (11)2.

# จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



167

## เอกสารรับรองโครงการวิจัย โดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ

เอกสารเลขที่ : SPPH 2024-115

ชื่อโครงการ : สูงวัยอุทุมพรพิสัยห่างไกลพลัดตกหกล้ม  
(Free From Fall Uthumphonphisai Aging)

ชื่อหัวหน้าโครงการ : นางอรยา มุกดาหาร ตำแหน่ง นักกายภาพบำบัดชำนาญการ

ผู้ร่วมวิจัย : 1.นางสาวกুমารี ดาระกร  
2.นายภูริวัจน์ ผารัตน์  
3.นางสาวนุชจวรรณ จันทร์เรือง  
4.นางนิจกานต์ ต้นอุ้นเดช  
5.ดร.อนุพันธ์ สุวรรณพันธ์  
6.ดร.วรัญญาศิลา ทรัพย์ประเสริฐ

หน่วยงานต้นสังกัด : โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

เอกสารที่รับรอง : 1. แบบเสนอโครงการวิจัย  
2. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย  
3. หนังสือยินยอมคนให้ทำการวิจัย  
4. แบบการเก็บรวบรวมข้อมูล/โปรแกรมหรือกิจกรรม

วันที่รับรอง : 9 กรกฎาคม 2567

วันที่หมดอายุ : 8 กรกฎาคม 2568

ขอรับรองว่าโครงการดังกล่าวข้างต้นได้ผ่านการพิจารณาเห็นชอบโดยสอดคล้องกับคำประกาศ  
เจตจำนง จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ

(นายพิเชษฐ จงเจริญ)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



107

ที่ ศก ๐๐๓๓.๐๐๘/๘๖๗/ท

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ  
ถนนศรีสะเกษ - กันทรลักษณ์ ศก ๓๓๐๐๐

๑๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

เรื่อง แจ้งผลการพิจารณารับรองจริยธรรมโครงการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย

อ้างถึง หนังสือโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย ที่ ศก ๐๐๓๒.๓๐๑/๑๗๘๘ ลงวันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗

สิ่งที่ส่งมาด้วย ใบรับรองจริยธรรมโครงการวิจัย

จำนวน ๑ แผ่น

ตามหนังสือที่อ้างถึง โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยส่งโครงการวิจัยของบุคลากรในสังกัด เรื่อง สูงวัย  
อุทุมพรพิสัยห่างไกลพลัดตกหกล้ม (Free From Fall Uthumphonphisai Aging) โดยมีนางอารยา มุกดาหาร  
ตำแหน่ง นักกายภาพบำบัดชำนาญการ เป็นหัวหน้าโครงการวิจัย ส่งให้คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย  
ในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ พิจารณาก่อนดำเนินการวิจัย นั้น

ในการนี้ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ โดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย  
ในมนุษย์ได้พิจารณาให้การรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวแล้ว จึงส่งใบรับรองให้ท่านเพื่อมอบให้หัวหน้าโครงการวิจัย  
ต่อไป พร้อมนี้คณะกรรมการ ฯ ขอให้ผู้วิจัยส่งเอกสารวิจัยฉบับสมบูรณ์ไปยังสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ  
จำนวน ๑ เล่ม เพื่อเก็บเป็นหลักฐาน ต่อไปด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายพิเชษฐ์ จงเจริญ)

นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรมป้องกัน) ปฏิบัติราชการแทน  
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ

กลุ่มงานพัฒนาคุณภาพและรูปแบบบริการ

โทรศัพท์ ๐ ๔๕๖๑ ๖๐๔๐ - ๖ ต่อ ๓๑๒

โทรสาร ๐ ๔๕๖๑ ๖๐๔๒

ผู้ประสานงาน นายอนันต์ ถิ่นทอง ID line :๐๘๑๗๒๕๓๓๖๔