

ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ  
ตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ ๑๗ อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

Depression in elderly of hospital, health promotion district  
Ban Khlong Nakhon Nueangket, Moo 17  
Muang Chachoengsao.

R2R (Routine to Research)



ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17  
ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

ชื่อ-สกุล ผู้วิจัย/ทีมวิจัย	1. นางสาวกันยารัตน์ เครือชัย	ตำแหน่งนักวิชาการสาธารณสุข
	2. นายเวศิน เจียโหวง	ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
	3. นางสาวกุลฉัตร บุ่มไสว	ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ประชากร คือ ผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 96 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) จำนวน 30 ข้อ ศึกษาโดยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมาย แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .78

ผลการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างจำนวน 96 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 66.66 มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 69.63 ปี มีระดับความเศร้าอยู่ในระดับปกติมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 91.66 ( $X=4.99, SD=2.68$ ) รองลงมา คือ มีความเศร้าระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 6.19 ( $X=14.66, SD=1.97$ ) ไม่พบผู้สูงอายุที่มีความเศร้าระดับรุนแรง ข้อเสนอแนะการวิจัยคือ ควรมีการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันและส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่มีความซึมเศร้าในระดับปกติและระดับเล็กน้อย  
คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ, ภาวะซึมเศร้า

Abstract

The purpose of this study was to examine depression of the elderly in Naprong Community, Tasao Sub district, Muang District, Uttaradit Province. Population were 96 elderly in Naprong Community, Tasao Sub district, Muang District, Uttaradit. The study instrument was the Thai Geriatric Depression Scale (TGDS) consisted of 30 questions to interview the elderly. The reliability was .78.

The result found that of those 97 elderly, the majority were female (67.01%). The average age was 69.63 years old. The depression level was mainly at normal level (91.75%) with mean 4.99 and SD 2.68, and fairly depression (6.19%) with mean 14.66 and SD 1.97. No severely depression were found. The study recommendations were to start mental health activities to promote and prevent for whose depression level were at normal and fair.

**Keywords :** The elderly, Depression

## บทนำ

จากความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีด้านต่างๆ รวมถึงความก้าวหน้าของเทคโนโลยีทางการแพทย์ ทำให้การรักษาโรคต่าง ๆ มีประสิทธิภาพสูงขึ้น ทำให้ประชากรมีอายุขัยยาวนานขึ้น ส่งผลให้มีจำนวนผู้สูงอายุมีแนวโน้มสูงขึ้น จากข้อมูลของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ระบุข้อมูลการสูงวัยของประชากรไทยไว้ว่า อัตราการเกิดลดลง และมีอายุที่ยาวขึ้นเป็นสาเหตุทำให้ประชากรไทยสูงวัยมีจำนวนมากขึ้น และในปี 2557 ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีราว 10 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 15.3 ของประชากรทั้งหมด และอีก 20 ปีข้างหน้า ในปี พ.ศ. 2557 ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป จะเพิ่มสูงขึ้นถึง 19 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 29 ของประชากรทั้งหมด (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2557) เมื่อเข้าสู่ช่วงวัยสูงอายุ มีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะของการเสื่อมถอยหลายอย่าง ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เสื่อมลง มีปัญหาสุขภาพ การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์และจิตใจ ปัญหาสุขภาพจิต การเปลี่ยนแปลงทางสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวอาจส่งผลต่อจิตใจ เช่น การเกษียณอายุ ออกจากงาน การปรับตัวต่ออายุที่เพิ่มมากขึ้น การเสียชีวิตของคู่สมรส การแยกจากของบุตรหลาน หากผู้สูงอายุไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ก็อาจก่อให้เกิดภาวะซึมเศร้าได้ (อรสา ไยยง และ พิรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย, 2554) การมีภาวะซึมเศร้า จะทำให้โรคทางกายที่เป็นอยู่มีอาการมากขึ้น หรือทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ง่ายขึ้น ถ้ามีอาการรุนแรง จะมีอันตรายจากการทำร้ายตนเองหรือฆ่าตัวตายได้

ดังนั้น การเรียนรู้และทำความเข้าใจ กับภาวะซึมเศร้าเป็นเรื่องที่มีความสำคัญมากสำหรับญาติ ผู้ใกล้ชิด ผู้ดูแล และตัวผู้สูงอายุเอง เพื่อให้พร้อมในการทำความเข้าใจ เพื่อเตรียมความพร้อมในการเผชิญหน้ากับภาวะซึมเศร้า และนำไปสู่การหาแนวทางในการป้องกัน การดูแล การช่วยเหลือให้สามารถเผชิญและปรับตัวกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นในวัยสูงอายุ วัยบั้นปลายของชีวิต ได้อย่างเหมาะสม ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม สิ่งแวดล้อม

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา รับผิดชอบดูแลประชากรในพื้นที่ ทั้งหมด 4,287 คน มีผู้สูงอายุในพื้นที่ทั้งหมด 850 คน คิดเป็นร้อยละ 19.82 มีผู้ป่วยจิตเวชในผู้สูงอายุ 2 คน เพื่อตอบรับตัวชี้วัดของกระทรวงสาธารณสุข ให้ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าได้รับการรักษาอย่างทันทั่วถึง มีมาตรฐานต่อเนื่องเพื่อลดความรุนแรง และระยะเวลาการป่วยของโรคซึมเศร้า ป้องกันการฆ่าตัวตายและกลับเป็นซ้ำ โดยผู้วิจัยมีความสนใจศึกษา ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา เพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการวางแผนจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต ป้องกันดูแลและฟื้นฟูอารมณ์ซึมเศร้าในผู้สูงอายุในชุมชนต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

## วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่ออธิบายภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ระหว่างเดือน ธันวาคม 2561 – มีนาคม 2562

## ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ระหว่างเดือน ธันวาคม 2561 – มีนาคม 2562 จำนวน 96 คน

## กลุ่มตัวอย่าง

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร คือ ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปในเขตพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 96 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ผู้ศึกษาใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) โดย **ขั้นตอนแรก** ใช้การสุ่มตัวอย่างเชิงกลุ่มบริเวณ (Cluster sampling) ซึ่งได้แบ่งชุมชนเป็น 8 หมู่ คือ ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป หมู่ 1 ถึง หมู่ 6 และหมู่ 16,17 จำนวนหมู่ละ 30 คน รวมทั้งหมด 240 คน

**ขั้นตอนที่สอง** ใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยการจับฉลากเลือกประชากรเป็นกลุ่มตัวอย่าง หมู่ละ 12 คน จำนวน 8 หมู่บ้านในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 96 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส โรคประจำตัว

ส่วนที่ 2 แบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale TGDS) ซึ่งพัฒนาโดยกลุ่มฟื้นฟูสมรรถภาพสมอง โดยนิพนธ์ พวงวรินทร์ และคณะ (2534) มีจำนวน 30 ข้อ ทดสอบด้วยตนเองในช่วงระยะเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา โดยตอบคำถามว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” มีข้อความที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกทางบวก 10 ข้อ ได้แก่ข้อ 1,5,7,9,15,19,21,27,29,30 และข้อความที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกทางลบ 20 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2,3,4,6,8,10,11,12,13,14,16,17,18,20,22,23,24,25,26,28

### เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความด้านบวก หากตอบ “ใช่” ให้ 0 คะแนน ตอบ “ไม่ใช่” ให้ 1 คะแนน

ข้อความด้านลบ หากตอบ “ใช่” ให้ 1 คะแนน ตอบ “ไม่ใช่” ให้ 0 คะแนน

### เกณฑ์การประเมินระดับความซึมเศร้า

- คะแนนระหว่าง 0-12 คะแนน ปกติ

- คะแนนระหว่าง 13-18 คะแนน มีความเศร้าเล็กน้อย

- คะแนนระหว่าง 19-24 คะแนน มีความเศร้าปานกลาง
- คะแนนระหว่าง 25-30 คะแนน มีความเศร้ารุนแรง

### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ด้านความตรงของเนื้อหา แบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale ,TGDS) ที่ใช้เป็นเครื่องมือในการศึกษาครั้งนี้ถูกพัฒนาขึ้น และผ่านการศึกษาค่าความเที่ยงตรงของเครื่องมือในประชากรกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุระหว่าง 60-70 ปี จำนวน 275 ราย จาก 14 สถาบันทั่วทั้งประเทศไทย จำแนกเป็นเพศหญิง 154 ราย และเพศชาย 121 ราย ผลการวิเคราะห์คะแนนพบว่า เวลาเฉลี่ยที่ผู้สูงอายุไทยใช้ในการทดสอบ เท่ากับ 10.09 นาที การทดสอบความเที่ยงตรงพบว่ามีค่าความเที่ยงตรงในเพศหญิงเท่ากับ 0.94 เพศชายเท่ากับ 0.91 โดยมีค่าความเที่ยงตรงรวมเท่ากับ 0.93 ( นิพนธ์ พวงวรินทร์ และ คณะ, 2534 อ้างใน วรวรรณ จันทวีเมือง, เจิตนภา แสงสว่าง) และในการวิจัยครั้งนี้มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .78

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตัว บอกวัตถุประสงค์การวิจัยและการพิทักษ์สิทธิผู้วิจัยและประเมินภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale ,TGDS) เมื่อได้รับแบบสอบถามแล้ว ตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วนในการตอบและนำข้อมูลไปวิเคราะห์ทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา คือ ความถี่ ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความซึมเศร้าโดยใช้เกณฑ์การประเมินแบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุไทย (TGDS) โดย นิพนธ์ พวงวรินทร์ และคณะ (2534)

### จริยธรรมการวิจัย

ผู้วิจัยคำนึงถึงจริยธรรมในการวิจัย โดยมีการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลทราบ และมีการขออนุญาตในการเก็บข้อมูลโดยให้อิสระในการตัดสินใจเพื่อให้คำตอบไม่เป็นการบังคับ และให้ความมั่นใจแก่กลุ่มตัวอย่างในนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวม กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ในการที่จะไม่เข้าร่วมหรือออกจากการศึกษาวิจัยได้ทุกเวลา

### ผลการวิจัย

1. พบว่าผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 96 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 66.66 มีอายุเฉลี่ย 69.6 ปี ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส คู่ จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 60.82 รองลงมาเป็นสถานภาพสมรส เป็นหม้าย จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 30.93 มีส่วนใหญ่มิโรคประจำตัว จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 86.59 โรคและการเจ็บป่วยที่พบอันดับแรกได้แก่ ความดันโลหิต

สูง มีจำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 35.05 รองลงมาเป็น โรคข้อเสื่อม เก๊าต์ รูมาตอยด์ ปวดข้อ มีจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 14.43 (ตารางที่ 1)

**ตารางที่ 1** แสดงการกระจายจำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

ลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	32	33.33
หญิง	64	66.66
<b>อายุ</b>		
อายุ 60 – 69 ปี	53	55.20
อายุ 70 – 79 ปี	33	34.37
อายุ 80 ปีขึ้นไป	10	10.41
อายุเฉลี่ยเท่ากับ 69.63 ปี	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 8.07	
อายุต่ำสุดเท่ากับ 60 ปี	อายุสูงสุดเท่ากับ 95	
<b>สถานภาพสมรส</b>		
โสด	7	7.22
คู่	59	60.82
หม้าย	30	30.93
หย่า/แยก	1	1.03
<b>การเจ็บป่วยด้วยโรคประจำตัว</b>		
ไม่มีโรคประจำตัว	13	13.41
มีโรคประจำตัว	83	86.45
<b>โรคและการเจ็บป่วย 5 อันดับแรก</b>		
ความดันโลหิตสูง	34	35.05
โรคข้อเสื่อม เก๊าต์ รูมาตอยด์ ปวดข้อ	13	13.54
เบาหวาน	6	6.19
ต่อกระจก	4	4.12
โรคกระเพาะ/กระเพาะอาหารอักเสบ	3	3.09

2. พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความเครียดในเกณฑ์ปกติ จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 91.66 รองลงมา คือ เครียดเล็กน้อย จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 6.19 น้อยที่สุด คือ เครียดปานกลาง จำนวน 2 คน คิดเป็น ร้อยละ 2.06 และไม่พบกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความเครียดรุนแรง และค่าคะแนนความเครียด จำแนกตามระดับพบว่า เพศชายมีระดับความเครียดในเกณฑ์ปกติมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 94.74% ความเครียดระดับเล็กน้อยพบว่าเพศหญิงมีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 7.69 ความเครียดปานกลาง พบว่าเพศชายจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3.13 (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามเพศ และอายุ

ค่าคะแนนความซึมเศร้า	เพศ		รวมจำนวน	ค่าเฉลี่ยคะแนน	S.D
	ชาย (32 คน)	หญิง (64 คน)			
1.ปกติ (0 – 12 คะแนน)	30 (94.74%)	58 (90.63%)	88 (91.66%)	4.99	2.68
2. เศร้าเล็กน้อย (13 – 18 คะแนน)	1 (3.13%)	5 (7.69%)	6 (6.19%)	14.66	1.97
3. เศร้าปานกลาง (19 – 24 คะแนน)	1 (3.13%)	1 (1.54%)	2 (2.06%)	21	0
4. เศร้ารุนแรง (25 – 30 คะแนน)	-	-	-		

### อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ในภาพรวมประชากรส่วนใหญ่มีระดับคะแนนความซึมเศร้า อยู่ในระดับปกติ (ตารางที่ 2) มีจำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 91.66 รองลงมาเป็นความเศร้าระดับเล็กน้อย จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 6.19 และมีความเศร้าระดับปานกลาง จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 2.06 และไม่พบความเศร้าระดับรุนแรง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วรวรรณ จันทวีเมืองและเจิดนภา แสงสว่าง (มปป.) ที่ทำการศึกษาภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ ที่ตำบลชะแล้ อำเภอสิงหนคร จังหวัดสงขลา ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความซึมเศร้าอยู่ในเกณฑ์ปกติ ทั้งนี้อาจเกี่ยวข้องกับสภาพสิ่งแวดล้อมซึ่งอยู่ในชุมชนเดียวกัน มีสภาพแวดล้อมคล้ายคลึงกัน มีปัจจัยทางสังคมที่ไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ประชากรส่วนใหญ่ มีสถานภาพสมรสคู่มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.82 เพราะปัจจัยส่วนบุคคลที่สำคัญ ได้แก่ สถานภาพสมรส ซึ่งเป็นสิ่งที่แสดงถึงการสนับสนุนประคับประคองของผู้สูงอายุ การขาดคู่สมรสจึงมีความเกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าได้สูง (อรสา ยองโย และคณะ, 2554) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนิพนธ์ ดาราวุฒิมาประภรณ์ (2549) ซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุที่แต่งงานมีคู่ จะมีภาวะซึมเศร้าน้อยกว่าผู้สูงอายุที่โสด หม้ายและหย่าร้าง และการศึกษาของปราณี ศรีสงคราม (2550) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีคู่จะมีภาวะซึมเศร้าน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่อย่างโดดเดี่ยว มีสถานภาพโสดหรือหย่าร้าง ในด้านโรคประจำตัวพบว่ามีโรคประจำตัว จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 86.59 ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของนภา จิรัฐจินตนา (2554) ที่พบว่าระดับความรุนแรงของภาวะซึมเศร้า มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะทุพพลภาพของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ด้านการมีโรคประจำตัวทำให้ผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้ามากที่สุดทั้งนี้อาจเนื่องมาจากโรคส่วนใหญ่เป็นโรคเรื้อรัง ทำให้มีการปรับตัวต่อโรคได้ดีเมื่อเวลาผ่านไป ประกอบกับนโยบายการรักษาของรัฐเกี่ยวกับสิทธิบัตรทอง เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ความกังวลเกี่ยวกับการรักษาตัวที่ต่อเนื่องลดลง

เมื่อจำแนกตามระดับของความซึมเศร้า พบว่า ประชากรเพศชายมีค่าคะแนนความซึมเศร้าอยู่ในระดับปกติคิดเป็น ร้อยละ 94.74% และเพศหญิง คิดเป็น ร้อยละ 90.63% ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเพศชายมีภาวะซึมเศร้าน้อยกว่าเพศหญิง และ ซึ่งตรงกับระบาดวิทยาที่พบว่า ภาวะซึมเศร้ามักเกิดในเพศหญิง

มากกว่าเพศชาย (สมภพ เรื่องตระกูล, 2543) และจากการศึกษาของกรมสุขภาพจิตพบความชุกของโรค ซึมเศร้าในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย อัตราส่วน 1.6 ต่อ 1 (กาญจนา เทพมาลัย, 2554) ซึ่งอาจเป็นผลมาจากผู้หญิงต้องประสบกับความเครียดหลายอย่างในชีวิต การทำงานบ้าน การหารายได้มาจุนเจือครอบครัว และต้องดูแลสมาชิกในครอบครัว (พูนศรี รังสีขจี, 2549) นอกจากนี้ความแตกต่างของการเกิดภาวะซึมเศร้า ในเพศหญิงและเพศชาย อาจเป็นผลมาจากค่านิยม ความเชื่อว่าผู้หญิงมีความอดทนน้อยกว่าผู้ชาย และมีแนวโน้มจะรายงานอาการความไม่สบายทางกาย โดยแสดงออกทางอารมณ์ชัดกว่า รวมถึงมาใช้บริการดูแลรักษาสุขภาพมากกว่าผู้ชาย ขณะที่สังคมคาดหวังต่อความเป็นชายว่าต้องเข้มแข็ง อดทน อดกลั้น ไม่แสดงความอ่อนไหว ร้องให้ออกมาให้คนเห็น ทำให้ผู้ชายไม่ค่อยแสดงออกทางอารมณ์ หรือยอมรับว่าตนเองมีปัญหา (Loewenthai et al, 2002 อ้างใน กาญจนา เทพมาลัย, 2554) ดังนั้นเพศชายจะเข้ารับการรักษาก็ต่อเมื่อเจ็บป่วยมาก จึงทำให้พบความซึมเศร้าในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบหรือหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. องค์กรชุมชน และสถานบริการสุขภาพควรนำผลการวิจัย ไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนดำเนินงานส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในผู้สูงอายุโดยเฉพาะกลุ่มที่มีความเศร่ำระดับเล็กน้อย และปานกลาง เพื่อลดความรุนแรงของโรค และหาแนวทางในการช่วยเหลือผู้ที่มีความเศร่ำในระดับรุนแรง โดยเร็วที่สุด และมีการติดตามดูแลอย่างต่อเนื่อง

2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ควรนำผลการวิจัยไปใช้ในการจัดกิจกรรมหรือโครงการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในผู้สูงอายุโดยเฉพาะกลุ่มที่มีความเศร่ำ หรือใช้ในการบูรณาการ การติดตามเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ



## เอกสารอ้างอิง

- กาญจนา เทพมาลัย. (2554). **ภาวะซึมเศร้าและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าของชาวเขา อำเภอบ้านโฮ่ง จังหวัดลำพูน**. ปรินญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ดวงนภา ศิริโสภณ, นราวดี โฆษิตเกษัช และ ศุภางค์ เขวงเศรษฐกุล. (มปป.). **ศึกษาภาวะซึมเศร้าของประชากรในความรับผิดชอบของศูนย์สุขภาพชุมชนพื้นที่**.
- นภา จิรัฐจินตนา. (2554). **ปัจจัยคัดสรรที่มีความสัมพันธ์กับภาวะทุพพลภาพของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าวัยสูงอายุ**. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิพนธ์ ดารารุติมาประภรณ์. (2549). **รูปแบบการอยู่อาศัยที่ส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในพื้นที่เผ่ากระวังทางประชากรกาญจนบุรี**. สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปราณี ศรีสงคราม. (2551). **ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยสูงอายุ** คลินิกผู้สูงอายุ โรงพยาบาลบ้านหมี่. บทความวิจัยวิชาการ ในงานประชุมวิชาการ กระทรวงสาธารณสุข 2551, "ตั้งดวงแก้วส่องฟ้าสาธารณสุข" วันที่ 28-30 พ.ค. 2551 ณ. โรงแรมปรินซ์ พาเลซ(มหานาค) กรุงเทพฯ. กรมสุขภาพจิต ; 2551.394.
- พูนศรี รังสีขจี และคณะ. (2549). **ความชุกของโรคซึมเศร้าในคู่สมรสของผู้ป่วยโรคติดเชื้อที่โรงพยาบาลศรีนครินทร์**. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 51(3), 14 – 24.
- วรวรรณ จันทร์เมือง และ เจิดนภา แสงสว่าง. (มปป). **การศึกษาภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ต.ชะแล้ อ. สิงหนคร จ. สงขลา**.
- สมภพ เรืองตระกูล. (2543). **โรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย**. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- อรสา ไยยง และ พีรพนธ์ ลีบุญวัชชัย. (2554). **ภาวะซึมเศร้าและอารมณ์เศร้าโศกจากการสูญเสียของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดนนทบุรี**. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 56(2), 119.
- การสูงวัยของประชากรไทยปี 2557**. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. รับวันที่ 17 พฤษภาคม 2558, จาก <http://www.oppo.opp.go.th/info/Aged>
- ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ**. รับวันที่ 13 เมษายน 2558, จาก [http://www.somdet.go.th/Knowledge\(saranarue\)/4.php](http://www.somdet.go.th/Knowledge(saranarue)/4.php)

ภาคผนวก

## ภาพกิจกรรม

### ตรวจสุขภาพและคัดกรองภาวะซึมเศร้าผู้สูงอายุ



## ภาพกิจกรรม

### ตรวจสอบสุขภาพและคัดกรองภาวะซึมเศร้าผู้สูงอายุ





## ภาพกิจกรรม

“ผู้สูงอายุแจ่มใส ห่างไกลโรคซึมเศร้า”



## ภาพกิจกรรม

“ผู้สูงอายุแจ่มใส ห่างไกลโรคซึมเศร้า”



## ภาพกิจกรรม

“ผู้สูงอายุแจ่มใส ห่างไกลโรคซึมเศร้า”



เลขที่แบบสัมภาษณ์.....

**แบบสัมภาษณ์**  
**ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ**

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

คำชี้แจง

1. แบบสัมภาษณ์นี้จัดทำขึ้นเพื่อรวบรวมข้อมูลสำหรับการทำวิจัยเรื่อง “ ศึกษาภาวะซึมเศร้า ในผู้สูงอายุของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านคลองนครเนื่องเขต หมู่ 17 อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ”

2. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากท่าน ขอให้ท่านโปรดตอบคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง เพราะข้อมูลแต่ละข้อมีความสำคัญในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างยิ่ง ข้อมูลที่ได้จากแบบสัมภาษณ์นี้ จะถือเป็นความลับและใช้ประโยชน์เพื่อการวิจัยเท่านั้น ผู้ตอบไม่ต้องเขียนชื่อ นามสกุล ที่อยู่

3. โปรดตอบแบบสัมภาษณ์ตามคำอธิบายในแต่ละตอน ซึ่งแบบสัมภาษณ์ชุดนี้มี 4 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส โรคประจำตัว จำนวน 12 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย จำนวน 30 ข้อ

(Thai Geriatric Depression Scale :TGDS)

ขอขอบคุณท่านที่กรุณาตอบแบบสัมภาษณ์นี้

นางสาวกัญยรัตน์ เครือชัย

นักวิชาการสาธารณสุข



ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส โรคประจำตัว

คำชี้แจง

ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ( ) และ เติมข้อความลงในช่องว่าง ให้สมบูรณ์ตามความเป็นจริง

1. อายุ.....ปี (นับตาม พ.ศ.เกิด)

2. เพศ

( ) ชาย ( ) หญิง

3. สถานภาพสมรส

( ) โสด ( ) สมรส ( ) หม้าย

( ) หย่า ( ) สมณะ

4. ระดับการศึกษา

( ) ไม่ได้เรียน ( ) ประถมศึกษา

( ) มัธยมต้น (ม.1 –ม.3) ( ) มัธยมปลาย (ม.4 –ม.6)

( ) อนุปริญญา ( ) ปริญญาตรีหรือสูงกว่า

5. อาชีพ

( ) เกษตรกรรม ( ) ค้าขาย

( ) แม่บ้าน ( ) รับจ้าง

( ) รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ ( ) อื่น ๆระบุ.....

6. รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (ยังไม่หักค่าใช้จ่าย)

.....บาท/เดือน

สำหรับนักวิจัย

Age

Sex

Status

Edu

Occupa

Income

--	--	--	--	--

สำหรับนักวิจัย

7.ระดับน้ำตาลในเลือดครั้งสุดท้ายที่มารับบริการที่ รพ.สต.

.....มก./ดล

FBSB

--	--	--

8.ระดับน้ำตาลในเลือดครั้งสุดท้ายที่มารับบริการโรงพยาบาล

.....มก./ดล

FBSA

--	--	--

9. ท่านเป็นเบาหวานมาแล้ว.....ปี

Time

--	--

10.ท่านมีโรคแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน

Complication

--

- ( ) มี ระบุ ( ) ทางตา ( ) ทางไต  
( ) เท้า ( ) อื่นๆระบุ.....

( ) ไม่มี

11.ประวัติการเจ็บป่วยในครอบครัว

History

--

- ( ) มี ( ) เบาหวาน ( ) ความดันโลหิตสูง  
( ) พิการ ( ) วัณโรค  
( ) หัวใจ ( ) อื่นๆระบุ.....

( ) ไม่มี

12.การได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องสุขภาพ ท่านได้รับความรู้จากแหล่งใดบ้าง

It

--	--

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ( ) เคย ( ) โทรทัศน์ ( ) หนังสือพิมพ์  
( ) วิทยู ( ) วารสาร  
( ) เจ้าหน้าที่ ( ) อื่น ๆระบุ.....

( ) ไม่เคย

ส่วนที่ 4 แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale :TGDS)

โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้ออย่างละเอียด และประเมิน ความรู้สึกของท่านในช่วงเวลาหนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา

-ให้ขีด ✓ ลงในช่อง “ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นตรงกับความรู้สึกของท่าน

-ให้ขีด ✓ ลงในช่อง “ไม่ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ลำดับ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	สำหรับนักวิจัย
	<b>อาการทางด้านอารมณ์</b>			
1.	คุณหวังว่าจะมีสิ่งที่ดี เกิดขึ้นในวันหน้า	.....	.....	T1
2.	คุณมีเรื่องกังวลอยู่ตลอดเวลา และเลิกคิดไม่ได้	.....	.....	T2
3.	ส่วนใหญ่แล้วคุณรู้สึกอารมณ์ดี	.....	.....	T3
4.	ส่วนใหญ่คุณรู้สึกมีความสุข	.....	.....	T4
5.	บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกไม่มีที่พึ่ง	.....	.....	T5
6.	คุณรู้สึกหมดกำลังใจ หรือเศร้าใจบ่อยๆ	.....	.....	T6
7.	คุณรู้สึกว่าชีวิตนี้ยังมีเรื่องน่าสนุกอีกมาก	.....	.....	T7
8.	คุณรู้สึกกระตือรือร้น	.....	.....	T8
9.	คุณอารมณ์เสียง่ายกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ อยู่เสมอ	.....	.....	T9
10.	คุณรู้สึกอยากร้องไห้บ่อย	.....	.....	T10
11.	คุณรู้สึกสดชื่นในเวลาตื่นนอนตอนเช้า	.....	.....	T11
12.	คุณตัดสินใจอะไรได้เร็ว	.....	.....	T12
13.	คุณมีจิตใจ สบาย แจ่มใสเหมือนก่อน	.....	.....	T13
	<b>ความรู้สึกไร้ประสิทธิภาพ</b>			
14.	คุณพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ตอนนี้	.....	.....	T14
15.	คุณชอบอยู่บ้านมากกว่าที่จะออกนอกบ้าน	.....	.....	T15
16.	บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกวิตกกังวล	.....	.....	T16
17.	การที่มีชีวิตอยู่ถึงปัจจุบันนี้ เป็นเรื่องน่ายินดีหรือไม่	.....	.....	T17
18.	คุณคิดว่าคนอื่นดีกว่าคุณ	.....	.....	T18
	<b>การมองตนเองในแง่ลบ</b>			
19.	คุณรู้สึกกลัวว่าจะมีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้นกับคุณ	.....	.....	T19
20.	คุณคิดว่าความจำของคุณรู้สึกไม่ค่อยดีเท่าไร	.....	.....	T20
21.	คุณรู้สึกว่าชีวิตคุณค่อนข้างไม่มีคุณค่า	.....	.....	T21
22.	คุณรู้สึกกังวลมากกว่าชีวิตที่ผ่านมา	.....	.....	T22
23.	คุณรู้สึกสิ้นหวัง	.....	.....	T23
ลำดับ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	สำหรับนักวิจัย
	<b>ความรู้สึกเบื่อหน่ายขาดความสนใจในสิ่งรอบด้าน</b>			

24.	คุณไม่ยอมทำในสิ่งที่เคยสนใจหรือเคยทำเป็นประจำ	.....	.....	T24
25.	คุณรู้สึกว่าคุณช่วงนี้ว่างเปล่าไม่รู้จะทำอะไร	.....	.....	T25
26.	คุณรู้สึกเบื่อหน่ายบ่อยๆ	.....	.....	T26
27.	คุณรู้สึกกระวนกระวาย กระสับกระส่ายบ่อยๆ	.....	.....	T27
28.	คุณรู้สึกลำบากที่จะเริ่มต้นทำอะไรใหม่	.....	.....	T28
29.	คุณมีความตั้งใจในสิ่งหนึ่งสิ่งใดได้ไม่นาน	.....	.....	T29
30.	คุณไม่ยอมพบปะพูดคุยกับคนอื่น	.....	.....	T30

\*\*\*\*\* ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ตอบแบบสัมภาษณ์ \*\*\*\*\*