

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบ  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช  
Factors Related to Health Behavior of the Elderly in the Area of  
Responsibility the Sub-district Thangam Health Promoting Hospital,  
Muang District, Nakhon Si Thammarat Province

ณวิสาร จุลเพชร\* เรวดี พวงแมกLONG ฤทัยวรรณ สุดชู และ กาญจนา ยีสมัน  
Nawisa Jullapech\*, Rewadee Puangmaeklong, Ruthaiwan Sadchu  
and Kanjana Yeesaman

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช  
Faculty of Science and Technology Nakhon Si Thammarat Rajabhat University

\*Corresponding author : dennapa.j@gmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ ผู้สูงอายุจำนวน 150 คน โดยเลือกตัวอย่างแบบอย่างง่ายด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยสถิติทดสอบไคสแควร์ ผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุเป็นเพศหญิง 51.30% เป็นเพศชาย 48.70% มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปีมากที่สุด 42.67% โดยส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส เรียนจบชั้นประถมศึกษา มีครอบครัวเป็นผู้ดูแล ไม่มีโรคประจำตัว และมีสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งผู้สูงอายุมีระดับความคิดเห็นต่อพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับมากโดยเฉลี่ยเท่ากับ 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.46 โดยพฤติกรรมสุขภาพด้านจิตใจและอารมณ์มีความสัมพันธ์กับอายุ พฤติกรรมสุขภาพด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมีความสัมพันธ์กับโรคประจำตัว พฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหารมีความสัมพันธ์การดูแลผู้สูงอายุและโรคประจำตัว พฤติกรรมสุขภาพด้านการจัดการความเครียดมีความสัมพันธ์กับเพศ และพฤติกรรมสุขภาพด้านสภาพสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับอายุและระดับการศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

**คำสำคัญ:** พฤติกรรมสุขภาพ ผู้สูงอายุ ความสัมพันธ์

## Abstract

The purposes of this research were to study the relationships of factors related to health behavior of the elders in the responsible area, Thangam Sub-district Health Promoting Hospital, Muang Nakhon Si Thammarat District Nakhon Si Thammarat Province. A sample of 150 elders were drawn from using simple random sampling. Questionnaire with reliability of 0.78 was a tool in this research. Frequency, percentage, mean, and standard deviation were used to analyze the data. Then Chi-square test was used in the correlation analysis. The results revealed that there were 51.30% of female elders and 48.70% of male elders, age between 60-69 years old had the highest population with 42.67%. Most of them were married, primary school graduated, received care from family, no disease, and their health were moderate. Their concerns on health behavior were quite high with the mean of 3.89 and the standard deviation of 0.46. Their health behaviors in mental and emotional were correlated to age. Then health behaviors according to social relationship were related to their diseases. Their health behaviors in eating were related with received care and their disease. Their health behaviors according to stress management were related to their gender. Lastly, their health behaviors due to environment were related to their age and education level ( $P < 0.05$ ).

**Keywords:** Health behavior, Elders, Relationship

## บทนำ

ประเทศไทยก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 และมีแนวโน้มสถานการณ์ผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็วทั้งจำนวนและสัดส่วน โดยพบว่าประชากรมีอายุ 65 ปีขึ้นไป 7.4% และอายุ 60 ปีขึ้นไป 12% มีการคาดการณ์ว่าอีก 20 ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอด (Super Aged Society) กล่าวไว้ในอีก 7 ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (Aged Society) ในขณะที่มีแนวโน้มผู้สูงอายุอยู่คนเดียวหรืออยู่ลำพังกับคู่สมรสมากขึ้น ซึ่งมีผลต่อการให้การดูแลผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะการเจ็บป่วยเป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน หรือโรค

ไข่มุนในเส้นเลือดสูง ซึ่งโรคเหล่านี้มีแนวโน้มสูงขึ้นและเป็นโรคที่รักษาไม่หาย จึงทำให้มีความต้องการดูแลอย่างต่อเนื่องและระยะยาว และหลังจากการดำเนินงานตามแผนงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและผู้พิการระยะเวลา 1 ปี สำนักส่งเสริมกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข มีนโยบายด้านสุขภาพ จึงจัดทำ “โครงการสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุไทยปี พ.ศ.2556 ภายใต้แผนงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและผู้พิการ” โดยมุ่งเน้น เพื่อนำประโยชน์ที่ได้จากการดำเนินงานตามแผนงาน ไปปรับปรุงและพัฒนาแผนคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการระยะต่อไป (แผนงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและผู้พิการ, 2556) ต่อมาในปี พ.ศ.2558 พบว่า จังหวัดนครศรีธรรมราชมีจำนวนผู้สูงอายุทั้งหมด 232,722 คน ซึ่งพบว่า มีปัญหาผู้สูงอายุที่ยากจนและมีภาวะเสี่ยงดูบุตรหลาน จำนวน 9,904 คน 54.24% มีปัญหาผู้สูงอายุที่ยังไม่ได้แจ้งจดทะเบียนเพื่อรับเบี้ยยังชีพ ได้ไปแจ้งจดทะเบียนเพื่อรับเบี้ยยังชีพตามกำหนด จำนวน 4,820 คน 26.39% และมีผู้สูงอายุที่ไม่สามารถเข้าถึงบริการกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในด้านต่างๆ เช่น ด้านฝึกอาชีพ ด้านสุขภาพ และด้านนันทนาการ จำนวน 2,639 คน 14.45% (แผนยุทธศาสตร์ผู้สูงอายุจังหวัดนครศรีธรรมราช ปี 2558-2560)

จากปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม อำเภอมะเอนก จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยทำการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานและแนวทางในการวางแผนการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุในชุมชนให้มีพฤติกรรมดูแลสุขภาพที่เหมาะสม

### วิธีการศึกษา

**ประชากร (population)** ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม อำเภอมะเอนก จังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้งหมดจำนวน 457 คน (ข้อมูลจากเทศบาลตำบลท่างาม ณ วันที่ 27 กันยายน 2560)

**กลุ่มตัวอย่าง (sample)** ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม จำนวน 150 คน โดยคำนวณขนาดตัวอย่างจากสูตรทาโรยามาเน่ (Taro Yamane) (ธานินทร์,2552:45) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และใช้วิธีการเลือกตัวอย่างสุ่มแบบง่าย

**เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล**ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริม

สุขภาพตำบลบ้านท่างาม อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาด้วยการหาค่า IOC จากการให้คะแนนประเมินของผู้เชี่ยวชาญ และทำการตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) มีค่าเท่ากับ 0.78 ซึ่งแบบสอบถามมีความน่าเชื่อถือได้

**การเก็บรวบรวมข้อมูล** การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยเก็บแบบสอบถามผู้สูงอายุในหมู่ที่ 5 และหมู่ที่ 6 ในเขตความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม จำนวน 150 คน เป็นระยะเวลา 1 เดือนตั้งแต่วันที่ 1-30 ธันวาคม 2560 จากนั้นทำการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล กำหนดรหัสของข้อมูล และทำการบันทึกข้อมูลลงคอมพิวเตอร์ เพื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูล

**การวิเคราะห์ข้อมูล** ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยสถิติทดสอบไคสแควร์

### ผลการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็น การศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราชโดยทำการรวบรวมข้อมูลผู้สูงอายุ จำนวน 150 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีรายละเอียดดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 150 คน พบว่า เป็นผู้สูงอายุเพศหญิง 51.30% เป็นเพศชาย 48.70% มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี มากที่สุด 42.67% โดยส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส 74.70% มีสถานภาพหย่าร้าง/หม้าย 23.30% มีสถานภาพแยกกัน 1.30% และมีสถานภาพโสดน้อยที่สุด 0.70% ผู้สูงอายุเรียนจบชั้นประถมศึกษามากที่สุด 72.70% เป็นผู้สูงอายุไม่ได้เรียน 22.00% และเป็นผู้สูงอายุเรียนจบมัธยมขึ้นไป 5.3% ส่วนใหญ่มีครอบครัวเป็นผู้ดูแล 98.00% และไม่มีผู้ดูแล 2.00% ซึ่งผู้สูงอายุไม่มีโรคประจำตัว 28.00% และมีโรคประจำตัว 72.00% อาทิเช่น โรคความดันโลหิตสูง 22.70% โรคข้อเข่าเสื่อม 11.20% และโรคอื่นๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคหอบ โรคหัวใจ โรคภูมิแพ้ เป็นต้น 38.10% และผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีระดับความคิดเห็นต่อพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับมากโดยเฉลี่ยเท่ากับ 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

เท่ากับ 0.46 ซึ่งพบว่าส่วนใหญ่ผู้สูงอายุออกกำลังกายสม่ำเสมอ 60.00% ออกกำลังกาย บางครั้ง 32.70% และไม่ออกกำลังกายเลย 7.30% โดยผู้สูงอายุมักออกกำลังกายด้วยวิธีการเดิน แกว่งแขนหรือแกว่งขาประมาณ 30 นาที/วัน มีผู้สูงอายุไม่สูบบุหรี่ 66.70% สูบบุหรี่อย่าง สม่ำเสมอ 22.70% และสูบบุหรี่บางครั้ง 10.60% โดยผู้สูงอายุมักสูบบุหรี่ใ้บจากประมาณ 10-20 มวน/วัน ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุที่ไม่ดื่มสุรเลย 82.70% ดื่มสุรบางครั้ง 13.30% และดื่มสุร สม่ำเสมอ 4.00% โดยผู้สูงอายุมักดื่มเหล้าขาว 35 ดีกรีประมาณ 2-3 วัน/สัปดาห์ ผู้สูงอายุมี การตรวจสุขภาพสม่ำเสมอ 84.00% ตรวจสุขภาพบางครั้ง 6.00% และไม่ตรวจสุขภาพเลย 10.00% โดยผู้สูงอายุจะไปตรวจสุขภาพที่โรงพยาบาลมาราชและโรงพยาบาลส่งเสริม สุขภาพตำบลบ้านท่างามประมาณ 2 ครั้ง/ปีและผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการเข้าร่วมกิจกรรมของ หมู่บ้านอย่างสม่ำเสมอ 47.30% ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมของหมู่บ้านบางครั้ง 26.70% และ ผู้สูงอายุไม่เข้าร่วมกิจกรรมของหมู่บ้านเลย 26.00% โดยผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมการประชุม หมู่บ้านและเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุประมาณ 1 ครั้ง/เดือน

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพด้าน สภาพแวดล้อมอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการออกกำลังกาย ด้านการรับประทานอาหาร ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านการป้องกันโรค และด้านการ จัดการความเครียดน้อยที่สุด

และผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลพื้นฐานกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ด้านจิตใจและอารมณ์มีค่าสถิติไคสแควร์เท่ากับ 22.773 ( $P$ -value=0.040) อายุมี ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านสภาพสิ่งแวดล้อมมีค่าสถิติไคสแควร์ เท่ากับ 9.950 ( $P$ -value = 0.019) เพศมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้าน การจัดการความเครียดมีค่าสถิติไคสแควร์เท่ากับ 10.404 ( $P$ -value = 0.034)การดูแล ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการรับประทานอาหารมีค่าสถิติ ไคสแควร์เท่ากับ 9.570 ( $P$ -value = 0.048) โรคประจำตัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม สุขภาพของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมีค่าสถิติไคสแควร์เท่ากับ 6.516 ( $P$ -value = 0.038) โรคประจำตัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการ รับประทานอาหารมีค่าสถิติไคสแควร์เท่ากับ 13.872 ( $P$ -value = 0.008) และระดับ

การศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านสภาพสิ่งแวดล้อมมีค่าสถิติไคส  
แควร์เท่ากับ 35.997 ( $P$ -value=0.000) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

### วิจารณ์

จากการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ใน  
เขตความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม อำเภอเมือง จังหวัด  
นครศรีธรรมราชพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับ  
เนตรดาว (2557) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ  
ที่ว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลางซึ่งสอดคล้องกับ ภรณ์ และ  
วิมลฤดี (2558) ที่ศึกษาพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่ว่าผู้สูงอายุมีระดับพฤติกรรม  
การดูแลสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับมนทิญาและจรรยา (2558) ที่ว่าผู้สูงอายุ  
มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลางผู้สูงอายุมีระดับความคิดเห็นต่อพฤติกรรม  
สุขภาพอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับอนุสรณ์และคณะ (2558) ที่ว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรม  
ส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมากและอายุของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพด้าน  
จิตใจและอารมณ์และพฤติกรรมสุขภาพด้านสภาพสิ่งแวดล้อมโรคประจำตัวของผู้สูงอายุมี  
ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพด้านความสัมพันธ์ทางสังคมและพฤติกรรมสุขภาพด้านการ  
รับประทานอาหารการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์พฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหาร  
อาหาร เพศของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพด้านการจัดการความเครียดและ  
ระดับการศึกษาของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพด้านสภาพสิ่งแวดล้อม ซึ่ง  
สอดคล้องกับ นิทรา และศันสนีย์ (2559) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่  
ในชุมชน ที่ว่าปัจจัยโรคประจำตัวและระดับการศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ

### สรุป

จากผลการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขต  
ความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างาม ตำบลท่าจั่ว อำเภอเมือง จังหวัด  
นครศรีธรรมราช สามารถสรุปผลได้ดังนี้

ผู้สูงอายุเป็นเพศหญิง 51.30% เป็นเพศชาย 48.70% มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี มาก  
ที่สุด 42.67% โดยส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส 74.70% เรียนจบชั้นประถมศึกษา 72.70% มี

ครอบครัวเป็นผู้ดูแล 98.00% มีโรคประจำตัว 72.00% และส่วนใหญ่มีสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง 50.60%

ผู้สูงอายุมีระดับความคิดเห็นต่อพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับมากโดยเฉลี่ยเท่ากับ 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.46 ซึ่งส่วนใหญ่ผู้สูงอายุออกกำลังกายสม่ำเสมอ 60.00% โดยผู้สูงอายุมักออกกำลังกายด้วยวิธีการเดินแกว่งแขนหรือแกว่งขาประมาณ 30 นาที/วัน มีผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ 66.70% และไม่ดื่มสุราเลย 82.70% ผู้สูงอายุมีการตรวจสุขภาพสม่ำเสมอ 84.00% โดยผู้สูงอายุจะไปตรวจสุขภาพที่โรงพยาบาลมาราชและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างามประมาณ 2 ครั้ง/ปีและยังพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการเข้าร่วมกิจกรรมของหมู่บ้านอย่างสม่ำเสมอ 47.30% โดยผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมการประชุมหมู่บ้านและเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุประมาณ 1 ครั้ง/เดือน และผู้สูงอายุมีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพด้านสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการออกกำลังกายด้านการรับประทานอาหาร ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านการป้องกันโรค และด้านการจัดการความเครียดน้อยที่สุด

ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลพื้นฐานกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุพบว่า พฤติกรรมสุขภาพด้านจิตใจและอารมณ์มีความสัมพันธ์กับอายุ พฤติกรรมสุขภาพด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมีความสัมพันธ์กับโรคประจำตัว พฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหารมีความสัมพันธ์การดูแลผู้สูงอายุและโรคประจำตัว พฤติกรรมสุขภาพด้านการจัดการความเครียดมีความสัมพันธ์กับเพศ และพฤติกรรมสุขภาพด้านสภาพสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับอายุและระดับการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

### ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ควรศึกษาประสิทธิภาพของการดูแลผู้สูงอายุ โดยการนำปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุไปเป็นแนวทางในการดำเนินการวิจัย
2. ในการศึกษาครั้งนี้ศึกษาในกลุ่มผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่างามเท่านั้น ควรทำการศึกษากลุ่มผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลอื่นเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง และนำไปวางแผนในการปรับปรุงและพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุ

### เอกสารอ้างอิง

- กนกทิพย์ พัฒนาพัวพัน. 2554. สถิติเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 6. สำนักพิมพ์ไพบูลย์เซียวิ,  
กรุงเทพมหานคร.
- กัลยา วานิชย์บัญชา. 2554. หลักการสถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 13. บริษัทธรรมสารจำกัด,  
กรุงเทพมหานคร.
- ธานินทร์ ศิลป์จารุ. 2552. การวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS. พิมพ์ครั้งที่ 10.  
ปิสชินเนสอาร์แอนด์ดี, กรุงเทพมหานคร.
- นิทรา กิจธีระวุฒิมิวงษ์, และศันสนีย์ เมฆรุ่งเรืองวงศ์. 2559. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพของ  
ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชน. วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา. 11(1): 65.
- เนตรดาว จิตโสภาคกุล. 2557. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุใน  
ชุมชนหมู่ที่ 6 ตำบลบึงศาล อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก. วารสารวิชาการ  
มหาวิทยาลัยปทุมธานี. 6(3): 171.
- ภรณ์ ตั้งสุรัตน์. 2558. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลบางเมือง  
อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ. วารสารเผยแพร่ความรู้ทางวิชาการและงานวิจัย. 20.
- มนทิญา กงลา และจรรยา กงลา. 2558. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขต  
รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าโฮ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี.  
วารสารวิชาการงานวิจัย. 2: ภาคโปสเตอร์.
- อนุสรณ์ เป้าสูงเนิน วาริน แนวกลาง วีรยา ย่อยกระโทก สมพิช คามณี อรรอุมา เดชทุ่งคา  
และอารญา สิมมา. 2558. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่  
รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกุดจิกอำเภอสูงเนิน จังหวัด  
นครราชสีมา. วารสารวิชาการ. น. 1339-1349. ใน: การประชุมมหาดใหญ่วิชาการ  
ระดับชาติ. ครั้งที่ 6 วันที่ 26 มิถุนายน 2558. มหาวิทยาลัยหาดใหญ่, สงขลา.