



## สารบัญ

|   | หน้า |
|---|------|
| สารบัญ  | [7]  |
| สารบัญรูป   | [12] |
| สารบัญตาราง   | [13] |
| <b>บทที่ 1 ประชากรสูงอายุ: แนวโน้มและประเด็นการดูแลผู้สูงอายุ</b>     |      |
| <i>ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นาริรัตน์ จิตรมนตรี</i>                     | 1    |
| ความเป็นมาของผู้สูงอายุ   | 1    |
| ความสูงอายุ   | 1    |
| วิทยาการว่าด้วยความสูงอายุ เวชศาสตร์ผู้สูงอายุ และการพยาบาลผู้สูงอายุ | 2    |
| โครงสร้างประชากรและสถานการณ์ประชากรสูงอายุไทย                         | 2    |
| สุขภาพกายผู้สูงอายุไทย  | 3    |
| สุขภาพจิตของผู้สูงอายุไทย   | 5    |
| การดูแล สวัสดิการ และการเกื้อหนุนประชากรสูงอายุไทย                    | 5    |
| การดำเนินงานที่สำคัญของรัฐเพื่อผู้สูงอายุใน 2-3 ทศวรรษที่ผ่านมา       | 6    |
| การจัดบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ                                    | 7    |
| ปฏิญญาผู้สูงอายุไทย   | 8    |
| แนวโน้มและประเด็นการดูแลผู้สูงอายุ                                    | 9    |
| แผนการดำเนินงานระยะยาวของรัฐเพื่อผู้สูงอายุ                           | 13   |
| แนวคิดการนำแผนระยะยาวและนโยบายของรัฐสู่การปฏิบัติ                     | 15   |
| <b>บทที่ 2 ภาวะความเจ็บป่วยและมโนทัศน์การพยาบาลผู้สูงอายุ</b>         |      |
| <i>รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ</i>                           | 19   |
| ภาวะความเจ็บป่วย  | 19   |
| ลักษณะเฉพาะของผู้สูงอายุเมื่อเกิดความเจ็บป่วย                         | 20   |
| ปฏิกริยาการตอบสนองต่อภาวะความเจ็บป่วยในผู้สูงอายุ                     | 21   |
| ระดับการดูแลผู้สูงอายุ  | 22   |
| แนวคิดการดูแลผู้สูงอายุในภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง                         | 22   |
| หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ   | 25   |
| คุณสมบัติของพยาบาล  | 26   |
| เจตคติของพยาบาลต่อผู้สูงอายุ  | 26   |
| ประเด็นปัญหาในการพยาบาลผู้สูงอายุ                                     | 27   |
| การพัฒนาคุณภาพการพยาบาลผู้สูงอายุ                                     | 28   |
| มาตรฐานการพยาบาลผู้สูงอายุ  | 31   |



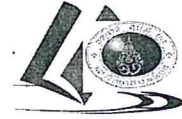
|  |    |
|--|----|
| <b>บทที่ 3 ทฤษฎีความสูงอายุ</b>  |    |
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นาวิรัตน์ จิตรมนตรี                                   | 35 |
| ทฤษฎีทางชีวภาพ   | 36 |
| ทฤษฎีอนุมูลอิสระ   | 36 |
| ทฤษฎีการเชื่อมตามขวาง หรือทฤษฎีคอลลาเจน                                      | 37 |
| ทฤษฎีการเสื่อมสลาย   | 37 |
| ทฤษฎีพันธุกรรม   | 37 |
| ทฤษฎีระบบประสาท/ต่อมไร้ท่อและภูมิคุ้มกัน                                     | 38 |
| ทฤษฎีทางจิตสังคม   | 39 |
| ทฤษฎีการถดถอย  | 39 |
| ทฤษฎีกิจกรรม   | 39 |
| ทฤษฎีความต่อเนื่อง   | 40 |
| แนวคิดพัฒนกิจชีวิตของอีริคสัน  | 40 |
| แนวคิดของเพค   | 41 |
| การประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสูงอายุทางการแพทย์ผู้สูงอายุ                          | 41 |
| <b>บทที่ 4 การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและสรีรวิทยาในผู้สูงอายุ</b>               |    |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ   | 45 |
| ระบบผิวหนัง  | 45 |
| ระบบประสาทและประสาทสัมผัส  | 46 |
| ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก  | 48 |
| ระบบหัวใจและหลอดเลือด  | 48 |
| ระบบทางเดินหายใจ   | 50 |
| ระบบทางเดินอาหาร   | 51 |
| ระบบทางเดินปัสสาวะ และระบบสืบพันธุ์  | 52 |
| ระบบต่อมไร้ท่อ   | 53 |
| ปัญหา สาเหตุ และการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันหรือชะลอความเสื่อมในผู้สูงอายุ      | 54 |
| <b>บทที่ 5 การเปลี่ยนแปลงทางจิตสังคม จิตวิญญาณ และการปรับตัวในผู้สูงอายุ</b> |    |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ   | 59 |
| การเปลี่ยนแปลงทางจิตสังคมในผู้สูงอายุ  | 60 |
| สาเหตุและปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางจิตสังคมในผู้สูงอายุ                | 64 |
| จิตวิญญาณในผู้สูงอายุ  | 66 |
| การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิญญาณในผู้สูงอายุ                                   | 67 |
| การปรับตัวในผู้สูงอายุ   | 68 |



|  |     |
|--|-----|
| การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมในผู้สูงอายุ                          | 68  |
| การประเมินภาวะจิตสังคมและจิตวิญญาณในผู้สูงอายุ                 | 69  |
| การพยาบาลทางด้านจิตสังคมและจิตวิญญาณในผู้สูงอายุ               | 70  |
| <b>บทที่ 6 การประเมินผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ</b>             |     |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ                           | 75  |
| มิติการประเมินผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ                        | 75  |
| การประเมินสุขภาพด้านร่างกาย                                    | 76  |
| การประเมินสุขภาพด้านจิตใจ                                      | 78  |
| การประเมินด้านสติปัญญา   | 79  |
| การประเมินด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม                              | 83  |
| การประเมินระบบสนับสนุนทางสังคม                                 | 83  |
| การประเมินความสามารถในการทำหน้าที่                             | 83  |
| <b>บทที่ 7 การพยาบาลเพื่อการดูแลตนเองของผู้สูงอายุภาวะปกติ</b> |     |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ                           | 89  |
| การดูแลตนเองตามกรอบแนวคิดของโอเรม                              | 89  |
| การดูแลตนเองของผู้สูงอายุภาวะปกติ                              | 92  |
| ด้านโภชนาการ   | 92  |
| ด้านการออกกำลังกาย   | 93  |
| ด้านการพักผ่อนนอนหลับ  | 96  |
| ด้านการขับถ่าย   | 97  |
| ด้านการใช้ยา   | 98  |
| ด้านอุบัติเหตุ   | 99  |
| ด้านการดูแลสุขภาพโดยทั่วไป                                     | 100 |
| ด้านการดูแลและส่งเสริมสุขภาพจิต                                | 101 |
| การพยาบาลเพื่อการดูแลตนเองของผู้สูงอายุภาวะปกติ                | 102 |
| กระบวนการพยาบาลเพื่อการดูแลตนเองของผู้สูงอายุภาวะปกติ          | 104 |
| <b>บทที่ 8 การฟื้นฟูสภาพในผู้สูงอายุ</b>                       |     |
| รองศาสตราจารย์ สมจินต์ เพชรพันธุ์ศรี                           | 107 |
| แนวคิดการฟื้นฟูสภาพในผู้สูงอายุ                                | 107 |
| ความหมายของการฟื้นฟูสภาพ                                       | 108 |
| ความสำคัญของการฟื้นฟูสภาพต่อผู้สูงอายุ                         | 108 |
| การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการฟื้นฟูสภาพ        | 109 |
| งานฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุ  | 110 |



|   |     |
|---|-----|
| ทีมสหสาขาวิชาชีพในการฟื้นฟูสภาพ   | 115 |
| พยายาบาลกับการฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุ  | 116 |
| การวางแผนการพยายาบาลเพื่อการฟื้นฟูสภาพ  | 117 |
| การจำหน่ายและการส่งต่อ  | 121 |
| <b>บทที่ 9 การพยายาบาลผู้ป่วยสูงอายุแบบประคับประคองจนถึงระยะสุดท้ายของชีวิต</b> |     |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ  | 123 |
| การดูแลแบบประคับประคอง  | 123 |
| ความตาย   | 125 |
| อาการแสดงของผู้ป่วยสูงอายุระยะสุดท้ายใกล้ตาย                                    | 126 |
| การพยายาบาลผู้ป่วยสูงอายุระยะสุดท้ายใกล้ตาย                                     | 126 |
| การดูแลประคับประคองจิตใจญาติผู้ป่วย   | 130 |
| การพยายาบาลภายหลังผู้ป่วยสูงอายุเสียชีวิต                                       | 131 |
| <b>บทที่ 10 การพยายาบาลผู้สูงอายุที่มีความเจ็บปวด</b>                           |     |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ  | 133 |
| ความหมายของความเจ็บปวด  | 134 |
| ปัจจัยที่มีผลต่อความเจ็บปวด   | 134 |
| สาเหตุของความเจ็บปวด  | 134 |
| ชนิดของความเจ็บปวด  | 135 |
| การตอบสนองต่อความเจ็บปวด อาการและอาการแสดงของผู้สูงอายุ                         | 136 |
| การประเมินความเจ็บปวดของผู้สูงอายุ  | 137 |
| การจัดการความเจ็บปวดของผู้สูงอายุ   | 138 |
| การพยายาบาลเพื่อลดความเจ็บปวดของผู้สูงอายุ                                      | 141 |
| <b>บทที่ 11 การพยายาบาลผู้สูงอายุตามกลุ่มอาการที่พบบ่อย</b>                     |     |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ  | 147 |
| รองศาสตราจารย์ สมจินต์ เพชรพันธุ์ศรี  |     |
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นาริรัตน์ จิตรมนตรี                                      |     |
| ภาวะสับสนเฉียบพลัน  | 147 |
| ภาวะสมองเสื่อม  | 150 |
| ภาวะซึมเศร้า  | 158 |
| ภาวะกระดูกพรุน  | 166 |
| ข้อเสื่อม   | 172 |
| โรคของหลอดเลือดแดงส่วนปลายตีบตัน  | 179 |
| อาการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ในผู้สูงอายุ  | 184 |
| การหกล้มในผู้สูงอายุ  | 195 |
| การทำร้ายผู้สูงอายุ   | 209 |



|  |     |
|--|-----|
| <b>บทที่ 12 การพยาบาลผู้สูงอายุที่มีปัญหาโรคเรื้อรัง</b> |     |
| รองศาสตราจารย์ ดร. วิไลวรรณ ทองเจริญ                     | 215 |
| โรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน                                | 215 |
| ภาวะความดันโลหิตสูง                                      | 235 |
| โรคระบบทางเดินหายใจ                                      | 246 |
| โรคปอดอุดกั้นอย่างเรื้อรัง                               | 246 |
| โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง                                  | 247 |
| โรคถุงลมโป่งพอง  | 248 |
| โรคปอดอักเสบ   | 260 |
| โรคมะเร็งปอด   | 264 |
| <b>บทที่ 13 ระบบการดูแลและระบบสวัสดิการผู้สูงอายุ</b>    |     |
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นาวิรัตน์ จิตรมนตรี               | 269 |
| ระบบสนับสนุนทางสังคมในการดูแลผู้สูงอายุ                  | 270 |
| กรอบแนวคิดการจัดระบบการดูแลผู้สูงอายุ                    | 271 |
| ระบบบริการสำหรับผู้สูงอายุ                               | 271 |
| การดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน                                 | 272 |
| การดูแลผู้สูงอายุโดยสถาบัน                               | 281 |
| การดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชน                                | 282 |
| รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชน                          | 283 |
| ศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน                  | 285 |
| บทบาทของพยาบาลในการสนับสนุนการดูแลผู้สูงอายุของชุมชน     | 286 |
| ระบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว                             | 287 |
| ระบบสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ                            | 292 |