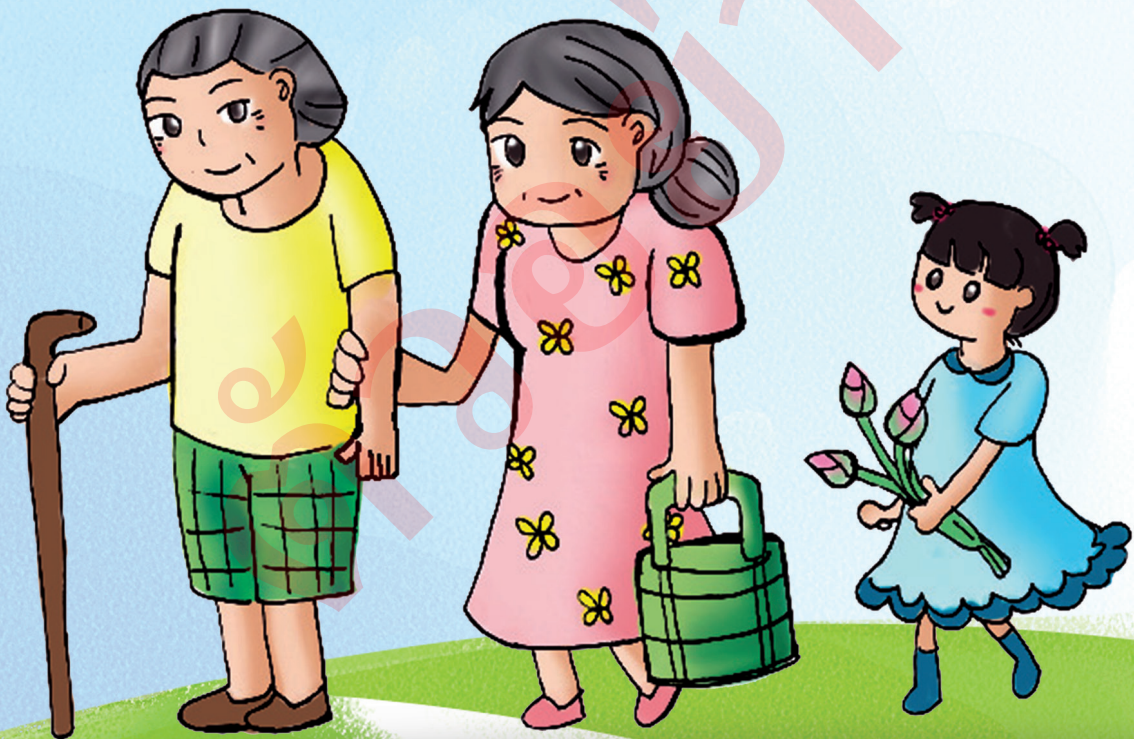




สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

# กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ (Physical Therapy for Older People)

ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 3



ดร.ไพวรรณ สัทธานนท์

หนังสือที่ได้รับทุนสนับสนุนการเขียนตำราจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พ.ศ. 2558

# สารบัญ

สารบัญตาราง	(9)
สารบัญรูป	(10)
คำนำ	(13)
<b>บทนำ</b>	<b>1</b>
<b>บทที่ 1 ประชากรผู้สูงอายุ</b>	<b>3</b>
1. ความหมาย, คำจำกัดความของคำว่า “ผู้สูงอายุ”, “สังคมผู้สูงอายุ”	4
2. รายงานสถิติประชากร (ระดับประเทศ ภูมิภาค โลก)	6
3. ผลกระทบจากสังคมผู้สูงอายุ และการเตรียมรับสังคมผู้สูงอายุ	6
<b>บทที่ 2 การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้าง และสรีรวิทยาในผู้สูงอายุ</b>	<b>9</b>
1. การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้าง และสรีรวิทยาที่เกิดขึ้นในระบบต่างๆ ของร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ โรค และภาวะจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ และบทบาทของนักกายภาพบำบัด	10
2. การตรวจประเมินสุขภาพของผู้สูงอายุด้านต่างๆ แบบองค์รวม	26
<b>บทที่ 3 ปัญหาการล้มในผู้สูงอายุ</b>	<b>29</b>
1. ความหมาย, คำจำกัดความของคำว่า “ล้มในผู้สูงอายุ”	30
2. ลักษณะ/รูปแบบ และสถานที่เกิดการล้มในผู้สูงอายุ	31
3. ผลกระทบจากการล้ม	31
4. ปัจจัยเสี่ยงการล้มในผู้สูงอายุ	33
5. การตรวจประเมินความเสี่ยงการล้ม	37
6. การจัดการและการป้องกันการล้ม	43
7. บทบาทของนักกายภาพบำบัด	46

บทที่ 4 ปัญหาด้านระบบกระดูก และกล้ามเนื้อที่สำคัญ	
ในผู้สูงอายุ: ภาวะข้อเสื่อม (Osteoarthritis)	49
1. ภาวะ และโรคจากความเสื่อมทางระบบกระดูก และกล้ามเนื้อที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ	50
2. บทบาทของนักกายภาพบำบัด	52
บทที่ 5 ภาวะ และโรคจากความเสื่อมทางระบบประสาทที่สำคัญในผู้สูงอายุ	61
1. โรคพาร์กินสัน (Parkinson's disease)	62
2. ภาวะสมองเสื่อม (Dementia)	68
บทที่ 6 ระบบสาธารณสุข สวัสดิการ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านผู้สูงอายุ	75
1. ระบบบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุของประเทศไทย และต่างประเทศ	76
2. ภาวะพึ่งพาของผู้สูงอายุระดับต่างๆ	76
3. องค์กร/หน่วยงานด้านผู้สูงอายุในประเทศไทย	78
4. บทบาทของบุคลากรทางการแพทย์	81
เอกสารอ้างอิง	83
ดัชนี	94

# คำนำ

ตำราเรื่อง กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ (Physical Therapy for Older People) เป็นแหล่งข้อมูลความรู้สำคัญในการเรียนการสอนวิชา กภ.441 กายภาพบำบัดในสภาวะพิเศษ (Physical therapy in special conditions) สำหรับนักศึกษากายภาพบำบัด หลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขากายภาพบำบัด และวิชา กภ.741 กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ (Geriatric physical therapy) สำหรับนักศึกษากายภาพบำบัด หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขา กายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และเป็นแหล่งความรู้เสริมสำหรับนักศึกษากายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยต่างๆ

ตำราเล่มนี้เกี่ยวข้องกับกายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ ครอบคลุมเนื้อหาความรู้พื้นฐานด้านการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างและสรีรวิทยาในผู้สูงอายุในระบบต่างๆ ของร่างกาย ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวข้องกับโรค หรือภาวะหรือความบกพร่องที่เกิดเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว นอกจากนี้เนื้อหาครอบคลุมในเรื่อง พยาธิสภาพ อาการ และอาการแสดง ปัญหา และบทบาทของนักกายภาพบำบัดในด้านการตรวจประเมิน การรักษา การส่งเสริม การป้องกัน และการให้ความรู้ ในโรค/ภาวะความบกพร่อง/ปัญหาด้านสุขภาพที่สำคัญในผู้สูงอายุ ได้แก่ กลุ่มโรค/ความบกพร่องด้านระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ กลุ่มโรค/ความบกพร่องด้านระบบประสาท รวมถึงปัญหาด้านการล้มในผู้สูงอายุ

ผู้เขียนหวังว่าตำราเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ทั้งต่อนักศึกษากายภาพบำบัด นักกายภาพบำบัด บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข และบุคคลทั่วไป โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแล รักษา และส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสม นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ผู้เขียนขอขอบพระคุณมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ที่ให้ทุนสนับสนุนการเขียนตำรา และขอขอบพระคุณสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ที่จัดพิมพ์ตำราเล่มนี้ด้วยความใส่ใจในทุกขั้นตอน หากมีข้อผิดพลาดประการใด ผู้เขียนขอน้อมรับและขออภัยมา ณ ที่นี้ด้วย

ดร.ไพพลวรรณ สัทธานนท์

## 1. การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้าง และสรีรวิทยาที่เกิดขึ้นในระบบต่างๆ ของร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ โรค และภาวะจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ และบทบาทของนักกายภาพบำบัด

การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้าง และสรีรวิทยาของร่างกายในผู้สูงอายุเนื่องมาจาก ขบวนการเสื่อมถอยที่เกิดขึ้นเป็นปกติเนื่องจากอายุที่มากขึ้น (Normal ageing processes) โดยไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากโรคหรือความผิดปกติอื่นๆ โดยทั่วไปต้องมีลักษณะที่สำคัญ 5 ข้อ<sup>(1)</sup>

1. การเปลี่ยนแปลงนั้นเกิดในได้ในทุกคน (Universal)
2. การเปลี่ยนแปลงหรือการเสื่อมถอยมีสาเหตุจากปัจจัยภายใน เช่น อายุ พันธุกรรม โดยที่สิ่งแวดล้อมไม่ส่งผลกระทบ (Intrinsic)
3. การเปลี่ยนแปลงแบบที่เพิ่มระดับความรุนแรงมากขึ้น (ไม่ได้เกิดขึ้นในบางสภาวะ หรือ สถานการณ์) (Progressive and gradual process)
4. การเปลี่ยนแปลงหรือเสื่อมถอยที่เกิดขึ้นแล้วไม่สามารถเปลี่ยนแปลงกลับเป็นปกติเหมือน เดิมได้ (Irreversible)
5. การเปลี่ยนแปลงนั้นมักจะนำไปสู่การบกพร่อง หรือสูญเสียความสามารถในการทำงาน/ หน้าที่ หรืออาจเป็นสาเหตุให้เกิดอันตรายต่อบุคคลนั้น (Deleterious)

การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย สามารถแบ่งได้ตามระบบต่างๆ ดังต่อไปนี้

### 1.1 ระบบปกคลุมร่างกาย (Integumentary system)

ระบบปกคลุมร่างกาย หมายถึง ภาวะที่ปกคลุมอยู่นอกสุดของร่างกาย ได้แก่ ผิวหนัง ซึ่งรวมถึง เล็บ ผม/ขน รูขุมขน ต่อมไขมัน ต่อมเหงื่อ ระบบปกคลุมร่างกายมีหน้าที่ดังต่อไปนี้

- ป้องกันอันตรายจากสิ่งแวดล้อมภายนอก เช่น ความร้อน ความเย็น สารเคมี แรงกระแทก (ชั้นไขมันมีส่วนช่วยในการดูดซับแรงกระแทก) รวมถึงเชื้อโรค อีกทั้งยังช่วยป้องกันไม่ให้น้ำระเหยออกจากร่างกายมากเกินไป

- รับความรู้สึก ผิวหนังมีตัวรับความรู้สึก (Sensory receptors) สามารถรับความรู้สึก ร้อน เย็น (Temperature) แรงกด (Pressure) สัมผัส (Light touch) และความเจ็บปวด (Pain)

- ควบคุมสมดุลความร้อนของร่างกาย โดยการทำงานของต่อมเหงื่อ ขน เส้นเลือดฝอย และชั้นไขมันใต้ผิวหนังนอกจากนี้เหงื่อยังมีส่วนช่วยในการขับเกลือส่วนเกิน และของเสียออกจาก ร่างกาย

ปฏิเสธไม่ได้ว่านอกจากค่าใช้จ่ายโดยตรงจากการรักษาพยาบาลแล้ว ภาระการดูแลผู้สูงอายุในรายชื่อความสามารถด้านการเคลื่อนไหว หรือความเชื่อมั่นในการทำกิจวัตรประจำวันด้วยตัวเองลดลง ส่งผลกระทระยะยาวทั้งต่อระดับครอบครัว ชุมชน สังคม และระดับประเทศ

## 4. ปัจจัยเสี่ยงการล้ในผู้สูงอายุ

ปัจจัยเสี่ยงการล้ หมายถึง ปัจจัยที่เพิ่มโอกาสให้เกิดการล้ในผู้สูงอายุมากขึ้นเมื่อเทียบกับเมื่อไม่มีปัจจัยเหล่านั้น สามารถแบ่งเป็น ปัจจัยเสี่ยงภายใน และปัจจัยเสี่ยงภายนอก<sup>(55)</sup>

**4.1 ปัจจัยเสี่ยงภายใน (Intrinsic factors)** โดยสรุปสามารถแบ่งปัจจัยเสี่ยงการล้ได้ดังนี้

ด้านร่างกาย ที่พบได้บ่อยและสรุปจากรายงานงานวิจัยประเภทการทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบ (Systematic review) ในเรื่องปัจจัยเสี่ยงการล้ในผู้สูงอายุ<sup>(64)</sup> และรายงานการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับภาวะหรือโรคที่ส่งผลเพิ่มความเสี่ยงการล้ในผู้สูงอายุ<sup>(65)</sup> ได้แก่

- อายุ (Age)
- เพศหญิง (Female)
- ประวัติการล้ที่ผ่านมา (Previous falls history)
- กล้ามเนื้ออ่อนแรง (Muscle weakness)
- ความสามารถด้านการทรงตัวบกพร่อง (Balance deficit)
- ความสามารถด้านการเดินบกพร่อง (Gait deficit)
- ความสามารถด้านการมองเห็นบกพร่อง (Visual deficit)
- ความสามารถด้านการเคลื่อนไหวจำกัด (Mobility limitation)
- ระดับความสามารถการทำงานบกพร่อง (Impaired functional ability)
- ความดันโลหิตต่ำเมื่อเปลี่ยนแปลงท่าทาง (Postural hypotension)
- โรคและ/หรือภาวะต่อไปนี้<sup>(65)</sup>
  - ข้อเสื่อม (Arthropathy)
  - โรคพาร์กินสัน (Parkinson's disease)
  - โรคหลอดเลือดสมอง (Cerebrovascular disease, stroke)
  - โรคหัวใจ (Cardiac conditions)
  - ภาวะซึมเศร้า (Depression)
  - ภาวะปลายประสาทอักเสบ (Peripheral neuropathy)
  - ภาวะสมองเสื่อม (Dementia)



**สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)**  
Health Systems Research Institute (HSRI)



มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย  
Foundation of Thai Geriatrics Research and Development Society

# มีจ้จ้มเสี้มงการล้่ม แล้การม้องกััน

## ✓ DO



1. ออกก้าล้งกาย  
ทำกิจกรรมทางกาย  
สม้าเสมอ

2. ไปหาหมอทุกคร้ัง  
น้ายาที่กินอยู่ไปให้หมอดูด้วย



3. กินยาถูกต้อง  
ตามหมอสั่ง

4. ตรวจจับศยาดตา  
อย่่างน้อยทุกปี



5. รับประทานอาหาร  
ครบห้าหมู่  
อาหารที่มีแคลเซียมสูง  
เช่น นม ปลา

ผศ.ดร. ไพอรรรณ สั้ธานนถ์ และคณะวิจัยโครงการล้่มในผู้สูงอายุไทย  
โครงการวิจัยเรื่ง "การล้่มในผู้สูงอายุไทยในเขตเมืองและชานเมือง:  
อุปติการณ้ ป้จจ้ยเสี้ง การจั้ดการและการป้องกััน"

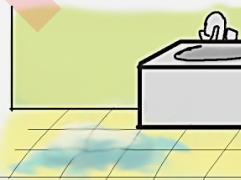
## ✗ DON'T

1. วางของเกะกะ  
โดยเฉพาะบริเวณ  
ทางเดิน



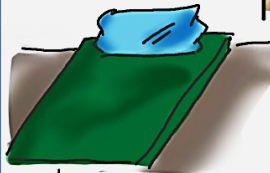
2. โต๊ะ เก้าอี้  
ที่ไม่มั่นคงแข็งแรง

3. พื้นห้องน้า ห้องครัว  
เปียก ล้ิน



4. รองเท้าไม่เหมาะสม  
ขาด หลวม

5. พื้นที่แตกต่างกัน



6. นอนพื้น  
(ถ้านอนพื้น  
ต้องลุกขึ้นช้าๆ)

7. ดื่่มสุรา  
โดยเฉพาะเมื่้อต้องกินยา  
เป็นประจ้า




รูปที่ 3-8 ตัวอย่างการจัดการและป้องกัันการล้่ม

ที่มา: ไพอรรรณ สั้ธานนถ์และคณะ รายงานผลงานวิจัยเรื่ง การล้่มในผู้สูงอายุไทยในเขตเมืองและชานเมือง:  
อุปติการณ้ ป้จจ้ยเสี้ง การจั้ดการและการป้องกััน พ.ศ. 2558



**สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)**  
Health Systems Research Institute (HSRI)





**อบอุ่นร่างกาย - ลำตัว**  
จำนวนครั้ง 5-10 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 1-3 รอบ/ วัน

มือทั้งสองข้างวางบริเวณหลังส่วนล่าง แอนลำตัวไปด้านหลังให้รู้สึกตึง โดยไม่รู้สึกรัดหรือเจ็บ ทำอย่างช้าๆ



**กระดกข้อเท้าขึ้น-ดึบปลายเท้าลง**  
จำนวนครั้ง 10-20 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 1-3 รอบ/ วัน



นั่งบนเก้าอี้ที่มีพนักพิง เหยียดขาขึ้นและกระดกข้อเท้าขึ้น สลับกับดึบปลายเท้าลงอย่างช้าๆ ทำทีละข้าง



**กลัมนึงอกางสะโพก**  
จำนวนครั้ง 10-20 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 1-3 รอบ/ วัน

ยืนใกล้กำแพงหรือจับโต๊ะ เพื่อป้องกันการล้ม ยืนกางขาไปทางด้านข้างและกลัมนึงอกางอย่างช้าๆ ทีละข้าง

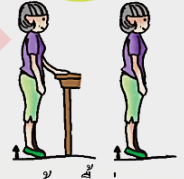
**หลักการการออกกำลังกาย**  
โดยคำนึงถึงความปลอดภัยเป็นสิ่งสำคัญ

1. ทุกครั้งที่ออกกำลังกาย ให้อยู่ใกล้กำแพงหรือโต๊ะที่มั่นคง (สามารถจับได้เมื่อเกิดความไม่มั่นคงหรือใกล้ล้ม)
2. เลือกทำออกกำลังกายที่เหมาะสมกับความสามารถของตนเอง
3. ทุกท่าการออกกำลังกายควรทำอย่างช้าๆ
4. หากไม่สบาย สามารถหยุดการออกกำลังกายได้
5. หากออกกำลังกายแล้วมีอาการดังต่อไปนี้ ให้หยุดและปรึกษาแพทย์ทันที
  - \* เวียนศีรษะ
  - \* เจ็บหน้าอก
  - \* หายใจถี่หอบเหนื่อย
6. ออกกำลังกาย 4 วัน/ สัปดาห์ (วันเว้นวัน)



**กลัมนึงขาด้านหลัง**  
จำนวนครั้ง 10-20 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 1-3 รอบ/ วัน

ยืนใกล้กำแพงหรือจับโต๊ะที่มั่นคง (เดือเวลาจะล้ม) ยืนเอียงไปทางด้านหลังและวางลงอย่างช้าๆ



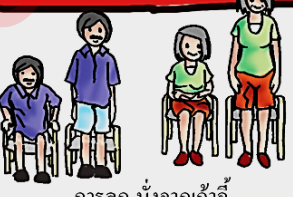
**กลัมนึงน่อง**  
จำนวนครั้ง 10-20 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 1-3 รอบ/ วัน

ยืนใกล้กำแพงหรือจับโต๊ะที่มั่นคงเพื่อป้องกันการล้ม ยืนเอียงปลายเท้าขึ้นและลงอย่างช้าๆ



**กลัมนึงหน้าขา**  
จำนวนครั้ง 10-20 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 1-3 รอบ/ วัน

นั่งบนเก้าอี้ที่มีพนักพิง เหยียดขาขึ้นและลงอย่างช้าๆ ทำทีละข้าง (หากรู้สึกเจ็บเข้าให้เหยียดขาเท่าที่ไม่เจ็บ)



**การลุก-นั่งจากเก้าอี้**  
จำนวนครั้ง 5-10 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 1-3 รอบ/ วัน

นั่งบนเก้าอี้ที่มีพนักพิง ลุกขึ้นยืนโดยใช้มือช่วยยันตัวขึ้นอย่างช้าๆ (หากรู้สึกเจ็บเข้า ไม่ควรทำท่านี้) ทำให้ยาก/ทำท่ายากขึ้นโดย: ลุกขึ้นยืนโดยไม่ใช้มือช่วยยันตัวขึ้นอย่างช้าๆ (ใช้กำลังขาทั้งหมด)



**การทรงตัวในท่ายืนแบบต่อเท้า**  
จำนวนครั้ง 5-10 ครั้ง/ รอบ  
จำนวนรอบ 3 รอบ/ วัน

ยืนใกล้กำแพงหรือจับโต๊ะที่มั่นคง เพื่อป้องกันการล้ม ยืนทรงตัวโดยวางเท้าต่อกัน (ยืนนาน 10-20 วินาที)

โครงการวิจัยเรื่อง "การลัมในผู้สูงอายุไทยในเขตเมืองและชนบท" วัตถุประสงค์: อนุรักษ์สุขภาพ การจัดการและการป้องกัน

ศ.ดร. โพลวรรณ สัทธานนท์ และคณะวิจัยโครงการวิจัยการลัมในผู้สูงอายุไทย

**รูปที่ 3-10** ตัวอย่างการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมความแข็งแรง และความสามารถในการทรงตัว

ที่มา: โพลวรรณ สัทธานนท์และคณะ รายงานผลงานวิจัยเรื่อง การลัมในผู้สูงอายุไทยในเขตเมืองและชนบท: อนุรักษ์สุขภาพ อนุรักษ์สุขภาพ การจัดการและการป้องกัน พ.ศ. 2558



## 1. กาะ: และโรครากความเสื่อมทางระบบกระดูก และกล้ามเนื้อที่พบได้บ่อย ในผู้สูงอายุ

โรคที่เกิดจากความเสื่อมของระบบกระดูก และกล้ามเนื้อที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ ได้แก่ ภาวะข้อเสื่อม (Osteoarthritis)<sup>(32), (90), (91)</sup>

Osteoarthritis (OA) is “a degenerative joint disease involving the cartilage and many of its surrounding tissues.”<sup>(90)</sup> คือ โรคที่เกิดจากความเสื่อมของข้อต่อ โครงสร้างที่มีการเปลี่ยนแปลงเนื่องจากความเสื่อมอย่างชัดเจน ได้แก่ กระดูกอ่อนผิวข้อ (Articular cartilage) และเนื้อเยื่อบริเวณรอบๆ ข้อต่อ<sup>(92)</sup> ซึ่งมักเกิดกับข้อต่อที่มีหน้าที่รับน้ำหนักของร่างกาย ได้แก่ ข้อสะโพก ข้อเข่า และข้อเท้า ซึ่งภาวะข้อเสื่อมนี้ถือว่าเป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาความบกพร่องหรือพิการของรยางค์ขา และส่งผลต่อการเคลื่อนไหวในผู้สูงอายุ<sup>(91), (93)</sup>

### 1.1 พยาธิสภาพ

เกิดจากความเสื่อมสภาพ และถูกทำลาย หรือสูญเสียกระดูกอ่อนผิวข้อ (Articular cartilage) และเนื้อเยื่อรอบๆ ข้อต่อ นอกจากนี้ยังพบร่วมกับภาวะเอ็นรอบๆ ข้อต่อยึดและหลวม กล้ามเนื้อรอบๆ ข้อต่ออ่อนแรง และเกิดขบวนการสร้างหรือซ่อมแซมความเสื่อม หรือการบาดเจ็บดังกล่าว พัฒนาเป็นปุ่มกระดูกงอก (Osteophyte formation) ในบางรายเกิดการอักเสบของถุงน้ำในข้อต่อ (Synovial inflammation)<sup>(90), (94)</sup> (รูปที่ 4-1)



รูปที่ 4-1 ภาวะผิวข้อเสื่อม ไม่เรียบ ขรุขระ

### 3. องค์กร/ หน่วยงานต้นผู้สูงอายุในประเทศไทย

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 โดยกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, พ.ศ. 2547) ตรีขึ้นภายใต้เจตนาธรรมณ์ เพื่อคุ้มครอง ส่งเสริม สนับสนุนสิทธิ และประโยชน์ของผู้สูงอายุในประเทศไทย ซึ่งครอบคลุม 13 ด้าน ดังนี้

1) การบริการทางการแพทย์ และการสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวก และรวดเร็ว แก่ผู้สูงอายุเป็นกรณีพิเศษ

2) การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

3) การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม

4) การพัฒนาตนเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะ เครือข่าย หรือชุมชน

5) การอำนวยความสะดวก และความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ หรือการบริการสาธารณะอื่น

6) การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม

7) การยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ

8) การช่วยเหลือผู้สูงอายุซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกทารุณกรรม หรือถูกแสวงหา ประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมาย หรือถูกทอดทิ้ง

9) การให้คำแนะนำ บริการ ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือในทางการแก้ไข ปัญหาครอบครัว

10) การจัดที่พักอาศัย อาหาร และเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง

11) การสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง และเป็นธรรม

12) การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี

13) การอื่นตามที่คณะกรรมการประกาศกำหนด

จากสิทธิประโยชน์ 13 ด้านนี้ กระทรวงสาธารณสุขเป็นกระทรวงหลักในการรับผิดชอบ ดูแลด้านการแพทย์และสาธารณสุข (ข้อ 1) และในปี พ.ศ. 2548 ออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่องการบริการทางการแพทย์ และสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวก และรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุ เป็นกรณีพิเศษ พ.ศ. 2548 ดังนี้

# กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุ

(Physical Therapy for Older People)



กายภาพบำบัดในผู้สูงอายุเล่มนี้มีเนื้อหาความรู้พื้นฐานด้านการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างและสรีรวิทยาในผู้สูงอายุในระบบต่างๆ ของร่างกาย ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับโรค ภาวะหรือความบกพร่องที่เกิดเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว นอกจากนี้ เนื้อหายังครอบคลุมในเรื่องพยาธิสภาพอาการ และอาการแสดง ปัญหา และบทบาทของนักกายภาพบำบัดในด้านการตรวจประเมิน การรักษา การส่งเสริม การป้องกัน และการให้ความรู้ในโรค/ภาวะความบกพร่อง/ปัญหาด้านสุขภาพที่สำคัญในผู้สูงอายุ ได้แก่ กลุ่มโรค/ความบกพร่องด้านระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ กลุ่มโรค/ความบกพร่องด้านระบบประสาท รวมถึงปัญหาด้านการล้มในผู้สูงอายุ ตำราเล่มนี้เป็นประโยชน์ทั้งต่อนักศึกษากายภาพบำบัด นักกายภาพบำบัด บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข และบุคคลทั่วไป โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแล รักษา และส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสม นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ

## ดร.ไพวรรณ สัทธานนท์

รองศาสตราจารย์ประจำภาควิชากายภาพบำบัด  
คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ISBN 978-616-314-717-2



9 786163 147172

ราคา 110 บาท  
หมวดแพทยศาสตร์

<http://thammasatpress.tu.ac.th>