



คู่มือ การประเมินความมีชีวิตชีวา ของผู้สูงอายุ (AAI)

เรียบเรียงโดย
สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล

คู่มือการบันทึกและการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

เครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (active ageing assessment tool)

แบบประเมินความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน ดัชนีบาร์เธลเอดีแอล (Barthel ADL index)

คู่มือการบันทึกและการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

เครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (active ageing assessment tool)

แบบประเมินความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน ดัชนีบาร์เธลเอดีแอล (Barthel ADL index)

วัตถุประสงค์ ในการจัดทำคู่มือเพื่อให้เจ้าหน้าที่ นักวิจัยในพื้นที่ สามารถดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล บันทึกข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นได้ เพื่อนำข้อมูลไปใช้วางแผนการดำเนินกิจกรรมกับผู้สูงอายุในพื้นที่ต่อไป

ส่วนที่ 1

การรวบรวมข้อมูลด้วยเครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (AAI)

หลังจากที่ได้พูดคุยถึงรายละเอียดของโครงการและกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมแล้ว คณะนักวิจัยในพื้นที่ องค์การบริหารส่วนตำบลมหาสวัสดิ์ ได้เห็นประโยชน์และตกลงที่จะใช้แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (AAI) เป็นเครื่องมือในการศึกษา นอกจากนี้ยังเห็นด้วยกับวิธีการสุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ “กลุ่มตัวอย่างของการศึกษาเป็นตัวแทนประชากรสูงอายุของแต่ละพื้นที่” ซึ่งหมายความว่า จะใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบความน่าจะเป็น (probability sampling method) ที่ผู้จัดการโครงการฯ และนักวิจัยของแต่ละพื้นที่นั้น ได้ดำเนินการดังนี้

1. กรอบตัวอย่าง (sampling frame)

หลังจากที่ได้มีการปรึกษาหารือเกี่ยวกับ ประชากรสูงอายุในแต่ละพื้นที่ศึกษา พบว่า ข้อมูลจากสำนักทะเบียนราษฎร กระทรวงมหาดไทย สามารถบอกถึงจำนวนผู้สูงอายุ ได้ในระดับหนึ่ง โดยยังไม่สามารถให้ภาพความเป็นจริง ที่ว่า มีประชากรสูงอายุจำนวนหนึ่งที่อาศัยในพื้นที่ แต่ไม่ได้ลงทะเบียนกับสำนักทะเบียนราษฎร และการเข้าถึงผู้สูงอายุที่สะดวกที่สุด คือต้องทราบว่าครัวเรือนใดมีผู้สูงอายุอาศัยอยู่บ้าง

พื้นที่ อบต.มหาสวัสดิ์ ได้กรอบการสุ่มตัวอย่างจากรายชื่อผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป จาก รพ.สต. มหาสวัสดิ์ ที่ได้รวมรายชื่อผู้สูงอายุทั้งหมดจากทะเบียนราษฎร และได้ทำการปรับปรุงฐานข้อมูลนี้อย่างสม่ำเสมอ โดยครั้งล่าสุดเมื่อเดือน ธันวาคม 2565 ด้วยการนำชื่อของผู้สูงอายุออกจากระบบ หากพบว่าผู้สูงอายุเสียชีวิตหรือย้ายออกนอกพื้นที่ และในกรณีที่ผู้สูงอายุไม่มีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านแต่มารับบริการที่รพ.สต.มหาสวัสดิ์ ผู้สูงอายุจะถูกเพิ่มชื่อเข้าในฐานข้อมูลด้วย ดังนั้นรายชื่อผู้สูงอายุและครัวเรือนในฐานข้อมูลนี้ ค่อนข้างสมบูรณ์ ยกเว้นผู้สูงอายุไม่มีชื่อในทะเบียนบ้านและไม่ได้มารับบริการสุขภาพจาก รพ.สต.มหาสวัสดิ์ ไม่ได้ถูกรวมอยู่ในฐานข้อมูลนี้ ดังนั้นกรอบตัวอย่างในการสุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยผู้สูงอายุ 1,569 คน อาศัย อยู่ใน 1,159 ครัวเรือน (สดมภ์ (1 และ 2) ในตาราง 1)

2. ขนาดตัวอย่าง

ทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้คำนวณ ขนาดตัวอย่างของผู้สูงอายุที่เหมาะสม กับขนาดประชากร ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ Yamane' (Yamane, 1973)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

e	คือ	ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง
N	คือ	ขนาดของประชากร
n	คือ	ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ความคลาดเคลื่อน 5% (e = 0.05)

$$\begin{aligned}\text{จำนวนตัวอย่างอบต.มหาสวัสดิ์} &= \frac{1,569}{1 + ((1,569) * (0.05)^2)} \\ &= 320\end{aligned}$$

จากการคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมกับการเป็นตัวแทนประชากร ในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลมหาสวัสดิ์ จะเก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุจำนวน 320 คน

เมื่อพิจารณาถึงความต้องการของพื้นที่ ที่ต้องการสำรวจเก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุทุกคน ในขณะที่โครงการฯ ไม่สามารถทำได้ เนื่องจากเวลาและงบประมาณมีจำกัด ทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้เพิ่มขนาดตัวอย่างที่ เหมาะสมกับเวลาและงบประมาณของโครงการฯ ที่ได้รับการอนุมัติในเบื้องต้น ด้วยการกำหนดขนาดตัวอย่างให้มากกว่าที่คำนวณ (over sample) คือแต่ละพื้นที่ เก็บตัวอย่างผู้สูงอายุ 400 คน รวมทั้งสองพื้นที่คือ 800 คน

อย่างไรก็ดีในทางปฏิบัติ การรวบรวมข้อมูลที่ดี คือการเข้าไปสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่บ้านหรือครัวเรือนในการศึกษานี้ จึงทำการสุ่มตัวอย่างครัวเรือนที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่อย่างน้อย 1 คนขึ้นไป และเพื่อป้องกันความลำเอียงในการเลือกสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ในกรณีที่ครัวเรือนนั้น มีผู้สูงอายุที่เข้าข่ายให้สัมภาษณ์มากกว่า 1 คน จึงได้ตกลงกันว่า จะสัมภาษณ์ผู้สูงอายุทุกคนในครัวเรือนที่สมัครใจให้ข้อมูล

3. การสุ่มตัวอย่าง (ครัวเรือนผู้สูงอายุ)

เนื่องจาก อบต.มหาสวัสดิ์ ตกลงที่จะเก็บข้อมูลให้กระจายในทุกพื้นที่ ซึ่งประกอบด้วย 4 หมู่บ้าน ด้วยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่บ้าน นักวิจัยพื้นที่ และ ผู้จัดการโครงการฯ จึงดำเนินการสุ่มตัวอย่างครัวเรือนที่จะถูกสัมภาษณ์ ซึ่งได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

ก) คำนวณสัดส่วน ครัวเรือนผู้สูงอายุในแต่ละชุมชน /หมู่บ้าน ต่อ จำนวนครัวเรือนผู้สูงอายุทั้งหมด คือ 1,159 ครัวเรือน (จาก 4 หมู่บ้าน) และ 1,159 ครัวเรือน (สดมภ์ (3) ในตาราง 1)

ข) คำนวณจำนวนครัวเรือนจริง ที่จะเก็บข้อมูลในแต่ละชุมชน/ หมู่บ้าน ด้วยการนำสัดส่วนจำนวน ครัวเรือน ใน สดมภ์ (3) คูณ ด้วย 400 (400 ครัวเรือนคือขนาดตัวอย่างครัวเรือนผู้สูงอายุที่ต้องการ) (สดมภ์ (4) ในตาราง 1)

ค) ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ (systematic sampling) โดยการเรียงลำดับบัญชีครัวเรือนในแต่ละพื้นที่แบบสุ่ม (คือไม่มีกฎเกณฑ์ในเรียงลำดับครัวเรือน) จากนั้น คำนวณระยะห่าง (interval) เพื่อเลือก ครัวเรือน ตามค่าระยะห่าง จากบ้านที่ถูกเลือกก่อนหน้า โดย ระยะห่าง คิดจากจำนวนครัวเรือนทั้งหมดหาร ด้วย จำนวนครัวเรือนที่ต้องการเก็บรวบรวมข้อมูล ($1,159/400 = 3$ ในอบต.มหาสวัสดิ์)

ง) เนื่องจากบัญชีครัวเรือนพื้นที่ที่มีการจัดเรียงลำดับแบบสุ่ม นักวิจัยของพื้นที่และทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้ตกลงที่จะเลือก ครัวเรือนอันดับ 1 เป็นครัวเรือนที่ถูกเลือก ตั้งต้นในทุกชุมชน/หมู่บ้าน คือ ในเขตอบต.มหาสวัสดิ์ ครัวเรือนที่ 1 ถูกเลือกอันดับแรก หลังจากนั้นเลือกทุกครัวเรือนที่ 4, 7, 10...จนได้ครบจำนวนครัวเรือนตัวอย่างที่ต้องการ ในทั้ง 4 หมู่บ้าน หลังจากนั้นได้ทำการสุ่มครัวเรือนตัวอย่างสำรองอีกเพิ่มอีก 40% ด้วยวิธีการนับตามระยะห่าง (interval) เช่นเดียวกับการสุ่มตัวอย่างครัวเรือนข้างต้น โดยจะข้ามการนับครัวเรือนที่ตกเป็นตัวอย่างตัวจริง ในรอบแรกแล้ว

จ) ทีมผู้จัดการโครงการฯ นำรายชื่อครัวเรือนที่สุ่มตัวอย่างได้ รายชุมชน/หมู่บ้าน มาตรวจสอบกับจำนวนผู้สูงอายุที่อยู่ในแต่ละครัวเรือน และ คาดประมาณ จำนวนผู้สูงอายุที่คาดว่าจะเต็มใจเข้าร่วมโครงการ (สดมภ์ (5) ในตาราง 1) ทั้งหมดมาพิมพ์แยกเป็นครัวเรือนตัวอย่างและครัวเรือนสำรองเพื่อเป็นแนวทาง ให้ อสม. เข้าไปเก็บข้อมูลในแต่ละหมู่บ้าน ที่รับผิดชอบ

4. เครื่องมือ

การศึกษานี้ใช้เครื่องมือ คือ “แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ” (active ageing) พัฒนาโดยมูลนิธิวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทยเป็นหลัก (ดูแบบสอบถามที่ ภาคผนวก ก) และนักวิจัยในพื้นที่ ได้เพิ่มข้อความอีก 3 ประเด็น เกี่ยวกับ โรคซึมเศร้า สุขภาพทางตา และ ข้อเข่าเสื่อม โดยทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้เพิ่ม การวัดความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันด้วย ดัชนีบาร์เธลเอดีแอล (Barthel ADL index) เพื่อประกอบการประเมิน ระดับภาวะพึ่งพิง ในแบบประเมิน AAI และได้เพิ่มข้อมูลเกี่ยวกับการทำงาน และความ ต้องการการดูแลของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่ ซึ่งข้อความที่เพิ่มเติมนี้ได้ถูกใช้ สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลในรอบที่ 1 เท่านั้น

ตาราง 1: จำนวนครัวเรือนและผู้สูงอายุทั้งหมดและตัวอย่าง ในพื้นที่อบต.มหาสวัสดิ์ จำนวน 4 หมู่บ้าน

พื้นที่ (หมู่บ้าน)	(1) จำนวนครัวเรือน	(2) จำนวนผู้สูงอายุ	(3) สัดส่วนครัวเรือน (จำนวน ครัวเรือน/1,159)	(4) จำนวนครัวเรือน ตัวอย่าง (สัดส่วน ครัวเรือน/ 100)*400	(5) จำนวนผู้สูงอายุ ในครัวเรือน ตัวอย่าง
หมู่ที่ 1 ศาลากระบอก	297	403	25.6	103	137
หมู่ที่ 2 คลองมหาสวัสดิ์	127	200	11.0	44	73
หมู่ที่ 3 ศาลาหิน	229	294	19.8	79	109
หมู่ที่ 4 คลองโยง	506	672	43.7	175	240
รวม	1,159	1,569	100	401	559

5. การอบรมพนักงานสัมภาษณ์

ทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้จัดอบรมพนักงานสัมภาษณ์ 1 วันในแต่ละพื้นที่ ผู้ที่เข้ารับการอบรมประกอบด้วย พนักงานสัมภาษณ์ คือ อสม. และนักวิจัยในพื้นที่ ในการอบรมแต่ละครั้ง มีเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องฝ่ายอื่นๆ เข้าร่วมในการอบรมด้วย โดยการอบรมที่ อบต.มหาสวัสดิ์ มี นายก อบต. ปลัด และ รองปลัด อบต. ผู้อำนวยการและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ของรพ.สต.มหาสวัสดิ์ อสม. เข้าร่วมการอบรม

นักวิจัยพื้นที่ และทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้ทำการชี้แจง และ ตกลงทำความเข้าใจกัน ในประเด็นต่อไปนี

1. อธิบายรายละเอียดของข้อคำถาม และ คำตอบในเครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวา (AAI) ของผู้สูงอายุ ทุกข้อ ตามคู่มือการที่ พัฒนาโดยมูลนิธิวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทยเป็นหลัก
2. อธิบายรายละเอียดของข้อคำถาม และ คำตอบ ในแบบสอบถามเพิ่มเติม เกี่ยวกับ โรคซึมเศร้า สุขภาพทางตา และ ข้อเข่าเสื่อม ความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน ตามข้อคำถามของ ดัชนีบาร์เธล (Barthel index) การทำงาน และความต้องการการดูแลของผู้สูงอายุ
3. การเตรียมตัวเข้าสู่สัมภาษณ์ ด้วยการอธิบายและยกตัวอย่าง เกี่ยวกับ
 - ก. การแนะนำตนเอง
 - ข. การชี้แจงเกี่ยวกับเอกสารแนะนำโครงการ
 - ค. การชี้แจงเกี่ยวกับเอกสารขออนุญาตสัมภาษณ์
 - ง. ชี้แจงกับผู้ให้ข้อมูลว่า สามารถหยุดให้ข้อมูล หรือไม่ตอบคำถามข้อใดข้อหนึ่ง ได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบต่อผู้สูงอายุหรือครอบครัว
 - จ. ชี้แจงเกี่ยวกับการรักษาความข้อมูล และนำเสนอผลการศึกษาในภาพรวมที่จะไม่สามารถโยนไปถึงผู้ให้ข้อมูล
4. ผีการสัมภาษณ์
5. สะท้อนปัญหาจากการฝึกสัมภาษณ์ และอภิปรายถึงวิธีการแก้ไขปัญหามาจากประสบการณ์
6. ชี้แจงวิธีการสุ่มตัวอย่างครัวเรือน ผู้สูงอายุ และ ครัวเรือนสำรอง
7. แนะนำ การตรวจสอบความครบถ้วน และ ความแนบเนียนของข้อมูล ในระหว่างการสัมภาษณ์ หรือเมื่อตรวจสอบแบบ ก่อนส่งให้ นักวิจัยพื้นที่
8. การบริหารจัดการงานภาคสนาม ค่าพาหนะ ของที่ระลึก

6. การบริหารจัดการงานภาคสนาม

1. สัมภาษณ์ผู้สูงอายุหรือผู้ดูแลผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ในครัวเรือนทุกคน
 - ก. ในกรณีที่ ไม่มีคนอยู่บ้าน หรือ ผู้สูงอายุอยู่ไม่ครบทุกคน ขอให้ อสม. พยายามตามครัวเรือน ตัวอย่างและผู้สูงอายุให้ได้ครบทุกคนภายใน 1 สัปดาห์ – ถ้าไม่ได้ ให้ใช้ ครัวเรือนสำรองตามลำดับครัวเรือนสำรองที่ได้สุ่มตัวอย่างเอาไว้แล้ว
 - ข. ในกรณีที่ ใช้ครัวเรือนสำรองหมดแล้ว ให้ติดต่อ เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบของ อบต. เพื่อประสานงานสุ่มตัวอย่างครัวเรือนสำรองเพิ่มเติมให้
2. ของที่ระลึก มอบให้ ทุกครัวเรือนตัวอย่าง ครัวเรือนละ 1 ชุด
3. เมื่อทำงานเสร็จแล้ว ขอให้รวบรวมแบบสอบถามพร้อมใบยินยอมให้สัมภาษณ์ ส่งให้ผู้รับผิดชอบในองค์การบริหารส่วนตำบลมหาสวัสดิ์ นครปฐม
4. เมื่อส่งงาน อสม. ได้รับค่าพาหนะเหมาจ่าย และค่าตอบแทนการสัมภาษณ์

7. การควบคุมคุณภาพของข้อมูล

ในระหว่างการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้ง 2 พื้นที่ นักวิจัยในพื้นที่ และทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้ติดตามการทำงานของ พนักงานสัมภาษณ์ คือ อสม. ทั้งในระดับพื้นที่ และสำนักงาน โดยในระดับพื้นที่ ติดตามเรื่องการเข้าครัวเรือนตัวอย่าง และความพยายามติดตามครัวเรือนตัวอย่างในกรณีที่ ไม่ได้รับความร่วมมือ หรือไม่มีคนอยู่ในครัวเรือน รวมทั้งการใช้ครัวเรือนสำรอง ในกรณีที่ ไม่สามารถ ติดต่อครัวเรือนจริงได้

ส่วนในสำนักงาน นักวิจัยพื้นที่ ตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ และความแนบเนียนของข้อมูลที่ส่งเข้ามาเพื่อบันทึกข้อมูล ในกรณีที่พบว่า มีความไม่ครบถ้วนหรือไม่แนบเนียนในคำถามหรือคำตอบ นักวิจัยพื้นที่โทรหรือไปสอบถามเกี่ยวกับเหตุการณ์จริงในขณะทำการสัมภาษณ์ หรือผู้สูงอายุบันทึกคำตอบด้วยตนเอง และย้ำว่านักวิจัยพื้นที่หรือพนักงานสัมภาษณ์จะไม่สามารถเพิ่มเติม หรือแก้ไขข้อคำตอบด้วยตนเอง จนกว่าจะได้รับคำยืนยันจากผู้ให้ข้อมูลเท่านั้น

8. ผลการดำเนินการสำรวจด้วยเครื่องมือประเมินควมมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (AAI)

องค์การบริหารส่วนตำบลมหาสวัสดิ์

ทีมงานที่องค์การบริหารส่วนตำบลมหาสวัสดิ์ ได้ดำเนินเก็บรวบรวมข้อมูล ระหว่างวันที่ 11 มกราคม – 30 เมษายน 2566 ได้จำนวนครัวเรือนผู้สูงอายุทั้งสิ้น 295 ครัวเรือน จำนวนผู้สูงอายุ 393 บุคคล จากทุกหมู่บ้านของ อบต.มหาสวัสดิ์

ตาราง 2: จำนวนตัวอย่างที่ได้รับจากการเก็บรวบรวมข้อมูลพื้นที่ตำบลมหาสวัสดิ์

หมู่บ้าน	จำนวนครัวเรือน	จำนวนผู้สูงอายุ
หมู่ 1 บ้านศาลานกนกนระจอก	83	108
หมู่ 2 บ้านคลองมหาสวัสดิ์	45	71
หมู่ 3 บ้านศาลาติน	49	61
หมู่ 4 บ้านคลองโยง	118	153
รวม	295	393

9. การบันทึกข้อมูล

ในระหว่างที่พื้นที่มีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดย อสม. นั้น ทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้ประสานกับนักวิจัยพื้นที่ เพื่อชี้แจงเรื่องการบันทึกข้อมูล จากกระดาษ สู่ระบบของคอมพิวเตอร์ โดยได้แบ่งการบันทึกข้อมูลเป็น 2 ส่วน คือ 1) เครื่องมือ AAI ซึ่งบันทึกข้อมูลลงในระบบโดยเข้าไปที่ลิงค์ <https://aai.thaitgri.org/login.php> และเข้าสู่ระบบโดยใช้ user และ password ของพื้นที่ เพื่อให้สามารถดูข้อมูลในภาพรวมของพื้นที่ได้ (ส่วนที่ 2) และ 2) บันทึกข้อมูลจากแบบสอบถามเพิ่มเติมของนักวิจัยพื้นที่และทีมผู้จัดการโครงการฯ (ส่วนที่ 3)

เนื่องจาก เครื่องมือ AAI นั้นออกแบบมาสำหรับการประเมินในระดับบุคคลเท่านั้น ไม่ได้ออกแบบสำหรับการนำผลการประเมินของแต่ละบุคคลมานำเสนอในภาพรวมของพื้นที่ ทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้เพิ่มรหัสผู้สูงอายุ รหัสครัวเรือน และรหัสชุมชน/หมู่บ้าน เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุ 1 คน ทำการประเมินตนเองมากกว่า 1 ครั้ง ในช่วงที่เก็บรวบรวมข้อมูล โดยผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างของโครงการนี้ สามารถใช้เป็นตัวแทนของประชากรของทั้งสองพื้นที่ของโครงการฯ ได้

ทีมผู้จัดการโครงการฯ ได้ทำ template สำหรับบันทึกข้อมูลลงในโปรแกรม Excel และจัดการอบรม ขั้นตอนและวิธีการบันทึกข้อมูลทั้ง 2 ระบบ และเมื่อมีปัญหาในระหว่างการทำบันทึกข้อมูล จะมีการติดต่อกัน ทางโทรศัพท์หรือติดต่อผ่านแอปพลิเคชันไลน์ เพื่อแลกเปลี่ยนและทำความเข้าใจกันได้ตลอดเวลา

10. การจัดการข้อมูล

การจัดการข้อมูล AAI ทีมผู้จัดการโครงการฯ เข้าระบบ AAI ด้วย User และ Password ของแต่ละพื้นที่ เพื่อดาวน์โหลดข้อมูลออกมา และทำการตรวจสอบข้อมูลในเบื้องต้น หากพบข้อมูลที่ผิด เช่น อายุไม่ถึง 60 ปี หรือ ตรวจสอบค่าน้ำหนักแล้วไม่ตรงกับเพศที่ลงในระบบ จะแจ้งไปที่ผู้บันทึกข้อมูลเพื่อทำการตรวจสอบข้อมูลที่ถูกต้องอีกครั้ง เมื่อตรวจสอบข้อมูลทั้ง ไฟล์ AAI และ ADL เรียบร้อยแล้วก็นำข้อมูลจากทั้ง 2 ไฟล์ มาโดยตรวจสอบชื่อเพื่อให้รหัสบุคคลที่ตรงกันทั้ง 2 ไฟล์ หลังจากที่ได้ตรวจสอบเรียบร้อยแล้ว หากพบที่มีปัญหาจะแจ้งกลับไปให้ผู้บันทึกข้อมูลเพื่อตรวจสอบ หากแก้ไขเรียบร้อยแล้วก็นำข้อมูลทั้ง 2 ไฟล์เข้าไปในรูปแบบโปรแกรม SPSS เพื่อเชื่อมโยงข้อมูลของแต่ละบุคคลเข้าด้วยกัน และทำการวิเคราะห์ผล และประมวลผลให้กับพื้นที่ เพื่อหารือในเรื่องของการทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป (ส่วนที่ 4)

ส่วนที่ 2

การบันทึกข้อมูล AAI



คู่มือการใช้เครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (Active ageing assessment tool)

1. คำแนะนำในการใช้เครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

1.1. ความเป็นมาของเครื่องมือ

เครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ หรือ Active ageing assessment tool เป็นเครื่องมือที่ใช้สำหรับการประเมินระดับความมีชีวิตชีวา (Active ageing) ของผู้สูงอายุในระดับบุคคล โดยใช้แบบประเมินที่ประกอบด้วยคำถามจำนวน 25 ข้อ แบ่งเป็นด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้ ด้านสังคม และด้านความมั่นคง ซึ่งเป็นการพัฒนาจากกรอบแนวคิด Active ageing ขององค์การอนามัยโลก ร่วมกับการปรับตัวชีวิตที่มีการพัฒนาในต่างประเทศและในประเทศไทย ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการประเมินภาวะ Active ageing ในระดับประเทศ หรือพื้นที่ขนาดใหญ่ โดยไม่ได้เป็นตัวชี้วัดระดับบุคคล ทั้งนี้เครื่องมือประเมินระดับความมีชีวิตชีวา (Active ageing) ของผู้สูงอายุนี้ เป็นเครื่องมือที่ใช้ประเมินระดับบุคคล ซึ่งสามารถนำมาสรุปเป็นภาพรวมในระดับกลุ่มประชากร หรือระดับพื้นที่ได้ รวมทั้งหากมีการสุ่มตัวอย่างที่มีความเป็นตัวแทน ก็จะสามารถใช้ประเมินในระดับพื้นที่ที่สามารถเปรียบเทียบระหว่างพื้นที่ได้ และใช้ประเมินในระดับประเทศได้ ตามลำดับ สำหรับการประเมินในระดับบุคคล มีการแบ่งระดับความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ เป็น 4 ระดับ ได้แก่ น้อย ค่อนข้างน้อย ค่อนข้างมาก และมาก โดยเครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุนี้ ได้ผ่านกระบวนการทดสอบเครื่องมือและทดลองใช้ในพื้นที่ 8 จังหวัด ทุกภูมิภาคของประเทศ โดยมีการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของพื้นที่และตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.2. ประโยชน์ของเครื่องมือ

เครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ จะเป็นประโยชน์สำหรับหน่วยงานที่รับผิดชอบงานด้านผู้สูงอายุในระดับพื้นที่ โดยสนับสนุนการเสริมสร้างความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ในมิติต่างๆ ได้แก่ ด้านร่างกาย โดยการสนับสนุนให้มีกิจกรรมทางกายในผู้สูงอายุ ด้านจิตใจ โดยการดูแลสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้ โดยการส่งเสริมการเรียนรู้ ด้านสังคม โดยการส่งเสริมกิจกรรมทางสังคม และด้านความมั่นคง โดยการช่วยเหลือดูแล เป็นต้น โดยเครื่องมือประเมินนี้ จะช่วยระบุกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นเป้าหมาย ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีระดับความมีชีวิตชีวาในระดับน้อย หรือค่อนข้างน้อย เป็นต้น และช่วยในการติดตามผลการดำเนินงาน หลังจากการสนับสนุนกิจกรรมต่างๆของผู้สูงอายุ ที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีความมีชีวิตชีวาที่ดีขึ้นในมิติต่างๆ ทั้งนี้หน่วยงานที่จะได้ประโยชน์ในการนำเครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุไปใช้ในพื้นที่ ได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยงานสุขภาพในพื้นที่ หน่วยงานรัฐและเอกชนที่ดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ เป็นต้น โดยประโยชน์หลักของการใช้เครื่องมือนี้ คือการพัฒนากิจกรรมและระบบการดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ ไม่ได้ใช้เพื่อการเปรียบเทียบระหว่างพื้นที่ เนื่องจาก การประเมินผู้สูงอายุ อาจจะไม่ได้ประเมินผู้สูงอายุทุกราย หรือไม่ได้มีการสุ่มตัวอย่าง จึงมีข้อจำกัดในการเปรียบเทียบระหว่างพื้นที่ โดยการใช้เครื่องมือนี้สามารถเริ่มต้นได้จากผู้สูงอายุบางส่วนก่อนแล้วจึงขยายออกไปรวมทั้งในเชิงพื้นที่ ก็อาจจะเริ่มต้นจากบางพื้นที่ที่ตามความสนใจและความพร้อมก่อน แล้วจึงขยายพื้นที่ในภายหลัง

1.3. ผู้ใช้เครื่องมือ

ผู้ใช้เครื่องมือประเมิน สามารถเป็นบุคลากรของหน่วยงานต่างๆ เช่น บุคลากรสาธารณสุข บุคลากรขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น บุคลากรของหน่วยงานที่รับผิดชอบงานด้านผู้สูงอายุ เป็นต้น หรือเป็นภาคประชาชน เช่น อาสาสมัครสาธารณสุข ผู้ดูแลผู้สูงอายุ เป็นต้น รวมทั้ง ผู้สูงอายุหรือผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุ ก็สามารถใช้เครื่องมือนี้ในการประเมินตนเองได้ เนื่องจากไม่จำเป็นต้องมีความรู้ทางการแพทย์ แต่หากจะให้การใช้เครื่องมือนี้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน ก็ควรมีการชี้แจงทำความเข้าใจในบางคำถามที่อาจเกิดข้อสงสัย โดยสามารถปรับใช้ภาษาในการถามที่เหมาะสมกับท้องถิ่น และหากเป็นการประเมินตนเองโดยผู้สูงอายุ หรือผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุ ก็ควรเป็นผู้สูงอายุ หรือผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุ ที่อ่านออกเขียนได้ ไม่มีปัญหาในการอ่านและการมองเห็น และมีความคุ้นเคยกับการทำแบบสอบถาม เป็นต้น อย่างไรก็ตามบุคลากรของหน่วยงานที่ทำการประเมิน ก็ควรจะอยู่ด้วยในขณะที่ผู้สูงอายุทำการประเมินตนเอง เพื่อให้คำอธิบาย หากมีข้อสงสัย

1.4. กลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุที่ได้รับการประเมินด้วยเครื่องมือนี้ สามารถเป็นผู้สูงอายุในกลุ่มอายุต่างๆ หรือมีภาวะพึ่งพิงระดับต่างๆ ทั้งกลุ่มติดสังคม ติดบ้าน หรือติดเตียง แต่กลุ่มผู้สูงอายุที่อาจจะมีปัญหาในการประเมิน ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการสื่อสาร ทั้งการได้ยินและการพูด ผู้สูงอายุที่สายตาไม่ดีหากเป็นการประเมินตนเอง ซึ่งในกรณีที่มีปัญหา สามารถให้ผู้ใกล้ชิดช่วยในการตอบคำถามได้ แต่อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถตอบตนเองได้ จะมีข้อจำกัดในการใช้เครื่องมือนี้ เนื่องจากมีบางคำถามที่ผู้สูงอายุต้องตอบเอง จึงเป็นข้อจำกัดให้ผู้สูงอายุท่านนั้นๆ ไม่สามารถใช้เครื่องมือนี้ได้

1.5. ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูล สามารถเป็นผู้สูงอายุ หรือผู้สูงอายุร่วมกับผู้ใกล้ชิดหรือผู้ดูแลผู้สูงอายุ แต่ไม่ควรให้ผู้ใกล้ชิดหรือผู้ดูแลผู้สูงอายุเป็นผู้ให้ข้อมูลเองทั้งหมด เนื่องจากมีบางข้อ ที่ผู้สูงอายุต้องตอบเอง อย่างน้อยในข้อดังกล่าว ก็ควรให้ผู้สูงอายุ เป็นผู้ตอบเอง ได้แก่ คำถามเกี่ยวกับการประเมินสุขภาพตนเอง การประเมินภาวะซึมเศร้า การประเมินความสุข เป็นต้น

1.6. การใช้เครื่องมือ

เครื่องมือในการบันทึกข้อมูล จะอยู่ใน 2 รูปแบบ ได้แก่ แบบประเมินที่เป็นกระดาษ และแบบประเมินที่อยู่ในรูปแบบโปรแกรมแบบ web responsive บน www.hiso.or.th/activeageing ซึ่งเป็นแบบประเมินอิเล็กทรอนิกส์ ที่สามารถคำนวณระดับความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุได้ และสามารถรวมข้อมูลผู้สูงอายุทุกรายที่ได้รับการประเมิน ทั้งนี้หากบันทึกข้อมูลในแบบประเมินที่เป็นกระดาษ ก็ควรนำมาบันทึกบนโปรแกรม web responsive เพื่อความง่ายในการคำนวณและแสดงผลการประเมินเป็นระดับความมีชีวิตชีวา เนื่องจากการคำนวณเองนั้นค่อนข้างยุ่งยาก

1.7. ผลของการประเมินและการตีความ

ผลของการประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็น 5 ด้าน และในภาพรวม คือ

- ด้านร่างกาย
- ด้านจิตใจ
- ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้
- ด้านสังคม
- ด้านความมั่นคง
- ภาพรวม 4 ด้าน (ไม่รวมด้านความมั่นคง)
- ภาพรวม 5 ด้าน

โดยแต่ละด้าน และในภาพรวม จะมีการแบ่งระดับความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ออกเป็น 4 ระดับ คือ

- ระดับ 1 หมายถึง ระดับน้อย (คะแนน 0.00%-25.00% ของคะแนนเต็ม)
- ระดับ 2 หมายถึง ระดับค่อนข้างน้อย (คะแนน 25.01%-50.00% ของคะแนนเต็ม)
- ระดับ 3 หมายถึง ระดับค่อนข้างมาก (คะแนน 50.01%-75.00% ของคะแนนเต็ม)
- ระดับ 4 หมายถึง ระดับมาก (คะแนน 75.01%-100.00% ของคะแนนเต็ม)

ทั้งนี้ กลุ่มเป้าหมายที่ควรได้รับการดูแล ได้แก่ กลุ่มที่มีความมีชีวิตชีวา ระดับน้อย และระดับค่อนข้างน้อย

2. แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (Active ageing)

แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 6 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป	จำนวน 7 ข้อ
ส่วนที่ 2 ด้านร่างกาย	จำนวน 6 ข้อ
ส่วนที่ 3 ด้านจิตใจ	จำนวน 4 ข้อ
ส่วนที่ 4 ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้	จำนวน 4 ข้อ
ส่วนที่ 5 ด้านสังคม	จำนวน 6 ข้อ
ส่วนที่ 6 ด้านความมั่นคง	จำนวน 5 ข้อ

โดยข้อมูลที่ใช้ในการประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 5 ด้าน จำนวน 25 ข้อ (ไม่รวมข้อมูลทั่วไป)

แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (Active ageing assessment tool)

คำชี้แจง

- 1) ให้ผู้ประเมินกรอกข้อมูล และทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ☐ เพียง 1 ตัวเลือกในแต่ละข้อ
- 2) ข้อที่มีข้อความ (ผู้สูงอายุตอบ) หมายถึงผู้สูงอายุต้องให้ข้อมูลเอง

วิธีการประเมิน

- ☐ ผู้สูงอายุ และ/หรือ ผู้ใกล้ชิดเป็นผู้กรอกข้อมูลด้วยตนเอง
- ☐ ผู้ประเมิน สัมภาษณ์ผู้สูงอายุ และ/หรือ ผู้ใกล้ชิด

ผู้ให้ข้อมูล

- ☐ ผู้สูงอายุเป็นผู้ให้ข้อมูลทุกข้อ โดยไม่มีผู้ใกล้ชิดร่วมให้ข้อมูล
- ☐ มีผู้ใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ ร่วมให้ข้อมูล

ผู้ใกล้ชิดชื่อ _____

ความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ _____

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

- 1) ชื่อ _____
- 2) ที่อยู่ _____ ตำบล _____
อำเภอ _____ จังหวัด _____
- 3) เขตการปกครอง ☐ ในเขตเทศบาลนคร/เมือง ☐ ในเขตเทศบาลตำบล ☐ นอกเขตเทศบาล
- 4) เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
- 5) ปี พ.ศ. ที่เกิด _____ อายุปัจจุบัน _____ ปี
- 6) ผู้สูงอายุอาศัยอยู่คนเดียวหรืออยู่กับผู้อื่น
☐ อยู่คนเดียว
☐ อยู่กับครอบครัวและ/หรือผู้อื่น จำนวน _____ คน (ไม่รวมตัวผู้สูงอายุ)

7) ภาวะพึงพิง (ที่ได้รับการประเมิน)

- ☐ ดิตสังคม ☐ ดิตบ้าน ☐ ดิตเตียง ☐ ไม่ทราบ

หมายเหตุ ภาวะพึ่งพิงของผู้สูงอายุ ได้จากการประเมินโดยใช้เครื่องมือ ADL (Barthel Activities of Daily Living) ซึ่งเป็นการประเมินความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุขั้นพื้นฐาน 10 กิจกรรม โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มดิตสังคม คะแนน 12-20 คะแนน กลุ่มดิตบ้าน คะแนน 5-11 คะแนน และกลุ่มดิตเตียง คะแนน 0-4 คะแนน

ส่วนที่ 2 ด้านร่างกาย

- 1) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณภาพร่างกายของตนเองเป็นอย่างไร (ผู้สูงอายุตอบ)

☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ ปานกลาง ☐ ไม่ดี ☐ ไม่ดีมาก
- 2) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีปัญหาในการเคลื่อนไหวร่างกาย เพียงใด

☐ ไม่มีปัญหา ☐ มีปัญหาบ้าง ☐ มีปัญหามาก
- 3) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีปัญหาในการดูแลตนเองในกิจวัตรประจำวัน เช่น การอาบน้ำ การใส่เสื้อผ้า การแปรงฟัน ฯลฯ เพียงใด

☐ ไม่มีปัญหา ☐ มีปัญหาบ้าง ☐ มีปัญหามาก
- 4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ออกแรงอย่างหนัก เช่น ทำเกษตรกรรม ยกของหนัก วิ่ง เต้นแอโรบิค ต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป บ่อยเพียงใด

☐ ไม่มี ☐ นานๆครั้ง ☐ ทุกสัปดาห์ ☐ ทุกวันหรือเกือบทุกวัน
- 5) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ออกแรงปานกลาง เช่น ยกของเบา ข่ายของ ทำงาน บ้าน เดิน ซักจักรยาน ต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป บ่อยเพียงใด

☐ ไม่มี ☐ นานๆครั้ง ☐ ทุกสัปดาห์ ☐ ทุกวันหรือเกือบทุกวัน
- 6) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการออกกำลังกายเบาๆ ต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป บ่อยเพียงใด

☐ ไม่มี ☐ นานๆครั้ง ☐ ทุกสัปดาห์ ☐ ทุกวันหรือเกือบทุกวัน

ส่วนที่ 3 ด้านจิตใจ

- 1) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกหดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่ (ผู้สูงอายุตอบ)
☐ มี ☐ ไม่มี
 - 2) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกเบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่ (ผู้สูงอายุตอบ)
☐ มี ☐ ไม่มี
 - 3) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุประเมินตนเองว่ามีความสุขระดับใด (ผู้สูงอายุตอบ)
☐ มากที่สุด ☐ มาก ☐ ปานกลาง ☐ น้อย ☐ น้อยที่สุด
 - 4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมที่ทำให้มีความสุขหรือสบายใจ เช่น การอ่านหนังสือ การทำงานอดิเรก การทำกิจกรรมทางศาสนา การท่องเที่ยว การพักผ่อนหย่อนใจ ฯลฯ หรือไม่
☐ มี ☐ ไม่มี
-

ส่วนที่ 4 ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้

- 1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการสัมผัสบุคคลที่เคยรู้จักและคุ้นเคย เช่น คนในครอบครัวญาติ เพื่อนที่ยังติดต่อกันอยู่ บ่อยเพียงใด
- ☐ ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ☐ เกิดขึ้นนานๆ ครั้ง
- ☐ เกิดขึ้นทุกสัปดาห์ ☐ เกิดขึ้นทุกวันหรือเกือบทุกวัน
- 2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการสัมผัสสถานที่หรือเส้นทางที่จะไปยังสถานที่ ที่คุ้นเคยหรือเคยไปเป็นประจำ บ่อยเพียงใด
- ☐ ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ☐ เกิดขึ้นนานๆ ครั้ง
- ☐ เกิดขึ้นทุกสัปดาห์ ☐ เกิดขึ้นทุกวันหรือเกือบทุกวัน
- 3) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ หอกระจายข่าว สื่อบนอินเทอร์เน็ต ฯลฯ หรือไม่
- ☐ ได้รับ ☐ ไม่ได้รับ
- 4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้มีการศึกษาหาความรู้จากสื่อต่างๆ เช่น หนังสือ สื่อบนอินเทอร์เน็ต การฝึกอบรม และแหล่งข้อมูลอื่นๆ หรือไม่
- ☐ มี ☐ ไม่มี
-

ส่วนที่ 5 ด้านสังคม

- 1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มหรือชมรม เช่น กลุ่มอาชีพ กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มสหกรณ์ ชมรมผู้สูงอายุ ฯลฯ หรือไม่
☐ เข้าร่วม ☐ ไม่เข้าร่วม
- 2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของชุมชน เช่น กิจกรรมทางศาสนา ประเพณี ฯลฯ หรือไม่
☐ เข้าร่วม ☐ ไม่เข้าร่วม
- 3) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการทำงานที่เป็นอาชีพ เช่น การทำเกษตรกรรมเพื่อขาย การรับจ้าง การค้าขาย ฯลฯ หรือไม่
☐ ทำงาน (โดยความสมัครใจ) ☐ ทำงาน (เพราะความจำเป็น แต่ไม่อยากทำงาน)
☐ ไม่ทำงาน
- 4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการช่วยเหลืองานของชุมชน การทำงานอาสาสมัคร การดูแลบุคคลในชุมชน การดูแลบุคคลในครอบครัว หรือไม่
☐ มี ☐ ไม่มี
- 5) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้มีการพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้านบ่อยเพียงใด
☐ เป็นประจำ ทุกวันหรือเกือบทุกวัน ☐ ทุกสัปดาห์
☐ นานๆครั้ง ☐ ไม่มีเลย
- 6) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุสามารถเดินทางออกนอกบ้านตามที่ต้องการ โดยใช้ระบบขนส่งสาธารณะ หรือโดยยานพาหนะรับจ้าง หรือโดยยานพาหนะของตนเองหรือครอบครัว ได้หรือไม่
☐ สามารถเดินทางได้ทุกครั้ง ☐ สามารถเดินทางได้บางครั้ง
☐ ไม่สามารถเดินทางได้

ส่วนที่ 6 ด้านความมั่นคง

- 1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีรายได้จากทุกแหล่งรายได้รวมกัน เพียงพอกับรายจ่ายหรือไม่
☐ เกินเพียงพอ มีเหลือเก็บ ☐ เพียงพอ ☐ เพียงพอเป็นบางครั้ง ☐ ไม่เพียงพอ
- 2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับการดูแลช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัว เช่น การให้เงิน การจัดหาอาหาร สิ่งของเครื่องใช้ การดูแล ฯลฯ หรือไม่
☐ ได้รับและเพียงพอ ☐ ได้รับแต่ไม่เพียงพอ ☐ ไม่ได้รับ ☐ ไม่ต้องการ
- 3) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับการดูแลช่วยเหลือจากคนในชุมชนหรือหน่วยงานต่างๆ หรือไม่
☐ ได้รับและเพียงพอ ☐ ได้รับแต่ไม่เพียงพอ ☐ ไม่ได้รับ ☐ ไม่ต้องการ
- 4) ใน 6 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุเคยได้รับอุบัติเหตุหกล้ม หรือตกจากที่สูง ในบริเวณบ้านหรือไม่
☐ เคย ☐ ไม่เคย
- 5) มีการจัดบ้านให้ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ชั้นล่างโดยไม่ต้องขึ้นบันได หรือหากต้องขึ้นบันได มีการทำราวบันไดหรือไม่
☐ มี ☐ ไม่มี

ผู้ประเมิน

- 1) ชื่อ _____ ตำแหน่ง _____
หน่วยงาน _____
เบอร์โทรศัพท์ติดต่อ _____ e-mail _____
- 2) ชื่อ _____ ตำแหน่ง _____
หน่วยงาน _____
เบอร์โทรศัพท์ติดต่อ _____ e-mail _____

3. เกณฑ์การคำนวณคะแนนและการแบ่งระดับความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 1-5 แสดงเกณฑ์คะแนนการประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ แต่ละด้านและในภาพรวม

ตารางที่ 1 คำถาม ตัวเลือกคำตอบ และเกณฑ์คะแนน ตามแบบประเมินความมีชีวิตชีวาฯ ด้านร่างกาย

หมวด	คำถาม	คำตอบ	คะแนน
1. ด้านร่างกาย			
1.1. การประเมิน ภาวะสุขภาพ	1) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณภาพ ร่างกายของตนเองเป็นอย่างไร (ผู้สูงอายุตอบ)	- ดีมาก	4
		- ดี	3
		- ปานกลาง	2
		- ไม่ดี	1
		- ไม่ดีมาก	0
1.2. การฟังฟังใน กิจวัตรประจำวัน	2) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีปัญหาในการ เคลื่อนไหวร่างกาย เพียงใด	- ไม่มีปัญหา	2
		- มีปัญหาบ้าง	1
		- มีปัญหามาก	0
	3) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีปัญหาในการ ดูแลตนเองในกิจวัตรประจำวัน เช่น การอาบน้ำ การ ใส่เสื้อผ้า การแปรงฟัน ฯลฯ เพียงใด	- ไม่มีปัญหา	2
		- มีปัญหาบ้าง	1
		- มีปัญหามาก	0
1.3. กิจกรรมทาง กาย	4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ออก แรงอย่างหนัก เช่น ทำเกษตรกรรม ยกของหนัก วิ่ง เต้นแอโรบิค ต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป บ่อยเพียงใด	- ไม่มี	0
		- นานๆครั้ง	2
		- ทุกสัปดาห์	4
		- ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	4
	5) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ออก แรงปานกลาง เช่น ยกของเบา ข่ายของ ทำงานบ้าน เดิน ขึ้นจักรยาน ต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป บ่อยเพียงใด	- ไม่มี	0
		- นานๆครั้ง	1
		- ทุกสัปดาห์	3
		- ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	4
	6) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการออกกำลังกาย เบาๆ ต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป บ่อยเพียงใด	- ไม่มี	0
		- นานๆครั้ง	0
		- ทุกสัปดาห์	2
		- ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	2
สรุปคะแนนข้อ 1.3 = คะแนนสูงสุดจาก 3 ข้อย่อย (ข้อ 4-6) จึงมีคะแนน = 0-4			
สรุประดับความมีชีวิตชีวาด้านร่างกาย จากคะแนนรวมข้อ 1.1-1.3			
โดย 10-12 คะแนน = ระดับ 4, 7-9 คะแนน = ระดับ 3, 4-6 คะแนน = ระดับ 2, 0-3 คะแนน = ระดับ 1			



ตารางที่ 2 คำถาม ตัวเลือกคำตอบ และเกณฑ์คะแนน ตามแบบประเมินควมมีชีวิตชีวาฯ ด้านจิตใจ

หมวด	คำถาม	คำตอบ	คะแนน
2. ด้านจิตใจ			
2.1. ภาวะซึมเศร้า	1) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกหดหู เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่ (ผู้สูงอายุตอบ)	- มี	0
		- ไม่มี	2
	2) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกเบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่ (ผู้สูงอายุตอบ)	- มี	0
		- ไม่มี	2
2.2. การประเมินความสุข	3) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุประเมินตนเองว่ามีความสุขระดับใด (ผู้สูงอายุตอบ)	- มากที่สุด	4
		- มาก	3
		- ปานกลาง	2
		- น้อย	1
		- น้อยที่สุด	0
2.3. กิจกรรมเสริมสร้างความสุข	4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมที่ทำให้มีความสุขหรือสบายใจ เช่น การอ่านหนังสือ การทำงานอดิเรก การทำกิจกรรมทางศาสนา การท่องเที่ยว การพักผ่อนหย่อนใจ ฯลฯ หรือไม่	- มี	2
		- ไม่มี	0
สรุประดับความมีชีวิตชีวด้านจิตใจ จากคะแนนรวมข้อ 2.1-2.3			
โดย 8-10 คะแนน = ระดับ 4, 6-7 คะแนน = ระดับ 3, 3-5 คะแนน = ระดับ 2, 0-2 คะแนน = ระดับ 1			

ตารางที่ 3 คำถาม ตัวเลือกคำตอบ และเกณฑ์คะแนน ตามแบบประเมินความมีชีวิตชีวาฯ ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้

หมวด	คำถาม	คำตอบ	คะแนน
3. ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้			
3.1. ภาวะสมองเสื่อม	1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการลืมบุคคลที่เคยรู้จักและคุ้นเคย เช่น คนในครอบครัว ญาติ เพื่อนที่ยังติดต่อกันอยู่ บ่อยเพียงใด	- ไม่เคยเกิดขึ้นเลย	4
		- เกิดขึ้นนานๆ ครั้ง	2
		- เกิดทุกสัปดาห์	1
		- เกิดขึ้นทุกวันหรือเกือบทุกวัน	0
	2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการลืมสถานที่หรือเส้นทางที่จะไปยังสถานที่ ที่คุ้นเคยหรือเคยไปเป็นประจำ บ่อยเพียงใด	- ไม่เคยเกิดขึ้นเลย	4
	- เกิดขึ้นนานๆ ครั้ง	2	
	- เกิดทุกสัปดาห์	1	
	- เกิดขึ้นทุกวันหรือเกือบทุกวัน	0	
สรุปคะแนนข้อ 3.1 จากคะแนนรวม 2 ข้อย่อย (ข้อ 1-2) โดย 7-8 คะแนน = 4, 5-6 คะแนน = 3, 3-4 คะแนน = 2, 1-2 คะแนน = 1, 0 คะแนน = 0			
3.2. การเรียนรู้และการรับข่าวสาร	4) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ หอกระจายข่าว สื่อบนอินเทอร์เน็ต ฯลฯ หรือไม่	- ได้รับ	2
		- ไม่ได้รับ	0
	5) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้มีการศึกษาหาความรู้จากสื่อต่างๆ เช่น หนังสือ สื่อบนอินเทอร์เน็ต การฝึกอบรม และแหล่งข้อมูลอื่นๆ หรือไม่	- มี	2
		- ไม่มี	0
สรุประดับความมีชีวิตชีวาด้านสติปัญญาและการเรียนรู้ จากคะแนนรวมข้อ 3.1-3.2 โดย 7-8 คะแนน = ระดับ 4, 5-6 คะแนน = ระดับ 3, 3-4 คะแนน = ระดับ 2, 0-2 คะแนน = ระดับ 1			

ตารางที่ 4 คำถาม ตัวเลือกคำตอบ และเกณฑ์คะแนน ตามแบบประเมินควมมีชีวิตชีวา ด้านสังคม

หมวด	คำถาม	คำตอบ	คะแนน
4. ด้านสังคม			
4.1. การเข้าร่วมกิจกรรมชุมชน	1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มหรือชมรม เช่น กลุ่มอาชีพ กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มสหกรณ์ ชมรมผู้สูงอายุ ฯลฯ หรือไม่	- เข้าร่วม - ไม่เข้าร่วม	2 0
	2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของชุมชน เช่น กิจกรรมทางศาสนา ประเพณี ฯลฯ หรือไม่	- เข้าร่วม - ไม่เข้าร่วม	2 0
4.2. การทำงาน	3) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการทำงานที่เป็นอาชีพ เช่น การทำเกษตรกรรมเพื่อขาย การรับจ้าง การค้าขาย ฯลฯ หรือไม่	- ทำงาน (โดยความสมัครใจ) - ทำงาน (เพราะความจำเป็น แต่ไม่อยากทำงาน) - ไม่ทำงาน	2 1 0
	4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการช่วยเหลืองานของชุมชน การทำงานอาสาสมัคร การดูแลบุคคลในชุมชน การดูแลบุคคลในครอบครัว หรือไม่	- มี - ไม่มี	2 0
4.3. การปฏิสัมพันธ์กับสังคม	5) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้มีการพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้านบ่อยเพียงใด	- เป็นประจำ ทุกวันหรือเกือบทุกวัน - ทุกสัปดาห์ - นานๆครั้ง - ไม่มีเลย	3 2 1 0
4.4. ความสามารถในการเดินทาง	6) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุสามารถเดินทางออกนอกบ้านตามที่ต้องการ โดยใช้ระบบขนส่งสาธารณะ หรือโดยยานพาหนะรับจ้าง หรือโดยยานพาหนะของตนเองหรือครอบครัว ได้หรือไม่	- สามารถเดินทางได้ทุกครั้ง - สามารถเดินทางได้บางครั้ง - ไม่สามารถเดินทางได้	2 1 0
สรุประดับความมีชีวิตชีวด้านสังคม จากคะแนนรวมข้อ 4.1-4.4			
โดย 10-13 คะแนน = ระดับ 4, 7-9 คะแนน = ระดับ 3, 4-6 คะแนน = ระดับ 2, 0-3 คะแนน = ระดับ 1			



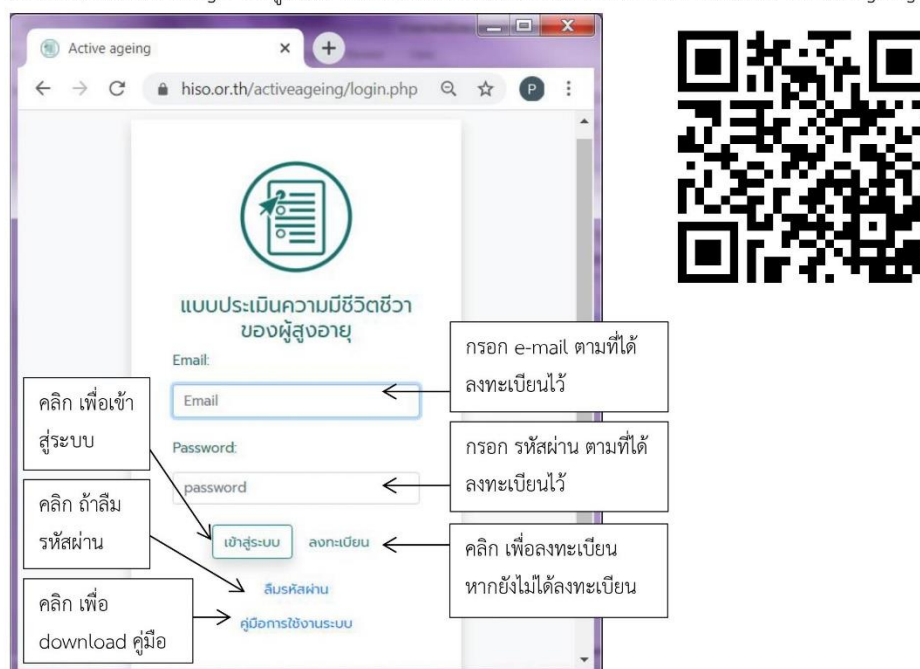
ตารางที่ 5 คำถาม ตัวเลือกคำตอบ และเกณฑ์คะแนน ตามแบบประเมินความมีชีวิตชีวาฯ ด้านความมั่นคง และ เกณฑ์คะแนนในภาพรวม 4 ด้าน และ 5 ด้าน

หมวด	คำถาม	คำตอบ	คะแนน
5. ด้านความมั่นคง			
5.1. ความ เพียงพอของ รายได้	1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีรายได้จากทุก แหล่งรายได้รวมกัน เพียงพอกับรายจ่ายหรือไม่	- เกินเพียงพอ มีเหลือเก็บ	4
		- เพียงพอ	3
		- เพียงพอเป็นบางครั้ง	2
		- ไม่เพียงพอ	0
5.2. การ สนับสนุนจาก ครอบครัว	2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับการดูแล ช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัว เช่น การให้เงิน การจัดหาอาหาร สิ่งของเครื่องใช้ การดูแล ฯลฯ หรือไม่	- ได้รับและเพียงพอ	2
		- ได้รับแต่ไม่เพียงพอ	1
		- ไม่ได้รับ	0
		- ไม่ต้องการ	2
5.3. การ สนับสนุนจาก ชุมชน	3) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับการดูแล ช่วยเหลือจากคนในชุมชนหรือหน่วยงานต่างๆ หรือไม่	- ได้รับและเพียงพอ	2
		- ได้รับแต่ไม่เพียงพอ	1
		- ไม่ได้รับ	0
		- ไม่ต้องการ	2
5.4. ความ ปลอดภัยในที่อยู่ อาศัย	4) ใน 6 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุเคยได้รับอุบัติเหตุ หกล้ม หรือตกจากที่สูง ในบริเวณบ้านหรือไม่	- เคย	0
		- ไม่เคย	2
	5) มีการจัดบ้านให้ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ชั้นล่างโดยไม่ ต้องขึ้นบันได หรือหากต้องขึ้นบันได มีการทำราว บันได หรือไม่	- มี	2
		- ไม่มี	0
สรุประดับความมีชีวิตชีวาด้านความมั่นคง จากคะแนนรวมข้อ 5.1-5.4			
โดย 10-12 คะแนน = ระดับ 4, 7-9 คะแนน = ระดับ 3, 4-6 คะแนน = ระดับ 2, 0-3 คะแนน = ระดับ 1			
สรุประดับความมีชีวิตชีวารวม 4 ด้าน (ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้ ด้านสังคม แต่ละด้าน มีคะแนน 1-4)			
โดย 13-16 คะแนน = ระดับ 4, 9-12 คะแนน = ระดับ 3, 5-8 คะแนน = ระดับ 2, 4 คะแนน = ระดับ 1			
สรุประดับความมีชีวิตชีวารวม 5 ด้าน (แต่ละด้านมีคะแนน 1-4)			
โดย 16-20 คะแนน = ระดับ 4, 11-15 คะแนน = ระดับ 3, 6-10 คะแนน = ระดับ 2, 5 คะแนน = ระดับ 1			

4. โปรแกรมบันทึกข้อมูลและแสดงผลข้อมูลตามแบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

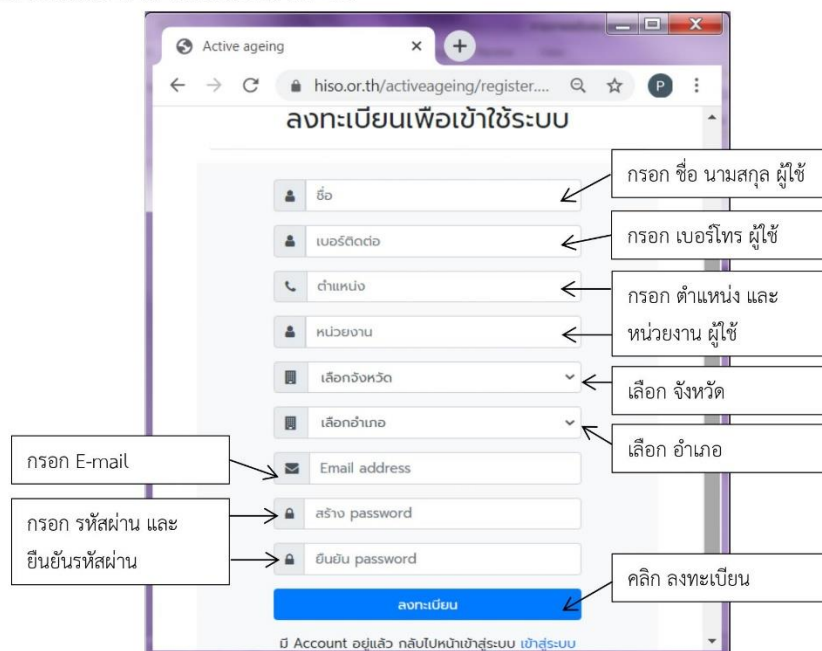
ในการใช้งานจริงสำหรับเครื่องมือประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุนี้ จะต้องมีการคำนวณคะแนน เพื่อสรุประดับความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุแต่ละราย ในแต่ละด้านและในภาพรวม จึงจำเป็นต้องมีเครื่องมือช่วยในการคำนวณ ทั้งนี้ได้มีการพัฒนาโปรแกรมแบบ web responsive เพื่อการบันทึกข้อมูล และคำนวณระดับความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุแต่ละราย และการสรุปผลการประเมินตามกลุ่มประชากร โดยสามารถเข้าสู่ระบบได้ทาง www.hiso.or.th/activeageing (หรือเข้าผ่านหน้าเว็บของมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) <https://thaitgri.org>) หรือ scan QR code เพื่อเข้าสู่หน้า Login เข้าสู่ระบบ โดยต้องลงทะเบียนผู้ใช้งานก่อน

ภาพที่ 1 แสดงหน้า Login เข้าสู่ระบบ และ QR code เพื่อ link เข้า URL ของการประเมิน Active ageing



หากลงทะเบียนแล้ว ให้กรอก E-mail (ที่ใช้ตอนลงทะเบียน) และ รหัสผ่าน (Password) ที่บันทึกตอนลงทะเบียน แล้วคลิก เข้าสู่ระบบ เพื่อเข้าสู่หน้าหลักของระบบ โดยแบ่งเป็น 2 ส่วน (ภาพที่ 3) คือ 1) ทำแบบประเมิน เพื่อบันทึกข้อมูลตามแบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ และแสดงผลการประเมิน และ 2) รายงานสรุป เพื่อแสดงข้อมูลสรุปความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุทั้งหมดที่ได้รับการประเมิน โดยสามารถแสดงสรุปผลการประเมินทั้งหมด ในรูปแบบของกราฟ หรือแสดงรายชื่อผู้สูงอายุที่ได้รับการประเมิน พร้อมผลการประเมิน หรือแสดงสรุปคำตอบแต่ละข้อ สำหรับการประเมินในแต่ละด้าน

ภาพที่ 2 แสดงหน้าลงทะเบียนเพื่อใช้งานระบบ



Active ageing

hiso.or.th/activeageing/register....

ลงทะเบียนเพื่อเข้าใช้ระบบ

กรอก ชื่อ นามสกุล ผู้ใช้

กรอก เบอร์โทร ผู้ใช้

กรอก ตำแหน่ง และ
หน่วยงาน ผู้ใช้

เลือก จังหวัด

เลือก อำเภอ

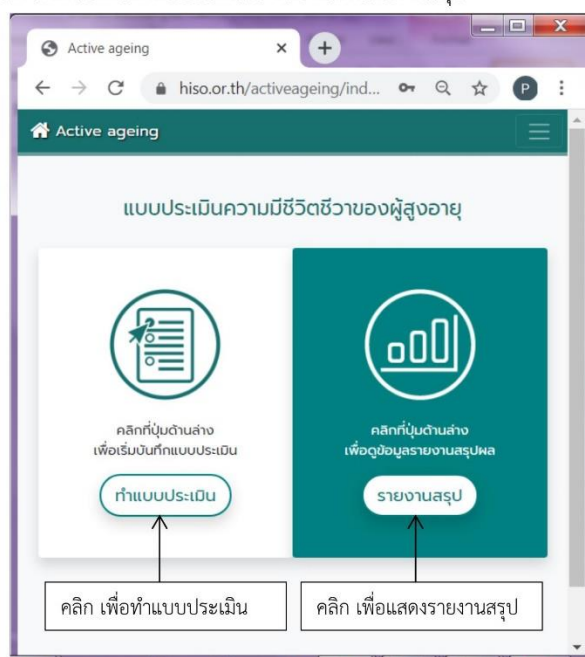
กรอก E-mail

กรอก รหัสผ่าน และ
ยืนยันรหัสผ่าน

คลิก ลงทะเบียน

มี Account อยู่แล้ว กลับไปหน้าเข้าสู่ระบบ เข้าสู่ระบบ

ภาพที่ 3 แสดงหน้าหลัก สำหรับการทำแบบประเมิน หรือ แสดงรายงานสรุป



Active ageing

hiso.or.th/activeageing/ind...

แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

คลิกที่ปุ่มด้านล่าง
เพื่อรับบันทึกแบบประเมิน

ทำแบบประเมิน

คลิก เพื่อทำแบบประเมิน

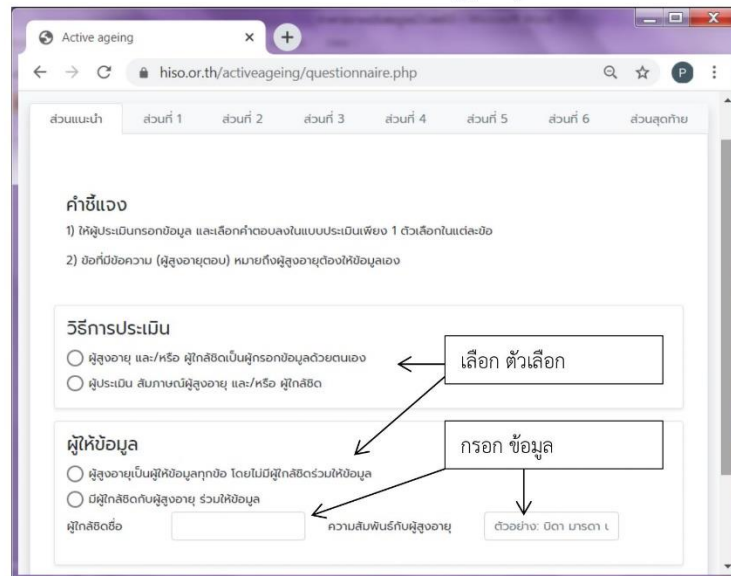
คลิกที่ปุ่มด้านล่าง
เพื่อดูข้อมูลรายงานสรุปผล

รายงานสรุป

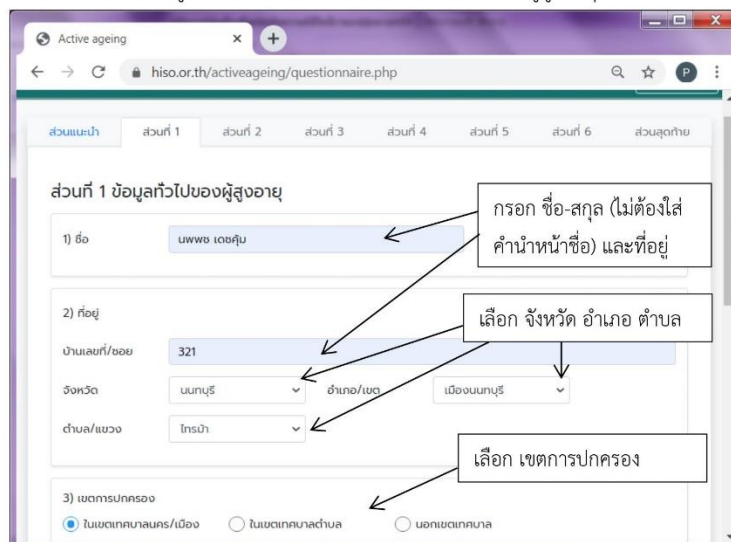
คลิก เพื่อแสดงรายงานสรุป

เมื่อคลิก ทำแบบประเมิน จะเข้าสู่แบบฟอร์มในการบันทึกข้อมูล แสดงดังภาพที่ 4 ถึง ภาพที่ 15

ภาพที่ 4 หน้าบันทึกส่วนแนะนำ แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

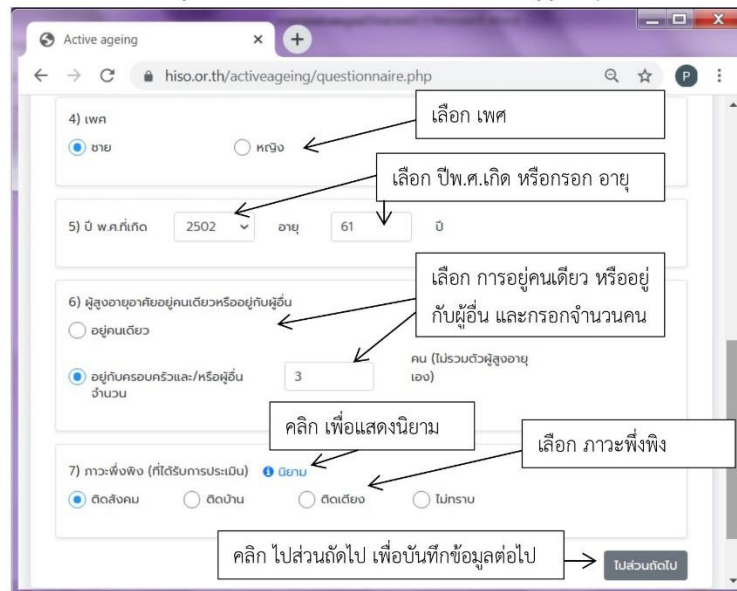


ภาพที่ 5 หน้าบันทึกส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

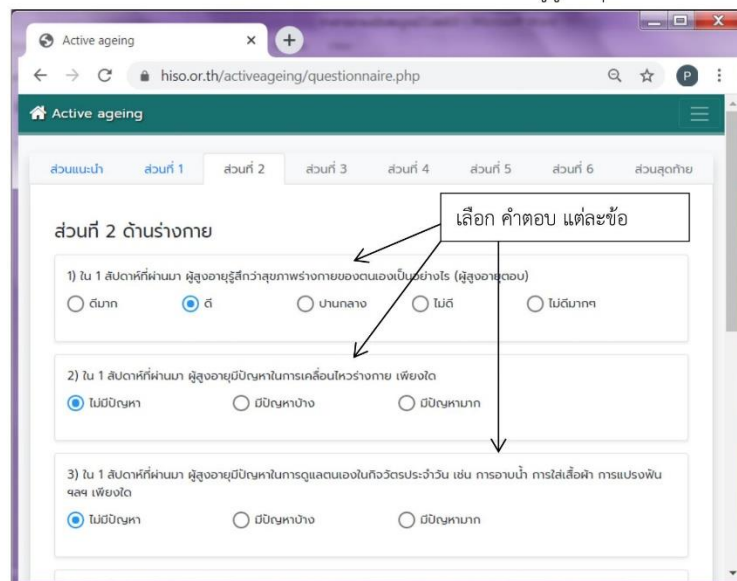


หมายเหตุ ตัวเลือก จังหวัด อำเภอ จะตั้งค่าเริ่มต้น ตามที่อยู่ของหน่วยงานผู้ใช้ ที่มีการลงทะเบียนไว้ เพื่อความสะดวกในการบันทึกข้อมูล แต่สามารถเลือกอำเภออื่น หรือจังหวัดอื่นได้

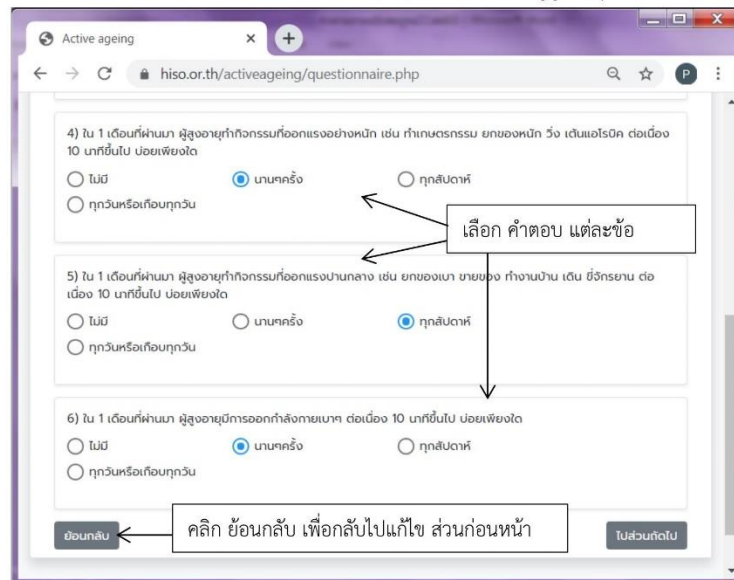
ภาพที่ 6 หน้าบันทึกส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (ต่อ)



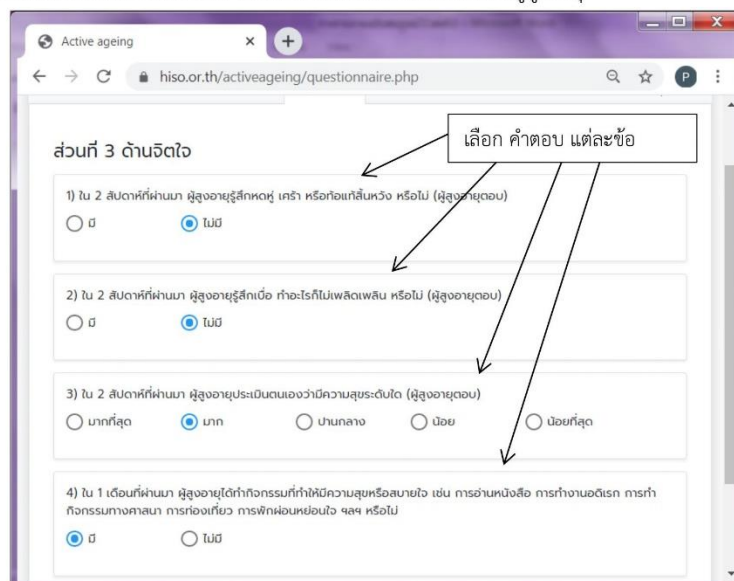
ภาพที่ 7 หน้าบันทึกส่วนที่ 2 ด้านร่างกาย แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ



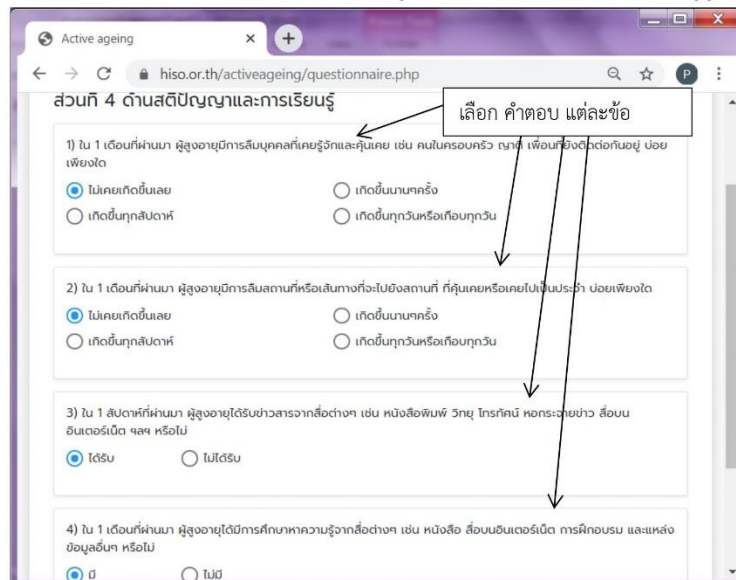
ภาพที่ 8 หน้าบันทึกส่วนที่ 2 ด้านร่างกาย แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (ต่อ)



ภาพที่ 9 หน้าบันทึกส่วนที่ 3 ด้านจิตใจ แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ



ภาพที่ 10 หน้าบันทึกส่วนที่ 4 ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้ แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ



Active ageing

hiso.or.th/activeageing/questionnaire.php

ส่วนที่ 4 ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้

เลือก คำตอบ แต่ละข้อ

1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการสังเกตสิ่งรอบรู้และสิ่งเคย เช่น คนในครอบครัว ญาติ เพื่อนที่อาศัยอยู่ บ่อยเพียงใด

☒ ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ☐ เกิดขึ้นบางครั้ง

☐ เกิดขึ้นทุกสัปดาห์ ☐ เกิดขึ้นทุกวันหรือเกือบทุกวัน

2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการสังเกตสิ่งหรือเส้นทางที่จะไปยังสถานที่ ที่คุ้นเคยหรือเคยไปเป็นประจำ บ่อยเพียงใด

☒ ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ☐ เกิดขึ้นบางครั้ง

☐ เกิดขึ้นทุกสัปดาห์ ☐ เกิดขึ้นทุกวันหรือเกือบทุกวัน

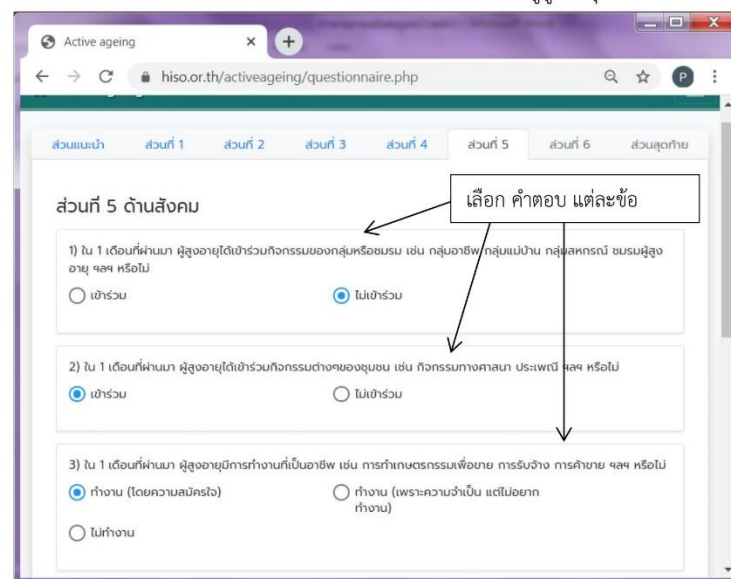
3) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ หอกระจายข่าว สือบนอินเตอร์เน็ต ฯลฯ หรือไม่

☒ ได้รับ ☐ ไม่ได้รับ

4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้มีการศึกษาหาความรู้จากสื่อต่างๆ เช่น หนังสือ สือบนอินเตอร์เน็ต การฝึกอบรม และแหล่งข้อมูลอื่นๆ หรือไม่

☒ มี ☐ ไม่มี

ภาพที่ 11 หน้าบันทึกส่วนที่ 5 ด้านสังคม แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ



Active ageing

hiso.or.th/activeageing/questionnaire.php

ส่วนที่ 5 ด้านสังคม

เลือก คำตอบ แต่ละข้อ

1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มหรือชมรม เช่น กลุ่มอาชีพ กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มสหกรณ์ ชมรมผู้สูงอายุ ฯลฯ หรือไม่

☐ เข้าร่วม ☒ ไม่เข้าร่วม

2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของชุมชน เช่น กิจกรรมทางศาสนา ประเพณี ฯลฯ หรือไม่

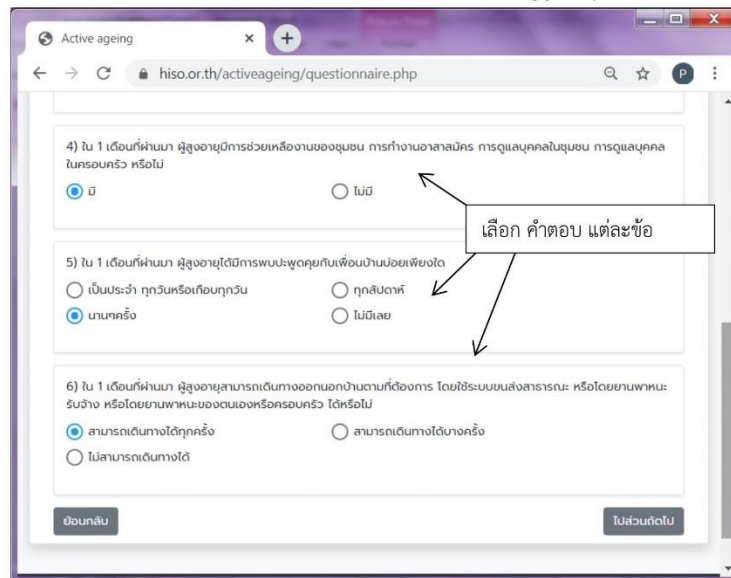
☒ เข้าร่วม ☐ ไม่เข้าร่วม

3) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการทำงานที่เป็นอาชีพ เช่น การทำเกษตรกรรมเพื่อขาย การรับจ้าง การค้าขาย ฯลฯ หรือไม่

☒ ทำงาน (โดยความสมัครใจ) ☐ ทำงาน (เพราะความจำเป็น แต่ไม่ต้องการทำงาน)

☐ ไม่ทำงาน

ภาพที่ 12 หน้าบันทึกส่วนที่ 5 ด้านสังคม แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (ต่อ)



Active ageing

hiso.or.th/activeageing/questionnaire.php

4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีการช่วยเหลืองานของชุมชน การทำงานอาสาสมัคร การดูแลบุคคลในชุมชน การดูแลบุคคลในครอบครัว หรือไม่

☒ มี ☐ ไม่มี

5) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้มีการพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้านบ่อยเพียงใด

☐ เป็นประจำ ทุกวันหรือเกือบทุกวัน ☐ ทุกสัปดาห์

☒ บ้างครั้ง ☐ ไม่มีเลย

6) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุสามารถเดินทางออกนอกบ้านตามที่ต้องการ โดยใช้ระบบขนส่งสาธารณะ หรือโดยยานพาหนะส่วนตัว หรือโดยยานพาหนะของตนเองหรือครอบครัว ได้หรือไม่

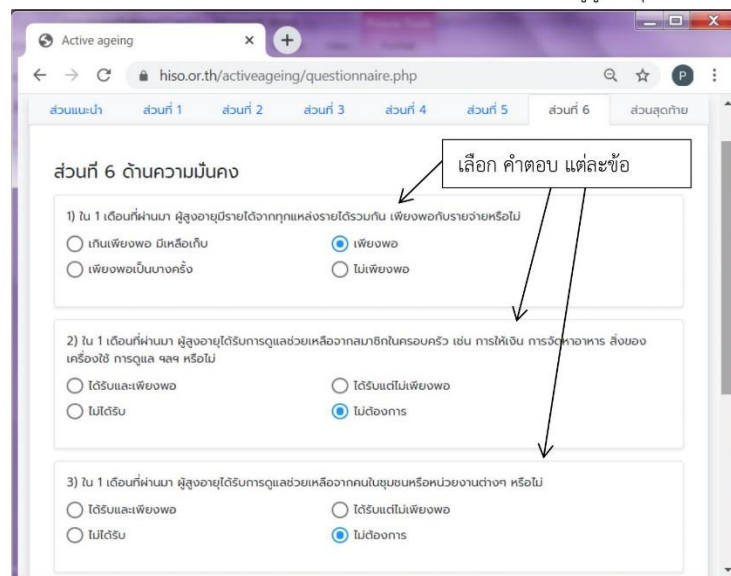
☒ สามารถเดินทางได้ทุกครั้ง ☐ สามารถเดินทางได้บางครั้ง

☐ ไม่สามารถเดินทางได้

ย้อนกลับ ไปส่วนถัดไป

เลือก คำตอบ แต่ละข้อ

ภาพที่ 13 หน้าบันทึกส่วนที่ 6 ด้านความมั่นคง แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ



Active ageing

hiso.or.th/activeageing/questionnaire.php

ส่วนหน้า ส่วนที่ 1 ส่วนที่ 2 ส่วนที่ 3 ส่วนที่ 4 ส่วนที่ 5 ส่วนที่ 6 ส่วนสุดท้าย

ส่วนที่ 6 ด้านความมั่นคง

1) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับแจ้งจากทุกแหล่งรายได้รวมกัน เพียงพอกับรายจ่ายหรือไม่

☐ เกินเพียงพอ มีเหลือเก็บ ☒ เพียงพอ

☐ เพียงพอเป็นบางครั้ง ☐ ไม่เพียงพอ

2) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับการดูแลช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัว เช่น การให้อาหาร การจัดหาอาหาร สิ่งของเครื่องใช้ การดูแล ฯลฯ หรือไม่

☐ ได้รับและเพียงพอ ☐ ได้รับแต่ไม่เพียงพอ

☐ ไม่ได้รับ ☒ ไม่ต้องการ

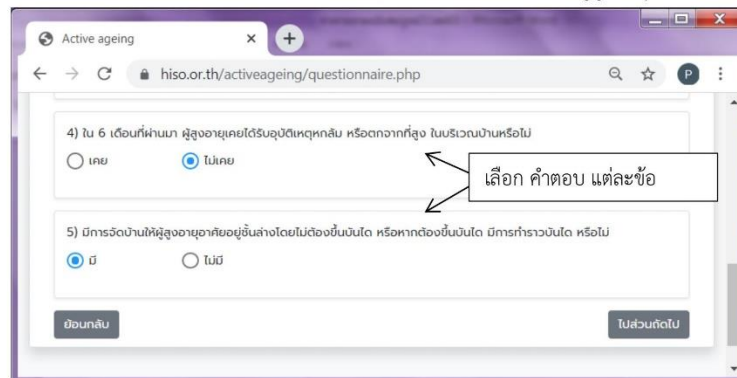
3) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุได้รับการดูแลช่วยเหลือจากคนในชุมชนหรือหน่วยงานต่างๆ หรือไม่

☐ ได้รับและเพียงพอ ☐ ได้รับแต่ไม่เพียงพอ

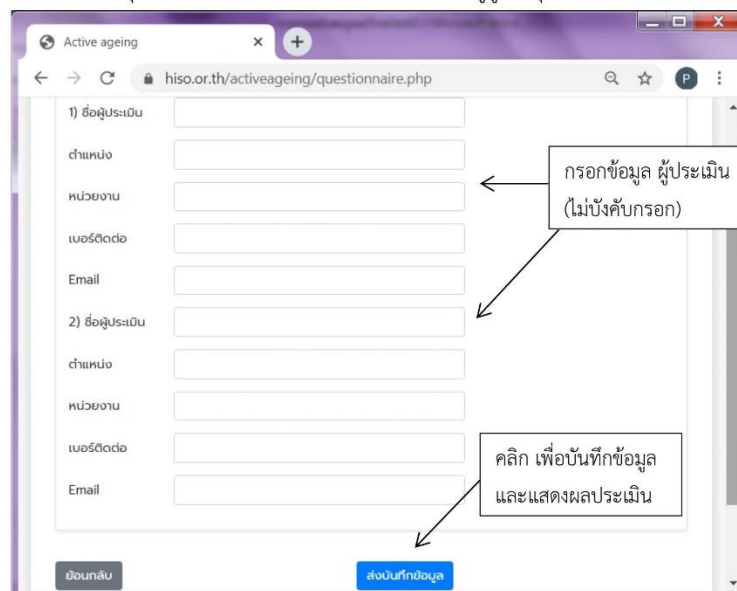
☐ ไม่ได้รับ ☒ ไม่ต้องการ

เลือก คำตอบ แต่ละข้อ

ภาพที่ 14 หน้าบันทึกส่วนที่ 6 ด้านความมั่นคง แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (ต่อ)

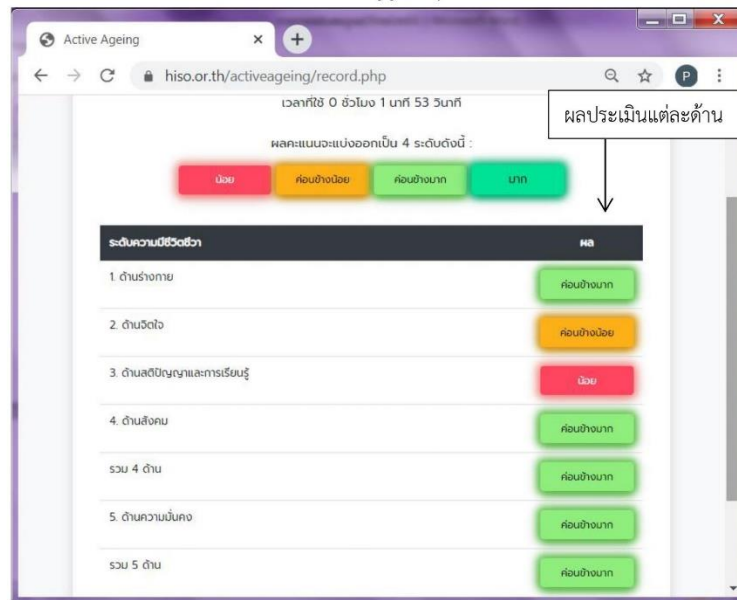


ภาพที่ 15 หน้าบันทึกส่วนสุดท้าย แบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ



ภาพที่ 16 แสดงหน้าแสดงผลการประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ทั้ง 5 ด้าน พร้อมภาพรวม 4 ด้าน และ 5 ด้าน โดยแบ่งเป็น 4 ระดับ คือ น้อย ค่อนข้างน้อย ค่อนข้างมาก และ มาก

ภาพที่ 16 หน้าแสดงผลการประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ



Active Ageing

hiso.or.th/activeageing/record.php

เวลาที่ใช้ 0 ชั่วโมง 1 นาที 53 วินาที

ผลคะแนนแบ่งออกเป็น 4 ระดับดังนี้ :

น้อย ค่อนข้างน้อย ค่อนข้างมาก มาก

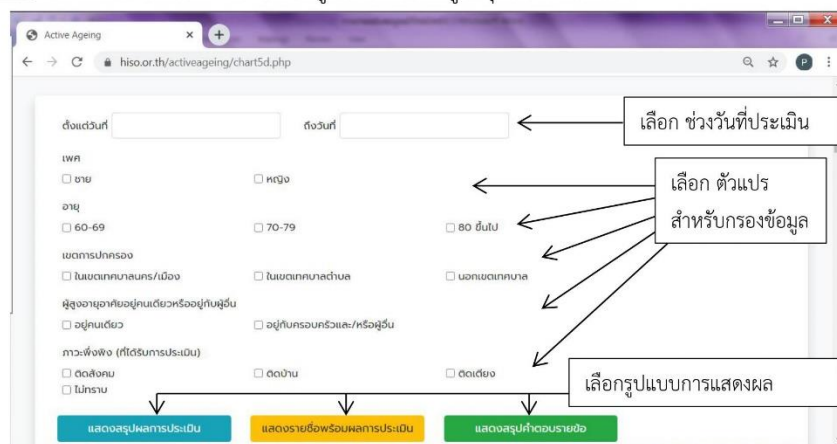
ระดับความมีชีวิตชีวา

ลำดับ	ด้าน	ผลประเมิน
1	ด้านร่างกาย	ค่อนข้างมาก
2	ด้านจิตใจ	ค่อนข้างน้อย
3	ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้	น้อย
4	ด้านสังคม	ค่อนข้างมาก
รวม 4 ด้าน		ค่อนข้างมาก
5	ด้านความมั่นคง	ค่อนข้างมาก
รวม 5 ด้าน		ค่อนข้างมาก

ผลประเมินแต่ละด้าน

เมื่อกลับไปยังหน้าหลัก (ภาพที่ 3) หากคลิกไปที่ รายงานสรุป จะเข้าสู่หน้าสรุปผลการประเมิน (ภาพที่ 17) เพื่อแสดงผลการประเมินผู้สูงอายุทุกรายที่ได้รับการประเมิน โดยสามารถเลือกตัวแปรในการกรองข้อมูลได้ (ไม่เลือก หมายถึง แสดงทั้งหมด) ได้แก่ ช่วงวันที่ประเมิน เพศ อายุ เขตการปกครอง การอาศัยอยู่คนเดียว และภาวะพึ่งพิง และสามารถเลือกรูปแบบการแสดงผล ได้แก่ แสดงสรุปผลการประเมิน แสดงรายชื่อพร้อมผลการประเมิน และแสดงสรุปคำตอบรายข้อ

ภาพที่ 17 หน้าแสดงตัวแปรในการกรองข้อมูลเพื่อแสดงข้อมูลสรุปผลการประเมิน



Active Ageing

hiso.or.th/activeageing/chart5d.php

ตั้งแต่วันที่ [] ถึงวันที่ []

เลือก ช่วงวันที่ประเมิน

เพศ

☐ ชาย ☐ หญิง

อายุ

☐ 60-69 ☐ 70-79 ☐ 80 ขึ้นไป

เลือก ตัวแปร สำหรับกรองข้อมูล

เขตการปกครอง

☐ ในเขตเทศบาลนคร/เมือง ☐ ในเขตเทศบาลตำบล ☐ นอกเขตเทศบาล

ผู้สูงอายุอาศัยอยู่คนเดียวหรืออยู่กับผู้อื่น

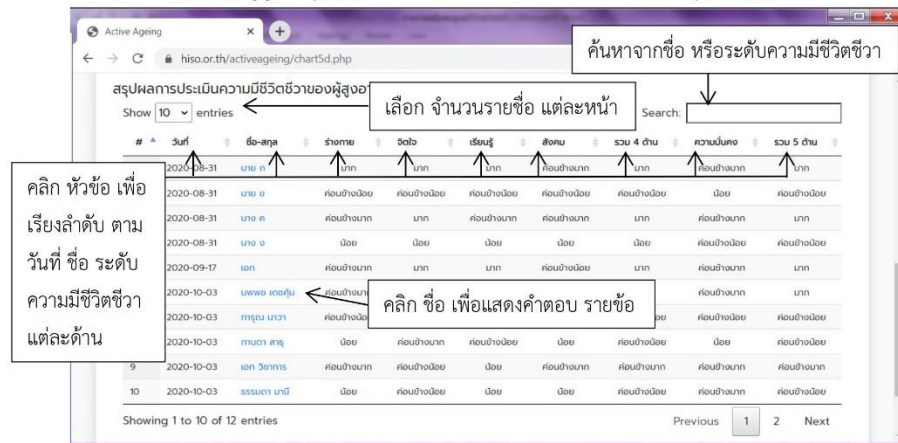
☐ อยู่คนเดียว ☐ อยู่กับครอบครัวและ/หรือผู้อื่น

ภาวะพึ่งพิง (ที่ได้รับการประเมิน)

☐ ด้อยลง ☐ ด้อยขึ้น ☐ ด้อยเฉย

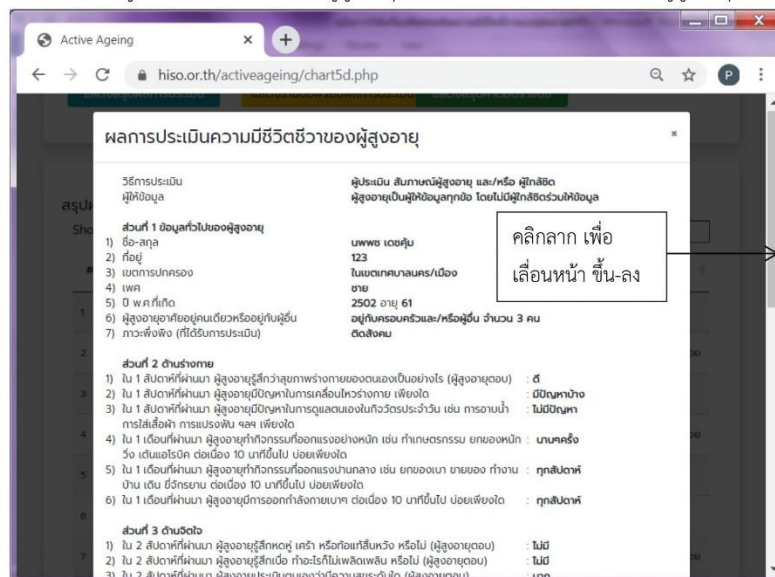
เลือกรูปแบบการแสดงผล

ภาพที่ 18 หน้าแสดงรายชื่อผู้สูงอายุที่ได้รับการประเมิน และผลการประเมินรายบุคคล



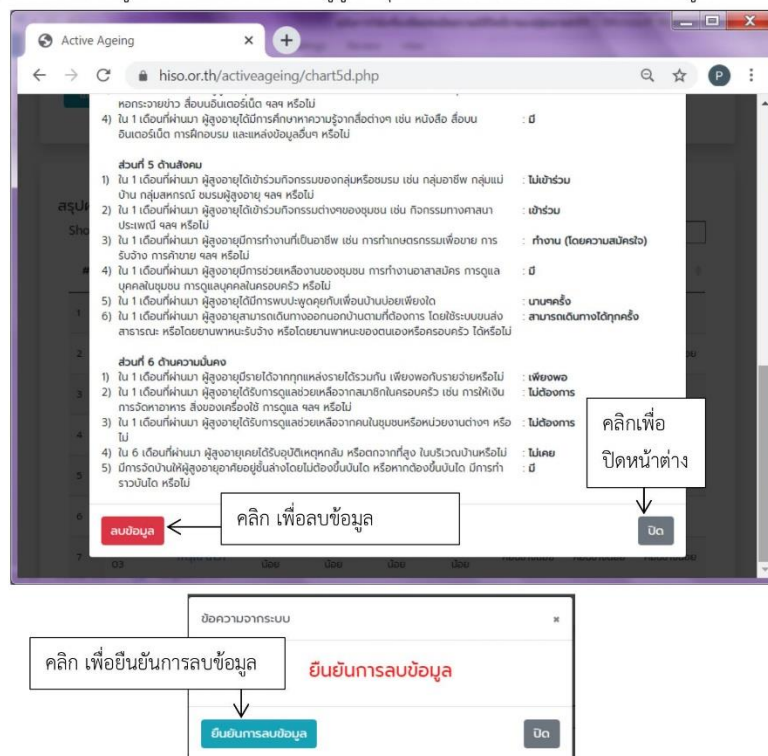
ภาพที่ 18 แสดงรายชื่อของผู้สูงอายุ พร้อมผลการประเมิน โดยสามารถเรียงข้อมูลได้ตามวันที่ประเมิน หรือชื่อผู้สูงอายุ หรือผลการประเมินแต่ละด้าน รวมทั้งสามารถค้นหาจากชื่อ หรือผลการประเมิน และสามารถแสดงรายละเอียดของคำตอบแต่ละข้อตามแบบประเมินของผู้สูงอายุแต่ละราย โดยคลิกที่ชื่อผู้สูงอายุ (ภาพที่ 19-20)

ภาพที่ 19 หน้าแสดงข้อมูลคำตอบแต่ละข้อ ของผู้สูงอายุที่ได้รับการประเมิน เมื่อคลิกชื่อผู้สูงอายุ



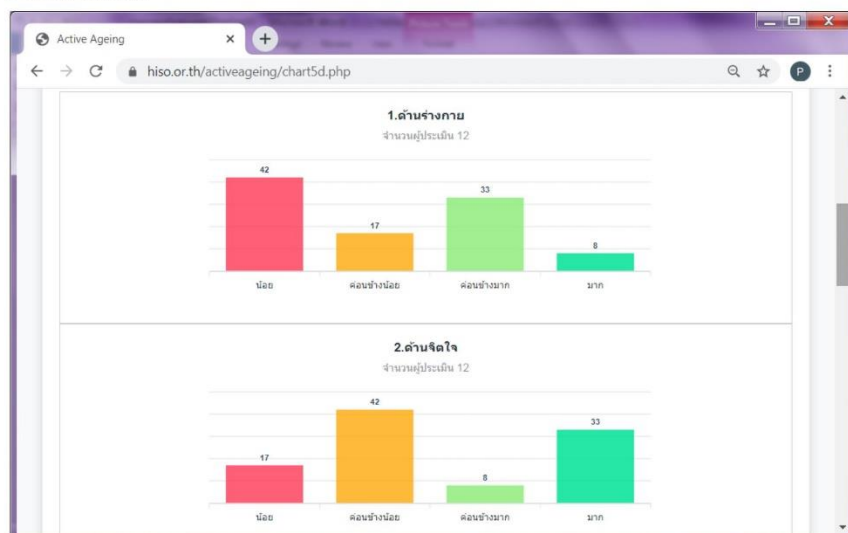
สามารถปิดหน้าต่างแสดงข้อมูลรายชื่อ โดยคลิก ปิด ที่มุมขวาล่างของหน้าต่าง หรือหากต้องการลบข้อมูลการประเมินของผู้สูงอายุรายนี้ ให้คลิก ลบข้อมูล ที่มุมซ้ายล่างของหน้าต่าง (ภาพที่ 20) แล้วคลิก ยืนยันการลบข้อมูล เพื่อทำการลบข้อมูล

ภาพที่ 20 หน้าแสดงข้อมูลคำตอบแต่ละข้อ ของผู้สูงอายุที่ได้รับการประเมิน และการลบข้อมูล

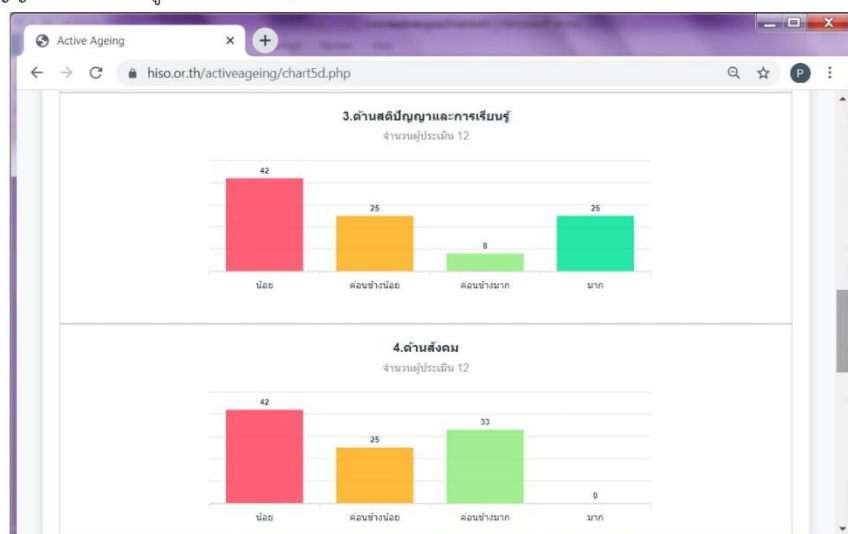


ภาพที่ 21 – ภาพที่ 23 แสดงสถิติของผลการประเมินความมีชีวิตชีวาแต่ละด้าน ในภาพรวมระดับพื้นที่ ที่ผู้ใช้ได้บันทึกข้อมูลในระบบทั้งหมด ตามการกรองข้อมูลในภาพที่ 17 โดยคลิกที่ แสดงสรุปผลการประเมิน ซึ่งจะแบ่งระดับความมีชีวิตชีวา เป็น น้อย ค่อนข้างน้อย ค่อนข้างมาก และมาก และสามารถแสดงรายชื่อของผู้สูงอายุในแต่ละระดับของความมีชีวิตชีวา ในแต่ละด้านได้ โดยการคลิกไปที่แท่งกราฟที่ต้องการ ภาพที่ 24 แสดงรายชื่อผู้สูงอายุ ที่มีความมีชีวิตชีวา ระดับน้อย ในด้านร่างกาย จากการคลิกที่แท่งกราฟ ระดับน้อย ในด้านร่างกาย

ภาพที่ 21 หน้าแสดงสรุปผลการประเมิน การประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ในภาพรวมระดับพื้นที่ (ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ)



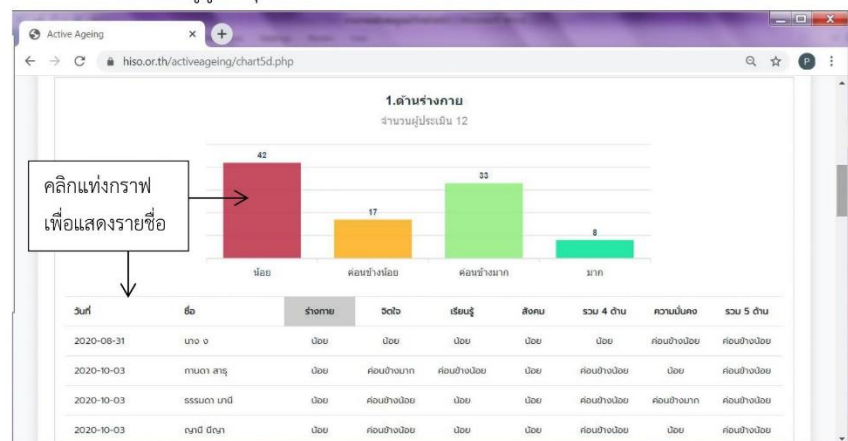
ภาพที่ 22 หน้าแสดงสรุปผลการประเมิน การประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ในภาพรวมระดับพื้นที่ (ด้านสติปัญญาและการเรียนรู้ และด้านสังคม)



ภาพที่ 23 หน้าแสดงสรุปผลการประเมิน การประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ ในภาพรวมระดับพื้นที่ (รวม 4 ด้าน และด้านความมั่นคง)

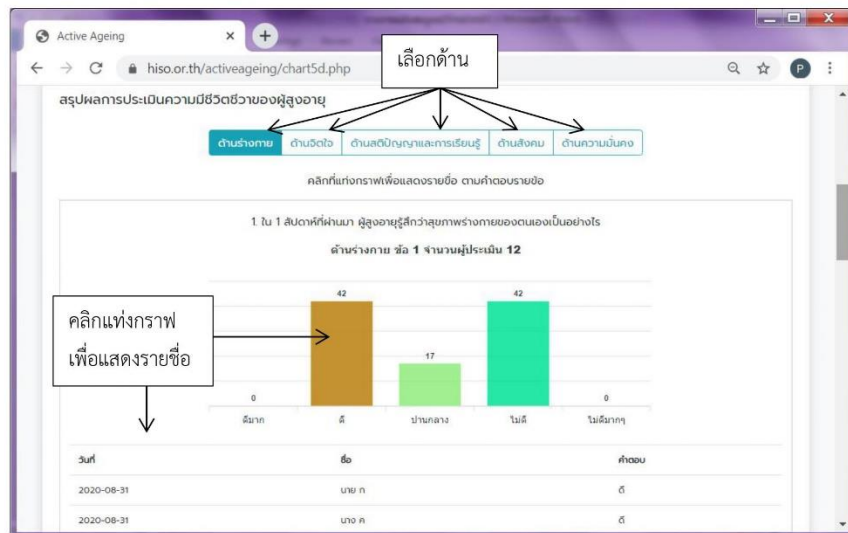


ภาพที่ 24 หน้าแสดงรายชื่อผู้สูงอายุ เมื่อคลิกที่แท่งกราฟ ในแต่ละระดับ ของแต่ละด้าน

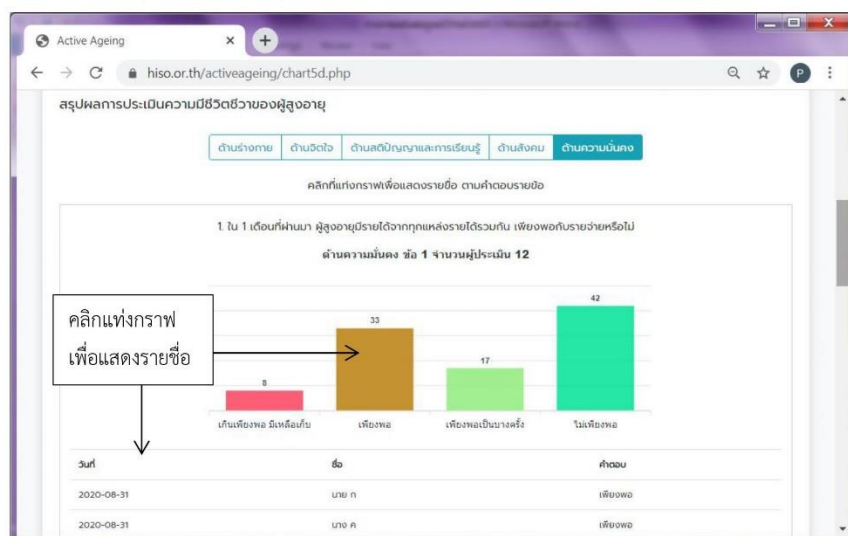


ภาพที่ 25 – ภาพที่ 26 แสดงสรุปคำตอบรายชื่อ ของการประเมินความมีชีวิตชีวาแต่ละด้าน ในภาพรวมระดับพื้นที่ ตามการกรองข้อมูลในภาพที่ 17 โดยคลิกที่ แสดงสรุปคำตอบรายชื่อ แล้วเลือกด้านที่ต้องการ โดยสามารถแสดงรายชื่อของผู้สูงอายุ ตามการเลือกคำตอบในแต่ละข้อได้ โดยการคลิกไปที่แท่งกราฟที่ต้องการ

ภาพที่ 25 หน้าแสดงสรุปคำตอบรายข้อ ในแต่ละด้าน และแสดงรายชื่อผู้สูงอายุ เมื่อคลิกที่แท่งกราฟ ในแต่ละคำตอบ ของแต่ละข้อ (ด้านร่างกาย)

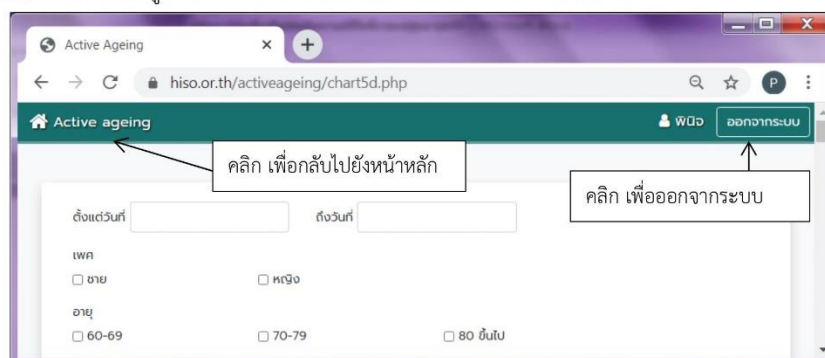


ภาพที่ 26 หน้าแสดงสรุปคำตอบรายข้อ ในแต่ละด้าน และแสดงรายชื่อผู้สูงอายุ เมื่อคลิกที่แท่งกราฟ ในแต่ละคำตอบ ของแต่ละข้อ (ด้านความมั่นคง)



ในการทำงานแต่ละหน้า หากต้องการกลับไปยังหน้าหลักของระบบ (ภาพที่ 3) เพื่อเลือก ทำแบบประเมิน หรือ แสดงรายงานสรุป สามารถทำได้โดยคลิกไปที่คำว่า Active ageing บนแถบข้อมูลด้านบนซ้าย หรือหาก ต้องการออกจากระบบ สามารถคลิกไปที่ปุ่ม ออกจากระบบ บนแถบข้อมูลด้านบนขวา (ภาพที่ 27) แล้วคลิก ยืนยัน การออกจากระบบ โดยระบบจะกลับไปยังหน้า Login เข้าสู่ระบบ (ภาพที่ 1)

ภาพที่ 27 แสดงแถบข้อมูลด้านบน เพื่อกลับไปยังหน้าหลัก หรือเพื่อออกจากระบบ



สำหรับการสร้าง ไอคอน (ทางลัดเพื่อเข้าสู่ระบบ) บน smartphone หรือ tablet สามารถทำได้ โดยวิธีการ ดังนี้

- 1) สำหรับระบบ IOS มีขั้นตอน ดังนี้
 - ใช้โปรแกรม Safari ในการเข้าสู่ web ตาม URL www.hiso.or.th/activeageing
 - คลิกปุ่ม share ด้านล่างของหน้าจอ ที่มีสัญลักษณ์ 
 - เลื่อน เมนู เพื่อคลิก **เพิ่มไปยังหน้าจอโฮม** แล้วคลิก เพิ่ม
 - หน้าจอจะมีไอคอนเพิ่มเข้ามา ชื่อ Active ageing
 - สามารถคลิกที่ไอคอน Active ageing เพื่อเข้าสู่ระบบได้ โดยไม่ต้องพิมพ์ URL อีก
- 2) สำหรับระบบ Android มีขั้นตอน ดังนี้
 - ใช้โปรแกรม Chrome ในการเข้าสู่ web ตาม URL www.hiso.or.th/activeageing
 - คลิกปุ่ม เมนู ที่มุมบนด้านขวาของหน้าจอ ที่มีสัญลักษณ์ 
 - เลื่อน เมนู เพื่อคลิก **เพิ่มลงในหน้าจอหลัก** แล้วคลิก เพิ่ม
 - หน้าจอจะมีไอคอนเพิ่มเข้ามา ชื่อ Active ageing
 - สามารถคลิกที่ไอคอน Active ageing เพื่อเข้าสู่ระบบได้ โดยไม่ต้องพิมพ์ URL อีก

ส่วนที่ 3

การจัดการข้อมูล

การดาวน์โหลดข้อมูลจากระบบแบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

โปรแกรมบันทึกข้อมูลและแสดงผลข้อมูลตามแบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ นอกจากสามารถดูข้อมูลรายบุคคลแล้ว ยังสามารถเก็บรวบรวมข้อมูลในรูปแบบภาพรวมของพื้นที่ได้ด้วย โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุและทำการบันทึกข้อมูลลงในระบบโดยใช้ E-mail (ที่ใช้ตอนลงทะเบียน) และ รหัสผ่าน (Password) ที่บันทึกตอนลงทะเบียน แล้วคลิกเข้าสู่ระบบ และทำการบันทึกข้อมูลที่ได้เก็บรวบรวมได้ทั้งหมด จะทำให้เจ้าหน้าที่สามารถเรียกดูข้อมูลทั้งหมดได้เมื่อเข้าสู่ระบบ ซึ่งการดูข้อมูลในระบบก็ได้มีขั้นตอนตามที่แจ้งแล้วก่อนหน้านี้ และในส่วนนี้จะกล่าวถึงขั้นตอนในการนำข้อมูลจากระบบออกมาในรูปแบบของไฟล์ Excel ซึ่งสะดวกในการใช้ข้อมูลสำหรับเจ้าหน้าที่ สามารถนำข้อมูลออกจากระบบได้ ตามขั้นตอน ดังนี้



ภาพที่ 1 เมื่อเข้าสู่ระบบเรียบร้อยแล้วจะแสดงหน้าจอหลัก สำหรับการทำแบบประเมิน หรือ แสดงรายงานสรุป

เมื่อคลิก แบบรายงานสรุป จะเข้าสู่หน้าสรุปผลการประเมิน (ภาพที่ 2) เพื่อแสดงผลการประเมินผู้สูงอายุทุกรายที่ได้รับการประเมิน และคลิกเลือก ส่งออกการบันทึกข้อมูล

หน้าแรก / รายงานสรุป

รายงานสรุป

ตั้งแต่วันที่

ถึงวันที่

เพศ

☐ ชาย
☐ หญิง

อายุ

☐ 60-69
☐ 70-79
☐ 80 ขึ้นไป

เขตการปกครอง

☐ ในเขตเทศบาลนคร/เมือง
☐ ในเขตเทศบาลตำบล
☐ นอกเขตเทศบาล

ผู้สูงอายุอาศัยอยู่คนเดียวหรืออยู่กับผู้อื่น

☐ อยู่คนเดียว
☐ อยู่กับครอบครัวและ/หรือผู้อื่น

ภาวะพึ่งพิง (ที่ได้รับการประเมิน)

☐ ดัดล้มคม
☐ ดัดบ้าน
☐ ดัดเตียง

☐ ไม่ทราบ

แสดงสรุปผลการประเมิน

แสดงรายชื่อพร้อมผลการประเมิน

แสดงสรุปค่าตอบรายข้อ

สรุปผลการประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ

คลิกที่แท่งกราฟเพื่อแสดงรายข้อ ตามระดับความมีชีวิตชีวาในแต่ละด้าน

ส่งออกการบันทึกข้อมูล

1.ด้านร่างกาย

จำนวนผู้ประเมิน 1050

3 %

13 %

38 %

46 %

ภาพที่ 2 หน้ารายงานสรุป จะมีตัวเลือกให้ทำการ ส่งออกการบันทึกข้อมูล

เมื่อคลิก ส่งออกการบันทึกข้อมูลแล้ว ข้อมูลจะอยู่ใน folder download ในเครื่องคอมพิวเตอร์ ในรูปแบบของไฟล์ excel โดยชื่อไฟล์_ส่งออกวันที่_ปี-เดือน-วัน ที่ทำการดาวน์โหลดข้อมูล เช่น activeageing_ส่งออกวันที่_2024-01-11 เมื่อทำการเปิดไฟล์ขึ้นมาจะพบข้อมูลทั้งหมดที่บันทึกลงในระบบ

The image displays two side-by-side screenshots of Microsoft Excel spreadsheets. The left spreadsheet, titled 'active ageing... 2024-01-11.xlsx', has columns A through F. Column A contains dates from 25-12-2022 to 31-12-2022. Column B contains names like 'วิจิตร ประพันธ์', 'สุวิทย์ ประพันธ์', etc. Column C contains status information like 'ผู้สูงอายุเป็นผู้ให้ข้อมูลถูกต้อง', 'ผู้สูงอายุเป็นผู้ให้ข้อมูลไม่ถูกต้อง', etc. The right spreadsheet, titled 'Active Ageing.xlsx', has columns A through I. Column A contains dates from 25-12-2022 to 31-12-2022. Column B contains names like 'วิจิตร ประพันธ์', 'สุวิทย์ ประพันธ์', etc. Column C contains status information like 'ผู้สูงอายุเป็นผู้ให้ข้อมูลถูกต้อง', 'ผู้สูงอายุเป็นผู้ให้ข้อมูลไม่ถูกต้อง', etc. Column D contains 'รวม 4 เดือน' (Total 4 months) and Column E contains 'ความน่าเชื่อถือ' (Reliability).

ภาพที่ 6 ตรวจสอบความถูกต้องของรายชื่อผู้ให้ข้อมูลสำหรับการรวมข้อมูลเข้าด้วยกัน

จากภาพที่ 6 เมื่อได้ข้อมูลจากทั้ง 2 ไฟล์มาแล้วให้ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล โดยสามารถตรวจสอบได้จากรายชื่อว่าตรงกันทั้ง 2 ไฟล์หรือไม่ หากตรวจสอบแล้วตรงกันทั้งหมดก็สามารถรวมข้อมูลจากทั้ง 2 ไฟล์ เข้าไว้ด้วยกัน โดย copy ข้อมูลทั้งหมดจากไฟล์ค่าคะแนนภาพรวมในแต่ละด้าน ไปวางในไฟล์ข้อมูลแบบประเมินความมีชีวิตชีวา และทำการตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งโดยตรวจสอบแถวที่วางข้อมูลใหม่ว่าชื่อผู้ให้ข้อมูลตรงกันกับไฟล์เดิมหรือไม่ หากมีข้อมูลที่ไม่ตรงกันก็แก้ไขให้เรียบร้อย และนำข้อมูลที่รวมทั้งสองไฟล์ไปใช้ในการวิเคราะห์หาค่าข้อมูลในภาพรวมเพิ่มเติมได้

การตรวจสอบข้อมูลเบื้องต้น

ในการตรวจสอบข้อมูลเบื้องต้น สามารถดูข้อมูลจากแบบสอบถามควบคู่จากข้อมูลในไฟล์ excel ได้เลย ซึ่งข้อมูลจะต้องตรงกับแบบสอบถามในแต่ละข้อเท่านั้น หากมีนอกเหนือจากนั้นจะเป็นข้อมูลที่ผิดต้องตรวจสอบและแก้ไขให้ถูกต้อง เช่น บ้านเลขที่ ที่พบว่าเมื่อดึงข้อมูลออกจากระบบแล้วมีข้อมูลที่ผิด ดังภาพ

ภาพที่ 7 ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล

จากภาพพบว่าข้อมูลบ้านเลขที่ที่ผิดคือ 1-ก.พ.สามารถแก้ไขข้อมูลได้โดยการเข้าไปแก้ไขข้อมูลจากระบบว่าบ้านเลขที่ที่ถูกต่องคือบ้านเลขที่เท่าไร หรือหากมีแบบสอบถามสามารถตรวจสอบได้เช่นเดียวกัน โดยเช็คจากชื่อและนามสกุลของผู้ให้ข้อมูล และทำการแก้ไขให้ถูกต้องจนครบทุกข้อมูลที่พบว่าผิด และทำการตรวจสอบเช่นนี้กับข้อมูลทุกตัวแปรจนครบถ้วนสมบูรณ์

การแปลงข้อมูลจากตัวอักษรให้เป็นตัวเลข

เนื่องจากข้อมูลจากระบบการประเมินความมีชีวิตชีวาของผู้สูงอายุ (AAI) เมื่อนำออกข้อมูลจากระบบแล้วข้อมูลเป็นตัวอักษร แต่หากต้องการวิเคราะห์ข้อมูลจะต้องเป็นตัวเลขที่จะใช้คำนวณจึงต้องมีการแปลงข้อมูลจากตัวอักษรให้เป็นตัวเลขเพื่อความสะดวกในการวิเคราะห์ข้อมูล แต่ข้อมูลจะต้องมีข้อมูลต้นฉบับที่เป็นตัวอักษรด้วยจึงทำการสำเนาข้อมูลไปไว้ sheet ใหม่และทำการแปลงข้อมูล

การใช้สูตร IF ในโปรแกรม excel

=if(logical_test, [value_if_true],[value_if_false])

ตัวอย่าง ข้อคำถามที่ 1 ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณภาพร่างกายของตนเองเป็นอย่างไร

5=ดีมาก 4=ดี 3=ปานกลาง 2=ไม่ดี 1=ไม่ดีมาก

=IF(รวมข้อมูลAAI!S8="ไม่ดีมาก",1,IF(รวมข้อมูลAAI!S8="ไม่ดี",2,IF(รวมข้อมูลAAI!S8="ปานกลาง",3,IF(รวมข้อมูลAAI!S8="ดี",4,5))))

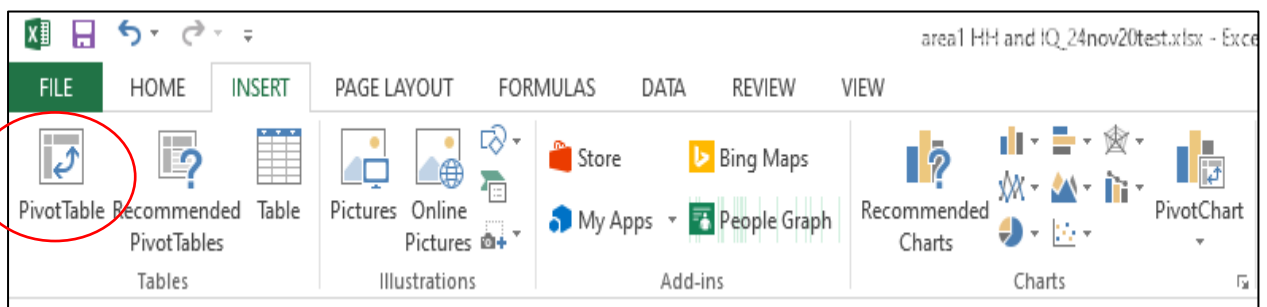
	S	T	U	V	W	X	Y
7	1) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณภาพร่างกายของตนเองเป็นอย่างไร (ให้สูงอายุนำเสนอ)	2) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีปัญหามากน้อยเพียงใด	3) ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีปัญหาในการเคลื่อนไหวร่างกายหรือไม่	4) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีอาการเหนื่อยอ่อนผิดปกติหรือไม่	5) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีอาการขาชาตินานเกิน 10 นาทีหรือไม่	6) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีอาการเวียนศีรษะหรือไม่	7) ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุมีอาการหูแว่วหรือไม่
8		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ไม่
9		มีปัญหาน้อย	ไม่มีปัญหา	ไม่มี	บางครั้ง	บางครั้ง	ไม่
10		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ไม่
11		มีปัญหาน้อย	ไม่มีปัญหา	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ไม่
12		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	บางครั้ง	ไม่
13		มีปัญหาน้อย	ไม่มีปัญหา	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	บางครั้ง	มี
14		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ไม่มี	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ไม่
15		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ไม่
16		มีปัญหามาก	มีปัญหาน้อย	บางครั้ง	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	มี
17		มีปัญหามาก	มีปัญหาน้อย	บางครั้ง	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	มี
18		มีปัญหาน้อย	มีปัญหาน้อย	บางครั้ง	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	มี
19		มีปัญหาน้อย	ไม่มีปัญหา	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	บางครั้ง	ไม่
20		มีปัญหาน้อย	ไม่มีปัญหา	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	บางครั้ง	ไม่
21		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	ไม่
22		มีปัญหาน้อย	มีปัญหาน้อย	ไม่มี	ไม่มี	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ไม่
23		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ทุกสัปดาห์	ทุกสัปดาห์	บางครั้ง	ไม่
24		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ทุกสัปดาห์	ไม่
25		ไม่มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	ไม่มี	ทุกวันหรือเกือบทุกวัน	ไม่มี	ไม่

ภาพที่ 8 การใช้สูตร IF เพื่อแปลงข้อมูลจากตัวหนังสือเป็นตัวเลขเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลอย่างง่ายในโปรแกรม Excel โดยใช้คำสั่ง pivot table

การใช้คำสั่ง Pivot table สำหรับวิเคราะห์ข้อมูล

- เลือกพื้นที่ข้อมูลทั้งหมด
- ไปที่เมนู Insert หรือแทรก -> Pivot Table
- จะปรากฏหน้าต่าง Create Pivot Table -> OK
- จะปรากฏชีท/แผ่นงานใหม่ สำหรับการแสดงผล



ภาพที่ 9 การแสดงผลข้อมูล สามารถเลือกตัวแปรที่ต้องการเพื่อดูข้อมูลได้ ดังภาพ

การแสดงผลข้อมูล

ชื่อตัวแปรทั้งหมด

ชื่อตัวแปร เพศ และภาวะพึ่งพิง

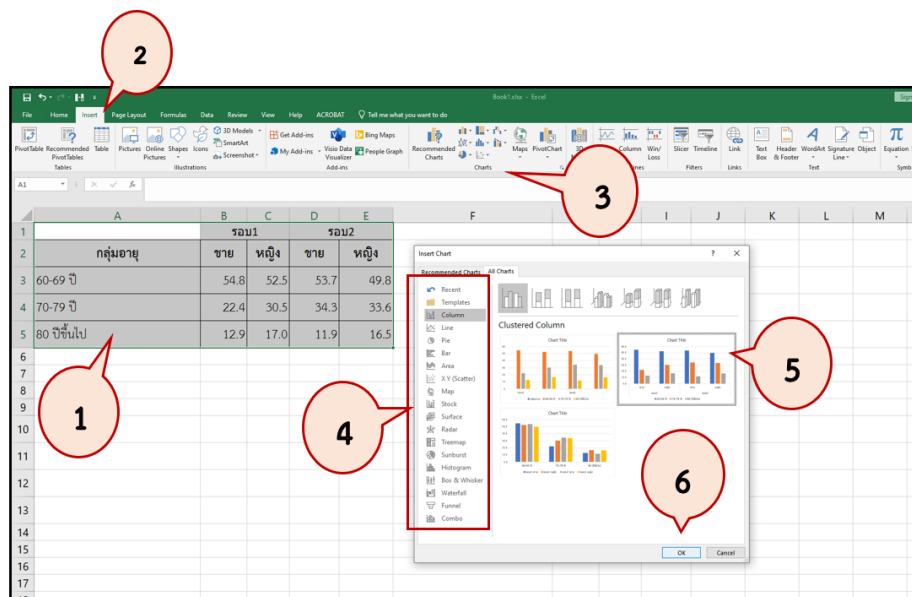
กำหนดการ แสดงจำนวน และร้อยละ

Row Labels	Count of เพศ
ชาย	411
ดัดเดียง	10
ดัดบ้าน	55
ดัดสังคม	342
ไม่ทราบ	4
หญิง	639
ดัดเดียง	12
ดัดบ้าน	113
ดัดสังคม	510
ไม่ทราบ	4
Grand Total	1050

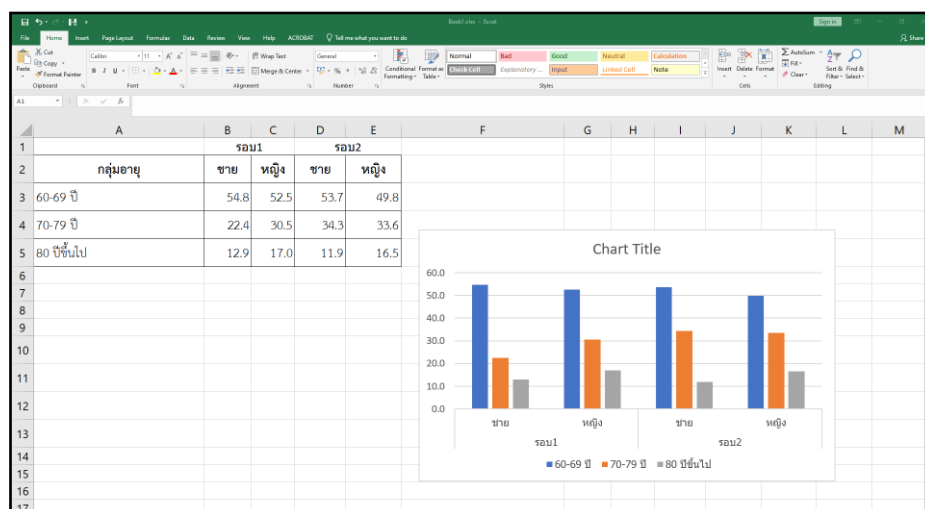
ภาพที่ 10 แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

การสร้างกราฟ

1. เลือกกลุ่มข้อมูลที่จะนำมาสร้างกราฟโดยการทำแถบสี
2. คลิกเลือกเมนู แทรก (Insert)
3. เลือกเมนูย่อย กราฟ (Chart)
4. เลือกประเภทของกราฟ ที่ต้องการ
5. เลือกประเภทของกราฟย่อยที่ต้องการ
6. คลิกตกลง



ภาพที่ 11 ขั้นตอนการสร้างกราฟ

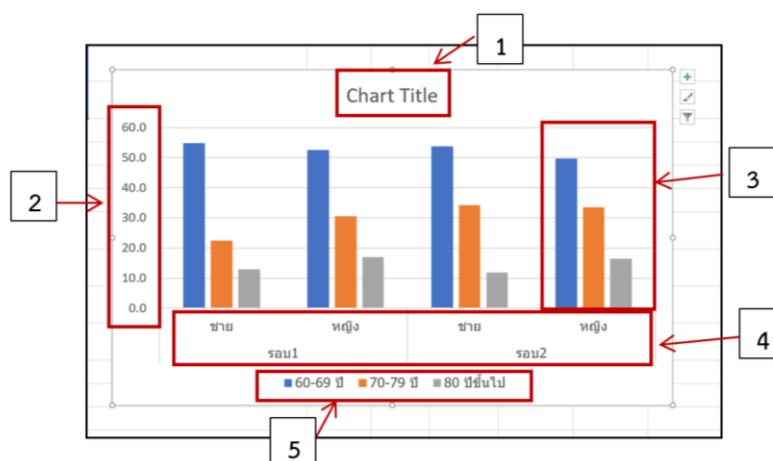


ภาพที่ 12 ผลลัพธ์กราฟที่เลือก

ขั้นตอนการปรับแต่งแผนภูมิ

ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนในการปรับแต่งแผนภูมิหรือกราฟให้เกิดความสวยงามตามความต้องการโดยการจะปรับแต่งแผนภูมิได้นั้นจำเป็นที่จะต้องรู้ส่วนประกอบหลักของแผนภูมิว่าประกอบด้วยส่วนใดบ้างดังนี้

1. ชื่อแผนภูมิสามารถปรับแต่งเปลี่ยนรูปแบบ สี ขนาดของอักษรได้ตามวัตถุประสงค์ของการนำเสนอหรือตกแต่งเพื่อให้เกิดรูปแบบสวยงาม
2. แถบบอกจำนวนของข้อมูลโดยสามารถปรับความถี่ให้มากหรือน้อยได้ขึ้นกับความต้องการผู้สร้าง
3. กราฟแท่งแสดงข้อมูล ซึ่งตรงนี้สามารถปรับแต่งขนาด สี เพื่อให้เกิดความสวยงามหรือเข้ากับรูปแบบของวัตถุประสงค์ในการนำเสนอ
4. แถบบอกกลุ่มของข้อมูล
5. แถบบอกชนิดของกราฟ



ภาพที่ 13 ขั้นตอนการปรับแต่งแผนภูมิ