

## REFERENCES

- จรรยา เศรษฐบุตร การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรชนบทของไทย Journal of Population and social studies No 2. January (1989).
- คุณิณี สุทธิปริยาศรี รศ.พญ. เอกสารประกอบการอภิปราย หมายเลข 005 เรื่องผู้สูงอายุ-ทรัพยากรสำคัญของสังคมไทย. รายงาน 2532
- บรรลุ ศิริพานิช และคณะ ระบาดวิทยาของคนพิการ และผู้สูงอายุในประเทศไทย 2525 งานวิจัย ได้รับทุนสนับสนุนจากองค์การอนามัยโลก กระทรวงสาธารณสุข 2525. รายงานประจำปี 2533 เรื่องการสังเคราะห์ผู้สูงอายุ กรมประชาสงเคราะห์ p. 40-42.
- Andreopoulos, S. and Hogness, J.R. Health care for aging in Society. Churchill living stone Inc, 1989.
- Anthony, H., Costain, D. Measuring the outcomes of medical care. Andrews Place, London. 1990.
- Booth, T., Phillips, D., Barritt, A., Berry, S., Martin, D.N., Melotte, C. Patterns of mortality in homes for the elderly. Age-Ageing. Aug 1983: 240-4.
- Cox, D.R., The Analysis of Binary Data. London: Methuen, 1970, quote in Piyalumporn Pumsuwan and Chitr Sitthi-Amorn. logistic Regression. (Mimeographed)
- Franklin, T.W. Rehabilitation in the aging: Ravin Press New York. 1984.
- Gerald, B., Ebrahim, S. The essentials of health care of the elderly.

Great Britain. 1992.

- Granger, V.C. Health accounting functional assessment of the long-term patient. Philadelphia, W.B. Saunders Co., 1982.
- Grauer, H., and Birnboom, F. A geriatric functional rating scale to determine the need for institutional care. J. AM. Geriatrics Soc. 23 (1975): 472-476.
- Ham, R.J., Holtzman, J.M. Primary care geriatric. Boston, 1983.
- Hall, R.P.G., Channing, D.M. Age pattern of consultation and functional disability in elderly patient in one general practice. B M J 301. September 1990: 424-428.
- Institute of medicine. Assessing Quality in Health Care : An Evaluation National Academy of Science. Washington, DC. 1976.
- Kart, C.S. The realities of aging: An introduction to gerontology. Allyn and Bacon inc, Boston. 1981.
- Kane, R.L., Ouslander, J.G., Itamar, B.A. Essential of clinical Geriatrics. McGraw Hill Inc, USA : 1984.
- Kerstin, H.A. Assessment of ADL in Home-care for the Elderly change in ADL and Use of Short-term Hospital Care. Scand J Soc Med 14: (1986 :105-111.
- Kottke, J.F., Keith, G.S., Lehmann, F.J. Krusen's Handbook of physical medicine and rehabilitation. 3rd ed.
- Lawton, P.M., Fulcomer, M., Kleban, M.H. A Research and Service Oriented Multilevel Assessment Instrument: Gernal of Gerontology. Vol 17, No 1: 91-99.
- Liang, M.H., Rational home care base on the disability model. Scand-

-J-Rheumat-Suppl. (82, 1989): 19-23.

- Lomax, J.D. Geriatric ambulatory and Institutional. Ishiyaku EuroAmerica, Inc. 1987.
- Martin, J., Meltzer, H., Eliot, D. The prevalence of disability among adults. OPCS Surveys of disability in Great Britain: Report 1. London. 1988.
- Mcdowell, I., Newell, C. Measuring health: A Guide to rating scales and Questionnaires. New York: Oxford university press, 1987.
- Ministry of Public Health. Thailand Health Profile 1990. Bangkok, Thailand.
- Pannill, F. C., Fitznugh, F. C. A Patient completed Screening Instrument for Functional disability in elderly. Am-J-Med 3 (1991): 320-327.
- Pearlman, A.R. Development of a functional assessment questionnaire for geriatric patients : The comprehensive older person' evaluation (COPE): J Chron Dis. 40 (1987) : 85S-94S.
- Robin, D.L., Stockton, P. Long-term care for the elderly. New York : Oxford University, 1989.
- Sarno, J.E., Sarno, M.T., and Levitz, E. The functional life scale Arch Phys Med Reh. 54 (1973): 214-220.
- Schneider, L.E., Wendland, J.C., Zimmer, W.A., Noel, L., Marcia, O. The teaching nursing home. A new approach to Geriatric Research clinical Care. 2 nd printing. Raven Press, New York : 1985.
- Scholes, D., Andrea, Z. L., and Wagner, E. H., et al. Tracking Progress toward National Health Objectives in the elderly :

- What Do Restricted Activity Days Signify ?. Am-J Public health.  
81 April (1991). 485-8.
- Scully, M.S, and Barnes, R.M. Physical Therapy. Philadelphia. NY :  
1989 : pp. 629-642.
- Sitthi-Amorn, C., et al. Clinical epidemiology. np., 1987.
- Sonn, U., Ausberg, K.H. Assessment of activities of daily living in the  
elderly. A study of population of 76-year-olds in Gothenburg,  
Sweden. Scand-J-Rehabil-Med. 23 (4) 1991: 193-202.
- Speaer, A.J., Avery, R, Lawton, L. Disability, residential mobility,  
and changes in living arrangements. J-Gerontol May 1991: S 133-42.
- Sutthichai, J., Isweri, P., Ebrahim, S. The Abbreviated Mental Test :  
Its Use and validity, Age and ageing 20: (1991) 332-336.
- Sutthichai, J., Kamonrattanakul, P. The prevalence of functional  
disability among the elderly in Klong Toey Slum.  
Un-publish data.
- Stott, D.J., Dutton, M., William, B.O., MacDonald, J. Functional  
capacity and mental status of elderly people in long term  
care in west Glasgow. Health-Bull-(Edinb) Jan 1990 : 17-24.
- Thomas, C., Ferris, S., Raymond, B. Assessment in Geriatric  
Psychopharmacology. Mark Powey Associates, Inc. 1983.
- Tkegami, N. Institutionalized and the non institutionalized elderly.  
Soc-Sci-Med. 16 (23) 1982: 2001-8.
- Tomas, C., Ferris, S., Raymond, B. Assessment in geriatric  
Psychopharmacology. Mark Powley Associates, Inc. 1983.
- Walter, W.H., and Karhausen, L. Healthcare and epidemiology.

Great Britain University Press, Cambridge. 1978.

William, B.A, John, P.B, Franklin, T.W., Instruments for the functional assessment of older patients. The New England Journal of Medicine 17 (1990) : 1207-1214.

World Health Organization International classification of impairments, disabilities and handicaps. Geneva, WHO 1980.

Sheik, J.I., Yeasavage, J.A., Geriatric Depression Scale (GDS): Recent evident and development of a shorter version In : Brink TL ed. Clinical gerontology: A guide to assessment and intervention. New York: Haworth Press, 1986.

Wiener, J.M., Hanley, R.J., Clark, R., Van, Nostrand, J.F. Measuring the activities of daily living: comparison across national surveys. J-Gerontol. November; 45 (6). 1990: s229-37.

Yelin, E.H., Katz, P.P. Transitions in health status among community-dwelling elderly people with arthritis. A national, longitudinal study. Arthritis -Rheum. Aug 1990: 1205-15.

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## APPENDIX

## DIFFINITION (From WHO)

Disease or disorder....>Impairment....>Disability...>handicap  
 (intrinsic situation) (exteriorize) (objectified) (socialized)

## Definition in term

**Impairment** refers to a reduction in physical or mental capacities, generally disturbances at the organ level; they need not to be visible and may not have adverse consequences for individual.

**Disability** refers to restriction in a person's ability to perform a function in a manner considered normal for human being (to walk, to have full use of one's senses, and so forth), disability may or may not limit the individual's ability to fulfill a normal social role, depending on the severity of disability and on what the person wishes to do.

**Handicap** refers to the social disadvantage. That may arise from disability. My questionnaires based on an explicit conceptual approach to disability.

**Impairments** (I code), concern with abnormalities of body structure and appearance and with organ or system function, result from any causes; in principal, impairments represent disturbances at the organ level.

**Disabilities** (D code), reflecting the consequences of impairment in term of functional performance and activity by the individual; disabilities thus represent disturbances at the level of person.

**Handicaps** (H code), concerned with the disadvantages experienced by the individual as a result of impairments and disabilities; handicaps thus reflect interaction to the individual's surroundings.

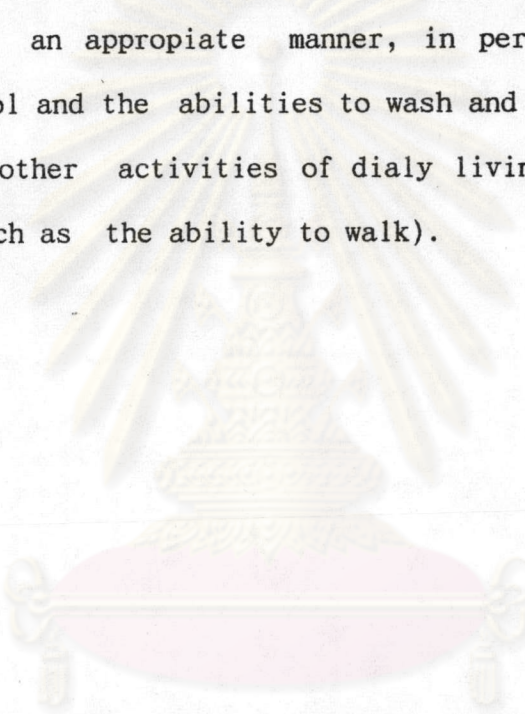
**Impairment** In the context of health experience, an impairment is any loss abnormality of psychological, physiological, or anatomical structure or function.

**Characteristic Impairment** is characterized by losses or abnormalities that may be temporary or permanent, and that includes the existence or occurrence of an anomaly, defect or loss in a limb, organs, tissue or other structure of the body, including the system of mental function. Impairment represents exteriorization of a pathological state, and in principle it reflects disturbances at the level of the organ.

**Disability** The status of patients in term of ability to live independently and go about their daily lives at home, work, or recreation. (epidemiology definition)

**Characteristics** Disability is characterized by excesses or deficiencies of customary expected activity performance and behavior, and these may be temporary or permanent, reversible or irreversible, and progressive or regressive. Disabilities may arise as a direct consequence of impairment or as a response by

individual, particularly psychological to physical, sensory, or other impairment. Disability represents objectification of an impairment, and as such it reflects disturbances at the level of the person. Disability is concerned with abilities, in the form of composite activities and behaviors, that are generally accepted as essential components of everyday life. Examples include disturbances in behaving in an appropriate manner, in personal care (such as excretory control and the abilities to wash and feed oneself) in the performance of other activities of daily living, and in locomotor activities (such as the ability to walk).



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



TABLE 1.1

	1960	1970	1980
<b>total pop</b>	26,257,900	34,394,400	44,825,500
<b>elderly 60+</b>	1,208,207	1,681,024	2,445,500
<b>percent</b>	4.6	4.89	5.46
<b>elderly 65+</b>	734,600	1,056,000	1,596,400

source :national Statistic Office, Population and Housing Census of Thailand 1960, 1970, 1980.

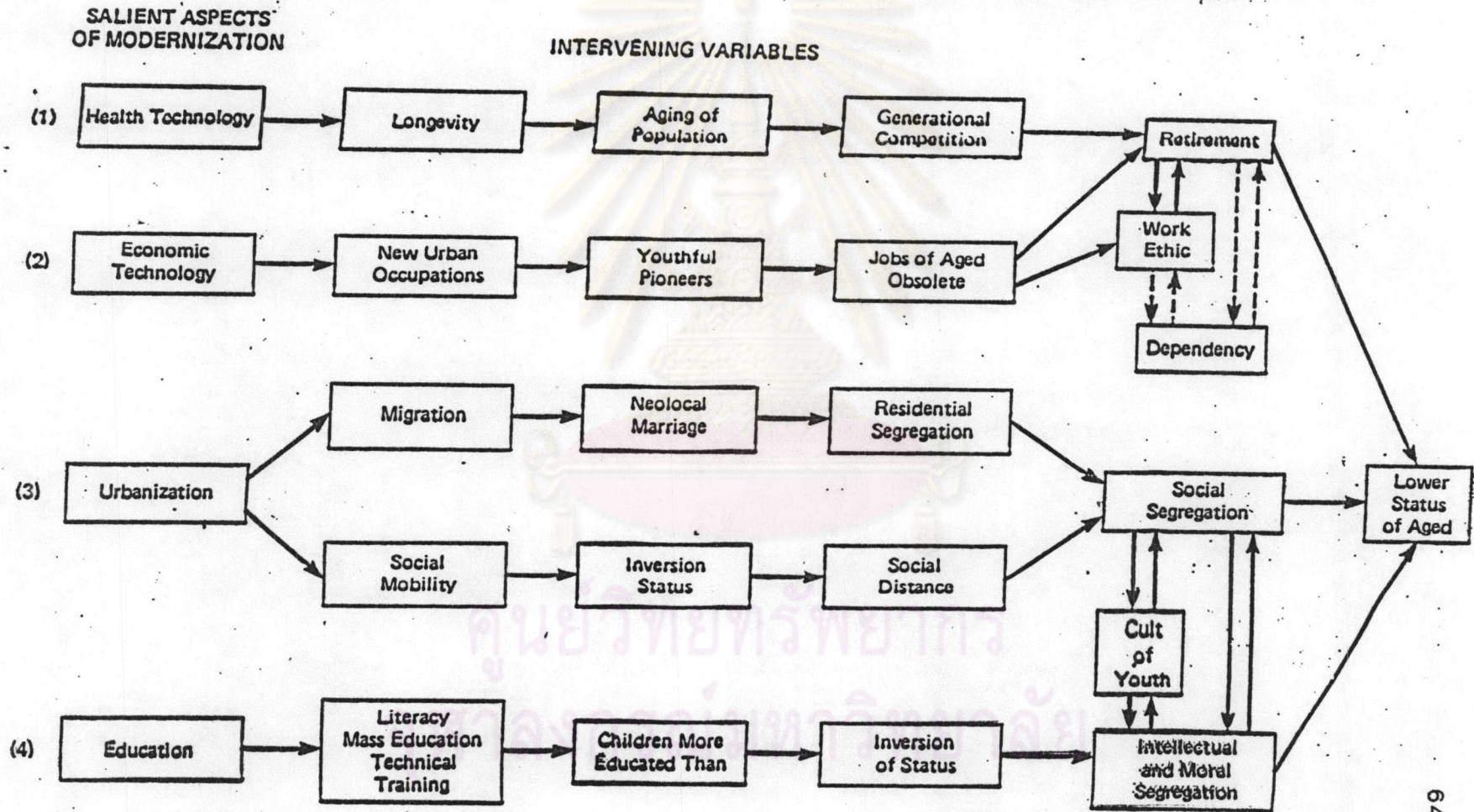
ศูนย์วิทยุทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**Table 1.2 Projected population, 1985-2025, Medium fertility**

	1985	1990	1995	2000	2005	2010	2015	2020	2025
Total population (in thousand)	51,682.6	56,340.3	60,505.3	64,388.8	67,909.8	70,864.6	73,207.3	74,924.5	76,144
60+	2,885.1	3,421.7	4,071.6	5,605.7	5,605.7	6,578.7	8,038.1	9,893.7	12,005

Source : Working Group on Population Projections of the Sub-committee on Population Policy and Planning,  
Population Projections for Thailand 1970-2005

Figure 1.3 Aging and modernization (SOURCE: Cowgill, D. "Aging and modernization: A revision of the theory," in Cubrium, J., ed., *Late Life: Communities and Environmental Policies*, 1974. Courtesy of Charles C Thomas, Publisher, Springfield, Illinois.)



## AGING AND DISEASE

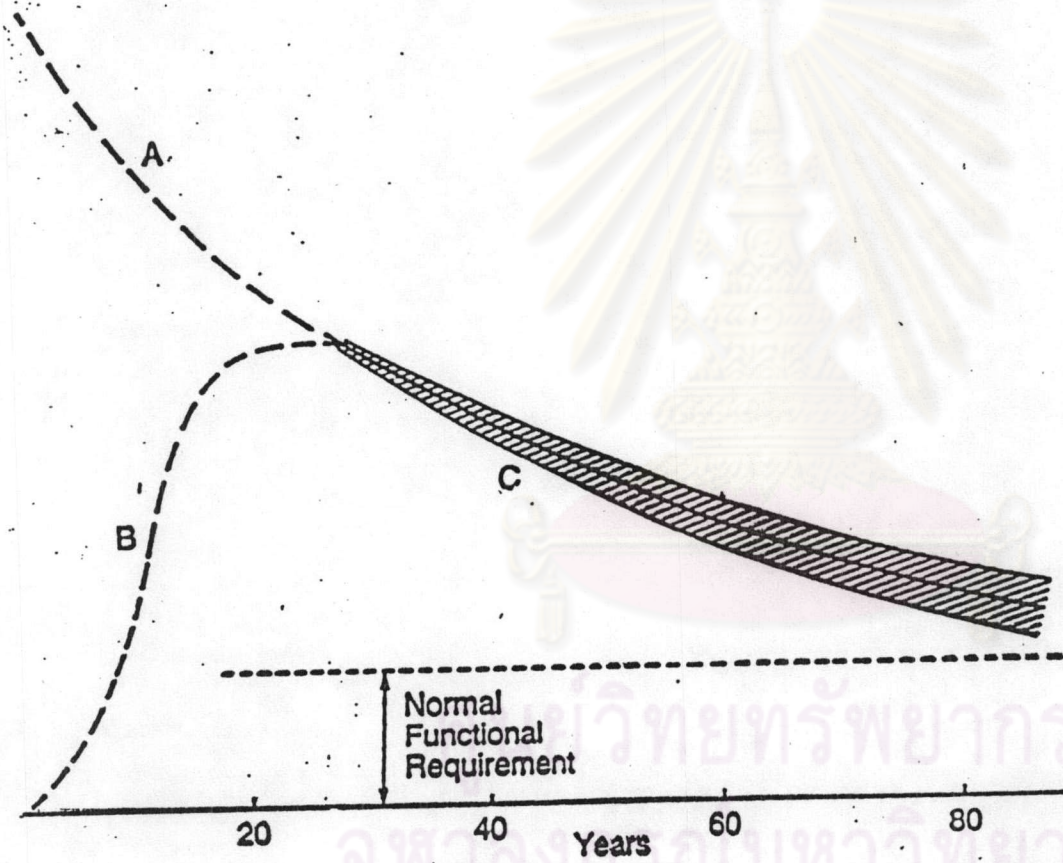


Figure 1-2. Normal development and aging.

แบบสอบถามภาวะสุขภาพภาพในผู้สูงอายุ

หมายเลข.....

66

- G1. คุณชื่ออะไร .....นามสกุล.....
- G2. เพศ ชาย..... หญิง.....
- G3. สัญชาติ ..... ศาสนา.....
- G4. สถานภาพสมรส 1.โสด 2. คู่ 3. หม้าย 4. หย่า
- G5. ท่านอยู่ที่นี้ กี่ปีแล้ว.....

Abbreviated mental Test

- M1. คุณอายุเท่าไร.....ปี
- M2. ขณะนี้เป็นเวลาเท่าไร ? .....
- M3. ให้ผู้สูงอายุจำไว้อีกสักครู่จะถาม บ้านเลขที่ 42 ถนน ช้างม้อย อ.เมือง ให้พูดตาม ทวน
- M4. ปีนี้เป็นปีอะไร ? พ.ศ 2535 ( วอก ) ถูก ผิด
- M5. ท่านทราบหรือไม่ว่าที่นี่เขาเรียกอะไร, ตอนนี้ท่านกำลังอยู่ที่ไหน (ชื่อบ้านพักคนชรา)  
.....
- M6. บอกชื่อคนที่ท่านรู้จักมา 2 คน (ถามชื่อผู้สูงอายุ ที่อยู่ใกล้ๆ 2 ท่าน หรือนอนเตียงข้างๆ)  
1. ....  
2. ....
- M7. ท่านเกิด วัน เดือน ปี อะไร ? .....
- M8. ท่านทราบหรือไม่ว่าเปลี่ยนแปลงการปกครองของไทยครั้งใหญ่เมื่อใด ? (พ.ศ.)  
2475 ถูก ผิด
- M9. ในหลวงปัจจุบันองค์ที่เท่าไร หรือถ้าจำพระนามได้ ให้ถูก  
ร. 9 ถูก ผิด
- M10. ให้นับถอยหลังจากมากไปหาน้อย เริ่มจาก 20 ถึง 1  
20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1  
ถูก  
ผิด
- M11. ให้ตอบที่อยู่ของผู้สัมภาษณ์บอกไปเมื่อสักครู่นี้

G6. เรียนหนังสือ จบชั้น

- |                       |                                      |
|-----------------------|--------------------------------------|
| 1. ไม่เคยเรียน        | 4. มัธยมต้น                          |
| 2. ป.1 -ป.4           | 5. มัธยมปลาย                         |
| 3. ป.5- ป. 7(วิชาชีพ) | 6. มหาวิทยาลัย หรือสูงกว่า ระบุ..... |

G7. การอ่าน อ่าน ได้หรือไม่

ได้      ไม่ได้

เขียน ได้หรือไม่

ได้      ไม่ได้

คิดเลข ได้หรือไม่

ได้      ไม่ได้

G8. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

1. ไม่มี

2. มี

- |     |                            |
|-----|----------------------------|
| 2.1 | เบาหวาน                    |
| 2.2 | ความดัน                    |
| 2.3 | หอบหืด ( asthma )          |
| 2.4 | ปวดเข่า ( Osteoarthritis ) |
| 2.5 | โรคเก๊าท์                  |
| 2.6 | โรคหัวใจ                   |
| 2.7 | โรคไต                      |
| 2.9 | วัณโรค                     |
| 3.0 | อัมพาต                     |
| 3.1 | อื่น ๆ ระบุ .....          |

G9. ท่านคิดว่าสุขภาพของท่านโดยทั่วไปเป็นอย่างไร

1. ไม่ดี 3 วันดี 4 วันไข้ ( เจ็บออกๆแอดๆ )
2. เหมือนเดิม, ธรรมดา ๆ (ดีพอใช้, เจ็บป่วยเล็กน้อยไม่ไปพบแพทย์ก็หาย )
3. แข็งแรงดี (ไม่เคยเจ็บป่วยเลย)

G10. ท่านมีปัญหาเรื่องสายตาหรือไม่

1. ไม่มีปัญหา มองเห็นเป็นปกติ
2. พอมองเห็น พอช่วยตัวเองได้
3. มองไม่เห็น ต้องมีคนช่วย

G11. ท่านมีปัญหาเรื่องการได้ยินหรือไม่

1. ไม่มี สามารถพูดคุยได้ยินชัดเจน
2. มีปัญหานิดหน่อย ต้องพูดเสียงดัง ๆ ดังกว่าปกติ ถึงจะได้ยิน
3. ไม่ได้ยิน

G12. ท่านสุขุมหรือหรือไม่

1. ไม่
2. สุขุม
3. เคยสุขุมแต่เลิกมา.....ปีแล้ว

G13. ท่านดื่มเหล้า หรือไม่

1. ไม่
2. ดื่ม ทุกวัน
3. นาน ๆ ครั้ง

G14. ก่อนอายุ 60 ปี ท่านทำงานอะไร

1. รับราชการ
2. กรรมกร, ไร่ แรงงาน ชาวไร่ ชาวนา ( งานหนัก )
3. รับจ้าง ( ให้บริการ งานหนักปานกลาง )
4. ค้าขาย มีธุรกิจส่วนตัว
5. อื่นๆ ระบุ.....

G15. เดินเร็วๆ เดินจ้ำได้ หรือไม่

1. ไม่ได้
2. ได้

G16. ท่านออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาบ้างหรือไม่

1. ไม่
2. บ้าง

G17. ท่านใช้เครื่องช่วยพยุง หรือเครื่องมืออื่นในการเคลื่อนไหวหรือไม่ อะไร

1. ไม่ได้ใช้
2. ไม้เท้า (cane)
3. ไม้ค้ำยัน (crutch)
4. เครื่องช่วยฝึกเดิน (walker)
5. รถเข็น (Wheel chair )

G18. ให้ผู้สูงอายุทำท่าต่าง ๆ ดังนี้ ทำให้ดูแล้วให้ผู้สูงอายุทำตาม

		ได้	ไม่ได้	ได้	ไม่ได้
18.1	ยกไหล่			ชาย	
18.2	ชกลม				
18.3	ชกฟ้า				
18.4	กางแขน				
18.5	เหยียดแขนไปข้างหลัง ( ยึดแขน )				
18.6	เอื้อมมือขวาแตะไหล่ซ้าย ( ข้างหน้าศีรษะ )				
18.7	เอื้อมมือซ้ายแตะไหล่ขวา ( ข้างหน้าศีรษะ )				
18.8	เอื้อมมือขวาแตะไหล่ซ้าย ( ข้างหลังศีรษะ )				
18.9	เอื้อมมือซ้ายแตะไหล่ขวา ( ข้างหลังศีรษะ )				
18.10	เอื้อมมือขวาแตะส้นเท้าซ้าย ( แขนอ้อมไปข้างหลัง )				
18.11	เอื้อมมือซ้ายแตะส้นเท้าขวา ( แขนอ้อมไปข้างหลัง )				
		ได้	ไม่ได้	ได้	ไม่ได้
18.12	เตะขาไปข้างหน้า			ชาย	
18.13	เหยียดขาไปข้างหลัง				
18.14	กางขา				
18.15	ไขว้ขา ( ไขว้ขาซ้ายมาข้างหน้า, สลับ )				
18.20	นั่งไขว่ห้างแบบผู้ชาย (ขาขวาอยู่ข้างบน, สลับ)				
18.21	นั่งไขว่ห้างแบบผู้หญิง (ขาขวาอยู่ข้างบน, สลับ)				



ใช่ / ไม่ใช่

- \* 1. คุณพอใจชีวิตของคุณหรือไม่ ? .....
- 2. ความสนใจ และการทำกิจกรรมต่าง ๆ ลดลงมาก ? .....
- 3. รู้สึกว่าชีวิตของคุณเป็นชีวิตที่ว่างเปล่า ? .....
- 4. รู้สึกเบื่อ ๆ ไร ๆ ไหม ? .....
- \* 5. คุณมีอาการดีเกือบตลอดเวลาไหม ? .....
- 6. กลัวว่ามีบางสิ่งบางอย่างที่ไม่ดีจะเกิดขึ้นกับชีวิตคุณ ? .....
- \* 7. คุณสบายใจอยู่เสมอหรือไม่ ? .....
- 8. คุณมักจะรู้สึกบ่อย ๆ ว่าไม่มีใครช่วยคุณได้ ? .....
- 9. คุณชอบอยู่บ้านมากกว่าที่จะออกไปข้างนอก และทำอะไรใหม่ ๆ ใช่หรือไม่.....
- 10. คุณคิดว่ามีปัญหาเกี่ยวกับความจำมากกว่าเรื่องอื่นหรือไม่ ? .....
- \* 11. คุณคิดว่าเป็นการดีมากที่มีชีวิตอยู่ตอนนี้ ? .....
- 12. คุณเริ่มรู้สึกว่าวิถีชีวิตของคุณตอนนี้ไร้ค่า ? .....
- \* 13. คุณรู้สึกว่าพลังสมบูรณ์หรือไม่ ? .....
- 14. คุณรู้สึกว่าหมดหวังกับสถานภาพของคุณหรือไม่ ? .....
- 15. คุณรู้สึกว่าคนอื่น ๆ ดีกว่าที่คุณเป็นอยู่ ? .....

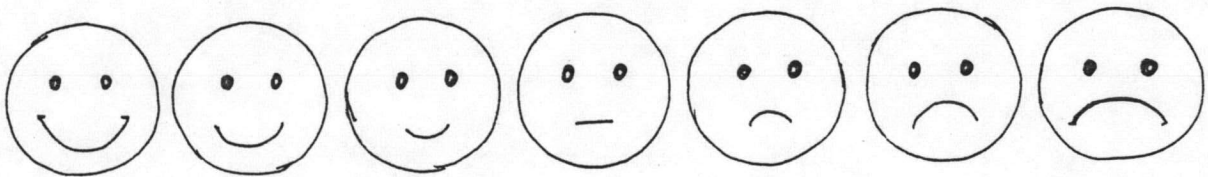
ข้อ \* 1, 5, 7, 11, 13 ตอบ "ไม่ใช่" ให้ข้อละ 1 คะแนน

นอกนั้น ตอบ "ใช่" ให้ข้อละ 1 คะแนน

Yesavage et al. 1983 : ปกติ = 0 - 5 คะแนน

เศร้ามาก = 6 คะแนน ขึ้นไป

16. รูปหน้าแสดงความรู้สึกต่างๆ ท่านคิดว่ารูปใดแสดงความรู้สึกตรงกับความรู้สึกท่านในขณะนี้



1                      2                      3                      4                      5                      6                      7

Functional disability questionnaires

โปรดตอบคำถามเหล่านี้ว่าท่านทำกิจวัตรประจำวันได้หรือไม่ ได้ตามความจริง

- F1. ท่านสามารถเคลื่อนไหว ขยับตัวบนเตียงนอน พลิกตะแคงตัว เปลี่ยนท่านอนเองได้หรือไม่
1. ทำเองได้
  2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
  3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
  4. ทำไม่ได้
- F2. ท่านเคลื่อนย้ายจากเตียงนอน ไปเก้าอี้ (จากเก้าอี้ไปเตียงนอนเองได้หรือไม่) B2
1. ทำเองได้
  2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
  3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
  4. ทำไม่ได้
- F3. จากท่านั่งเก้าอี้ท่านลุกขึ้นยืน จากท่านยืนท่านกลับลงนั่งเก้าอี้ ทำเองได้หรือไม่
1. ทำเองได้
  2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
  3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
  4. ทำไม่ได้
- F4. ท่านเดินภายในบ้าน จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่งเองได้หรือไม่ B6
1. ทำเองได้
  2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
  3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
  4. ทำไม่ได้
- F5. ถ้าท่านต้องการใช้ห้องน้ำ ท่านสามารถไปยังห้องน้ำเองได้หรือไม่
1. ทำเองได้
  2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
  3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
  4. ทำไม่ได้

- F6. ท่านกลั้้นบ้สสาวะได้ปกติหรือไม่ B10
1. กลั้้นเองได้
  2. กลั้้นได้บ้างไม่ได้บ้าง มีบ้สสาวะเล็้ดอย่างน้อย 1ครั้้ง/เดือ้น
  3. กลั้้นได้บ้างไม่ได้บ้าง มีบ้สสาวะเล็้ดมากกว่า 1ครั้้ง/เดือ้น
  4. กลั้้นไม่ได้
- F7. ท่านกลั้้นอุจจาระได้ปกติหรือไม่ B9
1. กลั้้นเองได้
  2. กลั้้นได้บ้างไม่ได้บ้าง มีอุจจาระเล็้ดอย่างน้อย 1ครั้้ง/เดือ้น
  3. กลั้้นได้บ้างไม่ได้บ้าง มีบ้สสาวะเล็้ดมากกว่า 1ครั้้ง/เดือ้น
  4. กลั้้นไม่ได้
- F8. ท่านชาระล้า้ง ท้าความสะอาดหลังเสริ้จกิจธุระเองได้หรือไม่ รวมถึงถอดเสื่อผ้า  
ชั้นใน ตลอดจนล้างให้เรียบร้อย และราดน้ำท้าความสะอาด B4
1. ท้าเองได้
  2. ท้าเองได้เมื่อมีคณคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือท้าได้ด้วยควมลำบาก
  3. ท้าได้แต่ต้องมีคณช่วย
  4. ท้าไม่ได้
- F9. ท่านอาบน้ำเองได้หรือไม่ B5
1. ท้าเองได้
  2. ท้าเองได้เมื่อมีคณคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือท้าได้ด้วยควมลำบาก
  3. ท้าได้แต่ต้องมีคณช่วย
  4. ท้าไม่ได้
- F10. ท่านใส่และถอด เสื่อ ส่วนบนของร่างกาย เองได้หรือไม่ MF2-3
1. ท้าเองได้
  2. ท้าเองได้เมื่อมีคณคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือท้าได้ด้วยควมลำบาก
  3. ท้าได้แต่ต้องมีคณช่วย
  4. ท้าไม่ได้

F11. ท่านใส่และถอด กางเกง กระโปรง ผ้าถุง ส่วนล่างของร่างกาย เองได้หรือไม่

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความสามารถ
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F12. ท่านล้างหน้า แขน มือ เองได้หรือไม่

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความสามารถ
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F13. ท่านแปรงฟัน, โกนหนวด / แต่งหน้า / ทาแป้ง เองได้หรือไม่

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความสามารถ
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F14. ท่านหวีผมเองได้หรือไม่ F11-14 =B3

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความสามารถ
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F15. ท่านทานอาหาร ตีมน้ำจากแก้ว เองได้หรือไม่ B1

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความสามารถ
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F16. ท่านขึ้นและลงบันไดอย่างน้อย 4-5 ชั้น เองได้หรือไม่ B7

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F17. ท่านเดินออกนอกเรือนพัก หรือไปเดินเล่นรอบๆ บ้านพักเอง ระยะทาง 45 เมตร ( 50 หลา ) ได้หรือไม่ (B8)

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F18. ถ้าท่านมีโรคประจำตัว ท่านสามารถกินยา ตามเวลาแพทย์สั่ง ได้หรือไม่ ?

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F19. ท่านล้างแก้วทำความสะอาด เติง รอบๆ เติงเองได้หรือไม่ ( บัดมุ่น กวาด เช็ด )

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F20. ท่านซักผ้าเองได้หรือไม่

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความลำบาก
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F21. ท่านจัดการ เก็บข้าวของ ของมีค่า หรือ เงิน ของท่าน เองได้หรือไม่ ?

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความสะดวก
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้

F22. ท่านขึ้นรถประจำทาง /รถสองแถว / รถประจำทาง เองได้หรือไม่

1. ทำเองได้
2. ทำเองได้เมื่อมีคนคอยดูแล จัดหา เตรียมไว้ให้ หรือทำได้ด้วยความสะดวก
3. ทำได้แต่ต้องมีคนช่วย
4. ทำไม่ได้



คุนยวิทยทรพากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### **Name of experts**

1. Prof. Kammant Phanthumchinda, M.D., M.Sc.  
Department of neurology.  
Faculty of medicine.  
Chulalongkorn University.
2. Dr. Sutthichai Jitapunkul, M.D., M.Sc.  
Devison of Geriatric Medicine & Gerontology  
Faculty of medicine.  
Chulalongkorn University.
3. Assoc. Prof. Penpimol Thammarakkit, B.Sc, M.Sc.  
Department of physiology  
Faculty of medicine  
Khon Kean University.
4. Assoc. Prof. Prathomrat Saksri, B.Sc., M.Sc.  
Department of physical therapy  
Faculty of Associated Medical Sciences  
Chiangmai University.
5. Rattiya Jidevha, B.Sc., M.Sc.  
Department of physical therapy  
Faculty of Associated Medical Sciences  
Chiangmai University.

**VITAE**

Miss Thanyaluck Horbunlerkit was born in Bangkok, on 1 July, 1963. Graduated from the Department of Physical Therapy, Faculty of Associated Medical Science, Khon Kean University, in 1987. She has studied in Master of Sciences in Health Development (Health Research) Faculty of Medicine, Chulalongkorn University since 1991.

At present, she is working as the lecturer in Pediatric Physical Therapy. Department of Physical Therapy, Faculty of Associated Medical Science, Chiangmai University.



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย