

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ประสิทธิภาพของโปรแกรมฝึกความจำสำหรับผู้สูงอายุ

ผู้เขียน นางสาววิลาวัณย์ ไชยวงศ์

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุกคำวัง	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดวงฤดี ลาคุษะ	กรรมการ

บทคัดย่อ

จากการที่วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อมถอย โดยผู้สูงอายุจะมีสมาธิและความตั้งใจที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ลดลง ร่วมกับการขาดกลยุทธในการจำ สิ่งเหล่านี้มีผลทำให้ผู้สูงอายุเกิดอาการหลงลืมและมีความจำที่ลดลงอย่างต่อเนื่องแม้สมองจะไม่มีโรคหรือพยาธิสภาพ ทำให้ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวันและการทำบทบาทหน้าที่อื่น ๆ การฝึกความจำอย่างสม่ำเสมอจะทำให้มีการคงไว้ของความจำในผู้สูงอายุ ช่วยชะลอการเกิดความจำเสื่อมดังกล่าว การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมฝึกความจำสำหรับผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่พักอาศัยในหมู่บ้าน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างเดือนมีนาคมถึงเดือนพฤษภาคม พ.ศ.2547 เลือกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 30 ราย แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 ราย โดยทั้ง 2 กลุ่มมีความคล้ายคลึงกันในเรื่องอายุ ระดับการศึกษาและระดับคะแนนความจำ กลุ่มทดลองจะได้รับ โปรแกรมฝึกความจำ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับ โปรแกรมฝึกความจำ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบทดสอบสภาพทางสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย 2002 แบบสัมภาษณ์การวินิจฉัยโรคซึมเศร้า แบบวัดความจำ และ โปรแกรมฝึกความจำ การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลใช้สถิติเชิงบรรยาย เปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความจำก่อนทดลองและหลังทดลองด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ และเปรียบเทียบผลต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความจำก่อนและหลังทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยการทดสอบผลต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติทดสอบแมนวิทนียู่

ผลการวิจัยพบว่า

1.ภายหลังจากใช้โปรแกรมฝึกความจำ ผู้สูงอายุมีคะแนนความจำสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมฝึกความจำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.ภายหลังจากใช้โปรแกรมฝึกความจำ ผู้สูงอายุที่ได้รับโปรแกรมฝึกความจำมีคะแนนความจำสูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับโปรแกรมฝึกความจำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมฝึกความจำมีประสิทธิภาพในการช่วยทำให้ผู้สูงอายุมีความจำดีขึ้น จึงควรนำโปรแกรมการฝึกความจำไปใช้เพื่อเป็นการส่งเสริมความสามารถในการจำในผู้สูงอายุต่อไป



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

Thesis Title Effectiveness of the Memory Training Program for the Elderly

Author Miss Wilawan Chaiwong

Degree Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)

Thesis Advisory Committee

Assistant Professor Dr. Khanokporn Sucamvang Chairperson

Assistant Professor Duangrudee Lasuka Member

ABSTRACT

Since aging is a degenerating process, the elderly's concentration and attention to learning in new things are declined. These lead to forgetfulness and gradually decreasing in memory even in a normal or nonpathologic brain. This change interferes with daily activities and role responsibility. Regular memory training can maintain memory and slow down the occurrence of dementia in the elderly. The purpose of this quasi-experimental study was to examine the effectiveness of the memory training program for the elderly. Thirty elderly living in a village in Maung district of Chiang Mai Province were purposively selected. The subjects were assigned equally into experimental and control groups based on the similarity of age, level of education and memory score. Subjects in the experimental group received a memory training program provided by the researcher, whereas the control group did not receive a memory training program. The instruments consisted of a Demographic Data Form, the Mini-Mental State Examination-Thai 2002, the Depression Test, and the Memory Test.

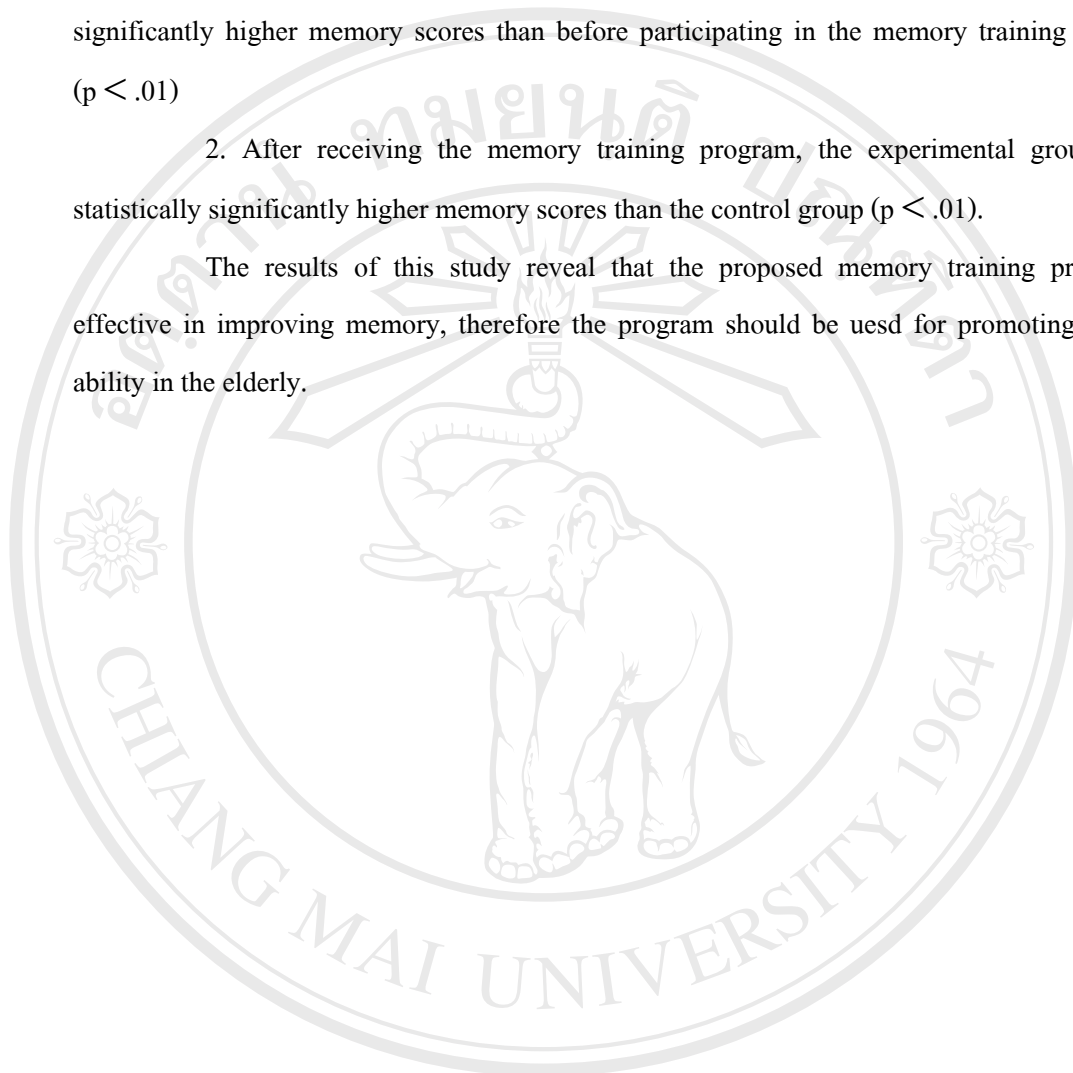
The demographic data were analyzed by using the descriptive statistics, repeated one-way analysis of variance, and Mann-Whitney U test.

The results of this study reveal that :

1. After receiving the memory training program, the subject had a statistically significantly higher memory scores than before participating in the memory training program, ($p < .01$)

2. After receiving the memory training program, the experimental group had a statistically significantly higher memory scores than the control group ($p < .01$).

The results of this study reveal that the proposed memory training program is effective in improving memory, therefore the program should be used for promoting memory ability in the elderly.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved