

หัวข้อการค้นคว้าแบบอิสระ ประสิทธิภาพของการใช้โปรแกรมฝึกความจำในผู้สูงอายุ  
ที่มีภาวะความจำบกพร่องเล็กน้อย อำเภอปัว จังหวัดน่าน

ผู้เขียน นายจตุพงษ์ ศรีตนไชย

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุคำวัง

### บทคัดย่อ

ภาวะความจำบกพร่องเล็กน้อยเป็นความผิดปกติที่พบได้ในกระบวนผู้สูงอายุโดยผู้สูงอายุจะค่อยๆ เกิดการเปลี่ยนแปลงของความจำ การฝึกความจำอย่างสม่ำเสมอ จะเป็นกลวิธีที่ช่วยให้ผู้สูงอายุ มีความจำดีขึ้นและชะลอความจำเสื่อมได้ การศึกษาเชิงปฏิบัติการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินประสิทธิภาพของการใช้โปรแกรมฝึกความจำในผู้สูงอายุที่มีภาวะความจำบกพร่องเล็กน้อย ณ ตำบลแงง อำเภอปัว จังหวัดน่าน โดยใช้กรอบแนวคิดการประเมินผลการใช้แนวปฏิบัติทางคลินิกของสมาคมพยาบาลออนทารีโอ (RNAO, 2012) ระหว่างเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2557 ถึงเดือนมกราคม พ.ศ. 2558 เลือกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 30 ราย แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 ราย โดยทั้ง 2 กลุ่มมีความคล้ายคลึงกันในเรื่องอายุ ระดับการศึกษา และระดับคะแนนความจำ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมฝึกความจำของ วิลาวณิชย์ ไชยวงศ์ (2548) ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมฝึกความจำ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุที่มีภาวะความจำบกพร่องเล็กน้อย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของทีม แบบวัดความจำ แบบประเมินความพึงพอใจของผู้สูงอายุ และแบบประเมินความพึงพอใจของทีมสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา

### ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้สูงอายุ 11 คน จาก 15 คน (ร้อยละ 73.33) ที่ได้รับโปรแกรมฝึกความจำ มีความสามารถในการจำเพิ่มขึ้นในวันที่ 1 และภายหลังการได้รับโปรแกรม วันที่ 14 ทุกคนมีความจำเพิ่มขึ้น (ร้อยละ 100) ในขณะที่กลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับโปรแกรมฝึกความจำ 5 คน จาก 15

คน (ร้อยละ 33.33) มีความสามารถในการจำเพิ่มขึ้นในวันที่ 1 และภายหลังการได้รับ โปรแกรม วันที่ 14 เพิ่มขึ้นจำนวน 2 คน (ร้อยละ 13.33)

2. ผู้สูงอายุที่ได้รับโปรแกรมฝึกความจำทุกคน (ร้อยละ 100) มีความพึงพอใจต่อการได้รับการดูแลตามโปรแกรมฝึกความจำในระดับมาก

3. ทีมผู้ดูแลทั้งหมด (ร้อยละ 100) มีความพึงพอใจต่อการนำโปรแกรมฝึกความจำไปใช้ใน ระดับมาก

ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมฝึกความจำสำหรับการส่งเสริมความสามารถ ในการจำของผู้สูงอายุที่มีภาวะความจำบกพร่องเล็กน้อย สามารถส่งเสริมความสามารถด้านความจำ ของผู้สูงอายุที่มีภาวะความจำบกพร่องเล็กน้อย ณ ตำบลแวง อำเภอบัว จังหวัดน่าน ได้ ดังนั้น จึง ควรนำโปรแกรมนี้อไปใช้ในการส่งเสริมความจำในผู้สูงอายุที่มีภาวะความจำบกพร่องเล็กน้อยต่อไป



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

**Independent Study Title** Effectiveness of Memory Training Program Implementation  
Among Elderly with Mild Cognitive Impairment, Pua District,  
Nan Province

**Author** Mr. Jutipong Sritonchai

**Degree** Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)

**Advisor** Assistant Professor Dr. Khanokporn Sucamvang

### **ABSTRACT**

Mild cognitive impairment is a common disorder in the aging process during which the elderly will gradually suffer from memory loss. Regular memory training is one strategy to promote cognitive function and delay impairment. The purpose of this operational design study was to evaluate the effectiveness of a memory training program among the elderly with mild cognitive impairment, Pua District, Nan Province. The model of the Registered Nurses Association of Ontario (RNAO, 2012) was used as a framework for this study. The study was conducted during November, 2013 to January, 2014. Thirty elderly with mild cognitive impairment were purposely recruited and equally separated into experimental and control groups ensuring the similarity of age educational level and memory score. The experimental group was subjected to the Memory Program of Wilawan Chaiwong (2005), whereas the control group did not receive a memory training program. The instruments for data collection consisted of the Demographic Data Recording Form for the elderly with mild cognitive impairment, the Demographic Data Recording Form for the Health Care Team, a Memory Scale, and a Satisfaction Questionnaire for the Elderly and a Satisfaction Questionnaire for the Health Care Team. The data were analyzed using descriptive statistics.

**The results of this study revealed that:**

1. The elderly with mild cognitive impairment who received the memory training program 11 from 15 (73.33%) had increased memory on the first day and all of them (100 %) had increased memory by the fourteenth day. Whereas 5 from 15 (33.33%) elderly with mild cognitive impairment who did not receive the memory training program had increased memory on the first day and only 2 from 15 (13.33%) showed an increased at the fourteenth day.

2. All of the elderly who received the memory training program were highly satisfied with the program .

3. All of health care team were highly satisfied with the memory training program implementation.

The results of this study confirmed the effectiveness of the memory training program implementation for improving memory among elderly with mild cognitive impairment. It was suggested that the program should be used for promoting memory ability of the elderly.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved