

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อ	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญภาพ	ช
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
สถานการณ์ผู้สูงอายุ	6
แนวทางการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุโดยใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนา	11
ด้านสุขภาพ	
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	24
แนวคิดการพัฒนากิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	28
กรอบแนวคิดการวิจัย	29
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
รูปแบบการวิจัย/วิธีการดำเนินการวิจัย	30
กิจกรรมที่ 1 การศึกษาความรู้ เจตคติ และการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน	30
ล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ รวมถึงความต้องการ การเตรียมความพร้อมและแรงสนับสนุนทางสังคมในการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	
กิจกรรมที่ 2 การพัฒนาและทดสอบประสิทธิภาพและประสิทธิผลของ	38
กิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพบนฐานภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาด้านสุขภาพ	
การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	40
การเตรียมทีมผู้ช่วยนักวิจัยชุมชน	40

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการศึกษา	
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ	41
ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	44
ส่วนที่ 3 เจตคติเกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	46
ส่วนที่ 4 การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	48
ส่วนที่ 5 ความต้องการและการเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุในการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ	54
ส่วนที่ 6 แรงสนับสนุนทางสังคมต่อการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	57
ส่วนที่ 7 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุ	61
ส่วนที่ 8 ประสิทธิภาพและผลสัมฤทธิ์กิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบนฐานภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาด้านสุขภาพ	63
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย	68
อภิปรายผลการวิจัย	69
ข้อเสนอแนะการวิจัย	72
บรรณานุกรม	74
ประวัติผู้วิจัย	79

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
2.1 การบริโภคอาหารพื้นบ้านล้านนาของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลสุเทพ อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่	20
3.1 จำนวนครัวเรือนผู้สูงอายุแยกตามหมู่บ้าน	30
3.2 จำนวนครัวเรือนตัวอย่างแยกตามหมู่บ้าน	32
4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ	41
4.2 ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	44
4.3 เจตคติเกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	47
4.4 การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	49
4.5 ความต้องการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	55
4.6 การเตรียมความพร้อมการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	56
4.7 แรงสนับสนุนทางสังคมต่อการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	58
4.8 ปัจจัยพยากรณ์การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุด้วยการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้น	62
4.9 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้การใช้สมุนไพรพื้นบ้านเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	65
4.10 ประสิทธิภาพของกิจกรรมการเรียนรู้ตามเกณฑ์ E1 / E2	66
4.11 การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์กิจกรรมการเรียนรู้	66
4.12 ความพึงพอใจต่อกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบนฐานภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาด้านสุขภาพ	67

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
2.1 แหล่งรายได้หลักของผู้สูงอายุ	7
2.2 การขีดแหก	14
2.3 การย่ำขาง	15
2.4 ศาลเจ้าแม่ตะเคียนทองหน้าวัดประกาศธรรมอำเภอแม่อริม จังหวัดเชียงใหม่	17
2.5 แมงมัน	19
2.6 ไข่มดแดง	19
2.7 รากหญ้าคา	22
2.8 ยาต้ม	24
4.1 การวางโซดักปลาไว้หน้าหอพัก	51
4.2 การแขวนซากรังต่อไว้หน้าบ้าน	51
4.3 หอผีปู่ย่า	51
4.4 ศาลพระภูมิ เจ้าที่	51
4.5 ป้ายประกาศเชิญชวนร่วมงานสลากภัตวัดป่าแดงมหาวิหาร	52
4.6 พระธาตุวัดป่าแดงมหาวิหาร	52
4.7 ศาลปู่เจ้าฤๅษีตาไฟบ้านรำเปิงหมู่ 5	52
4.8 เถาสะค้าน	53
4.9 เถาย่านาง	53
4.10 แปลงปลูกสมุนไพรพื้นบ้านและผักพื้นบ้าน	61
4.11 น้ำพริกตาแดง เขียดและปลาแห้งที่วางจำหน่ายในร้านขายของชำ	61