

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

- | | |
|---|---|
| 1. พระครูศิริธรรมรักจิต | เจ้าคณะอำเภอเมือง จังหวัดตราด |
| 2. พระสุบิน ปณีโต | ผู้ก่อตั้งกลุ่มสัจจะสะสมทรัพย์ จังหวัดตราด |
| 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนี สรรเสริญ | ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ
มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารีรัตน์ สังวรวงษ์พนา | หัวหน้าภาควิชาพื้นฐานการพยาบาลและ
มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 5. อาจารย์บุญธรรม เศรษฐินรัตน์ | นักวิชาการสาธารณสุข สำนักอนามัยที่ 3 ชลบุรี |

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามการวิจัย

เรื่อง บทบาทของพระสงฆ์เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาในจังหวัดตราด

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นชุดข้อคำถามที่คิดค้น นางบุญศรี พันธุ์พิริยะ นิติพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “บทบาทของพระสงฆ์เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาในจังหวัดตราด” ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 90 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน มีรายละเอียด ดังนี้

- ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 9 ข้อ เป็นคำถามแบบให้กรอกข้อมูลหรือ เลือกตอบตามความเป็นจริง
- ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน 38 ข้อ เป็นคำถามแบบให้เลือกตอบว่าใช่ ไม่ใช่
- ตอนที่ 3 ความคาดหวังและการปฏิบัติจริงเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของพระสงฆ์ จำนวน 43 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด
- ตอนที่ 4 ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะของพระสงฆ์ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เป็นคำถามปลายเปิด

ตอนที่ 1

แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำแนะนำ: โปรดเติมข้อความลงในช่องว่าง หรือเติมเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ให้ครบและถูกต้อง

1. ชื่อวัด.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัดตราด	สำหรับผู้วิจัย
2. ประเภทของวัด ☒ วัดทั่วไป ☐ วัดพัฒนาตัวอย่าง	[] [] NO
3. ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี (เศษของปี นับเป็นหนึ่งปี)	[] TEM
4. ระยะเวลาที่ท่านบวชเป็นพระภิกษุ จนถึงปัจจุบัน.....พรรษา (เศษของพรรษา นับเป็นหนึ่งพรรษา)	[] [] AGE
5. ปัจจุบันท่านดำรงตำแหน่ง	[] [] RA
☐ พระลูกวัด ☐ เจ้าอาวาส ระยะเวลาที่เป็นเจ้าอาวาสปี ☐ —อื่น ๆ ระบุ.....	[] STA
6. วุฒิการศึกษาสูงสุดของท่าน ก่อนบวชเป็นพระภิกษุ คือ	[] EDU
☐ ไม่ได้เรียน ☐ ประถมศึกษา ☐ มัธยมศึกษา	
☐ อนุปริญญา หรือ เทียบเท่า ☐ ปริญญาตรี ☐ สูงกว่าปริญญาตรี	
7. วุฒิการศึกษาทางธรรม ระบุ.....	[] EDB
8. อาชีพเดิม ของท่านก่อนบวชเป็นพระภิกษุ คือ.....	[] OCC
9. ท่านมีความสนใจเกี่ยวกับสุขภาพหรือไม่?	[] CON
☐ สนใจ เพราะ.....	
☐ ไม่สนใจ เพราะ.....	

ตอนที่ 2

แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

คำแนะนำ : โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริง

คำถาม	คำตอบ		สำหรับ ผู้วิจัย
	ใช่	ไม่ใช่	
1. ผู้สูงอายุไทย คือ บุคคลที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป			[] K1
2. ผิวหนังของผู้สูงอายุแห้งกว่าปกติ ส่วนหนึ่งเกิดจากการที่น้ำและไขมัน ได้ผิวหนังลดลง			[] K2
3. การทำงานของสมองลดลงในวัยสูงอายุ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุมีอาการหลงลืม			[] K3
4. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จำเรื่องราวในปัจจุบัน ได้ดีกว่าเรื่องราวในอดีต			[] K4
5. การที่ผู้สูงอายุสายตาดีกว่าคนในวัยหนุ่มสาว เป็นผลมาจากการยืดหยุ่นของแก้วตาลดลง			[] K5
6. การได้ยินของผู้สูงอายุลดลง ส่วนหนึ่งเกิดจากเยื่อแก้วหูแข็งตัวมากขึ้น			[] K6
7. การรับรสของผู้สูงอายุลดลง เป็นผลมาจากการที่ลิ้นมีจำนวนลดลง			[] K7

คำถาม	คำตอบ		สำหรับ ผู้วิจัย
	ใช่	ไม่ใช่	
8. กล้ามเนื้อของผู้สูงอายุแข็งแรงกว่าวัยหนุ่มสาว เนื่องจากมีการใช้งานมานาน			[] K8
9. กระดูกของผู้สูงอายุจะเปราะและหักง่ายแม้ว่าไม่ได้รับอุบัติเหตุ เนื่องจากมีแคลเซียมสลายออกจากกระดูกมากขึ้น			[] K9
10. การที่ผู้สูงอายุเกิดภาวะความดันโลหิตต่ำเมื่อเปลี่ยนท่าทาง เป็นผลมาจากการไหลเวียนของเลือดที่ไปเลี้ยงสมองลดลง			[] K10
11. ผู้สูงอายุที่มีอาการเหนื่อยง่าย สาเหตุส่วนหนึ่งเกิดจากการยึดหยุ่นของปอดลดลง			[] K11
12. การเคลื่อนไหวของลำไส้ลดลงในวัยสูงอายุ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุมีอาการท้องผูก			[] K12
13. การที่ผู้สูงอายุปัสสาวะบ่อย เป็นผลมาจากกล้ามเนื้อของกระเพาะปัสสาวะหย่อนยาน ทำให้กำลังการบีบตัวของกระเพาะปัสสาวะลดลง			[] K13
14. การสูญเสียคู่สมรส หรือบุคคลอันเป็นที่รัก เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะซึมเศร้าได้			[] K14
15. การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของกระดูก จากครอบครัวยุคหนึ่งเป็นครอบครัวเด็วยุคหนึ่ง เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุขาดความอบอุ่นได้			[] K15
16. การดูแลสุขภาพตนเองอย่างถูกต้องจะช่วยชะลอความชราได้			[] K16

คำถาม	คำตอบ		สำหรับ ผู้วิจัย
	ใช่	ไม่ใช่	
17. การอยู่ในที่มีอากาศบริสุทธิ์ ส่งผลให้ร่างกายเผาผลาญอาหารได้ดีขึ้น เนื่องจากร่างกายได้รับออกซิเจนเพียงพอ			[] K17
18. การจัดบ้านเรือนที่อยู่อาศัยให้สะอาดเป็นระเบียบ เป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้ร่างกายได้รับอากาศบริสุทธิ์			[] K18
19. ในแต่ละวันผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ได้แก่ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน เกลือแร่ และวิตามิน			[] K19
20. ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารที่มีส่วนผสมของกะทิ เป็นประจำ			[] K20
21. เนื้อปลา เป็นอาหาร โปรตีนที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งควรรับประทานเป็นประจำ			[] K21
22. อาหารรสจัด เป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากจะช่วยกระตุ้นความอยากอาหารได้ดี			[] K22
23. ผู้สูงอายุไม่ควรออกกำลังกาย เพราะจะทำให้เหนื่อยง่าย			[] K23
24. การออกกำลังกายทำให้มีการหลั่งสารที่ทำให้เกิดความสุข			[] K24
25. ผู้สูงอายุควรออกกำลังกายที่เหมาะสมตามวัย ครั้งละ 20 – 30 นาที หรือหยุดเมื่อรู้สึกเหนื่อย			[] K25

คำถาม	คำตอบ		สำหรับ ผู้วิจัย
	ใช่	ไม่ใช่	
26. การขยมนำหนักเป็นวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ			[] K26
27. ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวสามารถออกกำลังกายได้ทุกประเภท			[] K27
28. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะนอนหลับได้ง่าย และปลุกให้ตื่นได้ยาก			[] K28
29. การการคัมเครื่องคัมบูกำลังก่อนนอนจะช่วยให้ผู้สูงอายุนอนหลับได้ดี			[] K29
30. ที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ เช่น พื้นที่ห้องที่ต่างระดับ การจัดข้าวของไม่เป็นระเบียบ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุได้			[] K30
31. บ้านและที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุควรจัดให้มีแสงสว่างเพียงพอ			[] K31
32. ผู้สูงอายุควรใช้สื่ที่มีฤทธิ์เป็นด่าง เพราะจะช่วยลดการเกิดภาวะผิวแห้ง			[] K32
33. ผู้สูงอายุไม่ควรแปรงฟันเพราะจะทำให้ฟันหักง่าย			[] K33
34. ผู้สูงอายุควรนวดฝ่าเท้าและนิ้วเท้า อย่างสม่ำเสมอ เพื่อกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด			[] K34

คำถาม	คำตอบ		สำหรับ ผู้วิจัย
	ใช่	ไม่ใช่	
35. ร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมลงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเครียดได้			[] K35
36. การดื่มสุรา เป็นวิธีการคลายเครียดอย่างหนึ่งที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ			[] K36
37. ผู้สูงอายุควรคบกับเพื่อนวัยเดียวกัน เพื่อป้องกันการเกิดปัญหาเกี่ยวกับบุคคลวัยอื่น			[] K37
38. การที่ผู้สูงอายุมีความศรัทธาและยึดถือหลักกรรมทางศาสนาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุข			[] K38

บทบาทการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของพระสงฆ์	ความคาดหวัง						การปฏิบัติจริง				สำหรับ ผู้วิจัย
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
(การป้องกันอุบัติเหตุ)											
19. ชี้แนะให้เห็นผลกระทบของการเกิดอุบัติเหตุต่อผู้สูงอายุ ครอบครัว และสังคม											[] E19 [] P19
20. แนะนำหรือให้คำปรึกษาเกี่ยวกับวิธีการป้องกันอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ เช่น การจัดสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้สะอาดเป็นระเบียบ เป็นต้น											[] E20 [] P20
21. จัดให้มีห้องน้ำหรือห้องส้วมที่สะอาดและเหมาะสม สำหรับผู้สูงอายุที่มาวัดเพื่อป้องกันการหกล้ม											[] E21 [] P21
22. จัดสภาพแวดล้อมทั่วไปของวัดให้เอื้อต่อการป้องกันอุบัติเหตุ เช่น ปรับพื้นที่ให้เรียบและเป็นระดับเดียวกัน จัดทำป้ายเตือนให้ระวังอุบัติเหตุ เป็นต้น											[] E22 [] P22
23. ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้มีการวางแผนป้องกันอุบัติเหตุ ที่อาจเกิดขึ้นจากการทำกิจกรรม เช่น กำหนดกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จัดให้มีแสงสว่างเพียงพอในการทำกิจกรรมต่างๆ เป็นต้น											[] E23 [] P23

บทบาทการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของพระสงฆ์	ความคาดหวัง				การปฏิบัติจริง				สำหรับ ผู้วิจัย
	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย ที่สุด	
(การดูแลสุขภาพทั่วไป)									
24. แนะนำแก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคล เช่น การดูแลผิวหนัง การดูแลสุขภาพปากและฟัน การรักษาความสะอาดเท้า เป็นต้น									[] E24 [] P24
25. จัดให้มีเอกสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ สำหรับแจกให้แก่ ผู้สูงอายุที่มาที่วัด									[] E25 [] P25
26. จัดเตรียมยาสามัญประจำบ้าน ให้พร้อมสำหรับการปฐมพยาบาล เมื่อมีความจำเป็น									[] E26 [] P26
27. ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ									[] E27 [] P27
28. อำนวยความสะดวกด้านสถานที่ ในการจัดกิจกรรมการตรวจสุขภาพ ผู้สูงอายุ									[] E28 [] P28

[] E24
[] P24

[] E25
[] P25

[] E26
[] P26

[] E27
[] P27

[] E28
[] P28

ตอนที่ 4

ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะของพระสงฆ์ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

1. ปัญหาเกี่ยวกับหลักของศาสนา / กฎระเบียบของวัด

ข้อเสนอแนะ.....

2. ปัญหาส่วนตัวของพระสงฆ์ เช่น สุขภาพ ความรู้ ความสามารถ ความศรัทธาของประชาชน

ข้อเสนอแนะ.....

3. ปัญหาอื่นๆ

ข้อเสนอแนะ.....

ภาคผนวก ค
ค่าอำนาจจำแนกของเครื่องมือ

การหาค่าอำนาจจำแนกรายชื่อของแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ
ผู้สูงอายุของพระสงฆ์โดยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของพระสงฆ์กลุ่มที่ได้คะแนนสูง และกลุ่ม
ที่ได้คะแนนต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที (Independent t-test)

ตารางที่ 12 ค่าอำนาจจำแนกรายชื่อของแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
ของพระสงฆ์

ข้อที่	คำถาม	ค่า p Sig (2-tailed)	หมายเหตุ
1	ผู้สูงอายุไทย คือ บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป	.003	ใช้ได้
2	ผิวหนังของผู้สูงอายุแห้งกว่าปกติ ส่วนหนึ่งเกิดจากการที่น้ำ และไขมันใต้ผิวหนังลดลง	.001	ใช้ได้
3	การทำงานของสมองลดลงในวัยสูงอายุ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ ให้ผู้สูงอายุมีอาการหลงลืม	.010	ใช้ได้
4	ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จำเรื่องราวในปัจจุบันได้ดีกว่าเรื่องราวใน อดีต	.001	ใช้ได้
5	การที่ผู้สูงอายุสายตาวอกว่าคนในวัยหนุ่มสาว เป็นผลมา จากการยืดหยุ่นของแก้วตาลดลง	.001	ใช้ได้
6	การได้ยินของผู้สูงอายุลดลง ส่วนหนึ่งเกิดจากเยื่อแก้วหูแข็ง ตัวมากขึ้น	.004	ใช้ได้
7	การรับรู้ของผู้สูงอายุลดลง เป็นผลมาจากคอมพิวเตอร์ที่ล้า สมัยจำนวนลดลง	.030	ใช้ได้
8	กล้ามเนื้อของผู้สูงอายุแข็งแรงกว่าวัยหนุ่มสาว เนื่องจากมี การใช้งานมานาน	.025	ใช้ได้
9	กระดูกของผู้สูงอายุจะเปราะและหักง่ายแม้ว่าไม่ได้รับ อุบัติเหตุ เนื่องจากมีแคลเซียมสลายออกจากกระดูกมากขึ้น	.008	ใช้ได้
10	การที่ผู้สูงอายุเกิดภาวะความดันโลหิตต่ำเมื่อเปลี่ยนท่าทาง เป็นผลมาจากการไหลเวียนของเลือดที่ไปเลี้ยงสมองลดลง	.006	ใช้ได้
11	ผู้สูงอายุที่มีอาการเหนื่อยง่าย สาเหตุส่วนหนึ่งเกิดจากการยืด หยุ่นของปอดลดลง	.003	ใช้ได้

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ข้อที่	คำถาม	ค่า p Sig (2-tailed)	หมายเหตุ
12	การเคลื่อนไหวของลำไส้ลดลงในวัยสูงอายุ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุมีอาการท้องผูก	.010	ใช้ได้
13	การที่ผู้สูงอายุปัสสาวะบ่อย เป็นผลมาจากกล้ามเนื้อของกระเพาะปัสสาวะหย่อนยานทำให้ก้ำกึ่งการบีบตัวของกระเพาะปัสสาวะลดลง	.003	ใช้ได้
14	การสูญเสียคู่สมรส หรือบุคคลอันเป็นที่รัก เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะซึมเศร้าได้	.013	ใช้ได้
15	การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของกระดูก จากกระดูกวายเป็นกระดูกแข็งตัวมากขึ้น เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุขาดความอบอุ่นได้	.048	ใช้ได้
16	การดูแลสุขภาพตนเองอย่างถูกต้องจะช่วยชะลอความชราได้	.010	ใช้ได้
17	การอยู่ในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์ ส่งผลให้ร่างกายเผาผลาญอาหารได้ดีขึ้น เนื่องจากร่างกายได้รับออกซิเจนเพียงพอ	.035	ใช้ได้
18	การจัดบ้านเรือนที่อยู่อาศัยให้สะอาดเป็นระเบียบ เป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้ร่างกายได้รับอากาศบริสุทธิ์	.008	ใช้ได้
19	ในแต่ละวันผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ได้แก่ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน เกลือแร่ และวิตามิน	.002	ใช้ได้
20	ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารที่มีส่วนผสมของกะทิเป็นประจำ	.013	ใช้ได้
21	เนื้อปลาเป็นอาหาร โปรตีนที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งควรรับประทานเป็นประจำ	.002	ใช้ได้
22	อาหารรสจัดเป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากจะช่วยกระตุ้นความอยากอาหารได้ดี	.010	ใช้ได้
23	ผู้สูงอายุไม่ควรออกกำลังกาย เพราะจะทำให้เหนื่อยง่าย	.003	ใช้ได้
24	การออกกำลังกายทำให้มีการหลั่งสารที่ทำให้เกิดความสุข	.001	ใช้ได้

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ข้อที่	คำถาม	ค่า p Sig (2-tailed)	หมายเหตุ
25	ผู้สูงอายุควรออกกำลังกายที่เหมาะสมตามวัย ครั้งละ 20-30 นาที หรือหยุดเมื่อรู้สึกเหนื่อย	.010	ใช้ได้
26	การยกน้ำหนักเป็นวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	.012	ใช้ได้
27	ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวสามารถออกกำลังกายได้ทุกประเภท	.005	ใช้ได้
28	ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะนอนหลับได้ง่าย และปลุกให้ตื่นได้ยาก	.025	ใช้ได้
29	การดื่มเครื่องดื่มชูกำลังก่อนนอนจะช่วยให้ผู้สูงอายุนอนหลับได้ดี	.041	ใช้ได้
30	ที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ เช่น พื้นห้องที่ต่างระดับ การจัดข้าวของไม่เป็นระเบียบเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุได้	.003	ใช้ได้
31	บ้านและที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุควรจัดให้มีแสงสว่างเพียงพอ	.025	ใช้ได้
32	ผู้สูงอายุควรใช้สมุนไพรที่มีฤทธิ์เป็นด่าง เพราะจะช่วยลดภาวะผิวแห้ง	.031	ใช้ได้
33	ผู้สูงอายุไม่ควรแปรงฟันเพราะจะทำให้ฟันหักง่าย	.014	ใช้ได้
34	ผู้สูงอายุควรนวดฝ่าเท้าและนวดเท้าอย่างสม่ำเสมอ เพื่อกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด	.041	ใช้ได้
35	ร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมลงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเครียดได้	.003	ใช้ได้
36	การดื่มสุรา เป็นวิธีการคลายเครียดอย่างหนึ่งที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	.002	ใช้ได้
37	ผู้สูงอายุควรคบกับเพื่อนวัยเดียวกัน เพื่อป้องกันการเกิดปัญหากับบุคคลวัยอื่น	.013	ใช้ได้
38	การที่ผู้สูงอายุมีความศรัทธาและยึดถือหลักธรรมทางศาสนา เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตจะช่วยทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข	.003	ใช้ได้

ภาคผนวก ง
รายชื่อวัดที่เก็บข้อมูล

รายชื่อวัดที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

อำเภอเมือง 29 วัด

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. วัดโยธานิมิตร | 2. วัดไผ่ล้อม |
| 3. วัดศรีบูรพา | 4. วัดลำควน |
| 5. วัดสุวรรณมงคล | 6. วัดหนองเสม็ด |
| 7. วัดบุปผาราม | 8. วัดคีรีวิหาร |
| 9. วัดชัยมงคล | 10. วัดหนองบัว |
| 11. วัดวังกระแจะ | 12. วัดท่าประดู่ |
| 13. วัดห้วยน้ำขาว | 14. วัดหนองคันทร้ง |
| 15. วัดแหลมหิน | 16. วัดอ่าวใหญ่ |
| 17. วัดอ่าวซ่อ | 18. วัดเนินทราย |
| 19. วัดวิเวกวราราม | 20. วัดเนินสูง |
| 21. วัดเนินยาง | 22. วัดท่าพริก |
| 23. วัดวรณคิตถาราม | 24. วัดตะกาง |
| 25. วัดแหลมกลัด | 26. วัดคลองประทุน |
| 27. วัดท่าเส้น | 28. วัดหนองรี |
| 29. วัดสวนใน | |

อำเภอเขาสมิง 33 วัด

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. วัดท่ากระท้อน | 2. วัดท่าโสม |
| 3. วัดธรรมาภิมุข | 4. วัดเทพนิมิตร |
| 5. วัดประณีต | 6. วัดมุนสงบ |
| 7. วัดทุ่งเขา | 8. วัดพนมพริก |
| 9. วัดมัชฌิมวัน | 10. วัดสลัก |
| 11. วัดท่าหาด | 12. วัดแสนดุ้ง |
| 13. วัดอ่างกระป๋อง | 14. วัดละมับ |
| 15. วัดแสนสุข | 16. วัดลำภูทาย |

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 17. วัดคลองใหญ่ | 18. วัดวังตะเคียน |
| 19. วัดฝ้อ | 20. วัดบำโรน |
| 21. วัดศรีบัวทอง | 22. วัดโป่งจันดา |
| 23. วัดมณฑล | 24. วัดเสนาณรงค์ |
| 25. วัดเขาคลาด | 26. วัดเขาสมิง |
| 27. วัดเจียรพัฒนา | 28. วัดเกาะลอย |
| 29. วัดขุมบ่อทรัพย์ | 30. วัดวงษ์พัฒนา |
| 31. วัดมูกลินท์อาภา | 32. วัดมาบใหญ่ |
| 33. วัดนิโรธาวนาราม | |

อำเภอบ่อไร่ 12 วัด

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. วัดบ่อไร่ | 2. วัดหนองบอน |
| 3. วัดเนินตากแดด | 4. วัดช้างทูน |
| 5. วัดบ่อพลอย | 6. วัดตางาม |
| 7. วัดตากแว้ง | 8. วัดมะนาว |
| 9. วัดคลองแอ่ง | 10. วัดนันทรีย์ |
| 11. วัดใหม่โพธาราม | 12. วัดปะอา |

อำเภอคลองใหญ่ 6 วัด

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. วัดคลองใหญ่ | 2. วัดห้วยโสม |
| 3. วัดคลองมะขาม | 4. วัดคลองมะนาว |
| 5. วัดหนองม่วง | 6. วัดเกษมสิมาราม |

อำเภอแหลมงอบ 7 วัด

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1. วัดน้ำเชี่ยว | 2. วัดแหลมงอบ |
| 3. วัดแหลมมะขาม | 4. วัดคลองใหญ่ |
| 5. วัดบางปัดล่าง | 6. วัดบางกระดาน |
| 7. วัดทองธรรมชาติ | |

กิ่งเกาะกูด และกิ่งเกาะช้าง 6 วัด

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. วัดคลองนนทรีย์ | 2. วัดขาคามทวีป |
| 3. วัดคลองสน | 4. วัดบางเบ้า |
| 5. วัดตักเพชร | 6. วัดราษฎร์บำรุง |