

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ฮอร์โมนเป็นตัวกำหนดความเป็นหนุ่มสาวในร่างกายของคนเรา ศิวาสี ทองแก้ว (2543, หน้า 22) กล่าวว่า ในผู้ชาย ฮอร์โมนที่มีผลต่อสมรรถภาพและความแข็งแรงคือ ฮอร์โมนที่ชื่อว่า “แอนโดรเจน” (Androgen) ซึ่งเป็นฮอร์โมนเพศชาย พันธศักดิ์ ศุกระฤกษ์ (2545, หน้า 1) กล่าวถึงฮอร์โมนชนิดนี้ว่าเป็นสิ่งจำเป็นต่อการพัฒนาเกี่ยวกับการสืบพันธุ์ รวมทั้งลักษณะอื่นๆ ของเพศชาย ในผู้ชายฮอร์โมนเพศจะถูกสร้างขึ้นตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดา และเริ่มสร้างมากขึ้นอีกครั้งในช่วงของวัยรุ่นจนเป็นหนุ่มเต็มที่ จากนั้นก็จะอยู่คงที่ในช่วงวัยผู้ใหญ่จนอายุประมาณ 40-45 ปี การสร้างฮอร์โมนเพศชายก็จะลดลงอย่างสม่ำเสมอทุกปี เมื่อระดับฮอร์โมนเพศชายลดลงถึงระดับหนึ่ง จะเกิดภาวะการขาดฮอร์โมนเพศชาย (Andropause) ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และจิตใจ ซึ่งมีอาการต่าง ๆ คล้ายคลึงกับผู้หญิงวัยหมดประจำเดือน (Menopause)

ชมรมชาย-หญิงวัยทองแห่งประเทศไทย (2549) กล่าวว่า ผู้ชายที่เข้าสู่ภาวะการขาดฮอร์โมนเพศชายไปบางส่วนนี้มีชื่อเรียกทางการแพทย์ว่า “พาดาม” ตรงกับคำย่อในภาษาอังกฤษคือ PADAM ซึ่งย่อมาจากคำว่า Partial Androgen Deficiency of The Aging Male ซึ่ง พันธศักดิ์ ศุกระฤกษ์ (2545, หน้า 6) กล่าวว่า อาการที่บ่งบอกถึง “ภาวะขาดฮอร์โมนเพศชาย” ในระยะแรกเมื่อร่างกายเริ่มขาดฮอร์โมนเพศชาย อวัยวะต่าง ๆ ที่มีส่วนสัมพันธ์กับฮอร์โมนเพศชายจะเริ่มเสื่อมลงการทำงานลดลง และเกิดอาการทางด้านจิตใจ และอารมณ์ตามมา อาการทางด้านร่างกาย จะมีอาการอ่อนเพลีย เมื่ออาหาร ปวดเมื่อยตามตัวโดยไม่มีสาเหตุ ไม่กระฉับกระเฉง กล้ามเนื้อต่าง ๆ ลดขนาดลง ไม่มีแรง และอวัยวะเพศเริ่มไม่แข็งตัวในช่วงตื่นนอนตอนเช้า อาการทางด้านสติปัญญา และอารมณ์ เครียดและหงุดหงิดง่าย โกรธง่าย เฉื่อยชา ขาดสมาธิในการทำงาน ความจำลดลง โดยเฉพาะความจำระยะสั้น อาการด้านระบบไหลเวียนโลหิต บางคนอาจมีอาการร้อนวูบวาบ หรือมีเหงื่อออกในตอนกลางคืน อาการทางด้านจิตใจ และเพศ บางคนเกิดอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ หะทัย เทพพิสัย และอุรุษา เทพพิสัย (2546, หน้า 19) พบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศมาจากการเข้าสู่วัยทองของเพศชายซึ่งการสังเคราะห์ฮอร์โมนเพศชายที่เรียกว่าเทสโทสเตอโรนลดลงถึง 25 % การลดลงของฮอร์โมนประเภทนี้ จะทำให้เกิดภาวะกระดูกพรุน เพิ่มอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ และหลอดเลือด มีผลกระทบต่อกล้ามเนื้อและไขมัน ผลกระทบต่อสมองในการรับรู้และสติปัญญา ผลกระทบต่อสมรรถภาพทางเพศ โดยผู้ชายวัยทองจะมีการเปลี่ยนแปลงเช่นเดียวกับผู้หญิง รวมทั้งมีอาการร้อน

รุมวามเหมือนผู้หญิงวัยหมดประจำเดือนด้วย ภาวะเสื่อม สมรรถภาพทางเพศเป็นปัญหาที่พบบ่อยในผู้ชายสูงอายุ หมายถึงผู้ชายที่ไม่สามารถทำให้องค์ชาติแข็งตัวจนมีเพศสัมพันธ์และมีการหลั่งอสุจิได้ สาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหานี้มีหลายประการ ไม่ว่าจะเป็นการลดลงของฮอร์โมนเพศชาย ภาวะผิดปกติด้านจิตใจ ภาวะผิดปกติด้านร่างกาย ปัจจัยทางโภชนาการ เช่น การขาดสารอาหาร ขาดโปรตีน และแร่ธาตุบางชนิด การเจ็บป่วยด้วยโรคบางอย่าง เช่น เบาหวาน โรคทางสมองและไขสันหลัง รวมถึงโรคของระบบ เส้นเลือดในองคชาติ ทั้งนี้ 2 ใน 3 ของผู้ป่วย มักมีสาเหตุการป่วยจากปัจจัยที่มากกว่าหนึ่งอย่าง ดังที่ ชัยวัฒน์ วิชาวุธ (2546, หน้า 2) กล่าวว่า ปัญหาหลัก 4 อันดับแรกของชายวัยทองที่พบบ่อยที่สุด คือ 1) ไขมันในเส้นเลือดสูง 2) สอโรโมนเพศชายบกพร่อง 3) ภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ และ 4) คอเลสเตอรอลสูง จากการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะเหล่านี้ ต้องการการรักษาเพื่อกลับมาเป็นปกติ มีเพียงส่วนน้อยที่คิดว่าไม่ใช่ปัญหาและมองว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดา

นอกจากนี้ วัยทองคอทคอม (2549) กล่าวว่า ชายวัยทองยังต้องประสบกับปัญหาสุขภาพในระยะยาวอีกด้วย เช่น ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ จะทำให้กระดูกบางลง และเป็นโรคกระดูกพรุนได้เช่นเดียวกับผู้หญิงวัยหมดประจำเดือน ทำให้เกิดกระดูกหักในผู้ชายสูงอายุ นอกจากนั้นกล้ามเนื้อจะค่อย ๆ ลดขนาดลงโดยเฉพาะผู้ที่ไม่ชอบออกกำลังกาย มีผลให้ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลดลง ระบบหลอดเลือดและหัวใจ สอโรโมนเพศชายมีหน้าที่ช่วยการเผาผลาญไขมันในร่างกาย ทำให้เกิดการกระจายตัวของไขมันเป็นปกติ เมื่อขาดสอโรโมนเพศชายจะทำให้ไขมันในเลือดสูง มีผลทำให้ไขมันไปเกาะที่ผนังของเส้นเลือดทำให้ขนาดของเส้นผ่านศูนย์กลางเส้นเลือดลดลงและทำให้ผนังเส้นเลือดไม่ยืดหยุ่นเท่าที่ควร ทำให้เลือดไหลผ่านเส้นเลือดได้น้อยลง โดยเฉพาะถ้าเลือดไปเลี้ยงหัวใจน้อยลง เป็นผลให้หัวใจขาดเลือดไปเลี้ยง ผลระยะยาวในเรื่องของสมรรถภาพทางเพศ เมื่อร่างกายขาดสอโรโมนเพศชายไปนาน ๆ เข้า นอกจากอารมณ์ทางเพศและการตอบสนองทางเพศลดลงแล้ว ความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ ความถี่ในการถึงจุดสุดยอด รวมทั้งความพึงพอใจในการมีเพศสัมพันธ์จะลดลงไปตามระดับของสอโรโมนเพศชายที่ขาดหายไป รวมทั้งระยะเวลาที่ขาดหายไปด้วย สำหรับปัญหานี้ผู้ชายส่วนใหญ่จะนำเอาความสามารถ และสมรรถภาพทางเพศมาเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต ดังนั้นเมื่อความสามารถในด้านนี้ลดลงจึงทำให้คุณภาพชีวิตลดลงตามไปด้วย ซึ่งสาเหตุนี้เกี่ยวข้องโดยตรงด้านจิตใจและอารมณ์ของชายวัยทอง ศรีเรือน แก้วกังวาน (2534, หน้า 31) กล่าวว่า ความรู้สึกทางเพศของชายขึ้นอยู่กับสุขภาพ กำลังวังชา รูปร่างหน้าตา และสุขภาพทั่วไป รวมทั้งภาวะความเครียดทางจิตใจด้วย ความสุขในการมีเพศสัมพันธ์ของชายหญิงในวัยกลางคนขึ้นอยู่กับปัจจัยหลาย ๆ ประการ แต่ปัจจัยทางจิตใจ เช่น ทัศนคติทางบวกต่อเพศสัมพันธ์ ความรักใคร่ผูกพันในคู่ครอง มีความสำคัญยิ่งกว่าการเปลี่ยนแปลงทางกาย

การเปลี่ยนแปลงดังที่กล่าวมา เมื่อเกิดขึ้นในผู้ชายวัยนี้จะเป็นสิ่งที่ซ้ำเติมให้คุณภาพชีวิตลดลง ในบางรายมีอาการซึมเศร้า ขุนเฉียว หงุดหงิด จี๋หลงจี๋ลืม จี๋รำคาญ ความอดทนน้อยลง ความรู้สึกสนุกสนานกับชีวิตลดลง ซึ่งอาการที่เกิดขึ้นเหล่านี้มีผลกระทบต่อคนรอบข้าง เช่น บิดา มารดา ภรรยา บุตร และเพื่อนร่วมงาน อาจเกิดปัญหาสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับบุคคลรอบข้าง ในผู้ชายบางราย ถ้ามีปัญหาทางเพศสัมพันธ์ ก็จะทำให้เกิดปัญหาสู่สมรสเพิ่มขึ้นมาด้วยและกลายเป็นปัญหาครอบครัว จนถึงขั้นแตกแยก ถ้าบุคคลรอบข้างไม่เข้าใจถึงปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้ ก็อาจทำให้ผู้ชายที่เข้าสู่ภาวะนี้เกิดความเครียด และรู้สึกเบื่อหน่ายชีวิตและถ้ามีเหตุส่งเสริมจากภายนอก เช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ความล้มเหลวในหน้าที่การงาน ก็อาจทำให้ผู้ชายภาวะนี้คิดฆ่าตัวตาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พิชัย เจริญพานิช (2547, หน้า 47) กล่าวว่า ทุกวันนี้จะได้ยินข่าวเกี่ยวกับการทำร้ายร่างกายระหว่างคู่สมรสเพิ่มขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการคิดใจกันเรื่องเงิน มาเหล้า หรือไม่ยอมมีเพศสัมพันธ์ด้วย เรื่องราวต่าง ๆ เหล่านี้ จะไม่พบในเด็กหนุ่มสาว แต่จะพบในหญิง และชายวัยสี่สิบกว่าปี ที่เป็นเช่นนี้ก็เนื่องจากความวิปริตของฮอร์โมน ที่ทำให้สมองแปรปรวน โกรธง่ายและตัดสินใจผิด ๆ ถือเรื่องเล็กเป็นเรื่องใหญ่ ผู้ชายกลุ่มนี้เป็น “ผู้ชายวัยทอง” วัยที่กำลังเปลี่ยนจากวัยฉกรรจ์เป็นวัยชรา เป็นวัยที่ร่างกาย จิตใจ มีการเปลี่ยนแปลงเพราะฮอร์โมนที่ควบคุมอารมณ์และสติปัญญาขาดหายไป เรื่องชายวัยทองเป็นเรื่องที่ไม่ค่อยจะได้ยินเหมือน “หญิงวัยทอง” เดิมเรามักจะเข้าใจเอาว่ามีแต่ผู้หญิงเท่านั้นที่เมื่อครั้นเนื่องจากเลือดจะไปลมจะมา ส่วนผู้ชายไม่มีปัญหาเพราะฮอร์โมนจากต่อมเพศมีอยู่เรื่อย ๆ ไม่หมดง่ายเหมือนผู้หญิง เพราะผู้ชายหลายคนที่เรา รู้จักนั้นมีมากมายที่มีบุตรเมื่ออายุมากกว่า 70-80 ปี จึงทำให้ผู้ชายส่วนมากไม่ยอมรับว่าขาดฮอร์โมน เมื่ออายุยังไม่ถึงห้าสิบปี มีคนเปรียบเทียบว่าถ้าคนเปรียบเหมือนรถยนต์ ผู้หญิงจะเปรียบเหมือน น้ำมัน ถ้าน้ำมันหมดก็หมดเลย รถจะวิ่งไม่ได้ ส่วนผู้ชายนั้นเหมือนแบตเตอรี่ ถ้าแบตหมดเพียงแต่ โยก ๆ ดึง ๆ รถก็ยังพอจะวิ่งได้ ไม่ถึงกับตายเอาดื้อ ๆ ฮอร์โมนในต่อมเพศผู้ชายจะมี ๆ หมด ๆ ไม่เหมือนต่อมเพศหญิงถ้าหมดก็หมดเลย เรื่องของความรู้สึกทางเพศหรือการแข็งตัวขององคชาติที่มี การหยุด ๆ หรือแข็ง ๆ นิ่ม ๆ ไม่ได้เกิดจากฮอร์โมนเพศชายเพียงอย่างเดียว ยังเกิดจากความเครียด สิ่งแวดล้อม และบางสิ่งบางอย่างอีกด้วย เช่น การเปลี่ยนบรรยากาศ การเปลี่ยนสี เปลี่ยนกลิ่น เปลี่ยนคน จะทำให้การเกิดอารมณ์และองคชาติแข็งตัวได้ดี ด้วยเหตุนี้ในหญิงชายวัยนี้จึงได้ยิน เกี่ยวกับสวิงกิ้ง (การเปลี่ยนคู่นอน) อยู่บ่อย ๆ และเพศสัมพันธ์ลักษณะนี้ไม่ได้เป็นการรักษาที่ถูกต้อง แต่กลับก่อให้เกิดปัญหาหรือโรคติดต่อได้อีกด้วย

จากที่กล่าวมา จะเห็นว่า วัยทองของผู้ชายเป็นเรื่องวินิจฉัยยาก จัดการยาก ทำให้ขาด การดูแลรักษาที่ถูกต้อง เมื่อเกิดขึ้นนาน ๆ ทำให้ชายวัยทองคุ้มค้ำคุ้มร้าย บ้า ๆ ดี ๆ โกรธง่ายหายเร็ว จนจัดการไม่ถูก และมีหลายคนที่ถูกส่งไปรักษาที่โรงพยาบาลบ้า ทำให้ออกจากไม่หายแล้ว ยิ่ง

บ้างมากขึ้น (พิชัย เจริญพานิช, 2547, หน้า 49) ซึ่งสิ่งที่เกิดขึ้นเหล่านี้ถือว่าเป็นปัญหาที่ชายวัยทองต้องเผชิญ ซึ่งสภาพของปัญหาล้วนคล้ายคลึงกับปัญหาที่เกิดขึ้นในเพศหญิงที่เข้าสู่ภาวะหมดประจำเดือน จากการศึกษาผู้วิจัยพบว่า งานวิจัยส่วนมากจะเป็นงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับสตรีที่เข้าสู่วัยหมดประจำเดือน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าในเพศหญิงแสดงสภาพการณ์ของปัญหาวัยทองชัดเจนกว่าเพศชาย สำหรับงานวิจัยเกี่ยวกับชายวัยทองยังไม่มีใครทำการศึกษา ข้อมูลที่ได้รับส่วนมากจะเป็นหนังสือ บทความทางวารสารทางการแพทย์ และแผ่นพับที่จัดทำโดยคลินิกชายวัยทองเท่านั้น ซึ่งถือว่ายังมีอยู่น้อยมาก และข้อมูลเหล่านั้นส่วนใหญ่จะให้ข้อมูลเกี่ยวกับสาเหตุ ผลกระทบที่มีต่อร่างกาย และวิธีการให้การรักษา แม้ว่าข้อมูลเหล่านั้นจะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจ และยืนยันผลการรักษาตามลักษณะของอาการ แต่ก็ยังไม่สามารถแสดงถึงกระบวนการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในชีวิตของชายวัยทองที่ประสบกับปัญหาดังกล่าว นับเป็นความจำกัดและไม่เพียงพอแก่การนำไปสู่ข้อเสนอแนะเพื่อให้ความรู้แก่ชายกลุ่มนี้ได้อย่างเป็นทางการแบบองค์รวม อีกทั้งยังไม่เปิดโอกาสให้ค้นพบตัวแปรใหม่ที่ยังไม่เคยถูกค้นพบมาก่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งตัวแปรที่มาจากความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของชายที่เข้าสู่ภาวะวัยทอง

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะศึกษาประสบการณ์ชีวิตเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคมของชายวัยทอง ก่อนและหลังจากที่รับรู้ว่ามีอาการบ่งชี้ของฮอร์โมนเพศชาย การที่จะเข้าใจชายวัยทองได้ตรงตามประสบการณ์นั้น จำเป็นต้องศึกษาวิจัยจากมุมมองของตัวชายวัยทองเอง อีกทั้งการเข้าใจประสบการณ์ชีวิตของชายวัยทองที่เกิดขึ้นในสภาพสังคมที่เป็นอยู่จะเป็นการเข้าใจชายวัยนี้ได้ดีที่สุด พร้อมกันนี้ผู้วิจัยได้เลือกใช้การวิจัยเชิงคุณภาพมาเป็นระเบียบวิธีวิจัย เพื่อเอื้อให้วิเคราะห์ถึงกระบวนการ เจือปนใจ กลยุทธ์การจัดการ รวมทั้งผลลัพธ์การจัดการ ตลอดจนความหมายที่เกี่ยวข้องในประสบการณ์ชีวิตของคนกลุ่มนี้ การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยคาดว่าผลการวิจัยดังกล่าวจะช่วยให้ได้ทฤษฎีเนื้อหาจากประสบการณ์ตรงของชายวัยทองที่กว้างขึ้น ครอบคลุม และตรงประเด็น สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐาน เพื่อนำข้อมูลที่ได้รับไปให้ความรู้ที่ถูกต้องและสอดคล้องกับเจือปนใจและความต้องการที่เป็นปัญหาแท้จริงของชายกลุ่มนี้โดยใช้การให้การศึกษาตามแนวทางของการศึกษานอกระบบ

แนวคิดในการวิจัย

แนวคิดเบื้องต้นในการวิจัยครั้งนี้ เป็นกรอบแนวคิดซึ่งจะช่วยให้ผู้วิจัยมีแนวคิดเชิงทฤษฎีสำหรับนำไปใช้ในการเก็บ การวิเคราะห์ และการสังเคราะห์ข้อมูลได้ตรงตามความหมายของผู้ให้ข้อมูล โดยผู้วิจัยเลือกใช้มุมมองเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) ซึ่งอธิบายปรากฏการณ์ การให้ความหมาย จากสิ่งที่เกิดขึ้นหรือประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาตามสถานการณ์

ที่เป็นจริงตามการรับรู้ของบุคคลที่อยู่ในสถานการณ์นั้น ๆ แล้วนำมาอธิบายปรากฏการณ์อย่างตรงไปตรงมา

คำถามของการวิจัย

1. ประสบการณ์ของการเข้าสู่ภาวะวัยทองของผู้ชายนับตั้งแต่เริ่มรับรู้ว่ามีอาการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับตนเองจนกระทั่งเข้ารับการรักษาจากคลินิกชายวัยทองเป็นอย่างไร
2. จะใช้การศึกษานอกระบบโรงเรียนให้ความรู้ที่เหมาะสมแก่ชายที่เข้าสู่ภาวะวัยทองได้อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาประสบการณ์ตรงของชายที่เข้าสู่ภาวะวัยทองตั้งแต่เริ่มรับรู้การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองจนกระทั่งเข้ารับการรักษาจากคลินิกชายวัยทอง
2. เพื่อเสนอแนะวิธีการให้ความรู้ที่เหมาะสมกับชายที่เข้าสู่ภาวะวัยทองโดยใช้หลักการของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. การวิจัยครั้งนี้จะได้ทราบข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับประสบการณ์ตรงของชายวัยทอง รวมถึงปัญหาและความต้องการได้รับความรู้ ซึ่งจะช่วยให้เกิดความเข้าใจชายวัยนี้ได้ตรงตามมุมมองของชายวัยทองเอง เพื่อนำข้อมูลที่ได้รับไปกำหนดรูปแบบให้ความรู้ที่ถูกต้องและสอดคล้องกับเงื่อนไขและความต้องการที่เป็นปัญหาแท้จริงของชายกลุ่มนี้
2. ได้วิธีการให้ความรู้ที่เหมาะสมกับชายที่เข้าสู่ภาวะวัยทอง

ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่อศึกษาการรับรู้ประสบการณ์ตรงของผู้ชายที่เข้าสู่ภาวะวัยทอง วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์เจาะลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การวิเคราะห์เอกสารและสอบถามบุคคลใกล้ชิดเป็นวิธีการหลัก โดยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการเลือกตัวอย่างเชิงทฤษฎีโดยกำหนดคุณสมบัติเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูลว่าเป็นชายไทยที่เข้ารับการรักษา ในคลินิกชายวัยทองในโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า และมีความยินดีที่จะให้ความร่วมมือในการเล่าประสบการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้นทั้งก่อนและระหว่างเข้ารับการรักษาในคลินิกวัยทองตามลำดับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

2. เสนอแนะวิธีการให้ความรู้ที่เหมาะสมกับชายที่เข้าสู่ภาวะ “วัยทอง” โดยใช้วิธี สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับชายวัยทอง ด้านการแพทย์ และด้านการศึกษานอกระบบโดยให้ ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาข้อมูลจากข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาประสบการณ์ชีวิตของชายวัยทองและ เสนอแนะเนื้อหาและวิธีการให้ความรู้ที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายดังกล่าว

นิยามศัพท์เฉพาะ

วัยทอง หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับชายหรือหญิงด้วยการลดลงของฮอร์โมน เพศหรือฮอร์โมนเพศมีปริมาณน้อย ซึ่งการลดระดับลงนั้น ส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจจน ต้องเข้ารับการรักษา

ชายวัยทอง หมายถึง เพศชายที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และ อารมณ์อัน เนื่องมาจากการพร่องของฮอร์โมนเพศชาย ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ชายที่เข้ารับการรักษาศึกษาในคลินิก ชายวัยทองเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อารมณ์ ซึ่งได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเข้าสู่ ภาวะวัยทองของเพศชาย

ภาวะวัยทอง หมายถึง ภาวะที่เพศชายเกิดการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยกลางคนสืบ เนื่องมาจากการลดลงของฮอร์โมนเพศชาย ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ชายที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิด ขึ้นกับตัวเองด้วยสาเหตุการลดลงของฮอร์โมนเพศชาย หรือฮอร์โมนเพศชาย ซึ่งการลด ระดับลงของฮอร์โมนเพศชายนั้น ส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจจนต้องเข้ารับการรักษาศึกษาใน คลินิกชายวัยทอง

ประสบการณ์ชีวิตของชายวัยทอง หมายถึง สาระข้อมูลจากการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลง ทางร่างกาย อารมณ์ และสังคม ที่ผ่านมาของชายวัยทอง รวมถึงการใช้ชีวิตอยู่กับการเปลี่ยนแปลง ที่เกิดขึ้นกับตนเอง

ปรากฏการณ์ หมายถึง แก่นกลางของความคิด เหตุการณ์ หรือสิ่งที่เกิดขึ้นสามารถ ค้นหาค้นหาได้ด้วยการให้ความคิดรวบยอดข้อมูลทั้งหมด

การถ่ายทอดความรู้ หมายถึง การให้ความรู้แก่ชายวัยทองที่เข้ารับการรักษาศึกษาในคลินิก ชายวัยทองด้วยวิธีการต่าง ๆ คือ

1. การบรรยาย หมายถึง วิธีการให้ความรู้ที่ผู้ถ่ายทอดเป็นศูนย์กลางหรือเป็นหลักใน การดำเนินการถ่ายทอดความรู้

2. การอภิปราย หมายถึง วิธีการให้ความรู้ที่ผู้ถ่ายทอดและผู้รับความรู้ร่วมกันแสดง ความคิดเห็นร่วมกันทั้งกลุ่มเล็กและกลุ่มใหญ่ในหัวข้อหรือปัญหาต่าง ๆ

3. การให้คำปรึกษา หมายถึง วิธีการให้ความรู้โดยการให้แนวทางในการแก้ไขปัญหาแก่ผู้รับความรู้ที่มีปัญหา

4. กรณีศึกษา หมายถึง วิธีการให้ความรู้ในเรื่องหรือสถานการณ์ที่เป็นจริงโดยศึกษาจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ เช่น หนังสือพิมพ์ วิทยุทัศน์ แล้วนำมาวิเคราะห์ อธิบายสรุปแนวคิด

5. การระดมความคิด หมายถึง วิธีการให้ความรู้โดยที่ผู้รับความรู้แต่ละคนจะแสดงความคิดเห็นมีการวิเคราะห์คำตอบและสรุปประเด็น

6. การให้ชมภาพยนตร์ โทรทัศน์ และวิทยุทัศน์ หมายถึง วิธีการให้ความรู้โดยผ่านทางสื่อภาพยนตร์ โทรทัศน์และวิทยุทัศน์

7. การใช้วิธีการแก้ปัญหา หมายถึง วิธีการให้ความรู้โดยการเชิญผู้มีความรู้หรือบุคคลที่เป็นภูมิปัญญาในท้องถิ่นมาให้ความรู้

8. วิธีการเพื่อนสอนเพื่อน หมายถึง วิธีการให้ความรู้โดยให้ผู้รับความรู้นำความรู้มาแนะนำแลกเปลี่ยนกันในกลุ่มที่มีปัญหาโรคเดียวกัน

9. การทำโครงการสุขภาพ หมายถึง วิธีการให้ความรู้โดยผู้รับความรู้วางแผนจัดทำโครงการและลงมือปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้

10. การใช้คำถาม หมายถึง วิธีการให้ความรู้โดยการใช้คำถามนำเพื่อให้ได้คำตอบที่เกิดความรู้แก่ผู้รับ

การปรับตัวของชายวัยทอง หมายถึง การปรับตัวของชายวัยทองแต่ละคนซึ่งมีลักษณะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของบุคคลนั้น ๆ และสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่บุคคลกำลังเผชิญอยู่ การดำเนินชีวิตของชายวัยทองย่อมมีอุปสรรคและความเครียด ดังนั้นชายวัยทองจึงต้องรักษาสุขภาพความสมดุลของชีวิตไว้ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ชายวัยทองเกิดการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเพื่อให้อยู่กับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้อย่างมีความสุข