

การจัดการสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาวะที่ดีของผู้สูงอายุ ตามหลักการสภาพแวดล้อม
สาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้

Environment Management Contributed to Well-being of the Elderly
According to the Accessibility for All Act

ศุภวรรณ ทองแท้¹ และ ดำเกิง อัสวสุนทรานกุล²

Suphawan Thongtae¹ and Damkerng Aswasuntrangkul²

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา^{1,2}

Suan Sunandha Rajabhat University^{1,2}

Email: natnaporn.ae@ssru.ac.th¹

Received: May 14, 2021

Revised: June 29, 2021

Accepted: June 29, 2021

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการจัดการสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาวะที่ดีของผู้สูงอายุ ตามหลักการสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ (Accessibility for All Act) เพื่อรองรับสังคมสูงวัย โดยปัจจัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในอนาคต ทั้งการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม การพัฒนาอย่างก้าวกระโดดของเทคโนโลยี สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป การเปลี่ยนแปลงของสังคมชนบทเข้าสู่สังคมเมือง และอัตราการเกิดทดแทนที่น้อยลง ย่อมส่งผลต่อการเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากรผู้สูงอายุในทุก ๆ ประเทศ ส่วนปัญหาที่จะตามมา คือ การที่ผู้สูงอายุไร้คนดูแล โรคอุบัติใหม่ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของผู้สูงอายุ สภาพสิ่งแวดลอมที่ไม่เหมาะสมและปลอดภัยต่อการใช้ชีวิตประจำวัน จะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพจิตใจและร่างกายผู้สูงอายุ ดังนั้น การหาแนวทางเพื่อสร้างและพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุโดยการจัดการสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ โดยใช้แนวคิดการจัดการสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้มาประยุกต์ใช้ในการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม เป็นมาตรฐานในการจัดการสภาพแวดล้อมและออกแบบสิ่งก่อสร้างในที่อยู่อาศัยและพื้นที่สาธารณะ ซึ่งจะช่วยเพิ่มการเอื้อประโยชน์ต่อทุกคนทุกกลุ่ม โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ ผู้ด้อยโอกาสและผู้พิการ สามารถเข้าถึงและใช้สอยได้อย่างสะดวกและปลอดภัย ผลที่จะตามมา คือ สภาพจิตใจและสุขภาวะที่ดีของผู้สูงอายุ ลดการเกิดอุบัติเหตุและลดอัตราการบาดเจ็บในผู้สูงอายุ ไปจนถึงการลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแล ซึ่งส่งผลให้สังคมสูงวัยเป็นสังคมที่น่ายินดีและปลอดภัยมากยิ่งขึ้น

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ, การจัดการสภาพแวดล้อม, สังคมสูงวัย, สุขภาวะที่ดี, สภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้

Abstract

This academic article aims to study guidelines for environment management contributed to well-being of the elderly according to the Accessibility for All Act: public environment management that everyone can access and utilize: for supporting the aging society. The results concluded that: various factors that will happen in the future including economic and social changes, the rapid development of technology, changing environment, transformation of rural society to urban society and lower replacement birth rates inevitably affect to increase the number of elderly populations in every country, however, the problem that will follow is the lack of care for the elderly, emerging diseases related to elderly health, environmental conditions that are unsuitable and unsafe for daily use, these will affect to change the mental and physical state of elderly, therefore, finding guidelines to create and improve the well-being of the elderly by handling a suitable environment and safety for the elderly, by applying concept related to the Accessibility for All Act in suitable management of environmental health, providing a standard for managing the environment and design buildings in residential and public areas which will benefit everyone and every group, especially the elderly, disadvantaged and disabled people for can be accessed and used easily and safely, the result has been a good mental and well-being of the elderly, reduction the accidents and injury rate in the elderly, and reducing the burden of care costs, in order that, the aging society will become a more livable and safer society.

Keywords: Elderly, Environment Management, Aging Society, Well-Being, Accessibility for All Act

บทนำ

การจัดสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ (Accessibility for All Act: AAA) ถือเป็นประเด็นที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนทุกคนเพื่อรองรับสังคมสูงวัย โดยเริ่มต้นจากอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิคนพิการของสหประชาชาติได้กำหนดให้ประเด็น Accessibility เป็นหลักการพื้นฐานสำคัญที่ส่งเสริมและคุ้มครองสิทธิของคนพิการและผู้ด้อยโอกาส นอกจากนี้ รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ได้ให้ความสำคัญกับประเด็น Accessibility อย่างมาก โดยให้สภาพแวดล้อมสาธารณะหมายถึง อาคารสถานที่ เทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวก เทคโนโลยีสารสนเทศและโทรคมนาคม การสื่อสาร ข้อมูลข่าวสาร บริการ ผลิตภัณฑ์การเดินทาง และการช่วยเหลือที่สมเหตุสมผล เป็นต้น (สำนักกรรมการ 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 2559)

ความสามารถในการเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้จากสิ่งอำนวยความสะดวก (Accessibility) ประกอบด้วย 3 มิติได้แก่ 1) มิติการออกแบบที่เป็นสากล เป็นมิตร และเป็นธรรม เพื่อคนทั้งมวล (Universal Design: UD) เป็นหลักใหญ่ที่ใช้ครอบคลุมทั้งหมดและเป็นอุดมคติ 2) มิติการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกหรือเทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวก





ความสะดวก (Assistive Technology: AT) เป็นหลักเฉพาะที่มาตอบโจทก์เฉพาะกิจ เฉพาะบุคคล หรือเฉพาะกลุ่มคน ทั้งสองอย่างต้องไปคู่กันเสมอทั้งออกแบบที่เป็นสากลและเป็นธรรมและจัดสิ่งอำนวยความสะดวก และ 3) มิติการช่วยเหลือที่สมเหตุสมผล (Reasonable Accommodation: RA) เป็นเรื่องมนุษยต่อมนุษย์เป็นการช่วยเหลืออย่างมีเหตุมีผล (สำนักกรรมการธิการ 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 2562) อย่างไรก็ตาม ประเด็น Accessibility อาจถูกมองว่าเป็นประเด็นเฉพาะกลุ่มคนพิการและผู้สูงอายุ แต่แท้จริงแล้ว เป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับคนทุกกลุ่ม (for All) โดยไม่แบ่งวัยหรือสภาพร่างกาย เนื่องจากตัวชี้วัดสำคัญคือ หากสามารถทำให้พิการและผู้สูงอายุที่ต้องอยู่บนความท้าทายมากกว่าคนทั่วไปสามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากสภาพแวดล้อมได้อย่างเต็มที่แล้ว สำหรับคนทั่วไปก็จะเป็นเรื่องง่าย ดังนั้น ความสำคัญของ Accessibility for All ถือเป็นกุญแจสำคัญในการสร้างสังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันของคนในสังคม จากการที่ทุกคนสามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากสภาพแวดล้อมสาธารณะได้อย่างเท่าเทียมกัน เป็นปัจจัยและเงื่อนไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน (สำนักกรรมการธิการ 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 2559)

ประเด็นการจัดสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ (Accessibility for All Act: AAA) ตามมติของคณะกรรมการสังคม กิจการเด็ก เยาวชน สตรีผู้สูงอายุคนพิการ และผู้ด้อยโอกาส สภานิติบัญญัติแห่งชาติ ได้พิจารณาเห็นว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนทุกกลุ่ม และมีแนวโน้มที่จะได้รับความสนใจสูงขึ้นเรื่อย ๆ เนื่องจากเป็นที่ประจักษ์แล้วว่าไม่ได้เป็นประเด็นเฉพาะกลุ่มคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งแต่เกี่ยวข้องกับทุกคนในสังคม โดยเฉพาะ เด็กเยาวชน สตรีผู้สูงอายุคนพิการ และผู้ด้อยโอกาส โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประเทศไทยกับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัยในปัจจุบันที่กำลังเปลี่ยนผ่านจากสังคมสูงวัย (Aging Society) เป็นสังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เนื่องจากประเทศไทยมีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ขณะที่ประชากรในวัยแรงงานมีแนวโน้มลดลงอย่างรวดเร็วเมื่อเทียบกับประเทศอื่น ๆ ในภูมิภาคอาเซียน (จารีย์ ปิ่นทอง และคณะ, 2561) ดังนั้น จึงเห็นควรให้ศึกษาหลักการว่าด้วยการจัดสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ (Accessibility for All Act : AAA) เพื่อรองรับสังคมสูงวัย เนื่องจากหากไม่มีการจัดการสภาพแวดล้อมสาธารณะที่เอื้อต่อทุกคนทุกกลุ่ม โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส จะทำให้กลายเป็นสังคมสูงวัยที่มีปัญหาต่อการขับเคลื่อนนโยบายในการพัฒนาประเทศในทุกมิติ

สังคมสูงวัย (Aging Society)

ในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา การเปลี่ยนผ่านสู่สังคมสูงวัยในหลายประเทศเกิดขึ้นรวดเร็วกว่าในอดีต โดยประเทศพัฒนาแล้ว เช่น ฝรั่งเศส สวีเดน ออสเตรเลีย สหรัฐอเมริกา แคนาดา สหราชอาณาจักร และญี่ปุ่น เข้าสู่สังคมสูงวัยก่อนประเทศกำลังพัฒนา ขณะที่ประเทศกำลังพัฒนากลับใช้เวลาในการเปลี่ยนผ่านจากสังคมสูงวัย (Aging Society) ไปยังสังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ (Aged Society) น้อยกว่าโดยเฉพาะประเทศแถบเอเชีย (จารีย์ ปิ่นทอง, 2561: 1) ในบริบทสังคมสูงวัยของประเทศไทย กำลังเปลี่ยนผ่านจากสังคมสูงวัยเป็นสังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ จากผลการสำรวจปี พ.ศ. 2561 พบว่า มีจำนวนผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 16.06 ของประชากรทั้งหมด คิดเป็น 10,666,803 คน เป็นชาย 4,715,598 คน และหญิง 5,951,205 คน คิดเป็นผู้สูงอายุชายร้อยละ 44.21 ผู้สูงอายุหญิงร้อยละ 55.79 คน (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2562) เมื่อจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปี ขณะที่ประชากรใน



วัยแรงงานมีแนวโน้มลดลงอย่างรวดเร็วเมื่อเทียบกับประเทศอื่นในภูมิภาคอาเซียน นอกจากนี้ ระดับรายได้ต่อหัว และระดับการศึกษาของไทยยังต่ำกว่าประเทศอื่นที่ได้ก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัย

ผลจากการเปลี่ยนผ่านสู่สังคมสูงวัยของไทยจึงอาจเกิดขึ้นรวดเร็วและรุนแรงกว่าในหลายประเทศ ดังนั้น จึงต้องมีมาตรการและแนวทางเตรียมความพร้อมเพื่อรับมือกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรอบด้านและทันทั่วทั้ง โดยเฉพาะการจัดการด้านสภาพแวดล้อม ถือว่าเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ยังสามารถดำเนินชีวิตอย่างปกติ กลุ่มติดบ้าน และกลุ่มติดสังคม ดังนั้น การจัดการด้านสภาพแวดล้อมภายในบ้าน ได้แก่ แสงสว่างที่มากหรือน้อยเกินไป พื้นลื่น พื้นเปียก ทางต่างระดับ บันไดบ้านไม่มีราวเกาะ หรือมีการจัดวางสิ่งของที่ไม่เป็นระเบียบ ห้องน้ำไม่มีราวจับ รองเท้าไม่เหมาะสม อุปกรณ์ช่วยเหลือการเดินไม่เหมาะสม พรหมเช็ดเท้าลื่นและขาด และสภาพแวดล้อมภายนอก ได้แก่ ทางเดินชำรุด และมีสิ่งกีดขวางทางเดิน อาจเป็นสาเหตุทำให้ผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุหกล้มได้ จากผลการสำรวจ พบว่า สาเหตุหลักที่ทำให้ผู้สูงอายุหกล้มจากสภาพแวดล้อม คือ การสะดุดสิ่งกีดขวางทางเดินร้อยละ 33.8 การลื่นร้อยละ 31.8 เกิดอาการหน้ามืดร้อยละ 14.9 พื้นบ้านที่ต่างระดับร้อยละ 8.6 และตกบันไดร้อยละ 2.9 ส่วนสถานที่ที่ผู้สูงอายุหกล้มคือที่บ้านร้อยละ 59.0 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2562) และยังรวมถึงสุขภาวะทางด้านร่างกายและจิตใจที่มีผลจากสภาพแวดล้อมในปัจจุบัน เช่น การเพิ่มขึ้นของปัญหาด้านมลพิษอากาศ ฝุ่น PM2.5 น้ำเน่าเสีย ปัญหาขยะและสิ่งปฏิกูล การจราจรติดขัด ซึ่งสภาพแวดล้อมเหล่านี้ มีผลต่อสุขภาวะของผู้สูงอายุทั้งสิ้น (นันทวุฒิ จำปางาม, 2562) ดังนั้น การหาแนวทางการจัดการสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมและลดการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งจะช่วยลดอัตราการบาดเจ็บ การพิการซ้ำซ้อนที่ส่งผลต่อการเป็นผู้ป่วยติดเตียงและไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ สภาพจิตใจ ภาวะเครียดในผู้สูงอายุและสมาชิกในครัวเรือน การหาแนวทางที่เหมาะสมกับสถานการณ์ สถานที่ และตัวบุคคลนำมาปรับใช้เพื่อเป็นแนวทางด้านการเสริมสร้างอนามัยสิ่งแวดล้อมรอบตัวผู้สูงอายุ ทั้งสภาพแวดล้อมในบ้าน นอกบ้านพักอาศัย ตลอดจนชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่สามารถปรับใช้ได้ในทุกพื้นที่ได้ เพื่อให้เกิดสุขภาวะที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ และรองรับสังคมผู้สูงวัยในอนาคต

สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ ควรเริ่มตั้งแต่ที่บ้านซึ่งถือว่าเป็นศูนย์รวมสำคัญของคนในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้สูงอายุจะใช้ชีวิตอยู่ที่บ้านเป็นส่วนใหญ่ ทั้งนี้ การปรับปรุงสภาพแวดล้อมบ้านนั้นไม่จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนทั้งหมด เนื่องจากพฤติกรรมการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุมักจะใช้พื้นที่ซ้ำ ๆ เช่น ห้องนอน ห้องครัว ห้องน้ำ เป็นต้น อาจปรับเปลี่ยนเฉพาะพื้นที่บริเวณดังกล่าวให้ง่ายและสะดวกต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ ประการสำคัญ ควรปรับปรุงพื้นที่ที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุลื่นหกล้มของผู้สูงอายุเป็นประจำ (นันทวุฒิ จำปางาม, 2562) นอกจากนี้ ยังสามารถนำแนวคิดการปรับปรุงสภาพแวดล้อมหรือสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมและปลอดภัยไปปรับปรุงพื้นที่สาธารณะซึ่งมีผู้สูงอายุมานั่งเป็นจำนวนมาก เช่น วัด สวนสาธารณะ ตลาด สถานที่ราชการ เป็นต้น

การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมตามแนวคิดโมเดลสภาพแวดล้อมเพื่อการมีชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ มีองค์ประกอบ 4 ประการ ได้แก่ 1) ความผาสุกเชิงจิตวิทยา (Psychological Well-Being) คือการรับรู้และ





ประเมินตนเองของผู้สูงอายุเกี่ยวกับคุณค่าและประสบการณ์ในอดีต เช่น การรับรู้ความสมหวัง การรับรู้ความสุข จากกิจกรรมต่าง ๆ เป็นต้น 2) พฤติกรรมสมรรถนะ (Behavioral Competence) สภาพร่างกายและความสามารถของผู้สูงอายุที่จะทำหน้าที่ต่าง ๆ พฤติกรรมสมรรถนะนี้ จะครอบคลุมการดำเนินชีวิต สุขภาพ การใช้เวลาและพฤติกรรมสังคมผู้สูงอายุ 3) การรับรู้คุณภาพชีวิต (Perceived Quality of Life) ผู้สูงอายุจะรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจต่อสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต เช่น ที่อยู่อาศัย ครอบครัว เพื่อนบ้าน การใช้เวลา เป็นต้น และ 4) สภาพแวดล้อมเชิงประจักษ์ (Objective Environment) ประกอบด้วยสภาพแวดล้อม 5 ด้าน คือ ด้านที่ 1 สภาพแวดล้อมทางด้านกายภาพ ได้แก่ ภูมิประเทศ บรรยากาศ อาคารสถานที่ นอกจากนี้ รายละเอียดสภาพแวดล้อมจะเน้นที่อยู่อาศัย ระบบการคมนาคมขนส่ง และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ เพื่อสนับสนุนให้ผู้สูงอายุอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างผาสุก ด้านที่ 2 สภาพแวดล้อมด้านบุคคล ได้แก่ ครอบครัว เพื่อน บุคลากรสาธารณสุข เป็นต้น ด้านที่ 3 สภาพแวดล้อมด้านกลุ่มบุคคลในสังคมขนาดเล็ก หมายถึง กลุ่มบุคคลในสังคมที่ผู้สูงอายุจะต้องพบปะกันเป็นประจำ ด้านที่ 4 สภาพแวดล้อมในสังคมกลุ่มคนขนาดกลาง หมายถึง กลุ่มบุคคลเดียวกันกับผู้สูงอายุ สิ่งจะต้องพิจารณาเกี่ยวกับการจัดกลุ่ม คือ อายุ ฐานะทางเศรษฐกิจ และเชื้อชาติของกลุ่มที่จะมาร่วมกลุ่มเดียวกัน และด้านที่ 5 สภาพแวดล้อมด้านสังคม หมายถึง ขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมของสังคม ซึ่งนับว่าเป็นสิ่งที่มีผลต่อพฤติกรรมของผู้สูงอายุ (Lawton, 1975)

เห็นได้ว่า สภาพแวดล้อมถือว่าเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ เพราะหากสภาพแวดล้อมไม่เหมาะสม อาจเป็นสาเหตุทำให้ผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุ การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมจะช่วยลดปัญหาต่าง ๆ และยังช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเคลื่อนไหวได้อย่างมั่นใจ ไปจนถึงการลดภาระของผู้ดูแล ทั้งนี้ มาตรฐานบ้านสำหรับผู้สูงอายุ (Residential Home) ที่จำเป็นมี 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) อาคารสถานที่ตั้งควรอยู่ในที่ปลอดภัยและไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ มีเส้นทางคมนาคมที่สามารถเดินเข้าถึงแหล่งชุมชนและสถานพยาบาลได้อย่างสะดวก และจัดแบ่งพื้นที่ใช้สอยอย่างเหมาะสมภายในอาคารหรือบ้านพัก 2) ห้องพักอาศัยของผู้สูงอายุควรมีระดับพื้นทางเข้าห้องพักเสมอกันกับพื้นภายในห้องพักอาศัย ไม่มีธรณีประตู ประตูเข้าบ้านเป็นแบบบานเลื่อนหรือผลักออกภายนอก ห้องพักมีพื้นที่ตั้งแต่ 15 ตารางเมตรขึ้นไป 3) อนามัยสิ่งแวดล้อม บ้านผู้สูงอายุควรมีน้ำสะอาดเพื่ออุปโภคบริโภคตามมาตรฐานคุณภาพน้ำที่ทางราชการกำหนด มีระบบรองรับน้ำเสียจากการใช้อุปโภคบริโภค และมีบำบัดน้ำเสียที่สามารถกักเก็บสิ่งปฏิกูลก่อนจะบำบัดหรือกำจัดสิ่งปฏิกูลให้อยู่ในสภาพที่เหมาะสม และ 4) การจัดการภายในบ้านผู้สูงอายุควรจัดให้มีสิ่งจำเป็น มีการจัดทำรายชื่อและข้อมูลส่วนตัวผู้อาศัย ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ และข้อมูลญาติ จัดระบบการติดต่อและอำนวยความสะดวกหรือช่วยเหลือระหว่างผู้ดำเนินการกับผู้อยู่อาศัย จัดให้มีผู้ดูแลที่มีความรู้ ทักษะ และจิตสำนึกในการดูแลผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง และการจัดการสิ่งแวดล้อมภายในบ้านที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุในบริเวณต่าง ๆ (นันทวุฒิ จำปางาม, 2562)

การจัดการสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ ตามหลักการสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 มาตรา 11 (5) ได้กำหนดว่า ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับความคุ้มครอง การส่งเสริมและสนับสนุนในด้านการอำนวยความสะดวก และความปลอดภัยโดยตรงในอาคาร สถานที่



ยานพาหนะ หรือบริการสาธารณะ ดังนั้น การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ จึงควร ผนวกส่งเสริมและสร้างมาตรการจูงใจให้มีการนำแนวคิดการจัดสภาพแวดล้อมที่ทุกคนสามารถเข้าถึงและใช้ ประโยชน์ได้ (Accessibility for All Act) มาเป็นมาตรฐานในการจัดการสภาพแวดล้อมและออกแบบสิ่งก่อสร้าง โดยเฉพาะในที่อยู่อาศัยและพื้นที่สาธารณะ เพื่อให้ทุกคนสามารถเข้าถึงและใช้สอยได้อย่างสะดวกและปลอดภัย ทั้งผู้สูงอายุ ไปจนถึงผู้พิการ เด็ก และสตรี

ความหมายของการจัดสภาพแวดล้อมที่ทุกคนสามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ ภาษาอังกฤษคือคำว่า Accessibility for All Act หรือ AAA โดย “A” ตัวแรก คือ “Accessibility” หมายถึง การเข้าถึงและใช้ประโยชน์ ได้ “A” ตัวที่สอง คือ “All” หมายถึง ทุกคน และ “A” ตัวที่สาม คือ “Act” ซึ่งมีความหมาย 2 ประการ คือ Act หมายถึง พระราชบัญญัติหรือกฎหมาย และ Act ที่หมายถึง การลงมือทำหรือการทำให้เป็นจริง (สำนักกรรมการ 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 2559)

การจัดสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ มีหลักการสำคัญ 3 ประการ ได้แก่ (1) การออกแบบที่เป็นสากล เป็นมิตร และเป็นธรรมเพื่อคนทั้งมวล (Universal Design: UD) (2) การจัดสิ่ง อำนวยความสะดวกหรือเทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวก (Assistive Technology: AT) และ (3) การอำนวยความสะดวกที่สมเหตุสมผล (Reasonable Accommodation: RA) ทั้งนี้ ยุทธศาสตร์ AAA ถือเป็นประเด็นที่มี ความสำคัญและเป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จต่อการขับเคลื่อนนโยบายในการพัฒนาประเทศในทุกมิติ ทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคม ท้องเที่ยว วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และนวัตกรรม เป็นกุญแจสำคัญในการสร้างสังคมอยู่เย็นเป็น สุขร่วมกัน (Inclusive Society) และสอดคล้องกับบทบัญญัติของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิคนพิการเรื่องความเสมอ ภาคของคนพิการในการเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้จากสภาพแวดล้อม โดยนิยามของ “สภาพแวดล้อม” ในที่นี้ นอกจากจะหมายถึงอาคาร สถานที่ หรือสิ่งที่จับต้องได้เป็นรูปธรรมแล้ว ยังรวมถึงบริการ การสื่อสาร ข้อมูล ข่าวสาร และองค์ความรู้ด้วย (สำนักกรรมการ 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 2562)

สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ถือว่าเป็นส่วนสำคัญสำหรับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เพราะสุขภาวะผู้สูงอายุ มักเกิดจากสภาพสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่อาศัยอยู่ เช่น การเกิดอุบัติเหตุลื่นหกล้มภายในบ้าน เป็นต้น นอกจากนี้ การเกิดอุบัติเหตุนอกบ้านก็มักเกิดขึ้นได้ง่าย เช่น ถนนทางเดิน พื้นต่างระดับ ถนนที่กว้างเกินไป หรือแสงไฟตามทางเดินไม่พอ เป็นต้น การจัดการสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ จึงควร คำนึงถึงความปลอดภัยจากสภาพแวดล้อมภายในบ้านและบริเวณรอบบ้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ ชีวิตประจำวันได้อย่างสะดวกและปลอดภัย ดังต่อไปนี้

1) การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้าน ควรปฏิบัติโดย (1) พื้นบ้าน ควรเป็นพื้นไม้เรียบและไม่ควรเป็นพื้น ขัดมัน เพื่อป้องกันผู้สูงอายุลื่นหกล้ม (2) ห้องนอน ควรจัดอยู่ในพื้นที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้อย่างสะดวก ไม่ร้อนอบอ้าว จนเกินไป (3) ห้องน้ำ ควรมีพื้นเรียบเสมอกัน ไม่ขัดเงา และควรแยกส่วนเปียกและแห้ง (4) สวิตช์เปิด-ปิดไฟ ควรอยู่ในตำแหน่งที่ผู้สูงอายุสามารถเปิดปิดได้สะดวก (5) บันได ควรติดตั้งราวจับทั้งสองด้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุ สามารถเดินขึ้น-ลงได้อย่างสะดวก และบันไดแต่ละขั้นควรมีขนาดความสูงเสมอกัน ไม่ชันจนเกินไป (6) มุมพนักนอน หากบริเวณบ้านมีพื้นที่ว่าง ควรจัดมุมพนักนอนสำหรับผู้สูงอายุ และ (7) สัตกแต่งบ้าน เป็นเรื่องที่ต้องพิจารณาร่วม ด้วย เนื่องจากผู้สูงอายุจะมองเห็นและสามารถแยกความต่างของสีที่คล้ายกันได้ลดลง





2) การจัดสภาพแวดล้อมภายนอกบ้าน ควรปฏิบัติโดย (1) มีการจัดเตรียมพื้นที่หรือสถานที่ เพื่อให้ผู้สูงอายุและสมาชิกกลุ่มต่าง ๆ ได้ประกอบกิจกรรมในชุมชนลักษณะเป็นศูนย์เอนกประสงค์ (2) จัดกลุ่มกิจกรรมที่สอดคล้องกับความถนัดของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัยหรือตามความสนใจ เช่น กลุ่มดนตรีไทย กลุ่มจักสาน กลุ่มช่างไม้ กลุ่มร้องเพลง เป็นต้น (3) จัดเตรียมกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถสอนหรือถ่ายทอดประสบการณ์ความรู้ให้กับสมาชิกที่เป็นกลุ่มเด็กเยาวชนหรือผู้สนใจในชุมชน เพื่อสืบทอดและส่งต่อองค์ความรู้ให้กับอนุชนต่อไป (4) การเตรียมพื้นที่สีเขียวหรือสวนสาธารณะเพื่อรองรับการใช้งานระดับชุมชน เช่น สวนสาธารณะขนาดเล็กกระจายตามจุดต่าง ๆ เพื่อรองรับการใช้งานของผู้สูงอายุในชุมชน (5) มีการออกแบบจุดเชื่อมต่อต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงอายุ เช่น มีทางลาดในจุดต่างระดับ มีราวจับเมื่อเดินระหว่างอาคาร ติดตั้งหลังคาคลุมทางเดินเพื่อป้องกันแดดและฝน เป็นต้น (6) ป้ายสัญลักษณ์เพื่ออำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุและคนพิการ ต้องชัดเจน มองเห็นง่าย ทั้งนี้ ไม่ควรติดตั้งป้ายกีดขวางทางจราจรในกรณีที่ยกดูอ่าน และ (7) ที่จอดรถสำหรับผู้สูงอายุและคนพิการ ต้องเป็นพื้นที่ที่สี่เหลี่ยมผืนผ้า มีความกว้างไม่น้อยกว่า 2.4 เมตร และยาวไม่น้อยกว่า 6 เมตร และต้องจัดให้มีที่ว่างข้างที่จอดรถไม่น้อยกว่า 1 เมตร ตลอดความยาวของที่จอดรถที่ว่างดังกล่าว ต้องมีลักษณะพื้นผิวเรียบ และมีระดับเสมอกับที่จอดรถเพื่อให้สะดวกสำหรับเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุที่นั่งรถเข็น

นอกจากหลักการจัดสภาพแวดล้อมทั้งภายในบ้านและนอกบ้าน การเอื้อประโยชน์ในการเข้าถึงสาธารณะประโยชน์ขั้นพื้นฐานในการใช้ชีวิตประจำวัน มีผลต่อผู้สูงอายุทั้งสิ้น โดยการจัดพื้นที่เฉพาะสำหรับผู้สูงอายุให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในพื้นที่ทางราชการและเอกชน จะช่วยเพิ่มการเอื้อประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ส่งผลต่อสภาพจิตใจและสุขภาพที่ดีอีกด้วย เช่น การสร้างสวนสาธารณะ สถานพยาบาล สถานพักฟื้นและฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ ศาสนสถาน และศาสนกิจให้เอื้อต่อการเข้าถึงสำหรับผู้สูงอายุ โดยการนำหลักแนวคิดมาปรับใช้ในตัวบุคคล และการเข้าถึงบทบาทหน้าที่ที่ดีต่อผู้สูงอายุ จะช่วยลดปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ช่วยทำให้สังคมสูงวัยเป็นสังคมที่น่าอยู่มากขึ้น (นันทวุฒิ จำปางาม, 2562)

สรุป

ปัจจัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในอนาคต ทั้งการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม การพัฒนาอย่างก้าวกระโดดของเทคโนโลยี สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป การเปลี่ยนแปลงของสังคมชนบทเข้าสู่สังคมเมือง และอัตราการเกิดที่น้อยลง ย่อมส่งผลต่อการเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากรผู้สูงอายุในทุก ๆ ประเทศ ส่วนปัญหาที่จะตามมาคือ การที่ผู้สูงอายุไร้คนดูแล โรคอุบัติใหม่ที่เกี่ยวกับสุขภาพผู้สูงอายุ สภาพสิ่งแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมและปลอดภัยต่อการใช้ชีวิตประจำวัน จะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพจิตใจและร่างกายผู้สูงอายุ ดังนั้น การหาแนวทางเพื่อสร้างและพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุโดยการจัดการสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ โดยใช้แนวคิดการจัดการสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้มาประยุกต์ใช้ในการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม เป็นมาตรฐานในการจัดการสภาพแวดล้อมและออกแบบสิ่งก่อสร้างในที่อยู่อาศัยและพื้นที่สาธารณะเพื่อให้ทุกคน โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ผู้ด้อยโอกาสและผู้พิการ สามารถเข้าถึงและใช้สอยได้อย่างสะดวกและปลอดภัย สามารถลดการเกิดอุบัติเหตุและลดอัตราการบาดเจ็บในผู้สูงอายุ ซึ่งจะทำให้สังคมสูงวัยเป็นสังคมที่น่าอยู่และปลอดภัย ทั้งนี้ สอดคล้องกับความสำคัญของประเด็น Accessibility ซึ่งอาจถูกมองว่าเป็นประเด็นเฉพาะกลุ่มคน

พิการและผู้สูงอายุ แต่แท้จริงแล้ว เป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับคนทุกกลุ่ม (for All) โดยไม่แบ่งวัยหรือสภาพร่างกาย เนื่องจากตัวชี้วัดสำคัญคือ หากสามารถทำให้พิการและผู้สูงอายุที่ต้องอยู่บนความท้าทายมากกว่าคนทั่วไปสามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากสภาพแวดล้อมได้อย่างเต็มที่แล้ว สำหรับคนทั่วไปก็จะเป็นเรื่องง่าย ดังนั้น ความสำคัญของ Accessibility for All ถือเป็นกุญแจสำคัญในการสร้างสังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันของคนในสังคม จากการที่ทุกคนสามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากสภาพแวดล้อมสาธารณะได้อย่างเท่าเทียมกัน เป็นปัจจัยและเงื่อนไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2562). *สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย 77 จังหวัด*. สืบค้นเมื่อ 25 เมษายน 2564, จาก http://www.dop.go.th/download/knowledge/th1550973505-153_0.pdf
- จารีย์ ปิ่นทอง และคณะ. (2561). *สังคมสูงวัยกับความท้าทายของตลาดแรงงานไทย*. สืบค้นเมื่อ 25 เมษายน 2564, จาก <https://www.bot.or.th/Thai/MonetaryPolicy/EconomicConditions/AAA/AgePeriodCohort.pdf>
- นันทวุฒิ จำปางาม. (2562). การจัดการอนามัยแวดล้อม: สุขภาวะที่ดีในสังคมสูงวัย. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 13(2), 63-73.
- สำนักกรรมการ 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. (2559). *รายงานผลการพิจารณาศึกษาของคณะกรรมการสังคม กิจการเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้ด้อยโอกาส สภานิติบัญญัติแห่งชาติ เรื่อง การจัดทำสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ (Accessibility for All Act : AAA)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.
- สำนักกรรมการ 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. (2562). *รายงานผลการพิจารณาศึกษา เรื่อง ประเด็นการจัดสภาพแวดล้อมสาธารณะที่ทุกคนเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ (Accessibility for All Act : AAA)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2562). *สถิติการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ*. สืบค้นเมื่อ 25 เมษายน 2564, จาก <http://www.nso.go.th/sites/2014>
- Lawton, M. P. (1975). *Planning and managing housing for older people*. New York: John Wiley & Sons.