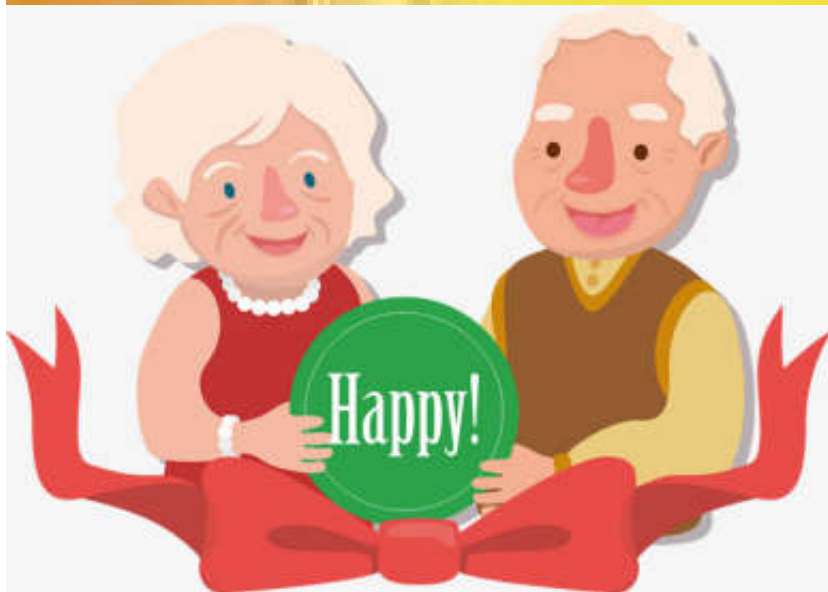


การเตรียมความพร้อม

เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ



สถานการณ์ปัจจุบัน

1. ประเทศต่างๆ เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเร็วขึ้น

2. ผู้สูงวัยไร้เงินออม

3. ลูกหลานไม่มีเงินที่จะดูแลพ่อแม่

4. งบประมาณด้านสุขภาพไม่เพียงพอ

5. ผู้สูงวัยกลายเป็นภาระแถมมองไกล

สังคมกำลังมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น

- เด็กเกิดน้อยลง

- คนอายุยืนขึ้นเพราะเทคโนโลยีทางการแพทย์

นิยามผู้สูงอายุ

60-69

แก่

70-79

แก่มาก

80+

แก่ที่สุด

ปัจจุบัน

60-74	75- 84	85+
แก่น้อย	แก่พอสมควร	แก่มาก

สังคมสูงวัย

มนุษย์ป่า มนุษย์ลุง

ถูกดูถูก

คนมีอคติ

คนเลือกปฏิบัติ

อ่อนด้อยด้านเทคโนโลยี

ถูกทอดทิ้งให้เดียวดาย

คนสูงวัยในที่ทำงาน

- คนไม่ค่อยฟังข้อเสนอของคนอื่น
- ไม่มีโอกาสในการเลื่อนขั้น
- ถูกจ้างให้ออก
- หหมดกำลังใจในการทำงาน
- เกิดปมด้อยจากการกระทำของคนอื่น
และสภาพจิตของตนเอง



ภาพลบบของผู้สูงวัย

เงินเดือนสูง

หยุดการเรียนรู้เพิ่มเติม แก่และเก่า

ไม่ยอมปรับตัว ยึดติดกับการทำงานและการดำเนินชีวิตเดิมๆ

ไม่มีแรงจูงใจที่จะก้าวหน้า หัวโบราณ อนุรักษ์นิยม

สุขภาพกาย สุขภาพใจอ่อนแอ

ภาพบวกของผู้สูงอายุ

วางใจได้มากกว่า

ใส่ใจงานมากกว่า

ไม่ต้องกำกับดูแลมาก

มีความมั่นคงในหน้าที่

ไม่มีสิ่งรบกวนใจในการทำงาน

มีจริยธรรม

ไม่มีกิจกรรมมากมายที่จะทำให้รีบกลับบ้าน



ผู้สูงวัยคือสินทรัพย์ของแผ่นดิน

• Grey
is gold

- ความรู้
- ประสบการณ์
- ความเป็นครู

คนสูงวัยมีได้ไร้ค่า

อายุเกิน 60 หากยังทำงานได้ควรจ้าง

กำหนดให้เกษียณเมื่ออายุ 60

ให้โอกาสในการร่วมกิจกรรมทางสังคม

ผู้สูงวัยยังต้องการทำงาน

เพื่อหาเงินดูแลสุขภาพ

ยังสนุกกับงาน

ไม่มีสิทธิรับค่ารักษาพยาบาล

ต้องดูแลตนเอง

- แรงยิ่งใหญ่

ไฟยังแรง

- สุขภาพดีขึ้นเพราะเทคโนโลยีทางการแพทย์
- ยังต้องการทำงานไม่ให้เหงา
- ยังต้องการเป็นคนมีคุณค่า

ผู้สงวนต้องการคนที่มีความเข้าใจ

พวกเขาต้องการคนที่แสดงความห่วงใย

พวกเขาอยากคนปฏิบัติต่อเขาด้วยความเข้าใจ

พวกเขาคนที่มีความรู้ในการดูแลผู้สงวนที่มีปัญหา

ผู้สูงวัยต้องการความช่วยเหลือใส่ใจเรื่องคุณภาพ

การใส่ใจ

ถามถามไถ่

การดูแลเรื่องยาและ
อาหาร

การสร้างสิ่งอำนวยความสะดวก
เพื่อความสะดวกเพื่อ
สุขภาพ

ปัญหาเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

ความจนเพราะขาดการออม

ไม่มีงานทำอีกแล้ว

สภาพความเป็นอยู่ย่ำแย่

มีการเลือกปฏิบัติจากผู้ให้บริการในหลายภาคส่วน

มีผลต่อสุขภาพจิตทุกอย่างที่ตามมา

วิสัยทัศน์และเป้าหมาย

วิสัยทัศน์

1 ให้ผู้สูงวัยได้มีชีวิตที่มี
คุณภาพด้วยการใช้จ่ายที่
สามารถจัดการได้

2 มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่
เอื้อต่อการเคลื่อนไหวไปใน
ที่ต่างๆของผู้สูงวัย

3 ให้ผู้สูงวัยอยู่อย่างมี
ความสุขด้วยจิตใจที่สบาย
และมีอารมณ์ที่มั่นคง

4. ให้โอกาสผู้สูงวัยในการใช้
ความรู้ ทักษะและ
ประสบการณ์สอนคนรุ่นหลัง

5. ให้โอกาสผู้สูงวัยในการสั่ง
สอนและสนับสนุนลูกหลาน

แก่อายุหลีกเลี่ยงไม่ได้
เป็นไปตามกาลเวลา

แก่ใจหลีกเลี่ยงได้
ด้วยความคิด การ
กระทำ และ
รูปแบบในการใช้
ชีวิต

แก่กายหลีกเลี่ยง
ได้ด้วยการดูแล
สุขภาพ การดูแล
รูปร่างหน้าตาและ
ผิวพรรณ

องค์ประกอบของการใส่ใจผู้สูงอายุ

เงิน

สุขภาพ



ที่อยู่

สวัสดิการ

การคุ้มครองไม่ให้ถูกล่วงละเมิดต่อ
การพัฒนาคุณภาพชีวิต

สิ่งท้าทาย

อายุยืน แต่อยู่แบบคน
ป่วยเรื้อรัง

จะดูแลสุขภาพอย่างไร
ให้อยู่อย่างมีคุณภาพ



หลักการคือ ความมีน้ำใจ

พร้อมที่จะช่วยเหลือผู้สูงอายุ

พร้อมที่จะร่วมมือกับกฎหมาย และกติกาทาสังคม

พร้อมที่จะจัดสรรงบประมาณเพื่อดูแลผู้สูงอายุ

เพื่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงวัย

ต้องมีโครงการเพื่อสุขภาพ

ต้องให้ความสำคัญกับประสบการณ์ผู้สูงวัย

ต้องให้กำลังใจในการสร้างชีวิตและการทำงาน

ผู้สูงอายุต้องได้รับการเอาใจใส่ด้านสุขภาพ

เพราะเจ็บป่วยง่าย

และลูกหลานไม่มีเวลาดูแล

ประเด็นปัญหาด้านสุขภาพ

มักเป็นโรคเรื้อรัง

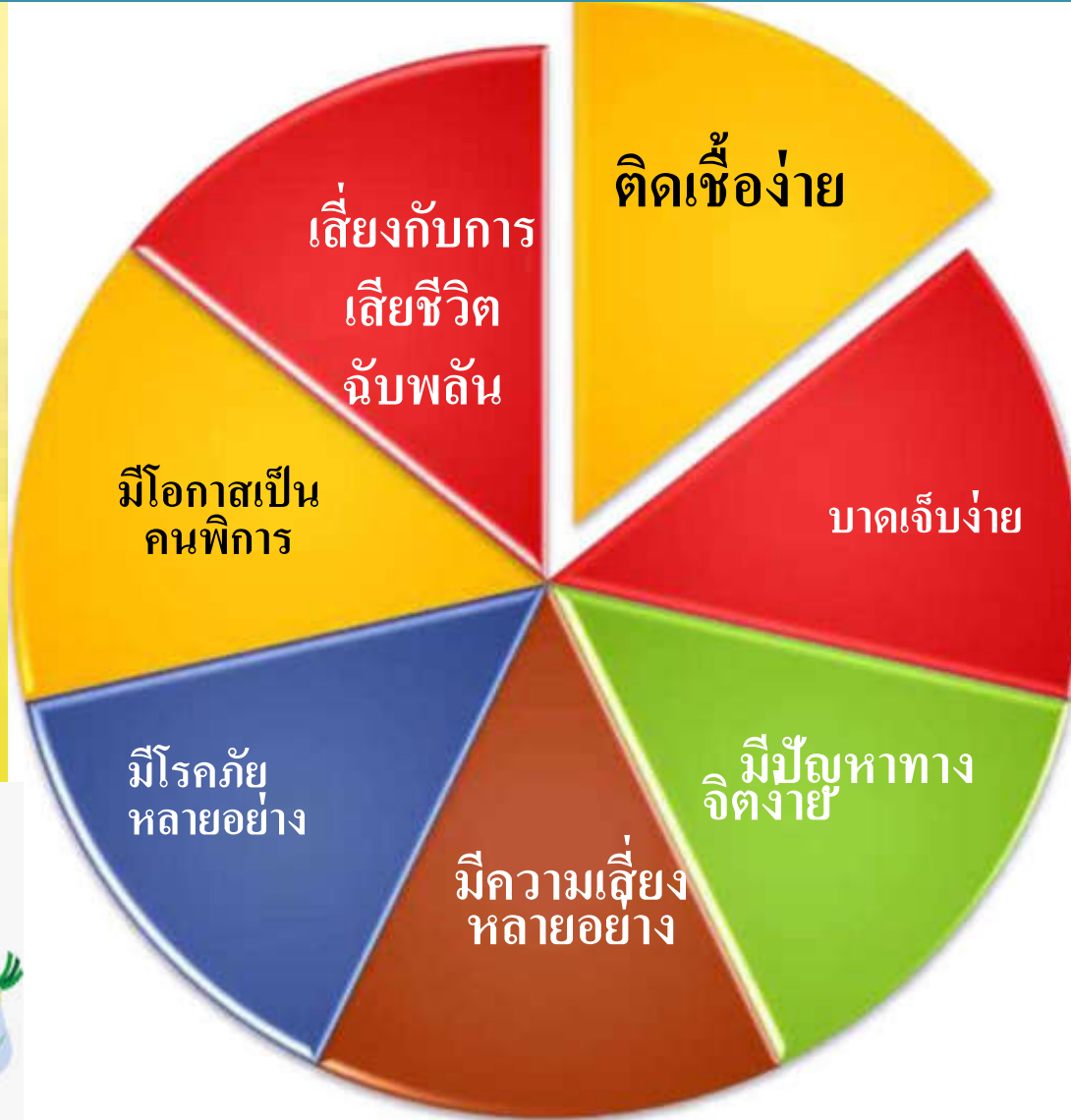
ต้องใช้งบประมาณด้าน
สุขภาพสูง



ปัญหาสุขภาพของผู้สูงวัย



ผู้สูงวัยมีความเสี่ยง



ข้อเสนอแนะองค์กรอนามัยโลก



ปัจเจกชน
(ตัวเอง)

ชุมชน

ความใส่ใจจากจตุรทิศ

ครอบครัว

รัฐบาล

ปัจเจกชน (ตัวเอง)

1. อาหาร
2. ออกกำลังกาย



ปัจเจกชน

3) รูปแบบในการดำเนินชีวิต

4.) สถาบันการเงิน



ครอบครัว



- ดูแลสุขภาพ
- สร้างครอบครัวที่อบอุ่น
- ใส่ใจด้านอารมณ์
- ให้มีส่วนร่วมกิจกรรม
- ให้ความสำคัญ

Family
MATTERS!
SINGAPORE

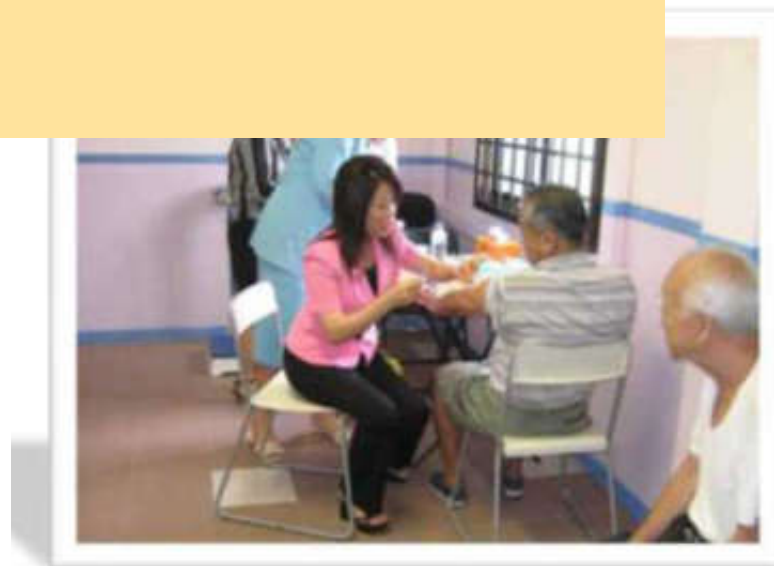
ชุมชน



1. กิจกรรมทางสังคม

2. พื้นที่เพื่อความสะดวก

3. พื้นที่เพื่อการทำกิจกรรม



ชุมชน

ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ

พื้นที่สาธารณะ

สิ่งอำนวยความสะดวก

รัฐบาล

ลดภาษีให้ผู้ที่มีการเลี้ยงดูบุตร

เงินบำนาญที่เพียงพอต่อการยังชีพ

บ้านพักคนชราที่มีการดูแลอย่างมีคุณภาพ

งบประมาณด้านสุขภาพที่เพียงพอ

การออกแบบสถาปัตยกรรมของพื้นที่สาธารณะ

โครงการสำหรับผู้สูงอายุ



ให้ร่วมกิจกรรมใน
องค์กร

ให้ร่วมทำกิจกรรม
ทางสังคม

ป้องกันความเหงา
และซึมเศร้า

แนะนำการกินอาหาร

ให้อยู่ใน
สภาพแวดล้อมที่ดี

การดูแลเรื่องสุขภาพ

แนะนำการ
เคลื่อนไหวอย่าง
ปลอดภัย

ยุติสิ่งเสพติด
ทั้งหลาย

มีโครงการสุขภาพที่
ทุกคนเข้าร่วมได้ง่าย

1.รับมือสังคมผู้สูงอายุ

1.1 หลายประเทศทั่วโลกกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) หรือสังคมที่มีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 7 ของจำนวนประชากรทั้งหมด

1.2 ประชากรโลกจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) ในอีก 35 ปีข้างหน้า โดยจะมีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 14 ของประชากรทั้งหมด

1.3 ประเทศพัฒนาแล้วมีแนวโน้มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเร็วกว่าประเทศกำลังพัฒนา

1.4 สำหรับไทยกำลังเปลี่ยนผ่านจากสังคมผู้สูงอายุไปสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ โดยในขณะนี้ไทยมีประชากรที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไปมากถึงร้อยละ 10 หรือมากกว่า 7 ล้านคน

รับมือสังคมผู้สูงอายุ

1.5 ภายในปี 2583 ประชากรในกลุ่มนี้จะเพิ่มจำนวนเป็น 17 ล้านคน ซึ่งมากกว่า 1 ใน 4 ของประชากรทั้งประเทศ

1.6 ระบุว่าหลังจากปี 2552 ประชากรไทยที่อยู่ในวัยพึ่งพิง (เด็กและผู้สูงอายุ) จะมีจำนวนมากกว่าประชากรในวัยแรงงาน และในปี 2560 จะเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ที่มีประชากรเด็กน้อยกว่าประชากรผู้สูงอายุ



2. สถานการณ์ดังกล่าวเป็นผลมาจาก

2.1 ภาวะเจริญพันธุ์
ที่ลดลงอย่างรวดเร็ว

2.2 การลดลงอย่าง
ต่อเนื่องของระดับการ
ตายของประชากร



3.แนวทางในการรับมือกับสิ่งที่กำลังเกิดขึ้น

3.1 การขยายอายุ
เกษียณ

3.2 การสนับสนุนให้
บริษัทจ้างงานผู้สูงอายุ

3.3 การเพิ่มทักษะและ
การจัดหางานให้
เหมาะสมกับแรงงาน

3.4 การยกระดับ
คุณภาพชีวิตจำเป็นต้อง
วางแผนตั้งแต่เนิ่น ๆ

3.5 การมีส่วนร่วมและ
การประสานงานของ
หน่วยงานต่าง ๆ

4. ประเทศไทยจะต้องเตรียมความพร้อม ทั้งด้าน บุคลากรและระบบ

ปรับปรุงฐานข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุให้ทันสมัย

สร้างหลักประกันด้านสุขภาพและการรักษาพยาบาล

สนับสนุนการดูแลระยะยาว และแก้ปัญหาการขาดแคลนผู้

สร้างหลักประกันด้านรายได้และส่งเสริมการออมเพื่อวัยหลังเกษียณ

ส่งเสริมการทำงานของผู้สูงอายุและขยายกำหนดการเกษียณอายุ

สร้างความเข้มแข็งให้แก่ระบบครอบครัวและชุมชน

5. สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย

5.1 2494 ตราพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญ พ.ศ.2494 เพื่อเป็นหลักประกันด้านรายได้ของข้าราชการเมื่อถึงวัยเกษียณ

5.2 2496 กรมประชาสงเคราะห์สร้างบ้านบางแคให้แก่ผู้สูงอายุที่ถูกละทิ้งหรือยากจน

5.3 2522 กรมประชาสงเคราะห์เปิดศูนย์บริการผู้สูงอายุ

5. สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย

5.4 2525 ตั้งคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ

- จัดทำแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 1 (พ.ศ. 2525-2544)

- มีมติ ครม. เมื่อ 14 ธ.ค. ให้วันที่ 13 เม.ย. ของทุกปีเป็นวัน

ผู้สูงอายุแห่งชาติ

5.5 2540 กำหนดภารกิจของรัฐต่อประชากรสูงอายุไว้เป็นครั้งแรก
ในรัฐธรรมนูญ พ.ศ. 2540 มาตรา 54 และ 80

5. สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย

5.6 2542 ประกาศปฎิญญาผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2542

5.7 2545 จัดทำแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2546)

5.8 2546 ตราพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 มีผลบังคับใช้

1 ม.ค. 2547

5.9 2550 รัฐธรรมนูญพ.ศ.2550 ยังคงบทบัญญัติเกี่ยวกับ
ภารกิจของรัฐต่อประชากรสูงอายุไว้ในมาตรา 53 และ 80 (1)



6 ด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มโรคที่ผู้สูงอายุป่วยมาก 3 อันดับแรก

กลุ่มโรคระบบ
กล้ามเนื้อ เส้นเอ็น
กระดูกและข้อ

กลุ่มโรคระบบ
ทางเดินหายใจ

กลุ่มโรคหัวใจและ
หลอดเลือด



7. ด้านการทำงาน

7.1 ผู้สูงอายุมีแนวโน้มเข้ามามีส่วนร่วมในกำลังแรงงานมากขึ้น ให้เหตุผลว่าต้องทำงานเพื่อเลี้ยงตนเองและครอบครัว ตนยังแข็งแรง ทำงานได้ เป็นอาชีพประจำไม่มีผู้ทำแทน และมีหนี้สิน

7.2 แหล่งรายได้หลักในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ คือ บุตรรายได้จากการทำงานของผู้สูงอายุเอง เงินบำนาญจ้บ้านาญ



8.เราจะเตรียมรับมือกันอย่างไร?

8.1 การปรับปรุงฐานข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุให้ทันสมัยเพื่อที่จะได้ติดตามดูแลอย่างใกล้ชิด และให้ความช่วยเหลือได้อย่างทั่วถึงและตรงกับความต้องการอย่างแท้จริง

8.2 การสร้างหลักประกันด้านสุขภาพและการรักษาพยาบาล ซึ่งยังมีปัญหาเรื่องโรงพยาบาลที่ให้เลิกใช้บริการมีจำกัด และไม่ค่อยได้รับความเชื่อถือด้านคุณภาพการบริการ

8.3 การดูแลระยะยาวและการแก้ปัญหาการขาดแคลนผู้ดูแล ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจและสังคม ทำให้รูปแบบและขนาดของครัวเรือนเปลี่ยนแปลงไป ขณะเดียวกันภาวะ การเจ็บป่วยและพิการของผู้สูงอายุก็มีมากขึ้น ทำให้เกิดปัญหาด้านการดูแลระยะยาว

8.เราจะเตรียมรับมือกันอย่างไร?

8.4 การสร้างหลักประกันด้านรายได้ โดยส่งเสริมการออมเพื่อวัยหลังเกษียณ ผ่านเครื่องมือหรือระบบการออมประเภทต่าง ๆ ได้แก่ กองทุนประกันสังคมกรณีชราภาพ กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ กองทุนรวมหุ้นระยะยาว การประกันชีวิต และกองทุนบำเหน็จบำนาญแห่งชาติ

8.5 การส่งเสริมการมีงานทำของผู้สูงอายุ รวมถึงการขยายเกณฑ์กำหนดเกษียณอายุจาก 60 ปี เป็น 65 ปี เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้และได้ใช้ประสบการณ์และศักยภาพอย่างเต็มที่

8.6 การสร้างเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวและชุมชน เพื่อให้สามารถดูแลปัญหาผู้สูงอายุได้ด้วยตัวเองให้มากที่สุด

9. ประเทศไทยจำเป็นต้องเปลี่ยนความคิด

9.1 เดิมที่เคยมองว่าการที่ประเทศที่มีผู้สูงอายุอยู่เป็นจำนวนมากจะนำไปสู่การสร้างภาระการเงินการคลังในการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ

9.2 ให้ปรับเปลี่ยนมุมมองเสียใหม่โดยสร้างทัศนคติ และค่านิยมที่ดีเกี่ยวกับการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมองเห็นถึงโอกาสทางธุรกิจที่ในอนาคตตลาดกลุ่มผู้สูงอายุเหล่านี้จะกลายเป็นตลาดเป้าหมายสำคัญและจะไม่ใช่เพียงแค่ประเทศไทย

9.3 ต้องมองว่ากลุ่มผู้สูงอายุเหล่านี้แท้จริงแล้วยังคงเป็นกลุ่มคนที่มีคุณค่าโดยในปัจจุบันสังคมไทยยังขาดความยืดหยุ่นเชิงโครงสร้างนโยบายที่เอื้อให้ผู้สูงอายุสามารถคงความกระฉับกระเฉงอย่างทั่วถึงในองค์กรต่าง ๆ ของระบบเศรษฐกิจ

9. ประเทศไทยจำเป็นต้องเปลี่ยนความคิด

9.4 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังคงมีสุขภาพ ความรู้ ความสามารถที่จะทำงานบางอย่างต่อไปได้

9.5 ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่เกษียณแล้วได้ทำงานบางเวลาหรืองานอาสาสมัครที่ภาครัฐควรจ่ายค่าตอบแทนให้บ้าง

9.6 การสร้างพื้นที่การแสดงออกที่ก่อให้เกิดค่าตอบแทนขึ้นมากก็นับว่าเป็นประโยชน์ทั้งต่อตัวผู้สูงอายุเอง ชุมชน และประเทศชาติ

9.7 การจัดเป็นกิจกรรมที่เน้นสร้างคุณค่าไม่ใช่เพราะความสงสาร เนื่องจากผู้สูงอายุเหล่านี้ต้องใช้สมอง ต้องแก้โจทย์ ต้องฝึกฝน ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าเขายังมีประโยชน์กับสังคม

9.8 หากปล่อยร่างกายกับสมองไว้นิ่งๆก็จะยิ่งเสื่อมสภาพรวดเร็ว

10. ข้อเสนอแนะในการรองรับสังคมผู้สูงอายุ

10.1 สร้างโอกาสการจ้างงานและเพิ่มความมั่นคงทางการเงิน ด้วยการสนับสนุนการจ้างงานที่ยืดหยุ่นการศึกษาตลอดชีวิต

10.2 ส่งเสริมการเข้าถึงบริการทางสังคมขั้นพื้นฐานที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้รับความสะดวกสบายและปลอดภัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งบริการด้านสุขภาพสุขภาพที่เข้าถึงง่าย สะดวก และด้านคมนาคมขนส่งที่ควรจะมีเหมาะสมและเป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ

10.3 การกระตุ้นและส่งเสริมให้ มีการสร้างนวัตกรรมเพื่อรองรับ และอำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุอย่างจริงจัง เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองได้ และปลอดภัยจากอุบัติเหตุยามเมื่อต้องอยู่ลำพัง

10. ข้อเสนอแนะในการรองรับสังคมผู้สูงอายุ

10.4 การสร้างการรับรู้ให้กับผู้สูงอายุซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายหลัก รวมทั้งประชาชนทั่วไปเพื่อให้ทราบถึงสิทธิประโยชน์ที่ผู้สูงอายุจะได้รับ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชุมชน ท้องถิ่น

10.5. ส่งเสริมศักยภาพและเพิ่มขีดความสามารถของผู้สูงอายุที่มีความรู้ ความชำนาญ ความเชี่ยวชาญในวิชาชีพสาขาต่างๆ ตลอดจนพื้นที่การ แสดงออกให้กับผู้สูงอายุไม่ว่าจะเป็นด้านนวัตกรรม เทคโนโลยี ดนตรี ศิลปะ กีฬา ภูมิปัญญาท้องถิ่น

10. ข้อเสนอแนะในการรองรับสังคมผู้สูงอายุ

10.6 ส่งเสริมการพัฒนางานวิจัยเปรียบเทียบกรณีศึกษาเรื่องผู้สูงอายุในประเทศต่างๆ ให้มีความทันสมัยทันต่อเหตุการณ์ เพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาวิชาการ นโยบาย และการวิเคราะห์แนวโน้มของอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

10.7 ประชาสัมพันธ์และให้ความรู้เพื่อสร้างความตระหนักถึงการเข้าสู่สังคมสูงอายุ และผลกระทบในด้านต่าง ๆ เพื่อให้สังคมเกิดความพร้อมในทุกมิติทั้งผู้ประกอบการ ตัวบุคคล/แรงงาน ครอบครัว และสถาบันต่าง ๆ



11. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

11.1 ส่งเสริมการทำงานอย่างต่อเนื่องของแรงงานที่มีอายุมากให้สามารถพึ่งตนเองได้

11.2 ส่งเสริมให้ประชาชนมีรายได้เพิ่มขึ้น สร้างโอกาสทางอาชีพให้กับกลุ่มผู้มีรายได้น้อย และ ลดรายจ่ายแก่ประชาชน

11.3 ส่งเสริมสร้างจิตสำนึกการออม

11. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

11.4 เพิ่มประสิทธิภาพกลไกทางการเงิน ในการจัดทำมาตรการส่งเสริมการออม
แตกต่างกัน ตามกลุ่มเป้าหมาย

11.5 พัฒนาระบบบำนาญภาครัฐ เช่น นโยบายลดหย่อนภาษีด้านการสะสมเงิน
สนับสนุน เพิ่มบทบาทสถาบันการเงินเฉพาะกิจของรัฐ เป็นต้น

11.6 การสร้างความเข้มแข็งของโครงข่ายคุ้มครองทางสังคม เพื่อช่วยเหลือกลุ่มที่ไม่
สามารถออมได้ หรือมีการออมต่ำ โดยส่งเสริมให้องค์กรชุมชนจัดสวัสดิการให้
ครอบคลุมประชากรกลุ่มดังกล่าว แทนส่งเสริมการออม

12 แนวนโยบายพื้นฐานแห่งรัฐ

12.1 มาตรา 53 บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับสวัสดิการ สิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะอย่างสมศักดิ์ศรีและความช่วยเหลือ ที่เหมาะสมจากรัฐ

12.2 มาตรา 80 รัฐต้องดำเนินการตามแนวนโยบายด้านสังคม การสาธารณสุข การศึกษา และวัฒนธรรม ต้องสงเคราะห์และจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและพึ่งพาตนเองได้

12.3 จัดให้มีการออมเพื่อการดำรงชีพในยามชราแก่ประชาชนและเจ้าหน้าที่ของรัฐอย่างทั่วถึง

12.4 จัดให้มีเบี้ยยังชีพรายเดือน แบบขั้นบันได สำหรับผู้สูงอายุ

13. นโยบายความมั่นคงของชีวิตและสังคม

13.1 เสริมสร้างให้
ผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิตที่ดี
ขึ้น ด้วยการจัดสิ่งอำนวยความสะดวก
ความสะดวกสาธารณะ
ต่างๆ สำหรับรองรับ
ผู้สูงอายุ

13.2 สร้างความพร้อมใน
การเป็นสังคมผู้สูงอายุ
พัฒนาบริการสุขภาพ
อนามัย

3.3 สนับสนุนให้ผู้สูงอายุ
ร่วมเป็นพลังขับเคลื่อน
สังคมภายใต้หลักคิดที่ว่า
ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มี
ประสบการณ์สูง สมควร
ให้มีส่วนร่วมในการ
พัฒนาบ้านเมือง

14. การสร้างจิตสำนึก

14.1 เพื่อสร้างจิตสำนึกให้คนในสังคมตระหนักถึงผู้สูงอายุใน
ฐานะบุคคลที่มีประโยชน์ต่อสังคม

14.2 เพื่อให้ประชากรทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของการ
เตรียมการและมีการเตรียมการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มี
คุณภาพ

14.3 เพื่อให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีพึ่งตนเองได้มี
คุณภาพชีวิตและมีหลักประกัน

14. การสร้างจิตสำนึก

14.4 เพื่อให้ประชาชน ครอบครัว
ชุมชน องค์กรภาครัฐและเอกชนมี
ส่วนร่วมในภารกิจด้านผู้สูงอายุ



14.5 เพื่อให้มีกรอบและแนวทางปฏิบัติ
สำหรับส่วนต่าง ๆ ในสังคมทั้ง ภาคประชาชน
ชุมชน องค์กรภาครัฐและเอกชนที่ปฏิบัติงาน
เกี่ยวกับผู้สูงอายุ ได้ปฏิบัติงานอย่างประสาน
และสอดคล้องกัน

15. แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ได้จัดแบ่งเป็น 5 ยุทธศาสตร์

15.1 ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ

15.2 ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ

15.3 ยุทธศาสตร์ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ

15.4 ยุทธศาสตร์ด้านการบริการจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้านผู้สูงอายุระดับชาติและการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ

15.5 ยุทธศาสตร์ด้านการประมวลและพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุและการติดตามประเมินผลการดำเนินการ ตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ

16. ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง ส่งเสริม และสนับสนุนตามกฎหมาย

16.1 ทางการแพทย์

16.2 ทางการศึกษา

16.3 การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพ

16.4 การพัฒนาตนเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม

16.5 การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัย

16. ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง ส่งเสริม และสนับสนุนตามกฎหมาย

16.6 การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม

16.7 การยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ

16.8 การช่วยเหลือในกรณีที่ได้รับอันตรายจากการถูกรังแกหรือถูก
แสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมายหรือถูกทอดทิ้ง

16.9 การให้คำแนะนำ ปรีกษา หรือการดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี
หรือในทางแก้ไขปัญหาคกรอบครัว

16.10 การจัดที่พักอาศัย อาหาร และเครื่องนุ่งห่มตามความจำเป็นอย่าง
ทั่วถึง

16. ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง ส่งเสริม และสนับสนุนตามกฎหมาย

- 16.11 การสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามความจำเป็นอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม
- 16.12 การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี
- 16.13 การรับสิทธิทางภาษี
- 16.14 ผู้ที่บริจาคเงินหรือทรัพย์สินให้แก่กองทุนผู้สูงอายุแห่งชาติ มีสิทธินำไปลดหย่อนในการคำนวณภาษีเงินได้หรือได้รับการยกเว้นภาษีสำหรับทรัพย์สินที่บริจาคแล้วแต่กรณี
- 16.15 ผู้ที่อุปการะเลี้ยงดูบุพการีซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับการลดหย่อนภาษีตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่กำหนดในประมวลรัษฎากร

17. ผลกระทบจากการที่ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคม ผู้สูงอายุ

17.1 ผลต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (GDP)

17.2 รายได้ต่อหัวประชากร การออม การลงทุน

17.3 งบประมาณของรัฐบาลและการคลัง

17.4 ผลิตภาพแรงงานและการจ้างงาน

18. สภาพปัญหาจากการเข้าสู่สังคม ผู้สูงอายุของไทย

18.1 ภาระงบประมาณของประเทศ

18.2 แรงงานนอกระบบมีการออมน้อยมาก

18.3 รายได้หลังเกษียณไม่เพียงพอต่อการดำรงชีพ

19. ปัญหาที่พบในผู้สูงอายุ

19.1 ปัญหาทางด้านสุขภาพกาย

19.2 ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ

19.3 ปัญหาทางด้านความรู้

19.4 ปัญหาทางด้านสังคม

19.5 ปัญหาทางด้านจิตใจ

19.6 ปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว

19.7 ปัญหาค่านิยมที่เปลี่ยนแปลง

20. ความต้องการทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ

1. ต้องการมีสุขภาพ
ร่างกายที่แข็งแรง
สมบูรณ์

2. ต้องการมีผู้ช่วยเหลือ
ดูแลอย่างใกล้ชิด

3. ต้องการที่อยู่อาศัยที่
สะอาด อากาศดี
สิ่งแวดล้อมดี

4. ต้องการอาหารการ
กินที่ถูกต้องลักษณะตาม
วัย

5. ต้องการมีผู้ดูแล
ช่วยเหลือให้การ
พยาบาลอย่างใกล้ชิด
เมื่อยามเจ็บป่วย

20. ความต้องการทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ

6. ต้องการได้รับการตรวจสุขภาพ และการรักษาพยาบาลที่สะดวก รวดเร็ว ทันที

7. ต้องการได้รับบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ

8. ความต้องการได้พักผ่อน นอนหลับอย่างเพียงพอ

9. ความต้องการบำรุงรักษาร่างกาย และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

10. ความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

21 ความต้องการทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ

21.1 ผู้สูงอายุจะยึดติดกับความคิด และเหตุผลของตัวเอง การรับรู้สิ่งใหม่ๆ จึงเป็นไปได้ยาก

21.2 การแสดงออกทางอารมณ์ เกี่ยวเนื่องกับการสนองความต้องการของจิตใจ ผู้สูงอายุ จะมีความรู้สึกต่อตนเองในแง่ต่าง ๆ ส่วนใหญ่เป็นความท้อแท้ น้อยใจ โดยรู้ดีว่าสังคม ไม่ให้ความสำคัญกับตนเอง เหมือนที่เคยเป็นมาก่อนทำให้ผู้สูงอายุ มีอารมณ์ไม่มั่นคง การกระทบกระเทือนใจเพียงเล็กน้อย จะทำให้ผู้สูงอายุเสียใจ หงุดหงิดหรือโกรธง่าย

21.3 ความสนใจสิ่งแวดล้อม ผู้สูงอายุจะสนใจสิ่งแวดล้อม เฉพาะที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ และตรงกับความสนใจ ของตนเองเท่านั้น

21 ความต้องการทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ

21.4 การสร้างวิถีดำเนินชีวิตของตนเอง การมีอายุมากขึ้นคือ การ
เข้าใกล้กาลเวลาแห่งการสิ้นสุดของชีวิต การยอมรับสภาพดังกล่าว
ทำให้ผู้สูงอายุบางคน มุ่งสร้างความดีงามให้แก่ตนเองเพิ่มมากขึ้น

21.5 ความผิดปกติทางจิตใจและในวัยสูงอายุ แยกเป็นกลุ่มอาการ
ทางจิต 2 กลุ่มใหญ่ๆ คือ กลุ่มอาการทางจิตเนื่องจากสมองเสื่อม
และกลุ่มอาการผิดปกติด้านจิตใจและอารมณ์

22. ความต้องการทางด้านสังคม

1. ต้องการได้รับความสนใจจากผู้อื่น

2. ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว สังคมและหมู่คณะ

3. ต้องการช่วยเหลือสังคมและมีบทบาทในสังคมตามความถนัด

22. ความต้องการทางด้านสังคม

4. ต้องการการสนับสนุน ช่วยเหลือจากครอบครัว และสังคมทั้งทางด้านความเป็นอยู่รายได้บริการจากรัฐ

5. ต้องการมีชีวิตร่วมในชุมชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนและสังคม

6. ต้องการลดการพึ่งพาคนอื่นให้น้อยลง ไม่ต้องการความเมตตาสงสาร

7. ต้องการการประกันรายได้ และประกันความชราภาพ

23. การปรับตัวและการวางตนของผู้สูงอายุ

1. การวางตนให้
เหมาะสมและเป็น
แบบอย่างที่ดี

2. เป็นที่ปรึกษาแนะนำและ
กำลังใจแก่ลูก หลาน และสมาชิก
ในครอบครัวเมื่อมีปัญหา

3. ช่วยเหลืองานบ้าน
ตามความสามารถ และ
ความถนัด

4. การยอมรับบทบาท
และสถานภาพที่
เปลี่ยนไป

5. การยอมรับและเข้าใจผู้อื่น
ผู้สูงอายุจะต้องยอมรับ และ
ปรับตัวให้สามารถอยู่ร่วมกับ
ลูกหลาน และสมาชิกใน
ครอบครัว ได้อย่างปกติสุข

6. การช่วยเหลือ
ตนเองเท่าที่สามารถ
ทำได้

24. ชีวิตหลังเกษียณ

24.1 ผู้ที่เกษียณอายุ หรือเกษียณอายุแล้วจึงต้องทำใจรับสัจธรรมของชีวิตว่า ชีวิตย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเสมอ ไม่มีอะไรที่เที่ยงแท้แน่นอนตามหลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เรา ย่อมมีความแก่ และความตายเป็นธรรมดา

24.2 ผู้ที่เกษียณหรือผู้ที่เดินทางบนเส้นทางสายที่ 61 อาจจะทำให้ชีวิตหลังเกษียณอายุ เป็นชีวิตที่มีค่า และมีความสุขยิ่งกว่าชีวิตก่อนเกษียณ เพราะชีวิตหลังเกษียณเรามีเวลาเป็นของตนเอง มีเวลาว่างมากกว่าเมื่อยังต้องทำงานราชการ หรือประกอบอาชีพ ทำให้ที่โอกาสได้ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ยิ่งขึ้น โดยอาจจะใช้เวลาในการทำงานที่เราพอใจ ประชาชน สังคม และประเทศชาติ

24. ชีวิตหลังเกษียณ



24.3 แก่อย่างมีค่าชราอย่างมีความสุข ผู้สูงอายุควรรหาผู้สูงอายุ ที่อยู่ในวัยเดียวกันกับตน หรืออยู่ในวัยที่สูงกว่าตน ซึ่งได้ดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า และมีความสุข เป็นตัวอย่าง หรือเป็นแบบฉบับ เพื่อที่ตนจะได้ใช้ชีวิต “แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีความสุข”

24.4 การที่จะไม่ให้เกิดความว้าเหว่ หงอยเหงา จะต้องฝึกจิตให้รู้ทันโลกธรรม และมองชีวิตเหมือนโรงละคร และให้จิตใจมีสิ่งประเล้าประโลมใจ ในสิ่งที่ไม่ผิดศีลธรรมอยู่เสมอ ชีวิตจิตใจถึงจะไม่เกิดว้าเหว่ หงอยเหงา เช่น การทำงานที่ใจรัก ใฝ่ใจในธรรม ในธรรมชาติ ในการกีฬา ในการบริการกายและจิต ในการท่องเที่ยวในศิลปกรรม ในวรรณกรรม ในการสมาคม ในการศึกษาหาความรู้และกระทำความดี ในการบำเพ็ญประโยชน์ ช่วยทุกข์ผู้อื่น

25. ความคาดหวังของผู้รับบริการ ในระบบบริการสุขภาพ

25.1 มีความ
เสมอภาคในการ
เข้าถึงบริการ

25.2
ประสิทธิภาพ

25.3 คุณภาพ

25.4 ต้องการ
ความใส่ใจ
ในทันที



26. สิ่งที่คุณคาดหวังในระบบบริการสุขภาพต้องเติมเต็ม

26.1 มีความเข้าใจในกระบวนการสื่อสาร

26.2 ตระหนักถึงการให้บริการผู้ป่วยด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์

26.3 ตระหนักถึงศักดิ์ศรีของผู้รับบริการและแนวทางยกระดับคุณภาพการบริการ โดยให้ผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง รวมทั้งสิทธิของผู้ป่วย

26.4 เข้าใจกระแสทางด้านสุขภาพของคนในยุคสมัยที่มีความซับซ้อนมากขึ้น มีความรู้ด้านวิทยาการหรือเกี่ยวกับการพยาบาล การดูแลสุขภาพที่ทันสมัย

26.5 รู้เท่าทันและเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางสังคม



The End

