



## บทที่ 4 ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการศึกษา ปัจจัยเสี่ยงของภาวะการเกิดกระดูกสะโพกหักในสตรีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยทั้งหมด 330 คน ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล แบ่งเป็น กลุ่มศึกษาจำนวน 110 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 220 คน ได้ทำการศึกษาและรายงานผลการวิจัยดังต่อไปนี้

### 1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive studies)

- 1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล
- 1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมทางร่างกาย
- 1.3 ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ
- 1.4 ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่ในบ้าน
- 1.5 ข้อมูลเกี่ยวกับการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักในกลุ่มศึกษา

### 2. ผลสรุปของการวิเคราะห์แบบตัวแปรเดียว (Univariate analysis)

- 2.1 หาค่าการเสี่ยง Odds Ratio (OR)
- 2.2 หาค่า 95% CI.RR

## 1. ตารางประกอบบรรยายเชิงพรรณนา

### 1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ผู้วิจัยนำข้อมูลส่วนบุคคลมาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของข้อมูลเป็นรายข้อ ปรากฏผลการวิจัยดังนี้ จากตารางที่ 1

#### 1.1.1 อายุ

กลุ่มศึกษาที่มีอายุมากที่สุดระหว่าง 70-79 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.3 กลุ่มควบคุมที่มีอายุมากที่สุดระหว่าง 70-79 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.4 และกลุ่มศึกษาที่มีอายุน้อยที่สุดระหว่าง 50-59 ปี คิดเป็นร้อยละ 4.5 กลุ่มควบคุมที่มีอายุน้อยที่สุดระหว่าง 50-59 ปี คิดเป็นร้อยละ 9.0 อายุเฉลี่ยของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมระหว่าง  $72 \pm 0.16$  และ  $68 \pm 0.10$  ตามลำดับ

#### 1.1.2 สถานภาพสมรส

กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ หม้าย/หย่า/แยก ร้อยละ 77.2 คู่ร้อยละ 17.3 และโสดร้อยละ 5.5 ส่วนกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ หม้าย/หย่า/แยก ร้อยละ 59.1 คู่ร้อยละ 33.2 และโสดร้อยละ 7.7

#### 1.1.3 ประวัติการศึกษา

กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ไม่ได้เรียนร้อยละ 50 ระดับประถมศึกษาร้อยละ 38.2 ระดับมัธยมศึกษาร้อยละ 8.2 ส่วนน้อยจบการศึกษาระดับปริญญาตรีร้อยละ 1.8 กลุ่มควบคุมส่วนมาก จบการศึกษาระดับประถมศึกษาร้อยละ 51.4 ไม่ได้เรียนร้อยละ 35.0 ระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 10.0 ส่วนน้อยระดับปริญญาโทร้อยละ 0.4

#### 1.1.4 อาชีพในอดีต

กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่มีอาชีพค้าขาย ร้อยละ 29.1 อาชีพทำสวน/ทำนา/ทำไร่ ร้อยละ 22.7 อาชีพทำงานบ้าน ร้อยละ 17.3 อาชีพลูกจ้าง ร้อยละ 17.3 อาชีพรับราชการ ร้อยละ 7.3 และอาชีพกรรมกร ร้อยละ 1.8 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอาชีพค้าขาย ร้อยละ 32.7 อาชีพแม่บ้าน ร้อยละ 20.0 อาชีพทำสวน/ทำไร่/ทำนา ร้อยละ 15.0 อาชีพลูกจ้าง ร้อยละ 14.5 อาชีพกรรมกร ร้อยละ 5.9 และอาชีพรับราชการน้อยที่สุด ร้อยละ 5.5

### 1.1.5 อาชีพปัจจุบัน

กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่อยู่บ้านเฉยๆ ไม่ได้ทำอะไรเลยและทำงานบ้านร้อยละ 31.8 อาชีพค้าขาย ร้อยละ 5.5 อาชีพรับราชการ ร้อยละ 0.9 และทำสวนทำไร่/ทำนา ร้อยละ 0.9 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ทำงานบ้านร้อยละ 40.4 อยู่บ้านเฉยๆไม่ได้ทำอะไรเลย ร้อยละ 32.7 อาชีพค้าขายร้อยละ 17.3 อาชีพรับราชการร้อยละ 0.9

### 1.1.6 สาเหตุส่วนใหญ่ที่เลิกประกอบอาชีพ

พบว่า ปัญหาสุขภาพของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมร้อยละ 50.0 และ 35.9 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังมีสาเหตุอื่นๆ เช่น สามีและบุตรหลาน ให้เลิกทำงานทั้งกลุ่มศึกษาและควบคุม ร้อยละ 30.0 และ 32.7 ตามลำดับ การเกษียณอายุของกลุ่มศึกษา และ กลุ่มควบคุม ร้อยละ 6.4 และ 3.6 ตามลำดับ ทำงานมีรายได้ของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุม ร้อยละ 13.6 และ 27.8 ตามลำดับ

### 1.1.7 รายได้

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ไม่มีรายได้ร้อยละ 80.0 และ 68.6 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาที่มีรายได้จำนวนน้อยที่สุดระหว่าง 8,001-12,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 2.8 กลุ่มควบคุมที่มีรายได้จำนวนน้อยที่สุดระหว่าง 8,001-12,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 4.5 กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีรายได้น้อยกว่า 4,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 10.0 และ 14.6 ตามลำดับ

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมจำแนกตามปัจจัยด้านข้อมูลส่วนบุคคล

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>อายุ (ปี)</u>				
50-59	5	4.5	20	9.0
60-69	27	24.6	90	41.0
70-79	41	37.3	80	36.4
ตั้งแต่ 80 ปีขึ้นไป	37	33.6	30	13.6
Mean $\pm$ SD	72 $\pm$ 0.16		68 $\pm$ 0.10	

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>สถานภาพสมรส</u>				
โสด	6	5.5	17	7.7
คู่	19	17.3	73	59.1
หม้าย/หย่า/แยก	85	77.2	130	33.2
<u>ประวัติการศึกษา</u>				
ไม่ได้เรียน	54	50	77	35.0
ประถมศึกษา	43	38.2	113	51.4
มัธยมศึกษา	10	9.1	22	10.0
อนุปริญญา	1	0.9	2	0.9
ปริญญาตรี	2	1.8	5	2.3
ปริญญาโท	0	0	1	0.4
<u>อาชีพในอดีต</u>				
แม่บ้าน	19	17.3	44	20.0
รับราชการ	8	7.3	12	5.5
รับจ้างทั่วไป	24	21.8	46	20.9
ค้าขาย	32	29.1	72	32.7
ทำสวน/ทำไร่/ทำนา	25	22.7	33	15.0
กรรมกร	2	1.8	13	5.9
<u>อาชีพปัจจุบัน</u>				
ไม่มีงานรับผิดชอบ	61	55.5	72	32.7
แม่บ้าน	35	31.8	89	40.4
รับราชการ	1	0.9	2	0.9
รับจ้างทั่วไป	6	5.4	14	6.4
ค้าขาย	6	5.5	38	17.3
ทำสวน/ทำไร่/ทำนา	1	0.9	5	2.3

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>สาเหตุส่วนใหญ่ที่เลิกประกอบอาชีพ</u>				
ปัญหาสุขภาพ	55	50.0	79	35.9
ปลดเกษียณ	7	6.4	8	3.6
สามีและบุตรหลานทำแทน	33	30.0	72	32.7
ทำงานมีรายได้	15	13.6	61	27.8
<u>รายได้ (บาท / เดือน)</u>				
ไม่มีรายได้	88	80.0	151	68.6
น้อยกว่า 4000	11	10.0	32	14.6
4001 - 8000	4	3.6	15	6.8
8001 - 12000	3	2.8	10	4.5
มากกว่า 12000	4	3.6	12	5.5

## ผลการวิจัยจากตารางที่ 2

### 2.1 ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมทางร่างกาย

#### 2.1.1 ระยะเวลาการเดินทางใน 1 วัน

พบว่า ค่าเฉลี่ยของการเดินใน 1 วัน กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีค่าเท่ากับ  $1.209 \pm 0.039$  ชั่วโมง และ  $1.486 \pm 0.034$  ชั่วโมง ตามลำดับ ระยะเวลาการเดินทางใน 1 วัน ที่มากกว่า 4 ชั่วโมง ของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีร้อยละ 20.9 และ 48.6 ตามลำดับ ระยะเวลาการเดินทางใน 1 วัน ที่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง ของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีร้อยละ 79.1 และ 51.4 ตามลำดับ

#### 2.1.2 ความแข็งแรงของการใช้แรงบีบมือ

พบว่า แรงบีบมือมากที่สุดของกลุ่มศึกษามีค่าน้อยกว่า 10 ถึง 13 กิโลกรัม มีร้อยละ 60.9 และแรงบีบมือน้อยที่สุดของกลุ่มศึกษา มีค่ามากกว่าหรือเท่ากับ 23 กิโลกรัม มีร้อยละ 1.8 ส่วนแรงบีบมือที่มากที่สุดของกลุ่มควบคุมมีค่า เท่ากับ 14 ถึง 22 กิโลกรัม มีร้อยละ 67.3 และแรงบีบมือน้อยที่สุดของกลุ่มควบคุมมีค่าน้อยกว่า 10 ถึง 13 กิโลกรัม มีร้อยละ 14.5

#### 2.1.3 ความแข็งแรงของการใช้กล้ามเนื้อขาส่วนล่าง

พบว่า การเปลี่ยนอิริยาบถจากนั่งเป็นยืน หรือยืนเป็นนั่ง กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ ทำเองได้แต่ค่อนข้างลำบากมีร้อยละ 48.2 และ ส่วนน้อยไม่สามารถทำเองได้เลยมีร้อยละ 0.9 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ทำเองได้อย่างดีมีร้อยละ 64.5 ทำเองได้แต่ค่อนข้างลำบากมีร้อยละ 35.0 ไม่สามารถทำเองได้เลย มีร้อยละ 0.5

#### 2.1.4 การเดินไปมาในบ้าน

พบว่า กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ทำเองได้แต่ค่อนข้างลำบากมีร้อยละ 41.8 ทำเองได้อย่างดีมีร้อยละ 34.6 ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรืออุปกรณ์ช่วยมีร้อยละ 22.7 และไม่สามารถทำเองได้มีร้อยละ 0.9 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ทำเองได้อย่างดีมีร้อยละ 84.1 ทำเองได้แต่ค่อนข้างลำบากมีร้อยละ 11.8 ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรืออุปกรณ์ช่วยมีร้อยละ 3.2 และไม่สามารถทำเองได้เลยมีร้อยละ 0.9

### 2.1.5 การขึ้นลงบันได

พบว่า กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ทำเองได้แต่ค่อนข้างลำบากมีร้อยละ 46.4 ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรืออุปกรณ์ช่วยมีร้อยละ 30.0 ไม่สามารถเองได้เลยมีร้อยละ 13.6 และทำเองได้อย่างดีมีร้อยละ 10.0 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ทำเองได้อย่างดีมีร้อยละ 58.6 ทำเองได้แต่ค่อนข้างลำบากมีร้อยละ 34.5 ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรืออุปกรณ์ช่วยมีร้อยละ 5.1 และไม่สามารถทำเองได้เลยมีร้อยละ 1.8

### 2.1.6 เดินออกนอกบริเวณบ้าน

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ทำเองได้อย่างดี มีร้อยละ 34.5 และ 81.8 ตามลำดับ ทำเองได้แต่ค่อนข้างลำบากมีร้อยละ 23.6 และ 10.9 ตามลำดับ ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรืออุปกรณ์ช่วย มีร้อยละ 29.1 และ ร้อยละ 6.8 ตามลำดับ ทั้งกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมไม่สามารถช่วยตัวเองได้มีร้อยละ 12.8 และ 0.5 ตามลำดับ

### 2.1.7 ยกของหนักเท่ากับหรือมากกว่า 2 กิโลกรัม

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ยกของหนักเลยมีร้อยละ 71.0 และ 78.6 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาที่ยกของหนักไม่บ่อยและบ่อยมากมีค่าเท่ากัน คือ ร้อยละ 14.5 กลุ่มควบคุมที่ยกของหนักไม่บ่อยมีร้อยละ 15.9 และยกของหนักบ่อยมากมีร้อยละ 5.5

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมจำแนกตามปัจจัยกิจกรรมทางร่างกาย

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>ระยะเวลาการเดินใน 1 วัน (ชั่วโมง)</u>				
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 4	87	79.1	113	51.4
มากกว่า 4	23	20.9	107	48.6
Mean $\pm$ SD	1.209 $\pm$ 0.039		1.486 $\pm$ 0.034	

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา จำนวน 110 คน ร้อยละ		กลุ่มควบคุม จำนวน 220 คน ร้อยละ	
<b><u>ความแข็งแรงของการใช้กล้ามเนื้อมือ</u></b>				
<b><u>แรงบีบมือแบ่ง 3 ระดับ หน่วยเป็น กิโลกรัม</u></b>				
น้อยกว่า 13	67	60.9	32	14.5
14 - 22	41	37.3	148	67.3
มากกว่าหรือเท่ากับ 23	2	1.8	40	18.2
<b><u>ความแข็งแรงของการใช้กล้ามเนื้อขาส่วนล่าง</u></b>				
<b><u>การเปลี่ยนอิริยาบถ จากนั่งเป็นยืน</u></b>				
ทำเองได้อย่างดี	41	37.3	142	64.5
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	53	48.2	77	35.0
ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือ				
อุปกรณ์ช่วย	15	13.6	0	0
ไม่สามารถทำเองได้	1	0.9	1	0.5
<b><u>เดินไปมาในบ้าน</u></b>				
ทำเองได้อย่างดี	38	34.6	185	84.1
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	46	41.8	26	11.8
ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือ				
อุปกรณ์ช่วย	25	22.7	7	3.2
ไม่สามารถทำเองได้	1	0.9	2	0.9
<b><u>ขึ้นลงบันได</u></b>				
ทำเองได้อย่างดี	11	10.0	129	58.6
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	51	46.4	76	34.5
ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือ				
อุปกรณ์ช่วย	33	30.0	11	5.1
ไม่สามารถทำเองได้	15	13.6	4	1.8



เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>เดินออกนอกบริเวณบ้าน</u>				
ทำเองได้อย่างดี	38	34.5	180	81.8
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	26	23.6	24	10.9
ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือ อุปกรณ์ช่วย	32	29.1	15	6.8
ไม่สามารถทำเองได้	14	12.8	1	0.5
<u>ยกของหนักเท่ากับหรือมากกว่า 2 กิโลกรัม</u>				
บ่อยมาก	16	14.5	12	5.5
ไม่บ่อย	16	14.5	35	15.9
ไม่ได้ทำเลย	78	71.0	173	78.6

### 3.1 ผลวิจัยจากตารางที่ 3

#### 3.1.1 การออกกำลังกาย

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ออกกำลังกาย ร้อยละ 26.4 และ 46.3 ตามลำดับ โดยกลุ่มศึกษาใช้วิธีการเดิน ร้อยละ 79.5 ระยะเวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้งนาน 15 - 30 นาที ร้อยละ 62.1 ความบ่อยของการออกกำลังกายคือ 5 - 7 ครั้งต่อสัปดาห์ ร้อยละ 62.1 และกลุ่มควบคุมใช้วิธีการเดิน ร้อยละ 58.8 ระยะเวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้งนาน 15 - 30 นาที ร้อยละ 70.6 ความบ่อยของการออกกำลังกายคือ 5 - 7 ครั้งต่อสัปดาห์ ร้อยละ 69.9 ส่วนกลุ่มศึกษาที่ไม่ออกกำลังกายมีร้อยละ 73.6 โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าสุขภาพไม่ดี ร้อยละ 48.2 และกลุ่มควบคุมที่ไม่ออกกำลังกายมีร้อยละ 53.7 โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าไม่มีเวลา ร้อยละ 46.6

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุม จำแนกตามปัจจัยด้านการออกกำลังกาย

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>การออกกำลังกาย</u>				
ออกกำลังกาย	29	26.4	102	46.3
ไม่ออกกำลังกาย	81	73.6	118	53.7
<u>เหตุผลของการไม่ออกกำลังกาย</u>				
ไม่มีเวลา	24	29.6	55	46.6
ขี้เกียจ	4	4.9	12	10.2
ไม่สนใจไม่ชอบ	9	11.1	10	8.5
ไม่เห็นสำคัญ	5	6.2	9	7.6
สุขภาพไม่ดี	39	48.2	32	27.1

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>วิธีการออกกำลังกาย</u>				
การเดิน	23	79.5	60	58.8
รำมวยจีน	3	10.3	15	14.7
บริหารกายท่ามือเปล่า	1	3.4	19	18.6
แอโรบิค	0	0	2	2.0
วิ่งเหยาะ	1	3.4	2	2.0
ถีบจักรยาน	1	3.4	3	2.9
ว่ายน้ำ	0	0	1	1.0
<u>ระยะเวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง</u>				
น้อยกว่า 15 นาที	9	31.0	19	18.6
15 - 30 นาที	18	62.1	72	70.6
31 - 60 นาที	2	6.9	8	7.8
มากกว่า 60 นาที	0	0	3	3.0
<u>ความบ่อยของการออกกำลังกาย ต่อ สัปดาห์</u>				
น้อยกว่า 1 ครั้ง	4	13.8	3	2.9
1 - 2 ครั้ง	4	13.8	12	11.5
3 - 4 ครั้ง	3	10.3	16	15.7
5 - 7 ครั้ง	18	62.1	71	69.9

#### 4.1 ผลวิจัยจากตารางที่ 4

##### 4.1.1 การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

พบว่ากลุ่มศึกษาที่มีความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองได้ คือ อาบน้ำ แต่งตัว จำนวน 110 คน ร้อยละ 100 ทำงานบ้านจำนวน 53 คน ร้อยละ 48.2 รับประทานอาหาร จำนวน 110 คน ร้อยละ 100 นั่ง-ยืนจำนวน 107 คน ร้อยละ 97.3 เดินในบ้านจำนวน 106 คน ร้อยละ 96.4 เดินรอบบ้านจำนวน 83 คน ร้อยละ 75.5 รดน้ำต้นไม้จำนวน 38 คน ร้อยละ 34.5 เลี้ยงหลานจำนวน 13 คน ร้อยละ 11.8 ส่วนกลุ่มควบคุมที่มีความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองได้ คือ อาบน้ำ แต่งตัวจำนวน 220 คน ร้อยละ 100 ทำงานบ้านจำนวน 152 คน ร้อยละ 69.1 รับประทานอาหารจำนวน 220 คน ร้อยละ 100 นั่ง-ยืนจำนวน 219 คน ร้อยละ 99.5 เดินในบ้านจำนวน 217 คน ร้อยละ 98.6 เดินรอบบ้านจำนวน 210 คน ร้อยละ 95.5 เดินออกนอกบ้านจำนวน 173 คน ร้อยละ 78.6 ขึ้น-ลงบันไดจำนวน 161 คน มีร้อยละ 73.2 รดน้ำต้นไม้ จำนวน 86 คน ร้อยละ 39.1 และเลี้ยงหลาน จำนวน 51 คน ร้อยละ 23.2

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมจำแนกตามปัจจัยด้านการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน (ความสามารถในการช่วยเหลือตัวเอง)</u>				
การอาบน้ำ แต่งตัว	110	100	220	100
ทำงานบ้าน	53	48.2	152	69.1
รับประทานอาหาร	110	100	220	100
นั่ง - ยืน	107	97.3	219	99.5
เดินในบ้าน	106	96.4	217	98.6
ขึ้น - ลง บันได	49	44.5	161	73.2
เดินรอบบ้าน	83	75.5	210	95.5
ออกนอกบ้าน	49	44.5	173	78.6
รดน้ำต้นไม้	38	34.5	86	39.1
เลี้ยงหลาน	13	11.8	51	23.2

## ผลวิจัยจากตารางที่ 5

### 5.1 ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ

#### 5.1.1 ความสูง

กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีความสูงมากที่สุดอยู่ระหว่าง 150-159 เซนติเมตร มีร้อยละ 60.0 และ 71.4 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาที่มีความสูงมากกว่าหรือเท่ากับ 160 เซนติเมตร มีร้อยละ 28.2 และน้อยกว่า 150 เซนติเมตร มีร้อยละ 11.8 ส่วนกลุ่มควบคุมที่มีความสูงมากกว่าหรือเท่ากับ 160 เซนติเมตร มีร้อยละ 13.6 และความสูงน้อยกว่า 150 เซนติเมตร มีร้อยละ 15.0 ความสูงเฉลี่ยของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมระหว่าง  $161 \pm 0.058$  และ  $159 \pm 0.036$  ตามลำดับ

#### 5.1.2 ดัชนีความหนาของร่างกาย

กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุม พบว่ามีค่าระหว่าง 20.00 ถึง 24.99 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ร้อยละ 40.9 และ 46.4 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีค่าดัชนีความหนาของร่างกายน้อยกว่า 20.00 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ร้อยละ 37.3 และ ร้อยละ 15.4 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีค่าดัชนีความหนาของร่างกายมากกว่าหรือเท่ากับ 25 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> ร้อยละ 21.8 และร้อยละ 38.2 ตามลำดับ ค่าเฉลี่ยดัชนีความหนาของร่างกายของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมระหว่าง  $22.70 \pm 0.735$  และ  $23.98 \pm 0.302$  ตามลำดับ

ตารางที่ 5 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมจำแนกตามปัจจัยด้านความสูงและดัชนีความหนาของร่างกาย (BMI)

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>ความสูง (เซนติเมตร)</u>				
น้อยกว่า 150	13	11.8	33	15.0
150 - 159	66	60.0	157	71.4
มากกว่าหรือเท่ากับ 160	31	28.2	30	13.6
Mean $\pm$ SD	$161\pm 0.058$		$159\pm 0.036$	

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน 110 คน ร้อยละ		จำนวน 220 คน ร้อยละ	
<u>ดัชนีความหนาของร่างกาย (กิโลกรัม / เมตร<sup>2</sup>)</u>				
น้อยกว่า 20	41	37.3	34	15.4
20.00 - 24.99	45	40.9	102	46.4
มากกว่าหรือเท่ากับ 25	24	21.8	84	38.2
Mean±SD	22.7±0.735		23.98±0.302	

## 6.1 ผลวิจัยจากตารางที่ 6

### 6.1.1 ระดับสายตา

พบว่า กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ระดับสายตาไม่ต้อยอย่างน้อยหนึ่งข้างร้อยละ 66.4 ระดับสายตาปานกลางอย่างน้อยหนึ่งข้างร้อยละ 30.9 และระดับสายตาดีทั้งสองข้างร้อยละ 2.7 ส่วนกลุ่มควบคุมระดับสายตาปานกลางอย่างน้อยหนึ่งข้างร้อยละ 57.7 ระดับสายตาไม่ต้อยอย่างน้อยหนึ่งข้างร้อยละ 30.9 และระดับสายตาดีทั้งสองข้างร้อยละ 11.4

### 6.1.2 การมองเห็นระยะทางประมาณหนึ่งห้อง

พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมองเห็น มีค่าร้อยละ 66.5 และ 78.2 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมองไม่เห็น มีค่าร้อยละ 33.5 และ 21.8 ตามลำดับ

### 6.1.3 ประวัติโรคเรื้อรัง

โรคความดันโลหิตสูง พบว่ากลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมมีร้อยละ 33.6 และ 29.1 ตามลำดับ โรคหัวใจ พบว่า มีค่าเท่ากัน คือร้อยละ 12.7 โรคพาร์กินสัน พบว่า มีค่าเท่ากัน คือร้อยละ 0.9 อาการสับสน มึนงงมีร้อยละ 8.2 และ 3.2 ตามลำดับ โรคข้อเข่าเสื่อม พบว่ามีร้อยละ 9.1 และ 1.4 ตามลำดับ โรคหลอดเลือดทางสมอง พบว่า มีร้อยละ 8.2 และ 10.0 ตามลำดับ โรคไต หรือ นิ่วในไต พบว่า มีร้อยละ 4.5 และ 3.6 ตามลำดับ โรคเบาหวาน พบว่า มีร้อยละ 27.3 และ 16.4 ตามลำดับ โรคเกี่ยวกับกระเพาะอาหารหรือลำไส้ พบว่า กลุ่มศึกษามีร้อยละ 9.1 โรคชัษรอยด์ พบว่า มีร้อยละ 7.3 และ 3.6 ตามลำดับ

## 6.1.4 การใช้ยาระยะเวลา 30 วันก่อนสัมภาษณ์

พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมรับประทานยาสงบประสาทและยานอนหลับ ร้อยละ 18.2 และ 13.4 ตามลำดับ

ตารางที่ 6 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมจำแนกตามปัจจัยเสี่ยงด้านระดับสายตา ประวัติโรคเรื้อรัง และการใช้ยา

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>ระดับสายตา</u>				
ไม่ต้อยอย่างน้อยหนึ่งข้าง 7	73	66.4	68	30.9
ปานกลางอย่างน้อยหนึ่งข้าง	34	30.9	127	57.7
ดีทั้ง 2 ข้าง	3	2.7	25	11.4
<u>การมองเห็นระยะทางประมาณหนึ่งห้อง</u>				
ไม่มี	37	33.5	48	21.8
มี	73	66.5	172	78.2
<u>โรคเรื้อรังที่เป็น คือ</u>				
ความดันโลหิตสูง	37	33.6	64	29.1
หัวใจ	14	12.7	28	12.7
พาร์กินสัน	1	0.9	2	0.9
อาการสับสน มึนงง	9	8.2	7	3.2
ข้อเข่าเสื่อม	10	9.1	3	1.4
หลอดเลือดทางสมอง	9	8.2	22	10.0
ไตหรือนิ่วในไต	5	4.5	8	3.6
เบาหวาน	30	27.3	36	16.4
กระเพาะหรือลำไส้	10	9.1	0	0
ชั้รยอยต์	8	7.3	8	3.6

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน 110 คน ร้อยละ		จำนวน 220 คน ร้อยละ	
<u>การใช้ยา (ระยะเวลา 30 วันก่อนสัมภาษณ์)</u>				
ไม่มี	90	81.8	195	86.6
มี	20	18.2	25	13.4

## 7.1 ผลวิจัยจากตารางที่ 7

### 7.1.1 อายุของการหมกประจำเดือน

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอายุของการหมกประจำเดือนมากกว่าหรือเท่ากับ 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 48.2 และ 50.0 ตามลำดับ รองลงมาคือ อายุระหว่าง 45 ถึง 49 ปี คิดเป็นร้อยละ 30.9 และ 28.6 ตามลำดับ อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 44 ปี คิดเป็นร้อยละ 20.9 และ 21.4 ตามลำดับ

### 7.1.2 การผ่าตัดรังไข่ทั้ง 2 ข้าง

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมเคยได้รับการผ่าตัดรังไข่ทั้ง 2 ข้าง คิดเป็นร้อยละ 8.2 และ 10.5 ตามลำดับ และไม่เคยได้รับการผ่าตัดรังไข่ทั้ง 2 ข้าง คิดเป็นร้อยละ 91.8 และ 89.5 ตามลำดับ

### 7.1.3 การได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมเคยได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน คิดเป็นร้อยละ 5.5 และ 4.5 ตามลำดับ และไม่เคยได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน คิดเป็นร้อยละ 94.5 และ 95.5 ตามลำดับ

### 7.1.4 ระยะเวลาที่ได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมที่ได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจนระยะเวลาเท่ากับหรือน้อยกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 66.7 และ 20.0 ตามลำดับ และระยะเวลาที่มากกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.3 และ 80.0 ตามลำดับ



**ตารางที่ 7** ตารางแสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและควบคุม จำแนกตามปัจจัยเกี่ยวกับการหมกประจำเดือนและการได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>อายุของการหมกประจำเดือน (ปี)</u>				
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 44	23	20.9	47	21.4
45 - 49	34	30.9	63	28.6
มากกว่าหรือเท่ากับ 50	53	48.2	110	50.0
<u>การผ่าตัดรังไข่ทั้งสองข้าง</u>				
ไม่เคย	101	91.8	197	89.5
เคย	9	8.2	23	10.5
<u>การได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน</u>				
ไม่ได้รับ	102	94.5	210	95.5
ได้รับ	6	5.5	10	4.5
<u>ระยะเวลาที่ใช้ฮอร์โมนเอสโตรเจน (ปี)</u>				
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1	4	66.7	2	20.0
มากกว่า 1	2	33.3	8	80.0

## 8.1 ผลวิจัยจากตารางที่ 8

### 8.1.1 การล้้ม (ระยะเวลาภายใน 1ปีก่อนสัมภาษณ์)

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนมากไม่เคยล้้ม ระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 52.7 และ 64.1 ตามลำดับ และเคยล้้มระยะเวลาภายใน 1ปี คิดเป็นร้อยละ 47.3 และ 35.9 ตามลำดับ

### 8.1.2 ประวัติการหักของกระดูก (ระยะเวลาภายใน 1ปีก่อนสัมภาษณ์)

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมที่ไม่เกิดกระดูกหัก มีค่าเท่ากับคิดเป็นร้อยละ 98.2 และกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมที่เกิดกระดูกหัก มีค่าเท่ากับคิดเป็นร้อยละ 1.8

### 8.1.3 ช่วงเวลาที่อยู่ตามลำพัง

พบว่า กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ต้องอยู่คนเดียวตลอดวัน คิดเป็นร้อยละ 45.5 และ มีคนอยู่ด้วยตลอดเวลา คิดเป็นร้อยละ 42.7 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่จะมีคนอยู่ด้วยตลอดเวลา คิดเป็นร้อยละ 57.7 และ ต้องอยู่คนเดียวตลอดวัน คิดเป็นร้อยละ 40.5

### 8.1.4 การใช้บันได (ระยะเวลาประมาณหนึ่งเดือน)

พบว่า กลุ่มศึกษาส่วนใหญ่ไม่มีการใช้บันไดระยะเวลาประมาณหนึ่งเดือน คิดเป็นร้อยละ 52.7 และใช้บันไดระยะเวลาประมาณหนึ่งเดือน คิดเป็นร้อยละ 47.3 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีการใช้บันไดระยะเวลาประมาณหนึ่งเดือน คิดเป็นร้อยละ 60.9 และไม่มีการใช้บันได คิดเป็นร้อยละ 39.1

### 8.1.5 สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับบ้าน

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่อยู่บ้านหรือตึกมากกว่า 2 ชั้น คิดเป็นร้อยละ 78.2 และ 60.9 ตามลำดับ และอาศัยอยู่บ้านหรือตึกชั้นเดียว คิดเป็นร้อยละ 21.8 และ 39.1 ตามลำดับ

ตารางที่ 8 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุม จำแนกตามปัจจัยเกี่ยวกับการหกล้ม การหักของกระดูก และ สภาพแวดล้อมของบ้าน

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>ประวัติการล้ม (ในปีก่อนสัมภาษณ์)</u>				
ไม่มี	58	52.7	141	64.1
มี	52	47.3	79	35.9
<u>ประวัติการหักของกระดูก (ในปีก่อนสัมภาษณ์)</u>				
ไม่มี	108	98.2	216	98.2
มี	2	1.8	4	1.8
<u>ช่วงเวลาที่อยู่ตามลำพัง</u>				
กลางวัน	13	11.8	4	1.8
ตลอดวัน	50	45.5	89	40.5
มีคนอยู่ด้วยตลอดวัน	47	42.7	127	57.7
<u>การใช้บันได (ระยะเวลาประมาณหนึ่งเดือน)</u>				
ไม่ใช้	58	52.7	86	39.1
ใช้	52	47.3	134	60.9
<u>สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับบ้าน</u>				
บ้านหรือตึกชั้นเดียว	24	21.8	86	39.1
บ้านหรือตึกมากกว่า 2 ชั้น	86	78.2	134	60.9

## 9.1 ผลวิจัยจากตารางที่ 9

### 9.1.1 การสูบบุหรี่

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมสูบบุหรี่ คิดเป็นร้อยละ 24.5 และ 16.8 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ คิดเป็นร้อยละ 75.5 และ 83.2 ตามลำดับ ระยะเวลาการสูบบุหรี่ที่น้อยกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 63.0 และ 54.1 ตามลำดับ ระยะเวลาการสูบบุหรี่มากกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.0 และ 45.9 ตามลำดับ

### 9.1.2 การดื่มแอลกอฮอล์

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนมากไม่ดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 80.0 และ 70.5 ตามลำดับ กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมที่ดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 20.00 และ 29.5 ตามลำดับ ระยะเวลาการดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 81.8 และ 69.2 ตามลำดับ ระยะเวลาการดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 18.2 และ 30.8 ตามลำดับ

### 9.1.3 การดื่มกาแฟ

พบว่า กลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ไม่ดื่มกาแฟ คิดเป็นร้อยละ 52.7 และ 50.5 ตามลำดับ และดื่มกาแฟ คิดเป็นร้อยละ 47.3 และ 49.5 ตามลำดับ ระยะเวลาการดื่มกาแฟน้อยกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 73.1 และ 67.9 ตามลำดับ ระยะเวลาการดื่มกาแฟมากกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 26.9 และ 32.1 ตามลำดับ

ตารางที่ 9 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาและกลุ่มควบคุมจำแนกตามปัจจัยเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ และ การดื่มกาแฟ

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>การสูบบุหรี่</u>				
ไม่สูบ	83	75.5	183	83.2
สูบ	27	24.5	37	16.8

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<u>ระยะเวลาการสูบบุหรี่ (ปี)</u>				
น้อยกว่า 20	17	63.0	20	54.1
มากกว่าหรือเท่ากับ 20	10	37.0	17	45.9
<u>การดื่มแอลกอฮอล์</u>				
ไม่ดื่ม	88	80.0	155	70.5
ดื่ม	22	20.0	65	29.5
<u>ระยะเวลาการดื่มแอลกอฮอล์ (ปี)</u>				
น้อยกว่า 20	18	81.8	45	69.2
มากกว่าหรือเท่ากับ 20	4	18.2	20	30.8
<u>การดื่มกาแฟ</u>				
ไม่ดื่ม	58	52.7	111	50.5
ดื่ม	52	47.3	109	49.5
<u>ระยะเวลาการดื่มกาแฟ (ปี)</u>				
น้อยกว่า 20	38	73.1	74	67.9
มากกว่าหรือเท่ากับ 20	14	26.9	35	32.1

## ผลวิจัยจากตารางที่ 10

## 10.1 ข้อมูลเกี่ยวกับการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักในกลุ่มศึกษา

10.1.1 สาเหตุของการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักส่วนใหญ่ พบว่า เกิดจากการลื่นล้ม ร้อยละ 72.8 ขณะกำลังเดินอยู่ ร้อยละ 61.9 ทิศทางการล้มทางด้านหลัง บริเวณห้องนั่งเล่น เป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 27.3 ลักษณะบนพื้นบริเวณที่เกิดกระดูกหักจะแห้ง เป็นซีเมนต์ขัดมันเป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 33.6 เกิดในเวลาประมาณ 06.01 ถึง 18.00 น. ร้อยละ 66.6

ตารางที่ 10 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มศึกษาจำแนกตามปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดภาวะกระดูกสะโพกหัก

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา	
	จำนวน 110 คน	ร้อยละ
<u>สาเหตุของการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหัก</u>		
การลื่นล้ม	80	72.8
ล้มจากถูกกระแทก	9	8.2
หมุน ช้ำย - ขวา	2	1.8
การนวด	2	1.8
ตกบันได	5	4.5
สะดุดล้ม	12	10.9
<u>กิจกรรมที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุ</u>		
กำลังเดิน	68	61.9
กำลังยืน	14	12.7
การนวด	2	1.8
การเปลี่ยนอิริยาบถจากนั่ง-ยืน	20	18.2
กำลังขึ้น-ลง บันได	5	4.5
วิ่ง	1	0.9

เชิงพรรณนา	กลุ่มศึกษา	
	จำนวน 110 คน	ร้อยละ
<u>เวลา</u>		
18.01 - 06.00 น.	40	36.4
06.01 - 18.00 น.	70	66.6
<u>ทิศทางการล้ม</u>		
ด้านหน้า	6	5.5
ด้านหลัง	63	57.3
ด้านข้าง	41	37.2
<u>สถานที่ล้ม</u>		
ห้องนั่งเล่น	30	27.3
บริเวณรอบบ้าน	20	18.2
ห้องน้ำ	17	15.5
ห้องนอน	24	21.8
ห้องครัว	4	3.6
นอกบ้าน	15	13.6
<u>ลักษณะผิวหน้าของพื้น</u>		
เปียก	23	20.9
แห้ง	87	79
<u>ลักษณะของพื้น</u>		
พื้นไม้ธรรมชาติ	11	10.0
พื้นปาร์เก้หรือพื้นไม้ขัดมัน	6	5.5
กระเบื้องยาง	4	3.6
กระเบื้องเซรามิค	19	17.3
ซีเมนต์ขัดมัน	37	33.6
หินอ่อน	11	10.0
ปูนธรรมชาติ	17	15.5
พื้นดิน/หญ้า/ทราย	5	4.5

## การวิเคราะห์แบบตัวแปรเดียว (UNIVARIATE ANALYSIS)

### ผลวิจัยจากตารางที่ 11

#### 11.1 สถานภาพสมรส

สถานภาพหม้าย/หย่า/แยก มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักสูงกว่าสถานภาพคู่ เป็น 2.5 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.2 ระยะเวลาการเดิน (ใน 1 วัน)

การเดินใน 1 วันน้อยกว่าหรือเท่ากับ 4 ชั่วโมง มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักสูงกว่าการเดินใน 1 วันมากกว่า 4 ชั่วโมง เป็น 3.5 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.3 ความแข็งแรงของการใช้กล้ามเนื้อมือ

ผู้ที่มีแรงบีบมือน้อยกว่า 13 กิโลกรัม และ ระหว่าง 14 ถึง 12 กิโลกรัม มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักสูงกว่าผู้ที่มีแรงมากกว่าหรือเท่ากับ 23 กิโลกรัม เป็น 41.8 เท่า และ 5.5 เท่า ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.4 ความสามารถของการใช้กล้ามเนื้อขาส่วนล่าง

การเปลี่ยนอิริยาบถจากนั่งเป็นยืน สามารถทำเองได้ค่อนข้างลำบาก มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักมากกว่าการเปลี่ยนอิริยาบถจากนั่งเป็นยืน สามารถทำเองได้ดี เป็น 2.3 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.5 การเดินไปมาในบ้าน

พบว่า ผู้ที่ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก หรือผู้ที่ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรืออุปกรณ์ช่วยเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่ทำเองได้อย่างดี เป็น 8.6 เท่า และ 17.3 เท่า ตามลำดับ และมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.6 การขึ้นลงบันได

พบว่า ผู้ที่ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก หรือผู้ที่ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรืออุปกรณ์ช่วยหรือไม่สามารถทำเองได้เลย เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่ทำเองได้อย่างดี เป็น 7.8 เท่า 35.1 เท่า และ 43.9 เท่า ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ



### 11.7 การเดินออกนอกบ้าน

พบว่า ผู้ที่เดินออกนอกบ้านเองได้ค่อนข้างลำบากหรือผู้ที่ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือไม่สามารถทำเองได้เลย มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักมากกว่าผู้ที่เดินออกนอกบ้านได้อย่างดี เป็น 5.1 เท่า 10.1 เท่า และ 66.3 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

#### 11.8 การทำงานบ้าน

พบว่า ผู้ที่ทำงานบ้านไม่ได้ มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักสูงกว่าผู้ที่ทำงานบ้านได้ เป็น 2.4 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.9 เดินรอบบ้าน

สรุปว่า ผู้ที่เดินรอบบ้านเองไม่ได้ เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่เดินรอบบ้านเองได้อย่างดี เป็น 6.8 เท่า และมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.10 ออกนอกบ้าน

พบว่า ผู้ที่ไม่สามารถออกนอกบ้านด้วยตนเองได้ เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่สามารถออกนอกบ้านด้วยตนเอง เป็น 4.5 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.11 การเลี้ยงหลาน

สรุปว่า ผู้ที่ไม่สามารถดูแลเลี้ยงเด็กเล็กอายุ ตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 5 ปีได้ เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหัก เป็น 2.2 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.12 การออกกำลังกาย

สรุปว่า ผู้ที่ไม่ออกกำลังกายในปัจจุบันมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักมากกว่า ผู้ที่ออกกำลังกาย เป็น 2.3 เท่า และมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.13 การยกของหนัก

พบว่า ผู้ที่ยังคงยกของหนักอยู่ในช่วงปัจจุบันนี้ เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่ไม่ยกของหนักเลย มีปัจจัยเสี่ยงเป็น 2.9 เท่า และมีนัยสำคัญทางสถิติ



#### 11.14 ความสูง

พบว่า ความสูงมากกว่าหรือเท่ากับ 160 เซนติเมตร เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหัก เท่ากับ 2.6 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับความสูงน้อยกว่า 150 เซนติเมตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.15 ดัชนีความหนาของร่างกาย

ผู้ที่มีค่าดัชนีความหนาของร่างกาย น้อยกว่า 20 กิโลกรัม ต่อ เมตร<sup>2</sup> เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหัก เท่ากับ 4.2 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่มีค่าดัชนีความหนาของร่างกาย มากกว่าหรือเท่ากับ 25 กิโลกรัม ต่อ เมตร<sup>2</sup> อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.16 การมองเห็นระยะทางประมาณหนึ่งห้อง

พบว่า ผู้ที่มองไม่เห็นหรือจำคนรู้จักไม่ได้ระยะทางประมาณหนึ่งห้อง มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักมากกว่าผู้ที่มองเห็นหรือจำคนรู้จักได้ระยะทางประมาณหนึ่งห้อง เป็น 1.8 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.17 ระดับสายตา

ระดับสายตาไม่ถึงอย่างน้อยหนึ่งข้าง เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหัก เท่ากับ 8.9 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับระดับสายตาดีทั้งสองข้าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.18 โรคข้อเข่าเสื่อม

ผู้ที่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อม มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักมากกว่าผู้ที่ไม่เป็นโรคข้อเข่าเสื่อม เท่ากับ 7.2 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.19 โรคเบาหวาน

โรคเบาหวาน เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหัก เท่ากับ 1.9 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับไม่เป็นโรคเบาหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 11.20 โรคกระเพาะอาหารหรือลำไส้

พบว่า โรคกระเพาะอาหารหรือลำไส้ มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักมากกว่าผู้ที่ไม่เป็นโรคกระเพาะอาหารหรือลำไส้ เท่ากับ 3.2 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### 11.21 การได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน

ระยะเวลาการได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1 ปี มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกระดูกสะโพกหักสูงกว่าไม่ได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน เท่ากับ 7.2 เท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 11 แสดงปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดภาวะกระดูกสะโพกหักในสตรีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป แบบการวิเคราะห์ตัวแปรเดียว

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>ข้อมูลส่วนบุคคล</u>				
<u>สถานภาพสมรส</u>				
โสด	5.5	7.7	1.3	0.47 - 3.90
หม้าย/หย่า/แยก	77.2	33.2	2.5	1.41 - 4.46*
คู่	17.3	59.1	1.0	Reference
<u>อาชีพในอดีต</u>				
ระดับเบา	24.6	25.5	0.7	0.41 - 1.46
ระดับปานกลาง	50.9	53.6	0.8	0.46 - 1.49
ระดับหนัก	24.5	20.9	1.0	Reference
<u>ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมทางร่างกาย</u>				
<u>ระยะเวลาการเดินใน 1 วัน (ชั่วโมง)</u>				
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 4	79.2	51.4	3.5	2.10 - 6.08*
มากกว่า 4	20.9	48.6	1.0	Reference

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>ความแข็งแรงของการใช้กล้ามเนื้อ (กิโลกรัม)</u>				
น้อยกว่า 13	60.9	14.5	41.8	9.52 - 184.18*
ตั้งแต่ 14 - 22	37.3	67.3	5.5	1.28 - 23.89*
มากกว่าหรือเท่ากับ 23	1.8	18.2	1.0	Reference
<u>ความแข็งแรงของการใช้กล้ามเนื้อขาส่วนล่าง</u>				
<u>การเปลี่ยนอิริยาบถจาก นั่งเป็นยืน</u>				
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	48.2	35.0	2.3	1.43 - 3.84*
ไม่สามารถทำเองได้	0.9	0.5	3.4	0.20 - 55.79
ทำเองได้อย่างดี	37.3	64.5	1.0	Reference
<u>การเดินไปมาในบ้าน</u>				
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	41.8	11.8	8.6	4.75 - 15.60*
ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือ				
อุปกรณ์ช่วย	22.7	3.2	17.3	7.01 - 43.10*
ไม่สามารถทำเองได้	0.9	0.9	2.4	0.21 - 27.53
ทำเองได้อย่างดี	34.6	84.1	1.0	Reference
<u>การขึ้นลงบันได</u>				
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	46.4	34.5	7.8	3.86 - 16.01*
ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือ				
อุปกรณ์ช่วย	30.0	5.1	35.1	14.03 - 88.1*
ไม่สามารถทำเองได้	13.6	1.8	43.9	12.43 - 155.52*
ทำเองได้อย่างดี	10.0	58.6	1.0	Reference

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>การเดินทางออกนอกบริเวณบ้าน</u>				
ทำเองได้ค่อนข้างลำบาก	23.6	10.9	5.1	2.66 - 9.88*
ต้องมีผู้ช่วยเหลือหรือ				
อุปกรณ์ช่วย	29.1	6.8	10.1	4.98 - 20.47*
ไม่สามารถทำเองได้	12.8	0.5	66.3	8.46 - 519.64*
ทำเองได้อย่างดี	34.5	81.8	1.0	Reference
<u>การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน</u>				
<u>การนั่ง - ยืน</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	2.7	0.5	6.1	0.63 - 59.7
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	97.3	99.5	1.0	Reference
<u>การทำงานบ้าน</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	51.8	30.9	2.4	1.50 - 3.84*
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	48.2	69.1	1.0	Reference
<u>การเดินทางในบ้าน</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	3.6	1.8	2.7	0.60 - 12.41
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	96.4	98.2	1.0	Reference
<u>ขึ้นลงบันได</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	55.5	26.8	3.3	2.10 - 5.48*
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	44.5	73.2	1.0	Reference
<u>เดินรอบบ้าน</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	24.5	4.5	6.8	3.16 - 14.73*
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	75.5	95.5	1.0	Reference

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>ออกนอกบ้าน</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	55.5	21.4	4.5	2.79 - 7.51*
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	44.5	78.6	1.0	Reference
<u>รดน้ำต้นไม้</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	65.5	60.9	1.2	0.75 - 1.95
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	34.5	39.1	1.0	Reference
<u>เลี้ยงหลาน</u>				
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้	88.2	76.8	2.2	1.16 - 4.34*
ช่วยเหลือตัวเองได้ดี	11.8	23.2	1.0	Reference
<u>การออกกำลังกาย</u>				
ไม่เคย	73.6	53.7	2.3	1.41 - 3.83*
เคย	26.4	46.3	1.0	Reference
<u>ระดับความหนักของการออกกำลังกาย</u>				
ระดับเบา	44.7	13.8	2.1	0.91 - 5.24
ระดับหนัก	7.2	21.4	1.1	0.22 - 6.15
ระดับปานกลาง	48.1	64.8	1.0	Reference
<u>การยกของหนัก</u>				
บ่อยมาก	14.5	5.5	2.9	1.33 - 6.54*
ไม่บ่อย	14.5	15.9	2.9	1.74 - 4.87*
ไม่ได้ทำเลย	71.0	78.6	1.0	Reference

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ</u>				
<u>ความสูง (เซนติเมตร)</u>				
ตั้งแต่ 150 - 159	60.0	71.4	1.06	0.52 - 2.15
มากกว่าหรือเท่ากับ 160	28.2	13.6	2.6	1.16 - 5.92*
น้อยกว่า 150	11.8	15.0	1.0	Reference
<u>ดัชนีมวลกายของร่างกาย (กิโลกรัม / เมตร<sup>2</sup>)</u>				
น้อยกว่า 20.00	37.3	15.4	4.2	2.22 - 8.02*
ตั้งแต่ 20.00 - 24.99	40.9	46.4	1.5	0.87 - 2.73
มากกว่าหรือเท่ากับ 25.00	21.8	38.1	1.0	Reference
<u>ระดับสายตา</u>				
ไม่ต้อยอย่างน้อยหนึ่งข้าง	66.4	30.9	8.9	2.58 - 30.98*
ปานกลางอย่างน้อยหนึ่งข้าง	30.9	57.7	2.23	0.63 - 7.83
ดีทั้งสองข้าง	2.7	11.4	1.0	Reference
<u>การมองเห็นระยะทางประมาณหนึ่งห้อง</u>				
ไม่เห็น	33.5	21.8	1.8	1.09 - 3.02*
เห็น	66.5	78.2	1.0	Reference
<u>ประวัติโรคเรื้อรัง</u>				
<u>โรคความดันโลหิตสูง</u>				
เป็น	33.6	29.1	1.2	0.75 - 2.01
ไม่เป็น	66.4	70.9	1.0	Reference
<u>โรคหัวใจ</u>				
เป็น	12.7	12.7	1.0	0.50 - 1.98
ไม่เป็น	87.3	87.3	1.0	Reference

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>โรคพาร์กินสัน</u>				
เป็น	0.9	0.9	1.0	0.08 - 11.15
ไม่เป็น	99.1	99.1	1.0	Reference
<u>อาการสับสน มึนงง</u>				
เป็น	8.2	3.2	2.7	0.98 - 7.48
ไม่เป็น	91.8	96.8	1.0	Reference
<u>โรคข้อเข่าเสื่อม</u>				
เป็น	9.1	1.4	7.2	1.94 - 26.8*
ไม่เป็น	90.9	98.6	1.0	Reference
<u>โรคหลอดเลือดทางสมอง</u>				
เป็น	8.2	10.0	0.8	0.35 - 1.80
ไม่เป็น	91.8	90.0	1.0	Reference
<u>โรคไตหรือนิ่วในไต</u>				
เป็น	4.5	3.6	1.2	0.40 - 3.95
ไม่เป็น	95.5	96.4	1.0	Reference
<u>โรคกระเพาะอาหารหรือลำไส้</u>				
เป็น	9.1	0	3.2	2.72 - 3.76*
ไม่เป็น	90.9	100	1.0	Reference
<u>โรคเบาหวาน</u>				
เป็น	27.3	16.4	1.9	1.10 - 3.32*
ไม่เป็น	72.7	83.6	1.0	Reference



ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>โรคชัวยรอยต์</u>				
เป็น	7.3	3.6	2.1	0.28 - 5.13
ไม่เป็น	92.7	96.4	1.0	Reference
<u>การช้ยาใน 30 วันก่อนสัมภาษณ์</u>				
มี	18.2	11.4	1.7	0.19 - 3.28
ไม่มี	81.8	86.6	1.0	Reference
<u>อายุของการหมตประจำเดือน (ปี)</u>				
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 44	30.9	21.4	0.9	0.47 - 1.73
ตั้งแต่ 45 - 49	30.9	28.6	0.8	0.52 - 1.51
มากกว่าหรือเท่ากับ 50	48.2	50.0	1.0	Reference
<u>การผ่าตัดรังไข่ทั้ง 2 ข้าง</u>				
ไม่ได้รับ	91.8	89.5	1.3	0.58 - 2.93
ได้รับ	8.2	10.5	1.0	Reference
<u>การได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจน</u>				
ไม่ได้รับ	94.5	95.5	2.5	0.55 - 11.94
ได้รับ	5.5	4.5	1.0	Reference
<u>ระยะเวลาที่ใช้ฮอร์โมนเอสโตรเจน (ปี)</u>				
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1	66.7	20.0	7.2	1.94 - 26.85*
มากกว่า 1	33.3	80.0	1.0	Reference
<u>ประวัติการล้ม (ใน 1 ปีก่อนสัมภาษณ์)</u>				
เคยล้ม	47.3	35.9	1.6	1.00 - 2.54
ไม่เคยล้ม	52.7	64.1	1.0	Reference

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>ประวัติกระดูกหัก (ใน 1 ปีก่อนสัมภาษณ์)</u>				
เคยหัก	1.8	1.8	1.0	0.18 - 5.54
ไม่เคยหัก	98.2	98.2	1.0	Reference
<u>ช่วงเวลาที่อยู่ตามลำพัง</u>				
ตลอดวัน	45.5	40.5	1.5	0.93 - 2.45
มีผู้ดูแลตลอด	42.7	57.7	1.0	Reference
<u>การใช้บันได (ใน 1 เดือนก่อนสัมภาษณ์)</u>				
ใช้	47.3	60.9	0.5	0.93 - 2.45
ไม่ใช้	52.7	39.1	1.0	Reference
<u>สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับบ้าน</u>				
บ้านหรือตึกมากกว่า 2 ชั้น	78.2	60.9	1.1	0.65 - 1.96
บ้านหรือตึกชั้นเดียว	21.8	39.1	1.0	Reference
<u>การสูบบุหรี่</u>				
สูบ	24.5	16.8	1.6	0.91 - 2.81
ไม่สูบ	75.5	83.2	1.0	Reference
<u>ระยะเวลาของการสูบบุหรี่</u>				
มากกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	37.0	45.9	1.3	0.51 - 3.39
น้อยกว่า 20 ปี	63.0	54.1	1.0	Reference
<u>การดื่มแอลกอฮอล์</u>				
ดื่ม	20.0	29.5	0.5	0.34 - 1.03
ไม่ดื่ม	80.0	70.5	1.0	Reference

ตัวแปร	case(n=110) %	control(n=220) %	OR	95% CIRR
<u>ระยะเวลาการดื่มแอลกอฮอล์</u>				
มากกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	81.8	30.8	0.5	0.14 - 1.66
น้อยกว่า 20 ปี	1.8	69.2	1.0	Reference
<u>การดื่มกาแฟ</u>				
ดื่ม	47.3	49.5	0.9	0.57 - 1.44
ไม่ดื่ม	52.7	50.5	1.0	Reference
<u>ระยะเวลาการดื่มกาแฟ</u>				
มากกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	26.9	32.1	0.7	0.37 - 1.62
น้อยกว่า 20 ปี	73.1	67.9	1.0	Reference

\* Statistical significance at  $\alpha = 0.05$