

แนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ
ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา*
Guidelines For Enhancing the Quality of Life of Elderly
Prisoners in Mueang District, Songkhla Province

อุ๋นใจ กาสา และสีบพงศ์ สุขสม

Aunjai Kasa and Suebphong Suksom

มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น, ประเทศไทย

Western University, Thailand

Corresponding Author, E-mail: 6586010009@western.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา 2) ศึกษาการบริการและการสงเคราะห์ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา 3) ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา 4) ศึกษาแนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เป็นการศึกษาวิจัยผสมผสานวิธี ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 185 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้การวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญเป็นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรง จำนวน 15 คน โดยเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึกและการสนทนากลุ่ม และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า ปัจจัยด้านอาหาร ด้านเครื่องนุ่งห่ม ด้านการรักษาโรคและด้านเรือนนอน โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งมีข้อจำกัดในด้านการจัดสรรสิ่งจำเป็นพื้นฐาน

2. การบริการและการสงเคราะห์ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีปัจจัยในด้านอัตราค่าเลี้ยงเจ้าหน้าที่ หลักสูตรการอบรมวิชาชีพ การจัด

*ได้รับบทความ: 23 เมษายน 2568; แก้ไขบทความ: 18 ธันวาคม 2568; ตอรับตีพิมพ์: 3 กุมภาพันธ์ 2569

Received: April 23, 2025; Revised: December 18, 2025; Accepted: February 3, 2026



สวัสดิการ กีฬาและนันทนาการ บริการสุขภาพ ด้านสภาพร่างกายและจิตใจ และสภาพแวดล้อม ตามลำดับ

3. คุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ในด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านร่างกาย ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านจิตใจ ตามลำดับ

4. แนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มี 5 แนวทาง ได้แก่ 1) แนวทางการปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกและสภาพแวดล้อมในเรือนจำ 2) แนวทางการพัฒนาการดูแลสุขภาพและบริการทางการแพทย์ 3) แนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตและสร้างกิจกรรมนันทนาการ 4) แนวทางการสร้างโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาทักษะ และ 5) แนวทางการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวและสังคม

คำสำคัญ: การยกระดับคุณภาพชีวิต; ผู้ต้องขังสูงอายุ; เรือนจำ; จังหวัดสงขลา

Abstract

The research aims were: 1) to study the four basic factors for the livelihoods of elderly inmates in the prison of Mueang District, Songkhla Province; 2) to examine the services and welfare provided to elderly inmates in the prison of Mueang District, Songkhla Province; 3) to assess the quality of life of elderly inmates in the prison of Mueang District, Songkhla Province; and 4) to explore approaches to enhance the quality of life of elderly inmates in the prison. This mixed-methods study involved 185 elderly inmates as the quantitative population. The research instruments included questionnaires. Data analysis employed frequency, percentage, mean, and standard deviation. Key informants involved in the qualitative phase totaled 15, selected purposively. Instruments used were in-depth interviews and focus group discussions, analyzed through content analysis.

The research findings revealed that:

1. The four fundamental livelihood factors for elderly inmates in the prison of Mueang District, Songkhla Province, food, clothing, medication, and sleeping accommodations were generally at a moderate level, with limitations in the allocation of necessities.

2. The services and welfare for elderly inmates in the prison of Mueang District, Songkhla Province, were also at a moderate level. Factors included staff-to-inmate ratio, vocational training programs, welfare arrangements, sports and recreation, health services, physical and mental conditions, and the environment.



3. The overall quality of life of elderly inmates in the prison of Mueang District, Songkhla Province was high, with social relationships ranking highest, followed by physical, environmental, and psychological aspects.

4. There are five approaches to enhance the quality of life of elderly inmates in the prison of Mueang District, Songkhla Province: 1) improving facilities and the prison environment; 2) developing healthcare and medical services; 3) promoting mental health and recreational activities; 4) creating opportunities for learning and skill development; and 5) encouraging family and social participation.

Keywords: Improving quality of life; Elderly prisoners; Prisons; Songkhla Province

1. บทนำ

จากสถิติของกรมราชทัณฑ์ระหว่างปี พ.ศ. 2563-2566 พบว่าจำนวนผู้ต้องขังสูงอายุในประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยส่วนใหญ่เป็นเพศชาย แม้จะมีการปล่อยตัวเมื่อพ้นโทษตามกฎหมาย แต่จำนวนผู้ต้องขังสูงอายุยังคงเพิ่มขึ้น ความผิดที่พบมากที่สุดคือคดียาเสพติด โดยเฉพาะในผู้ต้องขังหญิงซึ่งมากกว่าร้อยละ 90 เกี่ยวข้องกับคดียาเสพติด อันมีสาเหตุจากข้อจำกัดทางเศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังพบความผิดในคดีลักทรัพย์และคดีเกี่ยวกับชีวิตและร่างกายซึ่งมักเกิดจากปัญหาครอบครัวหรือความขัดแย้งในชุมชน สำหรับพื้นที่จังหวัดสงขลา พบว่าคดีที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังสูงอายุส่วนใหญ่ ได้แก่ คดียาเสพติด ฆาตกรรม ช่มชู้ พยายามฆ่า ลักทรัพย์ ฉ้อโกง และยักยอก ทั้งนี้ การเพิ่มขึ้นของผู้ต้องขังสูงอายุส่วนหนึ่งเป็นผลจากนโยบายการลงโทษคดียาเสพติดที่เข้มงวด ส่งผลให้ผู้ต้องขังต้องรับโทษเป็นระยะเวลาอันยาวนานและมีโอกาสได้รับการลดหย่อนโทษน้อย ทำให้หลายรายกลายเป็นผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำในที่สุด (กรมราชทัณฑ์, 2567)

ผู้ต้องขัง หมายถึง บุคคลที่ถูกขังไว้ในทัณฑสถานตามกฎหมายไทย เช่น นักโทษเด็ดขาด คนต้องขัง คนฝาก หรือนักโทษพิเศษ (กฤษณพงศ์ พุทธระกูล และเสกสรรค์ เครือคำ, 2562) การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังสูงอายุของกรมราชทัณฑ์ของประเทศไทย ซึ่งเป็นหน่วยงานหลักในกระบวนการยุติธรรมที่มีบทบาทหน้าที่ในการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดให้เป็นไปตามคำพิพากษาของศาล โดยการควบคุมตัวผู้กระทำผิดไว้ในเรือนจำและทัณฑสถานและดำเนินการอบรมแก้ไขและฟื้นฟูสภาพจิตใจให้ผู้กระทำผิดเหล่านี้กลับตัวเป็นคนดีและพร้อมที่จะมีโอกาสในการกลับมาใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติสุขเมื่อพ้นโทษออกไป (สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, 2556) ตามข้อกำหนด มาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง ค.ศ. 1957 เป็นการเน้นนโยบายการฟื้นฟูแก้ไขผู้ต้องขังทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองกลับตัวเป็นคนดีหลังพ้นโทษออกไป ทั้งนี้ตามบัญญัติมาตรฐานขั้นต่ำแห่ง



องค์การสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง ค.ศ. 1957 ข้อ 65 ที่ว่า การปฏิบัติต่อบุคคล ซึ่งถูกพิพากษาลงโทษจำคุกหรือมาตรการอื่นที่คล้ายคลึงกัน ย่อมมีวัตถุประสงค์เท่าที่ระยะเวลาที่กำหนดโทษจะอำนวยให้เพื่อปลูกฝังบุคคลดังกล่าวให้มีความตั้งใจที่จะปฏิบัติตามกฎหมาย ประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองได้ ภายหลังจากการปลดปล่อย จึงควรจะมีวิธีการปฏิบัติในทำนองส่งเสริมให้บุคคลเหล่านี้บังเกิดความรู้สึกเคารพตนเองและพัฒนาความรู้สึกรับผิดชอบมากขึ้น (UNODC, n.d.)

ส่วนงานราชทัณฑ์ได้ดำเนินการตามข้อกำหนดดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตาม ยังไม่สามารถปฏิบัติให้เป็นไปตามมาตรฐานขั้นต่ำตามหลักสากลได้ครบถ้วน เนื่องจากข้อจำกัดหลายประการ ได้แก่ งบประมาณที่มีจำกัด การขาดแคลนบุคลากรเมื่อเทียบกับจำนวนผู้ต้องขังที่เพิ่มขึ้น พื้นที่เรือนจำที่จำกัด และอัตราส่วนเจ้าหน้าที่ต่อผู้ต้องขังที่ไม่สมดุล ส่งผลให้การบริหารจัดการและการดูแลผู้ต้องขัง โดยเฉพาะผู้ต้องขังสูงอายุ มีข้อจำกัดในการจัดสภาพแวดล้อมและการดูแลที่เหมาะสม ทั้งด้านอาหาร กิจกรรมการออกกำลังกาย และที่พักซึ่งมักต้องพักรวมกับผู้ต้องขังวัยอื่นจนเกิดความแออัด สภาพดังกล่าวอาจส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจของผู้ต้องขังสูงอายุให้เกิดความท้อแท้และสิ้นหวัง นอกจากนี้ เรือนจำยังต้องเผชิญภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพของผู้ต้องขังสูงอายุที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะโรคเรื้อรังที่พบได้บ่อย เช่น โรคกระดูกข้ออักเสบ ความดันโลหิตสูง โรคระบบทางเดินหายใจ โรคหัวใจ และโรคเบาหวาน จึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการจัดสรรงบประมาณและระบบการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น (Regoli & Hevitt, 2009)

เรือนจำในจังหวัดสงขลา มีผู้ต้องขังสูงอายุเพิ่มขึ้นเนื่องจากเป็นกลุ่มเปราะบาง ขาดครอบครัวดูแล และมีโรคเรื้อรังพื้นฐาน เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และเสียงโรคหัวใจหลอดเลือด (เพ็ญศิริ อุตถาวงศ์, 2567, หน้า 104-113) ได้ประสบกับปัญหาการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องและส่วนใหญ่เป็นผู้ต้องขังที่ทำผิดซ้ำ คดีส่วนใหญ่ยาเสพติด ฆ่า ช่มชู้ กระทบช้ำเรา พยายามฆ่า ลักทรัพย์ ฉ้อโกง ยักยอก พรบ.ป่าไม้ ความผิดต่อตำแหน่งราชการ โดยการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ เรือนจำจึงร่วมโรงพยาบาลสงขลา จัดโครงการ โรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ และพัฒนาสงขลาโมเดล เพื่อดูแลสุขภาพผู้ต้องขังอย่างต่อเนื่อง ซึ่งหากไม่ได้รับการปฏิบัติที่เหมาะสม จะส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำ ผู้ต้องขังสูงอายุในจังหวัดสงขลา มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น (กรมราชทัณฑ์, 2567)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาแนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุให้ดีขึ้น โดยมุ่งเน้นให้ผู้ต้องขังสูงอายุมีสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ คลายความวิตกกังวล มีอายุยืนจนกระทั่งกลับไปสู่ครอบครัวที่แวดล้อมไปด้วยบุตรหลานและใช้เวลาทบทวนตนเองในสิ่งที่ทำไป สามารถถ่ายทอดประสบการณ์ที่ดีให้แก่ลูกหลานและสามารถกลับคืนสู่สังคมเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพไม่เป็นภาระของสังคมต่อไป



2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
2. เพื่อศึกษาการบริการและการสงเคราะห์ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
3. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
4. เพื่อศึกษาแนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมผสานวิธี ประกอบด้วย การวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) โดยดำเนินการทั้งการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพร่วมกัน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและสามารถอธิบายประเด็นการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุได้อย่างรอบด้าน ในส่วนของการวิจัยเชิงปริมาณ ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ต้องขังสูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปในเรือนจำเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวนทั้งสิ้น 185 คน โดยครอบคลุมผู้ต้องขังสูงอายุจากเรือนจำจำนวน 4 แห่ง ได้แก่ เรือนจำจังหวัดสงขลา จำนวน 47 คน เรือนจำกลางสงขลา จำนวน 99 คน ทัดทสสถานบำบัดพิเศษสงขลา จำนวน 14 คน และทัณฑสถานหญิงสงขลา จำนวน 25 คน (กรมราชทัณฑ์, 2568) สำหรับการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากผู้ที่มีความรู้ ความเชี่ยวชาญ และมีประสบการณ์เกี่ยวข้องกับการบริหารและการปฏิบัติงานด้านผู้ต้องขัง รวมทั้งหน่วยงานภายนอกที่มีบทบาทในการสนับสนุนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุ จำนวน 15 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ ผู้บริหารเรือนจำ จำนวน 4 คน ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำ จำนวน 8 คน และเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานภายนอก จำนวน 3 คน

ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก และนำข้อมูลที่ได้นำประกอบกับผลการวิจัยเชิงปริมาณ จากนั้นจัดการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) กับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อร่วมกันพิจารณาและยืนยันผลการวิจัย ตลอดจนสังเคราะห์ข้อเสนอเชิงแนวทางในการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยมีผู้เข้าร่วมการสนทนากลุ่มรวมทั้งสิ้น จำนวน 15 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและสามารถอธิบายประเด็นการวิจัยได้อย่างรอบด้าน สำหรับการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยพัฒนาขึ้นจากการกำหนดนิยามศัพท์และองค์ประกอบของตัวแปรตามกรอบแนวคิดการวิจัย แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 5 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1



ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 7 ข้อ ตอนที่ 2 ปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุ ในเรือนจำอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 16 ข้อ ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านการบริการและการสงเคราะห์ของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 35 ข้อ ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 20 ข้อ และตอนที่ 5 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากผู้ตอบแบบสอบถาม

ในส่วนของการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยจัดทำแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง จำนวน 3 ฉบับ เพื่อใช้กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญแต่ละกลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้บริหารเรือนจำ กลุ่มผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำ กลุ่มเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานภายนอก เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับแนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ

3. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือวิจัย ดำเนินการพัฒนาเครื่องมือวิจัยทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพอย่างเป็นระบบ เพื่อให้เครื่องมือมีความถูกต้องและน่าเชื่อถือ ในส่วนของการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามตามกรอบแนวคิดการวิจัย และนำเสนอแบบสอบถามต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของเนื้อหา ก่อนนำไปประเมินความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ผลการตรวจสอบพบว่าค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ของข้อคำถามอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 จากนั้นผู้วิจัยได้ปรับปรุงแก้ไขข้อความให้มีความชัดเจนตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ และนำแบบสอบถามที่ผ่านการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำอำเภอนาทวี จังหวัดสงขลา จำนวน 35 คน เพื่อตรวจสอบความชัดเจนของภาษาและความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม โดยวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) (1990) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.965 แสดงว่าแบบสอบถามมีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูงและสามารถนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้

สำหรับการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้จัดทำแบบสัมภาษณ์เชิงลึกและนำเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของประเด็นคำถาม ก่อนนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูล นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลด้วยการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) โดยเปรียบเทียบข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกในแหล่งข้อมูลที่แตกต่างกัน ทั้งด้านช่วงเวลา สถานที่ และบุคคล เพื่อพิจารณาความสอดคล้องของข้อมูล หากข้อมูลที่ได้จากแหล่งต่างๆ มีความสอดคล้องกัน จึงนำมาสรุปและใช้ประกอบการวิเคราะห์ผลการวิจัยต่อไป

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล ทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ในระเบียบวิธีวิจัย สำหรับการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จากนั้นดำเนินการแจกแบบสอบถามแก่กลุ่มตัวอย่าง และตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้



รับคืน ก่อนนำข้อมูลมาจัดหมวดหมู่และเตรียมสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

ในส่วนของการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยประสานงานและขอความร่วมมือจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญเพื่อขอสัมภาษณ์อย่างเป็นทางการ ระหว่างการสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้จัดบันทึกข้อมูลและบันทึกเสียงการสนทนา จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาถอดเทปและเรียบเรียงเนื้อหา เพื่อนำไปใช้ในการวิเคราะห์และสังเคราะห์ผลการวิจัยต่อไป

5. การวิเคราะห์ข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อค้นพบที่สามารถอธิบายประเด็นการวิจัยได้อย่างครอบคลุม สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ผู้วิจัยใช้สถิติเชิงพรรณนาในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เพื่อนำเสนอข้อมูลทั่วไปและระดับความคิดเห็นของผู้ต้องขังสูงอายุเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตในเรือนจำ

ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกมาถอดความและจัดหมวดหมู่เนื้อหา จากนั้นทำการวิเคราะห์เชิงพรรณนา โดยสังเคราะห์และตีความข้อมูลที่ได้ให้มีความเชื่อมโยงกัน ก่อนนำมาสรุปเป็นประเด็นสำคัญและรายงานผลการวิจัยต่อไป

4. สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง แนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำในอำเภอเมืองจังหวัดสงขลา สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 160 คน คิดเป็นร้อยละ 86.49 โดยมีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี จำนวน 167 คน คิดเป็นร้อยละ 90.27 สะท้อนให้เห็นว่า กลุ่มผู้ต้องขังสูงอายุส่วนใหญ่เป็นผู้ชายวัยเกษียณ มีสถานภาพสมรส จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 55.68 ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ประถมศึกษา จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 44.86 ในแง่ของรายได้ พบว่า ผู้ต้องขังสูงอายุ มีรายได้ไม่พอใช้ / มีหนี้สิน จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 56.76 นอกจากนี้ ผู้ต้องขังสูงอายุส่วนใหญ่ เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 67.03 และเป็นกลุ่มที่มีผู้ดูแลหลังพ้นโทษ จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 84.86

2. ปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า ผลการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพมีความสอดคล้องกัน โดยผลการวิจัยเชิงปริมาณชี้ให้เห็นว่าปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขัง อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงคุณภาพที่ระบุถึงข้อจำกัดในด้านการจัดสรรสิ่งจำเป็นพื้นฐาน เช่น ความต้องการอาหารที่มีโภชนาการเหมาะสม การจัดหาเสื้อผ้าที่เพียงพอ การเข้าถึงยารักษาโรคและการจัดสภาพแวดล้อมของเรือนนอน โดยพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้ความสำคัญกับอาหารและยาเป็นพิเศษ เมื่อเปรียบเทียบกับปัจจัยอื่นๆ ในขณะเดียวกัน ปัญหาด้านเรือนนอน



และเครื่องนุ่งห่มที่ไม่เพียงพอ ปัจจัยเหล่านี้มีค่าเฉลี่ยต่ำกว่าด้านอื่น ซึ่งชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นในการปรับปรุงปัจจัย 4 เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ

3. การบริการและการสงเคราะห์ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า ผลการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพมีความสอดคล้องกันในหลายมิติ การบริการและการสงเคราะห์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีปัจจัยสำคัญที่ได้รับคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ อัตรากำลังเจ้าหน้าที่ ขณะที่หลักสูตรการอบรมวิชาชีพและกีฬาและนันทนาการได้รับการประเมินในระดับใกล้เคียงกัน โดยเน้นถึงความสำคัญของปัจจัยต่างๆ ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขัง เช่น การดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจที่เหมาะสม การจัดสวัสดิการที่ตรงความต้องการและการจัดกิจกรรมกีฬาและนันทนาการที่ช่วยบรรเทาความเครียดและเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขัง นอกจากนี้ ยังชี้ถึงความจำเป็นของการปรับปรุงสภาพแวดล้อมในเรือนจำ การอบรมวิชาชีพ การปรับหลักสูตรให้เหมาะสมกับผู้ต้องขังสูงอายุหรือผู้มีข้อจำกัดทางร่างกายจะช่วยเพิ่มโอกาสในการพัฒนาทักษะและเตรียมความพร้อมในการกลับคืนสู่สังคม

4. คุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า โดยรวมคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่ได้รับคะแนนสูงสุด คือ สัมพันธภาพทางสังคม รองลงมา คือ ด้านร่างกาย ด้านสิ่งแวดล้อมและด้านจิตใจ ผู้ต้องขังสูงอายุเผชิญกับปัญหาด้านร่างกายและใจอย่างต่อเนื่อง เช่น การขาดการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมและการขาดการสนับสนุนด้านจิตใจ ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต โดยเฉพาะในด้านร่างกายและสุขภาพใจ แต่ยังมีปัญหาที่ต้องได้รับการปรับปรุงในด้านจิตใจของผู้ต้องขัง ซึ่งชี้ให้เห็นว่า ผู้ต้องขังสูงอายุมีความเสี่ยงต่อการโดดเดี่ยวจากการขาดการติดต่อกับครอบครัวและเพื่อน ผู้ต้องขังสูงอายุมีสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับมาก โดยมีการช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่และเพื่อนร่วมเรือนจำในการเสริมสร้างความสัมพันธ์และเพิ่มคุณภาพชีวิตในด้านสิ่งแวดล้อม พบปัญหาความไม่เหมาะสมของสิ่งอำนวยความสะดวกและการขาดการปรับปรุงสถานที่ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ซึ่งส่งผลกระทบต่อความสะดวกสบายและสุขภาพกาย ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมยังต้องการการปรับปรุงเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตในด้านนี้

5. การยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา สามารถดำเนินการผ่านแนวทางสำคัญ 5 แนวทาง ที่ครอบคลุมมิติสำคัญของชีวิต ได้แก่ แนวทางการปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกและสภาพแวดล้อมในเรือนจำสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ แนวทางการพัฒนาการดูแลสุขภาพและบริการทางการแพทย์สำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ แนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตและการสร้างกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ แนวทางการสร้างโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาทักษะสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุและแนวทางการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวและสังคมสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ ซึ่งแนวทางทั้ง 5 แนวทางนี้ตอบสนองต่อยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การสหประชาชาติในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังและนโยบายผู้สูงอายุของกรมราชทัณฑ์ และยัง



สอดคล้องกับงานวิจัยของนิวดี เอี่ยมเที่ยง และสืบพงศ์ สุขสม (2566, หน้า 41-51) ที่พบว่า การกำหนด กระบวนการขั้นตอนการบริหารจัดการสำนักงานคุมประพฤติ 3 จังหวัดชายแดนใต้ ผู้บริหารจะมีการนำข้อมูล เกี่ยวกับภาวะแวดล้อมด้านบริบทของพื้นที่ สถานการณ์ สภาพแวดล้อม ข้อมูลเกี่ยวกับชนบทรอบนิยม ประเพณี วัฒนธรรมมาใช้เป็นฐานในการประกอบการกำหนดกระบวนการขั้นตอนการบริหารจัดการสำนักงาน คุมประพฤติ ทั้งนี้จะให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านรูปแบบการบริหารจัดการและด้านการบริหารบุคคลเป็นสำคัญ

5. อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง แนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการวิจัยเกี่ยวกับปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา แสดงให้เห็นว่า ผลการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ มีความสอดคล้องกัน โดยชี้ให้เห็นถึง ข้อจำกัดในด้านการจัดสรรสิ่งจำเป็นพื้นฐาน เช่น อาหารที่มีโภชนาการเหมาะสม เสื้อผ้าที่เพียงพอ ยารักษาโรค ที่ครอบคลุม และสภาพแวดล้อมเรือนนอนที่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของอัญริช สาริกัลยะ (2563, หน้า 87-99) ระบุว่า ความหลากหลายของเมนูอาหารส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพและความพึงพอใจในชีวิต ประจำวันของผู้ต้องขัง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Pageau et al. (2021) ที่เน้นถึงปัญหาการขาดแคลน อาหารที่เหมาะสมและอาหารตามความต้องการของผู้สูงอายุในเรือนจำ เช่น ผักและผลไม้ที่จำเป็นต่อการ ควบคุมโรคเรื้อรัง ส่วน มนัสวี แผนสมบุรณ์, ชาญคณิต กฤตยา สุริยะมณ และศุภกร ปุญญฤทธิ์ (2561) พบว่า การจัดหาเครื่องนุ่งห่มที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและร่างกายของผู้ต้องขังสูงอายุมีความสำคัญ เนื่องจากช่วยลดความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ ในขณะที่ธงชัย ทองคำ (2563) ระบุว่า การขาดแคลนยาและ การรักษาโรคเรื้อรังเป็นปัญหาสำคัญในเรือนจำ โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องการการดูแลเฉพาะทาง สอดคล้องกับงานวิจัยของพิชญ ูรูปเหมาะ และสุภีร์ สมอนา (2566, หน้า 77-89) ที่พบว่า ความแออัดใน เรือนนอนเพิ่มความเสี่ยงในการแพร่กระจายโรคและส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้ต้องขัง

2. การบริการและการสงเคราะห์ผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า ผลการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพมีความสอดคล้องกันในหลายมิติ แต่ยังคงเผชิญกับข้อจำกัดในหลาย ด้าน ทั้งสภาพร่างกายและจิตใจของผู้ต้องขัง สภาพแวดล้อมการจัดสวัสดิการ การบริการสุขภาพ กีฬา และนันทนาการ อัตราค่าจ้างเจ้าหน้าที่หลักสูตรการอบรมวิชาชีพที่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธงชัย ทองคำ (2563) ที่ระบุว่า ผู้ต้องขังสูงอายุต้องการการดูแลจากผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพโดยเฉพาะ เพื่อจัดการโรคเรื้อรังและปัญหาสุขภาพจิต ส่วน สมรมน ช้วนปรีชา และพิศมัย จารุจิตติพันธ์ (2559, หน้า 110-126) พบว่า การปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น การเพิ่มพื้นที่เฉพาะสำหรับผู้สูงอายุ จะช่วยลด ความเสี่ยงด้านสุขภาพและเพิ่มความสะดวกสบายในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ Prost et al. (2021, pp.



206-218) กล่าวไว้ว่า การให้การสงเคราะห์ในกรณีเฉพาะ เช่น การสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคเรื้อรัง เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยลดภาระด้านสุขภาพในเรือนจำ รวมถึง เพียรชัยรัตน์ เงินงาม และคณะ (2565, หน้า 203-219) ได้เน้นถึงความสำคัญของการเพิ่มการเข้าถึงการดูแลสุขภาพสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ โดยเฉพาะการดูแลโรคเรื้อรัง ส่วน อัญรัช สาริกัลยะ (2563) ที่ระบุว่า กิจกรรมนันทนาการที่สร้างสรรค์มีผลดีต่อสุขภาพจิตของผู้ต้องขัง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Pageau et al. (2021) ที่พบว่า การมีบุคลากรที่เหมาะสมช่วยตอบสนองความต้องการด้านสุขภาพและจิตใจของผู้ต้องขังสูงอายุและการเพิ่มหลักสูตรที่พัฒนาทักษะชีวิต จะช่วยเตรียมผู้ต้องขังให้พร้อมสำหรับการกลับคืนสู่สังคม

3. คุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะในด้านความสัมพันธ์ทางสังคมสุขภาพกาย สิ่งแวดล้อมและสุขภาพใจ ซึ่งแต่ละด้านล้วนเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตโดยรวม สอดคล้องกับงานวิจัยของ Buttogat et al. (2020, pp. 19-24) พบว่า การออกกำลังกายประเภทการเดินและการยืดเหยียดกล้ามเนื้ออย่างสม่ำเสมอสามารถช่วยลดอาการปวดข้อและเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกายได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Papa, Tafuri, & Vaccarezza (2021) พบว่า โปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้ต้องขัง ก็หาสามารถเป็นประโยชน์ต่อผู้ต้องขังในเรือนจำ การฝึกออกกำลังกายภายใต้การดูแลจะเป็นกลยุทธ์การรับมือที่มีประสิทธิภาพในการรับมือกับการถูกคุมขัง และสอดคล้องกับงานวิจัยของเพียรชัยรัตน์ เงินงาม และคณะ (2565, หน้า 203-219) พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง โดยส่งเสริมให้มีการเล่นและแข่งขันกีฬา การดูแลสุขภาพสุขภาพอนามัย การรักษาพยาบาล การรับประทานอาหารที่สะอาดถูกสุขอนามัย มีโครงการจิตอาสา และโครงการเตรียมพร้อมก่อนปล่อย

4. แนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ ในอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มี 5 แนวทาง ได้แก่ 1) แนวทางการปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกและสภาพแวดล้อมในเรือนจำ 2) แนวทางการพัฒนาการดูแลสุขภาพและบริการทางการแพทย์สำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ 3) แนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตและสร้างกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ 4) แนวทางการสร้างโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาทักษะสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ และ 5) แนวทางการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวและสังคม ซึ่งสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์และการสร้างโอกาส ความเสมอภาคและลดความเหลื่อมล้ำทางสังคม นอกจากนี้ ยังตอบสนองข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การสหประชาชาติในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังที่เน้นการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังด้วยมนุษยธรรม คำนึงถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ รวมถึงหลักการดูแลสุขภาพผู้ต้องขังสูงอายุเป็นพิเศษ



6. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในระดับนโยบาย

1.1 ภาครัฐควรกำหนดนโยบาย เพื่อให้ผู้ต้องขังสูงอายุได้รับโภชนาการที่เหมาะสม โดยกรมราชทัณฑ์ร่วมกับกระทรวงสาธารณสุข ควรจัดอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงและเคี้ยวง่าย รวมถึงการให้ความสำคัญกับเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรคให้เพียงพอและปรับปรุงสภาพแวดล้อมเรือนนอน ให้เหมาะสมต่อสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ

1.2 ภาครัฐควรกำหนดนโยบายการสนับสนุนกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างสุขภาพจิตและกายของผู้ต้องขังสูงอายุ เพื่อส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ ลดภาวะซึมเศร้าและความเครียด นอกจากนี้ยังควรส่งเสริมการอบรมทักษะอาชีพที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย เช่น การทำอาหารหรือการเรียนรู้เทคโนโลยีพื้นฐาน เพื่อให้ผู้ต้องขังสูงอายุสามารถใช้ทักษะเหล่านี้ประกอบอาชีพได้หลังพ้นโทษ

1.3 การเตรียมความพร้อมสำหรับการปล่อยตัวผู้ต้องขังสูงอายุ การมีนโยบายการสนับสนุน การดูแลหลังพ้นโทษสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ โดยกรมราชทัณฑ์ควรจัดทำแผนเพิ่มอัตรากำลังเจ้าหน้าที่ในการดูแลหลังพ้นโทษร่วมกับครอบครัวหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และส่งเสริมหลักสูตรอาชีพ พร้อมสนับสนุนการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน เพื่อการดูแลที่มีประสิทธิภาพเพื่อให้การปรับตัวเข้าสู่สังคมเป็นไปอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

1.4 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ควรสร้างเครือข่ายการสนับสนุนหลังพ้นโทษสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ โดยการเชื่อมโยงกับศูนย์ช่วยเหลือผู้สูงอายุ หน่วยงานภาครัฐและองค์กรภาคประชาสังคม เพื่อให้ผู้ต้องขังสูงอายุได้รับการช่วยเหลือทั้งในด้านสวัสดิการและการปรับตัวใช้ชีวิตในสังคมภายนอกอย่างมีคุณภาพ

2. ข้อเสนอแนะในการนำไปปฏิบัติ

2.1 กรมราชทัณฑ์ควรจัดตั้งคณะกรรมการที่ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ แพทย์ และนักกายภาพบำบัด เพื่อออกแบบเมนูอาหารที่เหมาะสมกับผู้ต้องขังสูงอายุ โดยมุ่งเน้นการลดโซเดียมและน้ำตาล ควรจัดทำมาตรการในการตรวจสอบคุณภาพอาหารและสุขอนามัยในทุกขั้นตอนการจัดเตรียมและเสิร์ฟอาหาร

2.2 กรมราชทัณฑ์ควรจัดทำแผนกิจกรรมที่หลากหลาย ซึ่งเหมาะสมกับความสามารถของผู้ต้องขังสูงอายุ เช่น การฝึกฝนงานฝีมือหรือการทำอาหารร่วมกับผู้เชี่ยวชาญในสาขานั้นๆ และการจัดกิจกรรมนันทนาการ เช่น กีฬาเบาๆหรือการเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ ที่สามารถนำไปใช้หลังจากพ้นโทษ

2.3 กรมราชทัณฑ์ควรพัฒนาแผนการดูแลผู้ต้องขังสูงอายุหลังพ้นโทษ โดยจัดตั้งทีมงานที่ประกอบด้วยเจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยาและตัวแทนจากองค์กรที่ดูแลผู้สูงอายุ เพื่อให้การประเมินสภาพร่างกายและจิตใจของผู้ต้องขังสูงอายุเป็นไปอย่างครบถ้วนและต่อเนื่อง



2.4 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ควรร่วมมือกับศูนย์ช่วยเหลือผู้สูงอายุและหน่วยงานภาครัฐอื่นๆ เพื่อจัดตั้งเครือข่ายการสนับสนุนผู้ต้องขังสูงอายุหลังพ้นโทษ

3. ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรมีการศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำต่างพื้นที่ เช่น เรือนจำในเขตเมืองและชนบท เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต เช่น การเข้าถึงบริการทางการแพทย์ การจัดสวัสดิการและสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ การศึกษานี้จะช่วยชี้ให้เห็นถึงความเหลื่อมล้ำที่อาจเกิดขึ้นและช่วยกำหนดแนวทางการพัฒนาที่เหมาะสมกับบริบทของแต่ละพื้นที่

3.2 ควรวิจัยเชิงลึกเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพจิตและสุขภาพกายของผู้ต้องขังสูงอายุ เช่น ผลกระทบของความเครียดต่อโรคเรื้อรังหรือผลของกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตต่อสุขภาพโดยรวม การศึกษานี้จะช่วยพัฒนากลยุทธ์การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

3.3 ควรมีการศึกษาถึงทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับผู้ต้องขังสูงอายุที่เตรียมพ้นโทษ เช่น ทักษะการจัดการด้านการเงิน การปรับตัวในสังคมหรือการดูแลสุขภาพตนเองหลังพ้นโทษ ในเรือนจำพื้นที่อื่นๆ ที่มีบริบทที่แตกต่างกัน การศึกษานี้จะช่วยพัฒนาโครงการฟื้นฟูสมรรถภาพและการฝึกอบรมที่ตรงกับความต้องการของผู้ต้องขังสูงอายุในระยะหลังพ้นโทษ เพื่อเพิ่มโอกาสในการกลับคืนสู่สังคมอย่างมีคุณภาพและลดโอกาสการกระทำผิดซ้ำ

7. องค์ความรู้ที่ได้รับ

จากการวิจัยเรื่องแนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำอำเภอเมืองจังหวัดสงขลา พบองค์ความรู้ใหม่ที่สำคัญ ได้แก่ ปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตจำเป็นต้องปรับปรุง โดยเฉพาะอาหาร ยา เครื่องนุ่งห่ม และที่อยู่อาศัยให้เพียงพอและมีคุณภาพ เพื่อตอบสนองความต้องการเฉพาะของผู้ต้องขังสูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ โดยการบริการและสงเคราะห์ต้องพัฒนาการดูแลสุขภาพกาย-ใจ สวัสดิการ สภาพแวดล้อม อบรมวิชาชีพ และเตรียมพร้อมกลับสู่สังคม เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตและศักยภาพการปรับตัว ในด้านคุณภาพชีวิตขึ้นอยู่กับสุขภาพกาย-ใจ สัมพันธภาพสังคม และสิ่งแวดล้อม จึงต้องเสริมระบบดูแลสุขภาพ ส่งเสริมปฏิสัมพันธ์กับครอบครัว และปรับสภาพเรือนจำให้อำนวยความสะดวกและแนวทางปฏิบัติจริงสร้างประโยชน์ทุกฝ่าย มุ่งดูแลร่างกาย-จิตใจ สอดคล้องยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี มาตรฐาน UN และนโยบายกรมราชทัณฑ์ เพื่อให้ผู้ต้องขังสูงอายุมีศักดิ์ศรีและคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งในและนอกเรือนจำ ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้รับ

เอกสารอ้างอิง

กรมราชทัณฑ์. (2567ก). *แผนปฏิบัติราชการกรมราชทัณฑ์ พ.ศ. 2567*. เข้าถึงได้จาก <https://drive.google.com/drive/folders/1jm6atF3bUvD0iQxTMV0ZcPUoupcJKWA6>

กรมราชทัณฑ์. (2568). *รายงานสถิติผู้ต้องราชทัณฑ์*. เข้าถึงได้จาก <http://www.correct.go.th/stath-omepage/>

กฤษณพงศ์ พุทธระกูล และเสกสันต์ เครือคำ. (2562). *การพัฒนาประสิทธิภาพของระบบงานราชทัณฑ์ไทยเปรียบเทียบกับประเทศมาเลเซีย*. (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม.

ธงชัย ทองคำ. (2563). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดมหาสารคาม*. (วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต). มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.

นิติ เอี่ยมเที่ยง และสีบพงค์ สุขสม. (2566). กระบวนการค้นคว้าการบริหารจัดการภาครัฐแนวใหม่ของสำนักงานคุมประพฤติสามจังหวัดชายแดนใต้. *วารสาร มจร พุทธปัญญาปริทรรศน์*, 8(4), 41-51. <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/jmbr/article/view/262892/179953>



- พิษณุ รูปเหมาะ และสุภีร์ สมอนา. (2566). แนวทางการส่งเสริมการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำ: กรณีศึกษาเรือนจำกลางอุตรธานี. *วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรธานี*, 5(3), 77-89. <https://so08.tci-thaijo.org/index.php/MSJournal/article/view/2153/1640>
- เพ็ญศิริ อัดถาวรค์. (2567). การพัฒนารูปแบบโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อการส่งเสริมสุขภาพในผู้ต้องขังสูงอายุเรือนจำกลางสงขลา. *วารสารวิชาการสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดมหาสารคาม*, 8(17), 104-113. <https://thaidj.org/index.php/AJMP/article/view/15902>
- เพียรชัยรัตน์ เงินงาม, วันชัย พลเมืองดี, พระชยานันทมณี และชูชาติ สุทธะ. (2565). รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านเชิงพุทธบูรณาการ. *วารสารวิจัยวิชาการ*, 5(5), 203-219. <https://doi.org/10.14456/jra.2022.117>
- มนัสวี แผนสมบุรณ์, ชาญคณิต กฤตยา สุริยะมณ และศุภกร ปุญญฤทธิ์. (2561). แนวทางในการพัฒนาการปฏิบัติงานด้านสวัสดิการต่อผู้ต้องขังสูงอายุ: กรณีศึกษาเรือนจำกลางคลองเปรมและพัฒนาสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร. ใน จินดา ขลิบทอง (บ.ก.), *การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9, 29 พฤศจิกายน 2562* (หน้า 683-701). นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สมรমন ช้วนปรีชา และพิศมัยจารุจิตติพันธ์. (2559). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำและทัณฑสถานเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารเกษมบัณฑิต*, 17(1), 110-126. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/jkbu/article/view/58839/48482>
- สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2556). *มาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง*. กรุงเทพฯ: กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- อัญรัช สาริกัลยะ. (2563). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร. *วารสารการวิจัยการบริหารการพัฒนา*, 10(4), 87-99. <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/JDAR/article/view/244506/165959>
- Buttagat, V., Techakhot, P., Wiriya, W., Mueller, M., & Areeudomwong, P. (2020). Effectiveness of traditional Thai self-massage combined with stretching exercises for the treatment of patients with chronic non-specific low back pain: A single-blinded randomized controlled trial. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 24(1), 19-24. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2019.03.017>
- Cronbach, L. J. (1990). *Essentials of psychological testing*. (5th ed.). New York, NY: Harper Collins. Publishers.



- Pageau, F., Cornaz, C. D., Gothuey, I., & Seaward, H. (2021). Prison unhealthy lifestyle and poor mental health of older persons. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 690291. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.690291>
- Papa, V., Tafuri, D., & Vaccarezza, M. (2021). Could physical activity have any role in cardiovascular disease prevention in prisoners? A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 2307.
- Prost, S. G., Novisky, M. A., Rakes, S., & Tripodi, S. J. (2021). Anxiety and physical health among older adults incarcerated in prison. *Journal of Correctional Health Care*, 27(3), 206-218. <https://doi.org/10.1177/10783458211000000>
- Regoli, R. M., & Hewitt, J. D. (2009). *Exploring criminal justice: The essentials*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- UNODC. (n.d.). *The United Nations Standard Minimum Rules for the Treatment of Prisoners (the Nelson Mandela Rules)*. Retrieved from https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Nelson_Mandela_Rules-E-ebook.pdf

