



แบบประเมิน โอกาสเสี่ยงในการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด การพลัดตกหกล้มและภาวะกระดูกพรุน สำหรับผู้สูงอายุ

ภายใต้โครงการพัฒนารูปแบบระบบสุขภาพชุมชนสู่ระบบบริการสุขภาพอย่างไร้รอยต่อ
สำหรับผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง STROKE, STEMI, Hip Fracture แบบบูรณาการในเขตสุขภาพที่ 10

แบบประเมินเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด แบบไม่ใช้ผลเลือด

1. อายุปัจจุบัน		ปี (ปี พ.ศ. ที่สัมภาษณ์ – ปี พ.ศ. เกิด)
2. เพศ	☐ หญิง	☐ ชาย
3. การสูบบุหรี่ในปัจจุบัน	☐ ไม่ใช่	☐ ใช่
4. เป็นโรคเบาหวาน	☐ ไม่ใช่	☐ เป็น
5. ค่าความดันโลหิต (ตัวบน)		มม.ปรอท
6. รอบเอว		นิ้ว
7. ส่วนสูง		เซนติเมตร

การประเมินโอกาสเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ (Thai FRAT)

คำชี้แจง ให้ผู้เก็บข้อมูล สัมภาษณ์/ทดสอบการปฏิบัติตนในกลุ่มผู้สูงอายุ โดยให้ปฏิบัติตามในแต่ละหัวข้อเนื้อหา และประเมินให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

เนื้อหา	เกณฑ์ คะแนน	ผลการ ประเมิน
1. เพศหญิงชาย	1 0	
2. การมองเห็นบกพร่องไม่สามารถอ่านตัวเลขที่ระยะ 6/12 เมตร ได้มากกว่าครึ่งอ่านตัวเลขที่ระยะ 6/12 เมตร ได้มากกว่าครึ่ง	1 0	
3. การทรงตัวบกพร่องยืนต่อเท้าเป็นเส้นตรงไม่ได้ หรือยืนได้ไม่ถึง 10 วินาทียืนต่อเท้าเป็นเส้นตรงได้นาน 10 วินาที	2 0	
4. การใช้ยากินยาต่อไปนั้ตั้งแต่ 1 ชนิดขึ้นไป ได้แก่ ยานอนหลับ ยากล่อมประสาท ยาลดความดันโลหิต ยาขับปัสสาวะ หรือกินยาชนิดใดก็ได้ ตั้งแต่ 4 ชนิดขึ้นไป (ไม่รวมวิตามิน)ไม่กินยาต่อไปนั้ ได้แก่ ยานอนหลับ ยากล่อมประสาท ยาลดความดันโลหิต ยาขับปัสสาวะ หรือกินยาชนิดใดก็ได้ แต่น้อยกว่า 4 ชนิด	1 0	
5. ประวัติการหกล้มมีประวัติหกล้มตั้งแต่ 2 ครั้งขึ้นไปใน 6 เดือนที่ผ่านมาไม่มี	5 0	
6. สภาพบ้าน ที่อยู่อาศัยอยู่บ้านยกพื้นสูงตั้งแต่ 1.5 เมตรขึ้นไป หรือบ้าน 2 ชั้น ต้องขึ้นลงโดยใช้บันไดไม่ได้อยู่บ้านลักษณะดังกล่าว	1 0	
รวมคะแนนความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม		

อ้างอิงจากการศึกษา Thai falls risk assessment test (Thai-FRAT) developed for community-dwelling Thai elderly (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. 2562.)

การแปลผล โอกาสเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม

- คะแนนต่ำกว่า 4 คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงต่ำต่อการพลัดตกหกล้ม
- คะแนน 4 - 11 คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงต่อการพลัดตกหกล้ม

แบบคัดกรองภาวะกระดูกพรุน (OSTA)

การตรวจคัดกรองด้วย Osteoporosis Self-Assessment Tool for Asians (OSTA) ซึ่งสามารถค้นหาผู้ที่มีความเสี่ยงในการเกิดโรคกระดูกพรุนเพื่อตรวจหาความหนาแน่นของกระดูกต่อไปได้

OSTA (Osteoporosis Self-Assessment Tool for Asians)

อายุ (ปี)	น้ำหนัก (กิโลกรัม)										
	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94
40-44											
45-49											
50-54											
55-59							ความเสี่ยงต่ำ				
60-64											
65-69											
70-74			ความเสี่ยงปานกลาง								
75-79											
80-84											
85-89		ความเสี่ยงสูง									
90-94											
95-99											

โดยสูตรในการคำนวณความเสี่ยง $OSTA = 0.2 \times [\text{น้ำหนัก (กิโลกรัม)} - \text{อายุ (ปี)}]$

ตัวอย่าง $0.2 \times (69 \text{ กก.} - 43 \text{ ปี})$
 $0.2 \times (\dots\dots\dots \text{กก.} - \dots\dots\dots \text{ปี})$

ผลลัพธ์ที่ได้ให้ตัดจุดทศนิยมออก โดยอายุใช้หน่วยใช้เป็นปี น้ำหนักตัวใช้หน่วยเป็นกิโลกรัม

การแปลผล

OSTA index น้อยกว่า -4 หมายถึง ความเสี่ยงสูง
 ระหว่าง -4 ถึง -1 หมายถึง ความเสี่ยงปานกลาง
 มากกว่า -1 หมายถึง ความเสี่ยงต่ำ

ที่มา: ราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย. แนวปฏิบัติบริการสาธารณสุขโรคกระดูกพรุน พ.ศ. 2553



**“ผู้สูงอายุรู้เท่าทัน ไม่เจ็บไม่ไข้
เป็นแล้วเข้าถึงใจ ปลอดภัยไร้แทรกซ้อน”**

สำนักงานเขตสุขภาพที่ 10

ถ.แจ้งสนิท บ้านท่าบ่อ ต.แฉะแม่ อ.เมืองอุบลราชธานี

จ.อุบลราชธานี 34000