

## แนวทางการออกแบบพื้นที่ ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุความจำเสื่อม

ศุภวัฒน์ ปรารงค์ถาวร<sup>1</sup>, ปุณณรัตน์ จรุงคนธ์<sup>2</sup>

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต

### บทคัดย่อ

สถานการณ์ปัจจุบันในประเทศไทยได้เริ่มก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ซึ่งในสังคมปัจจุบันมีผู้สูงอายุกลุ่มหนึ่งที่มีปัญหาในการดำเนินชีวิต และต้องการการดูแลเป็นอย่างมากคือผู้ป่วยโรคความจำเสื่อม ซึ่งมีแนวโน้มที่จะพบมากขึ้นในอนาคต เนื่องจากโรคนี้อย่างไม่สามารถที่จะรักษาให้หายขาด ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลผู้ป่วยอย่างเหมาะสม โดยสภาพแวดล้อมปกติที่ผู้ป่วยต้องใช้ชีวิตอยู่อาจนำมาซึ่งการพลัดหลง การเกิดอุบัติเหตุ หรือเจ็บป่วยโดยที่ไม่มีใครทราบ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงแนวคิด และหลักการออกแบบที่เหมาะสม สำหรับผู้สูงอายุความจำเสื่อมทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ เพื่อนำมาใช้ในการออกแบบพื้นที่ใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุความจำเสื่อม และช่วยส่งเสริมให้ใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุความจำเสื่อมมีความปลอดภัย สามารถมีชีวิตปกติสุขตั้งคนทั่วไป โดยมีวิธีการศึกษาคือการศึกษา เก็บรวบรวมข้อมูลทั้งทฤษฎี และกรณีศึกษาที่เกี่ยวข้องมาวิเคราะห์ สร้างแนวทางการออกแบบพื้นที่

ผลการศึกษาสรุปได้ว่าการสร้างแนวทางการออกแบบพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุความจำเสื่อม โดยใช้แนวคิดเรื่องการออกแบบพื้นที่ปิดล้อม (enclosed space) และการสร้างข้อกำหนดการใช้พื้นที่ จะทำให้การออกแบบเพื่อผู้สูงอายุความจำเสื่อมมีประสิทธิภาพมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัย และสามารถทำกิจกรรมประจำวันต่างๆได้เหมือนกับบุคคลทั่วไป สร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้เกิดขึ้นได้

**คำสำคัญ:** การออกแบบเพื่อผู้สูงอายุ, ที่พักอาศัย, ความจำเสื่อม, พื้นที่ปิดล้อม

## บทนำ

ในปัจจุบันประเทศไทยมีผู้สูงอายุประมาณ 7 ล้านคน โดยร้อยละ 10 ของผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปมีอาการความจำเสื่อม และจากการคาดการณ์ของสำนักสถิติแห่งชาตินั้น คาดการณ์ว่าในอนาคตจะมีจำนวนผู้สูงอายุความจำเสื่อมเพิ่มขึ้น จึงเกิดเป็นโครงการศึกษาหาแนวทางการออกแบบพื้นที่ทางสถาปัตยกรรมที่เหมาะสมกับการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุความจำเสื่อม ที่พวกเขาสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข และมีความปลอดภัยได้

เนื่องจากโรคนี้ยังไม่สามารถที่จะรักษาให้หายขาด ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลผู้ป่วยอย่างเหมาะสม โดยสถาปัตยกรรมและสภาพแวดล้อมที่ผู้ป่วยต้องใช้ชีวิตอยู่ในปัจจุบันถูกออกแบบมาให้สำหรับคนปกติ ไม่ว่าจะเรื่องการจัดรูปแบบตัวอาคาร หรือการจัดการสภาพแวดล้อมซึ่งอาจนำมาซึ่งการพลัดหลง การเกิดอุบัติเหตุ หรือเจ็บป่วย โดยที่ไม่มีใครทราบ

ดังนั้นการมีหลักการออกแบบพื้นที่ที่เหมาะสม สำหรับผู้สูงอายุความจำเสื่อม ทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจน่าจะทำให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี สำหรับผู้สูงอายุความจำเสื่อมได้

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลการออกแบบสถาปัตยกรรม สำหรับผู้ป่วยความจำเสื่อม

2. เพื่อศึกษาถึงหลักการออกแบบพื้นที่ว่างที่มีคุณภาพ ให้ตอบสนองกับการใช้งานของผู้สูงอายุ ความจำเสื่อม

3. เพื่อศึกษาข้อมูลด้านการออกแบบที่รองรับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ความจำ และอารมณ์ของผู้สูงอายุความจำเสื่อม

4. เพื่อเสนอแนะแนวทางออกแบบพื้นที่เพื่อรองรับผู้สูงอายุความจำเสื่อม

## ระเบียบวิธีวิจัย

### 1. ศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 ศึกษา และรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผู้ป่วยสูงอายุที่มีภาวะความจำเสื่อมและพฤติกรรมต่างๆ

1.2 ศึกษาแนวคิดหรือทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบพื้นที่เพื่อผู้สูงอายุ

### 2. การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลจากศึกษามาวิเคราะห์ร่วมกับแนวคิดการสร้างพื้นที่ปิดล้อม(enclosed space) เพื่อความปลอดภัยของผู้สูงอายุความจำเสื่อม

### 3. นำเสนอแนวทางการออกแบบพื้นที่เพื่อรองรับผู้สูงอายุความจำเสื่อม

ผู้วิจัยสรุปผลการวิเคราะห์ และนำเสนอแนวทางการออกแบบคือ

3.1 เสนอแนะแนวทางในการจัดวางตัวอาคารที่เหมาะสมกับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุความจำเสื่อม

3.2 เสนอแนะแนวทางออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุความจำเสื่อม โดยยึดหลักการของการออกแบบเพื่อคนทั้งมวล

## ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อในมูดด้านต่างๆของผู้สูงอายุความจำเสื่อมทั้งพฤติกรรม และความต้องการการใช้พื้นที่ พอที่จะสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

### 1. อาการของโรคความจำเสื่อม

โดยทั่วไปแบ่งได้เป็น 3 ระยะ ดังนี้

1.1 ภาวะความจำเสื่อมเล็กน้อย ผู้ป่วยจะหลงลืมโดยเฉพาะเรื่องที่เกิดขึ้น เช่นจำไม่ได้ว่าตนเองวางของไว้ที่ใด ไม่สามารถจำสถานที่ที่คุ้นเคยได้ ไม่ค่อยมรสมานิต แต่ยังสามารถอยู่คนเดียวและสามารถช่วยเหลือตนเองได้ มีการตัดสินใจค่อนข้างดี

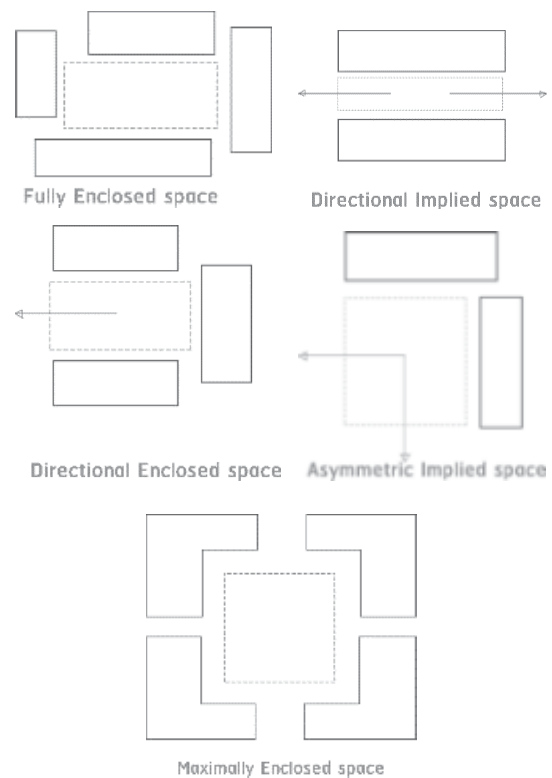
1.2 ภาวะความจำเสื่อมปานกลาง ความจำจะเสื่อมลงมากขึ้น มีความบกพร่องในเรื่องของการเข้าใจความสามารถที่จะเรียนรู้ การที่จะตัดสินใจแก้ปัญหาคือความสามารถในการคำนวณ ความสามารถในการกระยะ ทำอาหารที่เคยทำไม่ได้ ลืมชื่อบุคคล อาจจะมีอาการทางจิตร่วมด้วย บางกลุ่มต้องมีคนคอยดูแล

1.3 ภาวะความจำเสื่อมขั้นรุนแรง ผู้ป่วยจะจำสิ่งที่เพิ่งเกิดขึ้นไม่ได้เลย สูญเสียความทรงจำอย่างรุนแรงจำคนในครอบครัวไม่ได้ หรือแม้กระทั่งตนเองมักจะเดินพลัดหลงทาง มีบุคลิกภาพต่างๆที่เปลี่ยนแปลงไปเดินช้า เริ่มเคลื่อนไหวช้า ไม่สามารถที่จะช่วยเหลือตนเองได้ต้องมีคนคอยดูแลอย่างใกล้ชิด

### 2. แนวทางในการจัดวางอาคารที่เหมาะสมกับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุความจำเสื่อม

จากการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้ป่วยความจำเสื่อมพบว่า อาคารส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นคือสภาวะการสูญเสียความทรงจำทำให้เกิดการพลัดหลง และเคลื่อนตัวช้า ดังนั้นการออกแบบอาคาร หรือกลุ่ม

อาคารที่รองรับคนกลุ่มนี้นั้น ควรจะมีลักษณะของการวางตัวอาคารในรูปแบบพื้นที่ปิดล้อม(enclosed space) จากการศึกษาพบว่ามีการจัดวางอาคารในรูปแบบพื้นที่ปิดล้อมในแบบต่างๆดังนี้ (รูปที่ 1)



รูปที่ 1 แผนภาพแสดงรูปแบบการจัดวางพื้นที่แบบปิดล้อม

ผลจากการวิเคราะห์สภาพแวดล้อมทางกายภาพในการออกแบบรูปแบบของอาคาร และการออกแบบพื้นที่ปิดล้อม(enclosed space) ทางผู้วิจัยมีการทดลองสร้างรูปแบบของพื้นที่ปิดล้อมออกมาได้หลากหลายรูปแบบ เพื่อหาความเหมาะสมที่สุดในการออกแบบพื้นที่ปิดล้อมเพื่อผู้สูงอายุความจำเสื่อม ดังนี้ (รูปที่ 2)



รูปที่ 2 แสดงการทดลองสร้างพื้นที่ปิดล้อมในรูปแบบต่างๆ

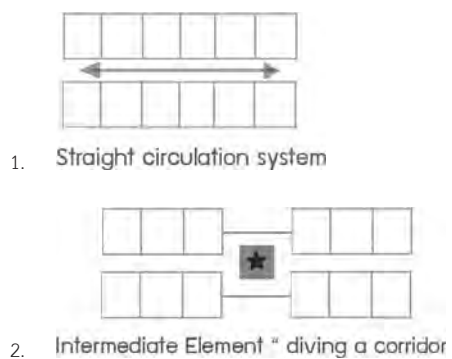
จากการทดลองสร้างพื้นที่ปิดล้อมพบว่า การวางกลุ่มอาคารต่างๆ โอบล้อมพื้นที่ส่วนกลางนั้น ง่ายต่อการดูแลผู้สูงอายุ ความจำเสื่อม ง่ายต่อความเข้าใจในการใช้พื้นที่ ลดการเกิดอุบัติเหตุ หรือสามารถสังเกตการณ์เมื่อมีเหตุฉุกเฉิน และบริเวณพื้นที่ส่วนกลางที่เป็น central court yard สามารถปรับใช้ในการทำกิจกรรมเพื่อให้ทุกคนมาใช้ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ และเกิดเป็นพื้นที่กิจกรรมการพบปะพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนกันระหว่างผู้ป่วยได้ (รูปที่ 3)



รูปที่ 3 แสดงรูปแบบพื้นที่ปิดล้อมที่มีประสิทธิภาพ จากการทดลองสร้างพื้นที่ปิดล้อมในรูปแบบต่างๆ

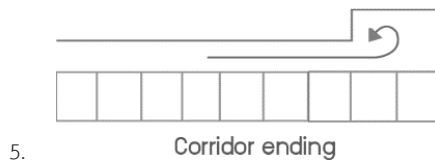
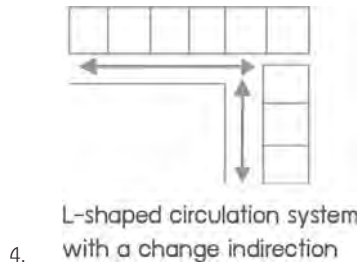
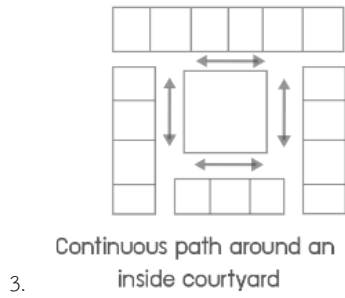
### 3. รูปแบบทางสัญจรต่างๆที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ความจำเสื่อม

จากศึกษาพบว่ารูปแบบการจัดการในเรื่องของทางเดินที่เหมาะสมกับผู้ป่วยสูงอายุ ความจำเสื่อม จะทำให้การใช้ชีวิตประจำวันของผู้ป่วยง่ายขึ้น ในการจดจำ ไม่หลงทาง ซึ่งจากการศึกษาพบว่ามีวิธีจัดการออกแบบทางสัญจรที่เหมาะสมทั้งหมด 5 วิธีด้วยกันดังนี้ (รูปที่ 4)



1. Straight circulation system

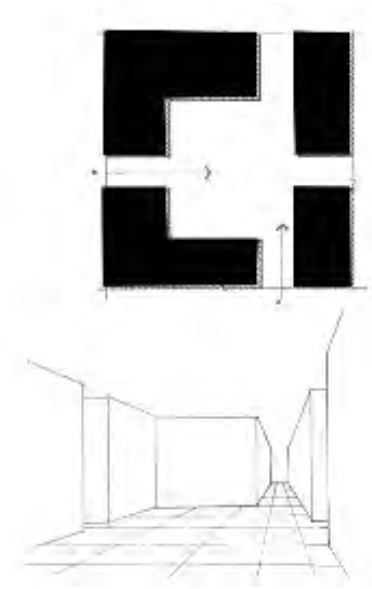
2. Intermediate Element "diving a corridor"



รูปที่ 4 แผนภาพแสดงรูปแบบจัดทางสัญจรของผู้ป่วย  
สูงอายุความจำเสื่อม

#### 4. การออกแบบจัดวางอาคาร และภูมิทัศน์ที่ เหมาะสมกับผู้สูงอายุความจำเสื่อม

ในการออกแบบพื้นที่ว่างให้ตอบสนองต่อการใช้งานควรต้องกำหนดการวางตำแหน่งอาคาร และทางสัญจรให้มีแนวที่ชัดเจน ไม่มีทางให้เลือกมากนัก เพื่อช่วยในการควบคุมทิศทาง และเป็นจุดนำสายตาการสัญจรของผู้สูงอายุความจำเสื่อม เพื่อป้องกันการเดินหลงทาง หรือใช้เรื่องการจัดภูมิทัศน์ (landscape) ในแบบต่างๆช่วยควบคุมทิศทาง การสัญจรของผู้สูงอายุความจำเสื่อม (รูปที่ 5-6)



รูปที่ 5 การวางตัวอาคารสร้างแกนทางสัญจรของผู้สูงอายุ  
ความจำเสื่อมไม่ให้หลงทาง



รูปที่ 6 การจัดภูมิทัศน์เพื่อกำหนดแนวทางการสัญจร  
เพื่อให้ผู้สูงอายุความจำเสื่อมไม่หลงทาง

## 5. ข้อกำหนดในการออกแบบพื้นที่ให้ตอบสนองกับ การใช้งานของผู้สูงอายุความจำเสื่อม

5.1 การออกแบบพื้นที่ใช้งาน (Space) ที่เหมาะสม  
สำหรับผู้สูงอายุต้องมีความปลอดภัย และม  
ีความเป็นส่วนตัว รองรับกับรูปแบบกิจกรรมต่างๆใน  
ชีวิตประจำวันได้ (รูปที่ 7)



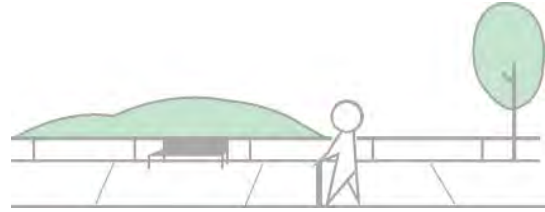
รูปที่ 7 พื้นที่อยู่อาศัยต้องมีความปลอดภัยและมีพื้นที่ที่มี  
ความเป็นส่วนตัว

5.2 มีพื้นที่ที่พบปะพูดคุยระหว่างทางเดิน และตัว  
อาคารมีช่องเปิดที่สามารถมองเห็นกิจกรรมต่างๆ  
เพื่อความปลอดภัย และสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่าง  
พื้นที่ได้ (รูปที่ 8)



รูปที่ 8 แสดงรูปแบบพื้นที่ทางเดินแบบต่างๆ ที่สร้าง  
ปฏิสัมพันธ์กันได้

5.3 ต้องมีการใช้หลักการออกแบบแบบ universal  
design ในการออกแบบ มีราวจับสำหรับผู้สูงอายุ  
ความจำเสื่อมเพื่อช่วยในการเดินภายในโครงการ  
และป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ มีพื้นที่นั่งพักระหว่าง  
ทางเพื่อให้ผู้สูงอายุความจำเสื่อมได้ใช้งานหาก  
ระยะทางที่ไกลภายในโครงการ (รูปที่ 9)



รูปที่ 9 ใช้หลักการออกแบบแบบ universal design มา  
ช่วยเพิ่มความสะดวก และปลอดภัย

5.4 ออกแบบพื้นที่อยู่อาศัยให้เชื่อมต่อกับพื้นที่ทำ  
กิจกรรมส่วนกลาง เพื่อให้ผู้สูงอายุความจำเสื่อมได้มี  
ปฏิสัมพันธ์กัน และออกแบบพื้นที่ภายในอาคารให้  
เชื่อมต่อกับพื้นที่ภายนอกอาคาร เพื่อให้ผู้พลด  
ความเครียด และได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติ (รูปที่ 10-  
11)



รูปที่ 10 แสดงพื้นที่ปฏิสัมพันธ์ระหว่างอาคาร



รูปที่ 11 ออกแบบให้มีพื้นที่เชื่อมต่อกับสวนภายนอก

5.4 การออกแบบพื้นที่ห้องพักนั้นจะต้องมีความ  
ปลอดภัยกับตัวผู้สูงอายุ ดังนั้นการมีระเบียงอาจทำ  
ให้เกิดอุบัติเหตุแก่ผู้สูงอายุความจำเสื่อมได้ จึงควร  
ทดแทนด้วยการใช้หน้าต่างขนาดใหญ่ เพื่อให้ผู้พล  
สูงอายุได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติแทน (รูปที่ 12)



รูปที่ 12 ใช้หน้าต่างขนาดใหญ่ เพิ่มมุมมอง และใกล้ชิด  
ธรรมชาติ แทนระเบียงซึ่งอันตราย

5.5 ออกแบบที่นั่งพักผ่อนสำหรับผู้สูงอายุความจำเสื่อม  
ให้ได้ใกล้ชิด และสัมผัสกับธรรมชาติได้ง่าย โดยมี  
การออกแบบให้มีไม้พุ่ม หรือไม้ดอกที่อยู่ในระดับ  
ใกล้เคียงกับม้านั่ง (รูปที่ 13)



รูป 13 การออกแบบกระถางต้นไม้ในระดับสายตา ใกล้ชิด  
ผู้สูงอายุความจำเสื่อม

### สรุป และอภิปรายผล

จากการที่ผู้วิจัยได้ทดลองหาแนวทางการ  
ออกแบบเพื่อตอบสนองพฤติกรรม และลักษณะการใช้  
ชีวิตของผู้ป่วยสูงอายุความจำเสื่อม ทำให้ได้แนวทาง  
ออกแบบการจัดวางอาคาร และสภาพแวดล้อมที่  
เป็นแนวทางให้นำไปใช้ในการออกแบบพื้นที่เพื่อ  
ผู้สูงอายุความจำเสื่อมดังนี้ (1) ระบบการออกแบบ  
พื้นที่ปิดล้อม(Enclosed Space)ในการสร้างความ  
จดจำ ป้องกันการพลัดหลงของผู้สูงอายุความจำ  
เสื่อม (2) การออกแบบพื้นที่ที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ  
ความจำเสื่อม โดยอาศัยหลักการออกแบบที่ตอบสนอง  
พฤติกรรม และหลักการออกแบบเพื่อคนทั้งมวล  
เพื่อสร้างให้เกิดประสิทธิภาพในการใช้พื้นที่ สร้าง

ความปลอดภัย สร้างปฏิสัมพันธ์ และทำให้ผู้สูงอายุ  
ความจำเสื่อมสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุขเหมือน  
คนอื่นทั่วไป

### ข้อเสนอแนะ

ซึ่งหากมีการศึกษา และเก็บข้อมูลเพิ่มเติม  
ถึงรูปแบบพื้นที่ใช้สอยอื่นที่เกี่ยวข้อง และเทคโนโลยี  
ใหม่ในการก่อสร้าง ก็น่าที่จะนำไปต่อยอดในการ  
สร้างโครงการที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุความจำเสื่อมที่  
มีประสิทธิภาพดีได้ในอนาคต

### เอกสารอ้างอิง

Sarkissian W. and Stenberg B. (2013),  
**Guidelines for Planning for Older People  
in Public Open Space.**, ABN 34525 418 061  
PO Box 20117 Nimbin NSW 2480 Australia,  
สืบค้นเมื่อวันที่ 26 กุมภาพันธ์ 2562 จาก  
(<https://sarkissian.com.au/wp-content/uploads/2013/09/Older-people-in-residential-public-open-space.pdf?fbclid=IwAR0kQEDRvZuv-TQB6DmLmF0FhpDi1LDRCvvp3cCGzf8HzBLFJTyzdIDJUas>)

### Alzheimer's village in Oslo Making a home for elderly in the local community.

สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มกราคม 2562 จาก  
([https://www.nordarchitects.dk/furuset?fbclid=IwAR08s1e89m\\_FwSFbWkuNc6bwSeP1Wlv0GGO-dus1ISXnuRHxUw0qhlQKGh0](https://www.nordarchitects.dk/furuset?fbclid=IwAR08s1e89m_FwSFbWkuNc6bwSeP1Wlv0GGO-dus1ISXnuRHxUw0qhlQKGh0))

### Lost in space architecture and dementia.

สืบค้นเมื่อวันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2562 จาก  
([https://issuu.com/birkhauser.ch/docs/  
lost\\_in\\_space\\_architecture\\_and\\_dem/6](https://issuu.com/birkhauser.ch/docs/lost_in_space_architecture_and_dem/6))

**The Amazing Village in the Netherlands  
Just for People with Dementia.**

สืบค้นเมื่อวันที่ 28 มกราคม 2562 จาก  
(<https://twistedifter.com/2015/02/Amazing-village-in-netherlands-just-for-people-with-dementia/>)

กำธร กุลชล และชัยสิทธิ์ ด้านกิตติกุล. (2548). **แนว  
ทางการปรับปรุงระบบทางเดินเท้าสำหรับคน  
พิการและผู้สูงอายุ.** กรุงเทพมหานคร:  
มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ภัสสรณ์ชญาน์มน เพรสคอทท์.(2556). **สภาพการอยู่  
อาศัยของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมใน  
โครงการที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ.**  
กรุงเทพมหานคร:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ไตรรัตน์ จารุทัศน์. (2552). **การออกแบบ  
สภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวก  
สำหรับทุกคน.**(พิมพ์ครั้งที่2).กรุงเทพมหานคร:  
สมาคมสถาปนิกสยาม ในพระบรมราชูปถัมภ์.

**แนวทางการนำหลักจิตวิทยามาใช้ในการออกแบบ  
ภูมิทัศน์เพื่อผู้สูงอายุ**

สืบค้นเมื่อวันที่ 20 มกราคม 2562 จาก  
([http://www.thapra.lib.su.ac.th/thesis/sh  
owthesis\\_th.asp?id=0000005613](http://www.thapra.lib.su.ac.th/thesis/showthesis_th.asp?id=0000005613))