



ต้นแบบ'บ้านปลอดภัย'เพื่อทุกคน

ประเทศไทยกำลังสืบคลานเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” ด้วยเทคโนโลยีการแพทย์ ทำให้คนไทยมีอายุขัยเฉลี่ยยาวนานขึ้น ส่วนทางกับอัตราการเกิดของเด็ก คงอีกไม่ช้าไทยจะเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ ย้อนกลับมาถึงสิ่งอำนวยความสะดวกรอบตัว เมื่อเหลียวหน้ามองหลังการออกแบบและปรับสภาพแวดล้อมยังไม่ใช่ว่าสิ่งที่จะควรจะเป็น ตั้งคำถามทุกวันนี้สิ่งของเครื่องใช้ถูกออกแบบให้เกิดการใช้งานอย่างเท่าเทียมหรือไม่ คำตอบคงมีอยู่ในใจของทุกคน ดังนั้น “บ้านของเรา” ควรเป็นจุดเริ่มต้นเพื่อปลายทางให้ทุกคนในบ้านอยู่ร่วมกันอย่างเสมอภาคและมีความสุข หรือเรียกว่า **หลักการสถาปัตยกรรม (Universal Design)**

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงลงนามเอ็มโอยูร่วมกับ 5 มหาวิทยาลัย ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (มช.) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม (มมส) และมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (ม.อ.) และ

เครือข่ายช่วยกันผลักดัน “ศูนย์ออกแบบสภาพแวดล้อมเพื่อทุกคน” หรือ **Universal Design Center (UDC)** เพื่อรวบรวมและพัฒนางานวิจัยและนวัตกรรมให้คำปรึกษาในการออกแบบก่อสร้างและปรับปรุงบ้านให้เหมาะสมกับทุกวัย และธนาคารอุปกรณ์ที่รวบรวมอุปกรณ์เครื่องมือสำหรับผู้สูงอายุและคนพิการ

ขณะนี้ จุฬาฯ ได้ดำเนินการจัดตั้ง **ศูนย์ออกแบบสภาพแวดล้อมเพื่อทุกคน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย** หรือ **Chula UDC** แล้วเสร็จ พร้อมเปิดให้บริการอย่างเต็มรูปแบบแล้ว นำร่องศูนย์ของภูมิภาคที่เปิดครบทั้ง 5 แห่งภายในปีนี้

รศ.ไตรรัตน์ จารุทัศน์ หัวหน้าศูนย์ฯ กล่าวว่า จุฬา ยูดีซี ตั้งอยู่ชั้น 1 อาคารสถาปัตยกรรมศาสตร์ ซอย 42 เป็นอาคารของจุฬาฯ อดีตเป็นโรงภาพยนตร์สามย่าน ต่อมาปรับปรุงเป็นสถานที่ติวเรียนพิเศษ แต่เด็กได้ย้ายไปติวข้างนอก จึงขอใช้อาคารชั่วคราวเป็นอาคารสถาปัตยกรรมศาสตร์ โดยคาดหวังให้การใช้อาคารเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชน

มติชน

Matchon
Circulation: 950,000
Ad Rate: 1,550

Section: First Section/ชีวิตคุณภาพ

วันที่: อังคาร 3 กรกฎาคม 2561

ปีที่: 41

ฉบับที่: 14723

Col.Inch: 110.26 Ad Value: 170,903

หน้า: 7(บน)

PRValue (x3): 512,709

ศิลปิน: สีสี่

หัวข้อข่าว: จุฬา ยูตีซี ต้นแบบ'บ้านปลอดภัย'เพื่อทุกคน

กระทั่งพัฒนาเป็นศูนย์ออกแบบสภาพแวดล้อมเพื่อทุกคน นอกเหนือจากเป็นศูนย์รวบรวมข้อมูลวิจัย ยังเป็นธนาคารอุปกรณ์สำหรับผู้สูงวัยและผู้พิการให้เข้ามายืมใช้อุปกรณ์ได้ รวมถึงยังจะขอรับบริจาคอุปกรณ์ทั้งใหม่และที่ไม่ใช้แล้ว โดยศูนย์จุฬาจะเป็นศูนย์ประสานงานกลางและศูนย์หลักประจำ กทม. ปริมณฑล ภาคตะวันตกและภาคตะวันออก เปิดให้บริการวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 08.30-17.00 น. ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ต้องนัดหมายล่วงหน้า สำหรับโฮลด์กายในศูนย์ฯ คือห้องตัวอย่างการจัดพื้นที่และแสดงอุปกรณ์ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

รศ.พรพรรณชลัท สุริโยธิน รองคณบดีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาฯ กล่าวว่า คณะสถาปัตย์เริ่มจัดตั้งหน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการในคณะสถาปัตย์ เพื่อเป็นศูนย์รวบรวมข้อมูลวิจัยและองค์ความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมมานานกว่า 10 ปีแล้ว กระทั่ง **ศ.นพ.เกียรติ รักษ์รุ่งธรรม** รองอธิการบดีกำกับดูแลด้านงานวิจัย ร่วมลงนามเอ็มโอยูกับ สสส.และสนับสนุนงานวิจัยโครงการบูรณาการสหศาสตร์เพื่อรองรับผู้สูงวัย จึงได้สนับสนุนทั้งงานวิจัยตลอดจนบุคลากรและเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์ เพราะมองว่าจุฬา ยูตีซี จะเป็นตัวช่วยสำคัญรับมือกับสังคมสูงวัยในอนาคต

ภรณ์ ภู่งประเสริฐ ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนสุขภาพประชากรกลุ่มเฉพาะ สสส.กล่าวว่า ข้อมูลจากสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) ปี 2557 พบผู้สูงอายุในไทยเสียชีวิตจากการพลัดตกหกล้มเกือบ 1,000 คนต่อปี หรือเฉลี่ยวันละ 3 คน และ 1 ใน 5 ของผู้สูงอายุหกล้มกระดูกหักไม่สามารถกลับมาเดินได้อีก และผลสำรวจสุขภาพพบร้อยละ 31.2 หกล้มอยู่ภายในบ้าน สาเหตุแรกมาจากลื่นหกล้ม สะดุดสิ่งของ เสียการทรงตัวและพื้นที่ต่างระดับ ล้วนเป็นสาเหตุที่ป้องกันได้โดยทุกคนควรจะได้รับคำแนะนำเพื่อประยุกต์หลักวิชาการในการปรับปรุงบ้าน จึงเกิดศูนย์ออกแบบสภาพแวดล้อมเพื่อทุกคนกระจายอยู่ทั่วภูมิภาค นอกจากนี้ สสส.ยังสนับสนุนการเสริมศักยภาพของช่างชุมชนและการสื่อสารเรื่องการออกแบบเพื่อทุกคน โดยส่งเสริมให้ภาคชุมชนมีความเข้มแข็งให้ภาคท้องถิ่นร่วมด้วยช่วยกัน ส่วนพื้นที่กรุงเทพมหานคร สสส.สนับสนุนให้เกิดต้นแบบเรื่องที่อยู่อาศัยแนวตั้ง ตามการปรับตัวของคนเมือง บริเวณซอยไผ่ลิงโต เขตคลองเตย โดยเปิดให้เยี่ยมชมเพื่อนำมาปรับใช้ได้ในชีวิตจริง

ธนาภรณ์ พรหมสุวรรณ อธิบดีกรมกิจการผู้สูงอายุ กล่าวว่า การทำงานด้านสังคมผู้สูงอายุทุกภาคส่วนต้องร่วมด้วยช่วยกัน คำจำกัดความของผู้สูงอายุตามกฎหมายจะต้องมีอายุ 60 ปีขึ้นไป แต่ตอนนี้จะรู้สึกอายุ 60 ปียังไม่แก่ หลายประเทศจึงให้ผู้มีอายุ 65, 67, 70 ปีขึ้นไปถึงจะเรียกผู้สูงอายุ ทุกวันนี้สิ่งสำคัญที่ผู้สูงอายุต้องการ คือการอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข คือจิตใจต้องดีและมีสุขภาพแข็งแรง โดยสิ่งที่รัฐบาลพอจะให้ได้ใน



ฐานะที่ไม่ได้ร่ำรวยมากนัก คือการจัดเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุประมาณ 600-1,000 บาทต่อเดือน เบี้ยเลี้ยงไม่ได้ให้ผู้สูงอายุต้องอยู่รอด แต่เป็นการช่วยบรรเทาความเดือดร้อน สิ่งหนึ่งที่ปรากฏในสังคมไทย คือคนไทยไม่รู้จักออม ดังนั้นรัฐบาลต้องเร่งสื่อสารให้รู้จักการออมตั้งแต่อายุยังน้อย ด้วยการบังคับให้ออม ทั้งนี้ เพื่อรองรับสังคมสูงวัย **พล.อ.ประยุทธ์ จันทร์โอชา** นายกรัฐมนตรี กำชับให้แก้ไขแผนผู้สูงอายุระยะ 20 ปีให้สอดคล้องกับปัจจุบัน เพราะฉบับเดิมเกิดขึ้นเมื่อปี 2525 ทางกรมกิจการผู้สูงอายุ

จึงอยู่ระหว่างร่างแผนทดแทนฉบับเก่า

ผศ.กิตติกร ศิริสุข อาจารย์ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายในจุฬาฯ กล่าวถึงการออกแบบให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุว่า 1 ใน 3 ของผู้สูงอายุอายุ 65 ปีขึ้นไป มีสถิติหกล้มทุกปี โดยปัจจัยประกอบด้วย 5 อย่าง คือ สายตาเสื่อม เป็นโรคต่อ, ยา, กล้ามเนื้ออ่อนแรงและเคลื่อนไหวน้อย, โรคเรื้อรัง และสภาพแวดล้อมไม่เหมาะสม โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีหกล้มเพราะสะดุดสิ่งกีดขวางถึงร้อยละ 33.8 ลื่น 31.8 หน้ามืด 14.9 พื้นที่ต่างระดับและตกบันได 2.9 และอื่นๆ โดยสถานที่หกล้มคิดเป็นร้อยละ 59 เกิดขึ้นนอกตัวบ้านและร้อยละ 41 ภายในตัวบ้าน โดยวิธีการป้องกันคือ **1.ทูลธรณีประตูและจัดช่องทางเดินกว้าง 0.90-1.50 เมตร** เพื่อป้องกันการสะดุดสิ่งกีดขวาง **2.ใช้น้ำยากันลื่นและเปลี่ยนพื้นบ้านบางส่วนเป็นพื้นหยาบ** ป้องกันการลื่น **3.ปรับพื้นให้เรียบ** แนะนำให้ทำทางลาดขนาด 1:12 ลูกตั้ง 15 เซนติเมตร (ซม.) ลูกนอน 15 ซม. ป้องกันพื้นต่างระดับ ขั้นและบันได และ **4.เพิ่มแสงสว่างและแสงธรรมชาติให้มองเห็นได้ชัด** ไม่แนะนำไฟส้อม เหลืองหรือไฟสลัวเด็ดขาด โดยทุกบริเวณแนะนำให้เพิ่มราวจับ

“ยกตัวอย่างห้องรับแขกหรือห้องอาหาร ต้องจัดระเบียบเฟอร์นิเจอร์เพื่อการเคลื่อนที่ที่ดี ห้ามใช้เก้าอี้พลาสติกและเก้าอี้มีล้อ ส่วนห้องครัว อุปกรณ์ใช้บ่อยควรเอาไวใกล้มือ ระวังสายไฟ พื้นที่ไม่ควรขัดมัน ภายในห้องครัวควรมีตู้หรือชั้น เป็นบานเลื่อนมีกระจกใสเห็นสิ่งของภายในได้ง่าย โดยที่ผู้สูงอายุจะได้ไม่ต้องเอื้อม ต่อมาห้องน้ำให้ติดตั้งราวจับและแผ่นกันลื่น เช่นเดียวกับบันไดและทางเดินให้ติดตั้งราวจับ แผ่นกันลื่น เพิ่มแสงส่องสว่างแถบสีตัดกัน โดยเฉพาะลิฟต์ต้องระวังการพันแข้งขณะเดินขึ้น” ผศ.กิตติกรบอก

นี่ไม่ออกกว่าบ้านเพื่อทุกคนมีหน้าตาเป็นอย่างไร แต่อยากเชิญชวนทุกวัยไปเรียนรู้ที่จุฬา ยูดีซี