

รายการตรวจสอบตาม มาตรฐานขั้นต่ำ:

เพื่อให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการจัดการ
ความเสี่ยงจากภัยพิบัติ

HelpAge
International

age helps



ความเป็นมา

โลกกำลังเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โลกาภิวัตน์มอบโอกาสทางเศรษฐกิจให้อย่างไม่สิ้นสุด แต่ก็มีต้นทุนเช่นกัน การใช้ประโยชน์ที่ดินอย่างไม่ยั่งยืนและการสูญเสียความหลากหลายทางชีวภาพกำลังเกิดขึ้นด้วยความเร็วอย่างที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน ภาวะโลกร้อนในช่วงศตวรรษที่ผ่านมาอุณหภูมิของโลกสูงขึ้น 0.8°C (โดยประมาณ 2 ใน 3 ของอุณหภูมิที่เพิ่มขึ้นนี้เกิดหลังปี 1980) นำไปสู่ความเสี่ยงที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและสภาพอากาศมากยิ่งขึ้น¹

ความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้กำลังเกิดขึ้นพร้อมกับการเติบโตอย่างรวดเร็วของประชากรและภาวะประชากรสูงอายุ ในช่วง 100 ปีมานี้ ประชากรโลกเพิ่มขึ้น 4 เท่าตัว เป็น 7 พันล้านคน ปัจจุบัน ประชากรที่อายุ 60 ปีขึ้นไปมีอยู่ร้อยละ 11 ของประชากรโลกทั้งหมด ภายในปี 2050 สัดส่วนดังกล่าวนี้จะเพิ่มขึ้น 2 เท่าเป็นร้อยละ 22 นั่นคือมีผู้สูงอายุ 2 พันล้านคน ภาวะประชากรสูงอายุเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วที่สุดในประเทศกำลังพัฒนาซึ่งมีผู้สูงอายุอยู่ร้อยละ 60 ของผู้สูงอายุทั้งหมดของโลก โดยมีแนวโน้มจะเพิ่มเป็นร้อยละ 80 ภายในปี 2050²

ในขณะที่การมีประชากรสูงอายุเป็นเรื่องน่ายินดีเพราะแสดงถึงชัยชนะของการพัฒนาและการปรับปรุงการดูแลสุขภาพที่ดีขึ้น แต่ภาวะประชากรสูงอายุผนวกเข้ากับสภาพอากาศที่รุนแรงขึ้นมาก จะเพิ่มความเปราะบางของผู้สูงอายุต่อความเสี่ยงจากภัยพิบัติมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศที่มีรายได้ต่ำถึงปานกลาง บ่อยครั้งที่ภัยพิบัติที่เกิดขึ้น (ไม่ว่าจะรุกไล่มาอย่างช้าๆ หรือจู่โจมมาอย่างรวดเร็ว) ส่งผลให้เกิดการเสียชีวิตจำนวนมาก ซึ่งหลายกรณีเป็นเรื่องที่หลีกเลี่ยงได้และไม่สมควรเกิดขึ้น ความเปราะบางและความสามารถของผู้สูงอายุกลับถูกมองข้าม แม้ว่าพวกเขาจะมีสิทธิได้รับความคุ้มครองจากการบาดเจ็บทั้งทางร่างกายและจิตใจเช่นเดียวกับประชากรกลุ่มอายุอื่นๆ

การจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ

ภัยพิบัติจากธรรมชาติที่เกิดขึ้นและรุนแรงขึ้น ทำให้หลายประเทศตระหนักถึงความสำคัญของการจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ มาตรการเตรียมความพร้อมสามารถช่วยลดผลกระทบของภัยพิบัติต่อชีวิตความเป็นอยู่และทรัพย์สินของประชาชนได้อย่างมีนัยสำคัญ ขณะที่ภัยพิบัติบางอย่าง เช่น อุทกภัยสามารถป้องกันได้โดยสิ้นเชิงด้วยการลงทุนในโครงสร้างพื้นฐานที่ต้านภัยน้ำท่วม แผนการเตรียมความพร้อมอย่างจริงจังอาจช่วยให้การตอบโต้ภัยพิบัติเป็นไปอย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพเมื่อภัยกำลังจะมาถึงตัว

กระนั้น เฮอร์เบอจ อินเตอร์เนชันแนล (HelpAge International) ก็พบว่าความต้องการและความสามารถของผู้สูงอายุและกลุ่มเปราะบางอื่นๆ ถูกมองข้ามอยู่เสมอมาในการวางแผนเตรียมความพร้อมรับมือกับภัยพิบัติและในช่วงการตอบโต้ภัยที่ตามมา ยกตัวอย่างเช่น การเตือนภัยล่วงหน้าก็ไปถึงผู้ที่มีปัญหาทางการได้ยิน ผู้ป่วยที่ติดเตียงไม่ได้รับความช่วยเหลือในการอพยพ และเครื่องอุปโภคบริโภคเงินก็ไม่มียาที่ผู้สูงอายุมักใช้กัน (เช่น ยารักษาเบาหวาน โรคหัวใจ) รวมอยู่ด้วย

รายการตรวจสอบตามมาตรฐานขั้นต่ำ

แนวทางต่อไปนี้เป็นข้อเสนอแนะในการตรวจสอบมาตรฐานขั้นต่ำ เพื่อความมั่นใจว่าในการวางแผนและดำเนินงานกิจกรรมเตรียมความพร้อมและตอบโต้ภัยพิบัติจะครอบคลุมถึงผู้สูงอายุด้วย นโยบายและโครงการต่างๆ ที่ดำเนินตามแนวทางนี้จะลดผลกระทบของภัยพิบัติต่อชีวิตและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญ รายการตรวจสอบเหล่านี้ไม่ได้ลงลึกในรายละเอียด เพียงแต่ให้กรอบสำหรับผู้วางนโยบายและผู้ปฏิบัติงานในระยะต่างๆ ของการบริหารจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ

เอกสารชุดนี้เป็นการสรุปความจาก
Disaster resilience in an ageing world

Disaster resilience in an ageing world:

*How to make policies and programmes
inclusive of older people*



HelpAge
International

age helps

ความเปราะบางและ ศักยภาพของผู้สูงอายุ

เหตุการณ์สภาพอากาศที่รุนแรงมีแนวโน้มจะส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุมากกว่าที่ควรเป็น ตอนที่พายุเฮอริเคนแคทรีน่าถล่มนิวออร์ลีนส์เมื่อปี 2005 ร้อยละ 75 ของผู้เสียชีวิตเป็นผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป แม้ว่าประชากรกลุ่มอายุนี้จะมีสัดส่วนเพียงร้อยละ 16 ของประชาชนในท้องถิ่นนั้น³ ในทำนองเดียวกันกับเหตุการณ์สึนามิที่ญี่ปุ่นเมื่อปี 2011 ร้อยละ 56 ของผู้เสียชีวิตมีอายุ 65 ปีขึ้นไป แม้ว่าประชากรกลุ่มนี้จะมีเพียงร้อยละ 23 ของประชากรทั้งหมด⁴ ตัวเลขดังกล่าวนี้แสดงให้เห็นว่าระบบการบริหารจัดการภัยพิบัติยังเตรียมความพร้อมได้ไม่ดีพอที่จะตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ

เข้าใจความเปราะบางของผู้สูงอายุ

มีเหตุผลสำคัญ 4 ประการอธิบายถึงเหตุผลที่ความเปราะบางของผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นเมื่อเกิดเหตุการณ์เกี่ยวข้องกับกาเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ

1. ความเสื่อมโทรมของสภาพร่างกายที่เป็นไปตามวัย ซึ่งอาจได้แก่ สุขภาพไม่แข็งแรง เคลื่อนไหวไม่สะดวก สายตา และการได้ยินย่ำแย่

Anwar Sadat/HelpAge International



2. บริการที่จัดให้ผู้สูงอายุมีไม่เพียงพอทั้งในชีวิตประจำวันและในสถานการณ์ฉุกเฉิน
3. การเลือกปฏิบัติเนื่องจากอายุ ทำให้เกิดการกีดกันและโดดเดี่ยวผู้สูงอายุ และมักละเมิดสิทธิของผู้สูงอายุด้วย
4. ระดับความยากจนในกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งรุนแรงขึ้นเมื่อถูกซ้ำเติมด้วยการขาดกลไกคุ้มครองทางสังคมแก่ผู้สูงอายุและขาดโอกาสในการประกอบอาชีพ

อุปสรรคทางกายของผู้สูงอายุอาจลดความสามารถในการเตรียมพร้อมรับมือกับภัยพิบัติ ยกตัวอย่างเช่น ผู้สูงอายุอาจมีความลำบากในการสะสมอาหารและน้ำดื่ม นำสัตว์เลี้ยงไปอยู่ในที่ที่ปลอดภัย หรือเดินทางระยะไกลๆ ผู้สูงอายุที่ร่างกายอ่อนแอและยากจนซึ่งอาศัยอยู่ตามลำพัง ไกลห่างจากการสนับสนุนของครอบครัวและชุมชน มักมีแนวโน้มจะอยู่ในบ้านที่ก่อสร้างไม่แข็งแรง ซึ่งอาจ

ทำให้ตกอยู่ในความเสี่ยงมากขึ้น ยิ่งกว่านั้น ผู้สูงอายุที่มีร่างกายอ่อนแอและอยู่แต่ในบ้าน มักหนีออกจากบ้านไม่ค่อยได้หรือไม่อยากทิ้งบ้านไป เพียงแค่ความช่วยเหลือง่ายๆ บางอย่างก็แก้ปัญหาได้ เช่น จัดหาไม้เท้าและเครื่องช่วยเดิน เครื่องช่วยฟัง และแว่นตา ให้แก่ผู้สูงอายุโดยถือเป็นส่วนหนึ่งของการตอบโต้ภัยพิบัติ ก็ช่วยให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นเดินทางไปถึงจุดพักพิง เข้าถึงความช่วยเหลือเตรียมอาหาร หรือเก็บพินได้

ยอมรับศักยภาพของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุมีประสบการณ์ ความรู้ และทักษะที่สั่งสมมาตลอดชีวิต ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการทำความเข้าใจภัยจากสภาพแวดล้อมในท้องถิ่นและผลกระทบที่เกิดขึ้น จึงมีความจำเป็นมากที่จะยอมรับศักยภาพของผู้สูงอายุทั้งชายหญิง และสนับสนุนให้พวกเขาเข้ามามีส่วนร่วมช่วยเหลือในทุกกระแของกิจกรรมบริหารจัดการภัยพิบัติ ตั้งแต่การประเมินความเสี่ยง ไปจนถึงการดำเนินการตอบโต้ภัยและการฟื้นฟู ผู้สูงอายุสามารถมีส่วนร่วมได้หลายบทบาท อาทิ

1. ในฐานะที่เป็นผู้อาวุโสของหมู่บ้าน มีภูมิปัญญาดั้งเดิมอยู่ ผู้สูงอายุสามารถเป็นแหล่งข้อมูลที่มีค่าเกี่ยวกับภัยอันตรายในท้องถิ่นและข้อมูลความเสี่ยงรวมทั้งกลยุทธ์ในการบรรเทาผลกระทบจากภัยพิบัติอย่างยิ่งย่น

2. ผู้สูงอายุอาจไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางเศรษฐกิจในแต่ละวันหนักเหมือนคนหนุ่มสาว จึงอาจมีเวลามากกว่าในการดำเนินงานบริหารจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ ขณะเดียวกันก็สนับสนุนให้สมาชิกชุมชนคนอื่นเข้าร่วมกิจกรรมด้วย
3. ผู้สูงอายุหญิงมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยเหลือสมาชิกครอบครัวและหลานๆ นอกจากต้องการการคุ้มครองในช่วงที่เกิดภัยพิบัติแล้ว บทบาทในฐานะผู้ดูแลกลุ่มเปราะบางอื่นๆ ก็จำเป็นต้องได้รับการพิจารณาด้วย
4. ผู้สูงอายุสามารถเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่เข้มแข็งได้ ในการจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ โดยทั่วไปผู้สูงอายุมักมีความสามารถในการใคร่ครวญ ทำให้ได้ประโยชน์จากการทำความเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และมีแรงจูงใจสูงมากจากความต้องการที่จะทำให้โลกเป็นสถานที่ที่ปลอดภัยมากขึ้นสำหรับลูกหลานของตน

จากประสบการณ์ที่ผ่านมาพบว่า หากได้รับการสนับสนุนอย่างถูกต้องแล้ว ผู้สูงอายุสามารถใช้ความรู้และประสบการณ์เป็นส่วนเสริมร่วมกับการพัฒนาทางเทคโนโลยีและวิทยาศาสตร์เพื่อสร้างความเข้มแข็งให้การบริหารจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติและมาตรการเตรียมความพร้อมได้

ให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมใน การเตรียมความพร้อม รับมือและตอบโต้ภัยพิบัติ

การใช้มาตรการง่ายๆ บางอย่างเพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมวางแผนและจัดการในการเตรียมพร้อมและการตอบโต้ภัยพิบัติ สามารถช่วยลดผลกระทบจากภัยพิบัติที่มีต่อชีวิตของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญ เนื้อหาเอกสารส่วนนี้จะให้แนวทางในการตรวจสอบมาตรฐานขั้นต่ำในการทำงาน 7 ด้าน เพื่อบริหารจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติที่ควรคำนึงถึงความเปราะบางและความสามารถของผู้สูงอายุ รวมทั้งให้โอกาสผู้สูงอายุหญิงและชายได้เข้ามีส่วนร่วมด้วย งานทั้ง 7 ด้าน ได้แก่ การประเมินความเสี่ยง ระบบเตือนภัยล่วงหน้า การเตรียมเครื่องอุปโภคบริโภคฉุกเฉิน การวางแผนอพยพ การฝึกอบรมชุดปฏิบัติการฉุกเฉิน การคุ้มครองและการตอบสนองทางจิตสังคม การวางแผนด้านสุขภาพและโภชนาการ

การประเมินความเสี่ยง

ในการจัดประเมินความเสี่ยงจากภัยพิบัติที่ครอบคลุมและสะท้อนความต้องการและความสามารถของผู้สูงอายุและกลุ่มเปราะบางอื่นๆ นั้น สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- ปกป้องหรืออยู่กับผู้สูงอายุ และให้โอกาสผู้สูงอายุได้นำความรู้และประสบการณ์มาใช้
- ทำให้ชุมชนรับรู้ถึงความเปราะบางและความสามารถของผู้สูงอายุ เคารพสิทธิของผู้สูงอายุชายหญิงในการแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนและตัดสินใจ และเห็นคุณค่าของสิ่งที่ผู้สูงอายุมีให้
- ให้เวลามากพอในการดึงผู้สูงอายุเข้าร่วมโดยใช้เทคนิคที่เหมาะสม (เช่น ใช้การเล่าเรื่อง การเดินเยี่ยมชุมชน)
- แยกข้อมูลทั้งหมดตามเพศและวัยเพื่อให้เข้าใจความเสี่ยงที่แตกต่างกันของแต่ละกลุ่ม
- สร้างแผนที่และขึ้นบัญชี “ความเสี่ยง” เพื่อบันทึกตำแหน่งที่อยู่และสถานภาพของผู้สูงอายุทั้งหมดที่มีความเปราะบางเฉพาะอย่าง
- เปิดพื้นที่เฉพาะให้มีการพูดคุยและเปลี่ยนระหว่างผู้สูงอายุและคนหนุ่มสาวเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ระหว่างรุ่นและเพื่อให้การตอบโต้ภัยพิบัติได้ผลสูงสุด
- มีการสื่อสารข้อมูลภายนอกทั้งหมดอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นต้นว่า การสืบค้นทางวิทยาศาสตร์ และนำไปพูดคุยแลกเปลี่ยนกับผู้สูงอายุและชุมชนในวงกว้างอย่างสอดคล้องกับภูมิปัญญาท้องถิ่น

ระบบเตือนภัยล่วงหน้า

เพื่อความมั่นใจว่าระบบเตือนภัยล่วงหน้าถูกออกแบบมาอย่างสอดคล้องต่อผู้สูงอายุที่ให้อำนาจ เข้าใจ และตอบสนองต่อการเตือนภัยนั้น สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- ปรึกษาหารือกับผู้สูงอายุเมื่อมีการระบุตัวชี้วัดที่จะใช้ในระบบเตือนภัยล่วงหน้า และสร้างความมั่นใจว่าผู้มีส่วนได้เสียทุกคนเข้าใจ
- ต้องมั่นใจว่าสารจากการเตือนภัยล่วงหน้าจะเข้าถึงผู้สูงอายุ รวมถึงผู้ที่มีปัญหาด้านประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว หรือมีปัญหาทางจิต
- สัญญาณเตือนภัยต้องมีการส่งซ้ำและมีเครื่องช่วยให้อ่านมองเห็นได้ในระดับดี
- ต้องมั่นใจว่าสัญญาณเตือนภัยล่วงหน้าที่แจ้งให้มีการปฏิบัติตัวบางอย่างเป็นพิเศษนั้น ผู้สูงอายุจะรับรู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามได้เองโดยไม่ต้องรับความช่วยเหลือ
- ต้องมั่นใจว่าสิ่งที่เตรียมการไว้จะพร้อมเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุให้ลงมือตอบสนองต่อสัญญาณเตือนภัยล่วงหน้า เช่น ระบบสนับสนุนการอพยพ

การเตรียมเครื่องอุปโภคบริโภคฉุกเฉิน

เพื่อความมั่นใจว่าเครื่องอุปโภคบริโภคที่จัดเตรียมไว้จะตรงตามความต้องการเฉพาะของผู้สูงอายุทั้งหญิงและชาย สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- ชุดปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้องมีสิ่งของที่เหมาะสมกับท้องถิ่น และยาพื้นฐานต่างๆ เช่น อินซูลิน ยาแก้ปวด (พาราเซตามอล แอสไพริน) ครีมทาฆ่าเชื้อ ยาปฏิชีวนะ
- มีเครื่องใช้เพื่อสุขอนามัยจำพวกกางเกงอนามัยสำหรับผู้ใหญ่และถุงทิ้งขยะ
- เครื่องอุปโภคฉุกเฉินควรมีแว่นสายตาสำหรับอ่านหนังสือ อุปกรณ์ช่วยเดิน เช่น โครงเหล็กช่วยเดิน ไม้เท้า หรือแม้แต่เก้าอี้ล้อเข็น
- เสื้อผ้าที่เตรียมไว้ควรเหมาะสมกับอายุ และควรมีการจัดเตรียมกระเป๋าน้ำร้อนและภาชนะบรรจุน้ำขนาดเล็ก น้ำหนักเบา ที่ผู้สูงอายุสามารถนำติดตัวไปได้ ใส่รวมไปด้วย
- อาหารในชุดฉุกเฉินมีความเหมาะสมรับประทานง่าย ย่อยง่าย บรรจุในภาชนะขนาดเล็กที่ผู้สูงอายุสามารถนำติดตัวไปได้
- มีอุปกรณ์สำหรับช่วยยกและชักกรอก

การอพยพ

เส้นทางอพยพ

เพื่อความมั่นใจว่าเส้นทางอพยพเข้าถึงได้ง่ายและเหมาะสมกับผู้สูงอายุ สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- พิจารณาเส้นทางอพยพและแหล่งพักพิงที่เหมาะสมกับความเร่งด่วนของภัยพิบัติ คำนึงถึงข้อจำกัดในการเคลื่อนไหวของสมาชิกกลุ่มเปราะบางที่สุดของชุมชนเพื่อเข้าถึงตัวพวกเขาได้ทันทีหลังการเตือนภัยและก่อนผลกระทบที่จะมาถึง
- เตรียมระบบสนับสนุนให้พร้อม (ไม่ว่าจะระดับสถาบัน/ชุมชน/บุคคล) เพื่อช่วยผู้สูงอายุที่มีความเปราะบางให้อพยพได้ (เช่น ระบบเพื่อนคู่หู)
- สร้างความมั่นใจว่าเส้นทางอพยพมีขนาดใหญ่พอสำหรับจำนวนคนที่คาดว่าจะใช้เส้นทางนั้น และปราศจากสิ่งกีดขวาง เช่น บันได รอยแยก และพื้นที่ลาดชันสูง
- สัญญาณการอพยพต้องสะดุดตา มีคำแนะนำที่ชัดเจนทั้งภาพและเสียง
- ให้ข้อมูลและมีใบปิดแสดงเส้นทางอพยพ โดยติดตั้งไว้ในสถานที่สาธารณะหรืออาคารของหน่วยราชการ เป็นต้น
- ฝึกซ้อมการอพยพเป็นประจำ โดยมีผู้สูงอายุรวมอยู่ด้วย และทดสอบระบบขนส่งและระบบสนับสนุนอื่นๆ

ศูนย์อพยพ

เพื่อความมั่นใจว่าศูนย์อพยพสามารถเข้าถึงได้ง่ายและเหมาะสมกับผู้สูงอายุ สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- ศูนย์อพยพต้องมีความอบอุ่นและสะดวกสบายสำหรับผู้สูงอายุ มีสิ่งของที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ (ดูหัวข้อการเตรียมเครื่องอุปโภคบริโภค) รวมทั้งมีที่นั่งและสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสม
- มีสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ทางลาดราวจับ และเครื่องยก ให้ผู้สูงอายุใช้เพื่อจะได้เคลื่อนไหวอย่างปลอดภัย
- ให้ความเป็นส่วนตัวและให้เกียรติผู้สูงอายุ โดยจัดพื้นที่ส่วนตัวให้อาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าแยกหญิง-ชาย และให้ความช่วยเหลือตามความต้องการ
- ห้องน้ำควรมีลักษณะดังนี้:
 - ประตูกว้างพอให้เก้าอี้รถเข็นเข้าได้ และใหญ่พอให้ผู้ดูแลเข้าไปช่วยเหลือขณะใช้ห้องน้ำ
 - มีทางลาดและราวจับ
 - ใต้อ่างล้างหน้ามีพื้นที่ว่างพอให้ผู้ที่นั่งเก้าอี้รถเข็นเข้าไปใช้ได้
 - พื้นผิวห้องน้ำปูด้วยวัสดุไม่ลื่น
 - มีมือจับประตูแบบก้านโยกเพื่อให้เปิดง่าย แทนการใช้แบบหมุนทั่วไป



Warren, Antiola/HelpAge-International

กระเป๋าสมบัติส่วนตัว

เพื่อความมั่นใจว่าตัวผู้สูงอายุเองก็มีการเตรียมความพร้อมรับมือกับภัยพิบัติ ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเตรียมข้าวของส่วนตัวให้พร้อมอยู่ตลอดเวลา ในกระเป๋าดังกล่าวอย่างน้อยที่สุดต้องมีสิ่งต่อไปนี้

- แวนสายตาสำรอง
- เครื่องช่วยฟังพร้อมแบตเตอรี่
- ยาประจำตัว (พอใช้หนึ่งสัปดาห์)
- เอกสารแสดงตน
- รายชื่อที่อยู่เพื่อนและครอบครัว และที่อยู่ที่บ้าน
- ผ้าห่มและเสื้อผ้าที่อบอุ่น
- กางเกงอนามัย

การฝึกอบรมชุดปฏิบัติการฉุกเฉิน

เพื่อความมั่นใจว่าผู้ที่เกี่ยวข้องกับการตอบโต้สถานการณ์ฉุกเฉินจะรู้ความต้องการของผู้สูงอายุ และรู้ว่าผู้สูงอายุสามารถใช้ศักยภาพความสามารถของตนเองในการตอบโต้ภัยพิบัติได้ สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- บุคลากรที่ทำหน้าที่ตอบโต้สถานการณ์ฉุกเฉินในท้องถิ่นทุกคนต้องได้รับการฝึกอบรมให้ทำงานกับผู้สูงอายุและตอบสนองความต้องการผู้สูงอายุได้
- สำรองความเป็นไปได้ที่จะให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมในการบริหารจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ ตามความสามารถและทักษะของผู้สูงอายุ (ยกตัวอย่างเช่น ในระบบเตือนภัยล่วงหน้า การประเมินความเสี่ยง การเก็บบันทึกข้อมูล และปฐมพยาบาล)
- มีการฝึกซ้อมรับมือกับภัยพิบัติอยู่เป็นประจำโดยมีชุดปฏิบัติการฉุกเฉินและผู้สูงอายุเข้าร่วมด้วย

การคุ้มครองและการตอบสนองทางจิตสังคม

เพื่อความมั่นใจว่าในการตอบโต้สถานการณ์ฉุกเฉินจะตอบสนองปัญหาความต้องการของผู้สูงอายุด้านการคุ้มครองและด้านจิตสังคม สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- พิจารณาและวิเคราะห์ปัญหาในการคุ้มครองเฉพาะที่ผู้สูงอายุเผชิญ ในบริบทการเตรียมความพร้อม การตอบโต้ภัย และการฟื้นฟู
- จัดฝึกอบรมด้านการให้ความคุ้มครองแก่ทีมปฏิบัติงานฉุกเฉินและองค์กรร่วมงานที่เกี่ยวข้องในการประเมินความต้องการ

- จัดหาหรือส่งต่อข้อมูลให้ผู้สูงอายุและครอบครัวตลอดจนผู้ดูแล เพื่อจะได้ปกป้องตัวเองได้ดีขึ้น โดยคำนึงถึงปัญหาทางสายตาและการได้ยิน ตลอดจนระดับการรู้หนังสือด้วย
- ผู้สูงอายุต้องเข้าถึงที่พักที่ปลอดภัยและมั่นคงแน่นอนหนา ติดอุปกรณ์รักษาความปลอดภัยพื้นฐาน และผู้สูงอายุรู้ว่าจะไปขอรับความช่วยเหลือและข้อมูลที่ไหน ในสถานการณ์ฉุกเฉิน
- ให้ความช่วยเหลือทางจิตสังคมแก่ผู้สูงอายุด้วยการช่วยเหลือผู้สูงอายุและครอบครัวในการรับมือกับภาวะวิกฤติ
- ต้องมั่นใจว่าผู้สูงอายุจะไม่เสี่ยงที่จะพลัดหลงจากญาติพี่น้องขณะจัดสรรที่พักในค่ายอพยพ หากมีโครงการรวมญาติต้องครอบคลุมถึงผู้สูงอายุและเด็กๆ ด้วย
- ระบุตัวผู้สูงอายุที่อาจสนใจให้ความช่วยเหลือทางจิตสังคมแก่ผู้อื่น มีการฝึกทักษะที่จำเป็นให้ผู้สูงอายุด้วย
- ผู้สูงอายุหญิงและชายสามารถเข้าถึงจุดกระจายอาหาร ทั้งด้วยตัวเองหรือตัวแทน และนำอาหารที่ได้รับปันส่วนของตัวเองกลับไปได้
- ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสมจากเสบียงที่มีอยู่และจัดหามาให้ องค์กรต่างๆ ที่ให้ความช่วยเหลือด้านอาหารในสถานการณ์ฉุกเฉินควรปรับการปันส่วนอาหารให้สนองความต้องการผู้สูงอายุ โดยคำนึงถึงสารอาหารรอง รสชาติ ความสามารถในการเคี้ยว การย่อย
- แผนการตอบโต้ภัยพิบัติ ให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมในการประเมินและตรวจสอบด้านโภชนาการและสุขภาพด้วย และชุดปฏิบัติการฉุกเฉินจะได้รับการฝึกอบรมให้ใช้เครื่องมือการประเมินแบบมีส่วนร่วมที่เหมาะสม
- บันทึกสถานะด้านสุขภาพของผู้สูงอายุไว้ในทะเบียนข้อมูลความเสี่ยง ซึ่งจะส่งมอบให้ทีมฉุกเฉินเมื่อเกิดเหตุการณ์วิกฤติขึ้น

แผนการตอบสนองด้านสุขภาพและโภชนาการ

เพื่อความมั่นใจว่า ความช่วยเหลือด้านการดูแลสุขภาพและอาหารในภาวะฉุกเฉินจะสนองความต้องการทางโภชนาการและสุขภาพของผู้สูงอายุได้ สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ



Kate Holt/HelpAge International

- อำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุเข้าถึงสถานดูแลสุขภาพโดยการจัดการรถในการเดินทางหรือคลินิกเคลื่อนที่ สถานดูแลสุขภาพเหล่านั้นควรเหมาะสมกับผู้สูงอายุ (เช่น ห้องตรวจอยู่ชั้นล่างสุด)
- มียาที่จำเป็น คุณภาพดี ไร้บริการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งยาสำหรับโรคเรื้อรังที่จำเป็นต้องรักษาอย่างต่อเนื่อง
- บริการถูกออกแบบมาเพื่อสนองความต้องการของผู้สูงอายุทั้งหมดอย่างเท่าเทียมกัน และทั้งสองเพศมีส่วนในการออกแบบแผนการด้านสุขภาพในภาวะฉุกเฉิน
- ให้ข้อมูลเกี่ยวกับบริการสุขภาพแก่ผู้สูงอายุในรูปแบบที่เหมาะสม
- ฝึกอบรมขั้นพื้นฐานแก่ชุดปฏิบัติการฉุกเฉินเกี่ยวกับความต้องการด้านสุขภาพและโภชนาการของผู้สูงอายุ และวิธีการสื่อสารกับผู้สูงอายุ

ให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการบรรเทาภัยพิบัติและการปรับตัวตั้งรับ

แม้ว่าการเตรียมความพร้อมเพื่อรับมือกับภัยพิบัติจะสามารถลดผลกระทบจากภัยได้ แต่ก็ยังจำเป็นต้องมีการบรรเทาภัยพิบัติและสร้างการตั้งรับในระยะยาวที่จะช่วยลด

ความรุนแรง ขนาด และผลกระทบของภัยพิบัติ และรับมือกับสาเหตุของความเปราะบางทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและ/หรือสภาพร่างกายได้ เนื้อหาส่วนนี้นำเสนอรายการตรวจสอบมาตรฐานขั้นต่ำสุดในการให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุปรับตัวฟื้นชีวิตความเป็นอยู่ ทำการเกษตรที่เหมาะสมกับอายุและสอดคล้องกับสภาพอากาศ จัดหาบริการสินเชื่อรายย่อยและประกันภัยรายย่อยให้แก่ผู้สูงอายุ รวมทั้งมาตรการคุ้มครองทางสังคมเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุด้วย

สนับสนุนผู้สูงอายุให้ปรับตัวฟื้นชีวิต

เพื่อความมั่นใจว่าโครงการและการสนับสนุนด้านอาชีพจะตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- ให้ผู้สูงอายุทั้งหมดเข้ารวมในโครงการประกอบอาชีพ เพื่อความมั่นใจว่าผู้สูงอายุจะได้บ่งบอกความต้องการเฉพาะของตนเองและได้ใช้ประโยชน์จากความสามารถที่มีอยู่
- กลไกในการเข้าถึงสินเชื่อและโครงการทางการเงินอื่นๆ พร้อมดำเนินงานเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะผ่านสมาคมผู้สูงอายุ หรือสถาบันที่ให้กู้ยืมอย่างเป็นทางการ
- เสริมสร้างความเข้มแข็งให้การทำงานของสมาคมผู้สูงอายุ (โดยการให้ทุนและพัฒนาศักยภาพ) เพื่อช่วยเหลือสมาชิก

เข้าถึงบริการ และเป็นที่ยอมรับทางการแพทย์
ทักษะและความรู้

การปรับตัวและการเกษตรที่เท่าทัน สภาพอากาศสำหรับเกษตรกรผู้สูงอายุ

เพื่อความมั่นใจว่าผู้สูงอายุจะเข้าถึง
โครงการแทรกแซงทางการเกษตรที่ออกแบบ
มาเพื่อบรรเทาผลกระทบจากภัยพิบัติต่อการ
บริโภคและการผลิตอาหาร สิ่งสำคัญที่ควร
คำนึงคือ

- สนับสนุนผู้กำหนดนโยบายและผู้ทำ
หน้าที่ตัดสินใจให้พิจารณาถึงความ
ต้องการและความเกี่ยวพันของแรงงาน
ผู้สูงอายุกับการเกษตร ในนโยบายและ
แผนงานด้านการเกษตร ความมั่นคง
ทางอาหาร การพัฒนาเศรษฐกิจ และ
การจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ
- นำความรู้ของผู้สูงอายุเรื่องการเกษตร
พื้นบ้านและปัญหาอุปสรรคทางสิ่ง
แวดล้อมมาใช้ในการพัฒนาการเกษตร
ที่เท่าทันสภาพอากาศซึ่งเหมาะสม
กับท้องถิ่น ควรมองเห็นคุณค่าและ
ยอมรับคุณูปการที่ผู้สูงอายุมีส่วนช่วย
ในการค้นหาทางออกเพื่อระบบเกษตร
ที่ยั่งยืน
- สนับสนุนนโยบายในการทำการเกษตร
หลากหลายแบบและหลายแหล่งรายได้
เพื่อผู้สูงอายุ รวมทั้งให้ความคุ้มครอง
ทางสังคม

ให้ผู้สูงอายุมีโอกาสเข้าถึงสินเชื่อและ ประกันภัยรายย่อย สินเชื่อรายย่อย

เพื่อความมั่นใจว่าผู้สูงอายุจะเข้าถึงบริการ
และและผลิตภัณฑ์ที่เสนอโดยสถาบันที่กู้
ยืมอย่างเป็นทางการ องค์กรพัฒนาเอกชน
และกลุ่มอื่นๆ สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- ทำให้สถาบันการเงินขนาดเล็กและ
องค์กรทางการเงินอื่นๆ เข้าใจความ
ต้องการและศักยภาพของผู้สูงอายุ
สนับสนุนให้สถาบันเหล่านี้ขยายการ
ให้บริการไปยังผู้สูงอายุ โดยยกเลิกข้อ
กำหนดเรื่องอายุ ช่วยผู้สูงอายุให้เข้าใจ
ข้อตกลงและเงื่อนไข และเสนอเงื่อนไข
การจำนองที่มีความยืดหยุ่นมากขึ้น
หากจำเป็น
- มีการนำความเสี่ยงจากภัยพิบัติที่
เกี่ยวข้องในท้องถิ่นมาพิจารณาใน
การออกแบบผลิตภัณฑ์เงินกู้ โดยมี
กำหนดการจำนองที่ยืดหยุ่นในกรณีที่เกิด
(และหลังจาก) ภัยพิบัติ
- ให้ผู้สูงอายุมีสิทธิเข้าร่วมและได้
ประโยชน์จากกองทุนหมุนเวียนที่ชุมชน
บริหารจัดการ หรือโครงการออมเงิน
และให้กู้ยืม

การประกันภัยรายย่อย

เพื่อความมั่นใจว่าผู้สูงอายุเข้าถึงบริการ และผลิตภัณฑ์ที่เสนอโดยผู้ให้ประกันภัย สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- โครงการประกันภัยรายย่อยต้องเข้าถึงคนที่ยากจนที่สุดและสมาชิกกลุ่มที่เปราะบางที่สุดของชุมชน โดยปรับปรุงแก้ไขหลักเกณฑ์คุณสมบัติของผู้เหมาะสมและโครงสร้างการจ่ายคืน ให้ข้อมูลเงื่อนไขการทำประกันภัยในรูปแบบที่เหมาะสมกับวัย ให้ความช่วยเหลือในการยื่นขอทำประกัน
- สนับสนุนสมาคมผู้สูงอายุ/กลุ่มช่วยเหลือตัวเอง หรือกลุ่มเกษตรกร ให้ก่อตั้งกองทุนประกันภัยรายย่อยที่บริหารจัดการโดยชุมชน และฝึกอบรมเรื่องการจัดเก็บบันทึกและการจัดการทางการเงิน

การคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ช่วยบรรเทาภัยพิบัติอย่างไร

เพื่อความมั่นใจว่ากลไกการคุ้มครองทางสังคม (โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้เงินช่วยเหลือ) สนับสนุนผู้สูงอายุให้ปรับพื้นที่วิถีชีวิตให้ดีขึ้น สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงคือ

- สนับสนุนให้ผู้สูงอายุตระหนักในสิทธิของตนเองเพื่อความมั่นคงของรายได้ในวัยชรา และสนับสนุนรัฐบาลให้กำหนดและดำเนินโครงการบำนาญถ้วนหน้า

- พิจารณากลไกการกระจายเงินช่วยเหลือหรือความช่วยเหลืออย่างอื่นจากมุมมองทางการบริหารจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติ เพื่อให้มีแผนการรองรับที่ให้หลักประกันว่าผู้สูงอายุและกลุ่มเปราะบางอื่นๆ จะประสบปัญหาจากการขาดช่วงของการจ่ายเงินน้อยที่สุดในช่วงหรือหลังจากเกิดภัยพิบัติ
- ถ้าเป็นไปได้ โครงการให้เงินช่วยเหลือ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการตอบโต้สถานการณ์ฉุกเฉินนั้น ให้ใช้กลไกการคุ้มครองทางสังคมและระบบการกระจายที่มีอยู่ในการส่งมอบความช่วยเหลือ แทนที่จะทำงานซ้ำซ้อนและก่อให้เกิดความล่าช้า หน่วยงานที่มีอำนาจหน้าที่ในการบริหารจัดการภัยพิบัติ สำนักงานประกันสังคม และธนาคารในท้องถิ่นกับระบบการจ่ายเงินควรวางแผนร่วมกันว่าจะส่งเงินช่วยเหลือฉุกเฉินหลังเกิดภัยพิบัติทันทีได้อย่างไร
- สร้างความมั่นใจว่าโครงการให้เงินช่วยเหลือได้ครอบคลุมผู้สูงอายุแล้ว ซึ่งอาจต้องทำให้ผู้สูงอายุตระหนักถึงวัตถุประสงค์และวิธีใช้เงินบริจาค รวมทั้งทำงานกับผู้ส่งมอบเงินหรือเจ้าหน้าที่รัฐบาลที่อาจจำเป็นต้องยอมรับเอกสารแสดงตนหลายรูปแบบแทนที่จะรับแต่เอกสารที่เป็นทางการซึ่งผู้สูงอายุอาจไม่มี

ข้อเสนอแนะต่อรัฐบาล และภาคประชาสังคมเพื่อ เสริมสร้างความเข้มแข็ง ในการปรับตัวของผู้สูง อายุ

รัฐบาลเป็นผู้รับภาระหน้าที่เบื้องต้นเพื่อความมั่นใจว่าประชาชนและผู้ที่เกี่ยวข้องที่สุดจะมีความปลอดภัย นอกเหนือจากชุมชนเองแล้ว หน่วยงานรัฐที่มีหน้าที่รับผิดชอบต่อการบริหารจัดการภัยพิบัติและภาคประชาสังคมเป็นผู้ตอบโต้ภัยในเบื้องต้น ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่รัฐบาลและภาคประชาสังคมจะจัดการความเสี่ยงภายในประเทศของตนเองและเตรียมความพร้อมให้มากพอรับมือกับความเสียหายจากภัยพิบัติที่จะเกิดขึ้นกับประชาชนของตนเอง

ยิ่งกว่านั้น พวกเขาควรสร้างโอกาสให้ประชาชนปกป้องตนเองและจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตและความเป็นอยู่ของพวกเขา เราขอแนะนำให้รัฐบาลและภาคประชาสังคมสร้างวิธีตั้งรับที่ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมให้เป็นจริงโดย :

- หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หน่วยงานที่มีอำนาจหน้าที่ในท้องถิ่น และชุดตอบโต้สถานการณ์ฉุกเฉินต้องมีงบประมาณ

Coalition of Services of the Elderly



เฉพาะเพื่อสนองความต้องการของผู้สูงอายุและใช้ประโยชน์จากความสามารถของพวกเขา

- นโยบายเกี่ยวกับภัยพิบัติและสถานการณ์ฉุกเฉินแห่งชาติต้องตระหนักชัดถึงความเปราะบางและความสามารถของผู้สูงอายุและกลุ่มเปราะบางอื่นๆ ที่สามารถช่วยเหลือในกิจกรรมบริหารจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติและการสร้างวิธีตั้งรับ
- จัดฝึกอบรมให้ทีมงานที่เกี่ยวข้องในการจัดการภัยพิบัติภาคประชาสังคม ชุดตอบโต้สถานการณ์ฉุกเฉิน และ กองทัพ (ตามความเหมาะสม) เพื่อยกระดับความตระหนักรู้ถึงความต้องการของผู้สูงอายุและเสริมสร้างศักยภาพในการจัดการภัยพิบัติที่ผู้สูงอายุมีส่วนร่วม
- ให้ผู้สูงอายุและกลุ่มเปราะบางอื่นๆ ได้มีบทบาทสำคัญในการวางแผนจัดการภัยพิบัติที่มีฐานอยู่ในชุมชน

แหล่งข้อมูลเพิ่มเติม

The in-depth guideline document
Disaster resilience in an ageing world: How to make policies and programmes inclusive of older people.
Older people in emergencies: identifying and reducing risks, HelpAge International, 2012.
Protection interventions for older people in emergencies, HelpAge International, 2013.
Health interventions for older people in emergencies, HelpAge International, 2012.
Nutritional interventions for older people in emergencies, HelpAge International, 2012.
Food security and livelihoods interventions for older people in emergencies, HelpAge International, 2012.
Guidance on including older people in emergency shelter programmes, HelpAge International/ International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, 2011.

HelpAge International resources on ageing and disaster risk management available at:
www.helpage.org/resources/publications

อ้างอิง

1. National Research Council (2011), *America's climate choices*, Washington DC, The National Academies Press.
2. HelpAge International and United Nations Population Fund (UNFPA) (2012), *Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge*, New York and London, UNFPA and HelpAge International.
3. Wilson N (2006), 'Hurricane Katrina: unequal opportunity disaster', *Public Policy and Aging Report* 16(2), pp 8-13.
4. HelpAge International (2013), *Displacement and older people: the case of the Great East Japan earthquake and tsunami of 2011*, London, HelpAge International.



เขียนโดย Clare Harris และ Jessica Hartog
 รูปหน้าปกโดย Artemio Andaya

Copyright © 2014 HelpAge International
 Registered charity no. 288180

www.helpage.org

องค์กรเฮลพ์เอจ อินเตอร์เนชันแนล
 สำนักงานภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงและแปซิฟิก
 6 ซอย 17 ถนนนิมมานเหมินทร์ ตำบลสุเทพ
 อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50200
 โทร 053 225440 โทรสาร 053 225441
 hai@helpageasia.org

ข้อความใดๆ ในเอกสารฉบับนี้สามารถนำไปคัดลอกหรือพิมพ์ซ้ำได้โดยไม่จำเป็นต้องขออนุญาต หากเป็นไปได้
 วัตถุประสงค์ที่ไม่แสวงหากำไรหรือเพื่อการศึกษา กรุณาเขียนอ้างอิงถึงแหล่งที่มาและจัดส่งสำเนาของเนื้อหาที่ได้มี
 การนำไปพิมพ์ซ้ำกลับมายังสำนักงานองค์กรเฮลพ์เอจ อินเตอร์เนชันแนล (HelpAge International)

