



สูงวัย ปลอดภัยจากหกล้ม ผ่านโลกดิจิทัล



การเข้าถึง อินเทอร์เน็ต

ประชาชนไทย

กว่าร้อยละ 90

มีการใช้อินเทอร์เน็ต



ผู้สูงอายุไทย

กว่าร้อยละ 60

มีการใช้อินเทอร์เน็ต

ข้อเสนอแนะ

- **รู้** เข้าถึงข้อมูล ผ่าน LINE “ล้มกันได้”, facebook, YouTube, เว็บไซต์ เป็นต้น
- **รู้** ปรับ ผ่านคลิป “บ้านผู้สูงอายุกันล้ม”
- **รู้** ความเสี่ยง ออนไลน์ “คัดกรองความเสี่ยงพลัดตกหกล้ม ด้วยตนเอง”
- **รู้** ขยับเพิ่ม ผ่านคลิป “ออกกำลังกายแบบแรงต้าน”

กว่าร้อยละ 60
ผู้สูงอายุเคยได้รับความรู้
คำแนะนำการป้องกัน
การพลัดตกหกล้ม
ซึ่ง 1 ใน 6 ได้รับข้อมูล
ผ่านสื่อออนไลน์

1 ใน 3
ของผู้สูงอายุ
หรือประมาณ 4 ล้านคน
หกล้มทุกปี



1422

ที่มา : กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค
: การสำรวจการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2567 สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม
: รายงานสรุปผลการประเมินความรอบรู้การป้องกันการพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ ปีงบประมาณ2566)

“ กรมควบคุมโรคห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี ”