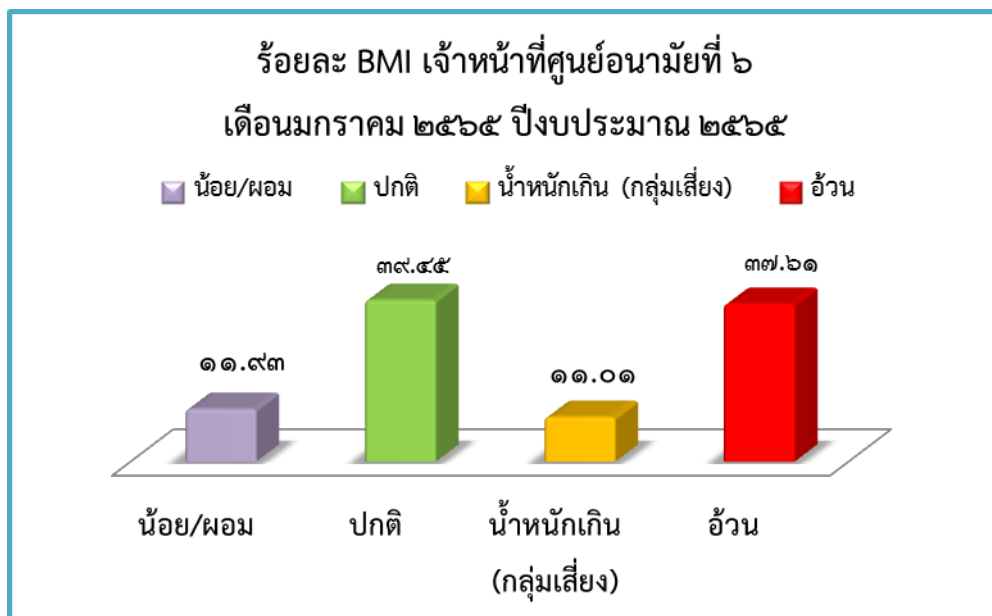


## กิจกรรมการติดตามภาวะสุขภาพชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว ตรวจหาค่า BMI

### ประจำเดือนมกราคม ๒๕๖๕

ทุกสัปดาห์ที่ ๓ ของเดือนศูนย์อนามัยที่ ๖ จะมีกิจกรรมการชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว เจ้าหน้าที่ เพื่อ คำนวณค่า BMI และบันทึกภาวะสุขภาพของเจ้าหน้าที่ ครั้งนี้ได้ดำเนินการในวันที่ ๑๗-๒๑ มกราคม ๒๕๖๕ ซึ่งตรงกับวันตรวจสุขภาพประจำปีของเจ้าหน้าที่อีกด้วย โดยมีเจ้าหน้าที่ของศูนย์อนามัยที่ ๖ ทั้งหมดจำนวน ๑๑๑ คน ได้มีการชั่งน้ำหนักและวัดรอบเอวครบ ๑๐๐% ซึ่งไม่ได้นับรวมเจ้าหน้าที่ ที่ตั้งครุฑจำนวน ๒ คน โดยเจ้าหน้าที่ได้ทำการลงข้อมูลน้ำหนักและรอบเอว ในใบบันทึกประวัติการตรวจสุขภาพด้วยตนเอง ได้ข้อมูล ดังตารางนี้

รายการ	เดือนมกราคม ๒๕๖๕	
	คน	ร้อยละ
น้อย/ผอม < ๑๘.๕	๑๓	๑๑.๗๑
ปกติ ๑๘.๕- ๒๒.๙	๔๓	๓๘.๗๔
น้ำหนักเกิน (กลุ่มเสี่ยง) ๒๓.๐ - ๒๔.๙	๑๒	๑๑.๐๑
อ้วน ≥ ๒๕.๐	๔๓	๓๘.๖๑
รวม	๑๐๙	๑๐๐



จากตาราง ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติสูงสุดจำนวน ๔๓ คน ซึ่งลดลงจากเดือนธันวาคม ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๙.๕๕ รองลงมาคือ ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์อ้วนจำนวน ๔๑ คน มีจำนวนเท่ากับเดือนธันวาคม คิดเป็น ร้อยละ ๓๗.๖๑ และค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้อย/ผอมจำนวน ๑๓ คน ซึ่งมีจำนวนเพิ่มขึ้นจากเดือนธันวาคม จำนวน ๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๙๓ และน้อยที่สุดคือค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักเกิน/กลุ่มเสี่ยง จำนวน ๑๒ คน ซึ่งลดลงจากเดือนธันวาคม จำนวน ๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๐๑ จะเห็นได้ว่าบุคลากรส่วนใหญ่ ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติ แต่มีจำนวนลดลงจากเดือนธันวาคม จำนวน ๒ คน ทำให้มีเจ้าหน้าที่ที่น้ำหนักลดลงต่ำกว่าเกณฑ์เพิ่มขึ้นจำนวน ๒ คน และมีเจ้าหน้าที่ที่น้ำหนักเกินเกณฑ์ น้ำหนักลดลงอยู่ในเกณฑ์ปกติ จำนวน ๑ คน ซึ่งทางคณะกรรมการได้ส่งตัวเลขค่า BMI ให้ทางทีมคณะกรรมการด้านอาหารและออกกำลังกาย วางแผน เพื่อการดูแลสุขภาพของเจ้าหน้าที่ต่อไป

### ภาพกิจกรรม

