

สรุปการประชุมคณะกรรมการพัฒนาองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ

ครั้งที่ ๑/๒๕๖๒

วันที่ ๔ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๒

ณ ห้องประชุมประกายพฤกษ์ ศูนย์อนามัยที่ ๖

.....

ผู้มาประชุม

นายพนิต	โล่เสถียรกิจ	ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๖	ประธานที่ปรึกษา
นายชาญศักดิ์	เทพมาลี	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ	คณะกรรมการ ที่ปรึกษา
นางยุพา	ชัยเพชร	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ	คณะกรรมการ ที่ปรึกษา
นางศิริพร	จริยาจิรวัฒนา	นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ	ประธานคณะทำงาน
นางสาวพลอย	ก่องกุต	นายแพทย์ปฏิบัติการ	รองประธาน
นายวิษณุ	คุณากรธำรง	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะทำงาน
นางสุภาพร	อานมณี	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะทำงาน
นางสาวธัญพร	อศัลย์เศรษฐ์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะทำงาน
นางอนรรฆวี	ศรีเมือง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	คณะทำงาน
นางสาวมนสิชา	เปลี่ยนเพ็ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	คณะทำงาน
นายธีรเดช	อติเจริญกุล	นักเทคนิคการแพทย์ชำนาญการ	คณะทำงาน
นางสาววริยา	บุญทอง	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นายวิระพงษ์	ก่องบุญ	เจ้าพนักงานโสตทัศนศึกษาชำนาญงาน	คณะทำงาน
นางสาวเพ็ญลักษณ์	สุดลอย	นักวิชาการสาธารณสุข	คณะทำงาน
นางสาวสุพัฒตรา	สังข์กร	นักวิชาการสาธารณสุข	คณะทำงาน
นางสาวนิภาพร	ปัญญา	นักวิชาการสาธารณสุข	คณะทำงาน
นายธนาพล	กิตติสิทธิโชค	นักประชาสัมพันธ์	คณะทำงาน
นางสาวภัทรพร	บุตรดี	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงานและ เลขานุการ
นางสาวศุภรัตน์	บ้านใหม่	นักทรัพยากรบุคคล	คณะทำงานและ ผู้ช่วยเลขานุการ
นางสาวปภาวดี	สามพิมพ์	นักวิชาการสาธารณสุข	คณะทำงานและ ผู้ช่วยเลขานุการ

ผู้ไม่มาประชุม (ติดราชการ)

นายสุธีร์	สุนิตย์สกุล	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะทำงาน
นางสาวนุชจรินทร์	พูลสวัสดิ์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	คณะทำงาน
นางสาวชยิสรา	อุ้นคำ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวอมรประภา	ชวนนอก	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	คณะทำงาน

นางสาวชนิษฐา	ดีสม	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นายจิรายุ	สำเนียงดี	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวเลขญา	วัฒน์ชัยพนา	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นายกิตติธัช	สาธิต	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	คณะทำงาน
นางสาวเกสรี่	สัจกุล	เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน	คณะทำงาน
นางสาวรัตดา	สระเสส	เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีปฏิบัติงาน	คณะทำงาน
นางสาวทิพสุตา	สมพงษ์	เจ้าพนักงานธุรการปฏิบัติงาน	คณะทำงาน
นางสาววนิดา	ราชมี	นักวิชาการสาธารณสุข	คณะทำงาน
นายเกษมสันต์	มิลิรันดร์	นักวิชาการพัสดุ	คณะทำงาน
นางสาวปาริชาติ	เอนกคณา	นักวิชาการเงินและบัญชี	คณะทำงาน
นายเกษมสันต์	มิลิรันดร์	นักวิชาการพัสดุ	คณะทำงาน
นางสาวปาริชาติ	เอนกคณา	นักวิชาการเงินและบัญชี	คณะทำงาน

ผู้เข้าร่วมประชุม

นางสาวพัชรพร	การปลื้มจิตต์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
นางวรรณภาพร	งามศิริ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
นางสาวรัตนพร	สุดใจ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
นางอารยา	เกษมสำราญกุล	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
นางสาวสุวิณา	พลศักดิ์	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
นางสุวิมล	เสาวรส	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
นางสาวบุษยา	ผือโย	เภสัชกรปฏิบัติการ
นางสาวสุทมาศ	ตานะเศรษฐ	เภสัชกรปฏิบัติการ
นายสิทธิทัศน์	ผาณิบุศย์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
นางสาวพรวิมล	นภาศัย	นักวิชาการสาธารณสุข

เริ่มประชุมเวลา ๑๓.๓๐ น.

วาระที่ ๑ เรื่องที่ประธานแจ้งที่ประชุมทราบ

เนื่องจากอธิบดีกรมอนามัยมีนโยบาย เน้นการขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ทันสมัยเป็นเครื่องมือในการบริหารจัดการ ซึ่งปัจจุบันเทคโนโลยีมีความสำคัญมาก เช่น Smartphone ของ Huawei สามารถตรวจสอบแคลอรีในอาหารตามปริมาณในแต่ละวันได้ โดยการส่องกล้องผ่านระบบ HiVision เพื่อให้เลือกทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพได้ง่ายขึ้น ดังนั้น ศูนย์ฯ ควรเน้นการให้ความรู้ผ่านสื่อดิจิทัลมากขึ้น เพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลง

วาระที่ ๒ รับรองรายงานการประชุม

ไม่มี

วาระที่ ๓ เรื่องสืบเนื่อง

ไม่มี

วาระที่ ๔ เรื่องเพื่อทราบ

๔.๑ ผลการดำเนินงานการพัฒนาองค์กรความรู้ด้านสุขภาพ (HLO) ปีงบประมาณ ๒๕๖๑ และแนวทางการดำเนินงานฯ ปีงบประมาณ ๒๕๖๒

โลกที่ก้าวเข้าสู่ยุคดิจิทัล ส่งผลให้สังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะข้อมูลด้านสุขภาพที่ได้รับ ทำให้ประชาชนไทยสับสน จึงต้องเกิดการพัฒนาศักยภาพเรื่องการสื่อสารข้อมูลความรู้ที่ถูกต้อง ภายใต้การปฏิรูปที่เรียกว่า องค์กรความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy Organization: HLO)

ผลการดำเนินงานในปี ๒๕๖๑ กลุ่มขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ฯ เป็นแกนนำร่วมกับเจ้าหน้าที่ศูนย์ฯ ในการขับเคลื่อนการเป็นองค์กรความรู้ด้านสุขภาพ ตั้งแต่ เดือน ตุลาคม ๒๕๖๐ – มีนาคม ๒๕๖๑ โดยมีกิจกรรมดังนี้

๑. ศึกษาสถานการณ์ ประเมิน วิเคราะห์กลุ่มลูกค้าภายในและภายนอกองค์กร
๒. แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาองค์กรความรู้ด้านสุขภาพ
๓. ประกาศนโยบายฯ
๔. จัดกิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการการจัดการความรู้สู่ความรู้ด้านสุขภาพ (KM to Health Literacy) เช่น การออกกำลังกาย การทานอาหารเมนูสุขภาพ เป็นต้น โดยเน้นหลัก ๓อ. ออกกำลังกาย อาหาร อารมณ์
๕. จัดทำเครื่องมือ ได้แก่ สื่อประชาสัมพันธ์ HLO ที่เข้าถึง เข้าใจง่าย น่าสนใจ
๖. ประเมินพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรศูนย์ฯ ตามประเด็นการสื่อสารหลัก (๖๖ Key message) ๒ ครั้ง จำนวน ๑๖ ข้อ พบว่า ครั้งที่ ๒ มีผลคะแนนพัฒนาขึ้นจากครั้งที่ ๑ อยู่ในระดับดี ร้อยละ ๖๕.๑๕ โดย ๕ อันดับแรกได้แก่ ๑) หากเราพบคนตกน้ำ ให้ช่วยด้วยวิธี “ตะโกน โยน ยื่น” และ โทร ๑๖๖๙ ห้ามจับอุ้มพาด บ่า/กอดท้อง/ห้อยหัว เพื่อเอาน้ำออก ต้องช่วยด้วยการเป่าปากสลับกับการกดนวดหัวใจ ร้อยละ ๘๖.๔๕ จาก ร้อยละ ๕๒.๔ ๒) เราสามารถป้องกันหรือเลี่ยงอาการออฟฟิศซินโดรม ด้วยการพักสายตาจากจอคอมพิวเตอร์ ทุก ๑๐ นาที เปลี่ยนท่าการทำงานทุก ๒๐ นาที และยืดเหยียดกล้ามเนื้อและแขนทุก ๑ ชั่วโมง ร้อยละ ๘๒.๓๕ จาก ร้อยละ ๕๘.๓ ๓) หญิงวัยเจริญพันธุ์ควรกินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กและวิตามินโฟลิก สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง เพื่อให้สุขภาพแข็งแรงและไม่ซีด ร้อยละ ๘๒.๓๕ จาก ร้อยละ ๕๘.๓ ๔) เราควรรู้วิธีการที่จะคันคว่ำ ตรวจสอบผลิตภัณฑ์ และบริการสุขภาพ เครื่องสำอาง เครื่องมือแพทย์ วัตถุอันตราย จากแหล่งที่เชื่อถือได้และ รู้ว่าร้องเรียนได้ที่ใด ร้อยละ ๖๕.๔๔ จาก ร้อยละ ๕๗.๑ ๕) การวัดไข้ ของตนเองได้เป็นเรื่องจำเป็น, วัดความดัน ของตนเองได้เป็นเรื่องจำเป็น, การจับชีพจรของตนเองได้เป็นเรื่องจำเป็น ร้อยละ ๖๒.๗๘ จาก ร้อยละ ๕๗.๑

จากผลการดำเนินงานในปี ๒๕๖๑ ส่งผลให้ศูนย์ฯ ได้รับรางวัลองค์กรริเริ่มขับเคลื่อนสู่องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ จากการประชุมวิชาการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพไทย ครั้งที่ ๑

จากการสำรวจความรู้ด้านสุขภาพ ครั้งที่ ๑ ในเรื่องระดับความพร้อมของเจ้าหน้าที่ศูนย์ฯ พบว่า ความพร้อมในการทำให้ทุกคนในหน่วยงาน ที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพได้รับข้อมูล ความรู้ และทักษะที่จำเป็น ในการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างทั่วถึง จำนวน ๑๐๘ คน มีความพร้อมอยู่ในระดับ ๘ เรื่องที่ควรพัฒนาเพื่อเตรียมความพร้อมของเจ้าหน้าที่ศูนย์ฯ พบว่า เรื่องที่ควรพัฒนามากที่สุด คือ งบประมาณสนับสนุน ร้อยละ ๔๘.๑๕ รองลงมา ความสามารถในการบริหาร/พัฒนางานของเจ้าหน้าที่ ร้อยละ ๔๐.๗๔ ในเรื่องระดับสุขภาพ ณ ปัจจุบัน ของเจ้าหน้าที่ศูนย์ฯ พบว่า มีสุขภาพอยู่ในระดับ ๘ ในเรื่องการทำกิจกรรมทางกายรวมกันอย่างน้อย ๓๐ นาทีต่อวัน ในเดือนที่ผ่านมา ของเจ้าหน้าที่ศูนย์ฯ พบว่า ส่วนใหญ่ทำกิจกรรมทางกายน้อยกว่า ๑๐ วัน ร้อยละ ๕๓.๗๐ รองลงมา ๑๐ ถึง ๒๐ วัน ร้อยละ ๓๖.๑๑

แผนพัฒนาองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ ปี ๒๕๖๒

เป้าหมายที่ ๑ ศูนย์อนามัยที่ ๖ เป็นองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ มีกิจกรรม ดังนี้

- ๑) จัดทำแผนพัฒนาส่วนขาดตามเกณฑ์องค์ประกอบการเป็นองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ
- ๒) ดำเนินการตามแผนพัฒนาองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ
- ๓) ผลิตสื่อและประชาสัมพันธ์ขับเคลื่อนงานองค์กรความรู้ด้านสุขภาพ

เป้าหมายที่ ๒ บุคลากรศูนย์อนามัยที่ ๖ มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ

- ๑) พัฒนาศักยภาพบุคลากร ได้แก่ การอบรมฟื้นคืนชีพ (CPR) การอบรมอัคคีภัย การสื่อสารความรู้ด้านสุขภาพ เช่น เสี่ยงตามสาย ป้ายไว้นิล บอร์ดประชาสัมพันธ์ เป็นต้น
- ๒) ดำเนินการตามแผนพัฒนาองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ
- ๓) ติดตาม กำกับ และประเมินองค์กรออนไลน์ เจ้าหน้าที่ตอบแบบสำรวจ ร้อยละ ๗๕
- ๔) ประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้คณะกรรมการฯ (ผลการดำเนินงาน ปี ๒๕๖๑ และเปรียบเทียบผลความสำเร็จของการดำเนินงาน)

๔.๒ ผลการดำเนินการสร้างความรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังในโรงพยาบาล ปี ๒๕๖๑ และแนวทางการดำเนินงาน ปี ๒๕๖๒

ผลการดำเนินงาน ปี ๒๕๖๑

การสร้างความรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังในโรงพยาบาล เปิดให้บริการทุกวันพุธและพฤหัสบดี โดยใช้แบบสัมภาษณ์ความรู้ด้านสุขภาพ ดัดแปลงมาจากแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพตามเกณฑ์ ๖๖ key message ของกรมอนามัย (เลือกเฉพาะที่เกี่ยวกับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง) เริ่มตั้งแต่เดือนเมษายน - เดือนสิงหาคม ๒๕๖๑ ผลการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยเข้าร่วมกิจกรรมจำนวน ๖๑ คน มี ๕๓ คนที่มาครบ ๓ ครั้ง มีอายุในช่วง ๒๗-๘๘ ปี การศึกษาส่วนใหญ่สูงสุดระดับประถมร้อยละ ๕๒.๐ ส่วนใหญ่อ่านหนังสือได้คล่องร้อยละ ๖๒.๗ รองลงมา เขียนได้คล่องร้อยละ ๕๗.๖ ส่วนใหญ่ผู้ป่วยได้รับข้อมูลข่าวสารทางด้านสุขภาพจากแพทย์มากที่สุดร้อยละ ๖๒.๗ รองลงมาพยาบาลร้อยละ ๕๗.๒ และจากโทรทัศน์ร้อยละ ๕๔.๒ ส่วนใหญ่การหาข้อมูลสุขภาพของผู้ป่วยจะสอบถามข้อมูลจากแพทย์มากที่สุดร้อยละ ๘๑.๔ รองลงมาจากพยาบาลร้อยละ ๖๑.๐ และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอื่นร้อยละ ๒๗.๑ ส่วนใหญ่แล้วผู้ป่วยจำนำหนักและส่วนสูงตัวเองไม่ได้ร้อยละ ๖๒.๕ จำรอบแวนตัวเองไม่ได้ร้อยละ ๖๒.๕ และไม่สามารถจำความดันโลหิตของตนเองร้อยละ ๘๒.๑ ผู้ป่วยส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตสูง รองลงมาโรคเบาหวานและไขมันในเลือดผิดปกติ

จากการสำรวจความรู้ด้านสุขภาพ พบว่า ด้านการเข้าถึงข้อมูล ส่วนใหญ่ผู้ป่วยทำได้ง่ายเกินร้อยละ ๕๐.๐ ด้านการเข้าใจ ส่วนใหญ่เข้าใจง่ายเกินร้อยละ ๘๐.๐ ด้านการทบทวน มีการทบทวนทุกครั้งต่ำกว่าร้อยละ ๕๐.๐ ด้านการซักถาม ส่วนใหญ่ซักถามบ่อยต่ำกว่าร้อยละ ๕๐.๐ ด้านการตัดสินใจ ส่วนใหญ่ตัดสินใจง่ายเกินร้อยละ ๖๐.๐ ด้านการเปลี่ยนพฤติกรรม ส่วนใหญ่เปลี่ยนพฤติกรรมทำได้ง่ายเกินร้อยละ ๖๐.๐

สรุปผลการศึกษา พบว่าผู้ป่วยยังขาดความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพด้านการทบทวนและด้านการซักถาม กล่าวคือในด้านการทบทวนเรื่องข้อมูลที่ได้จากแพทย์ พยาบาล เภสัชกร และข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพที่ได้จากสื่อออนไลน์ เช่น LINE Facebook Instagram ส่วนด้านการซักถามเรื่องข้อมูลเกี่ยวกับการทำให้สุขภาพแข็งแรง ข้อมูลเกี่ยวกับโรค และข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ (เช่น ยา อาหารเสริม เครื่องสำอาง สมุนไพร) จากแพทย์ พยาบาล จึงควรนำมาหาแนวทางในการดูแลสุขภาพเพื่อเพิ่มความรู้ด้านสุขภาพให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองและบุคคลในครอบครัวได้ต่อไป

จากผลการประเมินความพึงพอใจในการให้บริการ พบว่า ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจระดับมาก

แผนพัฒนาการเพิ่มศักยภาพความรอบรู้ด้านสุขภาพผู้ป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลปี ๒๕๖๒

ในปี ๒๕๖๒ มีแนวทางการดำเนินการ ดังนี้ เปิดให้บริการทุกวันพุธและพฤหัสบดี จัดเตรียมห้อง สื่อสุขภาพ มุมสุขภาพ เพื่อรองรับผู้รับบริการ มีกิจกรรมระหว่างผู้ป่วยรอเข้าพบแพทย์ โดยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านสุขภาพคลินิกผู้ป่วยโรคเรื้อรัง มีนวัตกรรมตรวจเท้าเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพ และให้บริการผู้ป่วยโรคเบาหวานพร้อมติดตามผู้รับบริการที่มีความผิดปกติ ซึ่งจะนำไปหาอุปสรรคในปี ๒๕๖๑ มาพัฒนา คือ ปรับเปลี่ยนการให้บริการ สถานที่ห้องให้ความรู้ โดยจัดให้ใกล้ห้องตรวจโรคมากขึ้น จัดสื่อส่งเสริมความรู้ มีมุมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น สามารถค้นหาความรู้ด้านสุขภาพได้ด้วยตนเอง มีกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านสุขภาพ มีจุดวัดความดันโลหิตในห้องตรวจ มีป้ายประชาสัมพันธ์ วิธีการวัดความดันให้ผู้รับบริการเห็น และสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ชัดเจน มีการติดลำดับคิวผู้รับบริการทุกคิวและมีเครื่องขยายเสียง เรียกผู้รับบริการตามลำดับ

๔.๓ วิธีการดูแลตนเองให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีรูปร่างที่ดี

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เริ่มจากการสร้างแรงบันดาลใจ การปรับทัศนคติ มี ๔ วิธี ได้แก่ ๑) อาหาร ควรรับประทานข้าวไม่ขัดสี และรับประทานให้น้อยกว่าพลังงานที่ควรได้รับ (คำนวณแคลอรีที่ได้ควรได้รับในแต่ละวัน) ดื่มน้ำให้บ่อยครั้งให้เท่าที่ร่างกายต้องการ โดยคิดจากน้ำหนักตัวเอง [(น้ำหนัก $\times$ ๒.๒ $\times$ ๓๐) $\div$ ๒] ๒) การออกกำลังกาย เช่น การวิ่ง โยคะ การออกกำลังกายขณะทำงาน เช่น การเกร็งหน้าท้อง การยืดเหยียดกล้ามเนื้อบริเวณคอ เป็นต้น ๓) การพักผ่อน ควรนอนวันละ ๗-๘ ชั่วโมง ๔) ความเครียด

วาระที่ ๕ เรื่องเพื่อพิจารณา

ไม่มี

มติที่ประชุมรับทราบ

ปิดประชุม เวลา ๑๕.๓๐ น.

นางสาว

นางสาว

นางสาวพรวิมล นาคาศัย

นักวิชาการสาธารณสุข

ผู้จรรายงานการประชุม



นางศิริพร จริยาจิรวัดนา

นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ

ผู้ตรวจรายงานการประชุม