

“สุขศึกษาไทยกับวิถีชีวิตใหม่ New Normal ที่คนไทยต้องปรับตัว”

รายการคุยสนุกเพื่อสุขภาพ ตอนที่ 73 เผยแพร่ผ่านยูทูปแชนแนล

<https://www.youtube.com/channel/UCYMvEkSiO6iYrxnwx-sxmyQ>

<https://youtu.be/uYAylWhPr38>

วิทยากร

ศ.ดร.สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ นายกสมาคมวิชาชีพสุขศึกษา

นายชาญยุทธ พรหมประพัฒน์ ผู้อำนวยการกองสุขศึกษา



สุขศึกษาในวิถีชีวิตใหม่ต้องทำอะไร

นายกสมาคมวิชาชีพสุขศึกษา: “สุขศึกษาเน้นกระบวนการเรียนรู้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เราจำเป็นต้องเรียนรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 ว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร เกิดกับใคร สาเหตุเป็นอย่างไร เพราะเป็นข้อมูลเพื่อการเรียนรู้ จะได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ถูกต้อง โรคนี้เกิดขึ้นมาเป็นครั้งแรก วงการแพทย์ วงการสาธารณสุข พุดกันว่า ติดต่อกันได้โดยเสมหะและละอองฝอยเล็กๆ ทางอากาศ ความสำคัญก็คือว่า องค์กรความรู้ของแต่ละกลุ่มต้องชัดเจนว่ากลุ่มนี้ได้ความรู้อะไร เนื้อหาจะเป็นอย่างไร ให้อย่างไร ความรู้มันเยอะ หากสืบค้นต้องมี Set ของความรู้ที่เหมาะสมกับเรื่องที่จะนำไปสู่การปฏิบัติตัวและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แนวคิดของสุขศึกษาก็คือ ทำอย่างไร เราจึงจะได้องค์ความรู้ที่ครบถ้วน สมบูรณ์ เป็นปัจจุบันมากที่สุด”

ผู้อำนวยการกองสุขศึกษา: “การเรียนรู้เรื่องโควิด-19 ต้องศึกษาการป้องกันว่าเราจะทำอย่างไร การเรียนรู้เรื่องโควิด-19 ต้องศึกษาการป้องกันว่าเราจะทำอย่างไร แล้วเราก็นำสิ่งเหล่านี้มาปรับเปลี่ยนวิถีการถ่ายทอดให้กับประชาชน สำหรับในกลุ่มนักเรียน เราทำการสร้างเสริมผ่านสุขบัญญัติ กลุ่มคนที่มีพฤติกรรมไม่ถูกต้อง ต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุถือเป็นกลุ่มเสี่ยงซึ่งเราจะต้องป้องกัน จากคนที่เข้าไปสัมผัส ว่าจะต้องดูแลตัวเองอย่างไรที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงน้อยที่สุด งานสุขศึกษานั้นบางคนเข้าใจว่าเป็นการสอนจริงๆ ไม่ใช่ การสอนเป็นวิธีการหนึ่งของสุขศึกษาเท่านั้น”

นโยบายมีความสำคัญต่องานสุขภาพอย่างไร

นายกสมาคมวิชาชีพสุขภาพ: “การผลักดันนโยบายในเรื่องกระบวนการสุขภาพเป็นเรื่องสำคัญ กระบวนการมี 3 กระบวนการใหญ่ๆ คือ การให้บริการรักษา เป็นที่ประจักษ์กับคนทั่วไปว่าเราให้บริการชั้นเยี่ยม ควบคู่กันไปคือมาตรการทางด้านกฎหมาย ความเข้มข้นทางกฎหมายเป็นเรื่องสำคัญ และมาตรการที่ 3 ก็เป็นมาตรการให้ความรู้ เรียกว่ามาตรการสุขภาพ การยอมรับในเรื่องของความรู้ที่ถูกต้อง และนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ เราจำเป็นต้องมีการผลักดัน ตั้งแต่ระดับผู้บริหารในส่วนกลาง ไปกระทั่งผู้บริหารภูมิภาค การผลักดันนโยบายนี้เริ่มจากส่วนกลางไปส่วนภูมิภาค ไปจังหวัด ไปอำเภอ ไปตำบล ลงไประดับล่าง กระทั่งถึงหมู่บ้าน นโยบายอะไรที่ได้รับการสนองตอบจากประชาชนทุกกลุ่ม นโยบายนั้นก็ประสบความสำเร็จ เช่นการดำเนินงานเกี่ยวกับโรคโควิด-19 มีความสอดคล้องเป็นไปได้อย่างดี ประชาชนยอมรับนโยบายจากส่วนกลางลงไปกระทั่งถึงระดับพื้นที่”

ผู้อำนวยการกองสุขภาพ: “กองสุขภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ สนับสนุนนโยบายจัดบุคลากรตามส่วนภูมิภาค ไม่ว่าจะเป็นจังหวัด โรงพยาบาลอำเภอ ตำบล รวมถึงหมู่บ้าน ขับเคลื่อนนโยบายผ่านระบบต่างๆ ถ้าบุคลากรระดับพื้นที่ต้องการการสนับสนุนจากส่วนกลาง งานส่งเสริม ป้องกัน รักษา ฟื้นฟู ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของงานสุขภาพที่เราต้องดูแล ขณะเดียวกันงานของเราที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ซึ่งเป็นงานส่งเสริมสุขภาพของคน ส่งเสริม สนับสนุน พัฒนา ผลักดันให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และแกนนำสุขภาพครอบครัว มีการดำเนินงานร่วมกัน โดยส่งเสริมสิ่งที่ควรรู้ ทำให้ประชาชนมีความสามารถในการป้องกันและดูแลตนเองได้ โดยเฉพาะกรณีโรคโควิด-19”

วิกฤติโรคโควิด-19 ทำท่างานสุขภาพอย่างไรบ้าง

นายกสมาคมวิชาชีพสุขภาพ: “เรื่องที่เราพูดอยู่เสมอ คือ ในทุกวิกฤติ มักจะมีโอกาส อย่างการเกิดโรคโควิด-19 ทำให้เกิดวิถีชีวิตใหม่ขึ้นมา ที่เรียกว่า New Normal เป็นวิถีชีวิตที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในด้านที่ดี คนช่วยเหลือกัน สนับสนุนกัน แบ่งปันกัน แจกอาหาร เข้าแถวอย่างเป็นระเบียบ มีตู้ปันสุข จะเห็นว่าพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนหันมาสนใจใส่หน้ากากอนามัย ตั้งแต่ผู้บริหารไปกระทั่งถึงชาวบ้าน พฤติกรรมการกักตัวเองในบ้าน ไม่ไปสูงส่งกับเพื่อน ในที่คนอยู่กันเยอะๆ ซึ่งมีโอกาสแพร่กระจายเชื้อโรค เราก็หยุดได้ เมื่อก่อนเราบอกว่า “กินร้อน ช้อนกลาง ..” ตอนนี้ “ช้อนใคร ช้อนมัน” เราจะเห็นรูปแบบของการกระทำพฤติกรรมของคนไทย เราปรบมือให้กับคนไทย ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน จะทำอย่างไรให้สิ่งที่เกิดขึ้นในทางที่ดีนี้เป็น New Normal คงอยู่ต่อไปเรื่อยๆ เราจะเลือกเอาสุขภาพหรือจะเลือกเอาเงินทอง หรือกับการทำมาหากิน จะเห็นว่าประชาชนเลือกเอาสุขภาพก่อน เพราะต่างเห็นด้วยกับการปิดเมือง ปิดประเทศ ปิดสถานที่ต่างๆ คือไม่ตาย ไม่ทำมาหากิน ไม่หาเงิน คำนิยมทางด้านสุขภาพ การป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพ พฤติกรรมอะไรก็แล้วแต่ ที่ทำให้เราไม่เป็นโรคได้จะมาอันดับหนึ่ง ถ้าให้เลือกก็ตัดสินใจเลือกสุขภาพก่อน มันเป็นวิถีชีวิตใหม่ ซึ่งเกิดจากวิกฤติของการเกิดโรคนี้”

ผู้อำนวยการกองสุขภาพศึกษา: “โรคโควิด-19 มีผลทำให้เกิดพฤติกรรมที่ส่งเสริมให้คนเกิดความใส่ใจเรื่องสุขภาพมากขึ้น เดิมเราให้ความรู้ วัสดุปฏิบัติ แต่ปรากฏว่า มีคนบางส่วนก็ยังไม่ปฏิบัติ พอเห็นว่ามันมีอันตรายถึงชีวิต คนก็จะให้ความสำคัญมากขึ้น ถ้าเราสามารถทำให้เป็นกิจวัตรประจำวัน พอกลับมาบ้านแล้วต้องล้างมือ อาบน้ำ สระผม ให้เรียบร้อย แล้วเราก็อยุไปพบปะคนในครอบครัว มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม จะทำอย่างไรให้เรามีการเว้นระยะห่าง แต่หลังจากมีโรคโควิด-19 เกิดขึ้น ผู้ประกอบอาหารใส่หน้ากากอนามัยมากขึ้น ซึ่งช่วยให้เรามีความปลอดภัยขึ้น ลดการแพร่เชื้อได้ส่วนหนึ่ง เป็นสิ่งที่ควรจะทำต่อเนื่อง ไม่ใช่ว่าพอโรคโควิด-19 ไปแล้ว ก็เลิกทำ รวมทั้งการมีน้ำใจต่อกัน ทั้งผู้ให้บริการ ผู้บริหาร คนที่เขทำงานช่วยเหลือ เราต้องมาดูแลในโรงพยาบาลบ้าง อยู่ในชุมชนบ้าง ทำทั้งใน State quarantine ทั้ง Local quarantine หรือแม้กระทั่งใน อสม. ซึ่งต้องมีหน้าที่ในการที่จะต้องไปช่วยดูแลในชุมชน เขาเป็นคนที่ทำเพื่อสังคม ต้องให้กำลังใจกับพวกเขา ที่เราพูดมาทั้งหมด คือส่วนหนึ่งของการที่เราเคยสื่อสารกันด้วย “สุขบัญญัติแห่งชาติ” ซึ่งเป็นพื้นฐานของพฤติกรรมสุขภาพที่สำคัญ คือ พฤติกรรมล้างมือ ใส่หน้ากาก เพื่อป้องกันตัวเองและคนอื่น รวมทั้งการเว้นระยะห่างและเรื่องการมีน้ำใจต่อกัน”

กลุ่มวิชาชีพ มีความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหาสุขภาพของประเทศอย่างไร

นายกสมาคมวิชาชีพสุขภาพ: “วิชาชีพที่ทำงานเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ ให้คิดไว้เสมอว่า การทำงานด้านสุขภาพนี้ ต้องทำงานด้วยความรัก ด้วยความเข้าใจในผู้มารับบริการ เจ้าหน้าที่เราในระดับ รพ.สต. ท่านเป็นด่านหน้า ที่อยู่ใกล้ประชาชน ทำอย่างไรจะสร้างความเข้าใจในช่วงระยะที่มีการแพร่ระบาด ให้ประชาชนมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ให้เขาเกิดการยอมรับว่า สิ่งเหล่านี้คือ สิ่งที่ต้องกระทำ และต้องทำต่อไป ถ้าเราทำงานด้วยความสุขที่ได้จากการทำงาน อันนี้แหละจะเป็นเรื่องที่ดีที่สุด”

ผู้อำนวยการกองสุขภาพศึกษา: “ถ้าเรามีพื้นฐานทางสุขภาพอนามัยที่ดี สุขอนามัยส่วนบุคคลที่เราต้องดูแลตัวเอง ขณะเดียวกัน พอเราดูแลตัวเองดีแล้ว มีน้ำใจต่อคนอื่น สามารถดูแลสังคม ดูแลคนรอบๆ ตัวเรา ไม่ว่าจะเป็นชุมชน หมู่บ้าน โรงเรียน อีกส่วนที่สำคัญคือ เจ้าหน้าที่ในระดับพื้นที่ถือเป็นบุคคลที่มีส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนงานให้สำเร็จ ผাগให้กำลังใจทุกท่าน เราคงไม่ได้มีครั้งนี้ครั้งเดียวที่ร่วมมือกันทำงานทั่วประเทศ ทำอย่างไรให้เขาจดจำว่า คือคนสำคัญที่จะขับเคลื่อน ในการดูแลสุขภาพของตนเองและประชาชนให้มีวินัยในการดูแลสุขภาพ”

* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา *

ขาย ถูก สุด ๆ

- คอนโดเชียงใหม่ทาวเวอร์ ชั้นที่ 13 พื้นที่ 50 ตารางเมตร ตรงข้ามกับ
โรงแรมเชียงใหม่ภูคำ ซื้อจากโครงการ 875,000 บาท ขาย 400,000 บาท
- คอนโดชั้น 5 บางใหญ่ซีดี ซื้อจากโครงการ 285,000 บาท ขาย 150,000 บาท
- ที่ดินเปล่า 2 แปลง 300 กว่า และ 100 ตารางวา
ขายตารางวาละ 5,500 บาท อยู่หลังปั้ม ปตท.มัญจาคีรี จ.ขอนแก่น
- ที่ดินจัดสรรคคลอง 3 อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี
คนละฟากถนนตรงข้ามวัดธรรมกาย เนื้อที่ 575 ตารางวาๆ ละ 15,000 บาท

ติดต่อ สมจิตต์

โทร. 081-768-8808, โทร. 081-866-9218



ขายนา 102 ไร่ ๆ ละ 150,000 บาท

อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี

ติดถนน ด้าน หลังติดคลองชลประทาน

ห่างรถไฟรางคู่ 60 เมตร ใกล้ชุมชน โรงเรียน

ติดต่อ ชัยสิทธิ์ โทรศัพท์ 081-484-4030

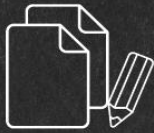
* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา *

* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา *

“สร้างมุมมองการเรียนรู้
รูปแบบใหม่ผ่านสื่อการเรียนรู้
ที่สร้างสรรค์”



Harmonist
Consultant
บริษัท ฮาร์โมนิสท์ คอนซัลแตนท์ จำกัด



ออกแบบเนื้อหา
ให้เข้าใจง่าย



สร้างการเรียนรู้ที่สนุก



สร้างบรรยากาศการมี
ส่วนร่วมในการเรียนรู้

Harmonist Consultant

บริษัท รับออกแบบและผลิตสื่อการเรียนรู้



สื่อเพื่อส่งเสริมการขับเคลื่อนโครงการ
HEALTHY ORGANIZATION



สื่อเพื่อส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ
HEALTH LITERACY



สื่อเพื่อส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ
ประเด็น การป้องกันกลุ่มโรค NCDs

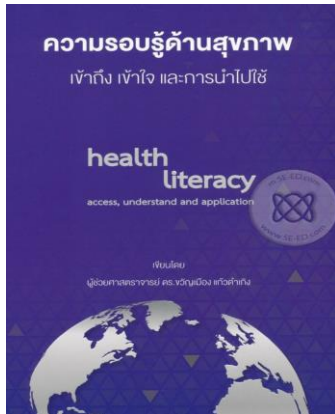
สนใจติดต่อ เบอร์ 098-505-2880 , 086-515-5455, 02-589-0353

* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา *

* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา *

หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: เข้าถึง เข้าใจ และการนำไปใช้

เขียนโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง



เนื้อหา 228 หน้า ราคา 220 บาท ประกอบด้วย

ส่วนที่หนึ่ง พัฒนาการ องค์ประกอบ และการประเมิน

บทที่ 1 พัฒนาการของความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 2 องค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 3 การประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ส่วนที่สอง การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับบุคคล

บทที่ 4 กระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 5 การสร้างการเรียนรู้และการสื่อสาร

บทที่ 6 กลวิธีสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพของบุคคล

ส่วนที่สาม การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับองค์กร

บทที่ 7 องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literate Organization)

บทที่ 8 องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

กับการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ

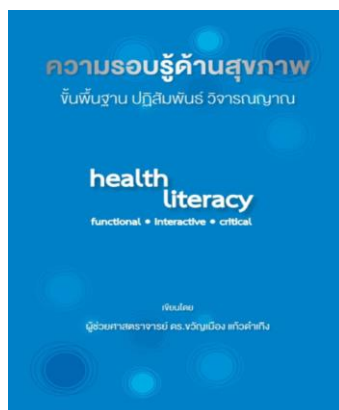
ส่วนที่สี่ แนวโน้มการพัฒนา และบทสรุปสังท้าย

บทที่ 9 แนวโน้มการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 10 บทสรุปสังท้าย

หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: ชั้นพื้นฐาน ปฏิสัมพันธ์ วิจัยญาณ

เขียนโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง



เนื้อหา 180 หน้า ราคา 170 บาท ประกอบด้วย

บทที่ 1 แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 2 หลักการของความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 3 ระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 4 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นพื้นฐาน

บทที่ 5 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นปฏิสัมพันธ์

บทที่ 6 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นวิจัยญาณ

บทที่ 7 ความรอบรู้ด้านสุขภาพกับการพัฒนาปัญญาของมนุษย์

บทที่ 8 Health Literate Organization & Happy Workplace

บทที่ 9 บทสรุปสังท้าย

หนังสือ มีจำหน่ายที่ศูนย์หนังสือจุฬาทุกสาขา, ร้านนายอินทร์, ร้านซีเอ็ดบุ๊ค, ร้านหนังสือชั้นนำ

หนังสือรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์ อ่านง่าย ใช้งานสะดวก สั่งซื้อได้แล้วที่ www.niin.com

โปรดติดตาม หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: กระบวนการ ปฏิบัติการ เครื่องมือประเมิน

* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา *