



วารสาร

# สมาคมวิชาชีพสุขภาพ

Journal of The Health Education Professional Association

ISSN 2730-1915



ปีที่ 36 ฉบับที่ 1

Vol. 36 No. 1



มกราคม - มิถุนายน 2564

January - June 2021

## วารสารสมาคมวิชาชีพสุขภาพ

## Journal of The Health Education Professional Association

<http://hepa.or.th/journal.php>

ISSN 2730-1915 (Online)

**วัตถุประสงค์** เพื่อเผยแพร่ความรู้ทางวิชาการและผลงานวิจัยด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ ส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันควบคุมโรค อันเป็นประโยชน์ต่อผู้ปฏิบัติงานและผู้สนใจทั่วไป รวมทั้งเป็นสื่อสร้างเสริม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลากรที่เกี่ยวข้อง

**เจ้าของ** สมาคมวิชาชีพสุขภาพ <http://hepa.or.th>

เลขที่ 420/1 อาคาร 3 ชั้น 7 ถนนราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ 02-3548553 อีเมล [hepathai@gmail.com](mailto:hepathai@gmail.com)

**กำหนดเผยแพร่** ปีละ 2 ฉบับ เดือนมกราคม-มิถุนายน และ เดือนกรกฎาคม-ธันวาคม รูปแบบออนไลน์

**คณะที่ปรึกษา**

ศ.ดร.สมจิตต์ สุพรรณทัศน์  
ศ.พิเศษ ดร.นพ.วิชัย เทียนถาวร  
ดร.นพ.พรเทพ ศิริวนารังสรรค์  
รศ.ดร.นพ.พิทยา จารุพูนผล  
รศ.สุพัฒน์ อีระเวชเจริญชัย  
ผู้อำนวยการกองสุขภาพ

**บรรณาธิการ**

รศ.ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง

**ผู้ช่วยบรรณาธิการ**

นางนลินี มกรเสน  
นายสรรงค์กฤษณ์ ดวงคำสวัสดิ์  
นางจรรณี ชัยชาญชีพ

**กองบรรณาธิการ**

รศ.ดร.สุรีย์ จันทน์โมลี  
รศ.ดร.อดิศักดิ์ สัตย์ธรรม  
ศ.ดร.เอมอชมา วัฒนบูรานนท์  
รศ.ดร.เฉลิมพล ต้นสกุล  
รศ.ดร.สุปรียา ต้นสกุล  
รศ.ดร.พานี สีตกะลิน

**กองบรรณาธิการ**

รศ.ดร.ยุวดี รอดจากภัย  
รศ.ดร.พรรณณี ปัญชรทัตถกิจ  
รศ.ดร.นิทัศน์ ศิริโชติรัตน์  
ผศ.ดร.จันทร์วิภา ดิลกสัมพันธ์  
ผศ.ดร.ดุชนิ ศุภวรรธนะกุล  
ผศ.ดร.มลินี สมภพเจริญ  
ผศ.ดร.ดวงเนตร ธรรมกุล  
นางสาวสมบุญม์ ขอสกุล  
ดร.กันยารัตน์ กุญสุวรรณ  
นายยุทธพงษ์ ขวัญขึ้น  
นายปรีชา สุสันทัด  
นายชัยสิทธิ์ ลูกรักษ์  
นางเพ็ญศรี เกิดนาค  
นางจริยากร ดิษจินดา  
นางวิลาวัลย์ ตั้งสัตยาธิษฐาน  
นางพรทิพย์ เรืองมี  
นางธิดารัตน์ บุญทรง  
นางพรทิพย์ เอกสุวีรวงษ์  
นางอวาทีพย์ แว

**กรรมการบริหารสมาคม ชุดที่ 16**

วาระ 28 กันยายน 2562 ถึง 27 กันยายน 2566

ศ.ดร.สมจิตต์ สุพรรณทัศน์	นายกสมาคม
รศ.ดร.ยุวดี รอดจากภัย	อุปนายกสมาคม
รศ.ดร.เฉลิมพล ต้นสกุล	เลขาธิการ
นายปรีชา สุสันต์	รองเลขาธิการ
รศ.ดร.สุปรียา ต้นสกุล	วิชาการ
รศ.ดร.พาณี สีตกะลิน	วิเทศสัมพันธ์
รศ.ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง	แผนงานโครงการ
นางเพ็ญศรี เกิดนาค	ปฎิคม
นายสรรงค์ภรณ์ ดวงคำสวัสดิ์	สื่อสารองค์กร
ผู้อำนวยการกองสุขศึกษาหรือผู้แทน	ประชาสัมพันธ์
นางนลินี มกรเสน	นายทะเบียน
นางจริยากร ดิษจินดา	สวัสดิการ
นายชัยสิทธิ์ ลูกרךษ์	ส่งเสริมรายได้
นางนภาพร ม่วงสกุล	เหรียญก
นางจรรุณี ชัยชาญชีพ	บรรณาธิการ
รศ.สุวัฒน์ ธีรเวชเจริญชัย	กรรมการกลาง
รศ.ดร.สุรีย์ จันทรมโกลี	กรรมการกลาง
ผศ.ดร.จันทร์วิภา ติลกสัมพันธ์	กรรมการกลาง
นางสาวสมบูรณ์ ขอสกุล	กรรมการกลาง

## บทบรรณาธิการ



วารสารสมาคมวิชาชีพสุขศึกษาฉบับนี้ มีบทความวิชาการ บทความวิจัย และผลงานเด่นที่น่าสนใจศึกษา โดยได้รับความอนุเคราะห์จากท่านผู้ทรงคุณวุฒิทั้งภายในกองบรรณาธิการและผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ที่ให้ความกรุณาและเอื้อเฟื้อเป็นอย่างดี ทั้งนี้ ขอความกรุณาทุกท่านได้ช่วยกันส่งต่อต้นฉบับวารสารฯ และที่อยู่เผยแพร่ไปสู่อุบัติการในหน่วยงานและนิสิตนักศึกษาด้วยช่องทางต่าง ๆ โดยดาวโหลดวารสารฯ ต้นฉบับได้ที่ <http://hepa.or.th/journal.php> และขอเชิญชวนเข้าใช้บริการ “ชั้นหนังสือ ครอบรู้ ทันสมัย น่าอ่าน” ซึ่งให้บริการหนังสือวิชาการแก่สมาชิกและประชาชนทั่วไป สมาชิกสามารถร่วมบริจาคหนังสือที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสังคมมาเผยแพร่ได้ที่ [hepathai@gmail.com](mailto:hepathai@gmail.com)

สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในสังคมไทยลุกลามหลายระลอกรุนแรงกว่าปี 2563 มีผู้เสียชีวิตเพิ่มนับสิบรายต่อวันติดต่อกัน และมีแนวโน้มว่าสถานการณ์จะไม่สิ้นสุดอย่างน้อยก็ภายในปีนี้ ผลของการมีโรคระบาดเกิดขึ้นเห็นได้ชัดว่ากระทบต่อคนจนอย่างรุนแรง และขยายช่องว่างให้ห่างกับคนรวยมากขึ้น โดยอาจต้องใช้เวลาทำงานพัฒนาอีกนานปี กว่าจะสามารถลดช่องว่างได้เท่าที่เคยทำมาแล้ว ในขณะที่คนรวยจะลำบากก็ตรงที่ออกไปท่องเที่ยวใช้จ่ายในต่างประเทศไม่ได้ ซึ่งน่าจะประหยดงบประมาณนี้มาบริจาคกันมากๆ คงจะช่วยลดช่องว่างที่เกิดขึ้นเพราะสถานการณ์นี้ลงไปได้บ้าง ส่วนมาตรการป้องกันโรคของหน่วยงานสาธารณสุข ได้รับการปฏิบัติแบบการ์ดสูงในคนบางกลุ่มและลดหรือไม่ตั้งการ์ดเลยในคนบางกลุ่ม อันว่ากลุ่มคนที่ไม่รู้ร้อนรู้หนาวกับสังคม ก็มักจะสร้างปัญหาให้กับคนอื่นกลุ่มหนึ่ง เป็นเช่นนี้เลยหนอ

กิจกรรมของสมาคมวิชาชีพสุขศึกษา มีความจำเป็นต้องเลื่อนออกไปทั้งการประชุมวิชาการสุขศึกษาแห่งชาติ และการประชุมใหญ่สามัญประจำปี 2564 สำหรับกิจกรรมอื่นในช่วงครึ่งปีหลัง คงต้องติดตามสถานการณ์ต่อไป อย่างไรก็ตาม วารสารสมาคมวิชาชีพสุขศึกษาจะพยายามทำหน้าที่เป็นเวทีเผยแพร่ความรู้ทางวิชาการและเป็นสื่อสัมพันธ์กับสมาชิกและบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อเติมคุณค่าให้กับการพัฒนาสังคมไทยต่อไป.. ช่วยกันไปนะครับ



(รศ.ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง)

บรรณาธิการ



## สาร จาก นายกสมาคมนักวิชาชีพศึกษา

เรียน สมาชิกสมาคมนักวิชาชีพศึกษาและท่านผู้อ่านวารสารทุกท่าน

วารสารฉบับนี้ก็อยู่ในช่วงที่ประเทศชาติกำลังประสบปัญหาสุขภาพที่ยิ่งใหญ่ที่สุด ซึ่งทุกท่านก็คงทราบดีว่าคือ ปัญหาโรคโควิด 19 ซึ่งส่งผลกระทบต่อทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นบุคคลทุกอาชีพ ทุกครัวเรือน บริษัท ห้างร้าน องค์กร หน่วยราชการ สถาบันการศึกษาทุกแห่ง ต่างก็ได้รับผลกระทบไม่มากก็น้อย ซึ่งสภาพการณ์เช่นนี้ไม่เคยเกิดขึ้นมาในประเทศในรอบ 100 ปี

วารสารฉบับนี้ มีบทความให้ท่านผู้อ่านได้เข้าใจวิถีชีวิตของประชาชนในช่วงเผชิญภาวะวิกฤตโควิด 19 นอกจากนี้ มีบทความทางวิชาการเรื่องการพัฒนาระบบการเรียนรู้ที่สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ ซึ่งน่าจะเป็นบทความที่น่าสนใจสำหรับนักวิชาชีพ งานวิจัยก็มีอยู่ด้วยกันหลายเรื่อง ซึ่งล้วนเป็นข้อมูลที่มีประโยชน์สำหรับผู้ทำงานด้านสาธารณสุขและการศึกษา สำหรับผู้ที่รักการพักผ่อนก็สามารถอ่านได้จากรายการการท่องเที่ยว “อ้อมกอดทรายกับทะเล” เสนอให้เป็นทางเลือกในการไปพักผ่อน เพื่อคลายความเครียดจากปัญหาสุขภาพที่มีอยู่ในขณะนี้ ชาวในแวดวงศึกษาก็มีเสนอไม่เสนอความเคลื่อนไหวในวงการศึกษาก็ให้สมาชิกได้ทราบ ท่านผู้อ่านสามารถส่งข่าวความเคลื่อนไหวของบุคคลหรือหน่วยงานให้ทางบรรณาธิการรวบรวมเผยแพร่ในฉบับต่อไป

การประชุมวิชาการศึกษาครั้งที่ 20 ซึ่งกำหนดไว้ในครั้งแรกจะจัดให้มีระหว่างวันที่ 20 ถึง 23 พฤษภาคม 2564 ก็เลื่อนไปโดยปัญหาโรคโควิด สมาคมฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าในปีหน้า สถานการณ์ของโรคคงได้บรรเทาลง ทางสมาคมฯ จะได้มีการจัดประชุมวิชาการศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 20 ต่อไป ขอให้สมาชิกได้โปรดติดตามข่าวจากสมาคมนักวิชาชีพศึกษาต่อไปครับ

สมาคมฯ ขอเชิญชวนท่านที่ยังไม่เป็นสมาชิกสมาคมฯ ได้สมัครเป็นสมาชิก ตลอดจนให้ความร่วมมือในการส่งบทความและผลงานวิจัยโครงการพัฒนาวิชาการที่ดำเนินงานประสบผลสำเร็จมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ให้กับผู้ที่ปฏิบัติงานด้านสาธารณสุขได้ทราบโดยทั่วกัน

ขอขอบคุณบรรณาธิการวารสารฯ และทีมงานที่ผลิตวารสารออกมาตามกำหนดเวลา ท่ามกลางอุปสรรคจากโรคโควิด 19 พบกันใหม่ในฉบับต่อไปครับ

ด้วยความปรารถนาดี

(ศ.ดร.สมจิตต์ สุพรรณทัศน์)

นายกสมาคมนักวิชาชีพศึกษา

## สารบัญ

	หน้า
บทบรรณาธิการ	3
สารจากนายกสมาคมวิชาชีพสุขภาพ	4
สร้างสุขขึ้นปลายชีวิต	6
วิถีชีวิตของประชาชนในช่วงเผชิญภาวะวิกฤติ COVID-19	10
ข้อเสนอการพัฒนาระบบการเรียนรู้ที่สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ	20
การประยุกต์ใช้แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพในการสื่อสารความเสี่ยง	24
ลดเค็มในอาหาร สำหรับกลุ่มเสี่ยงโรคไม่ติดต่อ จังหวัดสุโขทัย	
กระบวนการพัฒนาและทดลองใช้เครื่องมือประเมินองค์การรอบรู้ด้านสุขภาพ	36
ความเครียดและผลกระทบจากมาตรการภาครัฐช่วงการระบาดของโควิด 19	52
ในกลุ่มประชาชน ตำบลโพธิ์ทอง อำเภอท่าศาลา จังหวัดนครศรีธรรมราช	
โครงการพัฒนาระบบบริการตรวจรักษาโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง	64
ในชุมชน ตำบลเวียง อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่	
ผลงานเรื่องการลดการสูญเสียการได้ยินจากการใช้ยาในกลุ่ม Aminoglycoside	71
ผลงานเรื่องการผ่าตัดระบายฝีที่เต้านมในผู้ป่วยระยะให้นมบุตร	78
ด้วยวิธีใช้เครื่องดูดสุญญากาศ	
สรรหามาฝาก: Clubhouse แอปน้องใหม่ และการใช้ชีวิตแบบพอเพียง	81
สะพานกล้องทองทั่วไทย สุขใจได้ทองเที่ยว “อ้อมกอดทรายกับทะเล”	86
แวดวงสุขภาพ	92
ข่าวประชาสัมพันธ์: การประชุมวิชาการสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ 20	107
ใบสมัครเข้าเป็นสมาชิกสมาคมวิชาชีพสุขภาพ	108
คำแนะนำการเตรียมต้นฉบับสำหรับการส่งเผยแพร่	109

## ข้อเสนอการพัฒนาระบบการเรียนรู้ที่สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ศูนย์เรียนรู้สุขภาพะ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

### เกริ่นนำ

โครงการสังเคราะห์ข้อมูลกระบวนการเรียนรู้ที่สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HEALTH LITERACY) โดยการสนับสนุนของศูนย์เรียนรู้สุขภาพะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้จัดพิมพ์หนังสือ “กระบวนการเรียนรู้ที่สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HEALTH LITERACY)” ซึ่งมีข้อเสนอการพัฒนาที่สำคัญอันเกิดขึ้นจากเวทีวิชาการของศูนย์เรียนรู้สุขภาพะ สสส. ร่วมกับคณาจารย์จากสถาบันการศึกษา และนักจัดกระบวนการ ระดับนำของภาคีเครือข่ายสุขภาพ อาทิ มูลนิธิแพथทูเฮลท์ P2H, Deschooling Game ฯลฯ ประกอบด้วย (1) ข้อเสนอในการพัฒนาองค์ความรู้และงานวิจัยเพื่อสนับสนุนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ (2) ข้อเสนอในการพัฒนาปัจจัยเชิงระบบเพื่อเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพที่มีคุณภาพ (3) ข้อเสนอในการออกแบบสื่อการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ (4) ข้อเสนอในการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับบุคคล และ (5) ข้อเสนอในการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับองค์กรและชุมชน มีรายละเอียดดังนี้

### 1. ข้อเสนอในการพัฒนาองค์ความรู้และงานวิจัยเพื่อสนับสนุนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ

1.1 เนื่องจากองค์ความรู้เรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพที่มีการเผยแพร่ในประเทศไทยถึงปัจจุบัน ยังต้องการการพัฒนาลงลึกถึงกระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในปัญหาสุขภาพและกลุ่มเป้าหมายที่มีความแตกต่างหลากหลาย การเลือกใช้วิธีการและกลวิธีที่เหมาะสม การพัฒนาวิธีการประเมินและการแปลผลที่สามารถจำแนกกลุ่มตามระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อการพัฒนาเฉพาะกลุ่ม ดังนั้น จึงควรมุ่งศึกษาวิจัยการประยุกต์ใช้กระบวนการและกลวิธีสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มเป้าหมายและบริบทการดำเนินงานด้านต่าง ๆ รวมทั้งพัฒนานวัตกรรมด้วยการผสมผสานเทคโนโลยีที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายในแผนงานและโครงการต่าง ๆ เพื่อพัฒนาและสร้างองค์ความรู้ที่เพิ่มขึ้นให้สามารถมุ่งเน้นการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพถึงขั้นพัฒนาความสามารถและทักษะในการเข้าถึง สร้างให้เกิดความเข้าใจ และรู้วิธีการนำข้อมูลความรู้ไปสู่ปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง

1.2 ส่งเสริมให้เกิดการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ในกลุ่มนักวิชาการ กลุ่มผู้กำหนดนโยบาย กลุ่มผู้ปฏิบัติงานซึ่งมีประสบการณ์ในการจัดกระบวนการ การใช้กลวิธีเพื่อสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มเป้าหมายและบริบทการดำเนินงานต่างๆ รวมทั้งการจัดให้มีการถอดบทเรียนหรือสรุปการเรียนรู้เพื่อเผยแพร่องค์ความรู้ที่ผ่านการคัดกรองแล้วให้กับหน่วยงาน/สถาบัน คณาจารย์ นิสิต/นักศึกษา และผู้สนใจได้นำไปประยุกต์ใช้ต่อไป

1.3 บทบาทของสำนักงานสนับสนุนกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ควรเข้ามามีบทบาทในการรวบรวมองค์ความรู้ หลักการ และแนวทางเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพเชิงกระบวนการ สำหรับบุคลากรหรือผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพในภาคส่วนต่าง ๆ ทุกระดับ และส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาองค์ความรู้ในการสร้างเสริมรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับกลุ่มเป้าหมายสำคัญต่างๆ รวมทั้งการส่งเสริมให้มีการสร้างเสริมรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับประชาชนทุกกลุ่มวัย

## 2. ข้อเสนอในการพัฒนาปัจจัยเชิงระบบเพื่อเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพที่มีคุณภาพ

2.1 เพิ่มการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพด้วยการใช้เทคโนโลยีการสื่อสาร ซึ่งมีราคาถูก มีความครอบคลุม และง่ายต่อการเข้าถึงของผู้ต้องการใช้ข้อมูล รวมทั้งสามารถออกแบบให้มีเนื้อหาสาระควบคู่กับความน่าสนใจได้ พัฒนามาตรฐานคุณภาพให้แหล่งข้อมูลมีความถูกต้อง เชื่อถือได้ ทันสมัยเข้าถึงได้ง่าย เข้าถึงได้ตลอดเวลา และมีความเป็นมิตรกับผู้ใช้งาน รวมทั้งมีแผนการพัฒนาร่วมกันเพื่อลดความซ้ำซ้อนระหว่างหน่วยงาน

2.2 พัฒนากลไกเฝ้าระวังและตรวจสอบข้อมูลข่าวสารความรู้และบริการด้านสุขภาพ ดำเนินการหรือจัดการแหล่งข้อมูลที่ไม่ถูกต้องและเป็นภัยอันตรายต่อการนำไปใช้ของประชาชน รวมทั้งมีการพัฒนาระบบแจ้งเตือนสถานการณ์และแหล่งที่มาของข้อมูลสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง ไม่ตรงกับความเป็นจริง ประกาศไว้ให้ประชาชนได้รับรู้ โดยใช้กฎหมายที่มีอยู่แล้วมาใช้บังคับและจัดทำกฎหมายใหม่ในส่วนที่ยังไม่ครอบคลุม โดยทำให้ผู้ผลิตและเผยแพร่ข้อมูลมีความระมัดระวัง รักษามาตรฐานคุณภาพของข้อมูลข่าวสารความรู้ และมีจริยธรรมในการเผยแพร่ ซึ่งในขณะนี้ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขได้พัฒนา “ระบบตอบโต้ความเสี่ยงเพื่อสร้างความรู้สุขภาพด้วยเทคโนโลยีดิจิทัล (Risk Response of Health Literacy Center: RRHL) ให้เป็นกลไกการตอบโต้ข่าวสารที่เป็นเท็จและคลังข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพสำหรับประชาชนที่สามารถเข้าถึงและค้นหาข้อมูลได้ตามความต้องการ ทั้งนี้จำเป็นต้องมีการสร้างร่วมมือระหว่างภาครัฐและเอกชนในการสนับสนุนและพัฒนาระบบเครือข่ายที่มีประสิทธิภาพในการรับข้อมูลจากประชาชนทุกกลุ่มเป้าหมาย ผ่านการสื่อสารช่องทางต่างๆ ที่ครอบคลุมทุกกลุ่มวัย



2.3 พัฒนามาตรฐานการเรียนรู้ระดับชาติ โดยปรับปรุงคุณลักษณะสำคัญที่ต้องการให้ผู้เรียนมีพัฒนาการไปตามช่วงชั้นตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง ควบคุมกำกับการพัฒนาและประเมินศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์ในระดับชาติ รวมทั้งการพัฒนาหลักสูตรการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ อาทิ หลักสูตรพัฒนาทักษะการสื่อสารสำหรับบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข หลักสูตรให้คำปรึกษาออนไลน์ หลักสูตรการรู้เท่าทันสื่อ หลักสูตรการสร้างสื่อสุขภาพด้วยเทคโนโลยีผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์และสมาร์ทโฟน การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศสุขภาพ (eHealth) การสื่อสารผ่านโทรศัพท์มือถือและอุปกรณ์เคลื่อนที่ (mHealth)

### 3. ข้อเสนอในการออกแบบสื่อการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ

3.1 พัฒนาระบบมาตรฐานและการตรวจสอบคุณภาพสื่อ กระบวนการผลิตสื่อด้านสุขภาพและช่องทางการเผยแพร่ข้อมูลด้านสุขภาพสู่ประชาชนอย่างมีประสิทธิภาพ เหมาะสมกับประชาชนกลุ่มต่าง ๆ ที่มีความหลากหลายทางปัจจัยกำหนดสุขภาพ บริบททางสังคม และความสามารถในการเรียนรู้

3.2 พัฒนาการออกแบบสื่อสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพที่ตามหลักการที่ถูกต้อง มีรูปแบบที่น่าสนใจ สื่อสารเข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน ใช้ภาษาที่เหมาะสมตามกลุ่มวัยและลักษณะเฉพาะของกลุ่มเป้าหมาย เช่น กลุ่มชาติพันธุ์ ผู้พิการ ผู้สูงอายุ เป็นต้น ไม่ใช่ให้ข้อมูลความรู้เพื่อรู้แบบท่องจำเพียงเท่านั้น แต่เป็นการให้ข้อมูลความรู้ที่ช่วยสร้างความเข้าใจและนำไปสู่การตัดสินใจที่ดี โดยมุ่งเน้นการพัฒนาความสามารถและทักษะที่จำเป็น ชวนให้คิดอย่างมีเหตุผลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ สื่อที่พัฒนาขึ้นจึงต้องมีความหลากหลายตามระดับความรู้ฯ ของกลุ่มเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของการใช้งาน

### 4. ข้อเสนอในการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพระดับบุคคล

4.1 กระบวนการเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพ มุ่งเน้นการเพิ่มพูนทักษะให้ทำเป็น ร่วมกันตั้งโจทย์ ชวนคิด ชวนทำ ไม่ยึดยึดความรู้ โดยการจัดกระบวนการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้อื่น โดยเฉพาะบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการดูแลสุขภาพ

4.2 ส่งเสริมให้ทุกภาคส่วนมีการประยุกต์ใช้เครื่องมือในการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพให้กับบุคคลในงานบริการทุกด้าน เพื่อช่วยสร้างการเรียนรู้ของประชาชน นำไปสู่ความเข้าใจ และปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งส่งเสริมการพัฒนาเครื่องมือสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพระดับบุคคลให้มีมาตรฐานและมีต้นแบบในการขยายผล ประเด็นที่ต้องการการพัฒนา ได้แก่ เครื่องมือที่ช่วยในการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพสำหรับกลุ่มประชาชนที่มีข้อจำกัดในการเรียนรู้ทั้งกลุ่มที่มีร่างกายปกติและผู้พิการ

4.3 ส่งเสริมให้มีการถอดบทเรียนจากหน่วยงานที่ใช้กระบวนการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ โดยมุ่งเน้นการเพิ่มพูนความสามารถและทักษะ โดยศึกษาวิธีการในการค้นหาข้อมูล วิธีการสร้างความเข้าใจกลุ่มที่มีความแตกต่าง การตัดสินใจให้เลือกทำด้วยตนเอง จนสามารถมีพฤติกรรมที่ต่อเนื่องได้

## 5. ข้อเสนอในการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับองค์กรและชุมชน

5.1 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ “องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ” ยังมีค่อนข้างจำกัด และผู้ปฏิบัติงานมีระดับของความรู้ความเข้าใจที่แตกต่างกันมาก ทำให้เกิดช่องว่างของการพัฒนาที่จำเป็นจะต้องสร้างให้เกิดความตระหนักและความจำเป็นของการพัฒนาองค์กรทุกหน่วยให้มีคุณลักษณะขององค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพเพิ่มขึ้น และใช้เป็นแนวทางในการสร้างการยอมรับการปรับปรุงเชิงคุณภาพในมุมมองของประชาชน ผู้รับบริการ และผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทุกระดับ

5.2 การจัดกระบวนการพัฒนาองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ สามารถส่งเสริมให้มีแนวทางที่หลากหลายในการพัฒนาไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งจากแนวคิดของผู้ทรงคุณวุฒิ อาจเริ่มต้นจากแนวคิดองค์กรแห่งการเรียนรู้ (Learning Organization) ซึ่งเป็นแนวคิดที่องค์กรส่วนใหญ่คุ้นเคยอยู่แล้วมาประยุกต์ใช้ สำหรับชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ เริ่มต้นจากใช้แนวคิด “บ้าน วัด โรงเรียน” เป็นฐานในการพัฒนา

5.3 พัฒนาแบบประเมินองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ จากแบบประเมินที่เผยแพร่โดยกรมอนามัย (2561) ให้มีความชัดเจนในการวัด การแปลผล และการนำผลไปใช้ในการพัฒนาองค์กรอย่างต่อเนื่อง

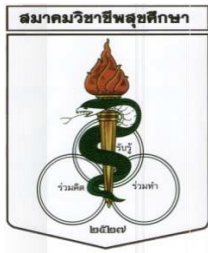
5.4 ศึกษาและถอดรหัสคุณลักษณะขององค์กร/ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพที่เป็นต้นแบบการพัฒนาตามลักษณะ งานบริการ ประเภท รูปแบบ และขนาด เพื่อให้ได้องค์ความรู้สำหรับนำไปใช้ในการขยายผลให้กับองค์กรที่มีลักษณะงานบริการ ประเภท รูปแบบ และขนาด ต่อไป

## บทส่งท้าย

องค์ความรู้ที่เผยแพร่ในหนังสือ “กระบวนการเรียนรู้ที่สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HEALTH LITERACY)” มีกลุ่มเป้าหมายผู้ใช้ประโยชน์ที่สำคัญคือ ผู้นำการเปลี่ยนแปลง กระบวนกร บุคลากรของหน่วยงานหรือองค์กรต่าง ๆ ในระบบสุขภาพ ภาควิชาของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และประชาชนทั่วไป หวังเป็นอย่างยิ่งว่าสื่อต้นแบบนี้จะเป็นเครื่องมือสำคัญในการเชื่อมโยงผู้คนและองค์กรมาพัฒนา และขับเคลื่อนงานสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพจนเกิดผลการเปลี่ยนแปลงของบุคคล องค์กร และสังคมอย่างเป็นรูปธรรม

## เอกสารอ้างอิง

ศูนย์เรียนรู้สุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (2561). กระบวนการเรียนรู้ที่สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HEALTH LITERACY).



## สมาคมวิชาชีพสุขภาพ

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

เลขที่ 420/1 ถนนราชเทวี กทม. 10400 โทรศัพท์ (02) 354-8553, โทรสาร (02) 644-8999

เลขประจำตัวสมาชิก .....

(สมาคมกำหนดให้ภายหลัง)

## ใบสมัครเข้าเป็นสมาชิกสมาคมวิชาชีพสุขภาพ

1. ข้าพเจ้าชื่อ นาย / นาง / นางสาว / ยศ .....นามสกุล .....
2. สถานภาพสมรส ( ) คู่ ( ) โสด
3. การศึกษาระดับสูงสุด .....ปีการศึกษาที่สำเร็จ .....  
วุฒิทางสุขภาพ คือ ..... จากสถาบัน .....
4. อายุ ..... ปี (กรณีสามารถเปิดเผย วัน เดือน ปีเกิด ได้ โปรดระบุ)  
เกิดวันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....
5. ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน..... กรณีเกษียณ ตำแหน่งสุดท้าย.....
6. หน่วยงานที่ทำในปัจจุบัน (โปรดระบุให้ละเอียด เช่น แผนก กอง กรม กระทรวง)  
.....  
.....
7. ที่อยู่ของสถานที่ทำงาน เลขที่ ..... ซอย/ถนน ..... แขวง/ตำบล .....  
เขต/อำเภอ ..... จังหวัด ..... รหัสไปรษณีย์..... โทรศัพท์.....  
อีเมล .....
8. บ้านที่อยู่ปัจจุบัน เลขที่ ..... ซอย/ถนน ..... แขวง/ตำบล .....  
เขต/อำเภอ ..... จังหวัด ..... รหัสไปรษณีย์..... โทรศัพท์.....
9. การติดต่อเอกสารต้องการส่งที่ ( ) บ้าน ( ) ที่ทำงาน
10. ขอสมัครเป็นสมาชิกสมาคมวิชาชีพสุขภาพ ประเภท  
( ) สมาชิกกิตติมศักดิ์ จำนวน ..... บาท  
( ) สามัญตลอดชีพ 1,000 บาท จำนวน ..... บาท  
ผู้สมัคร .....

วันที่รับสมัคร ...../...../.....

ผู้รับสมัคร .....

### วิธีชำระค่าสมัครสมาชิก

โอนเงินเข้าบัญชี “สมาคมวิชาชีพสุขภาพ” ธนาคารไทยพาณิชย์ ประเภทออมทรัพย์

สาขา โรงพยาบาลเวชศาสตร์เขตร้อน กรุงเทพฯ

เลขที่บัญชี 254 – 211090 - 7

คำแนะนำการเตรียมต้นฉบับสำหรับการส่งเผยแพร่  
วารสารสมาคมวิชาชีพสุขภาพ

Journal of The Health Education Professional Association

<http://hepa.or.th/journal.php>

อีเมล [hepathai@gmail.com](mailto:hepathai@gmail.com), [kmkaeo@gmail.com](mailto:kmkaeo@gmail.com)

วารสารสมาคมวิชาชีพสุขภาพ เผยแพร่ความรู้ทางวิชาการและผลงานวิจัยที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ปฏิบัติงานและผู้สนใจทั่วไป ทั้งนี้ บทความทุกเรื่องจะได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิเฉพาะสาขาก่อนการเผยแพร่ กองบรรณาธิการฯ มีความยินดีที่จะรับบทความวิชาการ งานวิจัย และสาระความรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันควบคุมโรค จากสมาชิกสมาคมฯ ผู้ปฏิบัติงาน และบุคคลทั่วไป เพื่อตีพิมพ์เผยแพร่ โดยมีแนวทางการจัดเตรียมต้นฉบับ ดังนี้

#### ลักษณะของบทความที่ส่งเผยแพร่

1. เป็นบทความวิชาการด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันควบคุมโรคในรูปแบบ บทความทางวิชาการ สาระความรู้/เรื่องเล่าจากประสบการณ์/สรุปบทเรียน หรือ ผลงานวิจัยที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติงานและการนำไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพการดำเนินชีวิต
2. เป็นบทความที่ไม่เคยตีพิมพ์มาก่อนทั้งในประเทศและต่างประเทศ
3. เป็นบทความที่ไม่ได้อยู่ในระหว่างการพิจารณาของสื่อสิ่งพิมพ์อื่น ๆ
4. เป็นบทความที่ไม่ละเมิดลิขสิทธิ์ของผู้อื่น
5. ระบุชื่อเจ้าของบทความและรายละเอียดการติดต่อ

#### รูปแบบการจัดเตรียมต้นฉบับ

บทความวิชาการ ต้นฉบับจัดพิมพ์ ขนาด A4 ด้วยตัวอักษรแบบ TH SarabunPSK ขนาด 16 ระบุชื่อเรื่องไว้บรรทัดแรก กึ่งกลางหน้า บรรทัดถัดมาระบุชื่อเจ้าของบทความและสถานที่ทำงาน จัดหัวข้อตามความเหมาะสม ควรระบุแหล่งข้อมูลที่น่ามาใช้อ้างอิงประกอบไว้ด้วย ความยาวเรื่องไม่เกิน 12 หน้า

## การประชาสัมพันธ์ธุรกิจวารสารและอัตราค่าบริการ

วารสารฯ ได้จัดหน้าประชาสัมพันธ์ธุรกิจ สำหรับสมาชิกและบุคคลทั่วไป เพื่อการเผยแพร่ข้อความและภาพโฆษณา ซึ่งกองบรรณาธิการพิจารณาแล้วว่าไม่มีอันตรายต่อสุขภาพและการปฏิบัติตัวของประชาชน

### อัตราค่าบริการ มีดังนี้

1. พื้นที่หน้าก่อนปกหลัง เต็มหน้า ราคา 2,000 บาท
2. พื้นที่หน้าก่อนปกหลัง ครึ่งหน้า ราคา 1,000 บาท
3. พื้นที่อื่นหรือการจัดวางสอดแทรกเนื้อหาในรูปแบบอื่นๆ ราคาตามการตกลงเป็นรายกรณี

ผู้ประสงค์จะใช้พื้นที่ของวารสารฯ นี้ ในการประชาสัมพันธ์ธุรกิจ หรือโฆษณาสินค้าและบริการ สามารถส่งข้อความเผยแพร่และภาพโฆษณาในรูปแบบของ pdf, ppt, JPEG, PNG, .doc มาที่ กองบรรณาธิการวารสารสมาคมวิชาชีพสุขศึกษา อีเมลล์ [hepathai@gmail.com](mailto:hepathai@gmail.com), [kmkaeo@gmail.com](mailto:kmkaeo@gmail.com) โทรศัพท์ 081-6840109

### วิธีชำระค่าบริการ

1. โอนเงินเข้าบัญชี “สมาคมวิชาชีพสุขศึกษา” ธนาคารไทยพาณิชย์ ประเภทออมทรัพย์ สาขา โรงพยาบาลเวชศาสตร์เขตร้อน กรุงเทพฯ เลขที่บัญชี 254 - 211090 - 7
2. ส่งหลักฐานการโอน/ชำระเงิน มาที่อีเมลล์ [hepathai@gmail.com](mailto:hepathai@gmail.com), [kmkaeo@gmail.com](mailto:kmkaeo@gmail.com) หรือ LINE และตรวจสอบการเผยแพร่ได้ที่ <http://hepa.or.th/journal.php>



\* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา \*



ขายนา 102 ไร่ ๆ ละ 150,000 บาท

อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี

ติดถนน ด้าน หลังติดคลองชลประทาน

ห่างรถไฟรางคู่ 60 เมตร ใกล้ชุมชน โรงเรียน

ติดต่อ ชัยสิทธิ์ โทรศัพท์ 081-484-4030

คุณปรีชา-คุณเกษร สุสันต์

โทร. 081-637-9709

สนับสนุนการจัดทำ

วารสารสมาคมวิชาชีพสุขศึกษาออนไลน์

\* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา \*

\* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา \*

### หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: กระบวนการ ปฏิบัติการ เครื่องมือประเมิน ผลงานลำดับที่ 3 เขียนโดย รองศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง



เนื้อหา 285 หน้า ราคา 270 บาท ประกอบด้วย  
 บทที่ 1 กระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 2 การออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 3 การเลือกใช้กลวิธีสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 4 ปฏิบัติการและบทเรียนภาคสนาม  
 บทที่ 5 การจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 6 เครื่องมือประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 7 ถาม-ตอบ เพิ่มความรอบรู้  
 บทที่ 8 บทสรุปส่งท้าย

หนังสือ มีจำหน่ายที่ศูนย์หนังสือจุฬาทุกสาขา, ร้านนายอินทร์, ร้านซีเอ็ดบุ๊ค, ร้านหนังสือชั้นนำ  
 eBook สั่งซื้อได้ที่ [www.chulabook.com](http://www.chulabook.com), [www.naiin.com](http://www.naiin.com), [www.se-edbook.com](http://www.se-edbook.com)

### หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: ขั้นพื้นฐาน ปฏิสัมพันธ์ วิจัยรณญาณ (ผลงานลำดับที่ 2)



เนื้อหา 180 หน้า ราคา 170 บาท ประกอบด้วย  
 บทที่ 1 แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 2 หลักการของความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 3 ระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 4 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นพื้นฐาน  
 บทที่ 5 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นปฏิสัมพันธ์  
 บทที่ 6 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นวิจัยรณญาณ  
 บทที่ 7 ความรอบรู้ด้านสุขภาพกับการพัฒนาปัญญาของมนุษย์  
 บทที่ 8 Health Literate Organization & Happy Workplace  
 บทที่ 9 บทสรุปส่งท้าย

### หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: เข้าถึง เข้าใจ และการนำไปใช้ (ผลงานลำดับที่ 1)



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) ก็กับการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
**ส่วนที่สี่ แนวโน้มการพัฒนา และบทสรุปส่งท้าย**  
 บทที่ 9 แนวโน้มการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ  
 บทที่ 10 บทสรุปส่งท้าย



\* ประชาสัมพันธ์ธุรกิจและโฆษณา \*

วารสารสมาคมวิชาชีพสุขภาพ

Journal of The Health Education Professional Association

<http://hepa.or.th/journal.php>

ISSN 2730-1915