

1. เรื่อง การประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์สำหรับผู้มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ+) ผ่านโปรแกรมออนไลน์

2. ชื่อ-นามสกุล นางสาวณัฐมล สันหนู นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

3. ชื่อหน่วยงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย

4. หลักการและเหตุผล

ในยุคปัจจุบัน สังคมโลกและสังคมไทยต่างให้ความสำคัญกับการเคารพในสิทธิมนุษยชนและความหลากหลายของประชากรทุกกลุ่ม ไม่เว้นแม้แต่กลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ ซึ่งเป็นประชากรกลุ่มหนึ่งที่มีศักยภาพในการพัฒนาสังคม และจากการคาดประมาณจำนวนประชากรเพศหลากหลายพบว่า ใน พ.ศ 2567 ประชากรหลากหลายทางเพศมีจำนวนประมาณ 1,586,918 คน แต่กลับต้องเผชิญกับอุปสรรคหลากหลายประการในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะด้านการเข้าถึงบริการสุขภาพที่เหมาะสมและมีคุณภาพอย่างเท่าเทียม ทำให้ผู้มีความหลากหลายทางเพศมีความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพในหลายด้านทั้งสุขภาพะทางกายใจ และสังคม ปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อผู้มีความหลากหลายทางเพศอย่างไม่เป็นธรรม ทั้งการกลั่นแกล้ง รังแก ถูกเลือกปฏิบัติ ทัศนคติเชิงลบต่อผู้มีความหลากหลายทางเพศ เนื่องจากผู้ให้บริการด้านสุขภาพคือแหล่งให้ข้อมูลด้านสุขภาพที่สำคัญ อุปสรรคในการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพที่เนื่องมาจากการลำเอียง การมีอคติ และไม่ใส่ใจต่อระบบสุขภาพเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพและผลลัพธ์ด้านสุขภาพของประชากร

งานวิจัยและรายงานด้านสุขภาพทั้งในระดับชาติและนานาชาติ สะท้อนให้เห็นว่ากลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศมีแนวโน้มประสบปัญหาด้านสุขภาพมากกว่ากลุ่มประชากรทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพกาย เช่น การได้รับบริการตรวจคัดกรองโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ล่าช้า การใช้สารเสพติด พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หรือปัญหาสุขภาพจิต เช่น ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า และการฆ่าตัวตาย ซึ่งมักเกิดจากปัจจัยแวดล้อมทางสังคม เช่น การตีตรา การเลือกปฏิบัติ การขาดความเข้าใจจากครอบครัวและชุมชน รวมถึงระบบบริการสุขภาพที่ยังขาดความไว้วางใจจากกลุ่มเป้าหมาย

การส่งเสริมสุขภาพที่มีประสิทธิภาพจำเป็นต้องตั้งอยู่บนฐานของ “ข้อมูลที่ต้องการ ครบถ้วน และสอดคล้องกับบริบทของกลุ่มเป้าหมาย” ดังนั้น การประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้มีความหลากหลายทางเพศจึงถือเป็นกระบวนการที่สำคัญยิ่ง เพื่อให้สามารถเข้าใจพฤติกรรมสุขภาพที่เกิดขึ้นจริง อันรวมถึงพฤติกรรมด้านการดูแลตนเอง การใช้บริการสุขภาพ การป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพจิต ตลอดจนการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและเพศวิถีอย่างปลอดภัย ซึ่งการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ยังเป็นรากฐานสำคัญในการยกระดับคุณภาพบริการสุขภาพให้มีความละเอียดอ่อนทางเพศภาวะ (Gender-sensitive) มีความปลอดภัยและเป็นมิตรต่อกลุ่มเป้าหมาย อันจะนำไปสู่การลดความเหลื่อมล้ำด้านสุขภาพ และเสริมสร้างศักยภาพของกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศให้สามารถดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี มีคุณภาพ และเท่าเทียมกับประชากรกลุ่มอื่นในสังคม

5. วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพของผู้มีความหลากหลายทางเพศ
2. เพื่อสร้างเครือข่ายการส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพของผู้มีความหลากหลายทางเพศ
3. เพื่อสร้างพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์สำหรับผู้มีความหลากหลายทางเพศ

6. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ

1. วิเคราะห์ข้อมูลสถานการณ์ ปัญหา และกำหนดแนวทางการดำเนินงาน
2. ประสานภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อพัฒนาองค์ความรู้ และกำหนดรูปแบบแนวทางการดำเนินการส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพผู้มีความหลากหลายทางเพศ
3. สร้างรูปแบบและช่องทางการส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพผู้มีความหลากหลายทางเพศ
4. เผยแพร่รูปแบบและช่องทางการส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพผู้มีความหลากหลายทางเพศ
5. ติดตามผลการดำเนินงานส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพผู้มีความหลากหลายทางเพศ
6. วิเคราะห์ผลการดำเนินงาน
7. ประเมินและสรุปผลการดำเนินงาน

7. สรุปและข้อเสนอแนะ

- ผู้รับการประเมินเข้าร่วมกิจกรรม “11 ภารกิจ สุขภาพดีเสมอภาค” จำนวน 1,378 คน

พฤติกรรม	ความถี่	ก่อนร่วมภารกิจ ร้อยละ (%)	หลังร่วมภารกิจ ร้อยละ (%)
1. อารมณ์ดี ไม่เครียด (ไม่เซ็ง/ไม่ซึมเศร้า หรือไม่คิด ฟุ้งซ่าน)	ไม่เคยปฏิบัติ	8.13%	8.79%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	33.38%	32.47%
	ประจำ (5-7วัน)	58.49%	58.74%
2. มีกิจกรรมหรือมีปฏิสัมพันธ์ ทางสังคมกับเพื่อน ครอบครัว	ไม่เคยปฏิบัติ	2.61%	2.59%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	30.99%	29.99%
	ประจำ (5-7วัน)	66.40%	67.43%
3. ออกกำลังกาย เดินวันละ 10,000 ก้าว หรือเคลื่อนไหว ต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยมีเหงื่อ ออก อย่างน้อยวันละ 30 นาที	ไม่เคยปฏิบัติ	5.22%	2.79%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	53.85%	50.36%
	ประจำ (5-7วัน)	40.93%	46.85%
4. กินผักวันละ 4 ทัพพี และ กินผลไม้วันละ 2 ส่วน หรือ 2 กำมือ	ไม่เคยปฏิบัติ	2.61%	1.76%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	44.56%	41.47%
	ประจำ (5-7วัน)	52.83%	56.36%

พฤติกรรม	ความถี่	ก่อนร่วมภารกิจ ร้อยละ (%)	หลังร่วมภารกิจ ร้อยละ (%)
5. หลีกเลีย้งของหวาน น้ำอัดลมหรือเครื่องดื่มรส หวาน เช่น กาแฟเย็น ชาเขียวเย็น น้ำปั่น ฯลฯ	ไม่เคยปฏิบัติ	7.47%	7.45%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	53.34%	52.74%
	ประจำ (5-7วัน)	39.19%	39.81%
6. ดื่มน้ำเปล่าวันละ 8-10 แก้ว	ไม่เคยปฏิบัติ	1.52%	0.72%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	25.47%	23.16%
	ประจำ (5-7วัน)	73.00%	76.11%
7. นอนหลับไม่น้อยกว่าวันละ 7-9 ชั่วโมง	ไม่เคยปฏิบัติ	3.56%	1.34%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	36.79%	30.09%
	ประจำ (5-7วัน)	59.65%	68.56%
8. ป้องกันตัวเองทุกครั้ง ที่มีเพศสัมพันธ์	ไม่เคยปฏิบัติ	12.63%	10.96%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	19.81%	20.27%
	ประจำ (5-7วัน)	67.56%	68.77%
9. ก่อน-หลังการมีเพศสัมพันธ์ จะทำความสะอาดอวัยวะเพศ และร่างกาย	ไม่เคยปฏิบัติ	9.36%	7.55%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	15.24%	14.06%
	ประจำ (5-7วัน)	75.40%	78.39%
10. หลีกเลีย้งเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์และสารเสพติด	ไม่เคยปฏิบัติ	15.75%	13.75%
	ครั้งคราว (1-4 วัน)	17.27%	13.65%
	ประจำ (5-7วัน)	66.98%	72.60%
พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์		60.04%	63.36%

จากกิจกรรมการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพสำหรับผู้มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ+) ผ่านโปรแกรมออนไลน์ ทำให้เกิดเครือข่าย องค์กร ในการขับเคลื่อนดำเนินงานส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ ผู้มีความหลากหลายทางเพศจำนวน 33 องค์กร ผู้มีความหลากหลายทางเพศที่เข้าร่วมกิจกรรม “11 ภารกิจ สุขภาพดีเสมอภาค” จำนวน 1,378 คน มีอัตราพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น จากร้อยละ 60.04 เป็นร้อยละ 63.36 ดังนั้น โปรแกรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ จึงเป็นการเพิ่มโอกาส และช่องทางการเข้าถึงองค์ความรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสม สะดวกและตอบสนองความต้องการ เฉพาะเจาะจงของกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ เพื่อให้เครือข่าย องค์กรที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ นำไปเผยแพร่ขยายผลสู่ประชากรกลุ่มหมายให้สามารถจัดการดูแลสุขภาพตนเองได้ต่อไป

8. ช่องทางการเผยแพร่

- ศูนย์รวมข้อมูลและกิจกรรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพประเทศไทย (เว็บไซต์สาสุขอุ้นใจ)
- เว็บไซต์สำนักส่งเสริมสุขภาพ