

## แบบฟอร์มมาตรฐานการปฏิบัติงาน (SOP)

ชื่อหน่วยงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ	คู่มือการปฏิบัติงานการขับเคลื่อนตัวชี้วัด
	ชื่อตัวชี้วัด ร้อยละของประชากรอายุ 15-59 ปี มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

## 1. วัตถุประสงค์ (Objectives)

1.1 เพื่อสร้างความรอบรู้ด้วย Digital Health literacy ให้ประชาชนสุขภาพดีด้วย 3 อ.2 ส.1 พ. ด้วยตนเอง

1.2 เพื่อเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพติดตามและศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของประชากรในพื้นที่เป้าหมายอย่างเป็นระบบ (Systematics) รวดเร็ว (Rapid) และต่อเนื่อง (Ongoing) เพื่ออธิบายเชิงระบาดวิทยาและนำเสนอให้เห็นลักษณะแนวโน้ม (Trend) แบบแผนพฤติกรรม (Pattern) เปรียบเทียบ กับระดับความเสี่ยงของพฤติกรรมสุขภาพตามตัวชี้วัดและเกณฑ์ของพฤติกรรมสุขภาพที่จะทำให้เกิดปัญหาสาธารณสุข (Awareness) เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา NCDs ซึ่งเป็นปัญหาระดับประเทศที่ต้องได้รับการแก้ไข

1.3 เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามเป้าหมายและบรรลุตามวัตถุประสงค์

1.4 เพื่อให้ผู้รับผิดชอบงานใช้เป็นแนวทางการดำเนินงานพัฒนารูปแบบ กลไกการเฝ้าระวังส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคหรือภาวะแทรกซ้อนของโรค

1.5 เพื่อให้การดำเนินงานมีประสิทธิภาพและเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งในการดำเนินงานดังกล่าวจะสามารถส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและความรอบรู้ด้านสุขภาพได้

1.6 เพื่อลดค่าใช้จ่ายในระบบประกันสุขภาพทั้ง 3 กองทุนในระยะยาว

## 2. ขอบเขต (Scope)

กระบวนการพัฒนารูปแบบกลไก เพื่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในระบบเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ (Surveillance System) เริ่มจาก

1. กำหนดวัตถุประสงค์

2. ทบทวนสถานการณ์สุขภาพ

3. จัดทำแผนงาน/ แนวทางการดำเนินงาน

3.1 วางแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวัง

3.1.1 กำหนดพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวัง

3.1.2 กำหนดตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวัง

3.1.3 กำหนดรูปแบบและวิธีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

3.1.4 กำหนดพื้นที่สำหรับเฝ้าระวัง

3.1.5 การกำหนดช่วงเวลาสำหรับการเฝ้าระวัง

3.1.6 การกำหนดตัวบุคคลที่ดำเนินการเฝ้าระวัง

3.2 ดำเนินการ

3.2.1 จัดทำเครื่องมือเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ

3.2.2 จัดทำคู่มือการดำเนินงานตัวชี้วัด : ร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

4. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล/พฤติกรรมที่พึงประสงค์
5. วิเคราะห์/สังเคราะห์/การแปลผลข้อมูล/สรุปผล/จัดทำรายงานเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
6. การสื่อสาร/นำไปใช้ประโยชน์/คืนข้อมูลให้กับพื้นที่
7. ประเมินผล
  - 7.1 ผลลัพธ์ตามวัตถุประสงค์และองค์ประกอบด้านพฤติกรรมสุขภาพทั้ง 5 ข้อ
  - 7.2 ความคุ้มค่า
  - 7.3 คุณภาพของระบบเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
  - 7.4 กลไกการสร้างความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy)

### 3. คำจำกัดความ (Definition) (ถ้ามี)

พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางด้านที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพซึ่งเกิดขึ้นทั้งภายใน (Covert Behavior) และภายนอก (Overt Behavior) พฤติกรรมสุขภาพจะรวมถึงการปฏิบัติที่สังเกตได้และการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตไม่ได้ แต่สามารถวัดได้ว่าเกิดขึ้น พฤติกรรมภายในเป็นปฏิกิริยาภายในตัวบุคคลมีทั้งเป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เป็นรูปธรรมซึ่งสามารถใช้เครื่องมือบางอย่างเข้าวัดหรือสัมผัสได้ เช่น การเต้นของหัวใจ การบีบตัวของลำไส้ พฤติกรรมเหล่านี้เป็นปฏิกิริยาที่มีอยู่ตามสภาพของร่างกาย ส่วนที่เป็นนามธรรม ได้แก่ ความคิด ความรู้สึก เจตคติ ค่านิยม เป็นต้น พฤติกรรมภายในนี้ไม่สามารถสัมผัสหรือวัดได้ด้วยเครื่องมือต่างๆ เพราะไม่มีตัวตน จะทราบได้เมื่อแสดงพฤติกรรมออกมา พฤติกรรมภายนอกเป็นปฏิกิริยาต่างๆของบุคคลที่แสดงออกมาทั้งทางวาจาและการกระทำ ซึ่งปรากฏให้บุคคลอื่นเห็นหรือสังเกตได้ เช่น ท่าทางหรือคำพูดที่แสดงออกไม่ว่าจะเป็นน้ำเสียง สีหน้า

พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเอง โดยอาศัยความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และการปฏิบัติตนทางด้านสุขภาพด้านต่างๆ คือ สุขภาพกาย จิตใจ/อารมณ์ และสังคม ที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างสมดุลการ

เฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การจัดเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ และการแปลผลข้อมูล พฤติกรรมสุขภาพของบุคคลในพื้นที่เป้าหมาย ที่มีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง รวมทั้งการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคหรือภาวะแทรกซ้อนของโรค และการวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงาน หมายถึง การจัดเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ และการแปลผลข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงานทั้ง 5 ด้าน

การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพสามารถดำเนินการได้หลายรูปแบบ การเลือกใช้รูปแบบโดยรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง หรือใช้รูปแบบผสมนั้น ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องการเฝ้าระวังและปัญหาสาธารณสุขที่ถูกกำหนดโดยพฤติกรรมสุขภาพ โดยจำแนกรูปแบบของการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพตามวิธีการได้ 5 รูปแบบ

- 1) การสำรวจเร่งด่วน (Rapid survey) โดยการสัมภาษณ์หรือการทดสอบแบบสอบถาม
- 2) การทำการสังเกต (Observation) โดยการเฝ้าติดตาม สังเกตพฤติกรรม และปัจจัยของพฤติกรรมสุขภาพตลอดเวลาหรือเป็นระยะๆ แล้วแต่กรณี ซึ่งเป็นการสังเกตจากภายนอก
- 3) การเข้าไปเป็นสมาชิกของครอบครัว ชุมชนและสังคม (Membership involvement) เป็นการสังเกตอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นการสังเกตจากภายใน และเป็นไปตามบริบทของบุคคลที่อาศัยอยู่ในครอบครัว กลุ่มชุมชน หรือสังคมที่ต้องการเฝ้าระวัง

4) การทำแผนที่พฤติกรรม (Behavioral mapping) โดยการจดบันทึกข้อมูลที่ได้พบเห็นจากบุคคลรอบครัว ชุมชน เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพที่ระบุถึงพื้นที่ ช่วงเวลา แล้วนำมาวิเคราะห์เพื่อพิจารณาการกระจายขอบเขต และกลไกทางพฤติกรรม และความสัมพันธ์ของพฤติกรรมสุขภาพกับปัจจัยอื่นๆที่เกี่ยวข้อง

5) การใช้ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary data) เป็นการใช้ข้อมูลจากบุคคลและเอกสารที่มีอยู่แล้วในลักษณะของข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ ข้อมูลในระบบรายงาน

#### 4. ความรับผิดชอบ (Responsibilities)

- 4.1 กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
- 4.2 คลัสเตอร์วัยทำงาน
- 4.3 ผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง
- 4.4 ผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดและเขตพื้นที่


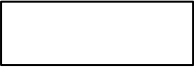
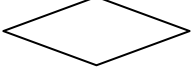
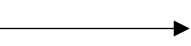

#### 5. ขั้นตอนการปฏิบัติ (Procedure)

1. ทบทวน สถานการณ์ย้อนหลัง 5 ปีที่ผ่านมา ได้แก่ ด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต สังคม สิ่งแวดล้อม นโยบาย พร้อมทั้งสรุปประเด็นทิศทางการจะทำต่อไป ให้ครอบคลุมทั้งด้านองค์ความรู้/ระบบ/กลไกและการพัฒนารูปแบบกลไกการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ
2. จัดทำแผนการพัฒนาระบบการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ดังนี้
  - 1) กำหนดพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวัง
  - 2) กำหนดตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องเฝ้าระวัง
  - 3) กำหนดรูปแบบและวิธีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
  - 4) กำหนดพื้นที่สำหรับเฝ้าระวัง
  - 5) กำหนดระยะเวลาในการเก็บข้อมูล
  - 6) การกำหนดประชากรกลุ่มเป้าหมายในการเฝ้าระวัง
3. ประชุมมอบหมายบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบและจัดทำตัวชี้วัด และแผนปฏิบัติการรายบุคคล ดังนี้
  - 1) จัดทำเครื่องมือเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
  - 2) การจัดเก็บรวบรวมข้อมูล
  - 3) การวิเคราะห์ข้อมูล
  - 4) การแปลผลข้อมูล
  - 5) จัดทำรายงานเผยแพร่
    - 5.1) รายงานฉบับผู้บริหาร
    - 5.2) รายงานผลการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
    - 5.3) รายงานเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
4. ดำเนินงานตามแผนปฏิบัติและประเมินความพึงพอใจของผู้รับบริการ ตามที่กรมอนามัยประเมินผลลัพธ์ตามวัตถุประสงค์และองค์ประกอบ ประเมินความคุ้มค่า และประเมินคุณภาพของระบบเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
5. สรุปผลการดำเนินงาน และรายงานตามระบบรายงานที่กำหนด ปีละ 1 ครั้ง และรายงานผลการดำเนินงานพร้อมจัดทำเอกสารรายงานเป็น electronic file

ขั้นตอนการดำเนินงาน

ลำดับ	กระบวนการงาน	ข้อกำหนดของกระบวนการงาน	ผู้รับผิดชอบ
1.	กำหนดวัตถุประสงค์	กำหนดวัตถุประสงค์	1.กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ 2.คลัสเตอร์วัยทำงาน 3.ศอ 1-12 และ สสม./ สสจ.
2	ทบทวนสถานการณ์	1.ทบทวนสถานการณ์สุขภาพวัยทำงาน 2.จัดลำดับและระบุปัญหาที่สำคัญ	
3	จัดทำแผนงาน/แนวทางการดำเนินงาน	1.กำหนดกลุ่มเป้าหมาย 2.กำหนดวิธีการ	
4	ดำเนินการรวบรวมข้อมูลพฤติกรรม ฟังประสงค์	1.จัดทำคู่มือ 2.เก็บรวบรวมข้อมูล	
5	วิเคราะห์/สังเคราะห์/สรุปผล/จัดทำรายงาน	1.วิเคราะห์/สังเคราะห์ข้อมูล 2.สรุปผล/ประเมินผล 3.จัดทำรายงาน	
6	สื่อสาร/นำไปใช้ประโยชน์	เผยแพร่ผลสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่ ฟังประสงค์	

สัญลักษณ์ที่ใช้

	จุดเริ่มต้นและสิ้นสุดของกระบวนการ
	กิจกรรมและการปฏิบัติงาน
	การตัดสินใจ เช่น การตรวจสอบ การอนุมัติ
	แสดงถึงทิศทาง หรือการเคลื่อนไหวของงาน
	จุดเชื่อมต่อระหว่างขั้นตอน

6. ภาคผนวก (ถ้ามี)