

1. เรื่อง : การจัดทำสื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HL) เด็กวัยเรียน “เด็กไทย รอบรู้ สุขภาพ”

2. เจ้าของผลงาน : นายเนติ ภูประสม

3. ชื่อหน่วยงาน : กลุ่มอนามัยเด็กวัยเรียนวัยรุ่น สำนักส่งเสริมสุขภาพ

4. หลักการและเหตุผล : การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพกลุ่มเด็กวัยเรียนนั้นเป็นการพัฒนาควบคู่กับการศึกษา โดยมุ่งให้เด็กวัยเรียนได้รับการพัฒนาทั้งด้านสติปัญญา กระบวนการเรียนรู้ และทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง มุ่งสู่เป้าหมายเด็กไทย ดี เก่ง มีสุข

การพัฒนาด้านสุขภาพเด็กวัยเรียนและวัยรุ่น โดยใช้กลยุทธ์การพัฒนาความรอบรู้และพฤติกรรมสุขภาพ ตามขั้นตอนการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ V-Shape 6 ขั้นตอน (นายแพทย์วชิระ เพ็งจันทร์, กระบวนการเปลี่ยนแปลงภายในตัวบุคคลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ 25 ม.ค. 60) มาเป็นกระบวนการในการขับเคลื่อนความรอบรู้ด้านสุขภาพและการสื่อสารสุขภาพของเด็กวัยเรียนในการเข้าถึง เข้าใจ ประเมินและตัดสินใจที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ การเลือกใช้บริการและผลิตภัณฑ์สุขภาพได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถจัดการสุขภาพได้ด้วยตนเอง (Self-Management) และอยู่ในสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ (Literate Society) เริ่มให้เด็กวัยเรียนสามารถเข้าถึง เข้าใจข้อมูลความรู้สุขภาพ โต้ตอบ ชักถาม แลกเปลี่ยน นำไปสู่การตัดสินใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองและปรับสภาพแวดล้อมได้ และสุดท้ายบอกต่อเพื่อสร้างสังคมรอบรู้สุขภาพอย่างยั่งยืน เพื่อให้บรรลุเป้าประสงค์ดังกล่าว สำนักส่งเสริมสุขภาพ จึงจัดทำโครงการโรงเรียนรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literate School : HLS )

5. วัตถุประสงค์ : เพื่อเป็นสื่อให้เด็กวัยเรียนรู้จักสังเกตอาการ ลักษณะอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นในร่างกายของตนเอง และสามารถดูแลช่วยเหลือแก้ไขอาการได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนหมั่นดูแลสุขภาพร่างกายตนเองอย่างสม่ำเสมอ

6. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ : สื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HL) เด็กวัยเรียน “เด็กไทย รอบรู้ สุขภาพ” ประกอบด้วย

1. การตรวจร่างกาย 10 ท่า : วิธีการเตรียมตัว การตรวจร่างกาย 10 ท่า และสิ่งที่ควรสังเกตดูความผิดปกติของร่างกายในท่าต่างๆ และมีการสื่อสารในรูปแบบ การ์ตูน 3 D Animation
2. สายตา : สัญญาณเตือนสายตาสั้น การวัดสายตา และวิธีการถนอมสายตา
3. หู : การดูแลหู ขั้นตอนการทดสอบการได้ยิน
4. 7 วิธีดูแลร่างกายให้สะอาด

5. เหา : การติดต่อ อาการ และวิธีการปฏิบัติตน
6. สุขอนามัยทางเพศ : ข้อพึงปฏิบัติในการรักษาสุขอนามัยทางเพศ

**7. สรุปและข้อเสนอแนะ :** จุดเน้นในการทำสื่อสำหรับเด็กวัยเรียน

1. เนื้อหา จะต้องมีการตีความเนื้อหาให้เหมาะสมกับช่วงวัยที่เด็กจะสามารถเรียนรู้และรับรู้ได้
2. ภาษาในการสื่อสาร โดยภาษานั้นจะต้องมีความเข้าใจง่าย อีกทั้งยังต้องคงเนื้อหาวิชาการไว้
3. รูปแบบในการสื่อสาร เช่น สีที่จะใช้ในการสื่อสารจะต้องดูช่วงวัยของเด็ก เด็กเล็กอาจจะต้องใช้สีในโทนแม่สี เพื่อดึงดูดความสนใจ เด็กโตนั้นจะใช้สีที่มีความ Soft ลงมา ส่วนตัวละครในการดำเนินเรื่องนั้นจะต้องเลือกให้เหมาะสม เช่น เด็กเล็กจะเป็นตัวละคร 2 D 3 D ที่มีลายเส้นไม่ซับซ้อน ส่วนเด็กโตจะเป็นลายเส้นตัวการ์ตูนอนิเมะ ถ้าโตอีกหน่อยตัวละครควรเป็นบุคคลตัวจริง
4. ตัวอักษร ใช้ตัวอักษรที่อ่านง่าย และต้องมีการจัดขนาดตัวอักษรตามความสำคัญของข้อความ หัวข้อที่ใช้ตัวอักษรขนาดใหญ่ควรมีระยะช่องไฟของตัวอักษรที่ให้ความรู้สึกที่ดี ไม่ติดหรือห่างเกินไป จัดสีของข้อความให้อ่านง่าย มีความแตกต่างจากสีของพื้นหลัง
5. การจัดวางข้อความสำหรับการอ่าน
  - จัดวางข้อความสำคัญๆ แต่ละหัวข้อให้อยู่บนจอภาพเดียวกัน
  - แบ่งเนื้อความอธิบายเป็นส่วนๆ แยกย่อยในแต่ละย่อหน้า
  - เชื่อมโยงความสัมพันธ์ของข้อความให้ง่ายต่อการเข้าถึงข้อมูลที่ต้องการได้อย่างรวดเร็ว