

ถอดบทเรียนวิถีรอบรู้สู่สุขภาพดีมีชีวิตรื่นเริง

มณฑล หวานวาจา

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

มลิวัดย์ ศรีม่วง

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

แรกขวัญ สระวาสี

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ,ดร.

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงแนวปฏิบัติและปัจจัยของบุคคลต้นแบบที่มีวิถีสุขภาพดี วิธีการเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก ประชุมกลุ่มเพื่อถอดบทเรียน กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการ จำนวน 12 คนจาก 12 เขตสุขภาพในประเทศไทย ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่าง หรือบุคคลต้นแบบทางด้านสุขภาพ ร้อยละ 58.33 มีอาชีพและ ความรับผิดชอบในพื้นฐานของอาชีพเกี่ยวข้องกับสุขภาพ และร้อยละ 41.7 เป็นผู้บริหารองค์กรมีศักยภาพเชิงการบริหารผู้บริหารกลุ่มนี้มีบทบาทในการนำองค์กร มีการใช้แนวคิดการดูแลสุขภาพตนเองและการส่งเสริมสุขภาพ คน ชุมชนและเครือข่าย โดยใช้แนวคิด 3 อ 2 ส และ 1 ฟ ที่ครอบคลุมมิติของการส่งเสริมสุขภาพแนวคิด “ต้นแบบทางด้านสุขภาพ” มีการดูแลสุขภาพตัวเองแบบองค์รวม แยกออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1) กระบวนการส่งเสริมสุขภาพตนเอง สามารถเป็น “ต้นแบบทางด้านสุขภาพ” และ 2) กระบวนการส่งเสริมสุขภาพคนรอบข้าง กลุ่ม เครือข่าย ชุมชนและชุมชน สร้างแรงบันดาลใจให้คนรอบข้าง พัฒนาระดับกลุ่ม ชุมชน เครือข่ายและชุมชน องค์กร ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงผ่านการปฏิบัติ เกิดความยั่งยืนในการปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริมสุขภาพในวงกว้างมากขึ้นเกิด “กระแสการสร้างสุขภาพ” บทเรียนต้นแบบทางด้านสุขภาพ เป็นบุคคลที่เรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนสุขภาพตนเอง ด้วยการเป็นนักปฏิบัติ (Practitioner) ที่มีชุดความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติตน (Practical Knowledge) จนสามารถเป็นต้นแบบถ่ายทอด บอกต่อ สร้างแรงบันดาลใจ ข้อเสนอแนะ เพื่อการสร้างความรู้ด้านสุขภาพ (Health literacy) ของบุคคลในระดับต่าง ๆ ทางภูมิสังคม ควรมีกระบวนการถอดบทเรียนและสื่อสารความสำเร็จการดูแลสุขภาพ มีกิจกรรมรณรงค์เพื่อสร้างกระแสการเสริมสุขภาพและมีการประเมินผลอย่างต่อเนื่อง รวมถึงมีการวิจัยและพัฒนานวัตกรรมส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและประเทศ

คำสำคัญ : การส่งเสริมสุขภาพ, ต้นแบบทางด้านสุขภาพ, ถอดบทเรียน

ช่องทางการเผยแพร่ : วารสาร Health กรมอนามัย วันที่ 21 มกราคม 2564

<https://multimedia.anamai.moph.go.th/ebooks/12role-model/>