

1.เรื่อง: หลักสูตรนักส่งเสริมสุขภาพ ในหัวข้อดังต่อไปนี้

- พื้นฐานทฤษฎีและหลักการของสุขภาพ
- การขับเคลื่อนหลักสูตรนักส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ
- ประเด็นที่ 1 กิจกรรมทางกาย

2.ชื่อ-นามสกุล : นางสาวจิรนนท์ สุวะไกร

3.ชื่อหน่วยงาน : กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ

4.หลักการและเหตุผล :

ในยุคปัจจุบันที่การทำงานกลายเป็นส่วนสำคัญของชีวิต การดูแลสุขภาพของบุคลากรในสถานประกอบกิจการ จึงเป็นปัจจัยที่ไม่อาจละเลยได้เนื่องจากสุขภาพที่ดีของแรงงานไม่เพียงส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและความสุขของบุคลากรเท่านั้น หากแต่ยังมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน ลดต้นทุนด้านสุขภาพ และส่งเสริมความยั่งยืนขององค์กรในระยะยาว แนวโน้มของปัญหาสุขภาพในกลุ่มวัยทำงาน เช่น โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ความเครียด ภาวะหมดไฟในการทำงาน และพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม สะท้อนถึงความจำเป็นในการเสริมสร้างระบบและบุคลากรที่มีศักยภาพในการดูแลสุขภาพภายในองค์กรอย่างจริงจังและเป็นระบบ ด้วยเหตุนี้ จึงได้มีการพัฒนาหลักสูตร "นักส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ" ขึ้น เพื่อเสริมสร้างองค์ความรู้ ความเข้าใจ และทักษะที่จำเป็นให้แก่บุคลากรที่ทำหน้าที่ขับเคลื่อนงานด้านสุขภาพในองค์กร โดยเน้นมิติสุขภาพแบบองค์รวมทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และจิตปัญญา ตลอดจนสามารถประยุกต์ใช้แนวทางการส่งเสริมสุขภาพให้เหมาะสมกับบริบทของแต่ละองค์กร หลักสูตรนี้ไม่เพียงมุ่งหวังให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับความรู้เท่านั้น แต่ยังเน้นการพัฒนา "นักส่งเสริมสุขภาพ" ให้มีบทบาทเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาวะในที่ทำงาน สามารถออกแบบกิจกรรม ส่งเสริมนโยบาย และสร้างวัฒนธรรมสุขภาพภายในองค์กรได้อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

5.วัตถุประสงค์ :

- 1) เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรในสถานประกอบกิจการให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในองค์กร
- 2) เพื่อเสริมสร้างทักษะด้านการวางแผน ออกแบบกิจกรรม และประยุกต์ใช้แนวทางการส่งเสริมสุขภาพให้เหมาะสมกับบริบทขององค์กร
- 3) เพื่อสร้างเครือข่ายนักส่งเสริมสุขภาพที่สามารถเป็นผู้นำด้านสุขภาวะในสถานประกอบกิจการ
- 4) เพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในมิติกาย จิต สังคม และจิตปัญญา อย่างบูรณาการและยั่งยืน
- 5) เพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนองค์กรสุขภาพที่มีประสิทธิภาพตามแนวทางนโยบายของรัฐ

6. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ

- ทบทวนวรรณกรรมค้นคว้าหาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ แนวทางการขับเคลื่อนหลักสูตรนักส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการและการส่งเสริมสุขภาพประเด็นกิจกรรมทางกาย

- เรียบเรียงถ้อยคำให้เหมาะสม เข้าใจง่ายสำหรับผู้ใช้งานมากที่สุด พร้อมส่งให้ผู้เชี่ยวชาญและที่ปรึกษาของทีมงานช่วยตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนของเนื้อหา

- ส่งพิมพ์และกระจายให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปใช้

7.เนื้อหา

1) พื้นฐานทฤษฎีและหลักการของสุขภาพ (หน้า 3 - 17)

- นิยามของสุขภาพ
- หลักการของการส่งเสริมสุขภาพ
- โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ
- การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- องค์ประกอบของการส่งเสริมสุขภาพ
- แนวทางการส่งเสริมสุขภาพ
- การประเมินผลและการวิเคราะห์
- การทำงานร่วมกับกลุ่มเป้าหมาย
- การนำเสนอและการสื่อสาร
- ศัพท์ที่เกี่ยวข้อง

2) การขับเคลื่อนหลักสูตรนักส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ (หน้า 18 - 21)

- ทำไมต้องสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ
- ประโยชน์ของใครเมื่อแรงงานไทยสุขภาพดี
- ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของพนักงานในสถานประกอบกิจการ

3) ประเด็นที่ 1 กิจกรรมทางกาย (หน้า 22 - 42)

- BMI บอกอะไรเกี่ยวกับคุณ
- การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด
- หุ่นดี สุขภาพดี เริ่มจากการ : ขยับขยับ
- หุ่นดี สุขภาพดี เริ่มจากการ : การนอนอย่างมีคุณภาพ
- หุ่นดี สุขภาพดี เริ่มจากการ : การดูแลสุขภาพช่องปากและฟัน

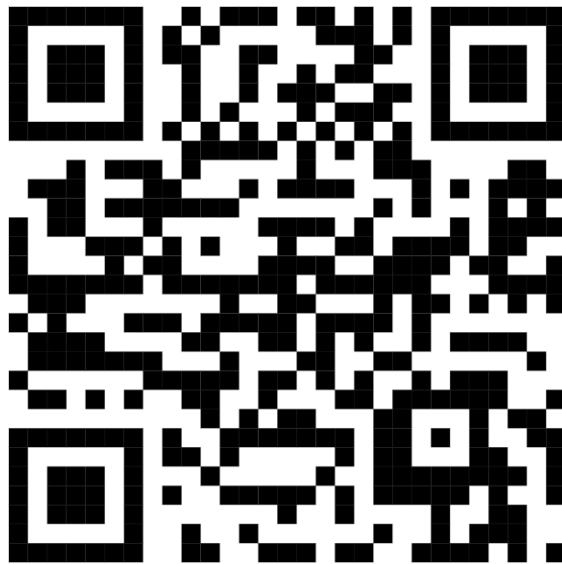
8.สรุปและข้อเสนอแนะ

ดำเนินการเผยแพร่หลักสูตรนักส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการครอบคลุมทั้ง 13 เขตสุขภาพ (ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง) โดยมีการพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ รวมจำนวนทั้งสิ้น 2,838 คน

9.ช่องทางการเผยแพร่:

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย

ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง



QR Code หลักสูตรนักส่งเสริมสุขภาพ