

1. แนวทางการส่งเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน
ภายใต้หลัก 10 อ

2. นางสาวณฐนท บริสุทธิ์

3. กลุ่มอนามัยเด็กวัยเรียนวัยรุ่น สำนักส่งเสริมสุขภาพ

4. หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างอายุประชากร กลุ่มวัยเด็กลดลงเมื่อเทียบกับวัยสูงอายุ เนื่องจากมีอัตราการเกิดที่ลดลงอย่างต่อเนื่อง ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและสังคม การพัฒนาทรัพยากรเด็กและเยาวชนให้มีคุณภาพ จะช่วยเพิ่มความสามารถในการแข่งขันของประเทศ รวมทั้งแก้ไขปัญหาและพัฒนาเศรษฐกิจสังคมของประเทศในอนาคตอีกด้วย โดยเฉพาะทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 ที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในทุกมิติ กรมอนามัยได้มีการส่งเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชนให้มีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม เพื่อให้สามารถดูแลและจัดการสุขภาพของตนเองได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนและศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นกลุ่มเปราะบางที่ต้องได้รับการดูแลด้านสุขภาพอย่างทั่วถึงและเท่าเทียมตามหลักมนุษยธรรม เพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถดูแลตนเองให้มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งกายและใจ และสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้ไปประพฤติ ปฏิบัติตนได้อย่างมีสุขภาพดี เตรียมพร้อมสำหรับการกลับสู่สังคมอย่างมีคุณภาพต่อไป

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน และศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เป็นสถานที่ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดตามกฎหมายและได้รับการตัดสินตามคำพิพากษาของศาล ปีงบประมาณ 2567 ข้อมูลจากศูนย์ข้อมูลและสถิติกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน พบว่ามีเด็กและเยาวชน (อายุระหว่าง 11 – 20 ปี) ถูกดำเนินคดี จำนวน 13,631 คน ส่วนใหญ่มีอายุ 17 ปี ร้อยละ 32.57 รองลงมาคืออายุ 16 ปี ร้อยละ 27.39 และอายุ 15 ปี ร้อยละ 19.87 ตามลำดับ และส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 89.96 โดยมีเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานควบคุมทั่วประเทศ จำนวนทั้งสิ้น 4,253 คน (แหล่งข้อมูลจากกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน สืบค้นวันที่ 22 พ.ค. 68) เด็กกลุ่มนี้ถือเป็นกลุ่มที่ต้องได้รับการดูแลแตกต่างจากคนทั่วไป กลุ่มเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีเป็นผู้ที่ไม่มีอำนาจในการตัดสินใจ ขาดอิสระในการดำเนินชีวิต เป็นกลุ่มที่ต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดด้วยความเข้าใจ โดยเฉพาะส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่มีระดับฮอร์โมนเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กเป็นวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงเวลาที่สำคัญในการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ อารมณ์ และสังคม จากข้อมูลการคัดกรองสุขภาพเด็กและเยาวชนในสถานพินิจประจำปี 2566 มีเด็กได้รับการคัดกรองสุขภาพ จำนวน 3,829 ราย พบปัญหาสุขภาพที่พบบ่อย 3 อันดับแรก ได้แก่ 1) ปัญหาสุขภาพช่องปากและฟัน เช่น ฟันผุ คราบหินปูน เหงือกอักเสบ ฟันแตกหัก ฟันคุด 2) ปัญหาโรคผิวหนัง เช่น ผื่น หิด กลากเกลื้อน และ 3) โรคทางจิตเวชที่ได้รับการวินิจฉัย เช่น โรคสมาธิสั้น โรคซึมเศร้า จิตเวชจากการใช้สารเสพติด โรคเกเร เป็นต้น และจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าโปรแกรมพัฒนาสุขภาพในเด็กและเยาวชนของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนยังมีอยู่จำกัด การแก้ปัญหาสุขภาพดังกล่าวสามารถเริ่มได้จากการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ซึ่งจะส่งผลต่อการเติบโตเป็นวัยผู้ใหญ่ในอนาคต

การส่งเสริมสุขภาพด้วยทฤษฎีเพื่อน (ตาย) ด้วยหลัก 10 อ เป็นแนวคิดที่มุ่งเน้นการมีสุขภาพดี โดยที่อวัยวะต่างๆ ในร่างกายของเราไม่เป็นโรค ซึ่งบางอวัยวะทำงานตลอดเวลา 24 ชั่วโมง เช่น หัวใจ ปอด ไต เปรียบเสมือนเพื่อน (ตาย) ที่ช่วยเหลือเราตลอดเวลา ดังนั้น อวัยวะต้องทำหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ เราจึงต้อง

รู้จักวิธีดูแลเพื่อน (ตาย) ให้ดีอย่างสม่ำเสมอ จึงเป็นที่มาของแนวปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพดีในการดูแล “เพื่อน (ตาย)” 10 ประการ ประกอบด้วย 1 อ อาหาร 2 อ (ไม่) อดนอน 3 อ ออกกำลังกาย 4 อ เชื้อคัพ (ตรวจร่างกาย) 5 อ อนามัยเจริญพันธุ์ 6 อ (ไม่) อ้วน 7 อ อันตราย 1 สารและสิ่งอันตราย 8 อ อันตราย 2 พฤติกรรมเสี่ยง 9 อ อารมณ์ และ 10 อ อาสา

การส่งเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรมฯ ภายใต้หลัก 10 อ จะช่วยให้เด็กและเยาวชนมีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมกับการมีสุขภาพที่ดีในอนาคต เพื่อจะได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนกลับสู่ครอบครัวและชุมชน ให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข และเติบโตสู่การเป็นประชากรที่มีคุณภาพซึ่งกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

5.วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรมฯ มีความรู้ และทักษะด้านสุขภาพตามหลัก 10อ สามารถจัดการสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้อง
- 2) เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรมฯ สามารถดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ

- 1) ศึกษาสถานการณ์ปัญหาสุขภาพเด็กและเยาวชนและการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรมฯ
- 2) พัฒนารูปแบบและองค์ความรู้การส่งเสริมสุขภาพด้วยทฤษฎีเพื่อน (ตาย) ด้วยหลัก 10 อ มีโครงสร้างการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

ลำดับ	บทเรียน	ประเด็นการเรียนรู้	เพื่อน (ตาย)
1	อ อาหาร	อาหารที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโต ธงโภชนาการ อาหารหลัก 5 หมู่ และการอ่านฉลากอาหาร	ช่องปาก ฟัน สมอ ร่างกาย
2	อ (ไม่) อดนอน	การนอนหลับมีคุณภาพ	สมอง ตา ร่างกาย
3	อ ออกกำลังกาย	รูปแบบ คำแนะนำ และประโยชน์ของการออกกำลังกาย	ร่างกาย แขน ขา แขน ลำตัว หัวใจและหลอดเลือด ปอด
4	อ เชื้อคัพ	การตรวจสุขภาพร่างกายเบื้องต้น 10 ท่า การตรวจสุขภาพในช่องปาก และการทดสอบสมรรถนะทางกาย	ศีรษะ ผิวหนัง มือ แขน ขา เท้า ช่องปาก ฟัน
5	อ อนามัยเจริญพันธุ์	พัฒนาการทางร่างกาย การดูแลสุขอนามัยทางเพศ สิทธิทางเพศและบริการอนามัยการเจริญพันธุ์	อวัยวะสืบพันธุ์ ร่างกาย
6	อ (ไม่) อ้วน	ผลกระทบ การคัดกรอง และประเมินโรคอ้วน	ร่างกาย
7	อ อันตราย 1 สารและสิ่งอันตราย	ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บุหรี่ ยาเสพติด สารอันตรายปนเปื้อนในอาหาร	ช่องปาก ปอด ตับ

8	อ อันตราย 2 พฤติกรรมเสี่ยง	พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรค NCD โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ความปลอดภัยทางถนน การจมน้ำ อนามัยสิ่งแวดล้อม สุขาภิบาลอาหาร คุณภาพน้ำบริโภค	ร่างกาย
9	อารมณ์	รู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง	สมอง หัวใจ
10	อาสา	จิตอาสา	หัวใจ

3) วางแผนการดำเนินงานร่วมกับสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ

4) จัดทำชุดความรู้การส่งเสริมสุขภาพด้วยทฤษฎีเพื่อน (ตาย) ด้วยหลัก 10 อ สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ ได้แก่ คลิป VDO แผ่นพับ

แผนการดำเนินการในระยะต่อไป

- 1) ส่งมอบชุดความรู้ฯ และอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับองค์ความรู้ฯ
- 2) ติดตามและสนับสนุนการดำเนินงานในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ
- 3) ประเมินความรู้และพฤติกรรมสุขภาพเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ตามหลัก 10อ
- 4) สรุปผลการดำเนินงาน

7.ข้อเสนอแนะในการดำเนินงาน

7.1 ด้านบุคลากร

1) กรมอนามัยร่วมกับสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ จัดทำหลักสูตรเพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ และส่งเสริมบทบาทการดำเนินการร่วมกันระหว่างศูนย์อนามัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด และโรงพยาบาลแม่ข่ายในการเป็นพี่เลี้ยง สนับสนุนการดำเนินงาน และให้คำปรึกษาการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ

2) ศูนย์อนามัย และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ดำเนินการจัดอบรมบุคลากรในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ เพื่อพัฒนาองค์ความรู้ และทักษะที่จำเป็นในการส่งเสริมสุขภาพเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ

7.2 ด้านสื่อความรู้ เครื่องมือประกอบการดำเนินงาน

1) กรมอนามัยพัฒนาคู่มือ/ชุดความรู้สำหรับเด็กและเยาวชนเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานให้บุคลากรในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ

2) กรมอนามัยพัฒนาแบบประเมินพฤติกรรมและความรอบรู้ด้านสุขภาพของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ เพื่อให้ทราบผลลัพธ์ด้านสุขภาพ

7.3 ด้านระบบติดตามและประเมินผล

กรมอนามัยร่วมกับสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ ร่วมกันพัฒนาระบบติดตามและประเมินผล ดังนี้

- 1) พัฒนาระบบฐานข้อมูลสุขภาพเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ
- 2) ศึกษาสถานการณ์และประเมินผลการดำเนินงานเพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางแผนและดำเนินงานในปีต่อไป โดยมีการเก็บข้อมูลจากผู้ที่เกี่ยวข้องทุกระดับและจากหน่วยงานทางสาธารณสุขและทางสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรบฯ ได้แก่ นโยบายจากผู้บริหาร การขับเคลื่อนงานจากหน่วยงานส่วนกลาง หน่วยงานในพื้นที่ และความต้องการจากเด็กและเยาวชน

7.4 การบูรณาการการดำเนินงาน

บูรณาการการดำเนินงานร่วมกับการขับเคลื่อนตามเกณฑ์มาตรฐาน 10 ด้าน อนามัยสิ่งแวดล้อมและส่งเสริมสุขภาพในสถานที่ควบคุม เพื่อให้เกิดการดูแลสุขภาพเด็กและเยาวชน ควบคู่กับการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในสถานพินิจและศูนย์ฝึกอบรมฯ แบบองค์รวมและมีประสิทธิภาพ

8. ช่องทางการเผยแพร่

เว็บไซต์สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย