

ส่งเสริมสุขภาพอนามัยและสุขภาพจิตที่จำวัดสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรมในโครงการตามพระราชดำริฯ
พื้นที่เป้าหมาย 6 จังหวัด ได้แก่ ศรีสะเกษ ลำปาง เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน

นางสาวศุทธิยา โสตาปัดชา กลุ่มอนามัยเด็กวัยเรียนวัยรุ่น

หลักการและเหตุผล

จากผลการดำเนินงานโครงการตามพระราชดำริในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา
ในพื้นที่เป้าหมาย 6 จังหวัด เชียงราย น่าน แพร่ พะเยา ลำปาง ศรีสะเกษ ปีการศึกษา 2560 (สสท, 29
มีนาคม 2561) พบว่า ภาวะโภชนาการสามเณรมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนภาพรวม ร้อยละ 18.52 สามเณร
โรงเรียนพระปริยัติธรรมจังหวัดแพร่ น่าน และพะเยา มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ 23.46 , 23.17 , 20.35
ตามลำดับ (เกินเป้าหมายร้อยละ 10) ส่วนสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรมจังหวัดจังหวัดศรีสะเกษ มีภาวะ
เตี้ย ร้อยละ 7.4 ซึ่งยังคงพบปัญหาด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่อง อันจะส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพร่างกายใน
ระยะยาว ทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพและโรคเรื้อรังต่างๆ ได้

จากสถานการณ์ดังกล่าว สำนักส่งเสริมสุขภาพร่วมกับศูนย์อนามัยในพื้นที่ ได้ตระหนักถึงความสำคัญ
สุขภาพสามเณร จึงจัดให้มีการประชุมติดตามความก้าวหน้าการดำเนินงานสุขภาพอนามัยและสุขภาพจิตที่จำ
วัดสามเณร

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามการดำเนินงาน เสริมพลังให้เกิดความรู้ ความเข้าใจและความตระหนักให้แก่ผู้บริหาร
โรงเรียน พระอาจารย์ ครูอนามัย สามเณร และชุมชน เกี่ยวกับความสำคัญด้านโภชนาการ การดูแล
สุขภาพร่างกายที่เหมาะสมกับสมณสาธิต
2. เพื่อแก้ไขและป้องกันปัญหาภาวะอ้วนของสามเณร รวมถึงสภาพแวดล้อมของโรงเรียน สุขภาพจิตและ
สถานที่จำวัดให้ถูกสุขลักษณะ สะอาด ปลอดภัย
3. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ดำเนินงานร่วมกันระหว่างบุคลากรสาธารณสุขในพื้นที่ ผู้บริหาร
โรงเรียน ครูอนามัย และสามเณรแกนนำ

วิธีการดำเนินงาน

ประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน และศึกษาบริบทพื้นที่จริง

สรุปผลและข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนา

1. ควรมีการจัดทำแผนงาน/โครงการแก้ไขปัญหสามเณรอ้วนอย่างจริงจัง เน้นภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วม
และมีการติดตามอย่างต่อเนื่อง
2. เฝ้าระวังการเจริญเติบโตของภิกษุสามเณร โดยการชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง อย่างน้อยภาคเรียนละ
1 ครั้ง พร้อมกับตรวจสอบเครื่องชั่งและที่วัดส่วนสูงตามมาตรฐาน
3. ส่งเสริมองค์ความรู้และความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับภิกษุสามเณร และควรมีการกำกับติดตามอย่าง
ต่อเนื่อง
4. สร้างความตระหนักในการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง
5. ส่งเสริมกิจกรรมทางกายหรือการบริหารขั้นพื้นฐาน อย่างน้อยวันละ 60 นาที สม่ำเสมอต่อเนื่อง 10 นาทีขึ้นไป

6. หน่วยงานสาธารณสุขติดตามเยี่ยมโรงเรียนเป็นประจำต่อเนื่องเดือนละ 1 ครั้ง
7. ฝ้าระวังสุขภาพ โดยสามเณรต้องมีการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และบันทึกผล อย่างน้อยทุกสัปดาห์ และส่งให้ครูอนามัยเพื่อคัดกรองเบื้องต้น
8. หน่วยงานสาธารณสุขจัดอบรมและให้ความรู้เรื่องการจัดอาหาร สุขาภิบาลอาหาร และโภชนาการแก่แม่ครัว และจัดสิ่งแวดล้อมโดยรอบโรงเรียนให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดี ให้ความสนใจกับชุมชน เช่น ร้านค้า ญาติโยมที่ใส่บาตร “ใส่บาตรให้ได้บุญ” รวมถึงต้องมียุทธศาสตร์ร่วมกัน
9. ส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมกับสมณสาธูป กายบริหาร เช่น การเดินจงกลม กวาดลานวัด เป็นต้น
10. การบันทึกข้อมูลการเจ็บป่วยของสามเณรในท้องพยาบาล ควรมีการบันทึกสถิติ และนำข้อมูลมาวิเคราะห์สาเหตุ เพื่อวางแผนแนวทางป้องกัน และแก้ไข
11. ความปลอดภัยและความสะอาดในห้องนอน สถานที่จำวัด และการจัดสิ่งแวดล้อมรอบๆบริเวณที่จำวัด

ก้าวต่อไปในการพัฒนาอย่างยั่งยืน

1. โรงเรียนพระปริยัติธรรม สามเณรกลุ่มเสี่ยงต้องปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัดต่อเนื่อง ส่งเสริมให้สามเณรตระหนักและมีวินัยการฉันภัตตาหารและกิจกรมบริหารกาย ตามวิถีสมณสาธูป มีมาตรการ/ข้อตกลงร่วมกันอย่างชัดเจนและปฏิบัติตนอย่างต่อเนื่อง
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล คัดกรองสุขภาพสามเณร ให้ครอบคลุมตามสิทธิประโยชน์ ติดตามข้ากลุ่มเสี่ยง รายงานผล และประสาน ดูแล ส่งต่อการรักษา
3. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด เป็นพี่เลี้ยง อบรมให้ความรู้ สนับสนุนช่วยเหลือ และกำกับติดตามงานอย่างต่อเนื่อง
4. สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัด จัดสรรทรัพยากร สนับสนุนช่วยเหลือ
5. กรมอนามัย ส่งเสริม สนับสนุนเชิงวิชาการ ตรวจเยี่ยมติดตาม และเสริมพลังแรงจูงใจ