



# **แนวทางการสร้างเสริมสุขภาพ กลุ่มวัยทำงาน ในระดับพื้นที่ ประจำปี 2567**

**นายแพทย์มณฑิธร คณาสวัสดิ์  
รองอธิบดีกรมอนามัย**

วันที่ 2-4 กรกฎาคม 2566 ณ โรงแรมเพชรรัตนการ์เด้น จังหวัดร้อยเอ็ด

# กรอบการนำเสนอ

1

สถานการณ์วิทยทำงาน



2

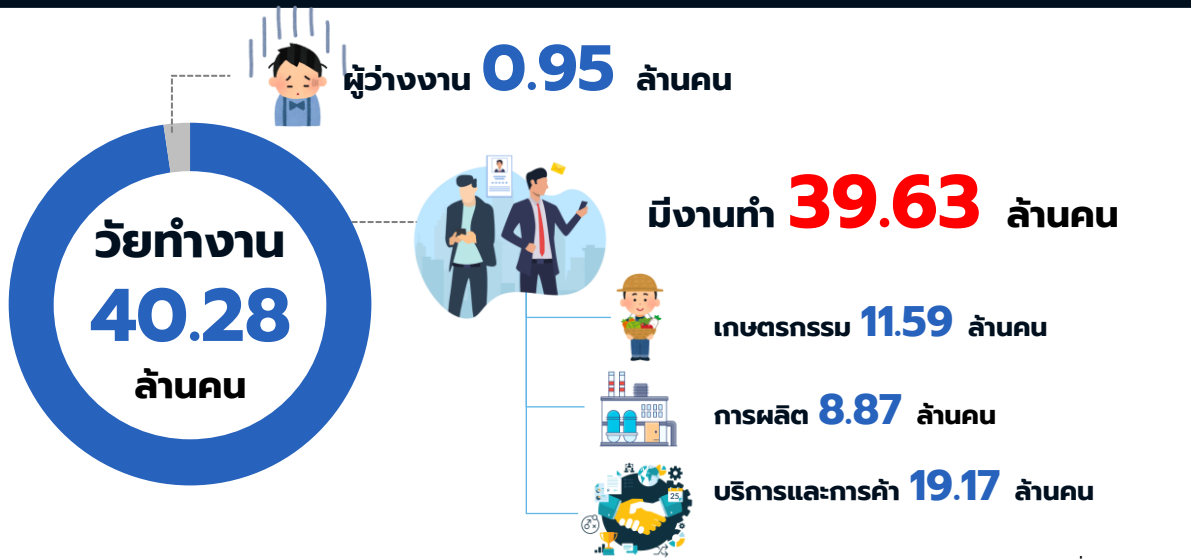
สถานการณ์ Cluster วิทยทำงาน 2566



3

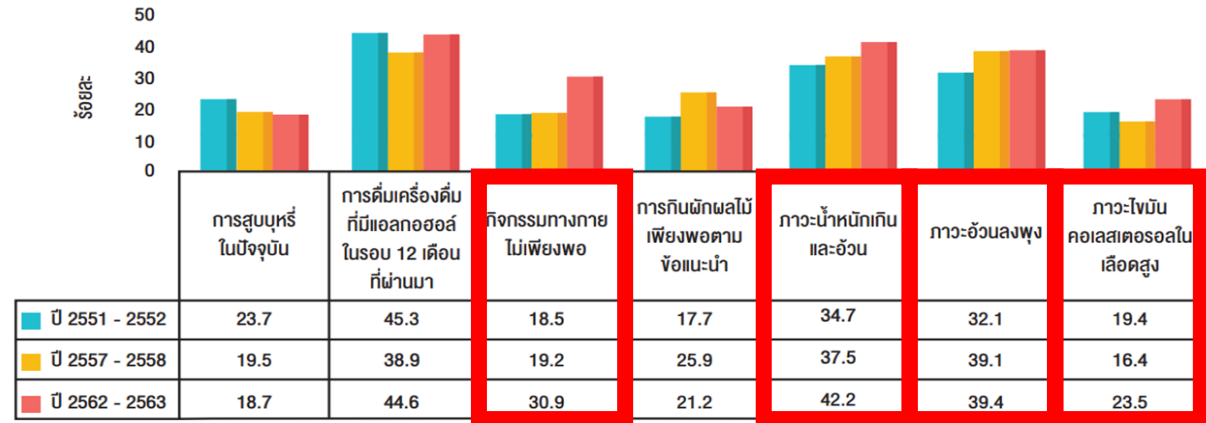
แนวทางขับเคลื่อน Cluster วิทยทำงาน 2567

# สถานการณ์วัยทำงาน

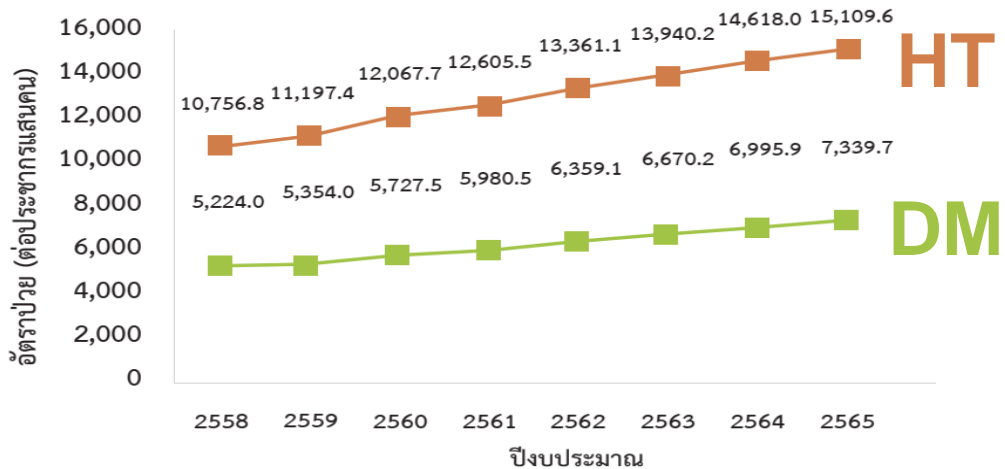


ข้อมูลสำนักสถิติแห่งชาติ ไตรมาสที่ 1 พ.ศ. 2566

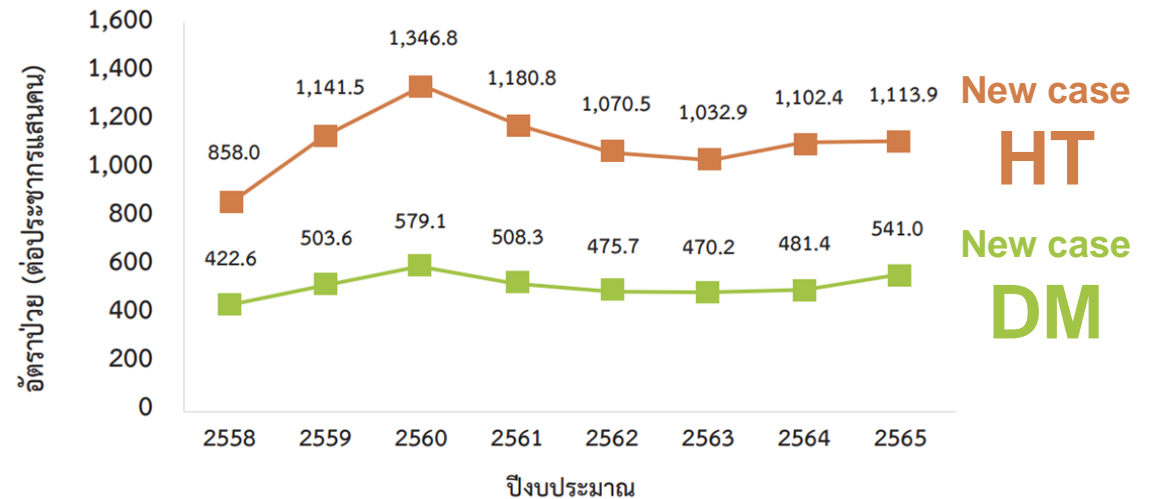
ความชุกของพฤติกรรมเสี่ยงและภาวะสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับโรคไม่ติดต่อ  
ในประชาชนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป



อัตราผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูง ต่อประชากรแสนคนในปีงบประมาณ พ.ศ. 2558 - 2565



อัตราผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยรายใหม่ ต่อประชากรแสนคน  
ในปีงบประมาณ พ.ศ. 2558 - 2565



# Cluster วัยทำงาน

**เป้าหมาย :** วัยทำงาน สุขภาพแข็งแรง จลาจลรอบรู้ และเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

ร้อยละของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ **ร้อยละ 52**

ผลการดำเนินงาน : ร้อยละ **46.69** (ข้อมูลวันที่ 15 มิถุนายน 2566)

1

ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปี ที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ **ร้อยละ 46**

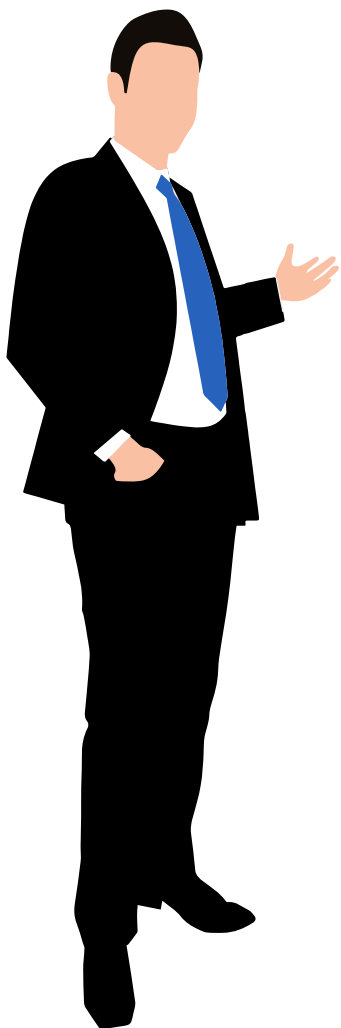
ผลการดำเนินงาน : ร้อยละ **41.54** (ข้อมูลวันที่ 27 มีนาคม 2566)

2

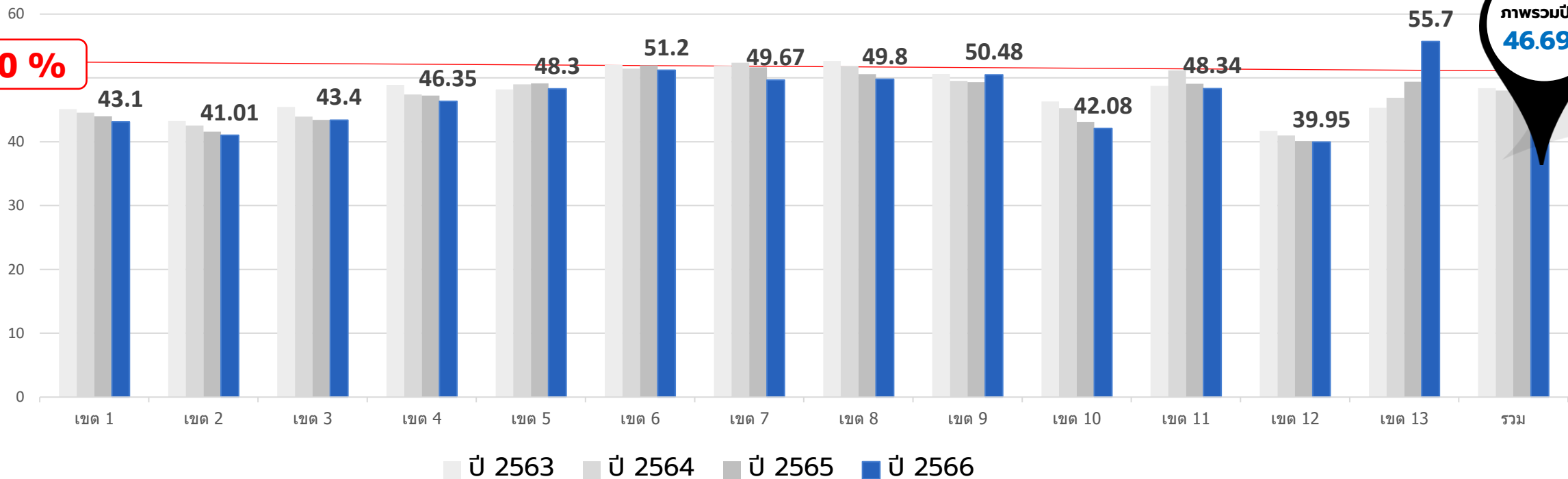
จำนวนผู้ลงทะเบียนก้าวเท้าใจ **7 ล้านบัญชี**

ผลการดำเนินงาน : **5,143,761 บัญชี** (ข้อมูลวันที่ 26 มิถุนายน 2566)

3



# ร้อยละของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 52

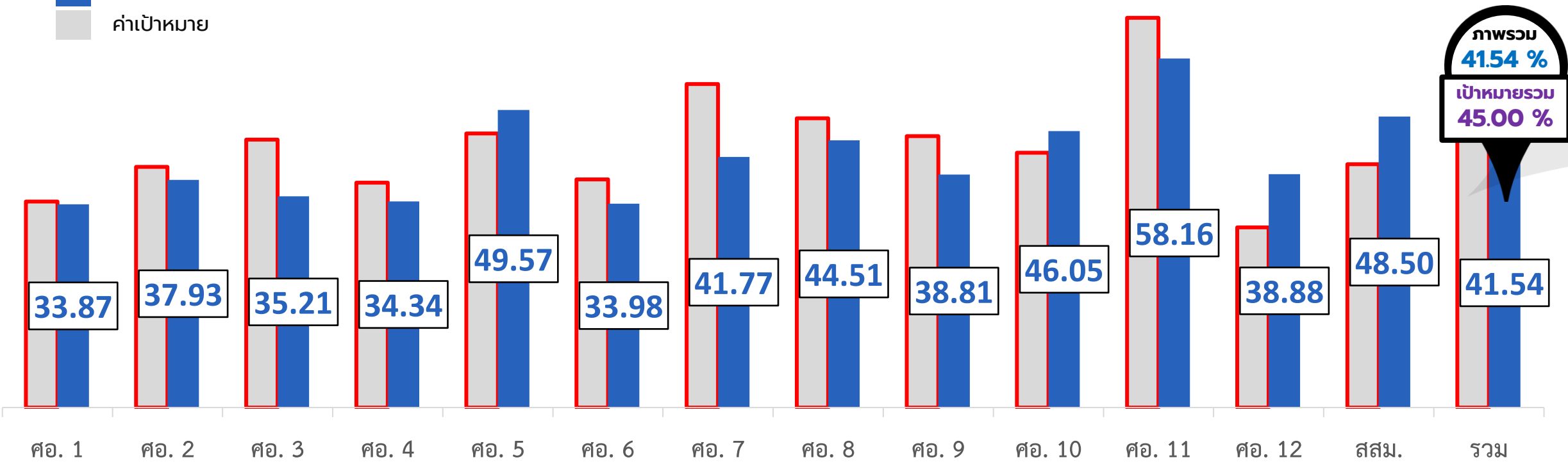


	เขต 1	เขต 2	เขต 3	เขต 4	เขต 5	เขต 6	เขต 7	เขต 8	เขต 9	เขต 10	เขต 11	เขต 12	เขต 13	รวม
2563	45.1	43.27	45.46	48.9	48.18	52.03	51.89	52.65	50.64	46.3	48.73	41.71	45.3	48.41
2564	44.57	42.52	43.94	47.42	48.98	51.45	52.38	51.85	49.52	45.25	51.18	40.98	46.9	48.02
2565	43.96	41.56	43.42	47.24	49.16	51.97	51.67	50.58	49.33	43.12	49.07	40.11	49.4	52.46
2566	43.1	41.01	43.4	46.35	48.3	51.2	49.67	49.8	50.48	42.08	48.34	39.95	55.7	46.69

# ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปี ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ โดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ร้อยละ 46

ข้อมูลนำเข้าทั้งหมด 356,740 คน

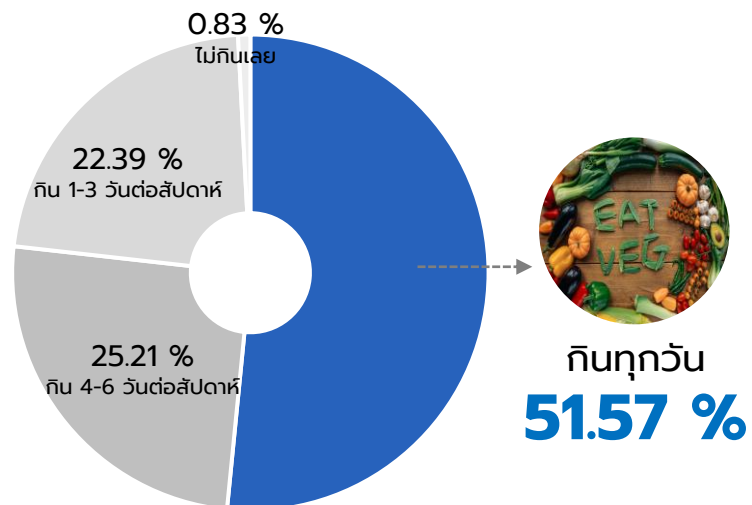
■ ผลการดำเนินงาน  
■ ค่าเป้าหมาย



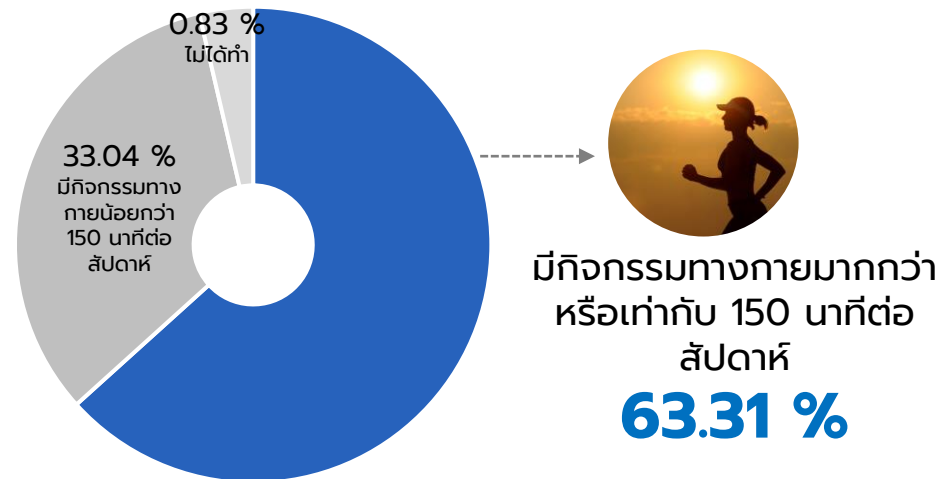
	เขต 1	เขต 2	เขต 3	เขต 4	เขต 5	เขต 6	เขต 7	เขต 8	เขต 9	เขต 10	เขต 11	เขต 12	เขต 13	ภาพรวม
เป้าหมาย	34.33	40.10	44.64	37.48	45.65	38.00	53.91	48.19	45.22	42.44	64.92	30.02	40.55	45.00
ผลการดำเนินงาน	33.87	37.93	35.21	34.34	49.57	33.98	41.77	44.51	38.81	46.05	58.16	38.88	48.50	41.54

# ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

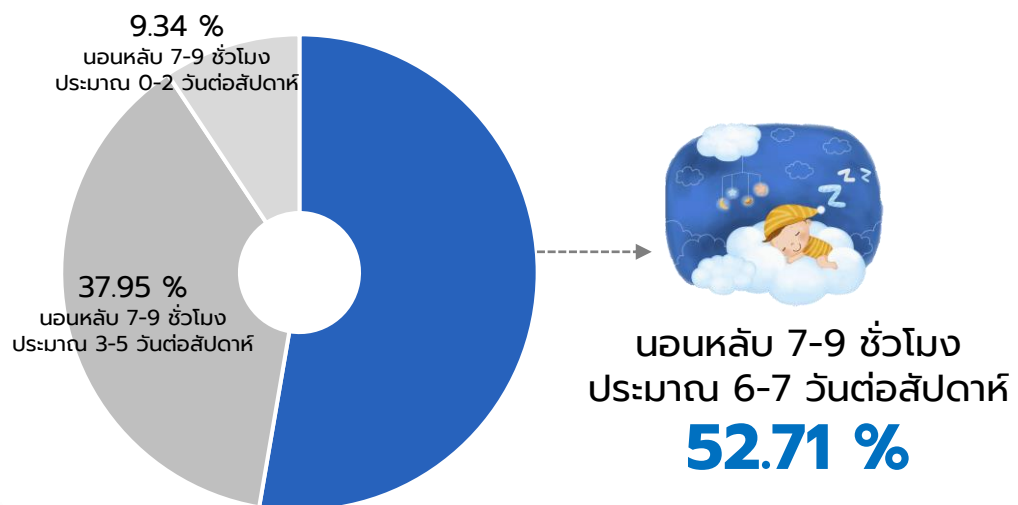
## ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่กินผัก 5 กัฟพี



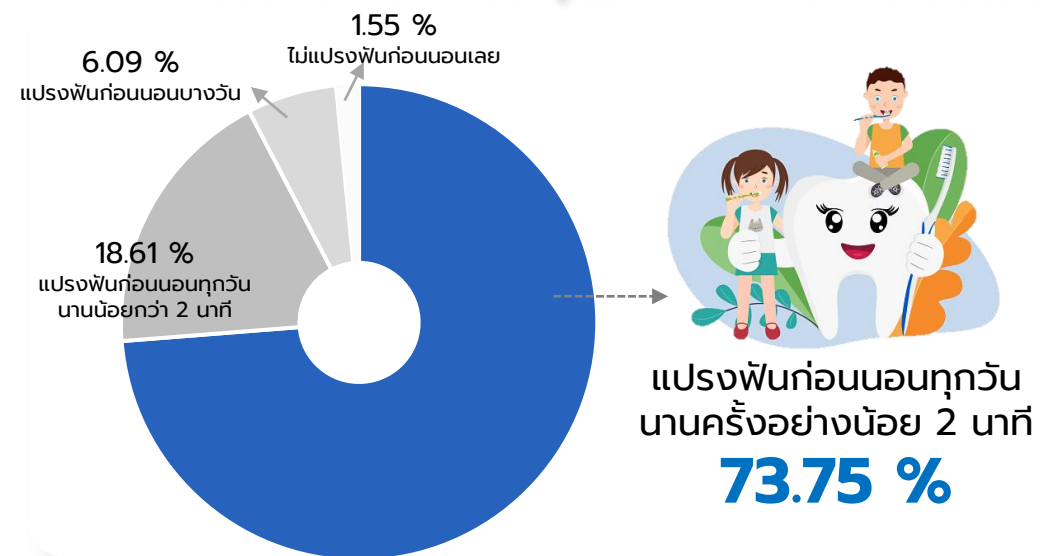
## ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่มีกิจกรรมทางกาย



## ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่นอน 7-9 ชั่วโมงต่อวัน

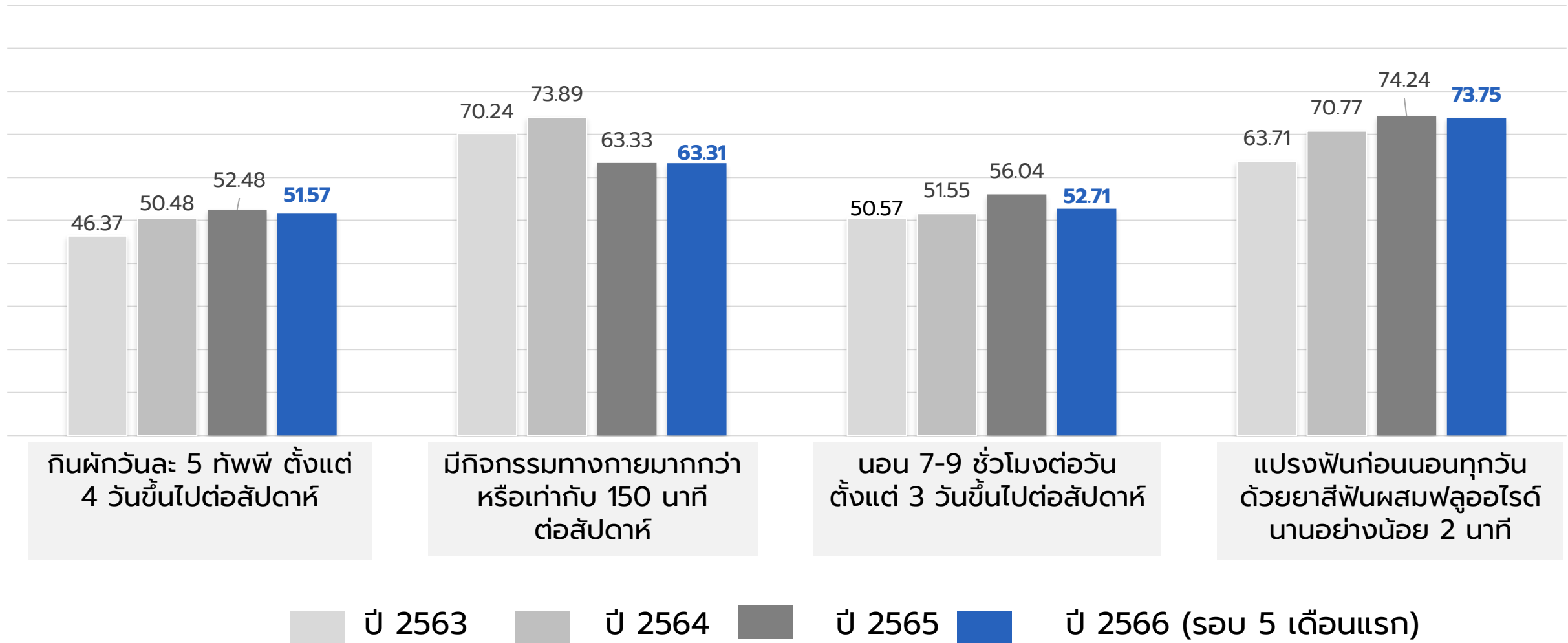


## ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปีที่แปรงฟันก่อนนอน



# ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

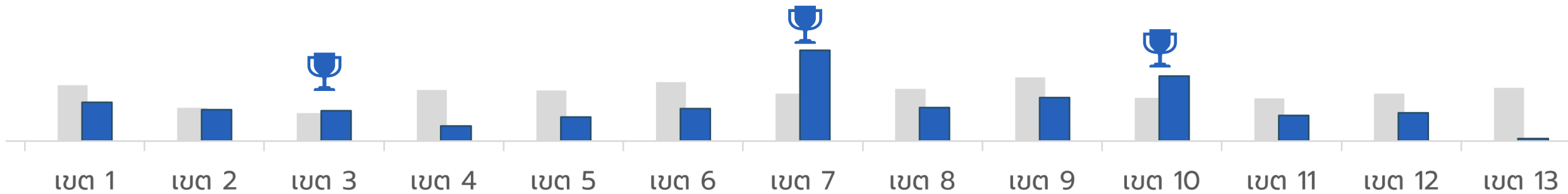
## พ.ศ. 2563 - 2566



# จำนวนผู้ลงทะเบียนก้าวทำใจ 7 ล้านบัญชี

■ ผลงาน  
■ ค่าเป้าหมาย

ภาพรวม  
**5.1**  
ล้านบัญชี



	เขต 1	เขต 2	เขต 3	เขต 4	เขต 5	เขต 6	เขต 7	เขต 8	เขต 9	เขต 10	เขต 11	เขต 12	เขต 13	ภาพรวม
เป้าหมาย	621,490	374,216	310,418	571,277	563,895	655,645	531,345	583,783	710,457	485,114	474,075	527,263	591,022	<b>7,000,000</b>
ผลการดำเนินงาน	431,227	352,297	<b>336,532</b>	169,703	269,391	362,027	<b>1,012,013</b>	373,094	482,591	<b>724,516</b>	285,253	314,846	30,271	<b>5,143,761</b>
ร้อยละ	69.4	94.1	<b>100.0</b>	29.7	47.8	55.2	<b>100.0</b>	63.9	67.9	<b>100.0</b>	60.2	59.7	5.1	<b>73.5</b>



# Plan 2567

วัยทำงาน สุขภาพแข็งแรง ฉลาดรอบรู้ และเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

คำเป้าหมาย / ตัวชี้วัด

- ร้อยละของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี **มีดัชนีมวลกายปกติ**
- ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปี **มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์**
- **จำนวนผู้ลงทะเบียนก้าวทำใจ**

กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนวัยทำงาน ในสถานประกอบการและชุมชน (ชุมชนเมืองและชนบท)

กลยุทธ์

ผลักดันและขับเคลื่อนนโยบาย (Advocacy)	พัฒนาระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ (Investment)	พัฒนาศักยภาพบุคลากร (Building capacity)	บูรณาการภาคีเครือข่าย (Partnership)	กำกับติดตามประเมินผล (M & E)
---------------------------------------	---	---	-------------------------------------	------------------------------

มาตรการ

<ul style="list-style-type: none"> <li>• มีแผนปฏิบัติการร่วมกับภาคีเครือข่ายในการขับเคลื่อน</li> <li>• การผลักดันและขับเคลื่อนนโยบาย มาตรการสร้างเสริมสุขภาวะและอนามัยสิ่งแวดล้อมของประชาชนวัยทำงาน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• พัฒนาระบบฐานข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ร่วมกับการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ(ครอบครัว ชุมชน และสถานประกอบการ)</li> <li>• การพัฒนา Digital Health Platform การส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมวัยทำงาน สร้างกระแสผ่านสื่อออนไลน์ พัฒนางองค์ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การพัฒนาศักยภาพบุคลากรผู้ปฏิบัติงาน ผ่าน E-training ด้านการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน (ผ่านผู้นำด้านสุขภาพ Health Leader, Health Promoter, บุคลากร สส.,)</li> <li>• E-training ด้านการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน สำหรับประชาชน ผ่าน Digital Health Platform</li> </ul>	<p>เสริมสร้างการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย ภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาชน เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกัน และควบคุมปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพ</p>	<p>การพัฒนาระบบติดตามและประเมินผลผ่าน Digital Health Platform</p>
--	--	---	--	---

โครงการ

1. โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการเพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาวะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา)
  2. โครงการพัฒนาและขับเคลื่อนกิจกรรมทางกายระดับชาติวิถีใหม่บนโลกดิจิทัล
  3. โครงการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในช่องปากกลุ่มวัยทำงาน
  4. โครงการเตรียมความพร้อมด้านโภชนาการเชิงรุก สำหรับประชากรวัยทำงานและผู้สูงอายุ เพื่อการมีสุขภาวะที่ดีอย่างยั่งยืน
  5. โครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
- โครงการในพระราชดำริ
1. โครงการราชทัณฑ์ปันสุข ทำความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์
  2. โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าน้องนางเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารี เสด็จฯ แทนสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง
  3. โครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ
  4. โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง

# แนวทางการขับเคลื่อน Cluster วัยทำงาน 2567

## โครงการ ปีงบประมาณ 2567

10 Packages

โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการ  
เพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา)

ก้าวทำใจ

โครงการพัฒนาและขับเคลื่อนกิจกรรมทางกายระดับชาติ  
วิถีใหม่บนโลกดิจิทัล

03

โครงการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในช่องปาก  
กลุ่มวัยทำงาน

04

โครงการเตรียมความพร้อมด้านโภชนาการเชิงรุก สำหรับประชากร  
วัยทำงานและผู้สูงอายุ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืน

05

โครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ



## จังหวัดและเครือข่าย

ร่วมดำเนินการ

- **ขับเคลื่อนการสร้างความรอบรู้สุขภาพด้วยเครื่องมือ**
  - 1. 10 Packages**  
ในสถานประกอบการ
  - 2. platform ก้าวทำใจ**  
สำหรับประชาชนทุกกลุ่มวัย  
ชุมชน สถานประกอบการ  
และสถานศึกษา
  - 3. โครงการอื่น ๆ**
- **เฟ้าระวังสถานการณ์พฤติกรรมสุขภาพ**



## กรมอนามัย และศูนย์อนามัย

สนับสนุน

- **สนับสนุนระบบฐานข้อมูล**
  - 10 Packages
  - platform ก้าวทำใจ
  - ระบบเฟ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
  - ฐานข้อมูลโครงการอื่น ๆ
- **สื่อและองค์ความรู้ต่าง ๆ**
- **ศูนย์อนามัยเป็นที่ปรึกษาในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ**

# แนวทางการขับเคลื่อน Cluster วัยทำงาน 2567

โครงการ  
ปีงบประมาณ  
**2567**

06

โครงการราชทัณฑ์ปันสุข  
ทำความดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์

07

โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้า  
ตากสินมหาราช

08

โครงการควบคุมและป้องกัน  
โรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ

09

โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง

# แนวทางการขับเคลื่อน Cluster วัยทำงาน 2567

โครงการ	โครงการราชทัณฑ์ปันสุข ทำความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์	โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้า ตากษัตริย์มงกุฎ ต้านภัยมะเร็งเต้านม	โครงการควบคุมและป้องกัน โรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ	โครงการควบคุมและป้องกัน ภาวะโลหิตจาง
เป้าหมาย	เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำ และอาสาสมัคร สาธารณสุขเรือนจำมีความรู้ และเฝ้าระวังด้าน อนามัยสิ่งแวดล้อมและสุขอนามัยในเรือนจำ	สตรีอายุ 30-70 ปี มีการตรวจเต้านมด้วย ตนเองอย่างสม่ำเสมอ	จังหวัดเป็นพื้นที่ที่ได้รับสารไอโอดีน เพียงพอ	ภาวะโลหิตจางในกลุ่มของหญิง วัยเจริญพันธุ์ลดลง
ค่า เป้าหมาย	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>เจ้าหน้าที่ในเรือนจำ และอ.ส.ร. มีความรู้</b> ด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม อย่างน้อยร้อยละ 60 ของเรือนจำทั่วประเทศ</li> <li>เจ้าหน้าที่ในเรือนจำและผู้ต้องขัง<b>ได้รับการ</b> <b>คุ้มครอง</b>ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม อย่างน้อย ร้อยละ 40 ของเรือนจำทั่วประเทศ</li> <li>ผู้ต้องขังได้<b>บริโภคอาหารและน้ำที่สะอาด</b> <b>ปลอดภัย</b> อย่างน้อยร้อยละ 40 ของเรือนจำทั่วประเทศ</li> </ol>	สตรีอายุ 30-70 ปี มีการตรวจเต้านมด้วย ตนเองอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย <b>ร้อยละ</b> <b>80</b>	จังหวัดเป็นพื้นที่ที่ได้รับสารไอโอดีน เพียงพอ จำนวน <b>65 จังหวัด</b>  * (ค่ามาตรฐานไอโอดีนในปัสสาวะของหญิง ตั้งครรภ์ของประเทศมากกว่าหรือเท่ากับ 150 ไมโครกรัมต่อลิตร)	ร้อยละของหญิงวัยเจริญพันธุ์ อายุ 15 – 49 ปี ที่ได้รับการคัด กรองภาวะโลหิตจาง ในขณะที่ ไม่ได้ตั้งครรภ์ พบภาวะโลหิต จาง (ใน 5 จังหวัด) ลดลงเฉลี่ย ร้อยละ 10
กิจกรรม สำคัญ	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>สร้างความรอบรู้</b>ด้านส่งเสริมสุขภาพและ อนามัยสิ่งแวดล้อมในเรือนจำ</li> <li>การพัฒนา<b>ระบบการจัดการอนามัย</b> <b>สิ่งแวดล้อมและสุขอนามัย</b>ในเรือนจำ</li> <li>ขับเคลื่อนการดำเนินงานและสนับสนุนการ<b>เฝ้า</b> <b>ระวังด้านสุขาภิบาลอาหารและน้ำ</b>ในเรือนจำ</li> <li>พัฒนาการ<b>จัดบริการสุขภาพช่องปาก</b>เพื่อ ลดความเหลื่อมล้ำในกลุ่มผู้ถูกคุมขัง</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>มหกรรมรณรงค์และเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์สตรีไทยห่างไกลมะเร็ง เต้านมในสถานศึกษา</li> <li>การสร้างความรู้และพัฒนาภาคี เครือข่ายในสถาบันการศึกษา</li> <li><b>พัฒนาระบบข้อมูลการคัดกรองมะเร็ง</b> <b>เต้านม</b></li> <li>จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ความสำเร็จ การดำเนินงานในสถานศึกษา (Best Practice)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>ขับเคลื่อนการควบคุมป้องกันโรคขาด สารไอโอดีนสู่ความยั่งยืน</li> <li><b>เฝ้าระวังการขาดสารไอโอดีน</b>ในกลุ่ม เสี่ยง และความครอบคลุมเกลือเสริม ไอโอดีนในชุมชน</li> <li>พัฒนาองค์ความรู้ ผลิตสื่อ รณรงค์ ประชาสัมพันธ์</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>พัฒนารูปแบบ/นวัตกรรม ด้านการส่งเสริมพัฒนาการ เด็กปฐมวัย</li> <li>ขับเคลื่อนกิจกรรมทางกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพสตรีและ เด็กปฐมวัย</li> <li>การขับเคลื่อน<b>การบูรณาการ</b> <b>ความร่วมมือ 6 กระทรวง</b> เพื่อส่งเสริมสุขภาพ และ พัฒนาเด็กปฐมวัย</li> </ol>

# โครงการสำรวจสถานการณ์การตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีไทย พ.ศ. 2566 (1)

## เพื่อศึกษา

- สถานการณ์การตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีไทยอายุ 18-70 ปี
- ปัจจัยที่ส่งผลต่อการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ
- เปรียบเทียบสถานการณ์การตรวจเต้านมด้วยตนเองของจังหวัดที่ดำเนินการ (21 จังหวัด) และจังหวัดควบคุม

## Timeline

### BSE rapid survey

ก.ค. – ก.ย. 66

ชี้แจงรายละเอียดโครงการแก่  
เขตสุขภาพ จังหวัด และเครือข่าย

ต.ค. – พ.ย. 66

เก็บข้อมูลในพื้นที่

ธ.ค. 66

วิเคราะห์ผลและจัดทำรายงาน

งบประมาณจาก มูลนิธิถันรักษ์ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

เขตสุขภาพ	จังหวัดที่มีการดำเนินโครงการ BSE อยู่แล้ว (21 แห่ง)
เขตสุขภาพที่ 1	เชียงใหม่, เชียงราย
เขตสุขภาพที่ 2	พิจิตร, โลก
เขตสุขภาพที่ 3	กำแพงเพชร, นครสวรรค์
เขตสุขภาพที่ 4	พระนครศรีอยุธยา, ลพบุรี, นครนายก
เขตสุขภาพที่ 5	ราชบุรี, สมุทรสงคราม
เขตสุขภาพที่ 6	จันทบุรี
เขตสุขภาพที่ 7	ร้อยเอ็ด
เขตสุขภาพที่ 8	สกลนคร, หนองบัวลำภู, เลย
เขตสุขภาพที่ 9	นครราชสีมา
เขตสุขภาพที่ 10	อุบลราชธานี, อำนาจเจริญ
เขตสุขภาพที่ 11	สุราษฎร์ธานี, พังงา
เขตสุขภาพที่ 12	สงขลา

และ จังหวัดควบคุม 21 จังหวัด  
ตามเขตสุขภาพและลักษณะประชากร

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (เป้าหมาย 400 คน/จังหวัด)

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (เป้าหมาย 400 คน / จังหวัด)

- จังหวัดสุ่ม 3-5 อำเภอ (ครอบคลุมพื้นที่ ในเขตและนอกเขตเทศบาล)
- จัดแบ่งเป็น 10 unit สุ่มเพศหญิงหน่วยละ 40 คน  
(4 unit ในเขตเทศบาล และ 6 unit นอกเขตเทศบาล)  
(อาจเป็นหมู่บ้าน สถานประกอบการ สถานศึกษา หรือ setting อื่น ๆ)

## เครื่องมือสำรวจ

- แบบสำรวจ BSE Rapid Survey:  
มี 2 รูปแบบ: **online** และ **paper** (สำหรับพื้นที่และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่สะดวกแบบ online) ประกอบด้วย
  1. แบบประเมินคุณภาพการตรวจเต้านมด้วยตนเอง (BSE-9Q)
  2. แบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ

## สัดส่วนประชากร

ช่วงอายุ	จำนวนราย (โดยประมาณ)
18 - 24 ปี	4
25 - 39 ปี	12
40 - 59 ปี	16
60 - 69 ปี	8
รวม	80

\*\* (สัดส่วนประชากรคำนวณจากสัดส่วนของประชากรหญิงของประเทศไทยในปี 2564 และประชากรในเขตเทศบาลประมาณร้อยละ 40)



Thank you