



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

แนวทางการดำเนินงาน

โครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ

ปีงบประมาณ พ.ศ. 2567

โดย นางวิมล บ้านพวน นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ

รองผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย

เอกสารประกอบการบรรยายในการประชุมเชิงปฏิบัติการการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ครอบครัว ชุมชนต้นแบบดีเด่นฯ ปี 2566

วันที่ 30 สิงหาคม 2566 ณ โรงแรม เอเชียแอร์พอร์ต จังหวัดปทุมธานี



ความเป็นมา
และความสำคัญของปัญหา



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความเหลื่อมล้ำในระบบสุขภาพ การเข้าถึง
เทคโนโลยีสารสนเทศในการสร้างความรอบรู้
ด้านสุขภาพแก่ประชาชน ครอบครัว และชุมชน

- ☐ ประชากร อายุ 30-70 ปี เสียชีวิตจากโรค NCDs มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี จาก 343.06 ต่อแสนคน เป็น 355.30 ต่อแสนคน ส่วนใหญ่เสียชีวิตจากโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคทางเดินหายใจเรื้อรัง โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง
- ☐ ประชาชนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่เพียงพอ ถึงร้อยละ 19.09
- ☐ มีกิจกรรมทางกายน้อยกว่าวันละ 30 นาที 5 วันต่อสัปดาห์
- ☐ มีค่าดัชนีมวลกายปกติมีแนวโน้มลดลง



- ☐ ความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพ องค์ความรู้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ
- ☐ พฤติกรรมสุขภาพ และค่านิยมด้านสุขภาพในครอบครัว ชุมชน
- ☐ การขาดโซ่ข้อกลางในการนำองค์ความรู้เทคโนโลยีด้านสุขภาพสู่ครอบครัว ชุมชน
- ☐ ขาดแรงสนับสนุนในครอบครัว ชุมชนในการสร้างสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอย่างยั่งยืน

เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา

- 1) เพื่อสร้าง**ความรอบรู้**การส่งเสริมสุขภาพให้**ครอบครัว ชุมชน**ได้รับรู้ ตระหนักและเข้าใจถึงสภาวะสุขภาพ สามารถตัดสินใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี
- 2) เพื่อ**ขับเคลื่อน**การดำเนินงานด้วย**เทคโนโลยีสารสนเทศ** สนับสนุนการเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพ การประเมินคัดกรองตนเองของครอบครัวชุมชนและบูรณาการการส่งเสริมสุขภาพร่วมกับเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง
- 3) เพื่อ**พัฒนาศักยภาพ**บุคลากรและ**แกนนำ**ส่งเสริมสุขภาพ**ครอบครัว ชุมชน** ตามแนวทางการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
- 4) เพื่อให้**ครอบครัว ชุมชน** จัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมตามบริบทและ**ความต้องการ**ตามสภาพปัญหาของบุคคลและพื้นที่
- 5) เพื่อพัฒนารูปแบบ นวัตกรรม ครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ถอดบทเรียนพื้นที่ และ**ขยายผล**รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพและ**ป้องกันโรค**ใน**ครอบครัว ชุมชน**



โครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567



เป้าหมาย/ ตัวชี้วัดโครงการ

- มีการจัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมตามบริบทและความต้องการตามสภาพปัญหาของบุคคล และพื้นที่ จำนวน 154 ชุมชน (จังหวัดละ 2 ชุมชน)
- มีแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ จำนวน 2,600 คน (เขตสุขภาพละ 200 คน)
- มีรูปแบบ/นวัตกรรม ครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ อย่างน้อยเขตสุขภาพละ 1 เรื่อง
- มีช่องทางการสื่อสาร สร้างการรับรู้ สนับสนุนการเข้าถึงบริการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค ประชาชน สามารถประเมินสุขภาพตนเอง จำนวน 3 ช่องทาง



ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) เกิดการขับเคลื่อนการดำเนินงาน แบบบูรณาการ ขยายเครือข่ายการพัฒนาระบบเครือข่ายการส่งเสริมสุขภาพ และการสร้างความรอบรู้ ทุกจังหวัดทั่วประเทศ
- 2) ครอบครัว ชุมชนได้รับรู้ ตระหนักและเข้าใจถึงสถานะสุขภาพ สามารถตัดสินใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี
- 3) ประชากรวัยทำงาน มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การกิน การนอน การออกกำลังกาย และการดูแลสุขภาพช่องปาก
- 4) ลดการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) และลดการตายก่อนวัยอันควรด้วยโรคที่ป้องกันได้



นิยาม ครอบครัว
ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่





ครอบครัวหมายถึง...???

ครอบครัวหมายถึง

สถาบันพื้นฐานทางสังคม ที่มีความเกี่ยวพันทางสายเลือด หรือหมายถึง กลุ่มคนที่อาศัยอยู่ร่วมกันในชายคาเดียวกัน อาจมีความสัมพันธ์กันทางสายเลือด หรือไม่ก็ตาม แต่ก็มีปฏิสัมพันธ์กัน มีความห่วงใย ใส่ใจ ดูแลกัน เอื้ออาทรและปรารถนาดีต่อกัน แม้บางครั้งอาจจะไม่ได้อยู่พร้อมหน้าพร้อมตากัน แต่เมื่อสมาชิกในครอบครัวคนใดคนหนึ่งต้องห่างไกลไป ก็ยังมีความห่วงใยอาทร และมีความอบอุ่นคุ้นเคยทุกครั้งที่พบเจอ อีกทั้งยังทำให้รู้สึกต่าง ก็เป็นที่พึ่งพาอาศัยและให้คำปรึกษากันได้ อย่างนี้ก็นับว่าเป็นครอบครัวได้เช่นกัน

(<https://www.huapood.com/>)



ชุมชนหมายถึง

- กลุ่มทางสังคมที่อยู่อาศัยร่วมกัน ในอาณาบริเวณเดียวกัน เช่นครอบครัว ละแวกบ้าน หมู่บ้าน ตำบล หรือเรียกเป็นอย่างอื่นมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน มีการติดต่อสื่อสารและเรียนรู้ร่วมกัน มีความผูกพันเอื้ออาทรกัน ภายใต้อัตลักษณ์และวัฒนธรรมเดียวกัน ร่วมมือและพึ่งพาอาศัยกัน เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ และเป้าหมายร่วมกัน

ที่มา <http://oservice.skru.ac.th/ebookft/509/chapter%202.pdf>



ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ หมายถึง

ชุมชน ที่มีกระบวนการ ดังนี้

- 1) ชุมชนหมายถึง ตำบล หมู่บ้าน หรือชุมชน ที่สมัครใจเข้าร่วม โครงการยกระดับครอบครัว ชุมชน รอบรู้สุขภาพภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่
- 2) มีอาสาสมัครแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน (Digital Caregiver)
- 3) อาสาสมัครแกนนำได้รับการพัฒนาองค์ความรู้ การถ่ายทอดรูปแบบ เครื่องมือ คู่มือ และ องค์ความรู้ตามแนวทางการสร้างครอบครัวรอบรู้สุขภาพภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่
- 4) อาสาสมัครแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน (Digital Caregiver) มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ สามารถจัดการดูแลสุขภาพตนเองได้ มีการสื่อสารสุขภาพ บอกต่อในครอบครัว ชุมชน
- 5) อาสาสมัครแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน (Digital Caregiver) ลงทะเบียน เข้าใช้งาน ในระบบ Digital Health Platform ที่กรมอนามัยกำหนด เช่น Application โปรแกรมคัดกรองสุขภาพ, ก้าวทำใจ, แอปพลิเคชัน Thai Save Thai/ แอปพลิเคชันครอบครัวไทยรู้สู้โควิด

Health book ตามกลุ่มวัย



กิจกรรมสำคัญ การถ่ายทอดค่าเป้าหมาย



กิจกรรมสำคัญโครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ปีงบประมาณ พ.ศ. 2567

1 ยกระดับการขับเคลื่อนครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ เพื่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ และลดโรค NCDs

2 พัฒนาคู่มือ/ แนวทางการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และคู่มือสำหรับครอบครัว ชุมชน

3 พัฒนาระบบฐานข้อมูล/ช่องทางการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ เทคโนโลยีสารสนเทศการส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชนแบบบูรณาการ

4 พัฒนาศักยภาพบุคลากร และแกนนำส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพครอบครัว ชุมชน

5 สนับสนุนบุคลากรสาธารณสุขและแกนนำ จัดบริการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและการสร้างสุขภาวะที่ดีในครอบครัว ชุมชน



กิจกรรมสำคัญโครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ปีงบประมาณ พ.ศ. 2567

6

บูรณาการความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายในการจัดกิจกรรมรณรงค์ ประชาสัมพันธ์ สร้างกระแสการสร้างครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ

7

พัฒนาระบบการประเมินคัดกรองสุขภาพ ครอบครัวชุมชน และการจัดการสร้างเสริมสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพครอบครัว ชุมชนตามกระบวนการ BLC (ครอบครัว ชุมชนเป็นฐานจัดการสุขภาพ)

8

พัฒนารูปแบบ/นวัตกรรมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ “ครอบครัวยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ มีความปลอดภัย ครอบครัวอบอุ่น”

9

เยี่ยมเสริมพลัง ประเมินผลการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ชุมชน

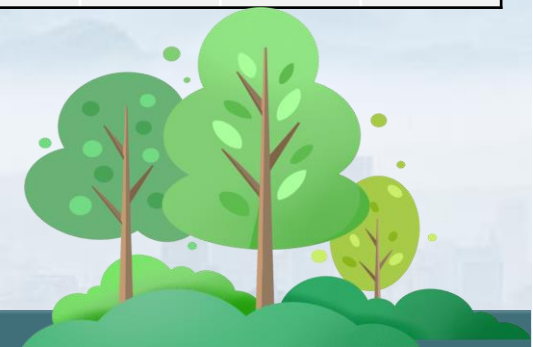
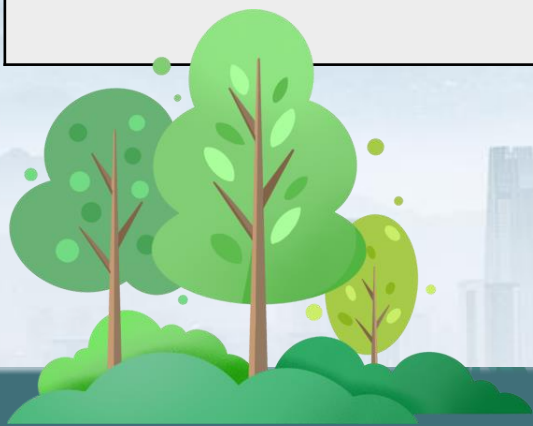
10

แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เชิดชูเกียรติพื้นที่ต้นแบบดีเด่น ประเมินผลโครงการ และจัดทำข้อเสนอเชิงนโยบาย



การถ่ายทอดเป้าหมายยุทธศาสตร์ฯ/เป้าหมาย/ตัวชี้วัดสำคัญโครงการ/แนวทางการดำเนินงาน :

ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์ฯ /ตัวชี้วัดโครงการ	ผลงาน/ เป้าหมาย	การถ่ายทอดค่าเป้าหมาย												
		ศอ.1	ศอ.2	ศอ.3	ศอ.4	ศอ.5	ศอ.6	ศอ.7	ศอ.8	ศอ.9	ศอ.10	ศอ.11	ศอ.12	สสพ.
1. จำนวนแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ (เป้าหมาย : 2,600 คน : 200 คน/เขตสุขภาพ)	พ.ล.ปี 65	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	พ.ล.ปี 66	110	140	100	25	183	66	43	1,202	103	305	1,829	250	120
	เป้าปี 67	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200
2. จำนวนชุมชนรอบรู้สุขภาพ (การจัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมตาม บริบทและความต้องการตามสภาพปัญหาของ บุคคลและพื้นที่) (เป้าหมาย : 154 ชุมชน :จังหวัดละ 2 ชุมชน)	พ.ล.ปี 65	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	พ.ล.ปี 66	12	5	5	2	11	8	43	60	11	6	13	7	6
	เป้าปี 67	16	10	10	16	16	16	8	14	8	10	14	14	2
3. มีรูปแบบ/นวัตกรรม ครอบครัว ชุมชน รอบรู้สุขภาพ (เป้าหมาย 13 เรื่อง : เขตสุขภาพละ 1 เรื่อง)	พ.ล.ปี 65	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	พ.ล.ปี 66	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
	เป้าปี 67	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1



ระดับความสำเร็จ (small success)

ไตรมาส 1 (3 เดือน)

- 1) มีคณะกรรมการ/คณะทำงานบูรณาการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
- 2) มีรายงานการทบทวนสถานการณ์ ปัจจัยกำหนดสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพที่ส่งผลกระทบต่อ ครอบครัว ชุมชน
- 3) มีคู่มือแนวทางการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
- 4) มีเกณฑ์การคัดเลือกพื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นในการส่งเสริมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
- 5) อบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน

ไตรมาส 2 (6 เดือน)

- 1) มีระบบ/ฐานข้อมูล/ช่องทางการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพเทคโนโลยีสารสนเทศการส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน
- 2) มีการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน ในพื้นที่ ได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 (เป้าหมาย 1,300 คน : 100 คน ต่อเขตสุขภาพ)
- 3) พื้นที่ที่มีการจัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และชุมชน (จังหวัดละ 2 ชุมชน : 77 ชุมชน) (ได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50)
 - จัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในชุมชน
 - ประเมินคัดกรองสุขภาพ ครอบครัวชุมชน และการจัดการสร้างเสริมสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมครอบครัว ชุมชนตามกระบวนการ BLC(ครอบครัว ชุมชนเป็นฐานจัดการสุขภาพ)
- 4) ลงพื้นที่ เยี่ยมเสริมพลัง และประเมินผลการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัวชุมชน

ไตรมาส 3 (9 เดือน)

- 1) มีการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชนในพื้นที่ ได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 75 (เป้าหมาย 1,950 คน : 150 คน ต่อเขตสุขภาพ)
- 2) พื้นที่ที่มีการจัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และชุมชน (จังหวัดละ 2 ชุมชน : 115 ชุมชน) ได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 75
 - จัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในชุมชน
 - ประเมินคัดกรองสุขภาพ ครอบครัวชุมชน และการจัดการสร้างเสริมสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ครอบครัว ชุมชนตามกระบวนการ BLC (ครอบครัว ชุมชนเป็นฐานจัดการสุขภาพ)
 - คัดเลือกพื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นในการส่งเสริมครอบครัว ชุมชน (เขตสุขภาพละ 2 ชุมชน)
 - พัฒนารูปแบบ/นวัตกรรมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ “ครอบครัวยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ มีความปลอดภัย ครอบครัวอบอุ่น” (เขตสุขภาพละ 1 เรื่อง)
- 3) ลงพื้นที่ เยี่ยมเสริมพลัง และประเมินผลการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัวชุมชน

ไตรมาส 4 (12 เดือน)

- 1) มีแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน ได้ร้อยละ 100 (เป้าหมาย 2,600 คน : 200 คนต่อเขตสุขภาพ)
- 2) พื้นที่ที่มีการจัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และชุมชน ได้ร้อยละ 100 (จังหวัดละ 2 ชุมชน : 154 ชุมชน)
- 3) พื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นในการส่งเสริมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ได้ร้อยละ 100 (เขตสุขภาพละ 2 ชุมชน)
- 4) สัมมนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “ครอบครัวยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ มีความปลอดภัย ครอบครัวอบอุ่น” เพื่อมอบรางวัลแก่พื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นและถอดบทเรียนการดำเนินงาน
- 5) ลงพื้นที่ เยี่ยมเสริมพลัง และประเมินผลการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัวชุมชน
- 6) ประเมินผลโครงการและสรุปการดำเนินงานและจัดทำข้อเสนอเชิงนโยบาย



แนวทางการดำเนินงาน (Action plan)



ส่วนกลาง

1. แต่งตั้งและประชุมคณะกรรมการ / คณะทำงานบูรณาการยกระดับครอบครัวชุมชนรอบรู้สุขภาพ
2. ชี้แจงบทบาท กำหนดทิศทางการขับเคลื่อนการดำเนินงาน และกำกับ ติดตามประเมินผลการดำเนินงาน
 - 1) ทบทวนสถานการณ์ ปัจจัยกำหนดสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ ที่ส่งผลกระทบต่อ ครอบครัว ชุมชน
 - 2) พัฒนาคู่มือแนวทางการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
 - 3) จัดทำเกณฑ์การคัดเลือกพื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นในการส่งเสริมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
 - 4) พัฒนารูปแบบข้อมูล/ช่องทางการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ เทคโนโลยีสารสนเทศการส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน
3. พัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน
4. สนับสนุนบุคลากรสาธารณสุขและแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน ปฏิบัติงานในพื้นที่แบบบูรณาการ
5. สัมมนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “ครอบครัวยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ มีความปลอดภัย ครอบครัวอบอุ่น” เพื่อมอบรางวัลแก่พื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นและถอดบทเรียนการดำเนินงาน
6. ลงพื้นที่ เยี่ยมเสริมพลัง และประเมินผลการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมในครอบครัวชุมชน
7. ประเมินผลโครงการและสรุปการดำเนินงานและจัดทำข้อเสนอเชิงนโยบาย

ส่วนภูมิภาค

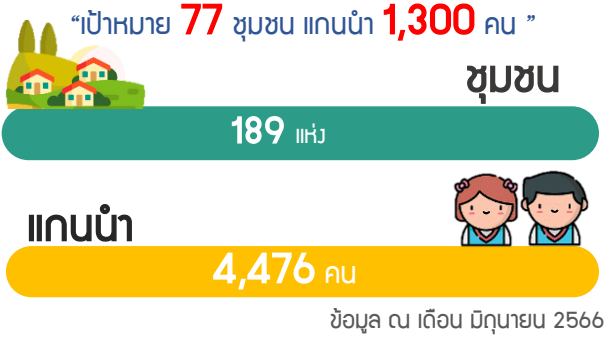
1. ร่วมกำหนดทิศทางการขับเคลื่อนและชี้แจงแนวทางการดำเนินงานแก่ผู้เกี่ยวข้องในพื้นที่
 - 1) ร่วมพัฒนาคู่มือแนวทางการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
 - 2) ร่วมจัดทำเกณฑ์การคัดเลือกพื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นในการส่งเสริมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
2. ประสานจังหวัดคัดเลือกแกนนำและพื้นที่เป้าหมาย
3. พัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชนในพื้นที่
4. บุคลากรสาธารณสุขและแกนนำส่งเสริมสุขภาพปฏิบัติงานในพื้นที่ ดำเนินงานแบบบูรณาการร่วมกับภาคีเครือข่าย
5. จัดบริการด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและการสร้างสุขภาวะดีในครอบครัว และชุมชน
 - 1) พัฒนาระบบการประเมินคัดกรองสุขภาพ ครอบครัวชุมชน และการจัดการสร้างเสริมสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ครอบครัว ชุมชนตามกระบวนการ BLC (ครอบครัว ชุมชนเป็นฐานจัดการสุขภาพ)
 - 2) พัฒนารูปแบบ/นวัตกรรมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ “ครอบครัวยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ มีความปลอดภัย ครอบครัวอบอุ่น”
6. คัดเลือกพื้นที่ที่มีการดำเนินงานดีเด่นในการส่งเสริมครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “ครอบครัวยุคใหม่ใส่ใจสุขภาพ มีความปลอดภัย ครอบครัวอบอุ่น”
7. ประสาน กำกับติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานในพื้นที่
8. รายงานผลการดำเนินงานตามระบบการรายงานและแบบฟอร์มที่กำหนด

ผลการดำเนินงานโครงการยกระดับ
ครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่
ปีงบประมาณ 2566





ผลการดำเนินงานโครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ ปีงบประมาณ 2566



OUTPUT

- ✓ คู่มือแนวทางการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ (1 เรื่อง)
- ✓ แคนนำส่งเสริมสุขภาพครอบครัว ชุมชน (Digital Caregiver)
- ✓ จำนวนชุมชนรอบรู้สุขภาพภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่

OUTCOME

- ✓ เกิดการขับเคลื่อนการดำเนินงานและพัฒนาระบบเครือข่ายและสนับสนุนร้านค้าเครือข่ายงานส่งเสริมสุขภาพ และสร้างความรอบรู้ (ทุกจังหวัดทั่วประเทศ)
- ✓ เพื่อให้ครอบครัว และชุมชนได้รับความรอบรู้ด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมตามบริบท และความต้องการตามสภาพปัญหาของบุคคล และพื้นที่ตามแนวทาง
- ✓ กอดบทราย่นครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ จากการลงพื้นที่/ชุมชน (13 เรื่อง)

ผลการดำเนินงานแต่ละเขตสุขภาพ

ลำดับ	หน่วยงาน	จังหวัด	ชุมชน (แห่ง)	แคนนำ (คน)
1	ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่	8 จังหวัด	12 ชุมชน	110 คน
2	ศูนย์อนามัยที่ 2 พิชญะโลก	5 จังหวัด	5 ชุมชน	140 คน
3	ศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์	5 จังหวัด	5 ชุมชน	100 คน
4	ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี	1 จังหวัด	2 ชุมชน	25 คน
5	ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี	7 จังหวัด	11 ชุมชน	183 คน
6	ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี	8 จังหวัด	8 ชุมชน	66 คน
7	ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น	4 จังหวัด	43 ชุมชน	43 คน
8	ศูนย์อนามัยที่ 8 อุตรดิตถ์	7 จังหวัด	60 ชุมชน	1202 คน
9	ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา	4 จังหวัด	11 ชุมชน	103 คน
10	ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี	5 จังหวัด	6 ชุมชน	305 คน
11	ศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช	4 จังหวัด	13 ชุมชน	1829 คน
12	ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา	7 จังหวัด	7 ชุมชน	250 คน
13	สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง	1 จังหวัด	6 ชุมชน	120 คน
จำนวนรวม		66 จังหวัด	189 ชุมชน	4,476 คน

แนวทางการขับเคลื่อนการดำเนินงานโครงการ ในส่วนภูมิภาค

การขับเคลื่อนโครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ ในส่วนภูมิภาค โดยศูนย์อนามัย ได้มีการผลักดันการขับเคลื่อนโครงการยกระดับครอบครัว ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด รพ.สต. และภาคีเครือข่าย จากการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ หรือการอบรม โดยใช้ชุดความรู้การส่งเสริมสุขภาพ ตามแนวทางการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ (30 2ส 1ฟ) การส่งเสริมการจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) และแนวทางการพัฒนาด้านการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรค ในครอบครัว ชุมชน เกิดครอบครัวรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Family) ซึ่งรูปแบบการจัดประชุมเชิงปฏิบัติ หรือการอบรม ในส่วนภูมิภาค มีทั้งในรูปแบบ Online และ Onsite โดยกลุ่มเป้าหมาย คือ **แคนนำครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ**

“ E-Book ” โครงการยกระดับครอบครัว



คู่มือแนวทางการ ยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่



แนวทางการคัดเลือกพื้นที่ต้นแบบครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ ปี 2566

แนวคิด & กระบวนการดำเนินงาน
โครงการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ
ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่



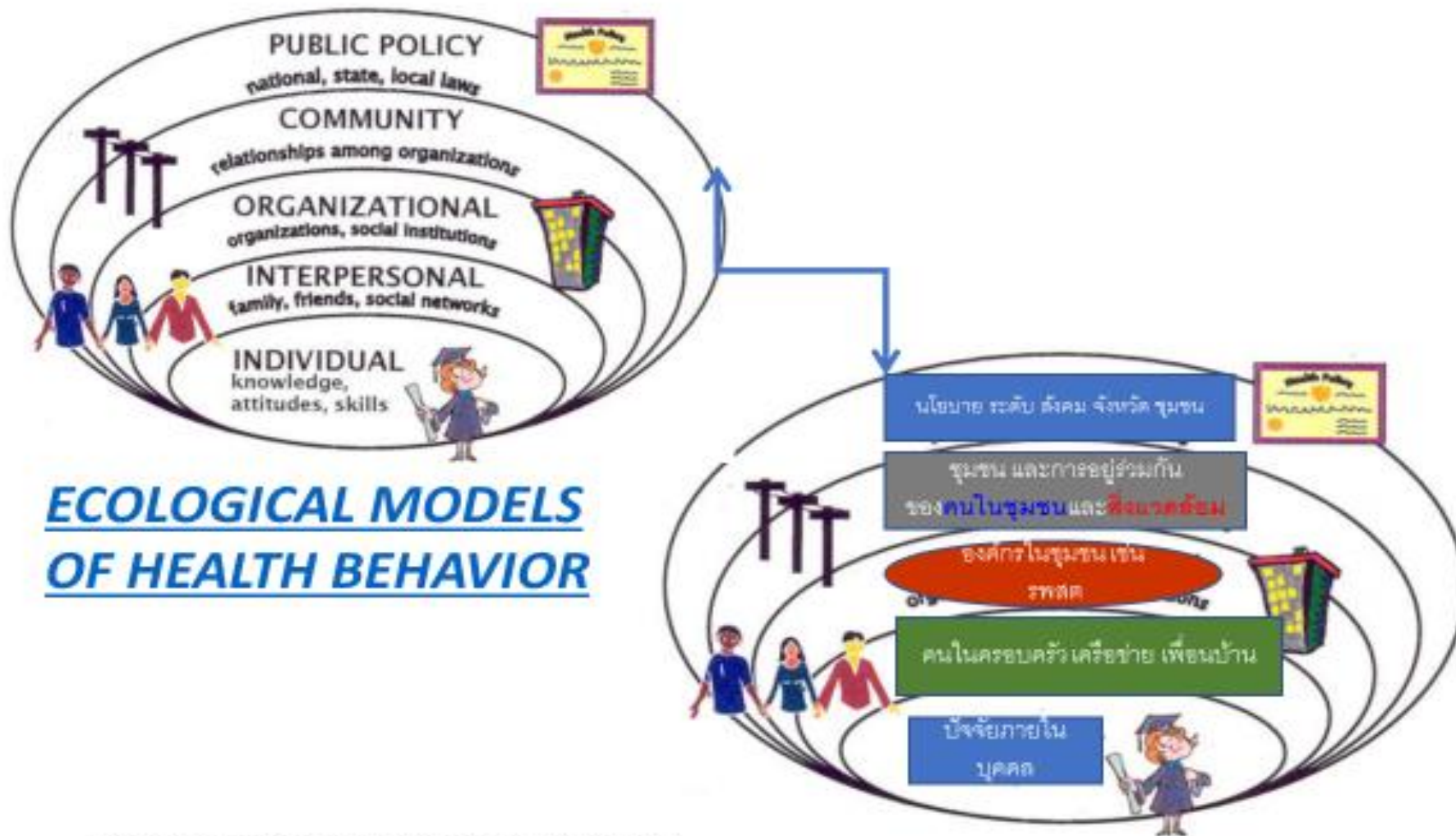
ระบบสุขภาพชุมชนกับการดูแลคนตลอดช่วงชีวิต



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

โดย...บพ.วชิระ เพ็งจันทร์ อธิบดีกรมอนามัย นายกสมาคมTHLA ประธานสถาบัน THM วันที่ 24 กันยายน 2561 ณ โรงแรมปรีณิพาเลศ มหานคร กรุงเทพฯ





McLeroy KR, Bibeau D, Steckler A, Glanz K.
An ecological perspective on health promotion
programs. Health Education Quarterly.
1988; 15: 351-377.

กรอบแนวคิดการยกระดับครอบครัว ชุมชนรอบรู้สุขภาพ ภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่



- **กระบวนการพัฒนาสุขภาพของตนและครอบครัว**

การพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว เป็นกระบวนการที่ต้องครอบคลุมทั้งการสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกัน การรักษาพยาบาลเบื้องต้น ตลอดจนการฟื้นฟูสุขภาพ ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนของการประเมินปัญหา โดยแบ่งกลุ่มภาวะสุขภาพของคนเราได้ดังนี้

1. กลุ่มที่มีสุขภาพดี
2. กลุ่มที่มีความเสี่ยงจะเกิดภาวะสุขภาพไม่ดี
3. กลุ่มที่เกิดความเจ็บป่วยแล้ว เมื่อประเมินภาวะของกลุ่มผู้มีปัญหาได้แล้ว ก็จะเข้าสู่กระบวนการต่อไป



ระบบส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม

A²IM (3U 1U)

GOAL

LE = 85 Year

HALE = 75 Year

Assessment
(ประเมิน)

Investigate, Diagnosis, Classified

Normal

RISK

ILL

+ Monitor

Advocacy
(เป็นปากเป็นเสียง)

- Inform, educate, and empower
- Mobilize community, social marketing

Intervention
(ปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพ & ควบคุม)

Improve
Maintain

Eliminate
Reduction,
Protection

Promote
to Excellence

Management
(Regulate & Technical Support)
(บริหาร/อำนวยการ)

ระดับประเทศ/กระทรวง
- Policy & Law

ระดับจังหวัด/อำเภอ
- Model Development
- Health & Env.H.
Provincial Profile
- HP&Env Assessment

ระดับท้องถิ่น/ชุมชน
- Healthy Settings
- Health & Env.H.
City Profile
- EHA



ขั้นตอนการวิเคราะห์ปัญหา

- หาสาเหตุของปัญหาแล้วดำเนินการแก้ไขหรือรักษา โดยนำข้อมูลจากการประเมินในข้อ 1 มาศึกษาหาสาเหตุว่าเกิดจากเหตุใด เช่น เกิดจากพฤติกรรมของตัวบุคคล สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย พันธุกรรม หรือความเคยชิน

ขั้นตอนการวางแผนและแก้ปัญหา

- เป็นการคิดหาวิธีการแก้ไข วางแผนดูแลสุขภาพให้เหมาะสม เช่น อยู่ในกลุ่มเสี่ยงต่อการเป็นเบาหวาน เมื่อวิเคราะห์ปัญหาแล้วพบว่ามีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน รับประทานรสหวาน หากรักษา คือ ให้ความรู้ในเรื่องอาการของผู้ป่วย โรคเบาหวาน ผลกระทบการจากเป็นโรคเบาหวาน การแก้ไขได้ในขณะนี้คือ ลดปริมาณการรับประทานอาหารหวาน การวางแผนแก้ไข ควรใช้แนวคิดการจากให้ความรู้แก่บุคคลนั้นเกิดความตระหนักด้วยตนเองจะดีที่สุด





ขั้นตอนการลงมือปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

ต้องปฏิบัติด้วยความเต็มใจ ไม่เป็นการบังคับ
จนจะเกิดผลดี ต้องเห็นอันตรายที่จะเกิดแก่ตน หรือเกิดผล
กระทบกับบุคคลอันเป็นที่รัก จึงจะทำให้คนเราปฏิบัติได้
เช่น รู้ว่าจะเป็นเบาหวาน ต้องเลิกหรืองดไม่รับประทาน
ของมัน ของหวาน ถ้าทำไม่ได้อาจเสียชีวิต หากผู้ดูแลบุตร
ต่อไป

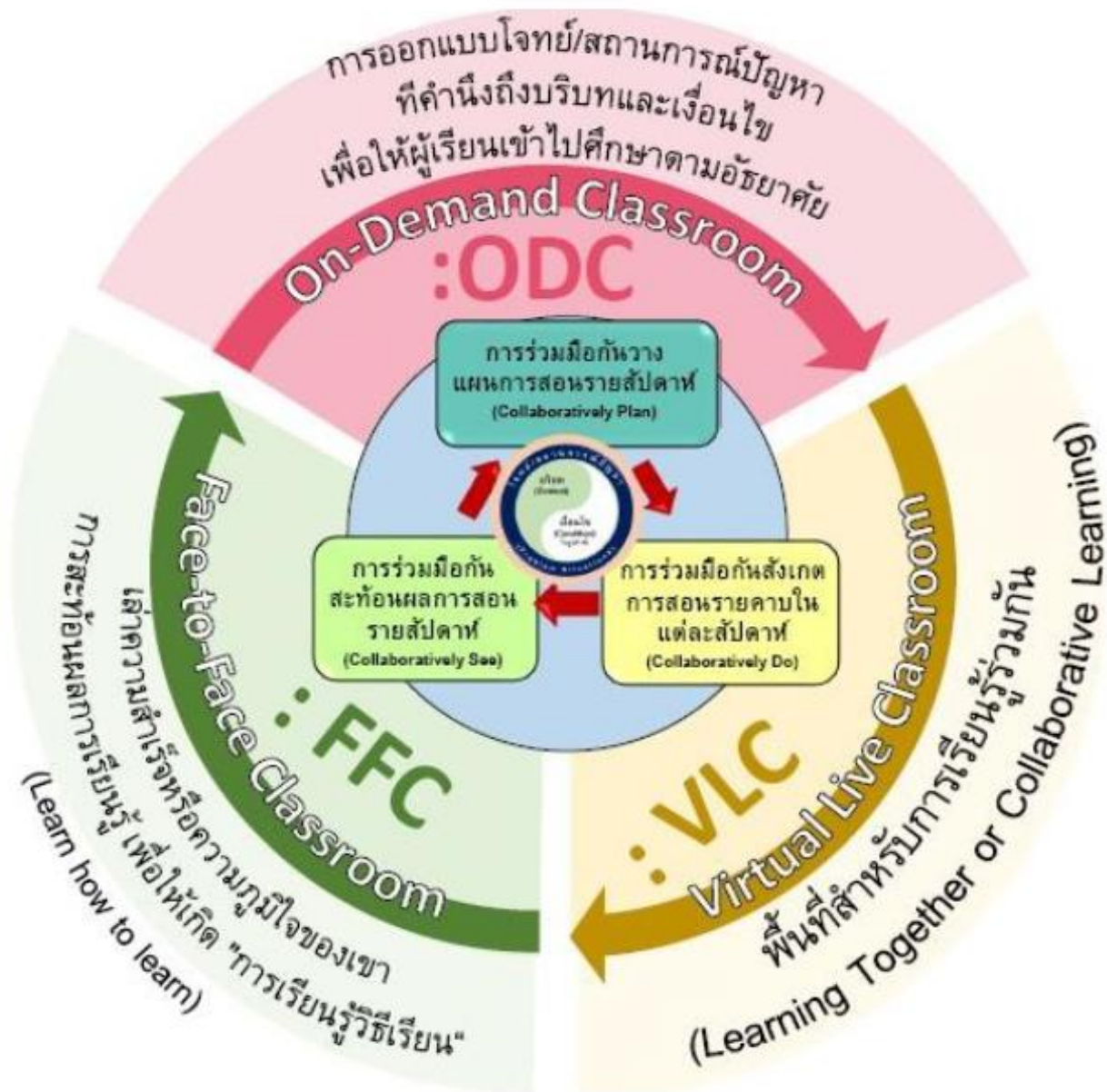
ขั้นตอนการประเมินผล

เป็นกระบวนการที่เราสามารถทราบได้ว่า
การวางแผนพัฒนาสุขภาพด้วยวิธีการที่เราเลือกปฏิบัติ หรือ
วางแผนนั้น ประสบความสำเร็จหรือไม่ และมากน้อย
เพียงใด หรือทำให้สุขภาพดีขึ้นหรือไม่



กิจกรรม BLC Model
ครอบครัวที่ฉันคาดหวัง

การสร้างพลังชุมชนด้วย
Blended-learning Classroom :
(MODEL: BLC Model)

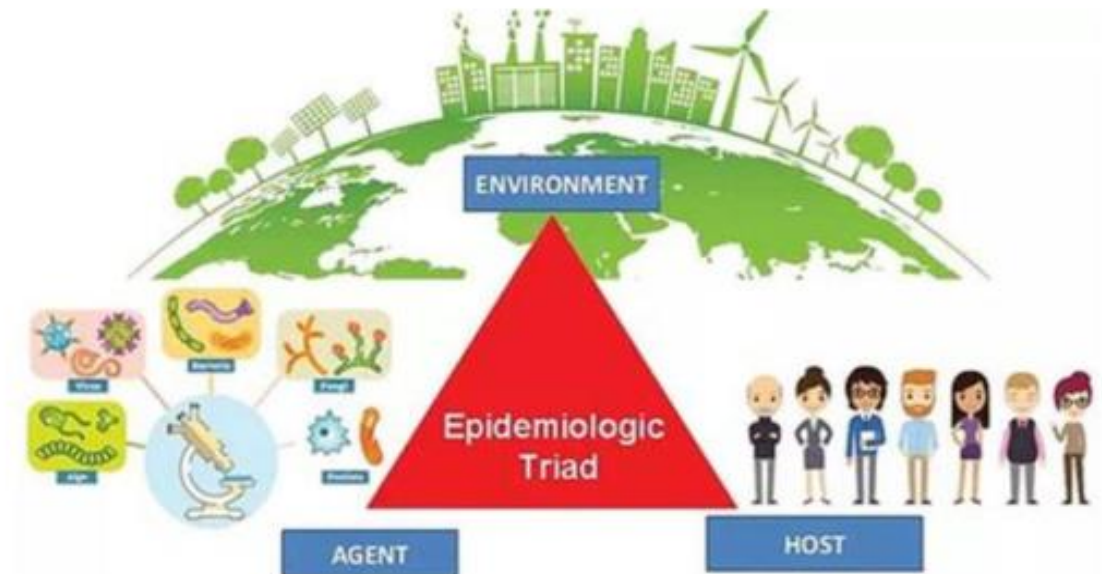






ODC : สถานการณ์ปัญหา....

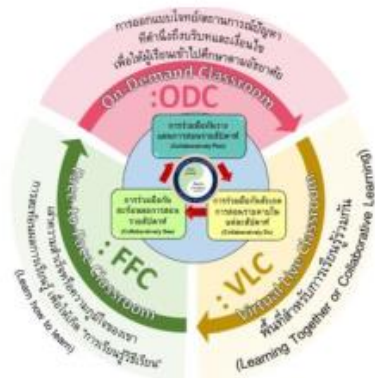
- ☐ สถานการณ์ปัญหาการระบาดของโรค Covid-19
- ☐ การค้นหาสาเหตุของการเกิดโรคและปัจจัยเสี่ยง
- ☐ การเฝ้าระวังโรคหรือภัยสุขภาพ
- ☐ การควบคุมป้องกันโรค และส่งเสริมสุขภาพ
- ☐ ผลกระทบกับครอบครัว





VLC : การสร้างพื้นที่การเรียนรู้ร่วมกัน...เพื่อ สร้างความมั่นใจ สร้างความปลอดภัย ครอบคลุมอุ่น

- ☐ การสร้างการเรียนรู้การติดต่อของโรค การแพร่กระจายของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
ให้กับประชาชน ครอบครัว ชุมชน
- ☐ การเข้าถึงข้อมูลองค์ความรู้ ในการควบคุมป้องกันโรค ในครอบครัว และชุมชน ความร่วมมือ
การเรียนรู้ร่วมกัน ประเมินตนเอง ครอบครัว ชุมชน
- ☐ การประสานเครือข่าย เช่น หน่วยบริการสาธารณสุขในพื้นที่ โรงพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น หรือภาคีเครือข่ายร่วมดำเนินงาน



FFC: เล่าความสำเร็จหรือความภาคภูมิใจ สะท้อนผลการเรียนรู้ เพื่อให้เกิด “วิธีการเรียนรู้”

ตัวอย่าง

- ☐ บอกเล่าวิธีดูแลสุขภาพตัวเองในการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ดูแลตนเองอย่างไรจึงสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้
 - ☐ ความภาคภูมิใจในการลดไขมันในเลือด บอกกล่าวถึงวิธีดูแลตนเอง
 - ☐ ความภาคภูมิใจในการควบคุมน้ำหนัก บอกกล่าวถึงวิธีดูแลตนเอง
แลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อให้เกิดวิธีการเรียนรู้ในการจัดการส่งเสริมสุขภาพ ตนเอง ครอบครัว และชุมชน
- “ ครอบครัว ชุมชนมีส่วนร่วมในการสร้างแรงจูงใจ แรงสนับสนุนทางสังคม และการมีตัวแบบที่ดี
ในครอบครัว ชุมชน ”

การปรับเปลี่ยนและสร้างเสริม
พฤติกรรมสุขภาพดี ด้วย
Wellness Plan



แผนส่งเสริมสุขภาพดีรายครัวเรือน(Individual wellness Family)

แผนส่งเสริมสุขภาพดีรายครัวเรือน(Individual wellness Family)																				
ชื่อ - สกุลแกนนำครอบครัว..... สิทธิการรักษาพยาบาล.....	ที่อยู่..... หมายเลขโทรศัพท์.....																			
ข้อมูลสุขภาพแกนนำ โรคประจำตัว..... ยาประจำตัว..... ส่วนสูง..... น้ำหนัก..... เส้นรอบเอว..... ข้อมูลสุขภาพคนในครอบครัว คนที่ 1..... คนที่ 2..... คนที่ 3..... คนที่ 4.....	ปัญหาสุขภาพ/พฤติกรรมเสี่ยง (แกนนำ) ปัญหาสุขภาพ/พฤติกรรมเสี่ยง (คนในครอบครัว)																			
คำชี้แจง / โปรดใส่เครื่องหมายถูกที่ตรงกับความจริงของท่าน การประเมินตนเองตามหลัก 3 อ 2 ส (1) อาหาร (....) ปกติ (....) เสีย (2) ออกกำลังกาย (....) ปกติ (....) เสีย (3) อารมณ์ (....) ปกติ (....) เสีย (4) ไม่สูบบุหรี่ (....) ปกติ (....) เสีย (5) ไม่ดื่มสุรา (....) ปกติ (....) เสีย (6) ปัญหาอื่น ๆ.....	ความคาดหวังด้านสุขภาพ/ผลลัพธ์ที่ต้องการ ในระยะเวลา <table border="1"> <thead> <tr> <th>เป้าหมายระยะสั้น (ไม่เกิน 6 เดือน)</th> <th>เป้าหมายระยะยาว (เกิน 6 เดือน)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> </tbody> </table>		เป้าหมายระยะสั้น (ไม่เกิน 6 เดือน)	เป้าหมายระยะยาว (เกิน 6 เดือน)																
	เป้าหมายระยะสั้น (ไม่เกิน 6 เดือน)	เป้าหมายระยะยาว (เกิน 6 เดือน)																		
																				
.....																				
.....																				
.....																				
.....																				
.....																				
.....																				
.....																				

รายละเอียดกิจกรรมแผนส่งเสริมสุขภาพดีรายครัวเรือน (แผนกิจกรรมรายสัปดาห์)

กำหนดกิจกรรม/พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพดี	รายละเอียดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพดี								กิจกรรมหลักในการส่งเสริมสุขภาพ
	เวลาทำกิจกรรม	วันอาทิตย์	วันจันทร์	วันอังคาร	วันพุธ	วันพฤหัสบดี	วันศุกร์	วันเสาร์	

ชื่อ-สกุล ผู้จัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพดี (แกนนำครอบครัว).....

หมายเหตุ: ดัดแปลงจาก Individual wellness plan กรมอนามัย (อ้างใน วิมล, 2564)

Digital
Caregiver
“โซ่ข้อกลาง”

ร่วมสร้างความรู้ด้านสุขภาพและเพิ่มการเข้าถึงบริการส่งเสริมสุขภาพด้วย
“หนังสือสุขภาพดิจิทัล” “Digital Health Book”



- ▶ Everyone has a personal health book. “ทุกคนมีหนังสือสุขภาพส่วนบุคคลได้”
- ▶ หนังสือสุขภาพจะเปลี่ยนไปตามอายุโดยอัตโนมัติ

THANK YOU

