



# โภชนาการดี รากฐานชีวิต

มหัศจรรย์ 2,500 วัน สานพลังเครื่องจ่าย  
สร้างแม่และเด็กไทยสุขภาพดี



ดร. แพทย์หญิงสายพิน โชติวิเชียร  
ผู้อำนวยการสำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข



กรมอนามัย  
สำนักโภชนาการ

# Nutrition Promotion Direction

สู่สุขภาพดีทุกช่วงวัย  
เริ่มตั้งแต่ในครรภ์

มหัศจรรย์ 2,500 วัน

- ANC คุณภาพ
- Well Child
- สพด.
- ระบบเฝ้าระวัง
- การเข้าถึงบริการคุณภาพ และชุดสิทธิประโยชน์



## สร้างสังคมรอบรู้

- จัดทำและสื่อสารองค์ความรู้ด้านโภชนาการ ชี้อแนะนำการบริโภคอาหาร และข้อปฏิบัติการกินอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดี (FBDGs)



- พัฒนาศักยภาพบุคลากรคลินิก ANC และ WCC ประเด็นชี้อแนะนำการบริโภคตามธงโภชนาการ สำหรับหญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร และพ่อแม่ผู้เลี้ยงดูเด็กอายุ 0 - 5 ปี



## สิ่งแวดล้อมเอื้อต่อการมีสุขภาพดี

- ชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน
- ร้านอาหารเมนูสุขภาพ



เมืองสุขภาพดี  
ประชาชนแข็งแรง มีคุณภาพ

# ความสำคัญของโภชนาการมารดาและเด็กเล็ก



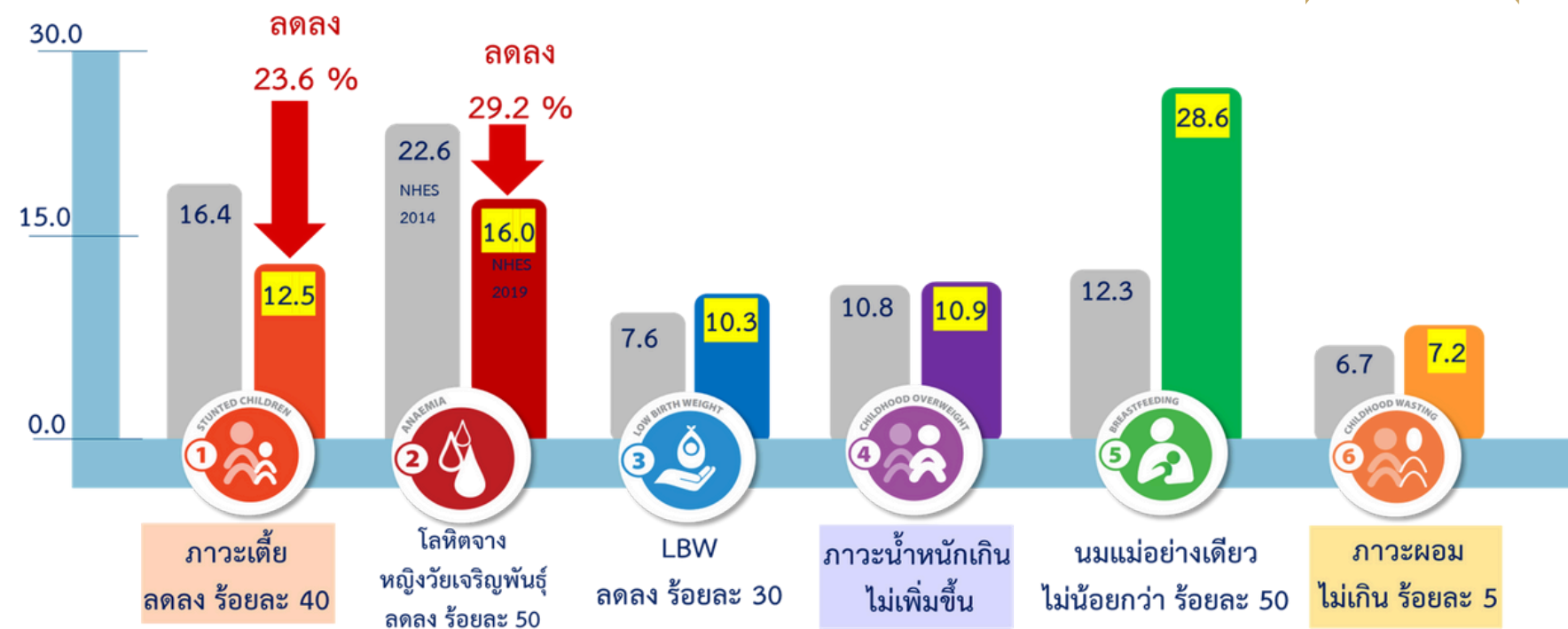
กรมอนามัย  
สำนักโภชนาการ



## GLOBAL TARGETS 2025

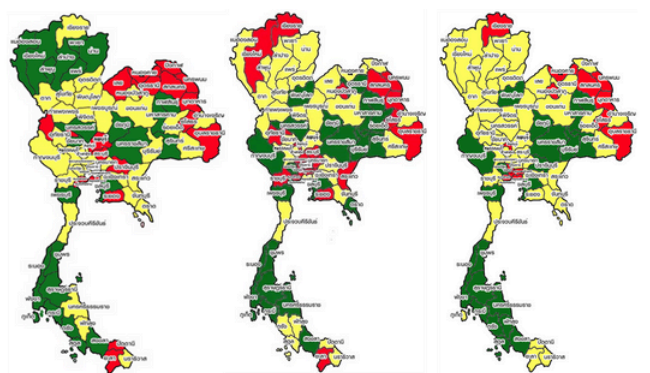
- 1 **ภาวะเตี้ย** ของเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ลดลง 40%
- 2 **ภาวะโลหิตจาง** ของหญิงวัยเจริญพันธุ์ ลดลง 50%
- 3 **การแรกเกิดน้ำหนักน้อย** ลดลง 30%
- 4 **ภาวะน้ำหนักเกิน** ในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ไม่เพิ่มขึ้น
- 5 **อัตราการกินนมแม่** อย่างเดียว 6 เดือนแรก อย่างน้อย 50%
- 6 **ภาวะผอม** ในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี น้อยกว่า 5%

## ความท้าทาย การบรรลุเป้าหมายโภชนาการ ระดับโลก กับ สถานการณ์ภาวะการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัยไทย



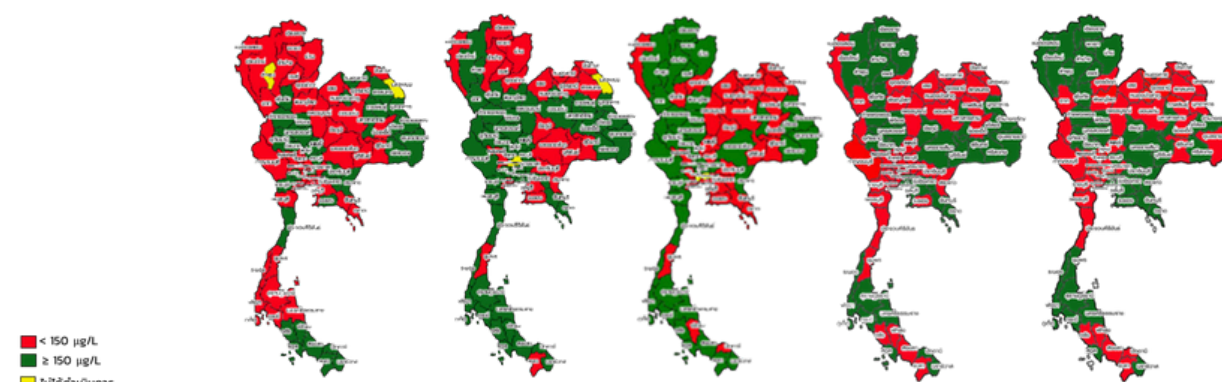
## สถานการณ์ประเทศไทย

- ความครอบคลุมการใช้เกลือเสริมไอโอดีนในครัวเรือนที่มีคุณภาพ 20 - 40 ppm



	ปี 2564	2565	2566
ร้อยละของจังหวัดที่อยู่ในพื้นที่สีเขียว	32.5	31.2	28.6
ร้อยละของจังหวัดที่อยู่ในพื้นที่สีเหลือง	44.2	41.6	54.5
ร้อยละของจังหวัดที่อยู่ในพื้นที่สีแดง	20.8	26.0	16.9

- การเฝ้าระวังระดับไอโอดีนในปัสสาวะของหญิงตั้งครรภ์



	ปี 2562	ปี 2563	ปี 2564	ปี 2565	ปี 2566
ค่าเฉลี่ย MUI	153.4	159.3	155.0	147.9	150.2
ร้อยละของจังหวัดที่ผ่านเกณฑ์	42.9	62.3	53.2	49.4	50.6

MUI - Median Urinary Iodine (ค่ามัธยฐานของปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะ)

- การเฝ้าระวังระดับไอโอดีนในปัสสาวะของเด็กอายุ 3-5 ปี

เด็กอายุ 3 - 5 ปี: MUI 214.7 µg/L



- พบปัญหาการได้รับไอโอดีนมากเกินไปในกลุ่มเด็ก 3-5 ปี 2 จังหวัด คือ จ.กาฬสินธุ์ จ.สุรินทร์
- พบจังหวัดที่ได้รับไอโอดีนเพียงพอ 22 จังหวัด

■ < 100 µg/L  
■ ≥ 100 µg/L  
■ ≥ 300 µg/L  
 อยู่ระหว่างดำเนินการปี 2567 และ 2568



กรมอนามัย  
สำนักโภชนาการ

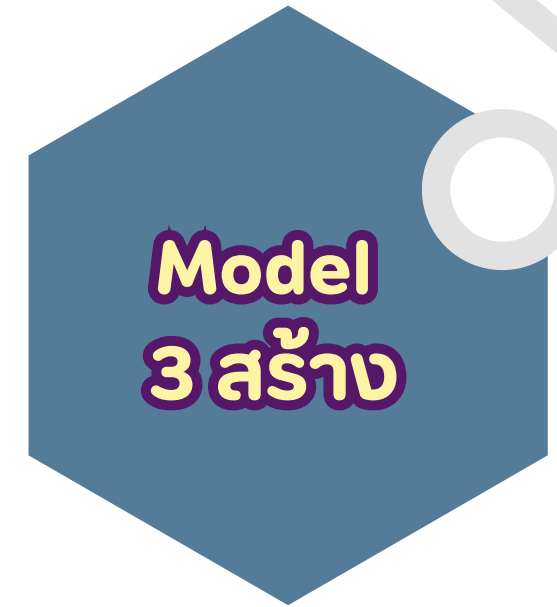
# มาตรการส่งเสริมโภชนาการในประเทศไทย และระดับภูมิภาค



- ส่งเสริมเต้านมแม่
- กินอาหาร
- ยาเสริมสารอาหารสำคัญ



- สร้างนโยบาย
- สร้างเครือข่าย
- สร้างทรัพยากร



- ANC WCC คุณภาพ
- โรงเรียนพ่อแม่
- จ่ายยาเสริมธาตุเหล็ก/ยาเม็ดเสริมไอโอดีนเหล็ก และโฟลิก



- ชั่งน้ำหนัก วัดความยาว/ส่วนสูง
- ประเมินภาวะการเจริญเติบโต
- ประเมินการเพิ่มขึ้นน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์
- คัดกรองภาวะโลหิตจางหญิงตั้งครรภ์และเด็กปฐมวัย



- Partnership (ภาคีเครือข่าย)
- Investment (งบประมาณจากอปท.)
- Regulation (การใช้ตัวบทกฎหมาย)
- Advocacy (นโยบาย)
- Build Capacity (การฝึกอบรม)



# ขับเคลื่อนงานจัดการและแก้ไขปัญหาคูพโภชนาการ ในเด็กปฐมวัย ผ่าน Model พลัง 3 สร้าง กรมอนามัย และ กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น



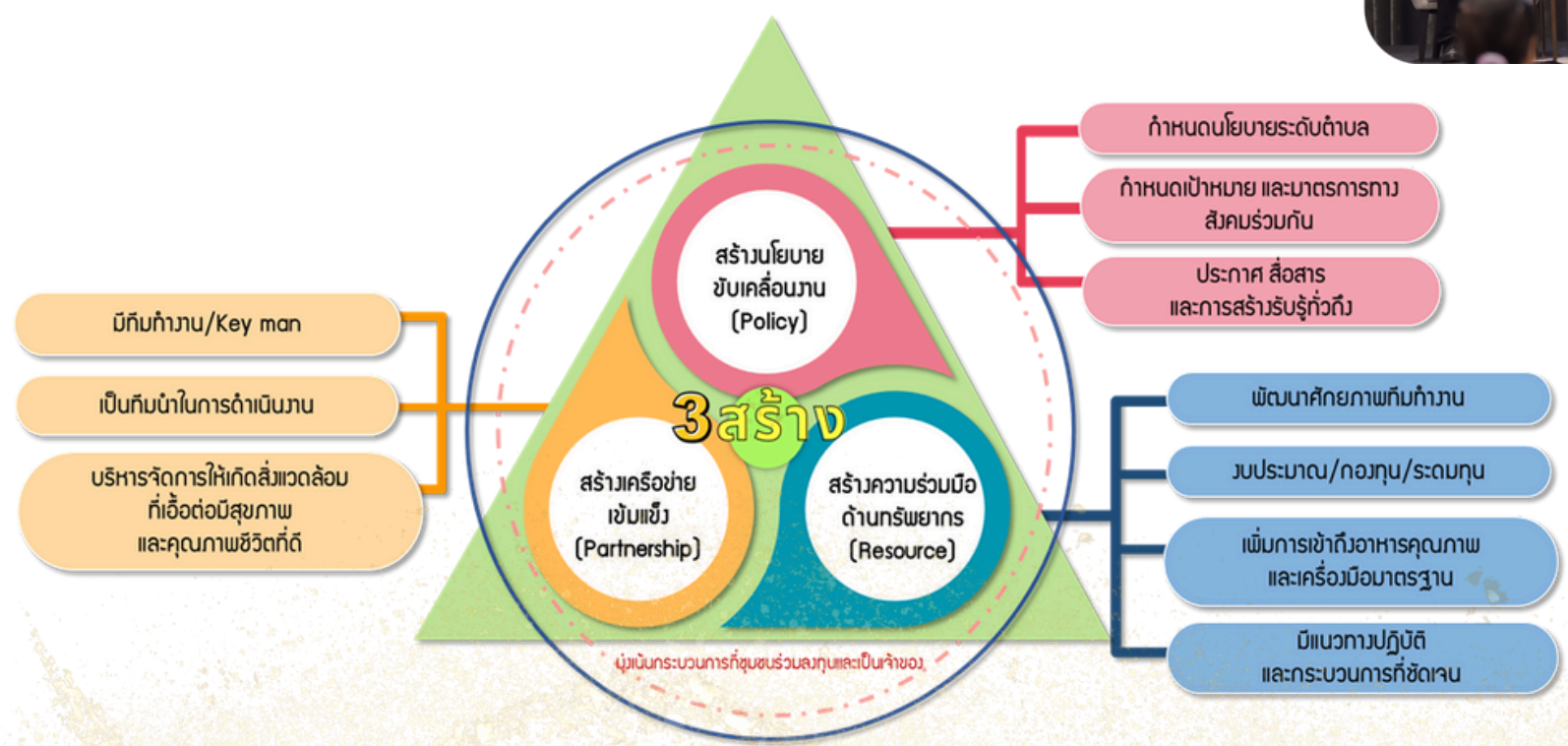
พัฒนาองค์ความรู้ด้านโภชนาการ  
“ข้อเสนอแนะการบริโภคอาหารตามธงโภชนาการ  
และข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดี (FBDGs)  
สำหรับหญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร และเด็กอายุ 0 - 5 ปี

## แผ่นพับ ธงโภชนาการ และ ภาพพลิก



## MODEL พลัง 3 สร้าง

สร้างเด็กปฐมวัยไทยคุณภาพ  
แก้ไขปัญหาคูพ อ้วน



# โครงการมุ่งเน้น ชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน

ความร่วมมือการขับเคลื่อนการดำเนินงานควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนระหว่าง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข กับ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข ณ 27 มิถุนายน 2566



## PLATFORM IODINE



แบบประเมินชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน และร้านค้า ร้านอาหารที่ใช้ผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน

### ชุมชน

- ประเมินและพัฒนาตนเองเป็นชุมชนหมู่บ้านไอโอดีนได้ด้วยตนเอง

### ประชาชน

- เข้าถึงร้านค้า และร้านอาหารที่จำหน่ายผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน
- เข้าถึงองค์ความรู้เรื่องการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน

## แนวทางการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในพื้นที่

### “อสม.ทุดไอโอดีน”



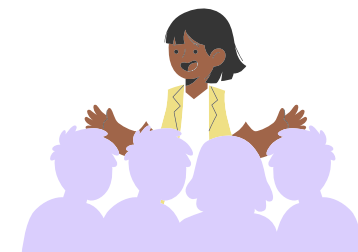
พัฒนาศักยภาพอาสาสมัครสาธารณสุขทุกหมู่บ้าน เป็น “อสม.ทุดไอโอดีน”

### ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของ อสม.



ในการติดตามการเข้าถึงยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก ของหญิงตั้งครรภ์ ผ่านแอปพลิเคชัน สมาร์ท อสม.

### รณรงค์ ประชาสัมพันธ์



- อสม.
- ประชาชน

### รณรงค์ ประชาสัมพันธ์

#### ร้านค้า



จำหน่ายผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน

#### ร้านอาหารและประชาชน



เลือกใช้เกลือเสริมไอโอดีนและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนในการปรุงประกอบอาหารอย่างต่อเนื่อง

นำไปสู่การสร้างความรู้และความตระหนักรู้ด้านสุขภาพและโภชนาการที่ดีของประชาชน

- ✓ มีความรู้ ความเข้าใจในการเลือกใช้เกลือเสริมไอโอดีนและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนในการปรุงประกอบอาหาร
- ✓ เฝ้าระวังคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีนในครัวเรือน ร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

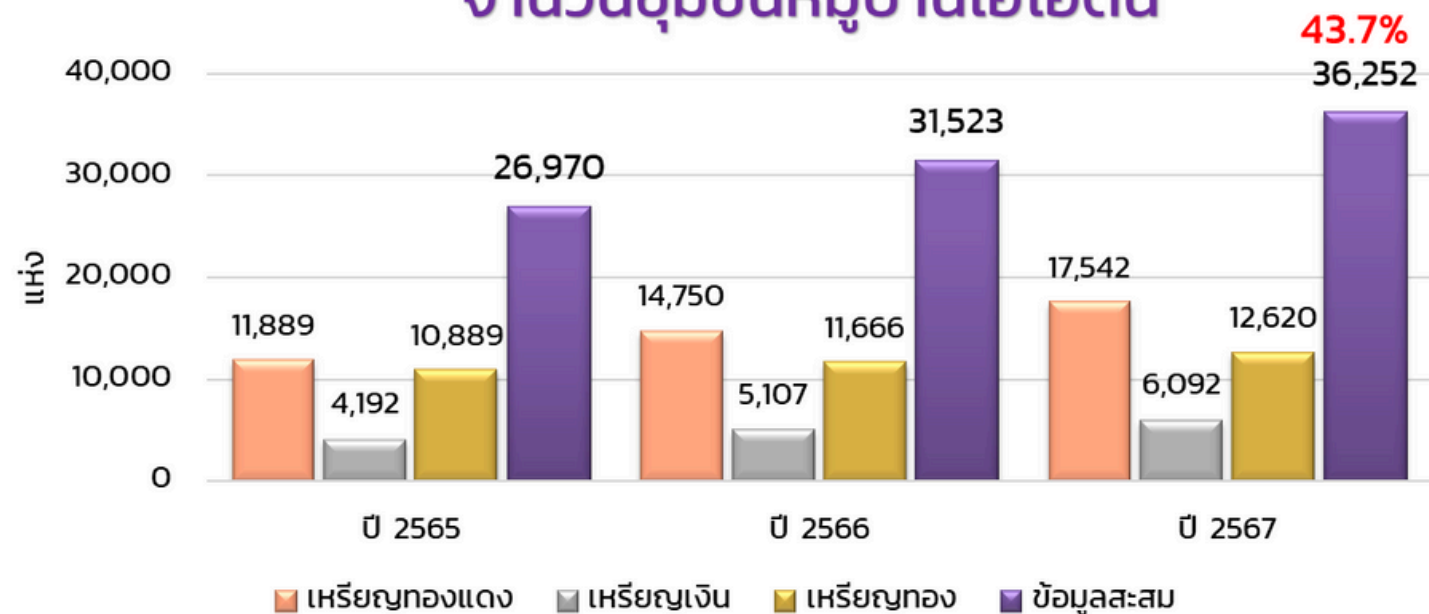
# 25 มิถุนายน 2567 วันไอโอดีนแห่งชาติ

## "ประสานพลังขับเคลื่อนชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน"



กรมอนามัย  
สำนักโภชนาการ

จำนวนชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน



**เหรียญทอง**  
จำนวน 12,620 แห่ง

**เหรียญเงิน**  
จำนวน 6,092 แห่ง

**เหรียญทองแดง**  
จำนวน 17,542 แห่ง

### กลไก การขับเคลื่อน สำคัญ ในการพัฒนา ชุมชนหมู่บ้าน ไอโอดีน - สู่ระดับเหรียญทอง

- สร้างเสริมและพัฒนาเครือข่ายของกรมส่งเสริมปกครองท้องถิ่น กรมพัฒนาชุมชน และกระทรวงมหาดไทย โดยมีผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นประธาน
- สร้างความรอบรู้การเลือกใช้เกลือ และผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน
- สนับสนุนให้ประเมินชุมชนตนเองผ่าน Digital Platform "แพลตฟอร์มไอโอดีน"

# ความท้าทายและก้าวต่อไป



กรมอนามัย  
สำนักโภชนาการ

1

สร้างความร่วมมือภาคีเครือข่ายระดับท้องถิ่นทุกแห่ง แก้ไขปัญหาเด็กปฐมวัยมีภาวะเตี้ย ผอม อ้วน ผ่าน "Model พลัง 3 สร้าง" และสร้างความร่วมมือในชุมชน พัฒนาศักยภาพอาสาสมัคร. ในการติดตามการเข้าถึงยาเม็ดเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็ก และกรดโฟลิก ของหญิงตั้งครรภ์ ผ่านแอปพลิเคชัน สมาร์ท อสม.

2

สื่อสาร สร้างความรอบรู้และพัฒนาศักยภาพด้านโภชนาการ และการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัย ให้กับพ่อแม่ ผู้เลี้ยงดูเด็ก และสร้างความรอบรู้และความตระหนักเรื่องการเลือกซื้อเกลือในครัวเรือน

3

พัฒนาแนวทางการจัดอาหารกลางวันคุณภาพ

4

เตรียมความพร้อมด้านโภชนาการรองรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยต่ำกว่า 2 ปี

5

รณรงค์ ประชาสัมพันธ์ให้ อสม. และประชาชน มีความรู้ ความเข้าใจในการเลือกซื้อเกลือเสริมไอโอดีนและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน ในการปรุงประกอบอาหาร ตลอดทั้งปี