

การประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาบุคลากร “สถานประกอบการรอบรู้ด้านสุขภาพ”

วันที่ 17 ธันวาคม 2562 ณ โรงแรมมารวย การ์เด้น กรุงเทพมหานคร



❖ ความรอบรู้ด้านสุขภาพของคนวัยทำงานในสถานประกอบการ



❖ สถานประกอบการรอบรู้ด้านสุขภาพ



❖ วิเคราะห์องค์กรและกำหนดแนวทางการพัฒนาสู่

“สถานประกอบการรอบรู้ด้านสุขภาพ”



❖ นำเสนอ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

- ❖ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy)
- ❖ องค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization)
- ❖ องค์กรสุขภาวะ (Happy workplace)

ประสบการณ์การทำงาน

- * ที่ปรึกษาโครงการสังเคราะห์ข้อมูลกระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) สสส.
- * กรรมการบริหารสมาคมวิชาชีพสุขศึกษา (ชุดที่ 13-14-15-16 ปี 2554-ปัจจุบัน)
- * ผู้ประเมินรับรองมาตรฐานงานสุขศึกษาของสมาคมวิชาชีพสุขศึกษา (2554-2560)

หนังสือ คู่มือ บทความวิชาการ

- * หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: ขั้นพื้นฐาน ปฏิสัมพันธ์ วิจัยและญาณ (2562)
- * หนังสือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: เข้าถึง เข้าใจ และการนำไปใช้ (2561)
- * หนังสือ ความฉลาดทางสุขภาพ Health Literacy (2554)
- * บทความวิชาการ เจาะลึก Health Literacy (2560)
- * บทความวิชาการ การเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในประชากรผู้สูงวัย (2558)





“ความรอบรู้ด้านสุขภาพ” ของคนวัยทำงานในสถานประกอบการ



ผลสำรวจพบวัยแรงงานไทยสุขภาพทรุด
1 ใน 10 ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง

สุขภาพ

โรคหัวใจและหลอดเลือด ร้อยละ 32

โรคเบาหวาน ร้อยละ 21

โรคทางเดินหายใจเรื้อรัง ร้อยละ 19

อื่นๆ ได้แก่ อุบัติเหตุบนท้องถนน

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

โรคที่เกิดจากบุหรี่ ดื่มสุรา ใช้สารเสพติด

<https://thaihealth.or.th/>

สภาพปัญหาเรื่องความรอบรู้สุขภาพ

สภาพปัญหา

ประชาชนขาดการแสวงหาข้อมูล
และไม่ตรวจสอบความถูกต้อง

ขาดทักษะการเลือกรับสื่อที่ดี
ขาดการประเมินข้อมูลที่สื่อเผยแพร่

ขาดการวิเคราะห์ผลดี-ผลเสีย
การตัดสินใจถูกชักนำด้วยข้อมูลผิดๆ

ไม่ดูแลตนเอง ไม่ตรวจร่างกาย
ไม่ปฏิบัติตัว ตามแผนการรักษา

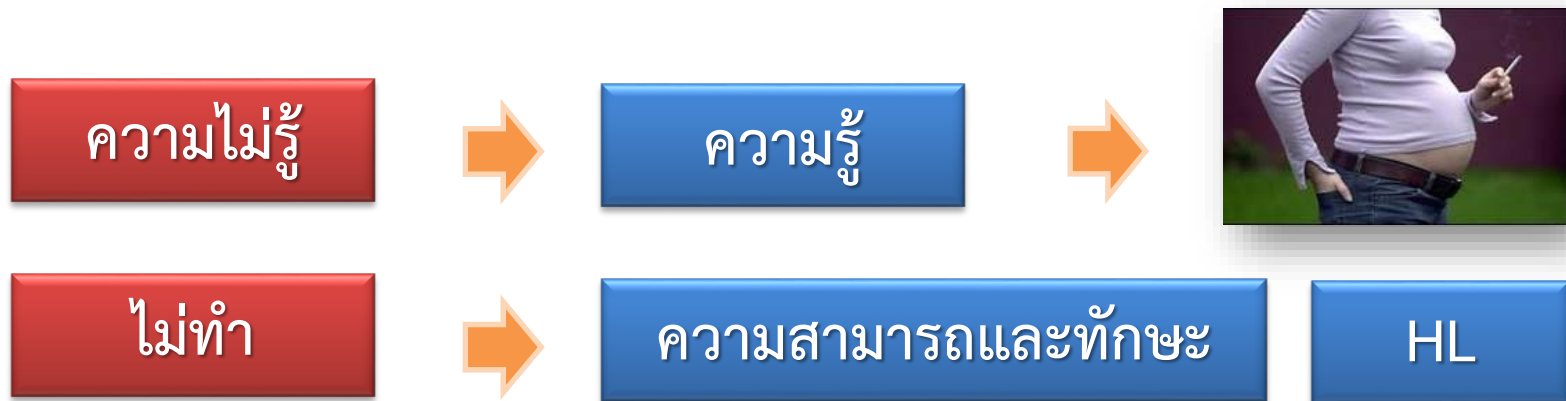
ผลที่เกิดขึ้น

มีความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ
โดยเฉพาะโรคเรื้อรัง

ประเทศชาติสูญเสียค่าใช้จ่าย
ในการรักษาพยาบาลจำนวนมาก

โรงพยาบาลมีภาระหนัก ไม่มีเวลา
จึ้นเน้นรักษา > ส่งเสริมสุขภาพ

สาเหตุของปัญหาสุขภาพ และการปฏิบัติตัวด้านสุขภาพ



Health literacy : HL

“ทักษะต่างๆ ทางการรับรู้และทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดแรงจูงใจ และความสามารถของปัจเจกบุคคลในการเข้าถึง เข้าใจ และใช้ข้อมูล ในวิธีการต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมและบำรุงรักษาสุขภาพของตนเองให้ดียิ่งอยู่เสมอ”

(องค์การอนามัยโลก, 1998)

กรอบการดำเนินงานสร้างเสริม “ความรู้ด้านสุขภาพ”

เข้าถึง (access)
เข้าใจ (understand)
ใช้ข้อมูล (use information)
(WHO, 1998)

การรักษา



บัตรนัด
ฉลากยา
แบบฟอร์ม
วิธีการรักษา
ประกันสุขภาพ

ป้องกันโรค



ข้อมูลข่าวสาร
การรับสื่อ
มาตรการ
กฎหมาย

ส่งเสริมสุขภาพ



การค้นหาความรู้
ช่องทางสื่อสาร
การปฏิบัติตัว
โฆษณาชวนเชื่อ



ความรู้ด้านสุขภาพ = เข้าถึง เข้าใจ นำไปใช้

Health literacy

ความสามารถและทักษะ
ขั้นพื้นฐาน-ปฏิสัมพันธ์-วิจารณ์ญาณ

รู้หนังสือ (ฟัง พูด อ่าน เขียน)







PACKAGE

10 PACKAGES

ปลอดภัย สุขภาพดี งานดี มีความสุข
ในสถานประกอบการ

PACKAGE

สถานประกอบการดี ชีวิตดี สุขใจ

ไร้อัลกอฮอล์และบุหรี่

Tobacco and Alcohol Free Living

- การตั้งกฎขององค์กรและการบังคับใช้
- การปรับสิ่งแวดล้อมการทำงาน
- การอบรมพนักงาน
- การมีสุขภาพดี
- การมีสุขภาพดี
- การปรับสิ่งแวดล้อมการทำงาน

PACKAGE

สถานประกอบการก้าวไกล

ที่มีสื่อสุขภาพ

แรงงานต่างชาติ

Happy and Healthy Foreigner Worker

แรงงานต่างชาติมีสุขภาพดี

- ไม่เป็นที่รังเกียจ
- ไม่มีความวิตกกังวล
- มีความปลอดภัย
- มีความปลอดภัย
- มีความปลอดภัย
- มีความปลอดภัย

PACKAGE

หุ่นดี สุขภาพดี

Smart and Healthy Worker

- มีสุขภาพดี
- มีสุขภาพดี
- มีสุขภาพดี
- มีสุขภาพดี
- มีสุขภาพดี
- มีสุขภาพดี

PACKAGE

จิตสดใส ใจเป็นสุข

Happy Working with Life Balance

- สร้างความสุข
- สร้างความสุข
- สร้างความสุข
- สร้างความสุข
- สร้างความสุข
- สร้างความสุข

PACKAGE

10 PACKAGES

ปลอดภัย สุขภาพดี งานดี มีความสุข
ในสถานประกอบการ

PACKAGE

เตรียมเกษียณก่อนที่คุณจะ

หาข้าวยืนยาว

Preretirement and Longevity Planning

- การเตรียมความพร้อม
- การเตรียมความพร้อม
- การเตรียมความพร้อม
- การเตรียมความพร้อม
- การเตรียมความพร้อม
- การเตรียมความพร้อม

PACKAGE

ครอบครัวสดใส

Smart and Healthy family

- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ

PACKAGE

สุดยอดคุณแม่

Smart Mom

- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ
- การดูแลสุขภาพ

PACKAGE

สถานประกอบการปลอดภัย

สิ่งแวดล้อมดี มีสมดุลชีวิต

Safety and Good Environmental Workplace and Happy for Life

- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย

PACKAGE

โรงอาหารปลอดภัย

ใส่ใจสุขภาพ

Healthy Canteen

- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย
- ความปลอดภัย

PACKAGE

พิชิตออฟฟิศซินโดรม

Office Syndrome Management

- ออฟฟิศซินโดรม
- ออฟฟิศซินโดรม
- ออฟฟิศซินโดรม
- ออฟฟิศซินโดรม
- ออฟฟิศซินโดรม
- ออฟฟิศซินโดรม



หลักการ 10 ประการ
ความรู้ด้านสุขภาพ
Health Literacy

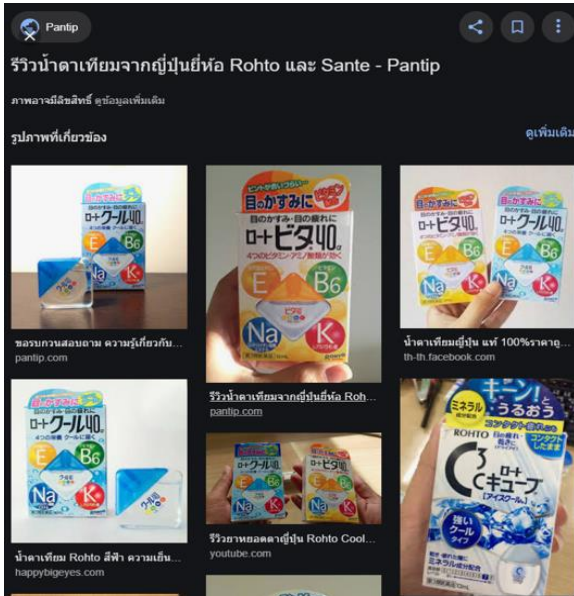


หลักการของความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy)

หลักการที่ 1 “ข้อมูล (information) เป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดสุขภาพ
ของประชาชนทุกกลุ่มวัยในยุคสังคมข้อมูลข่าวสารและเทคโนโลยีดิจิทัล”



มีปริมาณมาก ..ไม่น่าไว้วางใจ



อ่านไม่ออก
อ่านไม่รู้เรื่อง

อ่านออก
อ่านรู้เรื่อง



ไม่รู้

ง



ไม่ทำ
ทำผิด

ทำ
ทำถูกต้อง



ข้อมูลปริมาณน้ำตาล

ปริมาณน้ำตาลในเครื่องดื่มแต่ละชนิด



น้ำผลไม้

ขนาด (มิลลิลิตร)

200

ปริมาณน้ำตาล(ช้อนชา)

6.25



กาแฟสด

ขนาด (มิลลิลิตร)

475

ปริมาณน้ำตาล(ช้อนชา)

10.5



น้ำอัดลม

ขนาด (มิลลิลิตร)

450

ปริมาณน้ำตาล(ช้อนชา)

10.75



ชานมไข่มุก

ขนาด (มิลลิลิตร)

350

ปริมาณน้ำตาล(ช้อนชา)

11.25



ชาเขียว

ขนาด (มิลลิลิตร)

500

ปริมาณน้ำตาล(ช้อนชา)

14.5

น้ำตาลทานเท่าไรถึงพอดี

ปริมาณน้ำตาลที่เหมาะสมกับคนแต่ละวัย

รอบรู้เรื่องน้ำตาล

1 ช้อนชาให้พลังงาน

15 kcal



มีขนาดเท่ากับ



1 องคต
หัวแม่มือ

12 ช้อนชา



3.5 ช้อนชา

6 ช้อนชา



เด็กอายุ 6-13 ปี

ใช้พลังงาน
1,600 kcal
ต่อวัน



ปริมาณน้ำตาลที่เหมาะสมต่อวัน

ไม่เกิน 4 ช้อนชา



หญิงวัยทำงาน
25-60 ปี

ใช้พลังงาน
1,600 kcal
ต่อวัน



ปริมาณน้ำตาลที่เหมาะสมต่อวัน

ไม่เกิน 4 ช้อนชา



ผู้สูงอายุ
60 ปีขึ้นไป

ใช้พลังงาน
1,600 kcal
ต่อวัน



ปริมาณน้ำตาลที่เหมาะสมต่อวัน

ไม่เกิน 4 ช้อนชา



วัยรุ่น
หญิง-ชาย
14-25 ปี

ใช้พลังงาน
2,000 kcal
ต่อวัน



ปริมาณน้ำตาลที่เหมาะสมต่อวัน

ไม่เกิน 6 ช้อนชา



หญิง-ชาย
ที่ใช้พลังงานมาก
เกษตรกร ผู้ใช้แรงงาน นักกีฬา

ใช้พลังงาน
2,400 kcal
ต่อวัน



ปริมาณน้ำตาลที่เหมาะสมต่อวัน

ไม่เกิน 8 ช้อนชา



Design by: designblahbalah.com | ผลิตและจำหน่ายโดย บริษัท ฟิตแอนด์บาลานซ์ จำกัด

Fit with the Brain | www.facebook.com/lovefitpage | www.lovefit.com

หวานแค่ไหน?

ปริมาณน้ำตาลในเครื่องดื่ม

* ไม่ควรบริโภคน้ำตาลเกิน 6 ช้อนชา
หรือ 24 กรัม / วัน

19
ช้อนชา



นมเปรี้ยว
400 มล.

11.25
ช้อนชา



ชาสมุนไพร
350 มล.

6.25
ช้อนชา



น้ำผลไม้
200 มล.

10.75
ช้อนชา



น้ำอัดลม
450 มล.

14.5
ช้อนชา



ชาเขียว
500 มล.

10.5
ช้อนชา



กาแฟสด
475 มล.



ออกประกาศ เพิ่มชนิดอาหารที่ต้องแสดง ฉลากโภชนาการและฉลาก GDA

ฉลาก GDA หรือ ฉลาก หวาน มัน เค็ม



คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 ซอง
ควรแบ่งกิน 3 ครั้ง

พลังงาน	น้ำตาล	ไขมัน	โซเดียม
480 กิโลแคลอรี	30 กรัม	21 กรัม	330 มิลลิกรัม
*24%	*46%	*32%	*14%

*คิดเป็นร้อยละของปริมาณสูงสุดที่บริโภคได้ต่อวัน

ถ้ากินหมดซอง
ได้พลังงาน 480 กิโลแคลอรี
หรือแบ่งกิน 3 คน / 3 ครั้ง
ได้คน/ครั้งละ 160 กิโลแคลอรี

เป็นต้น



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
Food and Drug Administration



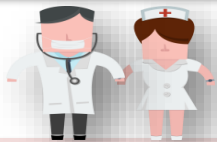
/FDATHAI

หลักการที่ 2 “ลักษณะของข้อมูลสุขภาพ สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ และประชาชนกลุ่มเป้าหมาย มีความแตกต่างกัน”

ลักษณะข้อมูลสุขภาพ

- นโยบาย/ยุทธศาสตร์
- แนวทาง/ขั้นตอนปฏิบัติ
- วิธีการประเมิน/ตัวชี้วัด

บุคลากร



ระดับเขต
ระดับจังหวัด
ระดับอำเภอ
ระดับตำบล

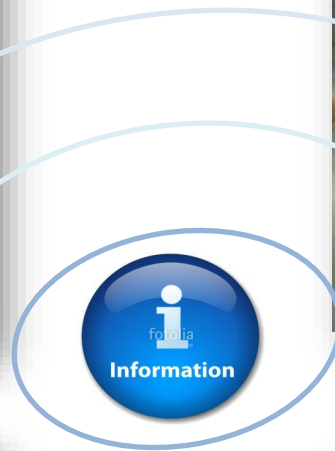
สภาพปัญหา

- *เข้าถึง
- *เข้าใจ
- *นำไปใช้

- ข้อมูล ข่าวสาร
- ความรู้
- สื่อสุขศึกษา

ประชาชน

อสม.
คุณครู-นักเรียน
กลุ่มเสี่ยง
ผู้ป่วย



หลักการที่ 3 “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ เน้นการพัฒนาความสามารถและทักษะ”

ส่วนที่ 1 คำสำคัญที่มีความสอดคล้องกัน แบ่งได้เป็น 5 กลุ่ม

กลุ่มที่หนึ่ง ได้แก่ ได้รับ (obtain) ค้นหา (find/seek out/ seek to encompass)

เข้าถึง (access)

กลุ่มที่สอง ได้แก่ คัดกรอง (filter) ตรวจสอบ (examined) วิเคราะห์ (analyze) ประเมิน

(evaluate/appraise)

กลุ่มที่สาม ได้แก่ ทำความเข้าใจ (understand/comprehend/interpret/derive meaning)

กลุ่มที่สี่ ได้แก่ ตัดสินใจ (make decision/judgements) บูรณาการ (integrating)

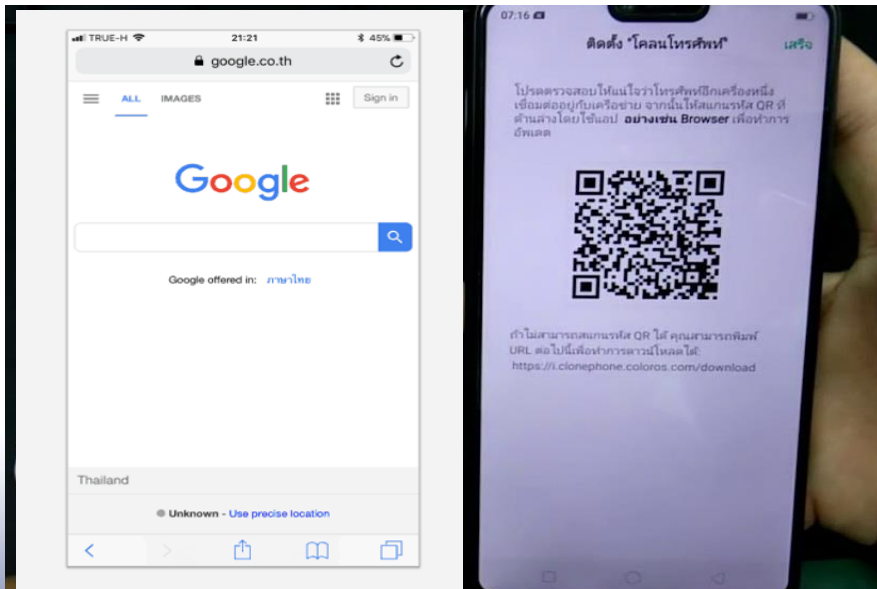
กลุ่มที่ห้า ได้แก่ จัดการหรือกระทำ (process/act on/organize/construct) ใช้ (use)

นำไปใช้ (apply)

ส่วนที่ 2 คำสำคัญที่มีลักษณะเฉพาะ ได้แก่ อ่าน (reading) คำนวณตัวเลข (numeral tasks) ความรู้ (knowledge) ความสามารถที่จำเป็น (abilities that pertain) ทักษะชีวิต (life skill) สื่อสาร (communicate) พลวัต (dynamic) เสริมพลัง (empowering)



ความสามารถและทักษะ ในการค้นหาข้อมูล



ความแตกต่างระหว่างความสามารถ - ทักษะ

องค์ประกอบของ Health Literacy	ความสามารถ (abilities)	ทักษะ (skills)
1. เข้าถึง (access)	-การค้นหาข้อมูล -การกลั่นกรอง ตรวจสอบ	<p>ทำได้ถูกต้อง คล่องแคล่ว ว่องไว อัตโนมัติ พลิกแพลงได้</p> <p>(ชำนาญ-เชี่ยวชาญ)</p>
2. เข้าใจ (understand)	-การจดจำ และ ทำความเข้าใจ	
3. ไต่ถาม (questioning)	-การใช้คำถาม และสื่อสารเจรจา	
4. ตัดสินใจ (make decision)	-การตัดสินใจ	
5. นำไปใช้ (apply)	-การเตือนตนเอง -การจัดการตนเอง	

หลักการที่ 4 “องค์ประกอบสำคัญของความรู้ด้านสุขภาพ ที่ต้องพัฒนา ประกอบด้วย *เข้าถึง (access) *เข้าใจ (understand) *ไต่ถาม (questioning) *ตัดสินใจ (make decision) *นำไปใช้” (apply)”

5 องค์ประกอบสำคัญ	ความสามารถและทักษะที่ต้องพัฒนา
1. เข้าถึง (access)	-การค้นหา -กลั่นกรอง -ตรวจสอบความน่าเชื่อถือ
2. เข้าใจ (understand)	-การเรียนรู้ (จดจำ และทำความเข้าใจ)
3. ไต่ถาม (questioning)	-การวางแผน -จัดเตรียม -วิธีใช้คำถาม -ประเมิน
4. ตัดสินใจ (make decision)	-การระบุปัญหา -กำหนดทางเลือก -ประเมินทางเลือก -ยืนยันการตัดสินใจ
5. นำไปใช้ (apply)	-การเตือนตนเอง -การจัดการตนเอง



หลักการที่ 5 “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องการการพัฒนาทั้ง 3 ระดับ คือ
ขั้นพื้นฐาน (functional) ขั้นปฏิสัมพันธ์ (interactive) และขั้นวิจารณ์ญาณ (critical)”

ระดับ 1 ความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นพื้นฐาน (functional health literacy)

..ทักษะพื้นฐานด้านการฟัง พูด อ่าน เขียนที่จำเป็นต่อการสร้างความเข้าใจ

ระดับ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นการมีปฏิสัมพันธ์

(interactive/communicative health literacy)

..ทักษะพื้นฐานในการสร้างเสริมปัญญา และทักษะทางสังคม

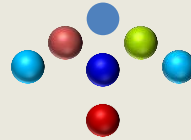
ระดับ 3 ความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นวิจารณ์ญาณ (critical health literacy)

..ทักษะทางปัญญาและสังคม การวิเคราะห์เปรียบเทียบ ควบคุมจัดการ
สถานการณ์ในการดำรงชีวิตประจำวันได้ และการผลักดันสังคม

(Nutbeam, 2000, 2008)

ประโยชน์ของการจำแนกระดับ

1. เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาให้เกิดความครบถ้วนจากระดับพื้นฐาน ปฏิสัมพันธ์ และวิจารณ์ญาณ
2. เพื่อการเลือกรูปแบบ กระบวนการ และวิธีการในการสร้างเสริม HL ได้สอดคล้องตามความจำเป็น และสภาพปัญหา
3. เพื่อพัฒนาการจำแนกระดับการพัฒนา นำไปสู่การวัดและประเมินพัฒนาการที่เกิดขึ้น



วิจารณ์ญาณ

คิด วิเคราะห์
แยกแยะ



ปฏิสัมพันธ์

ไต่ถาม เจรจา สื่อสาร



พื้นฐาน

ฟัง พูด อ่าน เขียน



แบบอักษร

ขนาด

สีสันทัน

รูปแบบ

ภาษา

DESIGN

Φοχυσ
ov
Heαλτη Λιτεραχη

Focus

on

ความจริง

พอเพียง

ประทับใจ

ไว้วางใจ

มีคุณค่า

DESIGN

Health Literacy

หลักการที่ 6 “สื่อและระบบข้อมูล สร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ
ต้องมีการออกแบบที่ดี (design)”



ตัวอย่างการใช้สัญลักษณ์บนซองยา

สุขภาพดีด้วย ผลไม้รสหวาน น้ำตาลน้อย

	สตอว์เบอร์รี 8 ชิ้น		ฝรั่ง 1 ผล
	=  2 ช้อนชา		=  2 ช้อนชา
	แก้วมังกร ครึ่งลูก		สับปะรด 8 ชิ้น
	=  2½ ช้อนชา		=  3 ช้อนชา
	ส้ม 2 ผล		มะละกอ 8 ชิ้น
	=  3 ช้อนชา		=  3 ช้อนชา

ในแต่ละวันแนะนำให้บริโภคผลไม้รสหวานไม่เกิน 6 ช้อนชา
ลดแป้งและไขมัน ควบคู่กับการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

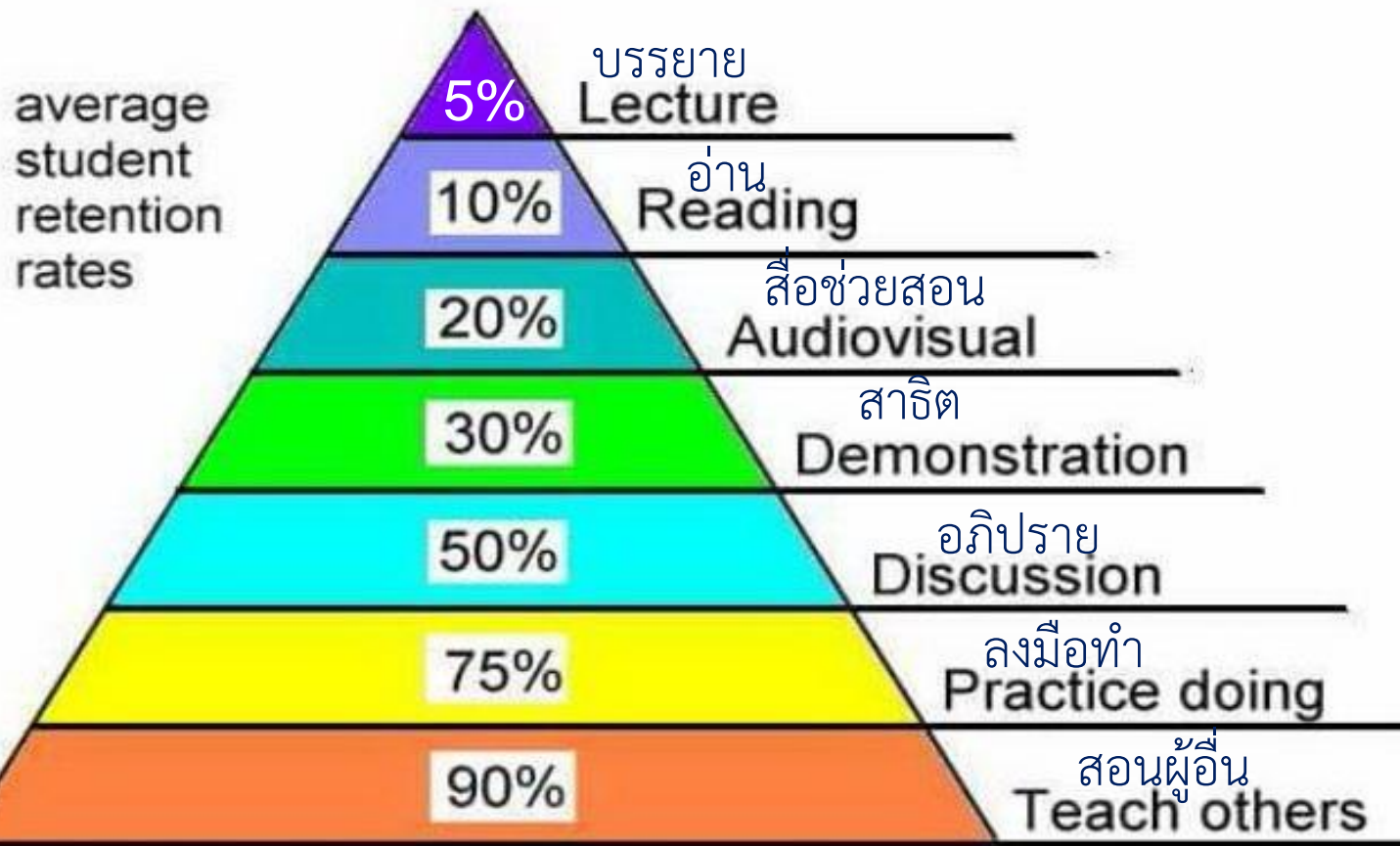
LINE Ramathibodi

คุณวเนพร ทองโตม นักวิชาการ ฝ่ายโภชนาการ
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
<https://med.mahidol.ac.th/infographics>

ตัวอย่างการออกแบบโปสเตอร์



Learning Pyramid



Source: National Training Laboratories, Bethel, Maine

หลักการที่ 7 “การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องเน้นกลวิธีฝึกฝน ความสามารถและทักษะ ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมาย”

องค์ประกอบพื้นฐาน	กลวิธีพัฒนา Health Literacy
1. เข้าถึง (access)	- ฝึกการค้นหาข้อมูล กลั่นกรอง ตรวจสอบ ความน่าเชื่อถือ ก่อนนำข้อมูลมาใช้ทำความเข้าใจ
2. เข้าใจ (understand)	- ฝึกการเรียนรู้ (วิธีจดจำ สร้างความเข้าใจ)
3. ไต่ถาม (questioning)	- ฝึกการใช้คำถาม และสื่อสารเจรจา
4. ตัดสินใจ (make decision)	- ฝึกการตัดสินใจ (ระบุปัญหา กำหนดทางเลือก ประเมินทางเลือก แสดงจุดยืน)
5. นำไปใช้ (apply)	- ฝึกการเตือนตนเอง (self-monitoring) - ฝึกการจัดการตนเอง (self-management)



กลวิธีสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพของบุคคล

- เทคนิคการใช้ภาพ (Fotonovela Technique)
- เทคนิคการสอนกลับ (Teach-back Technique)
- การแสดงเพื่อให้ตรวจสอบ (Show-me)
- วิธีการตรวจสอบตามรายการ (Chunk & Check Methods)
- เครื่องมือตรวจสอบและบันทึก (Checklists & Scorecards)
- การใช้คำถามสำคัญ 3 ข้อ (Ask Me 3)
- การสร้างบรรยากาศให้เกิดความกล้าที่จะถาม (Shame-free)
- การใช้คำถามเพื่อสร้างการเรียนรู้

กลยุทธ์ในการสื่อสาร

- 1) ประเมินความเข้าใจพื้นฐาน ก่อนการให้บริการ เพื่อให้เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล
- 2) อธิบายด้วยภาษาที่เข้าใจง่าย และหลีกเลี่ยงศัพท์วิชาการ
- 3) พูดให้ช้า-ชัดเจน-จำกัดข้อความ ในการสนทนาแต่ละครั้ง
- 4) เลือกใช้สื่อสุขศึกษาที่ออกแบบตามหลักการ เน้นสื่อที่มีภาพ (fotonovela technique)
- 5) รับฟังความต้องการ และ กระตุ้นให้มีการถาม
- 6) ตรวจสอบความเข้าใจ (teach-back, Ask Me 3, chunk & check, show-me)
- 7) สร้างสภาพแวดล้อมที่อบอุ่น มีบรรยากาศความเป็นกันเอง



แนวทางการจัดกิจกรรมฝึกทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง

กลุ่มเป้าหมาย: สตรีอายุ 35 ปีขึ้นไป ระยะเวลา 45 นาที

พฤติกรรมเป้าหมาย: พฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง

ขั้นที่ 1 ขั้นเกริ่นนำ (5 นาที)

ขั้นที่ 2 ขั้นสอนความรู้ และฝึกทักษะ (30 นาที)

-ทำความเข้าใจ ฝึกทักษะ & ซักถาม

-สื่อ & อุปกรณ์

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปการเรียนรู้ (10 นาที)

-ทบทวนและสรุป



แนวทางการจัดกิจกรรมฝึกทักษะการกู้ชีพ/ช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

ปฏิบัติการเพื่อช่วยฟื้นการทำงานของระบบไหลเวียนเลือด ที่หยุดทำงานอย่างกะทันหัน เพื่อให้หัวใจกลับมาเต้นเองได้ตามปกติ โดยไม่เกิดความพิการของสมอง

กลุ่มเป้าหมาย: คนงานชายและหญิง ระยะเวลา 45 นาที

พฤติกรรมเป้าหมาย: พฤติกรรมช่วยฟื้นคืนชีพ

ขั้นที่ 1 ขั้นเกริ่นนำ (5 นาที)

ขั้นที่ 2 ขั้นสอนความรู้ และฝึกทักษะ (30 นาที)

- ทำความเข้าใจ ฝึกทักษะ & ซักถาม
- สื่อ & อุปกรณ์

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปการเรียนรู้ (10 นาที)

- ทบทวนและสรุป



หลักการที่ 8 “การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องมีการออกแบบเชิงกระบวนการ”

กระบวนการออกแบบการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลเชิงลึก

ขั้นตอนที่ 2 สร้างกรอบแนวคิด (โดยใช้ทฤษฎีเป็นฐาน)

ขั้นตอนที่ 3 ออกแบบและวางแผน

ขั้นตอนที่ 4 ดำเนินงาน

ขั้นตอนที่ 5 ประเมินผล



หลักการที่ 9 “กระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ
จำเป็นจะต้องพัฒนาทั้งด้านความสามารถ-ทักษะของบุคคล
และนโยบาย-สภาพแวดล้อม จึงจะสามารถพัฒนาให้บุคคล
เป้าหมายมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy)
และพัฒนาหน่วยงานให้เป็น องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ
(Health Literate Organization) ได้”

แนวทางการพัฒนาองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ

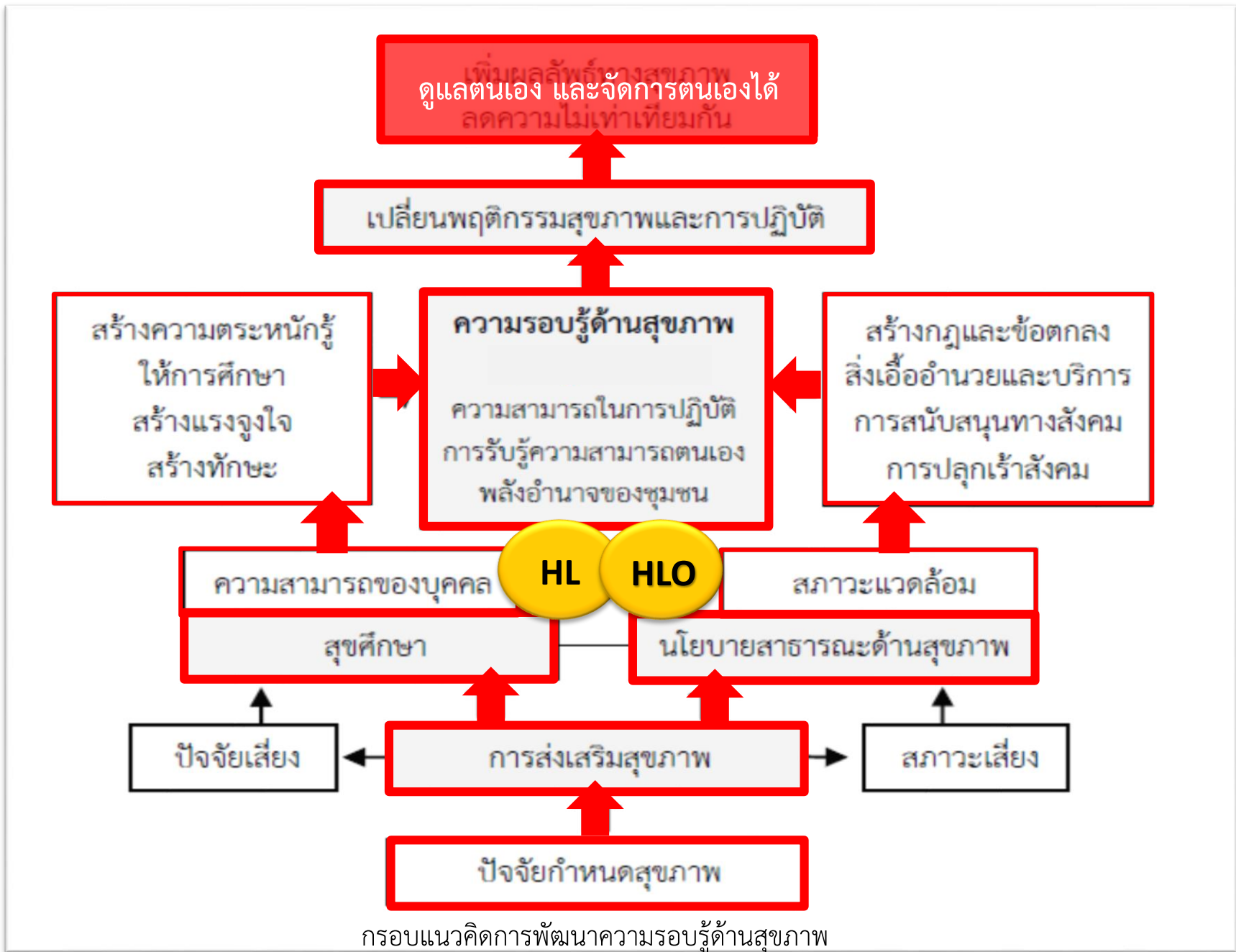


“การจัดการที่ทำให้เกิดการเข้าถึง สร้างความเข้าใจ ตรวจสอบ และใช้ข้อมูลสุขภาพที่ง่าย สำหรับทุกคน ทั้งผู้ป่วย บุคลากร และประชาชนทั่วไป”

(HLHCO, Sorensen, 2012)

ข้อตกลงเกี่ยวกับ เป้าหมาย ความหมาย และขอบเขตการพัฒนา HLO

ประเด็น	องค์กร/สถานที่ทำงาน/โรงเรียน/วัด/ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ
เป้าหมาย	ผู้ใช้บริการและบุคลากร <u>สามารถเข้าถึงข้อมูล</u> ข่าวสารความรู้ด้านสุขภาพที่น่าเชื่อถือ <u>ด้วยความเข้าใจที่ถูกต้อง</u> และสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม
ความหมาย	<u>กระบวนการจัดการ</u> สถานที่และพื้นที่อย่างเป็นระบบด้วยการใส่ใจเรื่องข้อมูลสุขภาพ การสร้างความเข้าใจ และใช้ข้อมูล เพื่อ <u>สร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ</u> ร่วมกันของบุคคล ซึ่งเป็นทั้งบุคลากรภายในและบุคคลที่เข้ามาใช้บริการ ทำให้มีการปฏิบัติตัวอย่างถูกต้อง
ขอบเขต	มีขอบเขตเฉพาะ โดยมุ่งเน้นความสามารถของบุคลากร และผู้ใช้บริการ ในการเข้าถึง <u>ทำความเข้าใจ ไต่ถาม ตัดสินใจ และนำข้อมูลไปใช้</u> รวมทั้ง <u>ปัจจัยเชิงระบบ</u> ด้านข้อมูลข่าวสารความรู้ในองค์กร



องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ

HLO

ปัจจัยเชิงระบบ



WWW



eHealth mHealth

ความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ

HL



บุคลากร/พนักงาน

- เข้าถึง
- เข้าใจ
- โต้ถาม
- ตัดสินใจ
- นำไปใช้



ผู้ใช้บริการ/ลูกค้า



เรื่องสำคัญ	แนวทางพัฒนา
เว็บไซต์	<ul style="list-style-type: none"> -ปรับปรุงข้อมูลให้ทันสมัย ค้นหาง่าย การพลิกกลับมา Home Page -ส่วนผู้ใช้ฝากคำถามที่ต้องการรู้ไว้ได้ -จัดข้อมูลที่ใช้ใช้มักจะถามบ่อยๆ
โทรศัพท์	<ul style="list-style-type: none"> -ปรับปรุงคำพูดที่มักจะพูดเร็วเกินไป -จัดอบรมวิธีการ -เตรียมคำตอบที่มีการถามบ่อยๆ
การให้ข้อมูล	<ul style="list-style-type: none"> -ใช้สัญลักษณ์ (รูปภาพ สี คำย่อ) ที่ชัดเจน สื่อความเข้าใจได้ -แบบฟอร์มง่ายต่อการบันทึก (ขนาดอักษร รูปแบบอักษร)
เส้นทาง-ขั้นตอน	<ul style="list-style-type: none"> -จัดทำคู่มือการใช้บริการ (ฉบับย่อ) ที่ง่าย -แผนที่ไม่ซับซ้อนเกินไป -ใช้คำ/สัญลักษณ์สากลที่คนทั่วไปเข้าใจ (ป้ายบอกทาง ลูกศร) -บริการอย่างมิตรไมตรี
คำพูด คำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> -หลีกเลี่ยงการใช้ศัพท์แพทย์/วิชาการ ภาษาที่ผู้ฟังไม่รู้เรื่อง/ไม่เข้าใจ -จัดอบรม/ชี้แจงแนวทางและความสำคัญกับบุคลากร



“การจัดการที่ทำให้เกิดการเข้าถึง สร้างความเข้าใจ ตรวจสอบ และใช้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและโรคร้ายง่ายขึ้น สำหรับทุกคนทั้งบุคลากร พนักงาน และผู้ใช้บริการ/ลูกค้า”

ขั้นตอนที่ 1 สร้างภาพฝัน “องค์กร/สถานที่ทำงานรอบรู้ด้านสุขภาพ”

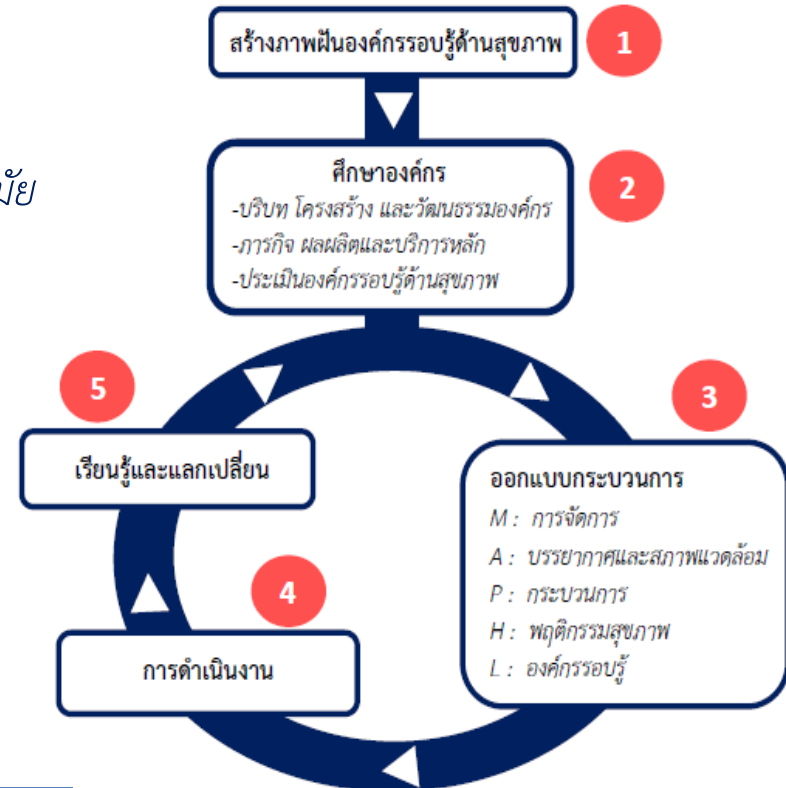
-สะท้อนสิ่งที่ต้องการเห็นร่วมกัน 1 เรื่อง

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาองค์กร

-ประเมิน 10 คุณลักษณะ ตามแบบของกรมอนามัย

ประเมินคุณลักษณะ “องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ” (Health Literate Organization)

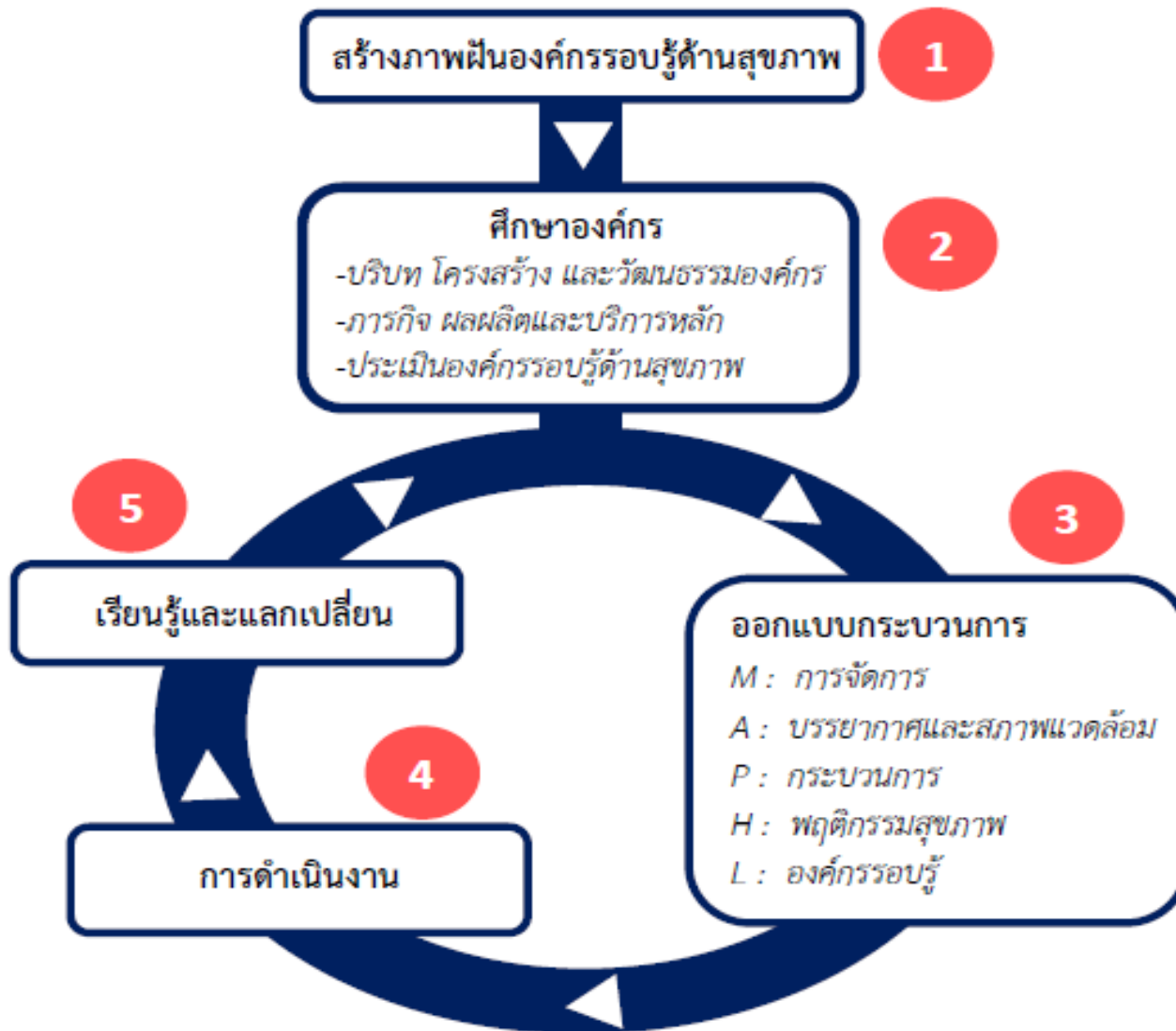
- 1) ผู้บริหารองค์กรกำหนดนโยบาย พันธกิจ โครงสร้าง และแผนปฏิบัติการขององค์กร ให้บุคลากรขององค์กรสร้างความรอบรู้ให้กับผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้เสีย
 - 2) องค์กรบูรณาการเรื่องความรู้ด้านสุขภาพในการวางแผน ประเมินผล และพัฒนาให้เป็นองค์กรที่มีคุณภาพ
 - 3) บุคลากรขององค์กรได้รับการพัฒนาวิธีการทำงานตามแนวคิดการสร้างความรู้ด้านสุขภาพ
 - 4) บุคลากรได้รับการพัฒนาด้านความรู้ด้านสุขภาพแล้วสามารถกำกับ ติดตาม เน้ากระวัง เพื่อยกระดับความรู้ด้านสุขภาพของตนเองและกลุ่มเป้าหมาย (ที่ตนเองรับผิดชอบได้)
 - 5) ข้อมูลสุขภาพขององค์กรมีความหลากหลาย สามารถสนองตอบความต้องการ และสามารถดำเนินการเรียนรู้ของผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้เสีย
 - 6) องค์กรออกแบบและเผยแพร่ข้อมูลสุขภาพสู่สังคม โดยเน้นการเข้าถึง และเข้าใจง่าย สามารถนำไปใช้ได้จริง
 - 7) องค์กรมีช่องทางให้ผู้รับบริการ/ผู้มีส่วนได้เสีย เข้ามามีส่วนร่วมในการออกแบบและระบุช่องทางการสื่อสาร ข้อมูลที่เข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย เข้าใจได้ง่าย รวมถึงช่วยตัดสินใจ สามารถนำไปใช้และบอกต่อได้
 - 8) รูปแบบ วิธีการ และช่องทางที่ใช้ในการสื่อสารข้อมูลขององค์กรเอื้อให้ผู้รับบริการ เข้าถึง เข้าใจง่าย และนำไปใช้ได้จริง จนสามารถสื่อสาร บอกต่อประสบการณ์ให้กับครอบครัว ชุมชน และสังคมของตนเองต่อไปได้
 - 9) ประเด็นที่สื่อสารสู่ผู้รับบริการ เครือข่าย และสังคม มีความถูกต้อง ชัดเจน ทันสมัย มีการเน้นย้ำการมีความเสี่ยงและสิทธิของผู้รับบริการ
 - 10) องค์กรมีระบบตรวจสอบ และประเมินผลสัมฤทธิ์ของการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ ครอบคลุมในทุกกลุ่มวัย ในทุกหน่วยงานย่อยขององค์กร
- ระดับการประเมิน [] มี [] ไม่มี [] ไม่ชัดเจน (กรมอนามัย, 2561)



ขั้นตอนที่ 3 ออกแบบกระบวนการ

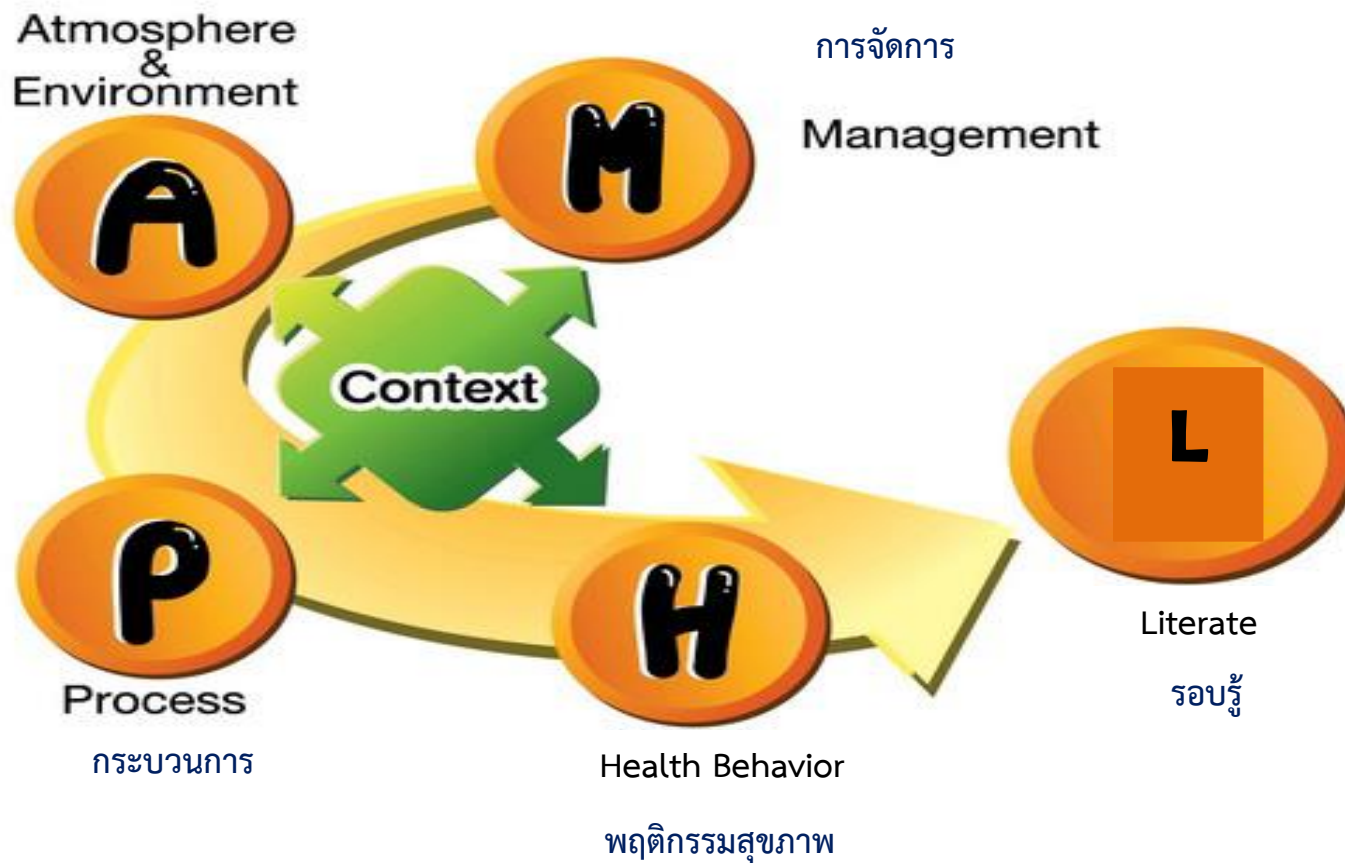
การจัดการ	บรรยากาศ & สภาพแวดล้อม	กระบวนการ	พฤติกรรมสุขภาพ	องค์กรรอบรู้
-นโยบายข้อมูลสารสนเทศและความรู้ -ระบบข้อมูลสารสนเทศและความรู้ -วิธีการรับรู้ความต้องการของผู้ใช้ข้อมูลและบริการ	-การมีผู้นำผู้ให้บริการต้นแบบ -การสื่อสาร -การเข้าถึงข้อมูล -ช่องทางรวบรวมส่งข้อมูล -สื่อและการออกแบบ	-การประเมินผู้รับบริการ -การเลือกใช้สื่อและวิธีการสื่อสาร -การใช้กลวิธีสร้างเสริม HL -การทำงานร่วมกันเป็นทีม -การสร้างการเรียนรู้	-บุคลากรมีการปฏิบัติตัวถูกต้อง -ผู้รับบริการมีการปฏิบัติตัวถูกต้อง ในด้านสุขภาพและการใช้ชีวิต	-บุคลากรมีผลงานตามเป้าหมาย -ผลงานและบริการมีคุณภาพ -บริการเป็นที่ยอมรับ -องค์กรมีภาพลักษณ์ที่ดี

ขั้นตอนการพัฒนา



ขั้นตอนการพัฒนา

บรรยากาศ & สภาพแวดล้อม



กระบวนการพัฒนา HLO ตามโมเดล MapHL

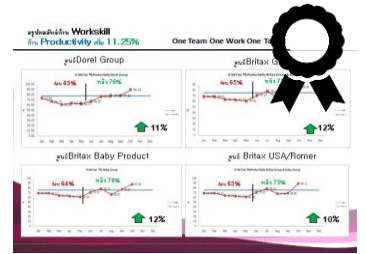
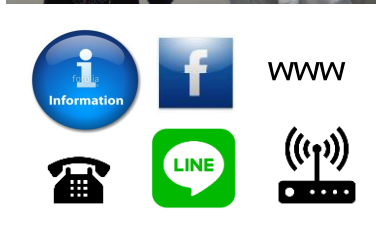
○ ประเด็นปัจจัยการพัฒนา “องค์กร/สถานที่ทำงานรอบรู้ด้านสุขภาพ” ตามโมเดล MapHL

การจัดการ (M)	บรรยากาศ & สภาพแวดล้อม (A)	กระบวนการ (P)	พฤติกรรมสุขภาพ (H)	องค์กรรอบรู้ (L)
<ul style="list-style-type: none"> -นโยบายข้อมูลสารสนเทศและความรู้ -ระบบข้อมูลสารสนเทศและความรู้ -วิธีการรับรู้ความต้องการของผู้ใช้ข้อมูลและบริการ 	<ul style="list-style-type: none"> -การมีผู้นำ/พนักงานต้นแบบ -การสื่อสาร -วิธีการเข้าถึงข้อมูล -ช่องทางการรับส่งข้อมูล -สื่อและการออกแบบ 	<ul style="list-style-type: none"> -การประเมินผู้รับบริการ -การเลือกใช้สื่อและวิธีการสื่อสาร -การสร้างการเรียนรู้ -การใช้กลวิธีสร้างเสริม HL -การทำงานร่วมกันเป็นทีม 	<ul style="list-style-type: none"> -บุคลากร & พนักงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HL) -บุคลากร & พนักงานมีการปฏิบัติตัวถูกต้องในด้านสุขภาพ (HB) 	<ul style="list-style-type: none"> -บุคลากรมีผลงานตามเป้าหมาย -ผลงานและบริการมีคุณภาพ -บริการเป็นที่ยอมรับ -องค์กรมีภาพลักษณ์ที่ดี



ผลสำรวจความรอบรู้ฯ พฤติกรรมสุขภาพ และการตรวจสุขภาพ

ผลการประเมินความพึงพอใจจากผู้รับบริการ



หลักการที่ 10 “การประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องออกแบบในการวัดทักษะสำคัญที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมาย มากกว่าวัดความรู้”

กิจกรรม



การประเมิน

หลักการออกแบบโปสเตอร์

1. เลือกใช้ตัวหนังสือที่อ่านง่าย มองในระยะไกลแล้วไม่เพี้ยน
2. ถ้าเลือกพื้นสีอ่อน ใช้ตัวหนังสือเข้ม
3. ข้อความสั้นๆ เข้าใจง่าย อ่านแล้วเข้าใจทันที
4. การจัดเรียงลำดับก่อนหลัง
5. การติดโปสเตอร์ในระดับสายตา

ตัวอย่างรายการตรวจสอบการเข้าถึงข้อมูล (access) เพื่อนำมาใช้ในการจัดทำสื่อ

- ข้อมูลระบุชื่อหน่วยงาน/บุคคลอ้างอิง
- ข้อมูลระบุวันเดือนปีที่จัดทำขึ้น
- ได้ข้อมูลตรงตามความต้องการใช้
- ข้อมูลมีความสมเหตุสมผล

ประเมินคุณลักษณะ “องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ” (Health Literate Organization)

- 1) ผู้บริหารองค์กรกำหนดนโยบาย พันธกิจ โครงสร้าง และแผนปฏิบัติการขององค์กร ให้บุคลากรขององค์กรสร้างความรอบรู้ให้กับผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้เสีย
- 2) องค์กรบูรณาการเรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพในการวางแผน ประเมินผล และพัฒนาให้เป็นองค์กรที่มีคุณภาพ
- 3) บุคลากรขององค์กรได้รับการพัฒนาวิธีการทำงานตามแนวคิดการสร้างความรู้ด้านสุขภาพ
- 4) บุคลากรได้รับการพัฒนาด้านความรู้ด้านสุขภาพแล้วสามารถกำกับ ติดตาม เผื่อระวัง เพื่อยกระดับความรู้ด้านสุขภาพของตนเองและกลุ่มเป้าหมาย (ที่ตนเองรับผิดชอบได้)
- 5) ข้อมูลสุขภาพขององค์กรมีความหลากหลาย สามารถสนองตอบความต้องการ และความสามารถในการเรียนรู้ของผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้เสีย
- 6) องค์กรออกแบบและเผยแพร่ข้อมูลสุขภาพสู่สังคม โดยเน้นการเข้าถึง และเข้าใจง่าย สามารถนำไปใช้ได้จริง
- 7) องค์กรมีช่องทางให้ผู้รับบริการ/ผู้มีส่วนได้เสีย เข้ามามีส่วนร่วมในการออกแบบและระบุช่องทางการสื่อสาร ข้อมูลที่เข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย เข้าใจได้ง่าย รวมถึงช่วยตัดสินใจ สามารถนำไปใช้และบอกต่อได้
- 8) รูปแบบ วิธีการ และช่องทางที่ใช้ในการสื่อสารข้อมูลขององค์กรเอื้อให้ผู้รับบริการ เข้าถึง เข้าใจง่าย และนำไปใช้ได้จริง จนสามารถสื่อสาร บอกต่อประสบการณ์ให้กับครอบครัว ชุมชน และสังคมของตนเองต่อไปได้
- 9) ประเด็นที่สื่อสารสู่ผู้รับบริการ เครือข่าย และสังคม มีความถูกต้อง ชัดเจน ทันสมัย มีการเน้นย้ำกรณี ความเสี่ยงและสิทธิของผู้รับบริการ
- 10) องค์กรมีระบบตรวจสอบ และประเมินผลลัพธ์ของการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ ครอบคลุมในทุกกลุ่มวัย ในทุกหน่วยงานย่อยขององค์กร

ระดับการประเมิน [] มี [] ไม่มี [] ไม่ชัดเจน

(กรมอนามัย, 2561)



คำถาม & แลกเปลี่ยน



ทบทวน (Teach-back)

- หลักการที่ 1 “ข้อมูลเป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดสุขภาพของประชาชน
ทุกกลุ่มวัยในยุคสังคมข้อมูลข่าวสารและเทคโนโลยีดิจิทัล”
- หลักการที่ 2 “ลักษณะของข้อมูลสุขภาพสำหรับบุคลากรและประชาชนมีความแตกต่างกัน”
- หลักการที่ 3 “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ เน้นการพัฒนาความสามารถ และทักษะ”
- หลักการที่ 4 “องค์ประกอบสำคัญของความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ต้องพัฒนาประกอบด้วย
*เข้าถึง (access) *เข้าใจ (understand) *ไต่ถาม (questioning)
*ตัดสินใจ (make decision) *นำไปใช้” (apply)”
- หลักการที่ 5 “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องการการพัฒนาทั้ง 3 ระดับ คือ ขั้นพื้นฐาน
(functional) ขั้นปฏิสัมพันธ์ (interactive) และขั้นวิจารณ์ญาณ (critical)”



หลักการที่ 6 “สื่อและระบบข้อมูลเพื่อสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพต้องมีการออกแบบที่ดี”

หลักการที่ 7 “การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพต้องเน้นกลวิธีฝึกฝนความสามารถ
และทักษะที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมาย”

หลักการที่ 8 “การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องมีการออกแบบเชิงกระบวนการ”

หลักการที่ 9 “กระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ จำเป็นจะต้อง
พัฒนาทั้งด้านความสามารถ-ทักษะของบุคคล และ นโยบาย-สภาพแวดล้อม
จึงจะสามารถพัฒนาให้บุคคลเป้าหมาย มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ
(Health Literacy) และพัฒนาหน่วยงานให้เป็นองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ
(Health Literate Organization) ได้”

หลักการที่ 10 “การประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องออกแบบในการวัดทักษะสำคัญ
ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมาย มากกว่าวัดความรู้”

กิจกรรม : แนวทางการพัฒนาองค์กร/สถานที่ทำงานรอบรู้ด้านสุขภาพ (HLO)

1. สร้างภาพฝันองค์กร/สถานที่ทำงานรอบรู้ด้านสุขภาพ

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร

1.1 ระบุปัญหาสุขภาพและกลุ่มเป้าหมาย

- 1) ปัญหาสุขภาพ ได้แก่ ..
- 2) กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ..

1.2 ร่วมกันเขียนภาพฝัน ที่มีคุณลักษณะดังนี้

- 1) สื่อสารได้ตรงประเด็น ความหมายชัดเจน จดจำง่าย
- 2) ทุกคนในองค์กรเข้าใจเป้าหมายที่ต้องการ
- 3) มีการออกแบบที่ดี สามารถใช้ทำสื่อ/โลโก้รณรงค์ได้
- 4) มีส่วนร่วมจากบุคลากรทุกระดับ

2. ศึกษาองค์กร

ใช้แบบ Checklist ประเมินคุณลักษณะองค์กรรอบรู้สุขภาพ 10 ข้อ

โดยพิจารณาส่วนขาดของปัจจัยการพัฒนา นำไปใช้กำหนดในตาราง MapHL

Checklist ขององค์กร/สถานที่ทำงานรอบรู้ด้านสุขภาพ




- 1) ผู้บริหารองค์กรกำหนดนโยบาย พันธกิจ โครงสร้าง และแผนปฏิบัติการขององค์กร
ให้บุคลากรขององค์กรสร้างความรอบรู้ให้กับผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้เสีย มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
 มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 2) องค์กรบูรณาการเรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพในการวางแผน ประเมินผล และพัฒนา
ให้เป็นองค์กรที่มีคุณภาพ มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 3) บุคลากรขององค์กรได้รับการพัฒนาวิธีการ ตามแนวคิดการสร้างความรู้ด้านสุขภาพ มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 4) บุคลากรได้รับการพัฒนาด้านความรู้ด้านสุขภาพแล้วสามารถกำกับ ติดตาม ฝ้าระวัง
เพื่อยกระดับความรู้ด้านสุขภาพของตนเองและกลุ่มเป้าหมาย (ที่ตนเองรับผิดชอบได้) มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 5) ข้อมูลสุขภาพขององค์กรมีความหลากหลาย สามารถสนองตอบความต้องการ
และความสามารถในการเรียนรู้ของผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้เสีย มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 6) องค์กรออกแบบและเผยแพร่ข้อมูลสุขภาพสู่สังคม
โดยเน้นการเข้าถึง และเข้าใจง่าย สามารถนำไปใช้ได้จริง มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 7) องค์กรมีช่องทางให้ผู้รับบริการ/ผู้มีส่วนได้เสีย เข้ามามีส่วนร่วมในการออกแบบและระบุช่องทางการสื่อสาร
ข้อมูลที่เข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย เข้าใจได้ง่าย รวมถึงช่วยตัดสินใจ สามารถนำไปใช้และบอกต่อได้ มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 8) รูปแบบ วิธีการ และช่องทางที่ใช้ในการสื่อสารข้อมูลขององค์กรเอื้อให้ผู้รับบริการ
เข้าถึง เข้าใจง่าย และนำไปใช้ได้จริง จนสามารถสื่อสาร บอกต่อประสบการณ์ให้กับครอบครัว
ชุมชน และสังคมของตนเองต่อไปได้ มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 9) ประเด็นที่สื่อสารสู่ประชาชน/ผู้รับบริการ เครือข่าย และสังคม มีความถูกต้อง ชัดเจน ทันสมัย
มีการเน้นย้ำกรณีความเสี่ยงและสิทธิของผู้รับบริการ มี ไม่มี ไม่ชัดเจน
- 10) องค์กรมีระบบตรวจสอบ และประเมินผลลัพธ์ของการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ
ครอบคลุมในทุกกลุ่มวัยในทุกหน่วยงานย่อยขององค์กร มี ไม่มี ไม่ชัดเจน

3. แนวทางการพัฒนาสู่ “สถานที่ทำงานรอบรู้ด้านสุขภาพ”

นำปัจจัยสำคัญส่วนขาด มากำหนดในตาราง MapHL ตามความเหมาะสม และพิจารณาความเชื่อมโยงให้สอดคล้องกับผลลัพธ์ตามภาพฝันที่กำหนดไว้

ตารางกำหนดแนวทางการพัฒนา ตามโมเดล MapHL

การจัดการ (M)	บรรยากาศ & สภาพแวดล้อม (A)	กระบวนการ (P)	พฤติกรรมสุขภาพ (H)	องค์กรรอบรู้ (L)
				



สรุปการเรียนรู้

1. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และองค์กรรอบรู้สุขภาพ
เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างไร
2. เป้าหมายของการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ
และการพัฒนาองค์กรรอบรู้สุขภาพ แตกต่างกันอย่างใด
3. ยกตัวอย่างการประยุกต์ใช้หลักการของความรอบรู้ด้านสุขภาพ

หนังสือแนะนำ “ความรู้ด้านสุขภาพ: เข้าถึง เข้าใจ และการนำไปใช้”

จำนวน 228 หน้า ราคา 220 บาท เขียนโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง

ส่วนที่หนึ่ง พัฒนาการ องค์ประกอบ และการประเมิน

บทที่ 1 พัฒนาการของความรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 2 องค์ประกอบของความรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 3 การประเมินความรู้ด้านสุขภาพ

ส่วนที่สอง การสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพระดับบุคคล

บทที่ 4 กระบวนการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 5 การสร้างการเรียนรู้และการสื่อสาร

บทที่ 6 กลวิธีสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพของบุคคล

ส่วนที่สาม การสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพระดับองค์กร

บทที่ 7 องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literate Organization)

บทที่ 8 องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) กับการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ

ส่วนที่สี่ แนวโน้มการพัฒนา และบทสรุปสังท้าย

บทที่ 9 แนวโน้มการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ

บทที่ 10 บทสรุปสังท้าย .



มีจำหน่ายที่ ศูนย์หนังสือจุฬา ทุกสาขา, ร้านนายอินทร์, ร้านซีเอ็ด บুক
หรือติดต่อผู้เขียน kmkao@gmail.com Tel. 081 684 0109

หนังสือแนะนำ “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: ชั้นพื้นฐาน ปฏิสัมพันธ์ วิจารณญาณ”

จำนวน 180 หน้า ราคา 170 บาท เขียนโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง

- บทที่ 1 แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ
- บทที่ 2 หลักการของความรอบรู้ด้านสุขภาพ
- บทที่ 3 ระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพ
- บทที่ 4 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพชั้นพื้นฐาน
- บทที่ 5 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพชั้นปฏิสัมพันธ์
- บทที่ 6 การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพชั้นวิจารณญาณ
- บทที่ 7 ความรอบรู้ด้านสุขภาพกับการพัฒนาปัญญาของมนุษย์
- บทที่ 8 Health Literate Organization & Happy Workplace
- บทที่ 9 บทสรุปส่งท้าย



มีจำหน่ายที่ ร้านนายอินทร์ และ ศูนย์หนังสือจุฬา ทุกสาขา
หรือติดต่อผู้เขียน kmkaeo@gmail.com Tel. 081 684 0109