

ความรอบรู้สุขภาพ ในวิถีชีวิต4.0

นพ.เกษม เวชสุทธานนท์

สถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง



กรอบประเด็นการนำเสนอ

- ▶ แนวคิด ประชญา ความรอบรู้สุขภาพ
- ▶ ทำไมต้องทำ ทำอย่างไร ทำอะไรบ้าง
- ▶ กลุ่มเป้าหมายในการขับเคลื่อน



แนวคิด ปรัชญา ความรอบรู้สุขภาพ

แนวคิดทำให้คนฉลาด คิดได้/รู้รอบ ทำเป็น สอนต่อ
สอนให้จำ พูดได้/ตอบได้ ทำไม่เป็น
การเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ พัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน



- ▶ สร้างความตระหนักรู้ VS สร้างแรงบันดาลใจ
- ▶ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม VS ปรับสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ
- ▶ ให้สุขศึกษา VS สร้างทักษะทางสุขภาพ
- ▶ สอนจำ VS สอนทำ



- ทำให้ จัดการให้ VS ให้ตัวเอง จัดการเอง
ทำคนเดียว VS ทำเป็นกลุ่ม
ให้คำตอบ VS ตั้งคำถาม คำท้าทาย



ทำไม ต้องทำ ?

- ประชาเจ็บป่วยมากขึ้น
- บริการปัจจุบัน ไม่ได้ผล ใช้บริการมากขึ้น สุขภาพไม่ดี
- ค่าใช้จ่ายทางสุขภาพ
- ทำมาก ได้ผลน้อย



ทำอย่างไร

ปรับ Mind set & Skill set...

....new services บุคคล ครอบครัว ชุมชน/เครือข่าย



บริการบุคคล

รู้ปัญหาตนเอง สร้างแรงบันดาลใจ/แรงจูงใจ
รู้ส่วนขาด /เติมส่วนสำคัญ ระบบติดตามต่อเนื่อง



บริการชุมชน/องค์กร

รู้สถานการณ์ ปัญหา สาเหตุ

นำเสนอ หาทางแก้ไขร่วมกัน

ร่วมออกแบบมาตรการ

สร้างระบบจัดการภายใน/การติดตาม/ปรับการทำงาน



กลุ่มเป้าหมายในการขับเคลื่อน

1. ระบบสุขภาพ ระบบบริการสุขภาพ....ระบบสุขภาพชุมชน
2. ระบบการศึกษา ปรัชญาการศึกษา.....การเรียนรู้ที่ได้ลงมือปฏิบัติบนรากฐาน สิ่งใกล้ตัว/ความสนใจ
3. ระบบสังคม วัฒนธรรม สร้างค่านิยมทางสุขภาพ.....
สร้างวินัยตนเอง ให้อยู่ในวิถีชีวิต

