

แบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพของประชาชน
ในกลุ่มประเทศยุโรป
(The European Health Literacy Survey: HLS-EU)

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในตารางตามความเป็นจริง

คำถาม: ท่านต้องความพยายามมาก-น้อยเพียงใด ในหัวข้อเรื่องต่อไปนี้		ระดับความยาก-ง่าย			
ข้อ	หัวข้อเรื่อง	ยาก มาก	ค่อนข้าง ยาก	ค่อนข้าง ง่าย	ง่าย มาก
1	หาข้อมูลเกี่ยวกับอาการความเจ็บป่วยที่ท่านกังวล				
2	หาข้อมูลเกี่ยวกับการรักษาความเจ็บป่วย				
3	ค้นหาสิ่งที่จะต้องทำในกรณีเกิดเหตุฉุกเฉินทางการแพทย์				
4	ค้นหาสถานที่ที่จะขอรับความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อท่านไม่สบาย				
5	เข้าใจในสิ่งที่แพทย์บอกแก่ท่าน				
6	เข้าใจคำอธิบายในแผ่นพับที่แนบมากับยาของท่าน				
7	เข้าใจว่าต้องทำอะไรในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉินทางการแพทย์				
8	เข้าใจคำแนะนำวิธีการใช้ยาที่ได้รับจากแพทย์หรือเภสัชกร				
9	ตัดสินใจได้ว่าข้อมูลที่ได้รับ				
10	ตัดสินใจข้อดีข้อเสียของวิธีการรักษาที่แตกต่างกัน				
11	ตัดสินใจได้ว่า เมื่อไรที่ท่านอาจต้องขอความคิดเห็นเพิ่มจากแพทย์คนอื่น				
12	ตัดสินใจว่าข้อมูลเกี่ยวกับความเจ็บป่วยในสื่อมีความน่าเชื่อถือ				
13	ใช้ข้อมูลที่แพทย์ให้เพื่อตัดสินใจเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของท่าน (ตัดสินใจเกี่ยวกับการเจ็บป่วยโดยใช้ข้อมูลที่แพทย์ให้)				
14	ทำตามคำแนะนำในการใช้ยา				
15	โทรเรียกรถพยาบาลในกรณีฉุกเฉิน				
16	ทำตามคำแนะนำของแพทย์หรือเภสัชกร				
17	หาข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการจัดการกับพฤติกรรมที่ไม่ดีต่อสุขภาพ เช่น การสูบบุหรี่ กิจกรรมทางกายน้อย การดื่มสุรามากเกินไป				
18	หาข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการจัดการกับปัญหาด้านสุขภาพจิต เช่น ความเครียด ภาวะซึมเศร้า เป็นต้น				
19	หาข้อมูลเกี่ยวกับการฉีดวัคซีนและการตรวจคัดกรองสุขภาพที่ควรทำ				
20	ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการป้องกันหรือจัดการภาวะสุขภาพ เช่น น้ำหนักเกิน ความดันโลหิตสูง โคเลสเตอรอลสูง เป็นต้น				

คำถาม: ท่านต้องใช้ความพยายามมาก-น้อยเพียงใด ในหัวข้อเรื่องต่อไปนี้		ระดับความยาก-ง่าย			
ข้อ	หัวข้อเรื่อง	ยาก มาก	ค่อนข้าง ยาก	ค่อนข้าง ง่าย	ง่าย มาก
21	เข้าใจสัญญาณเตือนจากพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ กิจกรรมทางกายน้อย การดื่มสุรามากเกินไป				
22	เข้าใจว่าทำไมท่านต้องฉีดวัคซีน				
23	เข้าใจว่าทำไมท่านต้องตรวจคัดกรองสุขภาพ				
24	ตัดสินใจความน่าเชื่อถือของสัญญาณเตือนจากพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ กิจกรรมทางกายน้อย การดื่มสุรามากเกินไป				
25	ตัดสินใจได้ว่า เมื่อใด ที่ท่านต้องไปพบแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพ				
26	ตัดสินใจได้ว่าวัคซีนชนิดใด อาจจะจำเป็นสำหรับท่าน				
27	ตัดสินใจได้ว่า ท่านควรมีการตรวจคัดกรองสุขภาพแบบใด				
28	ตัดสินใจได้ว่า ข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงต่อสุขภาพในสื่อที่น่าเชื่อถือ				
29	ตัดสินใจได้ว่า ท่านควรได้รับวัคซีนใช้ขวดใหญ่				
30	ตัดสินใจ โดยใช้ข้อมูลจากครอบครัวและเพื่อนๆ ในการป้องกันตนเอง จากความเจ็บป่วย				
31	ตัดสินใจ โดยใช้ข้อมูลจากสื่อในการป้องกันตนเองจากความเจ็บป่วย				
32	หาข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมเพื่อสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย อาหารและโภชนาการเพื่อสุขภาพ				
33	ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมที่ดีต่อสุขภาพจอตของท่าน				
34	หาข้อมูลว่าจะทำอย่างไรให้เพื่อนบ้านของท่าน มีส่วนร่วม ในการส่งเสริมสุขภาพ				
35	ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางนโยบายที่อาจส่งผลต่อสุขภาพ				
36	ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับความพยายามในการส่งเสริมสุขภาพ ของท่านในที่ทำงาน				
37	เข้าใจคำแนะนำด้านสุขภาพจากสมาชิกในครอบครัวและเพื่อนๆ				
38	เข้าใจข้อมูลโภชนาการที่ติดบนบรรจุภัณฑ์อาหาร (ฉลากโภชนาการ)				
39	เข้าใจข้อมูลในสื่อเกี่ยวกับวิธีการที่ทำให้มีสุขภาพดีขึ้น				
40	เข้าใจข้อมูลเกี่ยวกับวิธีที่ทำให้ท่านยังคงมีสุขภาพที่ดี				

คำถาม: ท่านต้องใช้ความพยายามมาก-น้อยเพียงใด ในหัวข้อเรื่องต่อไปนี้		ระดับความยาก-ง่าย			
ข้อ	หัวข้อเรื่อง	ยาก มาก	ค่อนข้าง ยาก	ค่อนข้าง ง่าย	ง่าย มาก
41	ตัดสินใจได้ว่า ณ จุดไหน/ใดของชีวิตที่ส่งผลต่อสุขภาพและความผาสุกของท่าน				
42	ตัดสินใจได้ว่าสภาพบ้านของคุณช่วยให้คุณยังคงมีสุขภาพที่ดี ได้อย่างไร				
43	ตัดสินใจได้ว่าพฤติกรรมในชีวิตประจำวันใดที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของท่าน				
44	ตัดสินใจในการปรับปรุงสุขภาพของท่าน				
45	เข้าร่วมชมรมกีฬาหรือกลุ่มออกกำลังกาย หากท่านต้องการ				
46	เข้าไปจัดการสภาพความเป็นอยู่ที่ส่งผลต่อสุขภาพและความผาสุกของท่าน				
47	มีส่วนร่วมเข้าไปจัดในกิจกรรม เพื่อปรับปรุงสุขภาพและความผาสุกในชุมชนของท่าน				

ที่มา:

- 1) *The European Health Literacy Survey: HLS-EU (Sorensen et al., 2012; Pelikan et al., 2014)*
- 2) *Measuring health literacy in populations: illuminating the design and development process of the European Health Literacy Survey Questionnaire. (HLS-EU-Q) (Sorensen et al., 2013)*