

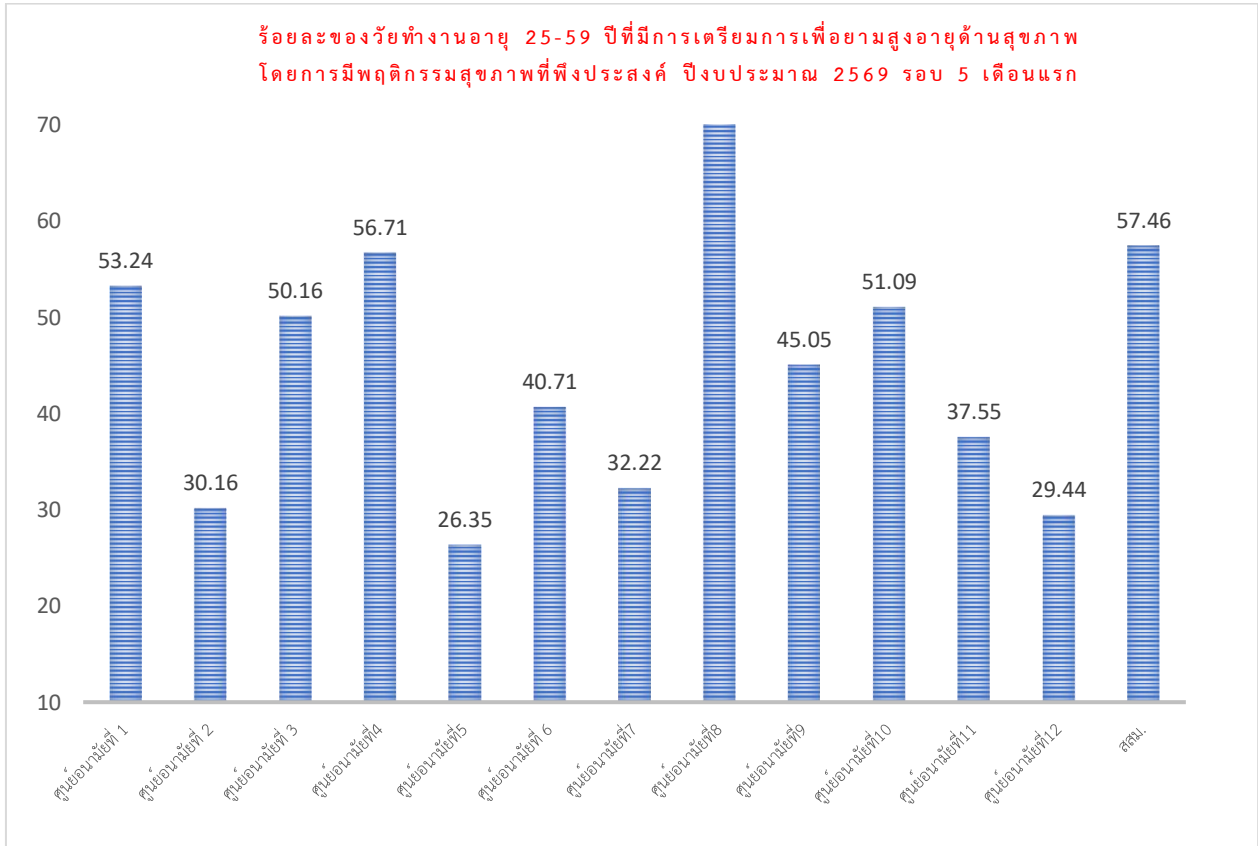
ตัวชี้วัดที่ 1.3 ระดับความสำเร็จของการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยทำงาน
กลุ่มพัฒนาสุขภาวะวัยทำงานและสถานที่ทำงาน สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง
ปีงบประมาณ 2569 รอบ 5 เดือนหลัง

1.1 ผลการวิเคราะห์สถานการณ์ของตัวชี้วัด ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร

1.1.1 ผลผลิต/ผลลัพธ์ระดับ C (Comparisons) การเปรียบเทียบ

ความสำเร็จของการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยทำงาน คือ ประชากรวัยทำงานมีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ทั้ง 4 ด้าน วัยทำงานอายุ 25-59 ปี ที่ได้ตอบแบบประเมินพฤติกรรมที่พึงประสงค์ผ่านระบบ anamai poll โดยกลุ่มเป้าหมายคือ สถานประกอบการที่เข้าร่วมการส่งเสริมสุขภาพและสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี สถานการณ์วัยทำงานที่มีการเตรียมการยามสูงอายุด้านสุขภาพในพื้นที่กรุงเทพมหานคร (สสม./เขตสุขภาพที่ 13) กับศูนย์อนามัยอื่น ๆ ในสังกัดกรมอนามัย (เขตสุขภาพที่ 1-12) ผลการเปรียบเทียบ (Comparisons) เป็นดังนี้ ผลการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ประชากรวัยทำงาน อายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ (กลุ่มเป้าหมายเฉพาะในสถานประกอบการ หน่วยงานราชการ และรัฐวิสาหกิจ) พบว่า ภาพรวมผลการประเมินพฤติกรรมสุขภาพระดับประเทศ รอบ 5 เดือนแรก เท่ากับ ร้อยละ 40.62 ผลการดำเนินงานของสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง เท่ากับ ร้อยละ 57.46 ซึ่งผลเปรียบเทียบกับเขตสุขภาพอื่น ๆ พบว่าสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมืองมีผลลัพธ์อยู่ในอันดับที่ 2 โดยมีศูนย์อนามัยที่ 8 เป็นอันดับที่ 1 และศูนย์อนามัยที่ 1 3 4 6 9 และ 10 มีผลลัพธ์สูงกว่าภาพระดับประเทศ เช่นเดียวกัน โดยมีภาพรวมพฤติกรรมสุขภาพรายด้าน ดังนี้ 1.1) ด้านกิจกรรมทางกาย เท่ากับ ร้อยละ 72.51 ซึ่งศูนย์อนามัยที่มีผลวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพมากกว่าค่าเฉลี่ยทั้งประเทศคือ ศูนย์อนามัยที่ 1 3 4 7 8 9 และ 10 1.2) ด้านโภชนาการ เท่ากับ ร้อยละ 81.51 ซึ่งศูนย์อนามัยที่มีผลวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพมากกว่าค่าเฉลี่ยทั้งประเทศคือ ศูนย์อนามัยที่ 1 3 4 6 8 9 10 และสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง 1.3) ด้านสุขภาพช่องปาก เท่ากับ ร้อยละ 64.29 ซึ่งศูนย์อนามัยที่มีผลวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพมากกว่าค่าเฉลี่ยทั้งประเทศคือ ศูนย์อนามัยที่ 1 3 4 6 8 9 10 และสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง และ 1.4) ด้านการนอนหลับ เท่ากับ ร้อยละ 87.35 ซึ่งศูนย์อนามัยที่มีผลวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพมากกว่าค่าเฉลี่ยทั้งประเทศคือ ศูนย์อนามัยที่ 1 2 3 4 7 8 9 10 และ 12 รายละเอียดดังนี้

ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปีที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ โดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ปีงบประมาณ 2569 รอบ 5 เดือนแรก



- จากการเปรียบเทียบการเตรียมการยามสูงอายุด้านสุขภาพในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปีที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพโดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 4 ด้าน ได้แก่

- 1) พฤติกรรมแปรงฟัน 222 หมายถึง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากด้วยหลักการ 2-2-2 โดยแปรงวันละ 2 ครั้ง เวลาเช้าและก่อนนอน อย่างน้อย 2 นาที ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ และรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม 2 ชั่วโมงหลังแปรงฟัน
- 2) พฤติกรรมสุขภาพด้านโภชนาการ คือ การกินผักผลไม้วันละไม่น้อยกว่า 400 กรัม เพื่อให้ได้ใยอาหารเพียงพอ โดยการกินผักวันละ 4 ทัพพี และกินผลไม้วันละ 2 ส่วน โดยผักสุกปริมาณ 3 ซ่อนกินข้าว เท่ากับ 1 ทัพพี สำหรับผลไม้ วันละ 2 ส่วน หรือเท่ากับ 2 กำมือ หรือผลไม้ปริมาณ 6 คำ นับเป็นผลไม้ 1 ส่วน
- 3) พฤติกรรมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกาย คือ การมีกิจกรรมทางกายจนรู้สึกเหนื่อยกว่าปกติ มากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ ขึ้นไป
- 4) พฤติกรรมสุขภาพด้านการนอนหลับ คือ การนอนวันละ 7-9 ชั่วโมง ตั้งแต่ 3 วันต่อสัปดาห์ขึ้นไป

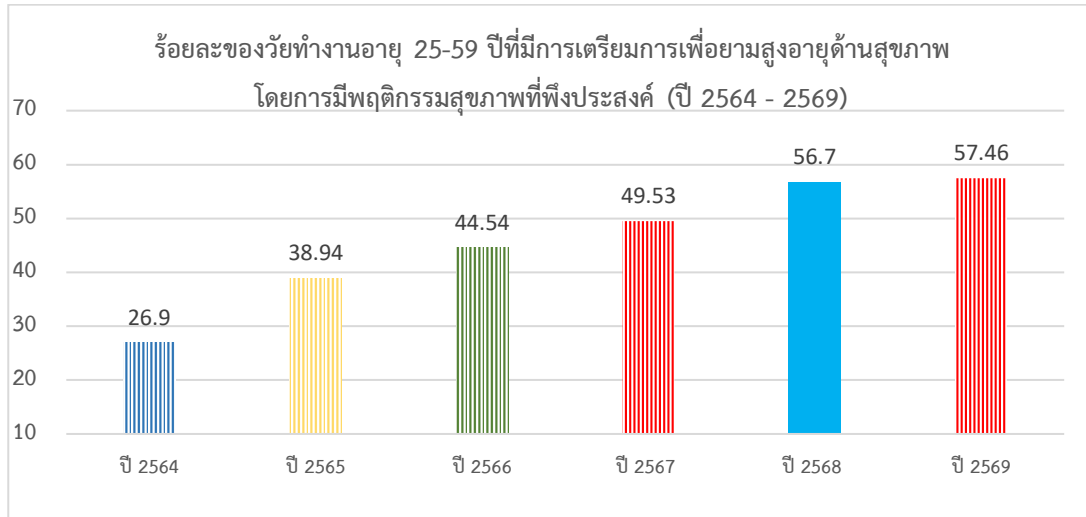
เมื่อเปรียบเทียบกับพื้นที่อื่น ๆ ซึ่งมีบริบทสถานประกอบการที่แตกต่างกัน ผลการดำเนินงานก็แตกต่างกันตามที่แสดงไว้ข้างต้น และผลการดำเนินงานในพื้นที่กรุงเทพมหานครได้ค่าเป้าหมายเกินค่าเป้าหมายระดับประเทศ

- สถานการณ์ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ในกรุงเทพมหานคร ประชากรวัยทำงานอายุ 19 – 59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ โดยใช้วิธีการหาค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index, BMI) โดยคำนวณจาก น้ำหนัก (กิโลกรัม) หาร ส่วนสูง (เมตร) ยกกำลังสอง ดัชนีมวลกายปกติ หมายถึง ค่าดัชนีมวลกาย ระหว่าง 18.5-22.9 กิโลกรัมต่อตารางเมตร สถานการณ์ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ในกรุงเทพฯ ยังน่าเป็นห่วง พบคนกรุงมีภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนสูง โดยเฉพาะกลุ่มคนทำงาน ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เชื่อมโยงกับโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs): ปัญหา BMI สูงสัมพันธ์กับไขมันในเลือดสูง เบาหวาน และความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นโรคที่พบบ่อยในคนเมือง กรุงเทพฯ มีความชุกของภาวะน้ำหนักเกิน/โรคอ้วนสูงที่สุด เปรียบเทียบข้อมูลจากรายงานหลายฉบับระบุตรงกันว่าคนกรุงเทพฯ มีแนวโน้มน้ำหนักเกินหรือเป็นโรคอ้วนมากที่สุด โดยตัวเลขความชุกอาจสูงถึงกว่า 56% ของประชากร ลำดับ ถัดมา เป็นเขตภูมิภาค ทางภาคเหนือ ภาคใต้ ภาคกลาง และภาคตะวันออก ตามลำดับ ผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีมวลกายในรอบ 5 เดือนแรก ของสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง เมื่อเปรียบเทียบกับศูนย์อนามัยอื่น ๆ พบว่าค่าBMI เท่ากับ ร้อยละ 46.09 อยู่ในอันดับที่ 6 ซึ่งสูงกว่าภาพรวมทั้งประเทศที่วิเคราะห์ได้ คือ ร้อยละ 41.27 โดยมีศูนย์อนามัยที่ 8 เป็นอันดับที่ 1 ศูนย์อนามัยที่ 10 1 3 และ 9 มีอันดับที่ตามลำดับที่มีค่าสูงกว่าในระดับประเทศ เช่นกัน
- สถานการณ์สถานประกอบการ จากข้อมูลผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ไตรมาส 1 ปี พ.ศ. 2566 พบว่ากลุ่มวัยแรงงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ของประเทศไทยมีแรงงานทั้งสิ้นประมาณ 40.28 ล้านคน มีงานทำ 39.63 ล้านคนว่างงานหรือไม่มีงานทำ 0.95 ล้านคน ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร มีวัยแรงงาน 7,873,030 คนว่างงานหรือไม่มีงานทำ 5,737,524 คน และการเปลี่ยนแปลงสู่การเป็นมหานครและการขยายตัวของพื้นที่เขตเมือง การเคลื่อนย้ายประชากรและแรงงานข้ามชาติ ความแออัดและเสื่อมโทรมของที่อยู่อาศัย การขยายตัวเขตเมือง บริบทของสังคมที่มีความซับซ้อน มีความไม่แน่นอน ความเหลื่อมล้ำของสังคม กลุ่มเปราะบาง และกลุ่มด้อยโอกาส ไม่สามารถเข้าถึงการดูแลสุขภาพอย่างทั่วถึง กลุ่มงานพัฒนาสุขภาพวัยทำงานและสถานที่ทำงานรับนโยบายจากสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองเป็นผู้ขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ให้การดูแลประชากรกลุ่มวัยทำงานที่ทำงานในสถานประกอบการ และมีบทบาทหน้าที่ในการพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคกลุ่มวัยทำงานในสถานประกอบการ เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ควบคุมโรคและลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) และข้อมูลจากสำนักงานประกันสังคม 2564 (เดือนมีนาคม 2564) จำนวนสถานประกอบการในประเทศไทยรวม จำนวน 484,730 แห่ง ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร 154,053 แห่ง และจากข้อมูลสถิติสะสมจำนวนโรงงานที่ได้รับอนุญาตให้ประกอบกิจการตามพระราชบัญญัติโรงงาน พ.ศ. 2535 และพระราชบัญญัติโรงงาน (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2562 (ที่มา ศูนย์ข้อมูลธุรกิจอุตสาหกรรม) ในพื้นที่กรุงเทพมหานครมีจำนวนโรงงานประเภท 1 – 3 จำนวน

6,131 แห่ง มีจำนวนมากเป็นอันดับที่ 3 เปรียบเทียบกับพื้นที่อื่น ๆ ซึ่งจังหวัดสมุทรปราการเป็นอันดับ 1 มีจำนวน 6,958 แห่ง จังหวัดสมุทรสาครเป็นอันดับ 2 มีจำนวน 6,458 แห่ง

1.1.2 ผลผลิต/ผลลัพธ์ ระดับ T (Trends) แนวโน้ม

พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 4 ด้าน ได้แก่ การกินผัก กิจกรรมทางกาย การนอน และการดูแลสุขภาพช่องปาก พื้นที่กรุงเทพมหานคร ปี 2564 – 2569(5เดือนแรก)



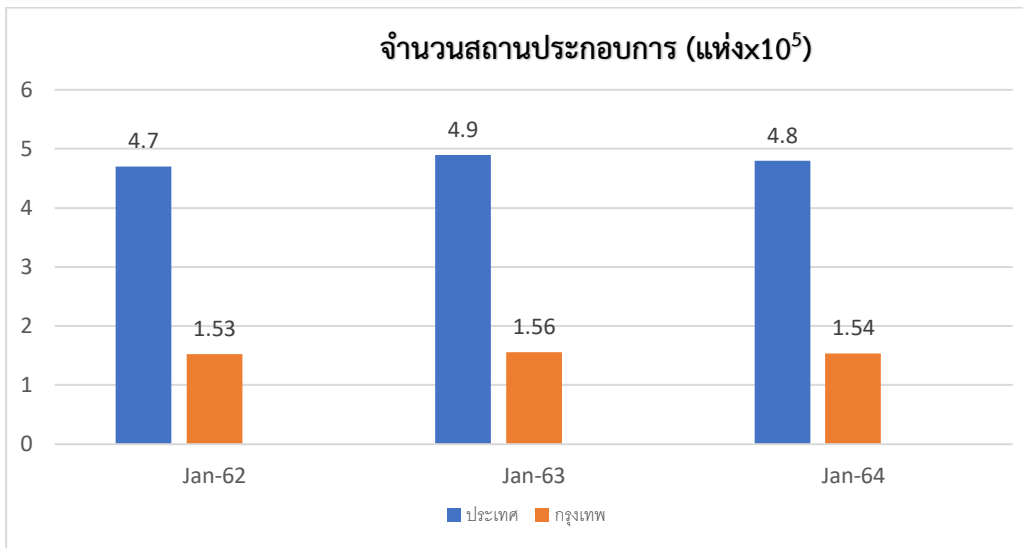
ผลการวิเคราะห์แนวโน้มการมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เพื่อให้การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมในวัยทำงานบรรลุผลมีดำเนินการขับเคลื่อนงานโดยบูรณาการแผนงานร่วมกับภาคีเครือข่าย มีการวางแผนออกแบบกิจกรรมและการดำเนินงานเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ พัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพ 10 Packages Plus ผ่านสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ การวางแผนการรณรงค์ การประชาสัมพันธ์การส่งเสริมสุขภาพและองค์การสุขภาพะในสถานประกอบการ (กลุ่มเป้าหมายเฉพาะในสถานประกอบการ หน่วยงานราชการ และรัฐวิสาหกิจ) มีการพัฒนาศักยภาพนักส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการภายใต้โครงการสุขภาพะวัยทำงานไทยก้าวไกล 13 เขตสุขภาพ และโครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร เพื่อให้วัยทำงานมีสุขภาพะที่ดี ทั้งร่างกายและจิตใจ มีความรอบรู้และมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ต่อไป แนวโน้มของการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ปีงบประมาณ 2569 มีแนวโน้มในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ดี จากการที่ได้ดำเนินการขับเคลื่อนสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในพื้นที่ และคาดว่าด้วยบริบทของพื้นที่ที่เข้าถึงแหล่งการออกกำลังกาย แหล่งอาหารบริโภคได้ง่ายจึงทำให้พฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกาย พฤติกรรมด้านการบริโภคมีความเพียงพอ ดังรายงานที่จะกล่าวถึงต่อไป

ในส่วนของพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 4 ด้าน ได้แก่ การกินผัก การมีกิจกรรมทางกาย การนอนหลับ และการดูแลสุขภาพช่องปาก การแปรงฟันก่อนนอน ในพื้นที่กรุงเทพมหานครย้อนหลัง

ในปี 2564 - 2568 พบว่ามีแนวโน้มเพิ่มขึ้น คือ 26.90, 38.94, 44.54 49.53 และ 56.7 ตามลำดับ และจากการดำเนินงาน ปีงบประมาณ 2569 (5เดือนแรก) พบว่า การเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ พบร้อยละ 57.46 มีแนวโน้มที่ดี แต่ไม่สามารถแสดงเป็นภาพรวมของพื้นที่กรุงเทพมหานครได้ เนื่องจากมีข้อจำกัดหลายๆปัจจัย เช่น กลุ่มประชากร พื้นที่กลุ่มเป้าหมาย เป็นต้น ซึ่งทางสถาบันฯ ได้ดำเนินกิจกรรม และรวบรวมข้อมูลจากการลงพื้นที่ดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการกิจกรรมที่เป็นภาคีเครือข่ายที่ร่วมดำเนินการ เมื่อจำแนกรายพฤติกรรม แล้วพบว่า พฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ร้อยละ 68.54 พฤติกรรมการบริโภคเพียงพอ ร้อยละ 90.40 พฤติกรรมการนอนหลับเพียงพอ ร้อยละ 84.34 การดูแลสุขภาพช่องปากเพียงพอ ร้อยละ 78.58 มีแนวโน้มดีมากกว่าทุกปี จากข้อมูลแสดงถึงแนวโน้มของสถานการณ์ที่ประชาชนวัยทำงานได้เห็นถึงความสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพตนเอง และตระหนักถึงภัยสุขภาพจากการบริโภคอาหาร การมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง การนอนไม่เพียงพอและการดูแลสุขภาพช่องปากไม่ดี ทำให้ก่อให้เกิดโรค NCDs ได้ ดังนั้นการสร้างความรู้ ด้านสุขภาพ การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่อง และครอบคลุมทุกพื้นที่ ทุกกลุ่มวัย

- ดัชนีมวลกายปกติของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี คนกรุงเทพฯ มีความเสี่ยงภาวะอ้วนลงพุง (ไขมันสะสมในช่องท้อง) สูงกว่าค่าเฉลี่ยทั่วประเทศอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงหลักของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคหัวใจ จากข้อมูลปี 2560-2562 แนวโน้มคนวัยทำงาน (18-59 ปี) ที่มี BMI ปกติลดลงเรื่อย ๆ และเพิ่มขึ้นเล็กน้อยในปี 2563 จากการเก็บข้อมูลของสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง พบว่า ค่าดัชนีมวลกายปกติในปี 2564 -2566 พบร้อยละ 45.3, 46.9, 49.4 และ 52.65 ตามลำดับ ในปีงบประมาณ 2567 ไม่ได้มีการเก็บข้อมูลค่า BMI ต่อมาในปีงบประมาณ 2568 พบค่า BMI ปกติ ร้อยละ 43.39 และในปีงบประมาณ 2569 (5เดือนแรก) พบค่า BMI ร้อยละ 46.09

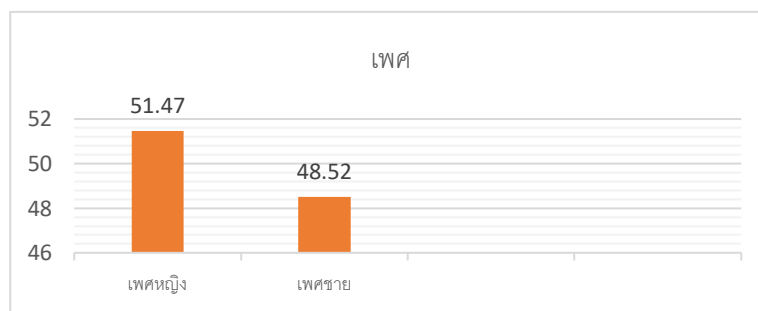
- ด้านประชากรวัยทำงานในสถานประกอบการ มีการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพรวมทั้งการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี โดยมีเป้าหมายสร้างนักส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมพื้นที่สถานประกอบการ เพื่อให้คนวัยทำงานมีสุขภาพดี ลดโอกาสการเกิดโรค NCDs รายใหม่และลดภาวะพึ่งพิงอันสืบเนื่องมาจาก โรค NCDs และเป็นกลไกสร้างสุขภาพให้กับประชากรวัยทำงานในสถานประกอบการ สร้างสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งแนวโน้มของสถานประกอบการหลังจากการเกิดการระบาดของโรค COVID-19 จำนวนสถานประกอบการมีการปิดการดำเนินงานมากขึ้น ข้อมูลจำนวนสถานประกอบการ (ข้อมูลจากสำนักงานประกันสังคม 2564) ดังนี้



1.1.3 ผลผลิต/ผลลัพธ์ระดับ Le (Level) ของผลการดำเนินงานที่ผ่านมา (3ปีย้อนหลัง)

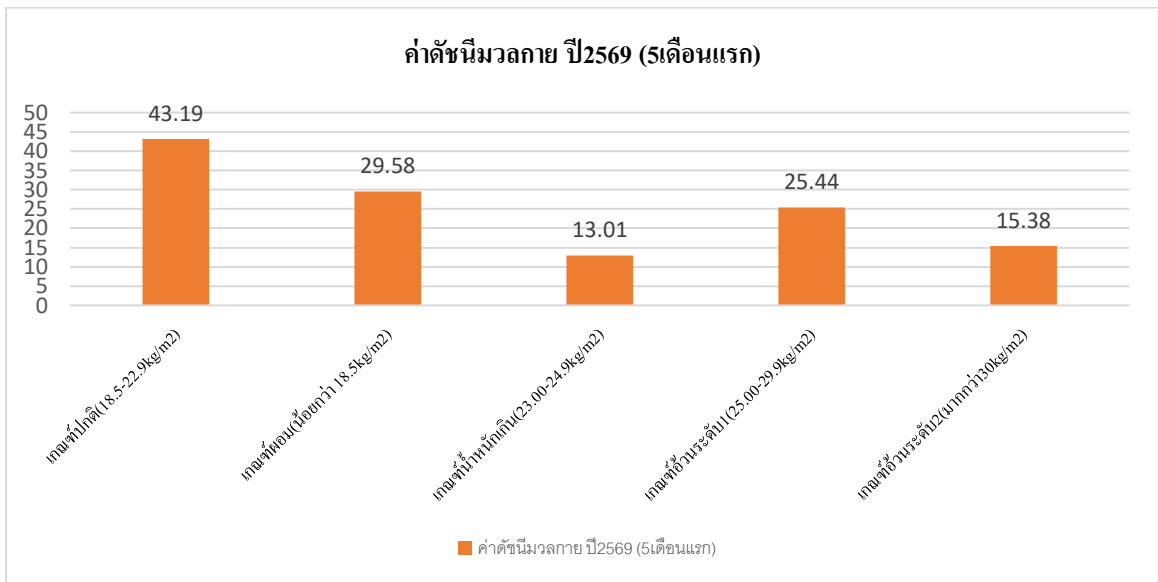
- **วัยทำงานอายุ 25-59 ปี ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ เป้าหมาย(5เดือนแรก) ร้อยละ 38-40 พบ ร้อยละ 57.46**

สถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมืองได้ดำเนินการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพประชากรวัยทำงาน เพื่อการเตรียมสูงอายุด้านสุขภาพ อายุ 25 – 59 ปี ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ปีงบประมาณ 2569 (5เดือนแรก) เก็บข้อมูลได้ทั้งสิ้น 677 ราย ผ่านอนามัยโพล นำข้อมูลจากสถานประกอบการ(กลุ่มเป้าหมายเฉพาะในสถานประกอบการ หน่วยงานราชการ และรัฐวิสาหกิจ) มาวิเคราะห์ข้อมูล ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 51.47 เพศชาย ร้อยละ 48.52



ภาวะสุขภาพ พบว่าส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 72.48 โรคประจำตัว ส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตสูง รองลงมาได้แก่โรคคอเลสเตอรอล และโรคเบาหวาน ตามลำดับ

ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ส่วนใหญ่ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ค่าปกติ (18.5 - 22.9 kg/m²) ร้อยละ 43.19 ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ผอม (น้อยกว่า 18.5 kg/m²) ร้อยละ 29.58 ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักเกิน (23.00 – 24.9 kg/m²) ร้อยละ 13.01 ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์อ้วนระดับ 1 (25.00 – 29.9 kg/m²) ร้อยละ 25.44 ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์อ้วนระดับ 2 (มากกว่า 30 kg/m²) ร้อยละ 15.38



พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

ผลการดำเนินงานการขับเคลื่อนประชากรวัยทำงานอายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

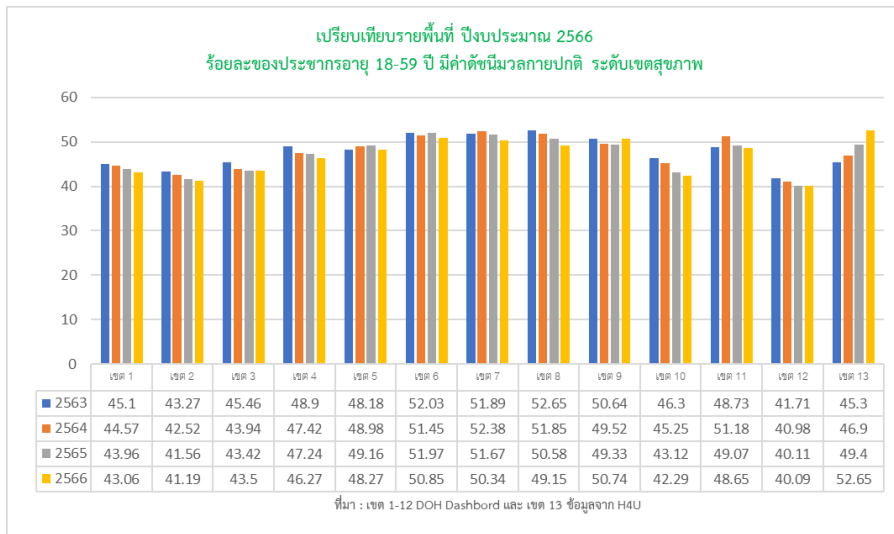
การสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์(การเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ) ประชากรวัยทำงาน อายุ 25 – 59 ปี โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน ปี 2569 (5 เดือนแรก) ผ่านอนาโพล กรมอนามัย สรุปผลได้ว่า มีผลลัพธ์การดำเนินงานการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ คือการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ผลการดำเนินงาน ได้ร้อยละ 57.46 (ค่าเป้าหมายความครอบคลุม จำนวน 1,130 ราย(สะสมทั้งปีงบประมาณ 2569) และมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ร้อยละ 38-40 ปีงบประมาณ 2569 5 เดือนแรก))

ผลการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพโดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 4 ด้าน ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ได้แก่

1. กิจกรรมทางกายเพียงพอ มีการขยับเคลื่อนไหวร่างกาย ในระดับเหนื่อยหอบพอพูดได้เป็นประโยคสั้น ๆ ในกิจกรรมการเดินทาง การทำงานบ้าน และการออกกำลังกาย กิจกรรมทางกายเพียงพอ ร้อยละ 68.54
2. การบริโภคอาหารเพียงพอ มีพฤติกรรมการกินผักสุก การกินผักสด/ผักดิบ การกินผลไม้ การกินอาหารกลุ่มข้าว-แป้ง เช่น ข้าวสวย ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน ขนมปัง การดื่มนมและผลิตภัณฑ์จากนม การเติมน้ำตาลทราย/น้ำผึ้ง/น้ำเชื่อม และการดื่มเครื่องดื่มที่เติมน้ำตาล เช่น ชา กาแฟ นมไข่มุก พฤติกรรมการบริโภคเพียงพอ ร้อยละ 90.40
3. การนอนหลับเพียงพอ การนอนหลับได้วันละ 7-9 ชั่วโมงต่อวัน ตั้งแต่ 3 วันขึ้นไปต่อสัปดาห์ พฤติกรรมการนอนหลับเพียงพอ ร้อยละ 84.34
4. การดูแลสุขภาพช่องปาก การแปรงฟันก่อนนอนทุกวัน นานอย่างน้อย 2 นาที การดูแลสุขภาพช่องปากเพียงพอ ร้อยละ 78.58

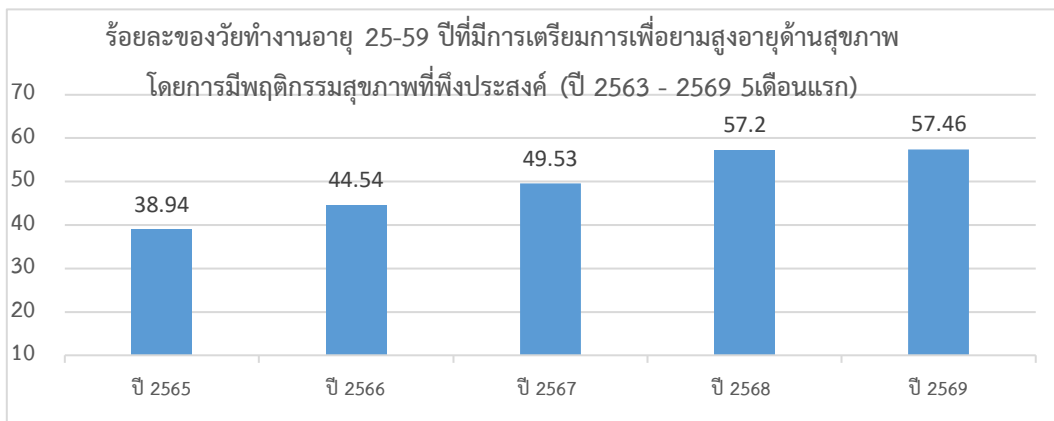
ผลการดำเนินงานย้อนหลัง

ดัชนีมวลกายปกติของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี ในปี 2563 – 2566 รายละเอียดดังนี้



หมายเหตุ ปีงบประมาณ 2567 – 2568 ไม่มีการเก็บข้อมูล ผลการวิเคราะห์ค่า BMI ปีงบประมาณ 2569 รอบ 5 เดือนแรก สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ผลลัพธ์ของการดำเนินงานได้ ร้อยละ 46.09

พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ทั้ง 4 ด้าน รายละเอียด ดังนี้



ผลการดำเนินงานการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพประชากรวัยทำงานในสถานประกอบการ ด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งประชากรกลุ่มวัยทำงานที่ทำงานในสถานประกอบกิจการ เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ควบคุมโรคและลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ทั้งนี้ได้มีการดำเนินงาน 10 packages ตั้งแต่ พ.ศ.2561-ปัจจุบัน (นโยบายปลอดภัยดี สุขภาพดี งานดี มีความสุขในสถานประกอบการ) สถานประกอบการส่วนใหญ่เลือกดำเนินงานตามปัญหาของตนได้มีการดำเนินงานครบทั้ง 10 packages ขาดความต่อเนื่องยั่งยืนและยังไม่เคยบูรณาการหลักสูตรส่งเสริมสุขภาพระหว่าง 10 packages และ Happy 8 นอกจากนี้ยัง พบว่าในการดำเนินงานยังขาดงบประมาณ ที่จะช่วยหนุนเสริมเพื่อสามารถดำเนินการและขับเคลื่อนงาน ขาดความต่อเนื่องในงานบูรณาการร่วมกับองค์กรภาคีเครือข่าย เพราะได้รับงบจากส่วนกลางไม่เพียงพอที่จะมาหนุนเสริมงานที่เคยดำเนินการ ทำให้ไม่เกิดความยั่งยืน ทางกรมอนามัยจึงได้ขอรับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริม

สุขภาพ (สสส.) เพื่อเปิดช่องว่างดังกล่าวและเกิดการดำเนินงานแบบบูรณาการร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และองค์กรภาคีเครือข่าย เกิดการพัฒนานวัตกรรมด้านส่งเสริมสุขภาพ มีบุคลากรผู้เชี่ยวชาญหรือวิทยากรจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มาสนับสนุนในการดำเนินงาน และสร้างขวัญกำลังใจให้กับบุคลากรที่ทำงานด้านส่งเสริมสุขภาพ สร้างความเข้มแข็งในระดับเครือข่ายของนักส่งเสริมสุขภาพทั่วประเทศ ผ่านระบบของกรมอนามัยสู่สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองโดยกลุ่มงานพัฒนาสุขภาพวัยทำงานและสถานที่ทำงาน จึงมีการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพตามนโยบายของกรมอนามัย เพื่อส่งเสริมสุขภาพเจ้าหน้าที่ในสถานประกอบการในพื้นที่กรุงเทพมหานคร จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการเพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) ในปีงบประมาณ 2567 – 2568 และมีการขับเคลื่อนอย่างต่อเนื่องภายใต้โครงการสุขภาพวัยทำงานไทย ก้าวไกล 13 เขตสุขภาพ ในปีงบประมาณ 2569 - 2570 ซึ่งสอดคล้องกับกรอบแนวคิดองค์กรสุขภาพ (Happy Workplace) ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยการส่งเสริมและพัฒนาคนในองค์กรให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีในการทำงาน มีความปลอดภัยและอาชีวอนามัยที่ดี มีสภาพแวดล้อมที่ดีในการทำงาน มีทักษะ และประสิทธิภาพที่ดีในการทำงานมีความผูกพันให้กับองค์กร ดังนั้นกรมอนามัยจึงบูรณาการร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยมีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพบุคลากรเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สถานประกอบการต้นแบบ NODE ให้เป็น health coach โดยมีเป้าหมายระยะยาวในการสร้างนักส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมพื้นที่สถานประกอบการ เพื่อให้คนวัยทำงานมีสุขภาพดี ลดโอกาสการเกิดโรค NCDs รายใหม่และลดภาวะพึ่งพิงอันสืบเนื่องมาจาก โรค NCDs และเป็นกลไกสร้างสุขภาพให้กับประชากรวัยทำงานในสถานประกอบการ สร้างสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี โดยบูรณาการความร่วมมือในรูปแบบภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการคิดและเลือกตัดสินใจในการดำเนินงาน เพื่อให้สอดคล้องตามเจตจำนง บริบท และสภาพปัญหาของสถานประกอบการนั้น ๆ เพื่อให้บรรลุวิสัยทัศน์ของประเทศไทยคือ “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้วด้วยการพัฒนา ตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” นำไปสู่การพัฒนาให้คนไทยมีความสุข และตอบสนองต่อการบรรลุซึ่งผลประโยชน์ของชาติ ในการที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิต การสร้างรายได้ระดับสูง เป็นประเทศที่พัฒนาแล้วและสร้างความสุขให้กับคนไทย เกิดสังคมที่มีความมั่นคง เสมอภาคและเป็นธรรม ประเทศสามารถแข่งขันได้ในระบบเศรษฐกิจ จะเห็นได้ว่าเป้าหมายของยุทธศาสตร์ดังกล่าวมีจุดเน้นมาที่ “การพัฒนาให้คนไทยมีความสุข”

ในรอบการดำเนินงาน ปี 2569 กลุ่มงานพัฒนาสุขภาพวัยทำงานและสถานที่ทำงาน สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองได้ดำเนินงานขับเคลื่อนงานพัฒนาศักยภาพ และการรณรงค์การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และมีการขับเคลื่อนสถานประกอบการมีการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในองค์กร ได้ตามจำนวนเป้าหมาย 28 แห่ง(ยอดสะสม)