

มาตรฐานการปฏิบัติงาน (SOP)

ชื่อหน่วยงาน สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเมือง กลุ่มงานพัฒนาสุขภาพะวัยทำงาน และสถานที่ทำงาน	คู่มือการปฏิบัติงาน กระบวนการจัดทำโครงการและติดตามผลการปฏิบัติงานด้านการส่งเสริม สุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมในกลุ่มวัยทำงาน
	ชื่อตัวชี้วัด ระดับความสำเร็จของการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

1. วัตถุประสงค์ (Objectives)

- เพื่อให้มีการปฏิบัติของเจ้าหน้าที่ในการพัฒนากระบวนการเฝ้าระวังดัชนีมวลกายในประชากรวัยทำงาน อายุ ๑๕-๕๕ ปี อย่างเป็นแนวทางเดียวกัน
- เพื่อให้การสื่อสารเรื่องการพัฒนากระบวนการเฝ้าระวังดัชนีมวลกายในประชากรวัยทำงานอายุ ๑๕-๕๕ ปี ในกลุ่มประชากรเป้าหมายมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ มีความเข้าใจและปฏิบัติเป็นแนวทางเดียวกัน
- เพื่อให้กลุ่มประชากรเป้าหมายได้รับการปฏิบัติตามกระบวนการพัฒนาการเฝ้าระวังดัชนีมวลกายในประชากรวัยทำงานอายุ ๑๕-๕๕ ปี ได้รับการปฏิบัติอย่างเท่าเทียมกัน

2. ขอบเขต (Scope)

ครอบคลุมการดำเนินการเฝ้าระวังดัชนีมวลกายในประชากรวัยทำงานอายุ ๑๕-๕๕ ปี เพื่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของตนเองอย่างยั่งยืน

3. คำจำกัดความ (Definition) (ถ้ามี)

๑. BMI (Body Mass Index: BMI) คือ ตัวชี้วัดมาตรฐานเพื่อประเมินสถานะของร่างกายว่า มีความสมดุลของน้ำหนักตัวต่อส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมหรือไม่

ค่า BMI สามารถใช้เป็นเครื่องมือคัดกรองเพื่อระบุผู้ที่มีน้ำหนักเกิน หรือภาวะอ้วนและผู้ที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานในผู้ใหญ่ที่อายุ ๒๐ ปีขึ้นไป

ค่า BMI คำนวณจาก ค่าของน้ำหนักตัวหน่วยเป็นกิโลกรัมหารด้วยส่วนสูงหน่วยเป็นเมตร ยกกำลัง ๒ และแสดงในหน่วย กก./ม^๒

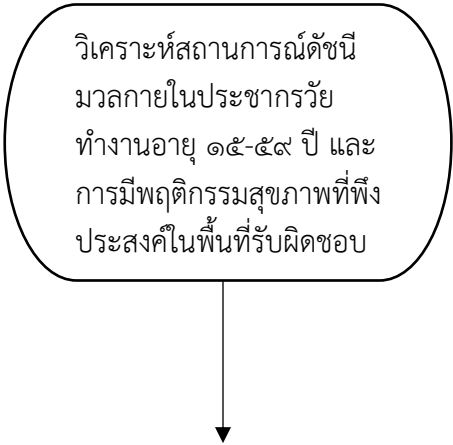
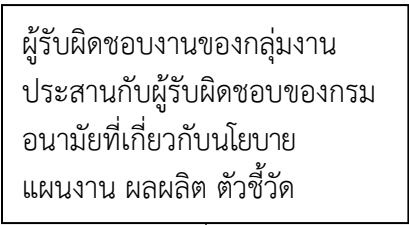
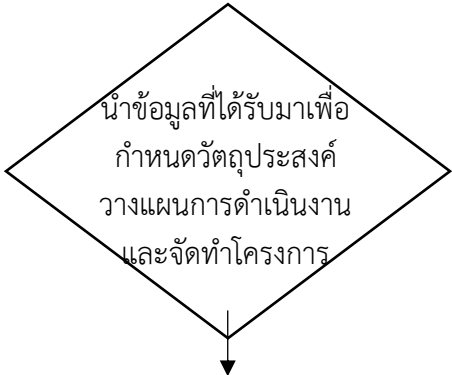
๒. พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ คือ การกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคลที่ปฏิบัติแล้วส่งผลดีต่อสุขภาพของบุคคลนั้นๆเอง (ร่างกาย จิตใจ และสังคม)

พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของประชากรวัยทำงาน ประกอบด้วยพฤติกรรม ๔ ด้านคือ การบริโภคผักวันละ ๕ ทัพพี ๔-๗ วันต่อสัปดาห์ มีกิจกรรมทางกายโดยมีการเคลื่อนไหวออกแรงอย่างน้อย ๑๕๐ นาที/สัปดาห์ นอนหลับวันละ ๗-๙ ชั่วโมง ๓-๗ วันต่อสัปดาห์ และแปรงฟันก่อนนอนทุกวันนานอย่างน้อย ๒ นาที

4. ความรับผิดชอบ (Responsibilities)

4.1 นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
4.2 นายสามารถ อัครอุโฆษ	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
4.3 นายกรรณดนุ สาเซตร	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
4.4 นางวิระฉัตร ชูสิน	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
4.5 น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
4.6 นางสาวรุจิรา ธัญญเจริญ	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

5. ขั้นตอนการปฏิบัติ (Procedure)

ลำดับ	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ	เอกสารที่เกี่ยวข้อง
1		- สรุปผลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ และดัชนีมวลงกายในประชากรวัยทำงานอายุ ๑๕-๕๙ ปีในพื้นที่รับผิดชอบ	7,200 นาที	นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว นายสามารถ อัครอุโฆษ นายกรรณดนุ สาเซตร นางวิระฉัตร ชูสิน น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ น.ส.รุจิรา ธัญญเจริญ	-รายงานการสรุปผลการสำรวจดัชนีมวลงกายและพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ในประชากรวัยทำงานอายุ ๑๕-๕๙ ปีในพื้นที่รับผิดชอบ
2		- ประสานอย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ การสื่อสารต้องชัดเจนเข้าใจตรงกัน	120 นาที	นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว นายสามารถ อัครอุโฆษ นายกรรณดนุ สาเซตร นางวิระฉัตร ชูสิน น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ น.ส.รุจิรา ธัญญเจริญ	-แนวทางการดำเนินงานการเฝ้าระวังดัชนีมวลงกายในประชากรวัยทำงานอายุ ๑๕-๕๙ ปี
3		- ประชุมกลุ่มงานเพื่อวางแผนและจัดทำโครงการให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย และผลผลิตตัวชี้วัด	14,400 นาที	นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว นายสามารถ อัครอุโฆษ นายกรรณดนุ สาเซตร นางวิระฉัตร ชูสิน น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ น.ส.รุจิรา ธัญญเจริญ	-รายงานการประชุมกลุ่มงาน -โครงการที่เกี่ยวข้อง

ลำดับ	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ	เอกสารที่เกี่ยวข้อง
4	ดำเนินการตามแผนงานโครงการ เช่น จัดทำแบบเก็บรวบรวมข้อมูล ประสานพื้นที่ ประสานกลุ่มเป้าหมาย เก็บรวบรวมข้อมูล ↓	- ติดตามควบคุมจำนวน กลุ่มตัวอย่างให้เป็นไปตาม เป้าหมาย	1,500 นาที	นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว นายสามารถ อัครอุโฆษ นายกรรณดนุ สาเชตร นางวิระฉัตร ชูสิน น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ น.ส.รุจิตรา ธัญญเจริญ	- แผนการดำเนินงาน
5	ติดตามประเมินผลแลกเปลี่ยน เรียนรู้และปรับปรุงแผน การดำเนินงานระหว่างดำเนินการ เพื่อให้ได้ตามเป้าหมายตัวชี้วัด ↓	- ติดตามควบคุม ปรับเปลี่ยน แผนงานให้เป็นไปตามเป้าหมาย	4,320 นาที	นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว นายสามารถ อัครอุโฆษ นายกรรณดนุ สาเชตร นางวิระฉัตร ชูสิน น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ น.ส.รุจิตรา ธัญญเจริญ	- แผนการติดตาม
6	สรุปวิเคราะห์ผลการดำเนินงาน เปรียบเทียบแนวโน้มสถานการณ์ ↓	- สรุปวิเคราะห์ผลให้ครอบคลุมตาม วัตถุประสงค์	7,200 นาที	นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว นายสามารถ อัครอุโฆษ นายกรรณดนุ สาเชตร นางวิระฉัตร ชูสิน น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ	-
7	รายงานผล	- จัดทำรายงานสรุปผล การดำเนินงานให้เข้าใจง่าย	4,320 นาที	นางภัทราภรณ์ เอมย่านยาว นายสามารถ อัครอุโฆษ นายกรรณดนุ สาเชตร นางวิระฉัตร ชูสิน น.ส.สุพรรณษา เพชรดำ น.ส.รุจิตรา ธัญญเจริญ	รายงานสรุปผล การดำเนินงาน
	รวมระยะเวลาทั้งหมด		39,060 นาที		

6. ภาคผนวก (ถ้ามี) -