



ความรู้ทางสุขภาพ (Health Literacy)

โดย นายแพทย์เกษม เวชสุทธานนท์
ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง
กรมอนามัย

เอกสารประกอบการอบรมพัฒนาศักยภาพการดำเนินงานเพื่อลดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (CVD,CKD) สำหรับเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เขตสุขภาพที่ 3

วันที่ 3 มกราคม พ.ศ.2562 ณ ห้องประชุมโรงแรมแกรนด์ฮิลล์ รีสอร์ทแอนด์สปา อำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์



กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

นายแพทย์เกษม เวชสุทธานนท์ ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

รับมอบโล่เกียรตินิยมจากนายแพทย์วชิระ เพ็งจันทร์ อธิบดีกรมอนามัย

สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง เป็นองค์กรที่มีความมุ่งมั่นตั้งใจในการยกระดับองค์กร

ให้เป็นองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literate Organization Commitment : HLO commitment)

วันที่ 24 กันยายน 2561

ณ โรงแรมปรี๊นท์ พาเลซ มหานคร กรุงเทพฯ



ปี 2562 สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง
มุ่งมั่นขอรับรางวัล **UNPSA 2019** เรื่อง องค์กรรอบรู้เพื่อสุขภาพที่ดีของประชาชนเขตเมือง
ประเภท 3 การพัฒนาประสิทธิภาพและความรับผิดชอบในหน่วยงานภาครัฐ

ประเด็นปฏิรูปด้านสาธารณสุข

1. ความเป็นเอกภาพของระบบสุขภาพ
2. ระบบเทคโนโลยีสารสนเทศด้านสุขภาพ
3. ระบบบริการปฐมภูมิ
4. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ
5. ความยั่งยืนและเพียงพอด้านการเงิน การคลังสุขภาพ
6. กำลังคนสุขภาพ
7. การแพทย์แผนไทยและสมุนไพรไทย เพื่อเศรษฐกิจ
8. ระบบการแพทย์ฉุกเฉิน
9. การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค
10. การคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ



กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเมือง

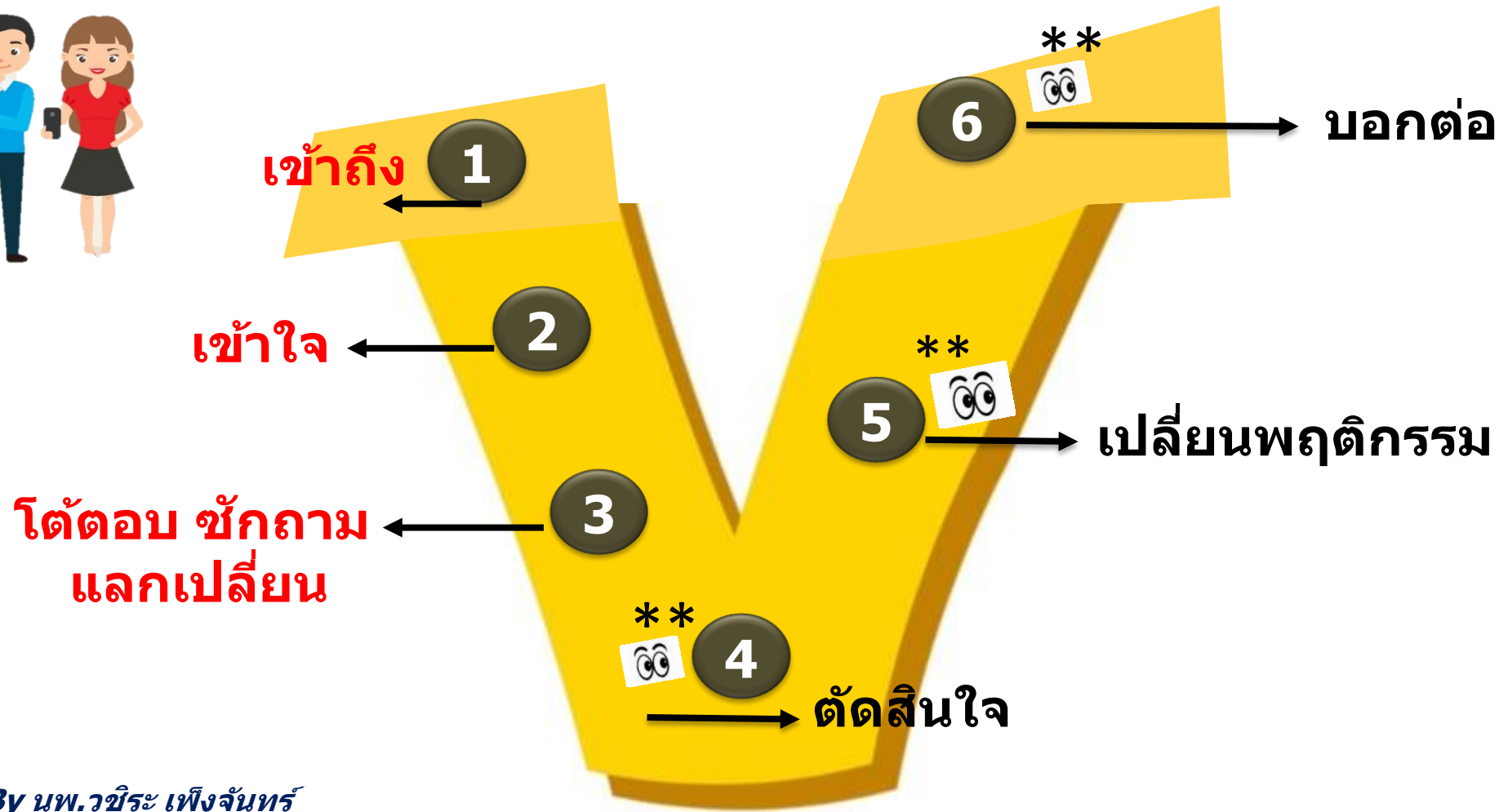
ประชาชนจะอายุยืนยาวพร้อมสุขภาพยอดเยี่ยม
ต้องมี ความรอบรู้ด้านสุขภาพสามารถจัดการสุขภาพ
ได้ด้วยตนเอง (Self Management) และอยู่ในสังคมรอบรู้ (Literate Society)
ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้ประชาชนเกิดพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอย่างยั่งยืนคือ

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy)

หมายถึงกระบวนการทางปัญญาและทักษะทางสังคมที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจและความ
สามารถของปัจเจกบุคคลที่จะเข้าถึงเข้าใจ และใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อนำไปสู่
การตัดสินใจที่เหมาะสม นำไปสู่สุขภาพที่ดีผลลัพธ์คือ เกิดการตัดสินใจ
ด้านสุขภาพที่ดีขึ้นลดพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ เพิ่มพลังอำนาจ
ด้านสุขภาพของแต่ละบุคคล (Empowerment) สถานะสุขภาพดีขึ้น
และลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ

นายแพทย์วชิระ เพ็งจันทร์
อธิบดีกรมอนามัย

กระบวนการเปลี่ยนแปลงภายในตัว บุคคลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้



By นพ.วชิระ เพ็งจันทร์
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
25 ม.ค.60

Health Literacy

ระดับของ Health Literacy แบ่งเป็น 3 ระดับ



Functional Health Literacy :

บ่งถึงความรู้และทักษะของคนในการเข้าถึงข้อมูล ทำความเข้าใจ และใช้ข้อมูลสุขภาพเพื่อดำรงชีวิตประจำวันพื้นฐาน

Interactive Health Literacy :

การที่สามารถจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ รอบตัวที่ประสบพบเจอ และสามารถสื่อสาร หรือมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นได้

Critical Health Literacy :

มีความสามารถในการวิเคราะห์สถานการณ์ปัญหาที่พบและเข้าใจ ปัจจัยแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง จนสามารถวางแผนจัดการควบคุม ป้องกัน หรือแก้ไขปัญหานั้นๆได้

องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ

(Health Literate Organization : HLO)

คือ องค์กรที่ถือว่าความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นเรื่องของทุกคน โดยมีการจัดระบบและการบริการต่างๆ เพื่อช่วยให้คนในองค์กรและผู้รับบริการหรือกลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าถึง เข้าใจ และตัดสินใจเลือกใช้ข้อมูล และบริการสุขภาพได้ตามต้องการและจำเป็นได้อย่างง่ายและเหมาะสม



มีนโยบายความรอบรู้สุขภาพ
ขององค์กร



มีการสื่อสาร
ที่ชัดเจนเข้าใจง่าย



มีสภาพแวดล้อม
ที่เอื้อต่อการเรียนรู้



มีการพัฒนาสื่อและจัดทำ
ที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

เป้าหมายของการเป็นองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ

สร้างความตระหนักในความสำคัญของ “สุขภาพ”
ให้กับคนในองค์กรและผู้รับบริการหรือกลุ่มเป้าหมายด้วยการทำให้รอบรู้ว่



วิธีการทำงานขององค์กร



ส่งผลต่อสุขภาพของตนเองในด้านใดบ้าง



ช่วยให้ผู้รับบริการหรือสังคมโดยรวม
มีสุขภาพดีอย่างไรบ้าง

องค์กรอบรู้ด้านสุขภาพ

ผู้นำองค์กร



- สนับสนุน ส่งเสริม ส่งเสริมให้องค์กรเป็นองค์กรแห่งความรอบรู้สุขภาพ มีนโยบายและแผน ที่คำนึงถึงความรอบรู้ด้านสุขภาพในทุกกระบวนการ

บุคลากรผู้ให้บริการ



- ได้รับการเสริมสร้างให้มีทักษะความรอบรู้ด้านสุขภาพ
- มีการสื่อสารที่ฟังง่าย ใต้เกียรติ
- เปิดโอกาสให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในกระบวนการ

การสื่อสาร



- สื่อสารด้วยภาษาที่เข้าใจง่ายและใช้รูปภาพที่เหมาะสม
- ใช้สื่อตรงใจผู้รับบริการสามารถนำไปใช้ได้ต่อได้
- ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการออกแบบหรือตรวจสอบความเข้าใจในสื่อต่างๆ

สิ่งแวดล้อม



- มีสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรกับสุขภาพ
- มีแผนที่ ป้ายสัญลักษณ์ป้ายบอกเส้นทางช่องทางการสื่อสารต่างๆ เพื่อให้ผู้รับบริการเข้าใจและใช้บริการได้
- มีบรรยากาศที่เปิดโอกาสให้ได้ตอบคำถามระหว่างบุคลากรและผู้รับบริการ

ผลการดำเนินงาน สถาบันรอบรู้สุขภาพ



วิทยาลัยพัฒนาคุณภาพชีวิต

สถานศึกษา เปิดสอนวิชาชีพเฉพาะอย่าง โดยมุ่งหวังให้เกิดผลลัพธ์
ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้เรียน



สถานประกอบการภาครัฐ

สำนักงานเขตลาดพร้าว ยานนาวา คันนายาว

- ประกาศนโยบาย สำนักงานเขตลาดพร้าวไร้พุง โดย ผอ.สำนักงานเขต
- ประชุมพัฒนาศักยภาพแกนนำสุขภาพ
- เยี่ยมเสริมพลัง
- แลกเปลี่ยนเรียนรู้



สำนักงานเขตยานนาวา

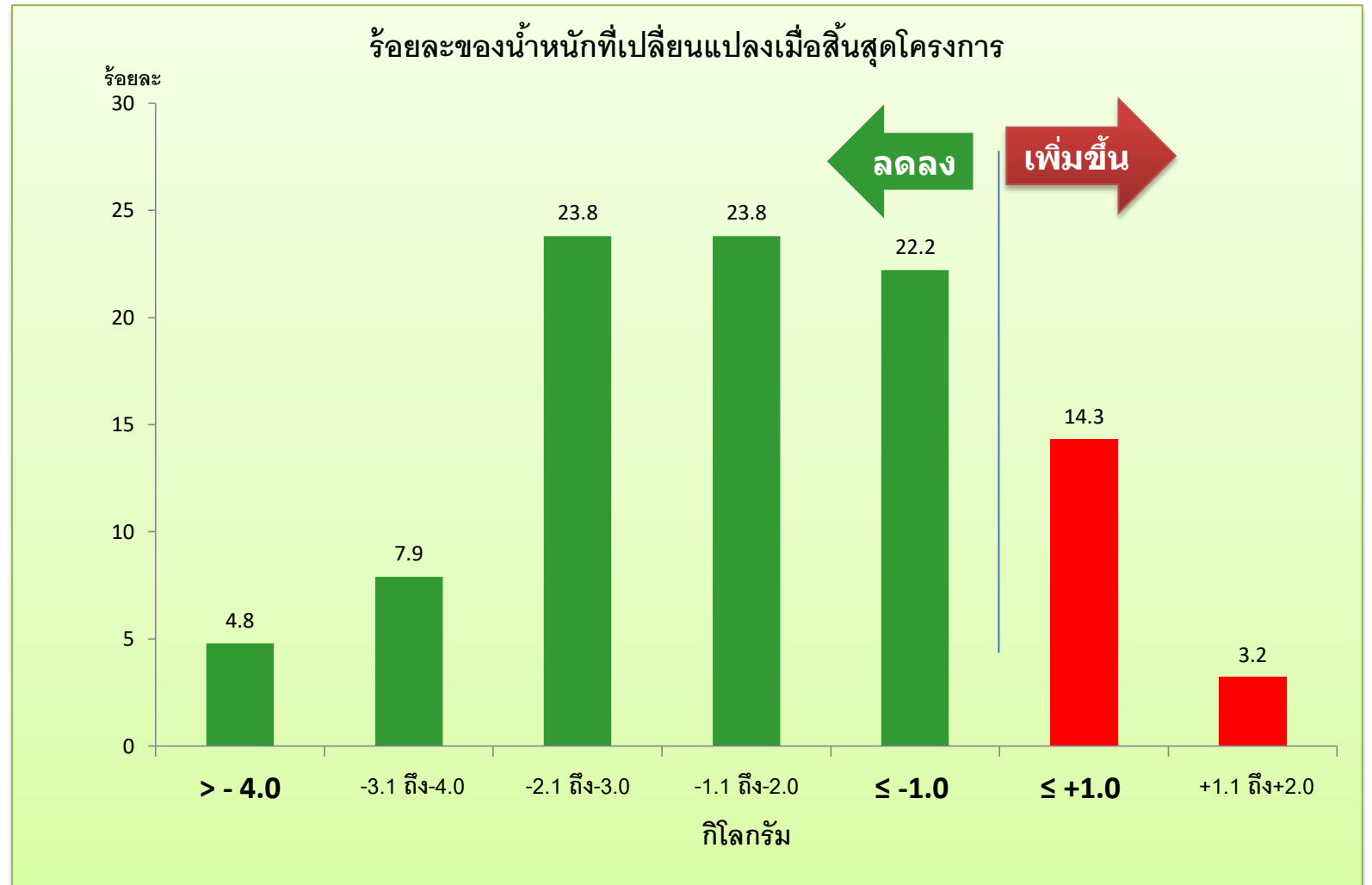
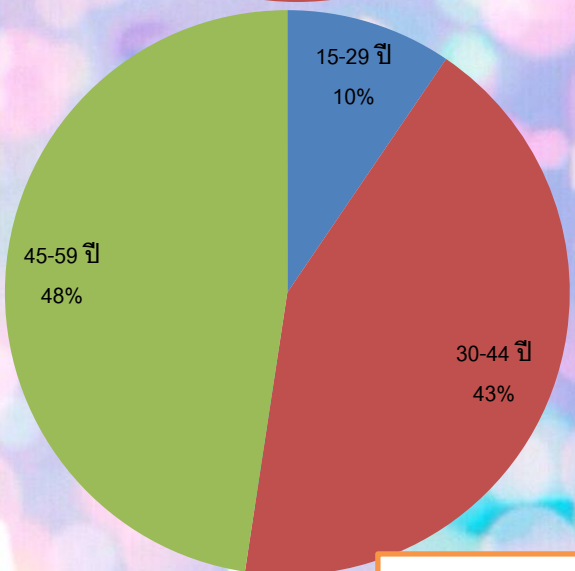
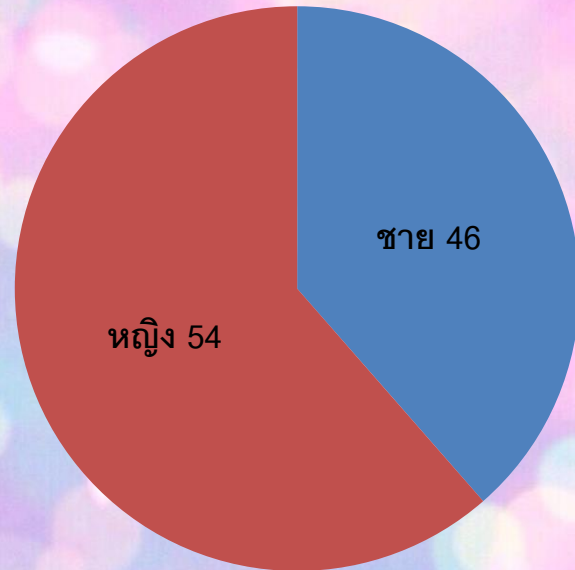


กิจกรรมโครงการยานนาวาสดใสใส่ใจสุขภาพ

- ประกาศนโยบายโดย ผอ.เขต
- ให้ความรู้ผ่านการประชุม/เสียงตามสาย/บอร์ด
- ติดตามน้ำหนักทุก 1 เดือน
- ทิมนำเยี่ยมติดตามทุกฝ่าย
- จัดอาหารว่างเพื่อสุขภาพในการประชุม
- จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เช่น แอโรบิก ฟุตบอล ฟุตซอล ขมรมวิ่ง
- สร้างสิ่งแวดล้อมให้มีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น เช่น รณรงค์ให้เดินขึ้นลงบันไดแทนการใช้ลิฟท์
- ผอ.เขต/ผู้ช่วยผอ.เขต/หัวหน้าฝ่ายทำเป็นตัวอย่าง



ผลการดำเนินงาน



จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 63 คน น้ำหนักลดลง 52 คน (ร้อยละ 82.5)

สำนักงานเขตคันนายาว

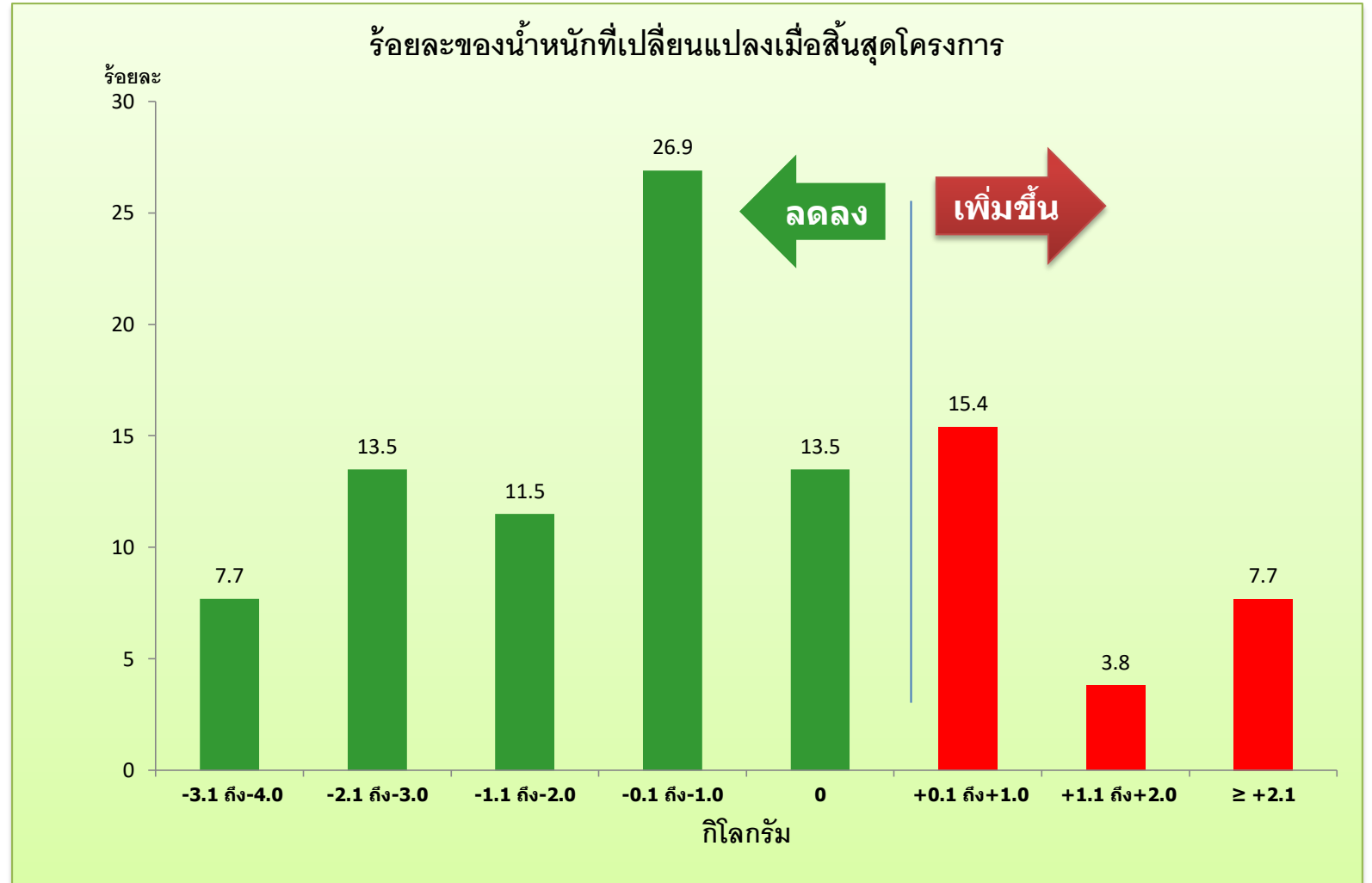
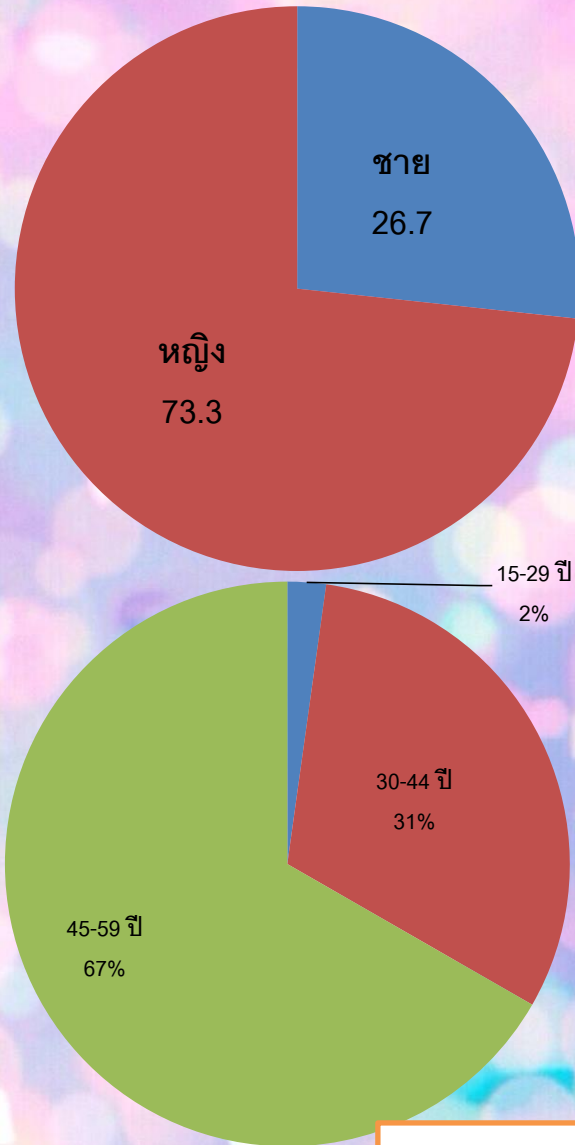


กิจกรรม

- ประกาศนโยบายโดย ผอ.เขต
- ให้ความรู้ผ่านการประชุม/เสียงตามสาย/บอร์ด
- จัดมุมให้ประเมินตนเอง (ชั่งน้ำหนัก/วัดรอบเอว)
- เยี่ยมเสริมพลัง/ติดตามน้ำหนัก รอบเอวทุก 1 เดือน
- จัดอาหารว่างเพื่อสุขภาพในการประชุม
- จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เช่น แอโรบิก พัฒนาห้องฟิตเนส
- สร้างสิ่งแวดล้อมให้มีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น เช่น รณรงค์ให้เดินขึ้นลงบันไดแทนการใช้ลิฟท์



ผลการดำเนินงาน



จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการฯทั้งสิ้น 52 คน น้ำหนักลดลง 31 คน (ร้อยละ 59.6)

สถานประกอบการภาคเอกชน

บริษัท มิลล์คอน สตีล จำกัด

โรงแรมศิวาเทล บริษัทเหล็กแผ่นรีดเย็นไทย จำกัด

- ตรวจสอบสภาพเบื้องต้นและการประเมินตนเอง
- ประชุมพัฒนาศักยภาพกลุ่มปกติและกลุ่มเสี่ยง



สถานประกอบการรอบรู้สุขภาพ : บริษัท NXP

- พัฒนาเป็นสถานประกอบการรอบรู้สุขภาพ (HLO)
- สร้างจิตอาสาฟิตเนสส่งเสริมการออกกำลังกาย



ชุมชนรอบรู้สุขภาพ : ลุมพินี คอนโดทาวน์ งามอินทรา

- พัฒนาเป็นชุมชนรอบรู้สุขภาพ (HLO)
- พัฒนารูปแบบ/สื่อประชาสัมพันธ์เสริมสร้างความรอบรู้สุขภาพ
- ถอดบทเรียน



พัฒนาแกนนำสุขภาพร่วมกับกรมส่งเสริมอุตสาหกรรมใน โครงการ SHAP (Happy Workplate)



โรงแรมศิวาเทล





บริษัท มิลล์คอน สตีล จำกัด(มหาชน)



หจก.ฟีนีส ฟลาวเวอร์ แมนูแฟคเจอร์เรอร์



ขอบคุณครับ

**Download เอกสาร
Website**

<http://mwi.anamai.moph.go.th>

สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง

กรมอนามัย

หรือ QR Code

