

คู่มือการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษา ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล



จัดทำโดย

กองสุขศึกษา

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

คู่มือการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษา ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
Department of Health Service Support



โดย กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

กระทรวงสาธารณสุข

www.hed.go.th

คำนำ

คู่มือการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล มีเนื้อหาหลักเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินงานมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษาสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพแนวทางการสร้างทีมงาน ประเมินการพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษา การวางแผนงานหรือโครงการ การดำเนินการพัฒนาคุณภาพงาน การประเมินผล การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ รวมไปถึงการส่งเสริมพัฒนา นวัตกรรม ต้นแบบ และผลงานเด่นด้านสุขศึกษา ซึ่งโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมีการดำเนินการจัดการสุขภาพที่เหมาะสมให้กับประชาชนในชุมชน โดยการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ ส่งผลให้ประชาชนทั้งในกลุ่มป่วยและกลุ่มไม่ป่วยมีศักยภาพในการจัดการสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสมและสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างยั่งยืน

ทั้งนี้ กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จะเป็นประโยชน์แก่บุคลากรหรือเจ้าหน้าที่ระดับตำบลที่รับผิดชอบด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ในการดำเนินงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนต่อไป

กองสุขศึกษา

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ธันวาคม 2565

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ส่วนที่ 1 บทนำ	1
1.1 แนวคิดการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	1
1.2 คำจำกัดความ	2
ส่วนที่ 2 คุณลักษณะของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่ได้มาตรฐานสุขศึกษา	4
ส่วนที่ 3 การดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล 7 ขั้นตอน	6
3.1 ขั้นตอนการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	6
3.2 รายละเอียดขั้นตอนการดำเนินงาน	7
ส่วนที่ 4 แนวทางการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ	13
ส่วนที่ 5 เอกสาร/หลักฐานการดำเนินงานตามมาตรฐานสุขศึกษาใน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	20
เอกสารอ้างอิง	41
ภาคผนวก	42
ภาคผนวก ก การเข้าใช้โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	43
1. โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล คืออะไร มีกี่ระดับ การคำนวณค่าร้อยละของคะแนนที่ได้ และมีเกณฑ์อะไรบ้าง	43
2. การประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพสำหรับโรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบล	46
3. การรายงานผลการประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพสำหรับ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	50
4. การค้นหาโรงเรียนและหมู่บ้านเพื่อส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินงาน พัฒนาพฤติกรรมสุขภาพประชาชนวัยเด็กและวัยทำงานในชุมชน	52
ภาคผนวก ข การเข้าใช้โปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและ พฤติกรรมสุขภาพ	54
1. โปรแกรมประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ (HL&HB) คืออะไร มีกี่ระดับ และตัวอย่างแบบประเมิน	54
2. การเก็บข้อมูล	59
3. การรายงานผล	62

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
4. คู่มือรหัสบันทึกข้อมูลแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเพื่อป้องกันโรคติดต่อและโรคไร้เชื้อที่สำคัญของประชาชน ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	70
ภาคผนวก ค หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพผู้ปฏิบัติงาน	80

สารบัญภาพ

เรื่อง	หน้า
แผนภาพที่ 1 ลักษณะของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่ได้มาตรฐานสุขศึกษา	5
แผนภาพที่ 2 มาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	7
แผนภาพที่ 3 ภาพรวมการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ	13

ส่วนที่ 1 บทนำ

1.1 แนวคิดการดำเนินงานมาตรฐานสุขภาพศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ฉบับพุทธศักราช 2560 ตามมาตรา 55 ได้กำหนดให้รัฐต้องดำเนินการให้ประชาชนได้รับบริการสาธารณสุขที่มีประสิทธิภาพอย่างทั่วถึง เสริมสร้างให้ประชาชนมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค และส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการพัฒนาภูมิปัญญาด้านการแพทย์แผนไทยให้เกิดประโยชน์สูงสุด บริการสาธารณสุขตามวาระหนึ่ง ต้องครอบคลุมการส่งเสริมสุขภาพ การควบคุมและป้องกันโรคการรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสุขภาพด้วย รัฐต้องพัฒนาการบริการสาธารณสุขให้มีคุณภาพและมีมาตรฐานสูงอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ ตามพระราชบัญญัติสถานพยาบาล (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2559 “มาตรา 5 พระราชบัญญัตินี้มิให้ใช้บังคับแก่สถานพยาบาลซึ่งดำเนินการโดยกระทรวง ทบวง กรม องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รัฐวิสาหกิจ สถาบันการศึกษาของรัฐ หน่วยงานอื่นของรัฐ สภากาชาดไทย และสถานพยาบาลอื่นซึ่งรัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยระบุให้สถานพยาบาลที่ได้รับการยกเว้น ต้องมีลักษณะของสถานพยาบาลและมาตรฐานตามหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขที่รัฐมนตรีประกาศกำหนด”

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ส่งผลให้สถานบริการสุขภาพทั้งภาครัฐและภาคเอกชนต้องมีการพัฒนาการบริการให้มีมาตรฐานอยู่เสมอ เพื่อให้ประชาชนได้รับบริการที่มีคุณภาพ กระทรวงสาธารณสุขจึงได้วางยุทธศาสตร์พัฒนาสู่ความเป็นเลิศ ซึ่ง 1 ใน 4 ระบบ คือ ระบบบริการสุขภาพ (Service Excellence) โดยกำหนดให้โรงพยาบาลทุกแห่งพัฒนาตามเกณฑ์มาตรฐาน ได้แก่ มาตรฐานโรงพยาบาลและบริการสุขภาพ (Hospital Accreditation : HA) มาตรฐานสุขภาพอำเภอ (District Health System Standards : DHS) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพัฒนาตามเกณฑ์คุณภาพเครือข่ายบริการปฐมภูมิ (Primary Care Awards : PCA) และมาตรฐานระบบบริการสุขภาพ จากแนวนโยบายดังกล่าว กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โดยกองสุศึกษา ซึ่งเป็นหน่วยงานที่ทำหน้าที่ในการคุ้มครองประชาชนด้านบริการสุขภาพโดยการส่งเสริม สนับสนุน พัฒนา ควบคุมกำกับสถานบริการสาธารณสุขภาครัฐให้มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กฎหมายกำหนดและยกระดับบริการสู่สากล ซึ่งงานสุศึกษาเป็นส่วนหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการบริการของสถานบริการสุขภาพทุกระดับ ทั้งมิติการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกัน รักษาโรคและฟื้นฟูสุขภาพ ดังนั้น จึงได้ทำการพัฒนาเกณฑ์มาตรฐานงานสุศึกษาสำหรับสถานบริการสุขภาพทุกระดับขึ้น โดยเริ่มทำการพัฒนาเกณฑ์มาตรฐานงานสุศึกษาสำหรับโรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป และโรงพยาบาลชุมชน แล้วเสร็จในรูปแบบ “มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุศึกษา” ที่ได้ใช้กรอบแนวคิดเชื่อมโยงกับมาตรฐานโรงพยาบาลและบริการสุขภาพ (Hospital Accreditation : HA) มาตรฐานสุขภาพอำเภอ (District Health System Standards : DHS) และบูรณาการการพัฒนาแบบองค์รวมที่ครอบคลุมการคุ้มครองทั้งด้านอาคารสิ่งแวดล้อมและเครื่องมือแพทย์และงานสุศึกษา นอกจากนี้ยังได้พัฒนาเกณฑ์มาตรฐานงานสุศึกษาสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ขึ้น เพื่อมุ่งหวังให้เป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพบริการด้านสุศึกษาให้แก่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลอีกด้วย

ดังนั้น เพื่อให้การดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โดยกองสุขศึกษา จึงได้จัดทำคู่มือการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลขึ้น เพื่อมุ่งหวังให้เป็นแนวทางในการดำเนินงานมาตรฐานสุขศึกษาให้แก่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล กล่าวคือ ให้มีการจัดกระบวนการเสริมสร้างและจัดการเรียนรู้ด้านสุขภาพอย่างเป็นระบบ มีคุณภาพและเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ส่งผลให้ประชาชนทั้งในกลุ่มป่วยและกลุ่มไม่ป่วยมีความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง สามารถดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว และชุมชนได้อย่างเหมาะสม นำไปสู่การมีสุขภาพดีและสามารถพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพได้อย่างยั่งยืน

1.2 คำจำกัดความ

สุขศึกษา (Health Education) หมายถึง กระบวนการจัดโอกาสการเรียนรู้และพัฒนาทักษะด้านสุขภาพ สร้างเสริมความสามารถของบุคคล รวมถึงปัจจัยอื่นๆ เกี่ยวกับสภาวะทางเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพอันจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และดำรงสุขภาพที่ดีของบุคคล ครอบครัว และชุมชนได้

มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษา หมายถึง ข้อกำหนดระบบคุณภาพที่จำเป็น (Essential Requirements) สำหรับการทำงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อให้การดำเนินงานสุขศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) มีการบริหารจัดการที่ดี มีการจัดกระบวนการสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพอย่างเป็นระบบ ครอบคลุมในเรื่องปัจจัยนำเข้า ทรัพยากรและสิ่งสนับสนุน กระบวนการผลิตและผลลัพธ์ ถูกต้องตามหลักวิชาการและเชื่อถือได้สอดคล้องกับมาตรฐานที่เกี่ยวข้องทุกมาตรฐาน เป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพมุ่งเน้นการสร้างเสริมสุขภาพทั้งในโรงพยาบาลและต่อเนื่องไปถึงชุมชน

เกณฑ์มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษา หมายถึง ข้อกำหนดที่ในการพัฒนาให้เป็นไปตามมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษาสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

การสนับสนุนเสริมพลัง หมายถึง กระบวนการสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติงานหรือกลุ่มเป้าหมายเกิดความตระหนัก มีความเชื่อมั่น และสามารถดึงศักยภาพของตนเองออกมาใช้ในการปรับปรุงและพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น กิจกรรมสนับสนุนเสริมพลัง ได้แก่ การนิเทศงาน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความรู้และทักษะ การให้รางวัล การเชิดชูเกียรติ เป็นต้น

ภาคีเครือข่ายสุขภาพ หมายถึง หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชนในพื้นที่ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานด้านสุขภาพของประชาชน ได้แก่ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด/อำเภอ โรงพยาบาล อบจ./อบต. ศึกษานิเทศก์เขต เกษตรตำบล บริษัท/ห้าง/ร้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ สมาคม เป็นต้น

แกนนำสุขภาพภาคประชาชน หมายถึง ตัวแทนประชาชน ได้แก่ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ผู้ใหญ่บ้าน กำนัน ปราชญ์ชาวบ้าน เป็นต้น

เครือข่ายตัวแทนภาคประชาชน หมายถึง กลุ่มหรือหน่วยงานในพื้นที่ซึ่งจัดตั้งโดยประชาชน ได้แก่ คณะกรรมการหมู่บ้าน ชมรม เป็นต้น

กิจกรรมสุขศึกษา หมายถึง กิจกรรมการเรียนรู้ การพัฒนาทักษะสุขภาพ และการจัดปัจจัยแวดล้อม ทั้งด้านกายภาพและสังคม เพื่อเอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

ส่วนที่ 2

คุณลักษณะของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่ได้มาตรฐานสุขภาพ

มาตรฐานสุขภาพเป็นข้อกำหนดระบบคุณภาพที่จำเป็น (Essential Requirements) สำหรับการทำงานสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อให้การดำเนินงานสุขภาพในโรงพยาบาลมีการบริหารจัดการที่ดี มีการจัดกระบวนการสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพอย่างเป็นระบบถูกต้องตามหลักวิชาการ และเชื่อถือได้สอดคล้องกับมาตรฐานที่เกี่ยวข้องทุกมาตรฐาน เป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพ มุ่งเน้นการสร้างเสริมสุขภาพทั้งในโรงพยาบาลและต่อเนื่องไปถึงชุมชน โดยมีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) เป็นหน่วยบริการระดับปฐมภูมิที่ใกล้ชิดกับประชาชนและชุมชนมากที่สุดเป็นหน่วยงานที่ให้บริการครอบคลุมทั้งมิติการส่งเสริมสุขภาพ การควบคุมป้องกันโรค การรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสุขภาพ โดยมุ่งให้ประชาชนสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งมีการจัดบริการสุขภาพทั้ง 2 ส่วนคือ

(1) การบริการเชิงรุกด้วยการทำงานร่วมกับชุมชนและภาคประชาชน มุ่งส่งเสริมให้ประชาชนกลุ่มปกติมีการส่งเสริมสุขภาพตนเองให้ได้อยู่เสมอ และกลุ่มเสี่ยงมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคภัยสุขภาพ

(2) การบริการเชิงรับด้วยการมีส่วนร่วมของผู้ป่วยและญาติหรือผู้ดูแล มุ่งส่งเสริมให้กลุ่มป่วยได้รับการดูแลรักษาที่เหมาะสมและสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้ โดยงานสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพเป็นกระบวนการที่ทำให้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบรรลุภารกิจดังกล่าว ดังนั้น นโยบายหลักข้อหนึ่งของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล คือ การพัฒนางานสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในระบบบริการสุขภาพมีคุณภาพมาตรฐาน ซึ่งมาตรฐานสุขภาพในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ประกอบด้วย 3 หมวด 23 เกณฑ์ ดังนี้

หมวดที่ 1 การบริหารจัดการ มี 1 เกณฑ์

1. บุคลากรดำเนินงานสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

หมวดที่ 2 กระบวนการสุขภาพ มี 18 เกณฑ์ จำแนกตามกลุ่มเป้าหมายคือ

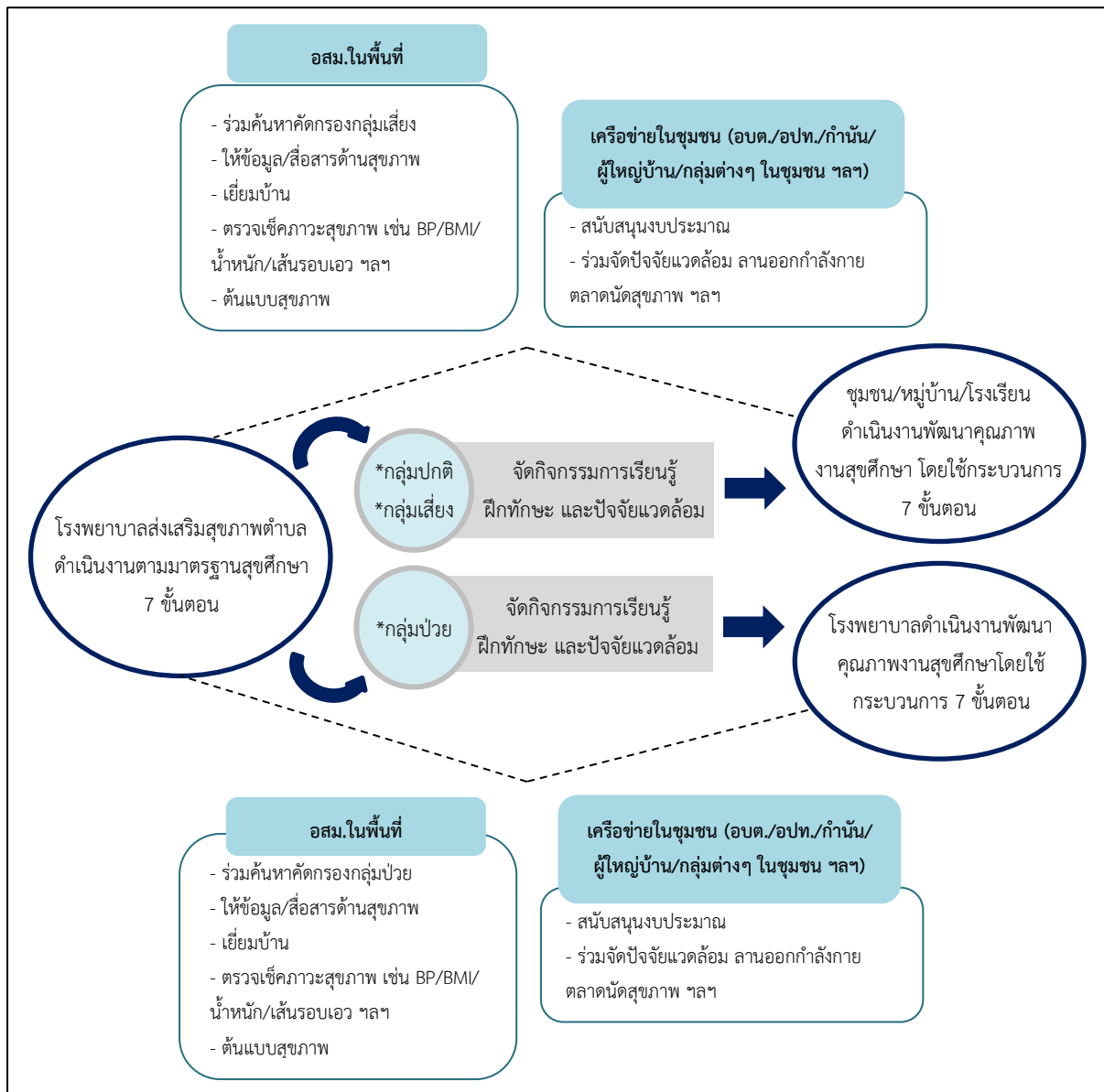
1. กระบวนการสุขภาพในกลุ่มไม่ป่วย เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในชุมชน
2. กระบวนการสุขภาพในกลุ่มป่วย เพื่อส่งเสริมการจัดการตนเองในผู้ป่วยและครอบครัว

หมวดที่ 3 ผลลัพธ์การดำเนินงานสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ มี 4 เกณฑ์

1. พฤติกรรมสุขภาพ หรือความรู้ด้านสุขภาพ หรือพฤติกรรมจัดการสุขภาพตนเอง
2. ภาวะสุขภาพ
3. นวัตกรรม งานวิจัย การจัดการองค์ความรู้
4. ความพึงพอใจต่อกระบวนการสุขภาพ

คุณลักษณะสำคัญ

1. มีผู้รับผิดชอบงานสุขภาพ และมีคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพงานสุขภาพ
2. มีข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพที่สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขของพื้นที่
3. มีแผนการดำเนินงานสุขภาพ ทั้ง 2 กลุ่มเป้าหมายคือ ประชาชนกลุ่มป่วยและกลุ่มไม่ป่วย (เชื่อมโยงกับการพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ ประกอบด้วยโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ๖ แห่ง และหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ)
4. มีกิจกรรมการเรียนรู้ ฝึกทักษะ และจัดปัจจัยแวดล้อม ทั้ง 2 กลุ่ม
5. มีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ
6. มีการประเมินความรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และภาวะสุขภาพ
7. มีนวัตกรรม งานวิจัย การจัดการองค์ความรู้ ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ



แผนภาพที่ 1 ลักษณะของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่ได้มาตรฐานสุขภาพ

ส่วนที่ 3

การดำเนินงานมาตรฐานสุขภาพศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล 7 ขั้นตอน

การดำเนินงานมาตรฐานสุขภาพศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) พัฒนายกระดับคุณภาพบริการด้านสุขภาพศึกษาให้เป็นไปตามมาตรฐานทั้งในงานส่งเสริม ป้องกันโรค รักษาและฟื้นฟูสภาพให้แก่ประชาชน ซึ่งการให้สุขภาพศึกษาเป็นกระบวนการให้ความรู้ จัดประสบการณ์ และกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้บุคคล ครอบครัวและชุมชนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพเป็นไปในทางที่ถูกต้องซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการดำเนินงานสุขภาพศึกษา ผู้ที่ได้รับสุขภาพศึกษาที่ถูกต้องนั้นจะได้รู้จักป้องกันดูแลรักษาสุขภาพของตนเองได้ดีขึ้น นอกจากนี้ชุมชนและสังคมใดที่ได้รับสุขภาพศึกษาที่ถูกต้องนั้นจะทำให้คนในชุมชนมีสุขภาพดี ช่วยลดค่านิยม ความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพของกลุ่มนั้น ๆ ในชุมชนและเป็นผลให้ชุมชนนั้นมีเหตุผลในการแก้ไขปัญหาทางด้านสุขภาพ ช่วยทำให้สภาพของชุมชนเป็นชุมชนที่มีสุขลักษณะที่ดี และทำให้ชุมชนและสังคมสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข อีกทั้ง การที่ประชาชนเห็นความสำคัญและเชื่อมั่นต่อเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรือบุคลากรทางการแพทย์จะช่วยลดภาระของรัฐบาลในการจัดสรรงบประมาณและทำให้ประเทศชาติสามารถพัฒนาไปได้เพราะประชาชนมีสุขภาพดี จะเห็นได้ว่างานสุขภาพศึกษาที่มีประโยชน์ต่อบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติ หากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมีการดำเนินงานมาตรฐานสุขภาพศึกษาสามารถทำให้ประสบความสำเร็จในด้านการดูแลสุขภาพและองค์ประกอบโดยรวมด้านคุณภาพชีวิตดีขึ้นด้วย

3.1 ขั้นตอนการดำเนินงานมาตรฐานสุขภาพศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล





แผนภาพที่ 2 มาตรฐานสุขภาพศึกษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

3.2 รายละเอียดขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 สร้างทีมงานพัฒนาคุณภาพงานสุขภาพศึกษา

แนวทางการดำเนินงาน
<p>ผู้รับผิดชอบงานสุขภาพศึกษาของ รพ.สต. จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพงานสุขภาพศึกษาของ รพ.สต. ซึ่งประกอบด้วย</p> <p>(1) ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และผู้แทนหน่วยบริการใน รพ.สต. เป็นกรรมการและผู้รับผิดชอบงานสุขภาพศึกษา</p> <p>(2) ภาควิชาเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในพื้นที่รับผิดชอบ ได้แก่ ผู้แทนแม่ข่ายบริการ (CUP) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น แกนนำชุมชนในพื้นที่รับผิดชอบ เช่น ผู้แทนคณะกรรมการหมู่บ้าน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ผู้แทนสถานศึกษา ตัวแทนผู้มารับบริการและ/หรือญาติ เป็นต้น ซึ่งภาควิชาเครือข่ายเหล่านี้เป็นผู้มีบทบาทร่วมคิดวางแผน ร่วมดำเนินการ และร่วมติดตามประเมินผล ในกระบวนการพัฒนาคุณภาพงานสุขภาพศึกษาของ รพ.สต.</p> <p>(3) ผู้รับผิดชอบงานสุขภาพศึกษาของ รพ.สต. เป็นเลขานุการ</p> <p>นอกจากนี้ อาจมีภาควิชาเครือข่ายสนับสนุนการพัฒนา ได้แก่ หน่วยงานภาครัฐ และภาคเอกชนที่อยู่ในพื้นที่ ซึ่งจะทำหน้าที่ให้การสนับสนุนทรัพยากรต่าง ๆ ในกระบวนการพัฒนางานของ รพ.สต.</p>

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาข้อมูลและประเมินการพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษา

แนวทางการดำเนินงาน
<p>โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ทำการประเมินตนเองใน 2 ส่วนคือ</p> <p>(1) ประเมินการพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษาตามเกณฑ์มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษา เพื่อรับรู้ส่วนขาดตามเกณฑ์มาตรฐานที่จะต้องปรับปรุง ซึ่งจะต้องนำไปวางแผนพัฒนาคุณภาพงานของ รพ.สต. โดยบูรณาการในกระบวนการดำเนินการแผนงาน/โครงการสุขศึกษาต่อไป</p> <p>(2) ศึกษา และประเมินสถานการณ์ด้านสุขภาพของประชาชนในพื้นที่รับผิดชอบและผู้มารับบริการ เพื่อนำไปกำหนดเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ของแผนงาน/โครงการสุขศึกษาต่อไป</p>

ขั้นตอนที่ 3 วางแผนงาน/โครงการสุขศึกษา

ผู้รับผิดชอบงานสุขศึกษาและคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษาร่วมกันวางแผนงาน/โครงการสุขศึกษา ตามขั้นตอนดังนี้

3.1 การวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพ

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อระบุสถานการณ์ปัญหาสุขภาพ หรือความเสี่ยงด้านสุขภาพของประชาชน กลุ่มวัยต่าง ๆ ในชุมชน แล้วนำมาจัดลำดับความสำคัญของปัญหา ซึ่งในการจัดลำดับความสำคัญของปัญหาอาจจะใช้เกณฑ์ในการประเมินค่า เช่น ความรุนแรงของปัญหา ขนาดของปัญหา ความยาก-ง่ายในการแก้ปัญหา เป็นต้น</p> <p>2. เลือกปัญหาที่มีความสำคัญเร่งด่วนและสอดคล้องกับปัญหาของแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ และระดับตำบล (พขอ./พขต.) มาแก้ไข</p>	<p>1. นำข้อมูลปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของพื้นที่</p> <p>2. พิจารณาจัดลำดับความสำคัญของปัญหา 5 ลำดับ และคัดเลือกปัญหาที่จะนำมาแก้ไข จำแนกกลุ่มเป้าหมายคือ กลุ่มป่วยและกลุ่มไม่ป่วย</p> <p>ทั้งนี้ ใน 1 ปัญหา ควรดำเนินการทั้งกลุ่มป่วย และกลุ่มไม่ป่วย เพื่อเป็นการดำเนินการครอบคลุมทั้ง 4 ด้านคือ การส่งเสริม ป้องกัน รักษา และฟื้นฟูสภาพ</p>

3.2 การวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยง

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่เป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพและกำหนดเป็นพฤติกรรม-สุขภาพที่พึงประสงค์ จำแนกตามประชาชนกลุ่มเป้าหมายคือ กลุ่มป่วย และกลุ่มไม่ป่วย (กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มปกติ) ซึ่งพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์นี้ จะเป็นวัตถุประสงค์ของโครงการสุขศึกษาหรือโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>2. วิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยงของประชาชนกลุ่มเป้าหมาย และวิเคราะห์ปัจจัยที่มี</p>	<p>1. นำประเด็นปัญหาสุขภาพที่กำหนด จำแนกตามกลุ่มเป้าหมายคือ กลุ่มไม่ป่วย และกลุ่มป่วย</p> <p>2. ในแต่ละกลุ่มเป้าหมาย นำมาวิเคราะห์หาพฤติกรรมเสี่ยงที่เป็นสาเหตุของปัญหา แหล่งข้อมูลที่น่ามาใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่</p> <p>2.1 สำหรับกลุ่มป่วย อาจใช้ข้อมูลจากแบบบันทึกพฤติกรรมตนเองที่คลินิกต่าง ๆ ใช้ซักประวัติ ซึ่งต้องมีการวิเคราะห์สรุปภาพรวม</p> <p>2.2 สำหรับกลุ่มไม่ป่วย (กลุ่มเสี่ยง/กลุ่มปกติ) ที่อยู่ในชุมชน (หมู่บ้าน สถานศึกษา) สามารถใช้</p>

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>อิทธิพลต่อการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายเพื่อเป็นข้อมูลในการออกแบบกิจกรรมต่อไป</p>	<p>วิธีการสุ่มสำรวจ สันทนากลุ่ม ข้อมูลสุขภาพชุมชน เป็นต้น</p> <p>3. นำข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงจำแนกตามกลุ่มเป้าหมาย และกำหนดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งเป็นพฤติกรรมด้านบวกต่อการมีสุขภาพดี เช่น</p> <p>3.1 พฤติกรรมเสี่ยงคือ กินอาหารรสจัด ดื่มสุรา ไม่ออกกำลังกาย เป็นต้น</p> <p>3.2 พฤติกรรมที่พึงประสงค์คือ กินผักผลไม้สด อย่างน้อยวันละครั้ง กิโลกรัม ไม่เติมเครื่องปรุงรสเพิ่ม ในอาหาร เป็นต้น</p> <p>4. วิเคราะห์และกำหนดปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยง/พฤติกรรมที่พึงประสงค์ ประกอบด้วย</p> <p>4.1 ปัจจัยภายในตัวบุคคล เช่น ความรอบรู้ด้านสุขภาพ ความรู้ ทักษะ ทักษะด้านสุขภาพ เป็นต้น</p> <p>4.2 ปัจจัยแวดล้อมทางกายภาพ เช่น สิ่งของสถานที่ เป็นต้น</p> <p>4.3 ปัจจัยแวดล้อมทางสังคม เช่น มาตรการทางสังคม กฎระเบียบ กระแสสังคม กลุ่มเพื่อน เป็นต้น</p>

3.3 การวางแผนงาน/โครงการสุขภาพศึกษา

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. แผนงาน/โครงการสุขภาพศึกษา อาจมีรูปแบบต่างๆ เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"> - แผนงานของ รพ.สต. ที่มีกิจกรรมสุขภาพศึกษาและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอยู่ - โครงการสุขภาพศึกษา - โปรแกรม/แผนการจัดกิจกรรมสุขภาพศึกษา <p>2. แผนงาน/โครงการสุขภาพศึกษา จัดทำให้ครอบคลุมทั้ง 2 กลุ่มเป้าหมายคือ กลุ่มป่วย และกลุ่มไม่ป่วย (กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มปกติ) โดย</p> <ul style="list-style-type: none"> - โครงการสำหรับกลุ่มไม่ป่วย ควรบูรณาการกับการดำเนินการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยน-พฤติกรรมสุขภาพ และโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแห่งชาติ - โครงการสำหรับกลุ่มป่วย ควรสอดคล้องกับ CUP <p>3. นำข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์</p>	<p>1. ให้นำข้อมูลที่วิเคราะห์ได้ในข้อ 3.2 ของแต่ละกลุ่มเป้าหมายมาวางแผนงาน/โครงการ</p> <p>2. นำพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากำหนดเป็นวัตถุประสงค์ของโครงการสุขภาพศึกษา</p> <p>3. ออกแบบกิจกรรมสุขภาพศึกษา ต้องสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยงหรือพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของแต่ละกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งกิจกรรมสุขภาพศึกษา ประกอบด้วย</p> <p>3.1 กิจกรรมการเรียนรู้</p> <p>3.2 กิจกรรมการฝึกทักษะสุขภาพ</p> <p>3.3 กิจกรรมการพัฒนาปัจจัยแวดล้อม (ทั้งทางกายภาพ และทางสังคม)</p> <p>3.4 กำหนดมาตรการทางสังคมที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ</p> <p>4. การออกแบบกิจกรรมสุขภาพศึกษาและสื่อที่ใช้ ต้องเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย</p>

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>ไปกำหนดเป็นวัตถุประสงค์ของแผนงาน/โครงการ สุขศึกษาหรือโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>4. นำผลการวิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยงหรือพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ไปออกแบบ กิจกรรมสุขศึกษา</p> <p>5. กิจกรรมสุขศึกษา ประกอบด้วย กิจกรรมการเรียนรู้ การฝึกทักษะ และการพัฒนาปัจจัยแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์</p>	<p>*ตัวอย่างกิจกรรมสุขศึกษาสามารถศึกษาได้จาก เว็บไซต์กองสุขภาพ www.hed.go.th</p> <p>5. กำหนดแผนประเมินผลโครงการสุขภาพ ที่ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของแผนนั้นๆ ประกอบด้วย ตัวชี้วัด วิธีการ ระยะเวลา และ เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน</p>

3.4 การเขียนแผนงานโครงการสุขภาพ

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. การเขียนแผนงานโครงการสุขภาพต้อง สอดคล้องกับข้อมูลผลการวิเคราะห์พฤติกรรม สุขภาพและปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยง</p> <p>2. การเขียนแผนงาน/โครงการสุขภาพ ควร มี 9 องค์ประกอบดังนี้</p> <p>2.1 ชื่อแผนงาน/โครงการ</p> <p>2.2 หลักการและเหตุผล</p> <p>2.3 วัตถุประสงค์ (วัตถุประสงค์ทั่วไปและเฉพาะ)</p> <p>2.4 กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>2.5 กิจกรรมสุขศึกษา</p> <p>2.6 ระยะเวลาดำเนินงาน</p> <p>2.7 งบประมาณ</p> <p>2.8 ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ระบุถึงผลประโยชน์ที่ คาดว่าจะได้รับโดยตรงจากโครงการ และผลกระทบ อื่นๆที่เกิดขึ้นกับโครงการ)</p> <p>2.9 การควบคุมกำกับ และการประเมินผล (เขียน ในรูปต่างๆ เช่น Gant Chart, Pert เป็นต้น)</p>	<p>1. นำข้อมูลผลการวิเคราะห์และออกแบบ ที่ได้ จาก ข้อ 3.2 และ 3.3 มาเขียนแผนงาน/โครงการ สุขศึกษา/แผนกิจกรรมสุขศึกษา</p> <p>1.1 สำหรับกลุ่มไม่ป่วย ควรบูรณาการกับ แผนพัฒนาสุขภาพตำบล และเชื่อมโยงกับการ หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและโรงเรียน ส่งเสริมสุขภาพัญญัติแห่งชาติในพื้นที่รับผิดชอบ</p> <p>1.2 สำหรับกลุ่มป่วย ควรสอดคล้องกับแผนของ CUP</p> <p>2. การเขียนแผนงาน/โครงการสุขภาพ ควร ประกอบไปด้วย 9 ประเด็น และสอดคล้องกับผล การวิเคราะห์ที่ได้จากข้อ 3.2 และ 3.3</p> <p>3. ดำเนินการขออนุมัติโครงการ</p>

ขั้นตอนที่ 4 ดำเนินการพัฒนาคุณภาพงานตามแผนที่กำหนด

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. มีการจัดกิจกรรมสุขศึกษาตามแผนที่กำหนด ประกอบด้วย กิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมการ พัฒนาทักษะสุขภาพ และการพัฒนาปัจจัยแวดล้อม</p> <p>2. มีการควบคุมกำกับให้การดำเนินงานเป็นไปตาม แผนที่กำหนด</p>	<p>1. จัดกิจกรรมสุขศึกษา ประกอบด้วย กิจกรรมการ เรียนรู้ (เสริมสร้างความรู้) กิจกรรมการพัฒนาทักษะ สุขภาพ และการพัฒนาปัจจัยแวดล้อมทั้งในหน่วย บริการ และชุมชนในพื้นที่รับผิดชอบ เน้นการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย</p>

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>3. มีการประเมินผลกิจกรรมดำเนินงานเพื่อการปรับปรุงให้เหมาะสมเป็นระยะๆ</p>	<p>*กิจกรรมในกลุ่มป่วยทั้งที่มารับบริการที่หน่วยบริการและกลุ่มป่วยในชุมชน เน้นการให้ข้อมูลและเสริมพลังแก่ผู้ป่วย/ครอบครัวให้สามารถจัดการสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้อง ตอบสนองความต้องการและสอดคล้องกับวิถีชีวิตของผู้ป่วย</p> <p>*กิจกรรมในกลุ่มไม่ป่วยในชุมชน เน้นกิจกรรมพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อการเสริมสร้างสุขภาพ เช่น การพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ การพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัติแห่งชาติ เป็นต้น</p> <p>2. ติดตาม ควบคุมกำกับ และเสริมพลังแก่ทีมงานและเครือข่ายที่ร่วมดำเนินงานทั้งใน รพ.สต. และชุมชน (หมู่บ้าน สถานศึกษา) เป็นระยะ เพื่อนำผลมาปรับปรุงระหว่างดำเนินการโครงการ</p>

ขั้นตอนที่ 5 การเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงของประชาชนในพื้นที่รับผิดชอบ

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior Surveillance) หมายถึง การรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล และแปลผลข้อมูลตามประเด็นของดัชนีพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องการเฝ้าระวังของกลุ่มเป้าหมายในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง</p> <p>2. การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพเป็นกระบวนการรับรู้สถานการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของประชากรกลุ่มเป้าหมายอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง</p> <p>3. กระบวนการเฝ้าระวัง แบ่งเป็น 6 กระบวนการย่อยคือ</p> <p>3.1 ค้นหาปรากฏการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพ</p> <p>3.2 การตรวจสอบความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพ และกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายการเฝ้าระวัง</p> <p>3.3 วางแผนและจัดเก็บรวบรวมข้อมูล</p> <p>3.4 วิเคราะห์และตีความ</p> <p>3.5 เผยแพร่ข้อมูลเพื่อการตอบสนองต่อสถานการณ์พฤติกรรมสุขภาพแก่กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>3.6 ทบทวน โดยการประเมินและปรับปรุงกระบวนการและติดตามสถานการณ์อย่างต่อเนื่อง</p>	<p>1. กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการเฝ้าระวัง โดยเป็นพฤติกรรมเสี่ยงสูงหรือมีความสำคัญมากต่อปัญหาสุขภาพเป้าหมาย จำแนกตามกลุ่มเป้าหมาย</p> <p>2. วางแผนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ จำแนกตามกลุ่มเป้าหมาย โดยระบุ พฤติกรรมสุขภาพเป้าหมาย วิธีการ ระยะเวลา และเครื่องมือ</p> <p>3. ดำเนินการเฝ้าระวังตามแผน เป็นระยะๆ</p> <p>4. วิเคราะห์ และสรุป แนวโน้มสถานการณ์ด้านพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>5. นำเสนอข้อมูล เพื่อนำมาวางแผนปรับปรุงและแก้ปัญหาให้มีประสิทธิภาพต่อไป</p>

ขั้นตอนที่ 6 ส่งเสริม พัฒนา นวัตกรรม ต้นแบบ และผลงานเด่นด้านสุขภาพ

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. การส่งเสริม พัฒนา นวัตกรรม ต้นแบบ และผลงานเด่นด้านสุขภาพ เป็นการศึกษารูปแบบกระบวนการ กลวิธี หรือต้นแบบ ทางด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>2. กระบวนการส่งเสริม พัฒนา เป็นการประยุกต์ใช้หลักการท้าวิจัย</p> <p>3. การใช้ประโยชน์ของ นวัตกรรม ต้นแบบ และผลงานเด่นด้านสุขภาพ เพื่อนำมาใช้ในการปรับปรุงกลวิธี/กระบวนการในแผนงาน/โครงการสุขภาพให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น</p>	<p>1. กำหนดประเด็นเรื่องที่จะศึกษาพัฒนา ทั้งนี้ต้องสอดคล้องกับแผนงาน/โครงการสุขภาพ และภายใต้ปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ 5 ปัญหา</p> <p>2. วางแผนการศึกษาพัฒนา โดยประยุกต์หลักการวิจัยมาใช้</p> <p>3. ดำเนินการตามแผน</p> <p>4. วิเคราะห์ สรุป และเผยแพร่ผลงาน เพื่อนำไปใช้ปรับปรุงการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพต่อไป</p>

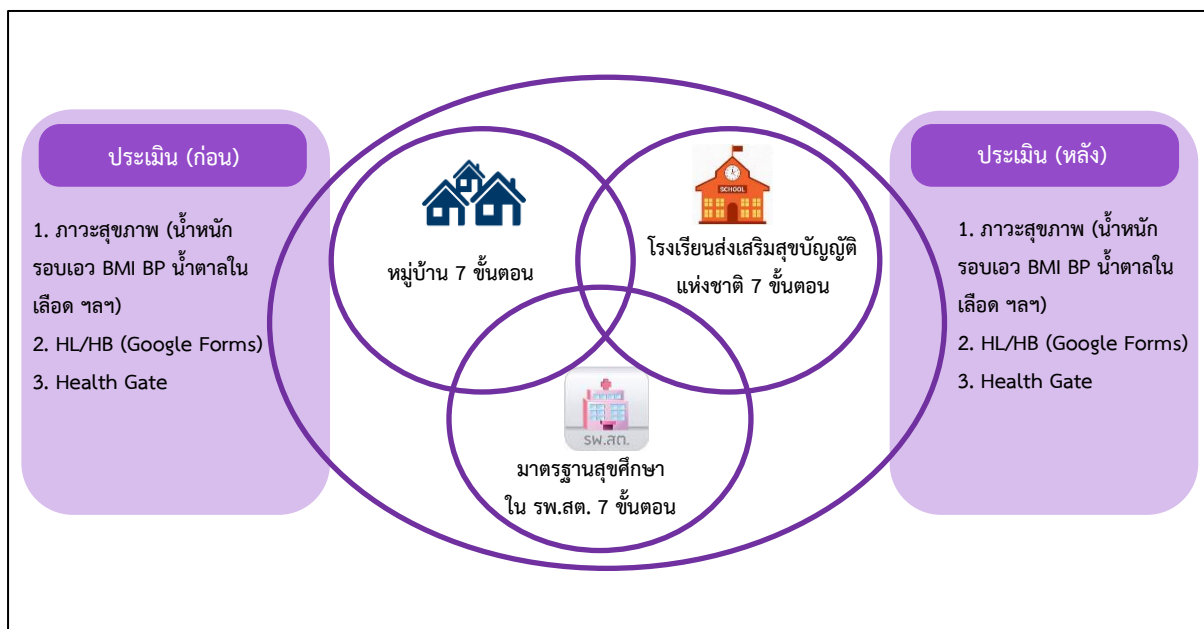
ขั้นตอนที่ 7 การประเมินผลการพัฒนาคุณภาพงานสุขภาพ

หลักการ	วิธีการปฏิบัติ
<p>1. การประเมินผลการพัฒนา จำแนกออกเป็น 2 ส่วนคือ</p> <p>1.1 ประเมินผลโครงการสุขภาพ โดยนำวัตถุประสงค์ของโครงการมากำหนดเป็นตัวชี้วัดและระบุวิธีการวัด</p> <p>1.2 ประเมินผลการพัฒนาคุณภาพตามเกณฑ์มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขภาพ</p> <p>2. การประเมินผล เพื่อให้หน่วยงานทราบผลสัมฤทธิ์ของการดำเนินงานโครงการและการพัฒนาคุณภาพบริการ เพื่อนำไปพิจารณาปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น</p>	<p>1. ดำเนินการประเมินผลการดำเนินงานประกอบด้วย 2 ส่วนคือ</p> <p>1.1 ดำเนินการประเมินผลโครงการสุขภาพ ทั้ง 2 กลุ่มเป้าหมาย ตามแผนการประเมินผล เพื่อดูผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์ของโครงการในแต่ละปี ประกอบด้วย พฤติกรรมเป้าหมาย ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และปัจจัยสาเหตุ ของพฤติกรรม ความพึงพอใจต่อกระบวนการสุขภาพ และผลลัพธ์ทางสุขภาพ (Health Outcome) หรือภาวะสุขภาพ</p> <p>1.2 การประเมินผลการพัฒนาคุณภาพงานสุขภาพ ตามเกณฑ์มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขภาพ ในระยะหลังดำเนินการโครงการตามแบบประเมินตนเอง แล้วนำข้อกำหนดที่ยังไม่ผ่านนำไปปรับปรุงในปีต่อไป</p> <p>2. ดำเนินการสรุป จัดทำรายงาน และถอดบทเรียน เพื่อวางแผนปรับปรุงต่อไป</p>

ส่วนที่ 4

แนวทางการดำเนินงานสุขภาพศึกษาเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ

ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพเป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดสถานะสุขภาพของประชาชน เมื่อบุคคลมีความรอบรู้ด้านสุขภาพน้อยและมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง จะส่งผลให้บุคคลนั้นไม่สามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ ก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคและปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้น ในทางกลับกันหากบุคคลใดมีความรอบรู้ด้านสุขภาพดี ก็จะมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง แม้จะอยู่ในสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงสูง ดังนั้น การเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องแก่ประชาชน จึงเป็นกลวิธีที่สำคัญในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค เป็นการลดความเสี่ยงต่อโรคและภัยคุกคามด้านสุขภาพทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ลดภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของประเทศได้



แผนภาพที่ 3 ภาพรวมการดำเนินงานสุขภาพศึกษาเพื่อเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ

กิจกรรมใน รพ.สต. มุ่งเน้นการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 พัฒนาทีม โดยแต่งตั้งคณะทำงาน/ผู้รับผิดชอบงานสุขศึกษา และศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพงานตามมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษา 23 ข้อ สำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาข้อมูลสถานการณ์ โดยการประเมินตนเองก่อนดำเนินการ ประกอบด้วย

2.1 ประเมินการพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษาตามมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษาของ รพ.สต. (ประเมินตนเองตามโปรแกรม Health Gate ในเว็บไซต์กองสุขศึกษา)

2.2 ประเมินข้อมูลสถานการณ์ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยงที่เป็นปัญหาสำคัญของพื้นที่ (โปรแกรมประเมิน HL&HB บน Google Forms) รายละเอียด ดังนี้

2.2.1 มีข้อมูล โดยทีม รพ.สต. จะต้องมีการสำรวจเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่สำคัญ ประกอบด้วย

- ข้อมูลปัญหาโรค ปัญหาสุขภาพ/ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ/ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค/ปัญหาสุขภาพของชุมชน

- ข้อมูลปัจจัยที่เอื้อต่อการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ทั้งทางกายภาพและสังคม เช่น ลานกีฬา แหล่งน้ำ แหล่งปลูกผัก แหล่งเรียนรู้ด้านสุขภาพ สื่อ/ช่องทางการสื่อสารสุขภาพ

- ข้อมูลองค์กร/เครือข่ายสุขภาพในชุมชนที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนการดำเนินงาน เช่น อสม. ผู้นำด้านสุขภาพ ชมรม/กลุ่มต่างๆ ฯลฯ

- ข้อมูลความต้องการของประชาชนในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ

2.2.2 การใช้ข้อมูล ข้อมูลที่ได้มาจากการสำรวจจะต้อง

- คั้นข้อมูลให้ประชาชนในชุมชนได้รับทราบ ปัญหาสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นปัญหาของตนเอง อาจแจ้งให้ทราบในเวทีประชุมชาวบ้าน เวทีประชาคม เป็นต้น

- ใช้ประกอบการจัดทำแผนการพัฒนาคุณภาพงานของ รพ.สต. เพื่อพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน (ในขั้นตอนที่ 3)

ขั้นตอนที่ 3 วางแผนงาน/โครงการสุขศึกษาที่สอดคล้องกับปัญหาของพื้นที่และเกณฑ์การพัฒนาคุณภาพงานของ รพ.สต. โดยการมีส่วนร่วมของหมู่บ้านและโรงเรียนเป้าหมายการเสริมสร้าง HL&HB ในพื้นที่ รายละเอียดตามคู่มือการดำเนินงานสุขศึกษาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ คู่มือการดำเนินงานสุขศึกษาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ๖๖ แห่งชาติและคู่มือการดำเนินงานตามมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษาในสถานบริการสุขภาพ

ขั้นตอนที่ 4 พัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษา ทั้งในสถานบริการสุขภาพและชุมชนที่รับผิดชอบ

4.1 ส่งเสริม สนับสนุน ให้หมู่บ้านและโรงเรียนในพื้นที่รับผิดชอบได้รับรหัสเพื่อประเมินระดับการพัฒนาของหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัติแห่งชาติในโปรแกรม Health Gate ดังภาคผนวก ก

4.2 ร่วมดำเนินการจัดกิจกรรมสุขศึกษาเพื่อการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในโรงเรียนและหมู่บ้าน ตามแผนที่กำหนดดังนี้

โปรแกรมเรียนรู้เพื่อการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ
(ศึกษาข้อมูลรายละเอียดโปรแกรมเรียนรู้ได้ที่ เว็บไซต์กองสุขศึกษา www.hed.go.th)

1. โปรแกรมสุขศึกษา เพื่อการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ ตามหลัก 2 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย) ในการป้องกันโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงสำหรับวัยทำงาน

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1. สามารถค้นหาข้อมูลและบริการที่เกี่ยวข้องที่ถูกต้องและตรงกับความต้องการของตนเองได้
2. สามารถอธิบายถึงเนื้อหาสาระเกี่ยวกับโรคและการมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในการที่จะนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้
3. สามารถซักถาม พุดคุยแลกเปลี่ยน เพื่อให้ได้ข้อมูลความรู้ที่ต้องการ
4. สามารถเลือกทางการปฏิบัติที่ส่งผลดีต่อการป้องกันโรคสำหรับตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
5. สามารถกำหนดเป้าหมายและวางแผนการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับตนเองได้
6. สามารถปฏิบัติตนได้ตามแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่กำหนดไว้
7. สามารถถ่ายทอดแบ่งปันความรู้ให้กับผู้อื่นได้

ลักษณะกิจกรรม

กิจกรรมที่ 1 สืบค้น เข้าถึง ข้อมูลและบริการสุขภาพ

1. สร้างความตระหนักถึงความจำเป็นในการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ
2. สืบค้นและฝึกปฏิบัติการค้นหาและ เข้าถึงแหล่งข้อมูลและบริการสุขภาพ
3. เทคนิคการจัดการข้อมูลเชิงประจักษ์

กิจกรรมที่ 2 รู้จริง เข้าใจ ห่างไกลโรค

1. ฝึกทักษะการอ่าน การฟัง จับประเด็น สนทนาจากเรื่องเล่า
2. ฝึกอธิบาย ความเข้าใจจากเรื่องราวสถานการณ์

กิจกรรมที่ 3 สื่อสาร แลกเปลี่ยนความรู้

1. ฝึกทักษะการสื่อสาร
2. ฝึกทักษะการพูดและการแสดงออกทางบวกผ่านสถานการณ์สมมติ
3. ฝึกการเจรจาต่อรองผ่านสถานการณ์สมมติ

กิจกรรมที่ 4 ตัดสินใจ ลด ละ เลิกพฤติกรรมเสี่ยง ต่อโรค

1. สะท้อนความเชื่อด้วยการเล่าประสบการณ์ในการปฏิบัติ
2. ฝึกตัดสินใจผ่านสถานการณ์สมมติ
3. ฝึกการวิเคราะห์แยกแยะเพื่อการปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดีผ่านเกมส์
4. ฝึกทักษะการปฏิเสธโดยการแสดงบทบาทสมมติ

1. โปรแกรมสุขศึกษา เพื่อการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ ตามหลัก 2 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย) ในการป้องกันโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงสำหรับวัยทำงาน

กิจกรรมที่ 5 วางแผน สร้างเป้าหมาย พัฒนาสุขภาพตนเอง

1. การสร้างความตระหนักต่อการปฏิบัติตนด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย
2. สร้างแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารและการ ออกกำลังกาย
3. ฝึกทักษะการสร้างเป้าหมายและวางแผนการปฏิบัติตนด้านการบริโภคอาหารและการออก

กำลังกาย

- 3.1 กำหนดเป้าหมายและวางแผนการปฏิบัติ
- 3.2 เล่นเกมส์ ลดพฤติกรรมเสี่ยง
- 3.3 ฝึกปฏิบัติจากสถานการณ์จริงและสาธิตฝึกปฏิบัติ

กิจกรรมที่ 6 ดูแลตัวเอง ปลอดภัยชีวิต สู้ผลลัพธ์ แห่งสุขภาพดี

1. ฝึกประเมินตนเอง
2. เรียนรู้จากประสบการณ์

กิจกรรมที่ 7 บอกต่อเรื่องราวสุขภาพ

1. ฝึกทักษะการถ่ายทอดแบ่งปันความรู้
2. เวทีสาธารณะ ส่งผ่านความรู้สู่ชุมชน



2. โปรแกรมสุขศึกษา เพื่อการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ ตามหลัก 2 ส. (สูบบุหรี่ ต่ำสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์) ในการป้องกันโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และโรคมะเร็ง สำหรับวัยทำงาน

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1. สามารถค้นหาข้อมูลและเข้าถึงแหล่งบริการที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพได้
2. มีความรู้และบอกหรืออธิบายในเนื้อหาสาระที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม
3. ซักถาม พูดคุย แลกเปลี่ยนกับผู้ที่มีความรู้ได้
4. สามารถกำหนดทางเลือก/หลีกเลี่ยง และปฏิเสธ หรือเลือกวิธีการปฏิบัติเพื่อสุขภาพที่ดีได้
5. สามารถกำหนดเป้าหมายและวางแผนการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับตนเองได้
6. สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้
7. สามารถจูงใจให้ผู้อื่นลดละเลิกการสูบบุหรี่และดื่มสุรา
8. สามารถเสนอทางเลือกให้ผู้อื่นร่วมดูแลสุขภาพเองได้

ประเด็นเนื้อหาเรียนรู้

1. การจัดการข้อมูลเชิงประจักษ์
2. การใช้เทคโนโลยีค้นหาข้อมูลและแหล่งบริการ
3. การเปรียบเทียบตรวจสอบข้อมูล
4. เนื้อหาสาระด้านสุขภาพและบริการสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม 2ส.
5. ข้อดี ข้อเสียของการสูบบุหรี่
6. การปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดีโดยการหลีกเลี่ยงหรือปฏิเสธบุหรี่ สุรา

ลักษณะกิจกรรม

1. ให้ความรู้ผ่านสื่อต่างๆ
2. ฝึกปฏิบัติการ
3. ฝึกทักษะต่างๆ เช่น การคิดวิเคราะห์ การสื่อสารโต้ตอบ การตัดสินใจ การกำหนดเป้าหมายและการวางแผนการจัดการตนเอง และการถ่ายทอดความรู้



ขั้นตอนที่ 5 หลังจัดกิจกรรม โดยใช้เครื่องมือของกองสุขภาพบนเว็บไซต์หรือบน Google Forms ทั้ง 3 ด้าน

5.1 ภาวะสุขภาพ ได้แก่ น้ำหนัก รอบเอว ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ค่าความดันโลหิต (BP) ระดับน้ำตาลในเลือด (FPG) เป็นต้น

5.2 ผลลัพธ์ ได้แก่ HL&HB ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย ทั้งกลุ่มป่วยและกลุ่มไม่ป่วย โดยในกลุ่มไม่ป่วยให้ประเมินร่วมกับหมู่บ้านและโรงเรียนเป้าหมาย

5.3 ระดับการพัฒนาตามมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขภาพสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในโปรแกรม Health Gate มี 3 ระดับ ได้แก่ ระดับพื้นฐาน ระดับพัฒนา และระดับคุณภาพ

ขั้นตอนที่ 6 ดำเนินการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพประชาชน พร้อมแจ้งเตือนทั้งกลุ่มป่วยและกลุ่มไม่ป่วย

แนวทางการดำเนินงาน	ผลที่ได้รับการดำเนินงาน
<p>การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ เป็นการค้นหาและรวบรวมข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงของประชาชน เพื่อให้ทราบว่ากลุ่มประชากรใดมีพฤติกรรมเสี่ยงอย่างไรที่มีผลต่อการเกิดโรค เพื่อหาหนทางในการให้คำแนะนำหรือดำเนินการแก้ไขได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและสามารถควบคุมและป้องกันโรคทันการณ์ ซึ่งมีกระบวนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. กำหนดแนวทางการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ <ul style="list-style-type: none"> - กำหนดพฤติกรรมเสี่ยงที่ยังเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดการระบาดของโรค คือ พฤติกรรมสุขภาพอะไร - กำหนดพื้นที่ในการเฝ้าระวังฯ โดยยึดหลัก “พื้นที่ที่มีการเกิดโรค/การระบาดของโรคนั้นๆ” - กำหนดช่วงเวลา ขึ้นอยู่กับสภาพการเปลี่ยนแปลงของปัญหาโรค โดยอาจเป็นรายเดือนหรือทุก 3-6 เดือน เป็นต้น - กำหนดตัวบุคคลที่จะดำเนินการเฝ้าระวังฯ โดยอาจจะเป็นแกนนำพัฒนาหมู่บ้านหรืออสม. เป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูล 2. เก็บรวบรวมข้อมูล <ul style="list-style-type: none"> - แกนนำพัฒนาหมู่บ้านหรืออสม. ดำเนินการรวบรวมข้อมูล 3. วิเคราะห์และแปลผลข้อมูล <ul style="list-style-type: none"> - วิเคราะห์และแปลผลข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยง โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข 4. ใช้ประโยชน์ข้อมูล 	<p>*** 1. ได้ข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยง (พฤติกรรมสุขภาพที่ยังไม่ถูกต้อง) ที่มีผลต่อการเกิดโรค</p> <p>2. นำข้อมูลไปใช้ในการปรับกิจกรรมการเรียนรู้ให้สามารถส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้ถูกต้อง</p>

แนวทางการดำเนินงาน	ผลที่ได้รับจากการดำเนินงาน
<ul style="list-style-type: none"> - เจ้าหน้าที่สาธารณสุขคืนข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องสู่ชุมชน - นำข้อมูลไปใช้ในการปรับกิจกรรมการเรียนรู้ให้สามารถส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้ถูกต้อง 	

ขั้นตอนที่ 7 ส่งเสริม พัฒนา นวัตกรรม ต้นแบบ และผลงานเด่นด้านสุขศึกษา

ส่วนที่ 5

เอกสาร/หลักฐานการดำเนินงานตามมาตรฐานสุขภาพใน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

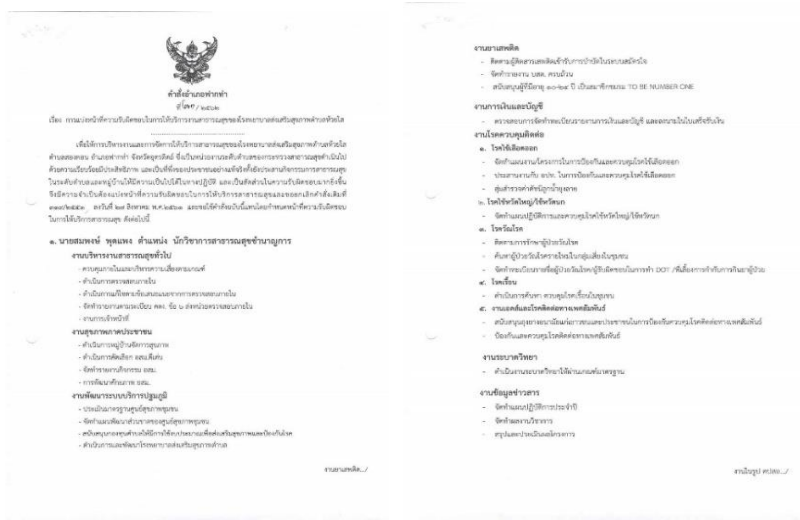
เอกสารและหลักฐานที่ใช้ในการแนบไฟล์ในโปรแกรม Health Gate ตามเกณฑ์การประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขภาพสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จำนวน 23 ข้อ

****หมายเหตุ** ในการเลือกปัญหาดำเนินกิจกรรมทั้งในกลุ่มป่วยและกลุ่มไม่ป่วยควรเป็นปัญหาเดียวกัน เช่น เลือกโรคความดันโลหิตสูงก็ควรดำเนินการทั้งในกลุ่มป่วยและไม่ป่วยเพื่อให้เห็นความเชื่อมโยงในการดำเนินงานตามมาตรฐานสุขภาพที่ชัดเจน

1. มีบุคลากรดำเนินงานสุขภาพและได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านพฤติกรรมสุขภาพและความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ในปีที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน) (ในรอบ1ปี)

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

❖ คำสั่ง คกก./คำสั่งมอบหมายงาน/ผังองค์กรที่ระบุผู้รับผิดชอบ



❖ บันทึกประวัติ HRD/ใบประกาศนียบัตร

ชื่อ-สกุล	หลักสูตร	ระยะเวลา/สถานที่	หน่วยงานที่จัด
1.			
2.			
3.			



2. มีข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ (HB) และหรือ ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL) ที่สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ (5 อันดับแรก อย่างน้อย 1 เรื่อง) และมีการวิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

❖ สรุปปัญหาสาธารณสุข 5 อันดับแรก ปี 2565 ที่นำมาใช้ประกอบการวางแผนการดำเนินงานสุขศึกษา ปี 2566 คือ

1. โรคความดันโลหิตสูง
2. โรคเบาหวาน
3. โรคไต
4. โรคไขข้ออักเสบ
5. วัณโรค

❖ ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ (HB)/ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ (HL) และการวิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมอาจทำเป็นตารางหรือ Mind Map ก็ได้เพื่อให้เห็นความเชื่อมโยง

กลุ่มไม่ป่วย/กลุ่มเสี่ยง	วิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุ
1. ร้อยละ.....มีความรอบรู้ด้านสุขภาพด้านการเข้าใจข้อมูลสุขภาพในระดับไม่ดี	1. อ่านหนังสือไม่ออก/ไม่มีใครอธิบายให้ฟัง
2. ร้อยละ.....มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอด แกงกะทิ เนื้อติดมัน	1. รับประทานอาหารตามที่ครอบครัวทำให้รับประทาน 2. ความเคยชินชอบรับประทานอาหารมัน 3. เป็นอาหารที่หาซื้อได้สะดวกตามแหล่งขายอาหารในชุมชน 4. ขาดความรู้ในการเลือกรับประทานอาหาร
3. ร้อยละ.....มีพฤติกรรมการออกกำลังกายน้อยกว่า 3 วัน/สัปดาห์	1. ไม่มีสถานที่ออกกำลังกายใกล้บ้าน 2. ไม่มีเพื่อนออกกำลังกาย 3. ไม่มีเวลาออกกำลังกาย 4. ขี้เกียจออกกำลังกาย
4. ร้อยละ.....มีความคิดมากหรือวิตกกังวล จนทำให้นอนไม่หลับ 6-7 วัน/สัปดาห์	1. หัวหน้างานให้งานมากหรือมีงานประจำมาก
5. ร้อยละ.....มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ 6-7 วัน/สัปดาห์	1. ค่านิยม 2. เพื่อนชักชวน 3. เครียด
6. ร้อยละ.....มีพฤติกรรมการดื่มสุรา 6-7 วัน/สัปดาห์	1. ค่านิยม 2. เพื่อนชักชวน 3. เครียด

❖ ภาวะสุขภาพก่อนดำเนินกิจกรรม

กลุ่มเสี่ยง/กลุ่มไม่ป่วย	ก่อนดำเนินกิจกรรม		
	รอบเอว	BMI	BP

3. มีแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขภาพ หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขภาพที่มีวัตถุประสงค์ หรือตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพที่ สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

โครงการ	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	กลุ่มเป้าหมาย	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
โครงการปรับเปลี่ยนลดเสี่ยงลดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรอบรู้ด้านสุขภาพเพิ่มมากขึ้น - เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมสุขภาพ 3อ 2ส ที่ถูกต้องเพิ่มมากขึ้น - เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมี BMI/รอบเอว/ค่าความดันโลหิตลดลง	- กลุ่มเป้าหมายมีความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่น้อยกว่าร้อยละ..... - กลุ่มเป้าหมายมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพไม่น้อยกว่าร้อยละ... - กลุ่มเป้าหมายมี BMI/รอบเอว/ค่าความดันโลหิตลดลงเพิ่มขึ้นร้อยละ.....	- กลุ่มเสี่ยง HT ในชุมชน	ครอบคลุม 3 ด้าน ได้แก่ การเรียนรู้ การพัฒนาทักษะ และพัฒนาปัจจัยแวดล้อม	

การเขียนโครงการ

1. ชื่อโครงการ
2. หลักการและเหตุผล
3. วัตถุประสงค์
4. กลุ่มเป้าหมาย
5. กิจกรรมดำเนินการ
6. ระยะเวลาดำเนินงานโครงการ
7. งบประมาณ
8. ผู้รับผิดชอบ
9. การประเมินผล
10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

4. มีการออกแบบกิจกรรมและใช้สื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ที่สอดคล้องกับปัจจัยสาเหตุพฤติกรรมสุขภาพและปัญหา ความต้องการ และวิถีชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ/สื่อที่ใช้
การจัดการเรียนรู้ - อบรมให้ความรู้เรื่องโรค HT - เรียนรู้ผ่านบอร์ดนิทรรศการโรค HT - การสอนสุขศึกษารายกลุ่มและรายบุคคล						- คู่มือ/สมุดบันทึก - แผ่นพับโรคความดันโลหิตสูง - Model อาหาร - ป้ายธงโภชนาการ - ป้ายเลือกทานลดโรคความดันโลหิตสูง - อาหารสาธิต
การพัฒนาทักษะที่จำเป็นด้านสุขภาพ - การสาธิตและฝึกทักษะการออกกำลังกาย - การสาธิตและฝึกทักษะการจัดการความเครียด - การสาธิตและฝึกปฏิบัติ จัดอาหารลดเสี่ยงโรค HT ฝึกคิดเมนูอาหารจานสุขภาพ - ฝึกทักษะการตัดสินใจด้านสุขภาพ - การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงโดยใช้บุคคลต้นแบบร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ - จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้						- แผ่นพับโรคความดันโลหิตสูง - Model อาหาร - ป้ายธงโภชนาการ - ป้ายเลือกทานลดโรคความดันโลหิตสูง - อาหารสาธิต - วิธีการกำหนดทางเลือกที่เหมาะสมแต่ละบุคคล

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ/สื่อที่ใช้
การพัฒนาปัจจัยแวดล้อม - การจัดมุมความรู้ด้านสุขภาพ - จัดสถานที่ออกกำลังกาย - จัดแปลงผักเพื่อสุขภาพ						- ป้ายความรู้ด้านสุขภาพ - รายการเพื่อสุขภาพ - สถานที่ออกกำลังกาย - แปลงผักปลอดสารพิษ

ตัวอย่างจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 9 พิษณุโลก

ปฏิบัติตาม 10 ข้อ ป้องกันและควบคุมความดัน

- ลดความเค็ม
 - หลีกเลี่ยงการบริโภคกระเทียมชูรสหรือผงชูรส ขนมหวาน ขนมขบเคี้ยว หมักดอง อาหารกระป๋อง
 - ฝึกบริโภคผักผลไม้ได้สดหรือปรุงสุกใส ไม่ควรใช้ผงปรุงรส
 - ปรุงรสให้อาหาร
 - ควรอ่านฉลากอาหารทุกครั้ง เมื่อซื้ออาหารที่มีปริมาณเกลือหรือโซเดียมสูง
- เพิ่มการบริโภคผักผลไม้ 3-4 ถ้วยต่อวัน โดยเพิ่มชนิดที่กินหลากหลายชนิดหรือลดความเค็มได้ เช่น ฝรั่ง ฟักทอง ฟักเขียว แตงกวา แตงโม แตงกวา แตงกวา
- เพิ่มการบริโภคธัญพืชไม่ขัดขาวจัด เช่น ข้าวกล้อง และถั่วแดง งา ข้าวสาลี
- ออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมได้เป็นประจำทุกวัน และพักผ่อนอย่างเพียงพอ
- งดสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์
- งดดื่มเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีนสูง กาแฟ ชาเขียว และเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง

โรครความดันโลหิตสูง กิยภัยคุกคามสุขภาพ

6. ผู้ชายที่มีน้ำหนักเกิน 85 กิโลกรัม หรือ 2 มิตรต่อวัน
 7. ผู้ชายที่มีคอหอย 38-42 เซนติเมตร หรือ 2 มิตรต่อวัน
 8. ผู้ชายที่มีคอหอยหรือคอหอยที่วัดจากคอหอยน้อยกว่า 30 เซนติเมตร หรือ 2 มิตรต่อวัน
 9. ความดันโลหิตที่วัดได้สูงหรือ ความดันโลหิตที่วัดได้สูง สิ้นใจ

ผู้ชาย น้ำหนักมาตรฐานเท่ากับ [0.9 x (ส่วนสูง - 152)] + 48.1
ผู้หญิง น้ำหนักมาตรฐานเท่ากับ [1.1 x (ส่วนสูง - 152)] + 45.5

10. สังเกตอาการเตือน และตรวจสุขภาพด้วยตนเอง ปีละ 1 ครั้ง

ทำไมต้องระวังความดันโลหิตสูง?

1. ผู้แสดงอาการ ปฏิบัติตาม 10 ข้อ
2. รับประทานอาหารตามแพทย์สั่ง ไม่รับประทานเค็ม หรือลดเค็มเอง
3. งดสูบบุหรี่
4. หากมีอาการผิดปกติควรแจ้งแพทย์ผู้ดูแล

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 9 พิษณุโลก
 31 หมู่ 5 ตำบลบางระจัน อำเภอเมืองพิษณุโลก
 พิษณุโลก 36000 โทร. 0-2029-0200 โทร. 132-133
<http://www.hospromotinghealth.go.th>

ตัวอย่างจากโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี

“ลดหวาน มัน เค็ม”

6 : 6 : 1 ที่ต้องสุขภาพ

โซเดียม : ไม่เกิน 6 ช้อนชาวัน

ไขมัน : ไม่เกิน 6 ช้อนชาวัน

เกลือ : ไม่เกิน 1 ช้อนชาวัน

อันตรายจากไขมันหวาน

- อ้วน
- ความดันโลหิตสูง
- เบาหวาน

อันตรายจากไขมัน

- ไขมันสะสมในร่างกาย
- โรคเบาหวาน
- โรคหัวใจขาดเลือด
- โรคความดันโลหิตสูง

อันตรายจากการกินเค็ม

- ความดันโลหิตสูง
- โรคไต

“กินผัก ผลไม้ กูกิน กูกิน หลากหลายสี หลากหลายชนิด กินออกกำลังกายเป็นประจำ”

SCAM ME

โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี

5. แผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขศึกษา หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขศึกษาจัดทำโดยการมีส่วนร่วมของคณะกรรมการสุขศึกษา ทีมสหวิชาชีพ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และเครือข่ายตัวแทนภาคประชาชน

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ
การจัดการเรียนรู้ - อบรมให้ความรู้เรื่องโรค HT - เรียนรู้ผ่านบอร์ดนิทรรศการโรค HT - การสอนสุขศึกษารายกลุ่มและรายบุคคล					นักวิชาการสาธารณสุข	- คู่มือ/สมุดบันทึก - แผ่นพับโรคความดันโลหิตสูง - Model อาหาร - ป้ายธงโภชนาการ - ป้ายเลือกทานลดโรคความดันโลหิตสูง - อาหารสาธิต



6. มีแนวทางการประเมินผลการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ที่ระบุตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพ ระยะเวลา กลุ่มเป้าหมาย และเครื่องมือที่เหมาะสม

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

โครงการ	สิ่งที่ประเมิน (จากวัตถุประสงค์โครงการ)	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ

7. มีการจัดกิจกรรมตามแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขศึกษา หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขศึกษาครบตามแผนที่กำหนด และการดำเนินกิจกรรมใช้การมีส่วนร่วมของคณะกรรมการสุขศึกษา หรือ ทีมสหวิชาชีพ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และตัวแทนภาคประชาชน

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ



8. มีการสนับสนุน เสริมพลังให้กับภาคีเครือข่ายสุขภาพในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

ประเด็นการติดตาม	ระยะเวลา	ทีม/ผู้ติดตาม	ผู้รับการติดตาม	ผล	ปัญหา/ข้อเสนอแนะ



9. มีการประเมินผลและรายงานผลเป็นลายลักษณ์อักษร

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

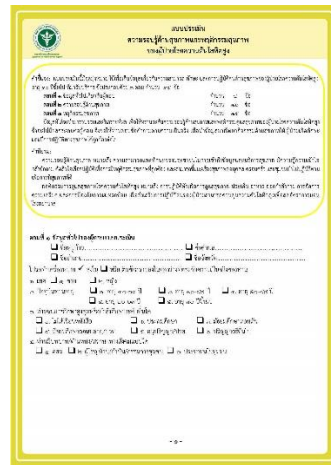
- ❖ มีผลการประเมินที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดที่ระบุไว้ในโครงการ และในระดับปัจจัยสาเหตุพฤติกรรม เช่น ความรู้ ทักษะคติ ทักษะสุขภาพที่เกี่ยวข้อง เพิ่มขึ้นหรือลดลง เป็นต้น
- ❖ เป็นการวัดความสำเร็จของโครงการ โดยมีผลการเปลี่ยนแปลง HL/HB/ภาวะสุขภาพจากโปรแกรมประเมิน HL&HB และเช็คภาวะสุขภาพ ก่อน-หลังดำเนินงาน เป็นต้น

โครงการ	สิ่งที่ประเมิน (จากวัตถุประสงค์โครงการ)	ตัวชี้วัด	เครื่องมือ	กลุ่มตัวอย่าง/พื้นที่	ระยะเวลา	ผู้ประเมิน

กลุ่มป่วย	ก่อนดำเนินกิจกรรม			หลังดำเนินกิจกรรม		
	รอบเอว	BMI	BP	รอบเอว	BMI	BP

กลุ่มไม่ป่วย/กลุ่มเสี่ยง	วิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุ
	3. เป็นอาหารที่หาซื้อได้สะดวกตามแหล่งขายอาหารในชุมชน 4. ขาดความรู้ในการเลือกรับประทานอาหาร
3. ร้อยละ.....มีพฤติกรรมการออกกำลังกายน้อยกว่า 3 วัน/สัปดาห์	1. ไม่มีสถานที่ออกกำลังกายใกล้บ้าน 2. ไม่มีเพื่อนออกกำลังกาย 3. ไม่มีเวลาออกกำลังกาย 4. ขี้เกียจออกกำลังกาย
4. ร้อยละ....มีความคิดมากหรือวิตกกังวล จนทำให้อนอนไม่หลับ 6-7 วัน/สัปดาห์	1. หัวหน้างานให้งานมากหรือมีงานประจำมาก
5. ร้อยละ.....มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ 6-7 วัน/สัปดาห์	1. ค่านิยม 2. เพื่อนชักชวน 3. เครียด
6. ร้อยละ.....มีพฤติกรรมการดื่มสุรา 6-7 วัน/สัปดาห์	1. ค่านิยม 2. เพื่อนชักชวน 3. เครียด

องค์ประกอบการวัด	คะแนนเฉลี่ยรายข้อค่าตาม				ร้อยละรวมเฉลี่ย	ร้อยละขาดคะแนนเต็ม	ระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน							
								จำนวนตามเกณฑ์การตัดสิน							
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ				ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	1.92	3.60	3.64	3.72	3.22	64.40	พอใช้	18	72	0	0	6	24	1	4
2. การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	4.04	3.88	4.08	3.84	3.96	79.20	ดี	20	80	3	12.00	2	8	0	0
3. การตัดสินใจใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	4.00	3.92	4.00	3.96	3.97	79.40	ดี	21	84.00	1	4	3	12	0	0
4. การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.88	4.12	4.12	4.04	4.04	80.80	ดีมาก	24	96	0	0	1	4	0	0
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละความรอบรู้ด้านสุขภาพ					3.80	75.95	ดี	18	72.00	6	24.00	1	4.00	0	0.00
1. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	4.04	2.80	2.80	2.88	3.09	61.73	พอใช้	6	24.00	1	4.00	3	12.00	15	60.00
2. พฤติกรรมการออกกำลังกาย	3.20	3.20			3.20	64.00	พอใช้	11	44.00	0	0.00	8	32.00	6	24.00
3. การจัดการความเครียด	3.24	3.96			3.60	72.00	ดี	13	52.00	2	8.00	6	24.00	4	16.00
4. พฤติกรรมการรับประทานยาและขนาดนัด	3.60	5.00	5.00	5.00	4.30	86.00	ดีมาก	25	100.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00
สรุปคะแนนรวมพฤติกรรมสุขภาพ					3.55	70.93	ดี	7	28.00	8	32.00	9	36.00	1	4.00



❖ ภาวะสุขภาพก่อนดำเนินกิจกรรม

กลุ่มป่วย	ก่อนดำเนินกิจกรรม		
	รอบเอว	BMI	BP

12. มีแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขศึกษา หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขศึกษาที่มีวัตถุประสงค์หรือตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพที่สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่รับผิดชอบของ รพ.สต.

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

โครงการ	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	กลุ่มเป้าหมาย	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
โครงการปรับเปลี่ยนลดเสี่ยงลดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรอบรู้ด้านสุขภาพเพิ่มมากขึ้น - เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมสุขภาพ 3อ 2ส ที่ถูกต้องเพิ่มมากขึ้น - เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมี BMI/รอบเอว/ค่าความดันโลหิตลดลง	- กลุ่มเป้าหมายมีความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่น้อยกว่าร้อยละ..... - กลุ่มเป้าหมายมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพไม่น้อยกว่าร้อยละ... - กลุ่มเป้าหมายมี BMI/รอบเอว/ค่าความดันโลหิตลดลงเพิ่มขึ้นร้อยละ.....	- กลุ่มป่วย HT ในชุมชน	ครอบคลุม 3 ด้าน ได้แก่ การเรียนรู้ การพัฒนาทักษะ และพัฒนาปัจจัยแวดล้อม	

การเขียนโครงการ

1. ชื่อโครงการ
2. หลักการและเหตุผล
3. วัตถุประสงค์
4. กลุ่มเป้าหมาย
5. กิจกรรมดำเนินการ
6. ระยะเวลาดำเนินงานโครงการ
7. งบประมาณ
8. ผู้รับผิดชอบ
9. การประเมินผล
10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

13. มีการออกแบบกิจกรรมและใช้สื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ที่สอดคล้องกับปัจจัยสาเหตุพฤติกรรมสุขภาพ ปัญหา ความต้องการ และวิถีชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ/สื่อที่ใช้
การจัดการเรียนรู้ - อบรมให้ความรู้เรื่องโรค HT - เรียนรู้ผ่านบอร์ดนิทรรศการโรค HT - การสอนสุขศึกษารายกลุ่มและรายบุคคล						- คู่มือ/สมุดบันทึก - แผ่นพับโรคความดันโลหิตสูง - Model อาหาร - ป้ายธงโภชนาการ - ป้ายเลือกทานลดโรคความดันโลหิตสูง - อาหารสาธิต
การพัฒนาทักษะที่จำเป็นด้านสุขภาพ - การสาธิตและฝึกทักษะการออกกำลังกาย - การสาธิตและฝึกทักษะการจัดการความเครียด - การสาธิตและฝึกปฏิบัติ จัดอาหารลดเสี่ยงโรค HT ฝึกคิดเมนูอาหารจานสุขภาพ - ฝึกทักษะการตัดสินใจด้านสุขภาพ - การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงโดยใช้บุคคลต้นแบบร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ - จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้						- แผ่นพับโรคความดันโลหิตสูง - Model อาหาร - ป้ายธงโภชนาการ - ป้ายเลือกทานลดโรคความดันโลหิตสูง - อาหารสาธิต - วิธีการกำหนดทางเลือกที่เหมาะสมแต่ละบุคคล

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ/สื่อที่ใช้
<p>การพัฒนาปัจจัยแวดล้อม</p> <ul style="list-style-type: none"> - ศูนย์การเรียนรู้ด้านสุขภาพ - จัดสถานที่ออกกำลังกาย - จัดแปลงผักเพื่อสุขภาพ 						<ul style="list-style-type: none"> - เอกสารความรู้ด้านสุขภาพ - หอกระจายข่าวในชุมชน - สถานที่ออกกำลังกาย - แปลงผักปลอดสารพิษ

ตัวอย่างจากโรงพยาบาลตราด

ปัญหาตัวอย่างเมื่อมีความดันโลหิตสูง

ปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง มีอะไรบ้าง?

1. มีปัจจัยเสี่ยงไม่ทราบชนิดอื่นได้ ได้แก่ กรรมพันธุ์ อายุเพศอื่น มีคนในครอบครัวเป็นความดันโลหิตสูง
2. ปัจจัยเสี่ยงที่ทราบชนิดอื่นได้ ได้แก่ รับประทานอาหารรสเค็มจัด ไขมันอิ่มตัวสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดผิดปกติ สูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ เบิร์นเอ็กซ์เรย์ คุมกำเนิด และมีปัจจัยร่วมหลายอย่าง

ป้องกัน 7 วิธี โรคความดันโลหิตสูง

● กลุ่มปกติ	น้อยกว่า 120/80 มิลลิเมตรปรอท
● กลุ่มเสี่ยง	120-139/80-89 มิลลิเมตรปรอท
● กลุ่มผู้ป่วยระดับ 1	140-159/90-99 มิลลิเมตรปรอท
● กลุ่มผู้ป่วยระดับ 2	160-179/100-109 มิลลิเมตรปรอท
● กลุ่มผู้ป่วยระดับ 3	มากกว่า 179/109 มิลลิเมตรปรอท
● กลุ่มผู้ป่วยรุนแรง	มีโรคแทรกซ้อน

ติดต่อและขอพบแพทย์
กุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลตราด
จังหวัดตราด โทร. 039-511040 ต่อ 235

ตัวอย่างจากโรงพยาบาลสุราษฎร์

“ลดหวาน มัน เค็ม”

6 : 6 : 1 ที่เพื่อสุขภาพ

- น้ำตาล :** ไม่เกิน 6 ช้อนชา/วัน
- ไขมัน :** ไม่เกิน 6 ช้อนชา/วัน
- เกลือ :** ไม่เกิน 1 ช้อนชา/วัน

อันตรายจากคาร์โบไฮเดรต

- อ้วน
- ความดันโลหิตสูง
- เบาหวาน

อันตรายจากไขมัน

- ไขมันสะสมในร่างกาย
- โรคเบาหวาน
- โรคหัวใจขาดเลือด
- โรคความดันโลหิตสูง

อันตรายจากเกลือ

- ความดันโลหิตสูง
- โรคไต

“ กินผัก ผลไม้ ทุกวัน หลีกเลี่ยง หลากหลายชนิด หมั่นออกกำลังกายเป็นประจำ ”

14. แผนงาน หรือ โครงการ หรือโปรแกรม สุขศึกษาหรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขศึกษา จัดทำโดยการมีส่วนร่วมของคณะกรรมการสุขศึกษา ทีมสหวิชาชีพ ผู้ป่วย และผู้ดูแล และเครือข่ายตัวแทนภาคประชาชน

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ
การจัดการเรียนรู้ - อบรมให้ความรู้เรื่องโรค HT - เรียนรู้ผ่านบอร์ดนิทรรศการโรค HT - การสอนสุขศึกษารายกลุ่มและรายบุคคล					นักวิชาการสาธารณสุข	- คู่มือ/สมุดบันทึก - แผ่นพับโรคความดันโลหิตสูง - Model อาหาร - ป้ายธงโภชนาการ - ป้ายเลือกทานลดโรคความดันโลหิตสูง - อาหารสาธิต



15. มีแนวทางการประเมินผลการดำเนินงานสุศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ที่ระบุ ตัวชี้วัด พฤติกรรมสุขภาพ ระยะเวลา กลุ่มเป้าหมาย และเครื่องมือที่เหมาะสม

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

โครงการ	สิ่งที่ประเมิน (จากวัตถุประสงค์โครงการ)	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ

16. มีการจัดกิจกรรมตามแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุศึกษา หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุศึกษาครบตามแผนที่กำหนด และการจัดกิจกรรมใช้การมีส่วนร่วมของคณะกรรมการสุศึกษาหรือทีมสหวิชาชีพ ผู้ป่วยและผู้ดูแล

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ (สหวิชาชีพ)	เครื่องมือ



17. มีการสนับสนุน เสริมพลังให้กับผู้ป่วยและผู้ดูแล แกนนำสุขภาพภาคประชาชน ในการดำเนินงานสุขภาพศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

ประเด็นการติดตาม	ระยะเวลา	ทีม/ผู้ติดตาม	ผู้รับการติดตาม	ผล	ปัญหา/ข้อเสนอแนะ



18. มีการประเมินผลและรายงานผลเป็นลายลักษณ์อักษร

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

- ❖ มีผลการประเมินที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดที่ระบุไว้ในโครงการ และในระดับปัจจัยสาเหตุพฤติกรรม เช่น ความรู้ ทักษะคติ ทักษะสุขภาพที่เกี่ยวข้อง เพิ่มขึ้นหรือลดลง เป็นต้น
- ❖ เป็นการวัดความสำเร็จของโครงการ โดยมีผลการเปลี่ยนแปลง HL/HB/ภาวะสุขภาพจากโปรแกรมประเมิน HL&HB และเช็คภาวะสุขภาพ ก่อน-หลังดำเนินงาน เป็นต้น

โครงการ	สิ่งที่ประเมิน (จากวัตถุประสงค์โครงการ)	ตัวชี้วัด	เครื่องมือ	กลุ่มตัวอย่าง/พื้นที่	ระยะเวลา	ผู้ประเมิน

กลุ่มป่วย	ก่อนดำเนินกิจกรรม			หลังดำเนินกิจกรรม		
	รอบเอว	BMI	BP	รอบเอว	BMI	BP

19. มีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ และนำผลการเฝ้าระวังไปใช้ในการปรับกิจกรรมในแผนงาน/
โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

แนวทางการเฝ้าระวังฯ

พฤติกรรมเสี่ยง	วัตถุประสงค์	เครื่องมือ	กลุ่มตัวอย่าง/พื้นที่	ระยะเวลา	ผู้เฝ้าระวัง	ผลการเฝ้าระวังฯ

ผลการปรับกิจกรรม

กิจกรรมก่อนเฝ้าระวังฯ	กิจกรรมหลังเฝ้าระวังฯ

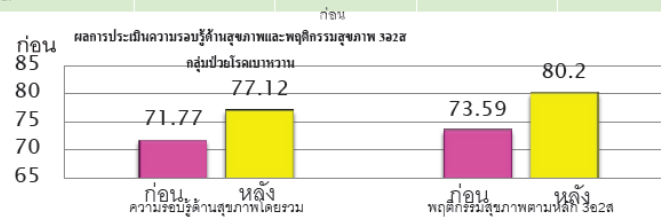


20. กลุ่มเป้าหมายที่ผ่านกระบวนการสุขภาพศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพ (HB) หรือความรู้ด้านสุขภาพ (HL) ในปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ถูกต้องเพิ่มขึ้น

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

- ❖ แสดงผลเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพ (HB) หรือความรู้ด้านสุขภาพ (HL) ของกลุ่มเป้าหมาย ทั้ง 2 กลุ่ม (กลุ่มไม่ป่วยและกลุ่มป่วย) สามารถทำเป็นตารางหรือกราฟเพื่อให้เห็นภาพชัดเจนได้

พฤติกรรมเสี่ยง/ความรู้ด้านสุขภาพ	กลุ่มเป้าหมาย	ผลก่อน (ร้อยละ)	ผลหลัง (ร้อยละ)	เพิ่มขึ้น/ลดลง
1.				
2.				



ตัวอย่าง

หมวดที่ 3 ผลลัพธ์การดำเนินงานสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

- ผลลัพธ์การดำเนินงาน
 - ผลลัพธ์ด้านผู้รับบริการ
 - ร้อยละของกลุ่มเป้าหมายมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

พฤติกรรม (ตามวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมโครงการ)	ผลการประเมิน (%)		เพิ่มขึ้น	ลดลง
	ก่อนการจัดกิจกรรม	หลังการจัดกิจกรรม		
1.				
2.				
3.				
รวมสุขภาพ (ดู PES / EA/ICSP BM 311407)				

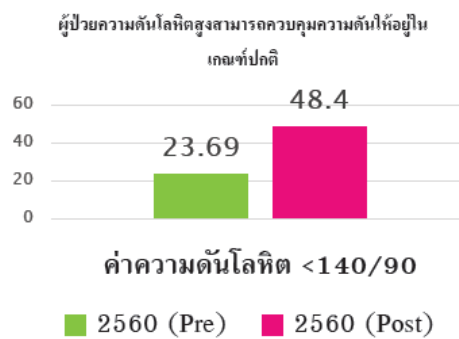
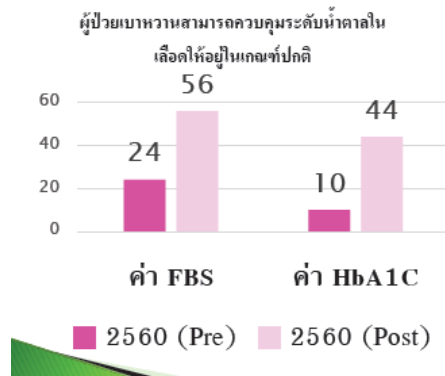
21. กลุ่มเป้าหมาย ที่ผ่านกระบวนการสุขศึกษามีภาวะสุขภาพที่ดีขึ้น

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน

- ❖ แสดงผลเปรียบเทียบภาวะสุขภาพที่เปลี่ยนไปของกลุ่มเป้าหมาย **ทั้ง 2 กลุ่ม** (กลุ่มไม่ป่วยและกลุ่มป่วย) สามารถทำเป็นตารางหรือกราฟเพื่อให้เห็นภาพชัดเจนได้

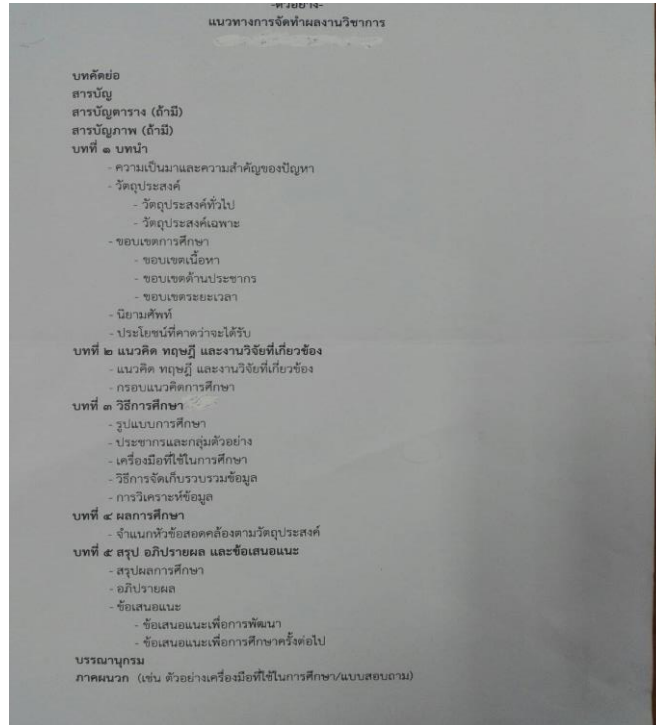
กลุ่มเสี่ยง/ กลุ่มไม่ป่วย	ก่อนดำเนินกิจกรรม			หลังดำเนินกิจกรรม		
	รอบเอว	BMI	BP	รอบเอว	BMI	BP

กลุ่มป่วย	ก่อนดำเนินกิจกรรม			หลังดำเนินกิจกรรม		
	รอบเอว	BMI	BP	รอบเอว	BMI	BP



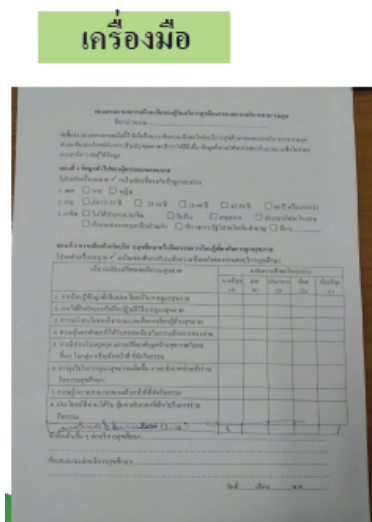
22. มีการจัดการองค์ความรู้ เช่น CQI R2R นวัตกรรม งานวิจัย หรือ ต้นแบบ หรือผลงานเด่นที่ประสบความสำเร็จในการดำเนินงานสุศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ 1 เรื่อง ภายใน 3 ปี ภายใต้ปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ 5 ปัญหา และนำไปใช้ประโยชน์

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน



23. ร้อยละของกลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจต่อกระบวนการสุศึกษาตามแผนงานโครงการ

ตัวอย่างเอกสาร/หลักฐาน



ประเด็น	ร้อยละ
การเรียนรู้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการดูแลสุขภาพ	86.54
การได้ฝึกทักษะหรือฝึกปฏิบัติวิธีการดูแลสุขภาพ	80.77
ความน่าสนใจของกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้ด้านสุขภาพ	82.69
ความรู้และทักษะที่ได้รับสอดคล้องกับความต้องการ	84.62
การมีส่วนร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนข้อมูลด้านสุขภาพกับคนอื่นๆ ในกลุ่มหรือเจ้าหน้าที่จัดกิจกรรม	82.69
แรงจูงใจในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้นภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมสุศึกษา	84.62
ความรู้ความสามารถของเจ้าหน้าที่จัดกิจกรรมสุศึกษา	80.77
ประโยชน์ที่ได้รับคุ้มค่ากับเวลาที่เสียไปในการร่วมกิจกรรม	88.46
รวม	83.89

เอกสารอ้างอิง

กองสุกศึกษา. (2563). มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุกศึกษาสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

ตำบล ฉบับปีพุทธศักราช 2562. นนทบุรี: บริษัท จัน ชนา จำกัด.

กองสุกศึกษา. (2563). แนวทางการพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ. ค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2565,

จาก https://drive.google.com/file/d/1lwyRL_KsNm-BZubFLJa0fohx4H7xzKGU/view

กิตติศักดิ์ นามวิชา. (2557). สุกศึกษาพื้นฐาน (FUNDAMENTAL HEALTH EDUCATION). วิทยานิพนธ์

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุกศึกษา) สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์.

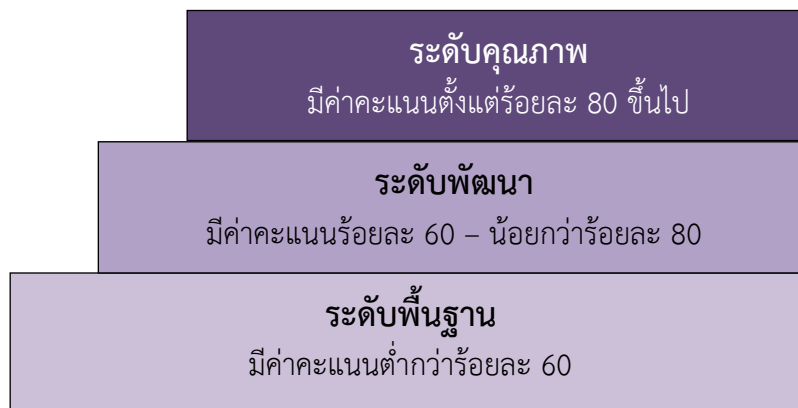
ภาคผนวก

ภาคผนวก ก : การเข้าใช้โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

1. โปรแกรม Health Gate สำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล คืออะไร มีกี่ระดับ การคำนวณค่าร้อยละของคะแนนที่ได้ และมีเกณฑ์อะไรบ้าง

Health Gate หมายถึง โปรแกรมหรือเครื่องมือประเมินการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพัญญัติแห่งชาติและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เพื่อยกระดับสู่การเป็นชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพและตำบลจัดการคุณภาพชีวิต

ระดับการพัฒนาตามมาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขศึกษาสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จำแนกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับพื้นฐาน ระดับพัฒนา และระดับคุณภาพ ดังนี้



การประเมินระดับการพัฒนา มีขั้นตอนดังนี้

1. รวบรวมและคำนวณค่าร้อยละของคะแนนที่ได้จากการประเมินตามเกณฑ์มาตรฐานฯ โดยเกณฑ์การให้คะแนนมีทั้งหมด 23 ข้อ ๆ ละ 1 คะแนน รวมคะแนนเต็ม 23 คะแนน

$$\text{สูตรคำนวณ : ค่าร้อยละที่ได้} = (\text{คะแนนที่ได้} \times 100) / 23$$

2. นำค่าร้อยละที่ได้มาประเมินเทียบระดับการพัฒนา ตามช่วงคะแนนข้างต้น

มาตรฐานระบบบริการสุขภาพด้านสุขภาพสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ประกอบด้วย 3 หมวด 23 เกณฑ์ โดยแต่ละเกณฑ์มีรายละเอียดดังนี้

หมวดที่ 1 การบริหารจัดการ	
1	มีบุคลากรดำเนินงานสุขภาพและได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านพฤติกรรมสุขภาพและความรอบรู้ด้านสุขภาพ(ในปีที่ผ่านมาจนถึงปีปัจจุบัน) (ในรอบ1ปี)
หมวดที่ 2 กระบวนการสุขภาพ	
I. กระบวนการสุขภาพในกลุ่มไม่ป่วยเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในชุมชน	
2	มีข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ(HB) และหรือ ข้อมูลความรอบรู้ด้านสุขภาพ(HL) ที่สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ (5 อันดับแรก อย่างน้อย 1 เรื่อง) และมีการวิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพ
3	มีแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขภาพ หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขภาพ ที่มีวัตถุประสงค์หรือตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพที่สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
4	มีการออกแบบกิจกรรมและใช้สื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ที่สอดคล้องกับปัจจัยสาเหตุพฤติกรรมสุขภาพ ปัญหา ความต้องการ และวิถีชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย
5	แผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขภาพ หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขภาพ จัดทำโดยการมีส่วนร่วมของคณะกรรมการสุขภาพ ทีมสหวิชาชีพ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และเครือข่ายตัวแทนภาคประชาชน
6	มีแนวทางการประเมินผลการดำเนินงานสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ที่ระบุตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพ ระยะเวลา กลุ่มเป้าหมาย และเครื่องมือที่เหมาะสม
7	มีการจัดกิจกรรมตามแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขภาพ หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขภาพครบตามแผนที่กำหนด และการดำเนินกิจกรรมใช้การมีส่วนร่วมของคณะกรรมการสุขภาพ หรือทีมสหวิชาชีพ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และตัวแทนภาคประชาชน
8	มีการสนับสนุน เสริมพลังให้กับภาคีเครือข่ายสุขภาพในการดำเนินงานสุขภาพและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
9	มีการประเมินผลและรายงานผลเป็นลายลักษณ์อักษร
10	มีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพและนำผลการเฝ้าระวังไปใช้ในการปรับกิจกรรมในแผนงาน/โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
II. กระบวนการสุขภาพในกลุ่มป่วยเพื่อสร้างเสริมการจัดการตนเองในผู้ป่วยและครอบครัว	
11	มีข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ(HB) และหรือ ข้อมูลความรอบรู้ด้านสุขภาพ(HL) ที่สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ (5 อันดับแรก อย่างน้อย 1 เรื่อง) และมีการวิเคราะห์ปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพ
12	มีแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขภาพ หรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขภาพที่มีวัตถุประสงค์หรือตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพที่สอดคล้องกับปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่รับผิดชอบของรพ.สต.
13	มีการออกแบบกิจกรรมและใช้สื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ที่สอดคล้องกับปัจจัยสาเหตุพฤติกรรมสุขภาพ ปัญหา ความต้องการ และวิถีชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย

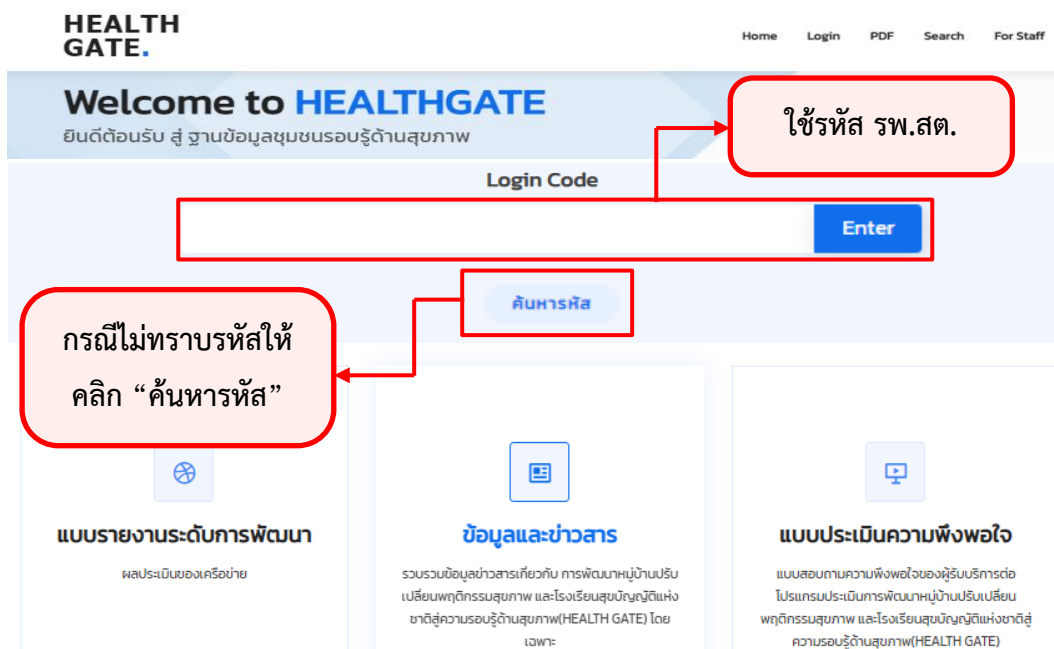
14	แผนงาน หรือ โครงการ หรือโปรแกรม สุขศึกษาหรือ แผนการจัดกิจกรรมสุขศึกษา จัดทำโดย การมีส่วนร่วมของคณะกรรมการสุขภาพ ทีมสหวิชาชีพ ผู้ป่วยและผู้ดูแล และ เครือข่ายตัวแทนภาคประชาชน
15	มีแนวทางการประเมินผลการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ที่ระบุ ตัวชี้วัดพฤติกรรมสุขภาพ ระยะเวลา กลุ่มเป้าหมาย และเครื่องมือที่เหมาะสม
16	มีการจัดกิจกรรมตามแผนงาน หรือ โครงการ หรือ โปรแกรมสุขศึกษา หรือ แผนการจัด กิจกรรมสุขศึกษาครบตามแผนที่ กำหนด และการจัดกิจกรรมใช้การมีส่วนร่วมของ คณะกรรมการสุขภาพหรือทีมสหวิชาชีพ ผู้ป่วยและผู้ดูแล
17	มีการสนับสนุน เสริมพลังให้กับผู้ป่วยและผู้ดูแล แคนนำสุขภาพภาคประชาชน ในการ ดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
18	มีการประเมินผลและรายงานผลเป็นลายลักษณ์อักษร
19	มีการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ และนำผลการเฝ้าระวังไปใช้ในการปรับกิจกรรมในแผนงาน/ โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
หมวดที่ 3 ผลลัพธ์การดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ	
20	กลุ่มเป้าหมายที่ผ่านกระบวนการสุขศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพ(HB) หรือความรอบรู้ด้านสุขภาพ (HL) ในปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ถูกต้องเพิ่มขึ้น
21	กลุ่มเป้าหมาย ที่ผ่านกระบวนการสุขศึกษามีภาวะสุขภาพที่ดีขึ้น
22	มีการจัดการองค์ความรู้ เช่น CQI R2R นวัตกรรม งานวิจัย หรือ ต้นแบบ หรือผลงานเด่นที่ ประสบความสำเร็จในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ 1 เรื่อง ภายใน 3 ปี ภายใต้ปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ 5 ปัญหา และนำไปใช้ประโยชน์
23	ร้อยละของกลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจต่อกระบวนการสุขภาพตามแผนงานโครงการ

2. การประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

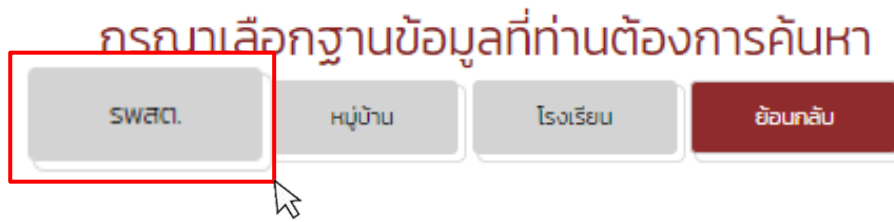
ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าไปที่เว็บไซต์กองสุศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือกกล่องข้อความ “Health Gate”



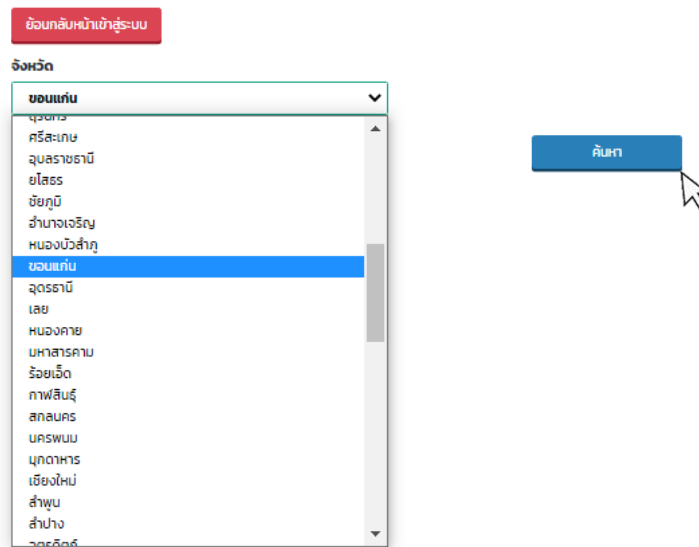
ขั้นตอนที่ 2 กรอก “รหัส รพ.สต.” เข้าสู่ระบบ Login กรณีไม่ทราบรหัส รพ.สต. ให้คลิก “ค้นหารหัส”



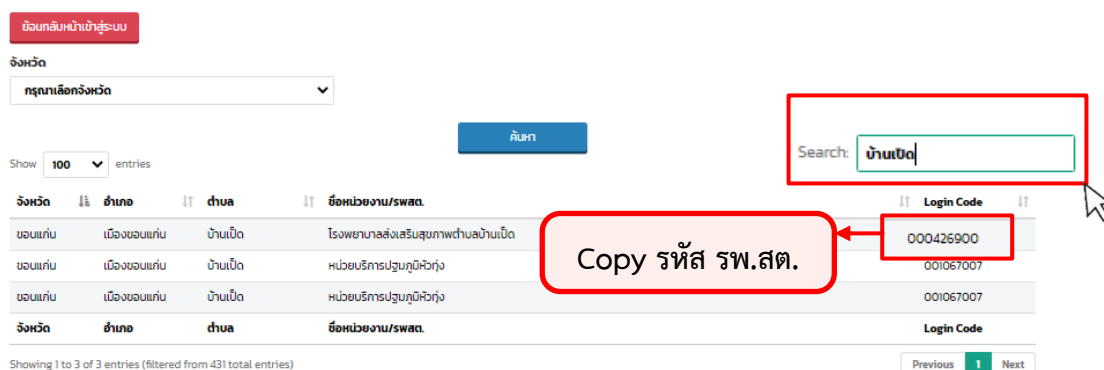
ขั้นตอนที่ 3 คลิกเลือก “รพ.สต.”



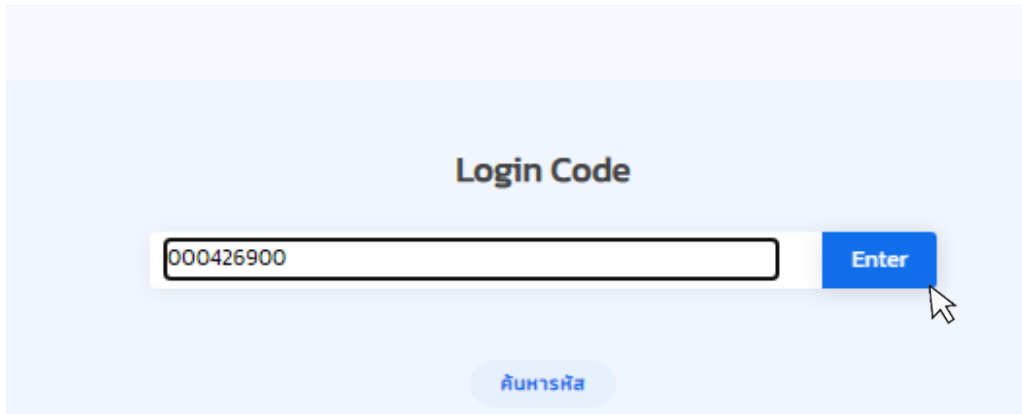
ขั้นตอนที่ 4 จากนั้นเลือกจังหวัดที่ต้องการแล้วคลิก “ค้นหา”



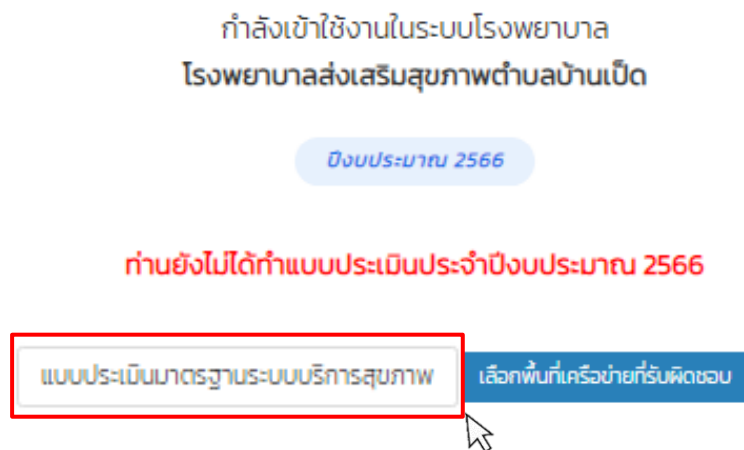
ขั้นตอนที่ 5 พิมพ์ชื่อ รพ.สต. ที่ต้องการแล้วจะปรากฏ login code ให้ copy รหัส รพ.สต.



ขั้นตอนที่ 6 หลังจากนั้นนำรหัส รพ.สต. ที่จะประเมิน “ใส่ในช่อง login code” กด “Enter”



ขั้นตอนที่ 7 ปรากฏหน้าจอ “กำลังเข้าใช้งานในระบบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล” จากนั้นคลิกเลือก “แบบประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพ”



ขั้นตอนที่ 8 เข้าสู่เกณฑ์การประเมินมาตรฐานงานสุขศึกษา โดยคลิกให้คะแนนและแนบไฟล์หลักฐานให้ครบทั้ง 3 หมวด จำนวน 23 ข้อ ซึ่งประกอบด้วย

หมวดที่ 1 การบริหารจัดการ จำนวน 1 ข้อ

หมวดที่ 2 กระบวนการสุขศึกษา จำนวน 18 ข้อ

หมวดที่ 3 ผลลัพธ์การดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ จำนวน 4 ข้อ จากนั้นกด “บันทึก (SAVE)”

มาตรฐานงานสุขศึกษา
ปีงบประมาณ 2565

ระบบประเมินมาตรฐานงานสุขศึกษา : นสอ1-64-66754 / โรงพยาบาล : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลอานนโศก

ผลการประเมิน
ยังไม่ได้ทำการประเมิน

หมวดที่ 1 การบริหารจัดการ	เกณฑ์ประเมิน	1	0.5	0	ไฟล์แนบ	คำอธิบายเกณฑ์
1	นิเทศการดำเนินงานสุขศึกษาและได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านพฤติกรรมสุขภาพและความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ในรอบ 10)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="button" value="แนบไฟล์"/>	<input type="button" value="คำอธิบายเกณฑ์"/>

ขั้นตอนที่ 9 ระบบจะประมวลผลการประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพเป็น 3 ระดับ ตามเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

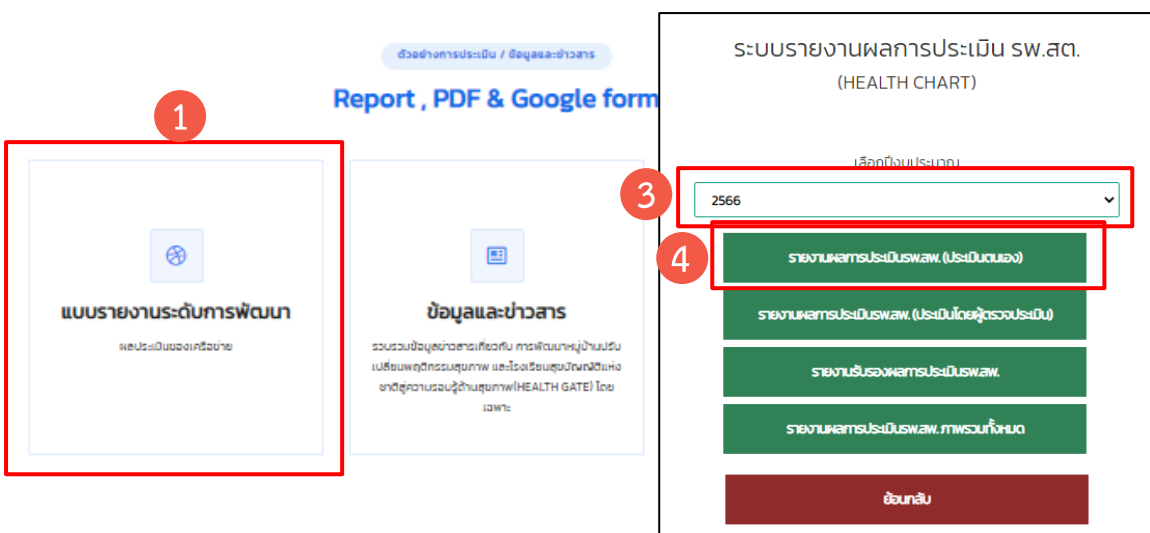
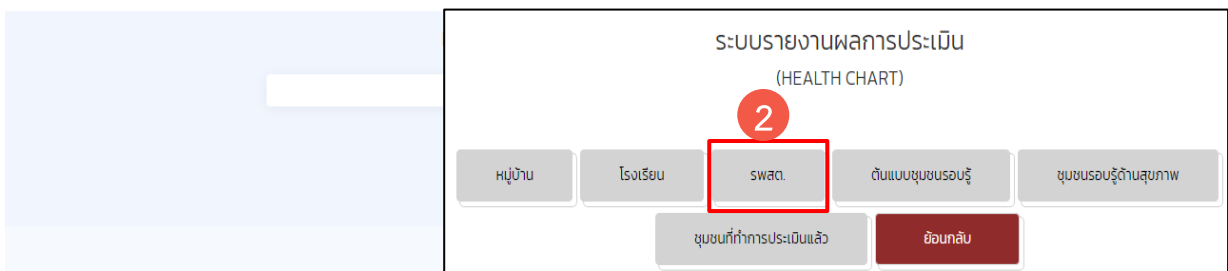
- (1) ระดับพื้นฐาน (2) ระดับพัฒนา (3) ระดับคุณภาพ

3. การรายงานผลการประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพสำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าไปที่เว็บไซต์กองสุขภาพ www.hed.go.th คลิกเลือกกล่องข้อความ “Health Gate”



ขั้นตอนที่ 2 คลิกเลือก “แบบรายงานระดับการพัฒนา” (หมายเลข 1) จากนั้นเลือก “รพ.สต.” (หมายเลข 2) เลือกปีงบประมาณ (หมายเลข 3) จากนั้นเลือก “รายงานผลการประเมิน รพ.สต. (ประเมินตนเอง)” (หมายเลข 4)



ขั้นตอนที่ 3 คลิกเลือกเพื่อดูผลรายจังหวัดในแต่ละเขต

รายงานผลการประเมิน รพ.สต. (ประเมินตนเอง) แยกตามเขต

เขตสุขภาพ	จำนวน รพ.สต. ทั้งหมด	ประเมินเสร็จ	ร้อยละ	ระดับดีมาก	ระดับปานกลาง	ระดับคุณภาพ
1	1100	736	66.91	160	245	196
2	622	542	87.14	45	262	186
3				66	41	244
4				92	274	146
5				60	172	448
6				171	184	154
7				22	41	379
8	874	628	71.85	47	81	435
9	953	932	97.8	34	42	836
10	837	404	50.66	195	68	139
11	714	575	80.53	84	274	174
12	800	497	62.13	236	63	152
รวม	9739	6448	66.21	1	0	2

คลิกเพื่อดูผลรายจังหวัดในแต่ละเขต

ขั้นตอนที่ 4 คลิกเลือกจังหวัดที่ต้องการ (หมายเลข 1) เพื่อดูผลการประเมินราย รพ.สต. และสามารถส่งออกข้อมูลเป็นไฟล์ Excel ได้ (หมายเลข 2)

รายงานผลการประเมิน รพ.สต. (ประเมินตนเอง) เขตสุขภาพที่ 7

1. เลือกเขตสุขภาพที่ต้องการ

2. คลิกปุ่ม "ส่ง" เพื่อส่งออกข้อมูลเป็นไฟล์ Excel

รายงานผลการประเมิน รพ.สต. (ประเมินตนเอง) จังหวัดขอนแก่น

มาตรฐานงานสุขภาพศึกษา ฉบับปรับปรุง 2565

ผลการประเมินการดำเนินงานสุขภาพศึกษา : **ระดับดีมาก**

ลำดับ	เกณฑ์ประเมิน	1	0.5	0	ผู้รับผิดชอบ	แผนผัง	สนับสนุน	1	0.5	0	หมายเหตุ
1	มีบุคลากรดำเนินงานสุขภาพศึกษาภายใต้การกำกับรักษาภาพ จำนวนผู้ประเมินสุขภาพและ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ในเขต)	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-	แผนผัง	-	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	คำขอแก้ไข
2	มีผู้เชี่ยวชาญสุขภาพ (Health Behavior - HB) และหรือผู้เชี่ยวชาญความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy - HL) ที่สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพของประชาชนในพื้นที่อย่างน้อย 1 เรื่องและมีการประเมินผลเชิงประจักษ์ สถานะของผู้ประเมินสุขภาพ	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-	แผนผัง	-	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
3	มีหน่วยงาน หรือโครงการ หรือโปรแกรมสุขภาพ หรือแผนการเชิงกิจกรรมสุขภาพศึกษา ที่มี วัตถุประสงค์หรือวิธีปฏิบัติ ผู้ประเมินสุขภาพที่สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพของพื้นที่ที่ ผู้ประเมินจะเฝ้าระวังและส่งเสริมสุขภาพเชิง	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-	แผนผัง	-	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

4. การค้นหารหัสโรงเรียนและหมู่บ้านเพื่อส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ประชาชนวัยเด็กและวัยทำงานในชุมชน

ขั้นตอนที่ 1 เมื่อเจอกรณีที่โรงเรียนหรือหมู่บ้านไม่สามารถเข้าไปประเมินใน Health Gate ได้เนื่องจาก “รพ.สต. ยังไม่เลือกพื้นที่ที่รับผิดชอบ” รพ.สต. สามารถเข้าไปเลือกหมู่บ้านหรือโรงเรียนในเขตรับผิดชอบได้ โดยคลิกเลือก “เลือกพื้นที่เครือข่ายที่รับผิดชอบ”

กำลังเข้าใช้งานในระบบโรงพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเปิด

ปีงบประมาณ 2566

ทำยังไม่ได้ทำแบบประเมินประจำปีงบประมาณ 2566

แบบประเมินมาตรฐานระบบบริการสุขภาพ

เลือกพื้นที่เครือข่ายที่รับผิดชอบ

ขั้นตอนที่ 2 จากนั้นกรอกข้อมูลทั่วไปและข้อมูลเจ้าหน้าที่ ตรวจสอบรายชื่อหมู่บ้านที่รับผิดชอบ ถ้าหากไม่มีให้กด “เพิ่มหมู่บ้าน”

รพ.สต.เลือกพื้นที่เครือข่าย
กรุณาเลือกพื้นที่ ที่หน่วยบริการรับผิดชอบทั้งหมดจากฐานข้อมูลกลาง

หมายเหตุ [ไม่เลือกพื้นที่ไม่สามารถดำเนินการได้](#)

ข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลหน่วยบริการ

ID: 000426900
รหัส: 000426900

ชื่อหน่วยบริการ: โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเปิด
หมู่ที่: 001001000
ตำบล: เมืองขอนแก่น
อำเภอ: เมืองขอนแก่น
จังหวัด: ขอนแก่น

เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบ

ชื่อ-สกุล: กรุณาใส่ชื่อ
ตำแหน่ง: กรุณาใส่ชื่อ
เบอร์โทรศัพท์: กรุณาใส่ชื่อ
อีเมล: กรุณาใส่ชื่อ

เลือกหมู่บ้าน/โรงเรียน ที่รับผิดชอบ

ชื่อโรงเรียน	Login Code	ลบทิ้ง
สุวิทย์		✖
รร.เทศบาลบ้านเปิด		✖
บ้านเปิด		✖
ขอนแก่นวิทยายน		✖
บ้านโคกหินโงง		✖

[+ เพิ่มหมู่บ้าน](#)

กรอกข้อมูลทั่วไป

กรอกข้อมูลเจ้าหน้าที่
รับผิดชอบ

ตรวจสอบรายชื่อ
หมู่บ้านที่รับผิดชอบ

ขั้นตอนที่ 3 จากนั้นเลือกหมู่บ้านที่รับผิดชอบ “” ถ้าหากหมู่บ้านใดไม่ถูกเลือก จะไม่สามารถเข้าไปประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพได้

รายการหมู่บ้าน จากฐานข้อมูลกลาง
เขตพื้นที่อำเภอเมืองขอนแก่น

จังหวัด:ขอนแก่น

ชื่อหมู่บ้าน	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด	รหัส	HospID	เลือก
สำราญ	สำราญ	เมืองขอนแก่น	ขอนแก่น	40010201		<input checked="" type="checkbox"/>
ป่าเก็ลียง	สำราญ	เมืองขอนแก่น	ขอนแก่น	40010203		<input checked="" type="checkbox"/>
หนองจุเหลือ	สำราญ	เมืองขอนแก่น	ขอนแก่น	40010204		<input checked="" type="checkbox"/>
โกนา	สำราญ	เมืองขอนแก่น	ขอนแก่น	40010206		<input checked="" type="checkbox"/>
เหมือดแอ่	สำราญ	เมืองขอนแก่น	ขอนแก่น	40010207		<input checked="" type="checkbox"/>



*****รพ.สต. นำ login code ของหมู่บ้านไปแจ้งให้ผู้รับผิดชอบทราบ เพื่อเข้าไปประเมินการดำเนินงาน**

ภาคผนวก ข : การเข้าใช้โปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ

1. โปรแกรมประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ (HL&HB) คืออะไร มีกี่ระดับ และ ตัวอย่างแบบประเมิน

โปรแกรมประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ (HL&HB) คือ โปรแกรมหรือเครื่องมือประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน เพื่อทราบผลระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในแต่ละด้านและนำด้านที่มีโอกาสเสี่ยงปัญหาด้านสุขภาพนำไปวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เช่นเดียวกันเครื่องมือนี้ก็สามารถนำมาวัดเพื่อประเมินผลการพัฒนากระบวนการเรียนรู้มีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นหรือไม่

ระดับความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ จำแนกเป็น 4 ระดับ คือ ระดับไม่ดี ระดับพอใช้ ระดับดี และระดับดีมาก

ไม่ดี	=	ระดับไม่ดี
พอใช้	=	ระดับพอใช้
ดี	=	ระดับดี
ดีมาก	=	ระดับดีมาก

ตัวอย่างแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน เพื่อป้องกันโรคติดต่อและโรคไร้เชื้อที่สำคัญของประชาชนในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ



แบบประเมิน ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน เพื่อป้องกันโรคติดต่อและโรคไร้เชื้อที่สำคัญของประชาชน ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจง: แบบประเมินนี้มีจุดมุ่งหมาย ใช้เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถ ทักษะ และการปฏิบัติตนด้านสุขภาพของประชาชน อายุ ๑๕ ปีขึ้นไป ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วย ๔ ตอน จำนวน ๔๕ ข้อ

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบ	จำนวน	๔	ข้อ
ตอนที่ ๒ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	จำนวน	๑๖	ข้อ
ตอนที่ ๓ พฤติกรรมสุขภาพ	จำนวน	๒๐	ข้อ
๓.๑ พฤติกรรมสุขภาพ ตามหลัก ๓อ.๒ส.	จำนวน	๑๓	ข้อ
๓.๒ พฤติกรรมสุขภาพการป้องกันโรคติดต่อโควิด-๑๙	จำนวน	๗	ข้อ
ตอนที่ ๔ การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม	จำนวน	๕	ข้อ

ข้อมูลที่ได้จะนำมารวบรวมและวิเคราะห์ผล เพื่อให้ทราบระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมในการป้องกันโรคติดต่อและโรคติดต่อ ซึ่งจะไม่มีการตอบผู้ตอบ จึงขอให้ท่านตอบข้อคำถามตามความเป็นจริง เพื่อนำข้อมูลมาพัฒนากิจกรรมด้านสุขภาพให้ประชาชนเกิดทักษะ และมีการปฏิบัติทางสุขภาพได้ถูกต้องต่อไป

คำนิยาม:

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ หมายถึง ความสามารถและทักษะของประชาชนในการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ มีความรู้ความเข้าใจ กล่าวซักถาม ตัดสินใจเลือกปฏิบัติเพื่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง และสามารถชี้แนะเรื่องสุขภาพต่อบุคคล ครอบครัว และชุมชน นำไปปฏิบัติตามเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

พฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเพื่อป้องกันโรคติดต่อ และโรคติดต่อที่สำคัญของประชาชน หมายถึง การปฏิบัติตัวเพื่อการดูแลสุขภาพ ในการป้องกันโรคติดต่อ ได้แก่ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง มะเร็ง หัวใจ และหลอดเลือด รวมถึงการป้องกันการติดเชื้อของโรคอุบัติใหม่ ได้แก่ โควิด-19 เพื่อส่งเสริมการปฏิบัติตนของประชาชนให้มีสุขภาพร่างกายและจิตใจแข็งแรงและลดภาวะเสี่ยงที่จะเป็นโรค

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน

- ชื่อหมู่บ้าน..... ชื่อตำบล.....
 ชื่ออำเภอ..... ชื่อจังหวัด.....

โปรดทำเครื่องหมาย ลงใน หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

๑. เพศ ๑.ชาย ๒. หญิง
๒. ปัจจุบันท่านอายุ ๑. อายุ ๑๕-๑๙ ปี ๒. อายุ ๒๐-๒๙ ปี ๓. อายุ ๓๐-๓๙ ปี
 ๔. อายุ ๔๐-๔๙ ปี ๕. อายุ ๕๐-๕๙ ปี ๖. อายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป
๓. ท่านจบการศึกษาสูงสุดหรือกำลังศึกษาระดับชั้นใด
 ๑. ไม่ได้เรียนหนังสือ ๒. ประถมศึกษา ๓. มัธยมศึกษาตอนต้น
 ๔. มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. ๕. อนุปริญญา/ปวส. ๖. ปริญญาตรีขึ้นไป
๔. ท่านมีบทบาท/ตำแหน่ง/สถานะทางสังคมแบบใด
 ๑. อสม. ๒. ผู้ใหญ่บ้าน/กำนัน/กรรมการชุมชน ๓. ประชาชนในชุมชน

ตอนที่ ๒ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

ข้อความประเมินจากการรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง	ระดับความเป็นจริงตรงกับท่าน				
	ไม่เคยทำ	ทำได้ยากมาก	ทำได้ยาก	ทำได้ง่าย	ทำได้ง่ายมาก
องค์ประกอบที่ ๑ ทักษะการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ					
๑. ท่านสามารถหาแหล่งข้อมูล เมื่อต้องการข้อมูลด้านสุขภาพและวิธีป้องกันตนเองได้โดยทันที					
๒. ท่านสามารถเสาะหาแหล่งบริการสุขภาพที่จะให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพเมื่อเกิดความเจ็บป่วยหรือจำเป็นได้					
๓. ท่านสามารถติดต่อเบอร์สายด่วนสุขภาพที่จะให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินหรือปัญหาสุขภาพได้					
๔. ท่านสามารถตรวจสอบข้อมูลและแหล่งข้อมูลด้านสุขภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง เป็นจริง					
องค์ประกอบที่ ๒ ด้านการเข้าใจข้อมูลสุขภาพ					
๕. ท่านสามารถอ่านข้อมูลด้านสุขภาพและวิธีการป้องกันตนเองด้วยความเข้าใจ วิธีการปฏิบัติตามคำแนะนำในคู่มือ หรือเว็บไซต์					
๖. ท่านสามารถอ่านฉลากอาหารและยา ที่ได้รับถึงวิธีการกิน การใช้ การเก็บรักษา และผลข้างเคียง					
๗. ท่านสามารถเข้าใจข้อมูลสุขภาพที่นำเสนอในรูปของสัญลักษณ์ คำศัพท์ ตัวเลขหรือเครื่องหมายในสถานพยาบาลได้					
๘. ท่านกล้าซักถามผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ เช่น หมอ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อเพิ่มเข้าใจวิธีการดูแลสุขภาพให้ความเข้าใจที่ถูกต้อง					
องค์ประกอบที่ ๓ ด้านการประเมินข้อมูลและบริการด้านสุขภาพ					
๙. ท่านประเมินข้อมูลการปฏิบัติตัวกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ เช่น หมอ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ก่อนที่จะทำตาม					
๑๐. ท่านพิจารณาข้อดีข้อเสียของข้อมูลสุขภาพที่ได้รับด้วยเหตุผล ก่อนที่จะทำตาม					
๑๑. ท่านทบทวนข้อมูลสุขภาพจากหลายแหล่งจนพบทางเลือกที่เหมาะสมก่อนที่จะทำตาม					
๑๒. ท่านไตร่ตรองข้อมูลสุขภาพที่ได้รับด้วยเหตุผล ก่อนที่จะทำตามถึงแม้จะมีคนที่ใช้แล้วได้ผล					
องค์ประกอบที่ ๔ การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ					
๑๓. ท่านสามารถนำข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ ไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาพตนเองให้ดียิ่งขึ้น					
๑๔. ท่านหมั่นสังเกตความผิดปกติของร่างกายและอารมณ์ของตนเอง เพื่อป้องกันการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นได้					
๑๕. ท่านวางแผน ทำกิจกรรมที่จำเป็น เช่น ชั่งน้ำหนัก ตรวจสอบสุขภาพประจำปี มองโลกในแง่บวก ไม่ทานอาหารที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ ออกกำลังกายเป็นประจำ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีของตนเอง					
๑๖. ท่านตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนในการปฏิบัติตน เพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ					

ตอนที่ ๓ พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior)

ตอนที่ ๓.๑ พฤติกรรมสุขภาพการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับกรปฏิบัติของท่านในรอบ ๖ เดือนที่ผ่านมา

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติเฉลี่ยต่อสัปดาห์				
	๖-๗ วัน	๔-๕ วัน	๓ วัน	๑-๒ วัน	ไม่ปฏิบัติ
การบริโภคอาหาร					
๑. ท่านกินผักและผลไม้สดที่ไม่หวานจัด อย่างน้อยวันละครึ่งกิโลกรัม					
๒. ท่านมักกินอาหารแบบเดิม ซ้ำๆ จำเจ					
๓. ท่านกินอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอด แกงกะทิ เนื้อติดมัน เป็นต้น					
๔. ท่านกินขนมที่มีรสหวาน เช่น ลูกอม ขนมเชื่อม หรือผลไม้ที่มีน้ำตาลสูง					
๕. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น น้ำอัดลม น้ำแดง น้ำเขียว					
๖. ท่านกินอาหารรสเค็ม หมักดอง หรือเติมน้ำปลาเพิ่มในอาหาร					
การออกกำลังกาย					
๗. ท่านออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องประมาณ ๓๐ นาที จนรู้สึกเหนื่อยหรือมีเหงื่อออก					
๘. ท่านได้เคลื่อนไหวร่างกายต่อเนื่องจากการทำกิจวัตรประจำวันประมาณ ๓๐ นาที เช่น เดินไปทำงาน ทำงานบ้าน ทำงานโดยใช้แรง เป็นต้น					
การจัดการความเครียด					
๙. ท่านคิดมากหรือวิตกกังวล จนทำใหนอนไม่หลับหรือหลับมากเกินไป					
๑๐. ท่านกินอาหารมากกว่าปกติหรือน้อยกว่าปกติ เนื่องจากความเครียด					
การสูบบุหรี่					
๑๑. ท่านสูบบุหรี่ ยาสูบ หรือบุหรี่ไฟฟ้า					
๑๒. ท่านใกล้ชิดบุคคลที่สูบบุหรี่ ยาสูบ หรือบุหรี่ไฟฟ้า					
การดื่มสุราและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์					
๑๓. ท่านดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ไวน์ เหล้าขาว ยาตองเหล้า โขจู เป็นต้น					

ตอนที่ ๓.๒ พฤติกรรมสุขภาพการป้องกันโรคติดเชื้อโควิด-19

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ของแต่ละข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านในรอบ ๓ เดือนที่ผ่านมา

- ทุกครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติตรงกับข้อความนั้นทุกครั้ง ร้อยละ ๑๐๐
- บ่อยครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติตรงกับข้อความนั้นมากกว่าร้อยละ ๗๐-๙๙
- บางครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติตรงกับข้อความนั้นประมาณร้อยละ ๕๐-๖๙
- นานๆครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติตรงกับข้อความนั้นน้อยกว่าร้อยละ ๔๙
- ไม่ปฏิบัติ หมายถึง ท่านไม่เคยปฏิบัติตรงกับข้อความนั้นเลย

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	บาง ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ
๑๔. ท่านใช้สิ่งของส่วนตัว เช่น จาน ช้อนส้อม แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว ฯลฯ ร่วมกับผู้อื่น					
๑๕. ท่านล้างหรือทำความสะอาดมือก่อนสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก					
๑๖. ท่านกินอาหารปรุงสุก และสะอาด					
๑๗. ท่านรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น					
๑๘. หลังจากจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได ที่จับประตู ปุ่มกดลิฟท์ เป็นต้น ท่านล้างมือด้วยสบู่ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ล้างมือ					
๑๙. ท่านสวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย					
๒๐. ท่านทำความสะอาดบ้านและข้าวของเครื่องใช้ ที่ใช้ร่วมกันในบ้าน เช่น ลูกบิด ประตู ราวบันได เป็นต้น					

ตอนที่ ๔ การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (สำหรับอสม./แกนนำชุมชน)

กรณีที่ท่านเป็น อสม.หรือแกนนำชุมชนได้ร่วมจัดกิจกรรมเพื่อเพิ่มความรอบรู้และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพแก่คนในชุมชน

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง และเติมข้อความในช่องว่างของแต่ละข้อที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านในช่วงนี้

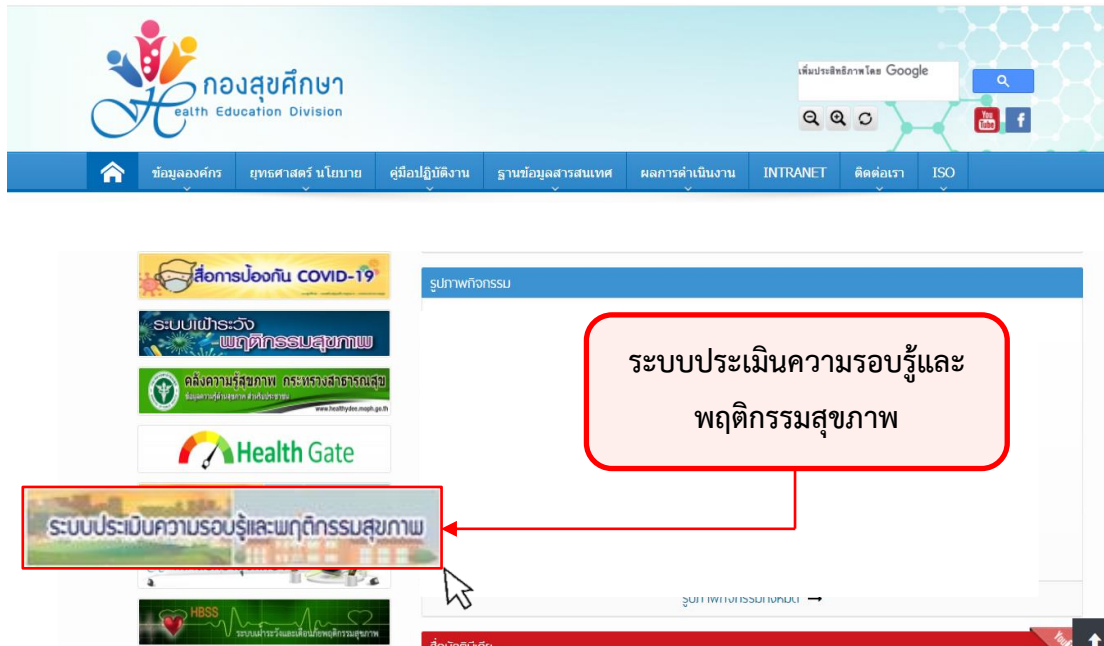
การมีส่วนร่วม	ทุกครั้ง	บางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
๑. ร่วมกิจกรรมประเมิน เฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดเชื้อ และโรคไร้เชื้อ เช่น การคัดกรองความเสี่ยงทางด้านสุขภาพ เป็นต้น			
๒. ร่วมทำแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เช่น วิเคราะห์ปัญหา ออกแบบกิจกรรม ออกแบบนวัตกรรม เป็นต้น			
๓. จัดกิจกรรมให้ความรู้และการป้องกันโรคติดเชื้อ และโรคไร้เชื้อ			
๔. จัดกิจกรรมชมรมเพื่อเสริมสร้างทักษะทางด้านสุขภาพ เช่น เดินแอโรบิก สาธิตเมนู สุขภาพ สมุนไพร เป็นต้น			
๕. ร่วมกำหนดและบังคับใช้มาตรการทางสังคมในการดูแลสุขภาพ เช่น ร่วมกำหนด ให้เป็นหมู่บ้านปลอดบุหรี่ กำหนดให้งานบุญต้องไม่มีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กำหนดให้ทุกบ้านปลูกผักสวนครัวรั้วกินได้ เป็นต้น			

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ

2. การเก็บข้อมูล

เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลโดยนำเครื่องมือการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ.2ส. และโรคอุบัติใหม่ซึ่งสามารถดาวน์โหลดจากเว็บไซต์กองสุขภาพ www.hed.go.th เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสามารถใช้ Google Forms ของกองสุขภาพ เพื่อสะดวกในการเก็บข้อมูล โดยมีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าไปที่เว็บไซต์กองสุขภาพ www.hed.go.th คลิกเลือกกล่องข้อความ “ระบบประเมินความรอบรู้และพฤติกรรมสุขภาพ”

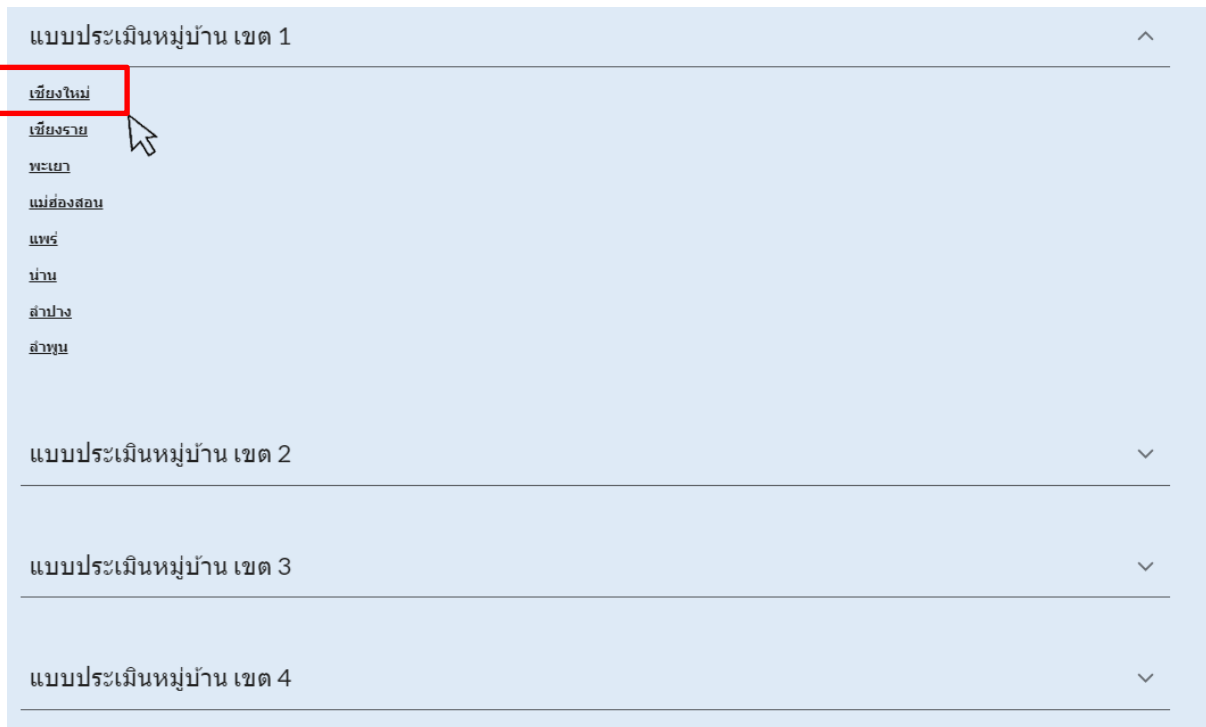


ขั้นตอนที่ 2 เมื่อคลิกเลือก “ระบบประเมินความรอบรู้และพฤติกรรมสุขภาพ” จากนั้นให้คลิกเลือก “แบบประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ” เพื่อตอบแบบสอบถาม

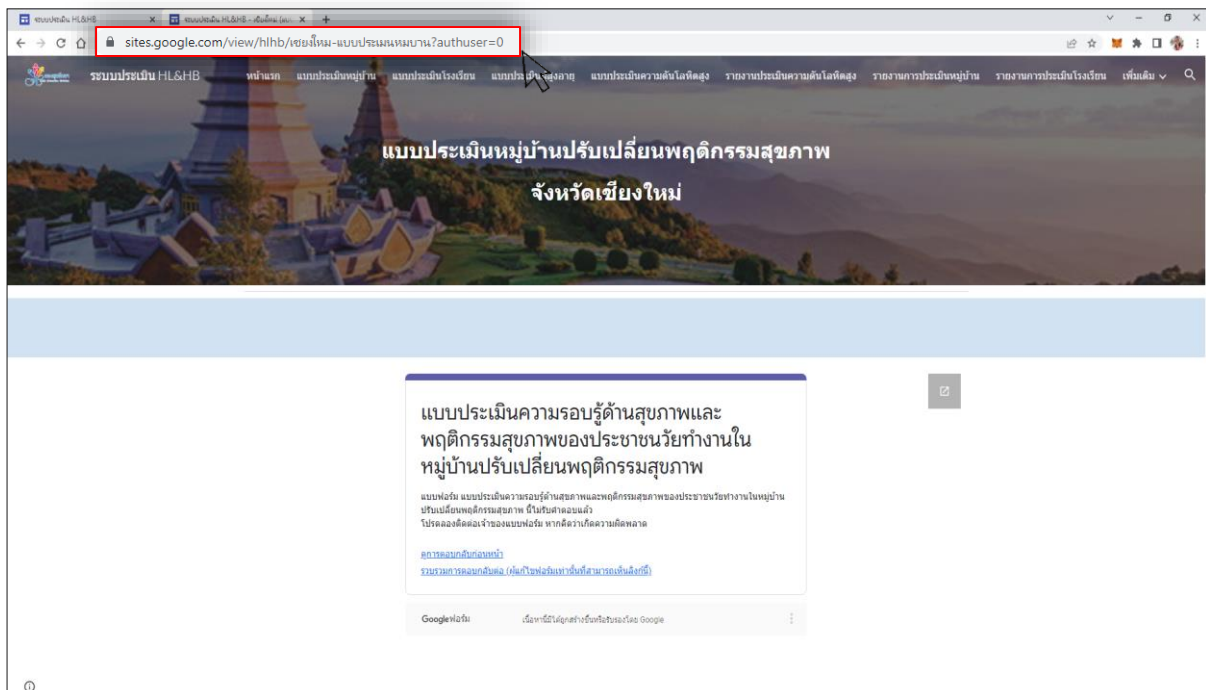
แบบประเมิน และรายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โรงเรียนสุขบัญญัติ ผู้สูงอายุ และผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

			
<p>หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>โรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>ผู้สูงอายุ</p>	<p>ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง</p>
<p>>> แบบประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> แบบประเมินโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>>> แบบประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> แบบประเมินผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการในสถานบริการสุขภาพในพื้นที่ต้นแบบ</p>
<p>>> รายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> รายงานการประเมินโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>>> รายงานการประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> รายงานการประเมินผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการในสถานบริการสุขภาพในพื้นที่ต้นแบบ</p>

ขั้นตอนที่ 3 หลังจากนั้น คลิกเลือกเขต และจังหวัดที่ต้องการให้กลุ่มเป้าหมายตอบแบบสอบถาม



ขั้นตอนที่ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สามารถ“คัดลอกลิงค์ Google Forms” ส่งให้กลุ่มเป้าหมายตอบแบบประเมินใน Google Forms ผ่านทางไลน์ได้เลย



ขั้นตอนที่ 5 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยข้อมูลจะถูกส่งกลับมาที่แบบ “รายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ”

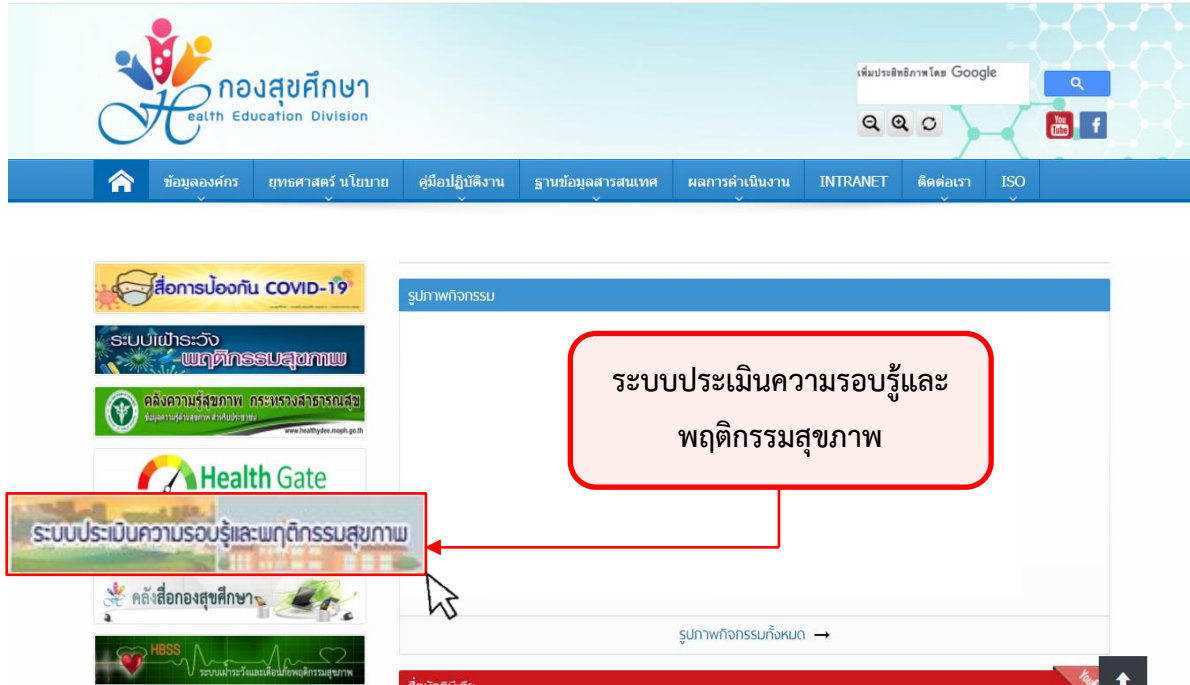


หน้าแรก แบบประเมินหมู่บ้าน แบบประเมินโรงเรียน แบบประเมินผู้สูงอายุ แบบประเมินความดันโลหิตสูง Data Studio ความดันโลหิตสูง 2/65 รายงานการประเมิน และรายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โรงเรียนสุขบัญญัติ ผู้สูงอายุ และผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	โรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ	ผู้สูงอายุ	ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
<p>>> แบบประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>>> รายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>>> Data Studio หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> แบบประเมินโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p> <p>>> รายงานการประเมินโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p> <p>>> Data Studio โรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>>> แบบประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>>> รายงานการประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>>> Data Studio ผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในพื้นที่ต้นแบบ</p> <p>>> รายงานการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในพื้นที่ต้นแบบ</p> <p>>> Data Studio ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในพื้นที่ต้นแบบ</p>

3. การรายงานผล

ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าไปที่เว็บไซต์กองสุขศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือกกล่องข้อความ “ระบบประเมินความรู้และพฤติกรรมสุขภาพ”



ขั้นตอนที่ 2 เมื่อคลิกเลือก “ระบบประเมินความรู้และพฤติกรรมสุขภาพ” จากนั้นให้คลิกเลือก “รายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ” สำหรับดูผลการประเมินประชาชน/อสม. ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

แบบประเมิน และรายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โรงเรียนสุขบัญญัติ ผู้สูงอายุ และผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

			
<p>หมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>โรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>ผู้สูงอายุ</p>	<p>ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง</p>
<p>>> แบบประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> แบบประเมินโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>>> แบบประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> แบบประเมินผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการในสถานบริการสุขภาพในพื้นที่ต้นแบบ</p>
<p>>> รายงานการประเมินหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> รายงานการประเมินโรงเรียนสุขบัญญัติแห่งชาติ</p>	<p>>> รายงานการประเมินผู้สูงอายุในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p>	<p>>> รายงานการประเมินผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการในสถานบริการสุขภาพในพื้นที่ต้นแบบ</p>

ขั้นตอนที่ 3 คลิกเลือกเขต และจังหวัดที่ต้องการดูรายงานการประเมิน

รายงานการประเมินหมู่บ้าน เขต 1

- เชียงราย 1/2566**
- เชียงใหม่ 1/2566
- น่าน 1/2566
- พะเยา 1/2566
- แพร่ 1/2566
- แม่ฮ่องสอน 1/2566
- ลำปาง 1/2566
- ลำพูน 1/2566

ขั้นตอนที่ 4 เมื่อโหลดไฟล์ google sheet เรียบร้อยแล้ว ให้คลิกเลือก sheet “resp.village” (หมายเลข 1) เพื่อดูสถานะของข้อมูล แต่เนื่องจากข้อมูลเป็นข้อความจึงได้แปลงจากข้อความเป็นตัวเลขเพื่อให้สะดวกในการวิเคราะห์ภาพรวม โดยคลิกเลือก sheet “n.village” (หมายเลข 2)

หมู่บ้าน 1/66-เชียงราย (การตอบกลับ) ☆ @

ไฟล์ แก้ไข ดู แทรก รูปแบบ ข้อมูล เครื่องมือ ส่วนขยาย ความช่วยเหลือ

100% ออโต้ขยาย

1	ประเภทเวลา	ชื่ออำเภอ	ชื่อตำบล	ชื่อหมู่บ้าน	1. เขต	2. ปัจจุบันทำเนียบ	3. ทำเนียบการศึกษาสูงสุด	4. ทำเนียบทาง/ส่วนหนึ่ง/สอง	องค์ประกอบที่ 1	องค์ประกอบที่ 2	องค์ประกอบที่ 3
2	22/11/2022, 9:22:38	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	ชาย	อายุ 30 - 39 ปี	ปริญญาตรีขึ้นไป	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
3	22/11/2022, 9:42:41	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	ชาย	อายุ 30 - 39 ปี	ปริญญาตรีขึ้นไป	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
4	22/11/2022, 9:53:49	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	ชาย	อายุ 20 - 29 ปี	อนุปริญญา/ปวส.	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
5	22/11/2022, 10:01:26	แม่จัน	แม่คำมอ	สันนา	หญิง	อายุ 20 - 29 ปี	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก
6	22/11/2022, 10:20:37	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	ชาย	อายุ 40 - 49 ปี	ประถมศึกษา	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
7	22/11/2022, 10:24:19	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	หญิง	อายุ 40 - 49 ปี	ประถมศึกษา	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
8	22/11/2022, 10:24:44	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	หญิง	อายุ 40 - 49 ปี	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
9	22/11/2022, 10:27:19	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	หญิง	อายุ 40 - 49 ปี	มัธยมศึกษาตอนต้น	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
10	22/11/2022, 10:30:13	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	หญิง	อายุ 40 - 39 ปี	มัธยมศึกษาตอนต้น	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
11	22/11/2022, 10:30:38	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	หญิง	อายุ 40 - 49 ปี	มัธยมศึกษาตอนต้น	อส.	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
12	22/11/2022, 11:48:57	แม่จัน	แม่คำมอ	ทุ่ง	ชาย	อายุ 40 - 49 ปี	ปริญญาตรีขึ้นไป	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก
13	22/11/2022, 11:52:12	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	หญิง	อายุ 50 - 59 ปี	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	อส.	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
14	22/11/2022, 12:15:38	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	หญิง	อายุ 30 - 39 ปี	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
15	22/11/2022, 12:28:45	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านแม่คำมอเป็น	หญิง	อายุ 50 - 59 ปี	มัธยมศึกษาตอนต้น	อส.	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
16	22/11/2022, 12:52:59	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	ชาย	อายุ 40 - 49 ปี	ประถมศึกษา	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
17	22/11/2022, 12:58:23	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	หญิง	อายุ 40 - 49 ปี	ประถมศึกษา	อส.	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
18	22/11/2022, 13:02:08	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	หญิง	อายุ 30 - 39 ปี	ประถมศึกษา	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
19	22/11/2022, 13:05:17	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	หญิง	อายุ 20 - 29 ปี	ประถมศึกษา	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีก	ทำได้อีก	ทำได้อีก
20	22/11/2022, 13:06:53	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	ชาย	อายุ 40 - 49 ปี	มัธยมศึกษาตอนต้น	ประชาชนในชุมชน	ไม่เพียงพอ	ไม่เพียงพอ	ไม่เพียงพอ
21	22/11/2022, 13:18:52	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	ชาย	อายุ 50 - 59 ปี	มัธยมศึกษาตอนต้น	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก
22	22/11/2022, 13:21:28	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	ชาย	อายุ 50 - 59 ปี	ปริญญาตรีขึ้นไป	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก
23	22/11/2022, 13:21:28	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	หญิง	อายุ 40 - 49 ปี	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	อส.	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก
24	22/11/2022, 13:21:28	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	หญิง	อายุ 20 - 29 ปี	ปริญญาตรีขึ้นไป	ประชาชนในชุมชน	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก
25	22/11/2022, 13:17:41	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านแม่คำมอใหม่	หญิง	อายุ 30 - 39 ปี	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	อส.	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก	ทำได้อีกมาก

resp.village n.village mirror lookup citylevel HL/HB


หมู่บ้าน 1/66-เชียงราย (การตอบกลับ) ☆ @

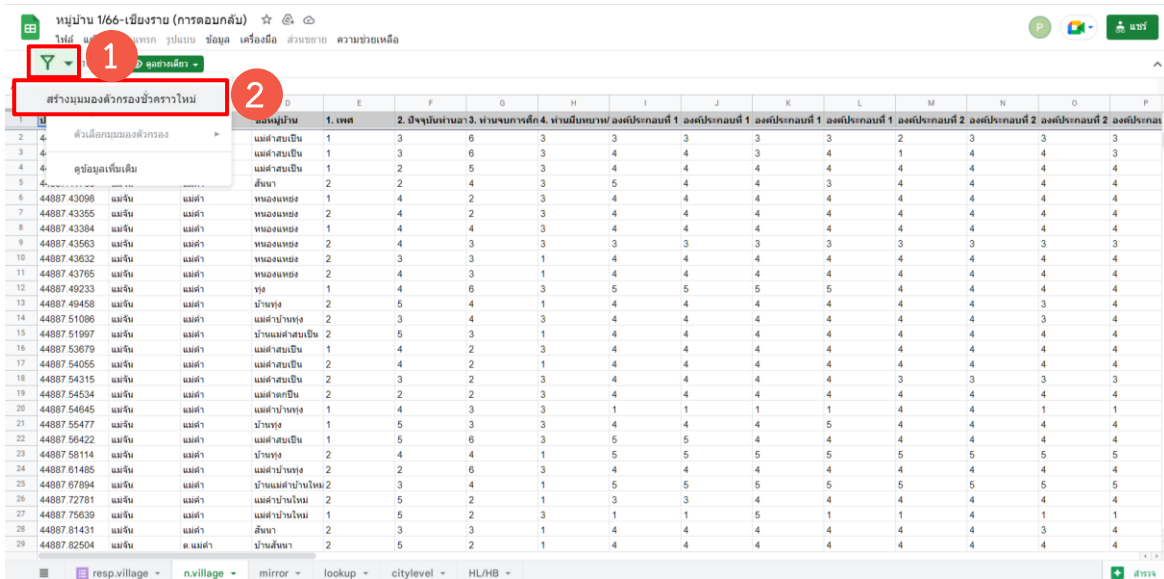
ไฟล์ แก้ไข ดู แทรก รูปแบบ ข้อมูล เครื่องมือ ส่วนขยาย ความช่วยเหลือ


100% ออโต้ขยาย

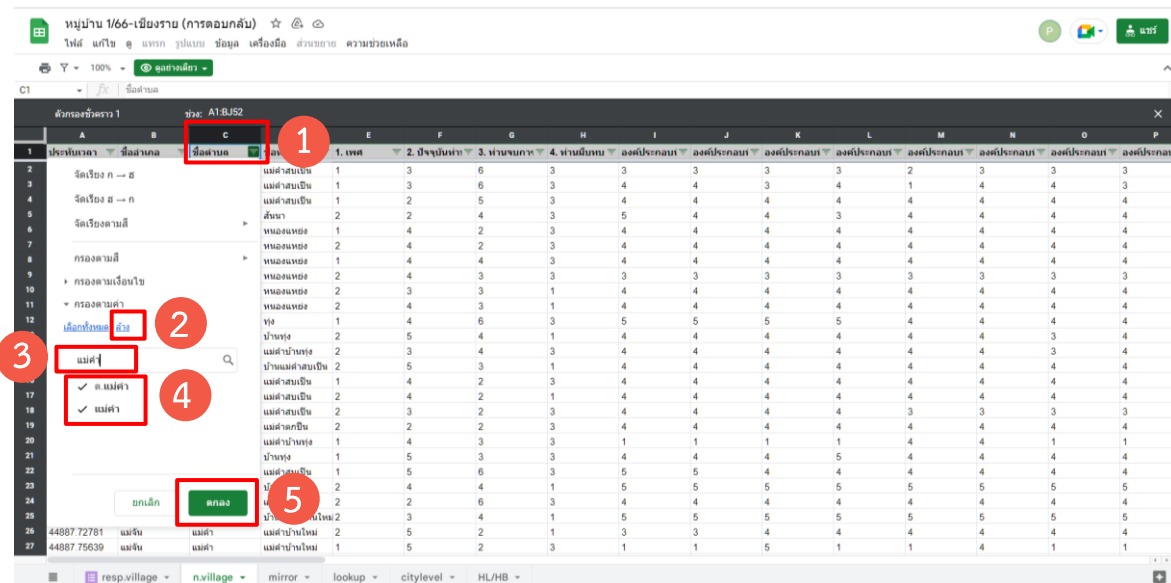
1	ประเภทเวลา	ชื่ออำเภอ	ชื่อตำบล	ชื่อหมู่บ้าน	1. เขต	2. ปัจจุบันทำเนียบ	3. ทำเนียบการศึกษา	4. ทำเนียบทาง/ส่วนหนึ่ง/สอง	องค์ประกอบที่ 1	องค์ประกอบที่ 2	องค์ประกอบที่ 3	องค์ประกอบที่ 4	องค์ประกอบที่ 5	องค์ประกอบที่ 6	องค์ประกอบที่ 7	องค์ประกอบที่ 8	องค์ประกอบที่ 9	องค์ประกอบที่ 10
2	44887.39072	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	1	3	6	3	3	3	3	3	3	2	3			
3	44887.40464	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	1	3	6	3	4	3	4	4	4	1	4			
4	44887.41238	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	1	2	5	3	4	4	4	4	4	4	4			
5	44887.41766	แม่จัน	แม่คำมอ	สันนา	2	2	4	3	5	4	4	4	3	4	4			
6	44887.43098	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	1	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4			
7	44887.43355	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4			
8	44887.43384	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4			
9	44887.43563	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
10	44887.43632	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	2	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4			
11	44887.43765	แม่จัน	แม่คำมอ	หนองแห้ง	2	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4			
12	44887.49233	แม่จัน	แม่คำมอ	ทุ่ง	1	4	6	3	5	5	5	5	5	4	4			
13	44887.49458	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	2	5	4	1	4	4	4	4	4	4	4			
14	44887.51086	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4			
15	44887.51997	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านแม่คำมอเป็น	2	5	3	1	4	4	4	4	4	4	4			
16	44887.53679	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	1	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4			
17	44887.54055	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	2	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4			
18	44887.54315	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	2	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3			
19	44887.54534	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4			
20	44887.54645	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	1	4	3	3	1	1	1	1	1	4	4			
21	44887.55477	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	1	5	3	3	4	4	4	5	4	4	4			
22	44887.56422	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	1	5	6	3	5	5	4	4	4	4	4			
23	44887.58114	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านทุ่ง	2	4	4	1	5	5	5	5	5	5	5			
24	44887.61485	แม่จัน	แม่คำมอ	แม่คำมอเป็น	2	2	6	3	4	4	4	4	4	4	4			
25	44887.67894	แม่จัน	แม่คำมอ	บ้านแม่คำมอใหม่	2	3	4	1	5	5	5	5	5	5	5			

resp.village n.village mirror lookup citylevel HL/HB

ขั้นตอนที่ 5 เลือกหมู่บ้าน หรือตำบล หรืออำเภอ ที่ต้องการรายงานผล คลิกเลือก สัญลักษณ์ “” (หมายเลข 1) จากนั้นเลือก “สร้างมุมมองตัวกรองชั่วคราวใหม่” (หมายเลข 2)



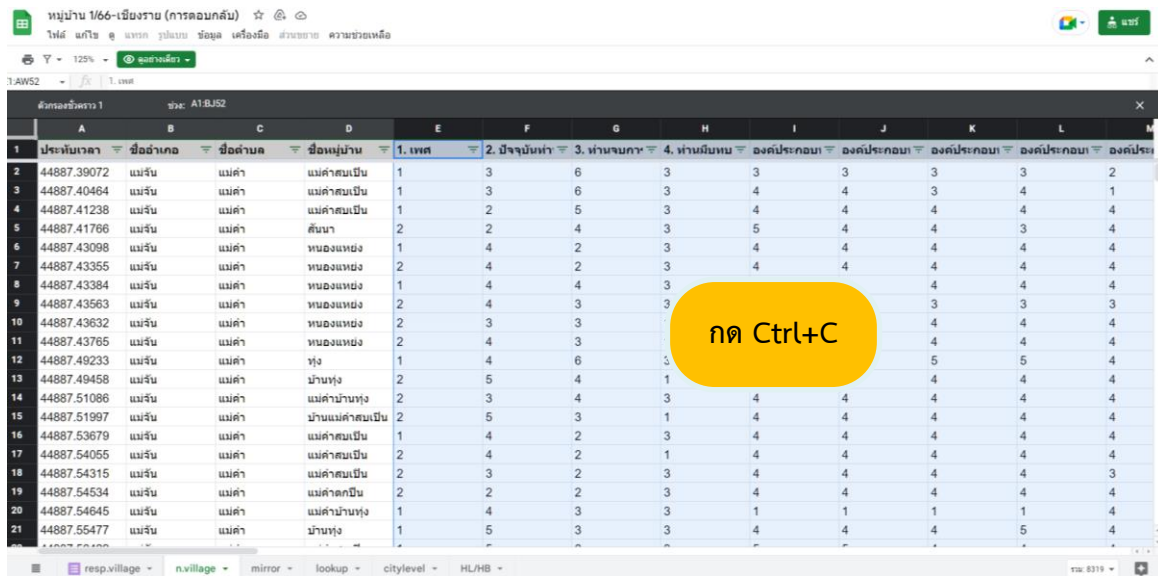
ขั้นตอนที่ 6 ไปที่ “คอลัมน์ C ชื่อตำบล” คลิกที่สัญลักษณ์ “” (หมายเลข 1) แล้วคลิกล้าง (หมายเลข 2) หลังจากนั้นพิมพ์ชื่อตำบลที่ต้องการ (ให้พิมพ์ค่าใกล้เคียงกับตำบลที่ต้องการด้วย) ในช่องค้นหา (หมายเลข 3) เมื่อพบชื่อที่ต้องการให้คลิกถูกที่หน้าชื่อตำบลที่ต้องการ (หมายเลข 4) แล้วตอบ “ตกลง” (หมายเลข 5)



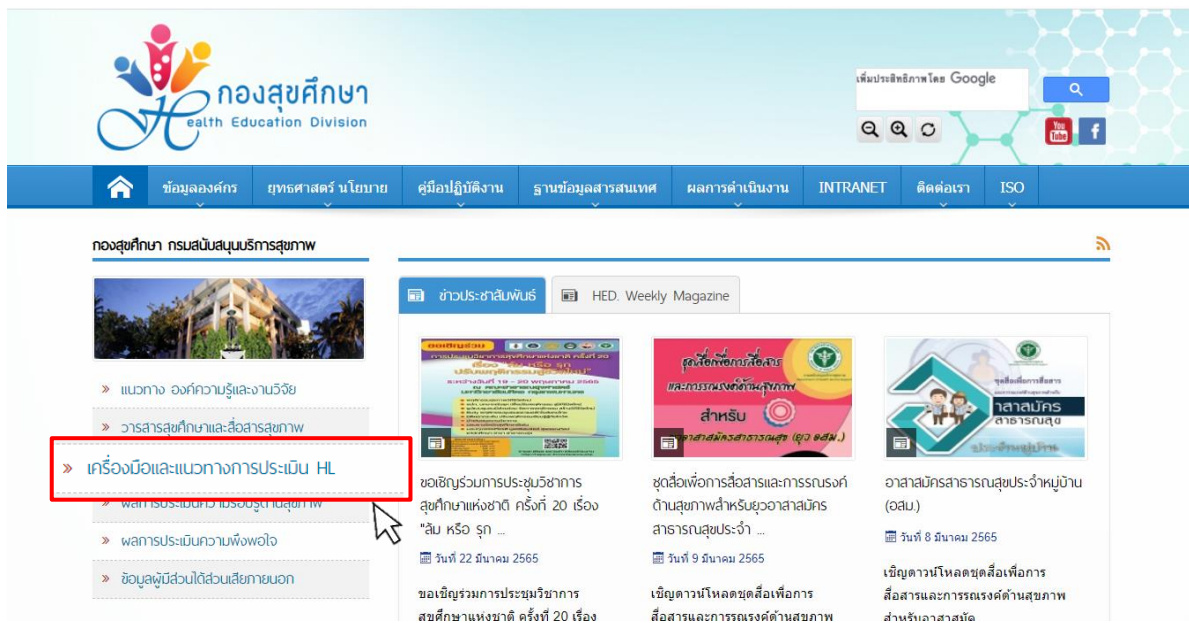
***หมายเหตุ:

หากพบปัญหาของคอลัมน์ mirror/n.village ไม่ขึ้นข้อมูล เนื่องจากข้อมูลอาจมีการผิดพลาด โปรดติดต่อเจ้าหน้าที่กองสุขภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ เพื่อทำการแก้ไขข้อมูลให้

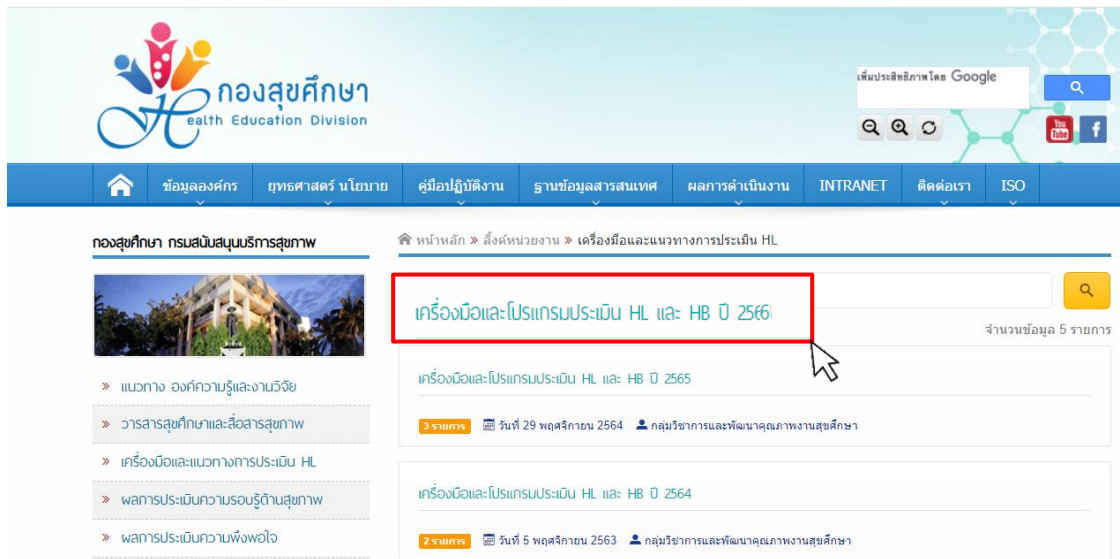
ขั้นตอนที่ 7 คลิกเลือกข้อมูลตั้งแต่ “คอลัมน์ E (เพศ) ถึงคอลัมน์ AW (การมีส่วนร่วม)” จากนั้นลากลงข้างล่างจนครบจำนวนประชาชนในพื้นที่ที่เลือก แล้วกด Ctrl + C (คัดลอก) แล้วนำไปวิเคราะห์ต่อใน Excel



ขั้นตอนที่ 8 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าที่เว็บไซต์กองสุขภาพศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือกกล่องข้อความ “เครื่องมือและแนวทางการประเมิน HL”



ขั้นตอนที่ 9 คลิกเลือก “เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2566”

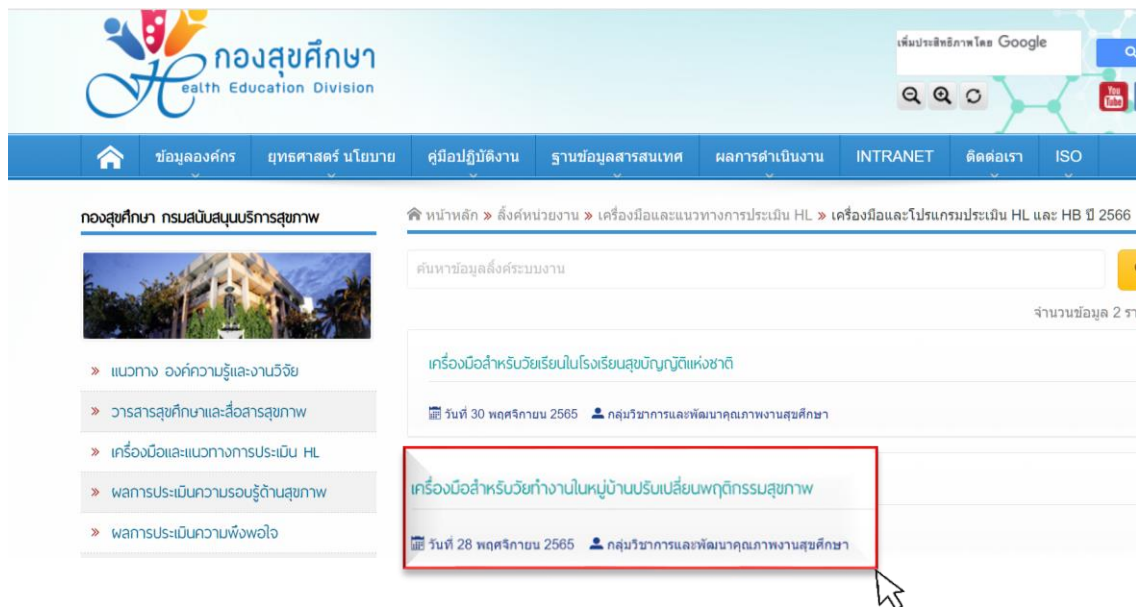


The screenshot shows the website interface with a search bar at the top right. The search results list two items:

- เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2565 (3 รายการ) วันที่ 29 พฤศจิกายน 2564
- เครื่องมือและโปรแกรมประเมิน HL และ HB ปี 2564 (2 รายการ) วันที่ 5 พฤศจิกายน 2563

The first result is highlighted with a red box and a mouse cursor.

ขั้นตอนที่ 10 จากนั้นคลิก “เครื่องมือสำหรับวัยทำงานในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ”

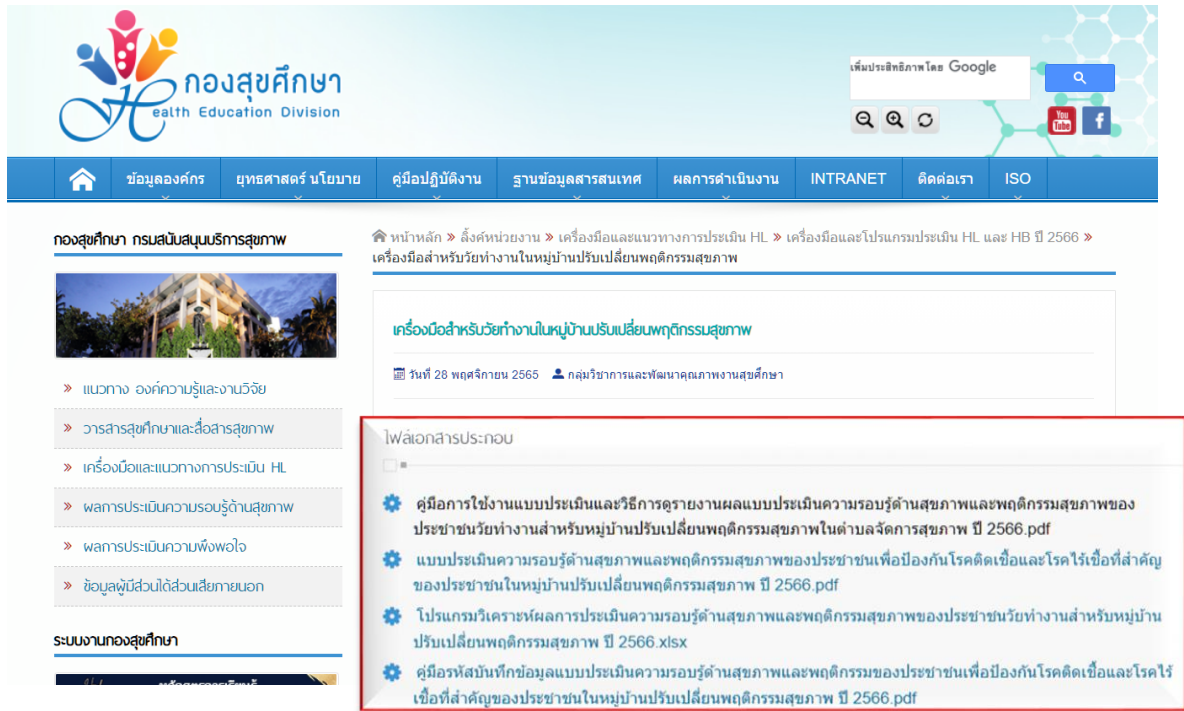


The screenshot shows the website interface with search results for the selected item:

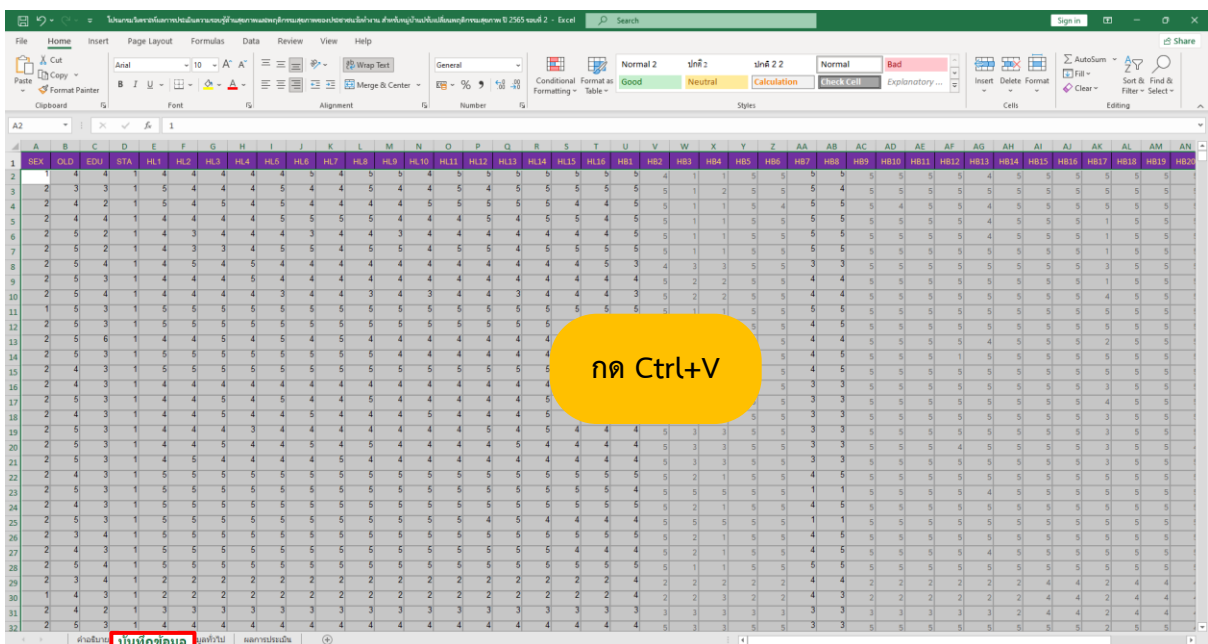
- เครื่องมือสำหรับวัยทำงานในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (2 รายการ) วันที่ 30 พฤศจิกายน 2565
- เครื่องมือสำหรับวัยทำงานในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (2 รายการ) วันที่ 28 พฤศจิกายน 2565

The second result is highlighted with a red box and a mouse cursor.

ขั้นตอนที่ 11 หลังจากนั้นจะปรากฏ (1) แบบประเมิน (2) คู่มือรหัสบันทึกข้อมูล (กรณีไม่ได้ใช้ google forms) และ (3) โปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมิน (Excel) เพื่อประมวลผลข้อมูล จากนั้นคลิกที่ “โปรแกรมวิเคราะห์ผลการประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนวัยทำงานสำหรับหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ปี 2566” เพื่อบันทึกข้อมูลลงในโปรแกรมการวิเคราะห์ข้อมูลของวัยทำงาน



ขั้นตอนที่ 12 เลือก Sheet “บันทึกข้อมูล” จากนั้นกด Ctrl + V (วาง) ที่ตำแหน่งคอลัมน์ A2 ข้อมูลที่ copy ไว้จาก Sheet “n.village” ในขั้นตอนที่ 7 ก็จะปรากฏในชีท “บันทึกข้อมูล” ตามภาพ หรือสามารถบันทึกข้อมูลลงในโปรแกรม SPSS ก็ได้เช่นกัน



ขั้นตอนที่ 13 เลือก Sheet “ข้อมูลทั่วไป” เพื่อดูผลข้อมูลทั่วไปของวัยทำงาน

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน														
เพศ	ชาย		หญิง		รวม									
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ								
	36	19.15	152	80.85	188	100								
ช่วงอายุ	15-19 ปี		20-29 ปี		30-39 ปี		40-49 ปี		50-59 ปี		รวม			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
	0	0.00	3	1.60	22	11.70	66	35.11	97	51.60	188	100.00		
ระดับการศึกษา	ไม่ได้เรียนหนังสือ		ประถมศึกษา		ม.ต้น		ม.ปลาย/ปวช.		อนุปริญญา/ปวส.		ปริญญาตรีขึ้นไป		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	1	0.53	50	26.60	64	34.04	54	28.72	9	4.79	10	5.32	188	100.00
สถานะ	อสม.		ผู้ใหญ่บ้าน/กำนัน/กรรมการชุมชน		ประชาชนในชุมชน		รวม							
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ						
	188	100.00	0	0.00	0	0.00	188	100.00						

ขั้นตอนที่ 14 เลือก Sheet “ผลการประเมิน” เพื่อดูระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงาน โดยมีผลการประเมินแยกระดับ “ดีมาก” “ดี” “พอใช้” และ “ไม่ดี” ซึ่งการดูผลการประเมินจะแบ่งเป็น 2 รอบ

1. รอบที่ 1 : เพื่อทราบผลระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพในแต่ละด้านและนำด้านที่มีโอกาสเสี่ยงปัญหาด้านสุขภาพนำไปวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบการวัด	คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม				ร้อยละจากคะแนนเต็ม	ระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	จำนวนหรือร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน								มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ/ด้านพฤติกรรมสุขภาพเกินเกณฑ์ที่กำหนด		มีพฤติกรรมสุขภาพ/ด้านพฤติกรรมสุขภาพเกินเกณฑ์ที่กำหนด		
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ			ดีมาก	ดี	พอใช้	ไม่ดี	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
1. การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	4.67	3.73	3.75	3.85	4.00	80.00	ดี	34	65.38	13	25.00	4	7.69	1	1.92	31	59.62	3	5.77
2. การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.50	3.58	3.37	3.67	3.53	70.58	พอใช้	15	28.85	19	36.54	11	21.15	7	13.46				
3. การตัดสินใจใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.35	3.52	3.44	3.42	3.43	68.65	พอใช้	7	13.46	27	51.92	9	17.31	9	17.31				
4. การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.00	3.75	3.19	2.69	3.16	63.17	พอใช้	1	1.92	20	38.46	18	34.62	13	25.00				
สรุปคะแนนเฉลี่ยและระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพ					3.53	70.60	ดี	1	1.92	30	57.69	20	38.46	1	1.92				
1. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	2.90	3.19	3.96	3.02	3.19	3.06	3.22	64.42	พอใช้	12	23.08	7	13.46	12	23.08	21	40.38		
2. พฤติกรรมการออกกำลังกาย	2.81	2.75			2.78	55.58	ไม่ดี	7	13.46	4	7.69	18	34.62	23	44.23				
3. การจัดการความเครียด	2.96	3.17			3.07	61.35	พอใช้	6	11.54	46	88.46	17	32.69	14	26.92				
4. พฤติกรรมการออกกำลังกาย	3.71	3.21			3.46	69.23	พอใช้	23	44.23	29	55.77	5	9.62	13	25.00				
5. พฤติกรรมการมีสมาธิ	2.87				2.87	57.31	ไม่ดี	15	28.85	0	0.00	20	38.46	17	32.69				
6. พฤติกรรมการป้องกันอุบัติเหตุที่ใกล้ตัว	3.21	3.33	2.87	3.31	3.52	3.15	3.27	65.44	พอใช้	6	11.54	10	19.23	23	44.23	13	25.00		
สรุปคะแนนเฉลี่ยและระดับพฤติกรรมสุขภาพ					3.11	62.22	พอใช้	0	0.00	3	5.77	18	34.62	31	59.62				
สรุปพฤติกรรมที่มีส่วนร่วม	2.15	2.15	2.10	2.12	2.19	2.14	71.43	ดี	12	23.08	6	11.54	32	61.54	2	3.85			

2. รอบที่ 2 : เพื่อประเมินผลการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ว่ามีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นหรือไม่

สรุปผลการประเมินตามรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ										สำหรับหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในตำบลจักรคูคาบมาชีวิต									
องค์ประกอบการวัด	คะแนนเฉลี่ยรายข้อคำถาม				คะแนนรวมเฉลี่ย	ร้อยละจากคะแนนเต็ม	ระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน				มีความรอบรู้ด้านสุขภาพผ่านเกณฑ์ที่กำหนด		มีพฤติกรรมสุขภาพผ่านเกณฑ์ที่กำหนด					
	1	2	3	4				จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ				
1. การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	4.67	3.73	3.75	3.85	4.00	80.00	ดีเยี่ยม	34	65.38	13	25.00	4	7.69	1	1.92	31	59.62	3	5.77
2. การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.50	3.58	3.37	3.67	3.53	70.58	ดี	15	28.85	19	36.54	11	21.15	7	13.46				
3. การตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.35	3.52	3.44	3.42	3.43	68.65	พอใช้	7	13.46	27	51.92	9	17.31	9	17.31				
4. การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ	3.00	3.75	3.19	2.69	3.16	63.17	พอใช้	1	1.92	20	38.46	18	34.62	13	25.00				
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละตามรอบรู้ด้านสุขภาพ					3.53	70.60	ดี	1	1.92	30	57.69	20	38.46	1	1.92				
1. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	2.90	3.19	3.96	3.02	3.19	3.06	3.22	64.42	พอใช้	12	23.08	7	13.46	12	23.08	21	40.38		
2. พฤติกรรมการออกกำลังกาย	2.81	2.75					2.78	55.58	ไม่ผ่าน	7	13.46	4	7.69	18	34.62	23	44.23		
3. การจัดการความเครียด	2.96	3.17					3.07	61.35	พอใช้	6	11.54	46	88.46	17	32.69	14	26.92		
4. พฤติกรรมการสูบบุหรี่	3.71	3.21					3.46	69.23	พอใช้	23	44.23	29	55.77	5	9.62	13	25.00		
5. พฤติกรรมการดื่มสุรา	2.87						2.87	57.31	ไม่ผ่าน	15	28.85	0	0.00	20	38.46	17	32.69		
6. พฤติกรรมการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	3.21	3.33	2.87	3.31	3.52	3.52	3.27	65.44	พอใช้	6	11.54	10	19.23	23	44.23	13	25.00		
สรุปคะแนนเฉลี่ยและร้อยละพฤติกรรมสุขภาพ							3.11	62.22	พอใช้	0	0.00	3	5.77	18	34.62	31	59.62		
สรุปกิจกรรมที่มีส่วนร่วม	2.15	2.15	2.10	2.12	2.19		2.14	71.43	ดี	12	23.08	6	11.54	32	61.54	2	3.85		

4. คู่มือรหัสบันทึกข้อมูลแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนเพื่อป้องกันโรคติดเชื้อและโรคไร้เชื้อที่สำคัญของประชาชน ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

คู่มือรหัสบันทึกข้อมูล

แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน เพื่อป้องกันโรคติดเชื้อและโรคไร้เชื้อที่สำคัญของประชาชน ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

แบบประเมินนี้มีจุดมุ่งหมาย ใช้เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถ ทักษะ และการปฏิบัติตนด้านสุขภาพของประชาชนวัยทำงาน อายุ 15 ปีขึ้นไป ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วย 4 ตอน จำนวน 45 ข้อ ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน จำนวน 4 ข้อ เป็นแบบตัวเลือก

ตอนที่ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ จำนวน 16 ข้อ เป็นแบบประเมิน

มาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับที่วัดความยากง่ายของการกระทำ ตั้งแต่ระดับไม่เคยทำจนถึงระดับทำได้ง่ายมาก

ตอนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพ จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3.1 พฤติกรรมสุขภาพ ตามหลัก 3อ.2ส. ได้แก่ ด้านพฤติกรรมบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด การสูบบุหรี่ และการดื่มสุราและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 13 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับวัดความถี่ของการปฏิบัติต่อสัปดาห์ ตั้งแต่ระดับไม่เคยปฏิบัติจนถึงระดับปฏิบัติทุกวัน

ตอนที่ 3.2 พฤติกรรมป้องกันโรคติดเชื้อ ได้แก่ การป้องกันการติดเชื้อโควิด-19 จำนวน 7 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับวัดความถี่ของการปฏิบัติต่อสัปดาห์ ตั้งแต่ระดับไม่เคยปฏิบัติจนถึงระดับปฏิบัติทุกวัน

ตอนที่ 4 การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (สำหรับ อสม. หรือแกนนำชุมชน) จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับที่วัดความถี่ของการกระทำตั้งแต่ไม่เคยทำจนถึงทำทุกครั้ง

การลงรหัสบันทึกข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน

ชุมชน/หมู่บ้าน ระบุ..... ตำบล ระบุ.....

อำเภอ ระบุ..... จังหวัด ระบุ.....

1. เพศ (sex)

1) ชาย = 1

2) หญิง = 2

2. ปัจจุบันท่านอายุ (old)

1) อายุ 15-19 ปี = 1

2) อายุ 20-29 ปี = 2

3) อายุ 30-39 ปี = 3

4) อายุ 40-49 ปี = 4

5) อายุ 50-59 ปี = 5

6) อายุ 60 ปี ขึ้นไป = 6

3. ท่านจบการศึกษาสูงสุดหรือกำลังศึกษาระดับชั้นใด (edu)

- 1) ไม่ได้เรียนหนังสือ = 1
- 2) ประถมศึกษา = 2
- 3) มัธยมศึกษาตอนต้น = 3
- 4) มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. = 4
- 5) อนุปริญญา/ปวส. = 5
- 6) ปริญญาตรีขึ้นไป = 6

4. ท่านมีบทบาท/ตำแหน่ง/สถานะทางสังคมแบบใด

- 1) อสม. = 1
- 2) ผู้ใหญ่บ้าน/กำนัน/กรรมการชุมชน = 2
- 3) ประชาชนในชุมชน = 3

ตอนที่ 2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ข้อความประเมินการรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง
โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับตัวท่าน (HL1-HL16)

ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
	ไม่เคย ทำ	ทำได้ ยากมาก	ทำได้ ยาก	ทำได้ ง่าย	ทำได้ ง่าย มาก
องค์ประกอบที่ 1 ทักษะการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ					
1. ท่านสามารถหาแหล่งข้อมูล เมื่อต้องการข้อมูลด้านสุขภาพ และวิธีป้องกันตนเองได้โดยทันที	1	2	3	4	5
2. ท่านสามารถเสาะหาแหล่งบริการสุขภาพที่จะให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพ เมื่อเกิดความเจ็บป่วยหรือจำเป็นได้	1	2	3	4	5
3. ท่านสามารถติดต่อเบอร์สายด่วนสุขภาพที่จะให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพ เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินหรือปัญหาสุขภาพได้	1	2	3	4	5
4. ท่านสามารถตรวจสอบข้อมูลและแหล่งข้อมูลด้านสุขภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง เป็นจริง	1	2	3	4	5
องค์ประกอบที่ 2 ด้านการเข้าใจข้อมูลสุขภาพ					
5. ท่านสามารถอ่านข้อมูลด้านสุขภาพและวิธีการป้องกันตนเอง ด้วยความเข้าใจวิธีการปฏิบัติตามคำแนะนำในคู่มือ หรือเว็บไซต์	1	2	3	4	5
6. ท่านสามารถอ่านฉลากอาหารและยา ที่ได้รับถึงวิธีการกิน การใช้ การเก็บรักษา และผลข้างเคียง	1	2	3	4	5
7. ท่านสามารถเข้าใจข้อมูลสุขภาพที่นำเสนอในรูปของ สัญลักษณ์ คำศัพท์ ตัวเลขหรือเครื่องหมายในสถานพยาบาลได้	1	2	3	4	5
8. ท่านกล้าซักถามผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ เช่น หมอ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อเพิ่มเข้าใจวิธีการดูแลสุขภาพให้เข้าใจที่ถูกต้อง	1	2	3	4	5

ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
	ไม่เคยทำ	ทำได้ยากมาก	ทำได้ยาก	ทำได้ง่าย	ทำได้ง่ายมาก
องค์ประกอบที่ 3 ด้านการประเมินข้อมูลและบริการด้านสุขภาพ					
9. ท่านประเมินข้อมูลการปฏิบัติตัวกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ เช่น หมอ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ก่อนที่จะทำตาม	1	2	3	4	5
10. ท่านพิจารณาข้อดีข้อเสียของข้อมูลสุขภาพที่ได้รับด้วยเหตุผล ก่อนที่จะทำตาม	1	2	3	4	5
11. ท่านทบทวนข้อมูลสุขภาพจากหลายแหล่งจนพบทางเลือกที่เหมาะสมก่อนที่จะทำตาม	1	2	3	4	5
12. ท่านได้ตรงข้อมูลสุขภาพที่ได้รับด้วยเหตุผล ก่อนที่จะทำตามถึงแม้จะมีคนที่ใช้แล้วได้ผล	1	2	3	4	5
องค์ประกอบที่ 4 การประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ					
13. ท่านสามารถนำข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพ ไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาพตนเองให้ดีขึ้นเสมอ	1	2	3	4	5
14. ท่านหมั่นสังเกตความผิดปกติของร่างกายและอารมณ์ของตนเอง เพื่อป้องกันการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นได้	1	2	3	4	5
15. ท่านวางแผน ทำกิจกรรมที่จำเป็น เช่น ชั่งน้ำหนัก ตรวจสุขภาพประจำปี มองโลกในแง่บวก ไม่ทานอาหารที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ ออกกำลังกายเป็นประจำ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีของตนเอง	1	2	3	4	5
16. ท่านตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนในการปฏิบัติตน เพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ	1	2	3	4	5

ค่าความเชื่อมั่น = 0.908

ตอนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพ

ตอนที่ 3.1 พฤติกรรมสุขภาพการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด การสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ของแต่ละข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา (beh1 – beh13)

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติโดยเฉลี่ย/สัปดาห์				
	6-7วัน/ สัปดาห์	4-5วัน/ สัปดาห์	3 วัน/ สัปดาห์	1-2วัน/ สัปดาห์	ไม่ปฏิบัติ
การบริโภคอาหาร					
1. ท่านกินผักและผลไม้สดที่ไม่หวานจัด อย่างน้อยวันละครั้งกิโลกรัม	5	4	3	2	1
2. ท่านมักกินอาหารแบบเดิม ซ้ำๆ จำเจ	1	2	3	4	5
3. ท่านกินอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอด แกงกะทิ เนื้อติดมัน เป็นต้น	1	2	3	4	5
4. ท่านกินขนมที่มีรสหวานเช่น ลูกอม ขนมเชื่อม หรือผลไม้ที่มีน้ำตาลสูง	1	2	3	4	5
5. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น น้ำอัดลม น้ำแดง น้ำเขียว	1	2	3	4	5
6. ท่านกินอาหารรสเค็ม หมักดอง หรือเติมน้ำปลาเพิ่มในอาหาร	1	2	3	4	5
การออกกำลังกาย					
7. ท่านออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องประมาณ 30 นาที จนรู้สึกเหนื่อยหรือมีเหงื่อออก	5	4	3	2	1
8. ท่านได้เคลื่อนไหวร่างกายต่อเนื่องจากการทำกิจวัตรประจำวันประมาณ 30 นาที เช่น เดินไปทำงาน ทำงานบ้าน ทำงานโดยใช้แรง เป็นต้น	5	4	3	2	1
การจัดการความเครียด					
9. ท่านคิดมากหรือวิตกกังวล จนทำให้อนอนหลับหรือหลับมากเกินไป	1	2	3	4	5
10. ท่านกินอาหารมากกว่าปกติหรือน้อยกว่าปกติ เนื่องจากความเครียด	1	2	3	4	5
การสูบบุหรี่					
11. ท่านสูบบุหรี่ ยาสูบ หรือบุหรี่ไฟฟ้า	1	2	3	4	5
12. ท่านใกล้ชิดบุคคลที่สูบบุหรี่ ยาสูบ หรือบุหรี่ไฟฟ้า	1	2	3	4	5
การดื่มสุราและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์					
13. ท่านดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ไวน์ เหล้าขาว ยาตองเหล้า ไชจู เป็นต้น	1	2	3	4	5

ค่าความเชื่อมั่น = 0.624

ตอนที่ 3.2 พฤติกรรมสุขภาพการป้องกันโรคติดเชื้อโควิด-19

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ของแต่ละข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านในรอบ 3 เดือนที่ผ่านมา (beh14 – beh20)

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติ				
	ทุกครั้ง	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
14. ท่านใช้สิ่งของส่วนตัว เช่น จาน ช้อนส้อม แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว ฯลฯ ร่วมกับผู้อื่น	1	2	3	4	5
15. ท่านล้างหรือทำความสะอาดมือก่อนสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก	5	4	3	2	1
16. ท่านกินอาหารปรุงสุก สะอาด	5	4	3	2	1
17. ท่านรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น	1	2	3	4	5
18. หลังจากจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได ที่จับประตู ปุ่มกดลิฟท์ เป็นต้นท่านล้างมือด้วยสบู่ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ล้างมือ	5	4	3	2	1
19. ท่านสวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย	5	4	3	2	1
20. ท่านทำความสะอาดบ้านและข้าวของเครื่องใช้ ที่ใช้ร่วมกันในบ้าน เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได เป็นต้น	5	4	3	2	1

ค่าความเชื่อมั่น = 0.631

ตอนที่ 4 การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (สำหรับอสม.หรือแกนนำชุมชน)

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ของแต่ละข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านในช่วงนี้ (ความถี่ในการปฏิบัติ)

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติ		
	ทุกครั้ง	บางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
1. ร่วมกิจกรรมประเมิน เฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดเชื้อ และโรคไร้เชื้อ เช่น การคัดกรองความเสี่ยงทางด้านสุขภาพ เป็นต้น	3	2	1
2. ร่วมทำแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น วิเคราะห์ปัญหา ออกแบบกิจกรรม ออกแบบนวัตกรรม เป็นต้น	3	2	1
3. จัดกิจกรรมให้ความรู้และการป้องกันโรคติดเชื้อ และโรคไร้เชื้อ	3	2	1
4. จัดกิจกรรมชมรมเพื่อเสริมสร้างทักษะด้านสุขภาพ เช่น เต้นแอโรบิค สาธิตเมนูสุขภาพ สมာธิบำบัด เป็นต้น	3	2	1
5. ร่วมกำหนดและบังคับใช้มาตรการทางสังคมในการดูแลสุขภาพ เช่น ร่วมกำหนดให้เป็นหมู่บ้านปลอดบุหรี่ กำหนดให้งานบุญต้องไม่มีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กำหนดให้ทุกบ้านปลูกผักสวนครัวรั้วกินได้ เป็นต้น	3	2	1

**เกณฑ์ให้คะแนนจำแนก ความรอบรู้ด้านสุขภาพ
เพื่อป้องกันโรคเรื้อรังและโรคติดต่อของประชาชน
ในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ**

1. ทักษะการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อย และอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอ และมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพที่มาก เพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

2. ทักษะการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อย และอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอ และมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่มาก เพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

3. ทักษะการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพ ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อยและอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการตัดสินใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่มากเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

4. ทักษะการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ รวมจำนวน 4 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 20

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 4-11 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 12-13 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพเล็กน้อยและอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 14-15 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 16-20 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับการประยุกต์ใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพที่มากเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

5. สรุปคะแนนรวมความรู้ด้านสุขภาพ รวมจำนวน 16 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 80

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 16-47 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี
ถ้าได้ 48-55 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพเล็กน้อยและอาจจะมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องบ้าง
ถ้าได้ 56-63 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้อง
ถ้าได้ 64-80 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพที่มากเพียงพอและมีการปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ

**เกณฑ์ให้คะแนนจำแนก พฤติกรรมสุขภาพ
เพื่อป้องกันโรคไร้เชื้อและโรคติดเชื้อของประชาชนวัยทำงานในหมู่บ้าน
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ**

1. ทักษะด้านการบริโภคอาหาร รวมจำนวน 6 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 30

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 6-17 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารไม่ถูกต้อง
ถ้าได้ 18-20 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารได้ถูกต้อง เป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 21-23 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารได้ถูกต้อง เป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 24-30 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารได้อย่าง ถูกต้องสม่ำเสมอ

2. ทักษะด้านการออกกำลังกาย รวมจำนวน 2 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 10

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 2-5 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายไม่ถูกต้อง
ถ้าได้ 6 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายได้ถูกต้อง เป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 7 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายได้ถูกต้อง เป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 8-10 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายได้อย่าง ถูกต้องสม่ำเสมอ

3. ทักษะด้านการจัดการความเครียด รวมจำนวน 2 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 10

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 2-5 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการจัดการความเครียดไม่ ถูกต้อง
ถ้าได้ 6 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการจัดการความเครียดได้ ถูกต้องเป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 7 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการจัดการความเครียดได้ ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 8-10 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการจัดการความเครียดได้ อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ

4. ทักษะด้านการสูบบุหรี่ รวมจำนวน 2 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 10

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 2-5 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่ไม่ถูกต้อง
ถ้าได้ 6 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่ได้ถูกต้องเป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 7 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่ได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 8-10 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่ได้อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ

5. ทักษะด้านการดื่มสุราและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ รวมจำนวน 1 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 5

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 1-2 คะแนน <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ไม่ถูกต้อง
ถ้าได้ 3-3.4 คะแนน 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้องเป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 3.5-3.9 คะแนน 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 4-5 คะแนน ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ได้อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ

6. ทักษะด้านการป้องกันการติดเชื้อ รวมจำนวน 7 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 35

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้น้อยกว่าหรือเท่ากับ 20 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการป้องกันการติดเชื้อไม่ถูกต้อง
ถ้าได้ 21-24 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการป้องกันการติดเชื้อได้ถูกต้องเป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 25-27 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการป้องกันการติดเชื้อได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 28-35 คะแนน หรือ ≥80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการป้องกันการติดเชื้อได้อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ

7. สรุปคะแนนรวมพฤติกรรมสุขภาพป้องกันโรคไร้เชื้อและโรคติดต่อ รวมจำนวน 20 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 100

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้น้อยกว่าหรือเท่ากับ 59 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีพฤติกรรมปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองด้านโรคไร้เชื้อและโรคติดต่อไม่ถูกต้อง
ถ้าได้ 60-69 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีพฤติกรรมปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองด้านโรคไร้เชื้อและโรคติดต่อได้ถูกต้องเป็นเล็กน้อย
ถ้าได้ 70-79 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีพฤติกรรมปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองด้านโรคไร้เชื้อและโรคติดต่อได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่
ถ้าได้ 80-100 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีพฤติกรรมปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพตนเองด้านโรคไร้เชื้อและโรคติดต่อได้อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ

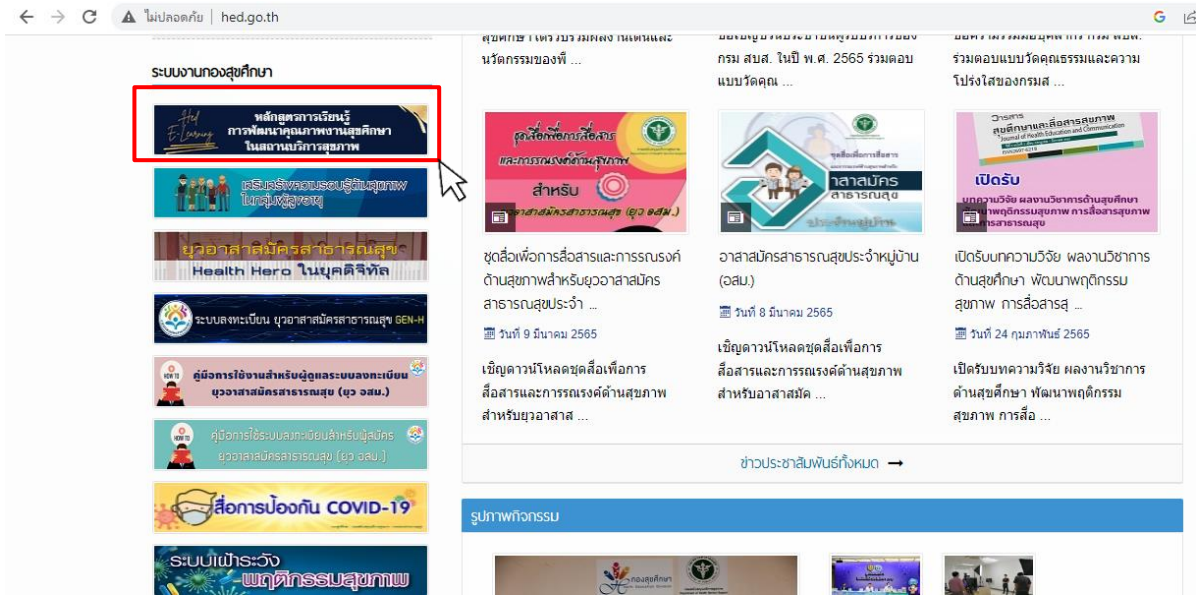
เกณฑ์ให้คะแนนจำแนก
การมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม (สำหรับอสม.หรือแกนนำชุมชน)
1. สรุปคะแนนรวมการมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม รวมจำนวน 5 ข้อ คะแนนรวมเต็ม 15

คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล
ถ้าได้ 5-8 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดี	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชุมชนน้อยมาก
ถ้าได้ 9-10 คะแนน หรือ 60-69% ของคะแนนเต็ม	พอใช้	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชุมชนค่อนข้างน้อย
ถ้าได้ 11 คะแนน หรือ 70-79% ของคะแนนเต็ม	ดี	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชุมชนค่อนข้างมาก
ถ้าได้ 12-15 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	-มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชุมชนเป็นประจำ สม่ำเสมอ

ภาคผนวก ค : หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพผู้ปฏิบัติงาน

หลักสูตรการเรียนรู้การพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษาในสถานบริการสุขภาพ

ขั้นตอนที่ 1 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เข้าที่เว็บไซต์ของสุขศึกษา www.hed.go.th คลิกเลือกกล่องข้อความ “หลักสูตรการเรียนรู้การพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษาในสถานบริการสุขภาพ”



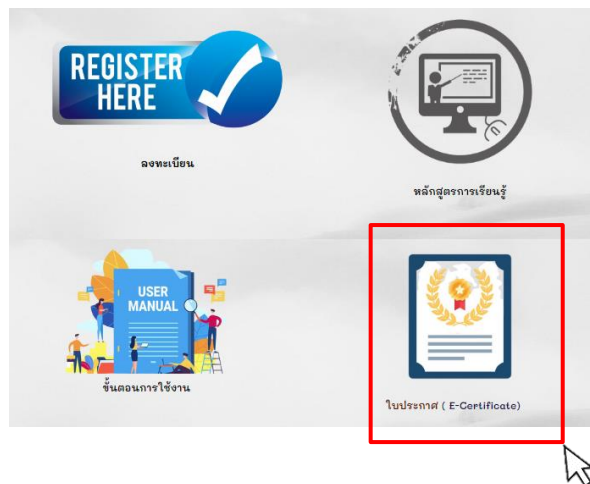
ขั้นตอนที่ 2 คลิกลงทะเบียนและทำแบบทดสอบ Pre-test เพื่อวัดระดับความรู้ก่อนเริ่มเรียน



ขั้นตอนที่ 3 คลิกเลือก “หลักสูตรเรียนรู้” ซึ่งจะมีทั้งหมด 9 หน่วยการเรียนรู้ ในระหว่างการเรียนแต่ละหน่วย จะมีการทดสอบหลังเรียนให้ทำแบบทดสอบหลังเรียนจบครบ 9 หน่วยการเรียนรู้ จากนั้นทำแบบทดสอบ หลังเรียน (Post-test)



ขั้นตอนที่ 4 คลิกใบประกาศ (E-certificate)



ขั้นตอนที่ 5 จะปรากฏหน้า Google Sheet ซึ่งแสดงชื่อ-นามสกุล ชื่อสถานพยาบาล คะแนน ผลการทดสอบ ซึ่งหากผ่านการทดสอบสามารถดาวน์โหลดใบประกาศได้โดยคลิกที่ link

ลำดับ	สำเนาชื่อ	ชื่อ	นามสกุล	ชื่อสถานพยาบาล	คะแนน	ผลการทดสอบ	ใบประกาศผ่านการอบรม
1	นาง	กรวิภา	คตอินทร์	รพ.สค. ท่าอิฐ	42 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1A2YeamyEF1BX9MnrCoV5iLE3zUkCyJvB/
2	นางสาว	วิภาวีน	โมสูงเนิน	รพ.สค.คลองหลวง	43 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1nbVhHXt_YYadKUm6Bcr3m9G4bzt0kf/
3	นาย	สุชาติ	สันสิ้น	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรี	47 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1-phW4Wb0040mirheCUzIQgrQwMk8uQ/
4	นางสาว	สุมิศา	คาบพลหาร	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนองสม	40 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1Auzosw6HrYpumZNRh3wXR-FnICWlZ2N/
5	นาย	เอกวิทย์	แพงทรัพย์	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร	43 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1FQZLaeTmNkx4tJJaGN5q3L0b59t23s6T/
6	นาง	พรหมณพิจร์	แพงทรัพย์	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพังช้างใต้	46 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1lI05m1yTRaVoWfuzA1zP4ZUkmWeQgIR/v/
7	นาง	จิราภรณ์	เชียวเจริญกุล	โรงพยาบาลพังโคน	43 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1VcXlqTLNjXht8dRgDawD4UJHKL_RXFPjU/
8	นาง	กัญปภัศ	ภูเงิน	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมลาย	39 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/14kCqBLDKLMSU0ejoj9TQ3nTa7HHeeuu7/
9	นางสาว	สุปรียา	มะระยะ	โรงพยาบาลบึงกาฬ	36 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1J9WazYmWUGkWYztJzeumCtJnjasDjL/
10	นางสาว	อภิศรา	คาดวง	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบึงกาฬ	38 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1qB_7X2uoyB6DgpppM7wo5rTZJLXQw8lB/
11	นางสาว	จิตนาถ	ทองแฉล้ม	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหวด	38 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1uRpzHR55nwy64LbxG7jX6GDJ46e-B4C/
12	นาย	วุฒิชัย	ก้อนแปง	โรงพยาบาลพาน	34 / 50 ไม่ผ่าน		
13	นาย	วุฒิชัย	ก้อนแปง	โรงพยาบาลพาน	42 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/179Chy7hwuBISm2Smb6a0f6xpZpNjAZy/
14	นางสาว	อัญญารัตน์	รามศิริ	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเลย	25 / 50 ไม่ผ่าน		
15	นางสาว	อัญญารัตน์	รามศิริ	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเลย	39 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1a1D2bqDk4KouQ6B1Bb0GpJzr-chLbL/
16	นาย	ปิติพล	คำปิ่นพรหม	โรงพยาบาลแม่สาย	45 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/1skhFZicw553M4z4rYvDwG0thGhz/v/
17	นาย	อาทร	แบนแก้ว	โรงพยาบาลเชียงแสน	27 / 50 ไม่ผ่าน		
18	นาย	อาทร	แบนแก้ว	โรงพยาบาลเชียงแสน	41 / 50 ผ่าน		https://drive.google.com/file/d/16yZKYQANV-AY0dkchV00NLSHGagPF/
19	นาย	สิทธิศักดิ์	อินคำ	โรงพยาบาลแม่พื้หลวง	24 / 50 ไม่ผ่าน		



คณะทำงาน

กลุ่มวิชาการและพัฒนาคุณภาพงานสุขศึกษา กองสุขศึกษา

- | | | |
|------------------|-----------|----------------------------------|
| 1. นางสาวพรสุดา | มโนชัย | นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ |
| 2. นางสาวธัญชนก | ชุมทอง | นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ |
| 3. นางสุภัชญา | ยศประกอบ | นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ |
| 4. นางกรวิภา | ศตอินทร์ | นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ |
| 5. นางสาวธนัชพร | มังกรแก้ว | นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ |
| 6. นางสาวจิรัชญา | จำเต็มสุข | นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ |