สรุปผลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุ จังหวัดฉะเชิงเทรา ปี 2564

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดฉะเชิงเทรา
CHACHOENGSAO PROVINCIAL PUBLIC HEALTH OFFICE

ความเป็นมาและวัตถุประสงค์

จากรายงานโครงการติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 – 2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552 ระยะที่ 2 (พ.ศ. 2550 – 2554) ดัชนีวัดที่ 8 สัดส่วนประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ เป้าหมายการดำเนินงานร้อยละ 30 มีผลการดำเนินงานเพียงร้อยละ 18.7, ปี 2556 เป้าหมายร้อยละ 40 มีผลการดำเนินงานร้อยละ 26.7, ปี 2561 เป้าหมายร้อยละ 50 มีผลการดำเนินงานร้อยละ 54.4, ปี 2562 เป้าหมายร้อยละ 50 มีผลการดำเนินงานร้อยละ 52.0 และในปี 2563 ที่ผ่านมา ร้อยละ 37.8

ปี 2563 จังหวัดฉะเชิงเทรา มีเป้าหมายสำรวจพฤติการณ์สุขภาพที่พึงประสงค์ (5 ด้าน : *1)มีกิจกรรมทางกายที่ระดับปานกลาง สะสม 150 นาที/สัปดาห์ 2) กินผักและผลไม้ วันละ 5 กำมือ เป็นประจำ 3) ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ ๘ แก้ว 4) ไม่สูบบุหรี่/ไม่สูบยาเส้น 5) ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์)* จำนวน 1,185 คน (ร้อยละ 1) ดำเนินการสำรวจ 5,714 คน ผ่านการประเมินทั้ง 5 ด้าน 1,329 คน คิดเป็นร้อยละ 23.26 ไม่ผ่านเกณฑ์

ปี2564 จังหวัดฉะเชิงเทรา มีเป้าหมายการสำรวจฯ (ประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่มี ADL ≥ 12 คะแนนขึ้นไป) ร้อยละ 7 ของผู้สูงอายุจำนวน 8,100 คน เฉลี่ยทุกอำเภอ โดยวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (8 ด้าน) รวมทั้ง ขับเคลื่อนตัวชี้วัดการตรวจราชการฯ “ร้อยละผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์” ร้อยละ 50 และเพื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ พัฒนาทักษะและปรับพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงในผู้สูงอายุ

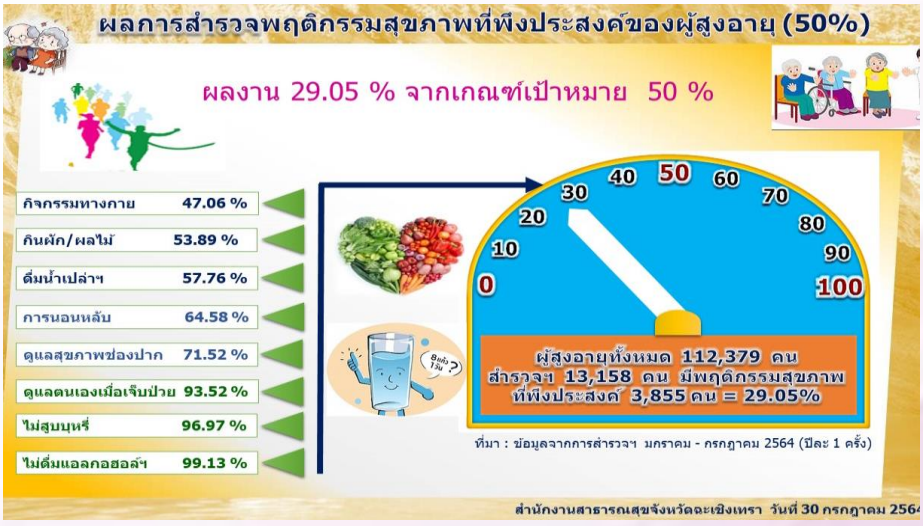
วิธีการ

1. ถ่ายทอดนโยบาย กำหนดเป้าหมาย และวันสิ้นสุดการประเมินฯ ประสานผู้รับผิดชอบเข้าร่วมประชุมชี้แจงการใช้งาน (Application Health For You (H4U))
2. ผู้รับผิดชอบของหน่วยบริการสาธารณสุขทุกแห่ง ประสานผู้สูงอายุตามเป้าหมาย สำรวจฯ ใน Application H4U
3. ติดตามความก้าวหน้าการดำเนินงานเทียบกับเป้าหมายทุกเดือน ผ่านกลุ่มไลน์ “Aging อำเภอ”
4. จังหวัดฯ สรุปผลงานฯ ผ่านกลุ่มไลน์ “Aging อำเภอ” พร้อมทั้ง คืนข้อมูลให้ผู้บริหารหน่วยงาน
5. ให้คำปรึกษา แนะนำ ชื่นชม และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ผ่านกลุ่มไลน์ “Aging อำเภอ”

ผลการดำเนินงาน : เป้าหมายร้อยละ 50

เป้าหมายการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ปี 2564

อำเภอ	เมืองฯ	บางคล้า	บางน้ำเปรี้ยว	บางปะกง	บ้านโพธิ์	พนมสารคาม	ราชสาส์น	สนามชัยเขต	แปลงยาว	ท่าตะเกียบ	คลองเขื่อน	รวม
เป้าหมาย	1,700	700	1,000	1,000	700	1,000	200	700	500	400	200	8,100
สำรวจ	1,990	704	1,646	1,010	3,978	967	207	1,019	654	380	603	13,158



สำรวจฯ ทั้งหมด 13,158 คน สำรวจได้มากกว่าเป้าหมาย มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (8 ด้าน) เพียง 3,822 คน ร้อยละ 29.05 ไม่ผ่านเกณฑ์ *(ระดับเขต ร้อยละ23.32, ระดับประเทศ ร้อยละ 30.78)*

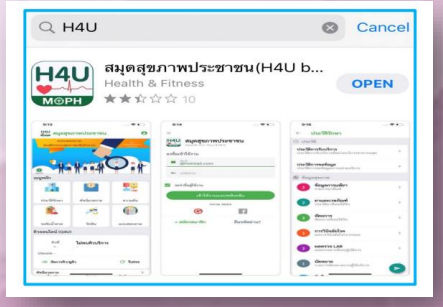
ในภาพอำเภอผ่านเกณฑ์เพียง 3 อำเภอ ได้แก่ คลองเขื่อน ร้อยละ 78.11, บางปะกง ร้อยละ 73.76 และอำเภอสนามชัยฯ ร้อยละ 65.36

โดยมีพฤติกรรมเสี่ยง ที่ต้องเร่งแก้ไข 3 อันดับแรก คือ

1. มีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย ร้อยละ 47.06
2. กินผักผลไม้เป็นประจำทุกวัน ร้อยละ 53.89
3. ดื่มน้ำเปล่าอย่างน้อย 8 แก้ว /วัน ร้อยละ 57.76

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ผู้สูงอายุมีองค์ความรู้ ตระหนักและเข้าใจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
2. ผู้สูงอายุได้รับข้อแนะนำในการจัดการแก้ไขพฤติกรรมเสี่ยงเฉพาะรายบุคคล
3. ผู้สูงอายุได้เรียนรู้รูปแบบการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ แบบใหม่ ผ่าน Application H4U
4. หน่วยบริการสาธารณสุข มีข้อมูลสถานการณ์สำหรับการจัดการปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงของผู้สูงอายุ



ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

1. ผู้บริหารหน่วยงานสาธารณสุขและบุคลากร ให้ความสำคัญ และเป็นตัวชี้วัดการตรวจราชการฯ ต่อเนื่อง 2 ปี
2. ผู้สูงอายุให้ความร่วมมือ ในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ โดยประเมินพฤติกรรมตนเองผ่าน Application (H4U) ซึ่งมีข้อแนะนำในการปรับพฤติกรรมเสี่ยงส่วนบุคคล
3. การใช้ข้อมูลเป็นการกระตุ้นและติดตามการดำเนินงานเปรียบเทียบระดับจังหวัด และระดับอำเภอ
4. การให้คำปรึกษา แนะนำ ชื่นชมยินดี และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ทางกลุ่มไลน์ผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุ “Aging อำเภอ”

นางกฤษณา ปั้นศิริ เจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ สสจ.ฉะเชิงเทรา

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดฉะเชิงเทรา
CHACHOENGSAO PROVINCIAL PUBLIC HEALTH OFFICE

สรุปผลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุ จังหวัดฉะเชิงเทรา ปี 2564 (มกราคม –กรกฎาคม 2564)

1. ความเป็นมา

สังคมไทยเป็นสังคมผู้สูงอายุ จากการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย ปี 2553 – 2583 ของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรฐกิจและสังคมแห่งชาติ คาดว่า ในปี 2583 ประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปสูงถึง 20.5 ล้านคน หรือคิดเป็นสัดส่วนร้อยละ 32 ของจำนวนประชากรไทยทั้งหมด

จากรายงานโครงการติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 – 2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552 ระยะที่ 2 (พ.ศ. 2550 – 2554) ดัชนีวัดที่ 8 สัดส่วนประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ เป้าหมายการดำเนินงานร้อยละ 30 มีผลการดำเนินงานเพียงร้อยละ 18.7, ปี 2556 เป้าหมายร้อยละ 40 มีผลการดำเนินงานร้อยละ 26.7, ปี 2561 เป้าหมายร้อยละ 50 มีผลการดำเนินงานร้อยละ 54.4, ปี 2562 เป้าหมายร้อยละ 50 มีผลการดำเนินงานร้อยละ 52.0, และในปี 2563 ที่ผ่านมา ได้มีการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุทุกจังหวัด ด้วย Application Health For You (H4U) เป็นปีแรก ผลการสำรวจพบว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 5 ด้าน *(๑. มีกิจกรรมทางกายที่ระดับปานกลาง (เดิน/ปั่นจักรยาน/ทำงานบ้าน/ทำไร่/ทำสวน/ทำนา/ออกกำลังกาย สะสม 150 นาที/สัปดาห์ ๒. กินผักและผลไม้ วันละ 5 กำมือ เป็นประจำ (6 - 7 วันต่อสัปดาห์) ๓. ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ ๘ แก้ว ๔. ไม่สูบบุหรี่/ไม่สูบยาเส้น ๕. ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์)* ร้อยละ 37.8 และมีการศึกษาทบทวนวรรณกรรมเพิ่มเติมทั้งในและต่างประเทศ จึงได้เพิ่มเติมความหมายของพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ เพิ่มเติมจากเดิมเป็น 8 ด้าน โดยเริ่มดำเนินการในปี 2564 ประกอบด้วย

1. มีกิจกรรมทางกายที่ระดับปานกลาง
   (เดิน/ปั่นจักรยาน/ทำงานบ้าน/ทำไร่/ทำสวน/ทำนา/ ออกกำลังกาย) สะสม 150 นาที/สัปดาห์
2. กินผักและผลไม้ วันละ 5 กำมือ เป็นประจำ *(6 - 7 วันต่อสัปดาห์)*
3. ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ ๘ แก้ว
4. ไม่สูบบุหรี่/ไม่สูบยาเส้น
5. ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ *เช่น สุรา เบียร์ ยาดองเหล้า*
6. มีการดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย
   (เมื่อไม่เจ็บป่วยมีการดูแลตนเอง, เมื่อมีโรคประจำตัวมีการรักษาและรับประทานยาต่อเนื่อง)
7. มีการนอนหลับอย่างเพียงพอ อย่างน้อยวันละ 7 - 8 ชั่วโมง
8. ด้านทันตกรรม/การดูแลสุขภาพช่องปาก

โดยประเมินผ่าน Application Health For You (H4U) ผลการประเมินมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ หมายถึง ทำเป็นประจำ 6 - 7 วัน/สัปดาห์ ครบทั้ง 8 ด้าน จึงถือว่าผ่าน

จากข้อมูลทะเบียนราษฎร์ ปี 2559 – 2563 จังหวัดฉะเชิงเทรา มีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นต่อเนื่อง คือ ร้อยละ 15.38, ร้อยละ 15.83, ร้อยละ 16.27, ร้อยละ 16.58 และร้อยละ 17.70 ตามลำดับ และจากข้อมูล Health Data Center ปี 2564 ณ วันที่ 15 พฤษภาคม 2564 จังหวัดฉะเชิงเทรา มีผู้สูงอายุ 111,639 คน คิดเป็นร้อยละ 19.73 ของประชากรทั้งหมด ในภาพอำเภอมีอัตราประชากรสูงอายุ สูงที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ อำเภอคลองเขื่อน ร้อยละ 26.02 อำเภอบางคล้า ร้อยละ 23.45 และอำเภอบ้านโพธิ์ ร้อยละ 22.59 และอำเภอที่อัตราผู้สูงอายุน้อยที่สุด คือ อำเภอแปลงยาว ร้อยละ 16.71

ผลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ปี ๒๕๖๓ จังหวัดฉะเชิงเทรา สำรวจครอบคลุมทุกอำเภอ จำนวน 5,714 คน มีผู้สูงอายุที่ผ่านการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 5 ด้านเพียง 1,329 คน คิดเป็นร้อยละ 23.26 ไม่ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 60) ในภาพอำเภอผ่านเกณฑ์ เพียง 2 อำเภอ ได้แก่ ท่าตะเกียบ ร้อยละ 70.73 และ บางปะกง ร้อยละ 62.15 อำเภอผ่านเกณฑ์น้อยที่สุด 3 อันดับ ได้แก่ แปลงยาว พนมสารคาม และบ้านโพธิ์ ร้อยละ 5.08, 8.85 และ 13.27 ตามลำดับ

สำหรับพฤติกรรมสุขภาพหรือการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุ รายด้านทั้ง 5 ด้าน พบพฤติกรรมด้านดีสูงที่สุดตามลำดับ คือ 1) ผู้สูงอายุไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 93.05 2) ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น ร้อยละ 91.42

โดยพฤติกรรมอีก 3 ด้าน พบอัตราค่อนข้างน้อยใกล้เคียงกัน คือ 3) ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ ๘ แก้ว ทุกวัน/เกือบทุกวัน (5 - 7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 49.11 4) มีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายอย่างน้อย สัปดาห์ละ ๕ วัน ครั้งละ ๓๐ นาที ทุกวัน/เกือบทุกวัน (5 - 7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 47.36 และ 5) รับประทานผักสด ผลไม้สด เป็นประจำทุกวัน/เกือบทุกวัน (5 - 7 วัน/สัปดาห์) ร้อยละ 46.38

2. วัตถุประสงค์และกลุ่มเป้าหมาย

2.1 เพื่อให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้ง 8 ด้าน รวมทั้ง ขับเคลื่อนตัวชี้วัดการตรวจราชการฯ “ร้อยละผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์” ร้อยละ 50

2.2 เพื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ พัฒนาทักษะและปรับพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงในผู้สูงอายุ

2.3 เพื่อส่งเสริมสนับสนุนกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในชมรมผู้สูงอายุ/โรงเรียนผู้สูงอายุและชุมชน

2.4 เป้าหมายประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่มี ADL ≥ 12 คะแนนขึ้นไป ร้อยละ 7 ของผู้สูงอายุ จำนวน 8,100 คน เฉลี่ยทุกอำเภอ

3. การดำเนินงาน

3.1 สื่อสาร ถ่ายทอดนโยบายการดำเนินงานและกำหนดเป้าหมายและวันสิ้นสุดการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (8 ด้าน) แก่ผู้รับผิดชอบระดับอำเภอ โดยกำหนดให้สำรวจฯ ให้ได้ 50% ของเป้าหมายภายในเดือน มีนาคม 2564 และให้ครบ 100% ของเป้าหมายภายในเดือน พฤษภาคม 2564

3.2 ประสานผู้รับผิดชอบเข้าร่วมประชุมชี้แจงการใช้งาน Application Health For You (H4U)

3.3 หน่วยงานสาธารณสุขทุกแห่ง ประสานผู้สูงอายุตามเป้าหมาย ให้ประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ผ่าน Application Health For You (H4U)

3.3 ติดตามความก้าวหน้าการดำเนินงานเทียบกับเป้าหมายทุกเดือน ผ่านกลุ่มไลน์ “Aging อำเภอ”

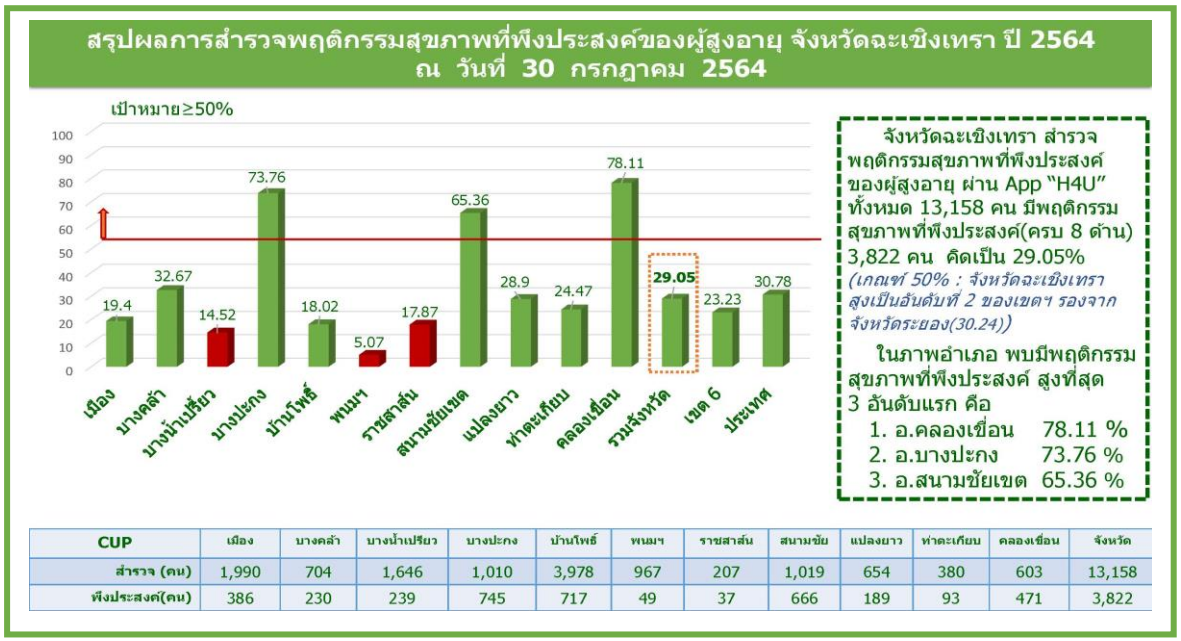
3.4 สรุปผลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์จาก Application Health For You (H4U) ผ่านกลุ่มไลน์ “Aging อำเภอ” พร้อมทั้ง คืนข้อมูลให้ผู้บริหารหน่วยงานสาธารณสุขทุกอำเภอ เพื่อวางแผนการปรับพฤติกรรมเสี่ยงของผู้สูงอายุตามปัญหาและบริบทของพื้นที่ต่อไป

3.5 ให้คำปรึกษา แนะนำ ชื่นชม และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ผ่านกลุ่มไลน์ “Aging อำเภอ”

4. ผลการดำเนินงาน

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดฉะเชิงเทรา จึงขอความร่วมมือผู้อำนวยการโรงพยาบาลและสาธารณสุขอำเภอทุก ทุกแห่ง แจ้งหน่วยบริการสาธารณสุขในสังกัด ประสานการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ตามเป้าหมายที่กำหนด โดยประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ผ่าน Application Health For You (H4U)

เป้าหมายและผลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ปี 2564												
อำเภอ	เมืองฯ	บางคล้า	บางน้ำเปรี้ยว	บางปะกง	บ้านโพธิ์	พนมสารคาม	ราชสาส์น	สนามชัยเขต	แปลงยาว	ท่าตะเกียบ	คลองเขื่อน	รวม
เป้าหมาย	1,700	700	1,000	1,000	700	1,000	200	700	500	400	200	8,100
สำรวจ	1,990	704	1,646	1,010	3,978	967	207	1,019	654	380	603	13,158



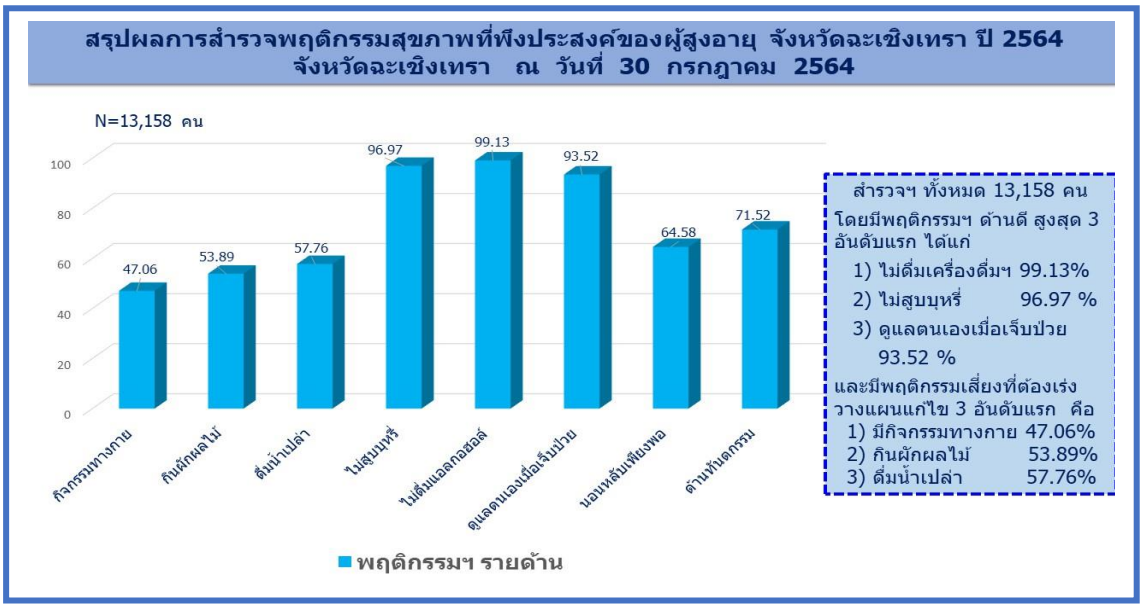
CUP	เมือง	บางคล้า	บางน้ำเปรี้ยว	บางปะกง	บ้านโพธิ์	พนมฯ	ราชสาส์น	สนามชัย	แปลงยาว	ท่าตะเกียบ	คลองเขื่อน	จังหวัด
สำรวจ (คน)	1,990	704	1,646	1,010	3,978	967	207	1,019	654	380	603	13,158
พึงประสงค์(คน)	386	230	239	745	717	49	37	666	189	93	471	3,822

เมื่อสิ้นสุดการดำเนินงานของกรมอนามัย ณ วันที่ 30 กรกฎาคม 2564 ทุกอำเภอในจังหวัดฯ ดำเนินการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ จำนวน 13,158 คน สำรวจได้เกินเป้าหมาย (เป้าหมาย 8,100 คน) พบผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (8 ด้าน) เพียง 3,822 คน คิดเป็นร้อยละ 29.05 ไม่ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 50)

ในภาพอำเภอผ่านเกณฑ์ เพียง 3 อำเภอ ได้แก่ คลองเขื่อน ร้อยละ 78.11, บางปะกง ร้อยละ73.76 และอำเภอสนามชัยเขต ร้อยละ 65.36 อำเภอผ่านเกณฑ์น้อยที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ พนมสารคาม ร้อยละ 5.07, บางน้ำเปรี้ยว ร้อยละ 14.52 และ ราชสาส์น 17.87

สำหรับพฤติกรรมสุขภาพหรือการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุ 8 ด้าน พบพฤติกรรมด้านดีสูงที่สุด 3 อันดับแรก คือ 1) ผู้สูงอายุไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 99.13 2) ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น ร้อยละ 96.97 3) ดูแลตนเอง เมื่อเจ็บป่วย ร้อยละ 93.52

โดยมีพฤติกรรมเสี่ยงที่ต้องเร่งแก้ไข 3 อันดับแรก คือ 1) มีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๕ วัน ๆ ละ ๓๐ ร้อยละ 47.06 2) กินผักผลไม้เป็นประจำทุกวัน/เกือบทุกวัน ร้อยละ 53.89 3) ดื่มน้ำเปล่าอย่างน้อยวันละ ๘ แก้ว ทุกวัน/เกือบ ร้อยละ 57.76



5. ประโยชน์ที่ได้รับ

5.1 ผู้สูงอายุมีองค์ความรู้ ตระหนักและเข้าใจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ

5.2 ผู้สูงอายุได้รับข้อแนะนำในการจัดการแก้ไขพฤติกรรมเสี่ยงเฉพาะของตนเอง

5.3 ผู้สูงอายุได้เรียนรู้รูปแบบการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ แบบใหม่

5.4 หน่วยบริการสาธารณสุข มีข้อมูลสถานการณ์สำหรับการจัดการปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงของผู้สูงอายุ

6. ปัญหาอุปสรรค

6.1 ผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ จะต้องมีพฤติกรรมฯ ครบทั้ง 8 ด้าน จึงทำให้ผลการดำเนินงานฯ ไม่ผ่านเกณฑ์

6.2 ผู้สูงอายุดำเนินชีวิต และมีพฤติกรรมของตนเองมาอย่างยาวนาน และเป็นวัยที่มีความเป็นตัวของตัวเองสูง จึงยากต่อการปรับเปลี่ยนพฤคิกรรมเสี่ยง

6.3 ผู้สูงอายุบางส่วนเข้าไม่ถึงการประเมินฯ เนื่องจาก ไม่มีสมาร์ทโฟน ใช้โทรศัพท์แบบโทรออกและรับสายเท่านั้น

7. ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

จังหวัดฉะเชิงเทรา ขับเคลื่อนงานเพื่อตอบรับตัวชี้วัดการตรวจราชการกระทรวงสาธารณสุข สู่การปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ครอบคลุมกลุ่มผู้สูงอายุทุกอำเภอ โดยใช้เครื่องมือสำคัญ คือ PIRAB Model *(Partner : สร้างภาคีเครือข่ายและพันธมิตร, Invest : ลงทุนเพื่อพัฒนาโครงสร้างและระบบงาน, Regulate : พัฒนากระบวนการกำหนดนโยบายและกฎหมายด้านสุขภาพ, Advocate : สร้างความตระหนักรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ, Build Capacity : พัฒนาสมรรถนะบุคลากร)* เป็นหลักในการดำเนินงาน โดยมีปัจจัยแห่งความสำเร็จ ดังนี้

7.1 บุคลากรสาธารณสุขระดับอำเภอ หน่วยงานสาธารณสุขทุกแห่ง ให้ความสำคัญ และเป็นตัวชี้วัดการตรวจราชการของกระทรวงสาธารณสุข ต่อเนื่อง 2 ปี ทำให้ผู้สูงอายุได้รับการประเมินฯ มากกว่าเป้าหมาย

7.2 ผู้สูงอายุให้ความร่วมมือ ในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ โดยประเมินพฤติกรรมตนเองผ่าน Application (H4U) ซึ่งมีข้อแนะนำในการปรับพฤติกรรมเสี่ยงส่วนบุคคล

7.3 ผู้บริหารทุกระดับให้ความสำคัญ และติดตามการดำเนินงานของหน่วยบริการในพื้นที่

7.4 ศูนย์อนามัยที่ 6 ติดตามการดำเนินงาน และประมวลผลคืนข้อมูลให้จังหวัดอย่างสม่ำเสมอ

7.5 จังหวัดฯ มีการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบผลงาน และคืนข้อมูลให้อำเภอเป็นประจำเดือนละ 1 ครั้ง ให้แก่ผู้บริหารและผู้ปฏิบัติผ่านการประชุมประจำเดือน และผ่านทางกลุ่มไลน์ ทั้งผู้บริหารและผู้ปฏิบัติ

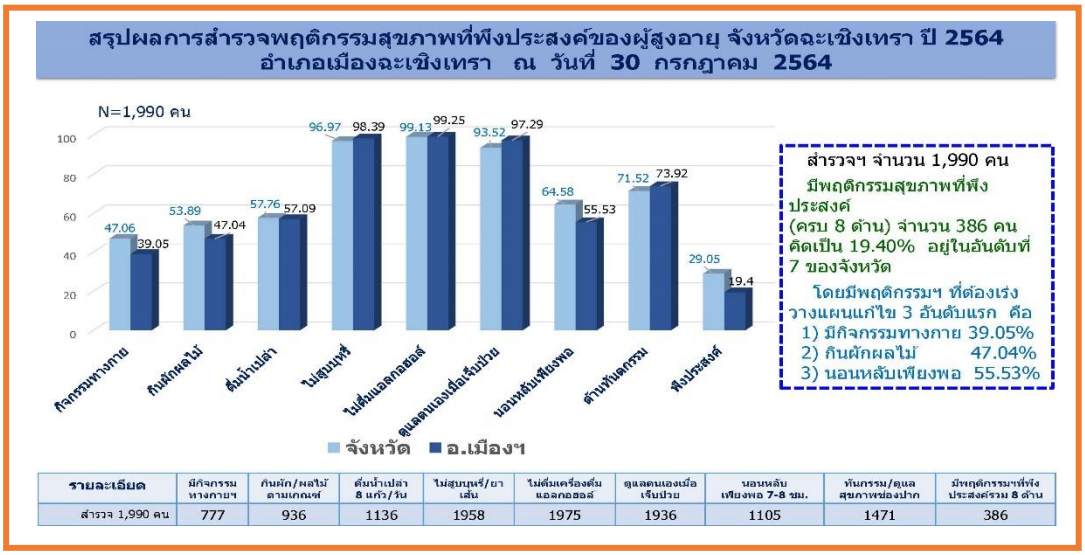
7.6 ใช้ข้อมูลเป็นการกระตุ้นและติดตามการดำเนินงานเปรียบเทียบระดับจังหวัด และระดับอำเภอ

7.7 การให้คำปรึกษา แนะนำ ชื่นชมยินดี และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ทางกลุ่มไลน์ผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุ “Aging อำเภอ”

8. ผู้รับผิดชอบ

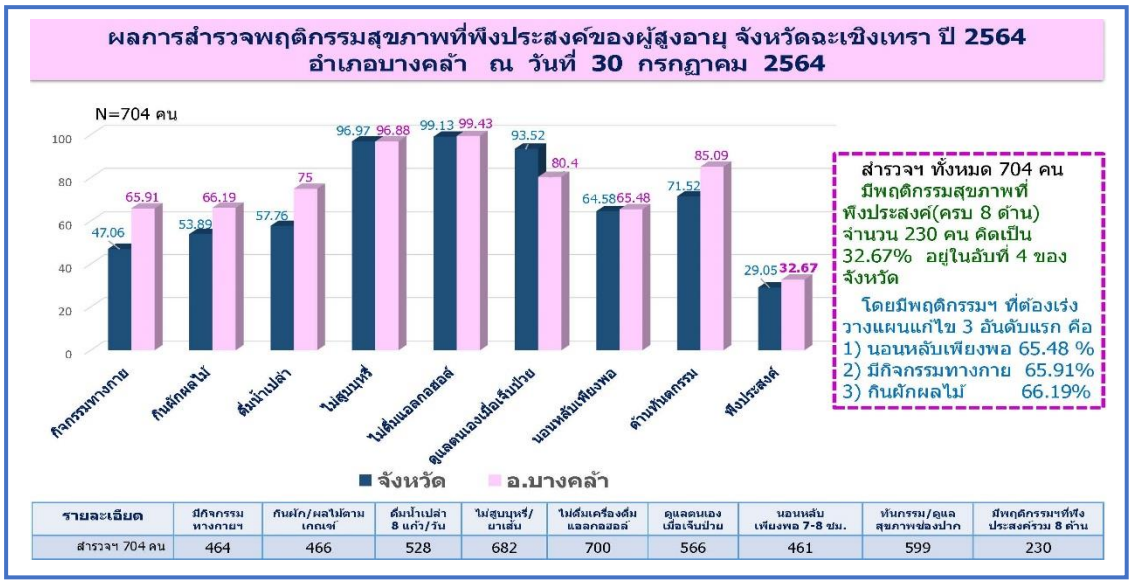
นางกฤษณา ปั้นศิริ เจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ สสจ.ฉะเชิงเทรา

9. รูปภาพ

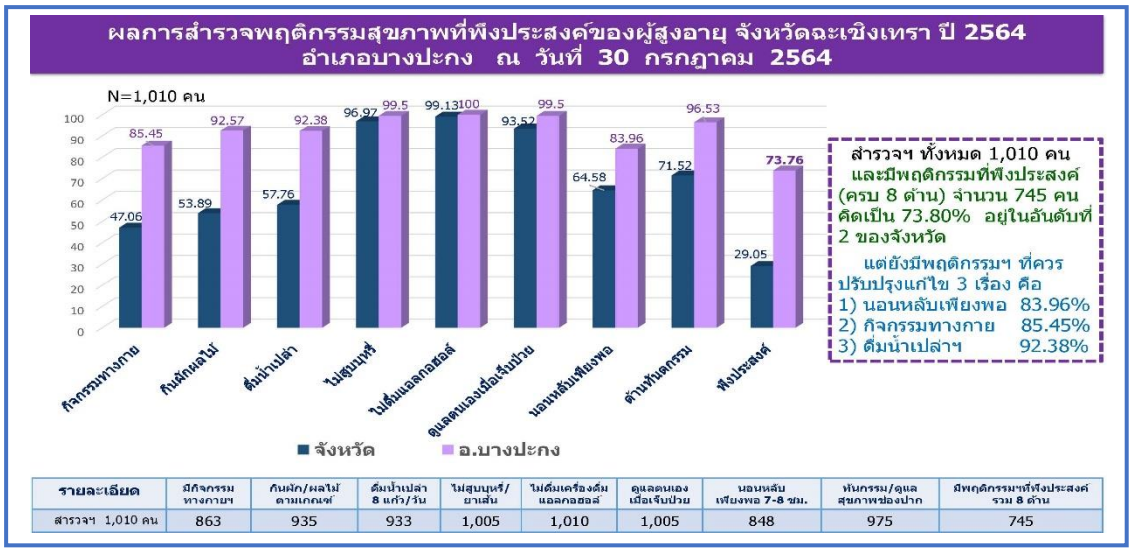


รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์ครบ 8 ด้าน
สำรวจ 1,990 คน	777	936	1136	1958	1975	1936	1105	1471	386

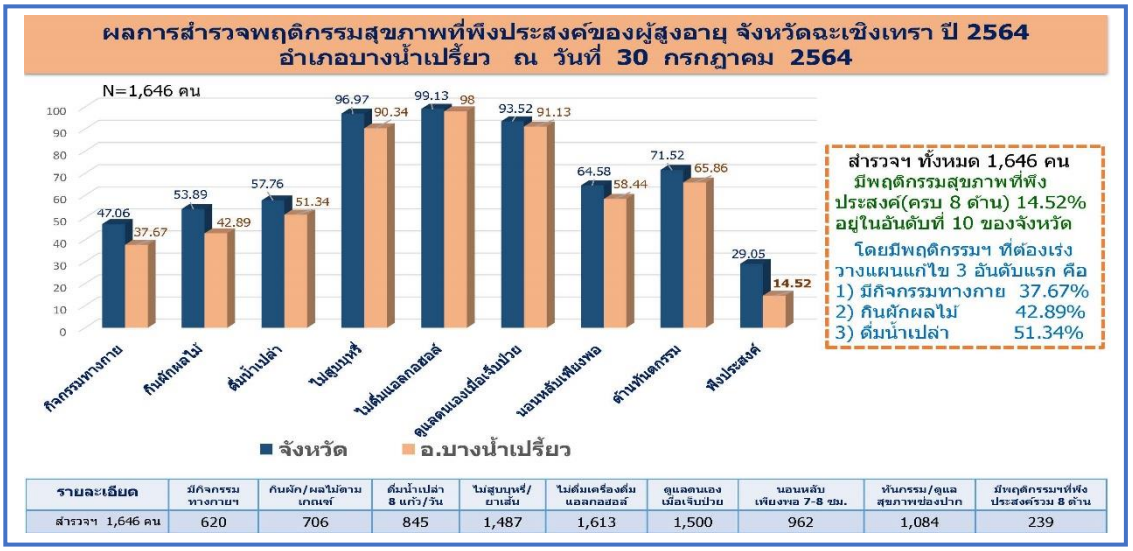
9. รูปภาพ



รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจฯ 704 คน	464	466	528	682	700	566	461	599	230

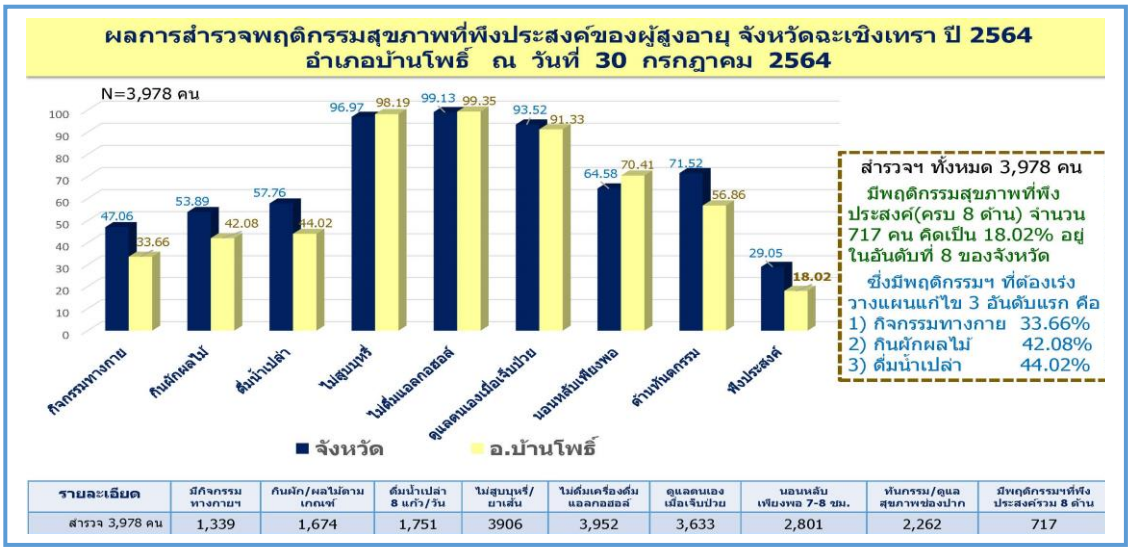


รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจฯ 1,010 คน	863	935	933	1,005	1,010	1,005	848	975	745

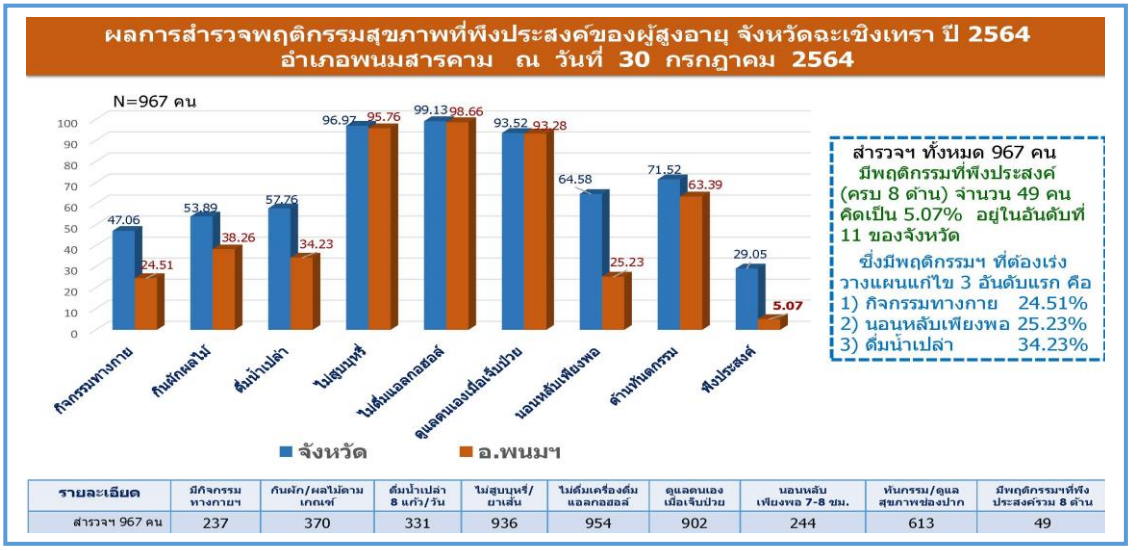


รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจฯ 1,646 คน	620	706	845	1,487	1,613	1,500	962	1,084	239

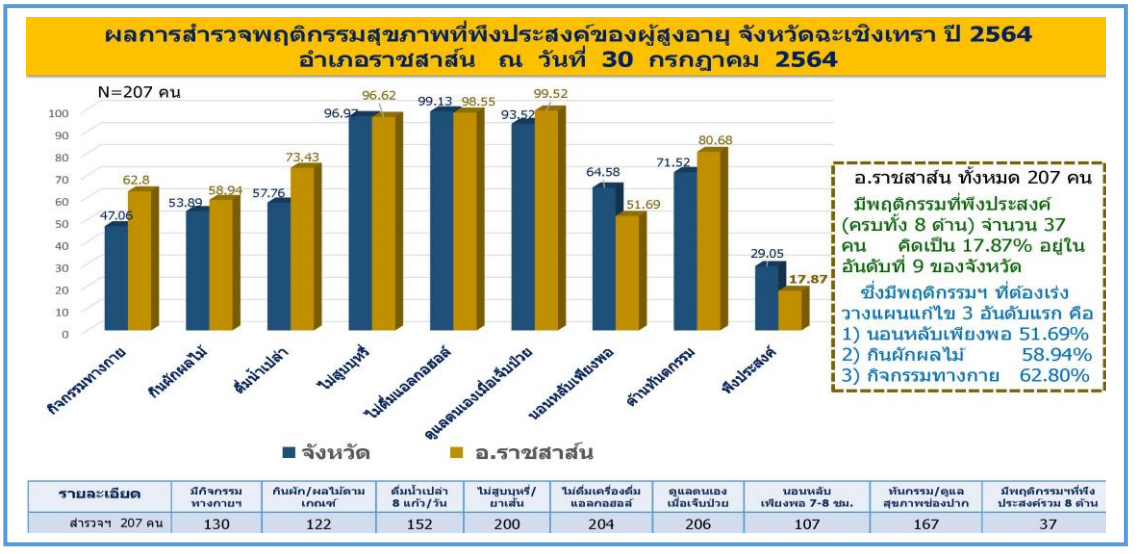
9. รูปภาพ



รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจ 3,978 คน	1,339	1,674	1,751	3906	3,952	3,633	2,801	2,262	717

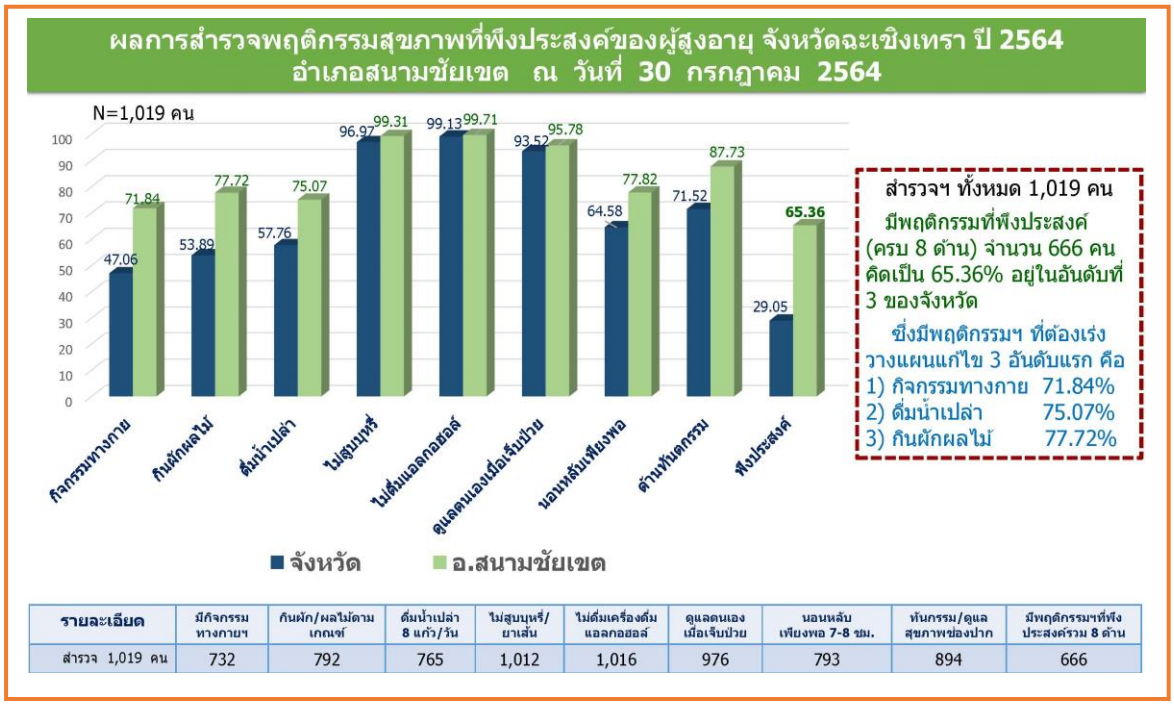


รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจฯ 967 คน	237	370	331	936	954	902	244	613	49

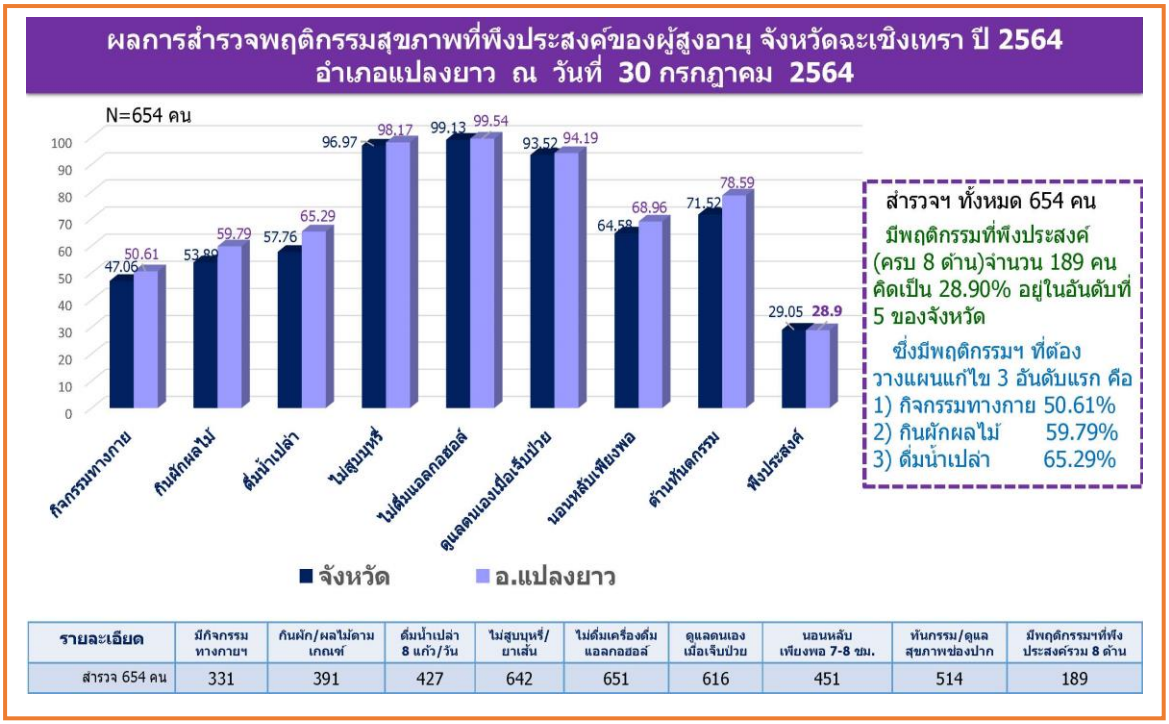


รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจฯ 207 คน	130	122	152	200	204	206	107	167	37

9. รูปภาพ

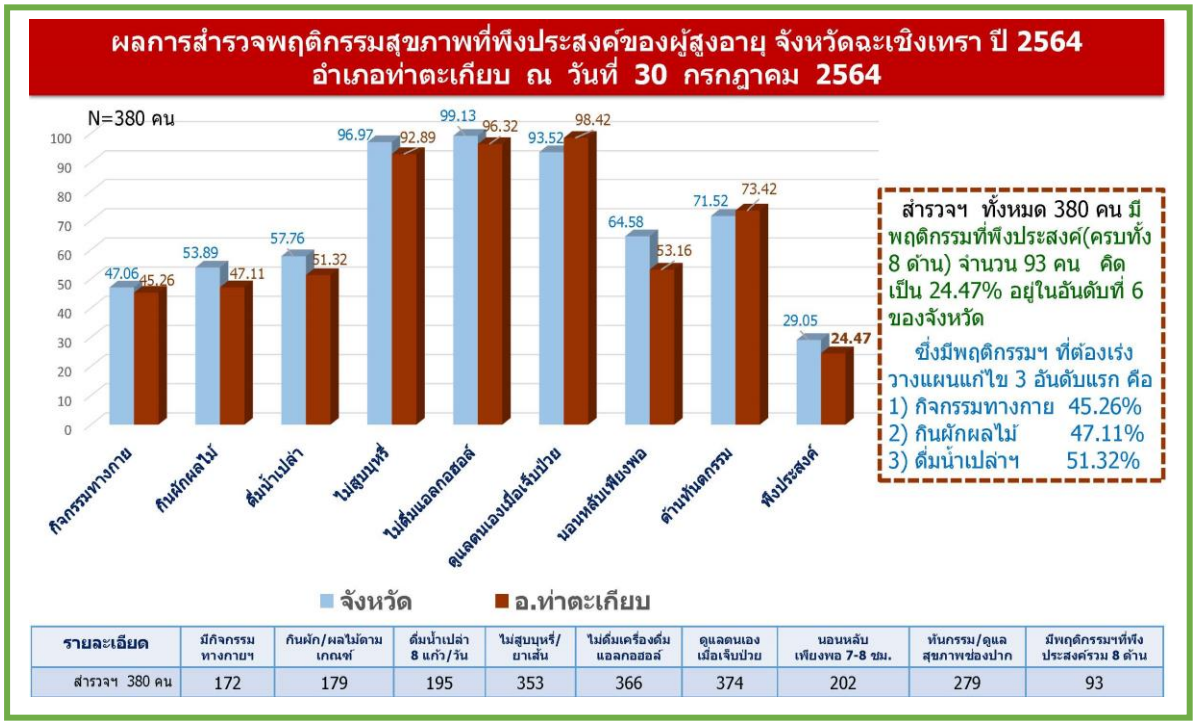


รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจ 1,019 คน	732	792	765	1,012	1,016	976	793	894	666

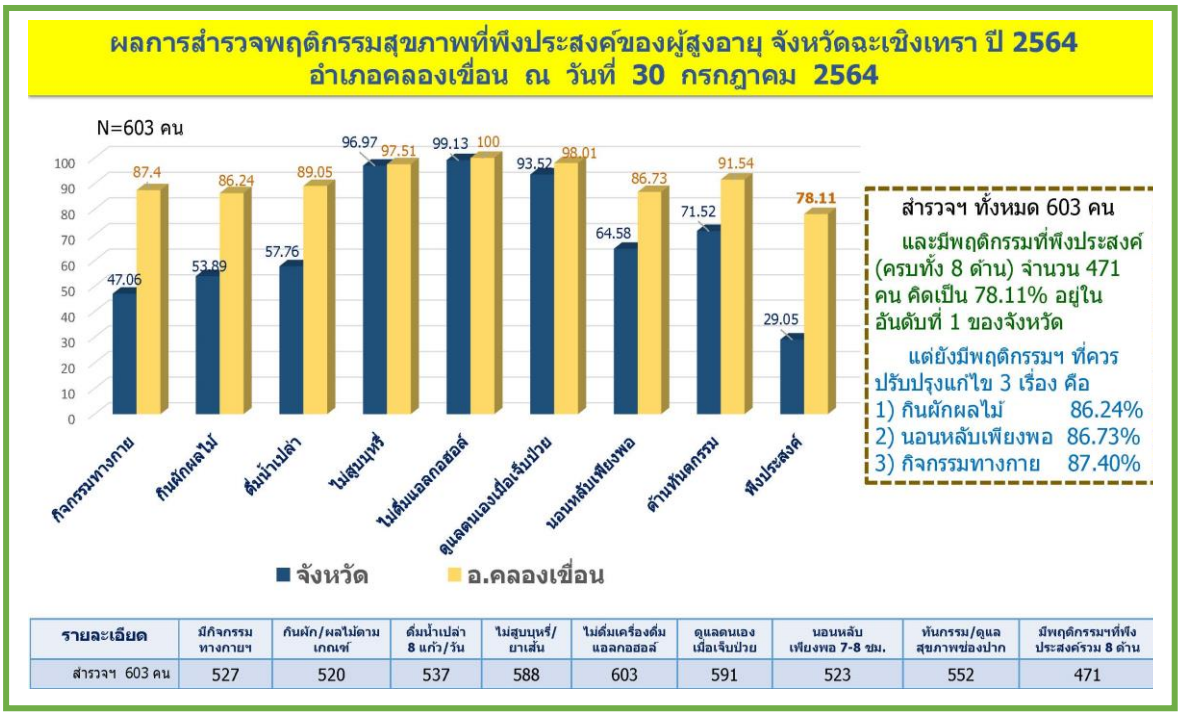


รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจ 654 คน	331	391	427	642	651	616	451	514	189

9. รูปภาพ



รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจฯ 380 คน	172	179	195	353	366	374	202	279	93



รายละเอียด	มีกิจกรรมทางกายฯ	กินผัก/ผลไม้ตามเกณฑ์	ดื่มน้ำเปล่า 8 แก้ว/วัน	ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น	ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย	นอนหลับเพียงพอ 7-8 ชม.	ทันกรรม/ดูแลสุขภาพช่องปาก	มีพฤติกรรมฯที่พึงประสงค์รวม 8 ด้าน
สำรวจฯ 603 คน	527	520	537	588	603	591	523	552	471

กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ

31 สิงหาคม 2564