

รายงานการศึกษา ฝึกอบรม ประชุม ดูงานสัมมนาปฏิบัติการวิจัย ในประเทศและต่างประเทศ
(ระยะเวลาไม่เกิน ๙๐ วัน และ ระยะยาวตั้งแต่ ๙๐ วันขึ้นไป)

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

ชื่อเรื่อง / หลักสูตร การประชุมวิชาการประจำปี ๒๕๖๗ เรื่อง Health Literacy as Empowering Goal and Strategy for Sustainable Future : เสริมพลังความรอบรู้ มุ่งสู่การมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืน

เพื่อ ศึกษา อบรม ประชุม ดูงาน สัมมนา ปฏิบัติการวิจัย งบประมาณ เงินงบประมาณกรุงเทพมหานคร เงินบำรุงโรงพยาบาล ทุนส่วนตัว ไม่เสียค่าใช้จ่าย

จำนวนเงิน ๖,๐๐๐ บาท

ระหว่างวันที่ ๑ - ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

สถานที่ ณ ห้องราชابอลลูน ชั้น ๑๑ อาคาร ๒ โรงแรมปรีนซ์ พาเลซ คุณวุฒิ / วุฒิบัตรที่ได้รับ -

๑.๑ ชื่อ - นามสกุล นางอังคณา ไสใจดี

อายุ ๔๕ ปี การศึกษา พยาบาลศาสตรบัณฑิต

ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน หลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทาง สาขาวิชาการพยาบาลผู้ป่วย โรคหลอดเลือดสมอง

๑.๒ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หน้าที่ความรับผิดชอบ (โดยย่อ) ปฏิบัติการพยาบาลในฐานะหัวหน้าหอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย ๒ ชั่วโมงต่อวัน แนะนำ ตรวจสอบการปฏิบัติงาน โดยใช้ความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ และความชำนาญสูงทางการพยาบาล โดยใช้ศาสตร์ ศิลปะการพยาบาล และหลักวิทยาศาสตร์ตามมาตรฐานการพยาบาลและแนวปฏิบัติที่กำหนดครอบคลุม ๔ มิติ คือ การพยาบาล ป้องกันภาวะแทรกซ้อนระหว่างการรักษา การฟื้นฟูสภาพ และการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ร่วมกับกระบวนการพยาบาล ในการปฏิบัติ การพยาบาลวางแผนดูแลและจัดการปัญหาด้านสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วย เป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม

๒.๑ ชื่อ - นามสกุล นางสาวสติญา สารภาก

อายุ ๓๗ ปี การศึกษา พยาบาลศาสตรบัณฑิต

ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน หลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทาง สาขางูใหญ่ระบบ hairyile

๒.๒ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หน้าที่ความรับผิดชอบ (โดยย่อ) ปฏิบัติงานหอผู้ป่วยพิเศษศัลยกรรม ซึ่งต้องปฏิบัติงานโดยใช้ความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ และความชำนาญสูงทางการพยาบาล โดยใช้ศาสตร์ ศิลปะการพยาบาล และหลักวิทยาศาสตร์ตามมาตรฐานการพยาบาล และแนวปฏิบัติที่กำหนดครอบคลุม ๔ มิติ คือ การพยาบาล ป้องกันภาวะแทรกซ้อน ระหว่างการรักษา การฟื้นฟูสภาพ และการส่งเสริมสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ร่วมกับกระบวนการพยาบาลในการปฏิบัติการพยาบาล วางแผนดูแลและจัดการปัญหา ด้านสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม

ส่วนที่ ๒ ข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษา ฝึกอบรม ประชุม ดูงาน สัมมนา ปฏิบัติการวิจัย

๒.๑ วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการประชุมมีความรู้ ความเข้าใจในการพัฒนาความเป็นมืออาชีพ การสร้างเครือข่ายด้านสุขภาพ อันจะนำไปสู่การเป็นผู้นำแบบอย่างด้านสุขภาพ และเพื่อพัฒนาองค์กร ให้มีประสิทธิภาพและยั่งยืน

๒.๒ เนื้อหา

ประเทศไทยนิยมนำความรู้ด้านสุขภาพเข้าสู่การประชุมคณะกรรมการรัฐมนตรีเมื่อปี ๒๕๖๐ หลังจากนั้น ๑ ปี ความรอบรู้ด้านสุขภาพได้ถูกกำหนดเป็นวาระแห่งชาติ เป็นเป้าหมายเรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพ ของการปฏิรูประบบสาธารณสุข และถูกบรรจุเข้าไปในแผนยุทธศาสตร์ ๒๐ ปี ในการพัฒนาประเทศไทย (พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๘๑) ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นสำหรับการพัฒนาความท่า夷ัยในด้านสุขภาพ

สังคมไทยรอบรู้ด้านสุขภาพ ๒๕๗๙ ตามแผนปฏิรูปประเทศไทยด้านสาธารณสุข ประเด็นปฏิรูป ที่ ๔ ความรู้ด้านสุขภาพ ประกอบด้วย ๕ ยุทธศาสตร์ ดังนี้

- ยุทธศาสตร์ที่ ๑ การพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพ ต้องเข้าถึงง่าย เข้าใจง่าย นำไปปฏิบัติง่าย ถูกต้อง แม่นยำ เชื่อถือได้

- ยุทธศาสตร์ที่ ๒ การพัฒนา ๓ ระบบ คือ ระบบสาธารณสุข ระบบการศึกษาและระบบสังคม ต้องคำนึงถึงสุขภาพสอดคล้องกัน เกื้อหนุนกัน สู่การพัฒนาที่ยั่งยืน

- ยุทธศาสตร์ที่ ๓ การศึกษาวิจัย ต้องมีความเที่ยงธรรม เป็นวิทยาศาสตร์ นำสู่การปฏิบัติได้จริง

- ยุทธศาสตร์ที่ ๔ การพัฒนากำลังคนด้านสุขภาพ คือต้องประเมินได้ สื่อสารชัด ปฏิบัติตน เป็นแบบอย่าง สอดทานเพื่อความเข้าใจ

- ยุทธศาสตร์ที่ ๕ พัฒนากลไกการขับเคลื่อนความรอบรู้ด้านสุขภาพ ต้องมีความคล่องตัว ยืดหยุ่น ผลกระทบสูง มีส่วนร่วมແຕ່ປະເທດ ตรวจสอบได้

๓ เสาหลักของการส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย

๑. Good Governance สร้างความเข้มแข็งของระบบธรรมาภิบาล และนโยบาย เพื่อสร้างทางเลือกด้านสุขภาพที่ทุกคนสามารถเข้าถึงและเข้ารับบริการได้ และรวมพลังทุกภาคส่วนในสังคม นาร่วมกันดำเนินการ

๒. Health Cities สร้างเมืองสีเขียว เพื่อให้ประชาชนสามารถอยู่อาศัย ทำงาน หรือเล่นได้อย่างสมัครสมานสามัคคีและมีสุขภาพดี

๓. Health Literacy เพิ่มความรู้และทักษะทางสังคม เพื่อให้ประชาชนสามารถตัดสินเลือกทางเลือกที่ส่งผลดีต่อสุขภาพทั้งต่อตนเองและครอบครัว

การดำเนินการ Health Literacy ต้องทำในระบบธุรกิจ แล้วทั่วทั้งสังคม เพราะเรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพ ไม่ใช่เป็นเรื่องของภาคส่วนสุขภาพเท่านั้น แต่ทุกภาคส่วนต้องร่วมมือกันทำโดยต้องเน้นในเรื่องความรอบรู้ในเรื่องพื้นฐานประจำวัน

ทักษะทางปัญญาและสังคม ที่เป็นจุดเน้นสำคัญผู้รอบรู้ (Literate people) ประกอบด้วย ๖ กลุ่มสำคัญ ดังนี้

๑. การเข้าถึง (Access) การค้นหา กลั่นกรอง และเลือกรับ
๒. การเข้าใจ (Understand) วิธีจดจำและวิธีการสร้างความเข้าใจด้วยตนเอง
๓. การไถ่ถาม (Questioning) การจัดเตรียมคำถาม การใช้คำ และการตอบคำถาม
๔. การตัดสินใจ (Decision making) การระบุปัญหา การประเมินและกำหนดทางเลือก และการแสดงจุดยืน
๕. การปรับใช้ (Apply) การเตือนตนเอง
๖. การบอกรอร์ (Interactive communication) การสื่อสาร การเล่าเรื่อง และการสร้างความสัมพันธ์ องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literate Organization)

องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literate Organization : HLO) คือ องค์กรที่ถือว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นเรื่องของทุกคน โดยมีการจัดระบบ และการบริการต่าง ๆ เพื่อช่วยให้คนในองค์กร และผู้รับบริการ หรือกลุ่ม เป้าหมาย สามารถเข้าถึง เข้าใจ และตัดสินใจเลือกใช้ข้อมูลและบริการสุขภาพ ได้ตามต้องการและจำเป็นได้อย่างง่ายดายและเหมาะสม องค์กรที่สามารถจัดการสร้างให้คนมีระดับความรอบรู้ ได้ทั้งในตัวบุคคล (Health Literacy People : HLP) ครอบครัว (Health Literacy Family : HLF) จนถึง ชุมชน (Health Literacy Community : HLC) และเมื่อเกิดทั้ง ๓ ส่วน จะสามารถเรียกพื้นที่ของตนได้ว่าเป็น สังคมแห่งความรอบรู้ (Health Literacy Society)

ยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี (๒๕๖๐ - ๒๕๖๗) ประกอบด้วย

๑. ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์
๒. แผนแม่บทประเด็นที่ ๓ การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพดี
๓. ประชาชนมีความรอบรู้ด้านสุขภาวะ สามารถดูแลสุขภาพ มีพฤติกรรมที่คงประสงค์ สามารถป้องกันและลดโรคที่สามารถป้องกันได้ เกิดเป็นสังคมบ่มเพาะจิตสำนึกการมีสุขภาพดีสูงขึ้น

นโยบายกระทรวงสาธารณสุข (๒๕๖๖ - ๒๕๖๘)

๑. เพิ่มประสิทธิภาพการสื่อสาร ยกระดับการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในทุกมิติ
๒. ประชาชนสามารถเข้าถึงข้อมูลข่าวสารได้อย่างถูกต้อง เป็นปัจจุบัน สะดวกรวดเร็ว เพื่อพัฒนาศักยภาพทุกช่วงวัยให้สามารถดูแลสุขภาพกาย ใจ ของตนเอง ครอบครัว และชุมชนให้แข็งแรง

การดำเนินงาน Health Literacy ของประเทศไทย

ประเทศไทย ได้ขับเคลื่อนงานความรู้ด้านสุขภาพ โดยนำบทเรียนจากต่างประเทศมาประยุกต์ใช้ ตามบริบทของประเทศไทย และพัฒนายุทธศาสตร์และมาตรการสำคัญเข้าสู่แผนการปฏิรูปประเทศไทย ด้านสาธารณสุข แผนยุทธศาสตร์และแผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ โดยมุ่งเน้นปัจจัยสู่ความสำเร็จ ๕ ด้าน ได้แก่

๑. พัฒนาทักษะบุคลากรสาธารณสุข

๒. ขับเคลื่อนงานความรอบรู้ด้านสุขภาพร่วมกับภาคีเครือข่าย

๓. พัฒนาเครื่องมือ และกลยุทธ์การทำงาน

๔. จัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ

๕. ส่งเสริมประชาชนทุกกลุ่มวัยมีทักษะความรอบรู้ด้านสุขภาพ

บทบาทพยาบาลในการเสริมพลังความรอบรู้ มุ่งสู่การมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืน (Empower Health Literacy)

Literacy คือ ความรอบรู้ ความรู้เท่าทัน เป็นวิธีการที่จะนำไปสู่การป้องกัน และการแก้ปัญหาต่าง ๆ

Health Literacy คือ กระบวนการทางปัญญา และทักษะทางสังคม ที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจ และความสามารถของบุคคล ที่จะเข้าถึง เข้าใจ และใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจที่เหมาะสม นำไปสู่สุขภาวะที่ดีได้ โดยมีขั้นตอน ดังนี้

- เข้าถึง ข้อมูลความรู้ที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ มีวิชาการรองรับ ที่ผ่านการกลั่นกรอง แล้วว่าเป็นความจริง

- เข้าใจ ทำความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับข้อมูลมา

- ข้อสรุป หาข้อสรุปที่เหมาะสม ถูกต้อง

- ปฏิบัติ ตัดสินใจที่จะใช้ทดลองปฏิบัติถูกก่อน ถ้าเป็นจริงดังนั้นจึงจะนำมาสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม องค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพ

- Access skill การใช้ความสามารถในการเลือกแหล่งข้อมูล วิธีการในการค้นหาแหล่งข้อมูล

- Cognitive skill ความสามารถในการคิดและการเรียนรู้

- Communication skill ทักษะในการสื่อสาร

- Self management skill ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก ตลอดจน

พฤติกรรมของตนเอง

- Decision skill ทักษะการตัดสินใจ

- Media literacy skill ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ

พัลส์ความรอบรู้ทางสุขภาพ หมายถึง

- ความสามารถหรือศักยภาพของบุคคลในการทำความเข้าใจข้อมูลสุขภาพ และสามารถนำไปใช้ในการตัดสินใจด้านสุขภาพของแต่ละบุคคล

- การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ จะส่งผลให้บุคคลสามารถหาข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง ทำให้สามารถเข้าใจถึงความเชื่อมโยงของประโยชน์ที่ได้จากการดูแลตนเอง

- ความรอบรู้ด้านสุขภาพ ยังช่วยให้บุคคลสามารถแยกแยะข้อมูลที่ไม่ถูกต้องได้

- ความรอบรู้ทางสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุในทางบวก

- การเสริมสร้างพัลส์อำนาจ และการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ทำให้เกิดผลลัพธ์ทางคลินิกที่พึงประสงค์

บทบาทพยาบาลในการเสริมพัลส์ความรอบรู้ ความรู้เท่าทัน

๑. พัฒนาองค์ความรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้อง เข้าใจง่าย

๒. สร้างแนวทางในการส่งเสริมความรู้ของผู้รับบริการให้เหมาะสมทุกช่วงวัย ทุกกลุ่ม

๓. สร้างสิ่งแวดล้อมที่ทำให้บุคคลเข้าถึงข้อมูลที่ถูกต้องได้ง่าย

๔. จัดกระบวนการจัดการเรียนรู้ การฝึกทักษะต่าง ๆ ตามความต้องการของบุคคล

๕. จัดปัจจัยแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้บุคคล ครอบครัว และชุมชนมีความรอบรู้ความรู้เท่าทัน

๖. การเสริมสร้างพัลส์อำนาจ และการจัดการตนเองของผู้รับบริการ โดยการส่งเสริม การมีส่วนร่วมของผู้รับบริการ

๗. ส่งเสริมการใช้นวัตกรรมในการค้นหาข้อมูล

๘. ส่งเสริมและพัฒนาเครือข่ายทางสุขภาพให้มีความรอบรู้ เท่าเทียม

การเสริมสร้างพัลส์ความรอบรู้ให้อยู่คู่คน

๑. ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ

๒. หาแหล่งข้อมูลที่ถูกต้อง

๓. อ่านหนังสือ

๔. กำหนดเวลา

๕. ทดสอบตัวเอง

๖. เรียนรู้ทั้งชีวิต

การดูแลผู้สูงอายุให้ปลอดภัยและมีสุขภาวะที่ดี

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ แบ่งเป็น ๓ ระดับ

๑. ความรู้ด้านสุขภาพระดับวิจารณญาณ (Critical Health Literacy) ใช้ทักษะด้านปัญญาที่สูง ซับซ้อนขึ้น ร่วมกับทักษะด้านสังคม โดยสามารถเห็นความเชื่อมโยงของปัจจัยทางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ที่เป็นตัวกำหนดสุขภาพ สามารถใช้ทักษะทางสังคม เพื่อทำการเคลื่อนไหวทางสังคม จนเกิดความสัมพันธ์ทางสังคมก่อให้เกิดการกระทำการทางสังคมในการปรับปรุงทั้งสาเหตุโดยตรงของปัญหา และปัจจัยกำหนดสุขภาพ ที่เป็นได้ทั้งสาเหตุทางตรงและทางอ้อม ซึ่งการปรับปรุงทั้งส่วนบุคคล และปัจจัยกำหนดสุขภาพ จะส่งผลกระทบทั้งสุขภาพส่วนบุคคลและสุขภาพของชุมชน

๒. ความรู้ด้านสุขภาพ...

๒. ความรู้ด้านสุขภาพระดับปฏิสัมพันธ์ (Interactive/communicative Health Literacy) ใช้ทักษะด้านปัญญาที่สูงกว่าระดับพื้นฐาน ร่วมกับการใช้ทักษะทางสังคม เพื่อทำปฏิสัมพันธ์กับสถานการณ์ เหตุการณ์ หรือผู้คน เมื่อเจอสถานการณ์ใหม่สามารถที่จะวิเคราะห์ สังเคราะห์ความรู้ใหม่ เพื่อใช้ในการจัดการปัญหาใหม่ได้

๓. ความรู้ด้านสุขภาพระดับใช้งาน (Functional Health Literacy) ใช้ความรู้ ทักษะทางปัญญาในชีวิตประจำวัน เช่น รู้ว่าอะไรคือความเสี่ยง จะหลีกเลี่ยงความเสี่ยงอย่างไร จะไปรับบริการสาธารณสุขที่ไหน ผู้มีพื้นฐานอ่านออก เขียนได้ ก็สามารถอ่านฉลากยาได้ อ่านเอกสารแนะนำการปฏิบัติตัว และอ่านใบบันดัดการติดตามการรักษาของแพทย์ได้ ความรอบรู้ในระดับนี้ เกิดประโยชน์ในระดับบุคคล

ภาวะซึม สับสนเฉียบพลัน คือ การที่สมรรถภาพสมองลดลงอย่างเฉียบพลัน โดยมีลักษณะเด่น ดังนี้

๑. ความใส่ใจที่ผิดปกติ

๒. มีระดับความรู้สึกตัวที่เปลี่ยนแปลงไป

๓. ผู้ป่วยอาจมีอาการวุ่นวายมาก หรือเชื่องขึ้น

การดูแลผู้สูงอายุ เพื่อการดูแลระยะกลาง

หอผู้ป่วยสำหรับดูแลผู้สูงอายุในระยะกลาง ที่ต้องการการพื้นฟู และส่งเสริมสมรรถนะ ของผู้ป่วยหลังการผ่าตัด หรือเจ็บป่วยรุนแรง โดยเป็นรูปแบบการดูแลที่อยู่ระหว่างการเจ็บป่วยเฉียบพลัน และการกลับสู่บ้านและสังคม เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถกลับมาช่วยเหลือตนเองให้มากที่สุด ป้องกันการนอนโรงพยาบาลซ้ำ และเตรียมความพร้อมในการดูแลระยะเปลี่ยนผ่าน จากโรงพยาบาลไปสู่บ้านและสังคม ให้กับผู้ป่วยและผู้ดูแลอย่างถูกต้อง การดูแลและกิจกรรมพื้นฟูในหอผู้ป่วยระยะกลาง มีความเฉพาะด้าน สำหรับผู้สูงอายุ จัดโดยทีมแพทย์ พยาบาล และสหสาขาวิชาชีพผู้เชี่ยวชาญ โดยผู้ป่วยทุกรายจะได้รับ การประเมิน คัดกรองอาการ รวมถึง พูดคุยแนวทางการพื้นฟูร่วมกับครอบครัวหรือผู้ดูแล และทีมนบุคลากร ผู้เชี่ยวชาญ ทั้งก่อนเข้ารับ และก่อนจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล

แนวทางการรับผู้ป่วย

๑. ผู้สูงอายุที่มีภาวะเปราะบาง และสัญญาณชีพคงที่

๒. ผู้ป่วยต้องสามารถเข้าร่วมกิจกรรมการพื้นฟูได้ ๑-๓ ชั่วโมงต่อวัน

๓. ผู้ดูแลต้องสามารถอยู่เฝ้าผู้ป่วยได้ตลอดเวลา

๔. ระยะเวลาการรักษาพื้นฟูตามแพทย์พิจารณา (โดยประมาณ ๕ – ๒๑ วัน)

แนวทางการส่งปรึกษา เพื่อพิจารณาเบื้องต้นผู้ป่วยเข้าหอผู้ป่วยสำหรับดูแลผู้สูงอายุในระยะกลาง

๑. แพทย์ประจำหอผู้ป่วย หรือแพทย์เจ้าของไข้พิจารณาเสนอเบื้องต้น IMC Ward

๒. แพทย์เจ้าของไข้ประจำหอผู้ป่วยเขียนใบปรึกษาที่มีผู้สูงอายุ โดยระบุเหตุผล

๓. ทีมเข้าประเมินผู้ป่วยตามเกณฑ์

๔. เสนอทางทีมผู้สูงอายุ ให้พิจารณาการอนุมัติเตียง

๕. แจ้งผลการรับย้าย โดยทีมจะแจ้งผลกลับทางหอผู้ป่วยต้นทาง (รับหรือไม่รับ)

กิจกรรมที่จัดในหอผู้ป่วย

๑. กายภาพบำบัดแบบเข้มข้น
๒. ฝึกการพูดและการกลืน
๓. การแพทย์แผนไทยประยุกต์
๔. ให้คำแนะนำด้านการใช้ยา
๕. โภชนาการบำบัดและการกำหนดอาหาร
๖. จิตวิทยาการปรึกษาและนั่ง冥想การบำบัด
๗. กิจกรรมกระตุ้นสมองและดันตรีบำบัด
๘. ให้การดูแลรักษา เตรียมความพร้อม ฝึกทักษะให้แก่ผู้สูงอายุและครอบครัว เรื่องการดูแล

โดยทีมแพทย์ พยาบาล และสหสาขาวิชาชีพผู้เชี่ยวชาญ

๒.๓ ประโยชน์ที่ได้รับ

- ๒.๓.๑ ต่อตนเอง

- ได้พัฒนาความรู้ให้ทันสมัย เป็นปัจจุบัน

- ๒.๓.๒ ต่อหน่วยงาน

- นำความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับนโยบายด้านสุขภาพรวมถึงบทบาทของพยาบาล

ในการส่งเสริมการมีสุขภาพที่ยั่งยืนให้กับบุคลากรของโรงพยาบาลเจริญกรุงประชาธิรักษ์

- ๒.๓.๓ อื่น ๆ

- นำแนวทาง ขั้นตอนการปฏิบัติงานของโรงพยาบาลนำร่องในเรื่องความรอบรู้

ด้านสุขภาพ (Health Literacy) มาปรับใช้ในโรงพยาบาลเจริญกรุงประชาธิรักษ์

ส่วนที่ ๓ ปัญหาและอุปสรรค

๓.๑ การปรับปรุง

- เนื้อหาไม่รายละเอียดหลากหลาย จึงควรให้หน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องเข้ามาร่วมรับฟังเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ในการประชุมครั้งนี้

๓.๒ การพัฒนา

- หาโอกาสพัฒนาความรู้ ค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม ฝึกทักษะ เพื่อให้สามารถนำความรู้ทักษะ และประสบการณ์มาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน อีกทั้งยังสามารถถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้ร่วมงานได้

ส่วนที่ ๔ ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

- นำความรู้มาพัฒนาแนวทางการดูแลผู้ป่วย เพื่อให้เกิดความยั่งยืนด้านสุขภาพ มีการปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของโรงพยาบาล

- ควรส่งให้พยาบาลเข้าประชุม เพื่อให้เกิดความเข้าใจในเรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) มากยิ่งขึ้น

ลงชื่อ *อรุณ ดูลีวน* ผู้รายงาน
(นางอังคณา ไสเจตี)

ลงชื่อ *สตีล สาธิกา* ผู้รายงาน
(นางสาวสตีลญา สาธิกา)

ส่วนที่ ๕ ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา

สามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการประชุม เกี่ยวกับนโยบายด้านสุขภาพรวมถึงบทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมการมีสุขภาพที่ยั่งยืนให้กับบุคลากรของโรงพยาบาลเจริญกรุงประชาธิรักษ์ พร้อมทั้งเผยแพร่แก่เพื่อนร่วมงาน

(นายพรเทพ แฉ่เอ็ง)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจริญกรุงประชาธิรักษ์



เสริมพลังความรอบรู้ เมืองสุ่มการมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืน

วันที่ 1-2 กุมภาพันธ์ 2567

สถานที่ ห้องรวมพอดุล อัน 11 อาคาร 2 โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์



Health Literacy

หมายถึง กระบวนการทางปัญญาและทักษะทางสังคมที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจและความสามารถของบุคคล ที่จะเข้าถึง, เข้าใจ และใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจที่เหมาะสม นำไปสู่สุขภาวะที่ดีได้

พลังความรอบรู้ด้านสุขภาพ

- ความสามารถหรือศักยภาพของบุคคลในการทำความเข้าใจข้อมูลสุขภาพ และสามารถนำไปใช้ในการตัดสินใจด้านสุขภาพของแต่ละบุคคล
- การสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ จะส่งผลให้บุคคลสามารถหาข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง ทำให้สามารถเข้าใจ
- ถึงความเชื่อมโยงของประโยชน์ที่ได้จากการอุดมและแหล่ง
- ความรอบรู้ด้านสุขภาพ ยังช่วยให้บุคคลสามารถแยกแยะข้อมูลที่ไม่ถูกต้องได้
- ความรอบรู้ทางสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุในทางบาง
- การเริ่มสร้างพลังอำนาจ และการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับกลุ่มเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ทำให้เกิดผลลัพธ์ทางด้านนิภัยที่พึงประสงค์

3 เสาหลักของการส่งเสริมสุขภาพ

- สร้างความเข้มแข็งของระบบธรรมาภิบาลและนิยามา เพื่อสร้างทางเลือกด้านสุขภาพที่ทุกคนสามารถเข้าถึง และเข้ารับบริการได้ และรวมพลังทุกภาคส่วนในสังคมมาร่วมกันดำเนินการ
- สร้างเมืองสีเขียว เพื่อให้ประชาชนสามารถอยู่อาศัย ทำงาน หรือเล่นได้อย่างสมาร์ตและมีสุขภาพดี
- เพิ่มความรู้และทักษะทางสังคม เพื่อให้ประชาชนสามารถตัดสินใจออกทางเลือกที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ ทั้งต่อตนเอง และครอบครัว

บทบาทพยาบาล

- พัฒนาองค์ความรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้อง เข้าใจง่าย
- สร้างแนวทางในการส่งเสริมความรู้ของผู้รับบริการให้เหมาะสมทุกช่วงวัย ทุกกลุ่ม
- สร้างสิ่งแวดล้อมที่ทำให้บุคคลเข้าถึงข้อมูลที่ถูกต้องได้ง่าย
- จัดกระบวนการเรียนรู้ การฝึกทักษะต่าง ๆ ตามความต้องการของบุคคล
- จัดปัจจัยแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้บุคคล ครอบครัว และชุมชน มีความรอบรู้ ความรู้เท่าทัน
- การเริ่มสร้างพลังอำนาจ และการจัดการตนเองของผู้รับบริการ โดยการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้รับบริการ
- ส่งเสริมการใช้นวัตกรรมในการด้านหัวข้อมูลส่งเสริมและพัฒนาเครือข่ายทางสุขภาพให้มีความรอบรู้ เพื่อเตรียม

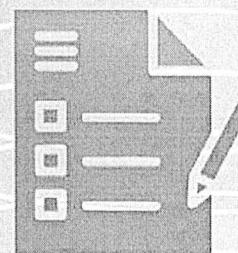
ประโยชน์ที่ได้รับจากการประชุม/อบรม

- ได้พัฒนาความรู้ให้ทันสมัย เป็นปัจจุบัน
- นำความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับนโยบายด้านสุขภาพ รวมถึงบทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมการมีสุขภาพที่ยั่งยืน ให้กับบุคลากรของโรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์

การนำไปปรับใช้ในการปฏิบัติงาน

- ถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับเกี่ยวกับนโยบายด้านสุขภาพ รวมถึงบทบาทของพยาบาลในการส่งเสริม การมีสุขภาพที่ยั่งยืนให้กับบุคลากรในหน่วยงาน
- พัฒนาระบบทิตามผู้ป่วยด้วยการพยาบาลทางไกล
- พัฒนาระบการดูแลผู้สูงอายุให้มีความปลอดภัยและมีสุขภาพดี
- พัฒนาความรู้ที่ได้รับมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานในหน้าที่ได้ และถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้ร่วมงาน

จัดทำโดย พว. อังคณา ไสใจตี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
หอผู้ป่วยอายุรกรรมชาย 2 โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์



เสริมพัฒนาความรู้ ผู้จัด การนิสุขภาพดี อย่างยั่งยืน

วันที่ 1-2 ก.พ.2567 ณ. ห้องราชากองลุง
ชั้น 2 อาคาร 2 โรงแรมปริญ พาเลซ

Health literacy :

การเข้าถึง เนื้อหาและตัดสินใจ
เลือกใช้ช้อนสูตรและบริการ
สุขภาพได้ตามความต้องการ
และจำเป็นโดยง่ายและ
เหมาะสมการสื่อสารความ
รู้ด้วยภาษาที่เข้าใจง่าย
และเข้าใจได้ดี

หลักการสื่อสารสุขภาพ

- สร้างห้องเรียนสุขภาพ
เข้าถึงและเข้ารับบริการได้
- สร้างเมืองสีเขียวให้
ประชาชนได้อยู่อาศัย
- ปรับปรุงมาตรฐานสุขภาพ
เพื่อมอบความสุขและ
ปรับปรุงแนวทางการบริโภค
ผู้อยู่อาศัยในบ้าน
- สังคมให้ประชาชานรัก
สิ่งแวดล้อมและห้ามทำหาง
ครอบครัว

การนำไปใช้ในการปรับปรุงสุขภาพ
เพื่อนำไปพัฒนาแนวทางการ
ดูแลป่าชายเลนผ่านเชื่อมโยง
บ้านไปท่าซึ่งบ้านเดือนและ
ปรับปรุงแนวทางการบริโภค
ผู้อยู่อาศัยในบ้าน

ประโยชน์ : ให้ฐาน
พยาบาลได้รับความรู้ที่
ต้นฉบับ เป็นปัจจุบันเพื่อ^{ให้แนวทางสุขภาพของ}
คนอ่อนน้อมและหน่วยงาน
ผู้สอนสื่อสารการมี
สุขภาพดีที่ยั่งยืน

วัสดุการสอนสุขภาพ
รายงานวิชาชีพชำนาญการ
ห้องผู้ป่วย พิเศษ 18
โรงพยาบาลเครือกรุงประภารักษ์