

แบบรายการประกอบคำขอประเมินผลงาน
ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

เรื่อง รูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
ของผู้สูงอายุ สำนักอนามัยผู้สูงอายุ

ของ

ชื่อ นางสาวศตพร เทยานรงค์

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข ระดับปฏิบัติการ

ตำแหน่งเลขที่ ๒๐๒๔

กลุ่มงาน/ฝ่ายกลุ่ม กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ

สำนัก/กอง/ศูนย์ สำนักส่งเสริมสุขภาพ

(ปฏิบัติราชการที่สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย)

กรมอนามัย

เพื่อแต่งตั้งให้ดำรง

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข ระดับชำนาญการ

ตำแหน่งเลขที่ ๒๐๒๔

กลุ่มงาน/ฝ่าย กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ

สำนัก/กอง/ศูนย์ สำนักส่งเสริมสุขภาพ

(ปฏิบัติราชการที่สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย)

กรมอนามัย

แบบรายการประกอบคำขอประเมินผลงาน
ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

เรื่อง รูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
ของผู้สูงอายุ สำนักอนามัยผู้สูงอายุ

ของ

ชื่อ นางสาวศตพร เทยานรงค์
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข ระดับปฏิบัติการ
ตำแหน่งเลขที่ ๒๐๒๔
กลุ่มงาน/ฝ่ายกลุ่ม กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ
สำนัก/กอง/ศูนย์ สำนักส่งเสริมสุขภาพ
(ปฏิบัติราชการที่สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย)
กรมอนามัย

เพื่อแต่งตั้งให้ดำรง

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข ระดับชำนาญการ
ตำแหน่งเลขที่ ๒๐๒๔
กลุ่มงาน/ฝ่าย กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ
สำนัก/กอง/ศูนย์ สำนักส่งเสริมสุขภาพ
(ปฏิบัติราชการที่สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย)
กรมอนามัย

ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

๑. ชื่อผลงานเรื่อง รูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ สำนักอนามัย
ผู้สูงอายุ

๒. ระยะเวลาที่ดำเนินการ มิถุนายน ๒๕๖๒ – กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

๓. สัดส่วนของผลงานในส่วนที่ตนเองปฏิบัติ ๘๐ %

ผู้รับผิดชอบงานหลัก จัดทำข้อเสนอ เตรียมการ วางแผนงานและดำเนินการ
สรุปผลงานวิจัย เขียนรายงาน จัดทำรูปเล่มและเผยแพร่ผลงาน

๔. ผู้ร่วมจัดทำผลงาน ๑. นางสาวจุฑาทิศา เจนจิตร สัดส่วนของผลงาน ๒๐ %

๕. บทคัดย่อ

เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา เพื่อศึกษารูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ เก็บข้อมูลโดยการทบทวนเอกสารและการประชุมผู้ที่เกี่ยวข้อง พบว่า รูปแบบการรายงานฯ เป็นการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ โดยไม่ได้สำรวจทุกปี นอกจากนี้พบในรูปแบบการศึกษาวิจัย ต่อมาในปี ๒๕๖๑ สำนักอนามัยผู้สูงอายุ ทำการสำรวจออนไลน์ด้วย google form ซึ่งศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ เป็นผู้สำรวจ สำนักอนามัยผู้สูงอายุ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผล แล้วส่งคืนข้อมูลศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ และคืนข้อมูลให้กับจังหวัด ต่อมา สำนักอนามัยผู้สูงอายุ มีการพัฒนารูปแบบการสำรวจพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ด้วยแบบสอบถาม ข้อคำถาม คำแนะนำรายด้าน คำแนะนำภาพรวมเฉพาะรายบุคคล จัดทำในรูปแบบแอปพลิเคชัน H4U

จากการศึกษา พบรูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ โดยมี ๓ ขั้นตอนหลัก ๑) ผู้สูงอายุประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้วยตนเองผ่านช่องทางออนไลน์ แอปพลิเคชัน H4U ๒) ผู้สูงอายุนำคำแนะนำเพื่อไปใช้ปฏิบัติตัวตามสภาพปัญหาเฉพาะรายบุคคล ๓) เจ้าหน้าที่สาธารณสุขระดับจังหวัดนำข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ วิเคราะห์และออกแบบกิจกรรมสู่การปฏิบัติ กำกับ ติดตาม พร้อมทั้งบูรณาการร่วมกับภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุต่อไป

ข้อเสนอแนะ ควรมีการประชาสัมพันธ์การใช้งานแอปพลิเคชัน H4U ให้ผู้สูงอายุและประชาชนที่สนใจประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เพื่อรับรู้สถานะสุขภาพเบื้องต้น ความเสี่ยงของพฤติกรรมสุขภาพตนเอง และสามารถนำข้อมูลในแอปพลิเคชัน H4U เชื่อมโยงข้อมูลระดับบุคคลกับ Health Data Center (HDC) กระทรวงสาธารณสุข เพื่อใช้ประโยชน์ในการดำเนินงานต่อไป

๖. บทนำ

ประเทศไทยในปี พ.ศ. ๒๕๖๔ เข้าสู่ “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” (ผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ ๒๐.๐) และในปี พ.ศ. ๒๕๗๔ ประเทศไทยจะเป็นสังคมสูงอายุนี้อายุยืนยาว (ผู้สูงอายุ

มากกว่าร้อยละ ๒๘.๐) รัฐบาลจึงกำหนดนโยบาย แผนงาน มาตรการต่าง ๆ เพื่อเตรียมความพร้อมรองรับสังคมสูงอายุ ซึ่งแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕ - ๒๕๖๔) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๕๒ จากปัญหาการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุ ส่งผลให้จำนวนผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นโรคเรื้อรังเพิ่มมากขึ้นด้วย ทำให้รัฐบาลเล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุที่ได้รับการรักษาที่โรงพยาบาล และการดูแลต่อเนื่องที่บ้าน จากสถิติในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ พบว่ามีกลุ่มผู้สูงอายุติดสังคม ร้อยละ ๗๙.๕ กลุ่มผู้สูงอายุติดบ้านร้อยละ ๑๙.๐ และผู้สูงอายุติดเตียงร้อยละ ๑.๕ ในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ พบผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงร้อยละ ๑๐ หรือประมาณ ๑ ล้านคน แบ่งเป็นติดบ้าน ๘.๕ แสนคน และติดเตียง ๑.๕ แสนคน มีการอาศัยอยู่คนเดียว ร้อยละ ๘.๗ อาศัยอยู่กับคู่สมรสร้อยละ ๑๘.๘ แต่พบว่าแหล่งรายได้หลักของผู้สูงอายุจากบุตรหลาน มีรายได้จากการทำงานเพิ่มขึ้น เมื่อจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ความเจ็บป่วยและโรคเรื้อรังก็เพิ่มขึ้นตามมาด้วย ดังนั้นจึงส่งผลกระทบต่อภาระการดูแลขั้นพื้นฐานและความต้องการด้านสาธารณสุขก็มีความต้องการเพิ่มขึ้น ประกอบกับผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม มีความเสื่อมสภาพตามวัยของผู้สูงอายุ ส่งผลให้ประสบกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม รวมทั้งปัญหาด้านครอบครัว เศรษฐกิจ และมีโอกาสเกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ได้ง่ายกว่าวัยอื่น ซึ่งการเจ็บป่วยนั้นก็จะส่งผลโดยตรงต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และบทบาทหน้าที่สำคัญทางสังคมของผู้สูงอายุ เมื่อประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังก็จะเพิ่มขึ้นมาตามลำดับ

การเฝ้าระวังทางพฤติกรรมสุขภาพ เป็นกระบวนการทางสาธารณสุขอย่างหนึ่งที่จะสืบค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่เป้าหมาย ที่จะชี้ให้เห็นถึงปัญหาสาธารณสุขที่จะเปลี่ยนแปลงไป ทั้งในแง่ของการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นและการเปลี่ยนแปลงที่เลวลง โดยได้มาจากการรวบรวม วิเคราะห์ แปรผลข้อมูล เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพที่กำลังอยู่ในระหว่างการเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นระบบ ซึ่งจำเป็นสำหรับการจัดทำแผนพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ และจากรายงานโครงการติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕ - ๒๕๖๔) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๕๒ ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๕๐-๒๕๕๔) ดัชนีวัดที่ ๘ สัดส่วนประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ กระทรวงสาธารณสุขเป็นผู้รับผิดชอบหลักมีเป้าหมายการดำเนินงานร้อยละ ๓๐ ซึ่งพบว่าผลการดำเนินงานได้เพียง ร้อยละ ๑๘.๗ และในปี ๒๕๕๖ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และโครงการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายด้านสุขภาพร่วมมือสำรวจสถานการณ์ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุรวมทั้งติดตามผลการดำเนินงานดูแลสุขภาพผู้สูงอายุตามแผนงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ และผู้พิการดังกล่าว โดยสำรวจข้อมูลผู้สูงอายุ จำนวน ๑๓,๖๔๒ คน จาก ๒๘ จังหวัดเป็นตัวแทนครอบคลุมทั้ง ๑๒ เครือข่ายบริการสุขภาพ/ศูนย์อนามัยเขต มีเป้าหมายการดำเนินงานร้อยละ ๔๐ พบว่าผลการดำเนินงานได้ร้อยละ ๒๖.๗ และในปี ๒๕๖๑ จากการสำรวจโดยกรมอนามัยมีเป้าหมายการดำเนินงาน ร้อยละ ๕๐ พบว่าผลการดำเนินงานได้ร้อยละ ๕๔.๔ และในปี ๒๕๖๒ จากการสำรวจโดยกรมอนามัยมีเป้าหมายการดำเนินงาน ร้อยละ ๕๐ พบว่าผลการดำเนินงานได้ร้อยละ ๕๒ ซึ่งในปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ได้พัฒนารูปแบบการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน และประสานความร่วมมือศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ร่วมมือในการดำเนินงาน โดยการนำเทคโนโลยีเข้ามาใช้มีบทบาทการเฝ้าระวังพฤติกรรมบุคคลในปัจจุบัน ให้ทันกับโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา เมื่อผู้สูงอายุประเมิน

พฤติกรรมฯ ผ่านแอปพลิเคชัน H4U ก็จะสามารถรับทราบผลการประเมินได้ว่าตนเองมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เป็นอย่างไร ควรส่งเสริมหรือเพิ่มเติมด้านใดบ้าง ผ่าน infographic ที่จะขึ้นมาเป็น pop up คำแนะนำเฉพาะรายบุคคลตามที่ควรส่งเสริมในด้านที่บกพร่อง ดังนั้นจึงได้มีการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุโดยกรมอนามัยอย่างต่อเนื่อง จากความสำคัญข้างต้นจะเห็นได้ว่าการพัฒนาระบบเฝ้าระวังและวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุจะเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้ผู้สูงอายุได้รับรู้ภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพและสถานะสุขภาพของตนเอง ดังนั้นจึงได้มีการพัฒนารูปแบบการประเมินและการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุขึ้น

ดังนั้นสิ่งที่จะสามารถช่วยชะลอการเพิ่มขึ้นของกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และการคงสภาพของผู้สูงอายุไม่ให้เข้าสู่ภาวะพึ่งพิง สามารถทำได้โดยการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ โดยเริ่มจากการประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้วยตนเองพร้อมทั้งรับทราบคำแนะนำเฉพาะบุคคลผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน ด้วย infographic ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษารูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ เพื่อนำผลที่ได้จากไปใช้ประโยชน์ในการวางแผนการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุต่อไป

๗. วัตถุประสงค์ :

ศึกษารูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุที่ดำเนินงานผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) สมุดสุขภาพประชาชน

๘. วิธีการดำเนินงาน/วิธีการศึกษา/ขอบเขตงาน

เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา โดยการทบทวนเอกสาร และการประชุมผู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุที่ดำเนินงานผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) สมุดสุขภาพประชาชน

วิธีการดำเนินงาน

๑. ทบทวนวรรณกรรมและเอกสารการดำเนินงานที่ผ่านมา
๒. ศึกษารูปแบบพัฒนาการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุเป็นแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) สมุดสุขภาพประชาชน
๓. การทบทวนระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุว่ามีปัญหาอย่างไร
๔. การ SWOT analysis พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ
๕. ศึกษากระบวนการขั้นตอน วิธีการดำเนินงานของการพัฒนารูปแบบรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ
๖. สรุปผลการศึกษา

๙. ผลการดำเนินงาน/ ผลการศึกษา

เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา โดยการทบทวนวรรณกรรมทั้งในและต่างประเทศ และเอกสารการดำเนินงานที่ผ่านมาอย่างเป็นระบบเพื่อเลือกประเด็นแนวทางในการศึกษา และวิธีการพัฒนาที่เหมาะสม ผลการศึกษา พบว่า

๙.๑ ทบทวนระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุว่ามีปัญหาอย่างไร ถึงต้องพัฒนาขึ้นใหม่

จากการทบทวนระบบข้อมูลสุขภาพผู้สูงอายุในประเทศไทยมีหลายฐานข้อมูล และในกระทรวงสาธารณสุขก็มีฐานข้อมูลที่ไม่ตรงกัน โดยแต่ละกรมต่างมีชุดข้อมูลของตนเอง ไม่มีการแชร์ข้อมูลกัน รวมถึงแบบคัดกรองแต่ละกรมที่ส่งลงให้พื้นที่ดำเนินการก็มีความหลากหลายและไม่มีการบูรณาการซึ่งกันและกัน และเมื่อศึกษาทบทวนวรรณกรรมและการดำเนินงานที่ผ่านมาด้านพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ พบว่าการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุยังไม่มี การสำรวจทุกปี แต่จะพบในรูปแบบ การศึกษาวิจัยที่ผ่านมาเช่นการศึกษาของ HITAP ในปี พ.ศ.๒๕๕๖ และจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปี พ.ศ.๒๕๕๘ และในปี พ.ศ. ๒๕๖๑ และ พ.ศ. ๒๕๖๒ เริ่มมี การสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ โดยสำนักอนามัยผู้สูงอายุ ซึ่งใช้การสำรวจ ออนไลน์ด้วย google form โดยมีศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ เป็นผู้สำรวจและส่งข้อมูลกลับมาที่ส่วนกลาง แล้วส่วนกลางโดยสำนักอนามัยผู้สูงอายุจะเป็นผู้วิเคราะห์ข้อมูล และแปลผลข้อมูล พร้อมทั้งรับทราบ ผลลัพธ์พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ แล้วส่งคืนข้อมูลให้กับศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ และศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ ก็จะดำเนินการคืนข้อมูลให้กับพื้นที่ต่อไป

๙.๒ การ SWOT analysis พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ดังนี้

การวิเคราะห์ศักยภาพ

การวิเคราะห์ศักยภาพ เพื่อประเมินสภาพการพัฒนาในปัจจุบันและโอกาสพัฒนาในอนาคต ของการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ โดยใช้เทคนิค SWOT Analysis เป็น เครื่องมือในการวิเคราะห์ปัจจัยภายใน ได้แก่

S (Strength)	จุดแข็ง
W (Weak)	จุดอ่อน

พบปัจจัยภายในประกอบด้วย

- ด้านการบริหาร ได้แก่ อัตรากำลัง คุณภาพ
- งบประมาณ
- ระบบข้อมูล
- การประสานงาน/การอำนวยความสะดวก/ความร่วมมือจากส่วนต่างๆ
- ทรัพยากร เครื่องมืออุปกรณ์ในการทำงาน

การวิเคราะห์ปัจจัยภายนอก ได้แก่

O (Opportunity)	โอกาส
T (Threat)	อุปสรรค

พบปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย

- นโยบายรัฐบาล/กฎหมาย/นโยบายผู้บริหาร

- ด้านการเมือง
- ด้านเศรษฐกิจ
- ด้านสังคม
- เทคโนโลยี

Strengths	Weaknesses
- กรมอนามัยเป็นหน่วยงานที่ดำเนินงานด้านพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์แรกเริ่ม - พฤติกรรมสุขภาพ เป็นภาระกิจหลักของกรมอนามัยที่มีหน้าที่อภิบาลระบบให้คนไทยมีสุขภาพดี	- นโยบายในการดำเนินงานไม่ชัดเจน - งบประมาณในการจัดสรรมีจำกัด - ไม่มีระบบข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ - ขาดเครื่องมือและเทคโนโลยีที่ทันสมัย - ในภาพประเทศขาดหน่วยงานที่รับผิดชอบโดยตรง - ขาดการกำกับติดตามผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมเสี่ยง
Opportunities	Threats
- ผู้บริหารมีนโยบายที่ชัดเจนและสอดคล้องกับแผนพัฒนาผู้สูงอายุแห่งชาติ - มีเทคโนโลยีที่ทันสมัย	การวัดหรือประเมินพฤติกรรมสุขภาพ เป็นการประเมินผลหรือเห็นผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรมได้ยาก ต้องใช้เวลาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

จากการ SWOT analysis พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ จะเห็นได้ว่าศักยภาพของการดำเนินการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ สามารถที่จะพัฒนาและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ เนื่องจากมีจุดแข็งและโอกาสในการพัฒนา ที่ค่อนข้างมากและในจุดอ่อนๆ สามารถแก้ไขให้หมดได้ในโอกาสต่อไป

๙.๓ กระบวนการขั้นตอน วิธีการดำเนินงานของการพัฒนารูปแบบรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ

๙.๒.๑ กระบวนการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่ พึ่งประสงค์ของผู้สูงอายุผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) สมุดสุขภาพประชาชน พัฒนารูปแบบจากการใช้เว็บสอบถาม ข้อคำถาม คำแนะนำรายด้าน คำแนะนำภาพ รวมเฉพาะรายบุคคลที่ต้องเตรียมนำเข้าแอปพลิเคชัน โดยมีรายละเอียดตามเล่มคู่มือการดำเนินงาน ตัวชี้วัด ร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ปี พ.ศ. ๒๕๖๓

๙.๒.๒ พัฒนารูปแบบการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึ่งประสงค์ของผู้สูงอายุจากแบบสอบถามออนไลน์ โดย google form มาใช้แอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน ซึ่งเป็นแอปพลิเคชันกลางของกระทรวงสาธารณสุข โดยการใช้งานแอปพลิเคชันนี้ ผู้สูงอายุสามารถประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ได้ด้วยตนเองผ่านแอปพลิเคชัน H4U และใน

ส่วนของการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุในแอปพลิเคชัน H4U นั้น ได้มีการจัดทำคำแนะนำรายบุคคลในรูปแบบ infographic ให้กับผู้สูงอายุที่ประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของตนเอง อีกทั้งมีแอดมินระดับจังหวัด และแอดมินระดับศูนย์อนามัย เพื่อให้พื้นที่สามารถมีฐานข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุและพื้นที่สามารถ monitor ติดตามต่อเนื่องได้ในชุมชน พร้อมทั้งสามารถบูรณาการร่วมกับภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุต่อไป

๙.๒.๓ จัดประชุมคลัสเตอร์ผู้สูงอายุ เพื่อพิจารณาชุดคำถาม คำคำแนะนำ และจัดทำ infographic ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้ง ๕ ด้าน เพื่อเตรียมนำเข้าในแอปพลิเคชัน H4U

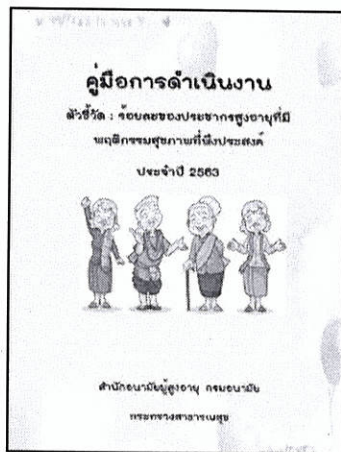
๙.๒.๔ จัดทำคู่มือในการดำเนินงานสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุด้วยแอปพลิเคชัน H4U สมุดสุขภาพประชาชน (ซึ่งเป็นตัวชี้วัดในการตรวจราชการกระทรวงสาธารณสุขประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ในรูปแบบไฟล์อิเล็กทรอนิกส์)

๙.๒.๕ นำร่างคู่มือฯ และ infographic ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์นำเสนอต่อคณะกรรมการและผู้บริหารสำนักอนามัยผู้สูงอายุเพื่อพิจารณา

๙.๒.๖ ชี้แจงแนวทางการดำเนินงานสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ผ่านช่องทางต่างๆ เช่น การประชุมชี้แจงฯ

๙.๒.๗ จัดส่งคู่มือฯ การดำเนินงานให้กับศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ และ สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง (สสม.) ดำเนินการชี้แจงในระดับพื้นที่จังหวัด และกรุงเทพมหานครต่อไปตามลำดับ โดยเนื้อหาในเล่มคู่มือการดำเนินงานฯ จะประกอบด้วย ดังนี้

- ๑) แนวทางการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ
- ๒) รายละเอียดตัวชี้วัด ร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
- ๓) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป)
- ๔) ตัวอย่างแบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป)
- ๕) ประชากรกลุ่มเป้าหมาย
- ๖) การวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ผู้สูงอายุ
- ๗) คู่มือการใช้งาน Mobile Application: Health For You (H4U)
- ๘) การใช้งาน Application: Health For You (H4U) ในการทำแบบสอบถาม
- ๙) พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๑๐) ขั้นตอนการใช้งานระบบ Application: Health For You (H4U)
 - สำหรับเจ้าหน้าที่ในการบริหารจัดการแบบสอบถาม
 - สำหรับเจ้าหน้าที่สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมืองและกรุงเทพมหานคร
 - สำหรับเจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัย และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด



คิวอาร์โค้ด
สำหรับดาวโหลด
เอกสาร
เล่มคู่มือการ
ดำเนินงาน

๙.๔ สรุปผลการศึกษา

การศึกษาเชิงพรรณนา เพื่อศึกษารูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ โดยการทบทวนเอกสารและการประชุมผู้ที่เกี่ยวข้อง พบว่าเป็นการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ยังไม่มีการสำรวจทุกปี แต่จะพบในรูปแบบการศึกษาวิจัย ในปี พ.ศ.๒๕๖๑ เริ่มมีการสำรวจ โดยสำนักอนามัยผู้สูงอายุ ใช้การสำรวจออนไลน์ด้วย google form โดยศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ เป็นผู้สำรวจและส่งข้อมูลกลับมายังสำนักอนามัยผู้สูงอายุ วิเคราะห์ข้อมูล และแปลผลแล้วส่งคืนข้อมูลศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒ และคืนข้อมูลให้กับจังหวัด ต่อมาจึงมีการพัฒนารูปแบบของแบบสอบถาม ข้อคำถาม คำแนะนำรายด้าน คำแนะนำภาพรวมเฉพาะรายบุคคลที่ต้องเตรียมนำเข้าแอปพลิเคชัน เพื่อพัฒนารูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ รูปแบบแอปพลิเคชัน H4U

ส่วนรูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

- ๑) ผู้สูงอายุประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้วยตนเองผ่านช่องทางออนไลน์ แอปพลิเคชัน H4U
- ๒) ผู้สูงอายุนำคำแนะนำเพื่อไปใช้ปฏิบัติตัวตามสภาพปัญหาเฉพาะรายบุคคล
- ๓) เจ้าหน้าที่สาธารณสุขระดับจังหวัดนำข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ วิเคราะห์และออกแบบกิจกรรมสู่การปฏิบัติ กำกับ ติดตาม พร้อมทั้งบูรณาการร่วมกับภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุต่อไป

๙.๕ ข้อเสนอแนะ

ควรมีการประชาสัมพันธ์การใช้งานแอปพลิเคชัน H4U ให้ผู้สูงอายุและประชาชนที่สนใจประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เพื่อรับรู้สถานะสุขภาพเบื้องต้น ความเสี่ยงของพฤติกรรมสุขภาพตนเอง และสามารถนำข้อมูลในแอปพลิเคชัน H4U เชื่อมโยงข้อมูลระดับบุคคลกับ Health Data Center (HDC) กระทรวงสาธารณสุข เพื่อใช้ประโยชน์ในการดำเนินงานต่อไป

๑๐. การนำไปใช้ประโยชน์

- ๑๐.๑ สามารถเป็นเครื่องมือในการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ

๑๐.๒ เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าถึงการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ รับรู้สถานะพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง เข้าถึงการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์รายบุคคลที่มีความจำเพาะเฉพาะรายผ่านการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน

๑๐.๓ เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาใช้เป็นฐานข้อมูลของผู้สูงอายุในระดับประเทศได้

๑๐.๔ เพื่อนำเป็นข้อเสนอเชิงนโยบายในการขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในระดับประเทศ

๑๑. ความยุ่งยากในการดำเนินงาน/ปัญหา/อุปสรรค : เนื่องจากเป็นการริเริ่มแนวทางในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุที่ค่อนข้างเป็นสิ่งใหม่สำหรับผู้สูงอายุและผู้ปฏิบัติงานในพื้นที่ อาจจะก่อให้เกิดความยุ่งยากดังนี้

๑) เนื่องจากเป็นปีแรกที่มีการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุมีการสำรวจผ่านช่องทางแอปพลิเคชัน H4U หรือสมุดสุขภาพประชาชน ทำให้เจ้าหน้าที่ผู้ดำเนินงานเกิดความไม่เข้าใจและมองว่ายุ่งยาก สร้างภาระงานหรือเพิ่มงานให้กับพื้นที่แต่ในข้อเท็จจริงเป็นการสื่อสารเพื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับผู้สูงอายุโดยตรง เมื่อผู้สูงอายุประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของตนเองผ่านแอปพลิเคชัน H4U ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมสุขภาพรายบุคคลที่ชัดเจน (Individual Health Promotion)

๒) พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ได้รับความสำคัญให้เป็นตัวชี้วัดกระทรวงสาธารณสุข ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ เป็นปีแรก ประกอบกับการเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินงานจากประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุผ่านระบบ google form เปลี่ยนมาใช้แอปพลิเคชัน H4U ส่งผลให้ผู้สูงอายุที่ไม่มีโทรศัพท์ไม่สามารถประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ผ่านแอปพลิเคชัน H4U ได้

๓) การดำเนินกิจกรรมบางอย่างมีรายละเอียดและกฎระเบียบจำนวนมาก จึงทำให้การดำเนินการเป็นไปอย่างล่าช้าและ ไม่ดำเนินไปตามแผนปฏิบัติการ

๔) ขาดการจัดทำระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุที่เชื่อมโยงข้อมูลทั้งในระดับประเทศและท้องถิ่น ส่งผลให้การปรับปรุงติดตามและพัฒนางานตามแผนผู้สูงอายุเป็นไปอย่างล่าช้า และไม่ตอบสนองกับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง

๑๒. ข้อเสนอแนะ/วิจารณ์ มีข้อเสนอแนะดังนี้

๑) สามารถนำแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน มาให้ประชาชนที่สนใจและผู้สูงอายุเข้ามาใช้งานและประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของตนเองได้ พร้อมทั้งสามารถรับรู้สถานะสุขภาพเบื้องต้น ความเสี่ยงและพฤติกรรมสุขภาพของตนได้

๒) สามารถนำข้อมูลสุขภาพในแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน เป็นตัวกลางในการสื่อสารความรู้ด้านสุขภาพระหว่างเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและตัวผู้สูงอายุเอง

๓) สามารถนำข้อมูลในแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน เป็นแอปพลิเคชันมาใช้ในการเชื่อมโยงข้อมูลระดับบุคคล เช่น ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพโรคประจำตัว ประวัติการรักษาที่ผ่านมา รวมถึงวัคซีนที่เคยได้รับของผู้สูงอายุ

๔) เพื่อให้ผู้สูงอายุเป็นเจ้าของข้อมูลได้เข้าถึงประวัติการเข้ารับบริการ และข้อมูลสุขภาพของตนเอง

๑๓. กิตติกรรมประกาศ

รายงานการศึกษาเล่มนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความช่วยเหลือจากจากบุคคลากรในกลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและเครือข่าย สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โดยนางสาวจุฑาทิพย์ เชนจิตร ผู้ซึ่งให้คำแนะนำ คำปรึกษา ตลอดจนการแก้ไขข้อบกพร่องในขั้นตอนต่างๆ ของการศึกษาวิจัยให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณนายแพทย์กิตติ ลาภสมบัติศิริ ผู้อำนวยการสำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย และศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข ที่เอื้อเฟื้ออุปการณีสื่อช่องทางการสื่อสาร และบุคคลากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญที่ให้ความรู้ในเทคนิคเฉพาะด้านและแนวคิดใหม่ๆในการศึกษาครั้งนี้ของข้าพเจ้าเป็นผลให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

๑๔. เอกสารอ้างอิง

๑. กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2557). คู่มือการคัดกรอง/ประเมินผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกิจการ โรงพิมพ์สงเคราะห์องค์การทหารผ่านศึก
๒. กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2554). การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการ. นนทบุรี: โรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
๓. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2556). คู่มือความสุข 5 มิติ. พิมพ์ครั้งที่2. นนทบุรี: โรงพิมพ์ ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
๔. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2556). รายงานการสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุไทย ปี พ.ศ.2556 ภายใต้แผนงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและผู้พิการ. นนทบุรี: โรงพิมพ์วัชรินทร์.
๕. กองสุกศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2556). การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยชุมชน. นนทบุรี : กองสุกศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.
๖. เสาวลักษณ์ แยมตรี, ชุมพร พลนรา และอานนท์ แยมตรี. (2542). รูปแบบการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนชน. ขอนแก่น: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี.
๗. ปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์ และคณะ. (๒๕๖๑). พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุอาศัยในชุมชนชนเมือง จังหวัดขอนแก่น.วารสารศรีนครินทร์เวชสาร ๒๕๖๑; ๓๓(๒): ๑๕๓-๑๖๐
๘. สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (๒๕๕๔).คู่มือธงโภชนาการ.องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก. พิมพ์ครั้งที่ ๑.
๙. สำนักวิจัยและสถิติ. (2558). ผู้สูงอายุไทย : เป็นอยู่อย่างไร. สืบค้นเมื่อ 2 กันยายน 2560 จาก, http://www.thaيلife.co.th/upload/os/publication/filet_20140926153933.pdf
๑๐. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. การสำรวจสุขภาพประชาชนโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2557 สวรส [ออนไลน์]. เข้าถึงข้อมูลวันที่ 18 พฤษภาคม 2561 จาก <https://www.hsri.or.th/researcher/research/rew-release/detail/7711>

๑๑. Sripan, J. (2011). Health Promotion Behaviors of the Elders in Langsuan District, Chumphon Province. Journal of Yala Rajabhat University, 6(2), 123-30. (in Thai)

๑๕. การเผยแพร่

-เว็บไซต์สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย : <https://ea.anamai.moph.go.th/th/elderly-manual/>

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ) ผู้ขอรับการคัดเลือก
(นางสาวศศพร เทยานรงค์)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
ผู้เสนอผลงาน

วันที่ ๑๘ / พ.ค. / ๒๕๖๔

ขอรับรองว่าสัดส่วนหรือลักษณะงานในการดำเนินการของผู้เสนอข้างต้นถูกต้องตรงกับความเป็นจริงทุกประการ

(ลงชื่อ)
จ.ร.อ.

(นางสาวจุฑามาศ เจนจิตร)

ผู้ร่วมดำเนินการ

วันที่ ๑๘ / พ.ค. / ๒๕๖๔

ได้ตรวจสอบแล้วขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นถูกต้องตรงกับความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ)
จ.ร.อ.

(นางสาวจุฑามาศ เจนจิตร)

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
และเครือข่าย สำนักอนามัยผู้สูงอายุ

วันที่ ๑๘ / พ.ค. / ๒๕๖๔

(ลงชื่อ)
กิตติ งาม

(นายแพทย์กิตติ ลาภสมบัติศิริ)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสำนักอนามัยผู้สูงอายุ

วันที่ ๑๘ / พ.ค. / ๒๕๖๔

แบบรายการประกอบคำขอประเมินผลงาน
ข้อเสนอแนวคิด/วิธีการ เพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มี
ประสิทธิภาพมากขึ้น

เรื่อง รูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ
ผ่านสื่อดิจิทัล

ของ

ชื่อ นางสาวศตพร เทยานรงค์

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข ระดับ ปฏิบัติการ

ตำแหน่งเลขที่ ๒๐๒๔

กลุ่มงาน/ฝ่าย กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ

สำนัก/กอง/ศูนย์ สำนักส่งเสริมสุขภาพ

(ปฏิบัติราชการที่สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย)

กรมอนามัย

เพื่อแต่งตั้งให้ดำรง

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข ระดับ ชำนาญการ

ตำแหน่งเลขที่ ๒๐๒๔

กลุ่มงาน/ฝ่าย กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ

สำนัก/กอง/ศูนย์ สำนักส่งเสริมสุขภาพ

(ปฏิบัติราชการที่สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย)

กรมอนามัย

ข้อเสนอแนวคิด/วิธีการ เพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

๑. ชื่อผลงานเรื่อง รูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุผ่านสื่อดิจิทัล
๒. ระยะเวลาที่ดำเนินการ สิงหาคม ๒๕๖๓ – ตุลาคม ๒๕๖๓
๓. สรุปเค้าโครงเรื่อง

๓.๑ หลักการและเหตุผล

จากการพัฒนารูปแบบการรายงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ สำนักงานมัยผู้สูงอายุเมื่อเดือนมิถุนายน ๒๕๖๒ – กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ และเริ่มให้พื้นที่ดำเนินการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุด้วยแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชนซึ่งได้เปิดให้เริ่มใช้งานระบบในวันที่ ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ เป็นต้นมา การพัฒนาระบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพ เฝ้าระวังสุขภาพ และวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุจะเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้ผู้สูงอายุรับรู้ภาวะสุขภาพและสถานะสุขภาพของตนเองจากการประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้วยตนเองพร้อมทั้งรับทราบคำแนะนำเฉพาะบุคคลผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน ด้วย infographic ที่มีความเฉพาะบุคคลและตรงประเด็นกับพฤติกรรมเสี่ยงที่ต้องได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามที่คุณสูงอายุตอบแบบสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) และในส่วนของหน่วยบริการหรือเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในระดับพื้นที่ ภูมิภาค และส่วนกลางสามารถทราบข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุที่พึงประสงค์ได้แบบ realtime ณ เวลาปัจจุบันและสามารถจัดทำเป็นฐานข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุในระดับตำบล ระดับอำเภอ ระดับจังหวัด ระดับเขตสุขภาพ และระดับประเทศ เพื่อนำมาพัฒนาแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุสู่มาตรฐานสากล และนำมาทำเป็นข้อเสนอแนะ ด้านการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ด้วยเหตุที่กล่าวมาข้างต้นนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) ว่าจะสามารถเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุและนำไปเป็นแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

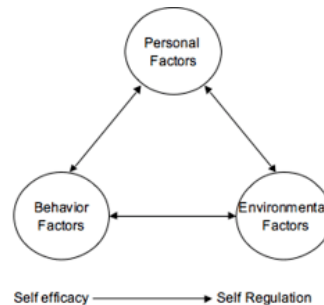
เพื่อประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุผ่านแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน

๓.๒ บทวิเคราะห์/แนวความคิดหรือแนวทางดำเนินการ/ข้อเสนอ

การประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุผ่านแอปพลิเคชันHealth For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน เป็นการศึกษาผลการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุตามพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้วยแอปพลิเคชันHealth For You H4U ว่ามีการปรับพฤติกรรมหรือไม่อย่างไร มีความเหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุไทยหรือไม่ และเมื่อผู้สูงอายุประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์แล้วได้รับความรู้คำแนะนำรายบุคคลผ่านสื่อ Infographic ในแอปพลิเคชันแล้วจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปอย่างไร

กรอบแนวคิด

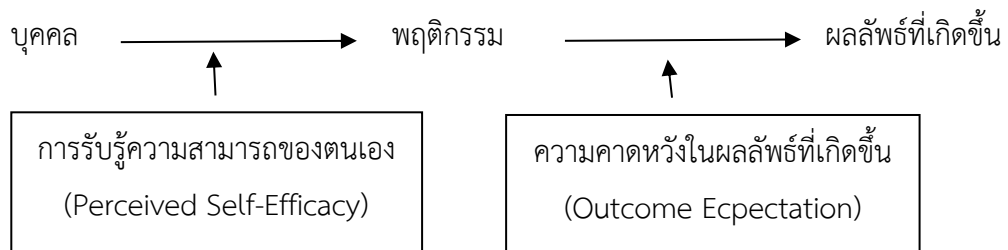
กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ทฤษฎีความสามารถตนเอง (Self efficacy theory) ของ Bandura



ภาพที่ ๒ การแสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B) สภาพแวดล้อม (E) และ ส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ ที่มีผลต่อการเรียนรู้และการ กระทำ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, ๒๕๕๐)

โดยปัจจัยทั้ง ๓ ทำหน้าที่กำหนดซึ่งกันและกันนั้น ไม่ได้หมายความว่าทั้ง ๓ ปัจจัยนั้น จะมีอิทธิพลในการกำหนดซึ่งกันและกันอย่างเท่าเทียมกัน บางปัจจัยอาจมีอิทธิพลมากกว่าอีกบาง ปัจจัย และอิทธิพลของปัจจัยทั้ง ๓ นั้นไม่ได้เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน หากแต่ต้องอาศัยเวลาในการที่ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งจะมีผลต่อการกำหนดปัจจัยอื่นๆ (Bandura, ๑๙๘๙ อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, ๒๕๕๐)

ทฤษฎีความสามารถตนเอง ประกอบด้วย แนวคิดที่สำคัญคือ การรับรู้ความสามารถตนเอง และความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติซึ่งความแตกต่างระหว่างการรับรู้ความสามารถ ตนเองกับความคาดหวังในผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น (Outcome Expectation) ดังนี้



ภาพที่ ๓ ความแตกต่างระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้น (Bandura, ๑๙๗๗ อ้างถึงใน จุฬารัตน์ โสตะ, ๒๕๕๖)

๓.๓ ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑) สามารถเป็นเครื่องมือในการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ
- ๒) เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าถึงการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ รับรู้สถานะพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง เข้าถึงการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์รายบุคคลที่มีความจำเพาะเฉพาะรายผ่านการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในแอปพลิเคชัน Health For You (H4U) หรือสมุดสุขภาพประชาชน
- ๓) เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาใช้เป็นฐานข้อมูลของผู้สูงอายุในระดับประเทศ และเพื่อจัดทำเป็นข้อเสนอเชิงนโยบายในการขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

๓.๔ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ข้อเสนอต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ๑ ชุดรายการ

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ) 

(นางสาวศตพร เทยานรงค์)

ผู้เสนอแนวคิด

วันที่ ๑๔ / พ.ค. / ๒๕๖๔

