

หลักฐานเอกสารแนบตัวชี้วัดที่ 1.19 ร้อยละของประชากรสูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
เดือนกุมภาพันธ์ 2565

1. โครงการพัฒนาการขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ ปี 2565

1.1 การจัดทำคลิปวีดิทัศน์การประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุ จำนวน 1 เรื่อง

- ดำเนินการผลิตและเผยแพร่คลิปวีดิทัศน์การประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุ จำนวน 1 เรื่อง ผ่านช่องทาง Youtube กองกิจกรรมทางกาย เพื่อสุขภาพ และเว็บไซต์กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ



ช่องทางการเผยแพร่คลิปวีดิทัศน์



เว็บไซต์กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ



Youtube กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

1.2 การจัดทำคู่มือ Online การประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ

ดำเนินการเผยแพร่คู่มือ Online การประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุผ่านช่องทางเว็บไซต์กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ และจัดทำหนังสือขอส่งสื่อการประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุถึงศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง (สสม.)



ช่องทางการเผยแพร่คู่มือ (E-Book)

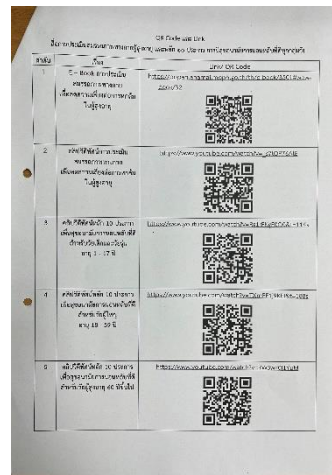
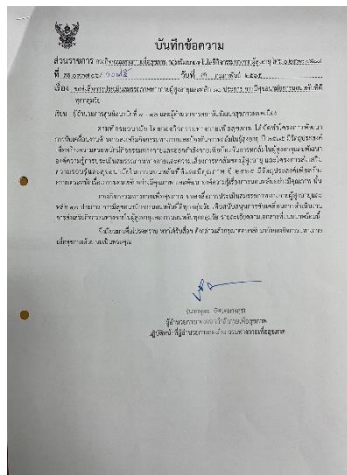


เว็บไซต์กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

2. โครงการส่งเสริมความรอบรู้และสุขอนามัยในการนอนหลับที่ดีและมีคุณภาพ ปี 2565

2.1 การจัดทำคลิปวิดีโอที่สั้นหลัก 10 ประการการมีสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีทุกกลุ่มวัย

ดำเนินการจัดทำหนังสือขอส่งสื่อหลัก 10 ประการ เพื่อสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีทุกกลุ่มวัยถึง คอ.1-12 และ สสม. เพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนการดำเนินงานการส่งเสริมการนอนหลับทุกกลุ่มวัย



2.2 ประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนและกำหนดหัวข้อการประกาศนโยบาย ประเด็นการสร้างความรู้รอบรู้และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” ครั้งที่ 2

เมื่อวันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2565 นางนงพะงา ศิวานุวัฒน์ หัวหน้ากลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ เป็นประธานการประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนและกำหนดหัวข้อการประกาศนโยบาย ประเด็นการสร้างความรู้รอบรู้และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” ครั้งที่ 2 พร้อมด้วยบุคลากรกลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ คณะกรรมการบริหารสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย และทีมจัดงานฯ เพื่อวางแผนและเตรียมการจัดงานแถลงข่าว และประกาศนโยบายการสร้างความรู้รอบรู้และการมีสุขอนามัยที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” ประจำปี 2565



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

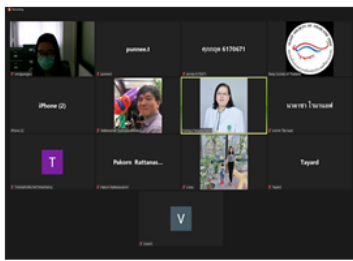
ภาพข่าวกิจกรรม

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ



จัดทำโดย : กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ

ประชุมคณะกรรมการเพื่อวางแผนและกำหนดหัวข้อการประกาศนโยบาย ประเด็นการสร้างความรอบรู้ และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” ครั้งที่ 2 วันศุกร์ที่ 11 กุมภาพันธ์ 2565 เวลา 11.00 – 12.00 น. ผ่านระบบออนไลน์ Zoom Meeting



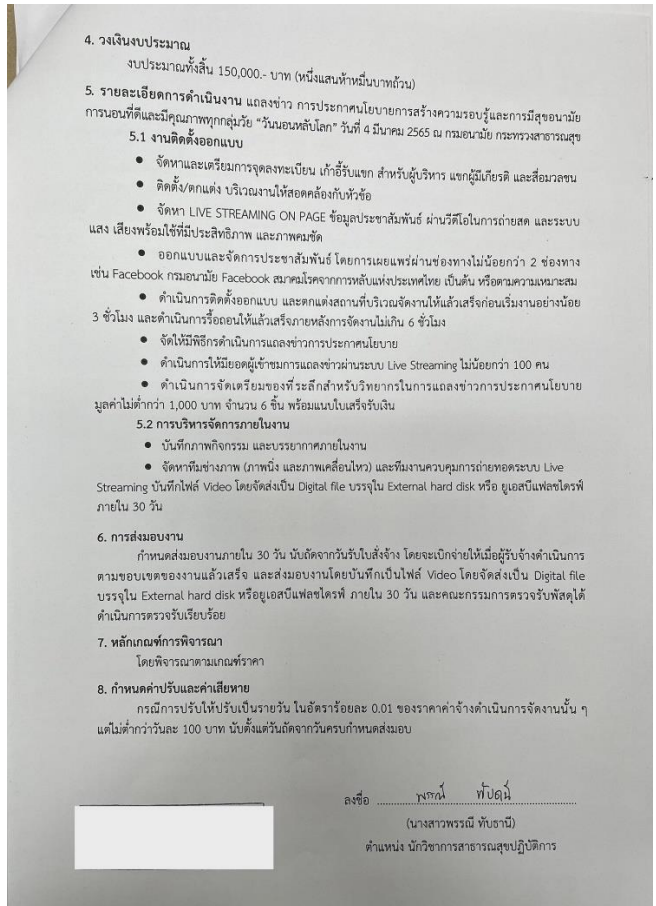
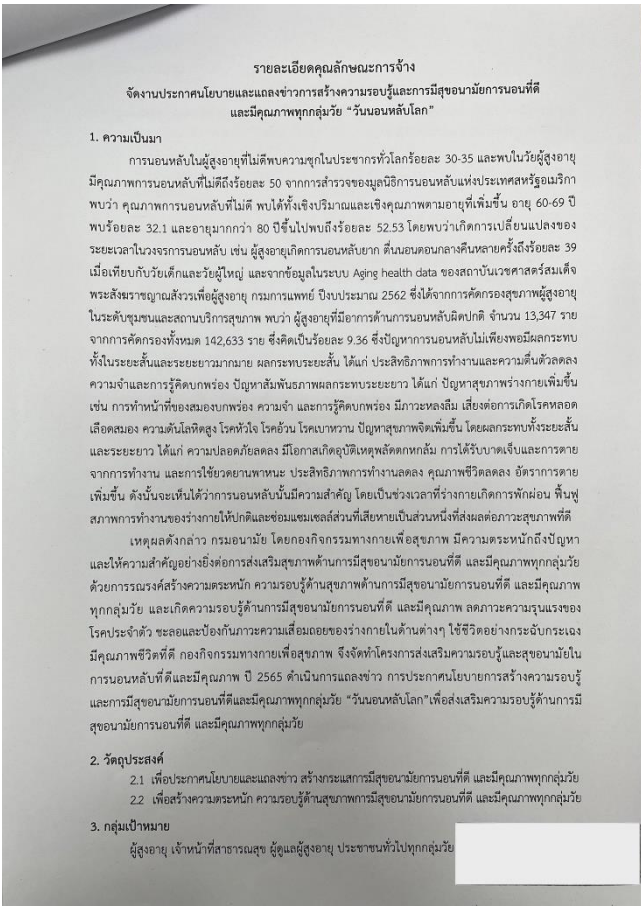
วันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2565 นางนงพะงา ศิวานวิวัฒน์ หัวหน้ากลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ เป็นประธานการประชุมคณะกรรมการเพื่อวางแผนและกำหนดหัวข้อการประกาศนโยบาย ประเด็นการสร้างความรอบรู้ และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” ครั้งที่ 2 พร้อมด้วย บุคลากรกลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ คณะกรรมการบริหารสมาคมโรคจากการหลับแห่งประเทศไทย และทีมจัดงาน เพื่อวางแผนและเตรียมการจัดงานแถลงข่าวและประกาศนโยบายการสร้างความรอบรู้และการมีสุขอนามัยที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” ประจำปี 2565

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

www.anamai.moph.go.th

2.3 จัดงานประกาศนโยบายและแถลงข่าวการสร้างความรอบรู้และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” วันที่ 4 มี.ค. 65

ดำเนินการจัดทำรายละเอียดการจัดงานเผยแพร่ประกาศนโยบายและแถลงข่าวการสร้างความรอบรู้ และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” ตามระเบียบพัสดุ

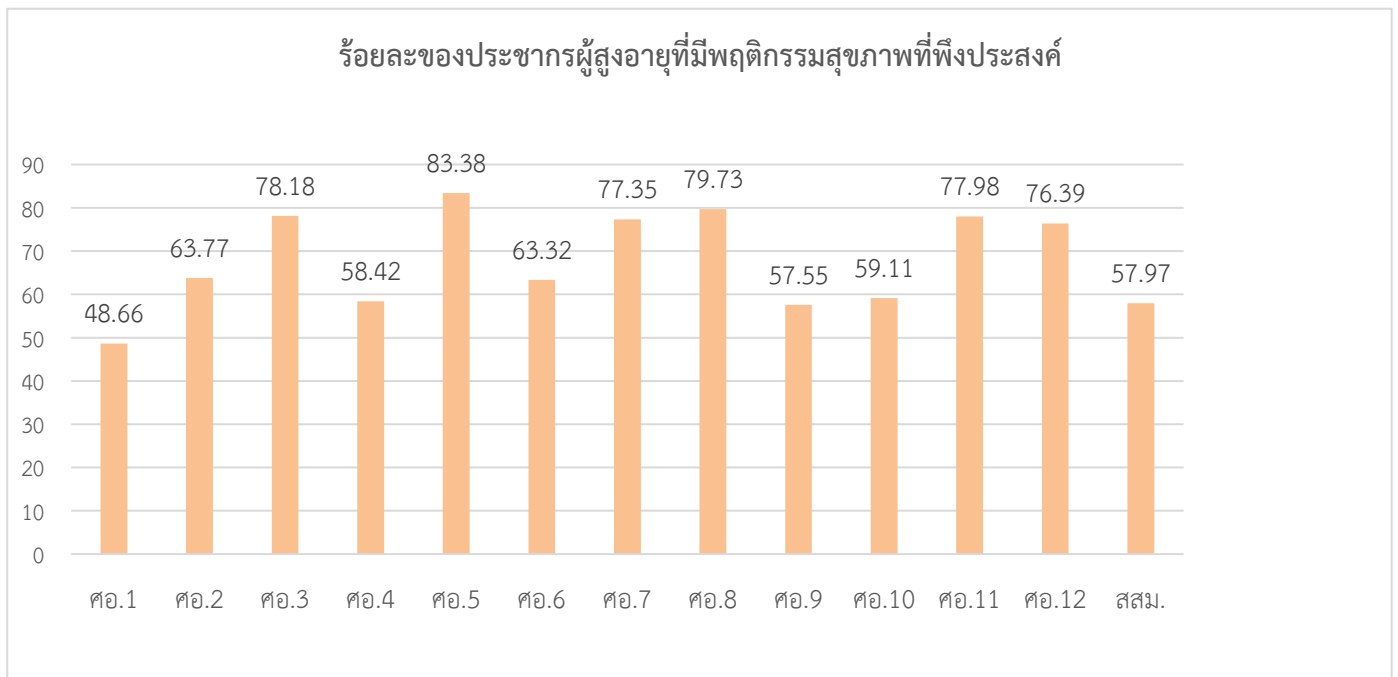


3. จัดทำบทสรุปผู้บริหารในการดำเนินงานตามแผนการดำเนินงาน รอบ 5 เดือนแรก ตามแผนงานโครงการฯ และนโยบายประเด็นสำคัญของรัฐบาล

ผลการดำเนินงานตามแผนการดำเนินงาน รอบ 5 เดือนแรก ค่าเป้าหมายร้อยละ 40 พบว่า จำนวนผู้สูงอายุที่ตอบแบบสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้วย Blue Book Application ปี 2565 เป้าหมาย ผู้สูงอายุที่มี ADL ≥ 12 คะแนน ในระบบ HDC จำนวน 10 % ของพื้นที่ มีกลุ่มเป้าหมายทั้งหมดประมาณ จำนวน 748,200 คน ผลการดำเนินงาน ใน Blue Book Application จำนวน 628,541 คน และผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 8 ด้าน จำนวน 456,035 คน คิดเป็นร้อยละ 72.55 (ที่มา : Blue Book Application ณ วันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2565) สำหรับพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้ง 8 ด้านภาพรวมของประเทศ พบว่าแต่ละศูนย์อนามัยมีผลการดำเนินงาน พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ รอบ 5 เดือนแรก ผ่านเป้าหมายร้อยละ 40 ทุกหน่วยงาน ซึ่งศูนย์อนามัยที่มีผลการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์มากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี ร้อยละ 83.38 รองลงมา คือ ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี ร้อยละ 79.73 และศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์ ร้อยละ 78.18 และเมื่อวิเคราะห์ พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้ง 8 ด้าน โดยแยกเป็นรายพฤติกรรมสรุปเป็นภาพรวมทั้งประเทศ พบว่า พฤติกรรมสุขภาพที่มากที่สุด คือ การดูแลตนเอง และการแปรงฟัน ร้อยละ 90.05 รองลงมาคือ พฤติกรรมสุขภาพด้านการไม่ดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 89.57 สำหรับพฤติกรรมสุขภาพที่น้อยที่สุด คือ พฤติกรรมสุขภาพด้านการมีกิจกรรมทางกาย ร้อยละ 82.33

เมื่อวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอเป็นรายศูนย์อนามัย พบว่า ผลการดำเนินงานการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุด้านกิจกรรมทางกายภาพรวมของประเทศ คิดเป็นร้อยละ 82.33 เมื่อแยกเป็นรายศูนย์อนามัย พบว่าศูนย์อนามัยที่มีพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านกิจกรรมทางกายมากที่สุด คือ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี คิดเป็นร้อยละ 88.59 รองลงมา คือ ศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช คิดเป็นร้อยละ 87.04 และศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น คิดเป็นร้อยละ 86.39 สำหรับศูนย์อนามัยที่มีพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านกิจกรรมทางกายน้อยที่สุด คือ ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ คิดเป็นร้อยละ 68.56 ทั้งนี้อาจลดลง เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) และประชากรผู้สูงอายุไม่เข้าใจความหมายของคำว่ากิจกรรมทางกายยังคงเข้าใจว่ากิจกรรมทางกายคือการออกกำลังกายเท่านั้น ดังนั้นควรมีการทบทวนและตรวจสอบการสื่อสารทำความเข้าใจร่วมกับ Cluster ผู้สูงอายุในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลางที่เพียงพอ เพื่อให้เกิดการดำเนินงานที่มีประสิทธิภาพสูงสุด ส่งผลต่อสนับสนุนการขับเคลื่อนงานระดับเขตสุขภาพ จนส่งผลต่อเป้าหมายของกระทรวงสาธารณสุขในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลางที่เพียงพอของผู้สูงอายุ

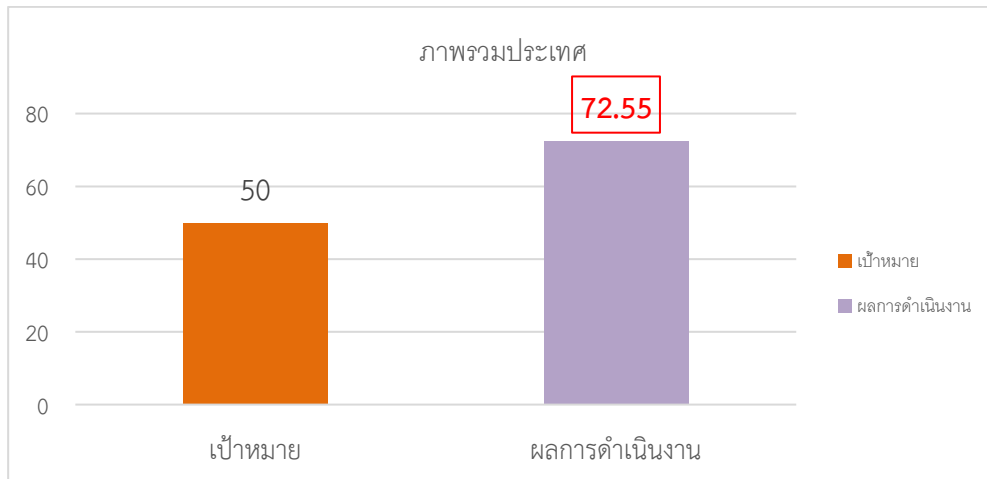
- ผลการดำเนินงานรอบ 5 เดือนแรก เป้าหมายร้อยละ 40



ที่มา : Blue Book Application ณ วันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2565

จากรายงานแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้ง 8 ด้านภาพรวมของประเทศ ซึ่งจะเห็นได้ว่าแต่ละศูนย์อนามัยมีผลการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ รอบ 5 เดือนแรก ผ่านเป้าหมายร้อยละ 40 ทุกหน่วยงาน ซึ่งศูนย์อนามัยที่มีผลการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์มากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี ร้อยละ 83.38 รองลงมาคือ ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี ร้อยละ 79.73 และศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์ ร้อยละ 78.18

- ภาพรวมประเทศ มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ จำนวน 456,035 คน คิดเป็นร้อยละ 72.55



ที่มา : Blue Book Application ณ วันที่ 28

และเมื่อวิเคราะห์ผลการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้ง 8 ด้านในภาพรวม พบว่า มีผลการดำเนินงาน ร้อยละ 72.55 ซึ่งเกินค่าเป้าหมาย ร้อยละ 50

กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายผู้สูงอายุ
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย