กรมประชาสัมพันธ์
รับที่ 13364
วันที่ 14 ก.พ. 61
เวลา 14:24 น.

ด่วนที่สุด บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักนายกรัฐมนตรี สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี โทร. ๐ ๒๒๘๓ ๔๒๓๔
ที่ นร ๐๑๐๑/ว ๒๙๗ **วันที่** ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
เรื่อง ขอส่งประเด็นสื่อสารหลัก ๖๖ ข้อ (Key Message) เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน

เรียน หัวหน้าส่วนราชการระดับกรม รัฐวิสาหกิจในสังกัดสำนักนายกรัฐมนตรี และหน่วยงานของรัฐในกำกับสำนักนายกรัฐมนตรี

สำนักนายกรัฐมนตรีขอส่งสำเนาหนังสือกระทรวงสาธารณสุข ที่ สธ ๐๙๐๕(๓).๐๑/ว ๑๒๗๙ ลงวันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ เรื่อง ขอส่งประเด็นสื่อสารหลัก ๖๖ ข้อ (Key Message) เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน ดังมีรายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไปด้วย จักขอบคุณยิ่ง

(นางประภาศรี บุญวิเศษ)
รองปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี ปฏิบัติราชการแทน
ปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี

ที่ นร ๐๖๐๓.๐๓/ว ๖๐๑
เรียน ผอ.สำนัก ผอ.กอง และหัวหน้าหน่วยงาน
เพื่อโปรดทราบ

(นางสาวฐิติรัตน์ ศรีระวิโรจน์)
เลขานุการกรม
๑๙ ก.พ. ๒๕๖๑

กลางทาง
เลขรับ ๓๔๕
รับที่ ๙ ก.พ. ๖๑
เวลา ๑๐.๓๐น.

สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
เลขรับ ๒๖๐๑
วันที่ ๘ กพ. ๖๑
เวลา ๑๐.๓๐ น.

ที่ สธ ๐๙๐๕(๑).๐๑/๒๕๗๗

กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

เรื่อง ขอส่งประเด็นสื่อสารหลัก ๖๖ ข้อ (Key Message) เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน

เรียน ปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ประเด็นสื่อสารหลัก ๖๖ ข้อ (Key Message) จำนวน ๑ ฉบับ
๒. กระบวนการเปลี่ยนแปลงภายในตัวบุคคลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ จำนวน ๑ แผ่น
๓. คู่มือการใช้งานประเด็นสื่อสารหลัก ๖๖ ข้อ (Key Message) จำนวน ๑ ฉบับ
๔. คำสั่งกระทรวงสาธารณสุข ที่ ๘๗๒/๒๕๖๐ ลงวันที่ ๒๒ มิถุนายน ๒๕๖๐ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ กระทรวงสาธารณสุข โดย กรมอนามัย ร่วมกับคณะกรรมการวิชาการและกำกับทิศและคณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ตามคำสั่งกระทรวงสาธารณสุข ที่ ๘๗๒/๒๕๖๐ ลงวันที่ ๒๒ มิถุนายน ๒๕๖๐ (เอกสารแนบ ๔) ดำเนินการจัดทำประเด็นสื่อสารหลัก (Key Message) ตามกรอบข้อเสนอระบบพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพไทยแบบบูรณาการ ๓ มิติ ๔ ระบบ คือ ระบบการส่งเสริมสุขภาพ ระบบการป้องกันโรค ระบบการคัดกรองและเลือกรับผลิตภัณฑ์สุขภาพ และระบบบริการทางการแพทย์ ขณะนี้ได้ดำเนินการจัดทำเสร็จแล้ว นั้น

ในการนี้ กระทรวงสาธารณสุข โดย กรมอนามัย ขอส่งประเด็นสื่อสารหลัก (เอกสารแนบ ๑) และขอความร่วมมือ เผยแพร่ ในรูปแบบที่เหมาะสมกับบริบท และกลุ่มเป้าหมาย โดยคำนึงถึงความง่ายในการเข้าถึง เข้าใจ โต้ตอบซักถามแลกเปลี่ยน ตัดสินใจ เปลี่ยนพฤติกรรม และบอกต่อ ตามกระบวนการเปลี่ยนแปลงภายในตัวบุคคลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ (v shape) (เอกสารแนบ ๒) และนำไปเป็นแนวทางในการจัดทำประเด็นสื่อสารเฉพาะให้ตรงกับกลุ่มเป้าหมาย (Tailor – made Key Message) ต่อไป โดยสามารถศึกษาแนวทางการนำไปใช้จากคู่มือการใช้งานประเด็นสื่อสารหลัก (เอกสารแนบ ๓) และติดตามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ http://dohhLanamai.moph.go.th หากมีข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะประการใด สามารถติดต่อกลับที่สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย ๔.๐ เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน โทรศัพท์หมายเลข ๐ ๒๕๙๐ ๔๗๐๔ หรือ ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ hldoh๒๕๖๐@gmail.com

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ

ขอแสดงความนับถือ

(นายโอภาส การย์กวินพงศ์)
รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข
หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านพัฒนาการสาธารณสุข

สำเนาถูกต้อง
(นายอรรถพงศ์ พุ่มโต)
นักจัดการงานทั่วไปปฏิบัติการ
๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

กรมอนามัย
สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย ๔.๐
เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน
โทรศัพท์ ๐ ๒๕๙๐ ๔๗๐๔ โทรสาร ๐ ๒๕๙๐ ๔๕๗๗

ชุดข้อมูลความรู้พื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น

ประเด็นสื่อสารหลัก 66 ข้อ (Key Message)

"Thai Health Literacy 66"

เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน

ประเด็น	ระบบ*
การส่งเสริมสุขภาพ	
กินอาหารสุขภาพ	
1. เราควรกินอาหารไม่หวาน ไม่มัน ไม่เค็ม และเพิ่มผักผลไม้	HP
2. เราควรกินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลาง และล้างมือให้สะอาด	HP
3. เราควรดื่มน้ำสะอาด 6 - 8 แก้วต่อวันและกินอาหารให้ครบทั้งเนื้อสัตว์ ผัก ข้าว ผลไม้ และสับเปลี่ยนรายการอาหาร โดยไม่จำเป็นต้องกินอาหารเสริม	HP
4. การกินอาหารหวาน มัน เค็ม กินผักและผลไม้น้อย การดื่มเหล้า สูบบุหรี่ และไม่ออกกำลังกาย ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมองตีบ	HP
5. เราควรรู้ว่าผลไม้บางชนิดมีน้ำตาลและพลังงานสูง เช่น ทุเรียน ลำไย จึงควรกินแต่น้อย โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ เบาหวาน และความดันเลือด (โลหิต)	HP
กิจกรรมทางกาย	
6. เราควรลุกขึ้น เดิน เปลี่ยนท่าทาง ทุก 2 ชั่วโมง จะช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง	HP
7. เราควรสนับสนุนให้วัยเรียนและวัยรุ่นทำกิจกรรมที่ได้ออกแรงจนรู้สึกเหนื่อย อย่างน้อย วันละ 1 ชั่วโมง	HP
8. เราควรออกแรงเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงให้แก่กล้ามเนื้อ วันเว้นวัน	HP
9. เราสามารถป้องกันหรือเลี่ยงอาการออฟฟิศซินโดรม ด้วยการพักสายตาจากจอคอมพิวเตอร์ และยืดเหยียดกล้ามเนื้อมือและแขนทุก 1 ชั่วโมง อย่างน้อย 1-10 นาที	HP
จัดการความเครียด	
10. เราสามารถจัดการความเครียดของตนเองได้อย่างเหมาะสม	HP
นอนหลับ	
11. เราควรนอนหลับ(สนิท) 7-8 ชั่วโมงต่อคืน	HP

หมายเหตุ ระบบ* HP = Health Promotion (การส่งเสริมสุขภาพ) DP = Disease Prevention (การป้องกันโรค)
CP = Customer Protection (การคุ้มครองผู้บริโภค/การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ) HC = Health Care (การบริการสุขภาพ)

ประเด็น	ระบบ*
บุหรี่+สุรา	
12. เราไม่ควรสูบบุหรี่หรือสูดดมควันบุหรี่ เพราะเป็นอันตรายถึงชีวิต และผิดกฎหมายหากสูบในที่ห้ามสูบ	HP
13. เราไม่ควรดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพราะทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคร้ายแรง เช่น โรคตับแข็ง โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง	HP
สุขภาพช่องปาก (Oral health)	
14. เราควรดูแลสุขภาพช่องปากและฟัน ด้วยการแปรงฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์อย่างน้อยครั้งละ 2 นาที วันละ 2 ครั้ง และงดกินอาหารหลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง	HP
ดูแลและประเมินสุขภาพตนเอง	
15. เราควรประเมินภาวะอ้วนลงพุงได้ด้วยตนเองโดยการวัดเส้นรอบเอวแนวสะดือ ผู้ชายไม่ควรเกิน 90 เซนติเมตร ผู้หญิงไม่ควรเกิน 80 เซนติเมตร	HP
16. การวัดไข้ วัดความดันเลือด (โลหิต) และจับชีพจรของตนเองได้ เป็นเรื่องจำเป็น	HP
17. เราควรรู้ค่าความดันเลือด (โลหิต) อัตราการเต้นของหัวใจของตนเอง และบอกได้ว่าผิดปกติหรือไม่	HP
18. เราควรรู้อาการเบื้องต้นของโรคเบาหวาน	HP
19. เราไม่ควรด่วนสรุปว่าการปวดศีรษะและเวียนศีรษะมาจากโรคความดันเลือด (โลหิต) สูงเท่านั้น ควรตรวจวัดความดันเลือด (โลหิต) และหาสาเหตุอย่างละเอียด ก่อนใช้ยาลดความดันเลือด (โลหิต)	HP
วิธีดูแลอุปกรณ์ทำครัว	
20. เราควรล้างเขียงให้สะอาด เขียงไม้ต้องหมั่นนำออกผึ่งแดดเพื่อป้องกันเชื้อรา และเก็บไว้ให้สูงกว่าพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร แยกใช้เขียงสำหรับอาหารดิบ อาหารปรุงสุก และผักผลไม้	HP
การดูแลสุขภาพเบื้องต้น	
21. เราสามารถดูแลตัวเองเมื่อเจ็บป่วยเบื้องต้น ด้วยยาสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน ยาสามัญประจำบ้านทั้งแผนปัจจุบัน แผนโบราณ และใช้ยาเท่าที่จำเป็น	HP
22. เราต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วยของตนเอง โรคประจำตัว การแพ้ยา ผลิตภัณฑ์สุขภาพ และยาที่เคยใช้ ต่อแพทย์หรือเภสัชกร	HP
23. เราต้องมีเป้าหมายในชีวิต และจัดการตนเองให้ไปสู่เป้าหมายนั้นให้ได้	HP
24. เราควรรู้สัญญาณเสี่ยงของการฆ่าตัวตาย เช่น พยายามทำร้ายตัวเอง และควรเฝ้าระวังผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายเพราะอาจทำซ้ำได้	HP

หมายเหตุ ระบบ* HP = Health Promotion (การส่งเสริมสุขภาพ) DP = Disease Prevention (การป้องกันโรค)
CP = Customer Protection (การคุ้มครองผู้บริโภค/การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ) HC = Health Care (การบริการสุขภาพ)

ประเด็น	ระบบ*
ดูแลสิ่งแวดล้อม	
25. เราควรรักษาสิ่งแวดล้อมด้วยการลดปริมาณขยะ ลดการใช้โฟม และพลาสติกที่ใช้แล้วทิ้ง ใช้ภาชนะที่เหมาะกับการบรรจุอาหาร อาหารร้อนจัดต้องใช้วัสดุที่เหมาะสม ใช้ถุงผ้าหรือกระเป๋าแทนถุงพลาสติก	HP
26. "3 เก็บ 3 โรค" ได้แก่ เก็บบ้านไม่ให้รก เก็บขยะ และเก็บน้ำโดยภาชนะเก็บน้ำ ปิดให้มิดชิด ไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ของยุงลาย ป้องกันไข้เลือดออก ไข้ซิกา และไข้ปวดข้อยุงลายหรือชิคุนกุนยา	HP
27. เราควรกำจัดฝุ่นและควันในบ้าน งดการเผาขยะ ลดการจุดธูป ไม่สูบบุหรี่ในบ้านทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศอย่างถูกวิธี และปลูกต้นไม้ช่วยลดมลพิษ	HP
28. เราควรรู้จักสัญลักษณ์ของวัตถุและสถานที่อันตราย	HP
29. เราต้องใส่หมวกนิรภัย คาดเข็มขัดนิรภัย และขับรถไม่เกินความเร็วที่กำหนด ถ้ามีอาการเหนื่อยล้า ง่วงนอนหรือดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ไม่ควรขับรถ	HP
การใช้ยา	
30. เราควรเฝ้าระวังเรื่องการใช้ยาปฏิชีวนะและยาที่ทำให้เสพติดได้	HP
การป้องกันโรค	
การป้องกันโรคติดต่อ	
31. เมื่อมีอาการไอหรือจามควรป้องกันตนเองและผู้อื่นด้วยการใส่หน้ากากอนามัย เราควรล้างมืออย่างถูกวิธี และควรรู้ว่าสามารถรับวัคซีนไข้หวัดใหญ่ได้ฟรีในกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ ที่สถานพยาบาลของรัฐใกล้บ้าน	DP
32. เราต้องไม่ขับถ่ายบนพื้นดินหรือแหล่งน้ำ และใช้ส้วมอย่างถูกต้อง เช่น ไม่ขึ้นไปเหยียบบนโถส้วมแบบนั่งราบ ชำระล้างโถส้วมหลังการใช้ ล้างมืออย่างถูกวิธีทุกครั้งหลังการใช้ส้วม	DP
เพศ และโรคติดต่อทางเพศ	
33. การใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธีสามารถป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	DP
34. การใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ ไม่ทำให้ติดเชื้อ	DP
35. เราควรส่งเสริมการเรียนเพศศึกษา และการใช้ถุงยางอนามัยให้ถูกวิธี	DP

หมายเหตุ ระบบ* HP = Health Promotion (การส่งเสริมสุขภาพ) DP = Disease Prevention (การป้องกันโรค)
CP = Customer Protection (การคุ้มครองผู้บริโภค/การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ) HC = Health Care (การบริการสุขภาพ)

ประเด็น	ระบบ*
อาหารปลอดภัย	
36. เราควรซื้ออาหารปรุงสำเร็จจากร้านค้าที่สะอาด มีการปิดคลุมอาหารป้องกันความสกปรกและเชื้อโรค ไม่ใช้มือเปล่าหยิบจับอาหาร หากบรรจุมาแล้วต้องมีวันหมดอายุที่ชัดเจน	DP
การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ	
37. เราควรอ่านและทำความเข้าใจฉลากผลิตภัณฑ์ บริการสุขภาพ เครื่องสำอาง เครื่องมือแพทย์ วัตถุอันตราย รู้วิธีการที่จะค้นคว้าตรวจสอบจากแหล่งที่เชื่อถือได้และรู้ว่าจะร้องเรียนได้ที่ใด	CP
38. เราควรอ่านและตรวจสอบข้อมูลก่อนตัดสินใจเข้ารับบริการสุขภาพ เลือกใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ สมุนไพร และควรดูที่มีเครื่องหมายรับรองมาตรฐานการผลิตที่ดี(จี เอ็ม พี GMP)	CP
บริการสุขภาพ	
ความปลอดภัย อุบัติเหตุ ฉุกเฉิน	
39. หากเราหรือใครมีอาการใดอาการหนึ่งต่อไปนี้ ได้แก่ ใบหน้าและปากเบี้ยว แขนขาอ่อนแรงซีกเดียว พูดไม่ชัด และเจ็บหน้าอก ควรรีบไปโรงพยาบาลอำเภอหรือโรงพยาบาลจังหวัดทันที	HC
40. หากเราพบผู้ป่วยฉุกเฉิน ควรแจ้ง 1669 และปั๊มหัวใจเพื่อช่วยชีวิตหากมีภาวะหัวใจหยุดเต้น	HC
41. หากเราพบคนตกน้ำ ให้ช่วยด้วยวิธี "ตะโกนโยนยื่น" และโทร 1669 ห้ามจับคุ้มพาดบ่าทาดท้อง/ห้อยหัว เพื่อเอาน้ำออก หากหยุดหายใจต้องช่วยด้วยการเป่าปากสลับกับการกดนวดหัวใจ	HC
42. เราควรเข้าใจว่าโรคบางโรคไม่สามารถรักษาให้หายขาด หรือกลับมาเป็นปกติเหมือนเดิมได้	HC
43. ก่อนตัดสินใจเลือกวิธีการรักษา เราสามารถขอความเห็นจากผู้เชี่ยวชาญท่านอื่นเปรียบเทียบได้	HC
44. เราสามารถเลือกการรักษาในระยะสุดท้ายของชีวิตได้	HC
45. เราต้องรู้ว่าจะใช้บริการสุขภาพตามสิทธิของตนได้ที่ใด รู้จักทีมหมอครอบครัวในพื้นที่ และสามารถสอบถามเรื่องค่าใช้จ่ายตลอดจนข้อสงสัยต่างๆได้	HC
เฉพาะกลุ่ม	
การส่งเสริมสุขภาพหญิงวัยเจริญพันธ์ และตั้งครรภ์	
46. ผู้หญิง อายุ 20 ปีขึ้นไป ควรตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างน้อย เดือนละ 1 ครั้ง เพื่อเฝ้าระวังมะเร็งเต้านม	DP
47. ผู้หญิง อายุ 30 - 60 ปี ควรเข้ารับการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 5 ปีครั้ง ในกรณีปกติ	DP

หมายเหตุ ระบบ* HP = Health Promotion (การส่งเสริมสุขภาพ) DP = Disease Prevention (การป้องกันโรค)
CP = Customer Protection (การคุ้มครองผู้บริโภค/การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ) HC = Health Care (การบริการสุขภาพ)

ประเด็น	ระบบ*
48. หญิงวัยเจริญพันธุ์ควรกินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กและวิตามินโฟลิก สัปดาห์ละ 1 ครั้ง เพื่อให้สุขภาพแข็งแรงและไม่ซีด	HP
49. เราควรสร้างการรับรู้ว่าช่วงอายุ 20-30ปี เหมาะสมในการตั้งครรภ์มากที่สุด	HP
50. หญิงตั้งครรภ์และหญิงให้นมบุตร ควรกินอาหารที่มีประโยชน์มีผักผลไม้ทุกวัน เน้น ปลา ตับ ไข่ และเสริมด้วยยาเม็ดบำรุงครรภ์ ประกอบด้วยไอโอดีน ธาตุเหล็ก วิตามินโฟลิก (วิตามินบี 9) เพื่อลูกจะได้ฉลาดและแข็งแรง	HP
51. เราควรสนับสนุนการคลอดโดยธรรมชาติซึ่งเป็นวิธีการที่มีความเสี่ยงน้อยกว่าการผ่าคลอด	HP
52. หญิงตั้งครรภ์ไม่ควรดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เพราะอาจทำให้คลอดก่อนกำหนด ทารกตายในครรภ์ หรือเกิดมาพิการ มีพัฒนาการผิดปกติ	HP
53. หญิงหลังคลอดบุตรสามารถลดความเสี่ยงจากอาการซึมเศร้าด้วยการให้นมแม่ ขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวร่างกาย และชวนพูดคุย หากมีอาการซึมเศร้า ควรพบจิตแพทย์หรือนักจิตวิทยา	DP
เด็ก	
54. ต้องให้ลูกกินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน โดยไม่ต้องกินน้ำ เมื่อครบ 6 เดือน จึงให้อาหารตามวัยไปพร้อมกัน และสามารถให้นมแม่ต่อเนื่องจนถึงอายุ 2 ปี	HP
55. เราต้องเฝ้าระวังเมื่อเด็กมีไข้ ถ้ามีจุดหรือผื่นแดงในช่องปาก มีตุ่มที่ฝ่ามือและฝ่าเท้า อาจเป็นโรคมือเท้าปาก ควรไปพบแพทย์เพื่อปฏิบัติให้ถูกต้อง ระวังการแพร่เชื้อในโรงเรียน ศูนย์เด็กเล็ก และในครอบครัว	DP
56. เมื่อเราพบว่าเด็กมีไข้ ติดต่อกันเกิน 3 วัน ต้องรีบพาไปพบแพทย์	DP
57. ห้ามเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ใช้อุปกรณ์เทคโนโลยี เช่น โทรทัศน์ สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต ตามลำพัง หรือไม่ควรใช้เกิน 1-2 ชม.ต่อวัน เพราะจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของสมองและสมาธิของเด็กภายหลังได้	DP
58. เมื่ออยู่ใกล้แหล่งที่มีน้ำ ควรให้เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี อยู่ในความดูแลอย่างใกล้ชิด และสอนเด็กที่รู้ความให้รู้จักป้องกันการจมน้ำ ด้วยหลัก "อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม"	DP
59. เราควรตรวจสอบอุปกรณ์เครื่องเล่น ให้อยู่ในสภาพดีก่อนให้เด็กเล่น และดูแลให้เล่นอย่างปลอดภัย	DP

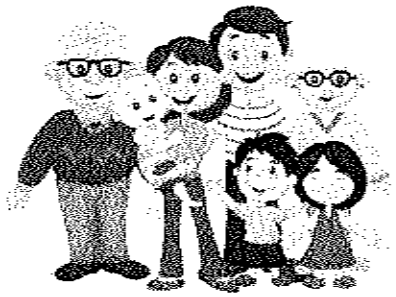
หมายเหตุ ระบบ* HP = Health Promotion (การส่งเสริมสุขภาพ) DP = Disease Prevention (การป้องกันโรค)
CP = Customer Protection (การคุ้มครองผู้บริโภค/การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ) HC = Health Care (การบริการสุขภาพ)

ประเด็น	ระบบ*
60. หากเราพบเด็กที่ซุกซน ไม่อยู่นิ่ง ใจลอย ไม่อดทนรอ ไม่ค่อยพูด ไม่สบตา ไม่เข้าสังคม บอกความต้องการไม่ได้ ควรพาไปพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ	DP
61. เราต้องสนับสนุนพ่อแม่ และผู้ดูแลให้เลี้ยงเด็ก ด้วยการกิน กอด เล่น เล่านิทาน นอนให้พอ ดูแลช่องปากและฟัน เพื่อให้เด็กมีพัฒนาการสมวัยในทุกด้าน	HP
62. เด็กแรกเกิดถึงอายุ 12 ปี ทุกคนควรได้รับวัคซีนที่ครบถ้วนตามวัย	DP
63. เด็กแรกเกิด ถึง 6 ปี ทุกคนต้อง ได้รับการประเมินพัฒนาการตามวัย	DP
ผู้สูงอายุ	
64. เราควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เพื่อชะลอวัย มีจิตใจที่แจ่มใส ลดภาวะหลงลืม	HP
65. เราควรสังเกตอาการของผู้สูงอายุที่เปลี่ยนไป เช่น เหม่อลอย ชอบอยู่คนเดียว นอนไม่หลับ หงุดหงิดง่าย ต่อเนื่องกัน 2 สัปดาห์ขึ้นไป อาจเป็นโรคซึมเศร้า ควรปรึกษาจิตแพทย์	HP
66. เราควรปรับโครงสร้างและสภาพแวดล้อมของบ้านให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	HP

หมายเหตุ ระบบ* HP = Health Promotion (การส่งเสริมสุขภาพ) DP = Disease Prevention (การป้องกันโรค)
CP = Customer Protection (การคุ้มครองผู้บริโภค/การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ) HC = Health Care (การบริการสุขภาพ)

เอกสารแนบ ๒

กระบวนการเปลี่ยนแปลงภายในตัวบุคคลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้



By นพ.วชิระ เพ็งจันทร์
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
25/01/60

ปกหลัง

ขนาดกระดาษ A4 แนวนอนพับครึ่ง

กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ชุดข้อมูลความรู้พื้นฐานที่สำคัญและจำเป็นสำหรับประชาชน
เพื่อสุขภาพที่ดีทุกช่วงวัย

66 ประเด็นสื่อสารหลัก
Thai Health Literacy 66

ปกหน้า

คู่มือการใช้งาน

26 ธันวาคม 2560

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ

ที่ ศธ ๐๕๖๑.๓/ว

วันที่

ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์การจัดการเรียนการสอนในรูปแบบออนไลน์

เรียน

ด้วย

ตามที่ ได้จัดการเรียนการสอนในรูปแบบออนไลน์ ตั้งแต่วันที่ 22 มิถุนายน 2563 เป็นต้นไป ทั้งนี้ เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ในสถานศึกษา ตามประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ในสถานศึกษา ลงวันที่ 18 มีนาคม 2563 นั้น

ในการนี้ เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนในรูปแบบออนไลน์ เป็นไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้เรียน จึงขอความร่วมมือท่านประชาสัมพันธ์การจัดการเรียนการสอนในรูปแบบออนไลน์ ให้ผู้ปกครองนักเรียนทราบ ตามรายละเอียดที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุรศักดิ์ ศรีสุข)

ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดเขาพระงาม

ปฏิบัติหน้าที่ ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดเขาพระงาม

งานวิชาการ

โทร. ๐๘๗๒๗๘๕๖๐

โทรสาร ๐๓๖๔๑๑๒๓

อีเมล์ watkhaphrangam@gmail.com

ผู้ประสานงาน นางสาวสุพัตรา ศรีสุข โทร. ๐๙๕๗๒๗๘๕๖๐

ตัวอย่าง

หนังสือราชการภายใน

ช่วยกันเผยแพร่ข้อมูลความรู้สุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น
อย่างถูกต้องและมีความน่าเชื่อถือ

https://www.facebook.com/anamaidoh/

http://www.anamai.moph.go.th/

02-590-4700
สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย 4.0
เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพ (สขรส.) กรมอนามัย

สารบัญ

เริ่มต้นการใช้งาน 66 ประเด็นสื่อสารหลัก.....1

1.การคัดเลือกประเด็นสื่อสารหลักของคุณ.....2

2.การวางแผนการสื่อสารประเด็นสื่อสารหลักของคุณ.....4

3.การเพิ่มเติมคำอธิบายและข้อมูลอื่น ๆ.....5

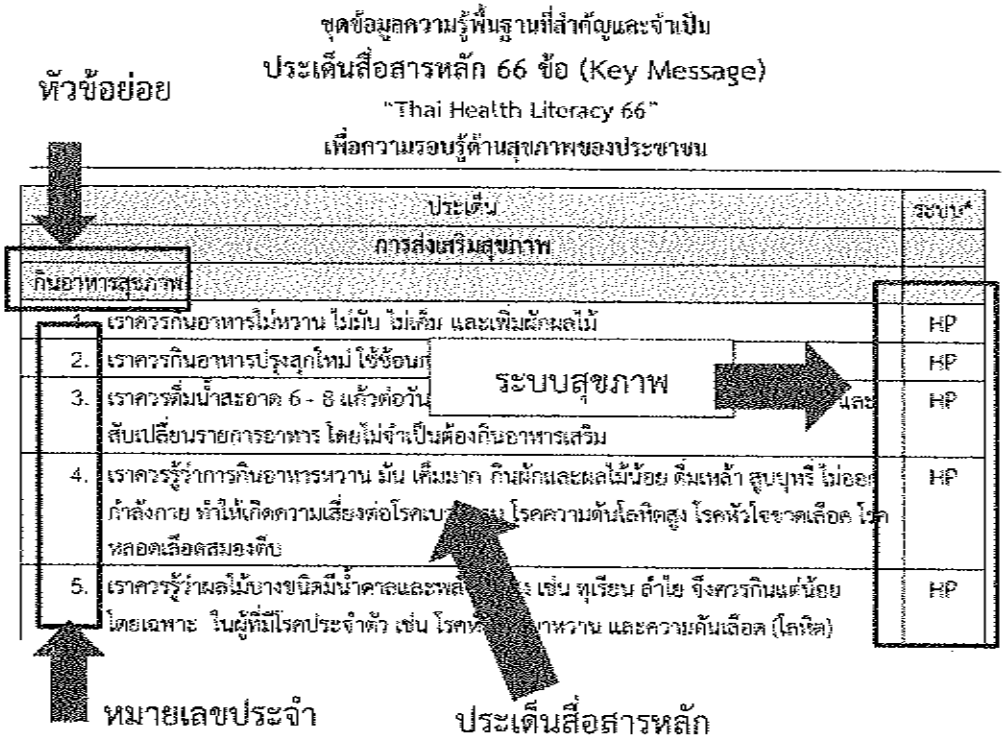
4.การสร้างทักษะความรอบรู้ด้านสุขภาพ
ในประเด็นสื่อสารหลักของคุณ.....6

5.การติดตามและตรวจทานการสื่อสารของคุณ.....7

เริ่มต้นการใช้งาน 66 ประเด็นสื่อสารหลัก

- ทำความรู้จัก 66 ประเด็นสื่อสารหลัก

66 ประเด็นสื่อสารหลัก เป็นตัวช่วยในการสื่อสารข้อมูลความรู้พื้นฐานที่สำคัญและจำเป็นเพื่อการมีสุขภาพที่ดีให้ตรงกับผู้รับข้อมูลของคุณ



1.การคัดเลือกประเด็นสื่อสารหลักของคุณ

คุณสามารถคัดเลือกประเด็นสื่อสารหลักของคุณได้ดังนี้

- ระบบหรือตามบทบาทหน้าที่ของคุณ

ระบบ/บทบาทหน้าที่	หมายเลขประจำประเด็นสื่อสารหลัก
ส่งเสริมสุขภาพ (HP)	1 – 30
ป้องกันโรค (DP)	31 – 36
การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพ (CP)	37 - 38
บริการสุขภาพ (HP)	39 - 45

1.การคัดเลือกประเด็นสื่อสารหลักของคุณ

คุณสามารถคัดเลือกประเด็นสื่อสารหลักของคุณได้ดังนี้

- ตามความสนใจของผู้รับข้อมูลหรือสถานการณ์ (หัวข้อย่อย)

หัวข้อย่อย	หมายเลขประจำประเด็นสื่อสารหลัก	หัวข้อย่อย	หมายเลขประจำประเด็นสื่อสารหลัก
กินอาหารสุขภาพ	1 – 5	การดูแลสุขภาพเบื้องต้น	21 - 24
กิจกรรมทางกาย	6 – 9	ดูแลสิ่งแวดล้อม	25 - 29
จัดการความเครียด	10	การใช้ยา	30
นอนหลับ	11	การป้องกันโรคติดต่อ	31 - 32
บุหรี่+สุรา	12 – 13	เพศ และโรคติดต่อทางเพศ	33 - 35
สุขภาพช่องปาก	14	อาหารปลอดภัย	36 - 38
ดูแลและประเมินสุขภาพตนเอง	15 - 19	ความปลอดภัยอุบัติเหตุฉุกเฉิน	39 - 45
วิธีดูแลอุปกรณ์ทำครัว	20		

1.การคัดเลือกประเด็นสื่อสารหลักของคุณ

คุณสามารถคัดเลือกประเด็นสื่อสารหลักของคุณได้ดังนี้

- ตามลักษณะของกลุ่ม (เฉพาะกลุ่ม)

เฉพาะกลุ่ม	หมายเลขประจำประเด็นสื่อสารหลัก
การส่งเสริมสุขภาพหญิงวัยเจริญพันธุ์ และตั้งครรภ์	46 – 53
เด็ก	54 -63
ผู้สูงอายุ	64 - 66

2.การวางแผนการสื่อสาร ประเด็นสื่อสารหลักของคุณ

ประเด็นสื่อสารหลักที่คุณเลือก

1.รูปแบบการสื่อสาร
ลักษณะที่ประเด็นสื่อสารหลักถูกเผยแพร่ออกไป เช่น เสียง ตัวหนังสือ รูปภาพ หุ่นจำลอง ฯลฯ

2.ช่องทางการเผยแพร่
วิธีการที่จะส่งต่อประเด็นสื่อสารหลักให้ถึงกลุ่มผู้รับข้อมูล เช่น เสียงตามสาย หนังสือพิมพ์ การอบรม การประชุมหมู่บ้าน การเยี่ยมบ้าน ฯลฯ

3.ความถี่ในการสื่อสาร
จำนวนครั้งที่ผู้รับข้อมูลจะได้รับรู้ประเด็นสื่อสารหลักที่คุณเลือก เช่น สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ทุกเดือน ฯลฯ

3.การเพิ่มเติมคำอธิบายและข้อมูลอื่น ๆ

คุณสามารถจัดทำและเพิ่มเติมคำอธิบายและข้อมูลอื่น ๆ เพื่อทำให้ประเด็นสื่อสารหลักของคุณมีความครบถ้วนของข้อมูล ง่ายต่อการเข้าใจ และนำไปปฏิบัติได้ โดยคำนึงถึง

- ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจภาษาและตัวหนังสือของผู้รับข้อมูล
- สถานการณ์สุขภาพของผู้รับข้อมูล
- ความต้องการหรือความอยากรู้ของผู้รับข้อมูล

ประเด็นสื่อสารหลักของคุณ

- ประเด็นย่อย 1
- ประเด็นย่อย 2
- ประเด็นย่อย 3

4.การสื่อสารเพื่อคุณภาพชีวิตของประชาชนผู้รับบริการ

กลุ่มองค์ประกอบหลักของการสื่อสารในประชาคม

ทุกครั้งที่มีการสื่อสารเกิดขึ้นในชุมชน ย่อมมีองค์ประกอบหลักของการสื่อสารเสมอ ซึ่งประกอบด้วย

- ผู้ส่งสาร
- สาร
- ช่องทางการสื่อสาร
- ผู้รับสาร
- ผลลัพธ์ของการสื่อสาร

องค์ประกอบที่ 1 ผู้ส่งสาร

ผู้ส่งสาร คือ บุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่ทำหน้าที่ในการส่งข่าวสารไปยังผู้รับสาร ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งบุคคลธรรมดา หรือองค์กรต่างๆ ที่ทำหน้าที่ในการสื่อสาร

ผู้ส่งสารที่ดีควรมีคุณสมบัติดังนี้

1. มีความน่าเชื่อถือ (Credibility) ผู้ส่งสารต้องมีความรู้ความสามารถในเรื่องที่สื่อสาร และมีความซื่อสัตย์ต่อข้อมูลที่นำเสนอ
2. มีความเข้าใจผู้รับสาร (Empathy) ผู้ส่งสารต้องเข้าใจความต้องการ ความรู้สึก และพื้นฐานของผู้รับสาร เพื่อให้สามารถสื่อสารได้อย่างเหมาะสม
3. มีทักษะในการสื่อสาร (Communication Skills) ผู้ส่งสารต้องมีทักษะในการพูด การเขียน และการใช้ภาษาที่เหมาะสม เพื่อให้ผู้รับสารเข้าใจได้ง่าย
4. มีความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) ผู้ส่งสารที่ดีควรมีความคิดสร้างสรรค์ในการนำเสนอข้อมูล เพื่อให้ผู้รับสารสนใจและจดจำได้

องค์ประกอบที่ 2 สาร

สาร คือ ข้อมูลข่าวสารที่ผู้ส่งสารต้องการส่งไปยังผู้รับสาร ซึ่งอาจอยู่ในรูปแบบต่างๆ เช่น ข้อความ ภาพ เสียง หรือวิดีโอ

ลักษณะของสารที่ดี

1. มีความชัดเจน (Clarity) สารต้องมีความชัดเจน ไม่คลุมเครือ เพื่อให้ผู้รับสารเข้าใจได้ตรงกัน
2. มีความถูกต้อง (Accuracy) สารต้องมีข้อมูลที่ถูกต้องและน่าเชื่อถือ
3. มีความเหมาะสม (Appropriateness) สารต้องเหมาะสมกับผู้รับสาร สถานการณ์ และวัฒนธรรม
4. มีความน่าสนใจ (Interest) สารควรมีการนำเสนอที่น่าสนใจ เพื่อดึงดูดความสนใจของผู้รับสาร

องค์ประกอบที่ 3 ช่องทางการสื่อสาร

ช่องทางการสื่อสาร คือ สื่อหรือวิธีการที่ผู้ส่งสารใช้ในการส่งสารไปยังผู้รับสาร ซึ่งมีหลายรูปแบบ ทั้งสื่อบุคคล สื่อมวลชน และสื่อออนไลน์

ประเภทของช่องทางการสื่อสาร

1. สื่อบุคคล (Interpersonal Communication) เป็นการสื่อสารแบบตัวต่อตัว หรือในกลุ่มเล็กๆ ซึ่งมีความใกล้ชิดและสามารถโต้ตอบได้ทันที
2. สื่อมวลชน (Mass Media) เป็นการสื่อสารไปยังผู้รับสารจำนวนมาก เช่น โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ และนิตยสาร
3. สื่อออนไลน์ (Online Media) เป็นการสื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ต เช่น เว็บไซต์ โซเชียลมีเดีย และแอปพลิเคชันต่างๆ

องค์ประกอบที่ 4 ผู้รับสาร

ผู้รับสาร คือ บุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่ได้รับสารจากผู้ส่งสาร ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งผู้ที่ตั้งใจรับสารและผู้ที่รับสารโดยบังเอิญ

ลักษณะของผู้รับสารที่ดี

1. มีความตั้งใจในการรับสาร (Attention) ผู้รับสารควรมีความตั้งใจในการรับสาร เพื่อให้สามารถทำความเข้าใจสารได้อย่างถูกต้อง
2. มีความเข้าใจในสาร (Understanding) ผู้รับสารควรมีความเข้าใจในสารที่ได้รับ ซึ่งขึ้นอยู่กับความรู้และประสบการณ์ของผู้รับสาร
3. มีการตอบสนอง (Response) ผู้รับสารควรมีการตอบสนองต่อสารที่ได้รับ ซึ่งอาจเป็นการตอบสนองในทางบวกหรือทางลบ

องค์ประกอบที่ 5 ผลลัพธ์ของการสื่อสาร

ผลลัพธ์ของการสื่อสาร คือ ผลที่เกิดขึ้นจากการสื่อสาร ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งผลที่คาดหวังและผลที่ไม่คาดหวัง

ประเภทของผลลัพธ์

1. ผลลัพธ์ด้านความรู้ความเข้าใจ (Cognitive Outcomes) เช่น การเพิ่มความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่สื่อสาร
2. ผลลัพธ์ด้านทัศนคติ (Attitudinal Outcomes) เช่น การเปลี่ยนแปลงทัศนคติหรือความเชื่อ
3. ผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม (Behavioral Outcomes) เช่น การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือการตัดสินใจ

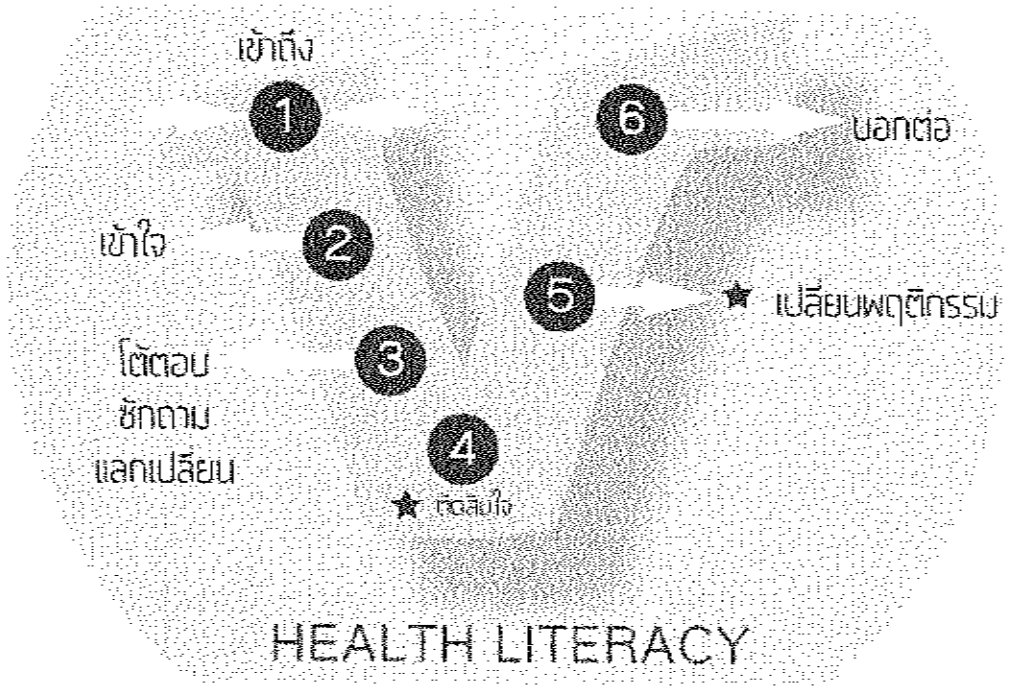
5.การติดตามและตรวจทาน การสื่อสารของคุณ

ทุกครั้งเมื่อคุณเผยแพร่ประเด็นสื่อสารหลักของคุณ คุณควรติดตามและตรวจทานความเข้าใจ และการนำไปปฏิบัติกับผู้รับข้อมูล เช่น

1. เปิดโอกาสและเชิญชวนให้ผู้รับข้อมูลสอบถามอย่างเป็นกันเอง (มีข้อสงสัยหรือจุดไหนที่ไม่เข้าใจบ้าง ?)
2. ถามผู้รับข้อมูลให้อธิบายกลับว่าเข้าใจประเด็นสื่อสารหลักอย่างไรบ้าง ด้วยภาษาของตนเอง (Teach Back Technique)
3. สำรวจการนำประเด็นสื่อสารหลักไปปฏิบัติในระยะเวลาที่คุณต้องการ เช่น สัปดาห์ที่ผ่านมา หรือเดือนที่ผ่านมา เป็นต้น

ตัวอย่างกรอบแนวคิดในการติดตามและตรวจทานการสื่อสารของคุณ

กระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (V-shape)



(นพ.วชิระ เพ็งจันทร์ (2560) กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข)

<u>คำถามชวนคิด</u>

การสื่อสารด้วยประเด็นสื่อสารหลักของคุณทำให้ผู้รับข้อมูลอยู่ในขั้นตอนใดของแบบจำลอง V- shape นี้

สำเนา

คำสั่งกระทรวงสาธารณสุข
ที่ ๔๗๒ /๒๕๖๐
เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการวิชาการและกำกับทิศและคณะอนุกรรมการวิชาการ
เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ

ตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช ๒๕๕๙ ฉบับลงประชามติ ได้กำหนดไว้ในมาตรา ๕๕ ว่ารัฐต้องดำเนินการให้ประชาชนได้รับบริการสาธารณสุขที่มีประสิทธิภาพอย่างทั่วถึง เสริมสร้างให้ประชาชนมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค และส่งเสริมสนับสนุนให้มีการพัฒนา ภูมิปัญญาด้านแพทย์แผนไทยให้เกิดประโยชน์สูงสุด ดังนั้น การปฏิรูปความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ จึงเป็นนโยบายเร่งด่วนในการผลักดันการทำงานให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อการสร้างพลเมืองไทยให้เป็นพลเมืองที่มีสุขภาพดีอย่างเป็นรูปธรรม และสอดคล้องกับร่างรัฐธรรมนูญ และจากมติการประชุมผู้บริหารระดับสูง (WM) เมื่อวันที่ ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙ กระทรวงสาธารณสุขได้มอบหมายให้กรมอนามัยเป็นผู้รับผิดชอบในการประสานการดำเนินงานแบบบูรณาการในการปฏิรูปความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ (Health Literacy) ดังนั้น จำเป็นต้องการบูรณาการและให้ความสำคัญต่อการความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ โดยการยกระดับความรอบรู้และด้านสุขภาพของประชาชน ควบคู่กับการสื่อสารสุขภาพให้เอื้อต่อการสร้างสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ จึงกำหนดให้มีคณะกรรมการวิชาการและกำกับทิศและคณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ขึ้น

ทั้งนี้ เพื่อให้การดำเนินงานขับเคลื่อนการดำเนินงานความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพเป็นไปในทิศทางเดียวกันและมีการรายงานผลอย่างเป็นระบบและเกิดประสิทธิผลต่อประเทศ จึงเห็นควรให้แต่งตั้งคณะกรรมการวิชาการและกำกับทิศและคณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ดังนี้

๑. คณะกรรมการวิชาการและกำกับทิศ เรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพและการสื่อสารสุขภาพ ดังมีรายชื่อต่อไปนี้

๑.๑ อธิบดีกรมอนามัย	ประธาน
๑.๒ รองอธิบดีกรมอนามัย ที่ได้รับมอบหมาย	รองประธาน
๑.๓ รองอธิบดีกรมควบคุมโรค ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๔ รองอธิบดีกรมการแพทย์ ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๕ รองอธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๖ รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๗ รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๘ รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๙ รองเลขาธิการสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ

๑.๑๐	ผู้อำนวยการสำนักบริหารการสาธารณสุข สำนักปลัดกระทรวงสาธารณสุข	กรรมการ
๑.๑๑	ผู้อำนวยการสำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย ๔.๐ เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน กรมอนามัย	กรรมการและเลขานุการ

โดยคณะกรรมการมีอำนาจหน้าที่ ดังนี้

๑. จัดทำยุทธศาสตร์การปฏิรูปความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ของประชาชนจนเป็นวาระแห่งชาติ

๒. กำหนดให้การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน อยู่ในยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี ด้านสาธารณสุข

๓. ส่งเสริมและสนับสนุนให้สถานบริการสุขภาพ สถาบันการศึกษา สถานประกอบการและสถานที่ทำงานต่างๆ เป็นองค์กรแห่งความรอบรู้ด้านสุขภาพ รวมถึงการพัฒนาชุมชน/ท้องถิ่น เป็นชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ

๔. สนับสนุนการศึกษาวิจัย และการสำรวจระดับชาติ เรื่องความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชนไทย

๕. ผลักดันให้มีรายการโทรทัศน์ด้านสุขภาพ และมีการบริหารจัดการเพื่อตอบโต้ข้อมูลที่ผิดพลาดและเป็นอันตรายต่อสุขภาพได้ทันท่วงที

๖. พัฒนากระบวนการผลิตสื่อด้านสุขภาพและช่องทางเผยแพร่ข้อมูลด้านสุขภาพสู่ประชาชนอย่างมีประสิทธิภาพ

๗. บ่งชี้ความรู้พื้นฐานที่สำคัญ และจำเป็นสำหรับประชาชนใน ๔ ระบบสุขภาพของไทย คือ ระบบส่งเสริมสุขภาพ ระบบควบคุมป้องกันโรค ระบบบริการสุขภาพ และระบบคุ้มครองผู้บริโภค

๘. เร่งรัด กำกับ ติดตามให้เกิดประเด็นการสื่อสารหลักตามกรอบ ๔ ระบบสุขภาพของไทย คือ ระบบส่งเสริมสุขภาพ ระบบควบคุมป้องกันโรค ระบบบริการสุขภาพ และระบบคุ้มครองผู้บริโภค

๙. กำกับ ติดตาม การสำรวจความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชนไทย เพื่อเป็นฐาน (Baseline) และสำรวจซ้ำทุก ๓ - ๕ ปี

๑๐. พัฒนาการใช้สื่อสมัยใหม่ทั้ง M-Health และ E-Health

๑๑. แต่งตั้งคณะทำงานได้ตามความเหมาะสม

๑๒. ปฏิบัติงานอื่นๆ ที่ได้รับมอบหมาย

๒.คณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ จำนวน ๕ คณะ ประกอบด้วย

๒.๓ คณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ระบบส่งเสริมสุขภาพของตนเอง ดังมีรายชื่อต่อไปนี้

(๑)	รองอธิบดีกรมอนามัย ที่ได้รับมอบหมาย	ประธาน
(๒)	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ที่ได้รับมอบหมายหรือผู้แทน	กรรมการ
(๓)	รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย หรือผู้แทน	กรรมการ
(๔)	รองอธิบดีกรมควบคุมโรค ที่ได้รับมอบหมาย หรือผู้แทน	กรรมการ
(๕)	ผู้ทรงคุณวุฒิกรมอนามัย ที่ได้รับมอบหมาย ๑ – ๒ คน	กรรมการ

(๖) ผู้ทรงคุณวุฒิกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
(๗) นางสาวสุธาทิพย์ จันทรักษ์ กองสนับสนุนสุขภาพภาคประชาชน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ	กรรมการ
(๘) ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย	กรรมการ
(๙) ผู้อำนวยการสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย	กรรมการ
(๑๐) ผู้อำนวยการสำนักอนามัยทันตสาธารณสุข กรมอนามัย	กรรมการ
(๑๑) ผู้อำนวยการสำนักอนามัยการเจริญพันธ์ กรมอนามัย	กรรมการ
(๑๒) นางชมพูนุท โตโพธิ์ไทย สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย ๔.๐ เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน	กรรมการและเลขานุการ
(๑๓) นางสาวสุพัตรา ตันแสนเทพ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

๒.๒ คณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ระบบการป้องกันโรคด้วยตนเอง ดังมีรายชื่อต่อไปนี้

(๑) รองอธิบดีกรมควบคุมโรค ที่ได้รับมอบหมาย	ประธาน
(๒) รองอธิบดีกรมอนามัย ที่ได้รับมอบหมาย หรือผู้แทน	กรรมการ
(๓) รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย หรือผู้แทน	กรรมการ
(๔) รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ที่ได้รับมอบหมายหรือผู้แทน	กรรมการ
(๕) รองอธิบดีกรมการแพทย์ ที่ได้รับมอบหมาย หรือผู้แทน	กรรมการ
(๖) ผู้ทรงคุณวุฒิกรมควบคุมโรค ที่ได้รับมอบหมาย ๒ - ๓ คน	กรรมการ
(๗) ผู้ทรงคุณวุฒิกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
(๘) ผู้อำนวยการสำนักสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ กรมควบคุมโรค	กรรมการ
(๙) ผู้อำนวยการกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย	กรรมการ
(๑๐) นางสาวมะลิ ไพฑูรย์เนรมิต กองสุขศึกษากรมสนับสนุนบริการสุขภาพ	กรรมการ
(๑๑) นางนิรันดา ศรีบุญทิพย์ สำนักสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ กรมควบคุมโรค	กรรมการและเลขานุการ
(๑๒) นายสายชล คล้ายเอี่ยม สำนักงานโครงการขับเคลื่อน กรมอนามัย ๔.๐ เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน กรมอนามัย	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

๒.๓ คณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ระบบการคัดกรองและเลือกรับผลิตภัณฑ์สุขภาพ ดังมีรายชื่อต่อไปนี้

(๑) รองเลขาธิการสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาที่ได้รับมอบหมาย	ประธาน
(๒) รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ที่ได้รับมอบหมายหรือผู้แทน	กรรมการ
(๓) รองอธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ที่ได้รับมอบหมายหรือผู้แทน	กรรมการ
(๔) รองอธิบดีกรมแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกที่ได้รับมอบหมาย หรือผู้แทน	กรรมการ

(๕) ผู้ทรงคุณวุฒิสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
(๖) นักวิชาการ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
(๗) ผู้ทรงคุณวุฒิกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
(๘) ผู้อำนวยการสำนักโภชนาการ กรมอนามัย	กรรมการ
(๙) ผู้อำนวยการสำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย	กรรมการ
(๑๐) นางนภาภรณ์ ภูริปัญญาวานิช สำนักยา สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา	กรรมการ
(๑๑) นายธีรุตม์ การะเกตุ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา	กรรมการและเลขานุการ
(๑๒) นางแรกขวัญ สระวาสี สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย ๔.๐ เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน กรมอนามัย	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

๒.๔ คณะอนุกรรมการวิชาการ เรื่อง ความรอบรู้และการสื่อสารสุขภาพ ระบบบริการทางการแพทย์ ดังมีรายชื่อต่อไปนี้

(๑) รองอธิบดีกรมการแพทย์ ที่ได้รับมอบหมาย	ประธาน
(๒) รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
(๓) ผู้ทรงคุณวุฒิกรมการแพทย์ ที่ได้รับมอบหมาย ๓ – ๒ คน	กรรมการ
(๔) ผู้ทรงคุณวุฒิกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
(๕) ผู้อำนวยการโรงพยาบาลมะเร็งลพบุรี กรมการแพทย์	กรรมการ
(๗) นายสกานต์ บุญนาค นายแพทย์เชี่ยวชาญ โรงพยาบาลราชวิถี กรมการแพทย์	กรรมการ
(๘) ผู้อำนวยการสำนักบริหารการสาธารณสุข สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข	กรรมการ
(๙) ผู้อำนวยการสำนักบริหารระบบบริการสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต	กรรมการ
(๑๐) นางจุฬารักษ์ สิงหกลางพล สำนักนิเทศระบบการแพทย์ กรมการแพทย์	กรรมการ
(๑๑) นางสาวนฤกร ธรรมเกษม สำนักนิเทศระบบการแพทย์ กรมการแพทย์	กรรมการ
(๑๒) นายปวิช อภิปาลกุล สำนักยุทธศาสตร์การแพทย์ กรมการแพทย์	กรรมการและเลขานุการ
(๑๓) นางศุภรัตน์ อสุวพยัพัฒนา สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย ๔๐ เพื่อความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน กรมอนามัย	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

โดยคณะอนุกรรมการ ตามข้อ ๒.๑-๒.๔ มีอำนาจหน้าที่ ดังนี้

๑. ศึกษา รวบรวม วิเคราะห์ข้อมูลสถานการณ์ บ่งชี้ความรู้และกำหนดประเด็นการสื่อสารข้อมูลและความรู้หลักที่สำคัญและจำเป็นสำหรับประชาชนตามกรอบ ๔ ระบบสุขภาพของไทยในความรับผิดชอบ

๒. พัฒนาเครื่องมือสำรวจ ความรอบรู้สุขภาพของประชาชนไทย

๓. วิเคราะห์รายงานการสำรวจ และจัดทำข้อเสนอแนะเพื่อยกระดับความรอบรู้สุขภาพของประชาชนไทย

๔. แต่งตั้งคณะทำงานตามความเหมาะสม

๖. ปฏิบัติหน้าที่อื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมายจากคณะกรรมการวิชาการและกำกับทิศฯ

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๒๒ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๖๐

(นายสุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย)
รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข
ทำหน้าที่รักษาการในตำแหน่งเลขาธิการสำนักงานพัฒนาการสาธารณสุข

(นายวชิระ เพ็งจันทร์)
ผอ.กองตรวจสอบ
๒๕ ส.ค.๖๐

ร่าง/ตรวจ
พิมพ์