



ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์



ถอดบทเรียน

อสม.ดีเด่นภาคเหนือ

ปี พ.ศ.2564



บทนำ

ในปีงบประมาณ 2564 ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ได้รับมอบหมาย ดำเนินงานปฏิบัติราชการตามคำรับรองการปฏิบัติราชการระดับหน่วยงาน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ในด้านมิติกายนอก (ด้านประสิทธิภาพ) ระดับความสำเร็จของการถอดบทเรียนผลงาน อสม.ดีเด่น (ระดับ ๕) เพื่อขับเคลื่อนการปฏิบัติงานของหน่วยงานให้มีประสิทธิภาพ และเกิดผลสัมฤทธิ์ตามตัวชี้วัดคำรับรองฯ ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ได้จัดทำเอกสาร ถอดบทเรียน อสม.ดีเด่น ภาคเหนือ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ การดำเนินงาน อสม.ดีเด่นภาคเหนือ ปี 2564 เนื้อหาประกอบด้วย บทนำ ที่มาและความสำคัญ ผลงานและนวัตกรรมสุขภาพชุมชน

หวังเป็นอย่างยิ่งว่าเอกสารฉบับนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับใช้เป็นแนวทาง ในการดูแลสุขภาพของประชาชนและต่อยอดการดำเนินงาน ขอขอบคุณ อสม. ดีเด่น ภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง และบุคลากรของหน่วยงานที่ให้ความร่วมมือในการจัดทำ เอกสารถอดบทเรียนฯ จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี หากมีข้อเสนอแนะ ทางคณะผู้จัดทำ ขอน้อมรับเพื่อการพัฒนาต่อไป

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน
ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

สารบัญ

เรื่อง

หน้า

- การนำเสนอผลงานและคัดเลือก อสม. ดีเด่น 1
- รายชื่อ อสม.ดีเด่น ระดับชาติ ปี 2564 2
- รายชื่อ อสม.ดีเด่น ระดับภาคเหนือ ปี 2564 3

ถอดบทเรียน อสม.ดีเด่น ภาคเหนือ ปี 2563 4

อสม.ดีเด่น ระดับชาติ

1. ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ 5
2. การเฝ้าระวังและป้องกันโรคติดต่อ 7
3. นมแม่ อามัมย์แม่และเด็ก 9

อสม.ดีเด่น ระดับภาค ภาคเหนือ

1. การส่งเสริมสุขภาพ 10
2. สุขภาพจิตชุมชน 11
3. การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชน 12
4. การให้บริการใน ศสมช. และการสร้างหลักประกันสุขภาพ 13
5. การคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ 15
6. การป้องกันและแก้ไขปัญหาเอดส์ในชุมชน 16
7. การจัดการสุขภาพชุมชนและอนามัยสิ่งแวดล้อม 18
8. ก้นตสุขภาพ 19
9. การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ 21

บทสรุปสำหรับผู้บริหารและข้อเสนอแนะ 22



ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

“การสาธารณสุขมูลฐาน”
เป็นรากฐานของระบบสุขภาพที่ยั่งยืน

24 - 25 ธันวาคม 2563



การนำเสนอผลงานและคัดเลือก อสม.ดีเด่น ภาคเหนือ ประจำปี 2564

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ จัดประชุมนำเสนอผลงาน คัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับเขต 1,2,3 และภาค ภาคเหนือ ประจำปี 2564 ระหว่างวันที่ 24,25 ธันวาคม 2563 ทั้งนี้ได้รับเกียรติจาก ท่านรณิตพล ไชยนันทน์ ที่ปรึกษารัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานเปิดการประชุมวันที่ 24 ธันวาคม และ ท่านนายแพทย์รศ.กริชนิยรรวิวงศ์ อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ เป็นประธานเปิด วันที่ 25 ธันวาคม 2563 พร้อมเยี่ยมชมการนำเสนอผลงานของ อสม.ดีเด่น ทั้ง 12 สาขา โดยมีนายแพทย์ประวิทย์ สายคุณากร รองนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนครสวรรค์ (ด้านเวชกรรมป้องกัน) กล่าวต้อนรับผู้ร่วมงาน



การประชุมครั้งนี้ได้จัดให้มีการเสวนา “เส้นทางความเป็น อสม.ดีเด่นระดับชาติ” จาก อสม.ดีเด่นระดับชาติ ภาคเหนือ 4 ท่าน เพื่อสร้างพลัง แรบบินดาลใจ แก่ อสม. ถ่ายทอดผ่านทาง Facebook Live Fanpage ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ซึ่งได้รับความสนใจเข้าชมคลิปเป็นจำนวนมากกว่า 8 พันครั้ง



แสดงความยินดี

อสม. ดีเด่น ภาคเหนือ ที่ได้รับการคัดเลือกเป็น

อสม. ดีเด่น ระดับชาติ

ประจำปี 2564



สาขา
ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ
สถาปนิตย์ แถงอ่อน จ.นครสวรรค์



สาขา
การไฟระว้ว ป้องกันแลลลควมคุมโรคติดต้อ
ล้าโกน ขุนพลลควาก จ.ตาก



สาขา
นบแม่ แลลลนบแม่แลลลเด็ก
กัศนัยวรรรณ สรศัคถั จ.สุโขทัย



แสดงความยินดี

อสม. ดีเด่น ภาคเหนือ

ประจำปี 2564



สาขา การเฝ้าระวัง ป้องกัน
และควบคุมโรคติดต่อ



ลำไทน ขุนพลกลาง จ.ตาก

สาขา การส่งเสริมสุขภาพ



บุญรอด ควสิบ จ.นครสวรรค์

สาขา สุขภาพจิตชุมชน



วันทิพย์ ชอบจิตต์ จ.พะเยา

สาขา การป้องกันและแก้ไข
ปัญหาหาเสพติดในชุมชน



สิริกาญจน์ พลคล้ายนา จ.สุโขทัย

สาขา การบริการใน ศสมช. และ
การสร้างหลักประกันสุขภาพ



ลินนา สีนทสิทธิ์ จ.พิจิตร

สาขา การคุ้มครองผู้บริโภค
ด้านสุขภาพ



จรัญ พูลคล้าย จ.นครสวรรค์

สาขา ภูมิปัญญาท้องถิ่น
ด้านสุขภาพ



สถาปนิษฐ์ แดงอ่อน จ.นครสวรรค์

สาขา การป้องกันและแก้ไข
ปัญหาเอดส์ในชุมชน



สมเกียรติ อัญญา จ.พะเยา

สาขา การจัดการสุขภาพชุมชน
และอนามัยสิ่งแวดล้อม



บรรเจิด ทิศอุดร จ.สุโขทัย

สาขา นมแม่ และ
อนามัยแม่และเด็ก



ทัศนีย์วรรณ สรศักดิ์ จ.สุโขทัย

สาขา ทันตสุขภาพ



จิตรร่าพีร พุ่มสอาด จ.ลำปาง

สาขา การป้องกัน
และ ควบคุมโรคไม่ติดต่อ



พรสวรรค์ จันทรสวรรค์ จ.นครสวรรค์



ถอดบทเรียน

อสม.ดีเด่นภาคเหนือ ปี 2564

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์



(Northern regional center for Primary Health Care development)

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน
ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

จดหมายข่าว

5

“การสาธารณสุขมูลฐาน”
เป็นรากฐานของระบบสุขภาพที่ยั่งยืน

24 มกราคม 2564

ถอดบทเรียน และ เตรียมความพร้อม การคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ สาขา ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ



24 มกราคม 2564

บ้านหาดเสลา ต.เขาดิน อ.เก้าเลี้ยว จ.นครสวรรค์

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ลงพื้นที่ถอด
บทเรียน และเตรียมความพร้อม เสริมสร้างขวัญและกำลังใจ อสม.สถาปนิത്യ
แตรอ่อน อสม.ดีเด่น ระดับภาคเหนือ ในการเข้ารับการคัดเลือก อสม.ดีเด่น
ระดับชาติ สาขา ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ณ พื้นที่อำเภอเก้าเลี้ยว จังหวัด
นครสวรรค์ ซึ่งจะมีการคัดเลือกในวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2564 นี้



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ



สสม.
ภาคเหนือ



0 5622 2375



516/41 หมู่ 10 ต.นครสวรรค์ตก อ.เมือง จ.นครสวรรค์



ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

ภูมิปัญญาท้องถิ่น ด้านสุขภาพ

9 เลี้ยว 9 เรื่อง

นวัตกรรมพลิกพื้นผิวดินถิ่น
สรรพยาสู่การแพทยวิถีถิ่น

สถาปนิตย์ แตงอ่อน

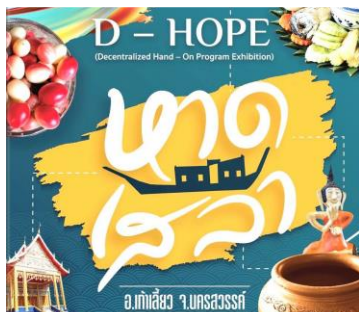
อายุ : 37 ปี เป็น อสม. มาเป็นเวลา 8 ปี
การศึกษา : ปริญญาตรี มนุษยศาสตร์
(วิทยาการเพื่อพัฒนาท้องถิ่น)

แรงบันดาลใจ

- ประสบการณ์ทำงานที่ญี่ปุ่น เจ้าหน้าที่ญี่ปุ่นหลงใหลในวัฒนธรรมไทย
- ภูมิปัญญาของชุมชนที่มีมากมาย
- สืบทอด สืบต่อ มาจากบรรพบุรุษ

การต่อยอด

นำของดี พัฒนา
สู่เส้นทาง
ท่องเที่ยวเชิง
สุขภาพ
(D-HOPE)



ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

การทำงานเป็นเครือข่าย บ้าน วัด โรงเรียน
ภาครัฐ ภาคเอกชน และสถาบันการศึกษา

นำภูมิปัญญา
จากอดีต ประมวลแล้ว
ส่งต่อชุมชน ให้ชุมชน
พึ่งพาตนเองได้

จิตอาสา ไม่หวังวิชา
ไม่หวังลิ้มรสกาแฟ

บริบท ที่มาและความสำคัญ

- อายุขัยเฉลี่ยของคนในอำเภอต่ำที่สุดในจังหวัด
- ชุมชนปลูกดอกมะลิมากที่สุดในโลก มีการใช้สารเคมี
- ผู้สูงอายุติดบ้าน เฉลี่ย 27 % และกำลังเพิ่มสูงขึ้น
- เศรษฐกิจในชุมชนตกต่ำ

9 เลี้ยว 9 เรื่อง

นวัตกรรมพลิกพื้นผิวดินถิ่นสรรพยาสู่การแพทยวิถีถิ่น

- สมุนไพรเพื่อการรักษาโรคเบื้องต้น
- อาหารสมุนไพรเชิงวัฒนธรรมท้องถิ่น คิดค้น “เดือนหนาว ดาวอุ่น” เพื่อปรับธาตุร่างกาย
- การทำเครื่องสำอางสมุนไพรธรรมชาติ ดูแลผิวพรรณ น้ำหอม ยาย้อมพรมจากสมุนไพร
- การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (ดิน,น้ำ,ป่า) เกิดธนาคารเมล็ดพันธุ์
- สมุนไพรเพื่อการปศุสัตว์ นำสมุนไพรมาผสมอาหารให้สัตว์ ผู้บริโภคปลอดภัย
- สมุนไพรกำจัดศัตรูพืช
- พืชลายดอก หน้ากากอนามัยสมุนไพรรสฟ้าด
- สมุนไพรเพื่อการป้องกันและควบคุมโรค พืชไล่แมลงออลอวอส์นางคำพญาไพร (AIc75%)
- ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มีศูนย์เรียนรู้ในชุมชน เกิดการถ่ายทอดภูมิปัญญา และสมุนไพร





(Northern regional center for Primary Health Care development)

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน
ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

จดหมายข่าว

7

“การสาธารณสุขมูลฐาน”
เป็นรากฐานของระบบสุขภาพที่ยั่งยืน

2 กุมภาพันธ์ 2564

ถอดบทเรียน เตรียมความพร้อม การคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ
สาขา การเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรคติดต่อ



2 กุมภาพันธ์ 2564



สสจ.ตาก



ศูนย์ฯ สสม.ภาคเหนือ ลงพื้นที่ถอดบทเรียน เตรียมความพร้อม เสริมสร้างขวัญและ
กำลังใจ อสม.ลำโตน ขุนพลกวาก อสม.ดีเด่น ระดับภาคเหนือ ในการเข้ารับการคัดเลือก
อสม.ดีเด่น ระดับชาติ สาขา การเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรคติดต่อ ณ สำนักงาน
สาธารณสุขจังหวัดตาก ซึ่งจะมีการคัดเลือกในวันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2564 นี้



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ



• สสม.
• ภาคเหนือ

☎ 0 5622 2375

🏠 516/41 หมู่ 10 ต.นครสวรรค์ตก อ.เมือง จ.นครสวรรค์

📘 ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

การเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรคติดต่อ

ลำโตน ขุนพลกวาง

อายุ 64 ปี เป็น อสม. มา 33 ปี
การศึกษาระดับชั้น ป.4



“ เชื้อกันโรค ” เฝ้าระวังโรคติดต่อ ตามแนวชายแดนตามช่องทางธรรมชาติ

บริบท ที่มาและความสำคัญ

สถานการณ์โรคติดต่อชายแดน (ไข้เลือดออก ไข้มาลาเรีย คอตีบ วัณโรค พิษสุนัขบ้า โรคชิคุนกุนยา โรคไวรัสโคโรนา 2019 โควิด-19) ค่อนข้างรุนแรง โดยเฉพาะโรคไข้เลือดออก พบว่ามีผู้ป่วยไข้เลือดออกเกิดขึ้นทุกปี

ที่มาของปัญหาส่วนใหญ่ จาก “พีน้อย” จากเกาหลีใต้ เดินทางเข้าไปในพื้นที่บ้านวังพาและตำบลแม่กาษา , คนจีน ที่อยู่เมืองใหม่ ชเวนโกกโก่ ทำให้ชุมชนเกิดความตระหนักถึงปัญหาของโรคติดต่อ ชายแดน (โรคโควิด-19) , การระบาดที่กรุงกบอง และปริมณฑล อีกทั้งมีผู้ป่วยโรคโควิด-19 จากรัฐยะไข่มาถึงรัฐกะเหรี่ยง(บ้านชเวนโกกโก่) ตรงข้ามแม่ก๊กใหม่ริมเมย

จึงได้มีการทบทวนวิธีการทำงานและความร่วมมือของชุมชน จึงเกิดการพัฒนารวมและวิธีการทำงานใหม่ๆ อาศัยความร่วมมือกันอย่างเข้มแข็ง มีความต่อเนื่อง

กระบวนการพัฒนา



พัฒนาเครือข่ายในชุมชน
- หอกระจายข่าว อสม.
- ทำงานเป็นทีม สูตร 3 : 1 คือ อสม. 3 คน พบเจ้าของบ้าน 1 คน ทำหน้าที่ คนที่ 1 ตรวจรอบบ้านและให้ความรู้ คนที่ 2 สำรวจภายในบ้าน และคนที่ 3 จดบันทึกผลการสำรวจ
- การใช้แผนที่เดินดิน



สร้างเครือข่ายต่างตำบล
- ประชาคม สร้างมาตรการทางสังคม กระตุ้นจิตสำนึก
- นวัตกรรม บ้านนี้สีเขียวปลอดโรคติดต่อ
- การสร้างและพัฒนาเครือข่าย อสม./ผู้นำต่างตำบล



สร้างเครือข่ายต่างตำบลบ้านชุมชน
- อสม.ต่างตำบล
- อสม.บัดดี
- เชื้อกันโรค
- การคิดวิธีการใหม่ๆ ในการป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ (นวัตกรรม)

นวัตกรรม

เชื้อกันโรค เฝ้าระวังโรคติดต่อตามแนวชายแดนตามช่องทางธรรมชาติ โดยเริ่มจากการพัฒนาเครือข่ายความรู้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย พัฒนาเครือข่ายความร่วมมือหมู่บ้าน ชุมนานทั่ว 2 ฝั่ง สร้างทีม อสต. สร้างเครือข่าย อสต. กับ อสม. บ้าน ชุมนาน ฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่ มีเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ สื่อสาร ข้อมูล-ข่าวสารสถานการณ์โรค หาแหล่งสนับสนุน ดำเนินงานเชิงรับเชิงรุกสร้างมาตรการชุมชน

บ้านนี้สีเขียวปลอดโรคติดต่อ สร้างการมีส่วนร่วมและสร้างจิตสำนึกในการดูแลตนเอง ใช้กฎประชาชนติดตามการบันทึกผลโดย อสม.

กรวยสมุนไพรไล่ยุง นำสมุนไพรที่มีอยู่ในหมู่บ้านมาผสมกันตากแห้ง จุดไฟไล่ยุง



ผลสำเร็จ

- ไม่มีโรคติดต่อในชุมชน (ปี 61-63)
- เกิดเครือข่ายในพื้นที่ที่เข้มแข็ง
- เกิดเครือข่ายต่างตำบล อสต.
- เป็นหมู่บ้านต้นแบบปลอดโรคติดต่อ



โทรนเจ้าปัญญา

ทัศนีย์วรรณ สรศักดิ์ อายุ 47 ปี

ระยะเวลาการเป็น อสม. 17 ปี

ผลการดำเนินงาน

- หญิงตั้งครรภ์ได้รับการฝากครรภ์เพิ่มขึ้น ได้รับการดูแลหลังคลอดครบทุกราย
- หญิงตั้งครรภ์ไม่พร้อมรายใหม่ลดลง
- การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่า 6 เดือน เพิ่มขึ้น
- เด็ก 0-5 ปี ได้รับการฉีดวัคซีนและตรวจพัฒนาการตามวัยครบ
- ประชาชนได้รับความรู้ ได้รับการกระตุ้นให้ตระหนักที่ต่อเนื่อง มีประสิทธิภาพ

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

- มีทีมงาน เครือข่ายเข้มแข็ง
- การขยายผลที่ต่อเนื่องออกไปยังตำบลต่างๆ ในจังหวัดในเขตสุขภาพ
- ชุมชนมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน
- การมีจิตอาสา

ความภาคภูมิใจ

- การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในการดำเนินงาน
- ประชาชนต้องการให้ทีม ลงเยี่ยมทุกเดือน
- บุคลากรประสบความสำเร็จในการทำงาน

บริบท ที่มาและความสำคัญ

จากปัญหาที่พบในชุมชน ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร การฝากครรภ์คุณภาพไม่ครบเกณฑ์ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่น้อยกว่า 6 เดือน และเด็กไม่ได้รับวัคซีน ไม่ได้ตรวจพัฒนาการ โดยมีสาเหตุมาจากการปิดบังการตั้งครรภ์ ตั้งครรภ์ไม่พร้อม ขาดความรู้ในการดูแลตนเอง และขาดความตระหนัก อีกทั้งบุตรสาวตั้งครรภ์ไม่พร้อม จึงอยากแก้ไขปัญหาในชุมชน

การดำเนินงาน / นวัตกรรม

โทรน เจ้าปัญญา ดำเนินการค้นหาวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงตั้งครรภ์ ติดตามรายใหม่ ส่งเสริมกิจกรรม กินกอด เล่านิทาน ดูแลสุขภาพช่องปาก การรับวัคซีนเด็ก ตรวจพัฒนาการ และการส่งเสริมให้ทานนมแม่ โดยมีแนวทาง ดังนี้

- สระโอ : โครงสร้างมีเครือข่ายที่เข้มแข็ง
- ด.เด็ก : เด็กไทยคุณภาพ
- ร.เรือ : ร่ำเรือสมวัยทั้ง 5 ด้าน
- น.หนู : นมแม่ รับประทานอย่างน้อย 6 เดือน

สื่อโซเชียลที่यरรัก สร้างช่องทางทางการสื่อสารให้เรียนรู้ในสื่อโซเชียลเกี่ยวกับงานอนามัยแม่และเด็ก โดยทำเป็น QRcode



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



คู่มือการดูแลลูกรัก



“CODE ลดพุง ลดโรค”

บุญรอด ควสิบ อายุ 61 ปี

เป็น อสม. 18 ปี

การดำเนินงาน

การส่งเสริมสุขภาพตามกลุ่มวัย

- **หญิงตั้งครรภ์ / เด็ก 0-5 ปี** ค้นหาหญิงตั้งครรภ์รายใหม่ แนะนำการฝากครรภ์ ติดตามเยี่ยมหลังคลอด นัดรับวัคซีนเด็ก ฝ้าระวังโภชนาการและพัฒนาการ
- **วัยเรียน วัยรุ่น** ร่วมกับโรงเรียนจัดกิจกรรมฝ้าระวังป้องกันยาเสพติด การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร save sex และส่งเสริมการออกกำลังกาย
- **วัยทำงาน** ร่วมคิดรณรงค์ค้นหาโรค DM HT จัดทำโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ติดตามประเมินผลกลุ่มเป้าหมาย
- **วัยผู้สูงอายุ ผู้พิการ** จัดกิจกรรมประจำปี พบปะสังสรรค์ สร้างสุขภาพกายและใจที่ดี

บริบท ที่มาและความสำคัญ

จากการทำงานในชุมชน พบผู้ที่มีปัญหาสุขภาพเพิ่มมากขึ้น เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูง ซึ่งเกิดจากการไม่ดูแลสุขภาพของตนเอง ไม่ดูแลเรื่องอาหาร พฤติกรรมการบริโภค จึงเกิดแรงบันดาลใจว่า หากเราดูแลสุขภาพให้ดี ชีวิตเราจะมีความสุข และอยากให้ประชาชนในชุมชนหันมาให้ความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพของตนเองให้ถูกต้องห่างไกลห่างโรค

นวัตกรรม

CODE ลดพุง ลดโรค



Code เขียว กลุ่มปกติ



Code เหลือง กลุ่มทั่วไป



Code ส้ม กลุ่มอ้วน



Code แดง กลุ่มอ้วนมาก

นำเทคโนโลยีมาใช้ เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมชมรมตระหนัก มุ่งมั่น สามารถศึกษาหาความรู้ ให้ใส่ใจสุขภาพตนเองมากขึ้น เริ่มจากคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายประเมินตนเองก่อนใช้ แนะนำแผนละเลยแพร่การใช้ จากนั้น ประเมินตนเองหลังใช้ 6 เดือน(BMI/DTX) ประเมินความพึงพอใจ สร้างเครือข่ายขยายผล

ความภาคภูมิใจ

เป็นส่วนหนึ่งในการผลักดันให้คนจังหวัดนครสวรรค์ สมัครเข้าร่วมโครงการ 10 ล้านครอบครัวไทย ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ให้ต่อเนื่อง จากส่วนกลาง สู่ภาคประชาชนในพื้นที่ เพิ่มขึ้นจากโครงการก้าวท้าใจ Season 1 และได้ผลิตสื่อที่เหมาะสม สำหรับการส่งเสริมสุขภาพ



คุณย์สุขภาพจิตชุมชน “เือนแม่หญิงดงเจน” “วัคซีนชุมชน 4 สร้าง 2 ใช้”

วันทิพย์ ชอบจิตต์ อายุ 49 ปี

ระยะเวลาการเป็น อสม. 10 ปี

แรงบันดาลใจ

ดูแลสามีของตนซึ่งเป็นผู้ป่วยจิตเวช มีอาการซึมเศร้า หลอน คิดจะฆ่าตัวตาย และขาดความมั่นใจในตนเองให้สามารถกลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติ จึงอยากนำประสบการณ์ไปขยายผล

การดำเนินงาน

ดำเนินงานตามกลุ่ม ได้แก่

- ให้คำปรึกษา หญิงตั้งครรภ์/หลังคลอด
- วิทยียน สมาริสิ้น
- วิทยร่น ท้องไม่พธ้อม ภาวะเครียด ชี้นำให้เข้าร่วมกิจกรรม To be n.1
- วิทยทำงาน ภาวะเครียด โดยร่วมกันหาทางแก้ไข สร้างงานสร้างอาชีพในชุมชน สุขกายสุขใจสุขในอาชีพ
- ผู้สูงอายุ เยี่ยมเยือนสร้างกำลังใจ
- ผู้ป่วยจิตเวช สร้างความไว้วางใจให้ ความมั่นใจ เข้าใจผู้ป่วย ให้อาชีพทำให้สังคมยอมรับ

ผลลัพธ์

ผู้ป่วยดำรงชีวิตและร่วมกิจกรรมกับชุมชน ได้อย่างมีความสุข ชุมชนให้การยอมรับ

บริบท ที่มาและความสำคัญ

ชุมชนของตน เป็นชุมชนกึ่งเมือง ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม จากสภาพของสังคม การคมนาคม เทคโนโลยี เศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ทุกรอบครัวต้องทำงานเพื่อหาเลี้ยงตน หาซื้อสิ่งของที่มีความจำเป็น เมื่อต้องทำงานมาก การใส่ใจดูแลสุขภาพตนเองก็ลดน้อยลง เกิดภาวะเครียด กอดัน ทำงานจนเป็นทุกข์ ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาได้

นวัตกรรม

วัคซีนชุมชน 4 สร้าง 2 ใช้ สร้างชุมชนที่รู้สึกปลอดภัย สร้างความไว้วางใจ มีข้อตกลงร่วมกันกับเครือข่ายและประชาชน **สร้าง**ชุมชนที่มีความรู้สึกสงบ สื่อสาร ถูกต้อง ชัดเจน สม่่าเสมอ สร้างกำลังใจ ผ่อนคลายความเครียด ความกังวล **สร้าง**ชุมชนที่มีความหวัง สร้างโอกาส สร้างอาชีพ รายได้เสริม **สร้าง**ชุมชนที่เข้าใจให้อโอกาส เห็นอกเห็นใจ ไม่อคติ ให้อโอกาส **ใช้**ศักยภาพในชุมชน มีจิตอาสาในชุมชน **และใช้**สายสัมพันธ์ในชุมชน แทนนำให้กำลังใจ เป็นแบบอย่างที่ดี

เือนแม่หญิงดงเจน จัดตั้งขึ้นเพื่อช่วยเหลือดูแลผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต คนเร่ร่อน โดยดำเนินการรับฟังปัญหา ชุมชน/ สอดส่องมองหา หาวิธีการดำเนินการ ประสานเครือข่าย และคืนข้อมูลให้ชุมชนรับทราบ

การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชน



สิริกัญจน์ พลคล้ายรนา อายุ 43 ปี

เป็น อสม. มา 15 ปี



ผลการดำเนินงาน

ประชาชนมองเห็นคุณค่าของตนเอง รู้ถึงโทษภัยยาเสพติด ปัญหาในชุมชนลดลง เห็นความสำคัญ ให้โอกาสแก่ผู้ที่หลงผิด ให้สามารถกลับไปประกอบอาชีพที่สุจริต เริ่มต้นชีวิตใหม่ได้



ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

ทีมครอบครัว สร้างกระทำได้บึงล้อมรั้วให้ครอบครัว/ยอมรับความเสีย

ทีมแกนนำ หัวหน้าคุ้ม อสม. พระ ตำรวจ ร้านค้า เฝ้าระวัง ค้นหา และชี้เป้า

ทีมเยาวชน นักรเรียน เยาวชนทีม สมาชิก โครงการร้อง เล่น เต้น รำ คอยดูแลสิ่งแวดล้อม

ทีมชุมชน หัวหน้าคุ้ม กลุ่ม 25ตำบลประด การหมอบ้าน/ อปพร. อบต. บ้านกึ่งวิถี/ไร่ที่พึ่ง อาสาสมัครคุมประพฤติ วัด โรงเรียน รพ.สต. ดำเนินการตาม มาตรการของชุมชน

“สันติวิธี 4 ขั้นตอน”

สะสม สนับสนุน สถานะ สกัดกั้น

ลือก JUST SAY NO



บริบท ที่มาและความสำคัญ

ปัญหาเสพติดของ อ.เมืองสุโขทัย ปี พ.ศ. 2562 มีจำนวนผู้ที่เกี่ยวข้องสูงสุดในรอบ 3 ปี ในระดับ ตำบล พบว่าชุมชน ต.บ้านหลุม เป็นอีกชุมชนหนึ่งที่ได้รับผลกระทบ จึงอยากมีส่วนร่วมในการดำเนินการ ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในบ้านเกิดเมืองนอนของตน



การดำเนินงาน / นวัตกรรม

ศิลปวัฒนธรรมลือก JUST SAY NO โครงการ ร้อง เล่น เต้น รำ เป็นแนวทางในการขับเคลื่อน ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ถ่ายทอดความรู้ เรื่อง ยาเสพติด ผ่านการแสดงลือก ซึ่งเป็นการอนุรักษ์ ศิลปวัฒนธรรม ควบคู่กัน

สะสม : ศึกษารวบรวม ข้อมูลที่สำคัญของชุมชน ทำความเข้าใจ สภาพแวดล้อม ผู้คน สิ่งคน เศรษฐกิจ ขนบธรรมเนียมประเพณี และปัญหาชุมชน สืบ สภาพชุมชน ประชาคม ชุมชนมีส่วนร่วม สะสมข้อกำหนด สะสมสมาชิก

สนับสนุน : สนับสนุน ทีม ร่วมกันค้นหา คัด แยกผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดในชุมชน คัดแยกให้ การช่วยเหลือมิใช่เพื่อนำมาลงโทษ เคาะประตู บ้าน ทำความเข้าใจกับ ครอบครัว และเชิญชวน ให้เข้ารับการรักษา ในระบบสมัครใจ



สถานะ : ครอบครัวใด ที่ไม่มีพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด จะได้รับป้ายรับรอง สถานะเป็นครัวเรือน “ครอบครัวสีขาว” เป็น กิจกรรมปลูกกระแสและ สร้างขวัญกำลังใจให้ ชุมชน

สกัดกั้น : สอดส่องค้นหา ชี้เป้า เฝ้าระวัง สกัดการ เข้าถึงทุกช่องทางของราย ใหม่ ป้องกันไม่ให้ยาเสพติด หวนกลับมาอีก นำกลุ่มที่เคยทำผิดมาเล่า เรื่องราวให้เยาวชนฟังเพื่อ เป็นอุทาหรณ์ และ แนวทางในการดำเนินชีวิต



ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

“การสาธารณสุขมูลฐาน”
เป็นรากฐานของระบบสุขภาพที่ยั่งยืน

25 มกราคม 2564

ถอดบทเรียน และ เตรีมความพร้อม การคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ สาขา การบริการใน ศสมช.และการสร้างหลักประกันสุขภาพ



25 มกราคม 2564

บ้านหนองสาหร่ายใหม่ ต.คลองทราย อ.สากเหล็ก จ.พิจิตร

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ร่วมกับ ผู้รับผิดชอบงานสุขภาพภาคประชาชนจังหวัดพิจิตร และ สาธารณสุขอำเภอสากเหล็ก ลงพื้นที่ถอดบทเรียน อสม.ดีเด่น ระดับภาค ภาคเหนือ ปี 2564 สาขา การให้บริการใน ศสมช. และการสร้างหลักประกันสุขภาพ และเตรียมความพร้อมเสริมสร้างขวัญและกำลังใจ อสม.ลินนา สีนทสิทธิ์ อสม.ดีเด่น ระดับภาคเหนือ ในการเข้ารับการคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ ซึ่งจะมีการคัดเลือกในวันที่ 9-10 กุมภาพันธ์ 2564 นี้



การให้บริการใน ศสมช. และการสร้างหลักประกันสุขภาพ



“ลดป่วย ลดแอดอัด
ลดการรอคอย ลดค่าใช้จ่าย”

ลินนา สิ้นสิทธิ์

บริบท ที่มาและความสำคัญ

ประชาชนในชุมชนส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรรม ปัญหาที่พบคือ ประชาชนไม่มีเวลาในการดูแลสุขภาพตนเอง มุ่งแต่ทำงานเพื่อให้ได้ผลผลิตมากๆทางชมรม อสม. ต.คลองทราย จึงได้วางแผนและดำเนินงาน เพื่อให้ประชาชนในพื้นที่ ได้รับการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพและให้เข้าถึงหลักประกันสุขภาพของตนเอง จึงได้จัดตั้ง ศสมช. ขึ้นในหมู่บ้าน เพื่อเป็นศูนย์กลางในการดูแลสุขภาพส่งเสริมสุขภาพ เป็นที่ทำงาน จุดนัดพบ จุดแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้งความรู้และข้อมูลข่าวสารด้านการดูแลสุขภาพและด้านอื่นๆ โดยมี อสม. ม.หมุนเวียนมาให้บริการ ให้ประชาชนได้เข้าถึงบริการสุขภาพ สะดวก ใกล้บ้าน ใกล้ใจ



ผลที่ได้รับจากการดำเนินงาน

- ➔ ความพึงพอใจของคนในชุมชน หลังการเข้ารับบริการในศูนย์ (ศสมช.)
- ➔ ลดความแออัดของการเข้าปรึกษาการรักษาใน รพสต./ รพ.
- ➔ ลดค่าใช้จ่ายในการเดินทาง ลดเวลาที่จจะต้องสูญเสีย
- ➔ เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างรวดเร็ว

อายุ : 43 ปี

ระยะเวลาการเป็น อสม. รวม 8 ปี

การศึกษา : ปวส. รร.อุดรพาณิชย์การ
ช่วงกล อุดรธานี

แรงบันดาลใจ

- มีแม่เป็นต้นแบบ และครอบครัวให้การสนับสนุน ในการเป็น อสม.
- ตั้งใจมาเป็น อสม.เพื่อดูแลช่วยเหลือประชาชน และพัฒนาตนเอง
- จากการทำงานที่จริงจัง มีเป้าหมายและมีผลงาน ทำให้เป็นที่ยอมรับและไว้วางใจจากทีมงาน และประชาชน

ผลงานที่ภูมิใจ

- ได้เป็นตัวแทนสื่อสารการทำงาน ศสมช. ในสาธารณะ
- ได้พัฒนาศักยภาพตนเองและทีมงาน บริการที่ใกล้บ้านใกล้ใจ
- ช่วยสนับสนุนประชาชนให้เข้าถึงบริการสาธารณสุขเพิ่มมากขึ้น
- เป็นต้นแบบการนำเทคโนโลยีมาใช้ในงานสาธารณสุขมูลฐาน
- มีสถานที่ทำงานของ อสม. และให้บริการประชาชน
- ประชาชนพึงพอใจ ร่วมมือ ให้กำลังใจและคำขอบคุณ

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

ความร่วมมือร่วมใจของผู้นำชุมชน อสม. และประชาชน ให้ความสำคัญกับปัญหา และร่วมกันหาแนวทางในการแก้ปัญหาคือเป็นทีมงานที่เข้มแข็ง และลงมือทำอย่างจริงจัง



(Northern regional center for Primary Health Care development)

จดหมายข่าว

16

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

“การสาธารณสุขมูลฐาน”
เป็นรากฐานของระบบสุขภาพที่ยั่งยืน

4-6 กุมภาพันธ์ 2564

ถอดบทเรียน และเตรียมความพร้อม การคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ สาขา การป้องกันและแก้ไขปัญหาเอดส์ในชุมชน



4-6 กุมภาพันธ์ 2564

อ.ปง จ.พะเยา

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน
ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์
ลงเตรียมความพร้อม เสริมสร้างขวัญ
และกำลังใจ อสม.สมเกียรติ วัลญะ
อสม.ดีเด่น ระดับภาคเหนือ ในการเข้า
รับการคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ
สาขา การป้องกันและแก้ไขปัญหเอดส์
ในชุมชน ณ พื้นที่อำเภอปง จังหวัด
พะเยา ซึ่งจะทำการคัดเลือกในวันที่ 16
กุมภาพันธ์ 2564 นี้



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ



• สสม.
• ภาคเหนือ

☎ 0 5622 2375

🏠 516/41 หมู่ 10 ต.นครสวรรค์ตก อ.เมือง จ.นครสวรรค์

📘 ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

การป้องกันและแก้ไข ปัญหาเอดส์ในชุมชน

“ ทำเพื่อตัวเองก็อยู่แค่สิ้นลม
แต่ทำเพื่อสังคม แม้สิ้นลมช็อกก็ยังมีอยู่ ”

บริบท ที่มาและความสำคัญ

จากสถานการณ์โรคในพื้นที่ย พบว่า ผู้ป่วยลงทะเบียณ 804 คน รักษาด้วยการทานยา 320 คน เสียชีวิต 183 คน ย้ายการ รักษา 159 คน และขาดการรักษา 142 คน และพบว่าผู้ป่วยโรค เอดส์รายใหม่ของอำเภอปงเป็นกลุ่ม ชายรักชาย มากกว่า ร้อย ละ 30 และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อย ที่สำคัญคือ บุคคลกลุ่มนี้ยังไม่ยอมเข้ามาตรวจหาเชื้อ หรือ การให้คำปรึกษาและตรวจเลือด หาเชื้อ HIV โดยสมัครใจ จะเข้ามาเมื่อมีอาการหรือป่วยหนักแล้ว ซึ่งทำให้มีโอกาในการติดต่อโรคสู่บุคคลอื่น เนื่องจากไม่ทราบ และขาดการป้องกันอีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อการรักษา เป็นสาเหตุหลัก ของการเสียชีวิต และในพื้นที่ยังมีพบอุบัติการณ์การป่วยจาก โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ นอกจากโรคเอดส์ เพิ่มขึ้น อายุที่เริ่ม ป่วยด้วยโรคดังกล่าวมีค่าเฉลี่ยต่ำลง

การดำเนินงาน

ไม่มีผู้ติดเชื้อรายใหม่

ประชุมกลุ่มแกนนำหาแนวทางแก้ปัญหา ร่วมกัน สร้าง line ให้คำปรึกษา ให้ความรู้และแจกถุงยางอนามัยยอบรมเยาวชน ร่วมกิจกรรมวันเอดส์โลก ประกวดริดา ลุ่มน้ำยม ตำนกัย เอดส์ ตั้จุดกระจายถุงยางอนามัยในพื้นที่

ไม่มีผู้เสียชีวิตจากเอดส์

ร่วมกับคลินิกฟ้าใสติดตามผู้ป่วยให้ได้รับการรักษาและ เข้าถึงบริการ แนะนำกลุ่มเสี่ยงและผู้ติดเชื้อรายใหม่ให้เข้า รับการรักษาและขอสิทธิ์ที่พึงได้รับ ร่วมออกเยี่ยมบ้าน ให้ กำลัใจร่วมกับทีม และติดตามการทานยาของผู้ติดเชื้อ HIV รายใหม่ที่เปิดเผยตัว

ไม่มีการตีตราหรือการแบ่งแยกผู้ติดเชื้อ

เป็นคณะทำงานร่วมกับผู้ติดเชื้อ เขียนแผนงานโครงการ เพื่อขอมบประมาณสนับสนุนดำเนินการโดยกลุ่มผู้ติดเชื้อ ให้มีกำลังใจและรู้สึกมีคุณค่า นำผู้ติดเชื้อบำเพ็ญ สาธารณประโยชน์ในหมู่บ้าน ให้โอกาสทางสังคม

Getting
to
Zero

สมเกียรติ ัญญะ

อายุ 41 ปี

เป็น อสม. มา 20 ปี

จบชั้น ม.6 รร.ปรีชดาภิเษก

ผลการดำเนินงาน

ประชาชนได้รับความรู้เรื่องการ ป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เข้าถึงกลุ่มเสี่ยงเพิ่มขึ้น มีการเข้ามา รับบริการให้คำปรึกษาและตรวจหา เชื้อ HIV เพิ่มขึ้น และกลุ่มผู้ที่พบ การติดเชื้อ HIV เข้ารับการรักษา และทานยาอย่างต่อเนื่อง

แนวทางการขยายผล

การดำเนินงานเอดส์ในชุมชนต้องใช้ ความร่วมมือจากหลายภาคส่วน และ ยังต้องดำเนินต่อ พร้อมสร้างกระแส โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ ขยาย ผลการดำเนินกลุ่มวัยรุ่น รณรงค์การ มีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย ป้องกัน ปัญหาคาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ รวมถึงการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายใหม่ใน กลุ่มต่างดาว พระภิกษุสามเณร





“ บันได 10 ขั้น ” สร้างฝันชุมชนน่าอยู่

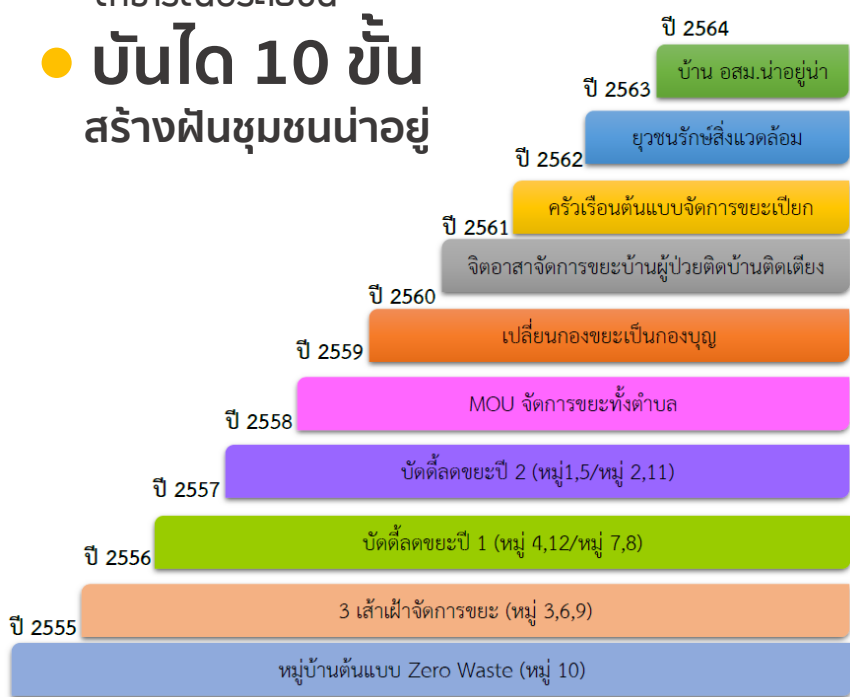
บรรเจิด ทิศอุดร อายุ 53 ปี
ระยะเวลาการเป็น อสม. 17 ปี

การดำเนินงาน

เน้นให้ชุมชนพึ่งตนเอง กระบวนการเกิดจากชุมชน และดำเนินการโดยชุมชน เพื่อสร้างการมีส่วนร่วม ยั่งยืน โดยนำแนวคิดหลักสำคัญของระบบสุขภาพภาคประชาชน คือ คน องค์กรความรู้ และทุน มาเป็นหลักในการทำงาน ให้ประสบผลสำเร็จ โดยอาศัย การจัดทำแผนด้านสุขภาพ โดยชุมชนมีส่วนร่วม การจัดการงบประมาณ จัดกิจกรรมด้านสุขภาพในชุมชน อีกทั้งประเมินผลการจัดการด้านสุขภาพในหมู่บ้าน เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาทางด้านสาธารณสุขในครั้งต่อไป

นวัตกรรม

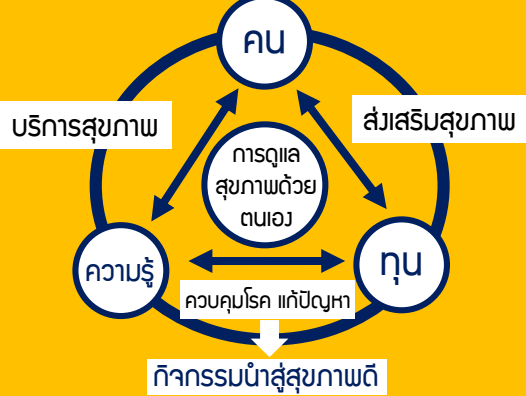
- เปลี่ยนกองขยะ เป็นกองบุญ กระตุ้นให้ประชาชนตระหนักกับการคิดแยกขยะ และประโยชน์ของขยะ นำรายได้ส่วนหนึ่งมาใช้จ่ายในวงสาธารณสุขประโยชน์
- **บันได 10 ขั้น** สร้างฝันชุมชนน่าอยู่



บริบท ที่มาและความสำคัญ

ชุมชนพบปัญหาเรื่องโภชนาการของเด็กเล็กและเด็กวัยเรียน ที่เกิดจากการมีพฤติกรรมบริโภคที่ไม่เหมาะสม วัยรุ่นพบปัญหาหาเสพติด และการตั้งครรภก่อนวัยอันควร วัยทำงานพบปัญหาผู้ป่วยเรื้อรังรายใหม่สูง และชุมชนมีผู้สูงอายุในชุมชนร้อยละ 23

แนวคิดการทำงาน



ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

- การทำงานเป็นทีม
- ผู้นำที่เป็นประชาธิปไตย
- การค้นหาปัญหา
- การทำแผนงาน
- การประสานงาน
- การมีส่วนร่วมในชุมชน
- กิจกรรมสาธารณสุขในชุมชน



(Northern regional center for Primary Health Care development)

จดหมายข่าว

19

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

“การสาธารณสุขมูลฐาน”
เป็นรากฐานของระบบสุขภาพที่ยั่งยืน

3 กุมภาพันธ์ 2564



↓
สมาคม อสม.
จังหวัดลำปาง

ถอดบทเรียน และเตรียมความพร้อม
การคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ สาขา กทันตสุขภาพ

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ลงพื้นที่ถอดบทเรียน
เตรียมความพร้อม เสริมสร้างขวัญและกำลังใจ อสม.จิตอาสา พุ่มสะอาด อสม.ดีเด่น
ระดับภาคเหนือ ในการเข้ารับการแข่งขันคัดเลือก อสม.ดีเด่น ระดับชาติ สาขา กทันตสุขภาพ
ณ ห้องประชุมสมาคม อสม.จ.ลำปางซึ่งจะทำการคัดเลือก ในวันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2564 นี้



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

PHC • สสม.
ภาคเหนือ

☎ 0 5622 2375

🏠 516/41 หมู่ 10 ต.นครสวรรค์ตก อ.เมือง จ.นครสวรรค์

📘 ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์



สาขา

ทันตสุขภาพ

จิตรารำพึง (ฝั่ง)
พุ่มสะอาด

อายุ 46 ปี

การศึกษาจบ ปวส.

เป็น อสม. มา 25 ปี

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

- 1 คน** ประสานงานดี เปิดรับสิ่งใหม่ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ลงไปร่วมในกิจกรรมที่ชุมชนอย่างต่อเนื่อง ร่วมแรง ร่วมใจ สามัคคี
- 2 กุณ** กุณบุคคลที่มีความตั้งใจ จิตอาสา และมีความจริงจัง มีแหล่งเรียนรู้สนับสนุนในการดำเนินงาน
- 3 องค์ความรู้** ในการดำเนินงาน รู้และเข้าใจเป็นอย่างดี
- 4 ภาคิเครือข่าย** ทุกภาคส่วนที่เข้มแข็ง

“ด้ามแปรงมหัศจรรย์
จากฟัน สุ่มือ”

“สตีกเกอร์สี ฟันดี วิถีชาวบ้าน”

บริบท ที่มาและความสำคัญ

จากการสังเกต พบว่าผู้ป่วยเบาหวานที่คุมไม่ได้ ส่วนหนึ่งเกิดจากมีปัญหาสุขภาพช่องปาก ได้แก่ เหงือกอักเสบ ฟันพุ ฟันปูน ฟันโยก ทำให้บดเคี้ยวอาหารไม่ได้ ตามปกติ จึงต้องดื่มนม น้ำหวาน ทานผลไม้ ซึ่งส่งผลต่อระดับน้ำตาลในเลือดให้สูงขึ้น ถ้าแก้ปัญหสุขภาพช่องปากได้ ก็จะส่งผลให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

นอกจากนี้ปัญหาอีกอย่างหนึ่งคือ การสื่อสารให้ผู้ป่วยมีความเข้าใจและรับทราบแนวทางการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง และไม่สามารถประเมินระดับความรุนแรงของสุขภาพช่องปากที่ถูกต้องของตนเองได้ ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุไม่สามารถอ่านออกเขียนได้ มีทักษะในการใช้เทคโนโลยีน้อย จึงเกิดกระบวนการแก้ไขปัญหาดังกล่าว และคิดค้นนวัตกรรมขึ้น

นวัตกรรม

สตีกเกอร์สี ฟันดี วิถีชาวบ้าน



ใช้จัดระดับความรุนแรงของสภาวะทางทันตสุขภาพ ให้ผู้ป่วยเข้าใจสถานการณ์ของตนเองว่ามีสภาวะทางทันตสุขภาพ อยู่ในระดับใด สามารถปฏิบัติตน และรักษาทันตสุขภาพภายในช่องปากได้เหมาะสม

ด้ามแปรงมหัศจรรย์ จากฟัน สุ่มือ

จากปัญหาที่พบผู้ป่วยติดบ้านติดเตียง ส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยเส้นเลือดอุดตันมีภาวะอัมพาตบางส่วน จึงเกิดนวัตกรรมการใช้ลูกมะกรูดเป็นด้ามแปรง ทำให้ผู้ป่วยสามารถจับด้ามแปรงและแปรงฟันได้ถนัดขึ้น พิวมะกรูดจะขรุขระ ช่วยกระตุ้นความรู้สึกและบริหารนิ้วมือ นอกจากนี้มีน้ำหมอนหอมระเหยจากมะกรูด ช่วยผ่อนคลายความเครียดได้





“สามเกลอ 3 ส. สร้างสุข” “ใจแลกใจ ได้คนละครึ่ง”

พรสวรรค์ จันทรสุวรรณ อายุ 40 ปี
ระยะเวลาการเป็น อสม. 14 ปี

บริบท ที่มาและความสำคัญ

สาเหตุของการเจ็บป่วยโรคติดต่อเรื้อรังของชุมชน จำนวนผู้ป่วยมีแนวโน้มที่สูงขึ้นต่อเนื่อง เดิมผู้ป่วยส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มผู้สูงอายุ ปัจจุบันลงมาอยู่ในระดับวัยแรงงาน ประกอบกับครอบครัวของตัวเอง จึงทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะหาทางแก้ไขปัญหาดังกล่าว และดูแลผู้ป่วยไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อน เพื่อให้คนในครอบครัวและชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี

แนวคิดการทำงาน

7S กระบวนการทำงานเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จได้ด้วย 7 s (เรื่อ)

- ร่วมรู้ :** รับรู้สถานะสุขภาพของตนเองและชุมชน
- ร่วมคิด :** ร่วมกันกับเครือข่ายในการกำหนดนโยบายเพื่อแก้ไขปัญหภาวะสุขภาพ
- ร่วมทูน :** ระดมทูนเพื่อนำงบประมาณมาดำเนินการจากหลากหลายช่องทาง
- ร่วมทำ :** เป็นแกนนำดำเนินกิจกรรม โดยมีลำดับและเป้าหมายในการทำงาน
- ร่วมประเมิน :** ประเมินผลการปฏิบัติงานเพื่อนำไปเปรียบเทียบกับวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่ตั้งไว้
- ร่วมแก้ไข :** ร่วมมือกันทุกฝ่ายแก้ไขพฤติกรรมของประชาชนให้เหมาะสม สร้างความตระหนัก
- ร่วมพัฒนาและสานต่อ :** บูรณาการพัฒนาร่วมมือกันทุกหน่วยงาน ให้ทุกคนมีส่วนเกี่ยวข้อง

นวัตกรรม/การดำเนินการ

สามเกลอ 3 ส. สร้างสุข ให้กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงได้รับการดูแล มีพฤติกรรมที่เหมาะสม ชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพ นำกลุ่มเป้าหมายมาจับกลุ่มกัน เป็น **3 เกลอ ได้แก่ เกลอที่ 1 อสม. เกลอที่ 2 และ 3 คือ กลุ่มเสี่ยง** เยี่ยมเยียนกันเพื่อสังเกตและแนะนำพฤติกรรมสุขภาพด้าน 3 อ 2 ส ติดตามพฤติกรรมสุขภาพ ดูแลจิตใจ ให้กำลังใจช่วยเหลือกัน โดยหลัก **3 ส คือ สกิด สิ่งกระตุ้นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม สกัด ตักเตือน** ช่วยเหลือให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม และ**สะกดใจ** ให้มีสติในการบริโภค สร้างบุคคลตัวอย่างให้เป็นต้นแบบ

ใจแลกใจ ได้คนละครึ่ง ให้กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคที่ดี ชุมชนมีส่วนร่วม ขอความร่วมมือร้านค้าและชุมชน กำหนดมาตรการ **ใจแลกใจ ได้คนละครึ่ง** มีเมนูอาหารสุขภาพและลดราคาสำหรับ คนที่ถือบัตรโครงการ เกินแรงจูงใจในการลดการบริโภคน้ำตาล และขอความร่วมมือกับ อบต. ในการพิจารณาลดหย่อนภาษีร้านค้าที่เข้าร่วมโครงการ (คนในชุมชนได้สุขภาพ ร้านค้าได้ลดหย่อนภาษี)

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

องค์ความรู้ อสม.และทีมงานเข้มแข็ง ผู้นำให้ความสำคัญ ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงาน และการประสานงานที่ดี

บทสรุปสำหรับผู้บริหารและข้อเสนอแนะ การคัดเลือกและนำเสนอผลงาน อสม.ดีเด่น ประจำปี พ.ศ.2564



อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาสุขภาพอนามัยของประชาชนในชาติ ทำงานด้วยจิตอาสาและการยอมรับ ศรัทธาของชุมชน มานับกว่า 3 ทศวรรษ อสม.ได้ทุ่มเทเสียสละทั้งกำลังกาย กำลังใจ กำลังทรัพย์ ยึดหลักการทำงานด้วยกลวิธีการสาธารณสุขมูลฐาน เชื่อมโยงกับการระบบสุขภาพปฐมภูมิและการพัฒนาคุณภาพชีวิต มีเป้าหมาย “การพึ่งพาตนเองได้ (Self Care) ของประชาชน” โดยมีคำขวัญประจำใจ “แม้เราเป็นชาวบ้าน เราก็สามารถดูแลสุขภาพของพวกเราตนเองได้”

ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ได้ถอดบทเรียน อสม.ดีเด่น ภาคเหนือ ปี ๒๕๖๔ พบว่า การคัดเลือก อสม.ดีเด่น แต่ละระดับเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สร้างขวัญและกำลังใจ เป็นแรงบันดาลใจ ในการมุ่งมั่นสู่การเป็น อสม.ดีเด่น เพราะเป็นเกียรติยศ ศักดิ์ศรี ความภาคภูมิใจที่ได้รับทั้งของ อสม. และครอบครัว รวมทั้งเจ้าหน้าที่พี่เลี้ยงด้วย

อาสาสมัครสาธารณสุขดีเด่น ระดับภาคเหนือ ในปี พ.ศ. 2564 พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 58.33 ส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ย 47 ปี โดยเวลาการเป็น อสม. มาแล้ว เฉลี่ย 16 ปี และจบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50

นอกจากนี้ยังพบว่า หลักรคิด วิธีการทำงาน และการประเมินผลลัพธ์จากการทำงานของ อสม. ได้นำมาซึ่งนวัตกรรมการจัดการสุขภาพชุมชน ตามบริบทของพื้นที่ เช่น

- 9 เลี้ยว 9 เรื่อง นวัตกรรมพลิกพื้นผิวดินถิ่นสรรพยาสู่การแพทย์วิถีถิ่น
- เชื้อกันโรค ฝ่าระวังโรคติดต่อตามแนวชายแดน
- โดรน เจ้าปัญญา
- CODE ลดพุง ลดโรค
- วัคซีนชุมชน 4 สร้าง 2 ใช้
- บันได 10 ชั้น สร้างฝันชุมชนน่าอยู่
- ด้านแปรงมหัศจรรย์ จากฟันสู่มือ
- ใจแลกใจ ได้คนละครั้ง เป็นต้น

บทสรุปสำหรับผู้บริหารและข้อเสนอแนะ การคัดเลือกและนำเสนอผลงาน อสม.ดีเด่น ประจำปี พ.ศ.2564

การพัฒนาศักยภาพ อสม.เป็นการช่วยลดข้อจำกัดด้านกำลังคนใน รพ.สต.ที่มีกำลังคนน้อย แต่รับผิดชอบงานมาก การมี อสม.ที่มีความรู้ ทักษะ มีคุณภาพ จะสามารถช่วยให้งานของเจ้าหน้าที่มีคุณภาพมากขึ้น การเจ็บป่วยจะลดลง ชุมชนสามารถจัดการสุขภาพได้ดีขึ้น ในด้านของ อสม.เมื่อได้เป็น อสม.ดีเด่น จะได้รับการยอมรับจากชุมชน ได้รางวัลเครื่องราชย์ ได้รับรางวัลจากหลายภาคส่วนหลายระดับ ซึ่งเป็นสิ่งที่สร้างความภาคภูมิใจให้ อสม. และพี่เลี้ยง และสร้างให้เกิดนวัตกรรมจัดการสุขภาพชุมชนตามบริบทของชุมชนได้เป็นอย่างดี

จากนโยบายที่กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กำหนดให้มีการจัดการนำเสนอผลงานของ อสม.ดีเด่น ระดับชาติ ในรูปแบบออนไลน์ ก็เป็นการประชาสัมพันธ์ อสม.บุคคลให้คนในชุมชนเป็นที่รู้จักสนใจในบทบาทและยอมรับ อสม. มากขึ้น ในสื่อโซเชียลมีเดีย ผลที่ได้ทำให้เกิดการมีส่วนร่วมของประชาชนในชุมชนในการร่วมเตรียมการ ร่วมถ่ายทำคลิปวิดีโอ เตรียมสิ่งแวดล้อม และบ้าน อีกทั้งมีหลายหน่วยงานให้ข้อคิดเห็น ทำให้ อสม.ได้รับการปรับปรุง สร้างผลลัพธ์โดยตรงและทันที

ความคิดเห็นต่อกระบวนการคัดเลือกที่มองว่าเป็น ข้อจำกัดและมีผลต่อกระบวนการคัดเลือก อสม.ดีเด่น มี 2 ประเด็น คือ ในด้าน อสม. ได้แก่ บริบทที่แตกต่างกัน ทั้งลักษณะพื้นที่ การใช้งบประมาณ เตรียมการรับการประเมินที่ต่างกัน ความพร้อมเรื่องวัสดุอุปกรณ์ในการนำเสนอรูปแบบออนไลน์ที่แตกต่างกัน ในด้านกระบวนการคัดเลือก เกณฑ์การประกวดของกรรมการในแต่ละระดับจะมีกรอบการพิจารณการให้คะแนนที่ไม่เหมือนกัน การนำเสนอผลงานในรูปแบบออนไลน์ ทำให้กรรมการไม่ได้เห็นกิจกรรมในพื้นที่จริง มีผลต่อการให้คะแนนของกรรมการ

ข้อเสนอแนะต่อการคัดเลือก อสม.ดีเด่น

- ควรมีเกณฑ์การประกวดในแต่ละระดับที่ชัดเจนและเป็นมาตรฐานเดียวกัน
- กรรมการต้องเข้าใจรายละเอียดของเกณฑ์การประเมินที่เหมือนกัน
- ควรมีเวทีพัฒนาศักยภาพ อสม. ระดับจังหวัดทุกสาขา
- จังหวัดควรมีการตั้งงบประมาณในการประกวด อสม.ระดับชาติ
- ผลักดันการประกวดคัดเลือก อสม.ดีเด่น ให้เป็นตัวชี้วัดของหน่วยงานระดับจังหวัด
- ควรมีการพัฒนาพี่เลี้ยง เพื่อไปเตรียม อสม.ในพื้นที่ตนเองได้
- การคัดเลือกในรูปแบบออนไลน์ ควรสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ หรือมีส่วนช่วยดำเนินการกระบวนการจากส่วนกลาง เพื่อลดความกดดันของ อสม. ที่เข้ารับการคัดเลือก



ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐาน
ภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์
กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

0 5622 2375



516/41 หมู่ 10 ต.นครสวรรค์ตก อ.เมือง จ.นครสวรรค์



ศูนย์พัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์

