

ประชากรวัยทำงานเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ หากประชากรวัยทำงานมีปัญหาด้านสุขภาพกายและสุขภาพใจ จะส่งผลต่อสถานประกอบการและประเทศชาติ ทางกรมอนามัย จึงมีความมุ่งหวังให้ประชากรในวัยทำงานมีสุขภาพกายและใจที่สมบูรณ์ จึงได้จัดทำแนวทาง “๑๐ Packages ปลอดภัยดี สุขภาพดี งานดี มีความสุข ในสถานประกอบการ” เพื่อเป็นแนวทางให้ประชากรวัยทำงานและสถานประกอบการ เกิดการรับรู้ สร้างความตระหนัก ให้ความรู้ และนำไปสู่ความเข้าใจถึงการดูแลสุขภาพตนเอง ทางด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึงเป็นแนวทางในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพให้กับประชากรวัยทำงานให้กับหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ทำงานร่วมกันแบบบูรณาการ เพื่อสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีของประชากรวัยทำงาน

การนำไปใช้ประโยชน์

สามารถนำแนวทาง “๑๐ Packages ปลอดภัยดี สุขภาพดี งานดี มีความสุข ในสถานประกอบการ” ไปบูรณาการรูปแบบการดำเนินงานกับภาคีเครือข่าย ทั้งศูนย์วิชาการในเขตสุขภาพที่ ๘ ประกอบด้วย ศูนย์อนามัยที่ ๘ อุตรธานี, ศูนย์สุขภาพจิตที่ ๘ อุตรธานี, สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๘ อุตรธานี และสำนักงานสนับสนุนบริการสุขภาพเขต ๘ ร่วมกับศูนย์ส่งเสริมอุตสาหกรรมภาคที่ ๔ อุตรธานี โดยแบ่งประชากรออกเป็น ๓ กลุ่ม คือ ๑.กลุ่มครอบครัว/ชุมชน มี intervention โดยครอบครัว/ชุมชน กินดี สุขภาพดี ปลอดภัยดีมีความสุข outcome ๑ แห่ง อ.บ้านดุง จ.อุตรธานี ๒.กลุ่มสถานประกอบการ มี intervention โดยสถานประกอบการสุขภาพดี ปลอดภัยดี มีความสุข outcome ๓ แห่ง บริษัทไทยนำ จ.อุตรธานี, บริษัท อุดรกระจก จ.อุตรธานี และบริษัท ก เจริญ marketing จ.เลย ๓.กลุ่มสถานบริการสาธารณสุข มี intervention Healthy food and Healthy hospital, outcome ๑ แห่ง อ.สว่างแดนดิน จ.สกลนคร

ผ่านการตรวจสอบโดย

นางสาวภัทราพร ชูศรี ตำแหน่งนักโภชนาการชำนาญการ หัวหน้ากลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

งานพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคคนวัยทำงาน ในสถานประกอบการ และเปิดตัวแนวทาง ๑๐ Packages ส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการ วันพฤหัสบดีที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๖๒ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพมหานคร ห้องประชุมชั้น ๔ มิราเคิล แกรนด์ บอลรูม C เรื่อง ๑๐ package “ปลอดภัยดี สุขภาพดี งานดี มีความสุข ในสถานประกอบการ”

บันทึกโดย นางสาวอรสา สัมมะลี ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เนื้อหา ปัจจุบันประเทศไทยมีประชากรวัยทำงาน อายุ ๑๕ - ๕๙ ปี ประมาณ ๕๖ ล้านคน หรือ ๒ ใน ๓ ของประชากรทั่วประเทศ จากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยของมหาวิทยาลัยมหิดล โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ ๕ พ.ศ. ๒๕๕๗ พบว่าประชากรวัยทำงาน ร้อยละ ๙ เป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ ๒๕ เป็นความดันโลหิตสูง ร้อยละ ๕๐ มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน ร้อยละ ๒๐ มีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ ซึ่งเป็นปัญหาสุขภาพวัยทำงานที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพื่อขับเคลื่อนการบูรณาการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ให้ประชากรวัยทำงานสุขภาพดี มีความสุข อายุยืนยาว และมีคุณภาพชีวิตที่ดี ลดภาระค่าใช้จ่ายทางการแพทย์และสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุขจึงได้ร่วมมือกับภาคีเครือข่าย ๘ หน่วยงาน คือ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงแรงงาน กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงอุตสาหกรรม กรุงเทพมหานคร สภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย สมาคมโรงพยาบาลเอกชน และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) พัฒนารูปแบบของการส่งเสริมสุขภาพคนวัยทำงาน ด้วยชุดความรู้สุขภาพ ๑๐ เรื่อง “ปลอดภัยดี สุขภาพดี งานดี มีความสุข ในสถานประกอบการ” เพื่อใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมให้สถานประกอบการนำไปจัดรูปแบบกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในวัยทำงาน ตามสภาพของปัญหาทางสุขภาพในแต่ละด้านตามความต้องการของสถานประกอบการ

แนวทาง ๑๐ Packages ปลอดภัยดี สุขภาพดี งานดี มีความสุข ในสถานประกอบการ ประกอบด้วย ชุดที่ ๑ หุ่นดี สุขภาพดี (Smart and Healthy Worker) เน้นในสถานประกอบการจัดกิจกรรมทางกาย ชุดที่ ๒ จิตสดใส ใจเป็นสุข (Happy Working with Life Balance) เน้นการลดความเครียดจากการทำงาน สร้างสุขไม่เครียด

ชุดที่ ๓ ครอบครัวสดใส ใส่ใจดูแล (Smart and Healthy family) เน้นการให้ความรู้ก่อนสมรส หรือการเตรียมความพร้อมก่อนการตั้งครรภ์

ชุดที่ ๔ สุดยอดคุณแม่ (Smart Mom) เน้นการมีมุมมองแม่ในสถานประกอบการ

ชุดที่ ๕ เตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า พาวชิราลัยยาว (Preretirement and Longevity Planning) เน้นการส่งเสริมการออม เพื่อรองรับอนาคต

ชุดที่ ๖ พิชิตออฟฟิศซินโดรม (Office Syndrome Management) เป็นการจัดสถานที่สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการทำงาน

ชุดที่ ๗ สถานประกอบการก้าวไกลต้องใส่ใจสุขภาพแรงงานต่างชาติ(Happy and Healthy Foreigner Worker) เน้นดูแลโรคติดต่อจากการทำงาน

ชุดที่ ๘ สถานประกอบการดี ชีวิตสดใสไร้แอลกอฮอล์ บุหรี่ (Tobacco and Alcohol Free Living)

ชุดที่ ๙ โรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ (Healthy Canteen) ครอบคลุมคุณภาพอาหารในโรงอาหารครบ ๕ หมู่ มีการจัดบริการน้ำสะอาดให้ดื่ม

ชุดที่ ๑๐ สถานประกอบการปลอดภัยสิ่งแวดล้อมดีมีสมดุลชีวิต

(Safety and Good Environmental Workplace and Happy for Life)