

## แบบฟอร์มมาตรฐานการปฏิบัติงาน (SOP)

ชื่อหน่วยงาน ศูนย์อนามัยที่ ๘	คู่มือการปฏิบัติงานการขับเคลื่อนตัวชี้วัด
	ชื่อตัวชี้วัด : ร้อยละของวัยทำงานอายุ ๒๕-๕๙ ปี ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพโดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

### ๑. วัตถุประสงค์ (Objectives)

๑.๑ เพื่อใช้เป็นแนวปฏิบัติสำหรับดำเนินงานเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพและส่งเสริมสุขภาพประชากรวัยทำงาน

๑.๒ เพื่อใช้เป็นแนวทางสื่อสารสร้างความเข้าใจในกระบวนการดำเนินงานเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพและส่งเสริมสุขภาพประชากรวัยทำงานแก่บุคลากรสาธารณสุขทุกระดับให้มีประสิทธิภาพและเป็นไปในแนวทางเดียวกัน

๑.๓ เพื่อเป็นแนวทางในการกำกับ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพตามตัวชี้วัดที่ ๑.๑๗ ร้อยละของวัยทำงานอายุ ๒๕-๕๙ ปี ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพโดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

### ๒. ขอบเขต (Scope)

คู่มือการปฏิบัติงานการขับเคลื่อนตัวชี้วัดฉบับนี้ ครอบคลุมเนื้อหากระบวนการดำเนินงานเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพและส่งเสริมสุขภาพประชากรวัยทำงาน ซึ่งเกี่ยวข้องกับบุคลากรสาธารณสุขในศูนย์อนามัย องค์การบริการส่วนจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ โรงพยาบาลศูนย์โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลชุมชน และ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

### ๓. คำจำกัดความ (Definition)

๓.๑ วัยทำงาน หมายถึง ประชาชนอายุ ๒๕ ปี ๐ เดือน ๑ วัน ถึง ๕๙ ปี ๑๑ เดือน ๒๙ วัน

๓.๒ พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ หมายถึง การกระทำ การปฏิบัติ และการแสดงออกที่ก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพของตนเอง ได้แก่

- การกินผักวันละ ๕ ทัพพี ตั้งแต่ ๔ วันต่อสัปดาห์
- การมีกิจกรรมทางกายจนรู้สึกเหนื่อยกว่าปกติมากกว่าหรือเท่ากับ ๑๕๐ นาทีต่อสัปดาห์
- การนอนวันละ ๗-๙ ชั่วโมง ตั้งแต่ ๓ วันต่อสัปดาห์
- การแปรงฟันก่อนนอนด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์นานอย่างน้อย ๒ นาที ทุกวัน

๓.๓ การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง กลไกการดำเนินงานสาธารณสุขเชิงรุกในการติดตามสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ ต่อนื่องเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาและอันตรายต่อสุขภาพ หรือการนำข้อมูลไปใช้ในการลดปัจจัยเสี่ยงอย่างมีประสิทธิภาพ

๓.๔ การส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง กระบวนการส่งเสริมให้ประชาชน เพิ่มสมรรถนะในการดูแลสุขภาพของตนเอง ในการบรรลุซึ่งสุขภาวะอันสมบูรณ์ ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม

๓.๕ Application H&U plus หมายถึง เครื่องมือสำรวจพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพวัยทำงาน ภายหลังจากการสำรวจข้อมูล ระบบจะประมวลผล และแสดง infographic สำหรับให้คำแนะนำ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

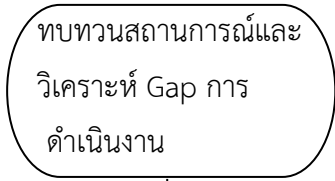
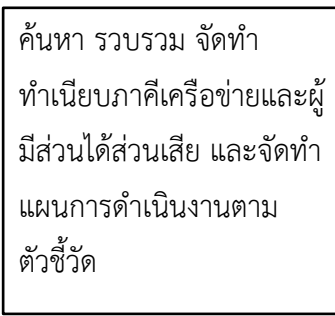
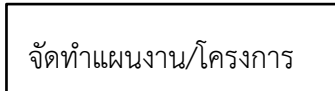
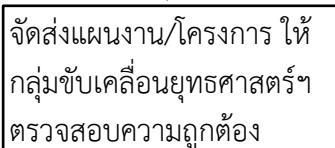
๓.๖ Digital health platform หมายถึง เครื่องมือสร้างความรอบรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพวัยทำงาน ประกอบด้วย แพลตฟอร์มก้าวทำใจ, เครื่องมือสำรวจพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพวัยทำงาน Application H&U plus, เครื่องมือคัดกรองมะเร็งเต้านม Application BSE, เครื่องมือสำรวจภาวะโภชนาการ Application Food&Health และเครื่องมือสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพช่องปาก Application Fun D

#### ๔. ความรับผิดชอบ (Responsibilities)

๔.๑ ผู้รับผิดชอบโดยตรง ได้แก่ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ศูนย์อนามัยที่ ๘ อุตรธานี

๔.๒ ผู้ร่วมดำเนินการ ได้แก่ องค์กรบริการส่วนจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ โรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และอาสาสมัครสาธารณสุขในพื้นที่

#### ๕. ขั้นตอนการปฏิบัติ (Procedure)

ลำดับ	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ	เอกสารที่เกี่ยวข้อง
๑		<ul style="list-style-type: none"> <li>- ทบทวนสถานการณ์และผลการดำเนินงานที่ผ่านมา</li> <li>- วิเคราะห์ Gap การดำเนินงาน</li> </ul>	๗ วัน	กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน	ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพปีที่ผ่านมา
๒		<ul style="list-style-type: none"> <li>- ประชุมคณะทำงานและจัดทำแผนงานดำเนินงานประจำปี</li> <li>- วิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย</li> <li>- รวบรวมและจัดทำทำเนียบภาคีเครือข่าย</li> </ul>	๗ วัน	กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน	ทำเนียบภาคีเครือข่าย ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย งานวัยทำงานเขตสุขภาพที่ ๘
๓	 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จัดทำโครงการ</li> <li>- ประสานงานผู้รับผิดชอบระดับจังหวัด สสจ./อบจ. และระดับอำเภอ เพื่อสื่อสารแนวทางการดำเนินงาน</li> </ul>	๒๑ วัน	กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน	

ลำดับ	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ	เอกสารที่เกี่ยวข้อง
๔		-นำเสนอแผนงาน/ โครงการแก่ผู้บริหาร เพื่ออนุมัติ	๗ วัน	กลุ่มพัฒนาการ ส่งเสริมสุขภาพ วัยทำงาน	
๕		-ชี้แจงแผนการ ดำเนินงาน ค่า เป้าหมายตัวชี้วัด และ ระบบการกำกับ ติดตาม ประเมินผล การดำเนินงานแก่ภาคี เครือข่าย	๑๔ วัน	กลุ่มพัฒนาการ ส่งเสริมสุขภาพ วัยทำงาน	
๖		- ขับเคลื่อนงานเฝ้า ระวังพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ พฤติกรรมการกิน การเคลื่อนไหวออกแรง การนอนและการดูแล ช่องปาก - ขับเคลื่อนงานส่งเสริม สุขภาพวัยทำงานใน ชุมชนและสถาน ประกอบการ - เสริมสร้างความรอบรู้ ด้านสุขภาพวัยทำงาน ผ่านช่องทางออนไลน์ และออฟไลน์	ตลอด ปีงบประมาณ	กลุ่มพัฒนาการ ส่งเสริมสุขภาพ วัยทำงาน	

ลำดับ	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ	เอกสารที่เกี่ยวข้อง
๗		<ul style="list-style-type: none"> <li>- สำรวจพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน ผ่าน Application H&amp;U plus</li> </ul>	ไตรมาส ๓	ผู้ร่วมดำเนินการ อบจ./สสจ./รพ./รพ.สต./อสม.	
๘		<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิเคราะห์ผลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลสุขภาพวัยทำงาน</li> <li>- คืบข้อมูลให้พื้นที่</li> <li>- สรุปผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัด</li> </ul>	ไตรมาส ๔	กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน	
๙		<ul style="list-style-type: none"> <li>- เวนำเสนอเพื่อคืบข้อมูลให้พื้นที่และภาคีเครือข่าย</li> <li>- จัดส่งรายงานสรุปผลการดำเนินงานให้ผู้รับผิดชอบงานระดับจังหวัด</li> </ul>	ไตรมาส ๔	กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน	

๖. ภาคผนวก

สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย. แบบฟอร์มมาตรฐานการปฏิบัติงาน (SOP) ๒๕๖๖.