

5. พัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยทำงาน

1. สถานการณ์

ประชากรวัยทำงาน จังหวัดอุดรดิตถ์ คือประชากรที่มีอายุ 19 – 59 ปี ประชากรวัยทำงานมีสัดส่วนประชากรมากที่สุดในทุกกลุ่มอายุ แต่มีแนวโน้มลดลง โดยในปี 2564 – 2566 พบร้อยละ 60.01 , 59.54 และ 58.60 ตามลำดับ โดยในปี 2566 จำนวนประชากรวัยทำงานมากที่สุด คือ อำเภอเมือง อำเภอพิชัย และอำเภอลับแล จำนวน 82,955 คน , 42,706 คน และ 32,329 คน ตามลำดับ อำเภอที่มีร้อยละประชากรมากที่สุดได้แก่ อำเภอบ้านโคก อำเภอทองแสนขัน และอำเภอท่าปลา ร้อยละ 61.48 60.52 และ 60.08 ตามลำดับ

จากข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพความรอบรู้และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน ปี 2566 (ภาพที่ 1) พบว่าเขตสุขภาพที่ 2 ประชาชนกลุ่มอายุ 15 – 59 ปี มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ มีร้อยละ 36.45 ส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ร้อยละ 40.30 จากการสำรวจพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ ร้อยละ 63.40 (ภาพที่ 2) อำเภอที่มี กลุ่มตัวอย่างมีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ (ภาพที่ 3) สูงที่สุด 3 อันดับแรกคือ อำเภอพิชัย อำเภอทองแสนขัน และอำเภอลับแล ตามลำดับ

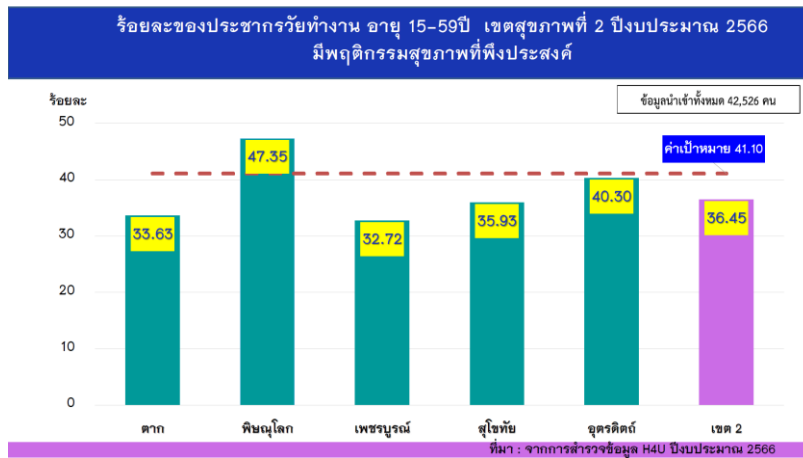
ส่งผลกระทบต่อประชาชนวัยทำงาน (อายุ 19 – 59 ปี) เกิดภาวะโรคอ้วน มีค่าดัชนีมวลกายเกินมาตรฐาน (BMI ค่าปกติ : 18.5 – 23) เนื่องจากขาดการออกกำลังกายที่เพียงพอและเหมาะสม เป็นสาเหตุของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เป็นภัยเงียบที่ส่งผลต่อสุขภาพทำให้เกิดการเจ็บป่วย ความพิการ การสูญเสียสุขภาพะ คุณภาพชีวิต และตายก่อนวัยอันควร ซึ่งทวีความรุนแรงขึ้นในทุกปี

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนประชากรวัยทำงาน อายุ 19 – 59 ปี จังหวัดอุดรดิตถ์ ปี 2564 – 2566

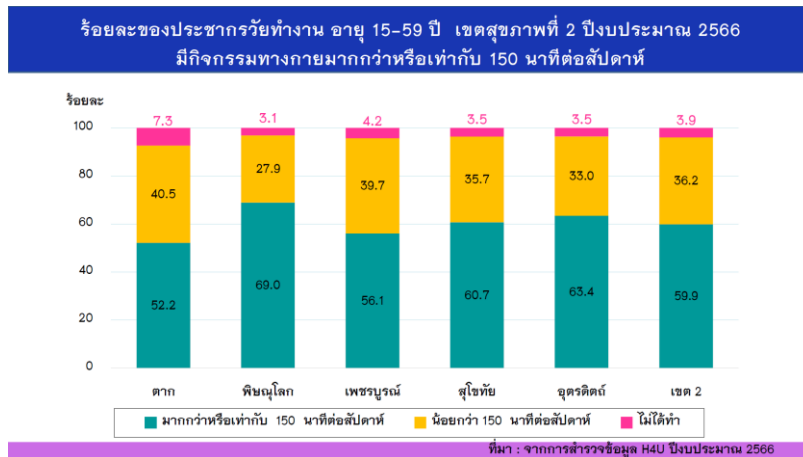
อำเภอ	ปี 2564			ปี 2565			ปี 2566		
	ประชากร (คน)	ประชากรทำงาน 19-59 ปี (คน)	ร้อยละ (%)	ประชากร (คน)	ประชากรทำงาน 19-59 ปี (คน)	ร้อยละ (%)	ประชากร (คน)	ประชากรทำงาน 19-59 ปี (คน)	ร้อยละ (%)
เมือง	147,841	87,425	59.13	145,961	85,653	58.68	143,646	82,955	57.75
ตรอน	33,971	20,499	60.34	33,661	20,127	59.79	33,290	19,508	58.60
ท่าปลา	43,575	26,716	61.31	43,202	26,242	60.74	42,733	25,674	60.08
น้ำปาด	36,500	21,724	59.52	36,255	21,403	59.03	35,823	20,947	58.47
ฟากท่า	14,255	8,312	58.31	14,150	8,172	57.75	13,955	7,969	57.10
บ้านโคก	14,554	8,995	61.80	14,373	8,897	61.90	14,324	8,807	61.48
พิชัย	75,730	44,714	59.04	75,057	43,997	58.62	74,009	42,706	57.70
ลับแล	54,993	33,743	61.36	54,738	33,328	60.89	54,294	32,329	59.54
ทองแสนขัน	31,684	19,777	62.42	31,348	19,386	61.84	30,875	18,687	60.52
รวม	453,103	271,905	60.01	448,745	267,205	59.54	442,949	259,582	58.60

ที่มา : HDC ณ วันที่ 19 ตุลาคม 2566

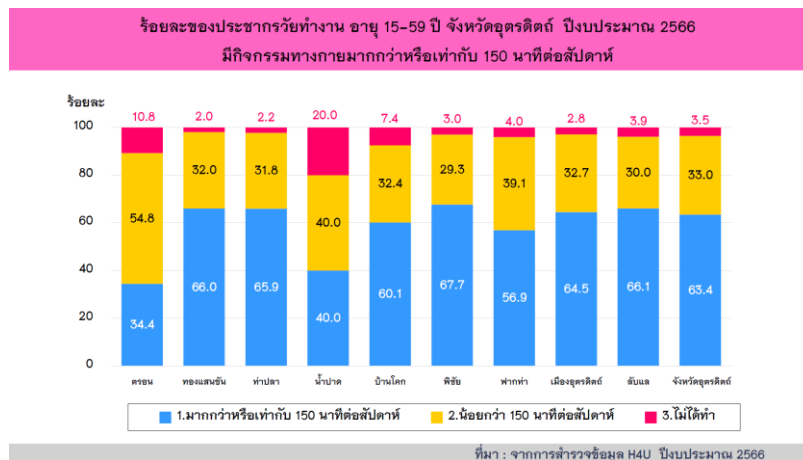
ภาพที่ 1 แสดงร้อยละของประชากรวัยทำงานอายุ 15 - 59 ปี มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เขตสุขภาพที่ 2 ปีงบประมาณ 2566



ภาพที่ 2 แสดงร้อยละของประชากรวัยทำงาน อายุ 15 - 59 ปี มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ เขตสุขภาพที่ 2 ปีงบประมาณ 2566



ภาพที่ 3 แสดงร้อยละของประชากรวัยทำงาน อายุ 15 - 59 ปี มีกิจกรรมทางกายมากกว่าหรือเท่ากับ 150 นาทีต่อสัปดาห์ จังหวัดอุดรดิตต์แยกรายอำเภอ ปีงบประมาณ 2566



2. การดำเนินงาน/ผลการดำเนินงาน

2.1 การดำเนินงานตามกลยุทธ์ ปี 2566

กลยุทธ์ที่ 1 ส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และสร้างความรู้

กิจกรรมที่ดำเนินการ

- กิจกรรมการรับสมัครก้าวท้าใจ เป้าหมาย ปี 2566 จำนวนผู้สมัคร 47,460 คน
- กิจกรรมการส่งเสริมชุมชนต้นแบบเมืองสุขภาวะ 9 ตำบล ตามนโยบายผู้ว่าราชการจังหวัดอุตรดิตถ์ ส่งเสริมการออกกำลังกายในรูปแบบของชมรมสุขภาพในพื้นที่

ผลการดำเนินงานกิจกรรม

- กิจกรรมก้าวท้าใจมีผู้สมัครจำนวน 77,659 คน คิดเป็นร้อยละ 163.70 ของเป้าหมายปี 2566 คิดเป็นร้อยละผู้สมัครอันดับที่ 1 ของเขตสุขภาพที่ 2 และมีอัตราสมาชิกเพิ่มขึ้นสูงเป็นอันดับที่ 2 ของประเทศ

- ตำบลต้นแบบเมืองสุขภาวะสามารถรับสมัครก้าวท้าใจตามเป้าหมายคือ ร้อยละ 30 ของประชากรภายในตำบลต้นแบบ ซึ่งทุกตำบล สามารถสมัครสมาชิกได้ตามเป้าหมายที่กำหนด และมีกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกายผ่านกิจกรรมชมรมสุขภาพในทุกตำบล เช่นกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกายของอำเภอลับแล นายอำเภอลับแล ตอบรับนโยบายตำบลต้นแบบเมืองสุขภาวะ สั่งการให้ทุกหมู่บ้านมีชมรมออกกำลังกายและให้มีกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง

- กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก และโรงเรียนอุตรดิตถ์ จัดกิจกรรม ก้าวท้าใจในโรงเรียน “kick off ก้าวท้าใจ ในโรงเรียนและ 1 โรงเรียน 1 ครูอนามัย สร้างเด็กไทยรอบรู้สุขภาพ ผู้พิทักษ์อนามัยโรงเรียน” เป็นกิจกรรมการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและอบรมให้ความรู้ตามฐานการเรียนรู้ ความรอบรู้สุขภาพพื้นฐานที่นักเรียนควรได้รับ ซึ่งได้รับความร่วมมือจากกลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อฯ โรงพยาบาลอุตรดิตถ์ และวิทยาลัยพยาบาลฯ อุตรดิตถ์ จัดกิจกรรมวันที่ 29 พฤษภาคม 2566 ณ หอประชุมน้ำเงิน-ชมพู โรงเรียนอุตรดิตถ์

กลยุทธ์ที่ 2 ส่งเสริมและเฝ้าระวังการตรวจคัดกรองดัชนีมวลกายของประชาชนกลุ่มวัยทำงาน

กิจกรรมที่ดำเนินการ

- การเฝ้าระวังค่าดัชนีมวลกายประชาชนกลุ่มวัยทำงาน
- กิจกรรมการตรวจสุขภาพ (Wellness Center) ประจำปีของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในจังหวัดอุตรดิตถ์
- กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายในหน่วยงาน "Healthy Organization" “แค่ขยับเท่ากับออกกำลังกาย”

ผลการดำเนินงานตามกิจกรรม

- ปี 2566 มีประชากรวัยทำงานจำนวน 175,977 คน ได้รับการคัดกรอง ชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงจำนวน 112,453 คน คิดเป็น 63.90 มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 45.91 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์เป้าหมาย แต่สูงเป็นอันดับ 1 ของเขตสุขภาพที่ 2

- การติดตามการตรวจสุขภาพเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ มีเจ้าหน้าที่ จำนวน 3,834 คน เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี 3,298 คน คิดเป็น ร้อยละ 86.01 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์เป้าหมาย ร้อยละ 90

- กิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกายในหน่วยงาน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ ดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายทุกวันพุธ เวลา 16.00 – 16.30 น. โดยผู้ดำเนินการออกกำลังกายจากกลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ และได้รับการสนับสนุนผู้ดำเนินการออกกำลังกายจากหน่วยงานภายนอกสังกัด ได้แก่ ภาควิชาสาขาสาธารณสุขศาสตร์ และภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์ กิจกรรมการออกกำลังกายได้แก่ การเดินบาสโลป การเดินไลน์แดนซ์ การเดินแอโรบิก

- กิจกรรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

- สนับสนุนนักกีฬาเข้าร่วมกิจกรรม “วันกีฬาแห่งชาติ จังหวัดอุดรดิตถ์” วันที่ 13 – 15 ธันวาคม 2565

- จัดกิจกรรม“สาธารณสุขสัมพันธ์ จังหวัดอุดรดิตถ์” ขึ้นในวันเสาร์ที่ 14 มกราคม 2566 มีบุคลากรสาธารณสุขจากทุกอำเภอเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 400 คน

- การประชาสัมพันธ์ ความรู้และการปฏิบัติตัว ในการดูแลสุขภาพกาย การออกกำลังกายให้กับเจ้าหน้าที่ภายในสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขภายในจังหวัดอุดรดิตถ์ ผ่านโปรแกรม Line

กลยุทธ์ที่ 3 ส่งเสริมและพัฒนาระบบเฝ้าระวังป้องกันภาวะโภชนาการ

กิจกรรมที่ดำเนินการ

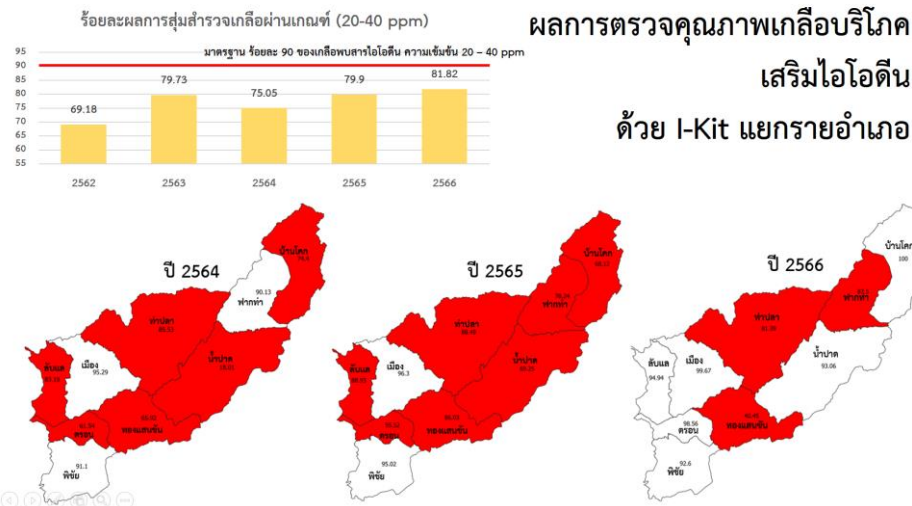
- จัดประชุมชี้แจงการขับเคลื่อนการใช้ไอโอดีนในชุมชน ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก
- เฝ้าระวังคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีนด้วย i-kit ในชุมชนเป้าหมาย
- เยี่ยมเสริมพลังพื้นที่ดำเนินงานไอโอดีน ตามพระราชดำริ

ผลการดำเนินงานตามกิจกรรม

- จัดประชุมชี้แจงขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมการใช้เกลือเสริมไอโอดีน ให้กับเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานระดับอำเภอและโรงพยาบาลทุกอำเภอ ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก ในวันที่ 22 พฤศจิกายน 2565 ณ ห้องประชุมเพชรพิชัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ ถ่ายทอดองค์ความรู้ แนวทางการดำเนินงานหมู่บ้านไอโอดีน และการเข้าถึงฐานข้อมูลหมู่บ้านไอโอดีนของกรมอนามัย

- ดำเนินการติดตาม เฝ้าระวังเกลือเสริมไอโอดีนให้ได้มาตรฐาน ด้วยการใช้ I-kit เพื่อตรวจหา สารไอโอดีนในเกลือปรุงอาหาร ในปี 2566 ดำเนินการสุ่มตัวอย่าง 4,257 ตัวอย่าง พบว่าเกลือเสริมไอโอดีนมีคุณภาพตามมาตรฐาน ร้อยละ 81.82 ต่ำกว่ามาตรฐาน ร้อยละ 6.84 เกินมาตรฐาน ร้อยละ 8.79 ซึ่งต่ำกว่ามาตรฐาน ร้อยละ 90 โดยผู้รับผิดชอบงานไอโอดีนในทุกอำเภอ(ภาพที่ 4)

ภาพที่ 4 แสดงผลการสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน เปรียบเทียบ ปี 2564 – 2566



ที่มา : ข้อมูลการสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน ปี 2566

- ดำเนินการเยี่ยมเสริมพลัง โรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดน เพื่อติดตามการดำเนินงานการเสริมไอโอดีนและถ่ายทอดความรู้ให้กับนักเรียนในโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนบุญธรรม – บุญพริ้ง ในวันจันทร์ที่ 26 ธันวาคม 2566 และดำเนินการสำรวจคุณภาพเกลือในครัวเรือน ร้านค้า ร้านอาหาร บริเวณโดยรอบโรงเรียนและในชุมชน โดยกลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพและสำนักงานสาธารณสุขอำเภอบ้านดง

- ดำเนินการติดตามเยี่ยมเสริมพลังการดำเนินงานการหยุดสารไอโอดีนในน้ำดื่มให้กับนักเรียนโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนยอดโพธิ์ทอง ในวันที่ 25 – 26 พฤษภาคม 2566 โดยกลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพและกลุ่มงานควบคุมโรคติดต่อ

กลยุทธ์ที่ 4 สนับสนุนการขับเคลื่อนวัดส่งเสริมสุขภาพเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและดูแลสุขภาพพระภิกษุสงฆ์

กิจกรรมที่ดำเนินการ

- ดำเนินการชี้แจงการดำเนินงาน ขับเคลื่อนวัดส่งเสริมสุขภาพ ประจำปี 2566 ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก

- ร่วมดำเนินงานอบรมพระบริหารภิกษุใช้ กับวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์
- การคัดเลือกวัดส่งเสริมสุขภาพ และพระคิลานุปัฏฐาก เข้าประกวดระดับเขต

ผลการดำเนินงานตามกิจกรรม

- ดำเนินการจัดประชุมชี้แจงแนวทางดำเนินงาน ขับเคลื่อนวัดส่งเสริมสุขภาพ ประจำปี 2566 ร่วมกันศูนย์อนามัย ในวันที่ 13 ธันวาคม 2565

- วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ จัดโครงการอบรม “พระบริหารภิกษุใช้” ประจำปีวัด 1 วัด 1 รูป เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ (อมฺพรมหาเถร) สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ฉลองพระชนมายุ 8 รอบ ณ วัดกลาง ตำบลท่าอิฐ อำเภอเมือง มีพระภิกษุ เข้าร่วมจำนวน 120 รูป

- ดำเนินการคัดเลือกตัวแทน วัดส่งเสริมสุขภาพและพระคิลานุปัฏฐาก เป็นตัวแทนระดับจังหวัด เข้ารับการประเมินเป็นตัวแทนระดับเขต ผลการประเมิน จังหวัดอุตรดิตถ์ โดยสำนักงานสาธารณสุขอำเภอท่าปลา รับผิดชอบ พระคิลานุปัฏฐาก ตัวแทนระดับเขตสุขภาพที่ 2 คือ พระเอกพันธ์ ปภากรโ วัดผาเลือด อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ และตัวแทนวัดส่งเสริมสุขภาพ ระดับจังหวัดคือ วัดภูเงินวาราม จะรับการประเมินในวันที่ 6 มิถุนายน 2566

ตารางที่ 2 แสดงข้อมูลประชากรวัยทำงานอายุ 19 - 59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ปี 2566

ตัวชี้วัดและเกณฑ์เป้าหมาย	ผลการประเมิน	๑.เมือง	๒.ตรอน	๓.ท่าปลา	๔.น้ำปาด	๕.พากทำ	๖.บ้านโลก	๗.พิชัย	๘.ลับแล	๙.ทองแสนขัน	ปี ๒๕๖๖ (๑๒ เดือน)	ปี ๒๕๖๕	ปี ๒๕๖๔	ปี ๒๕๖๓
ประชากรวัยทำงานอายุ ๑๙-๕๙ ปี มีดัชนีมวลกายปกติ (เป้าหมายมากกว่า ๕๒)	จำนวน ปก. ๑๙-๕๙ ปี	๖๔,๙๐๖	๑๑,๔๒๐	๑๓,๗๔๙	๑๓,๘๔๙	๔,๓๙๙	๕,๒๔๓	๒๕,๙๒๔	๒๓,๔๓๓	๑๓,๐๕๔	๑๗๕,๙๗๗	๑๙๙,๙๕๘	๒๘๗,๖๔๖	๑๙๓,๓๕๒
	ได้รับชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง	๔๐,๓๗๐	๗,๗๕๓	๙,๕๖๑	๙,๔๐๔	๒,๔๖๔	๒,๖๑๑	๑๕,๔๗๖	๑๕,๔๔๖	๙,๓๗๐	๑๑๒,๔๕๓	๑๔๖,๘๔๐	๑๔๙,๐๒๔	๑๒๗,๒๗๒
	ร้อยละ	๖๒.๒๐	๖๗.๘๗	๖๙.๕๔	๖๗.๙๐	๕๖.๐๑	๔๙.๘๐	๕๙.๗๐	๖๕.๙๒	๗๑.๗๘	๖๓.๙๐	๗๓.๔๔	๕๓.๘๑	๖๖.๓๙
	มีดัชนีมวลกายปกติ	๒๑,๙๔๐	๒,๘๗๓	๔,๐๑๘	๔,๑๗๗	๙๗๒	๑๐๔๑	๕,๐๕๐	๗,๖๑๐	๓,๙๗๔	๕๓,๖๒๕	๖๙,๐๒๓	๗๑,๒๔๖	๕๘,๙๖๘
	ร้อยละ	๕๔.๓๕	๓๗.๐๗	๔๒.๐๒	๔๔.๑๐	๓๙.๔๕	๓๙.๘๗	๓๒.๖๓	๔๙.๒๗	๔๒.๔๑	๔๕.๙๑	๔๗.๐๑	๔๗.๘๑	๔๖.๔๒

ที่มา : HDC ณ วันที่ 19 ตุลาคม 2566

จากการดำเนินงานตรวจคัดกรองประชากรวัยทำงานอายุ 19 – 59 ปี พบว่า เขตสุขภาพที่ 2 มีประชากรวัยทำงานได้รับการคัดกรองร้อยละ 57.25 มีค่าดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 41.17 มีรายละเอียดค่าดัชนีมวลกายปกติแต่ละจังหวัดดังนี้ จังหวัดตาก ร้อยละ 42.00 จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 39.32 จังหวัดพิษณุโลก 42.74 จังหวัดเพชรบูรณ์ ร้อยละ 37.69 และจังหวัดอุตรดิตถ์ มีประชากรวัยทำงานอายุ 19 – 59 ปีจำนวน 175,977 คน ได้รับการคัดกรองชั่งน้ำหนัก – วัดส่วนสูง จำนวน 112,453 คน คิดเป็น 63.90 มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 45.91 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์เป้าหมาย (> ร้อยละ 52) โดยอำเภอเมืองอุตรดิตถ์ ผ่านเกณฑ์เป้าหมาย ที่ร้อยละ 52.72

ตารางที่ 3 แสดงข้อมูลประชากรในจังหวัดอุดรดิตถ์ที่มีการลงทะเบียนโครงการก้าวทำใจ Season 5

ตัวชี้วัดและเกณฑ์เป้าหมาย	ผลการประเมิน	๑.เมือง	๒.ตรอน	๓.ท่าปลา	๔.น้ำปาด	๕.ฟากท่า	๖.บ้านโคก	๗.พิชัย	๘.ลับแล	๙.ทองแสนขัน	ปี ๒๕๖๖	ปี ๒๕๖๕	ปี ๒๕๖๔	ปี ๒๕๖๓
การลงทะเบียนโครงการก้าวทำใจ Season ๕ ร้อยละ ๑๐.๕๗๖๒ ของประชากรทั้งหมด	เป้าหมาย	๑๕,๔๓๗	๓,๕๖๐	๔,๕๖๙	๓,๘๓๔	๑,๔๙๗	๑,๕๒๐	๗,๙๓๘	๕,๗๘๙	๓,๓๑๕	๔๗,๔๖๐	๓๓,๙๐๐	๕๐,๘๕๐	-
	จำนวนประชาชนลงทะเบียน	๒๐,๔๑๗	๗,๑๓๖	๘,๘๔๕	๖,๖๐๙	๓,๔๕๑	๒,๙๙๐	๑๑,๓๕๘	๑๑,๐๔๘	๕,๘๕๕	๗๗,๖๕๙	๕๖,๘๘๓	๙,๔๗๘	-
	ร้อยละ	๑๓๒.๒๖	๒๐๐.๔๕	๑๙๓.๕๘	๑๗๒.๓๖	๒๓๐.๖๐	๑๙๓.๔๑	๑๙๓.๐๘	๑๙๐.๘๘	๑๗๖.๖๐	๑๖๓.๖๓	๑๓๘.๓๐	๑๘.๖๔	-

ที่มา : เว็บไซต์ ก้าวทำใจ Season 5 ณ วันที่ 19 ตุลาคม 2566

ภาพที่ 5 แสดงผลการสะสมการเผาผลาญพลังงาน ผ่านกิจกรรมก้าวทำใจ Season 5



ที่มา : กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข 16 ตุลาคม 2566

การดำเนินงานโครงการก้าวทำใจ season 5 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ดำเนินการเปิดตัวโครงการก้าวทำใจ Season 5 ในวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2566 และมีการ Kick Off ก้าวทำใจ Season 5 กับชื่อกิจกรรม “150 วัน 15 ล้านแค้นสุขภาพ” ในวันที่ 1 มีนาคม 2566 โดยจังหวัดอุดรดิตถ์ ได้จัดกิจกรรม Kick Off ก้าวทำใจ ในทุกอำเภอ ระหว่างวันที่ 1 มีนาคม 2566 ถึง 31 พฤษภาคม 2566 อาทิเช่น กิจกรรม “เดิน – วิ่ง ก้าวทำใจ ไทน้ำปาด” “ก้าวทำใจ” "เดิน วิ่ง ลับแลปั่นสุข” และกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกาย

เป้าหมายการสมัครก้าวทำใจ ปี 2566 กำหนดที่ร้อยละ 10.5762 ของประชากร ซึ่งร้อยละการสมัครก้าวทำใจ เขตสุขภาพที่ 2 ได้แก่ จังหวัดตาก ร้อยละ 99.85 จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 83.43 จังหวัดพิษณุโลก ร้อยละ 88.19 จังหวัดเพชรบูรณ์ ร้อยละ 64.01 และจังหวัดอุดรดิตถ์ มีเป้าหมายการรับสมัครปี 2566 จำนวน 47,460 คน สามารถรับสมัครสมาชิกได้ 77,659 คน คิดเป็นร้อยละ 163.63

ตารางที่ 4 จำนวนวัดส่งเสริมสุขภาพจังหวัดอุตรดิตถ์ แยกรายอำเภอ ปีงบประมาณ 2566

ตัวชี้วัดและเกณฑ์เป้าหมาย	ผลการประเมิน	๑.เมือง	๒.ตรอน	๓.ท่าปลา	๔.น้ำปาด	๕.พากทำ	๖.บ้านโคก	๗.พิชัย	๘.ลับแล	๙.ทองแสนขัน	ปี ๒๕๖๖	ปี ๒๕๖๕	ปี ๒๕๖๔	ปี ๒๕๖๓
จำนวนวัดเป้าหมายร้อยละ ๖๐	จำนวนวัดทั้งหมด	๘๙	๓๐	๔๖	๓๔	๒๔	๑๔	๖๐	๔๐	๔๖	๓๖๙	๓๔๘	๔๓๙	-
	เป้าหมายวัดส่งเสริมสุขภาพระดับพื้นฐาน(แห่ง)	๕๓	๑๘	๒๘	๒๐	๑๔	๘	๓๖	๒๔	๒๘	๒๒๑	๑๔๐	๒๐๙	-
	วัดส่งเสริมสุขภาพผ่านเกณฑ์ปี 66 (แห่ง)	๑๗	๒๙	๒๘	๑๐	๑๑	๑๔	๑	๒๗	๒๕	๑๖๒	๒๐๑	๑๓๒	-
	ร้อยละการดำเนินงาน	๑๙.๑๐	๙๖.๖๗	๖๐.๘๗	๒๙.๔๑	๔๕.๘๓	๑๐๐.๐๐	๑.๖๗	๖๗.๕๐	๕๕.๓๕	๔๓.๙๐	๕๗.๗๖	๓๐.๐๗	-

ที่มา : healthtemple.anamai.moph.go.th วันที่ 19 ตุลาคม 2566

จังหวัดอุตรดิตถ์ขับเคลื่อนการดำเนินงานวัดส่งเสริมสุขภาพ ผ่านระบบข้อมูลวัดส่งเสริมสุขภาพ (healthtemple.anamai.moph.go.th) ดำเนินการประเมินเบื้องต้นโดยผู้รับผิดชอบงานในระดับอำเภอและตำบล ปีงบประมาณ 2566 จังหวัดอุตรดิตถ์ มีจำนวนวัดที่ขึ้นทะเบียนจำนวน 369 แห่ง เป้าหมายการขับเคลื่อนวัดส่งเสริมสุขภาพต้องมีวัดที่ผ่านการประเมินระดับพื้นฐานขึ้นไป ร้อยละ 60 ปีงบประมาณ 2566 มีวัดผ่านการประเมินระดับพื้นฐานก้าวหน้า และยั่งยืน รวมทั้งสิ้น 162 แห่ง คิดเป็นร้อยละ 43.90 ซึ่งยังต่ำกว่าเป้าหมาย

ตารางที่ 5 แสดงข้อมูลประชากรวัยทำงานอายุ 19 - 59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ปี 2566 (12 เดือน) เปรียบเทียบผลการดำเนินงานของหน่วยงานในสังกัดกระทรวงสาธารณสุข และหน่วยงานในสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด

ตัวชี้วัดและเกณฑ์เป้าหมาย	ผลการประเมิน	1.เมือง	2.ตรอน	3.ท่าปลา	4.น้ำปาด	5.พากทำ	6.บ้านโคก	7.พิชัย	8.ลับแล	9.ทองแสนขัน	ปี 2566 (12 เดือน)
ชื่อตัวชี้วัด ประชากรวัยทำงานอายุ 19-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ (เป้าหมายมากกว่า 52)											
รพ.สต. ในสังกัด กสธ. (49 แห่ง)	จำนวน ปชก. 19-59 ปี	43,112	2,531	4,950	12,510	2,000	1,807	14,291	21,584	11,082	113,867
	ได้รับชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง	30,149	1,518	3,222	8,514	1,370	890	8,432	14,454	7,950	76,499
	ร้อยละ	69.93	59.98	65.09	68.06	68.50	49.25	59.00	66.97	71.74	67.18
	มีดัชนีมวลกายปกติ	17,490	492	1,307	3,782	570	341	2,725	7,165	3,440	37,312
	ร้อยละ	58.01	32.41	40.56	44.42	41.61	38.31	32.32	49.57	43.27	48.77
รพ.สต. ในสังกัด อบจ. (40 แห่ง)	จำนวน ปชก. 19-59 ปี	21,794	8,889	8,799	1,339	2,399	3,436	11,633	1,849	1,972	62,110
	ได้รับชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง	10,221	6,233	6,339	890	1,094	1,721	7,044	992	1,420	35,954
	ร้อยละ	46.90	70.12	72.04	66.47	45.60	50.09	60.55	53.65	72.01	57.89
	มีดัชนีมวลกายปกติ	4,450	2,381	2,711	365	402	700	2,325	445	534	12,638
	ร้อยละ	43.54	38.20	42.77	41.01	36.75	40.67	33.01	44.86	37.61	35.15

กลุ่มเป้าหมายในวัยทำงานเป็นกลุ่มประชากรที่มีจำนวนค่อนข้างมาก โดยมีสภาพและลักษณะการทำงานที่แตกต่างกันไป ทั้งในชุมชน หน่วยงานราชการ/เอกชน และสถานประกอบการต่าง ๆ ซึ่งมีความยากต่อการการจัดกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการลดปัจจัยเสี่ยงในกลุ่มวัยทำงาน ทั้งนี้จังหวัดอุดรดิตถ์ ได้จัดทำแผนงานส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงาน แบบบูรณาการขึ้น โดยกำหนดเป้าหมายเป็น Setting ดังนี้

3.1 Setting ส่วนราชการ

3.1.1 กำหนดให้หน่วยงานสาธารณสุข ดำเนินการตามนโยบาย “แค่ขยับ เท่ากับออกกำลังกาย” โดยในปี 2566 กำหนดให้ทุกอำเภอในจังหวัดอุดรดิตถ์ ดำเนินตามโครงการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพบุคลากร เพื่อป้องกันโรคเรื้อรัง และเพื่อเป็นการสร้างกระแสการออกกำลังกาย

3.1.2 จัดกิจกรรมรณรงค์ออกกำลังกายสำหรับบุคลากรที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมในทุกวันพุธ ได้แก่ การเดินบาสโล๊ป ให้กับเจ้าหน้าที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์

3.1.3 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ พร้อมด้วยหน่วยงานสาธารณสุขในสังกัด ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาในวันกีฬาแห่งชาติ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2566 ในระหว่างวันที่ 13 – 15 ธันวาคม 2565 ณ สนามกีฬาองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์ สรุปผลการแข่งขันกีฬา โดยนักกีฬาผู้แทนกระทรวงสาธารณสุข ได้รับรางวัล ดังนี้

1. เปตอง (ทีมชายคู่) ได้รับรางวัลชนะเลิศ
2. เปตอง (ทีมหญิงคู่) ได้รับรางวัลชนะเลิศ
3. กีฬาพื้นบ้าน ได้รับรางวัลชนะเลิศ

3.1.4 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ กำหนดให้มีการจัดการแข่งขันกีฬาสาธารณสุขสัมพันธ์จังหวัดอุดรดิตถ์ ประจำปี 2566 ในวันเสาร์ ที่ 14 มกราคม 2566 ณ สนามกีฬา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์

3.2 Setting สถานประกอบการ

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก โรงพยาบาลอุดรดิตถ์และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการจัดกิจกรรม “สถานประกอบการรอบรู้สู่บุคคลต้นแบบด้วย 10 Packages” ภายใต้โครงการเสริมสร้างความรอบรู้วัยทำงานสุขภาพดีในสถานประกอบการ เพื่อต่อยอดการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในสถานประกอบการ และพัฒนาตัวแทนพนักงานสู่การเป็นแกนนำส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นผู้ขับเคลื่อนหลักในการส่งเสริมสุขภาพให้เพื่อนร่วมงาน โดย ปี 2566 มีแกนนำส่งเสริมสุขภาพฯ (Health Promoter) บริษัท มงคลสมัย จำกัด อำเภอเมือง จังหวัดอุดรดิตถ์ เข้าร่วมจัดกิจกรรมนโยบาย “สถานประกอบการรอบรู้ สู่บุคคลต้นแบบด้วย 10 Packages” ณ บริษัทมงคลสมัย จำกัด

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ ดำเนินการสุ่มสำรวจเกลือเสริมไอโอดีนในร้านค้า โดยเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานระดับอำเภอ

ส่งเสริมการดำเนินงานวัดส่งเสริมสุขภาพ และพระคิลานุปัศฺฐาก ในพื้นที่จังหวัดอุดรดิตถ์

3.3 Setting ชุมชนและประชาชนทั่วไป

3.3.1 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก ส่งเสริมการระดมการออกกำลังกายในประชาชน ด้วยการสมัคร เข้าร่วมโครงการ ก้าวทำใจ พร้อมกับบรรจุเข้าใน 12 เป้าหมายร่วม ตามนโยบายผู้ว่าราชการจังหวัดอุดรดิตถ์

3.3.2 ดำเนินการเยี่ยมเสริมพลังชุมชนต้นแบบรักการออกกำลังกายจังหวัดอุดรดิตถ์ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดำเนินงานด้านกิจกรรมทางกาย สนับสนุนให้ประชาชนวัยทำงานมีกิจกรรมทางกายที่สอดคล้องกับรูปแบบชีวิตวิถีใหม่ (New Normal) อันเป็นการเตรียมความพร้อมประชาชนวัยทำงาน เพื่อการเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรง อายุยืนยาว โดยมีพื้นที่เป้าหมายเยี่ยมเสริมพลัง ในวันที่ 9 ธันวาคม 2565 จำนวน 4 แห่ง ดังนี้

1. ชมรมรักษสุขภาพ หมู่ 1 บ้านเสี้ยว ต.บ้านเสี้ยว อ.ฟากท่า จ.อุดรดิตถ์
2. ชมรมรักษสุขภาพตำบลจirim ต.จirim อ.ท่าปลา จ.อุดรดิตถ์
3. ชมรมนิรชรา หมู่ 3 ต.ป่าเซ่า อ.เมือง จ.อุดรดิตถ์
4. ชมรมรำไม้พลอง โดยชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหัวดง จ.อุดรดิตถ์

3.3.3 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานีร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 ขับเคลื่อนแกนนำชุมชนรอบรู้สุขภาพ ที่ ตำบลป่าเช่า โดยมีแกนนำเข้าร่วมการอบรมทั้งสิ้น 40 คน เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจ ตลอดจนสร้างความรอบรู้ การเข้าถึงข้อมูล สุขภาพที่จำเป็นในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ของตนเอง ครอบครัว และชุมชน และได้รับการเยี่ยมเสริมพลังจากศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก

4. แนวทางการแก้ไขปัญหา

ปัญหา/สาเหตุปัญหา ปี 2566	แนวทางการแก้ไขปัญหา
<ul style="list-style-type: none"> - ขาดการส่งเสริมการออกกำลังกายในหน่วยงาน - ขาดการส่งเสริมความรอบรู้ในการจัดการสุขภาพ - กลุ่มวัยทำงานมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และสร้างความรอบรู้กลุ่มวัยทำงาน อายุ 18-59 ปี - รมณรงค์สร้างกระแสการออกกำลังกายระดับจังหวัดและระดับอำเภอตามโครงการก้าวท้าใจ Season 5 - ส่งเสริมการออกกำลังกาย "Healthy Organization" - เก็บข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพความรอบรู้และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน โดย Mobile Application H4U
<ul style="list-style-type: none"> - กลุ่มวัยทำงาน ยังมีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ต่ำกว่ามาตรฐาน - ยังขาดกิจกรรมส่งเสริมด้านการออกกำลังกายและโภชนาการอาหาร - คุณภาพของการตรวจคัดกรอง BMI 	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริมและเฝ้าระวังการตรวจคัดกรองดัชนีมวลกายของประชาชนกลุ่มวัยทำงาน อายุ 18 - 59 ปี - ติดตามกำกับ การตรวจคัดกรองชั่งน้ำหนัก/วัดส่วนสูง/วัดรอบเอวประชาชนกลุ่มวัยทำงาน อายุ 18 - 59 ปี ในจังหวัดอุดรธานี
<ul style="list-style-type: none"> - ขาดกิจกรรมที่ชัดเจนในการจัดการสุขภาพของพระคิลานุปฏิธากในพระสงฆ์ - ขาดการส่งเสริมกิจกรรมอาหารสุขภาพสำหรับพระสงฆ์ - ขาดการบูรณาการงานส่งเสริมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมของพระสงฆ์ในวัด 	<ul style="list-style-type: none"> - สนับสนุนการขับเคลื่อนวัดส่งเสริมสุขภาพเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและดูแลสุขภาพพระภิกษุสงฆ์ - พัฒนาระบบการเฝ้าระวังและการจัดบริการและดูแลสุขภาพพระสงฆ์ - พัฒนาศักยภาพพระคิลานุปฏิธาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด) ในการส่งเสริมด้านอาหาร และการออกกำลังกาย - ส่งเสริมและพัฒนาวัดส่งเสริมสุขภาพสู่วัดรอบรู้นาร่อง อำเภอละ 1 แห่ง

5. ข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงพัฒนาเชิงนโยบาย กฎ ระเบียบ หรือแนวทางปฏิบัติ

การส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงาน ประกอบด้วยกลุ่มเป้าหมายที่มีจำนวนมากที่สุด และเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเป็นส่วนใหญ่ ประกอบกับปัจจัยทางสังคมเป็นตัวกำหนด (Social determinant) ดังนั้นการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพวัยทำงาน จึงต้องจัดการลดปัจจัยเสี่ยง และต้องทำในเชิงประชากร (Population Approach) และการสร้างความฉลาดรอบรู้ (Health literacy) ควบคู่กันไปเป็นหลัก ดังนั้นการดำเนินงานจึงมีความจำเป็นต้องบูรณาการงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในทุกระดับ โดยกำหนดแผนงานบูรณาการร่วมกัน และมีแนวทางการดำเนินงานอย่างชัดเจนจากกระทรวงสาธารณสุข เพื่อเป็นพลังในการขับเคลื่อนการดำเนินงานในระดับจังหวัด ไปสู่ระดับอำเภอ และตำบล ต่อไป และที่สำคัญการสร้าง Advocate ต่อผู้บริหารระดับนโยบาย ของจังหวัด จึงเป็น Key Success ที่สำคัญ

ผู้รับผิดชอบงาน

1. ชื่อ-สกุล นายจักรกฤษณ์ พงษ์โนรี
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
เบอร์โทรศัพท์ 0805165945
ID Line jakkrit_pong

หัวหน้ากลุ่มงาน

2. ชื่อ-สกุล นายประการ เข้มแข็ง
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
เบอร์โทรศัพท์ 089-8952638
ID Line p_khemkhaeng