

5. พัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยทำงาน

1. สถานการณ์

ประชากรวัยทำงาน จังหวัดอุตรดิตถ์ คือประชากรที่มีอายุ 19 – 59 ปี ประชากรวัยทำงานมีสัดส่วนประชากรมากที่สุดในทุกกลุ่มอายุ แต่มีแนวโน้มลดลง โดยในปี 2565 – 2567 พบร้อยละ 59.54 ,58.60 และ58.13 ตามลำดับ โดยในปี 2567 จำนวนประชากรวัยทำงานมากที่สุด คือ อำเภอเมือง อำเภอพิชัย และอำเภอลับแล จำนวน 81,453 คน , 41,964 คน และ 31,692 คน ตามลำดับ อำเภอที่มีร้อยละประชากรมากที่สุดได้แก่ อำเภอบ้านโคก อำเภอทองแสนขัน และอำเภอท่าปลา ร้อยละ 60.94 , 59.90 และ 59.67 ตามลำดับ

ประชาชนวัยทำงาน (อายุ 19 – 59 ปี) มีภาวะโรคอ้วน มีค่าดัชนีมวลกายเกินมาตรฐาน (BMI ค่าปกติ : 18.5 – 23) เนื่องจากขาดการออกกำลังกายที่เพียงพอและเหมาะสม เป็นสาเหตุของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เป็นภัยเงียบที่ส่งผลต่อสุขภาพทำให้เกิดการเจ็บป่วย ความพิการ การสูญเสียสุขภาพ คุณภาพชีวิต และตายก่อนวัยอันควร ซึ่งทวีความรุนแรงขึ้นในทุกปี

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนประชากรวัยทำงาน อายุ 19 - 59 ปี จังหวัดอุตรดิตถ์ ปี 2565 – 2567

อำเภอ	ปี 2565			ปี 2566			ปี 2567		
	ประชากร (คน)	ประชากร ทำงาน 19-59 ปี (คน)	ร้อยละ (%)	ประชากร (คน)	ประชากร ทำงาน 19-59 ปี (คน)	ร้อยละ (%)	ประชากร (คน)	ประชากร ทำงาน 19-59 ปี (คน)	ร้อยละ (%)
เมือง	145,961	85,653	58.68	143,646	82,955	57.75	141,701	81,453	57.48
ตรอน	33,661	20,127	59.79	33,290	19,508	58.60	32,952	19,084	57.91
ท่าปลา	43,202	26,242	60.74	42,733	25,674	60.08	42,421	25,206	59.67
น้ำปาด	36,255	21,403	59.03	35,823	20,947	58.47	35,405	20,567	58.09
ฟากท่า	14,150	8,172	57.75	13,955	7,969	57.10	13,760	7,786	56.58
บ้านโคก	14,373	8,897	61.90	14,324	8,807	61.48	13,597	8,286	60.94
พิชัย	75,057	43,997	58.62	74,009	42,706	57.70	73,348	41,964	57.21
ลับแล	54,738	33,328	60.89	54,294	32,329	59.54	53,962	31,692	58.73
ทองแสนขัน	31,348	19,386	61.84	30,875	18,687	60.52	30,525	18,286	59.90
รวม	448,745	267,205	59.54	442,949	259,582	58.60	437,791	254,324	58.13

ที่มา : HDC ณ วันที่ 18 ตุลาคม 2567 (ข้อมูลประชากรตามทะเบียนราษฎร)

2. การดำเนินงาน/ผลการดำเนินงาน

กลยุทธ์ที่ 1 ส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และสร้างความรอบรู้ กลุ่มวัยทำงานอายุ 19 – 59 ปี

1.กิจกรรมการรับสมัครก้าวท้าใจ เป้าหมาย ร้อยละ 12.24 ของประชากร จำนวน 54,615 คน

2.กิจกรรมการเก็บข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน เป้าหมายของเขตสุขภาพที่ 2 ร้อยละ 1 ของประชากรวัยทำงาน จำนวน 1,956 คน แต่เป้าหมายของจังหวัดอุตรดิตถ์ ตั้งเป้าหมายไว้ที่ร้อยละ 5 ของประชากรวัยทำงาน จำนวน 9,779 คน

ผลการดำเนินงานกิจกรรม

- กิจกรรมก้าวท้าใจมีผู้สมัครจำนวน 78,245 คน คิดเป็นร้อยละ 138.88 ของเป้าหมายปี 2567 คิดเป็นร้อยละผู้สมัครสะสมเป็น อันดับที่ 1 ของเขตสุขภาพที่ 2

- กิจกรรมการเก็บข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน สามารถดำเนินการสำรวจในกลุ่มประชาชนวัยทำงาน ได้จำนวน 10,040 คน คิดเป็นร้อยละ 513.33 ของเป้าหมายระดับเขตสุขภาพ

ในปี 2567 จังหวัดอุดรดิตถ์ได้ดำเนินงาน Healthy City MODELS 9 ชุมชน 9 อำเภอ ซึ่งมีกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพ ทุกกลุ่มวัย โดยในกลุ่มวัยทำงาน มีกิจกรรมเรื่องของการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย การจัดสถานที่ ที่เหมาะสมกับการออกกำลังกายในชุมชนต้นแบบ การค้นหาเมนูสุขภาพ การส่งเสริมการจัดกิจกรรมทางกายในชุมชน

การจัดตั้งชมรมออกกำลังกาย 1 ชุมชน 1 ชมรมออกกำลังกาย ตามนโยบายของผู้บริหารระดับอำเภอ โดยอำเภอเมืองอุดรดิตถ์ ได้ดำเนินการผลักดันการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เข้าสู่คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตในระดับตำบล (พชต.) โดยให้ทุกตำบล มีการจัดตั้ง และดำเนินการกิจกรรมทางกายอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อให้ประชาชนเล็งเห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพ และมีการแข่งขันประกวดผู้นำกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกาย โดยได้รับการสนับสนุนจาก องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในทุกตำบล

กลยุทธ์ที่ 2 ส่งเสริมและเฝ้าระวังการตรวจคัดกรองดัชนีมวลกายของประชาชนกลุ่มวัยทำงาน

- 1.การเฝ้าระวังค่าดัชนีมวลกายประชาชนกลุ่มวัยทำงาน
- 2.กิจกรรมการตรวจสุขภาพ ประจำปีของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในจังหวัดอุดรดิตถ์
- 3.กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายในหน่วยงาน "Healthy Organization" “แค่ขยับเท่ากับออกกำลังกาย”
- 4.การประสานให้ความร่วมมือด้านการดูแลสุขภาพ บุคลากรสำนักงานศาล จังหวัดอุดรดิตถ์

ผลการดำเนินงานตามกิจกรรม

- ปี 2567 มีประชากรวัยทำงานจำนวน 170,164 คน ได้รับการคัดกรอง ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงจำนวน 116,727 คน คิดเป็น 68.60 มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 47.77 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์เป้าหมาย แต่มีประชากรมีค่าดัชนีมวลกายปกติ สูงที่สุด ในเขตสุขภาพที่ 2

- การติดตามการตรวจสุขภาพเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ มีเจ้าหน้าที่ จำนวน 4,087 คน เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี 4,055 คน คิดเป็น ร้อยละ 99.22 ซึ่งผ่านค่าเป้าหมายที่ร้อยละ 90

- ค่าดัชนีมวลกายของบุคลากรสาธารณสุข จังหวัดอุดรดิตถ์ ได้ผลดังนี้ ประชากรกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 541 คน มีดัชนีมวลกายปกติ จำนวน 246 คน คิดเป็นร้อยละ 45.47 และมี บุคลากรที่มี น้ำหนักเกิน จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 47.32

ภาพที่ 1 ตารางแสดงค่าดัชนีมวลกาย บุคลากรสาธารณสุข จังหวัดอุตรดิตถ์ ปี 2567

คปสอ.	ดัชนีมวลกาย (BMI)					รวม
	ผอม <18.5	สมส่วน 18.5-23	ท้วม 23-25	อ้วนอันตราย 1 25-30	อ้วนอันตราย 2 30>	
คปสอ.ตรอน	4	40	16	17	11	88
คปสอ.ทองแสนขัน	3	9	5	3	5	25
คปสอ.ท่าปลา	4	52	21	29	15	121
คปสอ.น้ำปาด	7	42	12	18	10	89
คปสอ.บ้านโคก	0	1	1	1	0	3
คปสอ.พิชัย	5	18	4	12	4	43
คปสอ.ฟากท่า	2	5	3	0	1	11
คปสอ.เมือง	4	34	6	15	5	64
คปสอ.ลับแล	0	24	8	8	6	46
สสจ.อุตรดิตถ์	10	21	4	6	10	51
รวม	39	246	80	109	67	541
ร้อยละ	7.21	45.47	14.79	20.15	12.38	100.00

เป้าหมาย ปี2568 บุคลากรสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ มีดัชนีมวลกายในระดับสมส่วน ร้อยละ 60
เป้าหมาย ปี 2567 ประชาชนอายุ 19-59 ปี มีดัชนีมวลกายในระดับสมส่วน ร้อยละ 53

- การทดสอบความรู้ด้านการออกกำลังกาย ของบุคลากรสาธารณสุข จังหวัดอุตรดิตถ์ พบว่า บุคลากรส่วนใหญ่ มีความรู้ในระดับดีมาก จำนวน 444 คน จากกลุ่มตัวอย่าง 565 คน คิดเป็นร้อยละ 78.58 แต่ยังไม่ผ่านค่าเป้าหมาย ร้อยละ 80 ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์

ภาพที่ 2 ตารางแสดงความรู้ด้านพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกาย ของบุคลากรสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ ปี 2567

สังกัด คป.สอ.	ระดับคะแนน			รวม
	ต่ำกว่า 5 คะแนน	5 - 9 คะแนน	10 คะแนนขึ้นไป	
คปสอ.ตรอน	1	24	67	92
คปสอ.ทองแสนขัน	1	8	17	26
คปสอ.ท่าปลา	0	39	85	124
คปสอ.น้ำปาด	1	19	72	92
คปสอ.บ้านโคก	0	0	3	3
คปสอ.พิชัย	0	7	37	44
คปสอ.ฟากท่า	0	1	10	11
คปสอ.เมือง	0	7	63	70
คปสอ.ลับแล	0	9	40	49
สสจ.อุตรดิตถ์	0	4	50	54
รวม	3	118	444	565
ร้อยละ	0.53	20.88	78.58	100.00

- กิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกายในหน่วยงาน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ ดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายทุกวันพุธ เวลา 16.00 – 16.30 น. โดยผู้นำการออกกำลังกายจากกลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ การออกกำลังกายได้แก่ การเดินบาสโล๊ป การเดินไลน์แดนซ์ การเดินแอโรบิก

- กิจกรรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

- สนับสนุนนักกีฬา จากบุคลากรสังกัดสาธารณสุข จังหวัดอุดรดิตถ์ เข้าร่วมกิจกรรม “วันกีฬาแห่งชาติ จังหวัดอุดรดิตถ์” วันที่ 12 – 14 ธันวาคม 2566 โดยมีการแข่งขัน 4 ชนิดกีฬา 1. กีฬาฟุตบอล 2. กีฬาเปตอง 3. กีฬาวอลเลย์บอล 4. กีฬาพื้นบ้าน

- กิจกรรม“สาธารณสุขสัมพันธ์ จังหวัดอุดรดิตถ์” ขึ้นในวันเสาร์ที่ 27 มกราคม 2567 มีบุคลากรสาธารณสุขจากทุกอำเภอเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 400 คน โดยแบ่งทีมแข่งขัน จำนวน 4 ทีมได้แก่ สีเขียว(อ.บ้านโคก,อ.ฟากท่า,อ.น้ำปาด,อ.ท่าปลา) สีส้ม(อ.พิชัย,อ.ตรอน,อ.ทองแสนขัน) สีฟ้า(โรงพยาบาลอุดรดิตถ์) และสีชมพู(อำเภอลับแล ,อำเภอเมือง ,สสจ.อุดรดิตถ์ และวพ.อุดรดิตถ์) มีการแข่งขัน ดังนี้ กีฬาอล์ฟ ,กิจกรรมเดินเพื่อสุขภาพ (800 เมตร) กิจกรรมแข่งขันวิ่ง (4 กิโลเมตร) ,ฟุตบอล , วอลเลย์บอล , เปตอง และกิจกรรมสร้างความสามัคคี กีฬาพื้นบ้าน

- การประชาสัมพันธ์ ความรู้และการปฏิบัติตัว ในการดูแลสุขภาพกาย การออกกำลังกายให้กับเจ้าหน้าที่ภายในสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขภายในจังหวัดอุดรดิตถ์

กลยุทธ์ที่ 3 ส่งเสริมและพัฒนาระบบเฝ้าระวังป้องกันภาวะโภชนาการ

1.การประชุมขับเคลื่อนการส่งเสริมการใช้ไอโอดีนในชุมชน ตามโครงการพระราชดำริ เพื่อควบคุมและป้องกันการขาดสารไอโอดีน ในพื้นที่

2.เฝ้าระวังคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีนด้วย i-kit ในชุมชน เป้าหมาย

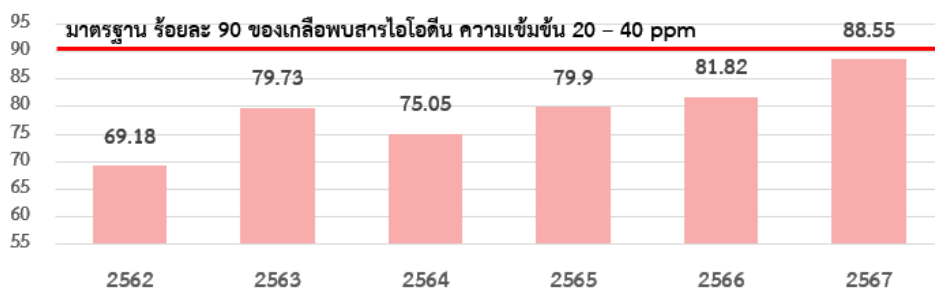
ผลการดำเนินงานตามกิจกรรม

- การประชุมขับเคลื่อนการส่งเสริมการใช้ไอโอดีนในชุมชน ตามโครงการพระราชดำริ เพื่อควบคุมและป้องกันการขาดสารไอโอดีน ในพื้นที่ ให้กับเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานระดับอำเภอและโรงพยาบาลทุกอำเภอ องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในพื้นที่ต้นแบบ ในวันที่ 3 พฤษภาคม 2567 ณ ห้องประชุมเพชรพิชัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ เพื่อชี้แจงแนวทางการดำเนินงานชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน ถ่ายทอดองค์ความรู้ แนวทางการดำเนินงานหมู่บ้านไอโอดีน และการเข้าถึงฐานข้อมูลหมู่บ้านไอโอดีนของกรมอนามัย

- ดำเนินการติดตาม เฝ้าระวังเกลือเสริมไอโอดีนให้ได้มาตรฐาน ด้วยการใช้ I-kit เพื่อตรวจหา สารไอโอดีนในเกลือปรุงอาหาร ในปี 2567 ดำเนินการสุ่มตัวอย่าง 3,895 ตัวอย่าง พบว่าเกลือเสริมไอโอดีนมีคุณภาพตามมาตรฐาน ร้อยละ 88.55 ซึ่งต่ำกว่ามาตรฐาน ร้อยละ 90 แต่จากผลการสำรวจ จากข้อมูลตั้งแต่ปี 2562 – 2567 พบว่า จังหวัดอุดรดิตถ์มีแนวโน้มที่ดีขึ้น ตามตารางแสดงผลการสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน (ภาพที่ 4)

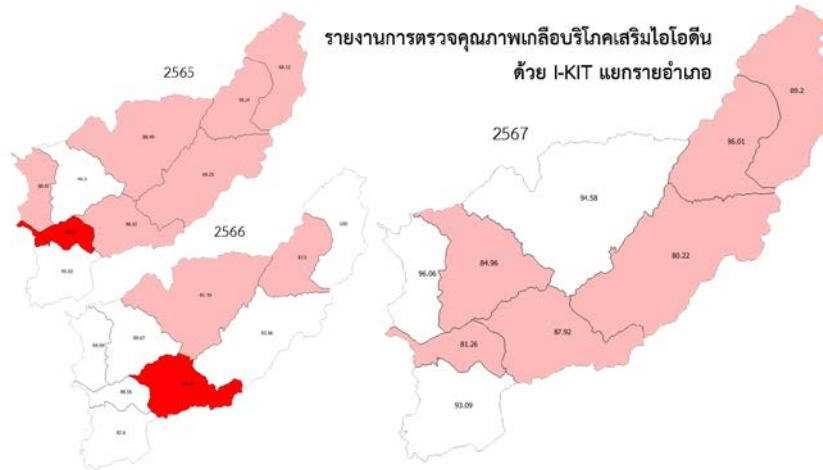
ภาพที่ 3 แสดงผลการสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน เปรียบเทียบ ปี 2562 – 2567

ร้อยละผลการสุ่มสำรวจเกลือผ่านเกณฑ์ (20-40 ppm)



ที่มา : ข้อมูลการสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน ปี 2567

ภาพที่ 4 แสดงรายงานผลการสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีนแยกรายพื้นที่ เปรียบเทียบ ปี 2565 – 2567



ที่มา : ข้อมูลการสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน ปี 2567

- จากรายงานสุ่มสำรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน แยกรายพื้นที่ เปรียบเทียบปี 2565 – 2567 (ภาพที่ 4) พบว่า มีพื้นที่ ที่คุณภาพเกลือไม่ผ่านค่าเป้าหมาย ช้ำซ้อน 2 อำเภอ ได้อำเภอ ทองแสนซ้น และอำเภอปากท่า ในการดำเนินงานควบคุมป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนปีที่ผ่านมา สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ ได้รับรางวัล จังหวัดดีเด่นประสานพลังขับเคลื่อนชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน ในระดับเขตสุขภาพ จากการดำเนินงาน ชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน ได้ครอบคลุม ชุมชนหมู่บ้านร้อยละ 48.34



กลยุทธ์ที่ 4 สนับสนุนการขับเคลื่อนวัดส่งเสริมสุขภาพเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและดูแลสุขภาพพระภิกษุสงฆ์

- 1.การจัดประชุมคณะกรรมการ พัฒนาสุขภาพพระสงฆ์และชุมชน เพื่อพัฒนาคุณภาพสุขภาพพระสงฆ์และประชาชน ในพื้นที่จังหวัดอุตรดิตถ์แบบบูรณาการ
- 2.การพัฒนาศักยภาพพระสงฆ์ เป็นพระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด หรือพระคิลานุปัฏฐาก
- 3.การพัฒนาวัดส่งเสริมสุขภาพ ตามหลักมาตรฐานวัดส่งเสริมสุขภาพ ร่วมกับการพัฒนาวัดประชารัฐ ของสำนักงานพระพุทธศาสนา

ผลการดำเนินงานตามกิจกรรม

- ดำเนินการจัดประชุมคณะกรรมการ พัฒนาสุขภาพพระสงฆ์และชุมชน เพื่อพัฒนาคุณภาพสุขภาพพระสงฆ์และประชาชนแบบบูรณาการ เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม 2566 โดยได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานออกสังกัด เช่นองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุตรดิตถ์ สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดอุตรดิตถ์ และกลุ่มงานภายใน

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ ได้แก่ กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อฯ โดยบูรณาการกับ กิจกรรมชุมชนลดเค็ม กลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภค บูรณาการกับงานสร้างความฉลาดรู้ในเยาวชนและบวร.ร กลุ่มงานอนามัยสิ่งแวดล้อม บูรณาการกับงานเมืองสะอาดการพัฒนาชุมชนสะอาดลดโรค

โดยในปี 2567 สามารถดำเนินการได้เพียงแค่ วางแผนร่วมกันและร่วมงานกันเพียงบางส่วนเท่านั้น จึงทำให้การดำเนินงานแบบบูรณาการแบบสมบูรณ์ ยังไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร แต่ด้วยจุดเริ่มต้นของการประสานงานกันของหน่วยงานทั้งจากทางหน่วยงานทางกระทรวงสาธารณสุข และหน่วยงานนอกกระทรวงสาธารณสุข ถือเป็นนิมิตหมายที่ดี ในการที่จะร่วมกันสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชนในด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันและควบคุมโรค

- การดำเนินงานพัฒนาศักยภาพพระสงฆ์ เป็นพระคิลานุปัฏฐาก หรือพระอาสาสมัครประจำวัด ในปี 2567 จังหวัดอุตรดิตถ์ได้รับการประสานจากศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก เรื่องการจัดอบรมพระคิลานุปัฏฐาก โดยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบูรณ์ ในวันที่ 16 – 21 มิถุนายน 2567 ณ วัดพระธาตุผาซ่อนแก้ว อำเภอเขาค้อ จังหวัดเพชรบูรณ์ จึงประสานขอความอนุเคราะห์จาก คณะสงฆ์จังหวัดอุตรดิตถ์ ขอสนับสนุนพระภิกษุสงฆ์ที่มีความพร้อมและจิตอาสา เข้ารับการฝึกอบรม โดยได้รับความเมตตาจาก พระครูสุภัทรสันติคุณ (วิรัตน์) เจ้าคณะตำบลท่าเสา เจ้าอาวาสวัดดอยท่าเสา เลขานุการเจ้าคณะจังหวัดอุตรดิตถ์ ด้านการส่งเสริมสุขภาพ สนับสนุนพระภิกษุสงฆ์ ที่มีความพร้อม และจิตอาสา เข้ารับการฝึกอบรมพระคิลานุปัฏฐาก จำนวน 14 รูป

- การพัฒนาวัดส่งเสริมสุขภาพ ตามหลักมาตรฐานวัดส่งเสริมสุขภาพ ร่วมกับการพัฒนาวัดประชา รัฐ ของสำนักงานพระพุทธศาสนา เพื่อการสร้างการพัฒนาอย่างยั่งยืน ในหลายมิติ ทำให้วัดเป็นสถานที่ น่าอยู่ และพร้อมรองรับ และเป็นแบบอย่างให้กับประชาชนในการดูแลสุขภาพในชุมชน

ตารางที่ 2 แสดงข้อมูลประชากรวัยทำงานอายุ 19 - 59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ปี 2567

ตัวชี้วัดและเกณฑ์เป้าหมาย	ผลการประเมิน	1.เมษายน	2.พฤษภาคม	3.มิถุนายน	4.กรกฎาคม	5.สิงหาคม	6.กันยายน	7.ตุลาคม	8.พฤศจิกายน	9.ธันวาคม	ปี 2567 (12เดือน)	ปี 2566	ปี 2565	ปี 2564
ประชากรวัยทำงาน อายุ 19-59 ปี	จำนวน ปชก. 19-59 ปี	63,755	10,746	13,508	13,434	4,311	5,253	25,088	22,418	11,703	170,216	175,977	199,958	287,646
มีดัชนีมวลกายปกติ (เป้าหมาย ร้อยละ 53)	ได้รับชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง	43,031	7,528	9,151	9,753	2,741	3,234	17,168	14,891	9,117	116,614	112,453	146,840	149,024
	ร้อยละ	67.49	70.05	67.75	72.60	63.58	61.56	68.43	66.42	77.90	68.51	63.90	73.44	51.81
	มีดัชนีมวลกายปกติ	23,979	2,999	4,015	4,318	1,106	1,351	5,845	7,713	4,363	55,689	51,625	69,023	71,246
	ร้อยละ	55.72	39.84	43.87	44.27	40.35	41.77	34.05	51.80	47.86	47.75	45.91	47.01	47.81

ที่มา : HDC ณ วันที่ 18 ตุลาคม 2567

เขตสุขภาพที่ 2 มีประชากรวัยทำงานอายุ 19 – 59 ปี จำนวน 1,281,007 คน ได้รับการคัดกรอง จำนวน 729,104 คน คิดเป็นร้อยละ 56.92 โดยมีรายละเอียดดังนี้ สุโขทัยร้อยละ 71.15 ,อุตรดิตถ์ ร้อยละ 68.51 ,จังหวัดตาก ร้อยละ 57.11 ,จังหวัดพิษณุโลก ร้อยละ 50.47 และจังหวัดเพชรบูรณ์ ร้อยละ 49.27 ตามลำดับ

มีผลค่าดัชนีมวลกายปกติ (BMI 18.5 – 23) ระดับเขตสุขภาพที่ 2 อยู่ที่ร้อยละ 40.98 ซึ่งยังต่ำกว่าค่าเป้าหมาย ที่ร้อยละ 53 มีรายละเอียดดังนี้ จังหวัดอุตรดิตถ์ ร้อยละ 47.75 ,จังหวัดพิษณุโลก ร้อยละ 43.12 ,จังหวัดตาก ร้อยละ 40.97 ,จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 38.02 และจังหวัดเพชรบูรณ์ ร้อยละ 36.77 ตามลำดับ

จังหวัดอุตรดิตถ์ มีประชากรวัยทำงานอายุ 19 – 59 ปีจำนวน 175,977 คน ได้รับการคัดกรองค่าดัชนีมวลกาย จำนวน 116,614 คน คิดเป็น 68.51 ซึ่งดำเนินการได้มากกว่าปี 2566 มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 47.75 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์เป้าหมาย

รายละเอียดความครอบคลุมการคัดกรองค่าดัชนีมวลกายระดับอำเภอ มีดังนี้ อำเภอทองแสนขัน ร้อยละ 77.90 ,อำเภอน้ำปาด ร้อยละ 72.60 ,อำเภอตรอน ร้อยละ 70.05 ,อำเภอพิชัย ร้อยละ 68.43 ,อำเภอท่าปลา ร้อยละ 67.75 ,อำเภอเมือง ร้อยละ 67.49 ,อำเภอลับแล ร้อยละ 66.42 ,อำเภอปากท่า ร้อยละ 63.58 และอำเภอบ้านโคก ร้อยละ 61.56 ตามลำดับ โดยทุกอำเภอมีผลความครอบคลุมการคัดกรองประชาชนวัยทำงานอายุ 19 – 59 ปี สูงกว่าค่าเฉลี่ยรายจังหวัดของเขตสุขภาพที่ 2

รายละเอียดการคัดกรองค่าดัชนีมวลกายปกติ แยกรายอำเภอ ดังนี้ อำเภอเมือง ร้อยละ 55.72 , อำเภอลับแล ร้อยละ 51.80 ,อำเภอทองแสนขัน ร้อยละ 48.86 ,อำเภอน้ำปาด ร้อยละ 44.27 ,อำเภอท่าปลา ร้อยละ 43.87 ,อำเภอบ้านโคก ร้อยละ 41.77 ,อำเภอปากท่า ร้อยละ 40.35 ,อำเภอตรอน ร้อยละ 39.84 และอำเภอพิชัย ร้อยละ 34.05 ตามลำดับ โดยที่ อำเภอเมืองอุตรดิตถ์ มี ค่าดัชนีมวลกายระดับปกติ ผ่านค่าเป้าหมาย

ตารางที่ 3 แสดงข้อมูลประชากรในจังหวัดอุตรดิตถ์ที่มีการลงทะเบียนโครงการก้าวทำใจ Season 6

ตัวชี้วัดและเกณฑ์เป้าหมาย	ผลการประเมิน	1.เมือง	2.ตรอน	3.ท่าปลา	4.น้ำปาด	5.ปากท่า	6.บ้านโคก	7.พิชัย	8.ลับแล	9.ทองแสนขัน	ปี 2567	ปี 2566	ปี 2565	ปี 2564
การลงทะเบียนโครงการก้าวทำใจ Season 6 ร้อยละ 12.24 ของประชากรทั้งหมด	เป้าหมาย	17,866	4,120	5,288	4,438	1,732	1,759	9,187	6,700	3,837	54,926	47,460	33,900	50,850
	จำนวนประชากรลงทะเบียน	20,528	7,141	8,991	6,638	3,454	2,947	11,621	11,068	5,857	78,245	77,659	46,883	9,478
	ร้อยละ	114.90	173.32	170.03	149.58	199.43	167.51	126.49	165.20	152.65	142.45	163.63	138.30	18.64

ที่มา : เว็บไซต์ ก้าวทำใจ Season 5 ณ วันที่ 6 สิงหาคม 2567

เป้าหมายการสมัครก้าวทำใจ ปี 2566 กำหนดที่ร้อยละ 12.24 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งร้อยละการสมัครก้าวทำใจ เขตสุขภาพที่ 2 ได้แก่ อุตรดิตถ์ ร้อยละ 142.45 จังหวัดตาก ร้อยละ 95.98 จังหวัดพิษณุโลก ร้อยละ 85.74 จังหวัดสุโขทัย ร้อยละ 84.03 และจังหวัดเพชรบูรณ์ ร้อยละ 60.18 ตามลำดับ

กิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกาย จังหวัดอุตรดิตถ์ อำเภอเมืองอุตรดิตถ์ และอำเภอลับแล มีการดำเนินการจัดตั้ง ชมรมออกกำลังกาย ทุกหมู่บ้าน และอำเภอเมืองจังหวัดอุตรดิตถ์ ได้ดำเนินการ ประกวดชมรมออกกำลังกาย เมื่อวันที่ 30 มิถุนายน 2567 ณ สนามกีฬาองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุตรดิตถ์ (สนามกีฬาหมอนไม้)

ตารางที่ 4 แสดงข้อมูลประชากรวัยทำงานอายุ 19 - 59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ปี 2567 (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 2567 (12 เดือน)
ชื่อตัวชี้วัด ประชากร วัยทำงานอายุ 19-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ (เป้าหมายมากกว่า 53)											
รพ.สต. ในสังกัด กสธ. (49 แห่ง)	จำนวน ปชก. 19-59 ปี	41,555	2,423	4,770	12,167	2,068	1,742	14,060	20,600	9,761	109,146
	ได้รับชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง	31,586	1,556	3,164	8,860	1,262	926	9,611	14,235	7,758	78,958
	ร้อยละ	76.01	64.22	66.33	72.82	61.03	53.16	68.36	69.10	79.48	72.34
	มีดัชนีมวลกายปกติ	19,089	470	1,523	3,954	507	345	3,131	7,401	3,854	40,274
	ร้อยละ	60.44	30.21	48.14	44.63	40.17	37.26	32.58	51.99	49.68	51.01
รพ.สต. ในสังกัด อบจ. (40 แห่ง)	จำนวน ปชก. 19-59 ปี	22,200	8,323	8,738	1,267	2,243	3,511	11,028	1,818	1,942	61,070
	ได้รับชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง	11,445	5,972	5,987	893	1,479	2,308	7,557	656	1,359	37,656
	ร้อยละ	51.55	71.75	68.52	70.48	65.94	65.74	68.53	36.08	69.98	61.66
	มีดัชนีมวลกายปกติ	4,890	2,529	2,492	364	599	1,006	2,714	312	509	15,415
	ร้อยละ	42.73	42.35	41.62	40.76	40.50	43.59	35.91	47.56	37.45	40.94

3. การวิเคราะห์ปัญหาและปัจจัยที่ทำให้การดำเนินงานประสบผลสำเร็จ

กลุ่มเป้าหมายในวัยทำงานเป็นกลุ่มประชากรที่มีจำนวนค่อนข้างมาก โดยมีสภาพและลักษณะการทำงานที่แตกต่างกันไป ทั้งในชุมชน หน่วยงานราชการ/เอกชน และสถานประกอบการต่าง ๆ ซึ่งมีความยากต่อการการจัดกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการลดปัจจัยเสี่ยงในกลุ่มวัยทำงาน

ทั้งนี้สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ ได้จัดทำแผนงานส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงาน แบบบูรณาการขึ้น โดยกำหนดเป้าหมายเป็น Setting ดังนี้

3.1 Setting ส่วนราชการ

- กำหนดให้หน่วยงานสาธารณสุข ดำเนินการตามนโยบาย “แคชยับ เท่ากับออกกำลังกาย” โดยในปี 2567 กำหนดให้ทุกอำเภอในจังหวัดอุดรดิตถ์ ดำเนินตามโครงการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพบุคลากร เพื่อป้องกันโรคเรื้อรัง และเพื่อเป็นการสร้างกระแสการออกกำลังกาย

- จัดกิจกรรมรณรงค์ออกกำลังกายสำหรับบุคลากรที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมในทุกวันพุธ ได้แก่ การเดินบาสโล๊ป ให้กับเจ้าหน้าที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์

- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์พร้อมด้วยหน่วยงานสาธารณสุขในสังกัด ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาในวันกีฬาแห่งชาติ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2567 ในระหว่างวันที่ 12 - 14 ธันวาคม 2566 ณ สนามกีฬาองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์(หมอนไม้)

- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ กำหนดให้มีการจัดการแข่งขันกีฬาสาธารณสุขสัมพันธ์ จังหวัดอุตรดิตถ์ ประจำปี 2566 ในวันเสาร์ ที่ 27 มกราคม 2567 ณ สนามกีฬาองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุตรดิตถ์ (หมอนไม้)

3.2 Setting สถานประกอบการ

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก โรงพยาบาลอุตรดิตถ์และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการจัดกิจกรรม “สถานประกอบการรอบรู้สู่บุคคลต้นแบบด้วย 10 Packages” ภายใต้โครงการเสริมสร้างความรอบรู้วัยทำงานสุขภาพดีในสถานประกอบการ เพื่อต่อยอดการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในสถานประกอบการ และพัฒนาตัวแทนพนักงานสู่การเป็นแกนนำส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นผู้ขับเคลื่อนหลักในการส่งเสริมสุขภาพให้เพื่อนร่วมงาน โดย ปี 2567 มีแกนนำส่งเสริมสุขภาพฯ (Health Promoter) บริษัท มงคลสมัย จำกัด อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์ เข้าร่วมจัดกิจกรรมโมบาย “สถานประกอบการรอบรู้ สู่บุคคลต้นแบบด้วย 10 Packages” ณ บริษัทมงคลสมัย จำกัด

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ ดำเนินการสุ่มสำรวจเกลือเสริมไอโอดีนในร้านค้า โดยเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานระดับอำเภอ

ส่งเสริมการดำเนินงานวัดส่งเสริมสุขภาพ และพระคิลานุปัฏฐาก ในพื้นที่จังหวัดอุตรดิตถ์

3.3 Setting ชุมชนและประชาชนทั่วไป

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ร่วมกับศูนย์อนามัยที่ 2 ขับเคลื่อนแกนนำชุมชนรอบรู้สุขภาพ ที่ตำบลชัยจุมพล อำเภอลับแล โดยมีแกนนำเข้าร่วมการอบรมทั้งสิ้น 40 คน เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจ ตลอดจนสร้างความรอบรู้ การเข้าถึงข้อมูล สุขภาพที่จำเป็นในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ของตนเอง ครอบครัว และชุมชน และได้รับการคัดเลือกเป็นชุมชนต้นแบบด้านการขับเคลื่อนแกนนำชุมชนรอบรู้สุขภาพในระดับเขตสุขภาพที่ 2

4. แนวทางการแก้ไขปัญหา

ปัญหา/สาเหตุปัญหา ปี 2567	แนวทางการแก้ไขปัญหา
<ul style="list-style-type: none"> - ขาดการส่งเสริมการออกกำลังกายในหน่วยงาน - ขาดการส่งเสริมความรู้ในการจัดการสุขภาพ - กลุ่มวัยทำงานมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> ส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และสร้างความรู้กลุ่มวัยทำงาน อายุ 19-59 ปี - รณรงค์สร้างกระแสการออกกำลังกายระดับจังหวัดและระดับอำเภอตามโครงการก้าวทำใจ Season 6 - ส่งเสริมการออกกำลังกาย "Healthy Organization" - เก็บข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพความรู้และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน 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 การตรวจคัดกรองซังน้ำหนัก/วัดส่วนสูง/วัดรอบเอวประชาชนกลุ่มวัยทำงาน อายุ 18 - 59 ปี ในจังหวัดอุตรดิตถ์
<ul style="list-style-type: none"> - ขาดกิจกรรมที่ชัดเจนในการจัดการสุขภาพของพระคิลานุปัฏฐากในพระสงฆ์ 	<ul style="list-style-type: none"> สนับสนุนการขับเคลื่อนวัดส่งเสริมสุขภาพเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและดูแลสุขภาพพระภิกษุสงฆ์

ปัญหา/สาเหตุปัญหา ปี 2567	แนวทางการแก้ไขปัญหา
<ul style="list-style-type: none"> - ขาดการส่งเสริมกิจกรรมอาหารสุขภาพสำหรับพระสงฆ์ - ขาดการบูรณาการงานส่งเสริมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมของพระสงฆ์ในวัด 	<ul style="list-style-type: none"> - พัฒนาระบบการเฝ้าระวังและการจัดบริการและดูแลสุขภาพพระสงฆ์ - พัฒนาศักยภาพพระคิลาณูปัฎฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด) - ส่งเสริมการพัฒนาวัดส่งเสริมสุขภาพ และการบูรณาการกับงานที่เกี่ยวข้อง

5. ข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงพัฒนาเชิงนโยบาย กฎ ระเบียบ หรือแนวทางปฏิบัติ

การส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงาน ประกอบด้วยกลุ่มเป้าหมายที่มีจำนวนมากที่สุด และเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเป็นส่วนใหญ่ ประกอบกับปัจจัยทางสังคมเป็นตัวกำหนด (Social determinant) ดังนั้นการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพวัยทำงาน จึงต้องจัดการลดปัจจัยเสี่ยง และต้องทำในเชิงประชากร (Population Approach) และการสร้างความฉลาดรอบรู้ (Health literacy) ควบคู่กันไปเป็นหลัก

ดังนั้นการดำเนินงานจึงมีความจำเป็นต้องบูรณาการงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในทุกๆระดับ โดยกำหนดแผนงานบูรณาการร่วมกัน และมีแนวทางการดำเนินงานอย่างชัดเจนจากกระทรวงสาธารณสุข เพื่อเป็นพลังในการขับเคลื่อนการดำเนินงานในระดับจังหวัด ไปสู่ระดับอำเภอ และตำบล ต่อไป และที่สำคัญการสร้าง Advocate ต่อผู้บริหารระดับนโยบายของจังหวัด จึงเป็น Key Success ที่สำคัญ

ผู้รับผิดชอบงาน

1. ชื่อ-สกุล นายจักรกฤษณ์ พงษ์โนรี
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
เบอร์โทรศัพท์ 08 0516 5945
ID Line jakkrit_pong

หัวหน้ากลุ่มงาน

2. ชื่อ-สกุล นายสมถวิล แพรขาว
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
หัวหน้ากลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ
เบอร์โทรศัพท์ 08 1962 2286