การดำเนินงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดการบริโภคเค็ม จังหวัดลำปาง

โดย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

VILLAGE HEALTH VOLUNTEER

ยุทธศาสตร์สาธารณสุขจังหวัดลำปาง ปีงบประมาณ 2565-2569

VISION	เป็นองค์กรด้านสุขภาพที่รวมพลังสังคม เพื่อประชาชนสุขภาพดี
GOAL	ประชาชนสุขภาพดี เจ้าหน้าที่มีความสุข ระบบสุขภาพยั่งยืน
MISSION	1. ส่งเสริม สนับสนุนประชาชนและภาคีเครือข่ายด้านสุขภาพให้มีส่วนร่วมในการจัดการสุขภาพของตนเองครอบครัว และชุมชน เพื่อสร้างสุขภาวะอย่างยั่งยืน 2. พัฒนาคุณภาพบริการและเครือข่ายบริการด้านสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนได้รับบริการที่มีคุณภาพและได้มาตรฐาน 3. พัฒนาระบบบริหารจัดการสุขภาพให้เป็นไปตามหลักธรรมาภิบาล
STRATEGIC	• Digital Healthcare • Collaborative Administration • Healthy Public Policy • Financial Management Reform • HR Management Reform
TACTIC	One Province One Hospital

แผนยุทธศาสตร์จังหวัดลำปาง 5 ปี (ปีงบประมาณ 2565 – 2569)

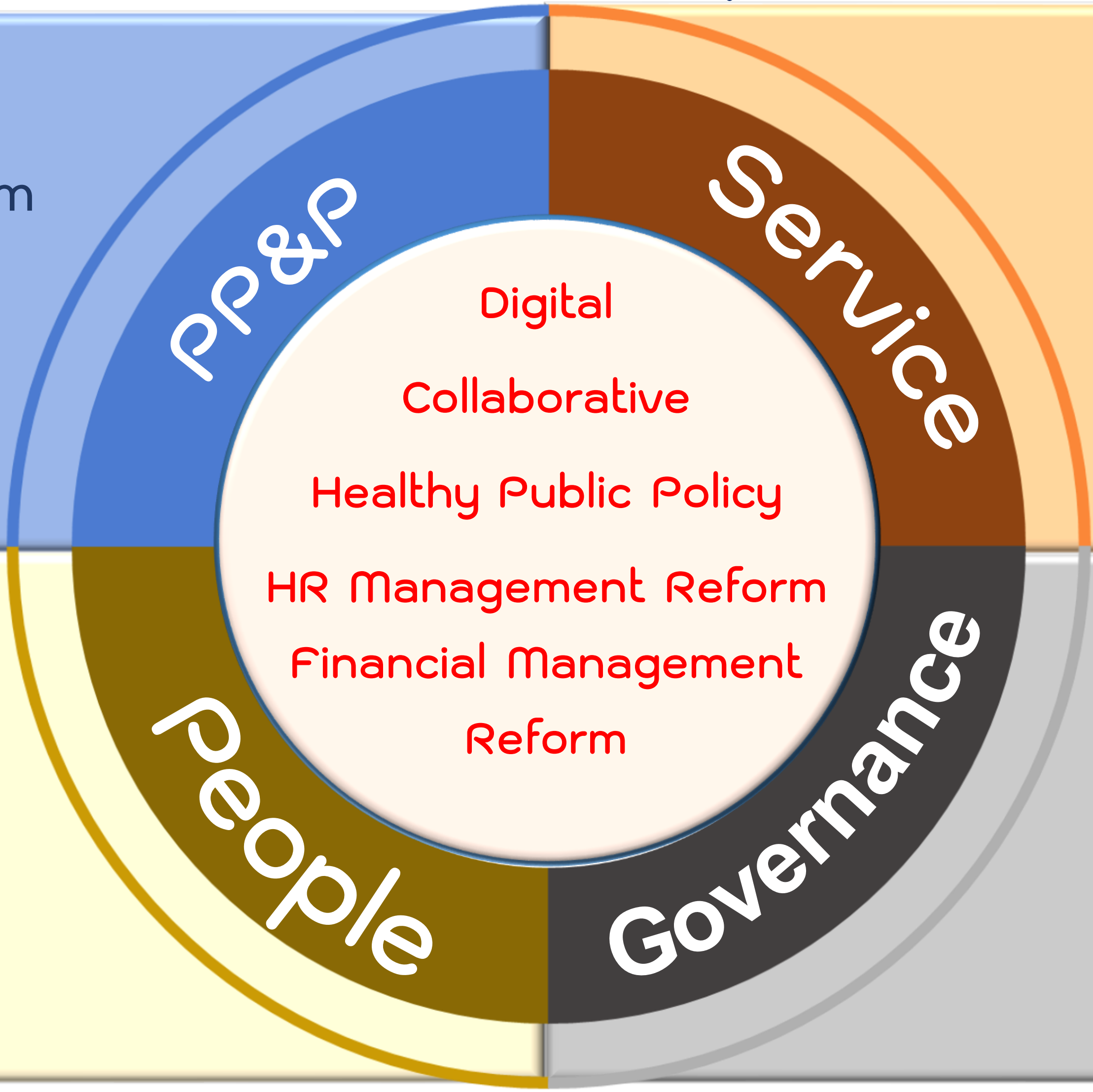
Healthy Lampang

PP&P Excellence

- Primary health care system
- NCD + IT
- PHB

Service Excellence

1) การพัฒนาศักยภาพสถานบริการ
2) Service plan 8 burden และ Project สำคัญ ได้แก่ TB, CA colon, Smart ER



People Excellence

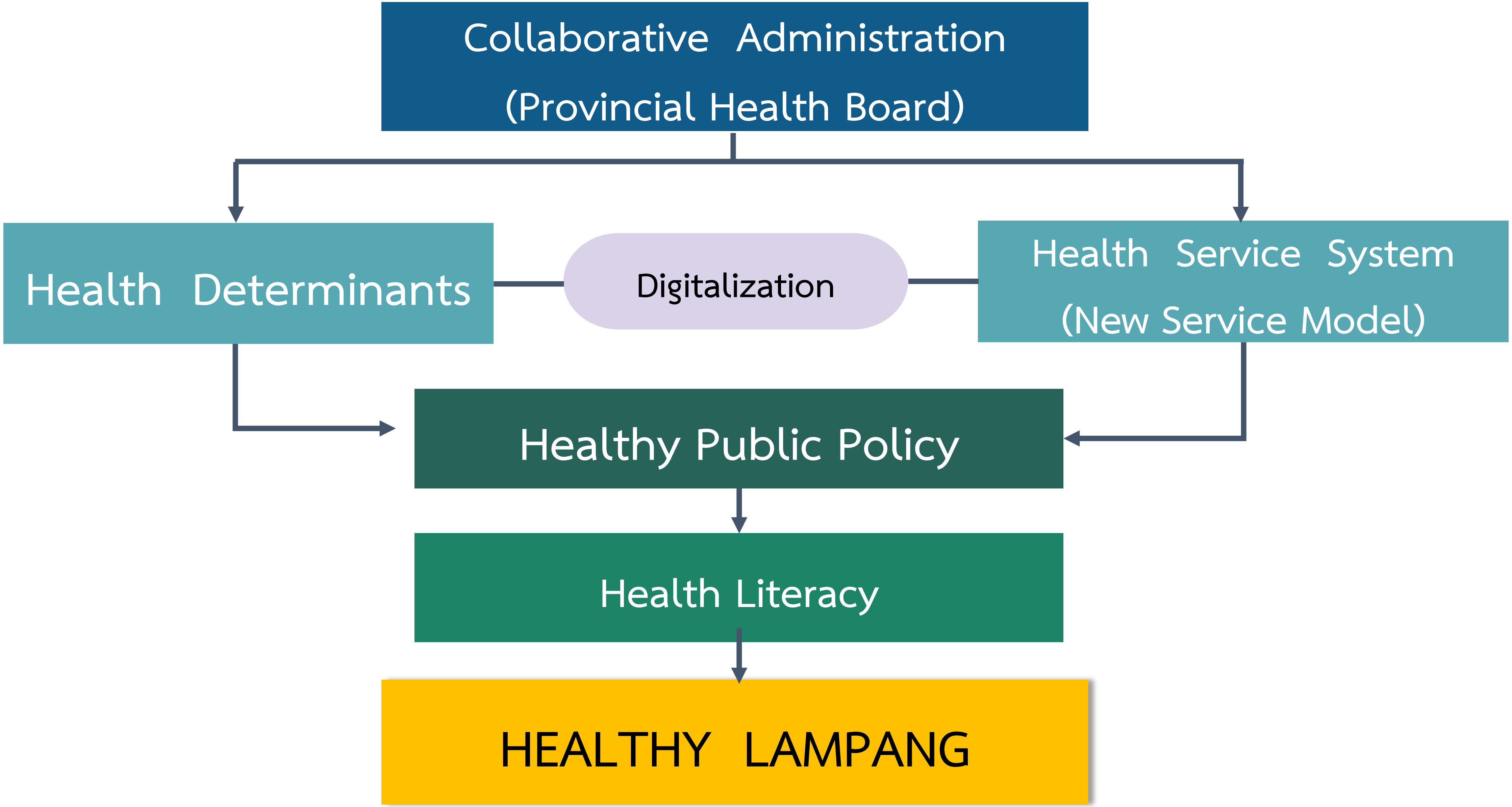
- HRP,HRD,HRM

Governance Excellence

- Shared Resource
- Effectiveness
- Big DATA , Digital health
- 30 บาท รักษาทุกที่

One Province One Hospital

LAMPANG PROVINCIAL HEALTH MODEL



การปฏิรูประบบสุขภาพจังหวัดลำปาง

คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตจังหวัดลำปาง (พชจ.)

ผู้ว่าราชการจังหวัด ประธาน
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด/พมจ. เลขานุการ
อปท.และภาคประชาสังคม

คณะอนุกรรมการพัฒนาสุขภาพตามกลุ่มวัย

- คณะอนุกรรมการพัฒนาเด็กปฐมวัย
- คณะอนุกรรมการพัฒนาวัยเรียนวัยรุ่น
- คณะอนุกรรมการพัฒนาวัยทำงาน
- คณะอนุกรรมการพัฒนาผู้สูงอายุ

→ พชอ. → PP&P Board

Executive Board

- **Provider Board**
  - **PP&P Board**
    - ระบบบริการปฐมภูมิ 59 ทีม
  - **Service Board**
    - ระบบบริการทุติยภูมิและตติยภูมิ
      - รพ.ลำปาง,รพช. 12 แห่ง,รพ.มะเร็ง รพ.เวชชารักษ์ , รพ.ค่าย
- **Regulator Board**

คณะอนุกรรมการพัฒนาสุขภาพตามกลุ่มวัย ดังนี้

1.คณะอนุกรรมการพัฒนาเด็กปฐมวัย จังหวัดลำปาง

ประธาน ศึกษาธิการจังหวัดลำปาง
รองประธาน พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำปาง
เลขา ผู้รับผิดชอบงานของศึกษาธิการจังหวัดลำปาง

2. คณะอนุกรรมการพัฒนาวัยเรียนวัยรุ่น จังหวัดลำปาง

ประธาน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
รองประธาน ประธานอาชีวศึกษาจังหวัดลำปาง
เลขา ผู้รับผิดชอบงานของมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

3. คณะอนุกรรมการพัฒนาวัยทำงาน จังหวัดลำปาง

ประธาน รองผู้ว่าราชการจังหวัดลำปาง (รับผิดชอบด้านสังคม)
รองประธาน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดลำปาง
เลขา หัวหน้ากลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อฯ สสจ.ลำปาง

4. คณะอนุกรรมการพัฒนาผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง

ประธาน พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำปาง
รองประธาน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลลำปาง
เลขา ผู้รับผิดชอบของพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำปาง

ประเด็นการขับเคลื่อนของอนุกรรมการกลุ่มวัย

เด็กปฐมวัย

พัฒนาให้เด็กปฐมวัยมีการเจริญเติบโตเต็มศักยภาพ พัฒนาการสมวัย และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

- โภชนาการ : คุณภาพอาหารเด็กปฐมวัย ปลอดภัย และมีคุณภาพ
- พัฒนาการเด็ก
- อาหารปลอดภัยรอบรั้วโรงเรียน (ปฐมวัย + วัยเรียน)

วัยรุ่น

ชีวิตกับการเรียนรู้สื่อสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์

- สร้างช่องทางสื่อสารประชาสัมพันธ์
- สร้างแกนนำออนไลน์
- พัฒนาศักยภาพเยาวชน เปิดพื้นที่/เวทีให้เยาวชนได้พบปะพูดคุยแสดงออก หลายรูปแบบ กิจกรรม

วัยทำงาน

สร้างสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดี

- ตลาดเกษตรปลอดภัย
- องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ
- ประชาชนรับรู้ข้อมูลสุขภาพของตนเอง ผ่านแอปพลิเคชั่น "หมอพร้อม"
- พื้นที่สาธารณะสำหรับการออกกำลังกายยุคใหม่

วัยสูงอายุ

"Lampang Smart Ageing Society"

- สร้างผู้ดูแลผู้สูงอายุ
- เตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ทุกมิติ
- กลไกพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เช่น ชมรม กลุ่มฯ
- ระบบการดูแลผู้สูงอายุแบบบูรณาการ
- ฐานข้อมูลผู้สูงอายุระดับจังหวัด

การพัฒนาบริการระบบสุขภาพปฐมภูมิ จังหวัดลำปาง

- จังหวัดลำปางพัฒนาระบบบริการปฐมภูมิ เป็นคลินิกหมอครอบครัว (PCU/NPCU) จำนวนทั้งหมด 59 ทีม
- การดำเนินงานคลินิกหมอครอบครัว ภายใต้นโยบาย 3 หมอ ประกอบด้วย

หมอคนที่ 1 อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

มีจำนวน 18,847 คน

หมอคนที่ 2 เจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำ รพ.สต. (มอค.)

มีจำนวน 635 คน

หมอคนที่ 3 แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว ประจำ PCU/NPCU

มีจำนวน 59 คน

การดำเนินงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดการบริโภคเค็ม จังหวัดลำปาง
โดย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

เป้าหมาย ดำเนินการทุกหมู่บ้าน/ชุมชน (975 หมู่ / 43 ชุมชน)

ครัวเรือนทั้งหมด	จำนวน	292,423	ครัวเรือน
ร้านก๋วยเตี๋ยว	จำนวน	1,247	ร้าน
ร้านจำหน่ายอาหารในตลาด	จำนวน	148	แห่ง

การดำเนินงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดการบริโภคเค็ม จังหวัดลำปาง
โดย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

วิธีดำเนินการ

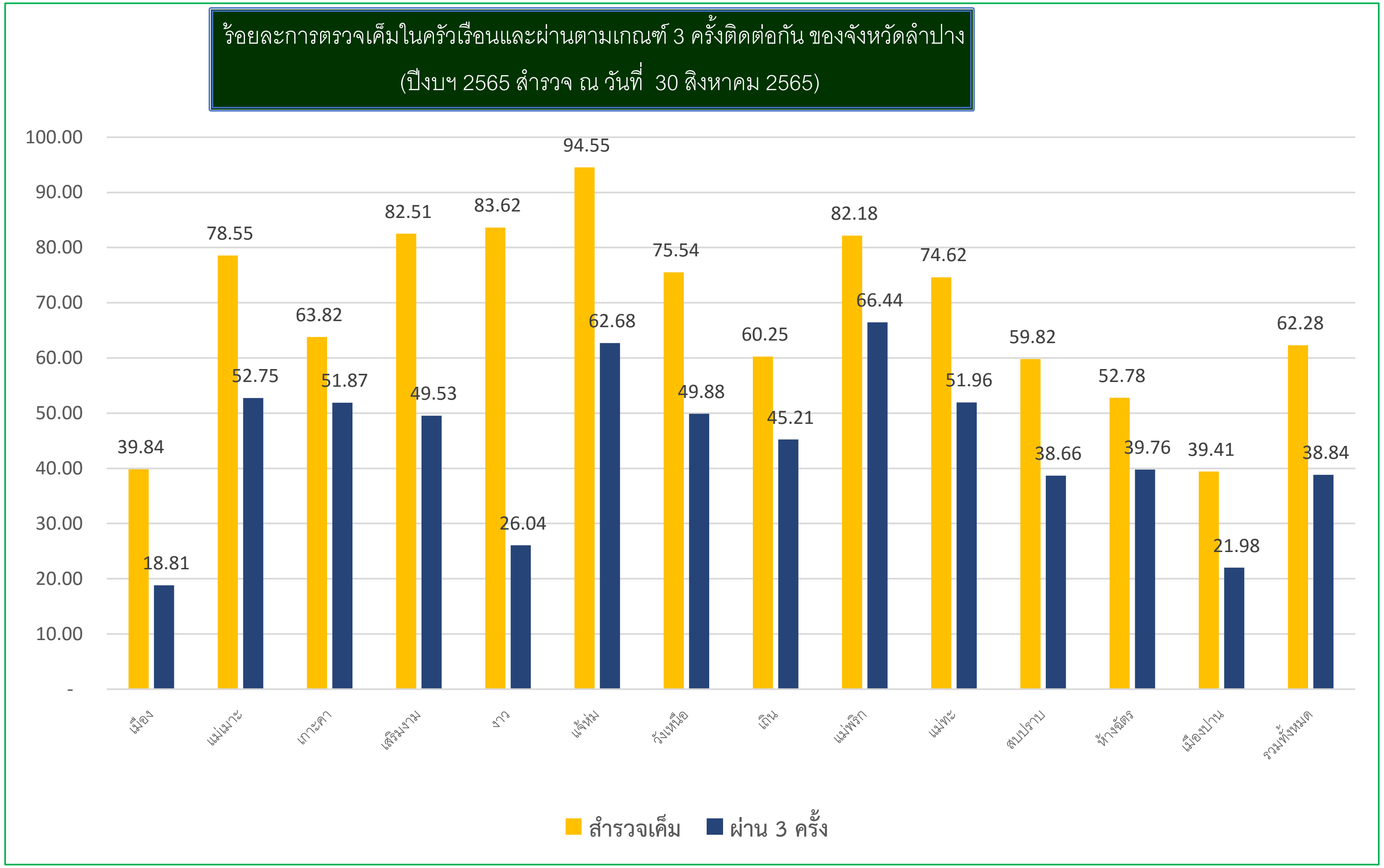
1. อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) ใช้เครื่องวัดความเค็ม (Salt meter) ออกสู่มวัดความเค็ม (เกลือและโซเดียม) ในอาหาร (เลือกมา 1 ตัวอย่าง)
2. หาก อสม. พบว่า อาหารที่ตรวจวัดไม่เค็ม (ค่าที่อ่านได้จะต้อง**ไม่เกิน 0.9 %** ในตัวอย่างที่ตรวจ) จำนวน 3 ครั้ง ติดต่อกัน(3เดือน) ถือว่า **ผ่านเกณฑ์**
3. อสม. ให้คำแนะนำแก่ครัวเรือน ร้านอาหาร ร้านก๋วยเตี๋ยว และตลาด ในการลดการบริโภคเค็ม

การดำเนินงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดการบริโภคเค็ม จังหวัดลำปาง โดย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

คำแนะนำโดย อสม.

1. ค่าที่วัดได้ 0.3-0.5 % (แถบสีน้ำเงิน)
   - ชื่นชม และขอให้รักษามาตรฐานตามสูตรในการปรุงอาหารนั้นไว้อย่างสม่ำเสมอ
2. ค่าที่วัดได้ 0.5-0.9% (แถบสีเขียว)
   - ให้ปรับลดการปรุงอาหารในส่วนที่เป็นเกลือโซเดียมลงจากเดิมอย่างน้อย 1 ใน 3 ส่วน
3. ค่าที่วัดได้ 0.9-1.5% (แถบสีแดง)
   - ให้กำลังใจ และให้ข้อมูลผลกระทบที่จะเกิดต่อสุขภาพ เช่น เสี่ยงต่อโรคความดันฯ และเบาหวาน ควรปรุงอาหารโดยลดความเค็มลงจากเดิมอย่างน้อยครึ่งหนึ่ง เป็นต้น

ผลการดำเนินงานปี 2565



เป้าหมาย

หลังคาเรือนทั้งหมด

จำนวน 182,752 หลัง

- **ได้รับการสำรวจ 113,813 หลัง คิดเป็นร้อยละ 62.28**
- **ผ่านเกณฑ์ 3 ครั้ง 70,986 หลัง คิดเป็นร้อยละ 38.84**

ผลการดำเนินงานปี 2566 (อยู่ระหว่างดำเนินการ)

ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

1. การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดการบริโภคเค็มโดย อสม. ที่ดำเนินการในครัวเรือน ร้านก๋วยเตี๋ยว และตลาด มีความสอดคล้องและเหมาะสมกับการดูแลหลังคาเรือนที่ อสม.รับผิดชอบ และควรมีนโยบายให้ดำเนินการฯ อย่างต่อเนื่อง
2. การใช้ข้อมูลผลการสำรวจเค็มในครัวเรือนและการให้คำแนะนำ ของ อสม.มีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของประชาชนในครัวเรือนได้ เนื่องจากมีผลการประเมินการบริโภคเค็มอย่างชัดเจน ก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ
3. การสนับสนุนเครื่องตรวจวัดความเค็ม (Salt meter) ให้ อสม.ดำเนินการฯ ให้ครอบคลุมจะช่วยให้ผลการดำเนินงานได้ตามเป้าหมาย