

การส่งเสริมสุขภาพ

ความหมาย

การส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) หมายถึง ผลอันเกิดจากความพยายามพัฒนา ด้านการศึกษา การจัดสิ่งแวดล้อม การกำหนด นโยบาย การออกกฎหมายและการจัดองค์กรที่ ส่งผลให้บุคคล ชุมชน และสังคม สามารถ ควบคุมดูแลสุขภาพและสภาพแวดล้อมในการ ดำเนินชีวิตของตน นำไปสู่การมีสุขภาพและ ความเป็นอยู่ที่ดี

มุมมองการส่งเสริมสุขภาพ

การส่งเสริมสุขภาพได้มีผู้ให้ความหมายไว้ หลากหลาย ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1986) ระบุว่า *การส่งเสริมสุขภาพ* หมายถึง กระบวนการ เพิ่มความสามารถของคนเราในการควบคุมดูแล และพัฒนาสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้น

โทนส์ และคณะ (Tones et al, 1990) อธิบายว่า *การส่งเสริมสุขภาพ* หมายถึง ผลรวม ของกิจกรรมทางด้านการสุขศึกษา การออก กฎหมาย เศรษฐกิจและการคลัง การจัดสิ่งแวดล้อมและการจัดองค์กร โดยกิจกรรมเหล่านี้ ได้ถูกกำหนดขึ้นเพื่อสนับสนุนการมีสุขภาพดี และการป้องกันโรค

กรีน และ ครูเตออร์ (Green and Kreuter, 1991 : 17) ให้ความหมายคำว่า *การส่งเสริมสุขภาพ* คือผลรวมของการสนับสนุนทางด้าน

การศึกษาและด้านสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดผลต่อ การกระทำและสภาพการดำรงชีวิตอันก่อให้เกิด สุขภาพดีของบุคคล ชุมชน และสังคมโดยรวม

ดาวน์นี่ และคณะ (Downie et al, 1996 : 60) อธิบายว่า *การส่งเสริมสุขภาพ* เป็นผลรวม ของความพยายามที่จะทำให้เกิดการมีสุขภาพดี และการป้องกันไม่ให้เจ็บป่วย ด้วยการดำเนินงานที่คาบเกี่ยวกันระหว่างการสุขศึกษา การป้องกันโรค (prevention) และการป้องกันภัย (protection)

ดิลลอน และ ฟิลิป (Dhillon and Philip, 1994: 9) ให้ความหมายว่า *การส่งเสริมสุขภาพ* คือ การกระทำทางด้านสังคม ด้านการศึกษา และด้านนโยบาย เพื่อทำให้ประชาชนตระหนักใน เรื่องสุขภาพ มีการดำเนินชีวิตที่นำไปสู่การมี สุขภาพดี และชุมชนมีการกระทำที่สนับสนุน ส่งเสริมด้านสุขภาพ รวมทั้งการสร้างพลังงานให้ ประชาชนใช้สิทธิและมีความรับผิดชอบในการดูแลสิ่งแวดล้อม ระบบและนโยบายที่ส่งผลต่อ สุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี

ความเป็นมา

แนวคิดเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ เริ่มต้นมาจากนโยบายสุขภาพในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 โดยมีแนวคิดว่าการส่งเสริมสุขภาพเป็นการ ดำเนินการของชุมชน...โดยการให้การศึกษาแก่ บุคคลในเรื่องสุขวิทยาส่วนบุคคลและการพัฒนา

เครื่องมือทางสังคมเพื่อช่วยให้ความเป็นอยู่ของประชาชนมีมาตรฐานการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม อันส่งผลให้ประชาชนมีสุขภาพดี แต่ต่อมาแนวคิดด้านสุขภาพได้เปลี่ยนแปลงไปโดยมีการให้ความสำคัญเรื่องโรคและการรักษาโรคมมากขึ้น มีการเร่งผลิตบุคลากรด้านการรักษาพยาบาล การสร้างสถานพยาบาลและส่งเสริมให้ประชาชนไปใช้บริการด้านสุขภาพกันมากขึ้น จนกระทั่งในปัจจุบันเกิดปัญหาบริการสุขภาพที่จัดให้มีไม่เพียงพอกับความต้องการ และค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของประชาชนสูงขึ้นอย่างมากในทุกปีๆ ซึ่งกลายเป็นปัญหาที่ประเทศต่างๆทั่วโลก รวมทั้งประเทศไทยกำลังประสบอยู่และต้องการการแก้ไข

การส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดใหม่ที่ทำให้ความสำคัญกับนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ สิ่งแวดล้อม กิจกรรมชุมชน ทักษะส่วนบุคคล และการปรับเปลี่ยนระบบบริการได้ เริ่มขึ้นที่ประเทศแคนาดา กล่าวคือ แคนาดาได้นำระบบประกันสังคมมาใช้โดยรัฐบาลกลางเป็นฝ่ายสนับสนุนเงินให้กับจังหวัดต่างๆ ร้อยละ 50 เพื่อชดเชยค่ารักษาพยาบาลโดยแพทย์และโรงพยาบาลต่างๆ ผลที่ตามมาคืองบประมาณถูกนำไปใช้จ่ายในเรื่องการรักษาพยาบาลเป็นหลัก ส่วนกิจกรรมบริการด้านการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพได้รับความสนใจน้อยมาก ในปี พ.ศ. 2504 รัฐบาลแคนาดาได้พยายามใช้กระบวนการเผยแพร่ข้อมูลด้านสุขศึกษามาช่วยพัฒนาสุขภาพของประชาชน แต่ไม่สามารถเปลี่ยนความเชื่อของชุมชนที่ให้ความสำคัญกับการรักษาพยาบาลเป็นหลักได้ จนกระทั่งประมาณ 10 ปีต่อมา (ในปี พ.ศ. 2514) รัฐบาลแคนาดาประสบปัญหาทาง

การเงินที่ใช้สนับสนุนโครงการรักษาพยาบาลผู้สูงอายุและคนยากจน ทำให้เห็นพ้องกันว่าจำเป็นต้องหันมาเน้นการดูแลสุขภาพของชุมชนซึ่งเสียค่าใช้จ่ายน้อยกว่า โดยการจัดองค์กรและโครงสร้างที่มุ่งไปที่การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคที่เป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญ ได้แก่ โรคมะเร็ง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคระบบหายใจและอุบัติเหตุ ซึ่งไม่สามารถป้องกันได้โดยระบบการรักษาที่มีอยู่ ตลอดจนจำเป็นต้องหาแนวทางใหม่ในการแก้ไขสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพ ประเด็นเหล่านี้เป็นการจุดประกายความคิดของการส่งเสริมสุขภาพแนวใหม่

หลังจากนั้นประเทศแคนาดา ได้มีการปรับเปลี่ยนองค์กรต่างๆ ที่สนับสนุนและดำเนินการด้านส่งเสริมสุขภาพ เช่น เปลี่ยนแผนกสุขศึกษาเป็น แผนกการส่งเสริมสุขภาพ มีการให้ความสำคัญกับการสนับสนุน กระตุ้นให้สังคมหันมาสนใจวิถีชีวิตที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพ และเปลี่ยนแนวคิดจากเดิมที่มองว่าการเจ็บป่วยเป็นความผิดของผู้ป่วยมาเป็นความรับผิดชอบของสังคม

แนวการดำเนินงานการส่งเสริมสุขภาพมีความชัดเจนมากขึ้นเมื่อมีการประชุมนานาชาติ เรื่องการส่งเสริมสุขภาพที่จัดโดยองค์การอนามัยโลกที่เมืองออกตาวา ประเทศแคนาดา ในปี พ.ศ. 2529 ซึ่งผลการประชุมได้เกิด กฎบัตรออกตาวา เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ (Ottawa Charter for Health Promotion, 1986) ที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นยุทธศาสตร์การส่งเสริมสุขภาพแนวใหม่ ต่อมาการประชุมนานาชาติครั้งที่ 2 ที่กรุงแอดิเลด ประเทศออสเตรเลีย ในปี พ.ศ. 2531 ครั้งที่ 3 ที่เมืองซันด์สวาลล์ ประเทศสวีเดน ในปี

พ.ศ.2534 และครั้งที่ 4 ที่กรุงจาการ์ตาประเทศอินโดนีเซีย ในปี พ.ศ.2540 ปัจจุบันนานาประเทศให้การยอมรับว่าการส่งเสริมสุขภาพเป็นกลวิธีสำคัญที่จะนำประชาชนในชาติของตนให้มีสุขภาพดีถ้วนหน้าภายในปี พ.ศ. 2543

ส่วนประเทศไทย ได้มองการส่งเสริมสุขภาพเป็นองค์ประกอบหนึ่งของงานสาธารณสุขที่ประกอบด้วย การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสภาพ แต่เท่าที่ผ่านมามีการแก้ปัญหาสุขภาพของประเทศตั้งแต่แผนพัฒนาการสาธารณสุขแห่งชาติฉบับที่ 1 ถึง 7 เน้นที่การรักษาพยาบาลเป็นหลัก ในขณะที่การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคได้รับความสำคัญน้อยมาก แต่แผนพัฒนาการสาธารณสุขแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) ได้เน้นปรัชญาที่การพัฒนาคน และได้กำหนดงานส่งเสริมสุขภาพเป็นกิจกรรมย่อยๆ ที่แทรกอยู่ในงานสาขาต่างๆ โดยเน้นที่การส่งเสริมสุขภาพส่วนบุคคลเป็นหลัก และมีบางส่วนที่ระบุถึงมาตรการการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ ซึ่งโดยสรุปแล้วการส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทยส่วนใหญ่ยังมุ่งเน้นในวงแคบที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้ดำเนินการหรือจัดบริการให้แก่ประชาชน อย่างไรก็ตามได้มีความพยายามที่จะเผยแพร่แนวคิดว่าการส่งเสริมสุขภาพเป็นบทบาทของทุกคนในสังคม โดยสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุขได้จัดการประชุมเรื่อง “ส่งเสริมสุขภาพ: บทบาทใหม่แห่งยุคของทุกคน” ในเดือนพฤษภาคม พ.ศ.2541 โดยมีบุคคลในสาขาต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนมาร่วมประชุมเพื่อสร้างภาคีส่งเสริมสุขภาพในสังคมไทยต่อไป ซึ่งในอดีตที่ผ่านมาประเทศไทยได้มีตัวอย่างการ

ดำเนินงานการส่งเสริมสุขภาพโดยมีภาคีต่างๆในสังคมมาร่วมมือกัน และประสบผลสำเร็จเป็นอย่างดี เช่น โครงการควบคุมการบริโภคยาสูบ การควบคุมและป้องกันโรคเอดส์แห่งชาติ เป็นต้น

แนวคิดและหลักการการส่งเสริมสุขภาพ

1. แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ

เนื่องจากการมีสุขภาพดีของบุคคลและชุมชนจะเกี่ยวข้องกับกาย จิต และความเป็นอยู่ทางสังคม จึงพบว่าสุขภาพของบุคคลและชุมชนจะมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับสังคมและสิ่งแวดล้อมที่บุคคลและชุมชนอาศัยอยู่ โดยทั่วไปกระบวนการส่งเสริมสุขภาพจะเกิดขึ้นได้ จำเป็นต้องมีการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและสภาพแวดล้อมด้านสุขภาพ ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพจึงประกอบด้วย การสนับสนุนด้านการศึกษาและการจัดสิ่งแวดล้อมที่ก่อให้เกิดการปฏิบัติหรือเกิดสภาพการณ์ที่นำไปสู่การมีสุขภาพดีของบุคคล ชุมชนและสังคมโดยส่วนรวม

การสนับสนุนด้านการศึกษาเป็นการจัดการศึกษาเกี่ยวกับสุขภาพซึ่งเป็นกระบวนการจัดมวลประสบการณ์ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ การตัดสินใจ และมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ทั้งในระดับบุคคลและชุมชน

การสนับสนุนด้านสิ่งแวดล้อมเป็นการจัดสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและสังคมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี ซึ่งรวมถึงสิ่งสนับสนุนด้านการเมือง เศรษฐกิจ นโยบาย องค์กร กฎระเบียบข้อบังคับ และระบบต่างๆ เช่น การมีนโยบาย ด้านสุขภาพ ในการกำหนดทิศทางการพัฒนาประเทศ การออกกฎหมายยกเลิกการใช้น้ำมันผสมสาร

ตะกั่วเพื่อลดมลพิษในอากาศ การชันษาชิบู่หรีและสุราเพื่อลดการบริโภคนูหรีและสุราของประชาชน การจัดสวนสาธารณะในเขตเมืองเพื่อให้ประชาชนมีที่พักผ่อนและออกกำลังกาย การจัดให้มีโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูกเพื่อส่งเสริมให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นต้น

2. หลักการการส่งเสริมสุขภาพ

การส่งเสริมสุขภาพเป็นกระบวนการสนับสนุนให้ประชาชนสามารถควบคุมและดูแลสุขภาพของตนเอง ซึ่งแนวคิดดังกล่าวมาจากการให้ความหมายคำว่า “สุขภาพดีตามแนวใหม่” ว่า การมีสุขภาพดี เป็นทรัพยากรที่จะช่วยให้ชีวิตดำเนินไปสู่เป้าหมายสูงสุดที่มนุษย์แต่ละคนคาดหวังทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม และคุณภาพชีวิต จากแนวคิดนี้อาจกล่าวได้ว่า การส่งเสริมสุขภาพเป็น “การลงทุน” สำหรับชีวิตมนุษย์ โดยมีหลักการดำเนินงานดังนี้

2.1 สนับสนุนให้ประชาชนมีความสามารถในการดูแลหรือกำหนดสุขภาพตนเอง มีความรับผิดชอบในการส่งเสริมสุขภาพของตนเองและยอมรับว่าการส่งเสริมสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิต

2.2 การจัดสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลดีต่อสุขภาพโดยลดปัจจัยหรือสาเหตุที่ก่อให้เกิดโรคเนื่องจากปัจจัยที่เป็นสาเหตุของโรคมียูในสิ่งแวดล้อมทั่วไป การจัดสิ่งแวดล้อมจึงเป็นมาตรการสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยการร่วมมือกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน ในด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง สถาบันศาสนา ระบบบริการ สังคม กฎหมาย และองค์กรเอกชน เพื่อให้เกิดความเป็นไปได้ในการปรับปรุงแก้ไขสิ่งแวดล้อม

ที่เป็นอันตรายต่างๆ ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน โรงเรียน และที่ทำงาน เช่น การสร้างทางจักรยานให้สำหรับผู้จักรยานสามารถขับขี่ได้อย่างปลอดภัยแทนการมาขี่จักรยานบนถนนร่วมกับรถยนต์อื่นๆ หรือการจัดสร้างสวนสาธารณะและสนามเด็กเล่นในชุมชน เป็นต้น

2.3 การส่งเสริมสุขภาพจำเป็นต้องใช้วิธีการและกิจกรรมที่หลากหลาย ได้แก่ การสื่อสาร การศึกษา การออกกฎหมายข้อบังคับ การจัดเก็บภาษีและงบประมาณ การปรับปรุงองค์กร การพัฒนาชุมชน และกิจกรรมการเคลื่อนไหวของชุมชน เพื่อให้เกิดผลกระทบที่นำไปสู่การมีสุขภาพดีของชุมชน

2.4 การสนับสนุนและส่งเสริมการมีส่วนร่วมของทุกๆ ฝ่ายในสังคม ซึ่งต้องพัฒนาทักษะที่จำเป็นให้แก่ประชาชนทั้งในระดับบุคคล กลุ่ม และสถาบันเพื่อให้ประชาชนสามารถระบุได้ว่าอะไรคือปัญหา อะไรเป็นมูลเหตุของปัญหา และสามารถตัดสินใจหรือเข้าไปมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้

2.5 การชี้นำด้านสุขภาพ เพื่อให้ผู้มีอำนาจในการตัดสินใจ และประชาชนในสังคมเห็นความสำคัญว่าการส่งเสริมสุขภาพเป็นกิจกรรมพื้นฐานที่ทุกฝ่ายในสังคมจำเป็นต้องมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนและให้ความร่วมมือ

กลยุทธ์และกิจกรรมสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ

ผลการประชุมนานาชาติด้านการส่งเสริมสุขภาพครั้งแรก ที่เมืองออกตาวา ประเทศแคนาดา ในปี พ.ศ. 2529 ได้มีการประกาศกฎ

บัตรรอดตาว่า เป็นแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพสำหรับประเทศต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายสุขภาพดีถ้วนหน้าในปี พ.ศ. 2543 ซึ่งนับเป็นจุดเริ่มต้นของการสาธารณสุขแนวใหม่ โดยแนวคิดดังกล่าวได้เสนอกลยุทธ์และกิจกรรมสำคัญในการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพไว้ดังนี้

3.1 กลยุทธ์ในการส่งเสริมสุขภาพ

กลยุทธ์สำคัญ 3 ประการในการส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย

1) การชี้นำด้านสุขภาพ เป็นการปฏิบัติการต่างๆ ทั้งในระดับบุคคลและสังคม เช่น การใช้สื่อมวลชนเพื่อสร้างกระแสด้านสุขภาพให้แก่สังคม การทำประชาพิจารณ์ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เพื่อให้ผู้กำหนดนโยบายหรือผู้มีอำนาจตัดสินใจ ยอมรับความสำคัญและให้การสนับสนุนด้านนโยบายและจัดระบบสนับสนุนอื่นๆ ที่ส่งผลดีต่อสุขภาพของชุมชน

2) การเพิ่มความสามารรถให้ประชาชนสามารถบรรลุถึงศักยภาพสูงสุดด้านสุขภาพ เช่น การพัฒนาทักษะชีวิตให้แก่บุคคล การสร้างพลังให้แก่ประชาชน โดยส่งเสริมการรวมกลุ่มกันเป็นภาคีเพื่อร่วมกันกระทำในเรื่องที่จะส่งผลดีต่อสุขภาพ

3) การประสานประโยชน์ระหว่างกลุ่มในสังคมเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายด้านสุขภาพ โดยให้กลุ่มต่างๆ ได้มีส่วนร่วมในการควบคุมการกระจายทรัพยากรหรือบริการ เพื่อให้สามารถเข้าถึงบริการเหล่านั้นได้อย่างเสมอภาค เป็นต้น

3.2 กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ

กิจกรรมพื้นฐานที่สำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ มี 5 ประการ คือ

1) การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ เป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การกำหนดนโยบาย หรือการออกกฎหมาย ข้อบังคับต่างๆ ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของระบบหรือสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพของประชาชน เช่น การออกกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในโรงพยาบาล โรงภาพยนตร์ การจัดงบประมาณให้เด็กนักเรียนได้ดื่มนม เป็นต้น

2) การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ เนื่องจากมนุษย์ต้องอยู่ในสิ่งแวดล้อม และสิ่งแวดล้อมมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล จึงจำเป็นต้องมีการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อสุขภาพ เช่น จัดสร้างสนามกีฬาในจุดต่างๆ ที่เยาวชนสามารถไปใช้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาได้ การควบคุมมลภาวะทางน้ำและอากาศไม่ให้เป็นอันตรายต่อสุขภาพของประชาชนในชุมชน

3) การสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชนในการดำเนินการเพื่อสุขภาพโดยชุมชนเอง ด้วยการสนับสนุนให้มีการรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ รวมทั้งสามารถกำหนดและเรียกร้องสิทธิที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของชุมชน เช่น การรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ กลุ่มผู้บริโภค กลุ่มแม่บ้าน

4) การพัฒนาทักษะสุขภาพส่วนบุคคล เป็นการสร้างทักษะชีวิตให้บุคคลสามารถตัดสินใจและมีทางเลือกในการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยการจัดบริการข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพที่ถูกต้อง เพียงพอ ต่อเนื่อง และให้เข้าถึงประชาชนทุกกลุ่มเป้าหมาย

5) การปรับระบบบริการสุขภาพให้สอดคล้องกับการส่งเสริมสุขภาพ โดยบริการสุขภาพระดับต่างๆ จะต้องเน้นการส่งเสริมให้

บุคคลมีสุขภาพดีมากกว่าการรักษาโรค เช่น การ จัดคลินิกบริการคนสุขภาพดีในสถานพยาบาล ต่างๆเพื่อให้บริการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค นอกจากนี้ในการประชุมนานาชาติด้าน การส่งเสริมสุขภาพที่กรุงจาการ์ตา ประเทศ อินโดนีเซีย ในปี พ.ศ. 2540 ได้มี “คำประกาศ เจตนารมณ์จาการ์ตา” ว่ากิจกรรมเร่งด่วน 5 ประการที่จำเป็นสำหรับคริสต์ศตวรรษที่ 21 คือ

- 1) ส่งเสริมความรับผิดชอบทางสังคม ต่อสุขภาพ
- 2) เพิ่มการลงทุนเพื่อพัฒนาสุขภาพ
- 3) ขยายภาคีเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ
- 4) เพิ่มความสามารถของชุมชนและเพิ่ม อำนาจของปัจเจกบุคคล
- 5) จัดให้มีโครงสร้างพื้นฐานเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

โดยกลยุทธ์และกิจกรรมที่กล่าวข้างต้น จำเป็นต้องดำเนินการอย่างผสมผสาน จึงจะมี ประสิทธิภาพมากกว่าการเลือกทำบางกิจกรรม

ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ

การส่งเสริมสุขภาพมีประโยชน์ทั้งต่อ ระดับบุคคลและสังคม ดังนี้

1. ประโยชน์ในระดับบุคคล เมื่อบุคคล มีการส่งเสริมสุขภาพจะทำให้มีสุขภาพดีทั้งทาง กาย จิต และสังคม ซึ่งส่งผลให้ไม่เจ็บป่วยเป็น โรคที่สามารถชะลอความเสื่อมของร่างกายทำให้อายุยืน มีศักยภาพในการทำงานและการ อยู่ใน สังคมร่วมกับผู้อื่น อันส่งผลให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้สูงสุดตามที่คาดหวัง

2. ประโยชน์ระดับสังคม

- 2.1 ลดปัญหาสาธารณสุขของประเทศ ถ้าประชาชนมีการส่งเสริมสุขภาพ จะทำให้มีการ

เจ็บป่วยเป็นโรคลดน้อยลง โดยเฉพาะโรคส่วน ใหญ่สามารถป้องกันได้หากประชาชนเอาใจใส่ สุขภาพและอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ หรือแม้แต่ว่าโรคที่ป้องกันได้ยากแต่หากสนใจดูแลตรวจสุขภาพให้การรักษาในระยะแรกเริ่มจะ สามารถลดความรุนแรงของโรคได้มาก ซึ่งจะส่ง ผลต่อการลดภาระค่าใช้จ่ายของบุคคลและของ ประเทศในการแก้ไขปัญหาสุขภาพ

- 2.2 การเพิ่มผลผลิตของสังคม เมื่อ ประชาชนมีสุขภาพดี จะสามารถลดวันลาเจ็บป่วย ประชาชนสามารถมีผลิตผลในการทำงานได้ อย่างเต็มศักยภาพ และมีชีวิตการทำงานที่ยืนยาว ส่งผลต่อผลผลิตมวลรวมของชาติที่สูงขึ้น

- 2.3 การมีพลเมืองที่มีคุณภาพ การส่งเสริมสุขภาพช่วยให้เด็กและเยาวชนที่จะเป็น กำลังสำคัญของชาติในอนาคตเจริญเติบโตอย่าง มีคุณภาพ มีร่างกายแข็งแรง ห่างไกลจากสิ่ง เสพย์ติด สามารถอยู่ในสังคมและสร้างประโยชน์ ให้แก่สังคมได้เป็นอย่างดี

- 2.4 ลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษา พยาบาลและค่าเสียหายอื่นๆ ของสังคม เช่นการ ลดปัญหาการเกิดอุบัติเหตุ ทำให้ลดค่าใช้จ่ายใน การรักษาพยาบาลผู้บาดเจ็บ และลดการสูญเสีย จากการเสียชีวิต และทรัพย์สิน

โดยสรุปแล้วการส่งเสริมสุขภาพ มีผลโดยตรงที่ทำให้ทรัพยากรบุคคลมีคุณภาพช่วยลด ภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของบุคคล และสังคม ทำให้สามารถนำเงินส่วนนี้ไปใช้ พัฒนาสังคมและประเทศในด้านอื่นๆ ต่อไปนำไปสู่ความมั่นคงของประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจ และทรัพยากรบุคคล

นิตยา เพ็ญศิริภา

บรรณานุกรม

- ปดิชาน หล่อเลิศวิทย์. บรรณาธิการ. **การจัดตั้งองค์กรระดับชาติเพื่อการส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทย.** กรุงเทพมหานคร : โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.
- _____. **นิยามคำศัพท์ส่งเสริมสุขภาพ ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2541.** กรุงเทพมหานคร : โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. “การส่งเสริมสุขภาพ : การปรับบทบาทใหม่ของสุขศึกษา,” ใน เอกสารการประชุมวิชาการสุขศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 7 เรื่อง สุขศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในยุคโลกาภิวัตน์. 23-27 เมษายน 2538 ณ โรงแรมเจริญไฮเต็ล จังหวัดอุดรธานี, 2538.
- ประเวศ วะสี. **บนเส้นทางใหม่ การส่งเสริมสุขภาพ อภิวัตน์ชีวิตและสังคม.** กรุงเทพมหานคร : โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.
- วิฑูรย์ อึ้งประพันธ์ และอนุวัฒน์ ศุภชุตินกุล. “ความเป็นมาและภาพรวม,” ใน นโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.
- สถาบันส่งเสริมสุขภาพไทย สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. **ปฏิรูปแนวคิดคนไทย : สุขภาพมิใช่โรงพยาบาล.** กรุงเทพมหานคร : โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.
- สุรเกียรติ์ อชานุกาพ. **วิวัฒนาการการส่งเสริมสุขภาพระดับนานาชาติ.** กรุงเทพมหานคร : โครงการสำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.
- Dhillon, H.S., and L. Philip, **Health Promotion and Community Action for Health in Developing Countries.** Geneva : World Health Organization, 1994.
- Downie, R.S., C. Tannahill, and A. Tannahill. **Health Promotion Models and Values.** Oxford : Oxford University Press, 1996.
- Egger, Spark, and Lawson. **Health Promotion Strategies & Methods.** Sydney : McGraw-Hill Book Company, 1992.
- Green, Lawrence W., and Marshall W. Kreuter. **Health Promotion Planning and Environmental Approach.** Toronto : Mayfield Publishing Company, 1991.
- Noack, H. “Concept of health and health promotion,” in **Measurement in Health Promotion and Protection.** Abelin, T. et al. (eds.) WHO Regional Publication, European Series No. 22, 5-28, 1987.
- Tones, Tilford, and Robinson. **Health Education, Effectiveness and Efficiency.** London : Chapman and Hall, 1990.
- WHO. “Health Promotion : concepts and principles,” in **Measurement in Health Promotion and Protection.** Abelin, et al(eds) WHO Reginal Publication, European Series No. 22, 653-658, 1987.