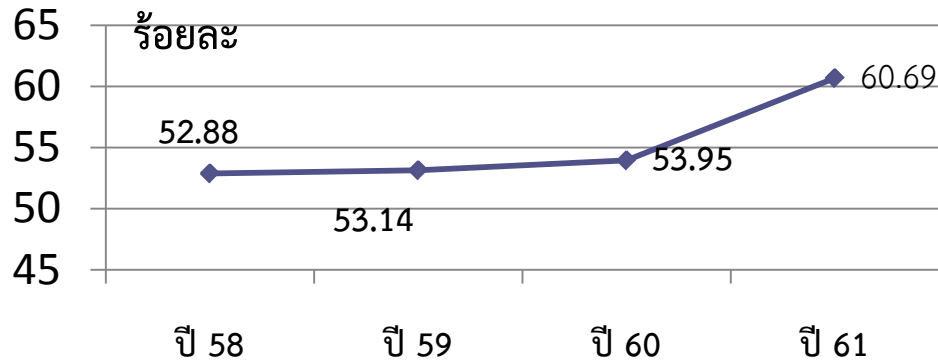


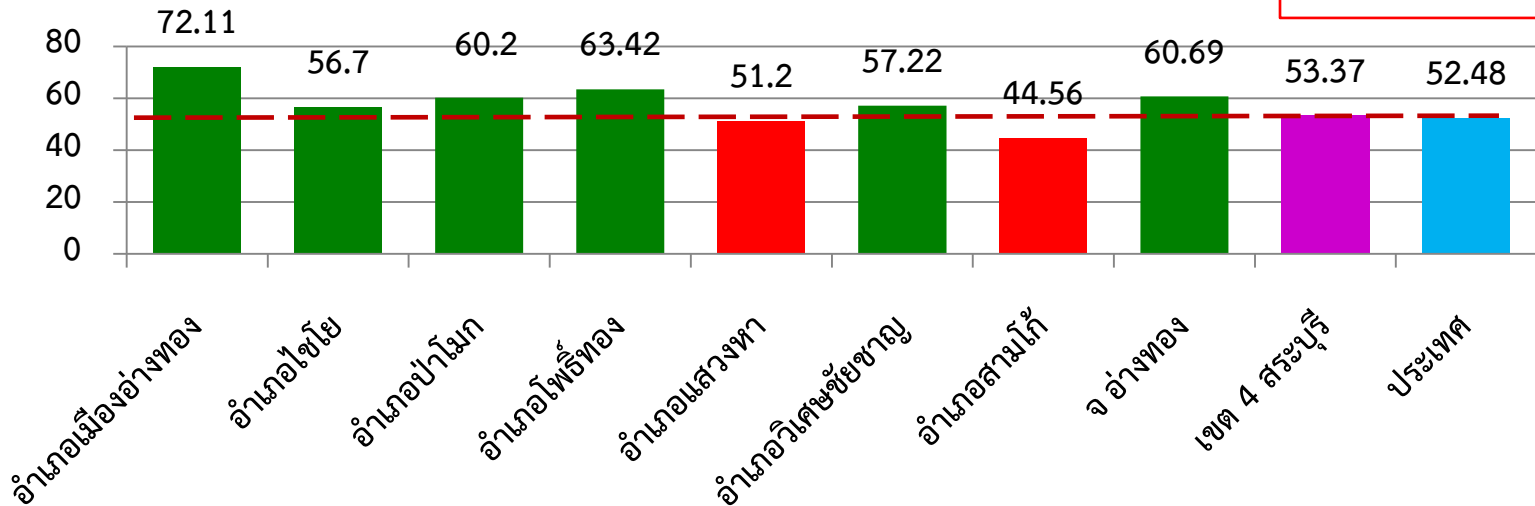
แผนสุขภาพจังหวัดอ่างทอง
วัยทำงานอายุ 30-44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ

กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอ่างทอง

ร้อยละของวัยทำงานอายุ 30-44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ จังหวัดอ่างทอง ปีงบประมาณ 2561



เป้าหมายร้อยละ 55



สภาพปัญหา

1. วัยทำงานอายุ 30-44 ปี รายอำเภอมີภาวะดัชนีมวลกายเกินสูงกว่าเป้าหมายที่กำหนด

วิเคราะห์ปัญหา/สาเหตุ

1. การรับประทานอาหารเกินความต้องการของร่างกายทั้งประเภท (อาหารแป้ง ไขมัน และอาหารโยอาหารต่ำ) และปริมาณอาหาร
2. ขาดการออกกำลังกายที่เหมาะสม และขาดการเคลื่อนไหวร่างกายจากสภาพการทำงาน และจากการมีเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ
3. พฤติกรรมเนือยนิ่งจากการใช้ชีวิตที่ไม่เคลื่อนไหว เช่น ติดทีวี ติดเกมส์ หรือ ติดคอมพิวเตอร์

แผนสุขภาพจังหวัดอ่างทอง : วัยทำงานอายุ 30-44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ

เป้าประสงค์

วัยทำงานอายุ 30-44 ปี จังหวัดอ่างทอง มีค่าดัชนีมวลกายตามเป้าหมาย

ตัวชี้วัด

1. ร้อยละของวัยทำงานอายุ 30-44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 56

มาตรการ

1. เสริมสร้างความร่วมมือภาคีเครือข่ายในการดูแลสุขภาพวัยทำงาน

2. ปรับเปลี่ยนและส่งเสริมพฤติกรรมที่ส่งผลต่อดัชนีมวลกาย

กลยุทธ์

1.1 ขับเคลื่อนผ่านระบบการบริหารจัดการระดับจังหวัดและอำเภอ

1.2 พัฒนาศักยภาพบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการจัดการดัชนีมวลกายในกลุ่มวัยทำงาน

2.1 ส่งเสริมการแก้ไขปัญหาดัชนีมวลกายที่ผิดปกติในวัยทำงานอายุ 30-44 ปี

2.3 สื่อสารประชาสัมพันธ์เสริมสร้างความรอบรู้

small success ปี 2562

ตัวชี้วัดผลลัพธ์	เป้าหมาย 3 เดือน	เป้าหมาย 6 เดือน	เป้าหมาย 9 เดือน	เป้าหมาย 12 เดือน
ร้อยละของวัยทำงานอายุ 30-44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ (เป้าหมายร้อยละ 56)	1. มีแผนส่งเสริมและแก้ไขปัญหาค่าดัชนีมวลกายเกินในวัยทำงานอายุ 30-44 ปี 2. พัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขระดับอำเภอและตำบลในการจัดการน้ำหนักและรอบเอว	1. มีข้อมูลมีค่าดัชนีมวลกายวัยทำงานอายุ 30-44 ปี ที่ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายไม่น้อยกว่าร้อยละ 80	1. ประเมินพฤติกรรมการบริโภคอาหารและกิจกรรมทางกาย เพื่อแก้ไขปัญหารายบุคคลของวัยทำงานอายุ 30-44 ปีที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินไม่น้อยกว่าร้อยละ 80	1. 1. วัยทำงานอายุ 30-44 ปีมีค่าดัชนีมวลกายปกติร้อยละ 56

small success ปี 2562

ตัวชี้วัดผลลัพธ์	เป้าหมาย 3 เดือน	เป้าหมาย 6 เดือน	เป้าหมาย 9 เดือน	เป้าหมาย 12 เดือน
ร้อยละของวัยทำงานอายุ 30-44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ (เป้าหมายร้อยละ 56)	3.จัดทำแนวปฏิบัติการจัดการน้ำหนักและรอบเอว	2. ประเมินพฤติกรรมอาหารบริโภคอาหารและกิจกรรมทางกาย เพื่อแก้ไขปัญหารายบุคคลของวัยทำงานอายุ 30-44 ปีที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินไม่น้อยกว่าร้อยละ 50	2. มีบุคคลต้นแบบ “หุ่นสวยด้วยตัวเรา” อย่างน้อยแห่งละ 1 คน	

small success ปี 2562

ตัวชี้วัดผลลัพธ์	เป้าหมาย 3 เดือน	เป้าหมาย 6 เดือน	เป้าหมาย 9 เดือน	เป้าหมาย 12 เดือน
ร้อยละของวัยทำงานอายุ 30-44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ (เป้าหมายร้อยละ 56)		3. คัดกรองวัยทำงานที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อ NCD เพื่อส่งต่อเข้าสู่ระบบDPAC ร้อยละ 80 4. พัฒนาคลินิกไร้พุงคุณภาพ (DPAC) 5. สสจ./สสอ./รพ./รพสต. จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการรับประทานอาหารออกกำลังกาย อารมณ์ งดสูบบุหรี่ งดดื่มสุรา (3อ 2ส)		

กิจกรรมการดำเนินงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

สสจ./สสอ.

1. มีแผนส่งเสริมและแก้ไขปัญหาค่าดัชนีมวลกายเกินในวัยทำงานอายุ 30-44 ปี ของจังหวัด
2. ถ่ายทอดนโยบายการดำเนินงานและปัญหาอุปสรรคผ่านระบบ กวป.
3. จัดตั้งคำสั่งผู้รับผิดชอบ(Project Manager) ระดับอำเภอ
4. ดำเนินกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”ในที่ทำงาน
5. กำกับ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานระดับอำเภอ และตำบล

สถานประกอบการ/อปท.

1. ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”ในที่ทำงาน/สถานประกอบการ
2. สนับสนุนสิ่งอำนวยความสะดวก/3M ในการดำเนินงาน



อสม./ผู้นำชุมชน

1. ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”ในที่ทำงาน/สถานประกอบการ
2. ร่วมในการทำกิจกรรมฯ

รพท / รพช/รพสต.

1. มีแผนส่งเสริมและแก้ไขปัญหาค่าดัชนีมวลกายเกินในวัยทำงานอายุ 30-44 ปี ของระดับอำเภอและพื้นที่
2. ดำเนินงานตามนโยบายและชี้แจงปัญหาอุปสรรคผ่านระบบ คปสอ. กองทุนหลักประกันสุขภาพพระระดับตำบล และการประชุมภายในหน่วยงาน การประชุม อสม. การประชุมชม การประสานสถานประกอบการ
3. กำหนดผู้รับผิดชอบ(Project Manager) ระดับหน่วยบริการ
4. ดำเนินกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”ในที่ทำงาน/ชุมชน/สถานประกอบการ
5. ดำเนินกิจกรรมตามเกณฑ์แก้ไขปัญหาค่าดัชนีมวลกายเกินในวัยทำงานอายุ 30-44 ปี

กิจกรรมการดำเนินงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

สสจ./สสอ.

1. ประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพบุคลากร สาธารณสุขระดับอำเภอและตำบล ในการจัดการ น้ำหนักและรอบเอว
2. จัดทำแนวปฏิบัติการจัดการน้ำหนักและรอบเอว
3. ส่งเสริมการพัฒนาคลินิกไร้พุงคุณภาพ (DPAC)

รพท / รพช/รพ.สต.

1. ประชุมชี้แจงการดำเนินงานแก่ภาคีเครือข่าย ระดับอำเภอและตำบล ในการจัดการน้ำหนักและรอบเอว
2. จัดทำแนวปฏิบัติการจัดการน้ำหนักและรอบเอว
3. ดำเนินการพัฒนาคลินิกไร้พุงคุณภาพ (DPAC)

พชอ.

1. กำหนดเป็นนโยบายในการดำเนินงาน
2. ให้การสนับสนุน 3 M ในการดำเนินงาน กิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”

กลยุทธ์ที่ 2

พัฒนาศักยภาพบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการจัดการดัชนีมวลกายในกลุ่มวัยทำงาน

สถานประกอบการ

1. ส่งตัวแทนหรือผู้นำในการเข้าร่วมการประชุมชี้แจงกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”

หน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้อง

1. เข้าร่วมในกิจกรรมประชุมชี้แจงกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”
2. ถ่ายทอดความรู้และเป็นต้นแบบในการทำกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”

อสม./ผู้นำชุมชน

1. เข้าร่วมในกิจกรรมประชุมชี้แจงกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”
2. ถ่ายทอดความรู้และเป็นต้นแบบในการทำกิจกรรมต้นแบบ”หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”

กิจกรรมการดำเนินงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

สสจ./สสอ.

1. คัดกรองค่าดัชนีมวลกายของกลุ่มวัยทำงานในสถานที่ทำงาน
2. จัดทำทะเบียนรายชื่อกลุ่มที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินเพื่อนำมาวิเคราะห์และหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา
3. สร้างความร่วมมือกับสถานบริการในการดำเนินงาน “หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”
4. จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีดัชนีมวลกายที่ปกติที่เหมาะสมต่อบุคคลที่มีปัญหา
5. จัดทำระบบการส่งต่อของคลินิก DPAC
6. ประกวดบุคลากร “หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”
7. ประเมินผลการดำเนินงาน และส่งผลการดำเนินงานแก่ สสจ. ทุกเดือน

สถานประกอบการ/อปท.

1. ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต้นแบบ “หุ่นสวย ด้วยตัวเรา” ในที่ทำงาน/สถานประกอบการ
2. สนับสนุนสิ่งอำนวยความสะดวก/3M ในการดำเนินงาน

รพท / รพช/รพ.สต.

1. คัดกรองค่าดัชนีมวลกายของกลุ่มวัยทำงานอายุ 30-44 ปีให้ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมาย
2. จัดทำทะเบียนรายชื่อกลุ่มที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินเพื่อนำมาวิเคราะห์และหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา
3. ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร กิจกรรมทางกาย และนำมาวิเคราะห์หาสาเหตุและแนวทางการแก้ไขปัญหารายบุคคล
4. สร้างความร่วมมือกับสถานประกอบการในการดำเนินงาน “หุ่นสวย ด้วยตัวเรา”
5. จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีดัชนีมวลกายที่ปกติที่เหมาะสมต่อบุคคลที่มีปัญหา
6. จัดทำระบบการส่งต่อของคลินิก DPAC
7. บันทึก/ประเมินผลการดำเนินงาน และส่งผลการดำเนินงานทุกเดือน

กลยุทธ์ที่ 3

ส่งเสริมการแก้ไขปัญหา
ดัชนีมวลกายที่ผิดปกติใน
วัยทำงานอายุ 30-44 ปี

วัยทำงานอายุ 30-44 ปี

1. ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต้นแบบ “หุ่นสวย ด้วยตัวเรา” ในที่ทำงาน/สถานประกอบการ
2. ปฏิบัติตามกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

กิจกรรมการดำเนินงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

สสจ./สสอ.

1. รมรงค์สร้างกระแส อาหาร ออกกำลังกาย ตีมนม นอนนาน (2 อ 2 น) ได้แก่ บูรณาการร่วมกับการจัดงานสุขภาพอื่นๆ ,ทางสื่อประชาสัมพันธ์ต่างๆ เช่น Facebook Line สถานีวิทยุชุมชน website กลุ่มงานส่งเสริมฯ
2. สนับสนุนการดำเนินงาน Health Literate School โรงเรียนต้นแบบในการดำเนินงาน 2 แห่ง

อปท.

1. จัดมาตรการทางสังคมที่เอื้อต่อการมีความรู้ตามหลักการ Health Literate
2. สนับสนุนอุปกรณ์/สถานที่ให้ทำพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์งดดื่มสุรา และงดสารเสพติด (3 อ 2 ส)

รพท / รพช/รพ.สต.

1. รมรงค์สร้างกระแส อาหาร ออกกำลังกาย ตีมนม นอนนาน (2 อ 2 น) ได้แก่ บูรณาการร่วมกับการจัดงานสุขภาพอื่นๆ ,ทางสื่อประชาสัมพันธ์ต่างๆ เช่น Facebook Line สถานีวิทยุชุมชน website กลุ่มงานฯ
2. ดำเนินงาน Health Literate School โรงเรียนต้นแบบในการดำเนินงาน 2 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนวัดจิวราย และโรงเรียนวัดท่าชุมชน



ประชาสัมพันธ์

1. ประชาสัมพันธ์วิชาการเกี่ยวกับ Health Literate School และสาระความรู้ในการดำเนินงานให้เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนสูงดีสมส่วน

สถานประกอบการ

1. ประชาสัมพันธ์วิชาการเกี่ยวกับ Health Literate School และสาระความรู้ในการดำเนินงานให้เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนสูงดีสมส่วน