



มหัศจรรย์ 1,000 วันแรกของชีวิต (CHILD NUTRITION AND DEVELOPMENT)

กาญจนา นาพุดผล

นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ(ด้านส่งเสริมพัฒนา)

มหัศจรรย์ 1,000 วันแรกของชีวิต (Child Nutrition Growth and Development)

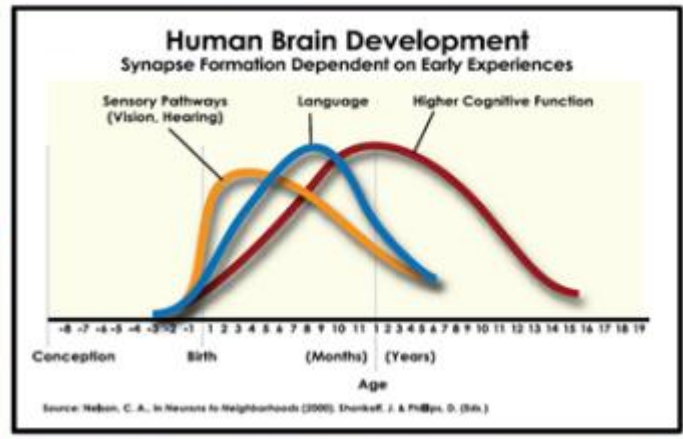


หลักการและเหตุผล

- “โอกาสทอง” ใน 1,000 วัน คือการดูแลทารกในครรภ์ตั้งแต่เริ่มปฏิสนธิจนถึงคลอด(270วัน) เด็กอายุ 0-6 เดือน (180 วัน) 6 เดือนจนถึงอายุ 2 ปี (550วัน)
- ช่วงเวลาทองของการกำหนดศักยภาพของมนุษย์ ส่งผลต่ออนาคตของสังคมประเทศ
- มองพัฒนาการเร็วที่สุด โดยเฉพาะสมองส่วนการเรียนรู้ ความจำ
- นักเศรษฐศาสตร์รางวัลโนเบล ศ.ดร.เจมส์ เจ เฮคแมน
“การลงทุนพัฒนาเด็กปฐมวัยเป็นการลงทุนที่คุ้มค่าให้ผลตอบแทนแก่สังคมดีที่สุดในระยะยาว โดยคืนผลตอบแทนกลับคืนมาในอนาคตมากถึง 7 เท่า”
- เปิดตัวโครงการในการประชุม ครม. สัญจร ที่จังหวัดเชียงใหม่ เดือนมกราคม 2561



ความสำคัญของการเจริญเติบโต ทารกในครรภ์และเด็กแรกเกิด - 2 ปี



เป็นช่วงสำคัญของการพัฒนาสมอง



เป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว



เป็นช่วงของการสร้างอวัยวะ กล้ามเนื้อ ระบบกระดูก ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย
ให้สมบูรณ์ : การเจริญเติบโต องค์ประกอบของร่างกาย และการทำหน้าที่ของระบบต่าง ๆ



ป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในผู้ใหญ่



ตัดวงจรของการถ่ายทอดการขาดอาหารและโรคเรื้อรังในรุ่นลูก รุ่นหลาน



ตัดวงจรความยากจนและความหิวโหย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็กในช่วง1,000 วันแรกของชีวิตให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม จิตใจ เต็มตามศักยภาพ
2. เพื่อสร้างความมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนตามแนวทางประชารัฐ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของสตรีตั้งครรภ์ และเด็ก 0-2 ปี
3. เพื่อบูรณาการ การทำงานของกลไกทุกระดับที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองและพัฒนาประชาชนในกลุ่มสตรีตั้งครรภ์และเด็ก0-2 ปี ให้สามารถเชื่อมโยงในระดับนโยบาย กำกับดูแลและติดตามประเมินผลการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องสอดคล้องกัน
4. เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนนโยบายและยุทธศาสตร์ สู่การปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของสตรีตั้งครรภ์และเด็กปฐมวัย ของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

กรอบแนวคิดและแนวทางการดำเนินงาน มหัศจรรย์ 1,000 วันแรกของชีวิต (Child Nutrition and Development)

1,000 วันแรกของชีวิต



ทารกในครรภ์ตั้งแต่
เริ่มปฏิสนธิ



เด็กแรกเกิด ถึง
อายุ 2 ปี

กลุ่มเป้าหมาย

หญิงตั้งครรภ์
(270 วัน)

เด็ก
อายุ 0-6 เดือน
(180 วัน)

เด็ก
อายุ 6 เดือน – 2 ปี
(550 วัน)

แนวคิด

บูรณาการสุขภาพและเพิ่มกิจกรรมทางสังคมโดยอปท.ร่วมลงทุนและภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วม

บูรณาการโภชนาการ การเล่น
การนอน สุขภาพช่องปาก
สุขาภิบาลอาหารและน้ำ การ
อ่านเล่านิทาน ฝึกรวินัย มีทักษะ

ANC, WCC,
ครอบครัวคุณภาพ
โดยใช้กลไก PCC
และ MCH board

- คณะกรรมการ
พัฒนาคุณภาพชีวิต
ระดับอำเภอ (DHB)
- มาตรการทางสังคม

- สูงดีสมส่วน
(สมส่วน=ไม่อ้วน ไม่ผอม)
- พัฒนาการสมวัย

เยี่ยมบ้านหญิงตั้งครรภ์ และเด็กแรกเกิด-2 ปี เพื่อติดตามการบริโภคอาหารและให้คำแนะนำอาหารตามวัย ส่งเสริมพัฒนาการ
สุขาภิบาลอาหารและน้ำ ฟัน กิจกรรมทางกาย และการนอน เดือนละ 1 ครั้ง/ครอบครัว โดยทีม PCC/ รพช./ รพ.สต./ อสม.

สมอง

1. สมองจะพัฒนาเร็วที่สุดในช่วงระหว่างแรกเกิดถึง 3 ขวบ สมองคืออวัยวะที่เติบโตเร็วที่สุดเมื่อเทียบกับอวัยวะอื่นๆ ในร่างกาย สมองของเด็กแรกเกิดจะมีขนาดเล็กกว่าสมองของผู้ใหญ่ถึง 1 ใน 3
2. ใน 90 วัน สมองจะโตขึ้นเป็น 2 เท่า หรือประมาณ 55% ของขนาดที่โตเต็มที่
3. สมองส่วนท้าย (**cerebellum**) ที่ควบคุมในเรื่องของการเคลื่อนไหว จะเติบโตมากที่สุด ในระยะเวลาเพียง 3 เดือน สมองส่วนนี้จะโตถึง 110% ของขนาดตอนแรกเกิด



1. เด็กเกิดมาพร้อมกับเซลล์ประสาทในสมอง จำนวน 100 พันล้านเซลล์ มากกว่าเกือบ 2 เท่าของผู้ใหญ่ ทั้งที่มีขนาดสมองเล็กกว่าครึ่ง
2. เซลล์ประสาทจำนวนมากเหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็นมากต่อการเรียนรู้ ในช่วงขวบปีแรกของเด็ก ๆ และจะเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่าตอนที่เด็ก ๆ มีอายุ 3 ขวบ
3. เมื่ออายุมากขึ้นเซลล์ประสาทที่แข็งแรงเท่านั้นที่จะยังคงอยู่ ส่วนเซลล์ประสาทที่อ่อนแอก็จะแทนที่ด้วยสารสื่อประสาทแทน



หญิงตั้งครรภ์(270 วัน)

ANC คุณภาพตามชุดสิทธิประโยชน์

- ให้ **Folic acid** และ ยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก แก่เด็กผู้หญิงตั้งแต่อายุ 13 ปีขึ้นไป
- ฝากท้องก่อน 12 สัปดาห์
- ฝากครรภ์คุณภาพ 5 ครั้ง
- จ่ายยาเม็ดไอโอดีน เหล็ก โพลีก **100 % (OBIMIN AZ)**
- โรงเรียนพ่อแม่ 2 ครั้ง
- เฝ้าระวังและติดตามน้ำหนักหญิงตั้งครรภ์
- ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
- ให้คำแนะนำอาหารหญิงตั้งครรภ์ กิจกรรมทางกายที่เหมาะสมตามอายุครรภ์
- ดูแลสุขภาพช่องปาก

ยกระดับบริการ

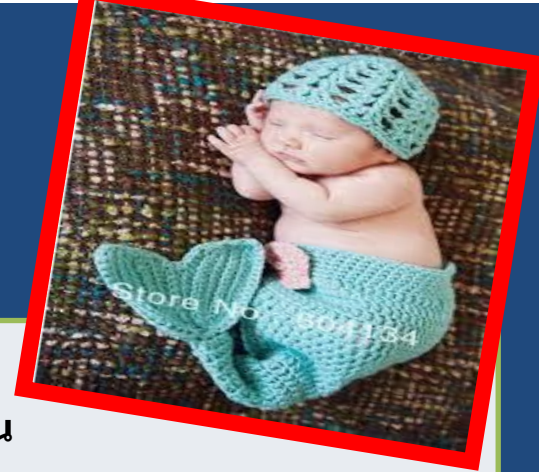
- สอนสาธิตจุดกราฟโภชนาการหญิงตั้งครรภ์และแปลผล
- สอนสาธิตอาหารหญิงตั้งครรภ์
- จ่าย **Progesterone เพื่อลด Preterm**
- ฝึกแปรงฟันแบบลงมือปฏิบัติ และ plaque control ให้คำแนะนำการนอนที่เพียงพอและปลอดภัย
- สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ยกระดับโภชนาการหญิงตั้งครรภ์

- อบรมแกนมหหญิงตั้งครรภ์ 90 วัน 90 กล้อง หรือไข่ 90 วัน 90 ฟอง หรืออาหารที่ให้พลังงานและโปรตีนสูง



เด็กอายุ 0-6 เดือน (180 วัน)



WCC คุณภาพตามชุดสิทธิประโยชน์

- ฉายยาเม็ดไอโอดีน เหล็ก โฟลิก หญิงหลังคลอดที่ให้นมลูก 6 เดือน
- ติดตามเยี่ยมหลังคลอด ครั้งแรกภายใน 7 วัน
- ฝ้าระวังและติดตามการเจริญเติบโตของเด็ก และ พัฒนาการโดยคู่มือ DSPM
- ประเมินพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
- ให้คำแนะนำเรื่อง อาหารหญิงหลังคลอด **เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว** กิจกรรมทางกาย การนอนหลับ การทำความสะอาดช่องปากเด็ก (เหงือก กระพุ้งแก้ม ลิ้น)

ยกระดับบริการ

- **ปฏิบัติตามพระราชบัญญัติควบคุมการส่งเสริมการตลาดอาหารสำหรับทารกและเด็กเล็ก พ.ศ. 2560**
- สอนสาริตอาหารหญิงให้นมบุตร
- สอนจุดกราฟการเจริญเติบโตและแปลผล
- ฝ้าระวังและติดตามพัฒนาการ โดยพ่อแม่/ผู้เลี้ยงดูเด็กใช้คู่มือ DSPM

ยกระดับโภชนาการหญิงให้นมบุตร

- อบรมแจกนมหญิงให้นมบุตร 90 วัน 90 กล้อง หรือไข่ 90 วัน 90 ฟอง หรืออาหารที่ให้พลังงานและโปรตีนสูง



เด็กอายุ 6 เดือน-2 ปี (550 วัน)

WCC คุณภาพตามชุดสิทธิประโยชน์

- จนท.ติดตาม/กระตุ้นพัฒนาการเด็กโดยใช้ DSPM/TEDA4I
- เฝ้าระวังและติดตามส่วนสูง/น้ำหนักเด็ก
- ประเมินพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
- ให้คำแนะนำเรื่อง อาหารทารกและเด็กเล็ก เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การกิน กอด อ่านเล่านิทาน เล่น เต็ม วาด การทำความสะอาดช่องปาก (เหงือก กระพุ้งแก้ม ลิ้น)
- **จ่ายยาน้ำเสริมธาตุเหล็ก**

ยกระดับบริการ

- เฝ้าระวังและติดตามส่วนสูง/น้ำหนักเด็กในชุมชน
- **เจาะเลือดเพื่อตรวจความเข้มข้นของเลือดในเด็กอายุ 6 เดือน – 1 ปี**
- สอนสาธิตอาหารทารกและเด็กอายุ 1-2 ปี
- สอนจุดกราฟการเจริญเติบโตและแปลผล
- ฝึกกินไม่ติดรสชาติ กินเป็นเวลา
- ฝึกทักษะการแปรงฟันให้เด็กแบบลงมือปฏิบัติ (hand on) และ การตรวจฟันเด็กด้วยตนเอง
- เฝ้าระวังและติดตามพัฒนาการ โดยพ่อแม่/ผู้เลี้ยงดูเด็กใช้คู่มือ DSPM
- พ่อแม่ผู้เลี้ยงดูเด็กกรอบรู้ด้านสุขภาพ

ยกระดับโภชนาการเด็กอายุ 6 เดือน-2 ปี

- อปท.แจกไข่ให้กับเด็กอายุ 6 เดือน- 2 ปี วันละ 1 ฟอง และแจกนมให้กับเด็กอายุ 1-2 ปี วันละ 1 กล่อง หรือหรืออาหารที่ให้พลังงานและโปรตีนสูง

การขับเคลื่อนมหัศจรรย์ 1,000 วันแรกของชีวิต (Child Nutrition and Development)

1. สร้างกระแสสังคมและสื่อสาร
สาธารณะทุกช่องทาง ให้หญิง
ตั้งครรภ์/พ่อแม่/ผู้เลี้ยงดูเด็กมี
ความตระหนักและรอบรู้สุขภาพ
สธ., สสส.

3. พัฒนาศักยภาพบุคลากรที่
เกี่ยวข้องทุกระดับ

สธ., สปสช., สสส.

5. จัดทำระบบข้อมูล
สารสนเทศ (ทั้งองค์
ความรู้ สถานการณ์ ผล
การดำเนินงาน สื่อต่างๆ)

สธ.

2. สร้างการมีส่วนร่วมการลงทุน
มหัศจรรย์ 1000 วันแรกของชีวิต
โดยใช้ สปสช./ สสส./ และ
งบประมาณท้องถิ่น

สปสช. สสส. ทุกกระทรวงที่เกี่ยวข้อง

4. ขับเคลื่อนมหัศจรรย์
1,000 วันโดยใช้กลไก

ทุกกระทรวงที่เกี่ยวข้องสมัยสุขภาพ

6. เยี่ยมติดตาม/
เสริมพลัง

ทุกกระทรวงที่เกี่ยวข้อง

ขยายมหัศจรรย์ 1,000 วันแรกของชีวิต สู่ 2,500 วัน

เพิ่มกลไกคณะอนุกรรมการ
ส่งเสริมการพัฒนาเด็กปฐมวัย
ระดับจังหวัด/กทม.

พัฒนาคุณภาพศูนย์เด็กเล็กให้ได้
ตามมาตรฐานสถานพัฒนาเด็ก
ปฐมวัยแห่งชาติ

เครือข่ายมีส่วนร่วม



อปท.

1. ประชาสัมพันธ์การเตรียมตัวเพื่อการตั้งครรภ์ ด้วยการสนับสนุน ให้ Folic acid และ ยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก
2. ร่วมช่วยเหลือ ดูแล หญิงตั้งครรภ์ที่มีปัญหาทุกราย ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจ และ เศรษฐกิจ
3. พัฒนาศักยภาพบทบาทความเป็นพ่อ – แม่
4. แจกนมหญิงตั้งครรภ์และหญิงให้นมบุตร 90 วัน 90 กล่อง หรือไข่ 90 วัน 90 ฟอง หรืออาหารที่ให้พลังงานและโปรตีนสูง หรือทั้งนมและไข่

เครือข่ายมีส่วนร่วม



อปท.

1. ร่วมประชาสัมพันธ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. แจกไข่ให้กับเด็กอายุ 6 เดือน - 2 ปี วันละ 1 ฟอง และแจกนมให้กับเด็กอายุ 1-2 ปี วันละ 1 กล่อง หรืออาหารที่ให้พลังงานและโปรตีนสูง
3. ให้การช่วยเหลือ ดูแล ครอบครัวที่มีปัญหา
4. พัฒนาศูนย์เด็กเล็ก ให้น่าอยู่ “มั่นคง แข็งแรง สะอาด ปลอดภัย เป็นระเบียบเรียบร้อย”
5. พัฒนาศักยภาพครูผู้ดูแลเด็กทั้งด้านทักษะการดูแลเด็กปฐมวัย และ ด้านคุณธรรม
6. สร้างศูนย์การเรียนรู้ ที่สามารถพัฒนาทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สมรรถนะ คุณธรรม ผ่านประสบการณ์จริง และ จากการเล่น (ดิน น้ำ ทราย โคลน)

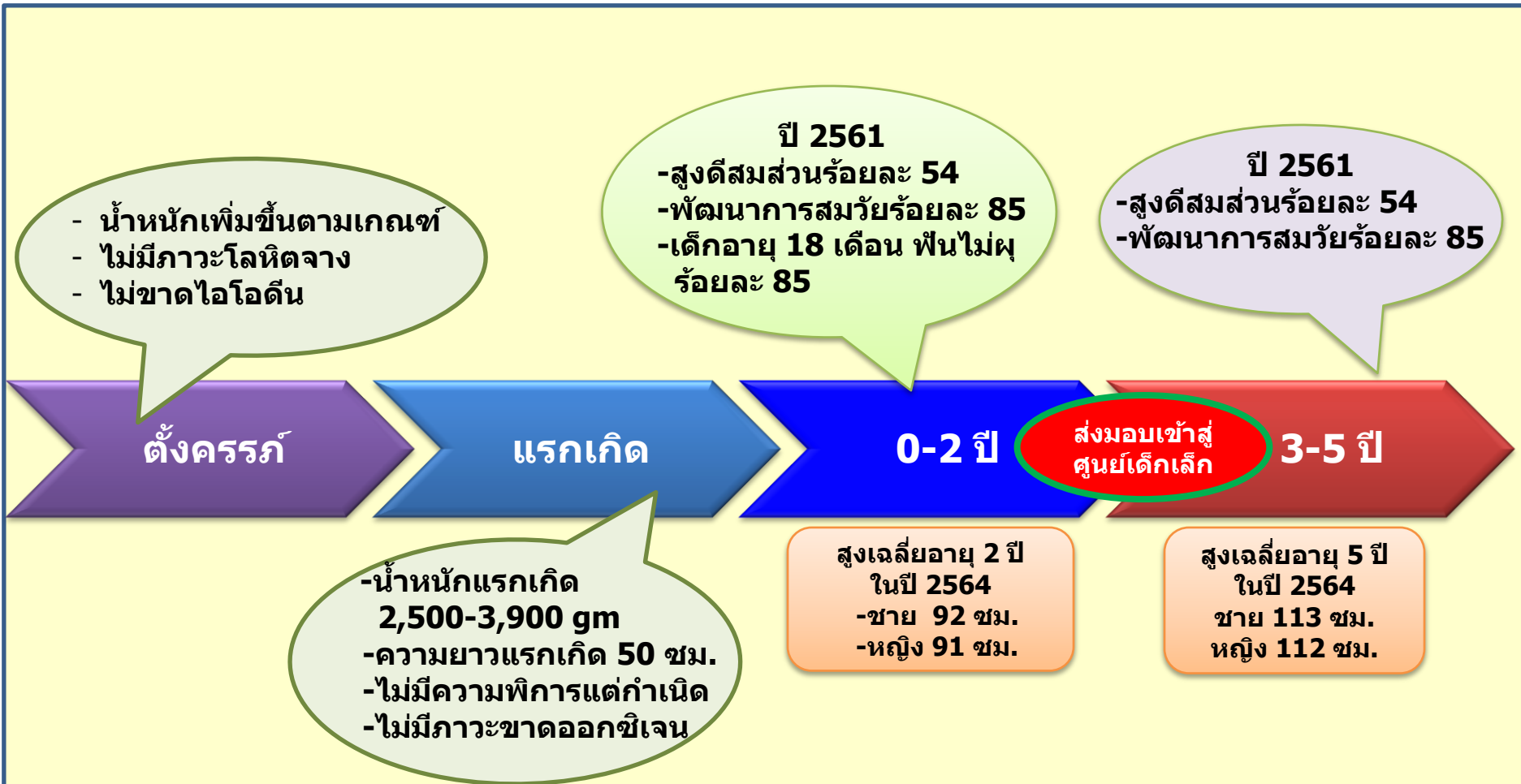
เครือข่ายมีส่วนร่วม

อสม.

1. ฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงวัยรุ่นในหมู่บ้าน
2. ประชาสัมพันธ์ และ ติดตาม การให้ Folic acid และ ยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก แก่หญิงวัยเจริญพันธุ์ ตั้งแต่อายุ 13 ปีขึ้นไป
3. ประชาสัมพันธ์และค้นหาหญิงตั้งครรภ์เพื่อการฝากครรภ์ครั้งแรกก่อนอายุครรภ์ 12 สัปดาห์
4. ติดตามการเข้ารับบริการฝากครรภ์ตามเกณฑ์ 5 ครั้ง
5. ติดตามการเยี่ยมหลังคลอดครั้งแรกภายใน 7 วัน หลังคลอด
6. ฝ้าระวังและติดตามการได้รับวัคซีน วัคซีนความยาว, ส่วนสูง/ชั่งน้ำหนัก และพัฒนาการเด็ก



ผลลัพธ์ที่พึงประสงค์



ยุทธศาสตร์สำคัญ

H: Health Literacy

- ส่งเสริมความรู้ สร้างความตระหนัก ประชาชนกลุ่มแม่และเด็ก
- ส่งเสริมการใช้ สมุดสีชมพู , คู่มือ DSPM/DAIM

A : Appreciation

- พัฒนาระบบการสื่อสารเครือข่าย ด้วย Digital Management
- พัฒนาระบบเฝ้าระวัง และการรายงานข้อมูล
- เสริมพลังและสร้างคุณค่าภาคีเครือข่าย

P : PIRAB

การบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ

- ความพร้อมสถานที่ให้บริการ/คู่มือ/อุปกรณ์

P: Provincial Health Board

- เสริมสร้างการมีส่วนร่วม ของทุกภาคี เพื่อดูแลสุขภาพแม่และเด็ก

E: Empowerment

- เพิ่มศักยภาพเจ้าหน้าที่และภาคีเครือข่าย
- พัฒนาเครือข่าย อสม. เจ้าหน้าที่ สร.ใน การติดตามช่วยเหลือกลุ่มเสี่ยง/ปกติ

N : Neo-Health

- ปรับระบบบริการให้เหมาะสมและมีคุณภาพ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย



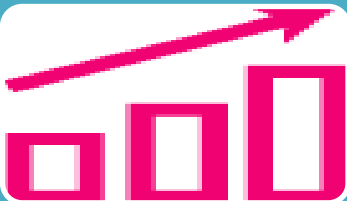
กำหนด "มหัศจรรย์ 1000 วันแรกของชีวิต" เป็นนโยบายของรัฐบาล



ขับเคลื่อนมหัศจรรย์ 1000 วันแรกของชีวิต ทั่วประเทศ โดยใช้กลไกการทำงานร่วมกันของภาคีเครือข่าย



บูรณาการความร่วมมือ 4 กระทรวงหลัก ร่วมกับหน่วยงานอื่นๆที่เกี่ยวข้องตามบทบาท/ภารกิจ



กำกับติดตามและประเมินผล โดยการตรวจราชการแบบบูรณาการ



Thank You !