

# แผนสุขภาพจังหวัดอ่างทอง

แผน : เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน  
สูงดีมีส่วนร่วม



สมยศ แสงหิ่งห้อย

หัวหน้ากลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอ่างทอง

# แผนสุขภาพจังหวัดอ่างทอง : แผนเด็กปฐมวัย และเด็กวัยเรียนสูงดีสมส่วน

เด็กปฐมวัย และเด็กวัยเรียนจังหวัดอ่างทอง มีส่วนสูงระดับดีและรูปร่างสมส่วนตามเป้าหมาย

เป้าประสงค์

ตัวชี้วัด

1. ร้อยละของเด็กปฐมวัย (0 – 5 ปี) สูงดีสมส่วน ร้อยละ 63
2. ส่วนสูงเฉลี่ยเด็กอายุ 5 ปี - เด็กชาย 113 ซม. - เด็กหญิง 112 ซม.

3. ร้อยละของเด็กวัยเรียน สูงดีสมส่วน ร้อยละ 74
4. ส่วนสูงเฉลี่ยที่อายุ 12 ปี - เด็กชาย 154 ซม. - เด็กหญิง 155 ซม.

มาตรการ

1. เสริมสร้างร่วมมือภาคีเครือข่ายในการดูแลสุขภาพเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน

2. ปรับเปลี่ยนและส่งเสริมพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโต

กลยุทธ์

1.1 ขับเคลื่อนผ่านระบบสุขภาพอำเภอ (DHS)

1.2 พัฒนาศักยภาพบุคลากรในการจัดการภาวะการเจริญเติบโต

1.3 พัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศและการรายงานผลที่มีคุณภาพ

2.1 แก้ไขปัญหาเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินและส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์

2.2 พัฒนารูปแบบ/นวัตกรรม การส่งเสริมและแก้ไข ภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน

2.3 สื่อสาร ประชาสัมพันธ์ เสริมสร้างความรู้

กิจกรรม

- กำหนดให้เป็นประเด็น ODOP ในระบบสุขภาพอำเภอ (DHS)
- กำหนดผู้รับผิดชอบโครงการเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนสูงดีสมส่วน (Project Manager) ระดับอำเภอ
- กำกับ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานระดับอำเภอ และตำบล

- พัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขระดับอำเภอและตำบล ในการจัดการน้ำหนักเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง (Smart Kids Coacher)
- พัฒนาศักยภาพครูที่เลี้ยงศูนย์เด็กเล็กในการจัดการน้ำหนักเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง (Smart Kids Coacher)
- พัฒนาศักยภาพครูในการจัดการน้ำหนักเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง (Smart Kids Coacher)
- จัดทำแนวปฏิบัติการจัดการน้ำหนักเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง

- บันทึกข้อมูลเฝ้าระวังภาวะโภชนาการเด็กแรกเกิด – 5 ปี และเด็กวัยเรียน ในโปรแกรม HOSXP ให้ครบถ้วน ทันเวลา
- ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กแรกเกิด – 5 ปี ทุก 3 เดือน
- ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง
- สนับสนุนโปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการ ในเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนให้กับศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียน

- สืบค้นศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนที่มีเด็กอ้วนเกินเกณฑ์ และสูงดีสมส่วนต่ำกว่าเกณฑ์
- คัดเลือกเด็กในศูนย์เด็กเล็ก และนักเรียนในโรงเรียนที่อ้วนเกินเกณฑ์ และส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์
- ศูนย์เด็กเล็กจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการกระโดดโลดเต้น และอาหารที่เหมาะสม
- โรงเรียนจัดกิจกรรมที่ส่งเสริม การรับประทาน อาหาร ออกกำลังกาย ต็ม นม นอนนาน (2 อ 2 น)
- สร้างความร่วมมือ ฝปด.
- บันทึก/ประเมินพฤติกรรมนักเรียน
- จัดทำระบบการส่งต่อไปยังคลินิก DPAC ของโรงพยาบาล

- สร้างแรงจูงใจ โดยจัดแข่งขันการออกกำลังกายของนักเรียนที่ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์
- ประกวดหนุนน้อยสุขภาพดี สูงดีสมส่วน ในศูนย์เด็กเล็ก
- ประกวดศูนย์เด็กเล็ก และโรงเรียนในการดำเนินการแก้ไขและส่งเสริมภาวะโภชนาการ
- จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และยกย่องเชิดชูเกียรติศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียน และเครือข่ายอำเภอ ที่ประสบความสำเร็จในการส่งเสริมและแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน

- รณรงค์สร้างกระแส อาหาร ออกกำลังกาย ต็ม นม นอนนาน (2 อ 2 น)
- เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนสูงดีสมส่วน

# การแปลผลภาวะโภชนาการ

ส่วนสูง / อายุ

เตี้ย

ค่อนข้างเตี้ย

ส่วนสูงตามเกณฑ์  
ค่อนข้างสูง  
สูง



น้ำหนัก / อายุ

น้อยกว่าเกณฑ์

ค่อนข้างน้อย

น้ำหนักตามเกณฑ์

น้ำหนักค่อนข้างมาก

น้ำหนักมากเกินไป

ผอม

ค่อนข้างผอม

สมส่วน

ท้วม

เริ่มอ้วน

อ้วน



น้ำหนัก / ส่วนสูง



## กลุ่มเด็กปฐมวัย

ตัวชี้วัด	เป้าหมายตัวชี้วัด			
	2561	2562	2563	2564
1. ร้อยละของเด็กปฐมวัย (0 – 5 ปี) สูงดีสมส่วน	54	57	60	63
2. ส่วนสูงเฉลี่ยเด็กอายุ 5 ปี				
- เด็กชาย (ชม.)				113
- เด็กหญิง (ชม.)				112

## กลุ่มเด็กวัยเรียน

ตัวชี้วัด	เป้าหมายตัวชี้วัด			
	2561	2562	2563	2564
3. ร้อยละของเด็กวัยเรียน สูงดีสมส่วน	68	70	72	74
4. ส่วนสูงเฉลี่ยที่อายุ 12 ปี				
- เด็กชาย (ชม.)				154
- เด็กหญิง (ชม.)				155



**อ**  
**อาหาร**

---

ครบ 5 หมู่  
ครบ 3 มื้อ

**2 อ**

**อ**  
**ออกกำลังกาย**

---

วันละ 30 นาที  
เน้นแรงกระแทก  
ของข้อ



เด็กอ้วนทอง  
สูงดีสมส่วน

**น**  
**ดื่มนม**

---

เน้นนมจืด  
วันละ 2 แก้ว

**2 น**

**น**  
**นอนนาน**

---

วันละ  
8-10 ชม.



**แผนสุขภาพจังหวัดอ่างทอง  
แผนเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนสูงดีมีส่วนร่วม**



**โครงการส่งเสริมการเจริญเติบโตสูงดีมีส่วนร่วม  
(Angthong Smart Kids)  
ปีงบประมาณ 2560**

# Small Success

ตัวชี้วัดผลลัพธ์	เป้าหมาย 3 เดือน	เป้าหมาย 6 เดือน	เป้าหมาย 9 เดือน	เป้าหมาย 12 เดือน
<p><b>1. ร้อยละของเด็กปฐมวัย (0 – 5 ปี) สูงดีสมส่วน</b></p>	<p>1. มีแผนส่งเสริมและแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย และเด็กวัยเรียนให้สูงดีสมส่วนของอำเภอ</p>	<p>1. มีข้อมูลภาวะโภชนาการ ของเด็กปฐมวัย และเด็กวัยเรียน ที่ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายไม่น้อยกว่าร้อยละ 80</p>	<p>1. โรงเรียนดำเนินการตามกิจกรรม Smart Kids Coacher และ 2 อ 2 น ร้อยละ 100</p>	<p>1. เด็กปฐมวัย (0 – 5 ปี) สูงดีสมส่วน ร้อยละ 54</p>
<p><b>2. ร้อยละของเด็กวัยเรียน (6 – 14 ปี) สูงดีสมส่วน</b></p>	<p>2. มีผู้รับผิดชอบโครงการเด็กปฐมวัย และเด็กวัยเรียนสูงดีสมส่วน (Project Manager) ระดับอำเภอ</p> <p>3. มีการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุข ครูศูนย์เด็กเล็ก และครูประถมศึกษา เรื่องการจัดการน้ำหนักเด็กอ้วน (Smart Kids Coacher)</p>	<p>2. โรงเรียนดำเนินการตามกิจกรรม Smart Kids Coacher และ 2 อ 2 น ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50</p>	<p>2. จัด challenge day แข่งขัน กระโดดเชือกของนักเรียน ที่ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ระดับอำเภอ ครบทุกอำเภอ</p>	<p>2. เด็กวัยเรียน (6 – 14 ปี) สูงดีสมส่วน ร้อยละ 68</p>

# กิจกรรมการดำเนินงาน

## มาตรการที่ 1 เสริมสร้างความร่วมมือภาคีเครือข่ายในการดูแล สุขภาพเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน

### กลยุทธ์ที่ 1 ขับเคลื่อนผ่านระบบ สุขภาพอำเภอ (DHS)

สสจ	CUP	สสอ.
<p>1. จัดทำคำสั่งแต่งตั้ง ผู้รับผิดชอบโครงการเด็ก ปฐมวัยและเด็กวัยเรียนสูงดี มีส่วนร่วม (Project Manager) ระดับอำเภอ</p> <p>2. กำกับ ติดตาม และ ประเมินผล การดำเนินงาน ระดับอำเภอ</p>	<p>1. กำหนดให้การดำเนินงาน สูง ดีมีส่วนร่วมของเด็กปฐมวัย และ วัยเรียนเป็นประเด็น ODOP ในระบบ สุขภาพอำเภอ (DHS)</p> <p>2. กำหนดผู้รับผิดชอบโครงการ เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนสูง ดี ร่วมมีส่วนร่วม (Project Manager) ระดับอำเภอ</p>	<p>1. กำกับ ติดตาม และ ประเมินผลการ ดำเนินงาน ระดับตำบล</p>



# กิจกรรมการดำเนินงาน

## มาตรการที่ 1 เสริมสร้างความร่วมมือภาคีเครือข่ายในการดูแล สุขภาพเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน

### กลยุทธ์ที่ 2 พัฒนาศักยภาพบุคลากรในการส่งเสริมการเจริญเติบโต

สสจ	CUP
<p>1. อบรมบุคลากรสาธารณสุขระดับอำเภอ และตำบล ในการจัดการน้ำหนักรเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง (Smart Kids Coacher) ครู ก</p> <p>2. จัดทำแนวปฏิบัติการจัดการน้ำหนักรเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง</p>	<p>1. อบรมครูพี่เลี้ยง ศูนย์เด็กเล็ก ในส่งเสริม พัฒนาการ โภชนาการ การจัดการน้ำหนักรเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง (Smart Kids Coacher) ครู ข</p> <p>2. อบรมครู ในการจัดการน้ำหนักรเด็กอ้วน และส่งเสริมความสูง (Smart Kids Coacher) ครู ข</p>

# กิจกรรมการดำเนินงาน

## มาตรการที่ 1 เสริมสร้างความร่วมมือภาคีเครือข่ายในการดูแล สุขภาพเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน

### กลยุทธ์ที่ 3 พัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศและการรายงานผลการดำเนินงานที่มี คุณภาพ

สสจ	สสอ.	รพท. รพช. รพสต.
<ol style="list-style-type: none"><li>1. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กแรกเกิด – 5 ปี ทุก 3 เดือน</li><li>2. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง</li><li>3. สนับสนุนโปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการ ในเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนให้กับศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียน</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กแรกเกิด – 5 ปี ทุก 3 เดือน</li><li>2. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. บันทึกข้อมูลการชั่งน้ำหนัก และ ส่วนสูงเด็กแรกเกิด – 5 ปี และเด็กวัยเรียน ในโปรแกรม HOSxP ให้ครบถ้วน ทันเวลา</li><li>2. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กแรกเกิด – 5 ปี ทุก 3 เดือน</li><li>3. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง</li></ol>

# กิจกรรมการดำเนินงาน

## มาตรการที่ 2 ปรับเปลี่ยนและส่งเสริมพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโต

### กลยุทธ์ที่ 1 แก้ไขปัญหาเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินและส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์

สสจ	สสอ.	รพท. รพช. รพสต.
1. จัดทำระบบการส่งต่อเด็กอ้วนเพื่อรับการตรวจรักษาที่คลินิก DPAC ของโรงพยาบาล	1. สำรวจและจัดทำทะเบียนศูนย์เด็กเล็ก และโรงเรียนที่มีเด็กอ้วนเกินเกณฑ์ และสูงตีสมส่วนต่ำกว่า เกณฑ์	1. สำรวจและจัดทำทะเบียนศูนย์เด็กเล็ก และโรงเรียน ที่มีเด็กอ้วนเกินเกณฑ์ และสูงตีสมส่วนต่ำกว่า เกณฑ์ 2. คัดเลือกเด็กในศูนย์เด็กเล็ก และนักเรียนในโรงเรียนที่ อ้วนเกิน เกณฑ์ และส่วนสูงต่ำกว่า เกณฑ์ 3. ศูนย์เด็กเล็กจัดกิจกรรมที่ ส่งเสริมการกระโดดโลดเต้นและอาหารที่ เหมาะสมให้แก่เด็กที่อ้วนเกินเกณฑ์และส่วนสูง ต่ำกว่าเกณฑ์

# กิจกรรมการดำเนินงาน

## มาตรการที่ 2 ปรับเปลี่ยนและส่งเสริมพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโต

### กลยุทธ์ที่ 1 แก้ไขปัญหาเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินและส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์

สสจ	สสอ.	รพท. รพช. รพสต.
		<p>4. โรงเรียนจัดกิจกรรม ที่ส่งเสริมการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย ตีมนม นอนนาน (2 อ 2 น) ให้แก่เด็กที่อ้วน เกินเกณฑ์ และส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์</p> <p>5. ให้นักเรียนบันทึกพฤติกรรมการรับประทานอาหาร การ ออกกำลังกาย การตีมนม และการนอน ในสมุดบันทึกการ ตรวจสอบสุขภาพด้วยตนเอง</p> <p>6. ประเมินพฤติกรรมการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การตีมนม และการนอน ของเด็กวัยเรียน</p>

# กิจกรรมการดำเนินงาน

## มาตรการที่ 2 ปรับเปลี่ยนและส่งเสริมพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโต

### กลยุทธ์ที่ 2 พัฒนารูปแบบ/นวัตกรรมการส่งเสริมและแก้ไขปัญหาโภชนาการเด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน

สสจ	CUP	รพท. รพช. รพสต.
<p>1. จัด challenge day แข่งขันกระโดดเชือกของ นักเรียนที่สวนสูง ต่ำกว่าเกณฑ์ ระดับอำเภอ โดยแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ประเภทเดี่ยว</li><li>- ประเภททีม</li></ul> <p>2. ประกวดศูนย์เด็กเล็ก และโรงเรียนในการดำเนินการแก้ไขและส่งเสริมภาวะโภชนาการ ระดับจังหวัด</p> <p>3. จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และยกย่องเชิดชูเกียรติศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียน และเครือข่ายอำเภอ ที่ประสบความสำเร็จ</p>	<p>1. จัด challenge day แข่งขันกระโดดเชือกของ นักเรียนที่สวนสูง ต่ำกว่าเกณฑ์ ระดับอำเภอ โดยแบ่งเป็น 2 ประเภท</p> <p>2. ประกวดหนุนน้อยสุขภาพดี สูงดีสมส่วน ในศูนย์เด็กเล็ก</p> <p>3. ประกวดศูนย์เด็กเล็ก และโรงเรียนในการดำเนินการแก้ไขและส่งเสริมภาวะโภชนาการ ระดับอำเภอ</p>	<p>1. ส่งศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียน และนักเรียนเข้าร่วมประกวด</p>

# กิจกรรมการดำเนินงาน

## มาตรการที่ 2 ปรับเปลี่ยนและส่งเสริมพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโต

**กลยุทธ์ที่ 3** สื่อสารประชาสัมพันธ์เสริมสร้างความรอบรู้เรื่องการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย การดื่มนม และการนอน

สสจ	CUP	รพท. รพช. รพสต.
1. รณรงค์สร้างกระแส อาหาร ออกกำลังกาย ดื่มนม นอนนาน (2 อ 2 น)	1. รณรงค์สร้างกระแส อาหาร ออกกำลังกาย ดื่มนม นอนนาน (2 อ 2 น)	1. รณรงค์สร้างกระแส อาหาร ออกกำลังกาย ดื่มนม นอนนาน (2 อ 2 น)
2. เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน สูงดีสมส่วน	2. เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน สูงดีสมส่วน	2. เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียน สูงดีสมส่วน

**SUCCESS**



**THANK YOU!**

