



การส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผล
ให้กับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านอย่างมีประสิทธิภาพ
Effective Enhancement of Health Literacy on the Rational Drug Use
among Village Health Volunteers

พิมพกา ปัญโญใหญ่¹ ฉยฉญา ธนกิจธรรมกุล² ศิรกาญจน์ ฉันทเฉลิมพงศ์²

Pimpaka Panyoyai¹ Nayada Thanakijtummakul² Sirakarn Chantachaloempong²

¹ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ Assistant Professor, McCormick Faculty of Nursing, Payap University

²อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ Lecturer, McCormick Faculty of Nursing, Payap University

Corresponding author, Pimpaka Panyoyai, Email: pimpaka_p@payap.ac.th

บทคัดย่อ

การใช้ยาไม่สมเหตุผลเป็นปัญหาด้านสาธารณสุขที่เกิดขึ้นทั่วโลกทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เป็นบุคลากรสุขภาพที่ใกล้ชิดประชาชน มีบทบาทในการร่วมดูแลสุขภาพประชาชนในชุมชน จึงควรได้รับการส่งเสริมให้มีความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผล เพื่อลดปัญหาการใช้ยาที่ไม่สมเหตุผลของประชาชน

บทความวิชาการนี้มุ่งเสนอการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผล ตามระดับการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพของ คอน นัทบีม ใน 3 ระดับ ได้แก่ 1) ระดับพื้นฐาน 2) ระดับปฏิสัมพันธ์ 3) ระดับวิจารณ์ ตามองค์ประกอบความรู้ด้านสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข ประกอบด้วย 1) การเข้าถึงบริการสุขภาพและข้อมูลสุขภาพ 2) ความรู้ความเข้าใจ 3) ทักษะการสื่อสาร 4) ทักษะการตัดสินใจ 5) การรู้เท่าทันสื่อ 6) การจัดการตนเอง และการส่งเสริมปัจจัยความสำเร็จของการส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ อสม. ได้แก่ การส่งเสริมความรู้ตามลำดับขั้นตอน และรูปแบบกิจกรรมส่งเสริมให้เกิดความสามารถและทักษะความรู้ ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับการส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ อสม. อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่

คำสำคัญ ความรู้ด้านสุขภาพ การใช้ยาอย่างสมเหตุผล อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

Abstract

Irrational drug use is a significant global public health issue that impacts individuals, families, and communities. Village Health Volunteers (VHVs) serve as community-based healthcare personnel closely connected with the public. They play a vital role in the healthcare for community members. Therefore, they should be

encouraged to have a thorough understanding of rational drug use to reduce the issue of irrational drug use among the community population.

This article aims to describe the enhancement of health literacy in rational drug use (RDU) based on Nutbeam's three levels of health literacy development: 1) functional health literacy, 2) interactive health literacy, and 3) critical health literacy. Additionally, it is aligned with the health literacy components outlined by the Ministry of Public Health, which include: 1) health service accessibility, 2) cognitive skills, 3) communication skills, 4) decision-making skills, 5) media literacy, and 6) self-management. The success factors for promoting rational drug use literacy among Village Health Volunteers (VHVs) involve fostering literacy through a step-by-step approach and implementing activities designed to develop the capabilities and skills. This serves as a guideline for enhancing rational drug use literacy among VHVs, which can be customized to fit each area's context.

Keywords health literacy, rational drug use (RDU), Village Health Volunteers (VHVs)

บทนำ

การใช้ยาไม่สมเหตุผลเป็นปัญหาใหญ่ระดับโลก ส่งผลให้เกิดปัญหาความไม่ปลอดภัยจากการใช้ยา ปัญหาเชื้อดื้อยาต้านจุลชีพ ทำให้ผู้ป่วยต้องนอนโรงพยาบาลนานขึ้น มีอัตราการเสียชีวิตสูงขึ้น นำไปสู่ความสูญเสียด้านเศรษฐกิจอย่างน้อยปีละ 4,000-5,000 ล้านดอลลาร์ในสหรัฐอเมริกา สำหรับประเทศไทย คาดว่ามีมูลค่าสูญเสียทางเศรษฐกิจ ปีละกว่า 40,000 ล้านบาทจากการเจ็บป่วยและเสียชีวิตก่อนวัยอันควร โดยส่วนหนึ่งมีสาเหตุมาจากการใช้ยาไม่เหมาะสมหรือใช้ยาเกินความจำเป็น เช่น สั่งใช้ยาโดยไม่มีข้อบ่งชี้ มีวิธีการใช้ยา ขนาด และระยะเวลาไม่ถูกต้อง จากผลสำรวจร้านค้าปลีกในระดับตำบล ปี พ.ศ. 2560 จำนวน 4,128 ร้าน ใน 23 จังหวัด และ ปี พ.ศ. 2561 จำนวน 887 ร้าน ใน 28 จังหวัด พบว่า ร้านค้าปลีกจำนวนมากขายยาอันตราย เช่น ยาปฏิชีวนะ ยาสเตอรอยด์ที่เป็นยาควบคุมพิเศษ พบผลิตภัณฑ์ที่ลักลอบเจือปนสาร สเตอรอยด์ใน

ยาแผนโบราณ ยาสมุนไพร รวมทั้งมีการโฆษณายาที่ไม่ถูกต้อง (กองบริหารการสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, 2563) ทำให้ประเทศไทยต้องดำเนินงานเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผล (Rational drug use: RDU) มาอย่างต่อเนื่อง โดยปี พ.ศ. 2536 กำหนดให้การใช้ยาอย่างเหมาะสมเป็นนโยบายแห่งชาติจนถึงปัจจุบัน ซึ่งในแผนปฏิบัติการด้านการพัฒนาระบบยาของประเทศไทย พ.ศ. 2566-2570 มียุทธศาสตร์เกี่ยวกับการพัฒนาคลังคู่ประเทศใช้ยาอย่างสมเหตุผลโดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน มุ่งเน้นที่การพัฒนาคลังสร้างความรอบรู้ด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผล (RDU literacy) ให้กับ ผู้เกี่ยวข้อง ใน ระบบ ยา (คณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข, 2566) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) นับเป็นหนึ่งในทีมการดูแลต่อเนื่อง (Continuity of care: COC) ที่มีส่วนร่วมผลักดันให้มีการทำงานยาปลอดภัยที่เป็นมาตรฐานในระดับตำบล และมีความเชื่อมโยงกับ

การพัฒนาระบบบริการ (Service plan) ของ
กระทรวงสาธารณสุข (กองบริหารการ
สาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, 2563)

ความรู้ด้านสุขภาพ (Health literacy)
เป็นทักษะทางการรับรู้และทางสังคม ซึ่งเป็น
ตัวกำหนดแรงจูงใจและความสามารถของปัจเจก
บุคคลในการที่จะเข้าถึง เข้าใจ และใช้ข้อมูลใน
วิธีการต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมและคงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดี
ของตนเอง (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541;
World Health Organization, 1998) อสม. นับเป็น
บุคลากรด้านหน้าที่ปฏิบัติงานในพื้นที่จริง อสม.
จึงจำเป็นต้องมีความรอบรู้ในการใช้ยาอย่าง
สมเหตุสมผลตามแผนพัฒนาสุขภาพของกระทรวง
สาธารณสุข โดยควรได้รับการส่งเสริมให้มีองค์
ความรู้เกี่ยวกับความรู้ด้านสุขภาพผสมผสาน
กับความรู้ด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผล และ
จำเป็นต้องมีเจตคติที่เอื้อต่อการใช้ยาอย่างสม
เหตุสมผล จนสามารถนำไปปรับใช้ในดูแลสุขภาพ
ของประชาชนในชุมชนตามบริบทได้

การใช้ยาอย่างสมเหตุสมผล

องค์การอนามัยโลกให้คำจำกัดความของ
การใช้ยาอย่างสมเหตุสมผล (Rational drug use:
RDU) ว่าหมายถึง “ผู้ป่วยได้รับยาที่เหมาะสมกับ
ปัญหาสุขภาพ โดยใช้ยาในขนาดที่เหมาะสมกับ
ผู้ป่วยแต่ละราย ด้วยระยะเวลาการรักษาที่
เหมาะสม และมีค่าใช้จ่ายน้อยที่สุดต่อผู้ป่วยและ
ชุมชน” (Patients receive medications appropriate
to their clinical needs, in doses that meet their
own individual requirements, for an adequate
period of time, and at the lowest cost to them and

their community) (World Health Organization,
1985) สำหรับประเทศไทยได้ดำเนินงานเกี่ยวกับ
การใช้ยาอย่างสมเหตุสมผลอย่างต่อเนื่อง ดัง
ปรากฏในนโยบายแห่งชาติด้านยา พ.ศ. 2536
กำหนดให้มีการใช้ยาอย่างเหมาะสม ให้เกิด
ประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด ลดจำนวน
ยาที่ต้องสูญเสียไปโดยเปล่าประโยชน์ ต่อมา
รัฐบาลได้กำหนดนโยบายแห่งชาติด้านยาและ
ยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบยาแห่งชาติ เพื่อ
ปรับปรุงนโยบายแห่งชาติด้านยาให้เหมาะสมกับ
บริบทของประเทศที่เปลี่ยนแปลงไป ปัจจุบันมี
แผนปฏิบัติการด้านการพัฒนาระบบยาของ
ประเทศไทย พ.ศ. 2566-2570 วิสัยทัศน์ คือ ระบบ
ยาที่มั่นคงบนพื้นฐานของการวิจัยและพัฒนา
ประชาชนเข้าถึงยาคุณภาพอย่างทั่วถึงและ
ปลอดภัย ประกอบด้วย 4 ยุทธศาสตร์ ได้แก่ 1)
ส่งเสริมอุตสาหกรรมยาโดยร่วมวิจัยและพัฒนา
นวัตกรรมให้เกิดความมั่นคงด้านสุขภาพ 2)
พัฒนากลไกการเข้าถึงยาถ้วนหน้า ราคาที่สม
เหตุสมผลทั้งในภาวะปกติและภาวะฉุกเฉิน 3) พัฒนา
กลไกคู่ประเทศใช้ยาอย่างสมเหตุสมผล โดยการมี
ส่วนร่วมของทุกภาคส่วน และ 4) การจัดการ
สารสนเทศเพื่อจัดการระบบยา (คณะกรรมการ
พัฒนาระบบยาแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข,
2566)

การพัฒนากลไกคู่ประเทศใช้ยาอย่าง
สมเหตุสมผลโดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน มี
วัตถุประสงค์เพื่อออกแบบและสร้างความ
เข้มแข็งระบบการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผลและ
ปลอดภัยของประเทศไทยสู่ระบบงานประจำ มี
กลวิธีอย่างหนึ่ง คือ พัฒนากลไกสร้างความรอบรู้

ด้านการใช้อย่างสมเหตุผลของผู้เกี่ยวข้องในระบบยา และมาตรการอย่างหนึ่ง คือ ออกแบบระบบสุขภาพของชุมชน โดยพัฒนาให้มี Health literate organization (HLO) และ Health literate community (HLC) ด้านการใช้อย่างสมเหตุผลและปลอดภัย รวมถึงการไม่ใช้ยาในการดูแลสุขภาพเมื่อเจ็บป่วย (คณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข, 2566) โดย อสม. เป็นหนึ่งในทีมการดูแลต่อเนื่อง (COC) ที่มีสหสาขาวิชาชีพ ได้แก่ แพทย์ เกษัตริกร ทันตแพทย์ พยาบาล วิชาชีพ นักกายภาพบำบัด นักวิชาการสาธารณสุข บุคลากรสาธารณสุขอื่น และภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชน ร่วมกันผลักดันให้มีการทำงานปลอดภัยที่เป็นมาตรฐานในระดับตำบล และมีความเชื่อมโยงกับการพัฒนา Service plan ของกระทรวงสาธารณสุข โดย อสม. มีบทบาทในการให้ความรู้เรื่องการใช้จ่ายพื้นฐาน ข้อระวังการซื้อยาปฏิชีวนะ ยาที่สงสัยว่าไม่ปลอดภัยที่จำหน่ายในชุมชน พร้อมทั้งคอยเฝ้าระวังรถเร่ที่นำยามาจำหน่ายในชุมชน สรุปผลประจำเดือน รายงานผล และส่งต่อข้อมูลความเล็งด้านยาต่อโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) (กองบริหารการสาธารณสุขกระทรวงสาธารณสุข, 2563)

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

อสม. มีชื่อเรียกภาษาอังกฤษว่า Village Health Volunteer (VHV) หมายถึง บุคคลที่ได้รับการคัดเลือกจากหมู่บ้านหรือชุมชน ซึ่งผ่านการฝึกอบรมมาตรฐานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านที่คณะกรรมการกลางกำหนดตามระเบียบกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยอาสาสมัคร

สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน พ.ศ. 2554 และได้รับหนังสือรับรองความรู้ความสามารถจากกระทรวงสาธารณสุข โดยระบุว่า ผู้ที่เป็น อสม. ต้องมีอายุไม่ต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์ มีชื่อในทะเบียนบ้านและอาศัยอยู่ประจำในหมู่บ้านที่จะเป็น อสม. ไม่ต่ำกว่า 6 เดือน สามารถอ่านออกเขียนได้ สมครใจ และเสียสละช่วยเหลืองานสาธารณสุข มีความต้องการพัฒนาชุมชนของตนเอง มีความประพฤติอยู่ในกรอบศีลธรรมอันดี ได้รับความไว้วางใจ และยกย่องจากประชาชน มีสุขภาพดีทั้งกายและใจ มีพฤติกรรมทางด้านสุขภาพที่เป็นแบบอย่าง และมีเวลาให้กับการทำงานในบทบาท อสม. อีกทั้ง อสม. ยังมีบทบาทสำคัญในการทำงานร่วมกับบุคลากรด้านสุขภาพ โดยเป็นส่วนหนึ่งของผู้นำการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมสุขภาพอนามัย (Change agents) การสื่อข่าวสารสาธารณสุข การแนะนำเผยแพร่ความรู้ การวางแผน ประสานกิจกรรมพัฒนาสาธารณสุข และให้บริการสาธารณสุข เช่น การส่งเสริมสุขภาพ การเฝ้าระวังและป้องกันโรค การช่วยเหลือและรักษาพยาบาลขั้นต้น โดยใช้จ่ายและเวชภัณฑ์ตามขอบเขตที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด การส่งต่อผู้ป่วยไปรับบริการฟื้นฟูสภาพ และการคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ (กองสุศึกษา กระทรวงสาธารณสุข, 2560) ทั้งนี้โดยมีบุคลากรด้านสุขภาพเป็นพี่เลี้ยงเป็นผู้ให้คำปรึกษาในการทำงาน

อสม. เป็นกลไกหนึ่งที่สำคัญในการขับเคลื่อนงานสุขภาพภาคประชาชน เป็นบุคลากรสุขภาพที่อยู่ใกล้ชิดประชาชน มีบทบาทในการพัฒนาสุขภาพของประชาชนในชุมชน จากแผนยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี ด้านสาธารณสุข (พ.ศ. 2560-2579) มุ่งพัฒนาศักยภาพภาคีเครือข่าย

สุขภาพภาคประชาชนโดยเฉพาะ อสม. ให้เป็น
สมาร์ต อสม. 4.0 ให้มีทักษะในการใช้เทคโนโลยี
ดิจิทัล ให้มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ เป็นจิตอาสา
และเป็นผู้ดำเนินการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพ (กอง
สุขภาพศึกษา กระทรวงสาธารณสุข, 2560) โดย
งานวิจัยที่สังเคราะห์บทบาทของอาสาสมัคร
สาธารณสุขไทยจากบทความวิชาการ บทความ
วิจัย รายงานและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วิทยานิพนธ์
สารนิพนธ์ ที่ตีพิมพ์และไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่
ระหว่าง พ.ศ. 2550–2563 จำนวน 81 เรื่อง พบ
บทบาทของ อสม. ที่ควรพัฒนา ดังนี้ 1) การ
ส่งเสริมสุขภาพ ควรเน้นการปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมสุขภาพ การให้สุขภาพ ารณรงค์ การ
ให้คำแนะนำ ปรีกษา เป็นต้นแบบแกนนำสุขภาพ
2) การป้องกันโรค ควรเน้นการจัดการสิ่งแวดล้อม
ที่เอื้อต่อสุขภาพ การให้ความรู้เกี่ยวกับการสร้าง
ภูมิคุ้มกันโรค การคุ้มครองผู้บริโภค 3) การ
รักษาพยาบาล ควรเน้นการให้ข้อมูลสุขภาพ การ
ใช้ยาอย่างสมเหตุผล การปฐมพยาบาลเบื้องต้น
และ 4) การฟื้นฟูสภาพ ควรเน้นการสื่อสารข้อมูล
สุขภาพ การเยี่ยมบ้าน ให้คำปรึกษาแนะนำการ
ฟื้นฟูสภาพเบื้องต้น (สุชาดา อินทรกำแหง ณ ราช
สีมา, สมตระกูล ราศิริ, และธิดิรัตน์ ราศิริ, 2564)

จะเห็นได้ว่า อสม. จำเป็นต้องมีความรู้
และทักษะที่จำเป็นเรื่องการใช้ยาอย่างสมเหตุผล
ซึ่งเป็นหนึ่งในแผนพัฒนาสุขภาพของกระทรวง
สาธารณสุข แต่จากการศึกษาพบว่า อสม. ส่วน
ใหญ่มีโรคประจำตัวเป็นโรคเบาหวานและโรค
ความดันโลหิตสูง รักษาแบบแผนปัจจุบันและภูมิ
ปัญญาท้องถิ่นควบคู่กัน บางรายรักษาแบบแผน
ปัจจุบันก่อนตัดสินใจใช้วิธีอื่น ถ้าอาการไม่ดีขึ้น

จะเปลี่ยนสถานบริการ เปลี่ยนยาหรือสมุนไพร
ทั้งนี้ไม่เข้าใจผลข้างเคียง การแพ้ อาการไม่พึง
ประสงค์ ของยาที่ใช้ และขาดความรู้ความเข้าใจ ไม่
ตระหนักถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากความเชื่อที่ผิด
(วรวิทย์ นุ่มดี, 2563) ดังนั้นพยาบาลวิชาชีพควร
ส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้
อสม. โดยการสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ
ข้อมูลสุขภาพ ผ่านการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ
เป็นผู้ให้ความรู้ เป็นผู้อำนวยการความสะดวก เป็น
โค้ช (Coach) ที่เหมาะสมกับสถานการณ์สภาวะ
ทางสุขภาพ และสร้างการรู้เท่าทันสื่อ (วิมลรัตน์
บุญเสถียร และอรทัย เจริญทิพย์เสกุล, 2563)
เพื่อให้ อสม. สามารถนำความรู้และทักษะที่มี
เกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผล ไปใช้ในการ
จัดการสุขภาพตนเอง และให้คำแนะนำที่ถูกต้อง
กับประชาชนในชุมชน

ความรู้ด้านสุขภาพ

องค์การอนามัยโลกให้คำจำกัดความของ
ความรู้ด้านสุขภาพ โดยสถาบันวิจัยระบบ
สาธารณสุขแปลความว่าหมายถึง “ทักษะต่าง ๆ
ทางการรับรู้และทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนด
แรงจูงใจและความสามารถของปัจเจกบุคคลใน
การที่จะเข้าถึง เข้าใจ และใช้ข้อมูลในวิธีการต่าง
ๆ เพื่อส่งเสริมและคงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีของ
ตนเอง” (Health literacy represents the cognitive
and social skills which determine the motivation
and ability of individuals to gain access to,
understand and use information in ways which
promote and maintain good health) (สถาบันวิจัย
ระบบสาธารณสุข, 2541; WHO, 1998) และมีคำ

ภาษาไทยของ Health literacy หลายคำ คือ “ความแตกฉานด้านสุขภาพ” โดยสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ” และ “ความฉลาดทางสุขภาพ” โดยกองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข “ความฉลาดทางสุขภาพ” โดยสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา “การรู้เท่าทันด้านสุขภาพ” โดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้คำที่พบบ่อย คือ “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ” (เกศินี สราญฤทธิชัย, 2564)

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ เป็นแนวคิดที่นำไปใช้ในการปฏิบัติงานด้านสุขภาพอย่างแพร่หลายตั้งแต่ ค.ศ. 1974 จนถึงปัจจุบัน มีความสำคัญส่งผลต่อสุขภาพ ทั้งในงานสุขภาพ การศึกษาวิจัย การผลิตหนังสือตำรา และบทความวิชาการ ในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคม ในโรงเรียน โรงพยาบาล สถานบริการสุขภาพ และชุมชน (ขวัญเมือง แก้วคำเกิง, 2561) การดำเนินงานด้านสุขภาพนี้พบว่า มีการนำแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพที่พัฒนาโดย ดอน นัทบีม (Don Nutbeam) และ โซเรนเซน (Sorensen) พร้อมคณะ ไปใช้แพร่หลาย ซึ่ง ดอน นัทบีม ศาสตราจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์และเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยซิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย และที่ปรึกษาองค์การอนามัยโลก ได้จำแนกความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับการพัฒนาเป็น 3 ระดับ ช่วยให้กระบวนการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพและทักษะที่จำเป็นมีความชัดเจนมากขึ้น ได้แก่ 1) ระดับพื้นฐาน (Functional health literacy) คือ ทักษะพื้นฐานด้านการฟัง พูด อ่าน เขียน เป็นทักษะที่จำเป็นต่อความเข้าใจและการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน 2) ระดับปฏิสัมพันธ์ (Interactive

health literacy) คือ ทักษะพื้นฐาน และพุทธิปัญญา (Cognitive) ทักษะทางสังคม (Social skill) ในการเข้าร่วมกิจกรรม รู้จักเลือกใช้ข้อมูลข่าวสาร แยกแยะลักษณะการสื่อสารที่แตกต่างกัน ประยุกต์ข้อมูลข่าวสารที่ใหม่ เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และ 3) ระดับวิจารณ์ญาณ (Critical health literacy) คือ ทักษะทางปัญญาและสังคมที่สูงขึ้น สามารถประยุกต์ใช้ข้อมูลในการวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบ ควบคุมจัดการสถานการณ์ในการดำรงชีวิตประจำวัน โดยขั้นวิจารณ์ญาณนี้เน้นการกระทำของบุคคล การกระทำทางสังคม การเมือง สภาวะแวดล้อมที่ดีต่อสุขภาพไปพร้อมกัน โดยประสานประโยชน์ของบุคคลเข้ากับชุมชนและสังคม อีกทั้งได้แบ่งองค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็น 6 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ความรู้ 2) เจตคติ 3) แรงจูงใจ 4) ความตั้งใจที่จะกระทำ 5) ทักษะ และ 6) การรับรู้ความสามารถตนเอง (Nutbeam, 2000; 2008) และต่อมาได้มีการเพิ่มการรู้เท่าทันสื่อ (Media literacy) เป็นระดับที่ 4 ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ความหมายของเนื้อหา ประเมินคุณค่า และเจตนา ที่สื่อนำเสนอ เน้นการพัฒนาและสร้างการเรียนรู้สื่อสาธารณะที่มีอิทธิพลสูงต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล โดยแบ่งเป็นการรู้เท่าทันข้อมูลข่าวสาร (Information literacy) และการรู้เท่าทันสื่อ (Media literacy) (Manganello, 2008) ส่วน Sorensen และคณะ (2012) แบ่งองค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็น 4 ด้าน คือ 1) ค้นหาหรือเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ 2) เข้าใจ 3) ประเมินและตัดสินใจ และ 4) นำไปใช้ สำหรับประเทศไทยโดยกองสุขศึกษา กระทรวงสาธารณสุข (2554) ได้ศึกษาและพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับความรอบรู้

ด้านสุขภาพ เพื่อสร้างเสริมภูมิปัญญาและการเรียนรู้ด้านสุขภาพสำหรับประชาชน โดยแบ่งองค์ประกอบความรู้ด้านสุขภาพเป็น 6 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การเข้าถึงบริการสุขภาพ และข้อมูลสุขภาพ 2) ความรู้ความเข้าใจ 3) ทักษะการสื่อสาร 4) ทักษะการตัดสินใจ 5) การรู้เท่าทันสื่อ และ 6) การจัดการตนเอง และต่อมาในปี พ.ศ. 2561 โดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้สร้างแนวทางในการพัฒนาสุขภาพประชาชนทุกวัยด้วยแบบจำลอง วี เชฟ (V-shape) ซึ่งพัฒนาจากทักษะทางปัญญาและทางสังคมของ ดอน นัทบีม และองค์ประกอบความรู้ด้านสุขภาพของ โชนเรนเซน เพื่อช่วยพัฒนาระดับความสามารถของบุคคลในการส่งเสริมสุขภาพด้วยวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง ช่วยลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ โดยแบ่งความรู้ด้านสุขภาพเป็น 6 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) เข้าถึง 2) เข้าใจ 3) โต้ตอบ ซักถาม แลกเปลี่ยน 4) ตัดสินใจ 5) เปลี่ยนพฤติกรรม และ 6) บอกต่อ (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2561) ถ้าสุดกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2564) โดยสำนักสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ได้ดำเนินงานพัฒนากระบวนการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันควบคุมโรค สร้างชุดความรู้ ออกแบบกิจกรรมองค์กรแห่งความรู้ด้านสุขภาพ สนับสนุนการดำเนินงานเครือข่ายในการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ ให้กับกลุ่มเป้าหมายด้วยแบบจำลอง เค เชฟ (K-shape) โดยแบ่งความรู้ด้านสุขภาพเป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) เข้าถึง 2) เข้าใจ 3) ใ้ตาม 4) ตัดสินใจ และ 5) นำไปใช้

ระดับการพัฒนาและองค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพ แสดงให้เห็นว่าความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่ใช่ความรู้ (Knowledge) แต่เป็นทักษะ (Skill) เป็นความสามารถ (Ability) ของบุคคล ที่จะเข้าถึงเข้าใจข้อมูลและการบริการสุขภาพ ตัดสินใจนำข้อมูลไปใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ สามารถดูแลและจัดการสุขภาพของตนเอง (Self-management) ให้อย่างต่อเนื่อง

บทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพในการใช้ยาอย่างสมเหตุผล

อสม. เป็นหนึ่งในบุคลากรทีมสุขภาพที่ใกล้ชิดประชาชน มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาสุขภาพของประชาชนในชุมชน โดยกองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข ได้ให้ความสำคัญในการดำเนินการอย่างต่อเนื่องเพื่อพัฒนาศักยภาพของ อสม. ทั้งบทบาทในการร่วมส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสภาพ ให้กับประชาชนในชุมชนที่มีภาวะสุขภาพที่ดีและภาวะสุขภาพเบี่ยงเบน เจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง รวมทั้งการใช้ยาที่ถูกต้องปลอดภัย สมเหตุผล ซึ่งมีความสำคัญ หาก อสม. มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผล จะสามารถนำความรู้ไปปฏิบัติในการดูแลตนเอง และเป็นต้นแบบด้านสุขภาพ สามารถถ่ายทอดทักษะการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับคนในครอบครัวรวมทั้งชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ การศึกษาในระยะ 5 ปีที่ผ่านมาพบการศึกษา

กึ่งทดลองเกี่ยวกับการส่งเสริมให้อสม. มีความรอบรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผล จำนวน 2 เรื่อง ซึ่งผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า การส่งเสริมความรอบรู้จะทำให้ อสม. นำความสามารถและทักษะที่ได้รับไปปฏิบัติในการดูแลตนเอง และเผยแพร่ให้แก่ประชาชนได้อย่างถูกต้อง จะช่วยให้ประชาชนใช้ยาได้อย่างถูกต้อง ช่วยลดการเกิดอาการไม่พึงประสงค์จากยา และการเกิดเชื้อดื้อยาได้ (ฉัฐพล พล โยธ, 2566; สุทธิณี วัฒนกุล และคณะ, 2563)

การส่งเสริมความรอบรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ อสม. เป็นการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถ และทักษะในการใช้ยา ตั้งแต่ระดับพื้นฐานถึงระดับวิจารณ์ญาณ (Nutbeam, 2000; 2008) ตามองค์ประกอบ 6 องค์ประกอบ (กองสุศึกษา กระทรวงสาธารณสุข, 2554) ในทางปฏิบัติเป็นการนำความรอบรู้ด้านสุขภาพทุกด้านไปใช้ร่วมกัน โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาความรอบรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลจากความสามารถพื้นฐาน ผู้ทักษะหรือความชำนาญที่จะสามารถนำไปใช้ได้จริง ซึ่งสะท้อนความสามารถในระดับปฏิสัมพันธ์และระดับวิจารณ์ญาณ อสม. จะสามารถนำความรู้และทักษะเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผลที่มีไปใช้ในการจัดการสุขภาพตนเอง และให้คำแนะนำที่ถูกต้องกับประชาชนในชุมชน โดยนำองค์ความรู้เกี่ยวกับความรอบรู้ด้านสุขภาพมาผสมผสานกับความรู้ด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผล ผ่านกระบวนการการสืบค้น

ข้อมูล การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ข้อมูล เพื่อพิจารณาความน่าเชื่อถือของข้อมูลก่อนนำไปใช้อีกทั้ง อสม. จำเป็นต้องมีเจตคติที่เอื้อต่อการใช้ยาอย่างสมเหตุผล คือ รู้จักคิดก่อนใช้ยา ใช้ยาถูกโรค ถูกคน ถูกยา และคำนึงถึงความไม่ปลอดภัยจากการใช้ยาที่ไม่สมเหตุผล ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตัวอย่างการส่งเสริมความรอบรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อย่างมีประสิทธิภาพ

การส่งเสริมความรอบรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ อสม. ที่ประสบความสำเร็จ มีประสิทธิภาพ ซึ่งจะนำเสนอต่อไปนี้ ผู้เขียนได้รวบรวมจากประสบการณ์การทำงานวิจัยที่ส่งเสริมความรอบรู้ในการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล (ณญา ชนกิจธรรมกุล, พิมพ์ภา ปัญโญใหญ่, และศิริกาญจน์ ฉันทเฉลิมพงศ์, 2567) โดยมีกลุ่มเป้าหมายเป็น อสม. จัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบกลุ่ม (Group learning) แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ 1) ด้านการเรียนรู้ 2) ด้านการฝึกทักษะ 3) ด้านการจัดปัจจัยแวดล้อมที่เหมาะสมและเอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง ดำเนินกิจกรรมตามระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของ ดอน นัทบีม (Nutbeam, 2000; 2008) และองค์ประกอบความรอบรู้ด้านสุขภาพของกองสุศึกษา กระทรวงสาธารณสุข (2554) ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 1 การส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผล

องค์ประกอบความรู้ด้านสุขภาพ	ระดับความรู้ด้านสุขภาพ			แนวทางในการพัฒนาความสามารถ
	ระดับพื้นฐาน	ระดับปฏิสัมพันธ์	ระดับวิจารณ์ญาณ	
การเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ (Access) หมายถึง ความสามารถและทักษะในการเลือกแหล่งข้อมูลสุขภาพ รู้วิธีการค้นหาและการใช้อุปกรณ์ในการค้นหา การค้นหาข้อมูลที่ต้องการ ความสามารถในการตรวจสอบข้อมูลจากหลายแหล่ง เพื่อยืนยันความเข้าใจของตนเองและได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ	คือ มีความสามารถในการเลือกแหล่งข้อมูลสุขภาพ รู้วิธีการในการค้นหาและการใช้อุปกรณ์สืบค้น	คือ มีการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ ระดับพื้นฐาน และมี ความสามารถในการค้นหาข้อมูลสุขภาพที่ต้องการและทันสมัย เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	คือ มีการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ ระดับปฏิสัมพันธ์ และมี ความสามารถในการตรวจสอบข้อมูลจากหลายแหล่ง จนข้อมูลมีความน่าเชื่อถือสำหรับการนำไปใช้	ส่งเสริมให้ - เลือกแหล่งข้อมูลและบริการสุขภาพด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผลที่น่าเชื่อถือ - รู้วิธีการค้นหาข้อมูลและการใช้อุปกรณ์ในการค้นหา สืบค้นแหล่งข้อมูลและบริการสุขภาพด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผล - ค้นหาข้อมูลการใช้ยาที่ต้องการ สมเหตุผล ตัวอย่างวิธีการส่งเสริม - บรรยายเนื้อหา ข้อมูล แหล่งข้อมูล วิธีการค้นหา วิธีการตรวจสอบ ข้อมูลด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผล - ให้ฝึกปฏิบัติการค้นหา การตรวจสอบ ข้อมูลด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผล
ความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) หมายถึง การมีความรู้และจำในเนื้อหาสาระสำคัญด้านสุขภาพ ความสามารถในการอธิบายถึงความเข้าใจในประเด็นเนื้อหาสาระด้านสุขภาพ ในการที่จะนำไปปฏิบัติ การมีความสามารถในการวิเคราะห์ เปรียบเทียบ เนื้อหา หรือ แนวทางการปฏิบัติด้านสุขภาพได้อย่างมีเหตุผล	คือ มีความรู้และความจำประเด็นสำคัญในการปฏิบัติตัว เพื่อให้มีสุขภาพดี	คือ มีความรู้ความเข้าใจระดับพื้นฐานและสามารถอธิบายถึงความเข้าใจในการจะนำไปปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้อง	คือ มีความรู้ความเข้าใจระดับปฏิสัมพันธ์และสามารถวิเคราะห์หรือเปรียบเทียบอย่างมีเหตุผลเกี่ยวกับแนวทางการมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง	ส่งเสริมให้ - ตรวจสอบข้อมูลที่นำเชื่อถือได้จากหลายแหล่ง เพื่อยืนยันความเข้าใจของตนเองเกี่ยวกับการใช้ยา - อธิบายถึงความเข้าใจในประเด็นเนื้อหาสาระด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผลในการที่จะนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน - วิเคราะห์เปรียบเทียบเนื้อหา/ แนวทางการปฏิบัติได้อย่างมีเหตุผล อ่านฉลากยา เอกสาร และกรอกข้อมูลหรือแบบฟอร์มการใช้ยา ตัวอย่างวิธีการส่งเสริม - บรรยาย อภิปราย-แลกเปลี่ยน ทบทวนเนื้อหา และมอบสื่อความรู้การใช้ยาอย่างสมเหตุผล - ให้ฝึกปฏิบัติอ่านฉลากยา เอกสารเกี่ยวกับยา ระบุข้อมูลยา - ให้ทำแบบฝึกหัด แบบทดสอบ เรื่องการใช้ยาอย่างสมเหตุผล

องค์ประกอบความรู้ด้านสุขภาพ	ระดับความรู้ด้านสุขภาพ			แนวทางในการพัฒนาความสามารถ
	ระดับพื้นฐาน	ระดับปฏิสัมพันธ์	ระดับวิจารณ์ญาณ	
<p>ทักษะการสื่อสาร (Communication skill)</p> <p>หมายถึง ความสามารถในการสื่อสารเพื่อให้ได้รับข้อมูลสุขภาพ และสื่อสารข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพด้วยวิธีพูด อ่าน เขียน ให้บุคคลอื่นเข้าใจ รวมทั้งสามารถโน้มน้าวให้บุคคลอื่นยอมรับข้อมูลสุขภาพ</p>	<p>คือ มีความสามารถในการสื่อสารโดยการพูด อ่าน เขียน ข้อมูลเกี่ยวกับการปฏิบัติตัว เพื่อให้มีสุขภาพดี</p>	<p>คือ มีทักษะการสื่อสารระดับพื้นฐานและสามารถสื่อสารให้บุคคลอื่นเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติตัว เพื่อให้มีสุขภาพดี</p>	<p>คือ มีทักษะการสื่อสารระดับปฏิสัมพันธ์และสามารถโน้มน้าวให้ผู้อื่นยอมรับแนวทางการมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง</p>	<p>ส่งเสริมให้</p> <ul style="list-style-type: none"> - บอกเล่าเรื่องราวการใช้ยาของตนเองให้ผู้อื่นเข้าใจ - ซักถาม พุจฉวยแลกเปลี่ยน เพื่อให้ได้รับข้อมูลด้านการใช้อย่างสมเหตุผล - เจรจาต่อรอง เพื่อให้ได้ข้อมูลและบริการสุขภาพด้านการใช้ยาที่ถูกต้อง เหมาะสม กับตนเองและบริบทของชุมชน <p>ตัวอย่างวิธีการส่งเสริม</p> <ul style="list-style-type: none"> - บรรยายเนื้อหา การสื่อสารที่ดีทั้งการพูด อ่าน เขียน - ให้ฝึกปฏิบัติการสื่อสารที่ดีเกี่ยวกับการใช้อย่างสมเหตุผล
<p>ทักษะการตัดสินใจ (Decision skill)</p> <p>หมายถึง ความสามารถในการกำหนดทางเลือกและปฏิเสธ/หลีกเลี่ยง หรือเลือกวิธีการปฏิบัติ เพื่อให้มีสุขภาพดี การใช้เหตุผลหรือวิเคราะห์ผลดี-ผลเสีย เพื่อการปฏิเสธ/หลีกเลี่ยงวิธีการปฏิบัติ ความสามารถในการแสดงทางเลือกที่เกิดผลกระทบน้อยต่อตนเองและผู้อื่น หรือแสดงข้อสงสัยความเข้าใจผิด ได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>คือ มีความสามารถในการกำหนดทางเลือกและปฏิเสธ/หลีกเลี่ยง หรือเลือกวิธีการปฏิบัติ เพื่อให้มีสุขภาพดี</p>	<p>คือ มีทักษะการตัดสินใจระดับพื้นฐานและมีความสามารถในการใช้เหตุผล หรือวิเคราะห์ผลดี-ผลเสีย เพื่อการปฏิเสธ/หลีกเลี่ยง/ หรือเลือกวิธีการปฏิบัติ ซึ่งเป็นทางเลือกที่เหมาะสม เพื่อให้มีสุขภาพดี</p>	<p>คือ มีทักษะการตัดสินใจระดับปฏิสัมพันธ์และสามารถแสดงทางเลือกที่เกิดผลกระทบน้อยต่อตนเองและผู้อื่น หรือแสดงข้อมูลที่หักล้างความเข้าใจผิด ได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>ส่งเสริมให้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เปรียบเทียบผลดี-ผลเสียภายใต้ข้อมูลที่มีอยู่ได้อย่างมีเหตุผลก่อนจะตัดสินใจเชื่อและทำตาม - กำหนดทางเลือก/ หลีกเลี่ยง หรือปฏิเสธ เพื่อเลือกวิธีการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการใช้ยา - แสดงทางเลือกที่เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมหรือชุมชน/สังคม โดยการแสดงข้อมูลยา เพื่อหักล้างความเชื่อ/ ความเข้าใจ ที่ผิด ไม่ถูกต้อง ไม่เหมาะสมกับความรู้ หลักวิชาการ ประสิทธิภาพที่ดี และบริบทของชุมชน <p>ตัวอย่างวิธีการส่งเสริม</p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้ฝึกปฏิบัติการระบุปัญหา กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหา วิเคราะห์ข้อดี/ ข้อจำกัด ในแต่ละทางเลือกของวิธีการแก้ปัญหาการใช้ยา - ให้นำเสนอ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ วิธีการแก้ปัญหาการใช้ยา
<p>การรู้เท่าทันสื่อ (Media literacy)</p>	<p>คือ มีความสามารถในการตรวจสอบความถูกต้อง</p>	<p>คือ มีการรู้เท่าทันสื่อระดับพื้นฐานและสามารถ</p>	<p>คือ มีการรู้เท่าทันสื่อระดับปฏิสัมพันธ์และมี</p>	<p>ส่งเสริมให้</p>

องค์ประกอบความรู้ด้านสุขภาพ	ระดับความรู้ด้านสุขภาพ			แนวทางในการพัฒนาความสามารถ
	ระดับพื้นฐาน	ระดับปฏิสัมพันธ์	ระดับวิจารณ์ญาณ	
<p>หมายถึง ความสามารถในการตรวจสอบความถูกต้อง ความน่าเชื่อถือ ของข้อมูลสุขภาพที่นำเสนอ และเปรียบเทียบวิธีการเลือกรับสื่อ เพื่อหลีกเลี่ยงความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น สามารถประเมินข้อความสื่อ เพื่อชี้แนะแนวทางให้กับชุมชนและสังคม</p>	<p>ความน่าเชื่อถือ ของข้อมูลที่นำเสนอ เพื่อนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพตนเอง</p>	<p>เปรียบเทียบวิธีการเลือกรับสื่อ เพื่อหลีกเลี่ยงความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นกับสุขภาพของตนเองและผู้อื่น</p>	<p>ความสามารถในการประเมินข้อความสื่อ เพื่อชี้แนะแนวทางให้กับชุมชนหรือสังคม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - จูงใจให้ผู้อื่นดูแลสุขภาพตนเองด้านการใช้จ่ายให้ถูกต้อง สมเหตุผล - เสนอทางเลือกให้ผู้อื่นร่วมดูแลสุขภาพตนเองด้านการใช้จ่ายให้ถูกต้อง สมเหตุผล - เป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นเกี่ยวกับการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผล - ผลัดสื่อและเผยแพร่ประสบการณ์ หรือข้อมูลความรู้ด้านการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผล ให้กับผู้อื่น <p>ตัวอย่างวิธีการส่งเสริม</p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้ความรู้สถานการณ์การรู้เท่าทันสื่อที่ถูกต้อง/ ไม่เหมาะสม เกี่ยวกับการใช้จ่าย - ให้นำเสนอ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ การรู้เท่าทันสื่อการใช้จ่าย - มอบหมายให้ไปทำงานการดูแลตนเอง การให้คำแนะนำผู้อื่น เกี่ยวกับการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผล
<p>การจัดการตนเอง (Self-management)</p> <p>หมายถึง ความสามารถในการกำหนดเป้าหมายและวางแผนการปฏิบัติ ปฏิบัติตามแผนที่กำหนด การทบทวนและปรับเปลี่ยนวิธีการปฏิบัติ เพื่อให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง</p>	<p>คือ มีความสามารถในการกำหนดเป้าหมายและวางแผนในการปฏิบัติตน เพื่อให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง</p>	<p>คือ มีการจัดการตนเองระดับพื้นฐานและสามารถทำตามแผนที่กำหนด โดยมีเป้าหมายเพื่อให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง</p>	<p>คือ มีการจัดการตนเองระดับปฏิสัมพันธ์และมีความสามารถในการทบทวนวิธีการปฏิบัติตนตามเป้าหมาย เพื่อนำไปปรับเปลี่ยนวิธีการปฏิบัติตน เพื่อให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง</p>	<p>ส่งเสริมให้</p> <ul style="list-style-type: none"> - กำหนดเป้าหมายและวางแผนการปฏิบัติตนด้านการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผล - ปฏิบัติตามแผนด้านการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผลที่กำหนด - ประเมิน ทบทวน และปรับเปลี่ยน วิธีการปฏิบัติด้านการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผล เพื่อให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี <p>ตัวอย่างวิธีการส่งเสริม</p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้ความรู้สถานการณ์ตัวอย่างการใช้จ่ายที่สมเหตุผล/ ไม่สมเหตุผล - ให้นำเสนอ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เกี่ยวกับประสบการณ์การใช้ยาของตนเอง และการให้คำแนะนำผู้อื่น

ตารางที่ 2 การส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ขอบเขตเนื้อหา	สื่อ	วิธีการประเมิน
ด้านการเรียนรู้				
องค์ประกอบที่ 1: การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ (ความสามารถและทักษะระดับพื้นฐาน)				
เพื่อให้สามารถ 1. เลือกแหล่งข้อมูลและบริการสุขภาพเกี่ยวกับการใช้ยาที่น่าเชื่อถือได้ 2. อธิบายวิธีการค้นหาข้อมูลและการใช้อุปกรณ์ในการค้นหา สืบค้นแหล่งข้อมูลและบริการสุขภาพเกี่ยวกับการใช้ยาได้ 3. ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ยาที่ถูกต้องได้	กิจกรรมที่ 1: การเข้าถึงข้อมูลยาปฏิชีวนะ (2 ชั่วโมง) 1.1 ให้ความรู้เกี่ยวกับความหมาย ประโยชน์ หลักการค้นหาข้อมูลอย่างเป็นขั้นตอน โดยกระตุ้นให้ อสม. ได้บอกเล่าประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน “กรณีต้องการข้อมูล/ ความรู้ในการใช้ยาปฏิชีวนะ ได้มีการค้นหาข้อมูลจากที่ไหนบ้าง” และบรรยายเกี่ยวกับความหมาย ประโยชน์ หลักการค้นหาข้อมูลอย่างเป็นขั้นตอน 1.2 ฝึกปฏิบัติการค้นหาข้อมูลการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างถูกต้องและปลอดภัย โดยบรรยายเกี่ยวกับวิธีสืบค้นข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต และแบ่งกลุ่ม อสม. เป็น 5-6 คน/กลุ่ม ให้ช่วยกันสืบค้นข้อมูลการใช้ยาอย่างถูกต้องและปลอดภัย โดยการอ่านฉลากยาจากหลายแหล่ง ได้แก่ หนังสือ แผ่นพับ โปสเตอร์ เว็บไซต์ จากนั้นให้นำเสนอข้อมูลที่สืบค้นได้ พร้อมทั้งร่วมกันอภิปราย ถาม-ตอบ และสรุป	- ความหมายของข้อมูล - แหล่งของข้อมูล - ประโยชน์ของข้อมูล - หลักการค้นหาข้อมูลอย่างเป็นขั้นตอน	- ใบงานที่ 1: การเข้าถึงข้อมูลยาปฏิชีวนะ และวิธีสืบค้นหาข้อมูลในอินเทอร์เน็ต - โทรศัพท์มือถือ	1. สังเกตความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม พหุกรรมการทำงาน 2. ถาม-ตอบ 3. ประเมินผลงานการสืบค้นข้อมูล การเปรียบเทียบและตรวจสอบข้อมูลยาปฏิชีวนะ
	กิจกรรมที่ 2: ฝึกเปรียบเทียบและตรวจสอบข้อมูลยาปฏิชีวนะ (1 ชั่วโมง) โดยให้กลุ่ม อสม. ช่วยกันพิจารณาข้อมูลที่ได้จากกิจกรรมที่ 1 และบันทึกข้อมูลในตารางวิเคราะห์คัดกรองข้อมูล จากนั้นนำเสนอข้อมูลที่สืบค้นและเหตุผลที่เลือกข้อมูลนั้น พร้อมทั้งร่วมกันอภิปราย ถาม-ตอบ และสรุป	- การสืบค้นข้อมูลด้วย Search engine - ขั้นตอนการสืบค้นข้อมูลด้วย Search engine	- ใบงานที่ 2: ฝึกเปรียบเทียบและตรวจสอบข้อมูลยาปฏิชีวนะ - ตารางวิเคราะห์ คัดกรองข้อมูล	
องค์ประกอบที่ 2: ความรู้ ความเข้าใจ (ความสามารถและทักษะระดับพื้นฐาน)				
เพื่อให้สามารถอธิบายประเด็นเนื้อหาสาระเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผล และนำไปเป็นแนวทางการปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้	กิจกรรมที่ 3: ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล (1 ชั่วโมง) โดยบรรยายเรื่องยาปฏิชีวนะ เกี่ยวกับความหมาย ข้อปฏิบัติในการใช้ยาอย่างถูกต้องและปลอดภัย การเลือกใช้อย่างเหมาะสม อันตรายจากการใช้พร่ำเพรื่อ การคือยา ยาปฏิชีวนะ-ยาด้านแบคทีเรียที่ใช้อย่างน้อย อาหารที่มีการใช้ยาบ่อย และมอบคู่มือการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผลสำหรับ อสม. จากนั้นสาธิต-ให้สาธิตย้อนกลับการอ่านฉลากยาปฏิชีวนะ พร้อมทั้งร่วมกันแลกเปลี่ยน ถาม-ตอบ และสรุป	- ความหมายยาปฏิชีวนะ - ข้อปฏิบัติในการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างถูกต้องและปลอดภัย - การเลือกใช้ยาปฏิชีวนะอย่างเหมาะสม	- ใบงานที่ 3: เสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล - คู่มือการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผลสำหรับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน	1. สังเกตความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม พหุกรรมการทำงาน 2. ถาม-ตอบ 3. ประเมินผลงานการอ่านฉลากยา การเขียน

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ขอบเขตเนื้อหา	สื่อ	วิธีการประเมิน
	กิจกรรมที่ 4: แลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับประสบการณ์การใช้ยาปฏิชีวนะ (1 ชั่วโมง) โดยให้อสม. บันทึกประสบการณ์การใช้ยาปฏิชีวนะของตนเอง “เคยใช้ยาประเภทไหน รับยาจากที่ไหน ใช้อย่างไร เกิดผลกับตนเองอย่างไร” และร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ถาม-ตอบ และสรุป จากนั้นให้ทำแบบวัดความรู้การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล	<ul style="list-style-type: none"> - อันตรายจากการใช้ยาปฏิชีวนะพร่ำเพรื่อ - การฉีดยา - ยาปฏิชีวนะ (ยาต้านแบคทีเรีย) ที่ใช้บ่อย - อาการที่พบบ่อยที่มีการใช้ยาปฏิชีวนะไม่เหมาะสม (อาการหวัด คอหอย/ ต่อมทอนซิลอักเสบเฉียบพลัน อุจจาระร่วงเฉียบพลัน บาดแผลสดจากอุบัติเหตุ) 	<ul style="list-style-type: none"> - ใบงานที่ 4 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล - แบบวัดความรู้การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล 	ประสบการณ์การใช้ยาปฏิชีวนะ 4. ประเมินความรู้การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล (10 ข้อ)
ด้านการฝึกทักษะ				
องค์ประกอบที่ 3: ทักษะการสื่อสาร (ความสามารถและทักษะระดับปฏิสัมพันธ์)				
เพื่อให้ 1. สามารถอธิบายเกี่ยวกับการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพได้ 2. มีทักษะในการสื่อสารบอกเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะได้ 3. สามารถซักถาม พูดยุข และแลกเปลี่ยน ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผลได้	กิจกรรมที่ 5: ฝึกทักษะการสื่อสารการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล (1 ชั่วโมง) 5.1 ฝึกทักษะการสื่อสารการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล โดยให้อสม. เล่นเกมปิดตาฉีกกระดาษ (พับกระดาษครึ่งหนึ่ง พับกระดาษครึ่งหนึ่งอีกครั้ง ฉีกมุมกระดาษด้านบนขวา ฉีกมุมกระดาษล่างซ้าย เปิดตาคลี่กระดาษออก) และบรรยายเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ จากนั้นสาธิต-ให้สาธิตย้อนกลับการให้คำแนะนำการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผลตามทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และให้เล่าประสบการณ์การสื่อสารที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ (การเจรจาต่อรอง การปฏิเสธ) พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความคิดเห็น ให้ข้อมูลย้อนกลับ ถาม-ตอบ และสรุป 5.2 ฝึกทักษะการสื่อสาร ได้ตอบ ถ่ายทอดประสบการณ์กับผู้รู้ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ต้องการที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล โดยให้อสม. ที่มีประสบการณ์ได้ถ่ายทอดความรู้/ ประสบการณ์ตนเองเกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะ	<ul style="list-style-type: none"> - การเป็นผู้พูดที่ดีและการเป็นผู้ฟังที่ดี - การสร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสารแบบสองทาง - การต่อรอง - การปฏิเสธ - การซักถาม 	ใบงานที่ 5: ฝึกทักษะการสื่อสารการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล	1. สังเกตความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม พฤติกรรมการทำงาน 2. ถาม-ตอบ 3. ประเมินผลงานการสื่อสารได้ตอบ ถ่ายทอดประสบการณ์การใช้ยาปฏิชีวนะ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ขอบเขตเนื้อหา	สื่อ	วิธีการประเมิน
	เมื่อเป็นหวัด ท้องเสีย มีบาดแผล (ซื้อยา ช้อนงาใช้ วิธีใช้ อาหารข้างเคียง ระยะเวลาการใช้ การแพทย์) และบรรยายความสำคัญของการสื่อสารข้อมูลสุขภาพแบบสองทาง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ต้องการ (การสร้างความรู้สึกล้มพันสภาพที่ดี การพูดคุยกับผู้ที่มีความรู้มากกว่า การซักถาม) พร้อมทั้งร่วมกันถาม-ตอบ และสรุป			
องค์ประกอบที่ 4: ทักษะการตัดสินใจ (ความสามารถและทักษะระดับวิจารณ์ญาณ)				
เพื่อให้มีทักษะในการตัดสินใจใช้ยาปฏิชีวนะภายใต้ข้อมูลที่มีอยู่อย่างสมเหตุสมผลได้	กิจกรรมที่ 6: วิเคราะห์และตัดสินใจเลือกใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผล (1 ชั่วโมง) โดยให้กลุ่ม อสม. ระดมสมองช่วยกันศึกษา วิเคราะห์ สรุป สถานการณ์การใช้ยาปฏิชีวนะ (สถานการณ์ไหนมีวิธีการใช้ยาปฏิชีวนะที่ถูกต้อง/ ไม่ถูกต้อง เหตุผลประกอบ) และนำเสนอ จากนั้นร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยน ประเด็น “จะใช้ยาปฏิชีวนะอย่างไรให้สมเหตุสมผล ให้ถูกต้องและปลอดภัย” และสรุป	- การวิเคราะห์ แยกแยะแนวทางปฏิบัติในการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผล - การตัดสินใจเลือกวิธีการปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดีในการใช้ยา	ใบงานที่ 6: ฝึกการวิเคราะห์ แยกแยะ และตัดสินใจเลือกวิธีการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผลตามสถานการณ์ “การใช้ยาปฏิชีวนะ”	1. สังเกตความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม พฤติกรรมการทำงาน 2. ถาม-ตอบ 3. ประเมินผลงานการวิเคราะห์ และตัดสินใจเลือกวิธีการใช้ยาปฏิชีวนะ
องค์ประกอบที่ 5: ทักษะการจัดการตนเอง (ความสามารถและทักษะระดับวิจารณ์ญาณ)				
เพื่อให้สามารถ 1. กำหนดเป้าหมายในการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผลได้ 2. วางแผนการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผลได้	กิจกรรมที่ 7: ฝึกปฏิบัติจัดการยาปฏิชีวนะที่เหมาะสมด้วยตนเองผ่านสถานการณ์ (1 ชั่วโมง) โดยให้ อสม. ที่มีประสบการณ์เล่าประสบการณ์ปัญหาจากการใช้ยาปฏิชีวนะและให้ อสม. ร่วมกันวิเคราะห์ วิจารณ์ แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาและวิธีการแก้ปัญหา จากนั้นให้กลุ่ม อสม. ช่วยกันอภิปราย วิเคราะห์ หาข้อสรุปแนวทางการปฏิบัติของสถานการณ์ “จัดการอย่างไร ให้ใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผล” และนำเสนอผล จากนั้นร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และสรุป	การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผล	ใบงานที่ 7: ฝึกปฏิบัติจัดการยาปฏิชีวนะที่เหมาะสมด้วยตนเองตามสถานการณ์ “จัดการอย่างไร ให้ใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผล”	1. สังเกตความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม พฤติกรรมการทำงาน 2. ถาม-ตอบ 3. ประเมินผลงานการจัดการยาปฏิชีวนะที่เหมาะสมปลอดภัย
ด้านการจัดปัจจัยแวดล้อมที่เหมาะสมและเอื้อต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง				
องค์ประกอบที่ 6: การรู้เท่าทันสื่อ (ความสามารถและทักษะระดับปฏิสัมพันธ์)				
เพื่อให้ 1. สามารถเผยแพร่ความรู้แก่นบุคคลอื่นเกี่ยวกับการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผลได้	กิจกรรมที่ 8: รู้เท่าทันสื่อเกี่ยวกับยาปฏิชีวนะ (1 ชั่วโมง) 8.1 กิจกรรมรู้เท่าทันสื่อเกี่ยวกับยาปฏิชีวนะ “รู้แล้ว บอกต่อ” โดยให้กลุ่ม อสม. ช่วยกันศึกษา ค้นคว้า บันทึก เกี่ยวกับการอ่านฉลากยาปฏิชีวนะ การเลือกใช้ยาเมื่อเป็นหวัด ท้องเสีย และมีบาดแผล การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผล ถูกต้อง และ	- การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุสมผล - การส่งต่อข้อมูลอย่างมีคุณภาพ	- ใบงานที่ 8: รู้เท่าทันสื่อเกี่ยวกับยาปฏิชีวนะ “รู้แล้ว บอกต่อ” และ “เครือข่ายสังคมออนไลน์”	1. สังเกตความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม พฤติกรรมการทำงาน 2. ถาม-ตอบ



วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ขอบเขตเนื้อหา	สื่อ	วิธีการประเมิน
<p>2. สามารถเสนอทางเลือกให้บุคคลอื่นร่วมดูแลสุขภาพตนเองเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผลได้</p> <p>3. มีความตระหนักในการตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับยาปฏิชีวนะก่อนนำไปใช้ได้</p>	<p>ปลอดภัย จากเอกสารความรู้ ได้แก่ หนังสือ แผ่นพับ โปสเตอร์ เว็บไซต์ และนำเสนอพร้อมทั้งตกลงร่วมกันเสนอช่องทางเผยแพร่ให้ประชาชนในชุมชนของตน รับทราบ ได้แก่ หอกระจายข่าว วิทยุชุมชน การประชุมประจำเดือนของหมู่บ้าน และบันทึกการเผยแพร่ในตารางเผยแพร่ความรู้” และร่วมกันสรุปช่องทางและตารางการเผยแพร่</p> <p>8.2 กิจกรรมสร้างความตระหนัก “เครือข่ายสังคมออนไลน์” โดยให้อสม. ช่วยกันอภิปรายเกี่ยวกับเครือข่ายสังคมออนไลน์ (ใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ทำกิจกรรมอะไรบ้าง เครือข่ายสังคมออนไลน์มีประโยชน์อย่างไร การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในทางที่ผิด หรือไม่เหมาะสม จะก่อให้เกิดปัญหาต่อตนเองและสังคมอย่างไร) และวิเคราะห์นิทานเครือข่ายสังคมออนไลน์ พร้อมทั้งนำเสนอ (ลักษณะและบุคลิกของตัวละคร การกระทำที่เหมาะสม/ไม่เหมาะสมเกี่ยวกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ จุดสำคัญหรือจุดเน้นของเรื่องคืออะไร) และร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากนิทาน พร้อมทั้งมอบหมายให้อสม. ไปเผยแพร่ข้อมูลการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผลให้กับคนในชุมชนเขตความรับผิดชอบ และนัดหมายหลังจากดำเนินการเผยแพร่เรียบร้อยแล้ว เพื่อสรุปและถอดบทเรียนร่วมกัน</p>		- ตารางเผยแพร่ความรู้	<p>3. ประเมินผลงานการอ่านฉลากยาปฏิชีวนะ การเลือกใช้ยา การใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล การวิเคราะห์เครือข่ายสังคมออนไลน์</p> <p>3. ประเมินผลงานการเผยแพร่ข้อมูลการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล</p>

การส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ อสม. ตามองค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพ ครอบคลุมทั้งในระดับพื้นฐาน ระดับปฏิสัมพันธ์ และระดับวิจรรณญาณ ตามกิจกรรมการส่งเสริมในใบงาน แสดงให้เห็นถึงการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ โดยการบรรยาย สาธิต และให้ อสม. สาธิตย้อนกลับ เกี่ยวกับการสืบค้นแหล่งข้อมูลที่นำเชื่อถือ มีการเปรียบเทียบ ตรวจสอบข้อมูลที่สืบค้นได้ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน การส่งเสริมแสดงให้เห็นว่าการพัฒนาทักษะการเข้าถึงข้อมูลที่หลากหลาย เป็นการเพิ่มโอกาสการรับข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำด้านสุขภาพ ทำให้ อสม. มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะการดูแลที่ถูกต้อง

2. ความรู้ ความเข้าใจ โดยการบรรยายให้ความรู้ มอบคู่มือการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผล ให้ อสม. สาธิตย้อนกลับการอ่านฉลากยา ทำแบบวัดความรู้ แลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับประสบการณ์การแพ้ยา ข้อควรระวัง การส่งเสริมแสดงให้เห็นว่าการที่ อสม. มีความรู้ดี จะทำให้มีเจตคติที่ดีต่อสิ่งนั้น ส่งผลให้แสดงพฤติกรรมนั้นไปในทิศทางที่ดี

3. ทักษะการสื่อสาร โดยการบรรยายให้ อสม. ชมวีดิทัศน์การสื่อสาร แสดงความคิดเห็นฝึกทักษะการสื่อสาร ถ่ายทอดประสบการณ์การแพ้ยาอย่างเป็นลำดับขั้นตอน การส่งเสริมแสดงให้เห็นว่าการที่ อสม. มีความสามารถในการสื่อสารที่ดี มีพฤติกรรมการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารที่เหมาะสม เปิดรับข้อมูลข่าวสาร ใช้สื่อสิ่งพิมพ์

หรือสื่อออนไลน์ที่น่าเชื่อถือ เป็นทักษะที่สำคัญของ อสม. ในการให้คำแนะนำ เผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร ส่งผลต่อความสำเร็จด้านการสื่อสารสุขภาพ

4. ทักษะการตัดสินใจ โดยให้ อสม. วิเคราะห์สถานการณ์ ประเมินข้อมูลการใช้ยาปฏิชีวนะเพื่อการตัดสินใจ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน การส่งเสริมเป็นการพัฒนาทักษะการประเมินข้อมูลเพื่อการตัดสินใจ ทำให้ อสม. มีความมั่นใจในการใช้ยาอย่างสมเหตุผล

5. ทักษะการจัดการตนเอง โดยให้ อสม. วิเคราะห์สถานการณ์การจัดการให้ปลอดภัยจากการใช้ยา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน การส่งเสริมแสดงให้เห็นว่า อสม. มีวิธีการจัดการที่ถูกต้อง กรณีที่อ่านฉลากยาไม่ชัดเจน จะสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมจากบุคลากรด้านสาธารณสุข การเก็บรักษายาที่ถูกต้องหากใช้ไม่หมด เป็นต้น

6. การรู้เท่าทันสื่อ โดยให้ อสม. วิเคราะห์นิทานเครือข่ายสังคมออนไลน์ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ให้ อสม. ไปเผยแพร่อันตรายจากการใช้ยาปฏิชีวนะพร่ำเพรื่อ อาการแพ้ยา การดื้อยา ให้กับบุคคลในครัวเรือนที่รับผิดชอบ การส่งเสริมแสดงให้เห็นว่า อสม. สามารถสืบค้นแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ ไม่เชื่อใจง่าย มีการตรวจสอบข้อมูลก่อนส่งต่อให้บุคคลอื่น

การส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลนี้ รูปแบบเป็นกิจกรรมกลุ่มตามใบงาน มีสื่อความรู้ประกอบ อสม. เกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ทำให้มีความรอบรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลในทุกองค์ประกอบ สามารถนำไป

ปฏิบัติและเผยแพร่ได้ถูกต้องเพื่อการมีสุขภาพดี
ทั้งตนเองและผู้อื่น

**ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จในการส่งเสริม
ความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ
อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านอย่างมี
ประสิทธิภาพ**

จากตัวอย่างข้างต้น จะเห็นได้ว่า การ
ส่งเสริมให้ อสม. มีทักษะสืบค้นแสวงหาข้อมูล
การใช้ยาอย่างสมเหตุผลจากหลากหลายช่องทาง
ทักษะการวิเคราะห์แยกข้อมูลที่เป็นจริง ทำให้
เลือกใช้ข้อมูลที่ต้องการเหมาะสม นำไป
ประกอบการตัดสินใจวางแผนการใช้ยาเบื้องต้น
และสามารถดูแลตนเอง เผยแพร่บอกต่อผู้อื่นได้
นั้น ผู้เขียนเสนอปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จ
ดังต่อไปนี้

1. การส่งเสริมความรู้ตามลำดับ
และขั้นตอน การส่งเสริมความรู้เริ่มจากง่าย
ในระดับพื้นฐานไปหายากในระดับวิจารณ์ญาณ
โดยเริ่มจากระดับพื้นฐาน เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับ
การสืบค้นข้อมูลการใช้ยาอย่างสมเหตุผล การใช้
อุปกรณ์ประกอบการสืบค้น การกลั่นกรอง
เปรียบเทียบข้อมูลจากหลายแหล่ง ตรวจสอบ
ความถูกต้องจนได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ สร้างความ
เข้าใจเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผล เน้นย้ำ
ประเด็นสำคัญจนจดจำและเข้าใจ จากนั้นส่งเสริม
ระดับปฏิสัมพันธ์ เป็นการพัฒนาทักษะ โดยการ
พัฒนาทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพจนเกิด
ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผลอย่าง
ถ่องแท้ จากนั้นส่งเสริมระดับวิจารณ์ญาณ เป็น
การพัฒนาทักษะการตัดสินใจในสถานการณ์การ

ใช้ยาอย่างสมเหตุผลที่สอดคล้องกับบริบทและ
ชีวิตประจำวัน จนเป็นแนวทางนำไปปฏิบัติ
จัดการตนเองและดูแลผู้อื่นเกี่ยวกับการใช้ยาอย่าง
สมเหตุผล อีกทั้งการส่งเสริมระดับปฏิสัมพันธ์
ให้รู้เท่าทันสื่อ ซึ่งเป็นปัจจัยที่เหมาะสมเอื้อต่อ
การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องการ โดยการส่งเสริม
ให้รู้เท่าทันและไม่หลงเชื่อสื่อสาธารณะ สื่อ
เทคโนโลยีสารสนเทศ ที่แพร่หลายในปัจจุบัน
และมีอิทธิพลสูงต่อการดำเนินชีวิต จนสามารถ
รับและเลือกใช้ข้อมูลการใช้ยาอย่างสมเหตุผลได้
เป็นอย่างดี

2. รูปแบบกิจกรรมส่งเสริมให้เกิด
ความสามารถและทักษะความรู้ กิจกรรมกลุ่ม
ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ ผ่านประสบการณ์การ
ใช้ยาของสมาชิกในกลุ่ม ร่วมกันฝึกปฏิบัติ และ
ลงมือปฏิบัติจริง ตามใบงาน ซึ่งเริ่มจากการ
ส่งเสริมให้มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการใช้ยา
อย่างสมเหตุผล นำไปประยุกต์ใช้กับสถานการณ์
ที่กำหนด มีการวิเคราะห์ สังเคราะห์ เกี่ยวกับ
ข้อมูลยา จนสามารถนำไปปฏิบัติในการดูแล
ตนเองและให้คำแนะนำผู้อื่น โดยประเมินได้ว่า
การใช้ยานั้นสมเหตุผล/ไม่สมเหตุผล มีการ
ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญหากพบปัญหาหรืออุปสรรค
ประกอบกับสื่อการเรียนรู้มีความเหมาะสม เน้น
เนื้อหาการใช้ยาอย่างสมเหตุผลประเด็นที่สำคัญ
ยาที่พบบ่อย ขนาดตัวหนังสือใหญ่เห็นชัด มี
รูปภาพยาประกอบ มีสื่อวีดิทัศน์ที่เหมาะสมกับ
วัตถุประสงค์การเรียนรู้ อีกทั้งมีการสื่อสารแบบ
สองทางด้วยคำพูดที่เข้าใจง่าย เพิ่มความเข้าใจ
ด้วยการเขียนข้อความที่สั้นกระชับในใบงาน
ช่วยกันค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา นำเสนอข้อมูล

เป็นลำดับ มีการเชื่อมโยงข้อมูลกับประสบการณ์การใช้ยาที่ผ่านมา มีการทบทวนตรวจสอบความเข้าใจให้ตรงกัน ในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ไม่เร่งรีบ และเป็นมิตร เหล่านี้เป็นกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ที่ดี ทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้ยาไปในทางที่ถูกต้อง สมเหตุผล

สรุป

การส่งเสริมความรู้ในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ อสม. เป็นการพัฒนาความสามารถและทักษะตามองค์ประกอบของความรู้ด้านสุขภาพที่เป็นลำดับขั้นตอน ผ่านกิจกรรมกลุ่มที่ส่งเสริมการเรียนรู้ในระดับพื้นฐาน โดยการพัฒนาด้านการเรียนรู้ของการอ่าน การฟัง การพูด การเขียน ระดับปฏิสัมพันธ์โดยการพัฒนาด้านทักษะของการสื่อสาร และระดับวิจารณ์ญาณ โดยการพัฒนาด้านทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล การตัดสินใจที่ดี การนำไปจัดการปัญหาการใช้ยาของตนเองและผู้อื่นอย่างสมเหตุผล ร่วมกับการพัฒนาด้านทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ทำให้ อสม. มีความรู้ความเข้าใจข้อมูลการใช้ยาอย่างสมเหตุผล สามารถค้นหา เข้าถึง แหล่งข้อมูลการใช้ยาที่ถูกต้อง ตรงกับความต้องการ เป็นแนวทางนำไปประยุกต์ใช้อย่างเหมาะสม สามารถตัดสินใจจัดการปัญหาการใช้ยาที่ไม่สมเหตุผล ดูแลการใช้ยาเบื้องต้นทั้งของตนเองและผู้อื่น ได้สอดคล้องกับบริบทและมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะ

ผู้เขียนมีข้อเสนอแนะต่อการนำการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพในการใช้ยาอย่างสมเหตุผลไปประยุกต์ใช้ ดังนี้

1. ด้านปฏิบัติการพยาบาล เป็นแนวทางให้พยาบาลวิชาชีพ ที่ปฏิบัติงานในชุมชน มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาศักยภาพของ อสม. นำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้กับ อสม. รายเดิมเพื่อให้การส่งเสริมมีความต่อเนื่อง การฟื้นฟูความสามารถและทักษะ และ อสม. รายใหม่ เป็นการขยายผลเพื่อส่งเสริมความรู้ด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผลให้กับ อสม. อย่างทั่วถึง

2. ด้านการวิจัย เป็นแนวทางในการนำแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพ ไปศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผลของ อสม. ที่ต่อเนื่อง และยั่งยืน และเป็นแนวทางในการนำไปศึกษาวิจัยในกลุ่มเป้าหมายอื่นหรือพฤติกรรมสุขภาพด้านอื่น

3. ด้านบริการวิชาการและด้านการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice) เป็นแนวทางให้สถาบันการศึกษานำกิจกรรมไปจัดโครงการบริการวิชาการให้กับ อสม. ให้มีความรู้ด้านการใช้ยาอย่างสมเหตุผล และเป็นแนวทางให้อาจารย์พยาบาลนำแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพไปปฏิบัติการพยาบาลโดยตรง (Direct care) กับกลุ่มเป้าหมายให้มีความรู้ด้านสุขภาพ

เอกสารอ้างอิง

- เกศินี สราญฤทธิชัย. (2564). *ความรู้ด้านสุขภาพ: แนวคิด ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้* (พิมพ์ครั้งที่ 2). ขอนแก่น: ขอนแก่นการพิมพ์.
- กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. (2564). *คู่มือกระบวนการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันควบคุมโรคและภัยสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: อาร์ เอ็น พี พี วอเตอร์.

- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *แนวคิดหลักการขององค์การอนามัยโลกด้านสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย 4.0 เพื่อความรู้ด้านสุขภาพของประชาชน (สขรส.).
- กองบริหารการสาธารณสุข สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข. (2563). *แนวทางการดำเนินงานพัฒนาระบบการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผลในชุมชน*. นนทบุรี: กลุ่มงานพัฒนาระบบสนับสนุนบริการ กองบริหารการสาธารณสุข สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.
- กองสุขาภิบาล กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2554). *ความฉลาดทางสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: นิเวศรรวมการพิมพ์.
- กองสุขาภิบาล กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2560). *หลักสูตรฝึกอบรมมาตรฐานครูฝึกอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน*. นนทบุรี: เค. ที. เอส. มาร์เก็ตติ้ง ซัพพลาย.
- ขวัญเมือง แก้วคำเกิง. (2561). *ความรู้ด้านสุขภาพ: เข้าถึง เข้าใจ และการนำไปใช้* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: อัมรินทร์พรินต์ติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง.
- คณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข. (2566). *แผนปฏิบัติการด้านการพัฒนาระบบยาของประเทศไทย พ.ศ. 2566-2570*. สืบค้น 1 พฤษภาคม 2567, จาก https://ndi.fda.moph.go.th/uploads/file_news/202309131994561417.pdf
- ณัชฎา ธนกิจธรรมกุล, พิมพ์กา ปัญญาใหญ่, และศिरกาญจน์ นันทเฉลิมพงศ์. (2567). *ผลของโปรแกรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพต่อความรอบรู้ในการใช้ยาปฏิชีวนะอย่างสมเหตุผลของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน*. รายงานการวิจัยฉบับที่ 482 ทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยพายัพ.
- ณัฐพล ผลโยน. (2566). การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพด้านการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผลของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอหาดูพนม จังหวัดนครพนม. *วารสารโรงพยาบาลสกลนคร*, 26(1), 89-100.
- วิมลรัตน์ บุญเสถียร, และอรทัย เจริญทิพย์เสถกุล. (2563). ความรอบรู้ด้านสุขภาพ: สถานการณ์และผลกระทบต่อสภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ. *วารสารการพยาบาลและสุขภาพ สสอท.*, 2(1), 1-19.
- รววิทย์ นุ่มดี. (2563). พฤติกรรมการใช้ยาปฏิชีวนะของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในอำเภอเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏสุพรรณบุรี*. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏสุพรรณบุรี*, 7(7), 213-228.
- ศุภธินี วัฒนกุล, ศศิธร ชิดนาศิ, พิเชษฐ์ แซ่โซว, คำริห์ ทริยะ, ศิวิไล ปันวารินทร์, และพรฤตินิธิรัตน์. (2563). ความรอบรู้ด้านการใช้จ่ายอย่างสมเหตุผลของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์*, 12(2), 72-82.
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2541). *นิยามศัพท์ส่งเสริมสุขภาพ ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2541* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ดีไซน์.
- สุชาดา อินทรกำแหง ณ ราชสิมา, สมตระกูล ราศิริ, และธิดิรัตน์ ราศิริ. (2564). บทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขไทย. *วารสารวิจัยและพัฒนา ด้าน*

สุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
นครราชสีมา, 7(2), 80-97.

Manganello, J. A. (2008). Health literacy and adolescents: A framework and agenda for future research. *Health Education Research*, 23(5), 840-847.

Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267.

Nutbeam D. (2008). The evolving concept of health literacy. *Social Science and Medicine*, 67(12), 2072-2078.

Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z., Brand, H., &

(HLS-EU) Consortium Health Literacy Project European. (2012). Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC public health*, 12(80), 1-13.

World Health Organization. (1985). *The rational use of drugs: Report of the conference of experts, Nairobi, 25-29 November 1985*. Retrieved 1 May 2024, from <https://iris.who.int/handle/10665/37174>

World Health Organization. (1998). *Health promotion glossary*. Retrieved 1 May 2024, from https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/64546/WHO_HPR_HEP_98.1.pdf?sequence=1