

รายงานการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพแก่คนทำงาน ในสถานประกอบการ อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม

พันธุมาส พูนพานิชย์*

บทคัดย่อ

รายงานการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพแก่คนทำงานในสถานประกอบการ อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบ การส่งเสริมสุขภาพ พัฒนาความสามารถด้านการดูแล สุขภาพตนเอง พัฒนาสุขภาพคนทำงานและ เพื่อประเมินระดับความพึงพอใจในรูปแบบการส่งเสริม สุขภาพแก่คนทำงานในสถานประกอบการ อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ คนทำงาน จำนวน 344 คน ในสถานประกอบการ 7 แห่ง โดยการสุ่ม ตัวอย่างแบบเจาะจงจากสถานประกอบการในอำเภอเมือง จังหวัดนครพนม ที่ขึ้นทะเบียนผู้ประกอบการของสำนักงานประกันสังคม จังหวัดนครพนม รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพประกอบด้วยกิจกรรมซึ่งได้แก่ การสร้างความเข้าใจให้ผู้บริหารหรือเจ้าของสถานประกอบการ การสร้างแกนนำส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ การสร้างกลุ่มส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ การร่วมมือวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพในสถานประกอบการ การจัดทำโครงการและดำเนิน กิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ โดยพยาบาลอาชีวอนามัย เป็นผู้ให้คำปรึกษา และการประเมินกิจกรรมส่งเสริม สุขภาพ

ผลการดำเนินงานตามรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพแก่คนทำงานในสถานประกอบการ อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม พบว่า คนทำงานในสถานประกอบการ

สามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ คิดเป็น ร้อยละ 88.89 คนทำงานในสถานประกอบการมีสุขภาพดี คิดเป็นร้อยละ 84.16 คนทำงานในสถานประกอบการมีความพึงพอใจต่อรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้นในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 83.91

ABSTRACT

The health promotion model was developed in order to promote health of the workers in the workplaces in Muang district, Nakhonphanom province controlled their health by themselves, were healthy and satisfied with health promotion model. The sample was selected by purposive sampling technique. All 344 samples from 7 workplaces were social security members.

The model started with introduced health promotion to the manager in the workplaces, selected health promotion leader by workers, formed health promotion groups, searched for health problems in the workplaces, present health promotion projects which conducted by occupational health nurse, and ended with health evaluation.

The results of the study showed that 88.89 percent of workers could control their health by themselves,

* กลุ่มงานอาชีวเวชกรรม โรงพยาบาลนครพนม



88.16 percent of workers were healthy and 83.91 percent of workers satisfied with health promotion model in high level.

บทนำ

การส่งเสริมสุขภาพเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการปฏิรูประบบสาธารณสุขอันเป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงภาวะเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และเทคโนโลยี การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ส่งผลให้เกิดปัญหาใหม่ๆ ซึ่งต้องการวิธีการจัดการแนวใหม่ในการแก้ไขปัญหา นั่นคือ แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ที่เน้นการเสริมสร้างอำนาจแก่ชุมชน การมีส่วนร่วมของชุมชน การร่วมมือของภาคีต่างๆ ในสังคมและการมุ่งแก้ไขปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

สถานประกอบการเป็นแหล่งที่คนวัยทำงานใช้ชีวิตอยู่เป็นส่วนใหญ่ จึงควรมีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้กลุ่มคนทำงานเหล่านี้มีสุขภาพดีซึ่งจะมีผลต่อประสิทธิภาพในการทำงานและคุณภาพชีวิตของคนทำงาน

ปัญหาในการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการในประเทศไทย พบว่า คนทำงานและผู้เกี่ยวข้องขาดความตระหนักในการส่งเสริมสุขภาพ ขาดการมีส่วนร่วมของคนทำงานในสถานประกอบการ มักเน้นความปลอดภัยในการทำงานมากกว่าการส่งเสริมสุขภาพ เน้นกิจกรรมเดี่ยวมากกว่าการส่งเสริมสุขภาพแบบเบ็ดเสร็จ เป็นโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม มากกว่าส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก ขาดการประเมินผลที่เป็นรูปธรรม ปัจจัยที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ นโยบายขององค์กรที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี สิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการที่ส่งผลต่อการส่งเสริมสุขภาพ ทักษะในการปฏิบัติของคนทำงาน กลุ่มคนทำงานที่เข้มแข็งและการจัดบริการสุขภาพเชิงรุก (สุสิทธิ์ กลัมพากร. 2545 ก. 6-8)

กลุ่มงานอาชีวเวชกรรม โรงพยาบาลนครพนมมีบทบาทหน้าที่ในการให้บริการส่งเสริม สุขภาพ ป้องกันโรค รักษาพยาบาลและฟื้นฟูสุขภาพแก่คนทำงานที่ประกอบอาชีพ ในภาคเกษตรกรรม ภาคอุตสาหกรรมและภาคบริการ พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม และเป็นที่ปรึกษาด้าน

อาชีวอนามัยแก่สถานประกอบการและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องภายในจังหวัด

ปัจจุบันจังหวัดนครพนมได้มีการขยายธุรกิจในภาคอุตสาหกรรม และภาคบริการ มีการติดต่อกับประเทศในแถบอินโดจีน ซึ่งได้แก่ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว และสาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม จำนวนคนทำงานในภาคอุตสาหกรรมและ ภาคบริการจึงมีจำนวนเพิ่มขึ้น จากข้อมูลสำนักงานประกันสังคม จังหวัดนครพนม ปี 2549 มีสถานประกอบการในพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม ที่ขึ้นทะเบียน จำนวน 582 แห่ง จำนวนคนทำงาน 5,103 คน

ข้อมูลการเจ็บป่วยของคนทำงานจากงานประกันสังคม โรงพยาบาลนครพนม ปี 2549 มีผู้มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอก ทั้งสิ้น 14,572 ราย/ครั้ง ค่าใช้จ่ายรวม 5,089,550.62 บาท

โรค 5 อันดับแรกของคนทำงานในแผนกผู้ป่วยนอก ปี 2549 ได้แก่โรคติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนบน โรคแผลในกระเพาะอาหาร/อาหารไม่ย่อย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ความดันโลหิตสูง และโรคติดเชื้อทางเดินอาหาร ตามลำดับ จะเห็นได้ว่า คนทำงานส่วนใหญ่เจ็บป่วยด้วยโรคทั่วไปที่ป้องกันได้และโรคที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพ ทำให้สูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาและเสียเวลาในการทำงาน

ดังนั้นผู้รายงานจึงได้พัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการขนาดกลางและขนาดเล็ก พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม เพื่อนำไปสู่การส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนทำงานในสถานประกอบการ กิจกรรมการส่งเสริม สุขภาพ ประกอบด้วย

1. การสร้างความเข้าใจให้ผู้บริหารหรือเจ้าของสถานประกอบการ
2. การสร้างแกนนำส่งเสริมสุขภาพ
3. การสร้างกลุ่มส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ
4. การร่วมมือวิเคราะห์ปัญหาในสถานประกอบการ
5. การเสนอโครงการส่งเสริมสุขภาพเพื่อขอรับ



การสนับสนุนจากผู้บริหารหรือเจ้าของสถานประกอบการ และดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพ โดยการให้คำปรึกษา และช่วยเหลือจากพยาบาลอาชีวอนามัย

6. การประเมินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพแก่คนทำงานในสถานประกอบการ ขนาดเล็กและขนาดกลาง พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม
2. เพื่อพัฒนาความสามารถด้านการดูแลสุขภาพตนเองของคนทำงานในสถานประกอบการ พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม
3. เพื่อพัฒนาสุขภาพคนทำงานในสถานประกอบการ พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม
4. เพื่อประเมินระดับความพึงพอใจในรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพแก่คนทำงานในสถานประกอบการ พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
กลุ่มตัวอย่าง คือ คนทำงานในสถานประกอบการ โดยการสุ่มแบบเจาะจง พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม โดยการสุ่มแบบเจาะจง จำนวน 344 คน จากสถานประกอบการ 7 แห่ง
2. เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล
 - 2.1 แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้วยตนเองของกรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข
 - 2.2 แบบรายงานผลการตรวจสุขภาพทั่วไปของกรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข
 - 2.3 แบบประเมินความพึงพอใจรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่ามี 5 ระดับ
3. ระยะเวลาดำเนินการ ระหว่างเดือนตุลาคม 2549-เดือนมิถุนายน 2550
4. วิธีดำเนินงาน

4.1 ผู้รายงานได้เข้าพบผู้บริหารหรือเจ้าของสถานประกอบการเพื่อชี้แจงนโยบายและชี้ให้เห็นถึงประโยชน์ที่สถานประกอบการจะได้รับจากการส่งเสริมสุขภาพของคนทำงานในสถานประกอบการด้วยตนเองทั้ง 7 แห่ง

4.2 สร้างจากแกนนำส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการโดยให้คนทำงานในสถานประกอบการได้เป็นผู้ร่วมกันคัดเลือก ผู้รายงานได้จัดอบรมให้แกนนำ

4.3 สร้างกลุ่มส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ โดยให้แกนนำส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการดำเนินกิจกรรมซึ่งมาจากการ บูรณาการ แนวคิด การส่งเสริมสุขภาพ การดูแลตนเอง แรงสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น สร้างกลุ่มส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการให้สมาชิกช่วยเหลือ ซึ่งกันและกันเพื่อส่งเสริมสุขภาพคนทำงานในสถานประกอบการและการทำงานเป็นทีม

4.4 แกนนำส่งเสริมสุขภาพและกลุ่มส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการร่วมกันวิเคราะห์ปัญหาของคนทำงานในสถานประกอบการ

4.5 แกนนำส่งเสริมสุขภาพและกลุ่มส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการที่ตนทำงาน เสนอผู้บริหารหรือเจ้าของสถานประกอบการเพื่อขอรับการสนับสนุนและดำเนินงานตามโครงการที่ได้จัดทำขึ้นในระยะเวลา 6 เดือน โดยการให้คำปรึกษาการดำเนินงานจากผู้รายงานในบทบาทพยาบาลอาชีวอนามัย ตลอดระยะเวลาดำเนินโครงการ

4.6 ประเมินผลกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยคนทำงานในสถานประกอบการและสรุปผลแจ้งให้คนทำงานและเจ้าของสถานประกอบการได้ทราบ

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละของคนทำงานในสถานประกอบการ ที่สามารถดูแลสุขภาพด้วยตนเองได้ ร้อยละของคนทำงานในสถานประกอบการที่มีสุขภาพดี และร้อยละของคนทำงานในสถานประกอบการที่มีความพึงพอใจต่อรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ



ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไป

พบว่าคนทำงานในสถานประกอบการส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง อัตราส่วน ชาย : หญิง คิดเป็น 1 : 1.4 สถานภาพครอบครัวส่วนใหญ่สมรส อายุ คนทำงานส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20-40 ปี อายุต่ำสุด 17 ปี สูงสุด 59 ปี

การศึกษา คนทำงานส่วนใหญ่มีความรู้ระดับมัธยมศึกษา

ระยะเวลาปฏิบัติงาน คนทำงานส่วนใหญ่ทำงานในสถานประกอบการอยู่ในช่วงเวลา 5-9 ปี

ระดับความสามารถการดูแลตนเองของคนทำงานก่อนและหลังดำเนินการสร้างแกนนำและกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ

พฤติกรรมสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
1. ออกกำลังกายเป็นประจำโดยเฉลี่ย 3 วัน/สัปดาห์ วันละ 30 นาที	17.73	80.23
2. กินผักวันละ 4-6 ทัพพี(1ทัพพี = ผักต้ม/ผัก/เนื้ ? ถ้วยตวง)	71.80	87.79
3. กินผลไม้วันละ 3-5 ส่วน(1ส่วน= กล้วยน้ำหว่า 1 ผล หรือ ส้ม 1 ผลหรือมะละกอ 6 คำ)	76.74	89.53
4. ไม่ชอบกินอาหารรสหวาน	74.42	90.70
5. ไม่ชอบกินอาหารรสเค็ม	76.16	93.31
6. ไม่ชอบกินอาหารมัน/อาหารทอด	75.29	92.15
7. ไม่ชอบกินอาหารสุกๆดิบๆเช่นลาบก้อยน้ำตก	78.18	87.79
8. ล้างมือก่อนกินอาหาร ทุกครั้ง	60.75	93.31
9. ล้างมือก่อนออกจากห้องสุขาทุกครั้ง	85.17	95.06
10. แยกภาชนะสำหรับดื่มน้ำเป็นส่วนตัว	61.04	93.02
11. ใช้ช้อนกลางเมื่อกินอาหารร่วมกับผู้อื่นทุกครั้ง	63.08	93.02
12. เมื่อเกิดความเครียดสามารถผ่อนคลายหรือมีวิธีจัดการกับความเครียดได้	62.2	89.82
13. งดหรือหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่	81.10	85.17
14. งดหรือหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	62.2	65.12
15. ไม่มีเพศสัมพันธ์หรือมีเพศสัมพันธ์กับคูครองหรือใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่ไม่ใช่คูครอง	93.52	97.38
เฉลี่ย	69.29	88.89



ระดับสุขภาพของคนทำงานก่อนและหลังดำเนินการสร้างแกนนำและกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ
ในสถานประกอบการ จากการตรวจสุขภาพของเจ้าหน้าที่

รายการ	ก่อน (ร้อยละ)	หลัง (ร้อยละ)
1. ดัชนีมวลกาย ปกติ 18.5-22.9 กก/ม ²	60.75	86.62
2. รอบเอว ปกติ (หญิงไม่เกิน 32 นิ้ว ชายไม่เกิน 36 นิ้ว)	79.94	88.66
3. ความดันโลหิตปกติ (ไม่เกิน 120/80 มม.ปรอท)	39.53	64.24
4. ระดับน้ำตาลในเลือดปกติ (FBS ไม่เกิน 110mg%)	94.19	97.09
เฉลี่ย	68.60	84.16

ความพึงพอใจของคนทำงานในสถานประกอบการต่อรูปแบบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในสถาน
ประกอบการ

ลำดับ	การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ	ระดับความพึงพอใจ	ร้อยละ
1	การมีส่วนร่วมในการค้นหาปัญหาสุขภาพใน	มาก	95.6
2	การมีแกนนำส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ	มาก	91.86
3	การมีความรู้ความสามารถในการดูแลสุขภาพของตนเอง	มาก	76.74
4	ความร่วมมือระหว่างผู้บริหาร/เจ้าของกับคนทำงานในสถาน ประกอบการ	มาก	75.58
5	ความร่วมมือระหว่างคนทำงานในสถานประกอบการใน การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ	มาก	82.56
6	การได้รับการตรวจสุขภาพเบื้องต้นที่สถานประกอบการ	มาก	78.78
7	การติดตามผลและให้ความช่วยเหลือด้านการส่งเสริม สุขภาพจากพยาบาลอาชีวอนามัย	มาก	86.91
8	การให้ความช่วยเหลือกันและกันของกลุ่มคนทำงาน ในด้านการส่งเสริมสุขภาพ	มาก	93.31
9	การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของคนทำงาน ในสถานประกอบการ	มาก	76.16
10	การมีโอกาสประเมินสุขภาพและควบคุมภาวะสุขภาพ ด้วยตนเอง	มาก	81.68
เฉลี่ยความพึงพอใจของคนทำงาน		มาก	83.91



สรุป

ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม คนทำงานในสถานประกอบการจำนวน 7 แห่ง 344 คน อายุ ส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 20-40 ปี ความรู้ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมัธยมศึกษา

ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับดีขึ้นหลังจากมีการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ ถึงร้อยละ 88.89 ซึ่งก่อนดำเนินการความสามารถในการดูแลตนเองมีเพียง ร้อยละ 72.49

ด้านสุขภาพของคนทำงานก่อนดำเนินการกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการพบว่า คนทำงานที่มีระดับดัชนีมวลกายปกติ รอบเอวปกติ ความดันโลหิตปกติ ระดับน้ำตาลในเลือดปกติ ได้จากการตรวจสุขภาพโดยเจ้าหน้าที่ภาพรวมคิดเป็นร้อยละ 68.60 หลังดำเนินการกิจกรรม 6 เดือน ได้ประเมินผลโดยการตรวจสุขภาพโดยเจ้าหน้าที่ พบว่า สุขภาพของคนทำงาน ดีขึ้น ภาพรวมคิดเป็นร้อยละ 84.16

ด้านความพึงพอใจต่อรูปแบบการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพคนทำงานมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมในระดับมากถึงร้อยละ 83.91

อภิปรายผล

1. การที่คนทำงานสามารถดูแลสุขภาพตนเองดีขึ้นเนื่องจาก กลุ่มคนทำงานในสถานประกอบการ มีความพร้อมต่อการพัฒนาเนื่องจากอยู่ในวัย 20-40 ปี การศึกษาระดับมัธยมศึกษาเป็นส่วนใหญ่มีวุฒิภาวะเพียงพอต่อการรับผิดชอบตนเองและสังคม ทำงานในสถานประกอบการมานานพอสมควร อยู่ระหว่าง 5-9 ปี รับรู้ถึงสภาพปัญหา สาเหตุของปัญหา เมื่อคนเหล่านี้ได้รับการเสริมสร้างพลังความรู้ ความสามารถให้เป็นผู้ดำเนินการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพ จึงดำเนินงานตามบทบาทหน้าที่ที่มอบหมายจนประสบผลสำเร็จ

2. การที่สุขภาพของคนทำงานหลังจากดำเนินการกิจกรรมมีสุขภาพดีขึ้น พยาบาลอาสาสมัครมีบทบาทสำคัญเป็นแรงสนับสนุนทางสังคม สนับสนุนช่วยเหลือและสนับสนุนทางข้อมูลข่าวสารวิชาการแก่แกนนำและกลุ่มส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการเพื่อให้แกนนำ/กลุ่ม

รู้สึกว่าคุณมีความสำคัญด้วยการอาศัยความมั่นใจสามารถทำประโยชน์ต่อสังคมได้

3. คนทำงานมีความพึงพอใจในรูปแบบส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากกิจกรรมได้ตอบสนองความต้องการในการแก้ไขปัญหาสุขภาพ ป้องกันโรคที่สามารถป้องกันได้ เกิดคุณค่าในตัวเองและกลุ่ม ในการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน คนทำงานต้องการให้มีการสนับสนุนจากเจ้าของ/ผู้บริหารสถานประกอบการ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง พยาบาลอาสาสมัครจะเป็นที่ปรึกษาด้านวิชาการสุขภาพอนามัยแก่กลุ่ม เพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตในกลุ่มคนทำงานที่ยั่งยืนต่อไป ผู้บริหาร/เจ้าของสถานประกอบการให้ความสำคัญต่อการ ส่งเสริมสุขภาพแก่คนทำงานในสถานประกอบการ โดยได้สนับสนุนกำหนดเป็นนโยบายของสถานประกอบการ สนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรม/โครงการ โดยยึดหลัก “เข้าถึง ฟังใจ ไม่แพง มีแรง สนับสนุน” จัดกิจกรรมให้เข้าถึงคนทำงานทุกกลุ่มเป้าหมายเป็นที่พึงพอใจใช้งบประมาณไม่มากและทุกฝ่ายให้การสนับสนุน

ข้อเสนอแนะ

1. การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ ควรจัดเป็นกลุ่มย่อย และมีแกนนำเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อส่งเสริมความสามารถในการรับรู้ และแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

2. พยาบาลอาสาสมัครมีบทบาทที่จะทำให้อาสาสมัครเห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพของคนทำงานในสถานประกอบการที่จะทำให้อาสาสมัครได้เพิ่มประสิทธิภาพของการทำงาน มีผลผลิตมากขึ้นและลดค่าใช้จ่ายที่เป็นต้นทุน

3. ควรสร้างแกนนำในการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการให้มีเพิ่มขึ้น และแกนนำสามารถที่จะให้ความช่วยเหลือสมาชิกรายใหม่ที่เข้ามาสู่สถานประกอบการได้ปรับตัวให้เข้ากับ กิจกรรมส่งเสริม สุขภาพที่สถานประกอบการกำลังดำเนินการ

4. ควรมีการประสานความร่วมมือและการบูรณาการแผนงานกิจกรรมของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทุกหน่วยงาน ได้แก่ สำนักงานประกันสังคม สำนักงานสวัสดิการและ



คุ้มครองแรงงาน โรงพยาบาล องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ที่จะเข้าไปดำเนินงานในสถานประกอบการ เพื่อลดการใช้ทรัพยากร ลดการรบกวนเวลาในการทำงานของสถานประกอบการ

5. ในกรณีแรงงานต่างด้าวในสถานประกอบการ ควรจะมีแกนนำแรงงานต่างด้าวที่มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องการสื่อสารและการส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้การดูแล

ช่วยเหลือกลุ่มแรงงานต่างด้าวในสถานประกอบการ ด้านสุขภาพเป็นไปอย่างทั่วถึงเท่าเทียมกัน

6. ควรจัดทำคู่มือดูแลสุขภาพตนเองอย่างง่ายเป็นภาษาของแรงงานต่างด้าว

บรรณานุกรม

กวี ชื่นจอหอ. การดูแลสุขภาพตนเองของผู้ใช้แรงงานในสถานประกอบการขนาดเล็ก พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัด นครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น , 2544.

กานดา ตันตพันธ์และคณะ. รายงานการวิจัยการสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการของไทย. (อำนวยการ) คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ , สำนักงาน. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554). ราชกิจจานุเบกษา ฉบับที่ 10

พิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ. แนวคิด หลักการ การพยาบาลอาชีวอนามัย : ทฤษฎีและการปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร : เจริญดีการพิมพ์ , 2544.

โรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม, สำนัก. แนวทางปฏิบัติการให้บริการอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม สำหรับสถานประกอบการสุขภาพ. 2549

วิทยา อยู่สุข. อาชีวอนามัย ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อม. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : นำอักษรการพิมพ์ , 2544.

สมจิต หนูเจริญกุล. การดูแลตนเอง : ศาสตร์และศิลปะทางการแพทย์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วน จำกัด วี เจ.พรินติ้ง, 2536.

สระพรรณ พนมฤทธิ์และคณะ. กระบวนการพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่ 2 . กรุงเทพมหานคร : บริษัทประชุมช่างจำกัด, 2543.

สุรินทร์ กลัมพากร. เอกสารประกอบการบรรยายการอบรมพยาบาลอาชีวอนามัยรุ่นที่ 1 ระหว่างวันที่ 18-29 พฤศจิกายน ณ มหาวิทยาลัยบรมราชชนนี นครสวรรค์ (เอกสารอำนวยการ), 2545.

อดุลย์ บัณฑิตกุล. คู่มืออาชีวเวชศาสตร์ 2000. กรุงเทพมหานคร : บริษัทดวงกมลสมัยจำกัด, 2544.

