

การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

Health Information Dissemination in Community

บรรจง พลไชย *

บทคัดย่อ

การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน เป็นกระบวนการสื่อสารเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะและพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดี วิธีการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนโดยใช้วิธีการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นรายบุคคล รายกลุ่ม และสื่อมวลชน เผยแพร่ในขณะที่ให้บริการสุขภาพในด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสภาพ สำหรับสื่อที่ใช้ในการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน คือ สื่อบุคคล สื่อสิ่งพิมพ์ สื่อมวลชน สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อพื้นบ้าน และสื่อกิจกรรม

คำสำคัญ: สารสนเทศ, สุขภาพ, ชุมชน, การเผยแพร่, สารสนเทศด้านสุขภาพ

Abstract

Health information dissemination in community is communication process to improve knowledge, attitude and health behavior for better health and better quality of life. The methods of health information dissemination in community are by individual, group and mass media while health services in health promotion, disease prevention, treatment and rehabilitation. The media for health information dissemination in community

* วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม,
banchong_bcnn@hotmail.com

are personal media, printed media, mass media, electronics media, traditional media and activity media.

Keywords: Information, Health, Community, Dissemination, Health Information

1. บทนำ

ปัจจุบัน ข้อมูล ข่าวสาร สารสนเทศ ความรู้ทางวิชาการ วิทยาการใหม่ ๆ มีความเจริญก้าวหน้า และเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้เกิดการท่วมท้นของข้อมูล ข่าวสาร สารสนเทศ การดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบันต้องอาศัยทักษะการแสวงหา คัดสรร และกลั่นกรองข้อมูลข่าวสารมากขึ้นกว่าในอดีต จึงจะได้ข้อมูลข่าวสารสารสนเทศที่ดี ครอบคลุม ถูกต้อง ทันสมัย ความรู้ ข้อมูล ข่าวสารมีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์หลายด้าน เช่น ด้านการศึกษา ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ เป็นต้น ประชาชนมีความตื่นตัวในด้านการศึกษาค้นคว้าหาความรู้ทางสุขภาพจากสื่อ เทคโนโลยี ด้วยวิธีการต่างๆ มากมาย ดังนั้น สารสนเทศด้านสุขภาพจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน การให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ประชาชน เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องสุขภาพนั้นเป็นวิธีการหนึ่งในการสร้างเสริมสุขภาพ โดยเน้นให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจเพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งการให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่บุคคล ครอบครัว กลุ่มคน และชุมชน ให้กิจกรรมทางการสื่อสารเหมาะสมกับปัญหาและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย จะส่งผลให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพไปในทางที่พึงประสงค์ การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพ จึงหมายถึง กิจกรรมที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล ครอบครัวและชุมชน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนั้นเกิดจากการจัดประสบการณ์ต่างๆ ในการเรียนรู้ให้กับประชาชน ทำให้บุคคล ครอบครัวและชุมชนมีสุขภาพดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

2. แนวคิดการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพ

การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพหรือการให้ความรู้ด้านสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ทำให้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วย ทำให้บุคคลมีการเปลี่ยนแปลงใน

ด้านความรู้ ความเข้าใจ วิธีคิด ค่านิยม ความเชื่อ และทัศนคติ อันจะนำไปสู่การพัฒนาทักษะของบุคคลที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีของประชาชน การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นการสร้างโอกาสเพื่อการเรียนรู้ โดยอาศัยรูปแบบต่างๆ ของการสื่อสาร เพื่อให้บุคคลบรรลุถึงระดับความรู้ มีทักษะและความมั่นใจ ในการที่จะลงมือปฏิบัติ เพื่อให้สุขภาพของบุคคลและชุมชนดีขึ้น รวมทั้งการเพิ่มพูนความรู้และพัฒนาทักษะชีวิตที่ส่งผลเกื้อหนุนสุขภาพของบุคคลและชุมชน ปัญหาด้านสาธารณสุขของประชาชน ส่วนหนึ่งมีสาเหตุมาจากประชาชนขาดความรู้ด้านสุขภาพ เมื่อประชาชนขาดความรู้ด้านสุขภาพ ทำให้เจ็บป่วยมากขึ้น เพราะไม่รู้จักป้องกันตนเองจากโรคร้ายไข้เจ็บที่ส่วนมากสามารถป้องกันได้ เมื่อประชาชนขาดความรู้ด้านสุขภาพ ทำให้ประชาชนมองไม่เห็นคุณค่าของชีวิตและความสำคัญในการป้องกันโรคและการส่งเสริมให้มีสุขภาพสมบูรณ์ โดยมักจะล้มป่วยด้วยโรคเดิมซึ่งเคยเป็นมาก่อน เพราะไม่รู้สาเหตุของโรค และไม่รู้วิธีป้องกันตัวให้พ้นจากโรคนั้นๆ การขาดความรู้ด้านสุขภาพจึงเป็นสาเหตุที่ทำให้ประชาชนไม่รู้จักปฏิบัติตัวให้ถูกต้องที่จะช่วยป้องกันโรคและสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ดังนั้นในการแก้ปัญหาสาธารณสุขนั้นนอกจากจะให้บริการทางด้านสุขภาพอนามัยแก่ประชาชนแล้ว สิ่งที่สำคัญที่จะช่วยแก้ปัญหาได้มากก็คือ การเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพนั่นเอง ซึ่งการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพ มีจุดประสงค์เพื่อสร้างเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ทัศนคติ เข้าใจ ตระหนักถึงปัญหาและสามารถช่วยเหลือตนเอง ครอบครัวและชุมชนได้ และมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสาธารณสุข เพื่อสนับสนุนให้มีสุขภาพดีทั่วถึงกัน โดยใช้ทรัพยากรและเทคโนโลยีที่มีอยู่ในท้องถิ่นได้อย่างเหมาะสม (วรรณวิไล จันทราภา, 2544: หน้า 29-30) ดังนั้นการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นองค์ประกอบสำคัญของการดำเนินงานสาธารณสุข เพื่อนำไปใช้สำหรับแก้ไขปัญหาสุขภาพที่เกิดจากความไม่รู้ ไม่เข้าใจ และปฏิบัติตนยังไม่ถูกต้องของแต่ละบุคคล ทำให้สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งด้านความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติไปในทางที่ถูกต้อง

3. องค์ประกอบในการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

ในการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนควรคำนึงถึงองค์ประกอบ ดังนี้ (พรณี บัญชรหัตถกิจ, 2551: หน้า 252 - 253)

3.1 ผู้เผยแพร่หรือผู้สอน ต้องมีความรู้ความสามารถในเนื้อหาที่สอน ต้องมีบุคลิกภาพ พฤติกรรม คุณลักษณะต่างๆ ที่เป็นแบบอย่างด้านสุขภาพได้ เช่น แพทย์ พยาบาล เกษักกร เจ้าหน้าที่สาธารณสุข

3.2 ผู้รับหรือกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งมีความแตกต่างกันด้านอายุ เพศ การศึกษา ความพร้อม ความต้องการ ความสนใจ สภาพปัญหาสุขภาพของประชาชนที่ประสบอยู่ สิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม เช่น ในชุมชนเดียวกันอาจประกอบไปด้วย ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน นักเรียนประถมศึกษา นักเรียนมัธยมศึกษา พนักงานในโรงงานเย็บผ้า หรือพนักงานบริษัทเอกชน เป็นต้น

3.3 เนื้อหา เหมาะสมกับสถานการณ์ โอกาส และปัญหาสุขภาพในปัจจุบัน เป็นเนื้อหาความรู้ที่มีข้อเท็จจริง ทันสมัย เหมาะสมกับอายุและปัญหาสุขภาพของกลุ่มเป้าหมาย เช่น การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โรคเอดส์ โรคปวดหลัง

3.4 วิธีการเผยแพร่สารสนเทศ เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายเหมาะกับเนื้อหา เช่น เผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในขณะที่เยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคเบาหวาน ให้ความรู้เรื่องโรคเอดส์แก่นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5

3.5 สื่อ เป็นเครื่องมือกระตุ้นให้ผู้รับสารสนเทศเกิดความสนใจเรื่องราว ติดตาม และเข้าใจเนื้อหาได้ดียิ่งขึ้น เพราะสื่อจะดึงดูดความสนใจของผู้รับสารสนเทศให้คล้อยตาม และเข้าใจเนื้อหาได้ดี เช่น หนังสือ วารสาร หอกระจายข่าว เสียงตามสาย วิทยุ โทรทัศน์ ได้แก่ หนังสือเรื่อง คู่มือโรคไตสำหรับประชาชน วารสารโรคเอดส์ รายการโทรทัศน์ “รายการมหัศจรรย์พันธุ๋กาย”

4. ความสำคัญของการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

ประชาชนในชุมชนจะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุข จะต้องมีความสุขภาวะที่สมบูรณ์ มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง การที่ประชาชนในชุมชนจะมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง จำเป็นต้องได้รับความรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องด้วย ดังนั้น การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนจึงมีความสำคัญ ดังนี้(เอมอชฌา (รัตนริมจง) วัฒนบุรานนท์, 2556: หน้า 71 ; รุจิรา ดวงสงค์, 2550: หน้า 279)

4.1 ความสำคัญต่อบุคคล มีส่วนทำให้บุคคลมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ถูกต้องเหมาะสม สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุข

4.2 ความสำคัญต่อครอบครัวและชุมชน สุขภาพอนามัยของครอบครัวและชุมชนจะดีได้นั้นขึ้นอยู่กับพฤติกรรมสุขภาพของแต่ละบุคคลในครอบครัวและในชุมชนนั้นๆ ด้วย โดยมีผลจากการที่บุคคลแต่ละคนได้รับสารสนเทศด้านสุขภาพนั่นเอง

4.3 ความสำคัญต่อการบริหารงานสุขภาพ การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน ก่อให้เกิดผลดีต่อการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และการฟื้นฟูสุขภาพ มีผลให้ค่าใช้จ่ายในการบริการสุขภาพลดลง ซึ่งก็คือ ประสิทธิภาพของการบริหารงานสุขภาพนั่นเอง ดังนั้นการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนจึงมีความสำคัญต่อการบริหารงานสุขภาพ

4.4 ความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ การที่มนุษย์มีสุขภาพที่ดี สามารถทำงานหรือประกอบอาชีพได้อย่างราบรื่น ทำให้มีรายได้มาเลี้ยงดูครอบครัว เท่ากับเป็นการสร้างความมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั่นเอง ซึ่งเกิดผลดีต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชนและประเทศชาติ ส่งผลดีต่อสภาพเศรษฐกิจ สังคม ของประเทศด้วย

จะเห็นได้ว่า การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน มีความสำคัญต่อบุคคล ครอบครัว ชุมชนและประเทศ โดยช่วยสร้างเสริมความมีสุขภาพดี มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุข ช่วยลดค่าใช้จ่ายในการรักษาเมื่อเกิดการเจ็บป่วย มีผลให้ค่าใช้จ่ายในการบริการสุขภาพลดลง ส่งผลดีต่อสภาพเศรษฐกิจ สังคมของประเทศด้วย

5. วัตถุประสงค์ของการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นวิธีการที่ทำให้ประชาชนได้รู้จักการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วย ทำให้บุคคลได้เปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะและการปฏิบัติทางด้านสุขภาพ ดังนั้น วัตถุประสงค์ของการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน จึงได้แก่ (วาสนา แก้วหล้า, 2549: หน้า 7 ; รุจิรา ดวงสงค์, 2550: หน้า 241)

5.1 มุ่งสร้างเสริมให้บุคคลมีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคม

5.2 มุ่งสร้างเสริมให้ครอบครัวและชุมชนมีสุขภาพดี การที่บุคคลเพียงคนเดียวมีสุขภาพดียังไม่เป็นการเพียงพอ ครอบครัวทั้งครอบครัวต้องมีสุขภาพดีด้วย และต้องให้ชุมชนมีสุขภาพดีด้วย การที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งในครอบครัวมีสุขภาพดี แต่สมาชิกคนอื่นในครอบครัวสุขภาพไม่ดี มีโรคติดต่อเกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นกับบุคคลอื่นในครอบครัวด้วย ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องให้บุคคลทุกคนในครอบครัวมีสุขภาพดี การที่ครอบครัวเพียงครอบครัวเดียวมีสุขภาพดีแต่ครอบครัวอื่นในชุมชนนั้นมีสุขภาพไม่ดี เพราะสิ่งแวดล้อมต่างๆ ในชุมชน ย่อมมีผลกระทบต่อครอบครัวด้วย สภาพของชุมชนย่อมทำให้ครอบครัวที่อาศัยอยู่ในชุมชนนั้นมีสุขภาพไม่ดีด้วย

5.3 มุ่งให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ทัศนคติ และการปฏิบัติ

5.4 เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนในเรื่องสุขภาพ ซึ่งสามารถตอบสนอง โดยการให้ความรู้ด้านสุขภาพ

5.5 เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพของประชาชน โดยการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพแก่ประชาชนให้ตระหนักถึงปัญหาสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชน

5.6 เพื่อลดจำนวนประชาชนที่ไปปรึกษาปัญหาที่เกี่ยวกับสุขภาพที่สถานบริการสาธารณสุข

5.7 เพื่อลดจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคที่ป้องกันได้ ถ้าประชาชนได้เรียนรู้สารสนเทศเกี่ยวกับการป้องกันโรคที่ถูกต้อง ก็จะช่วยป้องกันการแพร่กระจายโรคต่างๆ ที่ติดต่อไปยังผู้อื่นก็จะลดลงด้วย

5.8 เพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพในระยะยาวของชุมชน เนื่องจากการให้ความรู้ด้านสุขภาพเป็นมาตรการหนึ่งที่ใช้แก้ไขปัญหาสุขภาพของบุคคลหรือชุมชน ซึ่งจะแตกต่างจากการแก้ไขปัญหาด้วยการรักษาโรค ทำให้ปัญหาสุขภาพลดลงเนื่องจากประชาชนได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ โดยการได้รับสารสนเทศด้านสุขภาพที่ถูกต้อง

สรุปได้ว่า การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน มีวัตถุประสงค์เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพของประชาชน ทำให้ปัญหาสุขภาพของบุคคล ครอบครัว และชุมชน

ลดลง มุ่งให้บุคคล ครอบครัว และชุมชน มีสุขภาพดี ลดจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ ช่วยป้องกันการแพร่กระจายของโรคติดต่อไปถึงผู้อื่น

6. วิธีการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

วิธีการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน เพื่อให้เกิดความรู้ ทักษะคติและการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่ดีนั้น สามารถพิจารณาตามลักษณะของผู้รับความรู้ หรือกลุ่มเป้าหมาย แบ่งได้ 3 กลุ่ม ได้แก่ (อภิวัฒน์ แก้ววรรณรัตน์, 2553: หน้า 1)

6.1 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นรายบุคคล เป็นการให้ความรู้ตัวต่อตัว เป็นวิธีที่ได้ผลดีมาก ผู้เผยแพร่สารสนเทศมีโอกาสทราบปัญหาเป็นรายบุคคล เห็นสีหน้า ความรู้สึก สามารถชี้แจงแนะนำ แก้ปัญหาข้อข้องใจได้ดีกว่าวิธีอื่นและมีโอกาสสร้างความสนิทสนมคุ้นเคยเป็นกันเองระหว่างผู้เผยแพร่กับผู้รับความรู้ การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพวิธีนี้ทำได้โดยการเยี่ยมบ้านผู้ป่วย การสนทนา การสัมภาษณ์ การสอนผู้ป่วยในคลินิก การใช้บทเรียนสำเร็จรูป การใช้โทรศัพท์



ภาพที่ 1 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นรายบุคคล : ให้ความรู้ด้านสุขภาพโดยการเยี่ยมบ้าน

ที่มา : บรรจง พลไชย

6.2 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นรายกลุ่ม เป็นการให้ความรู้แก่ประชาชนกลุ่มเล็กๆ ตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไป เช่น กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน กลุ่มหญิงตั้งครรภ์ กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน กลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิตสูง การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพวิธีนี้ทำได้โดยการบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การสาธิต การแสดงบทบาทสมมติ การใช้สถานการณ์จริง การประชุมกลุ่ม



ภาพที่ 2 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพเป็นรายกลุ่ม : ให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่กลุ่มผู้สูงอายุ

ที่มา : บรรจง พลไชย

6.3 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพทางสื่อมวลชน เป็นการถ่ายทอดความรู้ด้านสุขภาพให้กับผู้รับความรู้หรือกลุ่มเป้าหมายที่ไม่เฉพาะเจาะจง สามารถให้ความรู้ได้หลายวิธี หลายช่องทาง เป็นการนำข่าวสาร ความรู้ ข้อเท็จจริง ไปถึงประชาชนทั่วทุกแห่งในระยะเวลาอันรวดเร็ว ทันเหตุการณ์ สามารถกระตุ้นให้ประชาชนสนใจปัญหาสุขภาพ และคิดแก้ไขปัญหาสุขภาพได้ด้วยตนเอง สามารถชักชวนให้ประชาชนเข้าร่วมโครงการหรือกิจกรรมต่างๆ ได้ การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพวิธีนี้ทำได้โดย การออกหน่วยเคลื่อนที่

การฉายภาพยนตร์ สื่อกระจายเสียงทางวิทยุชุมชน หอกระจายข่าวในหมู่บ้าน วิทยุโทรทัศน์ บอร์ดความรู้ในชุมชน หนังสือพิมพ์ ตำรา วารสาร จุลสาร การให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพผ่านทางอินเทอร์เน็ต



ภาพที่ 3 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพทางสื่อมวลชน โดยใช้สื่อสิ่งพิมพ์ :
วารสารวิชาการด้านสุขภาพ, ที่มา : บรรจง พลไชย

วิธีการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพนั้นมีวิธีการหลายรูปแบบ ควรเลือกให้เหมาะสมกับจุดประสงค์ เนื้อหา สถานที่ จำนวนกลุ่มเป้าหมาย วุฒิภาวะและพื้นฐานความรู้ของผู้รับ และต้องเน้นให้ผู้รับความรู้ตัดสินใจเลือกปฏิบัติด้วยตนเอง สำหรับรูปแบบการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพนั้นในที่นี้ ขอยกมา 4 รูปแบบ ดังนี้

1. การให้ความรู้แบบบรรยาย (Lecture) เป็นการถ่ายทอดความรู้ ความคิด ในหัวข้อที่ได้กำหนดไว้ ผู้บรรยายจะเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องที่สอน เตรียมเนื้อหาความรู้ เอกสาร วิธีการสอนและสื่ออุปกรณ์ประกอบการสอน เป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับการให้ความรู้

กับกลุ่มผู้รับความรู้ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม ซึ่งเป็นวิธีที่ดีสำหรับการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพไปยังผู้รับที่มีจำนวนมากในระยะเวลาที่จำกัด (ภัทรา เล็กวิจิตรธาดาและอัจฉรา จินายน, 2553: หน้า 81)



ภาพที่ 4 ให้ความรู้ด้านสุขภาพแบบบรรยาย
ที่มา : บรรจง พลไชย

2. การให้ความรู้แบบอภิปรายกลุ่ม (Group discussions) การอภิปรายกลุ่มมีทั้งกลุ่มเล็กและกลุ่มใหญ่ พิจารณาตามจำนวนผู้รับความรู้ ซึ่งเป็นกลุ่มผู้รับความรู้ที่มักมีปัญหาสุขภาพหรือมีความสนใจในเรื่องที่ใกล้เคียงกัน เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้รับความรู้ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มที่เน้นการสนทนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ความคิดเห็นและประสบการณ์ภายในกลุ่ม ทำให้สมาชิกกลุ่มได้เกิดการเรียนรู้ในสิ่งใหม่ๆ ที่มีประโยชน์ต่อการดูแลสุขภาพของตนเองและชุมชน



ภาพที่ 5 ให้ความรู้ด้านสุขภาพแบบอภิปรายกลุ่ม
ที่มา : บรรจง พลไชย

3. การให้ความรู้แบบสาธิต (Demonstration) เป็นการให้ความรู้โดยการกระทำให้ดูเป็นตัวอย่าง การแสดงสาธิตประกอบคำอธิบาย เป็นการให้ความรู้ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติควบคู่กันไป การสาธิตเป็นการแสดงโดยใช้เครื่องมือประกอบ เพื่อช่วยให้ผู้รับความรู้ได้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งในเรื่องที่ต้องการรู้ เช่น สาธิตการสวมถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง การแปรงฟันอย่างถูกวิธี การล้างมือที่ถูกต้อง สาธิตการอาบน้ำเด็ก การปฐมพยาบาลเหมาะสำหรับเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพกับกลุ่มผู้รับความรู้รายบุคคลหรือรายกลุ่ม



ภาพที่ 6 ให้ความรู้ด้านสุขภาพแบบสาธิต

ที่มา : บรรจง พลไชย

4. การให้ความรู้แบบจัดนิทรรศการ (Exhibition) เป็นการให้ความรู้ทั้งทางตรงและทางอ้อมแก่กลุ่มเป้าหมาย โดยไม่จำกัดจำนวน เป็นการนำเอาวัสดุสิ่งของหรืออุปกรณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ต้องการจะให้ความรู้มาจัดแสดงอย่างเป็นระบบ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายเกิดความสนใจ กระตุ้นให้เกิดความอยากรู้อยากเห็น เกิดความสนใจ อยากชม เพื่อศึกษาหาความรู้ โดยอาศัยสื่อ เทคนิคและวิธีการหลายอย่างเข้ามาผสมผสานกัน มีความต่อเนื่อง มีแสง สี การเคลื่อนไหว และมักจะใช้พื้นที่บริเวณกว้าง



ภาพที่ 7 ให้ความรู้ด้านสุขภาพแบบจัดนิทรรศการ

ที่มา : บรรจง พลไชย

7. หลักการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

หลักการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน มีดังนี้ (จำนง อิ่มสมบูรณ์, 2544: หน้า 352-353)

7.1 ให้ชุมชนมีส่วนร่วมในกระบวนการแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน โดยการใช้ภูมิปัญญาของท้องถิ่นและชุมชนเป็นหลัก และมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้ให้การสนับสนุน เช่น บริโภคผักปลอดสารพิษ ใช้สมุนไพรตะไคร้หอมในการควบคุมป้องกันโรคไข้เลือดออก รักษาโรคปวดกล้ามเนื้อโดยใช้วิธีการนวดแผนไทย

7.2 ใช้ทรัพยากรของชุมชนและท้องถิ่นเป็นหลัก ได้แก่ วัสดุอุปกรณ์ เครื่องมือ สื่อสารต่าง ๆ ในชุมชน เช่น สื่อท้องถิ่น สื่อพื้นบ้าน ศิลปินท้องถิ่นตลอดทั้งทรัพยากรบุคคลในท้องถิ่น เช่น อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ผู้ทรงคุณวุฒิสายาต่างๆ ผู้นำชุมชน และศิลปินหมอลำพื้นบ้านของชุมชน

7.3 ต้องมีการพัฒนาความรู้และทักษะที่จำเป็นของประชาชนและองค์กรในชุมชน ให้มีศักยภาพและมีทักษะที่เพียงพอในการดำเนินงานพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพและการพัฒนาปัจจัยแวดล้อมในชุมชน รวมทั้งการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพและการประเมินผลการดำเนินงานของชุมชนได้ด้วยตนเอง

7.4 ให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของชุมชน ในชุมชนแต่ละชุมชนจะมีลักษณะพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ และลักษณะปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพเฉพาะของชุมชนนั้นๆ กระบวนการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพในชุมชน เป็นบทบาทหนึ่งขององค์กรในชุมชนที่ต้องเฝ้าระวังว่าประชาชนกลุ่มต่างๆ มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมหรือไม่ มีปัจจัยใดบ้างที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพนั้น เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการดำเนินงานแก้ไขปัญหาพฤติกรรมสุขภาพและปัญหาสุขภาพของชุมชน

7.5 มีการพัฒนาปัจจัยแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของชุมชนนั้น ไม่เพียงแต่เฉพาะประชาชนในชุมชนเท่านั้นที่จะต้องมีความรู้ ทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในการดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัว แต่การที่ประชาชนในชุมชนจะมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมได้นั้น จำเป็นต้องพัฒนาปัจจัยแวดล้อม ทั้งด้านกายภาพและปัจจัยแวดล้อมทางสังคมที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง เช่น กฎระเบียบ ข้อบังคับ หรือกิจกรรม ที่ชุมชนจัดทำขึ้นเพื่อพิทักษ์สุขภาพของประชาชนในชุมชน ได้แก่ งดเหล้าเข้าพรรษา ข้อบังคับการสวมหมวกนิรภัย ขณะขี่รถจักรยานยนต์ในชุมชน งานศพปลอดเหล้า

8. การจัดกิจกรรมเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

การจัดกิจกรรมเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน มีหลักการจัด ดังนี้ (กันยา กาญจนบุรานนท์, 2543: หน้า 801 – 802)

8.1 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนขณะปฏิบัติงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพ งานสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ งานอนามัยแม่และเด็ก โภชนาการ การวางแผนครอบครัว ขณะที่กำลังให้บริการงานต่าง ๆ เหล่านี้ก็เผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพพร้อมกันไปด้วย เพื่อให้ผู้รับบริการได้มีความรู้และปฏิบัติตามได้ถูกต้อง เช่น ขณะที่ให้บริการตรวจครรภ์ นอกจากตรวจครรภ์ ชักประวัติแล้วก็ให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่หญิงที่มาตรวจครรภ์

เป็นกลุ่มหรือรายบุคคลเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในขณะตั้งครรภ์ ได้แก่ การรับประทานอาหาร การพักผ่อน การเตรียมตัวก่อนคลอด

8.2 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนขณะปฏิบัติงานด้านการป้องกันโรค เช่น ขณะที่ผู้ปกครองพาเด็กมารับการฉีดวัคซีนป้องกันโรค ก็ให้ความรู้ด้านสุขภาพเรื่องโรคที่ป้องกันได้โดยการฉีดวัคซีนแก่ผู้ปกครองเด็ก หรือให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ผู้ปกครองเด็กที่นำเด็กมาตรวจสุขภาพในคลินิกเด็กดี (well baby clinic) เกี่ยวกับเรื่อง การเจริญเติบโต พัฒนาการของเด็ก อาหารเสริมสำหรับทารก

8.3 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนขณะปฏิบัติงานด้านการรักษาพยาบาล การให้ความรู้ด้านสุขภาพขณะที่ปฏิบัติงานด้านการรักษาพยาบาลอาจทำให้ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล สถานบริการสุขภาพ หรือหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ เช่น ขณะที่ผู้ป่วยมาตรวจโรคก็สามารถให้ความรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคที่ระบอบ่อยในท้องถิ่น ได้แก่ ไข้หวัดใหญ่ ตาแดง หรือในขณะที่ตรวจโรคก็สามารถให้ความรู้เกี่ยวกับโรคที่ผู้ป่วยเป็น

8.4 การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนขณะปฏิบัติงานด้านการฟื้นฟูสุขภาพ การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพแก่ผู้ป่วยหรือญาติในระยะพักฟื้น เพื่อให้ผู้ป่วยได้หายจากการเจ็บป่วยและกลับคืนสู่สภาพเดิมทั้งร่างกายและจิตใจ เมื่อร่างกายคืนสู่สภาพปกติก็สามารถทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นด้วย ได้แก่ ให้ความรู้ในเรื่องการออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยอัมพาต อาหารสำหรับหญิงหลังคลอด

จึงกล่าวได้ว่า การจัดกิจกรรมเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนสามารถจัดกิจกรรมเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพให้แก่บุคคลได้ในขณะที่ปฏิบัติงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพของผู้ป่วย เพื่อให้มีความรู้และปฏิบัติตามได้ถูกต้อง

9. สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน

สื่อที่นำมาใช้ในการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพสู่กลุ่มเป้าหมาย สามารถแบ่งประเภทตามลักษณะของสื่อ ได้ดังนี้ (วาสนา แก้วหล้า, 2549: หน้า 106 – 107)

9.1 สื่อบุคคล หมายถึง ตัวบุคคลที่ทำหน้าที่ถ่ายทอดเรื่องราวต่างๆ สื่อบุคคลอื่นจัดได้ว่าเป็นสื่อที่ได้รับความสนใจ และมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในด้านการโน้มน้าวจิตใจ และมีอิทธิพลสำคัญในการเป็นตัวอย่างของผู้รับความรู้ด้านการปฏิบัติตัวเองให้เป็น

แบบอย่างที่ดีให้ผู้อื่นเลียนแบบ ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้นำชุมชน พระสงฆ์ ผู้นำศาสนา อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมอพื้นบ้าน

9.2 สื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ ใบปลิว แผ่นพับ โปสเตอร์ จดหมายข่าว ภาพพลิก จุลสาร วารสาร หนังสือ

9.3 สื่อมวลชน หมายถึง ช่องทางที่สามารถสื่อสารให้เข้าถึงคนจำนวนมากที่มีความหลากหลายได้

อย่างรวดเร็ว ภายในเวลาเดียวกัน หรือใกล้เคียงกัน ได้แก่ วิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หอกระจายข่าว เสียงตามสาย วิทยุชุมชน

9.4 สื่ออิเล็กทรอนิกส์ คือ สื่อเฉพาะกิจที่ผลิตออกมาในรูปแบบแสงและเสียง เช่น เทปบันทึกเสียง วีดิทัศน์ ภาพยนตร์ เว็บไซต์ออนไลน์

9.5 สื่อพื้นบ้าน หมายถึง สื่อที่อาจเป็นบุคคล คณะบุคคล ตลอดจนเครื่องมือ อุปกรณ์เกี่ยวกับการแสดงกิจกรรมและวัฒนธรรม โดยเป็นสื่อที่ชาวบ้านสร้างสรรค์ขึ้น และยึดถือปฏิบัติสืบเนื่องกันมา เช่น หมอลำ ลิเก เพลง ตลอดจนประเพณี และพิธีกรรมต่างๆ

9.6 สื่อกิจกรรม ได้แก่ การจัดแสดงขบวนแห่ การจัดรถประชาสัมพันธ์เคลื่อนที่ การจัดสนทนากลุ่มการจัดนิทรรศการ

สื่อที่ใช้สำหรับเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพนั้น มีความสำคัญสำหรับการเรียนรู้ของผู้รับความรู้ ช่วยกระตุ้นความสนใจให้ทำกิจกรรม เพิ่มการจดจำได้มากขึ้น ตัวอย่างของสื่อที่สามารถเลือกนำไปใช้ ได้แก่ รูปภาพ ภาพพลิก โปสเตอร์ ตัวอย่างของจริง หุ่นจำลอง ภาพยนตร์ วีดิทัศน์ อินเทอร์เน็ต เป็นต้น การใช้สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพจะช่วยให้ส่งเสริมให้ผู้รับความรู้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพได้อย่างเหมาะสมและรวดเร็วยิ่งขึ้น อย่างไรก็ตาม การใช้สื่อในการเผยแพร่ที่หลากหลายเพื่อให้ผู้รับความรู้ได้ใช้ประสาทสัมผัสหลาย ๆ อย่างนั้น ถึงแม้จะช่วยให้ผู้รับความรู้เกิดการเรียนรู้ได้ดี แต่ต้องระวังอย่าใช้หลายประเภทมากเกินไป เพราะจะทำให้ผู้รับความรู้รับรู้ไม่ทันและเกิดความสับสนได้

10. สรุป

การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน มีจุดมุ่งหมายเพื่อลดสาเหตุการเจ็บป่วย การตาย การลดปัญหาสาธารณสุข เพื่อให้ประชาชนปราศจากโรคภัยไข้เจ็บทุกเพศทุกวัย การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนเป็นกระบวนการจัดประสบการณ์ เพื่อให้ประชาชนได้มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสุขภาพอนามัย การเผยแพร่สารสนเทศด้าน

สุขภาพในชุมชนเป็นพื้นฐานในการสนับสนุนการบริการด้านต่างๆ ให้ได้ผลดี โดยการจูงใจให้ประชาชนเกิดการเรียนรู้ ยอมรับ และยอมรับปฏิบัติการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางสุขภาพ มีความสำคัญต่อการพัฒนาสุขภาพของประชาชนในชุมชน การพัฒนาสุขภาพของประชาชนในชุมชนจะสำเร็จลงไม่ได้ถ้าชุมชนนั้นไม่มีการดำเนินงานเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง ซึ่งการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีในชุมชน ดังนั้นการเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชนจึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาสุขภาพของประชาชนในชุมชน เมื่อประชาชนมีสุขภาพดีที่มีผลสืบเนื่องมาจากการแก้ไขพฤติกรรมสุขภาพของตนเองแล้ว ประชาชนในชุมชนก็จะได้มีการพัฒนาด้านอื่นอีกด้วย เช่น ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ซึ่งจะส่งผลโดยตรงให้ประชาชนในชุมชนมีการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพในสังคม

บรรณานุกรม

- กันยา กาญจนบุรานนท์. (2543). *เอกสารการสอนชุดวิชาการสาธารณสุข 2 หน่วยที่ 8 - 15*. (พิมพ์ครั้งที่ 17). นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- จำนง อิ่มสมบูรณ์. (2544). *เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษาและการประชาสัมพันธ์ งานสาธารณสุข หน่วยที่ 1 - 8*. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- บรรจง พลไชย. (2556). *เอกสารคำสอนวิชาการสร้างเสริมสุขภาพ*. นครพนม : วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครพนม.
- พรรณี บัญชรหัตถกิจ. (2551). *อนามัยโรงเรียน*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). ขอนแก่น : คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ภัทรา เล็กวิจิตรธาดาและอัจฉรา จินายน. (2553). *การสร้างเสริมสุขภาพ : แนวคิด หลักการและการประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สมุทรปราการ : มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.
- รุจิรา ดวงสงค์. (2550). *การจัดการทางสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ*. ขอนแก่น : ภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วรรณวิไล จันทราภา. (2544). *เอกสารการสอนชุดวิชาการสาธารณสุข 1 หน่วยที่ 1 - 7*. (พิมพ์ครั้งที่ 20). นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วาสนา แก้วหล้า. (2549). *สุขศึกษาในโรงพยาบาล*. สุรินทร์ : คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์.
- อภิวัฒน์ แก้ววรรณรัตน์. (2553). *วิธีการให้ความรู้ทางสุขภาพ*. เชียงใหม่ : ยูนิตี แอนด์ โพรเกรส โซลูชั่น.
- เอมอชฌา (รัตนริมจง) วัฒนบุรานนท์. (2556). *หลักการทางสุขศึกษา*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.