



ความรู้ด้านสุขภาพ :
แนวคิด ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้

Health Literacy :
Concepts, Theories and Applications

ความรู้ด้านสุขภาพ: แนวคิด ท.
WA590 ก823ค 2563



B0028312
bib:13399116749

สำนักพิมพ์

ความรู้ด้านสุขภาพ: แนวคิด ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้

Health Literacy: Concepts, Theories and Applications

เกศินี สราญฤทธิชัย

ISBN 978-616-568-367-8

ข้อมูลรายการบรรณานุกรมในสิ่งพิมพ์ (CIP)

เลขหมู่ WA530
เลขที่ 2563
เลขทะเบียน B0028312
มีเดือนปี 8 กค 2564

เกศินี สราญฤทธิชัย.

ความรู้ด้านสุขภาพ: แนวคิด ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้ = Health Literacy: Concepts, Theories and Applications / เกศินี สราญฤทธิชัย. -- พิมพ์ครั้งที่ 1. -- ขอนแก่น : สาขาวิชาการบริหารสาธารณสุข การส่งเสริมสุขภาพ โภชนาการ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2563.

208 หน้า : ภาพประกอบ

1. ความรู้ด้านสุขภาพ. 2. ความรู้ด้านสุขภาพ -- การประเมิน. 3. สุขภาพ. (1) มหาวิทยาลัยขอนแก่น. คณะสาธารณสุขศาสตร์. สาขาวิชาการบริหารสาธารณสุข การส่งเสริมสุขภาพ โภชนาการ. (2) ชื่อเรื่อง.

RA773.74 ก774

ISBN 978-616-568-367-8

สงวนลิขสิทธิ์

ลิขสิทธิ์ของ เกศินี สราญฤทธิชัย

สาขาวิชาการบริหารสาธารณสุข การส่งเสริมสุขภาพ โภชนาการ
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

พิมพ์ครั้งที่ 1 กุมภาพันธ์ 2563

จำนวน 300 เล่ม

หน้า 208 หน้า

ราคา 250 บาท

จัดพิมพ์โดย เกศินี สราญฤทธิชัย

สาขาวิชาการบริหารสาธารณสุข การส่งเสริมสุขภาพ โภชนาการ
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

123 ถนนมิตรภาพ ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น 40002

e-mail: kesinee@kku.ac.th

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์คลังน่านวิทยา

232/199 ซอยศรีจันทร์ 39 ถ.ศรีจันทร์ ต.ในเมือง อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40000

โทรศัพท์ 043-466444 โทรสาร 043-466863 e-mail: klungpress@hotmail.com

สารบัญ

หน้า

คำนิยาม	ก
คำนำ	ค
สารบัญ	ฉ
สารบัญแผนภูมิ	ฐ
สารบัญตาราง	ท

บทที่ 1 แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ	1
1. ความเป็นมาของแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ	1
2. แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ	3
2.1 ความหมายของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	3
2.2 คุณลักษณะของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	6
3. สถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	8
4. ความสำคัญของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	9
4.1 ความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นปัจจัยทำนายภาวะสุขภาพ	9
4.2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพส่งผลต่อผลลัพธ์ทางสุขภาพ	9
4.3 ความรอบรู้ด้านสุขภาพส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ	10
4.4 ความรอบรู้ด้านสุขภาพส่งผลต่อภาวะเศรษฐกิจ	10
4.5 ความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นทุนทางสังคม	11
4.6 ความรอบรู้ด้านสุขภาพก่อให้เกิดความเท่าเทียมกันในสังคม	11
5. ประเภทของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	11
5.1 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามองค์ประกอบของทักษะหรือสมรรถนะ	11
5.2 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามคุณสมบัติ	15
5.3 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับของบริบท	15
5.4 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามประเภทของพฤติกรรม	16
5.5 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับของทักษะ	16
6. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพ	17
6.1 ปัจจัยด้านบุคคล	17
6.2 ปัจจัยด้านประชากร	17
6.3 ปัจจัยด้านสังคม	17

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
7. สรุป	18
เอกสารอ้างอิง	19
บทที่ 2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความรอบรู้ด้านสุขภาพ	23
1. แนวคิดสุขภาพ	23
2. ปัจจัยกำหนดสุขภาพ	26
3. แนวคิดสุขศึกษา การส่งเสริมสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ	28
3.1 แนวคิดสุขศึกษา	28
3.2 แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ	29
3.3 แนวคิดพฤติกรรมสุขภาพ	31
3.4 พฤติกรรมเสี่ยง	33
3.5 การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม	34
4. ความสัมพันธ์ระหว่างสุขศึกษา การส่งเสริมสุขภาพ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ สุขภาพ และปัจจัยกำหนดสุขภาพ	37
5. แนวคิดและทฤษฎีที่นำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพ	38
5.1 รูปแบบขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม	39
5.2 ทฤษฎีปัญญาทางสังคม	41
5.3 แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ	43
5.4 ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน	45
5.5 แรงสนับสนุนทางสังคม	47
5.6 การรับรู้สมรรถนะแห่งตน	49
5.7 แรงจูงใจ	51
5.8 การสร้างเสริมพลังอำนาจ	54
5.9 การสื่อสาร	57
5.10 ทฤษฎีการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่	61
6. สรุป	64
เอกสารอ้างอิง	65

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 รูปแบบความสัมพันธ์ของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	69
1. ความหมายของรูปแบบและกรอบแนวคิด	69
2. รูปแบบความรอบรู้ด้านสุขภาพเชิงนิเวศวิทยาทางสังคม	70
3. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพของสถาบันการแพทย์สหรัฐอเมริกา	74
4. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพแบบบูรณาการ	77
5. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นปัจจัยเสี่ยง	78
6. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นสมบัติ	79
7. กรอบแนวคิดประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับชาติสำหรับประชาชนวัยผู้ใหญ่	80
8. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับประเทศไทย	81
8.1 กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับประเทศไทย	81
8.2 กรอบแนวคิดการดำเนินงานเพื่อสร้างสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ	83
8.3 กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ V-Shape	84
9. สรุป	85
เอกสารอ้างอิง	86
บทที่ 4 การวัดและการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ	89
1. ความหมายการวัดและการประเมินผล	89
2. รูปแบบการวัดและการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ	91
2.1 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามผลลัพธ์	91
2.2 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพ	92
2.3 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามแนวคิด ทฤษฎีที่นำมาใช้ในการศึกษา	94
2.4 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับของบริษัท	95
3. เครื่องมือวัดและประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ	96
3.1 เครื่องมือวัดและประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพของต่างประเทศ	96
3.1.1 The Rapid Estimate of Adult Literacy in Medicine (REALM)	97
3.1.2 The Rapid Estimate of Adolescent Literacy in Medicine (REALM-Teen)	98
3.1.3 Test of Functional Health Literacy in Adults (TOFHLA)	99
3.1.4 Short-Test of Functional Health literacy in Adults (S-TOFHLA)	100

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.1.5 The eHealth Literacy Scale (eHEALS)	101
3.1.6 Newest Vital Sign (NVS)	102
3.1.7 Wide Range Achievement Test (WRAT)	103
3.1.8 Medical Achievement Reading Test (MART)	104
3.1.9 European Health Literacy Survey Questionnaire (HLS-EU-Q47)	104
3.1.10 Health Literacy Questionnaire (HLQ)	105
3.1.11 All Aspect of Health Literacy Scale (AAHLS)	106
3.1.12 Health literacy scale	106
3.1.13 The 2003 National Assessment of Adult Literacy (NAAL)	107
3.1.14 The 14-item health literacy scale for Japanese adults (HLS-14)	108
3.1.15 Functional Communication and Critical Health Literacy Scales (FCCHL)	108
3.1.16 Chinese Health Literacy Scale For chronic care (CHLCC)	109
3.1.17 Mandarin Health Literacy Scale (MHLS)	109
3.1.18 Stieglitz Informal Reading Assessment of Cancer Text (SIRACT)	110
3.2 สรุปเนื้อหาสำคัญของเครื่องมือวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพของต่างประเทศ	111
3.3 เครื่องมือวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพของประเทศไทย	115
3.3.1 เครื่องมือ Wide Range Achievement Test (WRAT) สำหรับประเทศไทย	115
3.3.2 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคอ้วนของนักเรียนไทย ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3	116
3.3.3 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อป้องกันภาวะอ้วน สำหรับเด็กวัยเรียนอายุ 9 - 14 ปี	116
3.3.4 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามแนวสุขบัญญัติแห่งชาติ ของนักเรียนอายุ 7 - 14 ปี	116
3.3.5 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับเด็กและเยาวชนไทย ที่มีภาวะน้ำหนักเกิน	117
3.3.6 แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ ก่อนวัยอันควร สำหรับสตรีไทยวัยรุ่น อายุ 15 - 21 ปี	117

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.3.7 แบบวัดความรู้ด้านสุขภาพของคนไทย อายุ 15 ปีขึ้นไป ในการปฏิบัติตามหลัก 3อ 2ส ในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและ ความดันโลหิตสูง	118
3.3.8 แบบวัดความรู้แจ้งแตกฉานด้านสุขภาพในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน ความดันโลหิตสูง	118
3.3.9 แบบวัดความรู้ด้านสุขภาพสำหรับประชาชนไทย อายุ 15 ปีขึ้นไประยะที่ 1	119
3.3.10 แบบสำรวจความรู้ด้านสุขภาพของคนไทยฉบับทั่วไป	119
3.4 สรุปเนื้อหาสำคัญของเครื่องมือวัดความรู้ด้านสุขภาพของประเทศไทย	120
4. สรุป	123
เอกสารอ้างอิง	124
บทที่ 5 กลยุทธ์และแนวทางการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ	129
1. นโยบายและยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนความรู้ด้านสุขภาพในต่างประเทศ	129
1.1 ประเทศสหรัฐอเมริกา	129
1.2 ประเทศออสเตรเลีย	131
1.3 ประเทศเยอรมนี	132
1.4 ประเทศจีน	132
1.5 ประเทศนิวซีแลนด์	133
1.6 ประเทศสกอตแลนด์	133
2. นโยบายและยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนความรู้ด้านสุขภาพในประเทศไทย	135
3. รูปแบบการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ	136
4. แนวทางการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ	137
4.1 การพัฒนาข้อมูลด้านสุขภาพ	138
4.2 การพัฒนาทักษะความรู้ด้านสุขภาพสำหรับรายบุคคล	139
4.3 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพตามระดับความรู้ด้านสุขภาพ	141
4.4 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพตามการรับบริการสุขภาพ	146
4.5 การพัฒนาทักษะการสื่อสารสำหรับบุคลากรด้านสุขภาพ	147
4.6 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้เส้นทางชีวิตเป็นฐาน	150

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
4.7 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้ระบบสังคมเป็นฐาน	151
4.8 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพที่เฉพาะเจาะจงแต่ละด้าน	161
5. เทคนิคในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ	164
5.1 การใช้เกมส์ (games)	164
5.2 การใช้การ์ตูนที่สนทนาได้ในคอมพิวเตอร์ (embodied conversational agents: ECA)	164
5.3 ผู้ช่วยเหลือเสมือนจริง (virtual assistant)	164
5.4 การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อสุขภาพ (eHealth)	165
5.5 การใช้อุปกรณ์เคลื่อนที่หรือเทคโนโลยีไร้สายทางด้านสุขภาพ (mobile health: mHealth)	166
5.6 การใช้สุขภาพทางไกล (telehealth)	166
5.7 การใช้สื่อภาพถ่ายหรือรูปภาพ (photonovels หรือ fotorovelas)	166
5.8 การออกแบบสากล (universal design)	167
5.9 เครื่องมือสากลของความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy Universal Precautions Toolkit)	167
5.10 การใช้เว็บไซต์ที่เกี่ยวข้องกับด้านสุขภาพ (health related website)	168
5.11 การใช้สวนสาธารณะและพิพิธภัณฑ์สุขภาพ (theme parks and health museums)	168
5.12 การสนทนาสร้างแรงจูงใจ (motivation interviewing : MI)	169
5.13 การพัฒนาครอบครัวรอบรู้ด้านสุขภาพ (health literate family)	170
6. สรุป	171
เอกสารอ้างอิง	172
บทที่ 6 การประยุกต์ใช้ความรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาสุขภาพ	177
1. การประยุกต์ใช้ความรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาระบบสุขภาพ	177
1.1 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพสำหรับผู้รับบริการสุขภาพ	177
1.2 การพัฒนาสิ่งแวดล้อมเพื่อการเรียนรู้	178
1.3 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพสำหรับผู้ให้บริการสุขภาพและผู้เกี่ยวข้อง	178
1.4 การพัฒนาการบริการสุขภาพ	179

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2. การประยุกต์ใช้ความรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาระบบการศึกษา	182
2.1 การพัฒนาสุขภาพศึกษาแนวใหม่	182
2.2 การสอดแทรกความรู้ด้านสุขภาพในวิถีชีวิตของประชาชน	183
3. การประยุกต์ใช้ความรู้ด้านสุขภาพในการวิจัย	185
3.1 การออกแบบการวิจัย	185
3.2 ความชัดเจนของคำจำกัดความ ขอบเขตการศึกษาและ ปัจจัยกำหนดภาวะสุขภาพ	185
3.3 การพิจารณาความต่อเนื่องของความเจ็บป่วยและสุขภาพดี	186
3.4 การประยุกต์ใช้แนวคิดธรรมชาติของการเกิดโรคในการศึกษาปัญหาภาวะสุขภาพ	187
3.5 ความชัดเจนของกรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพที่ทำการศึกษา	189
4. การประยุกต์ใช้ความรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาระบบสังคม	190
4.1 การพัฒนาครอบครัวรอบรู้ด้านสุขภาพ	190
4.2 การเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับประชาชน	193
4.3 การพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ	193
4.4 การพัฒนาสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ	196
5. สรุป	198
เอกสารอ้างอิง	199
ดัชนี	203
Index	207

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 ความสัมพันธ์ระหว่างสุขศึกษา การส่งเสริมสุขภาพ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ สุขภาพและปัจจัยกำหนดสุขภาพ	37
ภาพที่ 2.2 รูปแบบขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม	40
ภาพที่ 2.3 กรอบแนวคิดทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน	46
ภาพที่ 2.4 กระบวนการสื่อสาร	58
ภาพที่ 3.1 รูปแบบการบูรณาการความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพและความร่วมมือในการรักษาของผู้ป่วย	71
ภาพที่ 3.2 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพของสถาบันการแพทย์สหรัฐอเมริกา	75
ภาพที่ 3.3 กรอบแนวคิด 3 ประเด็นหลักในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ	76
ภาพที่ 3.4 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพแบบบูรณาการ	78
ภาพที่ 3.5 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพเป็นปัจจัยเสี่ยง	79
ภาพที่ 3.6 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพเป็นสมบัติ	80
ภาพที่ 3.7 กรอบแนวคิดประเมินความรู้ด้านสุขภาพระดับชาติสำหรับประชาชนวัยผู้ใหญ่	81
ภาพที่ 3.8 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพสำหรับประเทศไทย	82
ภาพที่ 3.9 กรอบแนวคิดการดำเนินงานเพื่อสร้างสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ	83
ภาพที่ 3.10 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพ V-Shape	84
ภาพที่ 5.1 การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพขั้นพื้นฐานในทางคลินิก	142
ภาพที่ 5.2 การพัฒนาความรู้สุขภาพขั้นปฏิสัมพันธ์และขั้นวิจารณ์ญาณ	143
ภาพที่ 5.3 แนวคิดโรงเรียนรอบรู้ด้านสุขภาพ	153
ภาพที่ 5.4 คุณลักษณะขององค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ	156
ภาพที่ 5.5 กระบวนการสื่อสารเพื่อสร้างความรู้ด้านสุขภาพแก่ประชาชน	160
ภาพที่ 5.6 การปฏิรูปความรู้ด้านสุขภาพของประชาชนและสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ	161
ภาพที่ 6.1 ธรรมชาติของการเกิดโรค	180
ภาพที่ 6.2 ความต่อเนื่องของความเจ็บป่วยและสุขภาพดี	187
ภาพที่ 6.3 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพเป็นปัจจัยกำหนดภาวะสุขภาพ	190
ภาพที่ 6.4 กรอบแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพเป็นผลลัพธ์ด้านสุขภาพ	190
ภาพที่ 6.5 กรอบแนวคิดการพัฒนาครอบครัวรอบรู้ด้านสุขภาพ	192
ภาพที่ 6.6 กรอบแนวคิดการพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ	196
ภาพที่ 6.7 กรอบแนวคิดการพัฒนาสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ	198

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 การประยุกต์ใช้แนวคิดเชิงนิเวศวิทยาทางสังคมในการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ	72
ตารางที่ 4.1 สรุปเนื้อหาสำคัญของเครื่องมือวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพของต่างประเทศ	111
ตารางที่ 4.2 สรุปเนื้อหาสำคัญของเครื่องมือวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพของประเทศไทย	120
ตารางที่ 5.1 เป้าหมายและแนวทางการพัฒนาทักษะความรอบรู้ด้านสุขภาพ	140
ตารางที่ 5.2 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับความรอบรู้และเป้าหมายการพัฒนา	144
ตารางที่ 5.3 การพัฒนาทักษะความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพ	145
ตารางที่ 5.4 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพตามการรับบริการสุขภาพ	147