

ความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ

กระบวนการ ปฏิบัติการ เครื่องมือประเมิน

Health Literacy

*processes *practices *evaluation tools

ความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ : กระบวนก..

WA590 ข272ค 2564



B0014826

bib:13399116844

ความรู้เชิงหลักการ

รองศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง

ความรู้ด้านสุขภาพ: กระบวนการ ปฏิบัติการ เครื่องมือประเมิน

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

ขวัญเมือง แก้วดำเกิง.	
ความรู้ด้านสุขภาพ : กระบวนการ ปฏิบัติการ เครื่องมือประเมิน.-- กรุงเทพฯ :	
ไอดี ออล ดิจิตอล พรินท์, 2564. 285 หน้า.	
1. สุขภาพ. I. ชื่อเรื่อง.	WA590
	ข ๒๗๒๓ ๒๕๖๔
613	เลขทะเบียน..... B0014๙๒๖
ISBN 978-616-577-276-1	ปี เดือน ปี 3๐ ส.ค. ๒๕๖๔

จัดพิมพ์ มกราคม 2564 จำนวน 2,000 เล่ม

ผู้จัดทำเนื้อหา : รองศาสตราจารย์ ดร.ขวัญเมือง แก้วดำเกิง

ออกแบบปก : วศิน นิลพุ่ม และ ภัทรดนัย แก้วดำเกิง

ตรวจอักษร : จองชัย ชูเมือง, ฐานิตา สุขไพร์, ณภัทร อุปมนต์, ทศธร งามนิธิพงศา,

นวรรตน์ บำรุงกิจ, ปารวี จิตระเบียบ, พิมพ์มาดา กาฟภักดี, โยธิน อินทรภริมย์

ภาพประกอบ : สรวงศ์ภรณ์ ดวงคำสวัสดิ์, จรียากร ดิษจินดา และช่างภาพหน่วยงาน

สถานที่พิมพ์ : บริษัท ไอดี ออล ดิจิตอล พรินท์ จำกัด

52 ซอยเอกชัย 69 แขวงบางบอน เขตบางบอน กรุงเทพมหานคร 10150

ผู้จัดจำหน่าย ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

โทร. 0-2218-9872 โทรสาร 0-2254-9495

Call Center (จัดส่งทั่วประเทศ) โทร. 0-2255-4433

<http://www.chulabook.com>

ร้านค้าติดต่อ แผนกขายส่ง สาขาหัวหมาก โทร. 0-2374-1375-6 โทรสาร 0-2374-1374

บริการหนังสือ eBook : www.chulabook.com, www.se-ed.com, www.naiin.com

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์

ติดต่อผู้เขียน โทรศัพท์ 081 6840109 อีเมล kmkaeo@gmail.com



สารบัญเนื้อหา

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญเนื้อหา	ง
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ช
สารบัญใบงานฝึกทักษะ	ฉ
สารบัญเครื่องมือประเมิน	ฉ
บทที่ 1 กระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	1
เกริ่นนำ	2
ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลเชิงลึก	8
ขั้นตอนที่ 2 สร้างกรอบแนวคิดโดยใช้ทฤษฎีเป็นฐาน	14
ขั้นตอนที่ 3 ออกแบบและวางแผน	17
ขั้นตอนที่ 4 ดำเนินงาน	20
ขั้นตอนที่ 5 ประเมินผล	21
สรุปสาระสำคัญ	22
บทที่ 2 การออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	23
ทักษะการเข้าถึง	28
ทักษะการสร้างความเข้าใจ	30
ทักษะการโต้ถาม	32
ทักษะการตัดสินใจ	35
ทักษะการนำไปใช้	37
สรุปสาระสำคัญ	44
บทที่ 3 การเลือกใช้กลวิธีสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	45
หลักการเลือกใช้กลวิธี	46
เทคนิคการใช้ภาพ (Fotonovela Technique)	49
เทคนิคการสอนกลับ (Teach-back Technique)	50
การแสดงเพื่อให้ตรวจสอบ (Show-me)	51

วิธีการตรวจสอบตามรายการ (Chunk & Check Methods)	52
การตรวจสอบและบันทึกคะแนน (Checklists & Scorecards)	53
การใช้คำถามสำคัญ 3 ข้อ (Ask Me 3)	54
การใช้คำถาม (Questioning)	55
การสร้างบรรยากาศให้เกิดความกล้าที่จะถาม (Shame-free)	57
การตัดสินใจ (Decision Making)	58
การเตือนตนเอง (Self-monitoring)	59
การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting)	60
สรุปสาระสำคัญ	62
บทที่ 4 ปฏิบัติการและบทเรียนภาคสนาม	63
การพัฒนาโปรแกรมสร้างเสริมความรอบรู้	64
ปฏิบัติการทดลองกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้	67
บทเรียนการพัฒนาและทดลองใช้	80
สรุปสาระสำคัญ	86
บทที่ 5 การจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	87
กิจกรรมสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการ	90
กิจกรรมฝึกทักษะการเข้าถึง	95
กิจกรรมฝึกทักษะการสร้างความเข้าใจ	102
กิจกรรมฝึกทักษะการโต้ถาม	107
กิจกรรมฝึกทักษะการตัดสินใจ	113
กิจกรรมฝึกทักษะการนำไปใช้	118
สรุปสาระสำคัญ	122
บทที่ 6 เครื่องมือประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ	123
ขั้นตอนการสร้างและพัฒนาเครื่องมือประเมิน	125
เครื่องมือประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับบุคคลและตัวอย่าง	131
เครื่องมือประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับประเทศและตัวอย่าง	156
เครื่องมือประเมินองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพและตัวอย่าง	177
แนวทางการเลือกใช้เครื่องมือประเมิน	188
สรุปสาระสำคัญ	190

บทที่ 7 ถาม-ตอบ เพิ่มความรอบรู้	191
แนวคิดและหลักการ	192
กระบวนการ	200
การปฏิบัติการ	209
เครื่องมือประเมิน	215
แนวทางการพัฒนา	222
สรุปสาระสำคัญ	226
บทที่ 8 บทสรุปส่งท้าย	227
แก่นของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	228
บทเรียนที่ได้เรียนรู้	239
ข้อเสนอสำหรับการพัฒนา	244
ประมวลสาระสำคัญส่งท้าย	249
เอกสารอ้างอิง	251

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1.1 องค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	15
ตารางที่ 2.1 กรอบการออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ระดับบุคคลและปัจจัยเชิงระบบ	39
ตารางที่ 6.1 ตัวอย่างโครงสร้างประเด็นเนื้อหาของความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในการป้องกันควบคุมโรค	126
ตารางที่ 6.2 เกณฑ์มาตรฐานและข้อเสนอแนะในการพัฒนาเครื่องมือประเมิน ความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มเด็กและเยาวชน	129
ตารางที่ 6.3 สรุปคุณลักษณะของเครื่องมือประเมินที่ใช้ในกลุ่มเด็กและเยาวชน	146
ตารางที่ 6.4 ประเด็นคำถามและมาตรวัดระดับของเครื่องมือ HLAT-8	155
ตารางที่ 6.5 คุณลักษณะของโรงพยาบาลรอบรู้ด้านสุขภาพและแนวทางการพัฒนา	178
ตารางที่ 7.1 สุขศึกษาแบบเก่า และสุขศึกษาแนวใหม่	205

สารบัญภาพ

ภาพที่ 1.1 ความหมายของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	2
ภาพที่ 1.2 ขั้นตอนการออกแบบกระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	7
ภาพที่ 1.3 กรอบแนวคิดการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านเอชไอวีและโรคติดต่อ ทางเพศสัมพันธ์	16
ภาพที่ 2.1 K-shape 5 ทักษะเพิ่มความรอบรู้ด้านสุขภาพ	27
ภาพที่ 4.1 กิจกรรมพัฒนากระบวนการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านเอชไอวีและ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	69
ภาพที่ 4.2 การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านเอชไอวีและโรคติดต่อ ทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน	70
ภาพที่ 4.3 การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในกลุ่มบุคลากรสุขภาพของคลินิกชุมชนอบอุ่นและศูนย์เด็กเล็ก	71

ภาพที่ 4.4	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในกลุ่มบุคลากรสุขภาพและภาคีเครือข่ายโรงเรียนรอบรู้ด้านสุขภาพ	72
ภาพที่ 4.5	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในกลุ่มบุคลากรสาธารณสุขของศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี	73
ภาพที่ 4.6	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มบุคลากร สาธารณสุขของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (ครั้งที่ 1)	73
ภาพที่ 4.7	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านเอชไอวีและโรคติดต่อ ทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มเด็กและเยาวชน	74
ภาพที่ 4.8	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในกลุ่มบุคลากรสาธารณสุขของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกาญจนบุรี	75
ภาพที่ 4.9	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มบุคลากร สุขภาพของโรงพยาบาลกรุงเทพ และบุคลากรเครือ BDMS	76
ภาพที่ 4.10	ที่มหาวิทยาลัยกระบวนกรสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	77
ภาพที่ 4.11	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในกลุ่มบุคลากรสาธารณสุขของสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 สระบุรี	78
ภาพที่ 4.12	การทดลองจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มบุคลากร สาธารณสุขของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (ครั้งที่ 2)	79
ภาพที่ 7.1	กรอบแนวคิดการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	199
ภาพที่ 7.2	กระบวนการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ	202
ภาพที่ 8.1	หลักการสำคัญของความรอบรู้ด้านสุขภาพ 10 ประการ	239

สารบัญใบงานฝึกทักษะ

ใบงานฝึกทักษะการเข้าถึง	100
ใบงานฝึกทักษะการสร้างความเข้าใจ	105
ใบงานฝึกทักษะการไต่ถาม/การใช้คำถาม	110
ใบงานฝึกทักษะการตัดสินใจ	117
ใบงานฝึกทักษะการนำไปใช้	121

สารบัญเครื่องมือประเมิน

ตัวอย่างแนวทางการสนทนากลุ่ม	11
ตัวอย่างแนวทางการสัมภาษณ์เชิงลึก	13
ตัวอย่างแบบทดสอบความรู้และความเข้าใจเรื่องหลักการของความรอบรู้ด้านสุขภาพ	91
แบบประเมินการอ่านคำศัพท์พื้นฐานทางการแพทย์อย่างรวดเร็วในกลุ่มผู้ใหญ่แบบสั้น	134
แบบคัดกรองผู้ที่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพจำกัด	136
แบบทดสอบความเข้าใจข้อมูลและการนับจำนวนระดับพื้นฐานในกลุ่มผู้ใหญ่	138
แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นพื้นฐาน ชั้นปฏิสัมพันธ์ และชั้นวิจารณ์ญาณในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่สอง	140
แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพขั้นวิจารณ์ญาณ สำหรับกลุ่มคนทำงานในสำนักงาน	141
แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชนในกลุ่มประเทศยุโรป	161
ตัวอย่างแบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันควบคุมโรค สำหรับกลุ่มบุคลากรสาธารณสุข (ประเทศไทย)	172
แบบประเมินองค์รรอบรู้ด้านสุขภาพด้วยตนเอง	180