



# อนามัย โรงเรียน School Health

(ฉบับปรับปรุงและเพิ่มเนื้อหาใหม่)



อนามัยโรงเรียน (ฉบับปรับปรุง) ..  
WA350 ส283อ 2565



B0015031  
bib:13399117264



สมศักดิ์ โทจำปา



**สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร**  
Naresuan University Publishing House

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร 99 หมู่ 9 อาคารมหาธรรมราชา ชั้น 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร  
ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000 โทร. 0 5596 8833-8836 E-mail : nuph@nu.ac.th

[www.nupress.grad.nu.ac.th](http://www.nupress.grad.nu.ac.th) สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร @nupress

สงวนลิขสิทธิ์ หนังสือเล่มนี้ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558 ห้ามคัดลอกเนื้อหา ภาพประกอบ รวมทั้งดัดแปลงเป็นฉบับบันทึกเสียง ดัดวีดิทัศน์ การผลิต การลอกเลียนไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้ หรือเผยแพร่ด้วยรูปแบบและวิธีการอื่นใด จะต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร เท่านั้น

**ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ**

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

สมศักดิ์ โทจำปา.

อนามัยโรงเรียน School Health (ฉบับปรับปรุง).--พิมพ์ครั้งที่ 2.--พิษณุโลก : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2565.  
170 หน้า.

1. อนามัยโรงเรียน. I. ชื่อเรื่อง.

371.71

ISBN 978-616-426-284-3

ISBN (e-book) 978-616-426-285-0

สพน. 116

ราคา 260 บาท

เลขเรียกหนังสือ.....WA350  
.....ศ2830 2565  
เลขทะเบียนหนังสือ.....B0015031  
วันที่ลงทะเบียน.....1 ส.ค. 2566  
ได้มาจาก.....งบประมาณ 2566

พิมพ์ครั้งที่ 1 ตุลาคม พ.ศ. 2565

จัดพิมพ์โดย สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร

วางจำหน่ายที่

1. ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทร. 0 2218 9812
2. ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900 โทร. 0 2579 0113
3. ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
ถนนพระจันทร์ แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพฯ 10200 โทร. 0 2613 3899
4. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร อาคารมหาธรรมราชา จังหวัดพิษณุโลก 65000 โทร. 0 5596 8833-8836

ประธานกองบรรณาธิการ รองศาสตราจารย์ ดร. กรองกาญจน์ ซูทิพย์ คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร

กองบรรณาธิการ

- รองศาสตราจารย์ ดร.สุชาติ แย้มมัน • รองศาสตราจารย์สุทัศน์ เขียมวัฒนา • รองศาสตราจารย์ ดร.ศักดิ์ดา สมกุล •  
รองศาสตราจารย์ ดร.เกตุจันทร์ จำปาไชยศรี • รองศาสตราจารย์ ดร. พญ.สุธาทิพย์ พงษ์เจริญ •  
รองศาสตราจารย์ ดร. ภญ.กรรณก อิงคินันท์ • รองศาสตราจารย์ ดร.นิธรา กิจธิระวุฒินวงศ์ • รองศาสตราจารย์ ดร.สุทิสดา ถาน้อย •  
รองศาสตราจารย์ ดร.กิตติมา ชาญวิชัย • รองศาสตราจารย์ ดร.รุจโรจน์ แก้วอุไร • รองศาสตราจารย์ นาวาโท ดร.วัฒน์ชัย หมั่นยิ่ง •  
รองศาสตราจารย์ ดร.วิชรพล พุทธิรักษา • รองศาสตราจารย์ ดร.พงศ์พันธ์ กิจสนาโยธิน • ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุวรงค์ จันทร์วิจิตร •  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์จรรยาภรณ์ สุวพันธ์ • พัชรี ท้วมใจดี • นิวัตรณ ดันดีพิลาผล

ประสานงาน

ภักดีณี เทิดสิทธิกุล

ฝ่ายขาย/การเงิน

พิมพ์ภรณ์ ดวงสาโรจน์ • วสันต์ มาสวัลดี

ออกแบบปก

สัณญา จันทา

ออกแบบรูปเล่ม

ธรรมบุญ กองกุล

พิมพ์ที่

บริษัท กู๊ดเอด พรินท์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุ๊ป จำกัด 6/1 นิคมอุตสาหกรรมบางชัน ซอยเสรีไทย 58 แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510



สำนักพิมพ์นี้เป็นสมาชิกสมาคมผู้จัดพิมพ์  
และผู้จำหน่ายหนังสือแห่งประเทศไทย  
<https://pubat.or.th>



มีทั้งบน  
กระดาษคุณภาพ เพื่อลดงานคุณภาพ  
กระดาษคอมมอนสแตนด์บายรีซีล



กรณีต้องการสั่งซื้อหนังสือปริมาณมาก หรือเข้าชั้นเรียนติดต่อได้ที่ฝ่ายจัดจำหน่ายสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร  
โทร. 0 5596 8836 Email : nuph@nu.ac.th





<b>บทที่ 1</b>	<b>แนวคิดงานอนามัยโรงเรียน .....</b>	<b>1</b>
	สุขภาพกับการศึกษา.....	2
	ความสำคัญของงานอนามัยโรงเรียน .....	4
	ขอบเขตของงานอนามัยโรงเรียน .....	4
	ลักษณะงานอนามัยโรงเรียน.....	5
	งานอนามัยโรงเรียนสู่การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ .....	7
<b>บทที่ 2</b>	<b>โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ.....</b>	<b>13</b>
	ความสำคัญของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ .....	14
	คุณลักษณะของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ .....	15
	องค์ประกอบของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ .....	16
	โครงการงานโรงเรียนสร้างเสริมสุขภาพ .....	24
	แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ.....	25
	ประโยชน์ที่ได้รับจากการเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ .....	27
	ความเชื่อมโยงระหว่างโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพกับมาตรฐานการศึกษา และหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน .....	27
	การประกาศรับรองเป็นโรงเรียนส่งเสริมคุณภาพ .....	29
	โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร .....	29
<b>บทที่ 3</b>	<b>พยาบาลชุมชนในงานอนามัยโรงเรียน .....</b>	<b>35</b>
	พยาบาลอนามัยชุมชน .....	36
	ลักษณะการปฏิบัติงานด้านการพยาบาลอนามัยชุมชน .....	36
	คุณสมบัติที่เหมาะสมของพยาบาลที่จะปฏิบัติงานอนามัยชุมชนได้ .....	37
	มาตรฐานการพยาบาลอนามัยชุมชน.....	38
	บทบาทของพยาบาลอนามัยชุมชน .....	39
	บทบาทหน้าที่ของพยาบาลในงานอนามัยโรงเรียน.....	40
	ขั้นตอนในการดำเนินงานอนามัยโรงเรียนของพยาบาลอนามัยชุมชน .....	41
	บทบาทพยาบาลชุมชนในการสนับสนุนโรงเรียนเพื่อพัฒนาเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ .....	42



**บทที่ 4 การตรวจสุขภาพในโรงเรียน ..... 45**

การตรวจสุขภาพนักเรียน.....	46
วัตถุประสงค์ของการตรวจสุขภาพนักเรียน.....	46
ขั้นตอนการตรวจสุขภาพนักเรียน.....	46
การประเมินการเจริญเติบโต.....	47
ระบบเฝ้าระวังการเจริญเติบโตของเด็กนักเรียน.....	49
การวัดสายตา.....	50
การตรวจสมรรถภาพหู.....	54
การตรวจสุขภาพช่องปากและฟัน.....	55
การทดสอบสมรรถภาพทางกาย.....	60

**บทที่ 5 การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยในเด็กก่อนวัยเรียน ..... 73**

การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยในเด็กก่อนวัยเรียน.....	74
การเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กก่อนวัยเรียน.....	74
การเจริญเติบโตของเด็กก่อนวัยเรียน.....	75
พัฒนาการตามวัย.....	77
ปัญหาสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงของเด็กก่อนวัยเรียน.....	84
ภาวะทุพโภชนาการ.....	84
สุขภาพฟัน.....	84
โรคติดต่อต่าง ๆ.....	85
อุบัติเหตุและการบาดเจ็บ.....	87
การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยในเด็กก่อนวัยเรียน.....	87
ดูแลสุขภาพช่องปาก.....	87
ส่งเสริมด้านโภชนาการ.....	88
การฝึกรับประทานอาหาร.....	89
การสร้างสุขนิสัยในการรับประทานอาหารของเด็กก่อนวัยเรียน.....	89
การส่งเสริมการนอนหลับ.....	89
การส่งเสริมการขับถ่าย.....	90
การป้องกันการเจ็บป่วยและการดูแลให้ได้รับภูมิคุ้มกันโรค.....	91
การสอนเกี่ยวกับเรื่องเพศ.....	91



การเตรียมเด็กเข้าโรงเรียน.....	92
บทบาทของพยาบาลในการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเด็กก่อนวัยเรียน.....	93

**บทที่ 6 การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันการเจ็บป่วยในเด็กวัยเรียน ..... 97**

การส่งเสริมความปลอดภัยอุบัติเหตุในโรงเรียน.....	98
การส่งเสริมการป้องกันและการรณรงค์ไม่สูบบุหรี่และงดดื่มแอลกอฮอล์ในโรงเรียน.....	101
การส่งเสริมและป้องกันโรคที่เกิดบ่อยในโรงเรียน.....	104
การเฝ้าระวังและการควบคุมโรคระบาดในโรงเรียน.....	112

**บทที่ 7 อนามัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ..... 117**

ความสำคัญของการอนามัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน.....	118
สิ่งแวดล้อมที่ควรคำนึงในการจัดหาและปรับปรุงในโรงเรียน.....	119
พื้นที่สร้างโรงเรียน.....	119
อาคารเรียนและสิ่งก่อสร้าง.....	119
ห้องเรียนและเครื่องใช้ในห้องเรียน.....	120
การถ่ายเทอากาศและแสงสว่าง.....	121
ห้องพยาบาล ยาปฐมพยาบาล ยาและข้อควรระวังในการใช้ยา.....	121
โรงอาหารและโรงครัว.....	123
สนามกีฬา สนามเด็กเล่น.....	123
น้ำดื่ม น้ำใช้.....	124
ส้วมและที่ปัสสาวะ.....	124
การกำจัดขยะ การระบายน้ำ และการดูแลรักษาความสะอาดของสถานที่ทั่วไป.....	126
การสุขาภิบาลอาหารในโรงเรียน.....	128

**บทที่ 8 การสอนสุขศึกษาในโรงเรียน..... 131**

ความหมายของคำว่า “สุขศึกษา”.....	132
ความสำคัญของการสอนสุขศึกษาในโรงเรียน.....	132
จุดมุ่งหมายของการสอนสุขศึกษา.....	133
หลักเบื้องต้นสำหรับการสอนสุขศึกษา.....	135
การกำหนดเนื้อหาในการสอนสุขศึกษา.....	135

แผนการสอนสุขศึกษา.....	136
ตัวอย่างแผนการสอนสุขศึกษา.....	139
การสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับหลักสูตรสู่ชั้นเรียน .....	141

**บทที่ 9 การนำกระบวนการพยาบาลมาใช้ในงานอนามัยโรงเรียน ..... 147**

กระบวนการพยาบาล.....	148
การนำกระบวนการพยาบาลมาใช้ในงานอนามัยโรงเรียน .....	148
ขั้นตอนของกระบวนการพยาบาล.....	149

