

บทที่ 1

บทนำ

ข้อเสนอแนะสำหรับนักศึกษา

1. นักศึกษาที่มีโอกาสเข้าฟังการบรรยายในชั้นเรียน ควรศึกษาบทเรียนมาล่วงหน้า เพื่อความเข้าใจที่ดีขึ้นของนักศึกษา
2. ให้นักศึกษาอ่านจุดประสงค์ให้เข้าใจชัดเจนก่อนศึกษาเนื้อหาในบทเรียน
3. ให้นักศึกษาอ่านเนื้อหาในบทเรียนโดยละเอียด
4. ให้นักศึกษาปฏิบัติตามกิจกรรมย่อยที่กำหนดเพื่อเพิ่มความรู้ความเข้าใจของนักศึกษา
5. ให้นักศึกษาทำกิจกรรมและแบบฝึกหัดท้ายบทในสมุดที่นักศึกษาเตรียมไว้
6. ให้นักศึกษาประเมินความรู้ความเข้าใจที่ได้จากการศึกษา โดยพิจารณาจากจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมและกิจกรรมท้ายบท
7. นักศึกษาควรศึกษาเพิ่มเติมโดยค้นคว้าจากหนังสืออ้างอิงในหน้าบรรณานุกรม
8. นักศึกษาควรติดต่อกับอาจารย์เมื่อนักศึกษาปฏิบัติตามขั้นตอนทั้งหมดแล้วยังไม่เข้าใจ

ขอบข่ายของเนื้อหา

1. ความสำคัญ
2. แนวคิดของการสุขศึกษา
3. เป้าหมายของงานสุขศึกษา
4. ขอบเขตของงานสุขศึกษา
5. องค์ประกอบของการให้สุขศึกษา
6. สรุป
7. คำถามและกิจกรรมประกอบท้ายบท

จุดประสงค์

เพื่อให้ผู้เรียนสามารถ

1. อภิปรายความสำคัญของการสุศึกษาในชนบทได้
2. อธิบายแนวคิดและเป้าหมายของการสุศึกษาได้
3. บอกขอบเขตของงานสุศึกษาได้ถูกต้องครบถ้วน
4. อธิบายองค์ประกอบของการให้สุศึกษาได้ถูกต้อง

สาระสำคัญของเนื้อหา

1. ความสำคัญ

การพัฒนาประเทศในด้านต่าง ๆ ทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง ฯลฯ ให้ได้ผลตามความมุ่งหมายนั้น จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยที่สำคัญหลายประการ เช่น ปัจจัยทางด้านการเงิน ปัจจัยทางด้านวัสดุอุปกรณ์ ปัจจัยทางด้านวิธีการดำเนินงาน และปัจจัยทางด้านบุคลากรหรือทรัพยากรมนุษย์ ประเทศไทยมีทรัพยากรด้านอื่น ๆ ค่อนข้างจำกัด โดยเฉพาะด้านการเงิน จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น¹ การพัฒนาคุณภาพมนุษย์นั้นขึ้นอยู่กับการศึกษาและสุขภาพซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะช่วยให้การศึกษาบรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้ การมีสุขภาพแข็งแรงตั้งแต่วัยเด็กจนกระทั่งเป็นผู้ใหญ่เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และความมั่นคงของประเทศ มนุษย์ในอดีตและปัจจุบันต่างเห็นพ้องต้องกันว่า การมีสุขภาพดีเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ดังคำกล่าวของอริสโตเติลและพลาโต (Aristotle and Plato) ที่ว่า **ก่อนที่จะให้การศึกษาด้านอื่น ๆ นั้น ควรจะให้เด็กมีสุขภาพดีเสียก่อน**² ส่วนเทอร์เนอร์ (Turner) กล่าวว่า ในปัจจุบันโลกเรากำลังเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว มักพบปัญหาสุขภาพเกิดขึ้นเสมอ โอกาสที่จะปรับปรุงส่งเสริมสุขภาพก็มีไม่มากนัก นอกจากนั้น วัฒนธรรมก็มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ การที่คนชนบทอพยพโยกย้ายเข้ามาอยู่ในเขตเมือง รวมทั้งสภาพสังคมอุตสาหกรรม ทำให้การดำรงชีวิตของคนแปรเปลี่ยนไปเป็นอันมาก ดังนั้นจึงควรมีการวางแผนสุขภาพเป็นอย่างดี³

การมีสุขภาพดีจะเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาบุคคล แต่ตามสภาพการณ์ปัจจุบันพบว่า ประชาชนชาวไทยโดยทั่วไปส่วนใหญ่ต้องประสบปัญหาทางสุขภาพ การเกิดโรคภัยไข้เจ็บ และการตายของพลเมืองอยู่ในระดับไม่น่าพอใจ และคณะกรรมการการวางแผน

¹สมพงษ์ เกษมสิน, การบริหาร พิมพ์ครั้งที่ 7 (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2523), หน้า 20.

²สุชาติ โสมประยูร, สุขวิทยา พิมพ์ครั้งที่ 4 (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2521), หน้า 7.

³สมัย รื่นสุข และคนอื่น, โครงการสุขภาพในโรงเรียน (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บัณฑิตไทย, ม.ป.ป.), หน้า 1.

พัฒนาการสาธารณสุข¹ ได้วิเคราะห์อัตราป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ของประชาชนไทยส่วนใหญ่ พบว่าประชาชนไทยส่วนใหญ่ โดยเฉพาะชาวชนบท มักจะป่วยด้วยโรคกรรมดาสามีที่สามารถป้องกันได้ในอัตราที่สูงอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ เช่น โรคระบบทางเดินอาหารและอุจจาระร่วง มีอัตราสูงถึง 397.7 506.9 และ 596.2 ต่อประชากรแสนคน ในปี พ.ศ. 2521 2522 และ 2523 ตามลำดับ ซึ่งเป็นเครื่องชี้ให้เห็นว่าสาเหตุสำคัญที่ทำให้อัตราป่วยด้วยโรคต่าง ๆ สูงขึ้นนั้น ได้แก่ สภาพแวดล้อมที่เลวลง การสุขาภิบาลไม่ถูกสุขลักษณะ และประชาชนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเป็นโรค หรือไม่รู้จักป้องกันตนเองให้ปราศจากโรคต่าง ๆ ได้

ปัญหาสุขภาพของประชาชนไทยนับว่าเป็นปัญหาสำคัญที่ทุกฝ่ายพยายามที่จะแก้ไข เพื่อปรับปรุงคุณภาพชีวิตของทุกคนในประเทศให้ดีขึ้น เพราะปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นจะมีผลกระทบต่อปัญหาทางด้านเศรษฐกิจและสังคมอีกด้วย เพราะว่ามนุษย์ไม่อาจอยู่ในโลกนี้ได้อย่างมีความสุขได้โดยปราศจากสุขภาพที่ดี แม้หลักฐานทางประวัติศาสตร์แห่งมนุษยชาติเองก็ยังยืนยันว่ามนุษย์ในทุกเผ่าและสังคมได้แสดงวิถีทางการดำเนินชีวิตในสังคมให้เห็นอย่างเด่นชัดถึงความปรารถนาอันแรงกล้าที่จะควบคุมโรคภัยไข้เจ็บและปรับปรุงส่งเสริมสุขภาพของบุคคลและสังคม เพื่อให้การดำเนินชีวิตปราศจากโรคร้ายมารบกวนและมีชีวิตยืนนาน

รัฐบาลได้ให้ความสำคัญและพยายามที่จะแก้ไขปัญหาสุขภาพด้วยวิธีการต่าง ๆ มาเป็นเวลานานพอสมควร แต่ผลที่ได้ยังไม่ดีเท่าที่ควร เพราะการแก้ไขปัญหาสุขภาพนั้นเป็นงานที่ต้องแก้ไขเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ (Knowledge) เจตคติ (Attitude) และการปฏิบัติ (Practice or Skill) ของบุคคลทางด้านสุขภาพ อย่างไรก็ตาม รัฐบาลก็พยายามที่จะแก้ไขปัญหาเพื่อให้เกิดผลดีต่อไปอย่างไม่หยุดยั้ง เช่น การใช้กระบวนการทางการศึกษา ซึ่งกล่าวได้ว่าเป็นวิธีการที่จะนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ของคนเราได้อย่างถาวร และวิธีการทางการศึกษาที่ให้การศึกษากับทางด้านสุขภาพนั้นก็คือสุขศึกษานั้นเอง

สุขศึกษามีจุดมุ่งหมายให้เกิดผลในการเปลี่ยนแปลงความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางสุขภาพที่ถูกต้อง การเรียนรู้ที่แท้จริงและถาวรของบุคคลซึ่งได้มาจากการศึกษานั้น จะต้องมีเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นทั้งทางด้านความรู้ ความคิด ความเชื่อ และการกระทำ วิธีการทางการศึกษาเท่านั้นที่จะช่วยให้ทุกคนรู้จักใช้ความคิดอย่างมีเหตุมีผลด้วยตนเอง รู้จักเลือกตัดสินใจด้วยตนเอง การศึกษาไม่จำกัดอยู่เฉพาะในห้องเรียนหรืออ่านหนังสือเท่านั้น แต่การศึกษา

¹คณะอนุกรรมการการวางแผนพัฒนาสาธารณสุข, แผนพัฒนาสาธารณสุขตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ระยะที่ 5 พ.ศ. 2525—2529 (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์กรมพาณิชย์สัมพันธ์, 2524), หน้า 1.

หมายถึงประสบการณ์ทุกชนิดที่แต่ละคนชวนชวายเป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลง มีปัญหาทางด้านสุขภาพหลายอย่างที่ต้องใช้กฎหมาย และหลายอย่างต้องใช้บริการทางสุขภาพ แต่ไม่มีปัญหาใดที่ไม่ต้องใช้การศึกษา¹ ฉะนั้น การให้สุขศึกษาจึงนับว่าเป็นเครื่องมือในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของประชาชน ประชาชนที่มีสุขภาพดีย่อมเป็นประชาชนที่มีคุณภาพ เป็นกำลังและทรัพยากรอันสำคัญยิ่งในการพัฒนาประเทศ ประชาชนที่มีคุณภาพดี หมายถึง ประชาชนที่มีความรู้ความสามารถและทักษะในการประกอบอาชีพ มีการศึกษาดี ชวนชวายหาความรู้ อยู่เสมอ มีความรับผิดชอบในฐานะพลเมืองดี มีชีวิตที่สงบสุขเพราะมีศีลธรรมและระเบียบวินัย อันดี มีสัมมาอาชีพสุจริต เคารพและเชื่อฟัง ปฏิบัติตามกฎหมาย รวมทั้งมีสุขภาพแข็งแรงมีสุขนิสัยอันดี รู้จักวิธีที่จะปฏิบัติตนให้มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจอีกด้วย ในทางตรงข้าม ถ้าหากว่าประชาชนมีร่างกายไม่แข็งแรงเจ็บป่วยอยู่เสมอ หรือขาดเจตคติที่ดีต่อสุขภาพ ก็ย่อมเป็นอุปสรรคสำคัญที่จะทำให้ประเทศชาติไม่พัฒนาเท่าที่ควร²

2. แนวคิดของการสุขศึกษา

การพิจารณาแนวคิดของการสุขศึกษานั้นสามารถพิจารณาได้จาก

2.1 วัตถุประสงค์ทั่วไปของสุขศึกษา

วัตถุประสงค์ทั่วไปของสุขศึกษา คือ การช่วยให้ประชาชนรู้จักช่วยตัวเองโดยการให้ความรู้ทางสุขภาพ สร้างเจตคติที่ดีทางสุขภาพ และส่งเสริมการปฏิบัติที่ถูกสุขลักษณะ เน้นให้ประชาชนสามารถตัดสินใจดำเนินการเพื่อแก้ไข ป้องกันปัญหา และส่งเสริมสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและชุมชน

การสุขศึกษาเป็นสิ่งที่ช่วยให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ และยอมรับว่าสุขภาพที่ดีนั้นเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับชีวิต การสุขศึกษาช่วยให้ประชาชนแต่ละคนมีสุขภาพดีเท่าที่แต่ละคนสามารถจะมีได้โดยความพยายามของตนเอง การมีความรู้ที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพ การมีเจตคติที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพ การมีความเชื่อที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพ ตลอดจนการปฏิบัติตนในทางที่ถูกต้อง เช่น รับประทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ การระวังป้องกันโรค การออกกำลังกายที่ถูกต้อง ฯลฯ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้ประชาชนดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้

¹ประภาเพ็ญ สุวรรณ, ทศนคติ การวัด การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอนามัย (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2520), หน้า 98.

²อัญชลี แจ่มเจริญ และคนอื่น, โครงการสุขภาพในโรงเรียน (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เฉลิมชัย การพิมพ์, 2520), หน้า 30.

อย่างผาสุก ดังนั้น สุขศึกษาจึงเป็นสิ่งที่ช่วยให้งานสาธารณสุขทุกสาขาได้รับผลสำเร็จโดยรวดเร็วยิ่งขึ้น

2.2 ความหมายของสุขศึกษา^{1, 2}

สุขศึกษา หมายถึง กระบวนการและวิธีการทั้งหมด ที่จะทำให้ประชาชนได้รู้เกี่ยวกับการป้องกันโรค ส่งเสริมสุขภาพ สร้างเจตคติในการรับผิดชอบ พร้อมทั้งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่นำไปสู่การเป็นผู้มีสุขภาพที่ดี

สุขศึกษา หมายถึง กระบวนการที่ก่อให้เกิดประสบการณ์ ซึ่งเป็นผลทำให้บุคคลหรือชุมชนได้รับความรู้ มีเจตคติ และการปฏิบัติที่ดีเกี่ยวกับสุขภาพ

สุขศึกษา หมายถึง ประสบการณ์ทั้งหมดที่บุคคลพึงจะได้รับเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ อันเป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้ เจตคติ และพฤติกรรม

สุขศึกษา หมายถึง การเปลี่ยนแปลงของความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ เจตคติที่มีต่อการป้องกันและการรักษา การปฏิบัติทางด้านสุขภาพ ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงนิสัยในชีวิตประจำวัน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้เป็นผลจากประสบการณ์หลาย ๆ อย่างของบุคคล

สุขศึกษา หมายถึง การศึกษาเช่นเดียวกับการศึกษาทั่ว ๆ ไป เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงความรู้ ความสามารถ และพฤติกรรมของบุคคล แต่สุขศึกษาจะเน้นหนักที่การพัฒนาการปฏิบัติทางสุขภาพ ซึ่งเชื่อว่าจะก่อให้เกิดสภาวะความเป็นอยู่ที่สมบูรณ์ที่สุด

สุขศึกษา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงซึ่งเกิดขึ้นในตัวบุคคล สุขศึกษาไม่สามารถที่จะหยิบยื่นให้บุคคลใดบุคคลอื่นได้ สุขศึกษาเป็นกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา โดยการที่บุคคลนั้นยอมรับหรือไม่ยอมรับข้อมูลใหม่ เจตคติใหม่ และการปฏิบัติใหม่ ๆ ซึ่งเกี่ยวกับเป้าหมายของการมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข

สุขศึกษา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพทั้งด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของบุคคลในทางที่ถูกต้อง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นผลเกิดจากการจัดประสบการณ์ต่าง ๆ ให้กับบุคคล

¹กระทรวงสาธารณสุข กองงานวิทยาลัยพยาบาล, การพยาบาลอนามัยชุมชน 1 (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์กรมพานิชย์สัมพันธ์, ม.ป.ป.), หน้า 356.

²มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา หน่วย 1-7 (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อรุณการพิมพ์, 2526), หน้า 5.

จากความหมายของสุขศึกษาที่ได้กล่าวมานั้น จะเห็นได้ว่า **สุขศึกษา** เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับบุคคลเพื่อให้มีประสบการณ์ทางสุขภาพ ซึ่งกระบวนการการเปลี่ยนแปลงนั้นจะสมบูรณ์ต่อเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงทั้ง 3 ด้านเกิดขึ้นในตัวบุคคล คือ

1. เปลี่ยนแปลงด้านความรู้ (Knowledge) นั่นคือ เปลี่ยนจากไม่มีความรู้ทางสุขภาพ เป็นมีความรู้ที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพ

2. เปลี่ยนแปลงด้านเจตคติ (Attitude) นั่นคือ เปลี่ยนจากการมีความเชื่อที่ผิดทางด้านสุขภาพเป็นการมีความเชื่อที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพ

3. เปลี่ยนแปลงด้านการปฏิบัติ (Practice or Skill) นั่นคือ เปลี่ยนจากการปฏิบัติที่ผิดทางด้านสุขภาพเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพ

หรืออาจจะสรุปได้ง่าย ๆ ว่า เปลี่ยนจากความไม่รู้เป็นมีความรู้ เปลี่ยนจากความไม่รักไม่ชอบเป็นรักเป็นชอบ และเปลี่ยนจากการไม่เคยทำไม่เคยปฏิบัติมาก่อนเป็นปฏิบัติตนเอง

การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวไม่ใช่จะเกิดขึ้นมาได้เองในตัวบุคคล แต่ต้องเกิดขึ้นจากประสบการณ์ซึ่งอาจถูกจัดขึ้นให้โดยบุคคลอื่นโดยชุมชนเป็นผู้จัดขึ้นมา ประสบการณ์อาจเป็นประสบการณ์อย่างเดียวหรือหลายประสบการณ์รวมกันก็ได้ ซึ่งมีผลทำให้บุคคลนั้นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวมาแล้ว

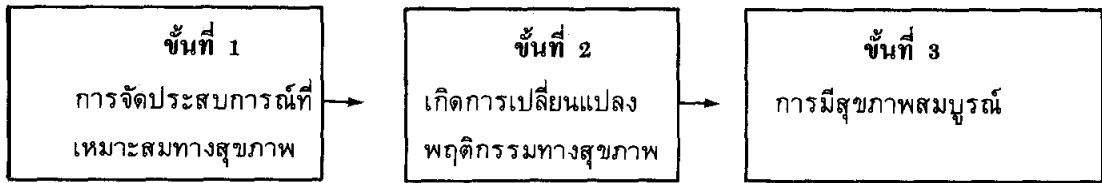
การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางสุขภาพนั้น อาจเปลี่ยนแปลงเฉพาะด้านใดด้านหนึ่ง หรือเกิดการเปลี่ยนแปลงหลายด้านพร้อมกันก็ได้ ในบางคนอาจเปลี่ยนแปลงเฉพาะความรู้ก็ถือว่าเกิดการเปลี่ยนแปลง บางคนเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติ แต่ความรู้ อาจไม่มีก็ได้ เช่น ในกรณีเด็กเล็กสามารถแปร่งฟันได้เพราะแปร่งตามพ่อแม่ในตอนเช้า ๆ แต่เด็กจะไม่มีความรู้ว่าการแปร่งฟันสามารถป้องกันโรคฟันได้อย่างไร ถ้าไม่แปร่งฟันจะมีผลอย่างไรต่อสุขภาพ

กิจกรรมย่อยที่ 1.1

สมมติว่านักศึกษาเป็นผู้ให้ความรู้ทางสุขภาพกับประชาชน นักศึกษาจะ มีขอบเขตของการให้ความรู้ในเรื่องอะไรบ้าง จงอธิบายพร้อมให้เหตุผลประกอบ

3. เป้าหมายของงานสุขศึกษา

เป้าหมายของงานสุขศึกษานั้น อาจเขียนเป็นขั้นตอนได้ดังนี้ คือ



ขั้นที่ 1 การจัดประสบการณ์ที่เหมาะสมทางสุขภาพ คือ การจัดกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานโดยใช้วิธีการทางสุขศึกษาอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับสภาพการณ์ การที่เจ้าหน้าที่ปฏิบัติไม่ถูกต้องอาจจะทำให้เสียงานไปทั้งโครงการได้

ขั้นที่ 2 เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางสุขภาพของประชาชน นั่นคือ เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ดีทางด้านสุขภาพ ผลของขั้นที่ 2 นี้จะเป็นผลขั้นกลางที่จะทำให้เกิดผลขั้นสุดท้ายได้

ขั้นที่ 3 การมีสุขภาพสมบูรณ์ ผลของขั้นที่ 3 นี้ จะเป็นผลขั้นสุดท้ายที่ประชาชนจะได้รับ

4. ขอบเขตของงานสุขศึกษา

การกำหนดขอบเขตของงานสุขศึกษา โดยใช้กลุ่มเป้าหมายและสถานที่ดำเนินการเป็นหลัก เพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลแต่ละเพศ วัย และระบบงานในสังคม ได้จำแนกวิธีการเข้าถึงประชาชนไว้ 3 ทาง คือ

4.1 สุขศึกษาในโรงเรียน (School Health Education) หมายถึง การให้สุขศึกษาแก่นักเรียนและบุคคลอื่น ๆ ในโรงเรียน โดยเน้นการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่ถูกสุขลักษณะ การบริการทางด้านสุขภาพแก่นักเรียนและบุคคลอื่น ๆ ในโรงเรียน รวมทั้งการสอนสุขศึกษาตามหลักสูตรอย่างมีประสิทธิภาพ

งานสุขศึกษาในโรงเรียนมีขอบเขตที่ค่อนข้างแน่นอน คือ มีนักเรียน ครู และบุคลากรในโรงเรียนเป็นเป้าหมายหลัก และการดำเนินงานกระทำอยู่ในสถาบันการศึกษาของตนเอง สำหรับวัตถุประสงค์ของงานสุขศึกษาในโรงเรียนนั้น จะเน้น

1. การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะในโรงเรียน จะมีอิทธิพลต่อการปลูกฝังสุขนิสัย และส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งนักเรียนจะต้องสัมผัสกับสิ่งแวดล้อมเหล่านี้ตลอดระยะเวลาที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียน โรงเรียนจึงควรจัดบรรยากาศที่ดี มีสิ่งแวดล้อม

ที่ถูกสุขลักษณะ มีความน่าอยู่ ปลอดภัยสวยงามและร่มรื่น เกณฑ์ในการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ให้ถูกสุขลักษณะนั้น ควรจัดให้ปลอดภัยจากอุบัติเหตุและภัยอันตราย ควรจัดให้ปลอดภัยจากโรคติดต่อ ควรจัดให้เป็นที่น่าสบายใจ เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและอารมณ์ในอันที่จะให้เด็กได้รับการศึกษาโดยได้ผลเต็มที่ และควรจัดให้เหมาะสมกับสภาพสรีรวิทยาของร่างกายของเด็กที่กำลังเจริญเติบโต¹

2. การบริการทางด้านสุขภาพในโรงเรียน เป็นบริการทางการแพทย์เบื้องต้นที่จัดขึ้นในสถานศึกษาโดยมีบุคลากรทางการแพทย์ เช่น พยาบาลประจำโรงเรียน นักแนะแนว ฯลฯ ร่วมกันดำเนินงานเพื่อตรวจสอบป้องกัน และอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับสุขภาพ² สำหรับจุดมุ่งหมายของการจัดบริการทางด้านสุขภาพนั้น รองศาสตราจารย์ ดร. ปัญญา สมบูรณ์ศิลป์³ ได้แบ่งไว้ดังนี้

- เพื่อประเมินสภาพทางด้านสุขภาพของนักเรียนและบุคลากรต่าง ๆ ภายในโรงเรียน
- ให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักเรียน ครู ผู้ปกครอง ตลอดจนบุคลากรอื่น ๆ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้นักเรียนได้รับการดูแลรักษาที่จำเป็นและถูกต้อง หรือเพื่อจัดโครงการต่าง ๆ ในโรงเรียนให้เป็นไปตามระดับความสามารถของนักเรียน
- เพื่อป้องกันและควบคุมโรคติดต่อในโรงเรียน
- เพื่อจัดให้มีการดูแลรักษาเบื้องต้นหรือการปฐมพยาบาลแก่นักเรียนเมื่อนักเรียนป่วยหรือได้รับบาดเจ็บอันตราย
- เพื่อจัดให้โรงเรียนเป็นสถานที่ที่ปลอดภัยสำหรับนักเรียน ตลอดจนการป้องกันอุบัติเหตุต่าง ๆ
- เพื่อส่งเสริมให้โรงเรียนมีสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ถูกสุขลักษณะและเพื่อจัดให้มีเครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ที่ถูกต้องและถูกสุขลักษณะ

¹กองโรงเรียน กรมอนามัย, คู่มือการตรวจสอบสุขภาพนักเรียนโดยครู (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์กรมพานิชย์สัมพันธ์, 2513), หน้า 6.

²Good, Carter. V., **Dictionary of Education**. 3 rd. ed. (New York, McGraw-Hill, 1973), P. 277.

³ปัญญา สมบูรณ์ศิลป์, หลักการจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียน (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, 2523), หน้า 89.

- เพื่อป้องกันและส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรต่าง ๆ ภายในโรงเรียนให้ได้อยู่เสมอ

3. การสอนสุขศึกษาตามหลักสูตรอย่างมีประสิทธิภาพ การสอนสุขศึกษาในโรงเรียนมีจุดประสงค์สำคัญ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางด้านสุขภาพโดยเน้นที่

- ให้ผู้เรียนมีความรู้ทางสุขภาพ รู้จักปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดี รู้สาเหตุของการเกิดโรค การป้องกันโรค การตรวจรักษาที่ถูกต้อง
- ให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงทางสุขภาพ โดยพยายามหาทางโน้มน้าวจิตใจ ให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านเจตคติ ให้มีความเชื่อที่ถูกต้องทางสุขภาพ มีความสนใจในสุขภาพของตนเอง
- ให้ผู้เรียนมีการปฏิบัติที่ถูกต้องทางสุขภาพจนเกิดเป็นลักษณะนิสัยประจำตัวของผู้เรียนขึ้นมาซึ่งเป็นจุดสำคัญของความสำเร็จในการสอน

การจัดดำเนินงานสุขศึกษาในโรงเรียนประกอบไปด้วยการจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะในโรงเรียน การบริการทางด้านสุขภาพ และการสอนสุขศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเรียกว่าโครงการสุขภาพในโรงเรียน หรือโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน หรืองานสุขศึกษาในโรงเรียนนั่นเอง

กิจกรรมย่อยที่ 1.2

ให้นักศึกษาเขียนแนวคิดเชิงอภิปรายของนักศึกษาว่า การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะในโรงเรียนควรจัดสิ่งใดบ้าง การบริการสุขภาพจะให้บริการอะไรบ้าง และการสอนสุขศึกษาที่มีประสิทธิภาพนั้นจะสอนโดยเน้นให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมอย่างไร

4.2 สุขศึกษาในชุมชน หมายถึง การให้สุขศึกษาแก่ประชาชนทุกเพศทุกวัยในชุมชน สำหรับผู้รับผิดชอบในการให้สุขภาพในชุมชน คือ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและผู้ที่เกี่ยวข้องทุกคน

- งานสุขศึกษาในชุมชนมีจุดมุ่งหมายดังนี้
- เพื่อแนะนำให้ประชาชนมีสุขภาพดี มีการปฏิบัติในเรื่องสุขภาพอย่างถูกต้อง
 - เพื่อให้ผู้ใหญ่เป็นต้นแบบหรือเป็นแบบอย่างที่ดีแก่สมาชิกในครอบครัว

- เพื่ออบรมฝึกหัดให้สมาชิกในครอบครัวมีการปฏิบัติเพื่อรักษาสุขภาพ
- เพื่อสร้างเจตคติที่ถูกต้องทางสุขภาพให้กับประชาชน

4.3 สุขศึกษาในโรงพยาบาล หมายถึง การให้สุขศึกษาแก่ผู้ป่วย ญาติของผู้ป่วย และบุคคลอื่น ๆ สำหรับผู้รับผิดชอบงานสุขศึกษาในโรงพยาบาล คือ เจ้าหน้าที่ที่มสุขภาพในโรงพยาบาล

จุดมุ่งหมายของงานสุขศึกษาในโรงพยาบาลแบ่งได้ดังนี้

- เพื่อให้ผู้ป่วยรู้จักป้องกันตนเองไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อน และหายจากโรคเร็วขึ้น เพราะเข้าใจเหตุผลและให้ความร่วมมือในการรักษา
- เพื่อให้ผู้ป่วยรู้จักป้องกันการแพร่เชื้อโรคไปสู่ผู้อื่น
- เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้เรื่องโรคและการเจ็บป่วยที่เกิดกับตน รู้สาเหตุวิธีป้องกันเมื่อหายแล้วไม่กลับเป็นอีก
- เพื่อญาติผู้ป่วยสามารถให้ความร่วมมือในการดูแลผู้ป่วย และรู้จักป้องกันตนเองตลอดจนสมาชิกอื่น ๆ ในครอบครัว ไม่ให้เกิดโรค
- เพื่อให้ความรู้ทั่ว ๆ ไปเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

การปฏิบัติงานสุขศึกษาทั้งสามขอบเขตดังกล่าว จะต้องดำเนินงานไปด้วยกันและสอดคล้องกัน จะทำให้การแก้ปัญหาสุขภาพได้ผลเร็ว พร้อมทั้งประหยัดเวลา เงิน และกำลังคนด้วย

กิจกรรมย่อยที่ 1.3

ให้นักศึกษาเขียนแนวคิดเมื่อนักศึกษามีบทบาทเป็นนักสุขศึกษาในชุมชน หรือนักสุขศึกษาในโรงพยาบาล นักศึกษาจะมีหน้าที่อย่างไรบ้าง

5. องค์ประกอบของการให้สุขศึกษา

การให้สุขศึกษาจะต้องมีองค์ประกอบที่สำคัญดังนี้ คือ

5.1 ประชาชน เป็นกลุ่มเป้าหมายของงานสุขศึกษา ซึ่งอาจแบ่งได้เป็นรายบุคคล รายกลุ่ม และกลุ่มมวลชนโดยส่วนรวม

การแบ่งกลุ่มอาจแบ่งได้ดังนี้ คือ

- กลุ่มอายุ เช่น เด็กอ่อน เด็กวัยก่อนเรียน วัยเรียน หนุ่มสาว และคนชรา หรือ

อาจจะจำแนกเป็นช่วงอายุที่เท่ากันก็ได้

- กลุ่มสังคม เช่น กลุ่มหนุ่มสาว กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มพ่อบ้าน กลุ่มเยาวชนเกษตรกรรม การหมู่บ้าน ฯลฯ
- กลุ่มอาชีพ เช่น ครู ทหาร ตำรวจ พ่อค้า เกษตรกร ฯลฯ
- กลุ่มของการเจ็บป่วย เช่น กลุ่มผู้ป่วยใช้เลือดออก กลุ่มคนเป็นโรคเบาหวาน ฯลฯ

5.2 เจ้าหน้าที่ เป็นผู้ที่มีส่วนร่วมในการให้ความรู้ ซึ่งจำเป็นต้องเห็นความสำคัญของงานสุศึกษาด้วย สำหรับบทบาทของเจ้าหน้าที่ในปัจจุบันไม่ใช่เป็นผู้ทำให้กับชาวบ้านแต่เป็นผู้ให้คำแนะนำให้ความช่วยเหลือ เพื่อให้ชาวบ้านสามารถพึ่งตนเองและทำด้วยตัวเองได้

เจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องมักจะมุ่งไปที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นสำคัญ ซึ่งจะมีหน้าที่รับผิดชอบโดยตรง แต่ต้องคำนึงเสมอว่าเจ้าหน้าที่ฝ่ายอื่น ๆ ทุกคนก็มีหน้าที่รับผิดชอบ ในการที่จะช่วยกันแก้ปัญหาสุขภาพของประชาชนและส่งเสริมสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น ไม่ว่าจะ เป็นเจ้าหน้าที่พัฒนาการ เจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครอง เกษตร ครู หรือเจ้าหน้าที่อื่น ๆ ของรัฐ

5.3 อุปกรณ์การสอนหรือสื่อในการให้สุศึกษา เป็นอุปกรณ์ที่ใช้ประกอบในการเผยแพร่ความรู้และสื่อข่าวสาร ทั้งต่อบุคคล กลุ่มคน และมวลชน อุปกรณ์การสอนควรมีอย่างเพียงพอ และเหมาะสมสำหรับการให้สุศึกษาแต่ละครั้ง

นอกจากองค์ประกอบในการให้สุศึกษาที่สำคัญทั้ง 3 ประการที่กล่าวมาแล้วนั้น ยังจะต้องคำนึงถึงระบบงานและการบริหารงานในหน่วยงานว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้งานสุศึกษาบรรลุผลสมตามเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้

6. สรุป

จากสิ่งที่กล่าวมาจะพบว่าสุศึกษามีความสำคัญสำหรับชีวิตของมนุษย์อย่างมาก ปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์นั้นล้วนมีพื้นฐานมาจากปัญหาทางสุขภาพแทบทั้งสิ้น นอกจากจะทราบแนวความคิดของสุศึกษาว่า มุ่งเน้นให้ประชาชนรู้จักช่วยตนเอง สามารถตัดสินใจ ดำเนินการป้องกันแก้ไขปัญหา ส่งเสริมสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชนแล้ว ยังทราบถึงความหมายของสุศึกษาว่า เป็นกระบวนการที่ทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ดีทางด้านสุขภาพ นั่นคือ เปลี่ยนจากความไม่รู้มาเป็นรู้ เปลี่ยนจากความไม่ชอบ ไม่นิยม ไม่สนใจ มาเป็นชอบ นิยม สนใจ และเปลี่ยนจากการไม่เคยประพฤติปฏิบัติมาเป็นการประพฤติ ปฏิบัติ ที่ส่งเสริมสุขภาพ เป็นต้น

นอกจากนี้ยังทราบถึงเป้าหมายของงานสุขศึกษาว่ามีเป้าหมายที่ความมีสุขภาพสมบูรณ์ของประชาชนทราบถึงขอบเขตของงานสุขศึกษา คือ งานสุขศึกษาในโรงเรียนซึ่งมีเป้าหมายอยู่ที่นักเรียนเป็นส่วนใหญ่ งานสุขศึกษาในชุมชนซึ่งมีเป้าหมายอยู่ที่ประชาชนในชุมชนเป็นส่วนใหญ่ และทราบถึงงานสุขศึกษาในโรงพยาบาลซึ่งมีเป้าหมายอยู่ที่ผู้ป่วย รวมทั้งญาติของผู้ป่วยเป็นส่วนใหญ่ และที่สำคัญคือทราบขั้นตอนในการดำเนินงานสุขศึกษา เพื่อให้ได้ผลตามที่เจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทางด้านสุขภาพส่วนใหญ่ได้คาดหวังไว้

7. คำถามและกิจกรรมประกอบท้ายบท

1. สุขศึกษามีความสำคัญกับชีวิตชาวชนบทอย่างไร ให้นักศึกษาอภิปรายตามแนวคิดของนักศึกษา
 2. เป้าหมายของการสุขศึกษาคืออะไร ให้นักศึกษาอธิบายพร้อมยกตัวอย่างให้ชัดเจน
 3. งานสุขศึกษามีขอบเขตที่สำคัญ ๆ กี่ด้านและงานสุขศึกษาแต่ละด้านมีรายละเอียดอย่างไร
 4. การให้สุขศึกษาที่ดีจะต้องมีองค์ประกอบอะไรบ้างจงอธิบาย
-