

1.1 ผลการวิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงาน รอบ 5 เดือนแรก ผลผลิต/ผลลัพธ์ของการดำเนินงานและความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์

➤ สถานที่ทำงานนอ่วยุ่ทำงานฯ

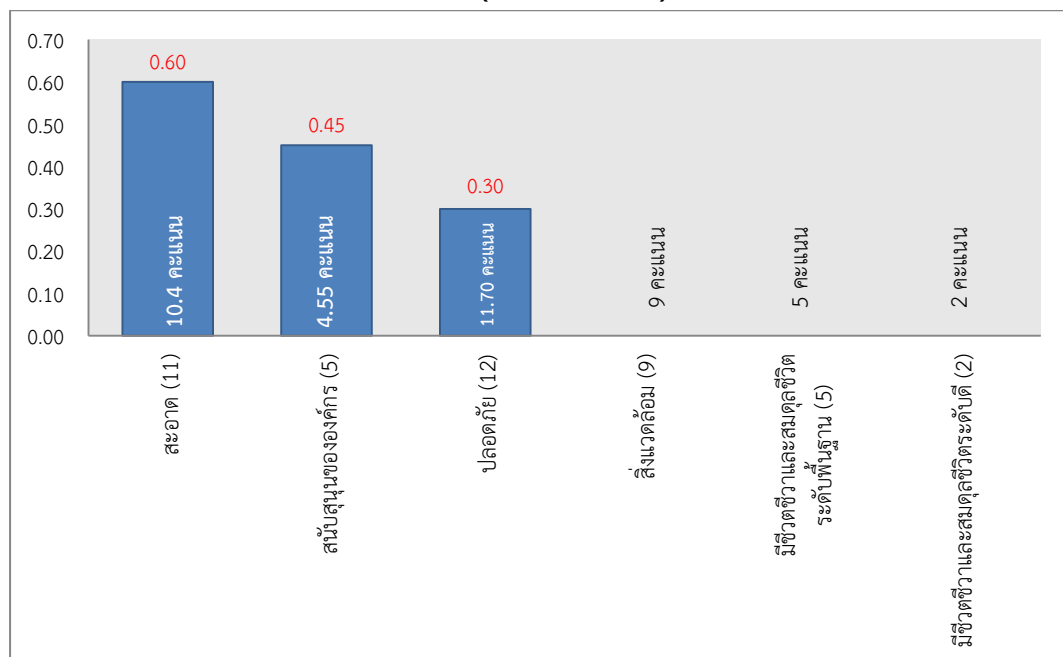
กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพได้รับการตรวจประเมินสถานที่ทำงานนอ่วยุ่ทำงานฯ มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ปีงบประมาณ 2565 (รอบ 5 เดือนแรก) จากคณะกรรมการของสำนักส่งเสริมสุขภาพเมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2565 โดยได้คะแนนดังนี้

เกณฑ์การประเมิน 5 ส. 36.75 คะแนน (คะแนนเต็ม 42)

บริเวณที่เป็นจุดบกพร่องและไม่ได้รับคะแนนเลย มีดังนี้

1. พบอุปกรณ์สำนักงาน ของมีคม การเก็บรวมกันในกลุ่มเก็บเครื่องเขียนบนโต๊ะ **มากกว่า 3 จุด**
2. มีลิ้นชักส่วนตัวมากกว่า 1 ตู้ **มากกว่า 3 จุด**
3. พบการวางเครื่องสำรองไฟฟ้า CPU บนพื้น **มากกว่า 3 จุด**
4. ป้ายแสดงข้อมูลชื่อผู้รับผิดชอบ บริเวณ โต๊ะวางเครื่องปริ้นเตอร์ ตู้วางโทรศัพท์และแฟ้ม และแผงควบคุมไฟฟ้า

เกณฑ์การประเมิน HWP 42.65 คะแนน (คะแนนเต็ม 44)



จากกราฟข้างต้น เป็นการแสดงผลต่างจากคะแนนเต็มของหัวข้อต่างๆ โดยสรุปเรียงลำดับหัวข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น มี 3 ลำดับ ดังนี้

1. ความสะอาด
2. การสนับสนุนขององค์กร
3. ความปลอดภัย

สรุป ผลการประเมินค่าคะแนนวัดผลผลิต เกณฑ์ประเมิน 5ส. **ได้คะแนน 0.2 คะแนน** ซึ่งต้องปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่คณะกรรมการได้ให้ความเห็นไว้ โดยเน้นกรณีเรื่องของมีคม เช่น กรรไกร คัตเตอร์ ไม่ให้เก็บร่วมกับเครื่องเขียนเพราะอาจเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุได้ ให้เก็บในลิ้นชักวัสดุสำนักงาน ทั้งนี้จะมีการประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรในหน่วยงานรับทราบ ต่อไป

ผลการประเมินค่าคะแนนวัดผลผลิต เกณฑ์ประเมิน Healthy Workplace Happy for Life ระดับดี **ได้คะแนน 0.4 คะแนน** ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่พึงพอใจ ทั้งนี้ในด้านการสนับสนุนขององค์กรและการมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงาน คณะกรรมการได้ให้ความเห็นว่าไม่มีการส่งเสริมเรื่องอนามัยสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะมีการทบทวนและจัดทำแผนปฏิบัติการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานมีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิตต่อไป

➤ สถานการณ์สุขภาพ

การประเมินผลด้านสุขภาพ โดยใช้ดัชนีชีวิตที่สำคัญคือ ค่าดัชนีมวลกาย(BMI)ปกติของหน่วยงานตรงเป้าหมาย โดยกองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพได้เก็บรวบรวมข้อมูลค่าดัชนีมวลกาย(BMI) ในรอบ 5 เดือนหลัง (มี.ค - ก.ค. 2564) และ รอบ 5 เดือนแรก (ต.ค.2564 - ก.พ. 2565) ได้ข้อมูลสรุปดังนี้

ข้อมูลทั่วไป

มี.ค. - ก.ค. 64	จำนวน	ร้อยละ	ต.ค. 64-ก.พ. 65	จำนวน	ร้อยละ
เพศ			เพศ		
ชาย	6	25.00	ชาย	7	25.93
หญิง	18	75.00	หญิง	20	74.07
รวม	24		รวม	27	
ช่วงอายุ			ช่วงอายุ		
21-30 ปี	2	8.33	21-30 ปี	3	11.11
31-40 ปี	14	58.33	31-40 ปี	15	55.56
41-50 ปี	4	16.67	41-50 ปี	5	18.52
51-60 ปี	4	16.67	51-60 ปี	4	14.81
น้ำหนัก(BMI)			น้ำหนัก(BMI)		
ผอม	2	8.33	ผอม	2	7.41
ปกติ	10	41.67	ปกติ	12	44.44
น้ำหนักเกิน	3	12.50	น้ำหนักเกิน	1	3.70
โรคอ้วน	6	25.00	โรคอ้วน	10	37.04
โรคอ้วนอันตราย	3	12.50	โรคอ้วนอันตราย	2	7.41

ผลการวิเคราะห์ค่า BMI รอบ 5 เดือนหลัง (มี.ค. - ก.ค. 2564) รอบ 5 เดือนแรก (ต.ค. 2564 - ก.พ. 2565) ดังนี้

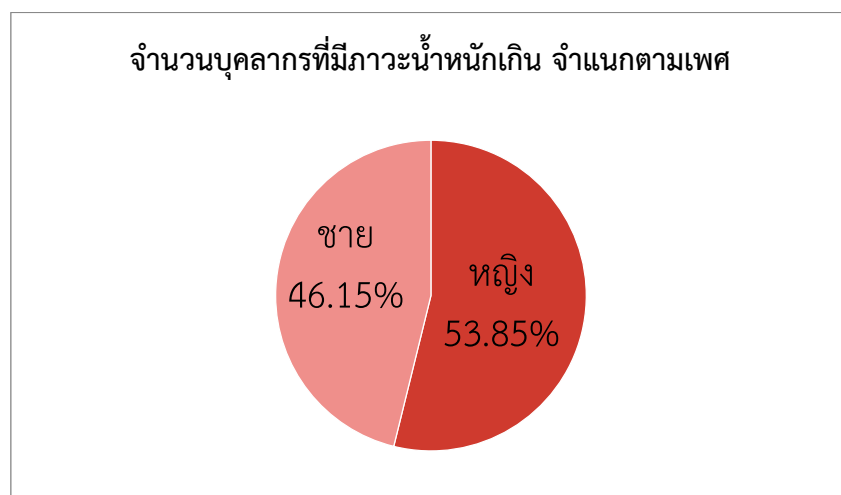
ผลค่าเฉลี่ย	5 เดือนหลังปี 2564	5 เดือนแรกปี 2565
ผลรวม BMI	612.93	682.67
ค่าเฉลี่ย BMI	25.54	25.28
* จำนวนบุคลากร	24 คน	27 คน

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/ตารางเมตร)	5 เดือนหลังปี 2564		5 เดือนแรกปี 2565		ผล	
	จำนวนคน	ร้อยละ (X)	จำนวนคน	ร้อยละ (Y)	จำนวนคน	ผลต่างของร้อยละ (X) - (Y)
น้อยกว่า 18.5 (ผอม)	2	8.33	2	7.41	เท่าเดิม	0.92
18.5 – 22.9 (ปกติ)	10	41.67	12	44.44	เพิ่ม 2	2.77
23.0 – 24.9 (น้ำหนักเกิน)	3	12.50	1	3.70	ลด 2	8.80
25.0 – 29.9 (โรคอ้วน)	6	25.00	10	37.04	เพิ่ม 4	12.04
> 30 (โรคอ้วนอันตราย)	3	12.50	2	7.41	ลด 1	5.09
รวม	24	100.00	27	100.00		

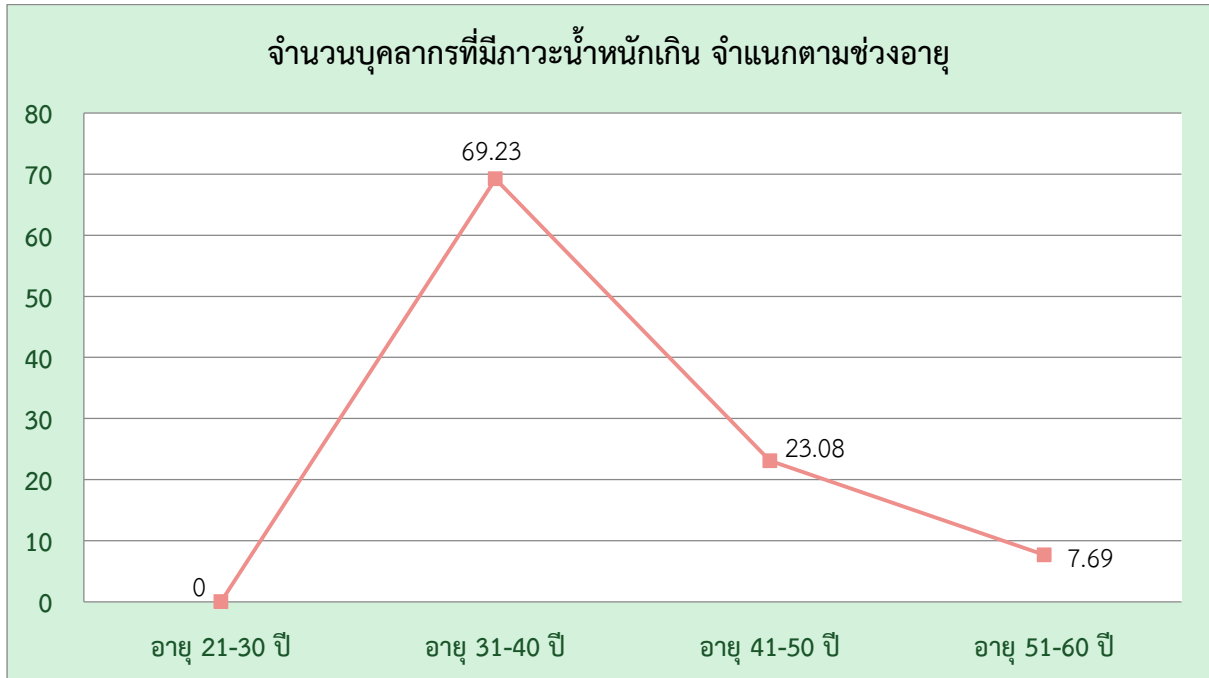
- มีภาวะผอมเท่าเดิม (จำนวน 2 คน)
- มีภาวะปกติ เพิ่มขึ้นจากเดิม จำนวน 2 คน รวมเป็น 12 คน
- มีภาวะน้ำหนักเกิน ลดลงจากเดิม จำนวน 2 คน คงเหลือ 1 คน
- มีภาวะโรคอ้วน เพิ่มขึ้นจากเดิม จำนวน 4 คน รวมเป็น 10 คน
- มีภาวะโรคอ้วนอันตราย ลดลงจากเดิม จำนวน 1 คน คงเหลือ 2 คน

รอบ 5 เดือนแรก (ต.ค.2564 – ก.พ. 2565) จำนวนบุคลากรที่มีภาวะน้ำหนักเกิน (BMI มากกว่า 23 ขึ้นไป) จำแนกตามเพศ

บุคลากรที่มีภาวะน้ำหนักเกิน จำนวน 13 คน จากทั้งหมด 27 คน แบ่งเป็นเพศหญิง 7 คน เพศชาย 6 คน จากข้อมูลวิเคราะห์ได้ว่า **เพศหญิงมีภาวะน้ำหนักเกินมากกว่าเพศชาย** คิดเป็นร้อยละ 53.85 ในขณะที่เพศชายมีภาวะน้ำหนักเกิน คิดเป็นร้อยละ 46.15 จากข้อมูลภาวะน้ำหนักเกินของบุคลากร กองสอดคล้องกับผลวิจัยจากองค์การอนามัยโลกหรือ WHO ได้ค้นพบว่า ผู้หญิงมีอัตราการเป็นโรคอ้วนมากกว่าผู้ชาย โดยจากการบันทึกสถิติการเลี้ยงหนูในห้องทดลอง หลักฐานหนึ่งที่คาดว่าจะส่งผลทำให้เพศมีผลต่อน้ำหนักตัวคือ ฮอร์โมนในสมองตัวที่ทำหน้าที่ควบคุมปริมาณแคลอรีในผู้หญิงและผู้ชายมีต่างกัน ชื่อว่า Pro-opiomelanocortin (POMC) เป็นฮอร์โมนที่มีอยู่ในสมอง เป็นตัวควบคุมความอยาก, การออกกำลังกาย, การใช้พลังงาน และการควบคุมน้ำหนักร่างกาย (อ้างอิง : <https://www.voicetv.co.th/read/321576>)



รอบ 5 เดือนแรก (ต.ค.2564 – ก.พ. 2565) จำนวนบุคลากรที่มีภาวะน้ำหนักเกิน (BMI มากกว่า 23 ขึ้นไป) จำแนกตามช่วงอายุ ดังนี้ อายุ 21-30 ปี / อายุ 31-40 ปี / อายุ 41-50 ปี / อายุ 51-60 ปี



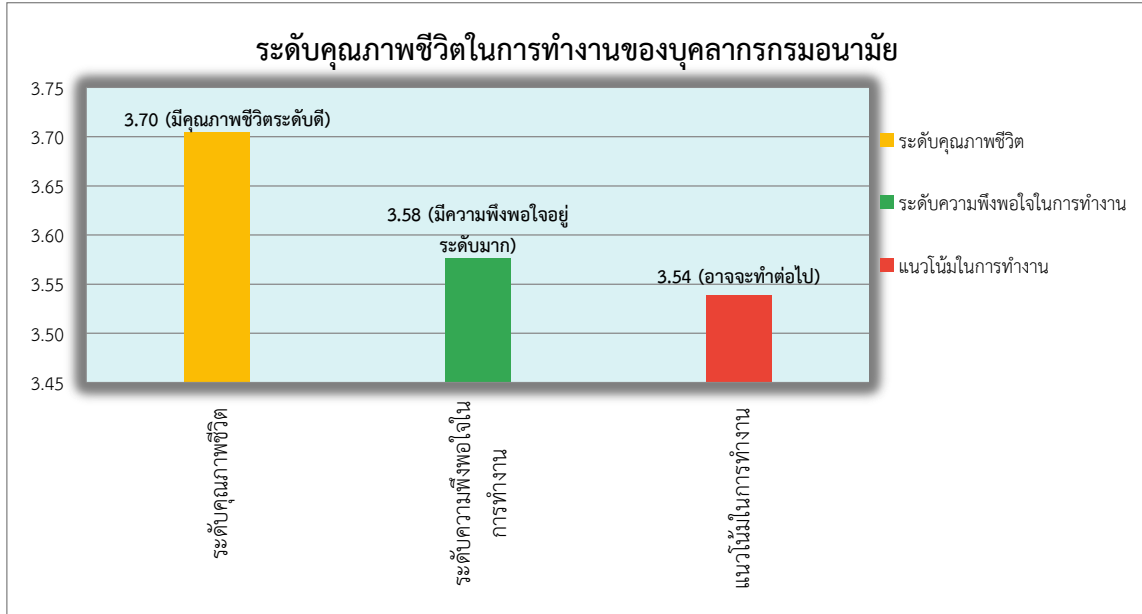
จากข้อมูลแสดงให้เห็นว่า บุคลากรกองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพที่มีภาวะน้ำหนักเกินมากที่สุดคือช่วงอายุ 31 - 40 ปี (ร้อยละ 69.23) รองลงมาคือ 41 - 50 ปี (ร้อยละ 23.08) และ 51 - 60 ปี (ร้อยละ 7.69) จากการวิเคราะห์ ผู้ที่มีภาวะน้ำหนักเกินอาจเกิดจาก 2 ปัจจัยหลักคือ

- 1.ปัจจัยภายใน เช่น พันธุกรรม อายุ การเผาผลาญของร่างกาย มวลกระดูก ทำให้เกิดการสะสมของพลังงานและไขมันได้ง่าย
- 2.ปัจจัยภายนอก เช่น สิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมมารับประทานอาหารที่มีไขมันสูง และขาดการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม ทำให้มีปริมาณไขมันสะสมในร่างกายปริมาณมาก

สรุป สถานการณ์สุขภาพ เนื่องจากบุคลากรกองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น **กิจกรรม 7 ช่องมหัศจรรย์** รู้ทัน ป้องกันโรค ทรส.สุขภาพดี ลดเสี่ยงเสี่ยงโรค เพื่อประเมิน และคัดกรองความเสี่ยงของเจ้าหน้าที่กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ และให้เจ้าหน้าที่ได้รู้ตนเอง ว่ามีความเสี่ยงอยู่ในโซนสีใด โดยจัดฐานการประเมินร่างกาย จำนวน 6 ฐาน ได้แก่ ชั่งน้ำหนัก ,วัดรอบเอว หาค่า BMI ,วัดความดัน ,วัดความอ่อนตัว ,ประเมินความเครียด (ปรับ Mind set) และ ให้คำปรึกษา และตั้งเป้าหมาย **กิจกรรม Do at your desk** เป็นการออกกำลังกายที่โต๊ะทำงาน **กิจกรรม Sport Event Day** ส่งผลให้บุคลากรในหน่วยงาน มีค่าดัชนีมวลกายภาวะปกติ เพิ่มขึ้นจากเดิมจำนวน 2 คน จากการวิเคราะห์ผลลัพธ์ที่ได้ ทำให้เห็นว่า มาตรการสำคัญ 4 สร้าง ในส่วนของ ส.สร้างสุขภาพดี ประสบความสำเร็จในการส่งเสริมให้บุคลากรในหน่วยงานมีสุขภาพที่ดีแบบองค์รวมอย่างยั่งยืน ทั้งนี้ในส่วนในรอบ 5 เดือนหลัง ยังคงมีแผนกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพให้บุคลากรในหน่วยงาน ต่อไป

➤ ข้อมูลคุณภาพชีวิตของบุคลากร

บุคลากรกองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ ได้ตอบแบบสอบถามคุณภาพชีวิตรายบุคคลและภาพรวมขององค์กร ร้อยละ 100 โดยมีผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น 26 คน แบ่งเป็น ชาย 7 คน หญิง 19 คน



สรุป ข้อมูลคุณภาพชีวิตของบุคลากรกองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ จากกราฟดังกล่าว วิเคราะห์ผลลัพธ์ ได้ดังนี้

ระดับคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับดี โดยหัวข้อความคิดเห็นที่ได้คะแนนน้อยที่สุดคือ ค่าตอบแทนที่ท่านได้รับจากการทำงาน ทำให้ท่านสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพ เนื่องจากในปัจจุบันสถานการณ์โรคโควิด-19 ระบาด ทำให้ค่าใช้จ่ายในการดำรงชีวิตเพิ่มขึ้น เพราะต้องซื้ออุปกรณ์สำหรับการป้องกันตัวเช่น หน้ากากอนามัย หรือชุดตรวจ ATK อาจจะทำให้บุคลากรในหน่วยงานรู้สึกว่าการได้รับค่าตอบแทน ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิต

ระดับความพึงพอใจในการทำงาน อยู่ในระดับมาก โดยหัวข้อความคิดเห็นที่ได้คะแนนน้อยที่สุดคือ โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ ความสมดุลระหว่างงานกับชีวิตส่วนตัว เพียงใด จากการวิเคราะห์ผลมีความเป็นไปได้ต่อเนื่องกับเรื่องค่าตอบแทนที่ได้รับ ที่มีสาเหตุมาจากสถานการณ์โรคโควิด-19 ระบาด อาจจะทำให้บุคลากรในหน่วยงานมีความกังวลกับการใช้ชีวิตในช่วงสถานการณ์โรคระบาด และทำให้ไม่มีความสมดุลระหว่างงานกับชีวิตส่วนตัว

แนวโน้มที่จะทำงานกับหน่วยงานต่อไป อยู่ระดับอาจจะทำต่อไป