

แนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม ในเขตเทศบาลนครนนทบุรี

Guidelines on Developing a Holistic Health Care System for the Elderly in Nakhon Nonthaburi Municipality

รณรงค์ จันใด*

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี” มีวัตถุประสงค์นำเสนอแนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี ผลการศึกษา พบว่า แนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี มีความสำคัญกับสุขภาวะอย่างรอบด้าน ทั้งสุขภาวะทางกาย จิต สังคม จิตวิญญาณ เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม ตลอดจนปัจจัยการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ระบบบริการสุขภาพ และการมีส่วนร่วมจากชุมชน ประกอบด้วย 1) การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุในชุมชน โดยมีแนวทางในการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมทุกมิติ 2) การลดปัญหาหรืออุปสรรคที่ส่งผลต่อการสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุ โดยให้ความสำคัญกับความรู้เรื่องสุขภาพเพื่อให้ผู้สูงอายุตระหนักและสามารถจัดการสุขภาพของตนเอง 3) การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในระดับชุมชน โดยการกระจายกิจกรรมให้ทั่วถึงในทุกตำบล ทุกชุมชนและให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรมที่เกิดจากพื้นที่หรือชุมชนต่างๆ และ 4) การพัฒนาชุมชนนาร่องที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุเพื่อเป็นต้นแบบสำหรับพื้นที่อื่นๆ ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม อย่างไรก็ตามเพื่อดำเนินการเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ควรต้องมีกลไกและเครื่องมือในการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ อาทิ การมีฐานข้อมูลร่วมกัน การประสานแผนงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอย่างมีเอกภาพ การสร้างตัวชี้วัดความสำเร็จ (KPI) ที่ชัดเจนเป็นรูปธรรมและเข้าใจตรงกัน

* อาจารย์ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

การปรับปรุงกลไกทางการบริการให้เอื้ออำนวย และการสร้างพันธมิตรกับหน่วยงานภายนอก และการประโยชน์อย่างเต็มที่จากทุนทางสังคม

คำสำคัญ: สุขภาพ, องค์กรรวม, ผู้สูงอายุ, เทศบาลนครนนทบุรี

Abstract

This research aims to present guidelines on developing a holistic health care system for the elderly in Nakhon Nonthaburi Municipality. The research findings show that the health care system for the elderly in Nakhon Nonthaburi Municipality recognizes holistic health care development including physical, mental, social, spiritual, economic, and environmental dimensions. In addition, the health care system for the elderly in Nakhon Nonthaburi Municipality also supports factors for supporting the health of the elderly, the health care service system, and community participation, namely 1) supporting a holistic health care system for the elderly in all dimensions; 2) reducing challenges and obstacles to development of a holistic health care system for the elderly by raising awareness and recognition of health care management and the importance of health among the elderly; 3) encouraging the elderly to participate in activities equally and effectively at all levels; and 4) developing elderly-friendly pilot communities to be models for other communities on developing a holistic health care system. However, strategic mechanisms and instruments are necessary and recommended for ensuring effective implementation, such as database sharing, integrated collaboration with stakeholders, practical Key Performance Indicators (KPI), a friendly service mechanism, establishment of alliances with other partners. and full utilization of social capital.

Key Words: Health, Holistic, Elderly, Nakhon Nonthaburi Municipality

บทนำ

จากสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พบว่าประชากรไทยเพิ่มขึ้นจาก 26.2 ล้านคน เป็นกว่า 63 ล้านคน ในช่วง 50 ปีที่ผ่านมา ในจำนวนนี้ประชากรวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) เพิ่มขึ้นเป็นลำดับเช่นกัน จาก 1.2 ล้านคน ใน พ.ศ. 2503 เป็นประมาณ 8.5 ล้านคน

ใน พ.ศ. 2553 โดยสัดส่วนที่เป็นประชากรสูงอายุในระยะแรกเพิ่มขึ้นอย่างช้าๆ และเพิ่มในอัตราที่รวดเร็วขึ้นนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2523 เป็นต้นมา จากร้อยละ 4.6 ใน พ.ศ. 2503 เป็นร้อยละ 5.5 ใน พ.ศ. 2523 และร้อยละ 13.2 ใน พ.ศ. 2553 นอกจากนี้ยังพบว่า จำนวนประชากรสูงอายุในวัยปลาย (อายุตั้งแต่ 80 ปีขึ้นไป)

มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นอย่างมากด้วยเช่นกัน จากร้อยละ 8.9 ใน พ.ศ. 2503 เป็นกว่าร้อยละ 12.8 ใน พ.ศ. 2553 การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางอายุประชากรไทย เป็นประชากรสูงวัยนี้ จึงเป็นภาวะการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ประเด็นท้าทายที่ตามมา คือ จะทำอย่างไรที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุควบคู่ไปกับการพัฒนาประเทศให้ก้าวหน้าต่อไปอย่างยั่งยืน

ปัจจุบันองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนับเป็นองค์กรหนึ่งที่มีหน้าที่ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากรทุกกลุ่มรวมทั้งผู้สูงอายุด้วย เช่นเดียวกับเทศบาลนครนนทบุรีที่ให้ความสำคัญต่อการส่งเสริมวิจัยเพื่อพัฒนาบริการแก่ผู้สูงอายุในชุมชนในเขตเทศบาลนครนนทบุรี และกล่าวได้ว่าพื้นที่ของเทศบาลนครนนทบุรีกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุแล้วเพราะมีจำนวนประชากรสูงอายุมากถึง 48,000 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 18.6 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ที่ร้อยละ 14 จากสถิติดังกล่าว เทศบาลนครนนทบุรี จึงได้จัดบริการด้านต่างๆ ให้แก่ผู้สูงอายุในหลากหลายลักษณะ เช่น การดำเนินโครงการขยายผลการส่งเสริมสุขภาพไปสู่ชุมชนในเขตเทศบาลนครนนทบุรี มีการจัดวิทยากรจิตอาสาไปให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกายและจิตใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนและชมรมผู้สูงอายุทั้ง 40 ชมรม เพื่อขยายผลการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุลงสู่ชุมชน และได้ให้คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ทำการศึกษาวิจัย เรื่อง “การพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี” ขึ้น โดยมีการดำเนินงาน แบ่งเป็น 3 ระยะ ประกอบด้วย ระยะที่ 1 การศึกษาเรื่อง “การสำรวจสุขภาพของครอบครัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรี” (มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2558) ระยะที่ 2 การศึกษาเรื่อง “การประเมินสัมฤทธิผลศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลนครนนทบุรี” (มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2558) ในบทความนี้ เป็นการนำเสนอสาระสำคัญของการศึกษาในระยะที่ 3 เรื่อง “แนวทางการพัฒนาระบบ

การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี” มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี โดยใช้องค์ความรู้ที่ได้จากการดำเนินโครงการระยะที่ 1 และ 2 นำมาเป็นข้อมูลพื้นฐาน และศึกษาความคิดเห็นของผู้เกี่ยวข้องต่อระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสู่การจัดทำแผนงานการขยายบริการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวในพื้นที่ในชุมชนเขตเทศบาลนครนนทบุรีให้มีบริการครอบคลุมมากยิ่งขึ้น รวมไปถึงการนำเสนอยุทธศาสตร์ แผนงาน และโครงการเกี่ยวกับการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรีต่อไป

ขอบเขตและวิธีการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการศึกษาไว้ ดังนี้

ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพของครอบครัวผู้สูงอายุในชุมชนเขตเทศบาลนครนนทบุรี ในมิติการเสริมสร้างสุขภาพของครอบครัวผู้สูงอายุในชุมชน การลดปัญหาหรืออุปสรรคที่ส่งผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพของครอบครัวผู้สูงอายุ การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในระดับชุมชนและการพัฒนาชุมชนนาร่องที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ อันนำไปสู่การจัดทำข้อเสนอเชิงยุทธศาสตร์ แผนงาน และโครงการเกี่ยวกับการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี

ขอบเขตด้านประชากร

ผู้เข้าร่วมเวทีการสัมมนาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี” ซึ่งประกอบด้วย คณะผู้บริหาร

หัวหน้าส่วนราชการ เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน ผู้นำชุมชนจิตอาสา ซึ่งเป็นผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านนโยบาย การวางแผน การพัฒนา การปฏิบัติการ เพื่อการสร้างเสริมสุขภาวะองค์กรร่วมผู้สูงอายุในชุมชนเขตเทศบาลนครนนทบุรี โดยการระดมความคิดของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเพื่อกำหนดแนวทางการพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุองค์กรร่วมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี โดยใช้เทคนิค Appreciation-Influence-Control หรือ AIC เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมประชุมได้มีเวทีพูดคุย แลกเปลี่ยน ความรู้ประสบการณ์ นำเสนอข้อมูลข่าวสารที่จะทำให้เกิดความเข้าใจ ถึงสภาพปัญหา ความต้องการ ข้อจำกัด และศักยภาพของผู้ที่เกี่ยวข้องหรือผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในระดับต่างๆ โดยแบ่งประชุมกลุ่มย่อยเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มย่อยที่ 1 มีประเด็นการประชุมกลุ่มคือ ยุทธศาสตร์ที่ 1 การยกระดับสุขภาวะองค์กรร่วมของผู้สูงอายุ และยุทธศาสตร์ที่ 2 การสร้างชุมชนสุขภาวะแบบมีส่วนร่วมกระจายไปในทุกชุมชน กลุ่มย่อยที่ 2 มีประเด็นการประชุมกลุ่มคือ ยุทธศาสตร์ที่ 3 การยกระดับชุมชนนาร่องที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ ยุทธศาสตร์ที่ 4 การบริหารจัดการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้มีความเป็นเลิศในกระบวนการ A-I-C ประยุกต์

ผลการศึกษา

เทศบาลนครนนทบุรีมีความโดดเด่นเป็นอย่างมากในเรื่องการพัฒนา “ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ” กระทั่งเป็นแหล่งเรียนรู้และศึกษาดูงานด้านการบริหารจัดการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้กับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจำนวนมาก ในขณะที่ข้อมูลประชากรกว่าร้อยละ 19 ในเขตเทศบาลนครนนทบุรีเป็นผู้สูงอายุซึ่งกำลังจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ และยิ่งพบอีกว่าเทศบาลนครนนทบุรีกำลังกลายเป็นเมืองสำหรับการอยู่อาศัยของคนทำงานในกรุงเทพมหานคร (Based Town) จึงมีที่พักอาศัยในแนวตั้งหรือคอนโด

และหมู่บ้านจัดสรรเกิดขึ้นเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะตามแนวรถไฟฟ้าที่กำลังสร้าง สิ่งที่ผู้บริหารเทศบาลนครนนทบุรีต้องตระหนักและคิดวางแผนทิศทางการพัฒนาเทศบาลนครนนทบุรีในอนาคตเพื่อให้สอดคล้องกับแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงและการเป็นเมืองที่มีผู้สูงอายุพักอาศัยเป็นจำนวนมากและเพิ่มมากขึ้น กลายเป็นเรื่องที่ทำทนายมาก ดังนั้น แนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์กรร่วมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี จึงนับว่าเป็นกระบวนการที่สำคัญ กล่าวคือ ทำให้ประชาชนเข้ามากำหนดและดูแลสุขภาวะได้ด้วยตนเอง ผลการศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์กรร่วมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี” ที่มีผลต่อการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์กรร่วมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี มีสาระสำคัญ ดังนี้

1. การพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์กรร่วม

1.1 การเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรร่วมของผู้สูงอายุในชุมชน ควรมีแนวทางในการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรร่วมในทุกมิติ กล่าวคือ

- ๑ มิติสุขภาวะทางกาย ต้องส่งเสริมพัฒนากิจกรรมและสร้างเสริมสุขภาพที่พึงประสงค์แก่ผู้สูงอายุ โดยจัดกิจกรรมชุมชนที่เน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในวัยสูงอายุ ตลอดจนสร้างเสริมสุขภาพในด้านองค์ความรู้ เครือข่าย วัสดุอุปกรณ์ ทุน และบุคลากรเพื่อให้ชุมชนมีขีดความสามารถในการบริหารจัดการ จัดบริการและสร้างความตระหนักให้ เกิดเป็น “ชุมชนสร้างเสริมสุขภาพ”
- ๑ มิติสุขภาวะทางจิตใจ ต้องส่งเสริมให้มีโครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิต ให้ความ

สำคัญกับการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการปรับตัวและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงในวัยผู้สูงอายุ โดยเน้นการจัดกิจกรรมทางด้านสังคมและปัญญาแก่ผู้สูงอายุ รวมไปถึงการสร้างความร่วมมือและสนับสนุนครอบครัวและคนในชุมชนในการสอดส่องเฝ้าระวังและป้องกันโรคทางสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ

- ๑ มิติสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ต้องทำให้ผู้สูงอายุเกิดการยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้สะท้อนถึงความสำเร็จและสิ่งที่เคยได้ทำในอดีตที่ผ่านมา รวมไปถึงการเตรียมความพร้อมและการวางแผนในบั้นปลายของชีวิต
- ๒ มิติสุขภาวะทางสังคม ต้องส่งเสริมและสนับสนุนการรวมกลุ่มผู้สูงอายุสมัครเข้าร่วมเป็นสมาชิกของกลุ่มหรือชมรมต่างๆ ให้มากขึ้น ผลักดันให้เกิดกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในทุกๆ ชุมชน โดยมีผู้นำชุมชนหรือประธานชมรมผู้สูงอายุเป็นบุคคลสำคัญในการขับเคลื่อนและประสานให้เกิดกิจกรรม รวมไปถึงการส่งเสริมและเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในทุกระดับ ตั้งแต่การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การมีส่วนร่วมกับความสำเร็จของชุมชนให้มาก
- ๓ มิติสุขภาวะทางเศรษฐกิจ ควรส่งเสริมกิจกรรมที่ทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสแลกเปลี่ยนสิ่งของซึ่งกันและกัน เช่น ตลาดนัดสูงวัยที่เน้นการแลกเปลี่ยนสิ่งของระหว่างผู้สูงอายุมากกว่าการค้าขาย รวมไปถึงการหาช่องทางการตลาดให้กับผู้สูงอายุที่มีความสามารถในการผลิตสินค้าได้

๑ มิติสุขภาวะทางสิ่งแวดล้อม ต้องสนับสนุนกายอุปกรณ์ประเภทต่างๆ ที่ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัยในบ้าน รวมไปถึงการปรับเปลี่ยนสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนและดำเนินการให้เป็นสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ (Friendly Environment for Older People) ตามแนวคิด Aged Friendly City เป็นต้น

1.2 การลดปัญหาหรืออุปสรรคที่ส่งผลต่อการสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุ โดยให้ความสำคัญกับความรู้เรื่องสุขภาพเพื่อให้ผู้สูงอายุตระหนักและสามารถจัดการสุขภาพของตนเอง การให้ความรู้ทางสุขภาพเป็นกระบวนการให้ข้อมูลข่าวสารที่มุ่งให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพ รวมไปถึงการตรวจร่างกาย การคัดกรองโรค การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันหรือลดความเสี่ยง การฟื้นฟูสุขภาพ การทำกายภาพบำบัด ดังนั้น จึงควรจัดให้มีบริการสุขภาพแก่ผู้สูงอายุในชุมชนแบบเชิงรุกที่ครอบคลุมในทุกกลุ่มให้มากขึ้น และการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดูแลตนเองโดยทั่วไป อาทิ มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีวิถีจัดการความเครียดด้วยตัวเอง ตระหนักและมองเห็นคุณค่าตัวเองและการวางแผนการใช้ชีวิต นอกจากนี้ การส่งเสริมสุขภาพในระดับชุมชนควรมุ่งตรงต่อการสร้างและการเพิ่มศักยภาพของระบบนิเวศสังคมให้ดีขึ้น อันจะทำให้เกิดสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อสุขภาพ ทั้งนี้ควรมีรูปแบบการทำงานหลากหลาย และจัดบริการเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุด้วยโอกาส เป็นต้น

1.3 การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในระดับชุมชน ต้องให้ความสำคัญกับการกระจายกิจกรรมให้ทั่วถึงในทุกตำบล ทุกชุมชนโดยให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรมที่เกิดจากพื้นที่หรือชุมชนต่างๆ มากกว่ากิจกรรมที่หน่วยงานเป็นผู้ดำเนินการเอง เน้นกิจกรรม

เชิงรุก และปรับรูปแบบกิจกรรมให้มีความหลากหลาย และเหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุ

1.4 การพัฒนาชุมชนนาร่องที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ แนวทางในการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ แบบองค์รวม ด้วยการพัฒนาชุมชนที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ นั้นนับว่ามีความสำคัญ โดยในงานศึกษานี้มุ่งไปที่ การจัดการสิ่งแวดล้อมทางกายภาพของชุมชนอย่างมีส่วนร่วม และการพัฒนาระบบสุขภาพชุมชนต้นแบบให้ เกิดขึ้น อาทิ การจัดการด้านสิ่งแวดล้อมเพื่อผู้สูงอายุ จึงจำเป็นต้องมีการจัดสภาพแวดล้อมให้มีความปลอดภัย ทั้งทางด้านกายภาพ แสง และการผ่อนคลายจิตใจ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตได้โดยการพึ่งพาตนเอง อย่างสะดวกสบายมากที่สุด การบูรณาการความร่วมมือ เพื่อพัฒนาระบบบริการสุขภาพชุมชน โดยการสร้างความร่วมมือกับองค์กรด้านสุขภาพ องค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่นและท้องที่ กลุ่ม/องค์กรภาคประชาชนใน ชุมชน ตลอดจนหน่วยงานอื่นๆ ทั้งที่เป็นของชุมชนหรือ ภาครัฐ ต่างมีบทบาทร่วมกันที่จะดำเนินการเพื่อ สานพลังและสร้างความเข้มแข็งของชุมชนท้องถิ่น

2. ยุทธศาสตร์ แผนงาน และโครงการเกี่ยวกับการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบ องค์รวม

การกำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบการส่งเสริม สุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี แบ่งออกเป็น 4 ยุทธศาสตร์ ได้แก่

2.1 ยุทธศาสตร์การยกระดับสุขภาวะองค์รวมของ ผู้สูงอายุ

การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุ ในชุมชนที่ให้ความสำคัญกับสุขภาวะอย่างรอบด้าน กล่าวคือไม่ได้ให้ความสำคัญแต่เพียงเฉพาะสุขภาพทาง ร่างกายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงองค์ประกอบต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กันอันก่อให้เกิดสุขภาวะที่ดี อาทิ

สุขภาพจิต สังคม จิตวิญญาณ เศรษฐกิจ และ สิ่งแวดล้อม ตลอดจนปัจจัยการส่งเสริมสุขภาพของ ผู้สูงอายุ ระบบบริการสุขภาพ และการมีส่วนร่วมจาก ชุมชน โดยมีจุดเน้นในแต่ละปีที่ตอบสนองต่อปัญหา ที่แตกต่างกัน และมีการประเมินผลสัมฤทธิ์ใน การปฏิบัติงานทั้งก่อน (Pre-test) และหลังเข้าร่วม โครงการ (Post-test) อย่างเป็นระบบ

มาตรการ

1) ปรับเปลี่ยนวิสัยทัศน์การสร้างเสริมสุขภาวะ ของผู้กำหนดนโยบาย ผู้ปฏิบัติ และชุมชนในมุมมองแบบ องค์รวม เน้น “ความผาสุก” หรือ “ความอยู่ดีมีสุข” ของ ประชาชนในเขตเทศบาลนครนนทบุรี ซึ่งครอบคลุม สุขภาวะองค์รวม 6 มิติ ได้แก่ มิติทางกาย มิติทางจิตใจ มิติทางจิตวิญญาณ มิติทางสังคม มิติทางเศรษฐกิจ และ มิติทางสิ่งแวดล้อม

2) สร้างจุดเน้นในการทำงานเสริมสร้างสุขภาวะ ในแต่ละปีให้สอดคล้องกับสถานการณ์และการออกแบบ กิจกรรมที่สอดคล้องกับปัญหาด้านสุขภาวะของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครนนทบุรี และจัดทำแผนปฏิบัติการ ระยะสั้น ระยะกลาง และระยะยาว ตลอดจนการกำหนด ประเด็นการขับเคลื่อนกิจกรรมที่ชัดเจนในแต่ละปี

3) การประเมินผลสัมฤทธิ์ของการเสริมสร้าง สุขภาวะผู้สูงอายุทั้งก่อนเข้าร่วมโครงการ (Pre-test) และหลังเข้าร่วมโครงการ (Post-test) ตามเกณฑ์ตัวชี้วัด ความสำเร็จของการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ

แผนงาน/โครงการ

1) แผนงานเสริมสร้างความเข้าใจต่อแนวคิด การสร้างเสริมสุขภาวะที่ถูกต้อง

2) แผนงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโรคอ้วนและ น้ำหนักเกินในวัยสูงอายุ

3) แผนงานเสริมสร้างสุขภาวะทางจิต

- 3.1) โครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตโดยเน้นการจัดกิจกรรมทางด้านสังคมและปัญญาแก่ผู้สูงอายุ เช่น การเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุให้มีความสามารถในการเผชิญชีวิตในช่วงสุดท้าย การวางแผนในบั้นปลายชีวิตและกิจกรรมเน้นการพัฒนาศักยภาพในการเผชิญและยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ
 - 2) ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียงสามารถเข้าถึงบริการต่างๆ ที่ทางเทศบาลนครนนทบุรีจัดให้บริการแก่ผู้สูงอายุได้มากขึ้น
 - 3) มีการจัดประชุมสมัชชาผู้สูงอายุ หรือมหกรรมผู้สูงอายุเทศบาลนครนนทบุรี เป็นประจำทุกปี เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมของเทศบาล และยังเป็นการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทั่วไปรับรู้กิจกรรมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลอีกด้วย
 - 4) มีการสำรวจคลังสมองผู้สูงอายุ โดยการค้นหาผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ มีความรู้ และสามารถทำงานได้ สามารถเป็นแหล่งความรู้ในการดำเนินงานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนนทบุรีได้
 - 5) มีการพัฒนาสถานที่ แหล่งพักผ่อน หรือพื้นที่ผ่อนคลายสำหรับผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรี เพื่อเป็นพื้นที่จัดกิจกรรมทางด้านสังคมและปัญญาแก่ผู้สูงอายุ ให้มีความสามารถในการเผชิญชีวิตในช่วงสุดท้าย การวางแผนในบั้นปลายชีวิตและกิจกรรมเน้นการพัฒนาศักยภาพในการเผชิญและยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุได้
 - 6) มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุย่อยในทุกชุมชนในเขตเทศบาล เพื่อทำงานเสริมสร้างสุขภาวะในแต่ละปี ให้สอดคล้องกับสถานการณ์และปัญหาด้านสุขภาวะของผู้สูงอายุ
 - 7) มีการค้นหา “ผู้สูงอายุต้นแบบ” ชุมชนละ 1 คน เพื่อเป็นต้นแบบและเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต และการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ
 - 8) กำหนดให้ทุกชุมชนในเขตเทศบาลมีกิจกรรมสำหรับพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างน้อยชมชนละ 1 กิจกรรมต่อเดือน
 - 3.2) โครงการความร่วมมือและสนับสนุนครอบครัวและชุมชนในการสอดส่องเฝ้าระวังและป้องกันโรคทางสุขภาพจิต
 - 3.3) โครงการเผยแพร่ข้อมูลและให้ความรู้แก่ครอบครัวของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการเฝ้าระวังโรคที่เสี่ยงต่อภาวะความเครียดและการเป็นโรคซึมเศร้า
 - 4) แผนงานเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม
 - 4.1) โครงการประชาสัมพันธ์ให้ผู้สูงอายุสมัครเข้าร่วมเป็นสมาชิกของกลุ่มหรือชมรมต่างๆ ให้มากขึ้น
 - 4.2) โครงการกระตุ้น จูงใจ และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในทุกระดับ
 - 5) แผนงานเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณ
 - 5.1) โครงการจัดกิจกรรมที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 5.2) โครงการส่งเสริมการเตรียมความพร้อมและการวางแผนในบั้นปลายชีวิตของหนุ่มสาว
- ตัวชี้วัดความสำเร็จของยุทธศาสตร์**
- 1) ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรีมีสุขภาวะองค์รวมดีในระดับดีขึ้นหลังเข้าร่วมโครงการ ทั้ง 6 มิติ

9) เทศบาลมีการเพิ่มจำนวนบุคลากรและนักวิชาชีพด้านสุขภาพ และด้านอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

2.2 ยุทธศาสตร์การเสริมพลังชุมชนสุขภาวะแบบมีส่วนร่วม

เพื่อสร้างโอกาสให้เท่าเทียม โดยเน้นเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในระดับชุมชน (Community Based)

มาตรการ

- 1) สร้างโอกาสให้ผู้สูงอายุและชุมชนมีส่วนร่วมในการสร้างชุมชนสุขภาวะ
- 2) พัฒนาศักยภาพผู้นำและอาสาสมัครในชุมชนให้มีความรู้ ประสบการณ์เกี่ยวกับเรื่องสุขภาวะองค์กรวม และการบริหารจัดการชุมชน
- 3) บูรณาการการสร้างเสริมสุขภาวะและการพัฒนาสังคมอย่างเป็นระบบ

แผนงาน/โครงการ

- 1) แผนงานส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุและสมาชิกชุมชน
- 2) แผนงานพัฒนาศักยภาพผู้นำและอาสาสมัคร
- 3) แผนงานพัฒนาระบบบริการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาสังคมอย่างบูรณาการ

ตัวชี้วัดความสำเร็จของยุทธศาสตร์

- 1) การจัดตั้งศูนย์ย่อยหรือศูนย์บริวารอย่างน้อย ตำบลละ 1 แห่ง โดยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุและชุมชนมีส่วนร่วมในการสร้างชุมชนสุขภาวะในศูนย์ย่อยหรือศูนย์บริวาร
- 2) ส่งเสริมให้มีการสร้างเครือข่ายผู้สูงอายุเพื่อบูรณาการการสร้างเสริมสุขภาวะและการพัฒนาสังคม

อย่างเป็นระบบ อย่างน้อย 1 เครือข่ายภายในเทศบาลนครนนทบุรี

3) การค้นหา “จิตอาสาต้นแบบ” ชุมชนละ 1 คน เพื่อเป็นต้นแบบและเป็นแบบอย่างในการเสียสละเพื่อสังคมและการช่วยเหลือผู้สูงอายุในชุมชน และให้สิทธิประโยชน์พิเศษแก่จิตอาสา อาทิ การยกย่องเชิดชูเกียรติ เป็นต้น

4) จัดกิจกรรมที่หลากหลายตรงความต้องการของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น อย่างน้อยแต่ละชุมชนต้องมีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุชุมชนละ 3 กิจกรรมต่อปี เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ

5) มีการพัฒนาอาสาสมัคร หรือจิตอาสาทดแทนในทุกชุมชน

6) ชุมชนมีความสามารถในการสำรวจ คัดกรองเบื้องต้นโดยชุมชนได้

2.3 ยุทธศาสตร์การยกระดับคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัวและชุมชนสำหรับผู้สูงอายุ

โดยการนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยไปใช้ในการทำแผนท้องถิ่น ในด้านการส่งเสริมความเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม และนำไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

มาตรการ

- 1) ปรับเปลี่ยนสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน และดำเนินการให้เป็นสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ (Friendly Environment for Older People)
- 2) ดำเนินการจัดตั้งอำนวยการความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุ ในอาคาร สถานที่และยานพาหนะ หรือการบริการสาธารณะอื่นๆ
- 3) เสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัย เพื่อผู้สูงอายุในบ้านและในชุมชน

แผนงาน/โครงการ

- 1) แผนงานเสริมสร้างความปลอดภัยในที่พักอาศัยและในชุมชนของผู้สูงอายุ
- 2) แผนงานเสริมสร้างความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของผู้สูงอายุ
- 3) แผนงานปรับสภาพกายภาพของชุมชนและที่อยู่อาศัยที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ
- 4) แผนงานจัดทำชุมชนนาร่องที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ

ตัวชี้วัดความสำเร็จของยุทธศาสตร์

- 1) เกิดชุมชนนาร่องที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุอย่างน้อย 1 ชุมชน
- 2) มีถนนต้นแบบสำหรับผู้สูงอายุอย่างน้อย 1 สาย
- 3) มีการสร้างความร่วมมือในระดับชุมชนอย่างน้อย 1 เครือข่ายในเขตเทศบาล
- 4) มีการกำหนดมาตรการทางกฎหมาย การควบคุม กำกับ และดูแล โดยออกเป็นเทศบัญญัติ
- 5) มีการติดตั้ง CCTV ครอบคลุมทุกชุมชนในเขตเทศบาลนครนนทบุรี
- 6) ผู้สูงอายุมิที่พักอาศัยที่ปลอดภัย และพื้นที่อาคารในเทศบาลฯ มีความปลอดภัยและเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

2.4 ยุทธศาสตร์การบริหารจัดการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้มีความเป็นเลิศ

เน้นการบริหารจัดการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ที่เป็นศูนย์ต้นแบบด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และศูนย์การเรียนรู้ในด้านการเตรียมความพร้อมที่เป็นเลิศและได้มาตรฐาน ตลอดจนเน้นการขยายเครือข่ายศูนย์ฯ ให้สอดคล้องกับแต่ละวิถีชุมชนที่

แตกต่างกันออกไป

มาตรการ

- 1) บริหารจัดการเอื้ออำนวยต่อการพัฒนาเป็นศูนย์ต้นแบบด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและศูนย์การเรียนรู้ในด้านการเตรียมความพร้อมที่เป็นเลิศ และได้มาตรฐาน
- 2) ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการคิด วางแผน และกำหนดรูปแบบกิจกรรมและการติดตามประเมินผลศูนย์มากยิ่งขึ้น
- 3) พัฒนาศักยภาพผู้ปฏิบัติงานและจิตอาสาให้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงและมีประสิทธิภาพสูงสุด
- 4) ขยายศูนย์บริการให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตและความต้องการของผู้สูงอายุ

แผนงาน/โครงการ

- 1) แผนงานพัฒนาศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้เป็นศูนย์แห่งความเป็นเลิศ (Centers of Excellence Model)
- 2) แผนงานส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสมาชิกภายในศูนย์ฯ
- 3) แผนงานส่งเสริมจัดตั้งศูนย์บริวาร (A Satellite Senior Center)
- 4) แผนงานเพิ่มประสิทธิภาพของผู้ปฏิบัติงาน

ตัวชี้วัดความสำเร็จของยุทธศาสตร์

- 1) มีการจัดโครงสร้างของศูนย์ฯ ที่เอื้อต่อการให้บริการแก่สมาชิก เพิ่มคุณภาพและประสิทธิภาพ
- 2) ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการบริหารจัดการศูนย์ฯ ย่อย/สาขา/เครือข่าย จำนวนเพิ่มมากขึ้น
- 3) มีการจัดตั้ง “กองทุนบริหารจัดการศูนย์ฯ”
- 4) มีการจัดมาตรฐานการให้บริการภายในศูนย์ฯ

อย่างไรก็ตาม กลไกและเครื่องมือในการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีมีฐานข้อมูลร่วมกันและเป็นข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน และมีความสามารถในการใช้งานได้จริงอย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถใช้ร่วมกับหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องได้อย่างเป็นระบบ นอกจากนี้การขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ยังต้องให้ความสำคัญกับการประสานแผนที่เป็นเอกภาพ มองปัญหา เป้าหมาย อย่างเป็นองค์รวม และการสร้างตัวชี้วัดความสำเร็จ (KPI) ที่ชัดเจน เป็นรูปธรรม และความเข้าใจที่ตรงกันของทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ ซึ่งถือว่าเป็นการสร้างพันธมิตรภายนอกเทศบาล โดยใช้ประโยชน์อย่างเต็มที่จากทุนทางสังคมทั้งภายในและภายนอกเทศบาล

การอภิปรายผล

ผลการศึกษาแนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี ดังที่กล่าวมามีประเด็นสำคัญในการอภิปรายเพิ่มเติม ดังนี้

1. สุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรี

การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุในชุมชนนั้น อิงอยู่กับแนวคิดสุขภาพแบบองค์รวม ซึ่งเป็นหลักคิดด้านสุขภาพที่มุ่งเน้นความสมดุลในองค์ประกอบของชีวิตทุกด้าน ตามความหมายขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization) หรือ WHO นิยามคำว่า “สุขภาพ” (Health) ว่าเป็นความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ (WHO, 2001) ฉะนั้นสุขภาพในมุมมองแบบองค์รวมจึงมิใช่เป็นเพียงปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บเท่านั้น แต่สุขภาพ คือ “ความผาสุก” หรือ “ความอยู่ดีมีสุข” (Wellness) ซึ่งไม่ต่างจากสุขภาวะที่

หมายถึงภาวะที่เป็นสุขในลักษณะองค์รวม ในการศึกษาครั้งนี้ได้แบ่งองค์ประกอบของสุขภาพหรือสุขภาวะองค์รวมออกเป็น 6 มิติ ได้แก่ มิติทางกาย มิติทางจิตใจ มิติทางจิตวิญญาณ มิติทางสังคม มิติเศรษฐกิจ และมิติทางสิ่งแวดล้อม กล่าวได้ว่า ความสำคัญของสุขภาวะแบบองค์รวมนั้นกว้างขวางมากกว่าการไม่เป็นโรค การรักษาโรคร้ายไข้เจ็บ หากยังครอบคลุมถึงการดำเนินชีวิตที่ยืนยาวและมีความสุข ดังนั้น การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุในชุมชนจึงให้ความสำคัญกับภาวะสุขภาพอย่างรอบด้าน

2. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุภายในศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

เทศบาลนครนนทบุรี ได้มีความพยายามในการสร้างเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในชุมชนหลายทาง โดยเฉพาะการจัดให้มีศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลนครนนทบุรี เป็นศูนย์ต้นแบบด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (Role Model) และยังเป็นศูนย์การเรียนรู้และการให้บริการความรู้ (Learning Center) โดยก่อให้เกิดองค์ความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ และยังเป็นแหล่งความรู้สำคัญในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของบุคคลภายนอก การบริหารจัดการศูนย์ฯ นั้น หลักการสำคัญคือ การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุหรือสมาชิกได้มีส่วนร่วมบริหารจัดการศูนย์ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้เกิดการใช้ความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ของผู้สูงอายุให้เป็นประโยชน์ สร้างให้เกิดความภาคภูมิใจต่อการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพและมีคุณค่าในตนเอง นอกจากนี้การที่ผู้สูงอายุหรือสมาชิกได้มีโอกาสเข้ามามีส่วนร่วมกิจกรรมกับบุคคลอื่น ทำให้เกิดการเรียนรู้ เกิดการถ่ายทอดภูมิปัญญาและเกิดความร่วมมือกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

3. แนวทางในการเสริมสร้างสุขภาวะแบบมีส่วนร่วม

เทศบาลนครนนทบุรี ได้นำแนวทางการบริหาร

จัดการทั้งของชุมชนและศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มาบูรณาการและดำเนินการควบคู่กันไป เพื่อให้เกิดระบบการเกื้อหนุนการมีส่วนร่วม ทั้งในระดับชุมชนและระดับสถาบัน จากที่ได้สังเคราะห์ข้อมูลยังพบอีกว่า ประเด็นสำคัญที่จะสร้างให้เกิดการเสริมสร้างสุขภาวะแบบมีส่วนร่วมได้อย่างแท้จริง คือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้องมีบทบาทหน้าที่หลักในการขับเคลื่อน และผลักดันให้เกิดโครงการ และมีการดำเนินงานตามยุทธศาสตร์และแผนที่วางไว้ โดยมีแนวทางสำคัญในการเสริมสร้างสุขภาวะแบบมีส่วนร่วม ดังนี้

3.1) การให้ความสำคัญกับการกระจายกิจกรรมให้ทั่วถึงในทุกตำบลและทุกชุมชน โดยให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรมที่เกิดจากพื้นที่หรือชุมชนต่างๆ เอง มากกว่ากิจกรรมที่หน่วยงานเป็นผู้ดำเนินการ เน้นกิจกรรมเชิงรุก และปรับรูปแบบกิจกรรมให้มีความหลากหลาย และเหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องประกอบอาชีพเพื่อหารายได้ เช่น กิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถในการประกอบอาชีพในรายที่ยังคงประกอบอาชีพอยู่ และกิจกรรมตามความสนใจในรายที่ทำงานแบบไม่มีค่าตอบแทน เช่น การส่งเสริมงานอดิเรกที่ผู้สูงอายุสนใจทั้งในระดับครัวเรือน ระดับชุมชน เนื่องจากการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน มีประโยชน์ต่อการพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน ซึ่งเจ้าของปัญหาได้วิเคราะห์และดำเนินการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง เกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของทำให้ดำเนินการได้ตรงตามความต้องการหรือแก้ไขปัญหาดได้ตรงจุด

3.2) สนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการบริหารจัดการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยให้ความสำคัญกับการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมบริหารจัดการ ไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบของคณะกรรมการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด หรือในรูปแบบของตำแหน่งการทำงานต่างๆ ภายในศูนย์ฯ เป็นต้น การส่งเสริมและสนับสนุน

ให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการคิด วางแผนและกำหนดรูปแบบกิจกรรมให้มากขึ้น ตลอดจนการสนับสนุนบทบาทของผู้สูงอายุหรือสมาชิกให้มีส่วนร่วมแก้ไขปัญหหรือปรับปรุงกิจกรรมที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตัวสมาชิกเอง และพิจารณาการมีส่วนร่วมในการติดตามและประเมินผลการให้บริการของศูนย์ฯ ในรูปแบบที่เป็นทางการมากขึ้น เช่น การให้สมาชิกได้สะท้อนการให้บริการในแบบประเมินกิจกรรม หรือการให้สมาชิกได้ช่วยคิดหรือนำเสนอกิจกรรมใหม่ๆ ตามความสนใจและบริหารจัดการและประเมินผลโดยสมาชิกเอง

3.3) การผสมผสานกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้งเชิงรุกและเชิงรับ เพื่อให้สามารถตอบโจทย์ผู้สูงอายุ กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพนั้นเป็นได้ทั้งกิจกรรมเชิงรุก ได้แก่ กิจกรรมที่เทศบาลจัดไปให้ผู้สูงอายุในชุมชน ในครัวเรือน และกิจกรรมเชิงรับ คือกิจกรรมที่เทศบาลมีบริการไว้ให้ในศูนย์ฯ ผู้สูงอายุสามารถที่จะเลือกใช้ใช้บริการหรือไม่ใช้บริการก็ได้ ซึ่งทั้งกิจกรรมเชิงรับและเชิงรุกควรทำควบคู่กันไปอย่างเหมาะสม เพราะมีคุณลักษณะที่แตกต่างกันมากพอที่จะตอบสนองต่อผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกัน เช่น กิจกรรมเชิงรับเหมาะกับผู้สูงอายุที่พอใจ หรือมีความสามารถในการที่จะเลือกเข้าร่วมกิจกรรมใดตามความสนใจ หรืออาจเลือกที่จะปฏิเสธ หรือการไม่เข้าร่วม หากไม่มีกิจกรรมที่สนใจ แต่กิจกรรมเชิงรุกเป็นกิจกรรมที่เน้นการเข้าถึงผู้สูงอายุโดยที่ผู้สูงอายุอาจจะไม่ได้เลือกหรือขาดโอกาสในการเข้าร่วม เช่น มีฐานะยากจน อยู่คนเดียว หรือไม่รู้ข้อมูลข่าวสาร เป็นต้น กิจกรรมเชิงรุกจะช่วยเติมเต็มในส่วนของช่องว่างในการเข้าร่วมกิจกรรม ดังนั้นการผสมผสานจะทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมมากขึ้น ไม่ว่าจะด้วยวิธีใดก็ตาม

3.4) ปรับรูปแบบกิจกรรมให้เอื้อกับผู้สูงอายุที่มีภาระในการดูแลลูกหลานและคนในครอบครัว เนื่องจาก

ผลการศึกษาพบว่า มีจำนวนของผู้สูงอายุที่มีบทบาทดูแลลูกหลานมากกว่าภาระประเภทอื่นๆ จึงควรสนับสนุนผู้สูงอายุกลุ่มนี้ให้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมในศูนย์ฯ และในระดับชุมชนได้ โดยบูรณาการให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อกลุ่มเด็ก กลุ่มผู้สูงอายุ และสมาชิกครอบครัวของผู้สูงอายุ โดยไม่ได้มองกิจกรรมที่เน้นตัวบุคคลอีกต่อไป แต่ให้ทุกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมร่วมกัน

3.5) การสนับสนุนและอำนวยความสะดวกผู้สูงอายุให้สามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ การมีรถรับส่ง การขยายกิจกรรมให้ทั่วถึงในทุกตำบลและชุมชน ตลอดจนการผลักดันให้เกิดกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในทุกๆ ชุมชน โดยมีผู้นำชุมชนหรือประธานชมรมผู้สูงอายุเป็นบุคคลสำคัญในการขับเคลื่อนและประสานให้เกิดกิจกรรม ให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรมสัปดาห์ เพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างทั่วถึง

3.6) การพิจารณาปรับรูปแบบกิจกรรมให้มีความหลากหลายตรงความต้องการของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ในแต่ละชุมชนผู้สูงอายุมีวิถีการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันตามบริบทและวัฒนธรรมของพื้นที่ ในเขตเทศบาลนครนนทบุรีมีผู้สูงอายุกระจายตัวอยู่ทั่วทุกพื้นที่ใน 5 ตำบล เทศบาลนครนนทบุรีควรสนับสนุนให้เกิดการค้นคิดกิจกรรมที่ตอบสนองลักษณะของชุมชนของตนเอง เช่น ชุมชนพุทธ ชุมชนผู้สูงอายุที่เป็นมุสลิม และเป็นกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุอย่างน้อยแต่ละชุมชนต้องมีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุชุมชนละ 3 กิจกรรมต่อปี เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ

3.7) การมีส่วนร่วมในการจัดการสิ่งแวดล้อมในที่อยู่ออาศัยและชุมชน การส่งเสริมสุขภาพในระดับชุมชนมุ่งตรงต่อการสร้างและเพิ่มศักยภาพของระบบนิเวศสังคมให้ดีขึ้น อันจะทำให้เกิดสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อสุขภาพ รูปแบบการทำงานมีหลากหลาย เช่น การผสมผสานนโยบายด้านสังคมและเศรษฐกิจ นโยบายด้านการศึกษา

และด้านสาธารณสุข นโยบายการจ้างและกฎหมายด้านอาชีพะอนามัย นอกจากนี้ยังสามารถมีโครงการหรือชุดโครงการด้านชุมชน เช่น ระบบบริการสาธารณสุขและชุดโครงการด้านสาธารณสุขชุมชน เป็นต้น หลักการส่งเสริมสุขภาพระดับชุมชนเน้นความสำคัญของกิจกรรมชุมชนที่เป็นรูปธรรมซึ่งมีประสิทธิภาพ และเน้นการเพิ่มพลังในชุมชน โดยผู้รับผิดชอบจะต้องเป็นผู้สนับสนุนและอำนวยความสะดวกให้ชุมชนมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้น ตัดสินใจ และกำหนดทิศทางในอนาคตของชุมชนร่วมกัน

3.8) พัฒนารูปแบบการบริการสุขภาพที่หลากหลาย โดยการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน เพื่อสนับสนุนส่งเสริมและช่วยเหลือให้ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาศักยภาพทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมได้อย่างสมวัย เช่น รูปแบบอาสาสมัคร (Volunteer Model) จัดให้มีอาสาสมัครอำนวยความสะดวกในการจัดบริการเพื่อสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีโอกาสที่จะกลับสู่ชุมชน เป็นบริการให้แก่ผู้สูงอายุที่อยู่กับครอบครัวได้มาใช้บริการและกิจกรรมภายในศูนย์ฯ ในลักษณะเข้าไปเยี่ยมกลับ บริการที่จัดให้ได้แก่ บริการตรวจรักษาโรค บริการด้านกายภาพบำบัด และฟื้นฟูสมรรถภาพ บริการให้คำปรึกษาแนะนำ บริการนันทนาการ กิจกรรมเสริมรายได้ เป็นต้น รูปแบบศูนย์บริการทางสังคม (Social Services Model) เป็นรูปแบบศูนย์ที่มุ่งให้บริการด้านสังคมแก่สมาชิก โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มผู้ที่มีรายได้น้อยและกลุ่มที่เจ็บป่วยเรื้อรัง ซึ่งเป็นการให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาความทุกข์ยากเดือดร้อน เช่น ขาดผู้อุปการะ ดูแลชั่วคราว เหงา ขาดเพื่อน โดยบริการที่จัดให้ประกอบด้วย บริการด้านอาหาร-เครื่องดื่ม บริการตรวจสุขภาพทั่วไป การรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย บริการด้านกายภาพบำบัด บริการให้คำแนะนำปรึกษา บริการด้านสังคมสงเคราะห์ กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมเสริมรายได้ บางแห่งมีการจัดบริการรถรับ-ส่ง ผู้สูงอายุด้วย เป็นต้น

ข้อเสนอแนะภาพรวม

1. ควรตัดสินใจกำหนดนโยบายการพัฒนา คุณยคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ระหว่างการให้ศูนย์ฯ ยังคงจัด บริการในสภาพเดิม และรักษามาตรฐานของศูนย์ฯ ใน รูปแบบปัจจุบัน หรือพัฒนาศูนย์ฯ ให้เป็นต้นแบบ หรือเป็น ศูนย์การเรียนรู้ด้านการจัดบริการแก่ผู้สูงอายุที่เป็นเลิศ ในระดับชาติและระดับนานาชาติ

2. กำหนดนโยบายการเผยแพร่ผลงานของศูนย์ฯ และมีรูปแบบการติดตามประเมินผลโครงการกิจกรรม และเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรี โดยผ่านการติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน ของศูนย์ฯ ทุกปี เพื่อนำเสนอต่อสาธารณชนให้เห็นถึง ความสำเร็จของศูนย์ฯ ตลอดจนมีการจัดเวทีประชาคม เพื่อระดมความคิดเห็นและการมีส่วนร่วมของภาค ประชาชนอย่างต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี

3. มีนโยบายในการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของ ผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้เกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของ ร่วมกัน และมีการวางระบบและแนวทางการบริหารจัดการที่เปิดโอกาสให้สมาชิกเข้ามามีส่วนร่วมในการคิด วางแผนและกำหนดรูปแบบกิจกรรมตามความสนใจให้ มากขึ้น ตลอดจนการมีส่วนร่วมในการสะท้อนและ ปรับปรุงกิจกรรมหรือการให้บริการของศูนย์ฯ ใน รูปแบบที่เป็นทางการมากขึ้น

4. กำหนดนโยบายการเสริมสร้างสุขภาวะที่เป็น รูปธรรม โดยมีจุดเน้นในแต่ละปีที่ตอบสนองต่อปัญหา ที่แตกต่างกัน และมีการประเมินผลสัมฤทธิ์ในการ ปฏิบัติงาน

5. มีนโยบายที่เน้นสร้างการมีส่วนร่วมในระดับชุมชน (Community Based) โดยส่งเสริมการมีส่วนร่วมใน วัยสูงอายุ

6. มีนโยบายด้านการส่งเสริมและพัฒนาบุคลากร

อาสาสมัครและผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับงานผู้สูงอายุ ทั้งในระดับหน่วยงานและระดับชุมชน ในด้านการเรียนรู้ และการศึกษาดูงานทั้งในและต่างประเทศ

7. มีรูปแบบหรือกลไกในการผลักดันให้ยุทธศาสตร์ แผนงาน โครงการ สามารถขับเคลื่อนให้บรรลุผลตาม ตัวชี้วัด และมีการติดตามประเมินผลต่อเนื่องเป็นประจำ ทุกปี

ข้อเสนอแนะต่อการนำแผนยุทธศาสตร์ ไปสู่การปฏิบัติ

ในการจัดทำยุทธศาสตร์ แผนงานและโครงการ เกี่ยวกับการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ แบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี เพื่อให้ แผนยุทธศาสตร์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ในทางปฏิบัติ จึงควรกำหนดกลไกประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง กับการจัดทำแผนปฏิบัติการ การจัดทำงบประมาณ การกำกับติดตามและประเมินผลเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ที่กำหนดไว้ตามแผน โดยสำนักสาธารณสุขและ สิ่งแวดล้อม เทศบาลนครนนทบุรี เป็นกลไกหลักในการ ดำเนินงานต่อไปนี้

1. การแปลงแผนยุทธศาสตร์ไปสู่การปฏิบัติและ สร้างความตระหนักให้ผู้เกี่ยวข้อง เทศบาลนครนนทบุรี ควรดำเนินการดังนี้ 1) ประชาสัมพันธ์และเชิญชวนให้ ผู้เกี่ยวข้องเข้าร่วมในกระบวนการแปลงแผนยุทธศาสตร์ ไปสู่แผนปฏิบัติการ โครงการ การจัดทำงบประมาณ และวิธีดำเนินงาน เพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดทำ แผนปฏิบัติการของแต่ละส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป 2) ประชาสัมพันธ์ และรณรงค์ให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ทุกภาคส่วนเกิดความเข้าใจในเนื้อหาของยุทธศาสตร์ แผนงานและโครงการเกี่ยวกับการพัฒนาระบบการ ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาล นครนนทบุรี เพื่อให้เกิดการยอมรับและนำไปใช้เป็น แนวทางการดำเนินงานของผู้ที่เกี่ยวข้อง 3) พัฒนากลไก

ระดับต่างๆ ในส่วนที่เกี่ยวข้องทั้งในระดับจังหวัด ระดับเทศบาล และระดับชุมชน เพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ฉบับนี้ 4) ดำเนินงานเชิงรุกโดยให้สำนักสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครนนทบุรีรับเป็นเจ้าภาพในการประสานความร่วมมือ และบูรณาการการดำเนินงานระหว่างภาคส่วนต่างๆ

2. การกำกับดูแล โดยการจัดทำตัวชี้วัดเชิงรูปธรรมและกลไกสนับสนุนการดำเนินงานโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย และผู้นำชุมชน จิตอาสาต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับการปฏิบัติให้เป็นไปตามยุทธศาสตร์ และประสานความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภายในเทศบาล และหน่วยงานภายนอกเทศบาล เพื่อการติดตาม กำกับ ดูแลให้การปฏิบัติตามแผนฉบับนี้เป็นไปตามตัวชี้วัดที่จัดทำไว้

3. การประเมินผล ควรมีการประเมินผลภาพรวมของการปฏิบัติตามแผนยุทธศาสตร์เป็นประจำทุกปี โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้องโดยสถาบันวิชาการ เพื่อทบทวนพิจารณาปรับปรุงแนวทางการปฏิบัติงานรายปีให้ทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมรวมทั้งเพื่อการเตรียมการจัดทำยุทธศาสตร์ฉบับต่อไป

บทสรุป

ระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โดยเฉพาะเทศบาลนครนนทบุรี ถือเป็นกระบวนการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเพิ่มสมรรถนะในการควบคุมและพัฒนาสุขภาพของตนเอง และมีส่วนร่วมกับสาธารณะ (Public Participation) โดยปัจเจกบุคคลและชุมชนสามารถมีส่วนร่วมในการกำหนดปัญหา วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา การวางแผน และดำเนินการแก้ไขปัญหาที่ส่งผลต่อชีวิต สภาพความเป็นอยู่และสุขภาพของพวกเขา สุขภาพในที่นี้ จึงหมายถึงสุขภาพอันสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ซึ่งนอกจากจะมีตัวกำหนดจากปัจจัยด้านตัวบุคคลแล้ว ยังได้รับผลกระทบจากปัจจัยพื้นฐานทางสังคมและสิ่งแวดล้อม การส่งเสริมสุขภาพจึงเป็นขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคมที่จะต้องมีส่วนร่วมจากทุกส่วนของสังคม เกิดความร่วมมือในการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพของปัจเจกบุคคลและชุมชน มิใช่การบริการที่จัดให้มีขึ้นโดยระบบบริการสาธารณสุขเพียงอย่างเดียว แต่ต้องเป็นการแก้ไขปัญหาเชิงนโยบายในทุกระดับ โดยเฉพาะนโยบายระดับท้องถิ่น ควรจะมียุทธศาสตร์การพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมของท้องถิ่นตนเองอย่าง que เทศบาลนครนนทบุรีได้ดำเนินการมา ตามที่ได้นำเสนอในบทความฉบับนี้แล้วนั้น

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- ณัฐพัชร สโรบล, และ เอกจิตรา คำมีศรีสุข. (2558). *บทเรียนความสุข ๕ มิติของศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตบ้านฟ้ารังสิต*. กรุงเทพฯ: จรัสสินทวงศ์การพิมพ์.
- บรรลุ ศิริพานิช และคณะ. (2555). *รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2554*. กรุงเทพฯ: บริษัทพงษ์พาณิชย์เจริญผล จำกัด.
- มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์. (2558). *โครงการพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี การวิจัยในโครงการระยะที่ 1 “การสำรวจสถานะองค์รวมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรี”*. กรุงเทพฯ: จรัสสินทวงศ์การพิมพ์.
- มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์. (2558). *โครงการพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี การวิจัยในโครงการระยะที่ 2 “การประเมินสัมฤทธิ์ผลศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลนครนนทบุรี”*. กรุงเทพฯ: จรัสสินทวงศ์การพิมพ์.
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. (2550). *ศูนย์เนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน: กลไกการดำเนินงานเพื่อความยั่งยืน*. กรุงเทพฯ: บริษัท มิสเตอร์ก๊อปปี จำกัด.
- สัมฤทธิ์ ศรีธำรงสวัสดิ์. (2552). *มิติด้านระบบบริการสุขภาพ. ใน การดูแลผู้สูงวัยในชุมชน ระบบ หลักการ และแนวทางปฏิบัติ*. นนทบุรี: สถาบันวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน (สพช.).
- สิรินทร ฉันทสิริกาญจน. (2552). *สถานการณ์ องค์ความรู้เกี่ยวกับการทำงานผู้สูงอายุแบบบูรณาการ. ใน การดูแลผู้สูงวัยในชุมชน ระบบ หลักการ และแนวทางปฏิบัติ*. นนทบุรี: สถาบันวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน (สพช.).

ภาษาอังกฤษ

- Beisgen, B. A., & Kraitchman, M. C. (2003). *Senior centers : Opportunities for successful aging*. New York: Springer Publishing Company.
- WHO. (April 2002). *Active Ageing A Policy Framework*. A contribution of the World Health Organization to the Second United Nations World Assembly on Ageing, Madrid, Spain.

เว็บไซต์

- แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) สืบค้นจาก http://www.dop.go.th/upload/laws/law_th_20152309144546_1.pdf
- แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10. สืบค้นจาก <http://www.nesdb.go.th/Portals/0/news/plan/p10/plan10/book/pdf>
- แผนยุทธศาสตร์กระทรวงมหาดไทย (พ.ศ. 2547-2551) สืบค้นจาก http://www.ppb.moi.go.th/midev02/upload/plan_strategy-mt-47-51.pdf
- WHO. (2001). *The World Health Report 2001: Mental Health: new understanding, new hope*. France: World Health Organization. Retrieved from May 7, 2015, <http://www.who.int/en/>