

Health Literacy ,Health Education และ Health Promotion เชื่อมโยงกันอย่างไร

Health Literacy ต่างกับ Health Promotion อย่างไร ¹

Health Literacy คือ skill (ทักษะ) ส่วน Health Promotion คือ Process(กระบวนการ) เพื่อที่จะทำให้เกิดทักษะดังกล่าว ซึ่งรายละเอียดของนิยามของทั้ง 2 คำ เป็นดังนี้

1. Health Literacy คือ ทักษะด้านปัญญาหรือสังคมที่จะไปกำหนดแรงจูงใจหรือความสามารถของบุคคลในการเข้าถึงข้อมูล เข้าใจข้อมูลที่ได้รับ และสามารถที่จะใช้ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับมาในการส่งเสริม และธำรงรักษาซึ่งสุขภาพที่ดี ²
2. Health Promotion คือ กระบวนการที่จะไปเพิ่มความสามารถของบุคคลในการควบคุมสุขภาพรวมถึงการควบคุมปัจจัยกำหนดสุขภาพ ³

Health Promotion Actions

Health promotion Action ประกอบด้วย Health Education,Social Mobilization และ Advocacy for health ⁴

1. Information Education and communication หรือ IEC ซึ่งต่อไปจะใช้คำว่า Health Education แทน โดย Outcome ที่ได้จาก Health Education คือ Health Literacy นั่นเอง ซึ่งเป็นได้ทั้งระดับ Functional , Interactive หรือ Critical Health Literacy ขึ้นกับรูปแบบและวิธีการและกลุ่มเป้าหมายในการให้ Health Education
2. Social Mobilization หรือ การเคลื่อนไหวทางสังคม คือการที่กลุ่มคนได้ร่วมกันขับเคลื่อนประเด็นสุขภาพที่สนใจร่วมกัน Outcome ที่เกิดขึ้น คือ Community Action หรือกิจกรรมทางสังคม ถ้ากิจกรรมทางสังคมใดได้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง จะกลายเป็นบรรทัดฐานทางสังคม ซึ่งถือเป็น Social Influence ที่จะกำหนดกรอบหรือมาตรการทางสังคมให้คนในสังคมปฏิบัติตาม
3. Advocacy for Health คือการให้ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายหรือมาตรการแก่ผู้กำหนดนโยบายในระดับต่างๆ เช่น ระดับการเมือง ข้าราชการประจำ และท้องถิ่น Outcome ที่ได้คือ Healthy Public Policy หรือ Health in all Policy และแนวปฏิบัติขององค์กร (organization practice) ที่เอื้อต่อสุขภาพในทุกการปฏิบัติ (Health in all practice)

ความเชื่อมโยงจาก Action ไปสู่ Output และ Outcome

จาก Health promotion Action ไปสู่ Health promotion outcome และจาก Health Promotion Outcome ไปสู่ Intermediate health outcome (ก่อนที่จะไปถึง Health outcome) ดังนี้

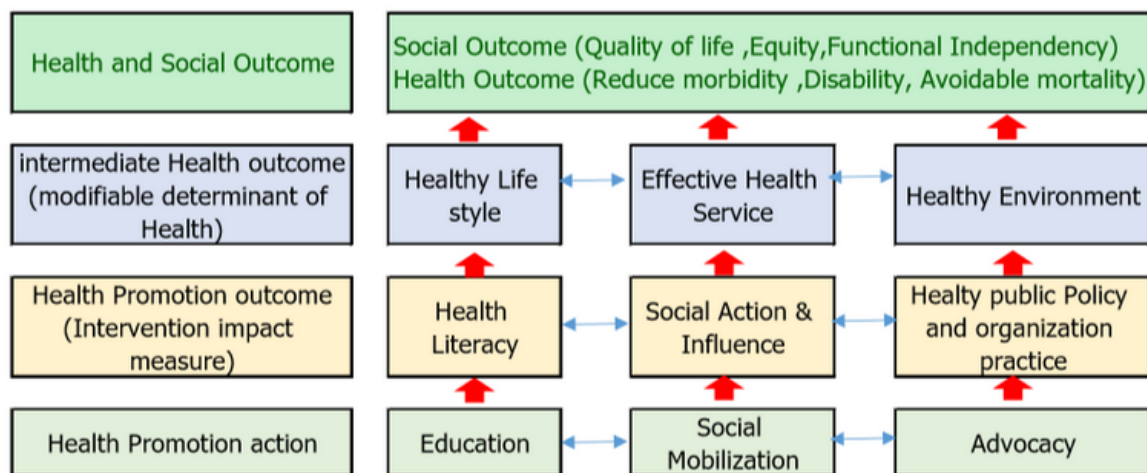
1. Health Literacy จะไปสู่ Intermediate health outcome คือ Healthy Behavior or Healthy Lifestyle
2. Social action and Influence จะไปสู่ Intermediate health outcome คือ Effective services for health (All Services for health)

3. Healthy Public policy & organization practice จะไปสู่ intermediate health outcome คือ Healthy & Supportive environment for health)

3 Health promotion Actions ที่จะไปยก 3 ระดับของ Health Literacy

Health promotion เป็นกระบวนการเสริมพลังให้กับคน/ชุมชน เพื่อพัฒนาสุขภาพและปัจจัยกำหนดสุขภาพของตน/ชุมชน โดยผ่าน 3 Actions เพื่อทำให้เกิด 3 ระดับของ Health Literacy ดังภาพ

An Outcome Model for health promotion (Adapted from D. Nutbeam)



remark : ตัวอย่างของมาตรการของแต่ละหัวข้อ

Healthy Life style : Tobacco use,Food choice ,Physical activity ,Alcohol ,Drug Abuse

Effective Health Service : Provision of preventive service,Access to an appropriate health services

Health Environment : Safe Physical Env,Good food supply,restriction for access tobacco/alcohol

Health Literacy : Personal skill ,self efficacy ,Health related knowled attitude,behavioral intention.

Social action and influence : Community participation,Empowerment ,social norm,public opinion.

Healthy public policy and organization practice : Policy statement ,regislation,regulation,Resource allocation,Organization practice

Education : Patient education ,School education ,broadcast media and print media communication

Social Mobilization : Community development ,group facilitation,targeted mass communication.

Advocacy : Lobbying ,Political organization and activism ,Overcoming bureaucratic inertia

1. Health Education ร่วมสมัย (Contemporary Health Education) เนื่องจาก HL มี 3 ระดับ การให้สุขศึกษา สมัยใหม่ก็ต้องมี 3 ระดับ โดย

1. ระดับแรก เป้าหมายเพื่อเพิ่มความรู้ เกิดผลลัพธ์คือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับใช้งาน (Functional)
2. ระดับที่ 2 เป้าหมายเพื่อเพิ่มทักษะ (skill) นอกจากให้ความรู้ต้องฝึกปฏิบัติด้วยเพื่อให้มีทักษะในการจัดการตนเองได้เพื่อสุขภาพ เกิดผลลัพธ์คือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับปฏิสัมพันธ์ (Interactive HL)
3. ระดับที่ 3 เป้าหมายเพื่อเสริมพลัง (Empower) ทั้งบุคคลและชุมชน สามารถจัดการตนเองและปัจจัยกำหนดสุขภาพที่มีผลต่อปัญหาสุขภาพของชุมชนได้ เกิดผลลัพธ์คือ ความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับวิจารณ์ญาณ (Critical Health Literacy)

ตารางเปรียบเทียบการสอนสุขศึกษาเพื่อให้บรรลุ Health Literacy ระดับต่างๆ

Topic	Function HL(1)	Interactive HL(2)	Critical HL(3)
Goal	เพื่อการสื่อสารและให้ความรู้	เพื่อเพิ่มทักษะส่วนบุคคล	เสริมพลังบุคคลและชุมชน
เนื้อหา	การส่งข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงและการใช้บริการสุขภาพ	เหมือน (1) และเพื่อโอกาสในการพัฒนาทักษะในเรื่องของสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ	เหมือน (2) และเพิ่มการสื่อสารข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยกำหนดสุขภาพทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม และโอกาสที่จะสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ หรือการปรับเปลี่ยนแนวปฏิบัติขององค์กร (Organization Practice)
Individual Benefit Outcome	เพิ่มความรู้ในเรื่องความเสี่ยงและการใช้ระบบบริการ ความร่วมมือในการรักษาตามแผนการรักษาของแพทย์	เพิ่มความสามารถในการใช้ข้อมูลเพื่อจัดการตนเอง เพิ่มแรงจูงใจและความมั่นใจในตนเองในการจัดการสุขภาพตนเอง	เพิ่มความสามารถส่วนบุคคลที่จะฟื้นคืนปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพให้กลับมาดีเหมือนเดิม
Social & Community Benefit Outcome	เพื่อการมีส่วนร่วมในโปรแกรมการรักษาในระดับประชากร เช่นเรื่องการคัดกรองโรค การไปรับวัคซีน	เพิ่มความสามารถในการสร้างและใช้มาตรการทางสังคม (social norm) การมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มทางสังคมต่างๆ	เพิ่มความสามารถในการจัดการกับปัจจัยทางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมที่จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพ และเพิ่มการเสริมพลังชุมชน
ตัวอย่างกิจกรรมการให้สุขศึกษา	การส่งข้อมูลข่าวสารผ่านช่องทางปกติ เพิ่มโอกาสการติดต่อโดยตรงถึงผู้ป่วย มีสื่อในการให้สุขภาพที่พร้อมใช้	การสื่อสารที่เฉพาะเจาะจงต่อความต้องการของชุมชน เป็นผู้สนับสนุนให้เกิด Self Help group , Social Support Group และการสร้างช่องทางสื่อสารที่หลากหลาย	จัดทำข้อเสนอแนะเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานของชุมชน การให้ข้อเสนอแนะต่อผู้นำชุมชน และนักการเมืองท้องถิ่น สนับสนุนการพัฒนาชุมชน

2. Social Mobilization การจะจัดการปัญหาสุขภาพนั้น ลำพังเฉพาะตนเอง หรือเฉพาะ Health sector ไม่สามารถที่จะจัดการปัญหาลงไปถึงระดับรากหญ้า (Root cause) ได้ ต้องเคลื่อนไหวทั้งสังคมเข้ามาร่วมกันจัดการ ทั้งตัวปัญหาสุขภาพ และปัจจัยกำหนดสุขภาพ ผลลัพธ์ของการเคลื่อนไหวทางสังคมคือ Social Action และ Social norm ซึ่งเป็นตัวกำหนดกรอบของกิจกรรม และผลลัพธ์ที่จะตามมาคือ ทุกกิจกรรมเพื่อสุขภาพ หรือ Health in all Action (HiAA)

** หมายเหตุ การเคลื่อนไหวสังคมเพื่อให้เกิด social action & Influence เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพ คือภาคปฏิบัติของการให้สุขศึกษาแบบร่วมสมัย เพื่อให้เกิดทักษะจัดการตนเองในเรื่องสุขภาพ

3. Adocacy จากความรู้ไปสู่ทักษะทั้งส่วนบุคคลและทักษะในการเคลื่อนไหวสังคมเพื่อควบคุมทั้งสุขภาพและปัจจัยกำหนดสุขภาพ ความรอบรู้ด้านสุขภาพได้ถูกยกระดับจากระดับใช้งาน (Functional HL) ไปสู่ ระดับปฏิสัมพันธ์ (Interactive HL) จนไปถึงระดับ วิจารณญาณ (Critical HL) ที่สามารถ Empower ทั้งบุคคล สังคม รวมถึง ผู้กำหนดนโยบาย เพื่อให้งานนโยบายสาธารณะเพื่อเอื้อต่อสุขภาพ จนทำให้เกิด Health in All Policy หรือ

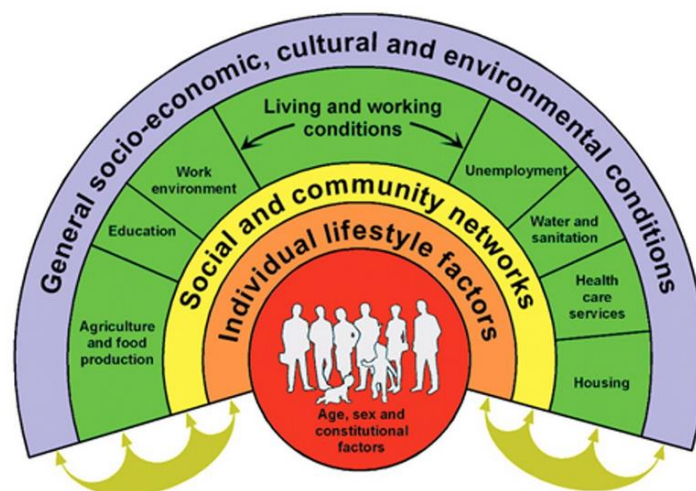
HiAP เมื่อ HiAP แล้วสิ่งที่ตามมา คือ Healthy and Supportive Environment ทั้ง Healthy and Supportive Enviroment และ Health in all Action จะเป็นด้วยระดับทั้งสุขภาพและปัจจัยกำหนดสุขภาพ (determinant of health)

** หมายถึง การเคลื่อนไหวสังคมเพื่อให้เกิด social action & Influence และ Public Policy เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพและปัจจัยกำหนดสุขภาพ คือภาคปฏิบัติของการให้สุศึกษาแบบร่วมสมัย เพื่อให้เกิดทักษะจัดการตนเองในเรื่องสุขภาพทั้งของตนเองและของชุมชน

นิยามของการส่งเสริมสุขภาพ

ในปี 1986 ใน Ottawa Charter ระบุว่า การส่งเสริมสุขภาพคือกระบวนการในการเพิ่มความสามารถของบุคคล ในการควบคุมและพัฒนาสุขภาพ แต่ในระยะหลัง (ก่อนปี 2000 เล็กน้อย) ได้เพิ่ม เป็น กระบวนการในการเพิ่ม ความสามารถของคนในการควบคุมหรือพัฒนาสุขภาพ และปัจจัยกำหนดสุขภาพ โดย

1. ทำผ่าน 3 กลยุทธ์หลักของการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ Enabling , Mediate , Advocate
2. ที่ต้องบูรณาการไปกับทั้ง 5 Action Area ได้แก่ 1. Create Healthy Public Policy 2. Building Supportive Enviroment 3. Develop Personal Skill 4. Strengthened Community Action 5. Reoriented Health Service System



สรุป

1. ถ้าจะเปรียบ 3 Health promotion กับ 3 Core Strategy of Health Promotion แล้ว
 1. Health Education จะเข้าได้กับ Enabling
 2. Social Mobilization จะเข้าได้กับ Mediate คือการเป็นตัวกลางในการเคลื่อนไหวสังคมเพื่อยกระดับปัจจัยกำหนดสุขภาพ
 3. Advocacy ก็ตรงกับ Advocacy
2. ประเด็นที่สำคัญคือ การวัดความสำเร็จของการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพนั้น ควรในระดับ Intermediate Health Outcome หรือ Determinant of Health เพราะการที่จะบรรลุ Health Outcome ได้นั้น จำเป็นต้องบูรณาการส่งเสริมสุขภาพ เข้ากับมิติที่เหลือของงานสาธารณสุข ได้แก่ การป้องกันโรค การรักษา และการฟื้นฟู

เอกสารอ้างอิง

1. *Health Literacy กับ Health Promotion เชื่อมโยงกันอย่างไร (นพ.ชลทิศ อุไรฤกษ์กุล) (context)*
2. *WHO defined Health literacy as the cognitive and social skills which determine the motivation and ability of individuals to gain access to, understand and use information in ways which promote and maintain good health. Health Literacy means more than being able to read pamphlets and successfully make appointments. By improving people's access to health information and their capacity to use it effectively, health literacy is critical to empowerment. (context)*
3. *Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. It moves beyond a focus on individual behaviour towards a wide range of social and environmental interventions. (context)*
4. *Health Literacy as public Health goal : A Challenge for contemporary Health Education and Communication strategies into the 21st century : Don Nutbeam. (context)*
5. *นิยามศัพท์การส่งเสริมสุขภาพ (เรียบเรียงโดย นพ.ชลทิศ อุไรฤกษ์กุล) (context)*