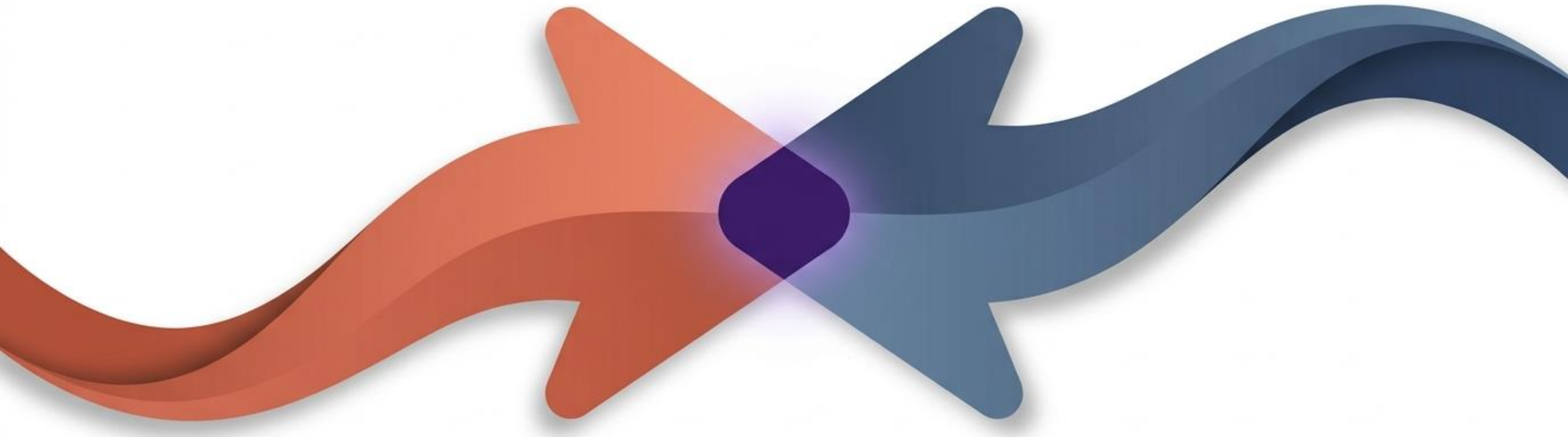


การยกระดับความรู้ด้านสุขภาพ

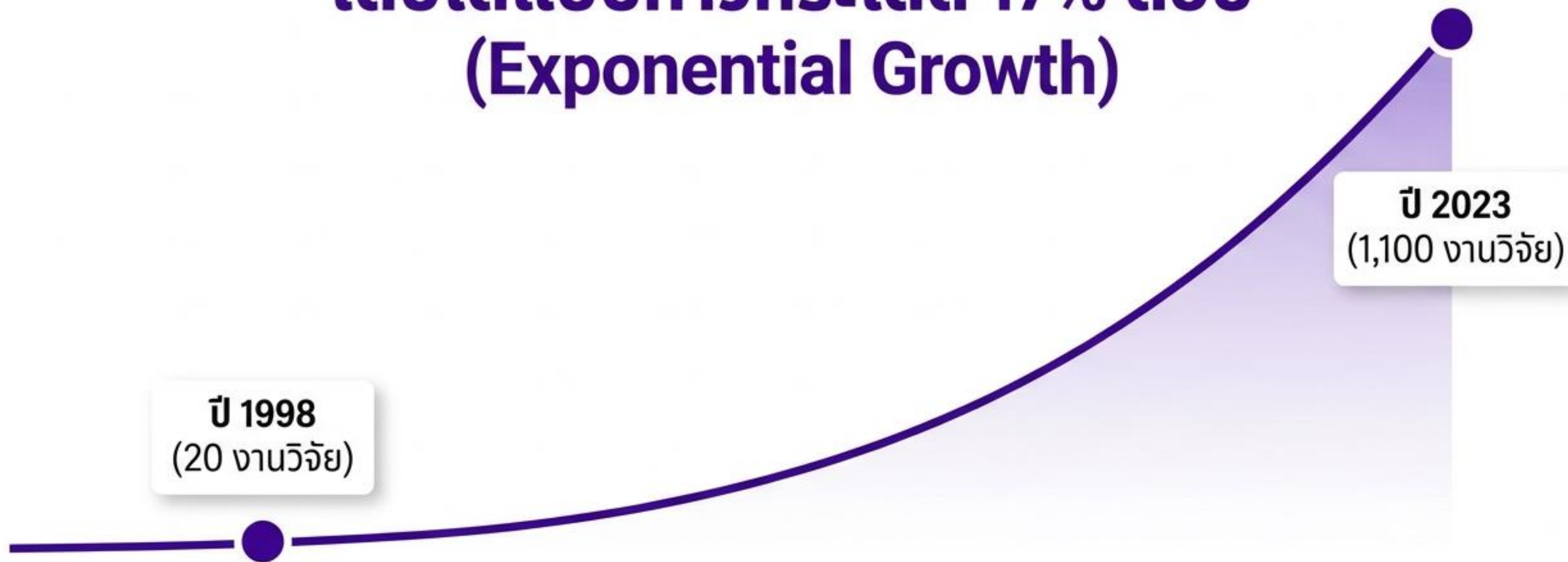
จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ (Health Literacy: From Theory to Practical Action)



Insights from Don Nutbeam, 9th AHLA International Conference

12-15 May 2024 Phuket Thailand

เติบโตแบบก้าวกระโดด 17% ต่อปี (Exponential Growth)



ความรู้ด้านสุขภาพได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นอย่างมหาศาล ไม่ใช่เพียงกระแสทางวิชาการ แต่คือ ความจำเป็น ในการรับมือกับระบบสาธารณสุขและข้อมูลข่าวสารที่ซับซ้อนในยุคปัจจุบัน



ทักษะเหล่านี้ช่วยให้บุคคลเข้าถึง เข้าใจ และตัดสินใจ เพื่อบรรลุเป้าหมายส่วนบุคคลและมีส่วนร่วมทางสังคมได้อย่างเต็มศักยภาพ

การยกระดับความสามารถ

ระดับพื้นฐาน (Functional HL)

- รับและใช้ข้อมูล
(Obtain & Use)
- อ่านฉลากยา,
รับฟังคำแนะนำ
- นำข้อมูลไปใช้ในชีวิต
ประจำวันเบื้องต้น

ระดับปฏิสัมพันธ์ (Interactive HL)

- แลกเปลี่ยนและประยุกต์
(Interact & Apply)
- ประเมินคุณภาพข้อมูล,
ซักถามแพทย์เพื่อเพิ่มความมั่นใจ,
นำข้อมูลไปปรับใช้ใน
สถานการณ์ใหม่
- ตัดสินใจบนความเข้าใจ
ที่ถ่องแท้

ระดับวิจารณ์ญาณ (Critical HL)

- วิเคราะห์และขับเคลื่อน
(Critique & Advocate)
- วิเคราะห์แหล่งที่มาและเป้าประสงค์,
เข้าใจปัจจัยกำหนดสุขภาพทาง
สังคม (รายได้, สิ่งแวดล้อม), ขับ
เคลื่อนนโยบายร่วมกับภาคีเครือข่าย
- ควบคุมสถานการณ์และ
แก้ปัญหาในระดับโครงสร้าง



ความรู้ด้านสุขภาพไม่ได้ขึ้นอยู่กับ ความเก่ง ของประชาชนเพียงอย่างเดียว
แต่เกิดจากการปะทะกันระหว่าง ทักษะของบุคคล และ ความซับซ้อนของระบบบริการสุขภาพ

การตกที่ประชาชน

การยกระดับ HL
เน้นไปที่การเพิ่มทักษะของ
บุคคลเพียงฝั่งเดียว
(Education & Training)

ปี 2004: จุดเปลี่ยนกระบวนทัศน์ (IOM Report)

Institute of Medicine (IOM)
ยอมรับว่าทักษะบุคคลไม่เพียงพอ
ที่จะรองรับระบบสุขภาพที่ซับซ้อนเกินไป

ความรับผิดชอบร่วมกัน

ระบบและองค์กรมีหน้าที่ต้อง
ลดอุปสงค์และความซับซ้อน
ด้วยการปรับปรุงการสื่อสาร
นำไปสู่แนวคิดองค์กรแห่ง
ความรอบรู้ด้านสุขภาพ
(HLO)

หากระบบเข้าใจยากเกินไป การผลักระให้ประชาชนไปเรียนรู้เพิ่มย่อมไม่ใช่ทางออกที่ยั่งยืน

สุขศึกษาแบบเดิม (Classical/Didactic Education)

Action:

ผู้สอนเน้นการบรรยายทางเดียว
ไม่เปิดโอกาสให้ซักถาม

Result:

สร้างได้เพียง Functional Health Literacy
(รับรู้แต่ไม่เข้าใจลึกซึ้ง)

สุขศึกษาร่วมสมัย (Contemporary/Interactive Learning)

Action:

ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีปฏิสัมพันธ์
(Interactive), ซักถาม, ให้ผู้เรียนหาคำ
ตอบเอง, และใช้ Digital/Social Media
อย่างสร้างสรรค์

Result:

ยกระดับสู่ Interactive และ Critical Health
Literacy จนผู้ป่วยตัดสินใจได้ด้วยตนเอง
(Autonomy in Decision-making)

Step 1: Discriminate (แยกแยะ)

แยกแยะแหล่งที่มาของข้อมูล
ข่าวสาร ว่ามีคุณค่าและมีความน่า
เชื่อถือหรือไม่

Step 2: Navigate (ค้นหาและใช้งาน)

ค้นหา Digital Platform
ที่ใช้งานได้ดีที่สุด
และสร้างความผูกพันจนเกิด
การเรียนรู้ร่วมกัน

Step 3: Critique (วิพากษ์)

รอบรู้บริบทจนสามารถวิพากษ์ทั้ง
เนื้อหา (Content)
ข้อความ (Message) และ
เป้าหมาย (Purpose)
ของสื่ออื่นๆ ได้

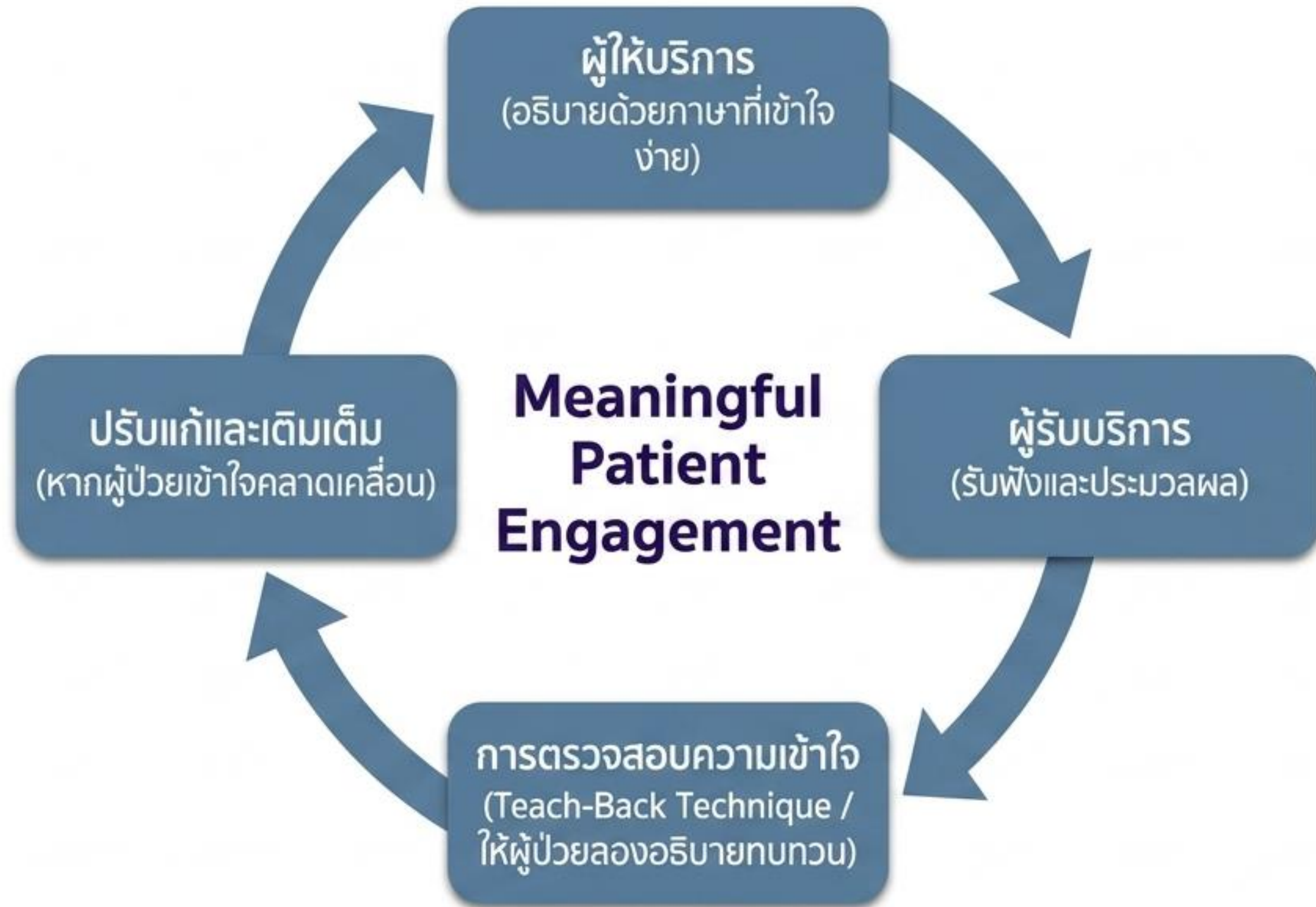
การเพิ่มทักษะผู้บริโภคในทุกช่วงวัย ต้องทำให้พวกเขามีส่วนร่วมอย่างเต็มที่
จนเกิดความเชื่อมั่น (Trust) ต่อบุคลากรและเทคโนโลยี

มาตรการครอบจักรวาล (Universal Health Literacy Precautions)

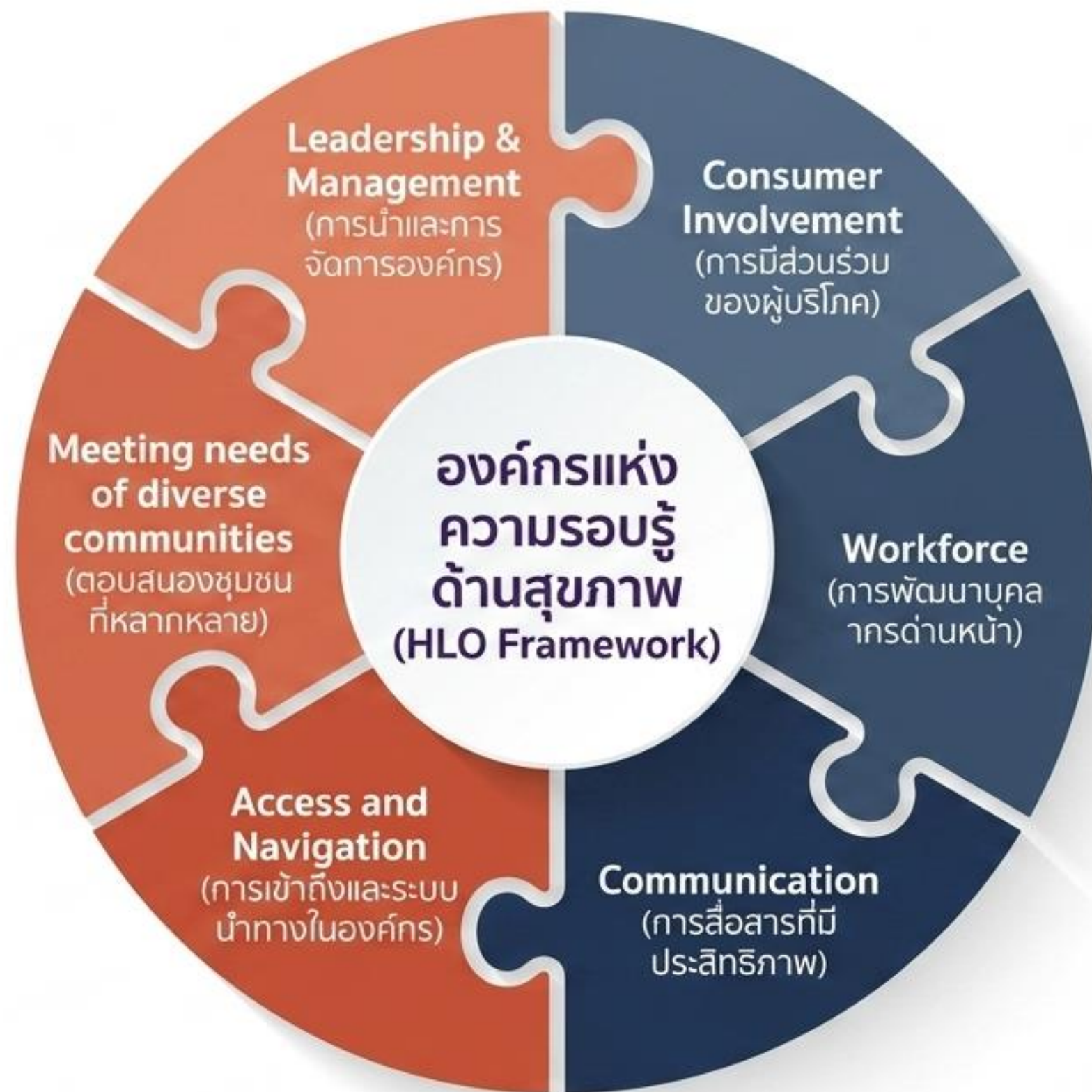
จงถือเสมือนว่าทุกคนที่เดินเข้ามามีความรอบรู้ด้านสุขภาพจำกัด



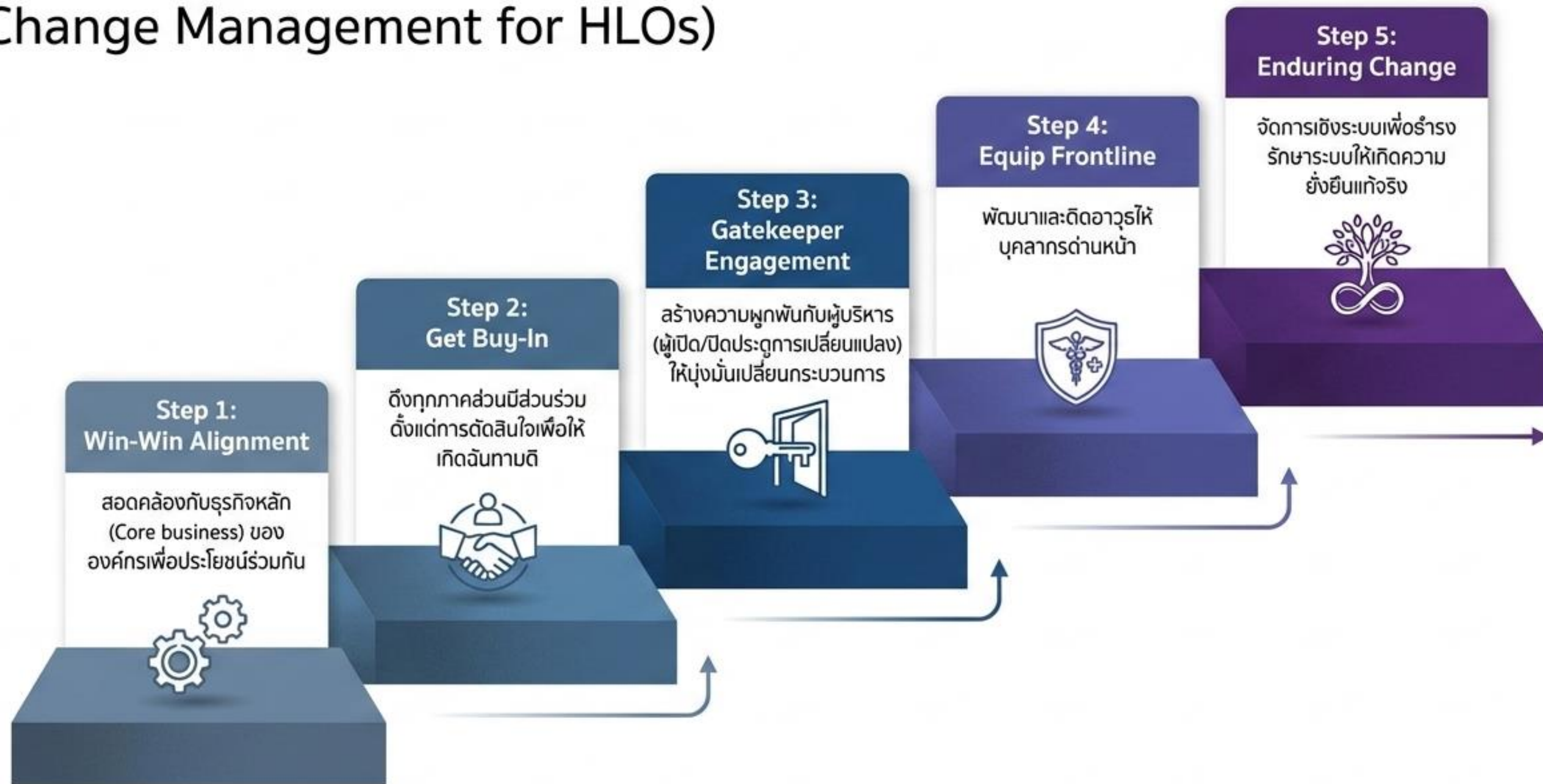
ระบบต้องปรับตัวเข้าหาประชาชน ไม่ใช่บังคับให้ประชาชนต้องปีนกำแพงความซับซ้อนของระบบ



การตัดสินใจร่วมกัน (Shared Decision Making) จะเกิดขึ้นได้ ก็ต่อเมื่อเปลี่ยนจากการสอน เป็น การสร้างการเรียนรู้แบบมีปฏิสัมพันธ์ เพื่อผลลัพธ์ที่ยั่งยืน



การบริหารการเปลี่ยนแปลงเพื่อสร้างองค์กรแห่งความรอบรู้ (Change Management for HLOs)



รับมือภัยคุกคามข้อมูล (Combating Infodemic)

โซเชียลมีเดียทำให้ประชาชนเข้าถึง Misinformation (ข้อมูลผิดพลาด) และ Disinformation (ข้อมูลบิดเบือน) ได้ง่าย ส่งผลให้เกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อน

หน้าที่ขององค์กร (The Organization's Duty)

- องค์กรสาธารณะสุขมี หน้าที่ปกป้องสิทธิ ทางด้านการสื่อสารของประชาชน
- ต้องผลิตข้อมูลทางสุขภาพที่มีความถูกต้อง ทันเวลา และเป็นที่น่าเชื่อถือได้ (Trustworthy)
- ใช้เครื่องมือจัดการข้อมูลบิดเบือนและสนับสนุน แพลตฟอร์มที่ได้มาตรฐาน



ผลลัพธ์ทางสุขภาพที่ยั่งยืน (Sustainable Health Outcomes)

Precision (ความแม่นยำ)

Right message,
Right person,
Right time.

Engagement (ความผูกพัน)

Public and
patient
engagement
ในทุกขั้นตอน
การพัฒนา

Interaction (ปฏิสัมพันธ์)

Interactive
communication
เพื่อมอบทักษะ
และความมั่นใจ

Collaboration (การเรียนรู้ร่วมกัน)

Collaborative
Learning
สร้างความเคารพ
และเชื่อมั่นระหว่าง
ผู้ให้การศึกษาและ
ผู้เรียนรู้

4 เสาหลักการสื่อสาร (The 4 Pillars of Effective Communication)



**เราจำเป็นต้องนำสิ่งที่เรา(บุคคลากร)รู้
นำสู่การปฏิบัติ
เพื่อให้ประชาชนรู้เหมือนกับเรา**

We need to put into practice
what we already know.

ความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่ใช่เรื่องของใครคนใดคนหนึ่ง แต่คือความรับผิดชอบร่วมกันในการพัฒนามนุษย์และการลดความซับซ้อนของระบบ
เริ่มต้นปรับเปลี่ยนวิธีการสื่อสารขององค์กรคุณตั้งแต่วันนี้