

**สรุปผลผลลัพธ์แผนปฏิบัติการขับเคลื่อนหน่วยงานให้เป็นองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพ  
ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี  
เดือน มีนาคม - กรกฎาคม 2564**

**1) แผนการเข้ารับการตรวจสุขภาพของบุคลากรทุกคนในหน่วยงาน**

จากการมีนโยบายและกำหนดเป็น PA รายบุคคล ให้บุคลากรในองค์กรต้องตรวจสุขภาพประจำปี โดยมอบหมายให้คลินิกเวชกรรมสุขภาพเป็นหน่วยงานให้บริการ ซึ่งได้กำหนดให้มีการตรวจสุขภาพบุคลากรประจำปี 2564 ในช่วงวันที่ 4 มกราคม – 28 กุมภาพันธ์ 2564 กิจกรรมประกอบด้วย : การตรวจสุขภาพตามความเสี่ยง การทดสอบสมรรถภาพทางกาย การตรวจสุขภาพช่องปาก การประเมินความเครียด การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด (Thai CV risk score) ตลอดจนการให้คำแนะนำเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม วิเคราะห์ผลการตรวจสุขภาพ เพื่อแบ่งบุคลากรเป็นกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มป่วย คำนึงข้อมูลให้บุคลากร และ คณะกรรมการพัฒนาสถานที่ทำงานนำอยู่นำทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) เพื่อร่วมวางแผนจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ติดตามภาวะสุขภาพ และประเมินผล เพื่อเป็นข้อมูลในการวางแผนขับเคลื่อนหน่วยงานให้เป็นองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพในปีต่อไป ผลการดำเนินงาน พบว่า

- หลังสิ้นสุดโครงการ มีข้าราชการ พนักงานราชการ ลูกจ้างประจำ พนักงานกระทรวง เข้ารับการตรวจสุขภาพ ร้อยละ 100 ของบุคลากรทั้งหมด รายละเอียดดังตารางที่ 1

**ตารางที่1 แสดงจำนวนบุคลากรที่เข้ารับการตรวจสุขภาพจำแนกตามตำแหน่ง**

ตำแหน่ง	Frequency	Percent
ข้าราชการ	127	56.2
ลูกจ้างประจำ	20	8.8
พนักงานราชการ	12	5.3
พนักงานกระทรวง	67	29.6
<b>Total</b>	<b>226</b>	<b>100.0</b>

\*\* ข้อมูลบุคลากรเมื่อวันที่ 31 พ.ค. 2564

- ผลการวิเคราะห์ภาวะสุขภาพ พบว่า บุคลากรส่วนใหญ่ร้อยละ 67.3 อยู่ในกลุ่มเสี่ยง รองลงมา เป็นกลุ่มป่วย และกลุ่มปกติ ร้อยละ 18.6 และ 14.6 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 2

**ตารางที่2 แสดงจำนวนบุคลากรที่เข้ารับการตรวจสุขภาพจำแนกตามผลการวิเคราะห์ภาวะสุขภาพ**

ผลการวิเคราะห์ภาวะสุขภาพ	Frequency	Percent
กลุ่มปกติ	33	14.6
กลุ่มเสี่ยง (IFG,DLP,BMIเกิน,เลือดจาง)	152	67.3
กลุ่มป่วย(DM,HT,CA, อื่นๆ)	41	18.1

## 2) แผนการประเมิน BMI

จากการมีนโยบายและกำหนดเป็น PA รายบุคคล ให้บุคลากรในองค์กรซึ่งน้ำหนัก วัตรอบเอว และบันทึกข้อมูล ใน application BMI HPC5 (<https://apps.hpc.go.th/healthcare/web/>) ทุกเดือน และกำหนดให้มีการเฝ้าระวังน้ำหนักตัว และเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ/กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ศูนย์ฯจัดขึ้น ผลการดำเนินงาน พบว่า

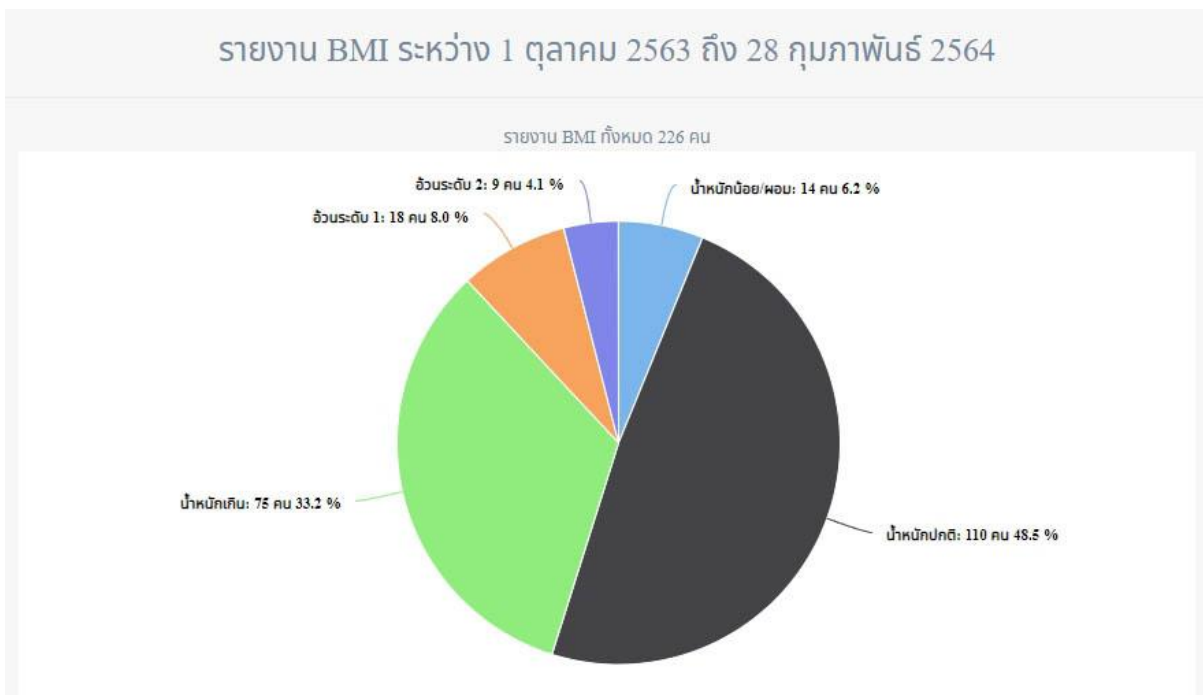
- ร้อยละของบุคลากรที่มี BMI ปกติ เปรียบเทียบระหว่าง ในรอบ 5 เดือนแรกของปี 2564 – ร้อยละของบุคลากรที่มี BMI ปกติ ในรอบ 5 เดือนหลังของปี 2564 พบว่า

ร้อยละของบุคลากรที่ BMI ปกติ ในรอบ 5 เดือนแรกของปี 2564 (ต.ค.63 – ก.พ.64) = 48.5

ร้อยละของบุคลากรที่ BMI ปกติ ในรอบ 5 เดือนหลังของปี 2564 (มี.ค.64 – ก.ค.64) = 50.0

$$\text{ผลต่าง } 50.0 - 48.5 = 1.5$$

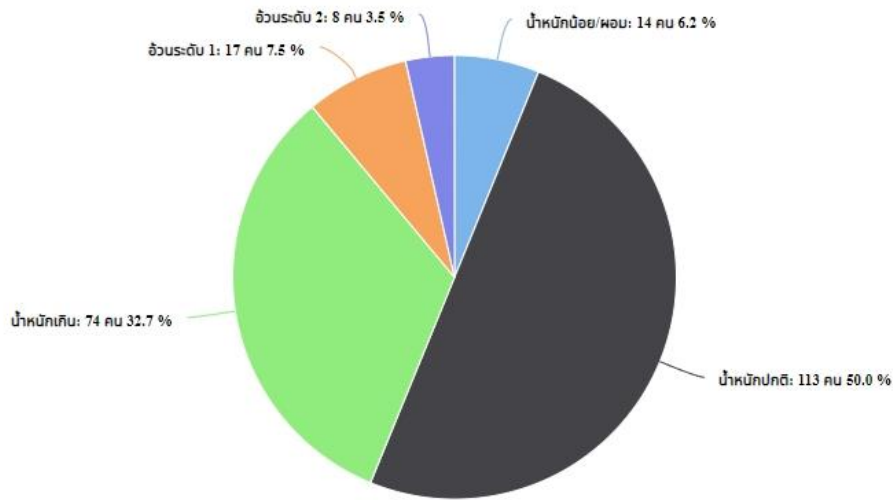
แสดงว่า ร้อยละของบุคลากรที่มี BMI ปกติเพิ่มขึ้น 1.5 % ดังแสดงในภาพที่ 1 และ ภาพที่ 2



ภาพที่ 1 ร้อยละของบุคลากรที่ BMI ปกติ ในรอบ 5 เดือนแรกของปี 2564 = 48.5

รายงาน BMI ระหว่าง 1 มีนาคม 2564 ถึง 31 กรกฎาคม 2564

รายงาน BMI ทั้งหมด 226 คน



ภาพที่ 2 ร้อยละของบุคลากรที่BMIปกติ ในรอบ6เดือนหลังของปี2563 = 50.0

3) การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปีขึ้นไป ด้วยโปรแกรม [https://www.rama.mahidol.ac.th/cardio\\_vascular\\_risk/thai\\_cv\\_risk\\_score/](https://www.rama.mahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_cv_risk_score/)

ผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปีขึ้นไป ด้วยโปรแกรม [https://www.rama.mahidol.ac.th/cardio\\_vascular\\_risk/thai\\_CV\\_risk\\_score/](https://www.rama.mahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_CV_risk_score/) พบว่าบุคลากรทุกประเภทส่วนใหญ่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดอยู่ในระดับน้อย รายละเอียดแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงผลการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด จำแนกตามความเสี่ยง

ประเภท	จำนวนเต็ม	ประเมินความเสี่ยง	ระดับความเสี่ยง			
			เสี่ยงน้อย (<10%)	ร้อยละ	เสี่ยงปานกลาง (10-20%)	ร้อยละ
ข้าราชการ	102	102	101	99.01	1	0.99
พนักงานราชการ	7	7	7	100	0	0
ลูกจ้างประจำ	20	20	16	80	4	20
พนักงานกระทรวง	57	57	52	91.22	5	8.78