

การประชุมเวทีคืนข้อมูลภาวะโภชนาการ พื้นที่ตำบลควนรู

งานวิจัยติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort study)

โครงการบูรณาการงานสร้างเสริมสุขภาพด้านอาหารและโภชนาการ กรณีศึกษา จังหวัดสงขลา

วันที่ 21 ตุลาคม 2556

ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลควนรู อำเภอรัตภูมิ

ผู้เข้าร่วมประชุมทั้งสิ้นจำนวน 88 คน ประกอบด้วย

ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่จากองค์การบริหารส่วนตำบลควนรู	8	คน
ผู้บริหารโรงเรียน	3	คน
ครูจากศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก	6	คน
ผู้แทนจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	2	คน
ผู้ใหญ่บ้านและคณะกรรมการหมู่บ้าน	15	คน
อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน	23	คน
ผู้ประกอบอาหาร แม่ครัวของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียน	6	คน
ตัวแทนพ่อแม่ ผู้ปกครอง	21	คน
เจ้าหน้าที่จากสถาบันการจัดการระบบสุขภาพ	2	คน
หัวหน้าโครงการงานวิจัยและเจ้าหน้าที่	2	คน

เริ่มการประชุมเวลา 10.00 น.

นายถัน จุลนวล นายองค์การบริหารส่วนตำบลควนรู อำเภอรัตภูมิ ได้กล่าวเปิดการประชุมเวทีคืนข้อมูลและแจ้งวัตถุประสงค์ของการประชุม หลังจากนั้น รศ.พญ.ลัดดา เหมาะสุวรรณ จากคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ หัวหน้าโครงการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการบริโภคและสถานการณ์สุขภาพระยะยาว (Cohort study) ได้นำเสนอข้อมูลสถานการณ์สุขภาพของเด็กในพื้นที่ตำบลควนรู จากข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ภาวะโภชนาการโดยการตรวจร่างกายและการตรวจเลือดตรวจปัสสาวะของเด็กในพื้นที่ ซึ่งเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนกรกฎาคม – สิงหาคม 2556 สรุปได้ดังนี้

1. จากการสำรวจของกรมสุขภาพจิต ในปี พ.ศ. 2554 เด็กสงขลามีค่าเฉลี่ย IQ อยู่ที่ 98.6 อยู่ในลำดับที่ 41 ของประเทศ อยู่ในอันดับที่ 5 ของภาคใต้
2. จากการศึกษาทั่วโลก สาเหตุที่ขัดขวางพัฒนาการด้านสติปัญญาและอารมณ์ของเด็กไม่ได้เต็มศักยภาพ ที่ป้องกันได้มี 4 ปัจจัยหลัก คือ 1. ทูพอโภชนาการเรื้อรัง ทำให้เด็กเตี้ยกว่าเกณฑ์ 2. ขาดไอโอดีน 3. ขาดธาตุเหล็กมีภาวะโลหิตจาง 4. ขาดการเลี้ยงดูและการศึกษาที่กระตุ้นพัฒนาการให้เหมาะสมตามวัย
3. จากการสำรวจเด็กของตำบลควนรู
 - 3.1 ภาวะโภชนาการ

- 3.1.1 เด็กอายุ 6 เดือนถึง 5 ปี ร้อยละ 5.1 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 9.6 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 3.6 เริ่มอ้วน และร้อยละ 3.6 อ้วน เด็กประมาณร้อยละ 8 มีภาวะซีด
- 3.1.2 เด็กอายุ 6 – 14 ปี ร้อยละ 4.3 ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 2 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 10 เริ่มอ้วน ร้อยละ 3.7 อ้วน และร้อยละ 5.6 ผอม เด็กประมาณร้อยละ 13 มีภาวะซีด
- 3.2 ขณะตั้งครรภ์ แม่ทุกคนได้กินยาไอโอดีนและยาธาตุเหล็กบำรุงเลือด เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ร้อยละ 13.6 ได้นมแม่อย่างเดียวจนนาน 6 เดือน เด็กอายุต่ำกว่า 1 ปี ร้อยละ 66.7 ได้รับอาหารตามวัยที่หลากหลาย ประมาณสองในสามถึงสามในสี่ของเด็กอายุ 6 เดือนถึง 2 ปี ได้กินอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เด็กอายุ 1-2 ปี ประมาณหนึ่งในห้าได้รับยาน้ำเสริมธาตุเหล็กใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา
- 3.3 เด็กอายุ 6 – 14 ปี หนึ่งในห้ากินอาหารไม่ครบ 3 มื้อ มื้อทิ้งมากที่สุดคือ มื้อเช้า
- 3.4 การกินผัก ผลไม้ ยังน้อยกว่าที่ควรได้รับ
 - 3.4.1 เด็กอายุ 6 เดือนถึง 5 ปี กินผักโดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 1 ส่วน และกินผลไม้โดยเฉลี่ย 5 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 2 ส่วน
 - 3.4.2 เด็กอายุ 6 – 14 ปี กินผักโดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 1.4 ส่วน และกินผลไม้โดยเฉลี่ย 4 วันต่อสัปดาห์ วันละประมาณ 2 ส่วน
- 3.5 การดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม และการกินขนมกรุบกรอบ
 - 3.5.1 เด็กอายุ 2-5 ปี ร้อยละ 6 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน หนึ่งในห้าดื่มน้ำอัดลม 4-6 ครั้ง ร้อยละ 28 ไม่ดื่มน้ำอัดลมเลย เด็กร้อยละ 17 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน หนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง หนึ่งในสี่กินสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง มีเพียงหนึ่งในสิบที่ไม่กินเลย
 - 3.5.2 เด็กอายุ 6 – 14 ปี ร้อยละ 8.7 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน หนึ่งในสามดื่มน้ำอัดลม 1-3 ครั้ง หนึ่งในสี่ดื่มน้ำอัดลม 4-6 ครั้ง ไม่ดื่มน้ำอัดลมเลย ร้อยละ 11.2 เด็กร้อยละ 13 กินขนมกรุบกรอบทุกวัน หนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง หนึ่งในสามกินสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง มีเพียงร้อยละ 3 ที่ไม่กินเลย

เมื่อผู้เข้าร่วมประชุมได้รับทราบปัญหาแล้ว ได้แบ่งกลุ่มเป็น 3 กลุ่ม เพื่อระดมสมองในการวางแผนงานการแก้ปัญหาสุขภาพของเด็ก โดยบูรณาการงานด้านความมั่นคงของอาหาร ความปลอดภัยของอาหาร และโภชนาการสมวัย หลังจากนั้นตัวแทนของแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอในที่ประชุม ซึ่งสรุปได้ดังนี้

กลุ่มที่ 1 นำเสนอโดยนางสาวเฉลิม รัตน์แก้ว ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านไสท่อน และนางสาวชญญาภัค สิริธันธน์ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโหละยาว โดยแบ่งเป็น 3 มิติด้วยกัน มิติแรกคือ เรื่องของความมั่นคง มิติที่ 2 เรื่องความปลอดภัยด้านอาหาร และมิติที่ 3 เรื่องอาหารและโภชนาการสมวัย สำหรับมิติที่ 1 และ 2 เป็นความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลและชุมชน โดยการจัดอบรมให้ความรู้และสาธิตเรื่องการเลือกใช้เครื่องปรุงแก่ผู้ปกครองที่ดูแลเด็ก แม่ครัวศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และครูอนามัยโรงเรียน โดยให้ผู้ปกครองเป็นตัวแทนหมู่ละ 3 คน หน่วยงานที่รับผิดชอบคือ อบต. และโรงพยาบาลส่งเสริม

สุขภาพตำบล การประเมินติดตามผล โดยการติดตามครัวเรือนตัวอย่างที่อบรมไปแล้วว่ามีเครื่องปรุงที่ถูกต้องหรือไม่ และตรวจดูครัวของโรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และประเมินสุขภาพนักเรียนทุก 6 เดือน ด้านโภชนาการสมวัยจะเกี่ยวข้องกับโรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ซึ่งจะมีกิจกรรมย่อยที่ทำอยู่แล้วคือ การบริการอาหารกลางวัน และการดื่มนม ส่วนกิจกรรมอื่น ได้แก่

1. นักเรียนอ่อนหวาน คือนักเรียนไม่รับประทานอาหารเช้า ให้มีน้ำตาลลดน้อยลง พยายามไม่ให้นักเรียนดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม หรือขนมหวาน รวมไปถึงที่บ้านด้วย
2. กิจกรรมหนูน้อยวัยใส ปลอดภัยจากอาหารขยะ ทั้งโรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กต้องปลอดภัยจากอาหารที่ไม่มีประโยชน์หรือมีประโยชน์น้อยมาก โดยทางศูนย์พัฒนาเด็กเล็กจะให้ความรู้ร่วมกับผู้ปกครอง ครูให้เข้าใจตรงกัน โดยไม่ให้เด็กทานอาหารขยะที่โรงเรียน ออกนอกรั้วโรงเรียนไปที่บ้านต้องไม่ทานด้วย เป็นการเชื่อมระหว่างทางโรงเรียนและที่บ้าน
3. ผักสวนครัวรั้วกินได้ เน้นให้นักเรียนปลูกผักสวนครัว
4. กิจกรรมแม่ปลูกปลูกดูแล ให้ปลูกผัก ผลไม้ ในท้องถิ่นที่บ้าน เช่น กัลย มะละกอ และเพิ่มผลไม้อื่นที่เหมาะสมกับท้องถิ่น
5. กิจกรรมแบบดีกว่าบอก ครูและผู้ปกครองต้องเป็นแบบอย่างให้เด็กไม่ทานอาหารขยะ
6. กิจกรรมแม่แท้พบแม่ครู จะเชิญผู้ปกครองซึ่งเป็นแม่แท้มาพบแม่ครูที่โรงเรียน เด็กเล็กอาจจะ 2 เดือน/ครั้ง เด็กโตภาคเรียนละ 1 ครั้ง เพื่อมาคุยกันว่าเด็กเป็นอย่างไร และจะแก้ปัญหาอย่างไร
7. กิจกรรมอาหารดีที่ศูนย์เด็กและโรงเรียน โดยส่วนใหญ่เด็กจะขาดอาหารเมื่อเช้า จึงมีการเสนอให้ทางอบต.เพิ่มอาหารมื้อเช้าที่โรงเรียนด้วย

การติดตามสรุปประเมินผล ถ้าเป็นเด็กโตจะมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง การสอบถามจากผู้ปกครองที่มาส่งเด็ก และการสังเกตพฤติกรรมเด็ก ซึ่งแผนงานกิจกรรมต่างๆ สรุปได้ดังตาราง

แผนงาน	กิจกรรม	หน่วยงานที่รับผิดชอบ	การประเมินติดตามผล
อบรม – สาธิต	- ให้ความรู้และสาธิตการเลือกซื้อเลือกใช้เครื่องปรุงแก่ผู้ประกอบอาหารเด็ก แม่ครัวในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ครูอนามัยโรงเรียน ผู้ปกครองกลุ่มตัวอย่างหมู่ละ 3 คน รวม 27 คน แม่ครัวศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก 3 ศูนย์ ครูอนามัย 3 โรงเรียน - สาธิตเมนูสุขภาพ	- อบต. - รพ.สต.	- ติดตามครัวเรือนตัวอย่างทุก 4 เดือน - ติดตามครัวในศพด. และโรงเรียนทุก 6 เดือน - ประเมินสุขภาพนักเรียนทุก 6 เดือน - ประเมินสุขภาพเด็กตัวอย่างทุก 3 เดือน เปรียบเทียบเด็กทั่วไปกับเด็กที่อยู่ในกลุ่มตัวอย่าง

แผนงาน	กิจกรรม	หน่วยงานที่รับผิดชอบ	การประเมินติดตามผล
โครงการส่งเสริมสุขภาพอาหารตามวัย	<ul style="list-style-type: none"> - การตีมนม - บริการอาหารกลางวัน - นักเรียนอ่อนหวาน - หนูน้อยวัยใสปลอดภัยจากอาหารขยะ - ผักสวนครัวรั้วกินได้ - แม่ปลูกลูกดูแล - แบบดีกว่าบอก - แม่แท้พบแม่ครู - อาหารดีที่ศูนย์/โรงเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก - โรงเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - ทดสอบสมรรถภาพทางกาย - ชั่งน้ำหนัก วัด ส่วนสูง - สอบถาม - สังเกตพฤติกรรม

กลุ่มที่ 2 นำเสนอโดย นายสุเทพ แซ่ง่าย ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านไทรใหญ่ เริ่มด้วยปัจจัยของการทุพโภชนาการ แผนงานแรกเริ่มจากในครรภ์ถึงคลอด จะให้มีกิจกรรมตรวจร่างกายของคู่สมรส และจะมีคู่มือสมุดฝากครรภ์เป็นตัวติดตาม โดยมีอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเป็นผู้รับผิดชอบ ต่อไปเป็นเด็ก 0 – 2 ปีซึ่งจะอยู่ที่บ้าน จะมีการอบรมความรู้โภชนาการให้ผู้ดูแลเด็ก เช่น ปู่ย่า ตายาย โดยให้ทีมงานของ อบต.ตั้งงบประมาณไว้ 30,000 บาทเพื่อจัดอบรมเรื่องการดูแลเด็กและการให้เด็กกินอาหาร เด็ก 2 – 5 ปี จะอยู่ที่โรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ให้ความรู้กับผู้ปกครองและครูเรื่องอาหารโดยการจัดอบรมโภชนาการ เด็กอายุ 6 – 14 ปี ให้ความรู้เด็กเกี่ยวกับการกินผักและผลไม้ ซึ่งแผนงานต่างๆ สรุปได้ดังตาราง

ที่	แผนงาน	กิจกรรม	หน่วยงานรับผิดชอบ	การติดตามผล	งบประมาณ
1	ในครรภ์ - คลอด	- ตรวจร่างกายและฝากครรภ์ก่อน 12 สัปดาห์	- อสม., รพ.สต., อบต.	- สมุดฝากครรภ์	
2	อายุ 0-2 ปี	- จัดอบรมเรื่องโภชนาการให้กับผู้ปกครอง - เยี่ยม, ติดตาม	- อสม., รพ.สต., อบต. - อสม.	- ดูพัฒนาการสมวัยของเด็กจากสมุดประจำตัวเด็ก	- 30,000 (อบต.สนับสนุน)
3	อายุ 2-5 ปี	- จัดอบรมให้ความรู้ต่อผู้ปกครอง, ครู, ผู้ประกอบอาหารเรื่องคุณภาพและความสำคัญของอาหารในแต่ละมื้อ	- ครู, โรงเรียน, อบต.	- สมุดบันทึกพัฒนาการของเด็ก	- 10,000 (จัดอบรม)
4	อายุ 6-14 ปี	- จัดสื่อในรูปแบบต่างๆให้กับครูและเด็กในเรื่องของอาหารจำพวกผักผลไม้	- ครู, โรงเรียน	- พัฒนาการของเด็ก	

ที่	แผนงาน	กิจกรรม	หน่วยงาน รับผิดชอบ	การติดตามผล	งบประมาณ
		<ul style="list-style-type: none"> - จัดกิจกรรมปลูกผักสวนครัวเพื่อนำมาประกอบอาหาร - จัดผลไม้แทนขนมหวาน - ส่งเสริมผู้ปกครองให้ปลูกผักผลไม้ เพื่อส่งเสริมการทานผักและนำมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่โรงเรียน - จัดอาหารเช้าที่โรงเรียน เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานอาหารเช้า 	<ul style="list-style-type: none"> - ครู, โรงเรียน - ครู, โรงเรียน - ผู้ปกครอง, ครู, โรงเรียน - ผู้ปกครอง, ครู, โรงเรียน 		- 100,000 (อบต. สนับสนุนเสริมเรื่องอาหารให้กับทางศพด. และโรงเรียน)

กลุ่มที่ 3 นำเสนอโดย นายคำนึ่ง ศรีสุวรรณ ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนบ้านโคกค้าย เริ่มจากประเด็นความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งหมายถึงความจริงที่เรามาจะมีกินโดยไม่ขาด มีกิจกรรมจัดหาแหล่งผลิตโดยการปลูกผักสวนครัว จัดตั้งธนาคารอาหาร เพื่อกระจายพันธุ์พืชสู่ชุมชน มีผู้รับผิดชอบร่วมกันโดยครอบครัวพ่อแม่ ลูก ร่วมกันในโรงเรียน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และชุมชนทั่วไป มีการตรวจสอบโดยการไปเยี่ยมดู ประการที่ 2 จัดแหล่งบริการ โดยการจัดตั้งตลาดชุมชนในตำบลควนรู เพื่อกระจายและแลกเปลี่ยนซื้อขาย โดยมีอบต. ตัวแทนแต่ละหมู่บ้านเป็นผู้รับผิดชอบ ประเด็นความปลอดภัยทางด้านอาหาร 1. มีการประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าโภชนาการให้กับกลุ่มชุมชนโดยศูนย์พิทักษ์สิทธิ 2. การจัดสุขภาพตำบลด้านอาหารโดยการลดขยะในโรงเรียน ในชุมชน การตรวจสารปนเปื้อนในอาหารโดยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ประเด็นโภชนาการสมวัย จัดกิจกรรมให้ความรู้ด้านคุณภาพโภชนาการกับทุกวัย โดยโรงเรียน อบต. และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จัดระบบการปรุงอาหารทีมแม่ครัว ผู้ประกอบอาหารในโรงเรียน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และชุมชนให้เหมาะสม โดยมีการตรวจสอบจากสถานะทุพโภชนาการ ซึ่งแผนงานต่างๆ สรุปได้ดังตาราง

ที่	แผนงาน	กิจกรรม	หน่วยงานที่ รับผิดชอบ	การติดตามผล
1	ความมั่นคงทางอาหาร	1. จัดหาแหล่งผลิต กิจกรรมที่ทำโดย ปลูกผักสวนครัว จัดตั้ง ธนาคารอาหาร เพื่อกระจาย พันธุ์พืชสู่ชุมชน	1. ครอบครัว 2. โรงเรียน 3. ศพด. 4. ชุมชน	1. ตรวจสอบ

ที่	แผนงาน	กิจกรรม	หน่วยงานที่รับผิดชอบ	การติดตามผล
		2. จัดแหล่งบริการ โดยจัดตั้งตลาด ชุมชน ตลาดสีเขียวโดยชุมชน	1. อบต. 2. ผู้นำหมู่บ้าน 3. รพ.สต.	1. ตรวจสอบสาร ปนเปื้อนสารพิษ ทุกๆ 3 เดือน
2	ความปลอดภัยทางด้าน อาหาร	1. ประชาสัมพันธ์ รณรงค์ ให้ ความรู้คุณค่าโภชนาการ 2. จัดสุขาภิบาลด้านอาหาร ลดอาหารขยะในโรงเรียน ตรวจสอบสารปนเปื้อนในอาหาร	1. ศูนย์พิทักษ์สิทธิ 2. รพ.สต.	1. สำรวจ
3	โภชนาการอาหารสมวัย	1. ให้ความรู้ด้านคุณภาพ โภชนาการให้กับทุกวัย 2. จัดระบบการปรุง การ บริการ การรักษาความ สะอาด การตรวจสอบ	1. โรงเรียน 2. อบต. 3. ผู้ปกครอง 4. ผู้ประกอบ อาหาร 5. รพ.สต.	1. ตรวจสอบ สถานะทุก โภชนาการทุกๆ 3 เดือน

ปิดประชุมเวลา 12.15 น.

จันทิมา ทองฤกษ์ บันทึกถายงานการประชุม
ลัดดา เหมาะสุวรรณ ตรวจสอบรายงาน