



ปัจจัยแห่งความสำเร็จของการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยใน รูปแบบโมเดลปลานู่มหิดล

KEY SUCCESS FACTORS (KSF) FOR IMPLEMENTING THAINESS HOSPITAL FOR ACTIVE AGEING IN MAHIDOLIA HEALTHY MODEL

Received: September 15, 2025

Revised: December 15, 2025

Accepted: March 17, 2026

ศุภกฤต โสภิกุล¹, ชลธิชา แก้วอนุชิต^{2*}Suphakrit Sopikul¹, Chonticha Kaewanuchit^{2*}

บทคัดย่อ

บทความนี้นำเสนอปัจจัยแห่งความสำเร็จในการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดล ซึ่งเป็นนวัตกรรมบูรณาการองค์ความรู้ทางสุขภาพ วัฒนธรรมและวิถีชีวิตความเป็นไทย และการมีส่วนร่วมของชุมชน เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับพระราชปณิธานในจอมพลเรือสมเด็จพะมหิตลาธิเบศร อุดมเดชวิกรม พระบรมราชชนก สำหรับประโยชน์สุขแห่งมวลมนุษยชาติ ภายใต้แนวคิดปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพ

กลไกสำคัญ ได้แก่ เครือข่ายชุมชน ครอบครัว และข้อมูลรายบุคคล เพื่อการวางแผนและดูแลสุขภาพเชิงรุก โดยใช้กิจกรรมภายใต้ข้อมูลพื้นฐานของแต่ละบุคคล ปัจจัยที่เอื้อต่อความสำเร็จประกอบด้วย การสร้างต้นแบบและขยายผลในการดูแลผู้สูงอายุเชิงรุกที่สอดคล้องกับวิถีความเป็นไทย การบูรณาการสหวิชาชีพ การมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วน ตลอดจนการสนับสนุนงบประมาณด้วยการระดมทุน ส่งผลให้การบริหารจัดการมีความมั่นคงและยั่งยืน รวมทั้งการนำไปใช้ได้จริงในโรงพยาบาลระดับตำบลและอำเภอ ซึ่งใกล้บ้าน เพื่อเป้าหมายความมั่นคงสุขภาพพระยชาของชาติ

โมเดลปลานู่มหิดลจึงมิใช่เพียงมาตรการภายในโรงพยาบาล แต่เป็นระบบสุขภาพเชิงรุกที่บูรณาการสหวิชาชีพกับพลังชุมชนและภาครัฐ โดยใช้เป็นแนวทางสำคัญทางความมั่นคงด้านสุขภาพแห่งชาติ

คำสำคัญ: ปัจจัยแห่งความสำเร็จ, โรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทย, โมเดลปลานู่มหิดล

¹ สหพันธ์สุขภาพและสิ่งแวดล้อม (ประเทศไทย) จังหวัดนครปฐม

United Health and Environment Association of Thailand, Nakhon Pathom Province

² คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี กรุงเทพมหานคร

Faculty of Dentistry, Bangkokthonburi University, Bangkok

*Corresponding author E-mail: sim356@yahoo.com



Abstract

This article explores the key success factors in advancing the Thainess hospital for active ageing under the Mahidolia Healthy Model. This innovative health approach integrates health knowledge, Thai culture and lifestyle, and community participation to enhance the quality of life and well-being of older adults, in line with the royal aspiration of Admiral of the Fleet His Royal Highness Prince Mahidol of Songkla, who dedicated his life to the welfare of the people. Health planning within this model is guided by the framework of social determinants of health.

The operational mechanisms emphasize community networks, family engagement, core activities based on individual baseline data to facilitate proactive health management. Success factors include the establishment and scaling of prototypes, proactive elderly care rooted in Thai cultural practices, interdisciplinary integration, the active involvement of civil society both local administrative organizations and governmental agencies, alongside support from public and philanthropic resources. These elements contribute to the resilience and sustainability of the system. In addition, the model demonstrates practical applicability both subdistrict and district level hospitals, facilitating alignment with national long-term health security goals.

The Mahidolia Healthy Model is not only an intra-hospital measure, but is also a proactive health system integrating multidisciplinary teams, communities, and the government as a key framework for national health security.

Keywords: Key Success Factors, Thainess Hospital for Active Ageing, Mahidolia Healthy Model



บทนำ

ปัจจุบันในทั่วโลกจำนวนประชากรผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี⁽¹⁻²⁾ ดังนั้นหลายประเทศจึงได้มีการเตรียมความพร้อมในหลากหลายรูปแบบเพื่อการรองรับจำนวนประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้น โดยมุมมองทางด้านสาธารณสุขที่เกี่ยวกับการส่งเสริมและป้องกันสุขภาพผู้สูงอายุที่ยังกระฉับกระเฉงอยู่ไม่ให้มีภาวะสุขภาพที่ถดถอยไปจากเดิม เพื่อลดจำนวนผู้ป่วยสูงอายุที่นอนติดเตียงในโรงพยาบาล⁽³⁾ จึงมีการขับเคลื่อนเชิงกลยุทธ์รวมถึงกิจกรรมที่หลากหลายเกิดขึ้น⁽⁴⁻⁵⁾ รวมถึงได้มีการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัด⁽⁶⁾ เพื่อเกิดพระเกียรติจอมพลเรือสมเด็จพะมหิตลาธิเบศร อุดลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก จึงใช้ปลาบู่หมัดที่เป็นพันธุ์สัตว์ประเภทเดียวในโลก อันเนื่องด้วยพระนามาภิไธยในจอมพลเรือสมเด็จพะมหิตลาธิเบศร อุดลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก เป็นสิ่งบ่งชี้เชิงสัญลักษณ์ที่ได้ใช้ในการเกิดพระเกียรติพระองค์ที่ทรงเป็นพระบิดาแห่งการแพทย์แผนปัจจุบันและพระบิดาแห่งการสาธารณสุขไทย⁽⁷⁾ ซึ่งเชื่อมโยงต่อการส่งเสริมป้องกัน รักษา และฟื้นฟูเป็นเชิงสัญลักษณ์ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีภายใต้ฐานคิดของปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพ (Social Determinants of Health; SDH)

ดังนั้น บทความนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับสถานการณ์ประชากรผู้สูงอายุในประเทศกลุ่มอาเซียน การก่อเกิดและความสำคัญของการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัดจากแผนภูมิข้างปลาบู่หมัดที่ใช้ในโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทย แนวทางและกลไกการขับเคลื่อนสู่ปัจจัยแห่งความสำเร็จของโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัด ตัวอย่างแนวทางการจัดทำรูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุเพื่อให้มีสุขภาพดี ณ โรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัด และบทสรุป มีรายละเอียดดังนี้

สถานการณ์ประชากรผู้สูงอายุในประเทศกลุ่มอาเซียน

รายงานจากองค์การสหประชาชาติในปี พ.ศ. 2565 เกี่ยวกับสถานการณ์แนวโน้มประชากรทั่วโลกกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญตั้งแต่ปี พ.ศ. 2565 ถึงปี พ.ศ. 2593 ซึ่งมีอัตราการเติบโตเฉลี่ยต่อปีที่ร้อยละ 3.30 เมื่อพิจารณาในประเทศกลุ่มอาเซียนมีผู้สูงอายุประมาณ 674 ล้านคน โดยมีผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ราว 79 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 11.7 และผู้สูงอายุ 80 ปีขึ้นไป ประมาณ 8 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 1.2 (ได้แก่ ประเทศสิงคโปร์ ประเทศไทย และประเทศเวียดนาม กลายเป็นสังคมสูงอายุ)⁽⁴⁾ เมื่อพิจารณาเกณฑ์เป็นสังคมสูงอายุที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปพบว่า ประเทศสิงคโปร์ ร้อยละ 18 ประเทศไทย ร้อยละ 16 และประเทศเวียดนาม ร้อยละ 10 ตามลำดับ⁽²⁾ และปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่การเป็น “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2565 กล่าวคือเป็นสังคมที่มีสัดส่วนของผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากความเจริญก้าวหน้า



ทางเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุขที่พัฒนาขึ้นส่งผลให้ประชากรมีช่วงอายุที่ยืนยาวมากขึ้น ในขณะที่สัดส่วนของอัตราการเกิด และจำนวนประชากรในวัยทำงานลดน้อยลง⁽²⁾

ผู้สูงอายุจัดว่าเป็นกลุ่มเปราะบางทางสังคม และมีความลำบากในการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมทั้งมีปัญหาสุขภาพตามวัย เพราะเป็นวัยที่มีระบบภูมิคุ้มกันเสื่อมถอยลง อวัยวะต่างๆ ทั้งภายนอกและภายในร่างกายถดถอยและลดประสิทธิภาพในการทำงาน⁽³⁾ อย่างไรก็ตาม หากสุขภาพของผู้สูงอายุยังคงมีสุขภาพที่แข็งแรงกระฉับกระเฉงตามวัย เรียกว่า เป็นกลุ่มพลพลพลัง (Active aging) ก็จะสามารถดึงศักยภาพที่มีทั้งภูมิปัญญาอันทรงคุณค่านำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมได้ โดยองค์การอนามัยโลกได้นิยามคำว่า พลพลพลัง เป็นแนวคิดที่แสดงถึงภาวะสุขสมบูรณ์ของผู้สูงอายุ และเป็นเป้าหมายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มีประเด็นที่สำคัญ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ (Health) ด้านการมีส่วนร่วม (Participation) และด้านความมั่นคง (Security)⁽⁸⁾

การก่อเกิดและความสำคัญของการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัด

กระทรวงสาธารณสุขได้ยึดหลักการให้บริการทางสุขภาพตามค่านิยมสุขภาพขององค์การอนามัยโลกที่ว่า “สุขภาพ คือ สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และทางปัญญา” ฉะนั้น หน้าที่ระบบสุขภาพจึงมิใช่แค่การรักษาพยาบาลเมื่อยามเจ็บป่วยไข้เท่านั้น แต่มุ่งหวังให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีผ่านกระบวนการเสริมสร้างสุขภาพ ป้องกันโรค รักษาโรค และฟื้นฟูร่างกาย รวมทั้งกระบวนการสร้างความแข็งแกร่งและความพร้อมของการสาธารณสุขในการสร้างเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุข⁽⁵⁾ สอดคล้องกับแนวคิดของผู้เขียนที่มุ่งเจริญรอยตามพระราชปณิธานในจอมพลเรือ สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก ที่มุ่งมั่นในการนำมาซึ่งประโยชน์สุขแห่งมวลมนุษยชาติ ที่ว่า “ขอให้ถือประโยชน์ส่วนตนเป็นที่สอง ประโยชน์ของเพื่อนมนุษย์เป็นกิจที่หนึ่ง” และแนวคิดของพระองค์ เรื่อง “True success is not in the learning, but in its application to the benefit of mankind” ความหมายในภาษาไทยว่า “ความสำเร็จที่แท้จริงนั้นไม่ใช่มาจากการศึกษาเท่านั้น แต่อยู่ที่การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้เพื่อประโยชน์สุขแก่มวลมนุษยชาติ”⁽⁷⁾ จึงเป็นเหตุปัจจัยที่สำคัญนำไปสู่แนวคิดการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัดซึ่งเป็นเชิงสัญลักษณ์ เพื่อในการเทิดพระเกียรติจอมพลเรือสมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก เนื่องด้วยว่า ปลาบู่หมัดเป็นพันธุ์สัตว์ประเภทเดียวในโลกอันเนื่องด้วยพระนามาภิไธยในจอมพลเรือสมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก จึงเป็นสิ่งบ่งชี้เชิงสัญลักษณ์ที่ได้ใช้ในการเทิดพระเกียรติพระองค์ที่ทรงได้ให้ความสนพระทัยเรื่องการประมงเพื่อประโยชน์ทางด้านโภชนาการของประชากรไทย^(7,9) นำไปสู่การเกิดนวัตกรรมทางสังคมด้านพลพลพลังสำหรับการส่งเสริมสุขภาพในรูปแบบต่างๆ ของโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัดที่มีทั้งการขับเคลื่อนในระดับมหภาคและจุลภาคภายใต้



ฐานคิดจากปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพ โครงสร้างของสังคมในระดับมหภาพส่งผลต่อสุขภาพทั้งกายและจิตของมนุษย์ในระดับจุลภาคด้วยเช่นกัน⁽¹⁰⁾ ดังนั้น การมีส่วนร่วมและการร่วมมือกันจากแรงส่งเสริมสนับสนุนจากหน่วยงานภาคประชาชน ภาคสังคมในการสร้างสรรค์สังคมกิจกรรมบูรณาการทางสุขภาพด้วยความเมตตาธรรมที่เอื้ออาทร⁽¹¹⁾ โดยใช้ชุมชนเป็นฐานในการปฏิบัติงาน มีเป้าหมายให้ประชาชนสุขภาพดี มีความสุข สุขความมั่นคงทางสุขภาพได้อย่างยั่งยืนต่อไป

เมื่อวิเคราะห์ถึงบริบทสภาพของสังคมไทยในปัจจุบันนี้ที่ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ ทำให้โรงพยาบาลในปัจจุบันนี้มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องปรับสภาพเพื่อรองรับผู้สูงอายุที่มีจำนวนมากขึ้น เพราะโรงพยาบาลในรูปแบบเดิมจะมุ่งเน้นด้านการรักษาโรคเป็นหลักมากกว่าการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพของคน จะเห็นได้ว่า ลักษณะจะเป็นการบริหารจัดการบริการทางด้านสุขภาพในเชิงรับมากกว่าในเชิงรุก จากประสบการณ์ของผู้เขียนที่ได้ดำเนินงานในพื้นที่กลุ่มเป้าหมายได้พบเห็นความสำเร็จในการเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ในการป้องกันโรค โดยบูรณาการกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และปัญญา จากการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่เหมาะสมตามวัย การฝึกสติและสุขภาวะจิตใจ การเรียนรู้ภูมิปัญญาไทย และการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชนอย่างต่อเนื่อง เป็นต้น ซึ่งยังไว้ตามหลักสิทธิมนุษยชนและคงไว้ซึ่งวัฒนธรรมไทยร่วมสมัยอยู่ด้วย ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสมรรถภาพที่ดี สามารถพึ่งพาตนเองได้ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น นอกจากนี้กระบวนการขับเคลื่อนดังกล่าวสามารถอธิบายเชิงโครงสร้างและเชิงเหตุผลได้อย่างเป็นระบบจากแผนภูมิก้างปลา (Fishbone Diagram) ผู้การพัฒนาเป็นโมเดลปลาหมึกที่ใช้เพื่อการพัฒนาโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาหมึก โดยผสมผสานแนวคิดของปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพ (Social Determinants of Health) มีฐานคิดว่า ระบบโครงสร้างทางสังคมที่สร้างขึ้นมานั้นเป็นปัจจัยที่สำคัญในการกำหนดสุขภาพของคนแต่ละคนเป็นหลัก ร่วมกับเป้าหมายระดับสากลด้าน Active ageing และการพัฒนาระบบสุขภาพอย่างยั่งยืนมาประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับบริบททางสังคม วัฒนธรรม และวิถีชีวิตของชุมชนไทย อันนำไปสู่นโยบายและแนวคิดระดับโลกสู่การปฏิบัติจริงในระดับพื้นที่อย่างเป็นรูปธรรม โดย Think global จะมีเชื่อมกับระบบของปัญญาประดิษฐ์ร่วมกับ Telehealth และ Telemedicine ที่เป็นส่วนหนึ่งของ Virtual hospital ในทางระบบสาธารณสุข ในขณะที่ Act local เป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่น รวมถึงอาหารไทยพื้นบ้าน การดำเนินกิจกรรมการเคลื่อนไหวและสุขภาพ และกิจกรรมอื่นๆที่เกี่ยวข้อง

ดังนั้น การดำเนินการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาหมึก จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับการเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับผู้สูงอายุที่ยังมีสุขภาพกระฉับกระเฉงให้มากขึ้นด้วยโดยให้ความสำคัญในการบูรณาการการจัดการเรียนรู้ในลักษณะสหวิทยาการเพื่อให้



ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีจากการร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพบูรณาการแบบองค์รวมในทุกมิติไม่ว่าจะเป็นสุขภาพกายรวมถึงสุขภาพช่องปาก จิต สังคม อารมณ์ และปัญญาอย่างสม่ำเสมอ

จากแผนภูมิกำงปลาสู่โมเดลปลาบู่มหิดลที่ใช้ในการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิไลไทย

ด้วยคำกล่าวที่ว่า “Think global, Act local” จุดประกายแนวคิดมาจากปลาบู่มหิดลที่เป็นสัตว์น้ำทางทะเลที่หายากของโลก⁽¹²⁾ ที่เชื่อมโยงต่อการส่งเสริม ป้องกัน รักษา และฟื้นฟู เพื่อใช้เป็นสิ่งบ่งชี้เชิงสัญลักษณ์ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดี สะท้อนถึงความเป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกื้อหนุนและเชื่อมโยงกัน ส่งผลต่อการสร้างสุขภาวะในทุกมิติ นอกจากนี้ ยังช่วยในการรักษาสสมดุลของร่างกายและจิตใจ รวมทั้งจิตวิญญาณ (หมายถึงอารมณ์ สังคม และปัญญา) จากการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม นำไปสู่การปฏิบัติจริงจากประสบการณ์ตรงที่ได้รับการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งที่ปรึกษาของสำนักงานสาธารณสุขและโรงพยาบาล ทำให้สร้างโอกาสในการเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณจากการสร้างปัญญาให้กับชุมชน จากการที่ได้จัดทำโครงการที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างสุขภาวะให้เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ โดยการวางแผนงานและมาตรการทางด้านสุขภาพ ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาองค์ความรู้ทางด้านวิชาการทำให้เกิดรูปแบบโมเดลปลาบู่มหิดล⁽¹³⁾ ที่ได้พัฒนามาจากแผนภูมิกำงปลาในลักษณะเศรษฐศาสตร์สุขภาพภายใต้การประยุกต์แนวคิดปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพในระดับมหภาค ที่มีความเชื่อว่า โครงสร้างทางสังคมในระดับมหภาคที่แตกต่างกันเป็นตัวกำหนดสุขภาพของมนุษย์แต่ละคนให้แตกต่างกัน⁽⁸⁾ อันเกี่ยวเนื่องกับความมั่นคงแห่งชาติด้านสุขภาพที่ส่งผลให้เกิดความเท่าเทียมทางสุขภาพ นับได้ว่า เป็นสาระสำคัญที่เกี่ยวกับการพัฒนาแผนภูมิกำงปลาสู่โมเดลปลาบู่มหิดลที่ใช้ใน โรงพยาบาลผู้สูงอายุวิไลไทย⁽¹⁴⁾ นำไปสู่การเป็นโรงพยาบาลต้นแบบที่สามารถอธิบายได้ด้วยโมเดลปลาบู่มหิดลมุ่งเน้นไปยังกิจกรรมต่างๆ ที่มีจุดเริ่มต้นมาจากมิติสุขภาวะองค์รวม ขับเคลื่อนด้วยรูปแบบที่เข้าใจง่าย สามารถกระทำได้ทุกสถานที่ และทุกช่วงเวลา เหมาะสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องการออกกำลังกายก่อให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน และมีความสุข เป็นการเรียนรู้ออกกำลังกายประกอบจังหวะเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ (Sport dance for ageing) เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายตามหลักวิทยาศาสตร์ด้วยยุทธศาสตร์สุขภาวะชุมชนโดยใช้โมเดลปลาบู่มหิดลแบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ ประกอบด้วย หัวปลา เปรียบเสมือนการวางแผนจัดทำโครงการที่ฉายภาพกิจกรรมให้เห็นเด่นชัด โดยมีตาปลาบ่งบอกถึงควมมีชีวิตชีวาในการทำงาน จึงต้องมองเนืองงานในมิติที่กว้างไกล และพัฒนาองค์กรให้ก้าวหน้า ตัวปลา เปรียบเสมือนการรวบรวมจัดเตรียมบุคลากรในการดำเนินงาน ซึ่งหลายคนต่างมีคุณลักษณะและคุณสมบัติที่แตกต่างกัน (เปรียบดังเกล็ดปลา) และมีการจัดแบ่งหน้าที่ของแต่ละบุคคลให้เหมาะสม เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกันในการดำเนินงาน เพื่อให้การดำเนินงานนั้นมีประสิทธิภาพ และหางปลา เปรียบเสมือนเป้าหมายในการควบคุมดูแลให้การ



ประสานสอดคล้องกันอย่างมีทิศทาง และการขับเคลื่อนโครงการอย่างมีทิศทางเป้าหมายในการดำเนินงานที่แน่นอนชัดเจน (เปรียบดังครีบล่า)⁽¹⁵⁾

โมเดลปลาหมึกที่พัฒนามาจากแผนภูมิแก๊งปลา (Fishbone diagram) ได้แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัญหา กับสาเหตุของผลกระทบ⁽¹⁴⁻¹⁵⁾ โดยระบุปัญหาที่หัวปลา ระบุสาเหตุหลักของปัญหาเข้าสู่กระดูกแกนกลาง และระบุสาเหตุย่อยที่ส่งผลกระทบด้วยโครงสร้างที่ชัดเจนในการวิเคราะห์ปัจจัยพื้นฐานของสาเหตุของปัญหาต่าง ๆ เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจในโมเดลปลาหมึกถือว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้เสริมสร้างทักษะโดยได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาแผนงานและโครงการให้ดียิ่งขึ้น จึงต้องมีการทำความเข้าใจในเรื่องสุขภาพที่มีการเริ่มต้นมาจากการสร้างสิ่งบ่งชี้สุขภาวะของสังคมสำหรับกำหนดความสุขมวลรวมประชาชาติ (Gross National Happiness : GNH) ให้แก่ผู้สูงอายุ

แนวทางและกลไกการขับเคลื่อนสู่ปัจจัยแห่งความสำเร็จของโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาหมึก

แนวทางการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาหมึกภายใต้ปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพโดยเป็นแกนหลักในการขับเคลื่อนแผนงานและโครงการที่จะนำไปสู่แนวทางจัดกิจกรรมของโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาหมึกที่มีผลต่อความมั่นคงแห่งชาติด้านสุขภาพ⁽¹⁵⁾ โดยมีหลักการดังนี้ (1) นโยบายสาธารณะสุขต่อความมั่นคงแห่งชาติด้านสุขภาพผู้สูงอายุ (2) เงื่อนไขในการทำงานของผู้สูงอายุที่ยังสามารถทำงานได้ (3) จัดสภาพแวดล้อมของโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยให้เหมือนบ้าน (4) ความปลอดภัยทางอาหารและสมุนไพรที่จะนำมาใช้เป็นยา (5) กิจกรรมที่ใช้ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ (6) สถานะทางสุขภาพร่างกาย และจิตใจ รวมทั้งจิตวิญญาณ (หมายถึงอารมณ์ สังคม และปัญญา) (7) การเน้นส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคมากกว่าการรักษาโรค

การดำเนินการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาหมึก จึงเกิดขึ้นเพื่อให้มีการดำเนินการหลากหลายรูปแบบในการเสริมสร้างศักยภาพทางสุขภาพและป้องกันความเสี่ยงทางด้านสุขภาพที่จะเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุที่ยังคงกระฉับกระเฉง ตลอดจนการเตรียมความพร้อมในการรองรับผู้สูงอายุที่จะเป็น ผู้สูงอายุที่ยังคงกระฉับกระเฉงอีกด้วยให้คงมีสถานะทางสุขภาพที่ดี⁽⁶⁾ โดยต้องมีการระดมสมองเพื่อสร้างการมีส่วนร่วมจากภาคส่วนต่างๆ ที่เกี่ยวข้องสำหรับกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ รวมถึงการสร้างเครือข่ายความร่วมมือทางด้านสาธารณสุขเพื่อพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุและนำไปสู่การจัดทำข้อมูลเกี่ยวกับโมเดลปลาหมึกที่ใช้ในโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยที่นำมาใช้เผยแพร่ทางวิชาการ ผลความสำเร็จที่เกิดขึ้นกับเครือข่ายชุมชนและสหวิชาชีพ คือ สามารถใช้เป็นแหล่งข้อมูล และเครือข่ายการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุมารวมถึงการจัดเตรียมไว้รองรับการเป็น



ศูนย์ฝึกอบรมอาชีพ อีกทั้งผู้สูงอายุได้เรียนรู้เรื่องของธนาคารเวลาในการดูแลสุขภาพของคนในชุมชน และการจัดการเรียนการสอนสำหรับผู้สูงอายุในเชิงสหวิทยาการต่อไปในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประเด็นสุขภาพผู้สูงอายุทั้งในระดับชุมชนและระดับชาติ นอกจากนี้ ผลความสำเร็จที่จะเกิดขึ้นมา คือ ทำให้ประหยัศทรัพยากรของภาครัฐและภาคเอกชนในด้านงบประมาณที่ในอดีตมุ่งเน้นแต่การรักษา เป็นหลักให้หันมาใส่ใจการจัดสรรงบประมาณด้านส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคให้มากขึ้น เพื่อมิให้ค่าใช้จ่ายทางสุขภาพด้านรักษาสูงมากเกินไปจนเกิดความจำเป็น เมื่อได้ทำการสังเคราะห์ข้อมูลแล้วจะเห็นได้ว่า แนวคิดปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพที่ผสมผสานกับรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัดนี้จะเกี่ยวข้องกับ ความมั่นคงแห่งชาติด้านสุขภาพ เนื่องจากปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพนี้เชื่อมโยงทั้งในระดับ การเมือง เศรษฐกิจ สังคม ตลอดจนความมั่นคงของชาติ ซึ่งอยู่ในโครงสร้างทางสังคมระดับมหภาค สอดคล้องกับรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัดที่เน้นไปยังการวางแผน การวิเคราะห์ และสังเคราะห์องค์ความรู้ ที่ลักษณะยึดติดแน่นกระชับมั่นคงกับข้อมูลที่ได้มา โดยตรงจากการปฏิบัติจริงโดยใช้ชุมชนเป็น ฐานในการปฏิบัติการให้มีการสร้างอุดมการณ์แรงจูงใจในการดูแลส่งเสริมป้องกันสุขภาพร่วมกัน หากผู้สูงอายุมีความเอื้ออาทรใส่ใจในเรื่องสุขภาพทั้งของตนเองและคนรอบข้าง โดยการสนับสนุนใน ด้านการเรียนรู้เรื่องสุขภาพที่ดีกับผู้สูงอายุ ซึ่งสามารถสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีโอกาสเรียนรู้เพิ่มเติม เกี่ยวกับสุขภาพ เช่น การจัดกิจกรรมเหมาะสมกับผู้สูงอายุ การเข้าร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุจะได้รับ ประโยชน์ที่ดีต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ และสามารถเติบโตและมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ที่ สอดคล้องกับองค์การอนามัยโลกในการบูรณาการทางสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุอีกด้วย⁽¹⁵⁻¹⁶⁾

โมเดลปลาบู่หมัดทำให้เกิดผลลัพธ์นำไปสู่ปัจจัยแห่งความสำเร็จของการขับเคลื่อน โรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลาบู่หมัดได้นั้น โดยมีกลไกการขับเคลื่อน 3 ส่วน ประกอบด้วย 1) ประชาคมเครือข่ายแบบทีมสหวิชาชีพ 2) สถาบันครอบครัวและชุมชน 3) กิจกรรม พื้นฐานภายใต้การใช้ข้อมูลพื้นฐานของแต่ละคนเป็นสำคัญ โดยกลไกส่วนแรก ประกอบด้วย คณะทำงานที่มีทักษะด้านการจัดการสุขภาพผู้สูงอายุ และสหวิชาชีพเฉพาะด้าน เช่น นักสาธารณสุข นักโภชนาการ นักกายภาพบำบัด และแพทย์แผนไทยร่วมบริหารจัดการกิจกรรมตามแผนงานและ โครงการเพื่อบรรลุผลตามหลักการปฏิรูปสาธารณสุขมูลฐานเพื่อให้เกิดความมั่นคงแห่งชาติทางด้าน สุขภาพด้วย⁽¹⁸⁻¹⁹⁾ นอกจากนี้ ผู้สูงอายุต้องจัดทำแผนการดูแลสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี (Wellness Plan) ของตนเองที่บ้าน ซึ่งองค์การอนามัยโลกกำหนดแนวทาง 6 มิติ ได้แก่ สุขภาพกาย จิต สังคม ปัญญา จิตวิญญาณ และการทำงาน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน⁽²⁰⁻²¹⁾ การดูแลในแต่ละด้านจะ ช่วยเสริมสร้างสุขภาพโดยรวมในทุกมิติของชีวิต เนื่องจากผู้สูงอายุมีข้อจำกัดทางสุขภาพที่แตกต่างกัน⁽²²⁾ สำหรับกลไกที่สอง คือ สถาบันครอบครัวและชุมชน เป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมการดูแลตนเอง ของผู้สูงอายุ กิจกรรมที่กำหนดในโครงการย่อยออกแบบตามระดับความเสี่ยงของผู้สูงอายุและข้อมูล พื้นฐานที่สำคัญ โดยมุ่งเน้น 6 ด้านที่ประยุกต์จากแผนการดูแลสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของ



องค์การอนามัยโลก เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของไทย ได้แก่ โภชนาการ การเคลื่อนไหว สุขภาพช่องปาก สมอติ ความสุข และสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยในผู้สูงอายุ เป็นเครื่องมือในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคให้แก่ผู้สูงอายุ

เมื่อเกิดแผนการดูแลสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีแล้วย่อมทำให้เกิดผลลัพธ์ที่คาดหวัง คือผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีความสุขกาย สบายใจ และมีชุมชนสังคมที่ดี การวิเคราะห์สาเหตุหลักสาเหตุรอง และสาเหตุย่อยของปัญหาคุณภาพชีวิตไม่ดีและโรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ ชี้ให้เห็นว่าการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการในทุกมิติ ได้แก่ กาย จิต สังคม อารมณ์ และปัญญาจะช่วยลดปัญหาโรคเรื้อรังและส่งเสริมคุณภาพชีวิตโดยยึดหลักการที่ผู้สูงอายุสามารถมีสุขภาพดีได้ด้วยเตรียมตัวก่อนแก่และป้องกันก่อนป่วย ดังนั้น ผู้เขียนจึงเสนอแนวทาง “สามเหลี่ยมจากภูผาสู่มหานที” ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุภายใต้การประยุกต์ฐานคิดปัจจัยกำหนดสุขภาพทางสังคมร่วมด้วย โดยอ้างอิงหลักบรร (บ้าน วัด โรงเรียน) ซึ่งเป็นโครงสร้างทางสังคมระดับมหภาค และเชื่อมโยงกับการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการในทุกมิติ ใช้ชีวิตกลมกลืนกับธรรมชาติโดยใช้หลักบรร (บ้าน วัด โรงเรียน) การทำให้เกิดความยั่งยืนในโมเดลปลานู่มหิดลที่ใช้ในโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถิไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดลนั้น ผู้บริหารซึ่งจัดว่าเป็นระดับบนของโครงสร้างทางสังคมส่วนบนต้องเป็นผู้กำหนดให้เป็นแผนงาน โครงการ กำหนดเป็นมาตรฐานนโยบาย ยุทธศาสตร์ และ/หรือระเบียบปฏิบัติในหน่วยงานนั้นๆ นำไปสู่ยังผู้ปฏิบัติซึ่งอยู่ในส่วนของโครงสร้างสังคมส่วนล่างได้ปฏิบัติตามต่อไป

ตัวอย่างแนวทางการจัดทำรูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุเพื่อให้มีสุขภาพดี ณ โรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถิไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดล

รูปแบบกิจกรรมแนวใหม่ที่จะดำเนินการในโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถิไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดลนี้ ในระยะแรกของการก่อตั้งโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถิไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดล จะใช้ศูนย์การเรียนรู้ปลานู่มหิดลเป็นฐานในการดำเนินกิจกรรมโดยยึดหลักสาธารณสุข 4 มิติ ได้แก่ 1) การป้องกันโรค 2) การส่งเสริมสุขภาพอนามัย 3) การรักษาพยาบาล และ 4) การฟื้นฟูสภาพ โดยเริ่มเน้นมิติการป้องกันโรคเป็นหลัก ภายใต้วิถิที่ว่า “ผ่อนคลาย สบายกาย สบายจิต” เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติได้ง่ายและเหมาะสมตามวัย โดยรูปแบบโรงพยาบาลดังกล่าวสามารถจัดบริการในรูปแบบเคลื่อนที่และเชิงรุก ปรับตามสถานการณ์และสภาพแวดล้อม เช่น การให้บริการตามห้างสรรพสินค้า โรงแรม โรงเรียน บัณฑิตนันทน์ และศาลาวัด รวมถึงการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (AI) เข้ามาช่วยคัดกรองผู้เข้าร่วมกิจกรรม

ตัวอย่างแนวทางจัดกิจกรรมซึ่งมีการปรับให้เหมาะสมกับบริบทของสถานที่ที่จัดตั้งเป็นโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถิไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดลในแต่ละครั้ง (ตารางที่ 1) โดยมีกลไกการ



สนับสนุนจากทีมสุขภาพสหสาขาวิชาชีพ ทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงและผู้ร่วมดำเนินงาน โดยมีบุคลากรทางด้านสาธารณสุขที่มีใบประกอบวิชาชีพร่วมดูแลกิจกรรมด้วย เพื่อให้การจัดกิจกรรมบรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ เช่น กิจกรรมลีลาสและ/หรือสันทนาการและ/หรือการร้องเพลง กิจกรรมสอนการปฐมพยาบาลเบื้องต้น กิจกรรมไม่ป่วยดีกว่า โดยเน้นการป้องกันโรค ฝ้าสังเกตระวังอาการโรคต่างๆ กิจกรรมฝึกทักษะความจำ การเรียนรู้ การใช้สมอง กิจกรรมไม่ล้มลุกคลุกคลาน กิจกรรมปลูกพืชผักโตไวหรือเลี้ยงผึ้งแบบเช่าแปลงเกษตร กิจกรรมนันทนาการระสมุนไพรรัก กิจกรรมคิดคำนวณปริมาณพลังงานอาหาร กิจกรรมนาที่ชีวิตสุขภาพลูกเงิน กิจกรรมเลี้ยงปลาหรือสัตว์แบบเช่าแปลงเลี้ยง กิจกรรมส่งเสริมอาชีพสำหรับผู้สูงอายุ กิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ รวมถึงกิจกรรมตามเทศกาลท้องถิ่นในช่วงนั้นๆ เป็นต้น

การศึกษาวิจัยในพื้นที่จริงที่มีการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปาลาญ่มหิดลทั้งโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลและโรงพยาบาลชุมชนซึ่งเป็นโรงพยาบาลระดับอำเภอได้เกิดผลลัพธ์และปัจจัยความสำเร็จที่เกิดขึ้นจริง โดยมีการนำเสนอตลาดนัดสุขภาพในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และตลาดนัดสีเขียวในโรงพยาบาลชุมชนที่เน้นพืชผักสมุนไพรไร้สารพิษ และผลิตภัณฑ์จากท้องถิ่นมาจำหน่าย ซึ่งนำไปสู่การสร้างเศรษฐกิจสุขภาพในชุมชนท้องถิ่น ตลอดจนการคงไว้ซึ่งวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่นที่เชื่อมโยงกับสุขภาพวิถีไทยของท้องถิ่น โดยเน้นการให้เกียรติเคารพยกย่องผู้สูงอายุ นอกจากแนวทางที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ยังมีการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิต เช่น กายบริหารเพื่อสุขภาพที่ดัดใช้องค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและสุขภาพเข้ามา โภชนาการโดยใช้น้ำผึ้งจากธรรมชาติ การให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการดูแลตนเอง และการสร้างสุขภาวะทางอารมณ์ กิจกรรมเหล่านี้มีเป้าหมายเพื่อการป้องกันโรค ที่ทำให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมกับครอบครัวและชุมชน ซึ่งการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปาลาญ่มหิดลที่มีการร่วมกับโครงการผึ้งและคนเลี้ยงผึ้งของเครือข่ายสหวิทยาการเพื่อการวิจัยและพัฒนาแห่งราชบัณฑิตยสถานในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ตารางที่ 1 แนวทางจัดกิจกรรมสุขภาพที่ใช้ในโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปาลาญ่มหิดล

กิจกรรม และระยะเวลาที่ใช้	อุปกรณ์
ประเมินภาวะทางสุขภาพโดยใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ร่วมด้วยบุคลากรทางสาธารณสุข และเข้ารับการตรวจสุขภาพด้วยตัวเองเบื้องต้น (สอนและสาธิต)	เก้าอี้ พู ฟิง Stethoscope
แลกเปลี่ยนทำกับเพื่อนซึ่งมีการให้ได้ลองใช้หูฟังเสียงปอดเพื่อน ให้ติดอุปกรณ์วัดสุขภาพอย่างง่ายทำเป็นรูปปาลาญ่มหิดล เพราะปาลาญ่มหิดลเป็นสัตว์น้ำประจำจังหวัด	สมุดบันทึก ประวัติดูของ



จันทบุรี จึงใช้เป็นเชิงสัญลักษณ์และสอดคล้องกับเอกลักษณ์ของโมเดลปลานู่มหิดล ที่ใช้ในโรงพยาบาลผู้สูงอายุแห่งนี้ อุปกรณ์วัดสุขภาพอย่างง่าย เช่น นาฬิกา ที่สามารถคำนวณการใช้พลังงานและคลื่นหัวใจ การวัดออกซิเจนได้ระหว่างการทำกิจกรรมในโรงพยาบาล (กรณีอุปกรณ์ถ้าผู้รับบริการสนใจจะขอซื้อไปด้วยก็ได้) พร้อมทำแบบประเมินสุขภาพกายรวมถึงช่องปากและใจก่อนเข้ากิจกรรม มีน้ำเต้าหู้เพื่อสุขภาพหรือน้ำอัญชันหวานน้อยเตรียมไว้ต้อนรับให้กับผู้บริการ (เป็นส่วนหนึ่งในมิติสุขภาพกาย จิตสังคม) ใช้ระยะเวลา 2 ชั่วโมง	ผู้รับ บริการ แบบประเมิน อุปกรณ์วัด สุขภาพอย่าง ง่ายรูปปลานู่มหิดล
นั่งนั่งรถ/เดินชมแปลงเกษตรที่ปลูกไว้ให้ สามารถเลือกซื้อหยิบตัดเองผลผลิตจากธรรมชาติตามฤดูกาลด้วยตนเอง แล้วนำมาประเมินราคาและน้ำหนัก และเสริมด้วยการตกปลา สัตว์น้ำต่างๆ ที่เลี้ยงไว้ (เป็นส่วนหนึ่งในมิติทางสุขภาพจิต สังคม อารมณ์ ปัญญา) ใช้ระยะเวลา 1 ชั่วโมง	ตะกร้า ถุง กรรไกร เครื่อง ชั่งน้ำหนัก และ อุปกรณ์ตกปลา
สาธิตการเลี้ยงผึ้งและการใช้ผลิตภัณฑ์จากผึ้ง ทางโรงพยาบาลมีบริการให้เลือกน้ำผึ้งคัดสรรๆ ให้สำหรับผู้รับบริการที่ต้องการซื้อกลับไปที่บ้าน (เป็นส่วนหนึ่งในมิติทางสุขภาพกาย จิต สังคม อารมณ์) ใช้ระยะเวลา 1 ชั่วโมง	รังผึ้ง ผึ้ง น้ำผึ้ง และผลิตภัณฑ์ จากผึ้ง
เลือกเมนูอาหารเพื่อสุขภาพอย่างง่ายๆ เป็นอาหารกลางวัน คัดเลือกจากพืชผักสมุนไพรต่างๆ ที่มีประโยชน์นำมาใช้ประกอบอาหาร โดยช่วยกันเตรียมลงมือทำเองซึ่งเป็นอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เช่น สลัดน้ำใสหวานน้อย สลัดโรล เป็นต้น และการนับพลังงานที่จะได้รับพร้อมอาหารที่ทำ จากนั้นรับประทานอาหารร่วมกัน (เป็นส่วนหนึ่งในมิติทางจิตสังคม อารมณ์ รวมถึงมิติทางสุขภาพกายและสุขภาพช่องปากด้วย) ใช้ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที	ตามเมนูอาหาร ที่เลือก
ทำแบบประเมินสุขภาพทุกมิติก่อนกลับโดยใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ร่วมด้วย พร้อมส่งคืนอุปกรณ์ทางสุขภาพ ประเมินสุขภาพกายและจิตของตนเองก่อนเดินทางกลับด้วย (เป็นส่วนหนึ่งของมิติทางกาย และจิต) ใช้ระยะเวลา 30 นาที	แบบประเมิน สุขภาพ

บทสรุป

ปัจจัยแห่งความสำเร็จในการขับเคลื่อนโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดล ประกอบด้วยหลายประการสำคัญ ได้แก่ ประการแรก การสร้างต้นแบบและขยายผลด้วยโมเดลปลานู่มหิดล ซึ่งสะท้อนความเป็นไปได้ในการดำเนินงานเชิงรุกด้านการดูแลผู้สูงอายุแบบวิถีไทย ประการที่สอง การบูรณาการสหสาขาวิชาชีพระหว่างแพทย์แผนปัจจุบัน ทันตแพทย์ และวิชาชีพด้านสุขภาพ เช่น นักสาธารณสุข พยาบาล แพทย์แผนไทย นักเทคนิคการแพทย์ และนักกายภาพบำบัด เป็นต้น



สาขาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพเชิงองค์รวมไม่ว่าจะเป็นคนตรีบำบัด ศิลปะบำบัด และโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ อีกปัจจัยสำคัญ คือ การมีส่วนร่วมของชุมชนโดยการเชื่อมโยงโรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดลกับโรงพยาบาลต่างๆ ทำให้ระบบสุขภาพค่อยๆ เติบโตอย่างเข้มแข็งและยั่งยืน ฉะนั้น โรงพยาบาลผู้สูงอายุวิถีไทยในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดล จึงทำหน้าที่เปรียบเสมือนโรงเรียนกวดวิชาที่มาเสริมโรงเรียนหลักที่มีการจัดการเรียนการสอนอย่างเป็นระบบและมีมาตรฐาน โดยมุ่งให้เป็นต้นแบบที่สามารถขยายผลสู่สถานที่ต่างๆ ได้ทั่วประเทศไทย ดังนั้น โมเดลปลานู่มหิดลไม่เพียงเป็นมาตรการภายในโรงพยาบาล แต่ยังเป็นระบบสุขภาพเชิงรุกที่บูรณาการองค์ความรู้สหวิชาชีพและการมีส่วนร่วมของชุมชนส่งผลให้เกิดความมั่นคงด้านสุขภาพและสาธารณสุขระดับชาติอย่างยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

1. United Nations. World Population Prospects 2022. New York: United Nations Publication; 2022.
2. มูลนิธิสถาบันพัฒนาและวิจัยผู้สูงอายุไทย. สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย 2563. [อินเทอร์เน็ต]. 2563 [เข้าถึงเมื่อ 31 กรกฎาคม 2568]. เข้าถึงได้จาก https://www.dop.go.th/download/knowledge/th1635826373-975_0.pdf
3. Law L, Mok VC, Yau MM. Effects of functional tasks exercise on cognitive functions of older adults with mild cognitive impairment: a randomized controlled pilot trial. *Alzheimers Res Ther* 2019; 11(98): 1-10.
4. วรภูมิ มูลสิน, ประชัน คะเนวัน, ธนพัฒน์ จงมีสุข. นโยบายการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในกลุ่มประเทศอาเซียน. *วารสารนวัตกรรมการบริหารธุรกิจและท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์* 2567; 2(1): 83-92.
5. สถาบันเวชศาสตร์สมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรเพื่อผู้สูงอายุ. การพัฒนารูปแบบระบบบริการสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการ. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพยาบาล องค์กรส่งเสริมสุขภาพผ่านศีกในพระบรมราชูปถัมภ์; 2557.
6. ชลธิชา แก้วอนุชิต, ศุภกฤต โสภิกุล. การวิจัยเชิงคุณภาพ : แนวทางการบริหารจัดการทางด้านการแพทย์และสาธารณสุขในการจัดตั้งโรงพยาบาลสูงอายุในรูปแบบโมเดลปลานู่มหิดลภายใต้แนวคิดปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพ. *การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 22 ในวันที่ 24-25 มิถุนายน 2566 มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น. ประเทศไทย: จังหวัดปทุมธานี; 2566: 289-298.*



7. คณะกรรมการจัดพิมพ์หนังสือที่ระลึกเนื่องในโอกาสครบรอบ 100 ปี วันพระราชสมภพของ สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก พระราชบิดาในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช. 100 ปี สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก. กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล; 2534.
8. Medeiros K, Perkinson MA. Successful aging. Occupational therapy with aging adults promoting quality of life through collaborative practice. St. Louis: Elsevier; 2016.
9. ศุภกฤต โสภิกุล. เอกสารประกอบการบรรยายเรื่อง การจัดตั้งเครือข่ายสหสาขาวิชา ภาคตะวันออกเฉียงเหนือแห่งราชบัณฑิตยสภา (โครงการนำร่องการจัดตั้งเขตนุรักษ์ปลาน้ำหมึกดิน แหลมสิงห์). กรุงเทพฯ: สำนักงานราชบัณฑิตยสภา; 2552.
10. ชลธิชา แก้วอนุชิต. แนวคิดปัจจัยกำหนดสุขภาพและปัจจัยกำหนดสังคมทางสุขภาพภายใต้ระบบสุขภาพโลกและประเทศไทย. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ 2556; 36(1): 123-131.
11. กรมกิจการผู้สูงอายุ. คู่มือโรงเรียนผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ: กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์; 2559.
12. ศุภกฤต โสภิกุล. ปลาน้ำหมึก : อนุรักษ์มีชีวิตแห่งท้องทะเลไทย. กรุงเทพฯ: บริษัท โรงพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด; 2552.
13. ชลธิชา แก้วอนุชิต, ศุภกฤต โสภิกุล. แนวโน้มการจัดทำแบบเกษมสุขด้วยโมเดลปลาน้ำหมึกเพื่อการสาธารณสุขไทยภายใต้สถานการณ์โรคไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019. การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติครั้งที่ 18 ในวันที่ 3-4 กรกฎาคม 2564 มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น. ประเทศไทย: จังหวัดปทุมธานี; 2564: 108-116.
14. ทีมศูนย์เทคนิค บริษัท มิซูมิ (ไทยแลนด์) จำกัด. การวิเคราะห์ปัญหาด้วย แผนภูมิก้างปลา ทำอย่างไร. [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 1 กรกฎาคม 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://misumitechnical.com/technical/industrial-standard/get-to-know-about-fishbone-diagram/>
15. ชลธิชา แก้วอนุชิต, ศุภกฤต โสภิกุล. ระบบสุขภาพทางไกลด้วยโมเดลปลาน้ำหมึกเพื่อผู้สูงอายุพิการในยุค COVID-19. วารสารสาธารณสุขและวิทยาศาสตร์สุขภาพ. 2568; 8(1): 74-88.
16. World Health Organization. Integrated Care for Older People (ICOPE) Implementation Network: Guidance for Systems and Services. Switzerland: World Health Organization; 2019.
17. Jazayeri E, Kazemipour S, Hosseini SR, Radfar M. Quality of life in the elderly: A community study. Caspian Journal of Internal Medicine 2023; 14(3): 534-542. doi: 10.22088/cjim.14.3.543.
18. World Health Organization. The World Health Report 2008 Primary Health Care-Now more Than Ever. Switzerland: World Health Organization; 2008.



19. ชลธิชา แก้วอนุชิต, ขวัญศิริ ทองพูน, อัมมندا ไชยกาญจน์. วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา. 2557; 9(2): 108-120.
20. World Health Organization (WHO). Healthy Ageing: A Life-Course Approach. World Health Organization; 2018.
21. Hettler B. The Six Dimensions of Wellness. National Wellness Institute. [Internet]. 2025 [cited 2025 July 1]. Available from: <https://nationalwellness.org/resources/six-dimensions-of-wellness/>
22. Hunter B. Gerontological approaches to quality of life. In Johnson,J, Slaters R, Editors. Ageing and Later Life. Londons: SAGE Publications. J. B. Lippincott Company; 1992.