

รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดอำนาจเจริญ

ปริญญา ดวงศรี*

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดอำนาจเจริญ ทั้งหมด 41 ชมรม ศึกษาจากผลการดำเนินงานในปีงบประมาณ 2557 พบว่า ชมรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีจำนวนสมาชิกในชมรม 51-80 คน ร้อยละ 39.02 ประธานหรือแกนนำชมรม เป็นอดีตข้าราชการ จำนวน 34 คน ร้อยละ 82.92 ระยะเวลาในการดำเนินงานส่งเสริมช่องปากแก่สมาชิกในชมรมมากกว่า 5 ปี ร้อยละ 58.54 รองลงมาคือ 3-4 ปี ร้อยละ 31.71 แต่ละชมรมมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปาก โดยแกนนำชมรม/ทันตบุคลากรให้ความรู้ด้านทันตสุขภาพ สอนการแปรงฟันที่ถูกต้อง ตรวจสอบสุขภาพช่องปากเบื้องต้น ส่งต่อผู้สูงอายุที่ไม่มีฟันเข้าโครงการฟันเทียมพระราชทาน จัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก เช่น จัดมุมแปรงฟันและโมเดลสอนแปรงฟัน มีแปรงสีฟันยาสีฟันขายในราคาถูก มีการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้การส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุในระดับจังหวัดขึ้นทุกปี มีการแสดงผลงานนวัตกรรมในการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก มีแพทย์เฉพาะทางผู้สูงอายุมาให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพ โดยใช้ชื่อ “มหกรรมการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ จังหวัดอำนาจเจริญ” ทำให้สมาชิกแต่ละชมรมเกิดการเรียนรู้การดูแลสุขภาพช่องปากอย่างเหมาะสมกับตนเองและบริบทของชุมชน ชมรมที่มีประธานหรือแกนนำที่เข้มแข็ง จะมีการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง มีการสร้างนวัตกรรมที่เป็นภูมิปัญญาของท้องถิ่น และมีกิจกรรมที่ช่วยสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในชมรม ทำให้เกิดกระแสการมีส่วนร่วมในชุมชนขึ้น ช่วยขับเคลื่อนให้ชมรมผู้สูงอายุมีการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากโดยมีทันตบุคลากรเป็นแรงสนับสนุนทางสังคม

คำสำคัญ : ชมรมผู้สูงอายุ ส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

* ทันตแพทย์ชำนาญการพิเศษ
กลุ่มงานทันตสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอำนาจเจริญ

The Model of Oral Health Promotion Elderly Club in Amnatcharoen Province

Parinya Duangsri, D.D.S. *

Abstract

The objective of this research was to study the model of oral health promotion elderly clubs in Amnatcharoen province by results of operations to oral health promotion was proceeded in 2014 , all 41 clubs. It was found that : Number of club members most members are between 51 - 80 peoples accounted for 39.02 %. As a Former official of 34 persons accounted for 82.92%. Oral health promotion in elderly clubs is a period of operations of the club more than 5 years accounted for 58.54 %, followed by the 3-4 year 31.71 %. Each elderly club has organized activities to promote oral health as vocal elderly/dental personnel. Taught to brush their teeth properly. Oral examination Elementary Forward seniors who do not have teeth to severe the Royal denture project. The environment is conducive to promoting oral health by leading the club with dental personnel. In the province of organized knowledge sharing to promote the oral health of the elderly each district every year. Is showing innovative work in promoting oral health. There are specialty physicians to educate the elderly on health care. By name "Festival to promote oral health for the elderly" making each member club to learn proper oral health care for themselves and their community context. The club has a strong leader or president. To promote the oral health regularly and continuously. With innovation at the local wisdom. And activities that help build relationships between members of the club. Causing the stream to be involved in the community. Helped propel the elderly clubs are the promotion of oral health, dental personnel, with a strong social support.

Keywords : Elderly Clubs , Oral Health Promotion

* Dentist, Senior Professional Level

Dental Health Division, Amnatcharoen Provincial Public Health Office

บทนำ

ผลการสำรวจของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พบว่า ประชากรผู้สูงอายุของประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น จากร้อยละ 7.36 ในปี 2533 เป็นร้อยละ 9.38 และ 12.89 ในปี 2543 และ 2553 ตามลำดับ ซึ่งคาดว่าในปี 2563 จะมีประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็น 19.12 ของประชากรทั้งหมด การเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุ¹ เนื่องจากการที่ประชากรไทยมีอายุขัยเฉลี่ยเพิ่มมากขึ้น ในปี 2553 อายุคาดเฉลี่ยเมื่อแรกเกิดของคนไทย ชาย 70.4 ปี หญิง 77.5 ปี เพิ่มเป็นชาย 72.6 ปี และหญิง 79.3 ปี ในปี 2563² ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเสื่อมถอยทุกๆ ด้าน ทั้งสมรรถภาพ การทำงานของอวัยวะต่างๆ สถิติปัญญาความคิด ความจำ สถานะทางเศรษฐกิจ การมีปฏิสัมพันธ์ลดลง เกิดการพึ่งพิงทางเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุมักมีปัญหาเป็นโรคมามากกว่าหนึ่งโรค และสาเหตุการเสียชีวิตของผู้สูงอายุไทยพบตามลำดับ 7 โรคดังนี้ โรคมะเร็ง โรคหัวใจ โรคไต โรคปอดอักเสบ โรคเบาหวาน โรคตับ และอัมพาต³ อย่างไรก็ตาม โรคในช่องปากแม้จะไม่รุนแรง จนเสียชีวิตถึง 7 โรคดังกล่าวข้างต้น แต่การเกิดโรคในช่องปากจนต้องสูญเสียฟัน ไม่มีฟันบดเคี้ยวอาหาร ย่อมส่งผลเสียต่อสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิต และสภาพเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ เกณฑ์ขององค์การอนามัยโลกชี้ว่า ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ควรมีฟันใช้เคี้ยวอาหาร 20 ซี่ขึ้นไป⁴ อีกทั้งในแผนงานทันตสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุประเทศไทย พ.ศ. 2558-2565 ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ระบุเป้าหมายร้อยละ 80 ของผู้สูงอายุมีสุขภาพช่องปากดีและมีฟันใช้งานได้อย่าง

เหมาะสม (อย่างน้อย 20 ซี่ หรือ 4 คู่สบฟันหลัง)⁴ จะเห็นได้ว่า ทั้งในระดับโลกและระดับประเทศ ได้ให้ความสำคัญกับสุขภาพช่องปาก เนื่องจากสุขภาพช่องปากเป็นประตูสู่สุขภาพในทุกกลุ่มวัย แม้กระทั่งผู้สูงอายุก็มีความจำเป็นที่ต้องใช้ฟันในการบดเคี้ยวอาหารและจะส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพช่องปากในผู้สูงอายุจึงมีความจำเป็น

เมื่อปี พ.ศ. 2549 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ให้ความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุ โดยได้พัฒนานวัตกรรมกรมการดูแลสุขภาพช่องปากด้วยตนเอง ผ่านทางชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งมีอยู่ทุกตำบลทั่วประเทศ สนับสนุนให้แกนนำชมรมผู้สูงอายุคิดค้นและจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากที่เหมาะสมแก่สมาชิกในชมรม รวมทั้งกิจกรรมที่กระตุ้นให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของสุขภาพช่องปาก โดยภาครัฐ ทั้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและบุคลากรสาธารณสุขให้การสนับสนุนด้านวิชาการและบริหารจัดการ จนกระทั่งถึงปี พ.ศ. 2553 ได้กำหนดเป้าหมายให้มีการดำเนินงาน 1 จังหวัดอย่างน้อย 1 ชมรม และในปี พ.ศ. 2554 ได้ขยายเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากเป็น 1 อำเภออย่างน้อย 1 ชมรม⁵ และได้กำหนดเกณฑ์มาตรฐานผู้สูงอายุมีสุขภาพอนามัยพึงประสงค์ไว้ดังนี้ 1) ผู้สูงอายุมีสุขภาพดี ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ 2) มีฟันถาวรใช้งานได้อย่างน้อย 20 ซี่ 3) มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ และ 4) สามารถช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นได้ตามอัตภาพ การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในผู้สูงอายุเริ่มตั้งแต่ขั้นพื้นฐาน คือ การให้ความรู้ เรื่อง ทันตสุขภาพ การฝึกปฏิบัติดูแล

สุขภาพช่องปากด้วยตนเอง จนถึงการใช้สารทางชีวเคมี หรือวัสดุในการช่วยปรับเปลี่ยนสภาวะในช่องปาก เพื่อยับยั้งกระบวนการเกิดโรค ซึ่งการเลือกวิธีการต่างๆ เพื่อนำไปใช้กับผู้สูงอายุให้ประสบผลสำเร็จได้ ต้องมีทักษะในการเลือกใช้ โดยพิจารณาความเหมาะสมของสภาพช่องปาก สภาพร่างกาย ความรู้ วัฒนธรรม ประเพณี และยังต้องอาศัยความร่วมมือจากทาง ครอบครัว คู่สมรส บุตรหลาน หรือผู้ดูแล ในการที่จะสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมทันตสุขภาพที่ดี รวมถึงความเหมาะสมของสภาพเศรษฐกิจ สังคมของผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้ได้ผลคุ้มค่าสูงสุดด้วย^{6,7}

จากนโยบายระดับประเทศ จังหวัดอำนาจเจริญจึงได้ขับเคลื่อนประเด็นชมรมผู้สูงอายุ ดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากในอำเภอที่รับผิดชอบทั้ง 7 อำเภอ ชมรมผู้สูงอายุที่มีการรวมกลุ่มผู้สูงอายุทำกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ อยู่แล้ว เป็นภาคีเครือข่ายสำคัญที่สามารถพัฒนาศักยภาพ สร้างความเข้มแข็ง ให้เป็นผู้นำในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากเพิ่มเติมให้กับสมาชิกอย่างต่อเนื่อง มีการจัดระบบให้ผู้สูงอายุได้รับการบริการตามความจำเป็น ด้วยการสนับสนุนด้านวิชาการและบริหารจัดการ จากชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยงานสาธารณสุขในระดับตำบล อำเภอ จังหวัด⁸ โดยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดได้จัดกิจกรรมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุระดับจังหวัดขึ้น โดยใช้ชื่อ “มหกรรมการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ จังหวัดอำนาจเจริญ” เพื่อให้เกิดกระแสการดูแลสุขภาพช่องปากที่เด่นชัด ทำให้ชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากของจังหวัดอำนาจเจริญ ขยายความครอบคลุมเพิ่มขึ้น จากเดิม 1 ชมรม (ร้อยละ 1.25) ในปี 2553 เป็น 41 ชมรม (ร้อยละ 35.34) ในปี 2557⁹ และ

ยังเป็นการค้นหาผู้สูงอายุฟันดี 80 ปี และ 90 ปี ระดับจังหวัดเพื่อเป็นตัวแทนส่งประกวดในระดับเขต และระดับประเทศ การดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุผ่านชมรมผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพช่องปากที่ดี มีฟันเพียงพอในการบดเคี้ยวอาหาร ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดี และมีคุณภาพชีวิตโดยรวมต่อไป⁸

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษารูปแบบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ ในจังหวัดอำนาจเจริญที่ดำเนินการอยู่ในปี 2557 เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้มาพัฒนาแนวทางในการการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากในกลุ่มผู้สูงอายุของจังหวัดอำนาจเจริญ ให้ครอบคลุมทุกอำเภอต่อไป

วิธีการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Description study) โดยศึกษาผลการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุที่ดำเนินการอยู่ในปีงบประมาณ 2557 (ระหว่างเดือนตุลาคม 2556 ถึงเดือนกันยายน 2557)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ศึกษาเฉพาะ ชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก จังหวัดอำนาจเจริญ มีจำนวนทั้งหมด 41 ชมรม

เครื่องมือ คือ แบบประเมินชมรมผู้สูงอายุ ด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก และแบบสรุปผลการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในชมรมผู้สูงอายุ ด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ ร้อยละ และ ค่าเฉลี่ย

ผลการศึกษา

จากการศึกษารูปแบบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดอำนาจเจริญ ปี 2557 พบว่า

1. ข้อมูลทั่วไป

จังหวัดอำนาจเจริญ มีชมรมผู้สูงอายุทั้งหมด 116 ชมรม และมีชมรมที่ดำเนินการด้านส่งเสริมสุขภาพช่องปาก 41 ชมรม อำเภอ

ที่มีการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากมากที่สุด ได้แก่ อำเภอเมืองเสนางคนิคม และหัวตะพาน จำนวน 7 ชมรม ร้อยละ 17.07 และชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากที่มีสมาชิกมากที่สุด คือ อำเภอหัวตะพาน จำนวน 925 คน ร้อยละ 25.29 รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก แยกรายอำเภอ จังหวัดอำนาจเจริญ

ข้อมูล	จำนวน (แห่ง)	ร้อยละ
จำนวนสมาชิกในชมรม		
จำนวน 1 -50 คน	9	21.95
จำนวน 51 -80 คน	16	39.02
จำนวน 81 -100 คน	7	17.07
จำนวนมากกว่า 100 คน	9	21.95
มากที่สุด 354 คน น้อยที่สุด 20 คน		
ระยะเวลาดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุ		
1-2 ปี	4	9.76
3-4 ปี	13	31.71
5 ปี ขึ้นไป	24	58.54
มากที่สุด 7 ปี น้อยที่สุด 1 ปี		

ประธานหรือแกนนำชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก อาชีพในอดีต

ส่วนใหญ่เป็นข้าราชการ ร้อยละ 82.92 รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของอาชีพในอดีตของประธานหรือแกนนำชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ในจังหวัดอำนาจเจริญ (N =41)

อาชีพในอดีตของประธานหรือแกนนำ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ข้าราชการ	34	82.92
นักการเมืองท้องถิ่น	4	9.75
ค้าขาย	2	4.87
เกษตรกร	1	2.43

2. ด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

พบว่าชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากหลายกิจกรรม โดยทุกชมรมได้รับความรู้และการฝึกทักษะการดูแลสุขภาพช่องปากโดยแกนนำชมรมหรือทันตบุคลากร เดือนละ 1 ครั้ง มีการส่งต่อผู้สูงอายุไปรับบริการทันตกรรมที่หน่วยบริการสาธารณสุขใกล้บ้านและส่งต่อผู้สูงอายุที่ไม่มีฟันเข้าโครงการฟันเทียมพระราชทาน มีการรวมกลุ่มกันออกกำลังกาย การรำไม้พลอง ร้องเพลงหมอลำพื้นบ้าน กิจกรรม 3 วัย (เด็ก ผู้ใหญ่ ผู้สูง

อายุ) ใส่ใจสุขภาพ รองลงมาคือมีการตรวจความสะอาดหลังการแปรงฟันร่วมกันและให้คำแนะนำซึ่งกันและกันระหว่างเพื่อนคู่หู 40 แห่ง ร้อยละ 97.56 ชมรมร่วมจัดกิจกรรมและนำเสนอผลงานด้านการดูแลสุขภาพช่องปากโดยชมรมผู้สูงอายุในเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “มหกรรมการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ”ระดับจังหวัดปีละ 1 ครั้ง 39 แห่ง ร้อยละ 95.12 ตรวจสุขภาพช่องปากสมาชิกในชมรมโดยแกนนำชมรมหรือทันตบุคลากร 6 เดือนต่อครั้ง 38 แห่ง ร้อยละ 92.68 มีแผนการแก้ไขปัญหาสุขภาพของปากของสมาชิกชมรมอย่างเหมาะสม 38 แห่งร้อยละ 92.68 รายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของชมรมผู้สูงอายุที่มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ ในจังหวัดอำนาจเจริญ (N =41)

การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปาก	จำนวน (แห่ง)	ร้อยละ
1. ให้ความรู้และฝึกทักษะการดูแลสุขภาพช่องปากโดยแกนนำชมรม/ทันตบุคลากรเดือนละ 1 ครั้ง	41	100.00
2. ตรวจสุขภาพช่องปากสมาชิกในชมรมโดยแกนนำชมรม/ทันตบุคลากร 6 เดือน /1ครั้ง	38	92.68

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของชมรมผู้สูงอายุที่มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ ในจังหวัดอำนาจเจริญ (N =41) (ต่อ)

การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปาก	จำนวน (แห่ง)	ร้อยละ
3. มีการส่งต่อผู้สูงอายุไปรับบริการทันตกรรมที่หน่วยบริการสาธารณสุขใกล้บ้านและส่งต่อผู้สูงอายุที่ไม่มีฟันเข้าโครงการฟันเทียมพระราชทาน	41	100
4. มีแผนการแก้ไขปัญหาสุขภาพช่องปากของสมาชิกชมรมอย่างเหมาะสม	38	92.68
5. มีการตรวจความสะอาดหลังการแปรงฟันร่วมกันและให้คำแนะนำซึ่งกันและกันระหว่างเพื่อนคู่หู	40	97.56
6. มีการรวมกลุ่มกันออกกำลังกาย การรำไม้พลอง ร้องเพลงหมอลำพื้นบ้าน กิจกรรม 3 วัย (เด็ก ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ) ใส่ใจสุขภาพ	41	100.00
7. ร่วมจัดกิจกรรมและนำเสนอผลงานด้านการดูแลสุขภาพช่องปากโดยชมรมผู้สูงอายุ ในงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “มหกรรมการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุจังหวัดอำนาจเจริญ” ปีละ 1 ครั้ง	39	95.12

3. การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ

พบว่าทุกชมรมมีการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ โดยมีการจัดสถานที่จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ที่สะอาด สะดวกสบาย นำใช้บริการ และมีแปรงสีฟันยาสีฟันขายในราคาถูก 41 แห่ง ร้อยละ 100.00 รองลงมาคือมีการจัดบอร์ดให้ความรู้ด้านทันตสุขภาพในสถานที่ตั้งของชมรม และมีการเปลี่ยนบอร์ดความรู้ มีกิจกรรมสร้างกระแสในชุมชน สอนแปรงฟันให้เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียน

ประถมศึกษา แยกนำผู้สูงอายุเล่นิทานให้เด็กฟัง ร่วมจัดทำอาหารและขนมไทยอ่อนหวาน และมีการคิดค้นสร้างสรรค์นวัตกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุเช่น โมเดลสอนแปรงฟันด้วยกะลามะพร้าว ผงขัดฟันสมุนไพร น้ำยาบ้วนปากดีดี ไม้ขัดฟันฟันปี หมอลำทันตสุขภาพ สรภัญญะดูแลสุขภาพช่องปาก เป็นต้น 39 แห่ง ร้อยละ 95.12 แต่จะพบว่าชมรมผู้สูงอายุมีป้ายประกาศเป็นชมรมผู้สูงอายุ "ด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ" ไม่ครอบคลุมทุกชมรม มีเพียง 25 แห่ง ร้อยละ 60.98 รายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของชมรมผู้สูงอายุที่มีการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดอำนาจเจริญ (N =41)

การจัดสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการจัดการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก	จำนวน (แห่ง)	ร้อยละ
1. มีการจัดบอร์ดให้ความรู้ด้านทันตสุขภาพ ในสถานที่ตั้งของชมรม และมีการเปลี่ยนบอร์ดความรู้ เดือนละ 1 ครั้ง	39	95.12
2. มีการจัดสถานที่ในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากที่สะอาด สะดวกสบาย นำใช้บริการ และมีแปรงสีฟันยาสีฟันขายในราคาถูก	41	100.00
3. มีกิจกรรมสร้างกระแสในชุมชน เช่น สอนแปรงฟันให้เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียนประถมศึกษา แยกนำผู้สูงอายุเล่นิทานให้เด็กฟัง ร่วมกันทำอาหารและขนมไทยอ่อนหวาน	39	95.12
4. มีการคิดค้นสร้างสรรค์นวัตกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ผู้สูงอายุเช่น โมเดลสอนแปรงฟันด้วยกะลามะพร้าว ผงขัดฟันมูนิ น้ำยาบ้วนปากดีดี ไม่ขัดฟันฟันปี หมอลำทันตสุขภาพ สรภัญญะดูแลสุขภาพช่องปาก เป็นต้น	39	95.12
5. มีป้ายประกาศเป็นชมรมผู้สูงอายุ "ด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ"	25	60.98

วิจารณ์

ชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก จังหวัดอำนาจเจริญ ส่วนใหญ่มีระยะเวลาการดำเนินงานมากกว่า 5 ปี และมีจำนวนสมาชิกมากที่สุด 354 คน น้อยที่สุด 20 คน และมีจำนวนสมาชิกอยู่ระหว่าง 51-80 คน บางชมรมที่เพิ่งเริ่มก่อตั้งสมาชิกในชมรมยังมีจำนวนไม่มาก จะต้องอาศัยการประชาสัมพันธ์ และการให้แรงสนับสนุนทางสังคม อาชีพในอดีตของประธานหรือแกนนำผู้สูงอายุ ตามบริบทของชุมชนที่พบจากการศึกษาครั้งนี้ พบว่าประธานหรือแกนนำผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นข้าราชการบำนาญ ซึ่งมีภาวะความเป็นผู้นำสูง และสมาชิกชมรมให้การยอมรับ สอดคล้องกับ

การศึกษาของจินทรวรา จิระธรรมโอภาส และชรินทร์ อีสระยางกุล¹⁰ ที่ศึกษาการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ อำเภอแจ้ห่ม จังหวัดลำปาง พบว่าปัจจัยแห่งความสำเร็จของการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ ได้แก่ กลุ่มแกนนำผู้สูงอายุที่เป็นผู้มีความรู้ความสามารถ ปัจจุบันเป็นข้าราชการบำนาญในอาชีพครู และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งสมาชิกและคนในชุมชนรู้จัก และให้ความเคารพนับถือ ทั้งยังเสียสละจัดกิจกรรมให้สมาชิกได้พบปะกัน และทำกิจกรรมร่วมกันเป็นประจำ

การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุมีหลากหลายล้วนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมี ทันตสุขภาพที่ดี และสร้างความสามัคคีในชมรม การสร้างทักษะการดูแลสุขภาพช่องปากโดยแกนนำชมรมหรือทันตบุคลากร การตรวจสุขภาพช่องปากและการส่งต่อผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพช่องปากไปรับบริการทันตกรรมที่หน่วยบริการสาธารณสุขใกล้บ้านและส่งต่อผู้สูงอายุที่ไม่มีฟันเข้าโครงการฟันเทียมพระราชทาน สอดคล้องกับแนวคิดของกระทรวงสาธารณสุข “ใกล้บ้าน ใกล้ใจ”¹¹ ส่งผลให้ผลงานใส่ฟันเทียมในโครงการฟันเทียมพระราชทานจังหวัดอำนาจเจริญ ปี 2552-2558 ทำได้มากกว่าเป้าหมาย¹² การสร้างกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เช่นออกกำลังกาย การรำไม้พลอง ร้องหมอลำพื้นบ้าน ขับร้องสรภัญญะ กิจกรรม 3 วัย (เด็ก ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ) ใส่ใจสุขภาพ จะส่งผลให้เกิดการมีส่วนร่วม และสร้างความเข้มแข็งให้ชมรม สอดคล้องกับการศึกษาของดำรง อารงเลาะห์พันธุ์¹³ ที่พบว่าปัจจัยที่ทำให้การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุสำเร็จ ได้แก่ ความเข้มแข็งของชมรม ความต่อเนื่องในการดำเนินงาน การมีส่วนร่วม และการประสานความร่วมมือ

การสร้างกระแสในการส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุระดับจังหวัด โดยให้แต่ละอำเภอมีส่วนร่วมจัดกิจกรรมและนำเสนอผลงานด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากในมหกรรม การส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุระดับจังหวัด ซึ่งจัดขึ้นทุกปี ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และนำไปปรับใช้กับบริบทของชมรม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นนทลี วีระชัย, สุปราณี ดาโลดม และวรางคณา เวชวิธ¹⁴ ที่พบว่า การจัดกิจกรรม

ส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุ ภายใต้บรรยากาศเชิงบวก เชิงชื่นชมยินดี ในเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องสุขภาพและสุขภาพช่องปากที่ดีของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้เข้าประชุมได้เกิดการเรียนรู้การดำเนินงานในชมรมผู้สูงอายุต่างๆ เกิดแนวคิดเห็นวิธีการ และมีความตั้งใจที่จะนำความรู้ที่ได้รับไปดำเนินการต่อในชมรมผู้สูงอายุ ของแต่ละพื้นที่ที่รับผิดชอบต่อไป

การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพช่องปากของชมรมผู้สูงอายุ¹⁵ มีความสำคัญควรมียุทธศาสตร์ให้ความรู้ด้านทันตสุขภาพ มีสถานที่ที่สะอาดสะดวกสบาย นำใช้บริการ และมีแปรงสีฟัน ยาสีฟันขายในราคาถูก มีกิจกรรมสร้างกระแสในชุมชน เช่น สอนแปรงฟันให้เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียนประถมศึกษา แกนนำผู้สูงอายุ เล่านิทานให้เด็กฟัง ร่วมกันทำอาหารและขนมไทย อ่อนหวาน และมีการคิดค้นสร้างสรรค์นวัตกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ เช่น ผงขัดฟันมุณี น้ำยาบ้วนปากดีดี ไม้ขัดฟันฟันปีหมอลำทันตสุขภาพ สรภัญญะดูแลสุขภาพช่องปาก เป็นต้น

สรุป

ชมรมผู้สูงอายุที่มีประธานและแกนนำชมรมที่เข้มแข็ง มีการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ มีบุคลากรสาธารณสุขโดยเฉพาะทันตบุคลากรซึ่งเป็นแรงบันดาลใจทางสังคม คอยให้คำแนะนำปรึกษา จะทำให้ชมรมมีการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากที่เข้มแข็ง และยั่งยืน สามารถ

สร้างนวัตกรรมที่นำมาใช้ในการส่งเสริมสุขภาพช่องปากโดยภูมิปัญญาท้องถิ่น สร้างสัมพันธภาพของสมาชิกภายในชมรม มีการสร้างกระแสการมีส่วนร่วมทั้งในระดับชุมชน อำเภอ จังหวัด จะช่วยเป็นแรงสนับสนุนทางสังคมขับเคลื่อนให้ชมรมผู้สูงอายุมีการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากที่ยั่งยืนต่อไป

ข้อเสนอแนะ

เพื่อให้การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุเกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน รวมทั้งขยายจำนวนชมรมที่ดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากไปยังชมรมผู้สูงอายุที่ยังไม่ได้ดำเนินการในอำเภอต่างๆ ได้มากขึ้น ควรพิจารณาถึงประเด็นต่างๆ เช่น

- ควรส่งเสริมให้ข้าราชการบำนาญในอาชีพต่างๆ เช่น ครู อาจารย์ นักการเมืองท้องถิ่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุข กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน เป็นประธาน

และแกนนำผู้สูงอายุ จะช่วยขับเคลื่อนให้ชมรมผู้สูงอายุมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง และยั่งยืน เนื่องจากเป็นผู้มีความรู้ความสามารถ มีภาวะผู้นำ และเป็นที่ยอมรับของชุมชน

- ควรประสานงานกับสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ประจำจังหวัด เพื่อร่วมวางแผนงานในการขยายจำนวนชมรมผู้สูงอายุด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากไปยังอำเภอต่างๆ ให้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ทพญ.สุปราณี ดาโลดม ที่ให้คำชี้แนะในการวิจัย สมาชิกชมรมผู้สูงอายุทุกชมรมในจังหวัดอำนาจเจริญที่ให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลและร่วมกิจกรรมการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปาก รวมทั้งผู้บริหาร เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และทันตบุคลากรจังหวัดอำนาจเจริญทุกท่านที่มีส่วนช่วยเหลือในการศึกษาครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. ประชากรสูงอายุ ปี พ.ศ. 2533–2583. เข้าถึงได้จาก: http://social.nesdb.go.th/SocialStat/StatReport_Final.aspx?reportid=1209&template=2R1C&yeartype=M&subcatid=27
2. สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. อายุคาดเฉลี่ยเมื่อแรกเกิด (e0) (Life Expectancy at Birth) ปี พ.ศ. 2553 - 2583. เข้าถึงได้จาก: http://social.nesdb.go.th/SocialStat/StatReport_Final.aspx?reportid=88&template=2R1C&yeartype=M&subcatid=4
3. สมบูรณ์ อินทลาภาพร. ผู้สูงอายุ อยู่อย่างไร ไกลโรค. หมอชาวบ้าน. เข้าถึงได้จาก: <https://www.doctor.or.th/article/detail/6416>
4. สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. เป้าหมายแผนงานทันตสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุประเทศไทย พ.ศ. 2558-2565. เข้าถึงได้จาก: http://dental2.anamai.moph.go.th/download/article/article_20161028162941.pdf
5. สุปรานี ดาโลดม, วรุฒิ กุลแก้ว, กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีนวัตกรรมทันตสุขภาพวัยทำงานและสูงอายุ,บรรณาธิการ. แผนงานทันตสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุประเทศไทย. 2558. เข้าถึงได้จาก: http://dental.anamai.moph.go.th/elderly/2558/Project13-14aug15_06.pdf
6. สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การดำเนินงานการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ ปี 2558. เข้าถึงได้จาก: <http://dental.anamai.moph.go.th/elderly/elderly58.php>
7. สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การดำเนินงานการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ ปี 2556. เข้าถึงได้จาก: http://dental.anamai.moph.go.th/elderly/2556/MainProject/Guideline56_1.pdf, 2556.
8. สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. รายงานชมรมผู้สูงอายุที่จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปีงบประมาณ 2553-2560. เข้าถึงได้จาก: http://dental.anamai.moph.go.th/elderly/club_all.php, 2560
9. สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุเล่ม 4. เข้าถึงได้จาก: <http://dental.anamai.moph.go.th/oralhealth/elderly/2555/Eldgr/HPPEld4.pdf> . 2555
10. สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุจังหวัดลำปาง การสร้างเสริมสุขภาพช่องปากของผู้สูงอายุ เล่มที่ 6. เข้าถึงได้จาก: http://kcenter.anamai.moph.go.th/download.php?info_id=2177&download_file=pdf/71dff6ba725a305d1d8ddb02b99392bd.pdf

- 11.สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ,ใกล้บ้านใกล้ใจ ด้วยความใส่ใจ จาก “หมอชุมชน”. เข้าถึงได้จาก: <http://www.nhso.go.th/FrontEnd/NewsInformationDetail.aspx?newsid=MjE5.2559>
- 12.สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. รายงานผลการจัดบริการใส่ฟันเทียมโครงการฟันเทียมพระราชทาน ปี 2548-ปัจจุบัน. เข้าถึงได้จาก: http://dental.anamai.moph.go.th/elderly/denture_all.php
- 13.ดำรง อารงเลาะห์พันธุ์, รูปแบบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชมรมผู้สูงอายุพื้นที่ภาคตะวันออกของประเทศไทย. วิทยาสารทันตสาธารณสุข. 2556: 18(1): 49-62.
- 14.นนทลี วีระชัย, สุปราณี ดาโลดม และ วรางคณา เวชวิธ.การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลาง. วิทยาสารทันตสาธารณสุข 2551: 13(5): 59.
- 15.วสิน เทียนกิ่งแก้ว. การประเมินผลโครงการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดกระบี่. วิทยาสารทันตสาธารณสุข. 2555: 17(2): 93.