



## การดูแลสุขภาพตามแนววิถีธรรมชาติ: การพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวมของโรงพยาบาลแม่ลาว

### Natural health care: Holistic health promotion development of Mae Lao Hospital

|          |                 |           |          |                    |            |
|----------|-----------------|-----------|----------|--------------------|------------|
| เรมวอล   | นันทศุภวัฒน์    | D.S.N.*   | Raymoul  | Nantsupawat        | D.S.N.*    |
| สมใจ     | ศิริกมล         | พย.ม.**   | Somjai   | Sirakamon          | Ph.D.**    |
| สุชาดา   | จิระมหาริทยากุล | พย.ม.***  | Suchada  | Jiramahavittayakul | B.N.S.***  |
| มาลีจิตร | ชัยเนตร         | พย.ม.**** | Maleejit | Chainate           | M.N.S.**** |

#### บทคัดย่อ

การดูแลสุขภาพตามแนววิถีธรรมชาติเป็นกลยุทธ์อย่างหนึ่งที่สามารถดึงดูดชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมและเป็นการใช้ฐานความรู้ดั้งเดิมจากชุมชนแบบธรรมชาติ และวัฒนธรรมเข้ามาในการพัฒนาสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และชุมชน ซึ่งเป็นการพัฒนาที่ได้ผลลัพธ์ที่ดีต่อสุขภาพแบบองค์รวมและเป็นจุดเด่นของการป้องกัน (Preventive Healing) นอกจากนี้ สุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Health) ยังให้ความสำคัญสูงสุดกับการทำงานเชื่อมโยงของร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ หากส่วนหนึ่งส่วนใดมีปัญหา จะส่งผลกระทบต่อถึงส่วนอื่นๆที่เหลือ บทความนี้เป็นการสังเคราะห์และถอดบทเรียนโรงพยาบาลแม่ลาวที่ได้พัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวมโดยเน้นการผสมผสานกับวิถีธรรมชาติ โดยใช้กรอบแนวคิดคำประกาศออตตาวาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ 5 ด้าน ได้แก่ การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ การเสริมสร้างการดำเนินการในชุมชนที่เข้มแข็ง การพัฒนาทักษะส่วนบุคคล และการปรับเปลี่ยนระบบบริการสุขภาพ ซึ่งปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จประกอบด้วยปัจจัยด้านผู้บริหารและการบริหารจัดการ ทีมสุขภาพ ชุมชน และเครือข่ายสุขภาพ ส่วนปัจจัยที่เป็นอุปสรรคของการดำเนินงานประกอบด้วย ความยากลำบากในการเปลี่ยนแปลง การขาดผู้บริหารโครงการประจำ การขาดแคลนงบประมาณ การขาดความเข้าใจในแนวคิดองค์รวมและการขาดการเตรียมบุคลากรสำหรับดำเนินการโครงการอย่างต่อเนื่องในการบูรณาการการดูแลสุขภาพในแนววิถีธรรมชาติในบริการสุขภาพ บุคลากรด้านสุขภาพจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้อย่างแท้จริง และต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจของทุกฝ่ายไม่ว่าจะเป็นผู้บริหาร ทีมสุขภาพ และชุมชน โดยเฉพาะผู้บริหารสูงสุดต้องเป็นผู้นำ มีความมุ่งมั่นและให้การสนับสนุนจึงจะประสบผลสำเร็จ

\* รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
\* associate professor, faculty of nursing, Chiang Mai university  
\*\* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
\*\* assistant professor, faculty of nursing, Chiang Mai university  
\*\*\* พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ โรงพยาบาลแม่ลาว จังหวัดเชียงราย  
\*\*\* professional Nurse, Mae Lao Hospital, Chiang Rai Province  
\*\*\*\* พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลแม่ลาว จังหวัดเชียงราย  
\*\*\*\* professional Nurse, Mae Lao Hospital, Chiang Rai Province



โรงพยาบาลและสถานให้บริการสุขภาพต่าง ๆ ควรหันมาให้ความสนใจและส่งเสริมให้มีการผสมผสานการดูแลในแนววิถีธรรมชาติในบริการสุขภาพหลักมากขึ้น ในขณะที่ฝ่ายการศึกษาก็ควรมีการพัฒนาสมรรถนะของนักศึกษาซึ่งจะเป็นบุคลากรสุขภาพในอนาคตให้มีความสามารถในการดูแลในแนววิถีธรรมชาติมากขึ้น และสามารถปฏิบัติได้จริง

**คำสำคัญ:** การดูแลสุขภาพแนววิถีธรรมชาติ การสร้างเสริมสุขภาพ สุขภาพองค์รวม

## Abstract

Natural health care is one strategy to attract participation of community members using natural, original knowledge from the local culture in health promotion for individuals, families, and communities. The concept yields good outcomes in holistic health and preventive healing. Holistic health is very important for the body, emotion, and mind connection. If any parts have a problem, it will affect the others. This article aimed to synthesize and draw lessons learned from the holistic health promotion program of Mae Lao Hospital using 5 action means of the Ottawa charter for health promotion as the framework. Those action means include building healthy public policy, creating supportive environments, strengthening community action, developing personal skills, and reorienting health services. Factors lead to success are the administrators and management, health care team, community, and health care network. In contrary, factors impeding the mission include the difficulties in changing people life style, lacking of the project manager, lacking budget, insufficiency in holistic health concept, and lacking of preparing personnel to operate the project continually.

Integrating natural health care in health care service, health personnel need certainly understand in this concept. This scheme needs corporation from all parts including administrators, health care team, and community. Especially, to be success, the top administrator has to be a leader and presents his or her commitment in this aim. Hospital and other health care services should reorient their focus and provide supports to promote integrating natural health care in the main stream of health care service. Despite the fact that, education part should develop the students to have more competencies in providing natural health care practically.

**Key words:** Natural health care, health promotion program, Holistic health.



## บทนำ

ประเทศไทยประสบผลสำเร็จในการขยายความครอบคลุมของสถานบริการสาธารณสุข โดยมีโครงสร้างหน่วยบริการทั้งระดับปฐมภูมิและทุติยภูมิ กระจายครอบคลุมทุกจังหวัด และต่อมาก็มีการจัดหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าแก่ประชาชนไทย โดยมีเป้าหมายหลักเพื่อให้เกิดความเป็นธรรมในการเข้าถึงบริการสาธารณสุขที่จำเป็น อย่างไรก็ตาม พบว่ายังคงมีความไม่เป็นธรรมในการเข้าถึงบริการสาธารณสุข เช่น การขาดความเป็นธรรมในการกระจายของบุคลากรสาธารณสุข ระบบบริการปฐมภูมิขาดคุณภาพและไม่เข้มแข็ง แม้ว่าจะมีแนวคิดในการผลักดันให้เกิดบริการปฐมภูมิซึ่งครอบคลุมบริการสาธารณสุขมูลฐานแล้วก็ตาม ตลอดจนศักยภาพของบุคลากรในการจัดการกับปัญหาสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงและมีความซับซ้อนมากขึ้นนั้นยังมีจำกัด และต้องการความร่วมมือจากภาคส่วนอื่นโดยเฉพาะชุมชน (สำนักงานวิจัยเพื่อการพัฒนาหลักประกันสุขภาพไทย, 2552) นอกจากนี้ จากรายงานผลการวิจัยในช่วงปี 2550-2552 พบว่า การใช้บริการรักษาพยาบาลแบบผู้ป่วยนอกของครัวเรือนเพิ่มสูงขึ้นจาก 2.14 ครั้ง ต่อคนต่อปี เป็น 3.8 ครั้ง ต่อคนต่อปี และพบว่าประชาชนเลือกใช้บริการสุขภาพจากสถานพยาบาลของภาครัฐมากขึ้น การใช้บริการที่โรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไปเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่การใช้บริการภาคเอกชนลดลง (จกมล เลิศเกียรติารัง และคณะ, 2553) ทั้งนี้อาจเป็นผลสืบเนื่องมาจากนโยบายหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าซึ่งทำให้ประชาชนเข้าถึงบริการสุขภาพได้ง่ายและไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายส่งผลให้ค่าใช้จ่ายสำหรับการจัดบริการเพิ่มขึ้น เนื่องจากประชาชนมาใช้บริการเพิ่มขึ้น โดยอัตราการใช้บริการเพิ่มขึ้นทั้งบริการผู้ป่วยนอกและบริการผู้ป่วยใน ทำให้ต้นทุนการจัดบริการเพิ่มขึ้น (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2555) นอกจากนี้ยังพบว่า ปัญหาสุขภาพและการเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอยู่ในระดับสูงและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะโรคมะเร็ง และโรคที่เกิดจากพฤติกรรมเสี่ยง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคทางระบบหลอดเลือด ส่งผลให้มีผู้ป่วยด้วยโรคเรื้อรังเพิ่มขึ้น และพบอัตราการตายด้วยโรคเรื้อรังด้วย

เช่นกัน โดยมีอัตราการตายด้วยโรคมะเร็งเป็นอันดับหนึ่งและมีแนวโน้มสูงขึ้น 8 เท่า ดังนั้นจึงมีข้อเสนอแก้ไขปัญหาระบบสุขภาพไทยโดยการพัฒนาคูณภาพสถานบริการทุกระดับให้ดีขึ้นบนการมีส่วนร่วมของภาคประชาชน และมุ่งเน้นการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคมกกว่าการรักษาเมื่อเจ็บป่วย มีการพัฒนา การดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุ สนับสนุนการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก (ณรงค์ สหเมธาพัฒน์, 2557)

โรงพยาบาลแม่ลาวเป็นตัวอย่างที่ดีของสถานบริการสุขภาพของรัฐที่มีการปรับเปลี่ยนทิศทางการให้บริการสุขภาพโดยบูรณาการการดูแลโดยวิถีธรรมชาติ การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ร่วมกับการดูแลรักษาแบบการแพทย์แผนปัจจุบันอันเป็นบริการสุขภาพกระแสหลัก ซึ่งนับว่าเป็นการปรับตัวขององค์กรเพื่อเผชิญกับปัญหาการเจ็บป่วยเรื้อรังในชุมชนที่มีมากขึ้น ทั้งนี้จากข้อมูลรายงานของโรงพยาบาลในปี พ.ศ. 2540 พบว่า จากจำนวนประชาชนที่มาใช้บริการคัดกรองในหน่วยงานผู้ป่วยนอกนั้น มีผู้เป็นโรคเบาหวานถึงร้อยละ 16.13 และเป็นโรคความดันโลหิตสูงถึงร้อยละ 12.09 (โรงพยาบาลแม่ลาว, 2540) ประกอบกับเป็นระยะเริ่มแรกที่โรงพยาบาลแม่ลาวเปิดให้บริการสุขภาพหลังจากที่อำเภอแม่ลาวเพิ่งแยกจากตัวอำเภอเมืองเชียงรายใหม่ ๆ ซึ่งประชาชนอำเภอแม่ลาวในขณะนั้นมีความเคยชินและสะดวกที่จะเดินทางไปรักษาในโรงพยาบาลอำเภอเมือง จังหวัดเชียงรายมากกว่า ดังนั้นผู้บริหารโรงพยาบาลจึงพยายามคิดหากลยุทธ์ในการจัดการกับแนวโน้มปัญหาที่เกิดขึ้นและสามารถดึงดูดให้ประชาชนในอำเภอมารับบริการรักษาพยาบาลในโรงพยาบาลแม่ลาวได้ในขณะเดียวกัน ผู้บริหารโรงพยาบาลแม่ลาวจึงให้ความสำคัญกับการสร้างเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นการดูแลประชาชนเชิงรุกหรือเป็นการ “สร้างนำซ่อม” และได้ประกาศอย่างชัดเจนในวิสัยทัศน์ว่าจะเป็นโรงพยาบาลชุมชนที่จะสร้างสุขภาวะชุมชน อย่างมีคุณภาพโดยเน้นด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ภายใต้ปรัชญาสุขภาพพอเพียง ดังนั้นยุทธศาสตร์ที่ใช้จึงเป็นการพัฒนาบริการสุขภาพโดยเน้นผสมผสานวิถีธรรมชาติซึ่งรวมทั้งการแพทย์แผนไทยและ



การแพทย์ทางเลือกในการให้บริการสุขภาพ (วิจิตร ศรีสุพรรณ, วิลาวัลย์ เสนารัตน์, และชนิษฐา นันทบุตร, 2557)

บ้านดินและการดูแลสุขภาพตามแนววิถีธรรมชาติ เป็นนวัตกรรมการสร้างเสริมสุขภาพที่สะท้อนถึงการให้ความสำคัญกับมิติการดูแลสุขภาพอย่างเป็นองค์รวมของโรงพยาบาลแม่ลาว โดยมีการดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพที่ครอบคลุมทั้ง 5 ด้านตามแนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพตามประกาศออตตาวา โดยเฉพาะในด้านของการเป็นนวัตกรรมที่มีการสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ บทความนี้เป็นกรณีศึกษาการพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวมที่โรงพยาบาลแม่ลาวโดยใช้กรอบแนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพตามประกาศออตตาวาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ (WHO, 1986) บ้านดินและศูนย์สุขภาพแบบองค์รวม: ปฐมบทการดูแลสุขภาพตามแนววิถีธรรมชาติ

เมื่อประกาศจะเป็นโรงพยาบาลที่เน้นการสร้างสุขภาพชุมชนแบบพอเพียงและเน้นการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลแม่ลาวจึงมีนโยบายให้บริการสุขภาพประชาชนโดยยึดเอาวิถีธรรมชาติเป็นแนวทางในการดูแลสุขภาพโดยมุ่งเน้นการผสมผสานการแพทย์แบบทางเลือกรวมกับการให้บริการสุขภาพด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน บริการที่ให้มีทั้งการฝังเข็ม โฮมีโอพาธี (Homeopathy) การแพทย์แผนไทย และไครโพรแฟกติกส์หรือการกระดูก (Chiropractic) เดิมโดยมีจิตอาสา “หมอเมือง” มาให้บริการด้านการแพทย์พื้นบ้าน ที่โรงพยาบาล ณ หอผู้ป่วยใน และงานเวชกรรมฟื้นฟู เช่น การเช็ดแผล ตอกเส้น ย่ำขา ย้องขวัญ และนวด เป็นต้น ปัจจุบันหมอเมืองได้ไปให้บริการ ณ ศูนย์มีตรภาพบำบัดในชุมชน และออกให้บริการที่บ้านผู้ป่วย ผู้พิการ ตัดบ้านติดเตียง (Home Ward Care)

ในปี พ.ศ. 2550 โรงพยาบาลแม่ลาวได้เปิดหน่วยบริการที่เรียกว่า “ศูนย์สุขภาพองค์รวม” ให้บริการสุขภาพด้วยโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพโดยหลัก “ธรรมชาติบำบัด” หรือวิถีทางธรรมชาติ มีเป้าหมายสำคัญคือ การกระตุ้นให้ผู้เข้าโปรแกรมได้ตระหนักรู้ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองเพื่อการมีชีวิตที่

ยืนยาว บริการธรรมชาติบำบัดที่โรงพยาบาลแห่งนี้มีความหลากหลายเป็นอย่างมาก ที่โดดเด่นเป็นที่รู้จักกันดีคือ “บ้านดินรีสอร์ท” ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพ โดยเชื่อว่าบ้านดินจะช่วยเสริมพลังและสร้างความสุขสบายให้แก่ผู้พักอาศัย บ้านดินที่โรงพยาบาลแม่ลาว สร้างขึ้นด้วยน้ำพักน้ำแรงและความร่วมมือร่วมใจของพยาบาล แพทย์และบุคลากรทุกฝ่าย ภายนอกมีโครงสร้างแข็งแรง สวยงาม ส่วนภายในก็ตกแต่งไว้อย่างเป็นระเบียบ สวยงาม และสะอาดตา ผู้ที่เข้าร่วมในโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพจะถูกจัดให้พักอาศัยในบ้านดินและจะได้รับ การตรวจสุขภาพเป็นข้อมูลพื้นฐานก่อนเข้าโปรแกรม ได้แก่ ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด สารเคมีตกค้างในเลือด ตรวจประเมินระดับไขมันตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย (Body scan) ตรวจวัดความดันโลหิต ตรวจความสมดุลของโครงสร้างร่างกาย เป็นต้น และนอกจากนี้ผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมจะได้รับบริการที่หลากหลายครอบคลุมทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็น อาหารเพื่อสุขภาพที่เรียกว่า อาหารแมคโครไบโอติกส์-มาปี (Macrobiotics Ma-Pi) น้ำผัก ผลไม้ น้ำคลอโรฟิฟส์ และน้ำสมุนไพรรักษาสุขภาพ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ท่าทางบำบัด ฤาษีดัดตน ครอบงำบำบัด ศิลปกรรม นวด ประคบ อบสมุนไพร การอาบแสงตะวัน การล้างตา ล้างปาก และล้างจมูก ตามหลักธรรมชาติบำบัด การแช่มือแช่เท้าด้วยสมุนไพรรุขฤทัยหรือฤทัยร้อนตามฤดูกาล การพอกหน้า พอกตัว สบพู่หน้า การแช่น้ำร้อนออนเซ็น ไปจนถึง สมานบำบัด หัตถะบำบัด ดนตรีบำบัด มนตราบำบัด สุนทรบำบัด กายาวนา และเซไทย เป็นต้น บริการที่ให้อย่างขยายไปถึง ทั่วธรรมชาติ ทั่วธรรมชาติ และทั่วสุขภาพด้วย ผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมจะได้รับการสอนให้สามารถปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพด้วยตนเองเพื่อที่จะได้กลับไปดูแลตนเอง คนในครอบครัวและคนในชุมชนได้

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นคือ ผลการตรวจเลือดหลังเข้าร่วมโปรแกรมดีขึ้น ส่วนใหญ่มีค่าไขมันดี (HDL) อยู่ในระดับสูงขึ้น ความดันโลหิตลดลง ผลการตรวจเลือดมีสารพิษอยู่ในระดับปกติและปลอดภัยเป็นส่วนใหญ่ และยัง สามารถช่วยให้ผู้ป่วยเบาหวานไม่ต้องถูกตัดเท้าเป็นต้น คนที่เข้าร่วมโครงการมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปใน

ทางที่ดีขึ้น กลุ่มเจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาลเองก็มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น เลือกรับประทานผักปลอดสารพิษมากขึ้น เกิดเรื่องเล่าที่ภาคภูมิใจ เช่น ผู้เข้าร่วมโปรแกรมซึ่งเป็นหญิงสาวรายหนึ่ง มีปัญหาน้ำหนักเกินสามารถลดน้ำหนักได้จาก 88 กิโลกรัมเหลือเพียง 79 กิโลกรัม และผู้ป่วยรายหนึ่งได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรค SLE หลังได้รับการดูแลโดยวิถีธรรมชาติบำบัด ผู้ป่วยอาการทุเลา หายจากอาการบวมและค่าความดันโลหิตลดลงจาก 180/130 เป็น 130/90 ผู้เข้าร่วมโปรแกรมต่างประทับใจ มีการพูดคุยกันปากต่อปาก จึงมีผู้มาจองเข้าร่วมโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพและพักบ้านดินอย่างต่อเนื่อง มีหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน มาศึกษาดูงานเป็นจำนวนมาก การดำเนินงานของศูนย์สุขภาพองค์กรรวมโรงพยาบาลแม่ลาว ประสบความสำเร็จและมีการเจริญเติบโตอย่างต่อเนื่องน่าชื่นชม

ผลจากความสำเร็จของการดำเนินโครงการบ้านดินและศูนย์สุขภาพองค์กรรวม ทำให้โรงพยาบาลมีชื่อเสียง มีผู้มารับบริการและโดยเฉพาะมีผู้สนใจมาศึกษาดูงานเป็นจำนวนมาก ส่งผลให้โรงพยาบาลแม่ลาวสามารถพึ่งพาตนเองได้เนื่องจากมีรายได้ส่วนหนึ่งจากค่าลงทะเบียนเข้าร่วมโปรแกรมของผู้สนใจ และส่วนหนึ่งจากเงินบริจาคจากผู้เข้าศึกษาดูงาน นอกจากนี้ยังได้รับเงินสนับสนุนจากกระทรวงสาธารณสุข สำนักหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ผู้บริหารที่เข้ามาในเทศาณ ตลอดจนโรงพยาบาลเอกชนที่ร่วมบริจาคเงินสร้างบ้านดิน ทำให้โรงพยาบาลมีเงินทุนหมุนเวียนในการดำเนินโครงการและพัฒนาให้กิจการมีความก้าวหน้าอย่างต่อเนื่อง

บทเรียนการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์กรรวมของโรงพยาบาลแม่ลาวในมุมมอง 5 ด้านตามคำประกาศออตตาวาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ

ในส่วนต่อไปนี้เป็นสังเคราะห์และถอดบทเรียนการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์กรรวมของโรงพยาบาลแม่ลาวในมุมมอง 5 ด้านตามคำประกาศออตตาวาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ โดยเรียงตามลำดับดังนี้

การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ นโยบายสาธารณะเป็นนโยบายที่อาจเกิดขึ้นจากภาครัฐหรือจากเอกชนก็ได้ เกิดขึ้นในระดับประเทศ ชุมชน หรือระดับ

หน่วยงานหรือองค์กรก็ได้ และกระบวนการพัฒนานโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพนั้นอาจเริ่มจากมุมใดก็ได้เช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นโดยภาคการเมืองหรือราชการ ภาควิชาชีพหรือวิชาการ หรือภาคประชาชนหรือสังคม สิ่งสำคัญคือการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนนั้น ๆ และการปฏิบัติที่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน (อำพล จินดาวัฒนะ, 2551) ที่โรงพยาบาลแม่ลาว ผู้อำนวยการมีนโยบายและยุทธศาสตร์ที่ชัดเจนในการมุ่งเน้นการสร้างสุขภาพ และให้บริการสุขภาพโดยผสมผสานแนวคิดการบำบัดโดยวิถีตามธรรมชาติหรือการแพทย์ทางเลือก เมื่อประกาศนโยบายชัดเจนและเป็นที่ยอมรับทั่วกันแล้ว ได้มีการนำนโยบายไปสู่การปฏิบัติจริงโดยอาศัยความร่วมมือและการมีส่วนร่วมจากทุกฝ่ายของบุคลากรโรงพยาบาล ก่อให้เกิดการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ มากมายที่ได้บูรณาการแนวคิดแห่งวิถีธรรมชาติและการแพทย์ทางเลือก เข้าไปผสมผสานในงานขับเคลื่อนไปพร้อมกันทั้งในองค์กรและชุมชน โดยมุ่งเน้นการส่งเสริม ป้องกันโรค การรักษา และการฟื้นฟูสุขภาพ ให้แก่ประชาชนทุกกลุ่มวัย โดยเฉพาะกลุ่มการพยาบาลมีการนำองค์ความรู้ที่ได้รับการพัฒนา เพื่อนำไปปรับใช้ในโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพแก่ผู้รับบริการกลุ่มเสี่ยงต่าง ๆ ที่ไม่ได้เข้าโปรแกรมด้วย นับว่าเป็นการดำเนินกิจกรรมของโรงพยาบาลไปในทิศทางเดียวกัน และไม่ได้เป็นการดำเนินการของผู้บริหารหรือกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งแต่เป็นการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน ทุกหน่วยงานในโรงพยาบาลและส่งผลดีต่อสุขภาพของทั้งผู้ป่วย ชุมชนและแม้กระทั่งในกลุ่มเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลเอง เป็นนโยบายที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดีอย่างแท้จริง

สืบเนื่องจากนโยบายดังกล่าว ต่อมาโรงพยาบาลมีการจัดตั้งศูนย์อาหารแมคโครไบโอติกส์ จัดอาหารตามแนวทางแมคโครไบโอติกส์ประเภทหนึ่งที่เรียกว่า “แมคโครไบโอติกส์ – มาปี (Macrobiotics Ma-Pi)” ให้ผู้ป่วยรับประทานทุกมื้อ รวมทั้งจัดบริการให้แก่เจ้าหน้าที่และบุคคลทั่วไปในมื้อเช้าและมื้อกลางวัน และเผยแพร่ความรู้เรื่องอาหารแมคโครไบโอติกส์ ไปยังเจ้าหน้าที่ในรพ.สต.และกลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น ผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และประชาชนในชุมชนด้วย ในปี



พ.ศ 2552 ได้ก่อตั้งศูนย์มิตรภาพบำบัดด้วยบ้านดินในโรงพยาบาล เพื่อใช้เป็นศูนย์รวมการดำเนินงานและการประชุมของจิตอาสาจากชุมชนและเจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาล ต่อมาয়ก่อให้เกิดศูนย์มิตรภาพบำบัดในชุมชนเขตอำเภอแม่ลาวอีกจำนวน 9 แห่ง โดยการชี้แนะของโรงพยาบาลศูนย์สุขภาพองค์รวมโรงพยาบาลแม่ลาว มีลักษณะเป็นศูนย์การดูแลในชุมชนโดยชุมชนด้วยการใช้ภูมิปัญญาชาวบ้านและวิถีธรรมชาติ ใช้ชื่อศูนย์ว่า “ศูนย์มิตรภาพบำบัด มิตรช่วยมิตร เพื่อนช่วยเพื่อนจิตอาสาเครือข่ายสุขภาพอำเภอแม่ลาว” มีกิจกรรมของศูนย์แต่ละแห่งอย่างน้อยเดือนละ 2 ครั้ง กิจกรรมภายในศูนย์ประกอบด้วย บริการนวดแผนไทย ตอกเส้น ย่ำขาง อบสมุนไพร แช่เท้าด้วยสมุนไพร และจำหน่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่ชุมชนผลิตเอง โดยทุกศูนย์จะมีหมอพื้นเมืองที่มีความรู้ด้านสมุนไพรที่อยู่ในพื้นที่เป็นผู้ดูแล มีเจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลแม่ลาวและเจ้าหน้าที่จากรพ.สต.ในพื้นที่เข้าไปให้คำปรึกษา รวมทั้งร่วมให้บริการสุขภาพด้วย เช่น การตรวจสุขภาพโดยแพทย์แผนไทย ผังเข็ม และกายภาพบำบัด โดยมีพยาบาลเป็นผู้ประสานงานหลัก นอกจากนี้ยังส่งเสริมให้ชุมชนปลูกสมุนไพรไว้ใช้ในครัวเรือนและนำมาใช้บริการในศูนย์มิตรภาพบำบัดด้วย เวลาต่อมายังเกิดศูนย์มิตรภาพบำบัดในชุมชน เพิ่มอีก 3 แห่ง โรงเรียนผู้สูงอายุ 2 แห่ง ศูนย์ฮัตซอฮอเมือง 1 แห่ง ศูนย์ว่านน้ำผลิตสมุนไพร 1 แห่ง

นโยบายการสร้างสุขภาพและให้บริการสุขภาพโดยผสมผสานแนวความคิดการบำบัดโดยวิถีตามธรรมชาติของโรงพยาบาลแม่ลาวเป็นตัวอย่างที่ดีของนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพที่มีจุดเริ่มต้นจากฝ่ายผู้มีอำนาจสูงสุดในองค์กรแล้วได้รับความร่วมมือร่วมใจจากหน่วยงานและสมาชิกในองค์กรอย่างแข็งขัน ทุกหน่วยงานมีส่วนร่วมและปฏิบัติไปในทิศทางเดียวกันและยังมีการเผยแพร่แนวคิดและการปฏิบัติสู่องค์กรอื่นๆ ในชุมชน และชุมชนได้มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพของตนเองด้วยวิถีธรรมชาติด้วย

### การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ

เมื่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลมีนโยบายแน่วแน่ที่จะใช้ยุทธศาสตร์ “สร้างนำซ่อม” โดยอาศัยการแพทย์

ทางเลือกซึ่งมุ่งเน้นวิถีทางธรรมชาติ จึงได้จัดตั้งคณะทำงานขึ้นในปีงบประมาณ 2548 และผู้อำนวยการพร้อมทั้งคณะทำงานได้มีมติให้มีการจัดสร้างบ้านดินและศูนย์สุขภาพองค์รวมสำหรับบริการจัดอบรมโปรแกรมรักษสุขภาพ บ้านดินเป็นการรังสรรค์สิ่งแวดล้อมโดยใช้พลังความเป็นธรรมชาติของดินซึ่งเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมในการส่งเสริมให้ผู้อยู่อาศัยมีสุขภาพดี บ้านดินเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติบำบัดเพราะบ้านดินช่วยเสริมพลังและสร้างความสุขสบายแก่ผู้พักอาศัย คนที่อยู่ในบ้านดินจะรู้สึกสุขสบายจากอุณหภูมิภายในบ้านที่ให้ความอบอุ่นในฤดูหนาวและเย็นสบายในฤดูร้อน บ้านดินจึงเป็นเหมือนสัญลักษณ์และสื่อของการให้บริการสร้างเสริมสุขภาพโดยวิถีธรรมชาติของโรงพยาบาลแม่ลาว โรงพยาบาลยังมีการปรับพื้นที่โดยรอบให้มีพื้นที่สีเขียวมากขึ้นโดยการปลูกไม้ยืนต้นไว้เป็นร่มเงาสำหรับพักผ่อน มีสวนสมุนไพรและต้นไม้ร่มรื่นเป็นธรรมชาติ มีภูมิทัศน์อย่างสวยงาม รวมทั้งมีสถานที่จำหน่ายสินค้าอาหารสุขภาพอีกด้วย ความโดดเด่นด้านสิ่งแวดล้อมนี้เป็นแม่เหล็กดึงดูดใจให้มีผู้จองเข้าพักและมาศึกษาดูงานอย่างต่อเนื่องและยังทำให้โรงพยาบาลแม่ลาวได้รับการประเมินเป็นโรงพยาบาลดีเด่นด้านสิ่งแวดล้อมระดับ 5

### การเสริมสร้างการดำเนินการในชุมชนที่เข้มแข็ง

หัวใจสำคัญของกระบวนการ การสร้างเสริมสุขภาพคือการเสริมสร้างพลังแก่ชุมชนให้สามารถควบคุมการกระทำและไปถึงเป้าหมายแห่งสุขภาพได้ด้วยตนเอง โดยอาศัยทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน โรงพยาบาลแม่ลาวมีพื้นที่ที่ได้รับบริจาคจากชุมชน ประมาณ 25 ไร่ ในการดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายสร้างเสริมสุขภาพ จุดเริ่มต้นเป็นการพัฒนาบุคลากรให้เป็นแกนนำที่มั่งคั่งความรู้และทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพตามหลัก 5 อ. ให้ครบ ซึ่งได้แก่ อาหาร อารมณ์ ออกกำลังกาย โรคภัย และอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยผู้อำนวยการโรงพยาบาลยังเป็นผู้นำทีมไปเรียนรู้การสร้างบ้านดิน ซึ่งต่อมากลุ่มการพยาบาล ทีมงานสหสาขา เป็นผู้รับนโยบายและเป็นแกนนำในการสร้างบ้านดินด้วยตนเองร่วมกับบุคลากรของโรงพยาบาล โดยขอกำลังสนับสนุน จากจิตอาสาในชุมชน

ชมรมผู้พิการ ชมรมผู้สูงอายุ และนักเรียนฝึกงานร่วมกันเรียนรู้และสร้างบ้านดิน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลยังได้ไปเรียนรู้เรื่องของอาหารแม่โครโบโฮติกส์ด้วยตนเอง และสนับสนุนให้บุคลากรพยาบาลผู้ร่วมงานได้ไปเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารแม่โครโบโฮติกส์ด้วย ตลอดจนวิธีการบำบัดธรรมชาติในแนวทางต่างๆ เพื่อนำความรู้ที่ได้กลับมาเยียวยาและสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนที่มารับบริการได้ด้วยตนเอง ยิ่งไปกว่านั้นยังมีการสนับสนุนให้มีการทบทวนความรู้และทักษะเป็นประจำทุกปี ประกอบกับการได้ให้บริการสม่ำเสมอจึงทำให้บุคลากรผู้ให้บริการสุขภาพมีความรู้ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง จนสามารถใช้วิธีการทางธรรมชาติในการบำบัดและปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพประชาชนอย่างได้ผล และยังสามารถให้บริการดูแลบุคลากรในโรงพยาบาลด้วยดังที่ได้กล่าวไว้ก่อนหน้านี้

บนพื้นฐานแนวคิดความเชื่อในศักยภาพของชุมชนและความเป็นเจ้าของพื้นที่ด้านสุขภาพ จึงมีการส่งเสริมให้คนในชุมชนได้เข้ามามีส่วนร่วมดูแลสุขภาพของคนในชุมชนด้วยกันเอง โรงพยาบาลแม่ลาวมีการส่งเสริมศักยภาพของชุมชนโดยการนำแหล่งทรัพยากรที่ทรงคุณค่าในพื้นที่เข้ามามีส่วนร่วมในการให้บริการและพัฒนาให้เขาเหล่านั้นได้มีศักยภาพเพิ่มมากขึ้น โดยการนำแพทย์พื้นบ้าน เช่น หมอเมือง เข้ามาร่วมให้บริการด้วยภูมิปัญญาชาวบ้าน และในขณะเดียวกันโรงพยาบาลก็ได้ให้ความรู้ในเรื่องการสร้างสุขภาพ และสร้างความเข้าใจแก่ประชาชนในการดำเนินชีวิตตามวิถีธรรมชาติมากขึ้น

ในชุมชนอำเภอแม่ลาวมีปัญหาผู้ป่วยเรื้อรังที่อาศัยอยู่ในชุมชนมีลักษณะเป็น “ผู้ป่วยติดบ้านติดเตียง” ซึ่งได้รับการดูแลไม่ทั่วถึง จึงมีการพัฒนา “โครงการปันจักรยานเยี่ยมบ้าน” โดยมีอาสาสมัครที่เป็นเจ้าหน้าที่เรียกว่าเจ้าหน้าที่จิตอาสา จากโรงพยาบาลแม่ลาวปันจักรยานเพื่อเยี่ยมผู้ป่วยติดบ้านติดเตียงร่วมกับอาสาสมัครซึ่งเป็นกลุ่มจิตอาสาจากหมู่บ้านในชุมชน ซึ่งต่อมาทำให้เกิดกลุ่มจิตอาสาเยี่ยมผู้ป่วยในชุมชนอำเภอแม่ลาวหลายกลุ่ม ได้แก่ จิตอาสากลุ่มวัยทอง จิตอาสากลุ่มผู้สูงอายุ จิตอาสากลุ่มเยาวชน จิตอาสากลุ่มพระสงฆ์ จิตอาสากลุ่มหมอเมือง จิตอาสากลุ่มผู้พิการ จิตอาสากลุ่มผู้ป่วยติดเตียง จิตอาสากลุ่มท้องถิ่นและผู้นำชุมชน

ทั้งนี้ได้มีการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยเบื้องต้นโดยใช้กระบวนการสุนทรียสนทนาให้แก่กลุ่มจิตอาสาแต่ละกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มจิตอาสาเหล่านี้มีความสามารถในการที่จะได้เข้าไปดูแล ให้กำลังใจหรือให้การช่วยเหลือแก่ผู้ป่วยแต่ละกลุ่มได้ดีขึ้น นอกจากนี้ยังมีการส่งเสริมให้ชุมชนได้มีการปลูกสมุนไพรไว้ในครัวเรือนและนำมาใช้บริการในศูนย์มิตรภาพบำบัดในวันที่มีบริการด้วย

ท้องถิ่นเองก็เห็นความสำคัญของการ “เปิดพื้นที่ในชุมชน” หรือการได้มีส่วนร่วมดูแลสุขภาพโดยชุมชนเอง จึงเกิดศูนย์มิตรภาพบำบัดในชุมชน เพิ่มอีก 3 แห่ง โรงเรียนผู้สูงอายุ 2 แห่ง ศูนย์ฮัตซอยหมอเมือง 1 แห่ง ศูนย์อ่านน้ำผลิตสมุนไพร 1 แห่ง โดยมีจิตอาสาดูแลร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและท้องถิ่นซึ่งทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงและให้การสนับสนุนงบประมาณ มีกิจกรรมที่หลากหลาย โดยมีพยาบาลเป็นพี่เลี้ยงให้ความรู้และฝึกทักษะแก่จิตอาสาเกี่ยวกับการนวด ประคบ อบสมุนไพร หม้อแช่เท้าด้วยสมุนไพร พอกหน้าล้างพิษ การชูดักดาน้ำดื่มสมุนไพร น้ำโคลอโรฟอส จินสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องสามารถดำเนินการเองได้ โดยสรุปปัจจุบันมีศูนย์มิตรภาพบำบัด จำนวน 12 แห่ง ครอบคลุมพื้นที่ 5 ตำบล 63 หมู่บ้าน และมีจิตอาสาทุกกลุ่มต่างๆ ในชุมชน 600 กว่าคน

จะเห็นได้ว่า ไม่ว่าจะเป็นชุมชนในองค์กร โรงพยาบาลหรือชุมชนนอกโรงพยาบาลหรือชุมชนในอำเภอแม่ลาวต่างแสดงให้เห็นถึงความเข้มแข็งในการดูแลสุขภาพของสมาชิกในองค์กรหรือในชุมชนเอง ในโรงพยาบาลนอกจากจะมีการพัฒนาศักยภาพของบุคลากรเพื่อให้การดูแลผู้รับบริการโดยอาศัยแนววิถีธรรมชาติแล้ว บุคลากรยังสามารถใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเองและโรงพยาบาลเองก็ให้บริการแก่บุคลากรหรือสมาชิกในโรงพยาบาลด้วย สำหรับในชุมชน จากจุดเริ่มต้นที่มีการก่อตั้งศูนย์มิตรภาพบำบัดในชุมชนเพื่อให้บริการสุขภาพแบบภูมิปัญญาชาวบ้านและวิถีธรรมชาติแก่คนในชุมชนในปี พ.ศ. 2553 ต่อมาศูนย์มิตรภาพบำบัดมีการขยายจำนวนเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ที่สำคัญคือ แต่ละแห่งมีการใช้แหล่งทรัพยากรในชุมชน เช่น หมอพื้นเมืองเป็นผู้ดูแลด้านการใช้สมุนไพรและ



ภูมิปัญญาพื้นบ้านประจำแต่ละศูนย์ มีบริการต่าง ๆ ที่ผู้ให้บริการเป็นคนในชุมชน ได้มีส่วนร่วมให้การดูแลผู้ป่วยอย่างเข้มแข็งและด้วยหัวใจแห่งความเป็นมนุษย์ เสมือนครอบครัวเดียวกันทั้งอำเภอแม่ลาว เป็นการดูแลชุมชนโดยคนในชุมชน

การพัฒนาทักษะส่วนบุคคล การดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพตามคำประกาศออตตาวาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพต้องมีการส่งเสริมการพัฒนาทักษะของคนให้สามารถควบคุมดูแลสุขภาพตนเอง และมีทางเลือกที่ดีต่อสุขภาพ การดำเนินการเพื่อบูรณาการการดูแลสุขภาพตามแนววิถีธรรมชาติต้องอาศัยการพัฒนาทักษะส่วนบุคคลในทั้งผู้ให้บริการและผู้รับบริการ เนื่องจากบุคลากรต้องทำหน้าที่เป็นผู้ให้บริการหรือผู้ให้ความรู้แก่ผู้รับบริการ ดังนั้นจึงต้องมีการพัฒนาทักษะเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพโดยวิถีธรรมชาติในแบบต่าง ๆ โรงพยาบาลแม่ลาวจึงส่งบุคลากรเช่น คณะทำงานศูนย์สุขภาพองค์กรร่วม บุคลากรพยาบาลที่รับผิดชอบ และทีมสหสาขา ไปอบรมและฝึกพัฒนาทักษะอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นการแพทย์ทางเลือก อาหารแม่โครโบดิกลีมา-ปี การดูแลผู้ป่วยที่บ้าน การดูแลผู้ป่วยระยะประคับประคองและระยะสุดท้าย การแพทย์วิถีธรรม ฯลฯ เพื่อกลับมาให้บริการได้อย่างถูกต้องมีประสิทธิภาพ

ส่วนผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมรักษาสภาพของศูนย์สุขภาพองค์กรร่วม โรงพยาบาลแม่ลาวทุกรายเมื่อกลับออกไปจะต้องได้หลักการและปฏิบัติได้ในการดูแลสุขภาพของตนเอง โรงพยาบาลเริ่มจากการสอนให้ผู้รับบริการเหล่านั้นรู้จักรักตนเองและดูแลสุขภาพตนเอง โดยผ่านการฝึกฝนพัฒนาทักษะในการดูแลตนเองอย่างครบถ้วนในทุกมิติ พัฒนาทักษะการดูแลตนเองทางกาย เช่น สอนให้รู้จักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น ท่าทางบำบัด ฤๅษีดัดตน ตรีบองบำบัด และสติโยจกรรมทั้งสอนให้รู้จักการรับประทานอาหารสุขภาพ และการดูแลสุขภาพทางกายอื่นๆ เช่น การอาบแสงตะวัน การล้างตา ปาก จมูกตามหลักธรรมชาติบำบัด ส่วนการพัฒนาทักษะด้านการดูแลจิตใจและจิตวิญญาณ เช่น การฝึกให้ทำหัวเราะบำบัด ดนตรีบำบัด มนตราบำบัด สุนทรบำบัด กายภาวนา เซไตย และสมาธิบำบัด ผู้เข้า

ร่วมโปรแกรม จะได้รับการฝึกฝนเรียนรู้จนเกิดทักษะในเรื่องต่าง ๆ ดังกล่าวและสามารถทำได้ด้วยตนเอง รวมทั้งนำไปสอนคนในครอบครัวได้ด้วย

การปรับเปลี่ยนระบบบริการสุขภาพ ความรับผิดชอบในการสร้างเสริมสุขภาพเป็นความรับผิดชอบร่วมกันของปัจเจกบุคคล ชุมชน บุคลากรทางด้านสุขภาพ องค์กรทางด้านสุขภาพและรัฐบาล บทบาทของทุกภาคส่วนด้านสุขภาพ จะต้องขับเคลื่อนไปสู่ทิศทางการสร้างเสริมสุขภาพให้มากขึ้นนอกเหนือไปจากบทบาทการให้บริการทางคลินิกและการรักษาโรค แต่เดิมโรงพยาบาลแม่ลาวก็ให้บริการสุขภาพเหมือนกับโรงพยาบาลโดยทั่วไปคือ การให้บริการโดยใช้การแพทย์แผนปัจจุบัน เมื่อโรงพยาบาลมีนโยบายมุ่งเน้นการบูรณาการการดูแลสุขภาพโดยวิถีธรรมชาติ โรงพยาบาลแม่ลาวโดยโครงการบ้านดินและงานของศูนย์สุขภาพองค์กรร่วมตลอดจนบริการแพทย์ทางเลือกนับเป็นหลักฐานชิ้นสำคัญที่แสดงให้เห็นถึงการปรับเปลี่ยนระบบบริการสุขภาพที่มีการหันเหทิศทางการมุ่งสู่การสร้างเสริมสุขภาพอย่างชัดเจน และเป็นการให้บริการสุขภาพเชิงรุกที่นอกเหนือไปจากการรักษาโรค ซึ่งนับว่าเป็นการ “สร้างนำซ่อม” อย่างแท้จริง โรงพยาบาลแม่ลาวยังแผ่ขยายบริการเชิงรุกสู่ชุมชน โดยมีโครงการ ดีๆ ในรูปของเครือข่ายเกิดขึ้นหลายโครงการ เช่น โครงการพัฒนาระบบ Home Health Care เครือข่ายสุขภาพอำเภอแม่ลาว โครงการศูนย์มิตรภาพบำบัด มิตรช่วยมิตร เพื่อนช่วยเพื่อน จิตอาสาเครือข่ายสุขภาพอำเภอแม่ลาว โครงการเยี่ยมบ้านเยี่ยมใจ เครือข่ายสุขภาพอำเภอแม่ลาวและโครงการพัฒนาเครือข่ายการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองโรงพยาบาลแม่ลาวและเครือข่ายสุขภาพ บริการที่เกิดขึ้นเกิดจากความร่วมมือร่วมใจของทุกภาคส่วน ทุกหน่วยงานในโรงพยาบาล โดยได้รับการสนับสนุนจากชุมชนรวมถึงหน่วยงานอื่น ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน

ปัจจัยนำไปสู่ความสำเร็จ: บทเรียนและข้อค้นพบ โครงการบ้านดินและงานของศูนย์สุขภาพองค์กรร่วม โรงพยาบาลแม่ลาว ประสบความสำเร็จอย่างยิ่ง เมื่อมองย้อนกลับไป จะเห็นได้ว่ามีปัจจัยหลายประการที่มีส่วนเกื้อหนุนให้ประสบผลสำเร็จ ไม่ว่าจะเป็น ผู้บริหาร



และการบริหารจัดการ ทีมสุขภาพ ชุมชนและเครือข่ายสุขภาพ

### ผู้บริหารและการบริหารจัดการ

ผู้บริหารโดยเฉพาะผู้อำนวยการโรงพยาบาลเห็นความสำคัญในเรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและให้การสนับสนุนอย่างจริงจังในการนำการแพทย์ทางเลือก การแพทย์พื้นบ้านและการบำบัดแบบวิถีธรรมชาติมาผสมผสานให้บริการสุขภาพ ตลอดจนเป็นแบบอย่างของการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี รวมทั้งคอย สนับสนุน กระตุ้น และให้กำลังใจสม่ำเสมอ

ผู้บริหารกลุ่มการพยาบาลมีการตอบสนองนโยบายอย่างฉับไว และเป็นส่วนสำคัญในการผลักดันนโยบายไปสู่การปฏิบัติ รวมทั้งแสดงถึงความมุ่งมั่น ตั้งใจ และพัฒนางานอย่างไม่ลดละและต่อเนื่อง

ผู้บริหารให้ความสำคัญกับการพัฒนาและการเตรียมบุคลากรเพื่อรองรับการปรับเปลี่ยนบริการ ที่มีการผสมผสานการ แพทย์ทางเลือก เนื่องจากจำเป็นต้องอาศัยองค์ความรู้ด้านการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือกดังกล่าว โดยเฉพาะการสร้างแกนนำให้มีองค์ความรู้เกี่ยวกับวิธีการสร้างเสริมสุขภาพที่ลึกและปฏิบัติได้จริง รวมทั้งส่งเสริมให้บุคลากรได้แสวงหาและพัฒนาความรู้ใหม่ ๆ เพื่อให้สามารถนำความรู้มาพัฒนางานและเป็นแกนนำในแต่ละมิติของการสร้างสุขภาพได้อย่างสม่ำเสมอ

การปรับเปลี่ยนการให้บริการสุขภาพอาจทำให้เกิดงานใหม่กองเงานมากมาย ดังนั้นการใช้กลยุทธ์บูรณาการงานใหม่เข้ากับงานประจำที่ทำอยู่จะส่งผลทำให้บุคลากรไม่รู้สึกว่าเป็นการเพิ่มภาระงาน และส่งเสริมให้งานประสบความสำเร็จ

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลจัดหาและบริหารจัดการงบประมาณเพื่อในการสนับสนุนโครงการ ตลอดจนมีการใช้งบประมาณอย่างประหยัด และในขณะเดียวกันก็แสวงหาเงินทุนหมุนเวียน เช่น รายได้จากผู้ลงทะเบียนเข้าร่วมโปรแกรมรักษสุขภาพ รวมทั้งการแสวงหาแหล่งทรัพยากรตลอดจนวัสดุอุปกรณ์ในการดำเนินงานซึ่งหาได้ง่ายในท้องถิ่น มีการสร้างระบบสารสนเทศ ระบบข้อมูล ที่สามารถเชื่อมโยงข้อมูลกลุ่มเป้าหมายในการดูแล

ได้อย่างต่อเนื่อง สะดวก รวดเร็ว และทันสมัย

### ทีมสุขภาพ

แกนนำในทีมสุขภาพที่เข้มแข็ง การมีแกนนำพยาบาลที่มีความสนใจ มุ่งมั่น จริ่งจังและจริงจังในการทำงานเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากการสร้างเสริมสุขภาพเป็นสิ่งที่ท้าทายเพราะเกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของคน จึงต้องใช้ความอดทน มุ่งมั่น และทำด้วยใจรักจึงจะทำให้เกิดสัมฤทธิ์ผล และยังไปกว่านั้นได้คัดเลือกแกนนำที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้สะดวกทำให้ไม่เสียงานประจำหลักที่รับผิดชอบอยู่

### ชุมชน

ชุมชนในอำเภอให้ความสนใจและมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ อย่างเข้มแข็งต่อเนื่อง เมื่อชุมชนได้รับความรู้ ความเข้าใจ ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมแล้วเห็นผลดียังสามารถคิดสร้างสรรค์กิจกรรมด้วยตนเอง เช่น การก่อเกิดกลุ่มจิตอาสากลุ่มใหม่ ๆ เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องด้วยตนเอง

ชุมชนมีศักยภาพในการดูแลสุขภาพตนเอง เช่น มีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรและภูมิปัญญาชาวบ้าน เป็นต้น การมีแกนนำในชุมชนที่เข้มแข็ง กระตือรือร้น ให้ความสนใจและความร่วมมือ เช่น ผู้ใหญ่บ้าน อสม. เจ้าอาวาสวัด เป็นต้น

### เครือข่ายสุขภาพ

มีการสร้างเครือข่ายกับองค์กรภายนอกเป็นแหล่งสนับสนุนการดำเนินโครงการ เช่น การสร้างเครือข่ายกับสถานบริการแช่น้ำแร่ออนเซน ชมรมจิ้ง และสวนธรรมชาติ เพื่อพาผู้เข้าโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพไปเปลี่ยนบรรยากาศและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ตลอดจนเชื่อมโยงกับหน่วยงานภายนอกที่เป็นแหล่งประโยชน์อื่น ๆ เช่น องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น ชมรมผู้สูงอายุ หน่วยงานเอกชน ผู้บริหารที่มาเยี่ยมตรวจโรงพยาบาล และมูลนิธิพิทักษ์ดวงตาเพื่อประชาชน เป็นต้น

มีเครือข่ายจิตอาสาและมีเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้



ระหว่างจิตอาสาเครือข่ายศูนย์มิตรภาพบำบัดอำเภอโดย  
จัดมหกรรม “ตลาดนัดความดีจิตอาสาเครือข่ายสุขภาพ  
อำเภอแม่ลาว” ทุกปี ตั้งแต่ปี พ.ศ 2554 – ปัจจุบัน

ซึ่งเครือข่ายสุขภาพนั้นเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้  
เกิดความเข้มแข็งในการดูแลสุขภาพโดยชุมชนที่ต่อเนื่อง  
ยั่งยืน

### ปัจจัยที่เป็นอุปสรรค

สำหรับปัจจัยที่เป็นอุปสรรคของการดำเนินการ  
พัฒนาการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมโดยผสมผสาน  
วิถีธรรมชาติ การแพทย์ทางเลือกของโรงพยาบาลแม่ลาว  
มีหลายประการ ได้แก่ ความยากลำบากในการ  
เปลี่ยนแปลง การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของคนให้หันกลับมี  
วิถีชีวิตตามธรรมชาตินั้นเป็นความยากลำบากอย่างยิ่ง  
ถึงแม้ว่าจะมีความเข้าใจและตระหนัก แต่เนื่องจาก  
สิ่งแวดล้อมในชีวิตประจำวันประกอบด้วยสิ่งช่วยและ  
มีอิทธิพลมากกว่า จึงจำเป็นต้องใช้ความอดทนและ  
ปรับเปลี่ยนบริการอย่างต่อเนื่องต่อไป

การขาดผู้บริหารโครงการประจำ การดำเนิน  
โครงการสุขภาพองค์รวมจำเป็นต้องมีผู้จัดการและ  
บุคลากรเข้าดำเนินงานและรับผิดชอบดูแลสนับสนุนไพร  
และการปลูกผักปลอดสาร ปลูกต้นข้าวสาเลี เป็นต้น การ  
ขาดบุคลากรบริหารจัดการบ้านดินด้านการดูแลประจำ  
เป็นอุปสรรคต่อการบริหารจัดการโครงการประการหนึ่ง  
การขาดแคลนงบประมาณ การจัดโปรแกรมสุขภาพต้อง  
ใช้งบประมาณส่วนหนึ่งเป็นค่าอาหาร ดังนั้นหน่วยงาน  
หรือกลุ่มที่สนใจเข้าร่วมโปรแกรมที่อยู่ต่างอำเภอหรือ  
จังหวัดที่ขาดงบประมาณจะเข้าร่วมน้อย

การขาดความเข้าใจในแนวคิดองค์รวม บุคลากรที่  
เกี่ยวข้องบางส่วนโดยเฉพาะเจ้าหน้าที่สาธารณสุขยังขาด  
ความเข้าใจในเรื่องของแนวคิดองค์รวม ดังนั้นในการ  
ทำงานบางครั้ง จึงยังมีลักษณะแยกส่วนรับผิดชอบเป็น  
งานๆ เช่น งานผู้สูงอายุ ผู้พิการ โรคเรื้อรัง (หลายโรค)  
ต่างคน ต่างทำ ไม่บูรณาการเป็นหนึ่งเดียว โรงพยาบาล  
ได้พยายามให้ทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องเห็นความสำคัญใน  
การทำงานร่วมมือกับประชาชนและองค์กรต่าง ๆ ใน  
ชุมชนให้มากขึ้น และปัจจุบันนี้โรงพยาบาลแม่ลาวกำลัง

อยู่ระหว่างดำเนินการให้เกิดการใช้ข้อมูลร่วมกันในผู้ป่วย  
1 รายโดยทุกงานสามารถส่งต่อกันได้

การขาดการเตรียมบุคลากรสำหรับดำเนินการ  
โครงการอย่างต่อเนื่อง อาจทำให้การดำเนินโครงการ  
หยุดชะงักได้ ดังนั้นการสนับสนุนให้เกิดความเชี่ยวชาญ  
ในกลุ่มแกนนำคนใหม่ต้องมีการเตรียมต่อไปอย่างต่อเนื่อง

### บทสรุป

จากบทเรียนที่พบ สิ่งสำคัญที่เป็นจุดเด่นชัดเจน  
ที่ทำให้การพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมโดย  
ผสมผสานวิถีธรรมชาติ การแพทย์ทางเลือกของ  
โรงพยาบาลแม่ลาวประสบผลสำเร็จก็คือความริเริ่มของ  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาล ซึ่งเป็นผู้ริเริ่มมุ่งสู่นโยบายการ  
สร้างเสริมสุขภาพ และยังเป็นแบบอย่างของผู้บริหารที่  
สนับสนุน กระตุ้น ให้กำลังใจและพัฒนาความรู้ความ  
เข้าใจและศักยภาพของผู้ปฏิบัติสม่ำเสมอ มีการแสวงหา  
ทุนหมุนเวียนและบริหารจัดการงบประมาณอย่าง  
ประหยัด ในขณะเดียวกันก็ได้รับการสนองตอบและความ  
ร่วมมือจากทีมสุขภาพซึ่งก็คือบุคลากรผู้ร่วมงานทุกระดับ  
ในการนำสู่การปฏิบัติ โดยเฉพาะกลุ่มงานพยาบาลซึ่งเป็น  
ผู้รับนโยบาย มีความมุ่งมั่น จริงจัง เสียสละ มีทัศนคติที่  
ดีต่อองค์กร และพยายามพัฒนาองค์ความรู้อย่าง  
สม่ำเสมอ ปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งก็คือชุมชนเองให้  
ความสนใจ ให้ความร่วมมือและเป็นชุมชนที่มีศักยภาพ  
ในการดูแลตนเอง ดังนั้นในการบูรณาการการดูแลในแนว  
วิถีธรรมชาติในบริการสุขภาพ นอกจากบุคลากรด้าน  
สุขภาพจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในแนวคิดและการ  
ดูแลสุขภาพในแนววิถีธรรมชาติอย่างแท้จริงแล้ว ยังจะ  
ต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจของทุกฝ่ายไม่ว่าจะเป็นผู้  
บริหาร ทีมสุขภาพ และชุมชน โดยเฉพาะผู้บริหารสูงสุด  
ต้องเป็นผู้นำ มีความมุ่งมั่นและให้การสนับสนุนจึงจะ  
ประสบผลสำเร็จ ความสำเร็จจะเกิดขึ้นได้หากทุกฝ่ายม่ง  
มั่นและร่วมกันทำ โดยทุกคนต้องเชื่อมั่นว่า “เราทำได้”  
(WE CAN DO) และมีปรัชญาการทำงานร่วมกันว่า  
“รู้หน้าที่ มีน้ำใจ ทำงานเป็นทีม” ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมให้  
ประชาชนในสังคมไทยได้สามารถดูแลสุขภาพของตนเอง  
ได้ โรงพยาบาลและสถานให้บริการสุขภาพต่าง ๆ



ควรหันมาให้ความสนใจและส่งเสริมให้มีการบูรณาการ การดูแลในแนววิถีธรรมชาติในบริการสุขภาพกระแสหลัก มากขึ้น ในขณะเดียวกันฝ่ายการศึกษาควรมีการเตรียม ความพร้อมด้านบุคลากร โดยการพัฒนสมรรถนะของ

นักศึกษาซึ่งจะเป็นบุคลากรสุขภาพในอนาคตให้มีความ สามารถในการดูแลในแนววิถีธรรมชาติมากขึ้นและ สามารถปฏิบัติได้จริง

เอกสารอ้างอิง

- จงกล เลิศเจริญดำรง และคณะ. (2553). รายงานวิกฤตเศรษฐกิจ 2551-2552 กับระบบสุขภาพและสุขภาพของ คนไทย. สืบค้นวันที่ 19 มกราคม 2559 จาก <http://ihppthaigov.net/DB/publi-cation/attachresearch/108/chapter1.pdf>
- ปณิธาน หล่อเลิศวิทย์ (บรรณาธิการ). (2541). นิยามศัพท์ส่งเสริมสุขภาพ. กรุงเทพฯ: ดีไซน์.
- โรงพยาบาลแม่ลาว. (2540). สรุปข้อมูลสุขภาพปีพ.ศ. 2540-2549. โรงพยาบาลแม่ลาว, จังหวัดเชียงราย.
- วิจิตร ศรีสุพรรณ, วิลาวัลย์ เสนารัตน์, และชนิษฐา นันทบุตร (บรรณาธิการ). (2557). นวัตกรรม การสร้างเสริมสุขภาพภายใต้บทบาทของวิชาชีพการพยาบาล. โครงการขับเคลื่อนวิชาชีพการพยาบาล เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ.
- สำนักงานวิจัยเพื่อการพัฒนาหลักประกันสุขภาพไทย. (2552). ปัญหาสุขภาพคนไทยและระบบบริการสุขภาพ. สืบค้นวันที่ 19 มกราคม 2559 จาก <http://www.hisro.or.th/main/?name=knowledge&file=readknowledge&id=19>
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.(2555). ข้อเสนอเชิงนโยบายจากบทเรียน ๑๐ ปีหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า ของประเทศไทย. สืบค้นวันที่ 19 มกราคม 2559 จาก <http://www.hsri.or.th/researcher/media/issue/detail/4641>
- ณรงค์ สหเมธาพัฒน์. (2557). รายงานสรุปภาพรวมของระบบสาธารณสุขไทย. สืบค้นวันที่ 19 มกราคม 2559 จาก <http://thaipublica.org/2014/07/narong-sahametapat-health-care-system-in-thailand/>
- อำพล จินดาวัฒนะ. (2551). การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพแบบมีส่วนร่วม. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์ พับลิชชิง.
- WHO. (1986). *Ottawa charter for health promotion: First international conference on health promotion: Ottawa, 21 November 1986*. Retrieved January 1, 2004 from [http://www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa\\_charter\\_hp.pdf](http://www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa_charter_hp.pdf)
- WHO. (2015). *Ottawa charter for health promotion: First international conference on health promotion: Ottawa, 21 November 1986*. Retrieved January 10, 2015 from <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/index1.html>