

(Review Articles)

Lesson learned: Development of smoke-free Manufactories

Orrawan Khongtor Ph.D., R.N.*, Songsang Dharmasakti M.N.S., R.N.**

*Nursing instructor, Royal Thai Navy College of Nursing, **Thailand National Quit-line

*k.orrawan@hotmail.com, **dssaeng@hotmail.com

Thailand National Quitline (TNQ) is an organization, offering tobacco cessation service by health professionals for Thai smoker since 2009. In year 2016-2017, TNQ began to perform the tobacco cessation alliance with manufactories, aimed to increase reach, and accessibility to effective tobacco cessation service for intends to treat manufactory workforce, and, thus, increasing quit rate.

This lesson learned from Tobacco Cessation Alliance, between TNQ and manufactories, aimed to evaluate and analyze the facilitating factors associated with success in Tobacco Cessation Alliance project. It was found that there were five factors that associated with success in Tobacco Cessation Alliance namely; 1) Concerning of tobacco control of manufactory, 2) Creating Tobacco-free environment in manufactory, 3) Integrating tobacco control into routine health care, 4) Motivation and Reward for intent to treat smokers, and 5) Referral system and follow up

Keywords : Lesson learned, Tobacco Cessation Alliance, Smokers, Manufactories

Royal Thai Air Force Medical Gazette, Vol. 64 No. 3 September - December 2018

(บทความพินิจวิชาการ)

การถอดบทเรียน: การพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่

อรวรรณ มั่งคั่ง รน., พย.ม.(นานาชาติ), น.ส.ส่องแสง ธรรมศักดิ์ พย.ม.

*วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ ศูนย์วิทยาการ, **ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ

ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ (ศบช.) เป็นองค์กรที่จัดตั้งขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้บริการช่วยเหลือเพื่อการบริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แก่ประชาชนทั่วประเทศ ในปี พ.ศ. 2558-2559 ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติได้เริ่มดำเนินงานเพื่อสร้างความร่วมมือในการให้บริการเลิกบุหรี่กับสถานประกอบการ โดยมีเป้าหมายเพื่อเพิ่มการเข้าถึงบริการเลิกบุหรี่ที่มีประสิทธิภาพสำหรับสถานประกอบการที่มีพนักงานที่ตั้งใจอยากเลิกบุหรี่ ซึ่งจะช่วยให้อัตราการเลิกบุหรี่สูงขึ้น

การถอดบทเรียนการร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี่ระหว่างศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ (ศบช.) และสถานประกอบการในครั้งนี้ เพื่อประเมินและวิเคราะห์ปัจจัยเอื้ออำนวยที่จะทำให้โครงการร่วมบำบัดเพื่อการเลิกบุหรี่ประสบความสำเร็จ ผลการถอดบทเรียนพบว่ามี 5 ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง คือ 1) ความตระหนักถึงความสำคัญในการควบคุมการสูบบุหรี่ของสถานประกอบการ 2) การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ 3) การบูรณาการการเลิกบุหรี่เข้ากับการบริการด้านสุขภาพประจำปี 4) การสร้างแรงจูงใจในการเลิกบุหรี่และให้รางวัลผู้สูบบุหรี่ที่ต้องการเลิกบุหรี่ และ 5) ระบบการส่งต่อและติดตามผู้สูบบุหรี่

คำสำคัญ : การถอดบทเรียน การร่วมบำบัด ผู้รับบริการเลิกบุหรี่ สถานประกอบการ

ความเป็นมา

การสูบบุหรี่ เป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพที่รุนแรงถึงชีวิตปัจจุบันประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกให้ความสำคัญกับการควบคุมการบริโภคยาสูบ เนื่องจากยาสูบเป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพที่ร้ายแรง ต่อให้เกิดความเสี่ยงต่อโรคที่เกิดเนื่องมาจากการสูบบุหรี่ เช่น โรคมะเร็ง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคสมองขาดเลือด เป็นต้น นอกจากนี้การสูบบุหรี่ยังปลดปล่อยควันบุหรี่มือสอง ที่สร้างความเดือดร้อน รำคาญ และเป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้ที่อยู่รอบข้าง จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2554 พบว่าประชากรไทยวัยทำงานได้รับควันบุหรี่มือสองเป็นจำนวน 20.5 ล้านคน การสัมผัสควันบุหรี่มือสองในผู้ที่ไม่ได้สูบบุหรี่อยู่ใกล้ชิดผู้สูบบุหรี่จะมีผลกระทบต่อสุขภาพเช่นเดียวกับผู้สูบบุหรี่⁽¹⁾ จากรายงานขององค์การอนามัยโลกพบว่ามีผู้เสียชีวิตเนื่องจากการบริโภคยาสูบ หรือการได้รับควันบุหรี่สูงได้ถึง 5 ล้านคนต่อปี และคาดการณ์ไว้ว่าจะมีผู้เสียชีวิตเพิ่มเป็น 8 ล้านคนต่อปี ใน พ.ศ. 2573 ดังนั้นองค์การอนามัยโลกได้จัดให้การบริโภคยาสูบเป็นปัญหาที่สำคัญอันดับต้น ๆ ที่ทุกประเทศต้องร่วมมือกันแก้ไขอย่างเร่งด่วน⁽²⁾

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับสมาคมพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อม (ส.พ.ส.) จึงได้จัดทำ “โครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่” ขึ้น⁽³⁾ เพื่อส่งเสริมการควบคุมการบริโภคยาสูบในสถานประกอบการและคุ้มครองสุขภาพของพนักงานจากควันบุหรี่ โดยเฉพาะพนักงานที่ไม่สูบบุหรี่ โครงการนี้เกิดขึ้น สสส. และ ส.พ.ส. เล็งเห็นว่าสถานประกอบการซึ่งเป็นแหล่งที่รวมพนักงานวัยทำงานไว้เป็นจำนวนมาก บางสถานประกอบการจะมีพนักงานสูบบุหรี่ในสถานประกอบการ ยังสร้างความเสี่ยงต่อชีวิตและทรัพย์สิน อันเนื่องมาจากการเกิดอัคคีภัย โครงการมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความเข้าใจและความตระหนักของพนักงานในสถานประกอบการ ต่อโทษและพิษภัยของการสูบบุหรี่ การให้ความรู้แก่พนักงานของสถานประกอบการ และส่งเสริมให้พนักงานที่สูบบุหรี่มีการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ รวมทั้งการจัดสภาพแวดล้อมให้เป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ และเป็นการปฏิบัติตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 ด้วย

ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ (ศบช.) หรือ Thailand National Quitline (TNQ) เป็นองค์กรที่มูลนิธิสร้างสุขไทย โดยได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพและส่งเสริมการควบคุม

การบริโภคยาสูบแก่ประชาชนทั่วประเทศ ด้วยการให้บริการช่วยเหลือเพื่อการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์อย่างมีประสิทธิภาพและครอบคลุมให้จัดตั้งขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้บริการช่วยเหลือเพื่อการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แก่ประชาชนทั่วประเทศ ด้วยการให้คำปรึกษาจากผู้ประกอบวิชาชีพสุขภาพที่มีความรู้ความชำนาญ การบริการเลิกบุหรี่ประกอบด้วย การพัฒนาระบบการรับสายให้มีความทันสมัย และออกแบบระบบฐานข้อมูล มีการพัฒนาคุณภาพการบริการอย่างต่อเนื่อง มีการประเมินผลและการวิจัยและความร่วมมือกับองค์กรภายนอก ทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อส่งเสริมการควบคุมการบริโภคยาสูบ เพื่อให้สังคมไทยปลอดบุหรี่ การทำงานของ ศบช. ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ 1) การรับสายเพื่อให้คำปรึกษาเพื่อเลิกบุหรี่แก่ผู้สูบบุหรี่ที่โทรเข้ามา ใช้บริการและผู้สูบบุหรี่ที่ถูกส่งต่อมาจากหน่วยงานต่าง ๆ และ 2) การโทรออกเพื่อติดตามและป้องกันการกลับไปสูบบุหรี่ ภายในเวลา 1 ปี

ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ ได้ดำเนินงานเพื่อให้บริการส่งต่อผู้รับบริการที่ต้องการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์ โดยมีหน่วยงานด้านสาธารณสุขและหน่วยงานอื่น ได้เข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องมากมายทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และสถานประกอบการและเพื่อให้การดำเนินงานการควบคุมการบริโภคยาสูบมีความสอดคล้องกับนโยบายของ สสส. ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ จึงได้กำหนดแผนงานในการส่งต่อผู้รับบริการเลิกบุหรี่อย่างบูรณาการกับสถานบริการทุกระดับ มีการพัฒนาระบบบริการเลิกบุหรี่และส่งต่อผู้รับบริการทางอินเทอร์เน็ตซึ่งเป็นช่องทางการสื่อสารระหว่างผู้ประกอบวิชาชีพสุขภาพจากโรงพยาบาล คลินิกผู้ประกอบวิชาชีพสุขภาพ บุคลากรในโรงพยาบาลชุมชน หรือบุคลากรสาธารณสุขระดับชุมชน หรือภาคีเครือข่ายโรงเรียน และ/หรือสถานประกอบการกับศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ เพื่อส่งต่อและส่งกลับผู้สูบบุหรี่ นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2557 เป็นต้นมา⁽⁴⁾

จากที่ได้ดำเนินการส่งต่อผู้รับบริการเลิกบุหรี่ร่วมกับภาคีเครือข่ายดังกล่าวมาแล้วข้างต้น จากฐานข้อมูลบริการและรายงานประจำปีของ ศบช. ในปี 2559 พบว่ามีจำนวนผู้ใช้บริการที่ส่งต่อระหว่างภาคีเครือข่ายบริการเลิกบุหรี่ ศบช. ด้วยช่องทางต่าง ๆ เช่น ระบบการส่งต่อทางอินเทอร์เน็ต (U-Quit และ U-Refer) การส่งต่อทางโทรสาร (Fax-Refer) และการฝากข้อความให้ผู้ให้คำปรึกษาโทรกลับ (SMS) จำนวน 617 คน (ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ, 2559) ดังตารางที่ 1 และตารางที่ 2⁽⁵⁾

ตารางที่ 1 จำนวนผู้ใช้บริการเลิกบุหรี่ที่ส่งต่อทางอินเทอร์เน็ต (U-Quit, U-Refer) และ SMS ปี 2559

ช่องทางบริการ	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	รวม
U-Quit	10	15	9	11	6	5	7	5	2	1	4	3	78
U-Refer	88	15	24	26	29	37	103	33	33	29	50	40	507
Fax-Refer	0	2	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	6
SMS	2	3	1	1	2	2	1	1	2	7	2	2	26
รวม	100	35	37	38	37	45	111	39	37	37	56	45	617

ตารางที่ 2 จำนวนผู้ใช้บริการเลิกบุหรี่ที่ส่งต่อระหว่างศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติและสถานบริการสาธารณสุข ปี 2559

หน่วยงาน	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	รวม
สังกัดกระทรวง สาธารณสุข	57	0	0	15	17	20	94	23	21	25	37	21	330
สังกัดทบวง มหาวิทยาลัย	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
สังกัด กระทรวงกลาโหม	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
สังกัด กทม.	5	2	3	0	0	1	0	2	1	0	2	0	16
อื่น ๆ	38	33	34	23	20	24	17	14	15	12	17	24	271
รวม	100	35	37	38	37	45	111	39	37	37	56	45	617

จากจำนวนผู้ที่ต้องการเลิกบุหรี่ที่ส่งต่อมาจากภาคีเครือข่าย ในปี พ.ศ. 2558-2559 ศบช. จึงได้จัดทำโครงการร่วมบำบัดผู้รับบริการ เลิกบุหรี่ ระหว่างสถานประกอบการและ ศบช. ขึ้น เพื่อส่งเสริมการควบคุมการสูบบุหรี่ในสถานประกอบการ สร้างความรู้ความเข้าใจ และความตระหนักของพนักงานในสถานประกอบการถึงโทษและพิษภัยของการสูบบุหรี่ และส่งเสริมให้เกิดแรงจูงใจในการเลิกบุหรี่ โดยมีการให้ความรู้แก่พนักงานของสถานประกอบการ และสร้างแรงจูงใจให้สถานประกอบการ หันมาให้ความสำคัญการควบคุมการสูบบุหรี่ ส่งเสริมให้พนักงานที่สูบบุหรี่เลิกสูบบุหรี่ ซึ่งจะช่วยให้พนักงานที่ไม่สูบบุหรี่ได้รับผลกระทบจากควันบุหรี่มือสองน้อยลง สถานประกอบการกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการในระยะแรก คือ สถานประกอบการที่มีความสนใจและต้องการส่งเสริมสุขภาพของพนักงานให้เลิกสูบบุหรี่ และมีความต้องการให้สถานประกอบการของตนเองปลอดจากควันบุหรี่จำนวน 6 แห่ง

หลังจากที่ได้ดำเนินโครงการในระยะแรก ศบช. จึงได้ถอดบทเรียนการร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี่ครั้งนี้ขึ้น เพื่อประเมินผลการดำเนินงานร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี่

ระหว่างสถานประกอบการและ ศบช. ผลลัพธ์ที่ได้จากการถอดบทเรียนอาจนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อพัฒนาการดำเนินงานช่วยเลิกบุหรี่ในสถานประกอบการและพัฒนาเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ต้นแบบ รวมทั้งให้สถานประกอบการอื่นที่สนใจจะดำเนินงานด้านนี้ได้เรียนรู้ต่อไปและนำไปเป็นแนวทางในการพัฒนาบริการเลิกบุหรี่ของศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติในการให้บริการเลิกบุหรี่ในสถานประกอบการและหน่วยงานอื่นต่อไป

ความสำคัญของการถอดบทเรียน

การถอดบทเรียน (Lesson Learned) เป็นเครื่องมือในการสร้างการเรียนรู้ ซึ่งเป็นวิธีหนึ่งของการจัดการความรู้ (Knowledge management) อันเป็นกระบวนการสังเคราะห์ ความรู้จากการปฏิบัติงานที่ผ่านมา เพื่อนำมาใช้ปรับปรุงการทำงานให้ดียิ่งขึ้น⁽⁶⁾ การถอดบทเรียน การร่วมบำบัดในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อ

1. เพื่อประเมินผลและวิเคราะห์ปัจจัยเอื้ออำนวย ให้การร่วมบำบัดเพื่อการเลิกบุหรี่เกิดความสำเร็จ

2. เพื่อทำให้เกิดความรู้ที่เป็นประโยชน์ นำไปปรับปรุงการปฏิบัติงานการร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี่อย่างบูรณาการกับสถานบริการทุกระดับในโครงการต่อไปให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

เทคนิคถอดบทเรียน

การถอดบทเรียน การร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี่ระหว่างสถานประกอบการกับศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ ครั้งนี้ใช้เทคนิคการทบทวนหลังปฏิบัติการ (After Action Review - AAR)⁽⁶⁾ ซึ่งเป็นการเรียนรู้เพื่อการดำเนินงานในครั้งต่อไป และทบทวนว่าเกิดอะไรขึ้นบ้างจากการทำงานที่ผ่านมา ทำไมถึงเกิดผลเช่นนั้น และทำการวิเคราะห์ว่าผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ดีจะรักษาสิ่งที่ดีอันเป็นจุดแข็งนั้นไว้ได้อย่างไร และจะปรับแก้ไขจุดอ่อนได้อย่างไร ซึ่งเทคนิคนี้จะทำให้ผู้เข้าร่วมกระบวนการถอดบทเรียน ได้เรียนรู้ปัจจัยที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการเลิกบุหรี่ รวมทั้งจุดที่ควรปรับปรุงเพื่อพัฒนาความร่วมมือในการร่วมบำบัดเพื่อการเลิกบุหรี่ ซึ่งการทำ AAR ครั้งนี้ทำทั้งในรูปแบบของการสนทนากลุ่ม (Focus group) และการสัมภาษณ์รายบุคคล

ทีมงานถอดบทเรียน ประกอบด้วย

1. คณะทำงานถอดบทเรียน ผู้ดำเนินการถอดบทเรียน (นักวิชาการ) ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ ซึ่งทำหน้าที่ในการเฝ้าอำนาจและประสานการถอดบทเรียนเป็นผู้ทำการตั้งประเด็นคำถามให้เกิดการร่วมแสดงความคิดเห็นของฝ่ายต่าง ๆ ได้อีกทั้งที่หน่วยงานยังทำหน้าที่ในการเป็นผู้ที่กระตุ้นให้ผู้ร่วมถอดบทเรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็นจากกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติไป รวมทั้งการตั้งคำถามที่กระตุ้นให้ผู้ร่วมถอดบทเรียนได้วิเคราะห์สาเหตุของความสำเร็จและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติงาน นอกจากนี้ในทีมอำนาจยังมีผู้ทำหน้าที่จดบันทึกการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสบการณ์ และการอภิปรายของผู้ร่วมถอดบทเรียน ตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดโครงการ

2. ผู้เข้าร่วมถอดบทเรียน ประกอบด้วย

2.1 หัวหน้าฝ่ายพัฒนาบุคลากร และผู้รับผิดชอบงานด้านการดูแลสุขภาพและการร่วมบำบัดการเลิกบุหรี่ของสถานประกอบการ จำนวน 6 แห่ง

2.2 พนักงานของสถานประกอบการที่ต้องการเลิกบุหรี่ ที่ถูกส่งต่อมารับบริการเลิกบุหรี่ ระหว่างปี พ.ศ. 2558-2559 จำนวน 43 คน

ระยะเวลาในการดำเนินงาน

- การดำเนินการร่วมบำบัดเพื่อการเลิกบุหรี่ระหว่าง ค.บ.ช. และสถานประกอบการระหว่าง พ.ศ. 2558-2559

- ระยะเวลาในการดำเนินการถอดบทเรียน ระหว่าง ม.ค.-ธ.ค. 2560

ขั้นตอนการดำเนินการถอดบทเรียนการร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี่

1. ผู้ดำเนินการถอดบทเรียน ประชุมที่ร่วมกับ ค.บ.ช. เพื่อเสนอโครงการถอดบทเรียน และวางแผนการถอดบทเรียน ประสานงาน สถานประกอบการ ร่างกรอบการสัมภาษณ์เพื่อถอดบทเรียน

2. ผู้อำนวยการ ค.บ.ช. ออกหนังสือขอความร่วมมือในการถอดบทเรียน เสนอผู้อำนวยการของแต่ละสถานประกอบการเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินงาน ตลอดจนชี้แจงวัตถุประสงค์ของการถอดบทเรียน ขออนุญาตสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการวิจัย

3. เมื่อได้รับอนุมัติจากสถานประกอบการแล้ว ผู้ดำเนินการถอดบทเรียน เข้าพบผู้บริหาร/ฝ่ายบุคลากร/ตัวแทนของสถานประกอบการที่ดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพและการเลิกบุหรี่ เพื่อแจ้งวัตถุประสงค์ของการถอดบทเรียนและขออนุญาตสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูล

4. ผู้ดำเนินการถอดบทเรียน ดำเนินการสัมภาษณ์ผู้บริหาร/ฝ่ายบุคลากร/ตัวแทนของสถานประกอบการ จำนวน 6 แห่ง

5. ผู้ดำเนินการถอดบทเรียน ดำเนินการสัมภาษณ์ผู้สูบบุหรี่ที่ได้สำเร็จ และเลิกบุหรี่ไม่ได้ จากสถานประกอบการ จำนวน 6 แห่ง

6. ผู้ดำเนินการถอดบทเรียน ดำเนินการตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลในแบบสัมภาษณ์และขอข้อมูลผู้บริหาร/ฝ่ายบุคลากร/ตัวแทนของสถานประกอบการที่ให้ความร่วมมือในการดำเนินการถอดบทเรียน

7. ผู้ดำเนินการถอดบทเรียน สังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้รับจากการถอดบทเรียน และนำเสนอต่อ คบช. และสถานประกอบการ เพื่อนำผลที่ได้ไปปรับปรุงและพัฒนาความร่วมมือเพื่อการเลิกบุหรี่ต่อไป

ผลการดำเนินงานการร่วมบับัดเพื่อการเลิกบุหรี่

จากการวิเคราะห์ข้อมูลจากระบบฐานข้อมูลของ คบช. ที่ทำการติดตามเพื่อให้คำปรึกษา สร้างแรงจูงใจอย่างต่อเนื่องเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ ภายในระยะเวลา 1 ปี พบว่าผู้สูบบุหรี่ที่ส่งต่อมาจากสถานประกอบการ มีอัตราการเลิกบุหรี่ที่ 7, 30 วัน, 3, 6, 12 เดือน เป็น 53.49 %, 39.53 %, 27.91 %, และ 18.60 % ตามลำดับ (ตารางที่ 3 และ 4) นอกจากนี้ผู้สูบส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในระบบการส่งต่อเพื่อการเลิกบุหรี่

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ใช้บริการเลิกบุหรี่ที่ส่งต่อระหว่างสถานประกอบการและศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ ที่สามารถหยุดสูบบุหรี่ต่อเนื่องกัน 6 เดือน

การหยุดสูบบุหรี่ต่อเนื่องกัน 6 เดือน	จำนวน	ร้อยละ
ได้	8	18.60
ไม่ได้	35	81.40
รวม	43	100.0

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ใช้บริการเลิกบุหรี่ที่ส่งต่อระหว่างสถานประกอบการและศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ ที่สามารถหยุดสูบบุหรี่ต่อเนื่องกัน 12 เดือน

การหยุดสูบบุหรี่ต่อเนื่องกัน 12 เดือน	จำนวน	ร้อยละ
ได้	8	18.60
ไม่ได้	35	81.40
รวม	43	100.0

สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการถอดบทเรียน

จากการถอดบทเรียน ได้ประเมินและวิเคราะห์ปัจจัยเอื้ออำนวย ปัญหา อุปสรรค และข้อจำกัดในการร่วมบับัดเพื่อเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ ดังนี้

ปัจจัยเอื้อในการร่วมบับัดเพื่อเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่

จากการรวบรวมผลลัพธ์ในการเลิกบุหรี่ ตลอดจน

ผลการถอดบทเรียนการดำเนินงานการร่วมบับัด ผู้ให้บริการเลิกบุหรี่ระหว่างสถานประกอบการกับศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ จากผู้ที่รับผิดชอบในการดำเนินงานเรื่องการเลิกบุหรี่ของสถานประกอบการทั้ง 6 แห่ง พบว่ามีปัจจัยเอื้อที่ทำให้การดำเนินงานประสบความสำเร็จ กล่าวคือ

1. การตระหนักถึงความสำคัญในการเลิกบุหรี่ในสถานประกอบการ

จากลักษณะงาน การผลิตสินค้าของสถานประกอบการทุกแห่ง จะพบว่าเป็นวัสดุที่ไวไฟ การสูบบุหรี่จะทำให้เกิดอัคคีภัยได้ ผู้บริหารสถานประกอบการทุกแห่งจึงมีความตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่ และผลกระทบของบุหรี่ต่อความปลอดภัยของสถานประกอบการ เช่น การเกิด อัคคีภัย และมีความต้องการให้พนักงานเลิกสูบบุหรี่ ได้ติดต่อกันและแสดงความจำนงในการร่วมบับัดผู้ให้บริการเลิกบุหรี่ และให้ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติเข้าไปให้บริการเลิกบุหรี่ นอกจากนี้สถานประกอบการบางแห่งมีการส่งฝ่ายบุคคลไปอบรมเรื่องการเลิกบุหรี่จากหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อมาดูแลสุขภาพให้กับพนักงานในสถานประกอบการ สิ่งเหล่านี้ถือเป็นปัจจัยต้นเหตุที่สำคัญและส่งผลต่อความสำเร็จของโครงการ เพราะการเลิกบุหรี่เป็นเรื่องยาก การคัดเลือกสถานประกอบการที่มีความตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาจะทำให้เกิดนโยบายและเกิดพลังในการขับเคลื่อน

2. การจัดสิ่งแวดลอมเพื่อเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่

สถานประกอบการทุกแห่ง ประกาศให้สถานประกอบการเป็นเขตปลอดบุหรี่ ห้ามสูบบุหรี่ในบริเวณใกล้เคียงกับที่ผลิตสินค้า หากมีการฝ่าฝืนจะมีการลงโทษ ปรับ ตักเตือน และมีผลต่อการประเมินผล การปฏิบัติงานและมีการกำหนดจุดสูบบุหรี่ในสถานประกอบการไว้น้อยมาก เพียง 2-4 แห่ง เพื่อให้พนักงานหาสถานที่สูบบุหรี่ได้อย่างยากลำบาก และเลิกบุหรี่ได้ในที่สุด

มีการจัดสิ่งแวดลอมและประชาสัมพันธ์การเลิกบุหรี่ในหลายรูปแบบ เช่น บอร์ดประชาสัมพันธ์ถึงพิษภัยและโทษของการสูบบุหรี่ ไว้ตามจุดต่าง ๆ เช่น บริเวณที่ตอกบัตร จุดสูบบุหรี่ ห้องน้ำ นอกจากการจัดบอร์ดแล้วยังมีการทำสื่อโฆษณา การลงข่าวสารเรื่องบุหรี่ผ่านทางวารสารของสถานประกอบการ ติดโปสเตอร์รณรงค์เลิกบุหรี่บริเวณมุมอ่านหนังสือ การแจกแผ่นพับในกิจกรรมรณรงค์งานวันงด

อุบัติเหตุที่โลก เป็นต้น การประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องจะทำให้ผู้สูบบุหรี่มีความรู้และเกิดความกลัวและตระหนักถึงความสำคัญของการเลิกบุหรี่

3. การบูรณาการการบริการเลิกบุหรี่เข้ากับโครงการบริการสุขภาพเป็นประจำทุกปี

จะเห็นได้ว่าทุกสถานประกอบการมีนโยบายและแผนงานในการดูแลสุขภาพของพนักงานอยู่แล้ว เช่น การจัดโปรแกรมสุขภาพ การจัดสัปดาห์ปลอดบุหรี่ (Safety week) ซึ่งถือว่าเป็นนโยบายที่ดี ถึงแม้ว่าการดูแลสุขภาพจะต้องดูแลแบบองค์รวม ไม่ได้มุ่งเน้นไปที่การเลิกบุหรี่เพียงเท่านั้น บางปีอาจจะจัดโครงการเรื่องการออกกำลังกาย การดื่มสุรา ก็สามารถบูรณาการเรื่องบุหรี่เข้าไปได้ด้วย

4. การสร้างแรงจูงใจผู้สูบบุหรี่ที่ต้องการเลิกบุหรี่และการให้รางวัลผู้ที่เลิกบุหรี่ได้สำเร็จ

สถานประกอบการส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมบำบัดผู้สูบบุหรี่ มีการเสริมแรงให้กำลังใจผู้ที่ต้องการเลิกบุหรี่โดยที่สถานประกอบการมีความคิดว่าการที่จะเลิกบุหรี่ได้สำเร็จนั้นจะต้องมีสักซัพพาน เพื่อเป็นการประกาศให้รับรู้อย่างทั่วถึงกัน และเป็นการให้กำลังใจแก่ผู้ที่ต้องการเลิกบุหรี่ ทางสถานประกอบการจึงได้จัดกิจกรรมต่าง ๆ ขึ้น เช่น ให้เพื่อนพนักงานเขียนข้อความให้กำลังใจ ข้อความเตือนให้แก่พนักงานที่กำลังเลิกบุหรี่เข้าโครงการเช่น การมอบเงินรางวัล โล่ ของรางวัล ให้ผู้ที่เลิกบุหรี่เกิดกำลังใจและความมุ่งมั่น อีกทั้งเพื่อให้ผู้ที่เลิกบุหรี่ได้สำเร็จเป็นต้นแบบที่ดีในการจูงใจให้พนักงานคนอื่นอยากเลิกบุหรี่ให้ได้

5. ระบบการส่งต่อและติดตาม

จากการถอดบทเรียนจากผู้รับผิดชอบในการดำเนินโครงการร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี่ จะเห็นได้ว่าสถานประกอบการมีความพึงพอใจในการประสานงานและช่องทางในการติดต่อกับศูนย์บริการ เลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติว่ามีความสะดวกด้วยการส่งต่อผู้รับบริการ มาเลิกบุหรี่และติดตามด้วยระบบ U-refer ซึ่งเป็นระบบการส่งต่อผู้รับบริการทางอินเทอร์เน็ต

ปัญหา อุปสรรคและข้อจำกัดในการร่วมบำบัด เพื่อเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่

1. ภาระงานของผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมการเลิกบุหรี่

ฝ่ายบุคคล/ฝ่ายทรัพยากรมนุษย์/ฝ่ายพัฒนาบุคลากร ซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบงานด้านการดูแลสุขภาพของพนักงาน รวมทั้งการส่งเสริมการเลิกบุหรี่ถือว่าเป็นแกนหลักในการขับเคลื่อน แต่พบว่าฝ่ายบุคคล/ฝ่ายทรัพยากรมนุษย์/ฝ่ายพัฒนาบุคลากร มีงานรับผิดชอบหลายด้าน งานบุคลากร งานความปลอดภัยและงานการดูแลสุขภาพ ซึ่งการดูแลสุขภาพก็ต้องดูแลในทุกด้าน ด้วยเหตุนี้ทำให้เบียดเบียนให้กำลังใจผู้สูบบุหรี่ได้ไม่ครบถ้วนและต่อเนื่อง และทำให้ผู้สูบบุหรี่บางคนหายไปจากระบบการติดตามและกลับมาสูบบุหรี่ซ้ำ

2. กลไกการขับเคลื่อนการเลิกบุหรี่ยังไม่เข้มแข็งและเป็นระบบ

กลไกการขับเคลื่อนการเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ และต้องการให้พนักงานเลิกบุหรี่ได้ ต้องมีความเข้มแข็ง ซึ่งการดำเนินงานที่ผ่านมาสถานประกอบการมีความตั้งใจที่จะเข้าร่วมโครงการร่วมบำบัด มีนโยบายในการดูแลสุขภาพของพนักงานอยู่แล้ว แต่กลไกที่มีความสำคัญคือการวางนโยบายในการดำเนินงานเลิกบุหรี่อย่างชัดเจนและมีความต่อเนื่องว่าเป้าหมายที่สถานประกอบการ ต้องการเป็นอย่างไร เพื่อที่จะได้มีการมอบหมายการดำเนินงานอย่างเหมาะสม เช่น การหาบุคคลในฝ่ายบุคคล เพื่อมาดูแลงานส่งเสริมการเลิกบุหรี่ มีการประชาสัมพันธ์รณรงค์การเลิกบุหรี่อย่างต่อเนื่อง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยส่งเสริมให้การดำเนินงานร่วมบำบัดผู้รับบริการที่ต้องการเลิกบุหรี่ในสถานประกอบการประสบความสำเร็จได้มากขึ้น

3. การเข้าร่วมกิจกรรมการรณรงค์และให้ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่และการเลิกบุหรี่ ยังไม่เข้าถึงพนักงานอย่างทั่วถึง

จากลักษณะการปฏิบัติของพนักงาน จะมีการทำงานและผลัดเปลี่ยนการทำงานเป็นกะ และทำงาน 6 วัน/สัปดาห์ จึงทำให้มีพนักงานบางส่วนไม่ได้เข้ารับฟังการบรรยายความรู้เรื่องบุหรี่จากศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ ทำให้ผู้สูบบุหรี่ไม่เกิดการเปลี่ยนแปลง ทิศนคติต่อการเลิกบุหรี่ จึงมีผู้สมัครเข้าร่วมการบำบัดเลิกบุหรี่เพียง 43 คน จากสถานประกอบการทั้ง 6 แห่ง

4. สภาพจิตใจและความพร้อมของผู้สูบบุหรี่

พนักงานหลายคนยังไม่พร้อมที่จะเลิกบุหรี่ ทำให้ไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่ส่งเสริมการเลิกบุหรี่ต่าง ๆ ที่จัดขึ้น ทำให้ขาดโอกาสในการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับพิษภัยของบุหรี่ ผู้สูบบุหรี่บางคนรู้ถึงพิษภัย แต่คิดว่าการสูบบุหรี่เป็นเรื่องปกติ การเลิก

บุหรีเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก จึงไม่มีความคิดที่จะเลิกบุหรีไม่ได้มุ่งมั่นตั้งใจเลิกบุหรีอย่างจริงจัง เพราะสูบแล้วก็ไม่เห็นผลกระทบต่อสุขภาพ เพราะพนักงานส่วนใหญ่เป็นวัยทำงานที่ยังมีสุขภาพแข็งแรง

ในส่วนของพนักงานที่เข้าร่วมบำบัดการเลิกบุหรีที่เลิกบุหรีไม่สำเร็จ เพราะทนต่ออาการขาดนิโคตินไม่ได้ เช่น หงุดหงิด ปวดหัว และคิดว่าค่อย ๆ สูบน้อยลงก็ได้ จึงไม่สามารถเลิกบุหรีได้

5. การติดตามผู้สูบบุหรี

การติดตามผู้ที่กำลังเลิกบุหรีเป็นระยะ ถือว่ามีความสำคัญ แต่จากภาระงานประจำ รวมทั้งจำนวนบุคลากรของผู้ที่รับผิดชอบงาน ด้านการส่งเสริมการเลิกบุหรีของสถานประกอบการแต่ละแห่งมีจำนวนน้อย จึงทำให้บางครั้งไม่สามารถติดตามให้กำลังใจการเลิกบุหรีของพนักงานที่กำลังเลิกบุหรีได้อย่างต่อเนื่อง

การติดตามให้คำปรึกษาระยะเวลา 1 ปี เพื่อการเลิกบุหรีและป้องกันการเสพยา ในพนักงานที่เลิกบุหรีพบว่ามีปัญหาเรื่องการติดต่อทางโทรศัพท์ไม่ได้ เช่น ไม่รับสาย เปลี่ยนเบอร์มือถือ พนักงาน ลาออก จึงทำให้ผู้สูบบุหรีเลิกบุหรีเหลืออยู่ในโครงการน้อย และผู้สูบกก็เปลี่ยนสถานที่ทำงาน จึงไม่สามารถติดตามได้

การปฏิบัติงานของผู้สูบ ก็เป็นปัญหาในการติดตามเช่นกัน เพราะพนักงานจะทำงาน 6-7 วัน/สัปดาห์ และในขณะที่ปฏิบัติงานจะไม่สามารถรับสายได้ จึงอาจจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ติดตามผู้สูบได้น้อย

ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนา

จากภาพรวมของการดำเนินงานการร่วมบำบัดผู้รับบริการเลิกบุหรี ระหว่างสถานประกอบการ และศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติ จะเห็นได้ว่าช่วยให้คนเลิกบุหรีได้พอสมควร แต่เพื่อให้การดำเนินงานร่วมบำบัดเพื่อจะช่วยให้พนักงานในสถานประกอบการเลิกบุหรีได้มากขึ้น ก็ต้องนำผลลัพธ์ต่างที่ได้จากการดำเนินงานมาเป็นบทเรียนและพัฒนาแนวทางรูปแบบการดำเนินงาน เพื่อให้การดำเนินงานมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น กล่าวคือ

1. ผู้บริหารควรมีการวางแผนการส่งเสริมการเลิกบุหรีอย่างชัดเจน และประกาศเป็นนโยบายเพื่อให้พนักงานใน

สถานประกอบการรับทราบข้อมูลอย่างทั่วถึง และเกิดความร่วมมือในการเข้ารับฟังความรู้เรื่องพิษภัยบุหรี และอาจเกิดแรงจูงใจในการเลิกบุหรีต่อไป รวมทั้งการวางแผนเรื่องบุคลากรในการรับผิดชอบงานส่งเสริมการเลิกบุหรีของสถานประกอบการให้มีความเพียงพอต่อการดำเนินงาน

2. ควรมีกิจกรรมส่งเสริมการเลิกบุหรีเป็นระยะ เพื่อสร้างความตระหนักให้พนักงานในสถานประกอบการเห็นความสำคัญและปัญหาที่เกิดจากการสูบบุหรีทั้งต่อตนเองและเพื่อนร่วมงาน อาจจะมีการประกาศผู้ที่เริ่มต้นแบบในการเลิกบุหรีได้สำเร็จในการประชุม โอกาสและวาระที่สำคัญของสถานประกอบการ งานเลี้ยงปีใหม่เพื่อสร้างกำลังใจให้ผู้ที่เลิกได้และสร้างแรงจูงใจในผู้ที่กำลังคิดอยากเลิกบุหรี

3. การประชุมทีมในการทำงานร่วมบำบัด ระหว่างศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติและสถานประกอบการก็มีความสำคัญเช่นกัน จึงควรมีการประชุมงานกันเป็นระยะ ในระหว่างที่ทำการติดตามผู้สูบภายในเวลา 1 ปี เพราะสถานประกอบการจะสามารถติดตามผู้สูบให้ได้ ในกรณีทางศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติติดต่อผู้สูบไม่ได้เนื่องจากเปลี่ยนเบอร์มือถือหรือไม่รับสาย

4. เพิ่มการประชาสัมพันธ์ให้มากขึ้นและหลากหลายรูปแบบ รวมทั้งการจัดสรรเวลา เพื่อให้พนักงานได้เข้าร่วมรับฟังการบรรยายการเลิกบุหรีเพื่อรับข้อมูลความรู้เกี่ยวกับบุหรีและการเลิกบุหรีอย่างทั่วถึง ซึ่งอาจจะทำให้จำนวนผู้สูบบุหรีที่ต้องการเลิกบุหรี และส่งต่อมารับบริการเลิกบุหรีมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น

5. ศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติ อาจจะมีการติดตามเยี่ยมผู้รับผิดชอบการดำเนินงานเลิกบุหรีเป็นระยะ เพื่อรับทราบปัญหา ข้อขัดข้อง ในการดำเนินงานร่วมบำบัด หรือความต้องการความช่วยเหลืออื่น

บทสรุป

ผลลัพธ์การบริการเพื่อสร้างความร่วมมือในการเลิกบุหรี พบว่าผู้สูบที่ส่งต่อมาจากสถานประกอบการมีอัตราการเลิกบุหรีที่ 7, 30 วัน, 3, 6, 12 เดือน เป็น 53.49 %, 41.86 %, 39.53 %, 27.91 % และ 18.60 % ตามลำดับ นอกจากนี้ผู้สูบส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในระบบการส่งต่อเพื่อการเลิกบุหรี ดังนั้น สามารถสรุปได้ว่าความร่วมมือเพื่อการ

เลิกบุหรีมีประสิทธิผลในการช่วยเหลือผู้สูบให้เลิกบุหรีได้ ความร่วมมือเพื่อให้บริการเลิกบุหรีและกิจกรรมที่ส่งเสริม การเลิกบุหรี รวมถึงระบบการส่งต่อเป็นกลยุทธ์ที่สามารถ เพิ่มการเข้าถึงบริการเลิกบุหรี และเพิ่มอัตราการเลิกบุหรี สำหรับพนักงานในสถานประกอบการ

จากผลลัพธ์การถอดบทเรียนที่ได้ ควรมีการนำ ปัญหา อุปสรรคและข้อจำกัดต่าง ๆ ในการดำเนินงาน เพื่อ วางแผนการดำเนินงานในการทำโครงการร่วมบำบัด เพื่อ ส่งเสริมความร่วมมือการเลิกบุหรีระหว่างศูนย์บริการเลิกบุหรี ทางโทรศัพท์แห่งชาติและหน่วยงานอื่นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. ศรีธัญญา เบญจกุล, มณฑา เก่งการพานิช, อุทัยวรรณ เจริญสุข และสุนีย์ สว่างศรี. การรับรู้การปฏิบัติตามและ ปกป้องสิทธิของตนเองจากการได้รับควันบุหรี่มือสอง, วารสารสาธารณสุข 2551;2(1):2-15.
2. จุรีย์ อุสาหะ, ดวงกมล ลีมีจันทร์ และลลิติพร กันวิหค. การประเมินผลแผนยุทธศาสตร์การควบคุมยาสูบแห่ง ชาติ พ.ศ. 2555-2557. วารสารควบคุมโรค 2558;42(2) 151-61.
3. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. เปิดโครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่ ปี 2553. [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 3 กันยายน 2558]. เข้าถึงได้จาก <http://www.thaihealth.or.th/Content/6863>.
4. ศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติ. รายงาน ประจำปีศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติ ปี พ.ศ. 2557.
5. ศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติ. รายงาน ประจำปีศูนย์บริการเลิกบุหรีทางโทรศัพท์แห่งชาติ ปี พ.ศ. 2559.
6. ศุภวัลย์ พลายน้อย. นานาวิถีวิทยาการถอดบทเรียนและ สังเคราะห์องค์ความรู้. กรุงเทพมหานคร: บริษัท พี.เอ.ลิฟวิ่ง จำกัด; 2551.