



อสม. 4.0: การพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้มูแบน จังหวัดสมุทรสาคร
VHV 4.0: DEVELOPING POTENTIAL FOR BEING THE VILLAGE HEALTH
VOLUNTEER MODELS IN KHLONG MADUEA SUBDISTRICT
KRATHUM BAEN DISTRICT SAMUT SAKHON PROVINCE

ไพฑูรย์ เสริมศิริมงคล, พระปลัดประพจน์ อยู่สำราญ และพระมหาบุญเลิศ ช้วยธานี

Paitoon Sermsirimongkol, Phrapalad Prapoj Yusamran and Phramaha Boonlert Chuaythaneey

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Buddhapanya Si Dvaravati Buddhist College Mahachulalongkornrajavidyalaya University

E-mail: 0819354660p@gmail.com

Received August 22, 2024; Revised September 17, 2024; Accepted October 25, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการส่งเสริมการเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้มูแบน จังหวัดสมุทรสาคร 2) พัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ 3) ถอดบทเรียนการพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 20 คน เพื่อจัดทำหลักสูตรการฝึกอบรม และอบรมผู้เข้าร่วมปฏิบัติการ 10 คน ทำการเก็บข้อมูล วิเคราะห์เนื้อหา และนำเสนอผลการวิจัยเชิงพรรณนาด้วยการเล่าเรื่อง

ผลการวิจัยพบว่า 1) หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ประกอบด้วย 4 โมดูล คือ (1) จิตอาสาเพื่อชุมชน (2) การเสริมสร้างสุขภาพ (3) การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการทำงาน (4) การฝึกภาคสนาม 2) ทำให้ได้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน 4.0 ต้นแบบ ประกอบด้วยคุณสมบัติ ความเป็นจิตอาสา รอบรู้เรื่องสุขภาพ และมีทักษะการใช้เทคโนโลยีเพื่อการทำงาน แก้ไขปัญหาและประสานการช่วยเหลือที่รวดเร็ว แบ่งออกเป็นกรอบและฝึกปฏิบัติในห้องเรียน และการฝึกภาคสนาม เพื่อทำกิจกรรมการเฝ้าบ้านและชมรมผู้สูงอายุ การสำรวจแหล่งลูกน้ำยุงลาย การใช้เทคโนโลยีเพื่อการทำงานสุขภาพ และการช่วยงานที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และ 3) การถอดบทเรียนการวิจัย ได้องค์ความรู้และนวัตกรรมดังนี้ (1) หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็น อสม. 4.0 (2) อสม. 4.0 ต้นแบบ แกนนำส่งเสริมสุขภาพ (3) ชมรมสูงวัยใส่ใจสุขภาพที่มีการตรวจสุขภาพ มีหลักโภชนาการ และการออกกำลังกาย (4) เครือข่าย อสม. 4.0

คำสำคัญ: อสม. 4.0, การพัฒนาศักยภาพ, อาสาสมัคร, สาธารณสุข, ต้นแบบ



Abstract

This Article aims to 1) study the promotion of being Village Health Volunteer 4.0 models in Khlong Maduea subdistrict, Krathum Baen district, Samut Sakhon province; 2) develop potential to be Village Health Volunteer 4.0 models and 3) extract lessons from developing the potential to be model of VHW 4.0 models. This research is participatory action research by interviewing 20 purposively selected experts to create a training curriculum and 10 VHVs who participated in the operation. Content analysis was conducted and the research results were presented descriptively through storytelling.

The research results were found as follows; 1) The course for developing the potential to be Village Health Volunteer 4.0 models consisting of 4 modules: (1) Community volunteering, (2) Health promotion, (3) Using digital technology for work and (4) Field training. 2) The creation of Village Health Volunteers 4.0 models, consisting of the following characteristics: volunteering, knowledge of health, and skills in using technology for work, solving problems and coordinating rapid assistance. It was divided into classroom training and practice and field training to perform activities such as visiting homes and elderly clubs, surveying mosquito larvae sources, using technology for health work and helping at sub-district health promotion hospitals. And 3) Lessons extraction was found that the obtained knowledge and innovations comprise: (1) A curriculum for developing potential to become a Village Health Volunteer 4.0, (2) Village Health Volunteer 4.0 models, health promotion leaders, (3) Health-conscious senior club with health check-ups, nutrition principles and exercise and (4) VHV 4.0 network.

Keywords: Village Health Volunteers 4.0, Potential development, Volunteers, Public health, Models.

บทนำ

ประเทศไทย 4.0 เป็นวิสัยทัศน์เชิงนโยบายของการพัฒนาเศรษฐกิจของรัฐบาล โดยมุ่งเน้นการนำนวัตกรรมและเทคโนโลยีเข้ามาเป็นเครื่องมือสนับสนุนกระบวนการทำงานให้เกิดความรวดเร็วและมีประสิทธิภาพเป็นการนำประเทศเข้าสู่ “สังคมดิจิทัล” โดยเฉพาะด้านการแพทย์การใช้เทคโนโลยีจะช่วยยกระดับการบริการสาธารณสุขเพื่อมุ่งสู่การมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชน ระบบอินเทอร์เน็ต



ช่วยให้ประชาชนรับรู้ข่าวสารการดูแลสุขภาพและการระวังป้องกันโรคได้สะดวกขึ้น สามารถเข้าถึง การบริการสาธารณสุขและการรักษาที่รวดเร็ว เช่น ผู้ป่วยที่มีอาการวิกฤตอยู่ห่างไกลโรงพยาบาลและ จำเป็นต้องได้รับการรักษาอย่างเร่งด่วน ด้วยเทคโนโลยีที่จะช่วยให้แพทย์สามารถวินิจฉัยอาการและ ให้คำแนะนำหรือทำการรักษาผู้ป่วยแบบทางไกลได้ ในช่วงที่เกิดการระบาดของโรคโควิด 19 ที่ผ่านมา อสม. ได้เป็นกำลังสำคัญในการเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคจนเป็นที่ยอมรับ ซึ่งองค์การอนามัยโลกยกย่องผลการปฏิบัติงานของ อสม. และใช้เป็นแนวทางในการควบคุมโรคโควิด 19 ให้กับอีกหลาย ประเทศ

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพได้มีโครงการ “อสม. 4.0” ขึ้นในปี พ.ศ. 2560 เพื่อพัฒนา ศักยภาพ อสม. ให้มีทักษะในการใช้เทคโนโลยีเพื่อการทำงานสุขภาพ มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ มีทักษะ ด้านการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และเป็นแบบอย่างในการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพ ของชุมชน (กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม, 2562) จึงได้พัฒนาแอปพลิเคชัน Smart อสม. เพื่อเป็นเครื่องมือ ให้ อสม. ใช้ในการทำงาน และส่งต่อข้อมูลที่สำคัญให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทางออนไลน์ได้อย่างรวดเร็ว เช่น การคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ และการติดตามหญิงมีครรภ์ให้ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน แต่จนถึงปี 2565 พบว่ามี อสม. ลงทะเบียนใช้งานน้อยมาก เช่น ตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร มี อสม. ทั้งหมด 84 คน แต่มีผู้เข้าใช้งานเพียง 26 คน (ข้อมูลวันที่ 26 กรกฎาคม 2565) ในขณะที่ประเทศไทยกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ตำบลคลองมะเดื่อมีประชากร 22,048 คน เป็นผู้สูงอายุ 3,435 คน (เทศบาลเมืองคลองมะเดื่อ, 2567) คิดเป็นร้อยละ 15.58 โดยเฉลี่ย อสม. แต่ละคนจะต้องดูแล ประชาชน 262 คน และเป็นผู้สูงอายุ 41 คน ซึ่งการนำเทคโนโลยีมาใช้จะทำให้ อสม. สามารถทำงานได้ สะดวกรวดเร็วและส่งต่อข้อมูลไปยังโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ประโยชน์และศักยภาพที่จำเป็นของ อสม. 4.0 ประกอบด้วยคุณสมบัติ การเป็นจิตอาสา มีความรอบรู้เรื่องสุขภาพ การปฐมพยาบาล การช่วยฟื้นคืนชีพ มีทักษะการใช้เทคโนโลยีเพื่อการทำงาน ที่มีประสิทธิภาพ แก้ไขปัญหาและประสานการช่วยเหลือได้อย่างรวดเร็ว อสม. จำนวนมากยังขาด ทักษะการใช้เทคโนโลยีเหล่านี้ ผู้วิจัยจึงได้เลือก อสม. ในตำบลคลองมะเดื่อ ซึ่งต้องรับผิดชอบดูแลประชาชน โดยเฉลี่ยคนละ 262 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างชุดแรกของจังหวัดสมุทรสาคร ในการทำวิจัยเรื่อง “อสม. 4.0: การพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร” เพื่อพัฒนาศักยภาพอันจะส่งผลดีต่อประสิทธิภาพ การทำงาน การปฏิบัติหน้าที่เป็นหมอนที่ 1 คือ หมอประจำบ้าน มีความรอบรู้เรื่องสุขภาพเพื่อช่วยกันดูแล และแก้ปัญหาสุขภาพประชาชน สามารถให้การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพเบื้องต้น การใช้ เทคโนโลยีประสานงานกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และหน่วยงานสาธารณสุขได้รวดเร็ว ช่วยลดจำนวนผู้ป่วยที่ต้องไปโรงพยาบาล และเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดีถ้วนหน้าอีกด้วย



บทความวิจัยนี้นำเสนอกระบวนการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ตั้งแต่การรวบรวมองค์ความรู้ การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม ขั้นตอนการอบรม การฝึกปฏิบัติ การเก็บรวบรวมข้อมูล การถอดบทเรียน และการสร้างเครือข่าย องค์ความรู้และนวัตกรรมที่ได้รับจากการวิจัยสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการพัฒนาศักยภาพ อสม. ให้เหมาะสมกับบริบทของปัญหาและลักษณะการปฏิบัติงานของ อสม. ในแต่ละพื้นที่ เพื่อช่วยกันส่งเสริมสุขภาพและยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการส่งเสริมการเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร
2. เพื่อพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร
3. เพื่อถอดบทเรียนการพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร

การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

การใช้สมาร์ทโฟนในการทำงานของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในอำเภอหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ โดย นรุตม์ อภิชาติอำมฤต (2565) ซึ่งพบว่าปัจจุบัน อสม. มีสมาร์ทโฟนใช้งานถึงร้อยละ 86.5 มีอินเทอร์เน็ตใช้เอง ร้อยละ 73.1 และมีทักษะการใช้สมาร์ทโฟนที่แตกต่างกันมาก โดย อสม. ที่อายุน้อยจะมีทักษะในการใช้สมาร์ทโฟนที่ดีกว่า ทุกกลุ่มวัยมีความเห็นว่าการใช้สมาร์ทโฟนในการทำงานเพื่อชุมชนเป็นเรื่องจำเป็นและมีประโยชน์ โดยเฉพาะด้านการติดต่อสื่อสารกับ รพ.สต. และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทำได้สะดวกและรวดเร็ว ในช่วงสถานการณ์โควิดที่ผ่านมาทำให้มีการใช้สมาร์ทโฟนเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมาก ส่วนปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับสมาร์ทโฟนที่พบในกลุ่ม อสม. ได้แก่ การใช้ไม่เป็น ไม่มีคนสอน ปัญหาเรื่องอุปกรณ์ และสัญญาณอินเทอร์เน็ต จึงมีข้อเสนอแนะว่าควรส่งเสริมให้ อสม. ทุกคนใช้สมาร์ทโฟนในการทำงาน ควรมีการสนับสนุนจากภาครัฐทั้งเรื่องราคาสมาร์ทโฟนและค่าใช้จ่ายด้านอินเทอร์เน็ต

การใช้หลักพุทธธรรมในการทำงานจิตอาสา โดย สัมพันธ์ คงพูนทรัพย์ (2560) ซึ่งพบว่าหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับการทำงานจิตอาสา ได้แก่ หลักพรหมวิหาร 4 ได้แก่ เมตตา เป็นความปรารถนาดี อยากช่วยให้ผู้อื่นเป็นสุข กรุณา เป็นความรู้สึกสงสาร อยากช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ มุทิตา เกิดความรู้สึกยินดี



เมื่อเห็นผู้อื่นมีความสุข และอุเบกขา มีความยุติธรรม จิตใจที่ไม่เอนเอียงด้วยความชังและความรัก และหลักสังคหวัตถุ 4 ได้แก่ ทาน เป็นการให้ทั้งด้านจิตใจ สิ่งของ การกระทำและความรู้ ปิยวาจาเป็น การใช้คำพูดที่สุภาพอ่อนน้อมอย่างมีไมตรีจิต อตถจริยา การบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมและผู้อื่น และสมานัตตตา การประพฤติตนอย่างเสมอต้นเสมอปลาย ให้เหมาะสมกับเหตุการณ์และสภาพแวดล้อม

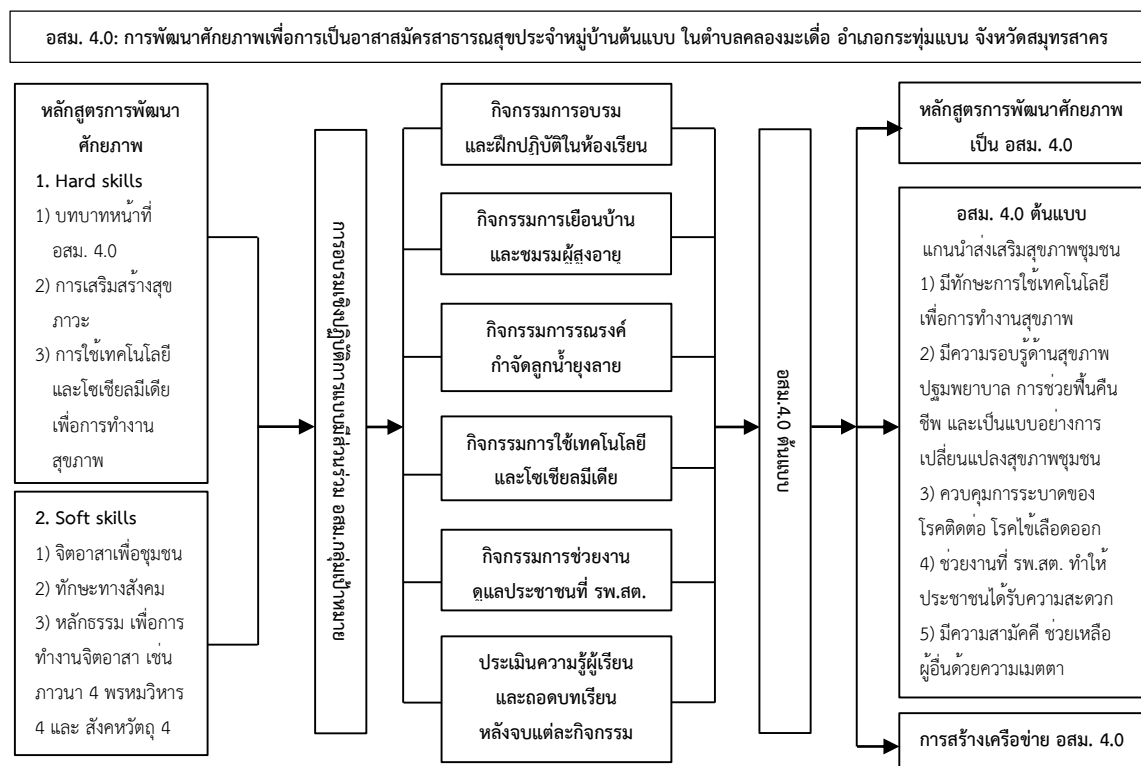
ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผลของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ณ โรงพยาบาลเทศบาลแห่งหนึ่งในประเทศไทย: การศึกษาแบบภาคตัดขวาง โดย ศิราณี ยงประเดิม และคณะ (2565) เพื่อประเมินความรู้ความเข้าใจในการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผลของ อสม. ที่สังกัด โรงพยาบาลเทศบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช โดยการประเมินความรู้ด้วยแบบสอบถาม เกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุสมผลด้วยแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของ อสม. และประชาชนวัยทำงานที่พัฒนาโดยกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ประกอบด้วยคำถาม 5 ด้าน ได้แก่ การใช้ยาตามฉลากและซองยา การรู้ทันสื่อโฆษณา การเลือกซื้อและใช้ยา การเข้าใจความหมาย ของคำศัพท์และการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ผลการวิจัยพบว่า อสม. ส่วนใหญ่มีความรู้ด้านการใช้ยา ตามฉลากและซองยา เข้าใจความหมายของคำศัพท์และการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ แต่ควรได้รับการอบรม ความรู้เพิ่มเติมเรื่องการเลือกซื้อ การใช้ยา การตรวจสอบเลขทะเบียนตำรับยา และการรู้ทันสื่อโฆษณา ให้มากขึ้น

จากการทบทวนวรรณกรรม สรุปได้ว่า การใช้สมาร์ทโฟนซึ่งเป็นเทคโนโลยีสมัยใหม่เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับ อสม. เพื่อการทำงานที่สะดวก รวดเร็วและมีประสิทธิภาพ แต่ยังมี อสม. ที่ขาดทักษะในการใช้งาน สมาร์ทโฟน จึงจำเป็นต้องมีการอบรมเพิ่มทักษะด้านเทคโนโลยีและการใช้สมาร์ทโฟนให้กับ อสม. และ ภาครัฐควรสนับสนุนเรื่องราคาสมาร์ทโฟนและค่าใช้จ่ายด้านอินเทอร์เน็ต หลักพุทธธรรมสำหรับการ พัฒนา อสม. จิตอาสา ได้แก่ หลักพรหมวิหาร 4 และหลักสังคหวัตถุ 4 ที่ช่วยให้จิตใจอ่อนโยน ต้องการ ช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ มีความซื่อสัตย์และเกิดความสามัคคี และความรู้เรื่องการใช้ยา อย่างสมเหตุสมผลเป็นสิ่งที่ อสม. จำเป็นต้องรู้ เพื่อแนะนำประชาชนให้มีการใช้ยาอย่างถูกต้องและ ใช้เท่าที่จำเป็น และไม่ตกเป็นเหยื่อของการโฆษณาที่อวดอ้างสรรพคุณ ซึ่งผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยเหล่านี้ จัดไว้ในหลักสูตรการอบรม และเป็นข้อมูลสนับสนุนในการอภิปรายผลการวิจัย

กรอบแนวคิดการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียกับการวิจัย (stakeholders) โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง คือ เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ ด้านสาธารณสุข ผู้ที่หน้าที่เกี่ยวกับการทำงานของ อสม. และผู้นำชุมชนในจังหวัดสมุทรสาคร จำนวน 20 คน เพื่อรวบรวมข้อมูลและองค์ความรู้ประกอบการค้นคว้าแนวคิดและทฤษฎีทางวิชาการ เพื่อจัดทำ หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 และ ผู้ร่วมปฏิบัติการ 10 คน ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง

คุณสมบัติ คือ เป็น อสม. ที่มีความตั้งใจในการปฏิบัติงานจิตอาสา มีความสนใจเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีดิจิทัล มีโทรศัพท์แบบสมาร์ตโฟน และมีความยินดีที่จะเข้าร่วมโครงการวิจัย ผลการวิจัยใช้วิธีวิเคราะห์เนื้อหาและนำเสนอเชิงพรรณนาด้วยการเล่าเรื่อง ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยตามหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพ ประกอบด้วยทักษะทั้งด้านการปฏิบัติงานและอาชีพ (Hard skills) ในประเด็นหน้าที่ความรับผิดชอบ การใช้เทคโนโลยีเพื่อการทำงาน และความรอบรู้ด้านสุขภาพที่จำเป็นสำหรับ อสม.4.0 และทักษะทางสังคม (Soft skills) การทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยมีหลักพุทธธรรมเป็นเครื่องขัดเกลาให้เป็นจิตอาสาที่มีคุณธรรม จริยธรรมช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความเมตตา และทฤษฎีโครงสร้างและหน้าที่มีรายละเอียดดังนี้



แผนภาพที่ 1 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ การวางแผน การปฏิบัติตามแผน การสังเกตผล และการสะท้อนผล โดยกำหนดวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย 2 กลุ่ม คือ

1.1 กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ โดยการสัมภาษณ์เพื่อนำองค์ความรู้มาจัดทำหลักสูตรการฝึกอบรม ซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียกับการวิจัย (stakeholders) คือ เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ด้านสาธารณสุข ผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวกับ อสม. และผู้นำชุมชนในจังหวัดสมุทรสาคร จำนวน 20 คน



1.2 กลุ่มผู้เข้าร่วมปฏิบัติการ คือ อสม. ผู้เข้ารับการอบรม ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง คุณสมบัติ คือ เป็น อสม. ในตำบลคลองมะเดื่อ มีความตั้งใจในการปฏิบัติงานจิตอาสา มีความสนใจเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีดิจิทัล มีโทรศัพท์แบบสมาร์ทโฟน และมีความยินดีที่จะเข้าร่วมโครงการวิจัย จำนวน 10 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ โดยกำหนดคำถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย และผ่านเกณฑ์การตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญ มีค่า CVI เฉลี่ย 1.0 2) แบบบันทึกข้อมูลกิจกรรม 3) แบบประเมินผู้เรียน

4. วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างในแต่ละขั้นตอนการวิจัย ได้แก่ การวางแผน การปฏิบัติตามแผน การสังเกตผล และการสะท้อนผล

5 การวิเคราะห์ข้อมูล ทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการจัดกลุ่มข้อมูล เรียบเรียงข้อมูลตีความวิเคราะห์และสรุปเนื้อหา และรายงานผลโดยใช้เทคนิคการเล่าเรื่องตามวัตถุประสงค์การวิจัย

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า การส่งเสริมการเป็น อสม. 4.0 โดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญประกอบกับข้อมูลทางวิชาการ ทำให้ได้หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 เพื่อการฝึกอบรม อสม. กลุ่มเป้าหมาย ซึ่งประกอบด้วย คือ โมดูลที่ 1 อสม. จิตอาสาเพื่อชุมชนมุ่งพัฒนาทักษะทางสังคม ด้วยหลักภาวะ 4 ได้แก่ ภาวะผู้นำ ภาวะจิตอาสา ภาวะจิตอาสา และภาวะผู้นำ ภาวะผู้นำ ทำให้เกิดการพัฒนาร่างกาย พฤติกรรม จิตใจและสติปัญญา หลักพรหมวิหาร 4 เป็นธรรมะสำหรับการเป็นผู้นำและการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา และหลักสังคหวัตถุ 4 เป็นธรรมะที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้อื่น ผูกมิตรและเอื้อเฟื้อเกื้อกูล ได้แก่ ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตตา เพื่อการปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นและเกิดความสามัคคีในการทำงานร่วมกัน ความเข้าใจในบทบาทหน้าที่ของ อสม. ทักษะความรู้เรื่องการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน โมดูลที่ 2 อสม. เสริมสร้างสุขภาพ เพื่อให้เข้าใจในงานสาธารณสุขมูลฐาน ได้แก่ การส่งเสริมสุขภาพ การควบคุมและป้องกันโรค การรักษาพยาบาล การฟื้นฟูสมรรถภาพและการคุ้มครองผู้บริโภค การใช้อย่างสมเหตุผล โทษภัยของบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า การตรวจคัดกรองสุขภาพและการออกกำลังกาย โมดูลที่ 3 อสม. ยุคเทคโนโลยีดิจิทัล เพิ่มทักษะการใช้เทคโนโลยี แอปพลิเคชันด้านสุขภาพและโซเชียลมีเดีย เพื่อการทำงานที่รวดเร็วและมีประสิทธิภาพ ให้การช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสและกลุ่มเปราะบางให้เข้าถึงการรักษา การค้นหาความรู้และเผยแพร่ข่าวสารสาธารณสุข การใช้แอปพลิเคชัน Smart อสม. เพื่อรายงานผลการคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ การสำรวจแหล่งลูกน้ำยุงลายป้องกันโรคไข้เลือดออก และการค้นหาหญิงตั้งครรภ์ให้ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน และโมดูลที่ 4 การฝึกภาคสนามเพื่อให้ อสม. ได้นำความรู้ในห้องเรียนไปฝึกปฏิบัติให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชน ได้แก่ การเยี่ยมบ้านและ



ชมรมผู้สูงอายุเพื่อตรวจคัดกรองสุขภาพ การสำรวจแหล่งลูกน้ำยุงลาย การใช้เทคโนโลยีและโซเชี่ยลมีเดียในการทำงานและการประชาสัมพันธ์เรื่องสุขภาพ และการช่วยงานที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

วัตถุประสงค์ที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ทำให้ได้ อสม. 4.0 ต้นแบบ แกนนำส่งเสริมสุขภาพชุมชน เป็นจิตอาสาที่ได้รับการพัฒนาจิตใจด้วยหลักธรรม มีความเข้าใจในหน้าที่และความรับผิดชอบ การทำงานครอบคลุมทั้งการส่งเสริมสุขภาพ การควบคุมและป้องกันโรค การรักษาพยาบาล การฟื้นฟูสมรรถภาพและการคุ้มครองผู้บริโภค การใช้ยาอย่างสมเหตุผลเพื่อไม่ให้ใช้ยาเกินความจำเป็นซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อการทำงานของตับและไต อันตรายจากควันของบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า การใช้เทคโนโลยี แอปพลิเคชันเพื่อค้นหาความรู้ การตรวจสอบเลขผลิตภัณฑ์ (อย.) เพื่อตรวจสอบว่าเป็นของแท้หรือของเลียนแบบ การประสานกับเจ้าหน้าที่ รพ.สต.โดยการวิดีโอคอล และการปักหมุดที่ตั้งทำให้เกิดความรวดเร็วในการช่วยเหลือผู้ป่วย การใช้แอปพลิเคชัน Smart อสม. เพื่อคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ 9 ด้าน และการสำรวจแหล่งลูกน้ำยุงลาย ทำให้เกิดความรวดเร็วในการส่งข้อมูลการเยือนบ้านและชมรมผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมการติดสังคม มีตรวจคัดกรองสุขภาพประจำเดือน จัดทำสมุดบันทึกสุขภาพประจำตัวเพื่อการเฝ้าระวังไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยรุนแรงมากขึ้น การแนะนำเรื่องการดูแลสุขภาพ โภชนาการ สันทนการและการออกกำลังกาย จัดแบ่งหน้าที่มาช่วยงานบริการที่ รพ.สต. เพื่ออำนวยความสะดวกผู้ป่วยและลดเวลาในการรักษา มีทักษะการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

วัตถุประสงค์ที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า การถอดบทเรียนการพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ และการสัมภาษณ์ความคิดเห็นของผู้ที่มีส่วนได้ส่วนเสียกับผลของการวิจัย (Stakeholders) ได้ผลดังนี้ 1) หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 2) เกิดชมรมสูงวัยใส่ใจสุขภาพ มีการตรวจสุขภาพประจำเดือนและบันทึกในสมุดสุขภาพประจำตัว เป็นการเฝ้าระวังความผิดปกติและป้องกันการเจ็บป่วยที่รุนแรง ซึ่งจะแนะนำให้ไปตรวจสุขภาพซ้ำที่ รพ.สต. หากพบว่ามีอาการผิดปกติ มีการปรับเปลี่ยนอาหารและเครื่องดื่มของชมรมเป็นอาหารสุขภาพ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง การสันทนการและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพกายและใจที่ดีของผู้สูงอายุ 3) ได้ อสม. 4.0 ต้นแบบ แกนนำส่งเสริมสุขภาพชุมชน มีทักษะการใช้เทคโนโลยีเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน การรายงานและส่งต่อข้อมูลสุขภาพ ทำให้เกิดความรวดเร็วในการประสานความช่วยเหลือกลุ่มเปราะบางและผู้ด้อยโอกาส แฟนเพจ “อสม. 4.0 ทีมสุขภาพตำบลคลองมะเดื่อ” (<https://shorturl.asia/DdVkf>) เป็นแหล่งความรู้สุขภาพและข้อมูลข่าวสารการทดลองทางเทคโนโลยี 4) การสร้างเครือข่าย อสม.4.0 เพื่อร่วมกันส่งเสริมสุขภาพ พัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน และเฝ้าติดตามเหตุการณ์ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพในชุมชน และ 5) อสม. 4.0 จิตอาสาเชิงพุทธ มีคุณธรรมและ



จริยธรรม ยึดมั่นในหลักธรรมเพื่อความสามัคคีในการทำงาน มีทักษะทางสังคมในการทำงานเพื่อชุมชน และช่วยเหลือด้วยความเมตตา

อภิปรายผล

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็น อสม. 4.0 แบ่งการพัฒนาศักยภาพออกเป็น 2 ด้าน คือ ด้านการปฏิบัติงานและอาชีพ เป็นการเพิ่มความรู้ที่จำเป็นสำหรับการทำหน้าที่ อสม. 4.0 ซึ่ง วรรณพันธุ์ วรรณะศักดิ์ (2559) ได้อธิบายว่าเป็นวิธีการพัฒนาทักษะการทำงานเพื่อให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ได้แก่ การฝึกอบรม การหมุนเวียนเปลี่ยนงานและการดูงานนอกสถานที่เพื่อนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับมาปรับใช้ให้เกิดการพัฒนา และด้านทักษะทางสังคม เป็นการปฏิสัมพันธ์และการทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่นเพื่อให้เกิดมิตรภาพ ความร่วมมือและความสามัคคี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดุชนี ดำมี (2559) ที่พบว่าการลงพื้นที่เพื่อตรวจคัดกรองและเก็บข้อมูลงานวิจัยเพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีคุณภาพ สิ่งแรกคือการสร้างความประทับใจแรกพบ เช่น การยิ้มแย้มแจ่มใส แต่งกายที่ถูกต้องเหมาะสม ใช้คำถามที่สุภาพและระมัดระวังการซักถามในเรื่องที่ละเอียดอ่อน ความรู้เรื่อง อสม. ยุคเทคโนโลยีดิจิทัลเป็นการเพิ่มทักษะด้านการใช้เทคโนโลยีและแอปพลิเคชันให้กับ อสม. เป็นสิ่งที่จำเป็นและสามารถเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานให้กับ อสม. ซึ่งสอดคล้องกับ นรุตม์ อภิชาติอำมฤต (2565) ได้วิจัยเรื่อง “การใช้สมาร์ทโฟนในการทำงานของ อสม. ในอำเภอหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ” พบว่า อสม. เข้าถึงการมีสมาร์ทโฟนได้ ร้อยละ 86.5 และมีอินเทอร์เน็ตใช้เอง ร้อยละ 73.1 อสม. อายุอ่อนโยจะมีทักษะในการใช้สมาร์ทโฟนดีกว่า อสม. ทุกกลุ่มวัยเห็นว่าการใช้สมาร์ทโฟนเป็นเรื่องจำเป็น ช่วยให้เกิดความสะดวกรวดเร็วในการติดต่อประสานการทำงานกับ รพ.สต. และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งภาครัฐควรสนับสนุนค่าใช้จ่ายด้านอินเทอร์เน็ต

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า การพัฒนาด้านทักษะทางสังคมด้วยหลักพุทธธรรม โดยการนิมนต์พระอาจารย์มาสอน การสนทนาธรรมและซักถามข้อข้องใจ เพื่อขัดเกลาจิตใจให้เป็นจิตอาสาที่มีคุณธรรม จริยธรรม การเสียสละและการทำงานเพื่อส่วนรวม อสม. ผู้เข้าอบรมให้ความเห็นว่า การได้เรียนรู้หลักพุทธธรรมทำให้รู้สึกสบายใจ เกิดความเข้าใจในความทุกข์ของผู้อื่น รู้สึกสงสารและอยากช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส หลักพรหมวิหารช่วยให้ทำงานร่วมกันได้อย่างมีความสุข และหลักสังคหวัตถุช่วยให้เกิดมิตรภาพ มีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลและความสามัคคีต่อกัน ซึ่งสอดคล้องกับ สัมพันธ์ คงพูนทรัพย์ (2560) ที่วิจัยเรื่อง “การใช้หลักพุทธธรรมในการทำงานจิตอาสา” พบว่า หลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับจิตอาสา ได้แก่ หลักพรหมวิหาร 4 และหลักสังคหวัตถุ 4 เพื่อการทำงานและการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างมีความสุข การรักผู้อื่นโดยไม่มีเงื่อนไข และยินดีช่วยเหลือทุกคนที่ประสบกับความยากลำบากเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น จิตอาสาจึงมีความสำคัญ



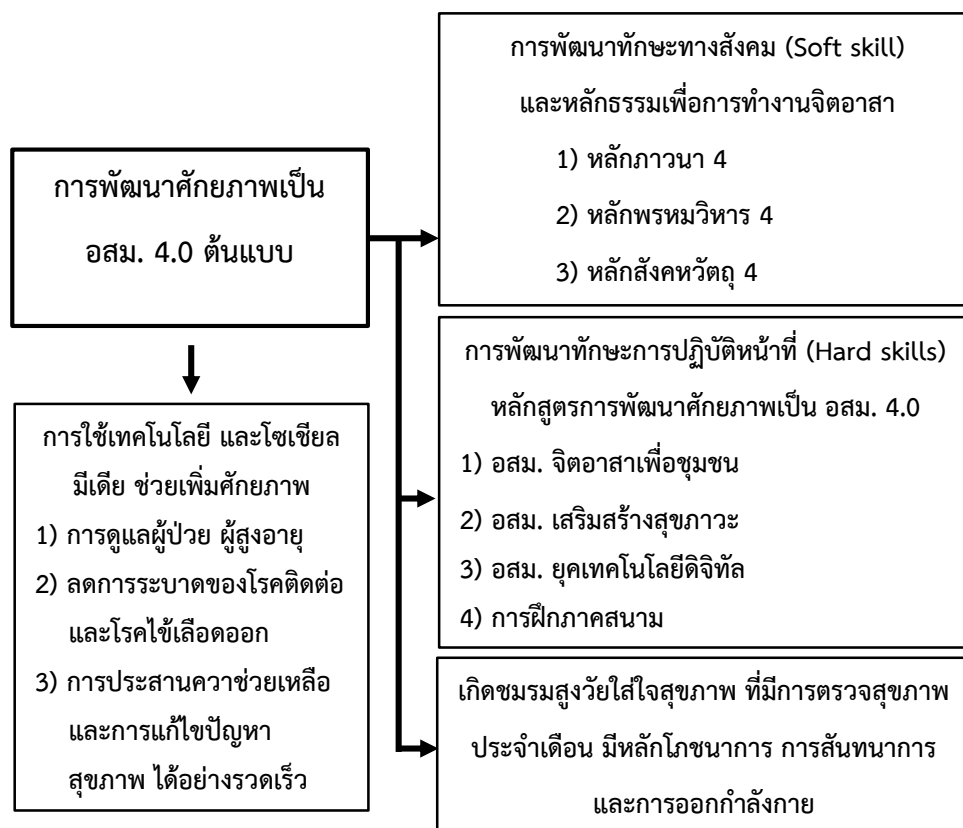
และจำเป็นต่อการอยู่ร่วมกันในชุมชนและสังคม การเพิ่มความรู้เรื่องการใช้ยาอย่างสมเหตุผล ชนิดของยารักษาโรค ทำให้ อสม. ผู้เรียนเกิดความเข้าใจหลักการใช้ยา 5 ถูก คือ ถูกโรค ถูกคน ถูกเวลา ถูกขนาด และถูกวิธี เพื่อให้คำแนะนำกับประชาชนโดยเฉพาะกลุ่มเปราะบางที่ต้องกินยาอยู่เป็นประจำให้กินยาอย่างต่อเนื่องจนครบตามแพทย์สั่ง ห้ามหยุดกินยาเองเพราะจะทำให้เกิดการดื้อยา และต้องอ่านฉลากกำกับยาก่อนทุกครั้ง การใช้สมาร์ตโฟนตรวจสอบเลขผลิตภัณฑ์ ออย. ทางออนไลน์ ทำให้ทราบว่ายาบางอย่างในตลาดเป็นของเลียนแบบ ต้องแนะนำประชาชนไม่ให้ซื้อมาใช้เพราะอาจเกิดอันตรายได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิราณี ยงประเดิม และคณะ (2565) เรื่อง “ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยาอย่างสมเหตุผลของ อสม.” พบว่า อสม. ส่วนใหญ่มีความรู้ด้านการใช้ยาตามฉลากและซองยา เข้าใจความหมายของคำศัพท์และการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ แต่ควรได้รับการอบรมความรู้เพิ่มเติมเรื่อง ประเภทของยา การเลือกซื้อยา การใช้ยา และการรู้ทันสื่อและโฆษณาที่อวดอ้างสรรพคุณของยาเกินความจริง

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า การถอดบทเรียนการพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็น อสม.4.0 ต้นแบบ ทำให้ได้องค์ความรู้และนวัตกรรม เช่น เกิดชมรมสูงวัยใส่ใจสุขภาพที่มีการตรวจคัดกรองสุขภาพประจำเดือนบันทึกลงในสมุดสุขภาพประจำตัว ทำให้ทราบการเปลี่ยนแปลงของสุขภาพ เป็นการเฝ้าระวังความผิดปกติและป้องกันการเจ็บป่วยที่รุนแรง การวัดค่าความดันเลือดเป็นประจำ มีประโยชน์ ซึ่งสอดคล้องกับบทความเรื่อง “รู้หรือไม่ ผู้สูงอายุควรวัดความดันทุกวัน” ของ Thonburi Health Village (2567) ซึ่งอธิบายว่า ผู้สูงอายุควรวัดความดันเลือดทุกวันเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงก่อนเกิดเหตุร้ายแรง เช่น โรคหลอดเลือดสมอง และโรคหัวใจ และควรรีบไปพบแพทย์เมื่อพบว่าความดันเลือดมีค่าสูงผิดปกติ การปรับเปลี่ยนอาหารและเครื่องดื่มของชมรมเป็นอาหารสุขภาพ หลีกเลี่ยงอาหารประเภททอด ของผัดที่ใส่น้ำมันเยอะ ๆ และมีส่วนประกอบของกะทิ และมีการออกกำลังกายอย่างน้อยวันละ 30 นาที ซึ่งสอดคล้องกับหลักโภชนาการของ อนุสิทธิ์ ทัพหสิริเวทย์ (2567) ที่เขียนบทความเรื่อง “หวาน มัน เค็มมากไป หัวใจอ่อนแอ” โดยกล่าวว่า อาหารไทยมีครบทุกรส ทั้งหวาน มัน เค็ม เผ็ด เปรี้ยว ซึ่งนำไปสู่ความเสี่ยงในการบริโภคเกินพอดี อาจส่งผลให้เกิดโรคหัวใจถ้าไม่ควบคุมปริมาณให้พอเหมาะและควรออกกำลังกายอย่างน้อยวันละ 30 นาที 5 วันต่อสัปดาห์ และการที่ อสม. 4.0 ต้นแบบ มีทักษะการใช้เทคโนโลยีเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน ได้สร้างแผนเพจออนไลน์ ชื่อ “อสม. 4.0 ทีมสุขภาพตำบลคลองมะเดื่อ” เพื่อเป็นแหล่งความรู้และการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ข่าวสารสุขภาพ ข่าวปลอมและการหลอกลวงทางเทคโนโลยี เพราะปัจจุบันประชาชนนิยมการบริโภคข่าวสารทางสื่อออนไลน์กันมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับบทความของ กลุ่มงานสื่อสารผลผลิตทางความคิด (2567) ที่กล่าวว่า ในยุคโซเชียลมีเดีย ข้อมูลการสำรวจเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย ปี 2564 (รอบเดือนมิถุนายนถึงสิงหาคม) พบว่ามีการรับรู้ผ่านช่องทางสื่อออนไลน์มากเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาคือ สื่อวิทยุ โทรทัศน์



องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง อสม. 4.0: การพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้มูแบน จังหวัดสมุทรสาคร ได้องค์ความรู้ที่สามารถสรุปเป็นแผนภาพได้ดังนี้



แผนภาพที่ 2 แสดงองค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากแผนภาพที่ 2 แสดงองค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยเรื่อง อสม. 4.0: การพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านต้นแบบ ในตำบลคลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้มูแบน จังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งการพัฒนา อสม. 4.0 เพื่อให้มีความเป็นจิตอาสา ทำงานเพื่อสังคมด้วยความตั้งใจ มีทักษะการใช้เทคโนโลยีเพื่อการทำงานที่รวดเร็วและมีประสิทธิภาพ และมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ จำเป็นต้องมีการพัฒนาทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านทักษะทางสังคม เพื่อให้เป็นจิตอาสาที่มีคุณธรรม จริยธรรมและความโออบอ้อมอารี สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขด้วยหลักธรรมภavana 4 พรหมวิหาร 4 และ สังคหวัตถุ 4 เป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจ และทักษะด้านการปฏิบัติหน้าที่ อสม. 4.0 คือ ความรู้เพื่อการทำงานสุขภาพตามหลักสูตรการฝึกอบรม ได้แก่ จิตอาสาเพื่อชุมชน การเสริมสร้างสุขภาวะ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและโซเชียลมีเดีย และการฝึก



ภาคสนาม การออกทำงานเยี่ยมบ้านและชมรมผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง อสม. 4.0 ได้ร่วมกันให้ความรู้ เรื่องการส่งเสริมสุขภาพ ทำให้ชมรมผู้สูงอายุตำบลคลองมะเดื่อ มีการตรวจสุขภาพประจำเดือน จัดอาหารและเครื่องดื่มที่ดีต่อสุขภาพ มีการสนทนากันและการออกกำลังกาย เกิดเป็นชมรมสูงวัยใส่ใจสุขภาพ

สรุป

การพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน 4.0 ต้นแบบ ในตำบล คลองมะเดื่อ อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร ได้หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ประกอบด้วย จิตอาสาเพื่อชุมชน การเสริมสร้างสุขภาพ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัล และการฝึกภาคสนาม การพัฒนาศักยภาพเป็น อสม. 4.0 ต้นแบบ ใช้วิธีการฝึกอบรมตามหลักสูตรด้วยกระบวนการเรียนรู้ แบบมีส่วนร่วม การประชุมเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และใช้เทคนิคการประสานงาน การใช้ เทคโนโลยีและการวางแผนร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทำให้มีศักยภาพการทำงานที่เพิ่มมากขึ้น การถอดบทเรียนพบว่า อสม. 4.0 ต้นแบบ เป็นจิตอาสาเชิงพุทธ ทำงานด้วยความสามัคคี มีความรอบรู้ เรื่องสุขภาพ มีกระบวนการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุและการป้องกันโรคไข้เลือดออกในชุมชนเปลี่ยนไป จากเดิม โดยการทำงานเชิงรุกร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การใช้เทคโนโลยีและเครื่องมือในแอปพลิเคชัน สมาร์ท อสม. เพื่อการค้นหา ติดตาม ให้ความรู้และส่งต่อข้อมูล ทำให้การประสานความช่วยเหลือและการแก้ไขปัญหามีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพเพื่อการเป็น อสม. 4.0 ซึ่งประกอบด้วยทักษะด้านสังคม และด้านการปฏิบัติงาน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรฝึกอบรมให้ครบในทุกประเด็นตามหลักสูตรเพื่อให้เกิด การพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย พุทธิกรรม จิตใจ สติปัญญาและความสามารถในการปฏิบัติงาน

1.2 อสม. 4.0 ต้นแบบ ซึ่งประกอบด้วยคุณสมบัติการเป็นจิตอาสาเชิงพุทธ มีใจเสียสละ รอบรู้เรื่องสุขภาพ การปฐมพยาบาล การช่วยฟื้นคืนชีพ และทักษะการใช้เทคโนโลยีเพื่อการทำงาน การแก้ไขปัญหาและประสานการช่วยเหลือที่รวดเร็ว หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมการพัฒนา ศักยภาพเป็น อสม. 4.0 เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน การทำงานร่วมกันด้วยความสามัคคีและ มีความสุข

1.3 ชมรมสูงวัยใส่ใจสุขภาพ ประกอบด้วยการตรวจคัดกรองสุขภาพประจำเดือนเพื่อเฝ้า ระวังความผิดปกติของร่างกาย อาหารเพื่อสุขภาพ สนทนากันและการออกกำลังกาย หน่วยงาน



ที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการสนับสนุนให้ชมรมผู้สูงอายุมีการนำหลักการที่เป็นประโยชน์ไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการปรับปรุงเนื้อหาหลักสูตรและกิจกรรมในการพัฒนา อสม.ตามบริบทของผู้เรียน ลักษณะของประเพณี วัฒนธรรม สังคมและปัญหาสุขภาพที่พบในแต่ละพื้นที่ เพื่อให้สามารถแก้ปัญหาได้ตรงประเด็นและเกิดผลสัมฤทธิ์ ท้นต่อการเปลี่ยนแปลงตามยุคสมัยและมีความเหมาะสมกับบริบทการทำงานของ อสม. ในพื้นที่นั้น ๆ

2.2. ในการทำวิจัยควรจัดระยะเวลาอบรมและการทำกิจกรรมให้เหมาะสมกับเนื้อหาหลักสูตรและผู้เข้ารับการอบรม เพื่อให้สามารถเข้าเรียนได้ครบตามหลักสูตร เกิดทักษะความรู้และสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างมั่นใจ

เอกสารอ้างอิง

- กลุ่มงานสื่อสารผลผลิตทางความคิด. (2567, 21 มิถุนายน). *การสอดแทรกกิจกรรมทางกายผ่านสื่อโซเชียลมีเดีย*. https://tpak.or.th/th/article_print/555.
- กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม. (2562). *แนวทางการพัฒนาศักยภาพ อสม.4.0*. เทศบาลนครสงขลา.
- ดุขณี คำมี. (2559). เทคนิคการลงพื้นที่คัดกรองและเก็บข้อมูล: ประสบการณ์ภาคสนาม. *Mahidol R2R e-Journal*, 3(1), 1-3. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/murr/article/view/242993/165094>.
- เทศบาลเมืองคลองมะเดื่อ. (2567, 15 มิถุนายน). *ข้อมูลและรายละเอียดชุมชน*. <https://khlommaduea.go.th/public/communityinfo/data/index/menu/177>.
- นฤตม์ อภิชาติอำมฤต. (2565). การใช้สมาร์ทโฟนในการทำงานของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในอำเภอหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ. *ชัยภูมิเวชสาร*, 42(2), 82-93. <https://thaidj.org/index.php/CMJ/article/view/12804/10796>.
- วรรณานันท์ วรรณะศักดิ์. (2559). *แนวทางการพัฒนาศักยภาพของบุคลากรในองค์กร*. สำนักงานรัฐมนตรี กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม.
- ศิราณี ยงประเดิม, กันต์ฤทัย สังฆะโน, ชุตติกาญจน์ สุชาติพิทย์, ชนากานต์ ไกรมาก, ปาลิตา แก้วพรม, วนิดา พุ่มพวง และสุริยน อยู่ตระกูล. (2565). ความรู้การใช้อย่างสมเหตุสมผลของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน. *วารสารเภสัชกรรมไทย*, 15(1), 21-28. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/TJPP/article/view/253439>.



- สัมพันธ์ คงพูนทรัพย์. (2560). การใช้หลักพุทธธรรมในการทำงานจิตอาสา. *Journal of Roi Kaensarn Academi*, 2(1), 1-14. <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/JRKSA/article/view/246180>.
- อนุสิทธิ์ ทัพหสิริเวชย์. (2567, 21 มิถุนายน). หวาน มัน เค็มมากไป หัวใจอ่อนแอ. <https://www.bangkokhearthospital.com/content/sweet-fatty-and-salty-food-affect-your-risk-of-heart-disease-the-most>.
- Thonburi Health Village. (2567, 25 พฤษภาคม). รู้หรือไม่ ผู้สูงอายุควรวัดความดันทุกวัน. <https://thonburihealthvillage.com/รู้หรือไม่-ผู้สูงอายุ>.