



สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ Media for Health Information Dissemination

บรรจง พลไชย¹ และ ณัฏฐิยา พรหมสาขา ณ สกลนคร²
Banchong Phonchai¹ and Nuttiya Prommasaka na sakonnakhon²

บทคัดย่อ

สื่อสำหรับเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ เป็นช่องทางหนึ่งในการถ่ายทอดสารสนเทศสุขภาพจากผู้ส่งไปยังผู้รับหรือกลุ่มเป้าหมาย เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคสำหรับประชาชน ทำให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ทักษะ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดี ตัวอย่างของสื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน แผ่นพับ จดหมายข่าว จุลสาร วารสาร นิตยสาร หนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ และการจัดหน่วยเคลื่อนที่

คำสำคัญ : สื่อ ; สารสนเทศสุขภาพ ; การเผยแพร่สารสนเทศ ; สารสนเทศ

ABSTRACT

Media for health information dissemination is a channel to transfer health information from sender to receiver or target groups for health promotion and diseases prevention, it make the target groups have good knowledge, attitude and improve health behavior. The samples of media for health information dissemination are health workers, village health volunteers, folders, newsletters, pamphlets, journals, magazines, newspapers, television, motion pictures and mobile unit.

Keywords : Media ; Health Information ; Information Dissemination ; Information

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม, Assistant Professor, Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Phanom, Nakhon Phanom University

² อาจารย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม, Lecturer, Boromarajonani College of Nursing Nakhon Phanom, Nakhon Phanom University



บทนำ

สังคมในปัจจุบันเป็นสังคมแห่งการแข่งขันและมีการพัฒนาในทุกๆ ด้าน ประชาชนมีความตื่นตัวในด้านการศึกษาค้นคว้าความรู้ทางสุขภาพจากสื่อเทคโนโลยี ด้วยวิธีการต่างๆ ที่มากมาย ความรู้ ข้อมูล ข่าวสาร เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน การให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ประชาชน เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเรื่องสุขภาพ ตลอดจนวิธีการสร้างเสริมสุขภาพและวิธีป้องกันโรค การให้ความรู้ด้านสุขภาพนั้นเป็นวิธีการหนึ่งในการสร้างเสริมสุขภาพ โดยเน้นให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ มีทัศนคติที่ดีต่อสุขภาพ มีทักษะการปฏิบัติด้านสุขภาพที่ดี (Edelman & Mandel, 2010) เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่กระทำให้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วย ก่อให้เกิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ ช่วยให้ประชาชนได้เข้าใจและใช้สารสนเทศสุขภาพในการดูแลสุขภาพของตนเอง ช่วยสร้างเสริมสุขภาพและดำรงรักษาสุขภาพที่ดีไว้ ช่วยให้ประชาชนใช้สารสนเทศในการตัดสินใจและจัดการ สร้างเสริมสุขภาพของตนเอง (Marks et al., 2015) ทำให้บุคคลมีการเปลี่ยนแปลงในด้านความรู้ ความเข้าใจ วิธีคิด ค่านิยม ความเชื่อ และทัศนคติ อันจะนำไปสู่การพัฒนาทักษะของบุคคลที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีของประชาชน โดยอาศัยรูปแบบต่างๆ ของการสื่อสารที่คิดค้นขึ้นมา เพื่อให้บุคคลบรรลุถึงระดับความรู้ มีทักษะและความมั่นใจในการที่จะลงมือปฏิบัติ เพื่อให้สุขภาพของบุคคลและชุมชนดีขึ้น รวมทั้งการเพิ่มพูนความรู้ และพัฒนาทักษะชีวิตที่ส่งผลเกื้อหนุนสุขภาพของบุคคลและชุมชน การให้ความรู้ด้านสุขภาพมิได้เกี่ยวข้องเพียงการให้ข้อมูล ความรู้ด้านสุขภาพเท่านั้น ยังเป็นการปลุกฝังให้เกิดแรงจูงใจ ทักษะ ความมั่นใจในความสามารถของตนเองที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติเพื่อให้สุขภาพดีขึ้น และรวมถึงการสื่อสารข้อมูลเกี่ยวกับสถานะทางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ รวมทั้งปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงของบุคคล

การให้ความรู้ด้านสุขภาพเป็นองค์ประกอบสำคัญของการดำเนินงานสาธารณสุข เพื่อนำไปใช้สำหรับแก้ไขปัญหาสุขภาพที่เกิดจากความไม่รู้ ไม่เข้าใจ และปฏิบัติตนยังไม่ถูกต้องของแต่ละบุคคล ทำให้สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติไปในทางที่ถูกต้อง โดยจุดมุ่งหมายของการให้ความรู้ด้านสุขภาพคือ เพื่อสนับสนุนระบบการดูแลสุขภาพ และสร้างเสริมภาวะสุขภาพให้ดีขึ้น (Nelson & Staggers, 2014) มีผลให้การบริการด้านการป้องกันโรค การสร้างเสริมสุขภาพ การรักษาพยาบาล

และการฟื้นฟูสภาพได้บรรลุผลสำเร็จและมีประสิทธิภาพดี ปัญหาด้านสาธารณสุขของประชาชนส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากความยากจน ความเจ็บไข้ และขาดความรู้ เมื่อประชาชนขาดความรู้ ความเข้าใจในเรื่องที่เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อม การไม่ได้รับการศึกษาที่ดี มีความรู้ที่น้อย ทำให้เจ็บป่วยมากขึ้น เพราะไม่รู้จักป้องกันตนเองจากโรคร้ายไข้เจ็บที่ส่วนมากสามารถป้องกันได้ ความยากจนและไร้การศึกษาทำให้ประชาชนมองไม่เห็นคุณค่าของชีวิตและความสำคัญในการป้องกันโรคและการส่งเสริมให้มีสุขภาพสมบูรณ์ โดยมักจะล้มป่วยด้วยโรคเดิม ซึ่งเคยเป็นมาก่อนเพราะไม่รู้สาเหตุของโรค และไม่รู้วิธีป้องกันตัวให้พ้นจากโรคนั้นๆ การป้องกันโรคและการรักษาโรคไม่สามารถแยกจากกันได้โดยเด็ดขาด จึงต้องพยายามหาทางป้องกันโรคที่พบบ่อยๆ โดยให้ความรู้และให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวต่างๆ แก่ประชาชนในการป้องกันโรค โดยที่โรคบางโรคสามารถป้องกันได้ แต่เพราะความไม่รู้และความเชื่อในเรื่องผิดๆ จึงเป็นสาเหตุส่วนใหญ่ที่ทำให้ประชาชนไม่รู้จักปฏิบัติตัวให้ถูกต้อง ที่จะช่วยป้องกันโรคและสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ดังนั้นในการแก้ปัญหาสาธารณสุขนั้นนอกจากจะให้บริการทางด้านสุขภาพอนามัยแก่ประชาชนแล้ว สิ่งที่สำคัญที่จะช่วยแก้ปัญหาได้มากก็คือ การให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพนั่นเอง การให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพเป็นกิจกรรมที่ทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรู้ ความเข้าใจ วิธีคิด ความเชื่อ ค่านิยม และทัศนคติ ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาทักษะของบุคคลในการควบคุมและจัดการสุขภาพของตนเองและชุมชนให้ดีขึ้น ดังนั้นการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการดำเนินงานสาธารณสุข นำไปใช้แก้ไขปัญหาสุขภาพที่เกิดจากความไม่รู้ ไม่เข้าใจและปฏิบัติตัวไม่ถูกต้อง ทำให้บุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติในทางที่ถูกต้อง (บรรจง พลไชย, 2557 ก) แนวคิดของการให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ มีดังนี้

1. เป็นการสนับสนุนให้คนเสาะแสวงหาการมีสุขภาพที่ดีแก่ การให้การศึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง การให้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการรับบริการด้านสาธารณสุขที่เหมาะสม การให้การศึกษาเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เป็นปัจจัยต่อสุขภาพหรือตัวกำหนดสุขภาพแก่ประชาชน

2. ยึดหลักดำเนินกิจกรรมในการสร้างพลังในสังคมหรือชุมชน ในการพัฒนาทักษะชีวิตและการดูแลสุขภาพตนเอง การให้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการรับบริการสาธารณสุขที่เหมาะสม การให้การศึกษาเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เป็นปัจจัยต่อสุขภาพหรือตัวกำหนดสุขภาพ



3. ให้ความสำคัญในการสื่อสาร การให้ความรู้ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ โดยแนะนำการเกิดโรค ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสุขภาพ

4. เน้นการทำงานที่สอดคล้องกับชุมชนการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

สรุปว่า การให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพเพื่อให้ประชาชนเกิดการเรียนรู้ทางด้านสุขภาพอนามัย ซึ่งหมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ทักษะคิด และการปฏิบัติทางด้านสุขภาพอนามัย หรือ ที่เรียกว่าพฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior) ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงตามแนวคิดหลักของการให้ความรู้ ด้านสุขภาพ จะสมบูรณ์ก็ต่อเมื่อการเปลี่ยนแปลงทั้ง 3 ด้านนี้เกิดขึ้นในตัวบุคคล คือ เกิดการเปลี่ยนแปลง ความรู้ (Knowledge) ทักษะคิด (Attitude) และการปฏิบัติ (Practice)

ความสำคัญของการเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ

มนุษย์จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุขจะต้องมีสภาวะทางสุขภาพที่สมบูรณ์ มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง ซึ่งต้องเรียนรู้วิถีปฏิบัติที่สร้างเสริมสุขภาพที่อยู่ตลอดเวลา การเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพจึงเป็นการศึกษาตลอดชีวิตที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อบุคคล ครอบครัวและชุมชน ซึ่งการเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพมีความสำคัญ ดังนี้

1. ความสำคัญต่อบุคคล มีความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของทุกๆ คน ไม่ว่าจะอยู่ในสภาวะที่เจ็บป่วยหรือมีสุขภาพดีหรือกลุ่มที่เสี่ยงต่อความเจ็บป่วย มุ่งที่การสร้างเสริมความมีชีวิตอันดี ซึ่งก็คือการมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั่นเอง โดยมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสมในการสร้างเสริมความมีสุขภาพดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุขและด้วยความพอใจ โดยต้องเรียนรู้เรื่องสุขภาพอนามัยอยู่เสมอตลอดชีวิต

2. ความสำคัญต่อครอบครัวและชุมชน การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง เหมาะสมของแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับ การสนับสนุนส่งเสริมของสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยในชุมชนด้วย และสุขภาพอนามัยของครอบครัวและชุมชนจะดีได้นั้น ก็ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมสุขภาพของแต่ละบุคคลในครอบครัวและชุมชนนั้นๆ ด้วย

3. ความสำคัญต่อผู้ให้บริการสุขภาพ บุคคลที่มีบทบาทในการให้ความรู้ด้านสุขภาพนั้นมีอยู่หลายกลุ่ม โดยเฉพาะพยาบาล ซึ่งเป็นผู้ที่มีโอกาสติดต่อสื่อสารกับประชาชนที่มาใช้บริการสุขภาพเป็นอย่างมาก จึงมีบทบาทสำคัญต่อการเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพขอบเขตของการปฏิบัติพยาบาลขอบเขตหนึ่ง คือ การสอนเกี่ยวกับสุขภาพซึ่งเป็นบทบาทที่สำคัญของพยาบาล เพราะข้อมูลข่าวสาร

เป็นปัจจัยสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองและการพึ่งพาตนเองของประชาชน ซึ่งจะช่วยให้ประชาชนและชุมชนมีการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และมีภาวะสุขภาพที่ดี (Nies & McEwen, 2015)

4. ความสำคัญต่อการบริหารงานสุขภาพ สถานบริการสุขภาพทุกระดับ จะต้องให้บริการสุขภาพ ที่มีผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วย กิจกรรมด้านการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วย เป็นนโยบายสำคัญในการพัฒนาสาธารณสุขของประเทศ การเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพเป็นกิจกรรมสำคัญในการปฏิบัติเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วย ดังนั้น สถานบริการสุขภาพต้องจัดให้มีการให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพแก่ผู้ป่วยและประชาชน เพื่อสนองตอบนโยบายสาธารณสุขของประเทศ ดังจะเห็นได้จากค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลเมื่อเกิดการเจ็บป่วยมีปริมาณสูงมากขึ้น ถ้าหากว่าการให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพเกิดผลดีต่อการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และการฟื้นฟูสุขภาพแล้วย่อมมีผลให้ค่าใช้จ่ายในการบริการสุขภาพลดลง

5. ความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ การที่มนุษย์ได้รับสารสนเทศด้านสุขภาพทำให้มนุษย์มีสุขภาพที่ดี สามารถทำงานหรือประกอบอาชีพได้อย่างราบรื่นนั้นเท่ากับเป็นการสร้างความมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั่นเอง ซึ่งเกิดผลดีต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชนและประเทศชาติ ส่งผลดีต่อสภาพเศรษฐกิจ สังคม ของประเทศด้วย

วัตถุประสงค์ของการเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ

การเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพเป็นวิธีการที่ทำให้ประชาชนได้รู้จักการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วย สร้างทัศนคติต่อสุขภาพและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพไปในทางที่ดี ทำให้บุคคลได้เปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะคิดและการปฏิบัติทางด้านสุขภาพ ดังนั้นการเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพจึงมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ (เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์, 2556)

1. มุ่งสร้างเสริมให้บุคคลมีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายจิตใจและสังคม

2. มุ่งสร้างเสริมให้ครอบครัวและชุมชนมีสุขภาพดี การที่บุคคลเพียงคนเดียวมีสุขภาพดียังไม่เป็นการเพียงพอ ครอบครัวทั้งครอบครัวต้องมีสุขภาพดีด้วย และต้องให้ชุมชนมีสุขภาพดีด้วย

3. มุ่งให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านพฤติกรรมสุขภาพ 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ทักษะคิดและการปฏิบัติ

4. เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนในเรื่องสุขภาพ ซึ่งสามารถตอบสนอง โดยการให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ



5. เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพของประชาชน โดยการให้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพแก่ประชาชน ให้ตระหนักถึงปัญหาสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชน
6. เพื่อลดจำนวนประชาชนที่ไปปรึกษาปัญหาที่เกี่ยวกับสุขภาพที่สถานบริการสาธารณสุข
7. เพื่อลดจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคที่ป้องกันได้ ถ้าประชาชนได้รับสารสนเทศเกี่ยวกับการป้องกันโรค การแพร่กระจายโรคต่างๆ ที่ติดต่อไปยังผู้อื่นก็จะลดลงด้วย
8. เพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพในระยะยาวของชุมชน เนื่องจากการเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพเป็นมาตรการหนึ่งที่ใช้แก้ไขปัญหาสุขภาพของบุคคลหรือชุมชน ทำให้ปัญหาสุขภาพลดลงเนื่องจากประชาชนได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ

สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ

การเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพนั้น ควรใช้สื่อเป็นเครื่องมือกระตุ้นให้ผู้รับเกิดความสนใจ เพราะสื่อจะดึงดูดความสนใจของผู้รับให้คล้อยตามและเข้าใจได้ดียิ่งขึ้น การได้เห็นภาพหรือได้ยินเสียงจากสื่อบางชนิด จะทำให้ผู้รับจดจำเหตุการณ์เรื่องราวต่างๆ ได้ดีกว่าการไม่ใช้สื่อ สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพเป็นเครื่องมือสำคัญในการถ่ายทอดข่าวสารและความรู้ด้านสุขภาพจาก ผู้เผยแพร่ความรู้ไปยังกลุ่มเป้าหมาย เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ ทศคนคติที่ดี และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดี สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพมีความสำคัญต่อกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งช่วยกระตุ้นความสนใจ เพิ่มการจดจำได้มากขึ้น ตลอดจนทำให้เกิดความคิดและสามารถแก้ปัญหาได้ ผู้เผยแพร่ความรู้ควรตระหนักถึงความสำคัญของสื่อที่ใช้สำหรับเผยแพร่ความรู้และเลือกใช้สื่อให้เหมาะสม (บรรจง พลไชย, 2557 ข)

ความสำคัญของสื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ

การเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพให้แก่ประชาชน จะต้องอาศัยเครื่องมือในการส่งสาร ซึ่งก็คือ การใช้สื่อเป็นตัวกลางหรือช่องทางในการเผยแพร่ สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ จึงมีความสำคัญดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับสารสนเทศได้ในปริมาณที่มากขึ้นในเวลาที่ยาก
2. ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ เกิดความเข้าใจในเรื่องยาก ๆ ให้เป็นเรื่องที่ง่ายขึ้นในระยะเวลาอันสั้น
3. ช่วยให้เผยแพร่สารสนเทศได้ง่ายขึ้น
4. ช่วยกระตุ้นและสร้างความสนใจให้กับกลุ่มเป้าหมาย ทำให้ติดตามสารสนเทศสุขภาพได้อย่างต่อเนื่อง

5. ช่วยให้เกิดความน่าสนใจยิ่งขึ้น เกิดความ สนุกสนานในการเรียนรู้
6. ช่วยส่งข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพได้อย่างกว้างขวางและรวดเร็ว
7. ช่วยในการนำเสนอสารสนเทศสุขภาพไปสู่กลุ่มเป้าหมายโดยผ่านประสาทสัมผัสทั้งห้า
8. ช่วยให้เพิ่มการจดจำได้มากขึ้น สามารถใช้สื่อในการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ โดยการดูหรือฟังสื่อที่สนใจได้ตามต้องการ
9. ช่วยให้ผู้รับสารสนเทศสามารถเรียนรู้และค้นคว้าสารสนเทศสุขภาพได้ด้วยตนเอง

ประเภทของสื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ

สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพสู่กลุ่มเป้าหมายสามารถแบ่งประเภทได้ดังนี้

1. สื่อบุคคล หมายถึง ตัวบุคคลที่ทำหน้าที่ถ่ายทอดเรื่องราวต่างๆ สู่บุคคลอื่น จัดได้ว่าเป็นสื่อที่ได้รับความสนใจและมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในด้านการ โนมน์าวใจ และมีอิทธิพลสำคัญในการเป็นตัวอย่างของผู้รับความรู้ด้านการปฏิบัติตัวเองให้เป็นแบบอย่างที่ดีให้ผู้อื่นเลียนแบบ สื่อบุคคลได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้นำชุมชน พระสงฆ์ ผู้นำศาสนา อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมอพื้นบ้าน ครู จากการศึกษา การรับสารสนเทศทางเพศและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในเขตเทศบาลเมืองนครพนมพบว่า นักเรียนส่วนมากได้รับสารสนเทศทางเพศจากครู คิดเป็นร้อยละ 46.54 รองลงมา คือ ได้รับสารสนเทศทางเพศจาก เพื่อน คิดเป็นร้อยละ 16.35 (บรรจง พลไชย, 2555) และการศึกษาของ อุไรวรรณ วรกุลรังสรรค์ (2559) ที่ได้ศึกษาผลการใช้สารสนเทศสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง : กรณีศึกษาผู้ป่วยศูนย์บริการสาธารณสุข เทศบาลเมืองชุมพร อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร พบว่า การเข้าถึงข้อมูลสุขภาพของผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่ได้รับจากแหล่งสารสนเทศประเภทบุคคล ได้แก่ แพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
2. สื่อสิ่งพิมพ์ เป็นสื่อที่มีความสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งในการให้ความรู้ ความเข้าใจแก่ประชาชนในเรื่องสุขภาพอนามัย และเผยแพร่กิจกรรมการดำเนินงานของหน่วยงาน เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจและสร้างภาพพจน์ที่ดีแก่ประชาชน สื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ ใบปลิว แผ่นพับ โปสเตอร์ จดหมายข่าว ภาพพลิก จุลสารวารสาร หนังสือ พัชรีย์ คมจักรพันธ์ (2556) ได้กล่าวว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมที่ปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุทำให้มีสุขภาพดีทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์



และสังคม ก่อให้เกิดผลดีต่อภาวะสุขภาพ ทำให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิต ในสังคมได้อย่างเป็นสุข เอาใจใส่ต่อสุขภาพตนเอง โดยการแสวงหาข้อมูลและความรู้ที่เป็นประโยชน์ การศึกษาหาความรู้ที่เกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งผู้สูงอายุสามารถกระทำได้อย่าง

3. สื่อมวลชน หมายถึง ช่องทางที่สามารถสื่อสารให้เข้าถึงคนจำนวนมากที่มีความหลากหลายได้อย่างรวดเร็วภายในเวลาเดียวกัน หรือใกล้เคียงกัน ได้แก่ วิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หอกระจายข่าว เสียงตามสาย สถานีวิทยุชุมชน ตัวอย่างผลการศึกษาของ พรชิตา อุปลัมภ์ (2559) ที่ได้ศึกษาพฤติกรรมการแสวงหาสารสนเทศสุขภาพของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า แหล่งสารสนเทศสุขภาพที่ผู้สูงอายุเลือกใช้บ่อยคือ แหล่งสารสนเทศที่เป็นสื่อมวลชน เช่น โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ และผลการศึกษาของ ชลธิชา อินขุนทด และสมาน ลอยฟ้า (2559) ที่ได้ศึกษาพฤติกรรมการแสวงหาสุขภาพของผู้สูงอายุ จังหวัดนครราชสีมา ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รับสารสนเทศสุขภาพจากการดูโทรทัศน์ อยู่ในระดับมากที่สุด

4. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ คือ สื่อเฉพาะกิจที่ผลิตออกมาในรูปแบบแสง สีและเสียง เช่น เทปบันทึกเสียง วีดิทัศน์ ภาพยนตร์ เว็บไซต์ออนไลน์ จากการศึกษาของสุกัญญา ลาดซ้าย (2557) ที่ได้ศึกษาผลของการให้ข้อมูลโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ต่อความรู้และการปฏิบัติตนของผู้ป่วยผ่าตัดต่อกระดูกและญาติผู้ดูแล ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยผ่าตัดต่อกระดูกหลังจากได้รับการสอนแบบการรับชมสื่อวีดิทัศน์ มีความรู้เพิ่มมากขึ้น และญาติผู้ป่วย หลังจากได้รับชมสื่อวีดิทัศน์แล้ว สามารถปฏิบัติการเช็ดตา และหยอดตาได้ถูกต้อง คิดเป็นร้อยละ 100

5. สื่อพื้นบ้าน หมายถึง สื่อที่อาจเป็นบุคคล คณะบุคคล ตลอดจนเครื่องมืออุปกรณ์เกี่ยวกับการแสดงกิจกรรมและวัฒนธรรม โดยเป็นสื่อที่ชาวบ้านสร้างสรรค์ขึ้นและยึดถือปฏิบัติสืบเนื่องกันมา เช่น หมอลำ ลิเก เพลง ตลอดจนประเพณี และพิธีกรรมต่าง ๆ

6. สื่อกิจกรรม ได้แก่ การจัดแสดงขบวนแห่ การจัดรถเคลื่อนที่ การจัดสนทนากลุ่ม ตัวอย่างการศึกษาของ จันทิรา เพียรดวงษ์, อุดมศักดิ์ มหาวิวัฒน์ และ จุฬารักษ์ โสตะ (2555) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาการจัดการสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลคันธารราษฎร์ อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า ผู้สูงอายุได้รับความรู้ด้านสุขภาพจากการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ และจากกิจกรรมที่ได้

ถ่ายทอดความรู้สู่ชุมชนในระดับหมู่บ้านและการศึกษาของ วิไลวรรณ คมขำ, กฤษณา หงส์ทอง และ คมสัน แก้วระยยะ (2555) ที่ได้ศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลธงชัย อำเภอมือง จังหวัดเพชรบุรี ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมกับทางชุมชนและได้รับข่าวสารทางด้านสุขภาพจากบุคลากรสุขภาพ

ผู้เผยแพร่สารสนเทศสุขภาพจะเลือกใช้สื่อประเภทใดในการเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. สื่อต้องสัมพันธ์กับเนื้อหาและจุดมุ่งหมายที่จะถ่ายทอดไปยังกลุ่มเป้าหมาย
2. สื่อต้องเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย วัย ระดับการศึกษา และสภาพท้องถิ่น
3. สื่อต้องราคาไม่แพงจนเกินไป ถ้าจะผลิตเองควรคุ้มค่ากับการลงทุนและระยะเวลาที่นำไปใช้
4. สื่อต้องมีความสะดวกในการใช้ ผู้ใช้ต้องรู้จักการเก็บและบำรุงรักษาให้ใช้งานได้ยาวนาน คุ้มค่าแก่การลงทุน
5. สื่อต้องมีคุณภาพและคุณลักษณะที่ทำให้ผู้รับสารสนเทศบรรลุวัตถุประสงค์ได้
6. เลือกสื่อที่กลุ่มเป้าหมายให้ความสนใจ
7. สื่อต้องมีความน่าเชื่อถือ
8. สื่อต้องมีความเหมาะสมกับรูปแบบของการเผยแพร่สารสนเทศ เช่น เผยแพร่สารสนเทศโดยวิธีการสาธิต สื่อที่ใช้ก็ควรจะเป็นตัวอย่างของจริงไม่ควรใช้รูปภาพ

บทสรุป

สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพเป็นเครื่องมือสำคัญในการถ่ายทอดสารสนเทศสุขภาพจาก ผู้ส่งไปยังผู้รับ ทำให้ผู้รับมีความรู้ ความเข้าใจ มีทัศนคติที่ดี และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดี สื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพนั้นมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ของผู้รับสารสนเทศ ช่วยเพิ่มการจดจำได้มากขึ้น ทำให้เกิดความคิดและสามารถแก้ปัญหาได้ ดังนั้น ผู้เผยแพร่สารสนเทศจึงควรตระหนักถึงความสำคัญของสื่อและเลือกใช้สื่อให้เหมาะสม ตัวอย่างของสื่อสำหรับเผยแพร่สารสนเทศสุขภาพ ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน แผ่นพับ จดหมายข่าว จุลสาร วารสาร นิตยสาร หนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ และการจัดหน่วยเคลื่อนที่



เอกสารอ้างอิง

- จันทิรา เพียรดวงษ์, อุดมศักดิ์ มหาวีรวัฒน์ และ จุฬารัตน์ โสตะ. (2555). การพัฒนาการจัดการสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลคันธารราษฎร์ อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม. *วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสาธารณสุข*, 4(3), 1-11.
- ชลธิชา อินขานทด และสมาน ลอยฟ้า. (2559). การศึกษาพฤติกรรมสารสนเทศสุขภาพของผู้สูงอายุจังหวัดนครราชสีมา. *วารสารสารสนเทศศาสตร์*, 34(4), 75-89.
- บรรจง พลไชย. (2557 ก). การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในชุมชน. *วารสารมหาวิทยาลัยพายัพ*, 24(2), 21-38.
- บรรจง พลไชย. (2557 ข). การเผยแพร่สารสนเทศด้านสุขภาพในโรงพยาบาล. *วารสารนักรับบริหาร*, 34(2), 58-65.
- บรรจง พลไชย. (2555). การรับสารสนเทศทางเพศและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในเขตเทศบาลเมืองนครพนม. *อินฟอร์เมชัน*, 19(2), 44-54.
- พรชิตา อุปลัมภ์. (2559). พฤติกรรมการแสวงหาสารสนเทศด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ. *วารสารปริชาติ มหาวิทยาลัยทักษิณ*, 29(2), 71-86.
- พัชรี คมจักรพันธ์. (2556). ครอบคลุมกับการสร้างเสริมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ. *วารสารสงขลานครินทร์ ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 19(3), 229-253.
- วีไลวรรณ คมขำ, กฤษณา หงส์ทอง และคมสัน แก้วระยยะ. (2555). ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลธงชัย อำเภอมือง จังหวัดเพชรบุรี. *วารสารการพยาบาลและการสาธารณสุข วิทยาลัยเครือข่ายภาคกลาง* 2, 9(2), 53-61.
- สุกัญญา ลาดซ้าย. (2557). ผลของการให้ข้อมูลโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ต่อความรู้และการปฏิบัติตนของผู้ป่วยผ่าตัดต่อกระจกและญาติผู้ดูแล. *วารสารโรงพยาบาลชลบุรี*, 39(1), 9-14.
- อุไรวรรณ วรกุลรังสรรค์. (2559). ผลการใช้สารสนเทศทางสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง : กรณีศึกษาผู้ป่วยศูนย์บริการสาธารณสุข เทศบาลเมืองชุมพร อำเภอมือง จังหวัดชุมพร. *วารสารวิจัยสมาคมห้องสมุดแห่งประเทศไทย*, 9(2), 29-38.
- เอ็มอัชมา วัฒนบูรานนท์. (2556). *หลักการทางสุขศึกษา*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- Edelman, C., & Mandle, C. (2010). *Health promotion throughout the life span*. St. Louis : Mosby.
- Marks, D. et al. (2015). *Health psychology* (4th ed.). London : SAGE.
- Nelson, R. & Staggers, N. (2014). *Health informatics: An interprofessional approach*. St. Louis : Elsevier.
- Nies, M., & McEwen, M. (2015). *Community / Public Health Nursing: Promoting the health of populations*. (6th ed.). St. Louis : Elsevier.

Translated Thai References

- Inkhunthot, C., & Loifar, S. (2016). A study of health information behavior of the elderly in Nakhon Ratchasima. *Journal of Information Science*, 34(2), 75-89. [in Thai]
- Khomjakkraphan, P. (2013). Family and behavior of promoting the elderly's health. *Songklanakarin Journal of Social Sciences and Humanities*, 19(3), 229-253. [in Thai]
- Khomkham, W., Hongthong, K., & Kaewraya, K. (2012). Health status and health promoting behavior of the older people in Thongchai sub-district, Mueang district, Phetchaburi province. *The 2nd Central Region College Network Journal of Nursing and Public Health*, 9(2), 53-61. [in Thai]
- Laadsai, S. (2014). Effects of information provision using video media on knowledge and practice of cataract surgery patients and their caregiver-relatives. *Chonburi Hospital Journal*, 39(1), 9-14. [in Thai]
- Phiarodwong, C., Mahaveeravat, U., & Sota, C. (2012). The development of elderly's health management implement in Khanthararat sub-district, Kanthara Wichai district, Mahasarakham province. *Research and Development Health System Journal*, 4(3), 1-11. [in Thai]



- Phonchai, B. (2014 a). Health information dissemination in community. *Payap University Journal*, 24(2), 21-38. [in Thai]
- Phonchai, B. (2014 b). Health information dissemination in hospital. *Executive Journal*, 34(2), 58-65. [in Thai]
- Phonchai, B. (2012). Sexual information received and sexual behavior of 11th grade students in a secondary school in the Nakhon Phanom Municipality area. *Information*, 19(2), 44-54. [in Thai]
- Oopathum, P. (2016). Health information seeking behavior of the elderly. *Parichart Journal, Thaksin University*, 29(2), 71-86. [in Thai]
- Vorakulrungsom, U. (2016). Outcomes of the use of health information for older adults with chronic non communicable diseases: A case study of patients in the Public Health Centers, Chumphon Municipality, Chumphon district, Chumphon province. *TLA Research Journal (Thai Library Association)*, 9(2), 29-38. [in Thai]
- Wattanaburanon, E. (2013). *Principles of health education*. Bangkok : Odeon Store Publisher. [in Thai]