

**“ไขประตู...สังคมผู้สูงอายุไทย
ตำบลต้นแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว”**

โดย นางสาวเดือนธิดา ศรีเสมอ

กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ

ประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเมื่อปี พ.ศ.2548 และติดอันดับประเทศที่มีประชากรสูงอายุมากที่สุด ในอาเซียน คิดเป็นร้อยละ 12 ของประชากรทั้งหมด โดยมีจำนวนผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป กว่า 8.1 ล้านคน และอายุ 80 ปีขึ้นไป ประมาณ 8 แสนคน (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล) จากข้อมูลดังกล่าว สอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบันของไทยที่หากเดินผ่านคนไทย 10 คน จะมีผู้สูงอายุ 1 คน ซึ่งคาดว่าในปี 2568 หากเราเดินผ่านคนไทย 4 คน จะมีผู้สูงอายุ 1 คนในนั้น หรือประมาณ 14.5 ล้าน

การเตรียมความพร้อมประชากรให้เป็นคนสูงวัยที่มีคุณภาพ รวมทั้งพัฒนาระบบบริการต่างๆ ให้เหมาะสมจึงเป็นประเด็นที่สำคัญ เนื่องจากอายุยิ่งสูงยิ่งเจ็บป่วย และมีค่าใช้จ่ายสูงในการดูแลสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในผู้สูงอายุที่ยังมีสุขภาพดี ให้มีสุขภาพแข็งแรงเพื่อยืดเวลาที่จะเกิดการเจ็บป่วย เรื้อรังออกไป และในผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยให้หายหรือทุเลาจากการป่วย ลดการเกิดความพิการหรือทุพพลภาพ และยืดระยะเวลาของการเข้าสู่ภาวะทุพพลภาพออกไป การเตรียมการเพื่อรองรับสภาพปัญหาของผู้สูงอายุ ดังกล่าว จึงมีความสำคัญดังกล่าวจึงมีความสำคัญมาก กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ ศูนย์อนามัยที่ ๗ อุบลราชธานี ตระหนักถึงปัญหาความสำคัญดังกล่าว จึงได้นำกลยุทธ์ในการขับเคลื่อนการดำเนินงาน เพื่อให้ครอบครัว ชุมชน โดยเฉพาะท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน

จากประสบการณ์การดำเนินงานในระดับพื้นที่และการถอดบทเรียนความสำเร็จการดำเนินงานตำบลต้นแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวในปัจุบันประมาณ ๒๕๕๕ ในเขต ๗ คือ ตำบลพอกน้อย อำเภอพรหมนิคม จังหวัดสกลนคร จากการนำองค์กรของนายกเทศมนตรีตำบลพอกน้อย ซึ่งเป็นหัวใจของความสำเร็จของการดำเนินงาน โดยท่านได้ประกาศนโยบายการทำงานไว้ว่า “การส่งเสริมสุขภาพและการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการทุกภาคส่วน” โดยมีกระบวนการดำเนินงานดังนี้ เริ่มจากข้อมูลจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น ปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ขาดคนดูแล ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาสังคม ดังนั้น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นหน่วยงานที่อยู่ใกล้ชิดประชาชนในพื้นที่ โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ จะต้องจัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุให้มากที่สุด ผู้สูงอายุก็คือพ่อ แม่ ญาติ ถือเป็นบุคคลซึ่งได้สร้างบ้านแปลงเมืองมาให้เราสมควรได้รับการยกย่องเชิดชู การดูแลเอาใจใส่ การส่งเสริมพัฒนาทุกด้านเพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ดำรงชีวิตบั้นปลายอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขเป็นบทบาทหน้าที่ที่ต้องทำ ต้องพัฒนาเทศบาลตำบลพอกน้อยกำหนดเอาคนเป็นจุดสำคัญของการพัฒนาจะทำกิจกรรมอะไรจึงจะสามารถแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุได้ครอบคลุม

โดยมีกลยุทธ์การดำเนินงานในพื้นที่ คือ สำรวจข้อมูลพื้นที่เพื่อให้ทราบข้อมูลที่จะไปเป็นองค์ประกอบในการจัดทำแผนพัฒนาผู้มีส่วนที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็น อสม. อพส. อพม. อช. ผู้นำหมู่บ้าน สามารถให้ข้อมูลได้ตลอดเวลาการค้นหาคักยภาพ การจัดเวทีประชุมเพื่อให้เขาได้คิดหาจุดอ่อนจุดแข็งของตำบลตนเอง จากจุดอ่อนเราจะจัดกิจกรรมอะไรเพื่อให้จุดอ่อนกลายเป็นพลังบวก สามารถนำจุดแข็งจัดกิจกรรมเพื่อแก้ไขจุดอ่อนของตนเองได้การวางแผนโครงการจัดทำแผนยุทธศาสตร์ในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ เมื่อเราได้ข้อมูลตำบล ได้จุดอ่อนจุดแข็ง เวทีประชุมจะต้องคิดแนวทางจัดกิจกรรม ทำอย่างไรถึงจะแก้ไขจุดอ่อนได้ คิดต่อว่าจะทำอย่างไรจุดอ่อนถึงจะพัฒนามาเป็นจุดแข็งได้ และจะทำอย่างไรจุดแข็งที่มีอยู่จึงจะเข้มแข็งยิ่งขึ้นไป และจุดแข็งนี้สามารถไปพัฒนาจุดอ่อนของเราได้ไหม ให้เขาคิดวิเคราะห์ด้วยตัวเขาเองโดยมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นคอยเป็นที่เลี้ยงร่วมกับภาคีเครือข่ายใน-นอกพื้นที่การดำเนินงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจะต้องเป็นเจ้าภาพใหญ่ในการ

ดำเนินการ โดยประสานความร่วมมือกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โรงเรียน ผู้นำหมู่บ้านระดับต่างๆ เช่นกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วย อสม. อพม. อผส. อช. หัวหน้าคุ้ม ชมรม/องค์กรต่างๆ ในตำบลและนอกตำบลที่รับผิดชอบ โดยให้เขาได้มีส่วนร่วม ตั้งแต่การจัดเก็บข้อมูล การจัดเวทีค้นหาศักยภาพ การคิดวิเคราะห์การ จัดทำแผน การดำเนินงานกิจกรรม จนถึงการประเมินผล การทบทวนเพื่อการปรับปรุงการทำงานหาแนวทางที่ ดีเพื่อให้การดำเนินกิจกรรมสำเร็จไปด้วยดีเรียกว่าจะต้องมีการบูรณาการการทำงานร่วมกัน บูรณาการแผน บูรณาการงบประมาณ บูรณาการบุคลากร เพื่อไม่ให้เกิดการซ้ำซ้อนของทำงาน และงานมีประสิทธิภาพมากที่สุด การประเมินผลหลังจากเสร็จโครงการก็ให้ประเมินตนเอง และเปิดโอกาสให้องค์กรภายนอกอื่นๆได้ ประเมินผลการดำเนินงานของเรา เพื่อนำมาเปรียบเทียบ และใช้เป็นแนวทางในการทำงานในครั้งต่อไปการ ประชาสัมพันธ์ ควรจะมีการประชาสัมพันธ์โครงการให้ทั่วถึง ชัดเจน สม่่าเสมอ เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ความพร้อม ทำให้การทำงานออกมาดี จากผลสำเร็จที่เกิดขึ้น เป็นตำบลที่มีชมรมผู้สูงอายุระดับพื้นฐานครบทั้ง ๑๒ หมู่บ้านและมีชมรมผู้สูงอายุดีเด่นระดับเขต ในปี ๒๕๕๕ ได้รับรางวัลตำบลต้นแบบการดูแลผู้สูงอายุระยะ ยาว(Long Term Care) ได้รับรางวัลผู้สูงอายุดีเด่นแห่งชาติ ตั้งแต่ปี ๒๕๕๐-๒๕๕๔ ผู้สูงอายุ ๘๐ ปีขึ้นไป ได้รับ รางวัลเชิดชูความดีภาคีเครือข่ายสกลนครน่าอยู่ บุคคลต้นแบบดีเด่นด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุจังหวัด สกลนคร เป็นตำบลที่ได้รับการคัดเลือกจากอำเภอ/จังหวัดให้เป็นตำบลนำร่องโครงการที่สำคัญเสมอๆ เช่น โครงการบำบัดทุกข์บำรุงสุขแบบ ABC โครงการตำบลต้นแบบงานพัฒนาสังคมและสวัสดิการ โครงการฟื้นฟู อาชีพหลังน้ำลด และชมรมผู้สูงอายุดีเด่นด้านการส่งเสริมทัศนสาธารณสุข ระดับเงินและระดับทอง ในปี ๒๕๕๔ ๒๕๕๕ ตามลำดับ

เป้าหมายในการขับเคลื่อนการดำเนินงานตำบลต้นแบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว คือ การสร้างความรู้ ความเข้าใจในกิจกรรมที่จะดำเนินการ จุดประสงค์ ผลลัพธ์ที่คาดหวังจะเกิดแก่กลุ่มเป้าหมายต้องมีความรู้ความ เข้าใจเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ความร่วมมือ ในการออกแบบกิจกรรมต่างๆร่วมกัน ทำให้เกิดการมีส่วนร่วม และ รับผิดชอบร่วมกันความสม่ำเสมอ หมั่นประชุม พบปะแบบไม่เป็นทางการ เป็นผลทำให้เกิดความทุ่มเท ความเอา ใจใส่ร่วมกันความพร้อมเพรียง การเตรียมการทั้งก่อน ระหว่าง และหลังดำเนินการ ต้องมีการเตรียมพร้อม ตลอดเวลารวมถึงการเตรียมใจด้วยผู้สูงอายุได้รับการดูแลครบทุกมิติ ทั้งทางด้านสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิต เศรษฐกิจ การหารายได้เสริม การรวมกลุ่มเป็นชมรมผู้สูงอายุ ด้านฉาปนกิจศพสงเคราะห์ การเยี่ยมบ้าน ผู้สูงอายุจากทีมสุขภาพตำบลพอกน้อย เกิดความเข้มแข็งของชุมชนโดยมีภาคีเครือข่ายในการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุในระดับครอบครัว และหมู่บ้าน โดยไม่ต้องพึ่งหน่วยงานภาครัฐแต่อย่างใดเกิดต้นแบบแบบอย่างการ ดูแลผู้สูงอายุแบบบูรณาการระบบทำงานเป็นทีม การช่วยเหลือเกื้อกูลของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและประชาชน ในพื้นที่ให้ความสำคัญดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโครงการที่ดำเนินการในปี 2555 โครงการวันกตัญญูผู้สูงอายุ ความสุขที่ได้เห็นบุตรหลานให้มารดน้ำขอพร และสืบสานประเพณีให้แก่คนรุ่นต่อ ๆ ไป โครงการเดิน วิ่งเพื่อ สุขภาพเฉลิมพระเกียรติฯ โครงการปลูกองุ่น โครงการรักษสุขภาพด้วยแพทย์แผนไทย โครงการศูนย์ฟื้นฟู สรรภาพคนพิการตำบลพอกน้อย โครงการพัฒนาศักยภาพผู้ด้อยโอกาส โครงการเพิ่มอาชีพเพิ่มรายได้

จากความสำเร็จของตำบลพอกน้อย จะเห็นได้ว่า การดูแลผู้สูงอายุระยะยาวในชุมชน จำเป็นอย่างยิ่งที่ ต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ทุกระดับ ทุกกิจกรรม จนได้รับรางวัลชนะเลิศต้นแบบตำบลการดูแล สุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวดีเด่นระดับเขต และเป็นตัวแทนเข้าประกวดและนำเสนอผลงานวิชาการในเวทีประชุม วิชาการของ กรมอนามัย จากจุดเริ่มต้นจุดเล็กในชุมชน แต่เป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ ด้วยหัวใจเดียวกัน จนสามารถ ขยายผลสู่พื้นที่ในตำบลอื่น ๆ ในอำเภอพรรณานิคม และอีก ๑๗ อำเภอของจังหวัดสกลนครอย่างเต็มภาคภูมิ พัฒนาเป็นแหล่งเรียนรู้และที่เลี้ยงให้กับจังหวัดอื่น ๆ ได้เป็นต้นแบบที่ดีต่อไป