



ระบบสุขภาพองค์รวม*

ศาสตราจารย์เกษม วัฒนชัย**

การจัดการเรียนการสอนด้านการแพทย์ในประเทศไทยได้เริ่มมานาน ระยะเวลาแรกมีการสอนทั้งการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนตะวันตก ต่อมาได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการเรียนการสอนจนกระทั่งมูลนิธิร็อกกี้เฟอริเออร์เข้ามาสนับสนุนส่งเสริมคนไทยเรียนวิชาแพทยศาสตร์ในประเทศแถบตะวันตก โดยเห็นว่าควรส่งเสริมเน้นการแพทย์แผนตะวันตกให้กับนักศึกษาไทย จึงทำให้มีการสอนการแพทย์แผนไทยได้เพียงประมาณ 12 ปี เท่านั้น

ระยะเวลา 100 ปีที่ผ่านมา ประเทศไทยมีการแพทย์อยู่หลายแผนหลายรูปแบบ ทั้งการแพทย์แผนไทย การแพทย์แผนจีน การแพทย์แผนตะวันตก การแพทย์แผนทิเบต ต่อมาได้มีการศึกษาวิจัยค้นคว้าจากการผสมผสานการแพทย์หลายแผนทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ ๆ ขึ้น

การแพทย์ทางเลือกต่างกับการแพทย์ทางเลือกอย่างไร

การแพทย์ทางเลือก (alternative medicine) เป็นลักษณะของการเลือกรูปแบบการรักษาเพียงอย่างเดียวหนึ่งเท่านั้น ส่วนการแพทย์ทางเลือกเสริม (supplementary medicine) จะมีลักษณะของ

การผสมผสานการรักษา การแพทย์แผนต่าง ๆ ไปด้วยกัน เช่น ใช้วิธีการรักษาผู้ป่วยแบบการแพทย์แผนไทยร่วมกับการแพทย์แผนตะวันตก

ตัวอย่างเช่น เด็กมีอาการท้องเสียแต่ไม่มีไข้และเจาะเลือดแล้วไม่พบการติดเชื้อใช้ยูกินในการรักษาจะได้ผลดีกว่า แต่ถ้าตรวจพบว่ามิใช่และเจาะเลือดพบว่ามีเชื้อแบคทีเรียต้องใช้ยาปฏิชีวนะ (antibiotic medicine) มาร่วมรักษาด้วย ซึ่งจัดว่าเป็นการรักษาแบบการแพทย์ทางเลือก

จะพบว่าในระยะหลังทางการแพทย์มักนิยมใช้การแพทย์ทางเลือกเสริม (supplementary medicine) มากขึ้น อาจกล่าวได้ว่าการรักษาไม่ควรจำกัดว่าควรใช้การแพทย์แผนใดมากกว่ากัน

การจัดตั้งคณะกรรมการแพทย์แผนจีนมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

การแพทย์แผนจีนเริ่มเกิดขึ้นในประเทศจีนและเผยแพร่ไปยังประเทศต่าง ๆ ในแถบประเทศตะวันตกหลายประเทศ แต่ประเทศในแถบอาเซียนยังไม่มีประเทศใดมีการสอนศาสตร์ดังกล่าว ประเทศจีนได้เลือกประเทศไทย เพื่อที่เผยแพร่ศาสตร์การแพทย์แผนจีน ดังนั้นกระทรวงสาธารณสุขของ

** องคมนตรี วิทยาการผู้บรรยาย

* บทความสรุปจากการบรรยายเรื่อง ระบบสุขภาพองค์รวม เมื่อวันที่ 1 กันยายน 2547 ณ ห้องบรรยายพิเศษ 1 (2-360) อาคารเรียน ชั้น 3 มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ



ประเทศไทยจึงได้ร่วมมือกับกระทรวงสาธารณสุขของประเทศไทยส่งเสริมให้เกิดการเรียนการสอนการแพทย์แผนจีน และมอบหมายให้มูลนิธิป่อเต็กตึ๊งเป็นหน่วยงานรับผิดชอบทั้งด้านการศึกษาและการให้บริการด้านการแพทย์แผนจีน ในส่วนของการให้บริการมูลนิธิป่อเต็กตึ๊งมอบให้โรงพยาบาลหัวเฉียวจัดตั้งศูนย์แพทย์ไทย-จีน บริการกับประชาชนทั่วไป สำหรับด้านการศึกษามูลนิธิป่อเต็กตึ๊งมอบหมายให้มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติร่วมมือกับมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ของประเทศไทยสร้างหลักสูตรและเมื่อดำเนินการเรียบร้อยแล้วจึงเปิดรับนักศึกษา คณะการแพทย์แผนจีน รุ่นที่ 1 ปีการศึกษา 2547 นั่นคือนักศึกษาที่เข้าฟังการประชุมครั้งนี้ จึงอาจนับได้ว่านักศึกษา รุ่นที่ 1 คณะการแพทย์แผนจีน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่เกิดจากความร่วมมือของ 2 รัฐบาล คือ รัฐบาลไทยกับรัฐบาลจีน

ก่อนอื่นนักศึกษาควรเข้าใจก่อนว่าการแพทย์มีหลายระบบตั้งแต่การแพทย์แผนตะวันตก การแพทย์แผนจีน การแพทย์แผนทิเบต การแพทย์แผนไทย และอื่น ๆ ซึ่งจัดว่าสิ่งเหล่านี้เป็นความรู้สากลของมนุษย์ทุกชนชาติสามารถนำความรู้เหล่านี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ไม่จำกัดเพียงชาติใดชาติหนึ่ง และควรมีการศึกษาค้นคว้าเพื่อให้เกิดความรู้ใหม่ ๆ ในการรักษาต่อไป การศึกษาเพิ่มเติมด้านข้อมูลทางการรักษาของการแพทย์แผนต่าง ๆ นั้น นอกจากจะให้ประโยชน์ต่อสังคมแล้วยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตัวผู้คิดค้นได้อีกด้วย ดังตัวอย่างมีเภสัชกรชาวอิสราเอลไปศึกษาการแพทย์แผนทิเบตซึ่งมีลักษณะผสมผสานระหว่างการแพทย์แผนอินเดียกับการแพทย์แผนจีน และพบว่ามีสมุนไพรชนิดหนึ่งสามารถรักษาโรคได้ จึงนำสมุนไพรไปวิเคราะห์ตัวยาเพื่อใช้รักษาโรค และนำไปจำหน่ายในประเทศแถบตะวันตกจนสร้าง

รายได้ให้กับตนเองเป็นอย่างมาก จะเห็นได้ว่าเป็นการสร้างประโยชน์ในเรื่องความรู้ใหม่ในการรักษาโรค และประโยชน์ต่อตนเองด้วย

ดังนั้นหากมีการศึกษาค้นคว้าข้อมูลในเรื่องภูมิปัญญาชาวบ้านในด้านการรักษาอื่น ๆ อย่างจริงจังก็สามารถสร้างชุมชนทรัพย์ทั้งทางทรัพย์สินและทางปัญญาได้อย่างมหาศาล นักศึกษาจึงควรติดตามการศึกษาข้อมูลความรู้ด้านวิชาการต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอ โดยเฉพาะเรื่องสมุนไพรต่าง ๆ ของไทยเรา และหมั่นวิจัยศึกษาซึ่งจะเป็นการต่อยอดความรู้เดิมให้เกิดความรู้และประโยชน์ใหม่ สิ่งเหล่านี้ นักศึกษาการแพทย์ แผนจีนสามารถดำเนินการได้ในอนาคต

ในส่วนของสาขาวิชาอื่น เช่น สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์นั้น ปัจจุบันได้มีการเรียนศาสตร์ของการพยาบาลแผนตะวันตก แต่ยังมีศาสตร์การพยาบาลแผนไทยซึ่งยังไม่มีผู้ศึกษาอย่างจริงจัง เช่น การนวดแผนไทยหากมีการวิจัยร่วมกันระหว่างศาสตร์การพยาบาลกับศาสตร์กายภาพบำบัดก็อาจจะพบข้อความรู้ใหม่ที่ใช้รักษาพยาบาลโรคต่าง ๆ โดยไม่ต้องใช้ยาของแพทย์แผนตะวันตก จัดเป็นการรักษาทางเสริมอีกหนทางหนึ่ง ในประเทศจีนพบว่ามี การรักษา 2 แบบแผนอยู่ในโรงพยาบาลเดียวกัน กล่าวคือโรงพยาบาลที่มีการรักษาแบบการแพทย์แผนตะวันตกจะมีศูนย์การแพทย์แผนจีนอยู่ เพราะบางโรคใช้วิธีการรักษาแบบการแพทย์แผนจีนจะได้ผลดีกว่าการรักษาโดยใช้การแพทย์แผนตะวันตก เช่นเดียวกับโรงพยาบาลที่มีวิธีการรักษาแบบการแพทย์แผนจีนจะมีการแพทย์แผนตะวันตกอยู่ด้วย เนื่องจากบางโรคต้องใช้ยาปฏิชีวนะร่วมในการรักษาด้วย ดังนั้นหากหลักสูตรพยาบาลศาสตร์มีการจัดการเรียนการสอนทั้ง 2 แผน คือ แผนตะวันตก และการพยาบาลแผนจีน หรือนักศึกษาพยาบาลไปศึกษา



ต่อยอดในศาสตร์การแพทย์แผนจีนจะเป็นทางเลือกให้สามารถทำงานได้ทั้งแผนตะวันตกและแผนจีน

สุขภาพ

ศาสตร์ของการแพทย์แผนต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแพทย์แผนไทย การแพทย์แผนจีน การแพทย์แผนตะวันตก การแพทย์แผนอินเดีย การแพทย์แผนทิเบต หรือการแพทย์แบบใด ๆ ก็ตาม จุดประสงค์คือเพื่อให้การดูแลสุขภาพของผู้รับบริการและประชาชนให้ดีขึ้น แต่ก่อนที่ทุกท่านจะศึกษาเรื่องสุขภาพทุกท่านควรเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์ของคนในระบบความหมายและคุณค่าของชีวิต หรืออาจกล่าวได้ว่าทุกคน เมื่อเกิดมาแล้วจะสามารถเพิ่มคุณค่าของชีวิตได้อย่างไร

ความสัมพันธ์ของมนุษย์ในระบบความหมายและคุณค่าของมนุษย์ มี 3 ระดับใหญ่ ๆ คือ

1. มนุษย์กับสังขารสูงสุด (ศรัทธา) มนุษย์แต่ละคนต้องมีความเชื่อในสังขารสูงสุดหรือศรัทธา เช่น ศาสนา ความเชื่อ ปรัชญาลัทธิต่าง ๆ ที่คนคนนั้นเชื่อถือ เพื่อให้ชีวิตมีความหมาย มนุษย์ควรมีความเชื่อในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเพื่อใช้เป็นทุนยึดเหนี่ยวของชีวิต เวลาชีวิตต้องเผชิญกับภาวะทุกข์สุขต่าง ๆ ได้

2. มนุษย์กับมนุษย์ ซึ่งนับว่าเป็นความสัมพันธ์ชัดเจน เช่น ความสัมพันธ์ของพ่อแม่ ปู่ย่าตายาย เพื่อน อาจารย์ หรือความสัมพันธ์ของแต่ละกลุ่มเป็นต้น

3. มนุษย์กับธรรมชาติ ธรรมชาติในที่นี้หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่ล้อมตัวของคน มนุษย์อยู่กับธรรมชาติจึงควรมีความรักธรรมชาติ ทำตัวให้เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ มนุษย์จึงควรรักต้นไม้ ลำคลอง ควรให้ความรู้สึกทางบวกกับธรรมชาติ ไม่

ควรมองในทางลบหรือทำลายธรรมชาติ การสร้างความสัมพันธ์กับธรรมชาติจะเป็นการช่วยเพิ่มคุณค่าให้ชีวิต

เราเรียนรู้เพื่ออะไร

จากการที่เราได้เรียนรู้เรื่องความสัมพันธ์ในระบบต่าง ๆ แล้ว เราควรเรียนรู้ต่อไปว่ามนุษย์เราเรียนรู้เพื่ออะไร และจะนำไปใช้กับความสัมพันธ์ในระบบต่าง ๆ ได้อย่างไร หากพิจารณาแล้วจะพบว่ามนุษย์ทุกคนจะต้องมีการเรียนรู้อยู่ตลอดชีวิต การเรียนรู้นำไปสู่ความรู้และปัญญา 2 ประการ ซึ่งผู้เรียนต้องสร้างให้เกิดอย่างสมดุล ปัญญาที่กล่าวทั้ง 2 ประการ คือ

1. **โลกยปัญญา** คือ ความรู้ทางโลก ศาสตร์ในวิชาชีพที่มนุษย์ศึกษา

2. **ธรรมปัญญา** คือ จริยธรรมในศาสตร์นั้น ๆ ความรู้ในธรรมปัญญานี้จะเป็นตัวกำหนดแนวทางปฏิบัติในวิชาชีพได้ถูกต้องเหมาะสม

ตัวอย่างเช่น นักศึกษาพยาบาลศาสตร์เรียนวิชาชีพพยาบาลไม่ว่าจะแผนใดก็ตาม เรียนแล้วต้องเกิดความรู้ในศาสตร์ วิชาชีพและต้องเรียนจริยศาสตร์ทางการพยาบาลด้วยเพื่อป้องกันการทำลายความรู้ ป้องกันการทำลายความสัมพันธ์ของมนุษย์กับมนุษย์ ป้องกันการทำลายความสัมพันธ์ของมนุษย์กับธรรมชาติ

การเรียนรู้เพื่อให้เกิดความรู้และการนำความรู้ไปใช้ในทางที่ถูกต้อง เน้นนำไปใช้ช่วยคนมากกว่าการทำลาย

ดังนั้นทุกหลักสูตรในมหาวิทยาลัยจึงต้องเน้นให้ผู้เรียนเกิดความรู้ทั้ง 2 ประการ คือ ความรู้ในวิชาชีพและความรู้ด้านจริยศาสตร์ จึงจะนับได้ว่าเป็นบัณฑิตในอุดมคติของสังคม



สิ่งที่กล่าวมาคือการเรียนรู้และนำไปใช้กับสิ่งแวดล้อมรอบตัวเรา หากหันกลับมาศึกษาว่าการเรียนรู้ช่วยให้หลุดพ้นจากสิ่งใดบ้าง อาจกล่าวได้ว่าบุคคลเรียนรู้เพื่อให้หลุดพ้นในสิ่งต่อไปนี้

1. **อวิชา** เรียนเพื่อขจัดความไม่รู้
2. **กิเลส** เรียนเพื่อขจัดกิเลส 3 ประการ คือ

ความโลภ คือ ความอยากได้ในสิ่งที่ไม่ควรได้

ความโกรธ

ความหลง คือ การไม่อยู่ในความเป็นจริง เช่น การหลงวิชา การหลงตัวเอง เป็นต้น

3. **อิตตา** เรียนเพื่อลดหรือทำให้หลุดพ้นจากการยึดตัวเองเป็นหลัก ความมั่นใจในตัวเองสูง การไม่รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น ก่อให้เกิดการทำงานร่วมกับผู้อื่นไม่ได้

ดังนั้นเป้าหมายสำคัญของการเรียนรู้นอกจากเพื่อให้เกิดปัญญาทั้ง 2 ประการ แล้วยังต้องการให้ผู้เรียนหลุดพ้นจากอวิชา กิเลส และอิตตา อีกด้วย

สมการมนุษย์

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization ; WHO) ได้กล่าวว่า การที่ชีวิตจะมีคุณภาพนั้นมนุษย์ควรมีความสมดุลของการศึกษาและสุขภาพ ตัวอย่างเช่น ถ้าบุคคลมีการศึกษาดีแต่สุขภาพไม่ดีย่อมทำให้ไม่มีความสุข หรือในคนที่มีสุขภาพดีแต่ไม่มีการศึกษา ไม่มีความรู้ ย่อมถูกหลอกให้ทำสิ่งผิดได้ง่ายจึงเห็นได้ว่าทั้งการศึกษาและสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญของมนุษย์

สุขภาพ

สุขภาพเป็นภาวะที่เป็นพลวัต (dynamic) เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาทุกวัน และมีองค์ประกอบ 4 ประการ

1. สุขภาพกาย (physical health) เช่น การไม่เจ็บป่วยทางกาย
2. สุขภาพจิต (psychological health) การอยู่ในโลกของความเป็นจริง ไม่เป็นโรคจิต โรคประสาท

3. สุขภาพสังคม (social health) ความสามารถในการคบคน ความสัมพันธ์ของมนุษย์กับมนุษย์ รู้จักกาลเทศะกับคนในกลุ่มต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ความสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี

4. สุขภาพจิตวิญญาณ/ศีลธรรม (moral health) การเป็นคนดี มีศีลธรรม การมีสุขภาพที่ดีหมายถึง การมีสุขภาพดีทั้ง 4 องค์ประกอบ ดังนั้นหน้าที่ของบุคลากรทางการแพทย์จึงต้องพยายามดูแลรักษา องค์ประกอบสุขภาพทั้ง 4 ประการของผู้รับบริการให้มีสุขภาพที่ดี และเมื่อจัดว่าเป็นบทบาทหน้าที่ของผู้รักษาแล้ว จึงเป็นบทบาทสำคัญของมหาวิทยาลัยต้องสอนให้นักศึกษาเกิดความรู้ทั้งโลกยะปัญญา (ความรู้และทักษะ) และธรรมปัญญา (จริยธรรม) เพื่อนำไปใช้รักษาสุขภาพทั้ง 4 ประการของประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

มิติสุขภาพ

1. การส่งเสริมสุขภาพ คือ มาตรการที่ส่งเสริมสุขภาพกาย จิต สังคม ศีลธรรมก่อนที่คนจะเป็นโรค เช่น การส่งเสริมสุขภาพไม่ให้เกิดความอ้วน เป็นต้น

2. การป้องกันสุขภาพ (โรค อุบัติเหตุ พิการ) คือ มาตรการที่ป้องกันไม่ให้เกิดโรค เช่น



การทำวัคซีนป้องกันโรคโปลิโอ การล้างห้องน้ำ ป้องกันอุบัติเหตุการหกล้มของคนแก่ การวัดสายตา พ่อแม่เพื่อป้องกันอุบัติเหตุ การไม่ดื่มสุราในการ ขับรถ เป็นต้น

3. การรักษาโรค เมื่อเกิดภาวะเจ็บป่วยเกิดขึ้นจึงมีการรักษาในรูปแบบต่าง ๆ

4. การฟื้นฟูสุขภาพ การเจ็บป่วยทำให้เกิดความผิดปกติต่อร่างกายหรืออวัยวะและเมื่อมีการรักษาแล้ว แต่อวัยวะร่างกายทั้งภายในและภายนอก ยังไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ จึงต้องมีการฟื้นฟู การทำงานของอวัยวะนั้นให้สามารถทำงานได้ตามปกติให้มากที่สุด เช่น การใช้วิธีกายภาพบำบัดฝึกเดิน ในผู้ป่วยที่ขาหักและผ่าตัดเรียบร้อยแล้ว เป็นต้น

จากความหมายของสุขภาพทั้ง 4 องค์ ประกอบกับมิติสุขภาพทั้ง 4 ข้อ เราสามารถสร้าง ตารางแสดงความสัมพันธ์เพื่อเป็นแนวทางในการ กำหนดกิจกรรมให้เหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบ สุขภาพ ดังตาราง 1

จากตาราง 1 สามารถกำหนด/เสนอ กิจกรรมในองค์ประกอบสุขภาพแต่ละมิติให้ผู้รับ

บริการได้ เช่น ในช่องทางที่ 1 การส่งเสริมสุขภาพใน ส่วนของสุขภาพกายอาจจัดกิจกรรมออกกำลังกาย อย่างสม่ำเสมอ หรือช่องทางที่ 2 การส่งเสริมสุขภาพจิต ของแม่ เช่น การทำตัวที่ดีของลูกไม่ให้แม่เกิดความ กังวล เป็นต้น สำหรับช่องทางอื่น ๆ เราสามารถกำหนด กิจกรรมว่าจะสร้างกิจกรรมในเรื่องการส่งเสริม ป้องกัน รักษา ฟื้นฟูในสุขภาพใดให้เหมาะสมได้

ระดับของสุขภาพ

จากความสัมพันธ์ระหว่างมิติสุขภาพและ องค์ประกอบสุขภาพ เราสามารถแบ่งระดับของแต่ละ ความสัมพันธ์ (แต่ละข้อ) ออกเป็น 4 ระดับ คือ

1. ระดับบุคคล (individual health)
2. ระดับครอบครัว (family health)
3. ระดับชุมชน (community health)
4. ระดับชาติ (national, regional, international health)

ระดับสุขภาพทั้ง 4 ระดับ ถ้าพิจารณาใน ส่วนของความสัมพันธ์ของมิติสุขภาพกับองค์ประกอบ สุขภาพสามารถกำหนดกิจกรรมแตกต่างกันไป เช่น

ตาราง 1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างมิติสุขภาพกับองค์ประกอบสุขภาพ

องค์ประกอบสุขภาพ \ มิติสุขภาพ	สุขภาพกาย	สุขภาพจิต	สุขภาพสังคม	สุขภาพจิตวิญญาณ (ศีลธรรม)
การส่งเสริมสุขภาพ				
การป้องกันโรค				
การรักษาโรค				
การฟื้นฟูสุขภาพ				



การส่งเสริมสุขภาพกายของระดับบุคคล ควรกำหนดกิจกรรมแก้ไขปัญหสุขภาพอย่างไรให้เหมาะสม

การส่งเสริมสุขภาพกายของระดับครอบครัว ควรกำหนดกิจกรรมแก้ไขปัญหสุขภาพอย่างไรให้เหมาะสม

การส่งเสริมสุขภาพกายของระดับชุมชน ควรกำหนดกิจกรรมแก้ไขปัญหสุขภาพอย่างไรให้เหมาะสม

การส่งเสริมสุขภาพกายของระดับชาติ ควรกำหนดกิจกรรมแก้ไขปัญหสุขภาพอย่างไรให้เหมาะสม

ปัจจัยทางสังคมที่มีผลกระทบต่อระบบสุขภาพ

1. ความยากจน หากบุคคลมีความยากจนมาก อาจทำให้การดูแลสุขภาพเป็นเรื่องที่น่าสนใจ อันดับรองลงไป บุคคลที่ยากจนมักจะต้องเน้นเรื่องการทำงานเพื่อแก้ไขปัญหาคความยากจนก่อน

2. โรคอ้วน ก่อให้เกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ปัจจุบันพบว่ามีเด็กอ้วนค่อนข้างมาก ในต่างประเทศสามารถแก้ไขโดยกระตุ้นให้เด็กออกกำลังกาย เช่น การเดินไปโรงเรียนเพื่อลดปัญหาโรคอ้วน หรือลดอาหารขยะ (junk food) เป็นต้น

3. ความว้าเหว่ การถูกทอดทิ้ง ทำให้เป็นโรคมะเร็ง เป็นสาเหตุในการตายเช่นกัน วิธีแก้ไข คือ การสอนให้ร่วมทำงานหรือพบผู้คนในสังคม เป็นต้น

4. การล่าสอนทางเพศ ในปัจจุบันเยาวชนมีการล่าสอนทางเพศมากขึ้น เนื่องจากการกระจายของสื่อลามกไปยังเยาวชนได้ง่าย และควบคุมได้น้อย ปัจจุบันพบว่าการเสียชีวิตของเยาวชนในระดับประถมศึกษา มีมากขึ้น การกระทำเช่นนี้จะนำไปสู่โรคภัยมาก

เช่น โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง (HIV/AIDS) กามโรค การตายจากการทำแท้ง เป็นต้น หรือเป็นสาเหตุของการหมดโอกาสในการศึกษาต่อได้

5. โรคและความตายจากการกระทำของมนุษย์ เช่น จมน้ำตาย โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง (HIV/AIDS) เป็นต้น

6. โรคและความตายจากมลพิษ

จากปัจจัยทางสังคมข้างต้นจะพบว่ามักส่งผลให้เกิดปัญหาทางสุขภาพ และทำให้คนตายเร็วขึ้น กระทรวงสาธารณสุขได้สำรวจสาเหตุการตาย 10 อันดับแรกของคนไทย ดังตาราง 2

หากพิจารณาในตาราง 2 พบว่าอันดับของสาเหตุการตายของคนไทยอันดับที่ 1 - 2 เป็นโรคที่คนตายอยู่ในวัยทำงาน วัยศึกษา เป็นส่วนใหญ่ และเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ อาจแก้ไขได้ด้วยการสร้างศีลธรรม และวินัยในคน ส่วนสาเหตุการตายในอันดับที่ 3 - 4 สามารถป้องกันได้ด้วยการดูแลภาวะโภชนาการและแบบแผนสุขภาพของคน และหากสังเกตในสาเหตุการตายทั้ง 10 อันดับ อาจกล่าวได้ว่าเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ทั้งสิ้น หากมีการดูแลสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ

การเปลี่ยนแปลงสังคมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

1. รูปแบบครอบครัว ในอดีตรูปแบบของครอบครัวเป็นครอบครัวขยายแต่ปัจจุบันได้เปลี่ยนเป็นครอบครัวเดี่ยวเป็นส่วนใหญ่ ผู้ที่จะดูแลสมาชิกลดน้อยลง มีผลต่อสุขภาพกายและจิตของสมาชิกในครอบครัวได้

2. ชุมชนปรับเปลี่ยนจากชุมชนชนบทเป็นชุมชนเมือง ชุมชนชนบทมีการวางระบบโครงสร้างลำธาร พิธีกรรมต่าง ๆ การสร้างความสัมพันธ์และการรักธรรมชาติ มีการสงวนธรรมชาติให้ลูกหลาน

**ตาราง 2** สาเหตุการตาย 10 อันดับแรกของประเทศไทยในปี ค.ศ. 2000

โรค	% of Total
1. AIDS	23.9
2. Car accidents	9.6
3. stroke	4.7
4. liver cancers	4.5
5. suicide	3.4
6. homicide	3.3
7. other infectious disease	3.1
8. diabetes	3.0
9. drowning	2.6
10. ischemic heart disease	2.6

(กระทรวงสาธารณสุขไทย : 2542 - 2543)

ต่อไป แต่ในชุมชนเมืองมีน้อย เน้นบริโภคนิยม
ต่างคนต่างอยู่ เอาเปรียบธรรมชาติ

3. การแปลงทุกอย่างจากธรรมเนียมเป็น
ทุนนิยม

4. การปรับเปลี่ยนค่านิยมจากไทยนิยม
เป็นเทศนิยม

5. การปรับเปลี่ยนไปสู่วัตถุนิยม การบริโภค
นิยมมากขึ้น ปัจจุบันประชาชนเป็นหนี้จากการบันเทิง
มากกว่าการเป็นหนี้จากการลงทุน การเป็นหนี้จาก
การพนันมากขึ้น ทำให้มีผลกับสุขภาพจิตได้

6. คนในปัจจุบันเป็นทาสของการโฆษณา มี
การวิจัยพบว่าคนไทยดูโทรทัศน์มากกว่าอ่านหนังสือ
ทำให้คนไทยตกเป็นทาสของการโฆษณา

7. คนปัจจุบันมักมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง
ความมีศีลธรรมเหือดหาย

การเปลี่ยนแปลงของสังคมข้างต้นล้วนแต่
ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพทั้งสิ้น

แนวทางการแก้ไขปัญหสุขภาพ

การแก้ไขปัญหสุขภาพเป็นปัญหาที่ควร
ได้รับการแก้ไขตั้งแต่ระดับนโยบายประเทศจนถึง
ระดับครอบครัว ระดับประชาชน ต่างประเทศได้ให้
ความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหสุขภาพโดยนำมาเป็น
วาระของชาติและให้ความสำคัญในการแก้ไข เช่น

๒ ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้กำหนดคำขวัญ
“Healthy People 2010” และได้กำหนดแนวทาง
การแก้ไขอย่างจริงจัง เช่น

- การลดเกลือ ลดเค็ม จะช่วยลดโรค

ความดันโลหิตสูง

- การลดไขมัน จะช่วยลดโรคหัวใจ

ฯลฯ

๒ ประเทศญี่ปุ่นได้กำหนดเป้าหมาย “เอา
ชนะ Stroke” โดยใช้ชุมชนเป็นฐาน
สำหรับแนวคิดของวิทยาการได้กำหนด
คำขวัญ “คนไทยสุขภาพดีในปี 2555” โดยเสนอ



แนวทางการแก้ไขต่าง ๆ เช่น

1. จัดเป็นนโยบายและยุทธศาสตร์ระดับชาติ

2. โครงการระดับชุมชน ให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการสร้างกิจกรรม เสริมสร้าง/ดูแลสุขภาพ ซึ่งได้แก่

- ราชการส่วนภูมิภาคและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

- บ้าน - วัด - โรงเรียน - โรงงาน ฯลฯ

- องค์กรประชาสังคม

- สื่อมวลชน

ฯลฯ

3. รัฐบาลจัดทำ (ร่าง) กฎหมายสุขภาพซึ่งจะเน้น

- สร้างสุขภาพมากกว่าการรักษาโรค

- ให้ประชาชนมีส่วนร่วม มากกว่าให้รัฐ

เป็นหน่วยงานสั่ง

เช่น การกระตุ้นให้ประชาชนมีการออกกำลังกายให้มากจะช่วยลดโรคภัยทางกาย จิต สังคม และศีลธรรมได้ในทุกวัย จะช่วยลดกำลังของบุคลากรทางการแพทย์

4. การจัดการทรัพยากรเพื่อระบบสุขภาพ รวมทั้งการสร้างองค์ความรู้และบุคลากร

5. มีการประสานงานทั้งในและต่างประเทศ ด้านสุขภาพ

ระบบสุขภาพ

การแก้ไขปัญหาสุขภาพสามารถแก้ไขโดยการสร้างระบบสุขภาพในแต่ละระบบให้มีมาตรฐานดังนี้

1. สุขภาพในครอบครัว ควรมีการจัดระบบรูปแบบสุขภาพในครอบครัวให้มีมาตรฐาน เช่น การทำ

ความสะอาดของที่อยู่อาศัย การจัดระบบสุขภัณฑ์ และการดูแลเครื่องปรับอากาศ เป็นต้น

2. สุขภาพในโรงเรียน ในส่วนนี้ได้มีการดำเนินการอยู่บ้างแล้ว อาจไม่จริงจังนักแต่นับว่าเป็นบทบาทที่สำคัญของครูในโรงเรียน

3. สุขภาพในโรงงาน ส่วนนี้ได้มีการดำเนินการบ้าง

วิธีการส่งเสริมสุขภาพ

1. การส่งเสริมความรู้ในระดับประชาชน
1.1 เข้าถึงองค์ความรู้
1.2 เข้าถึงสนามกีฬา สถานที่ออกกำลังกาย ฯลฯ

1.3 สร้างวัฒนธรรมสุขภาพ

1.4 ปรับและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

2. อาหาร

2.1 ควรให้ความรู้ในเรื่องอาหารทั้งเรื่องสารเคมีในสารอาหาร เรื่องชนิดของอาหาร เรื่องของประโยชน์และโทษของอาหารต่อสุขภาพ ทั้งในอาหารไทยและอาหารเทศ

2.2 มีการศึกษาในเรื่องวัฒนธรรมการดื่มกินของประชาชน

- การวิจัย

- อาหารสำหรับคนทั่วไป

- อาหารสำหรับวัย และภาวะ

ต่างๆ

3. การออกกำลังกาย

3.1 การออกกำลังกาย การละเล่น และกีฬา

3.2 เด็ก - ผู้ใหญ่ - ผู้สูงอายุ

- ความรู้ - เทคนิค

- สนามกีฬา - อุปกรณ์ - ผู้สอน



- องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสถานที่
ออกกำลังกาย และสนามกีฬา

4. ลดอุบัติเหตุจราจร

- ผู้ขับขี่ - ใบอนุญาตขับขี่
- ยานพาหนะ - การตรวจสภาพยาน

พาหนะ

- การดูแลและปรับปรุงเส้นทางและผิว

จราจร

สรุป

การเรียนรู้ไม่ว่าจะในศาสตร์ใด ๆ จุด
ประสงค์ของหลักสูตรต้องการให้ผู้เรียนเกิดความรู้
ทั้ง 2 ประการ คือ ความรู้ในศาสตร์วิชาชีพที่เรียน
และจริยธรรมของวิชาชีพ เพื่อจะได้นำความรู้ใน
วิชาชีพไปแก้ไขปัญหาของผู้รับบริการได้อย่างถูกต้อง
และนำความรู้ด้านจริยธรรมมากำกับพฤติกรรมของ
ตนเองเพื่อไม่ให้นำความรู้ของตนไปทำลายความ

สัมพันธ์ของมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับธรรมชาติ
หรือทำลายความรู้ของตนเอง การดูแลสุขภาพต้อง
ดูแลสุขภาพทั้ง 4 องค์ประกอบ คือ สุขภาพกาย
สุขภาพจิต สุขภาพสังคม และสุขภาพศีลธรรม และ
เป็นหน้าที่ของบุคลากรทางสาธารณสุขที่ต้องรับผิดชอบ
ให้ผู้รับบริการมีสุขภาพดี 4 มิติ คือ การป้องกัน การ
ส่งเสริม การรักษาและการฟื้นฟูในทุกองค์ประกอบ
สุขภาพ ปัจจุบันการเปลี่ยนแปลงของสังคมส่งผลต่อ
การเกิดปัญหาสุขภาพได้ การแก้ไขปัญหาสุขภาพที่ให้
ผลที่มีประสิทธิภาพนั้น ควรให้ความรู้ที่ถูกต้องกับ
ประชาชน จัดปัญหาเรื่องสุขภาพเป็นวาระแห่งชาติ
การให้องค์กรส่วนท้องถิ่นมีรูปแบบการดูแลสุขภาพให้
มีมาตรฐานทั้งในระดับครอบครัว ระดับโรงเรียน และ
ระดับโรงงาน หากทำได้เช่นนี้ย่อมส่งผลให้อัตรา
การตายของคนไทยลดลงและยังสามารถส่งผลให้
สุขภาพของคนไทยดีขึ้น