

คู่มือธรรมมัญญสุขภาพ

พระสงฆ์แห่งชาติ



พุทธศักราช ๒๕๖๖



คู่มือธรรมบัญญัติสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ

พุทธศักราช ๒๕๖๖

ที่ปรึกษา

สมเด็จพระพุฒาจารย์ (สนิท ชวนปญฺโญ)
สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (ปสฤทธิ เขมมงฺกโร)
สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (สุชิน อคฺคฺชิโน)
สมเด็จพระมหารัชมงคลมุนี (ธงชัย ธมฺมธโช)
สมเด็จพระมหาวชิรมังคลาจารย์ (สัจดี ปญฺญาบุโร)
พระพรหมโมลี (สุชาติ ธมฺมรตโน)
พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)
พระพรหมวชิรธีรราชเจ้า (สมจินต์ สุมฺมาปญฺโญ)
นายแพทย์โอภาส การย์กวินพงศ์
นายแพทย์สุเทพ เพชรรักษา
นายอินทพร จันเอยม

บรรณาธิการ

พระธรรมวชิโรดม (พล อภาภฺโร)
พระราชบัญญัติวารสาร (สมบัติ ญาณวโร)
พระมงคลธรรมวิธาน (สำเร็จ ภูริจิตฺโต)
พระครูสุตฺตรัตนบัณฑิต (ประยูร ไซตฺวาโร)
นายแพทย์ณรงค์ศักดิ์ อังคะสุวพลา
ผศ. วีระศักดิ์ พุทธาศรี
นายสมเกียรติ พิทักษ์กมลพร
นางจุฑามาศ โมพี
ผศ. ปฎิธรรม สำเนียง
นายณรงค์ กฤติขจรกรกุล

เขียน/เรียบเรียง

พระครูปลัดสุวัฒนวิสุทฺธิสารคุณ (มหวินทร์ ปริสุตฺตโม)
นายแพทย์ประจักษ์วิช เล็บนาค
นางสาวนงลักษณ์ ยอดมงคล
นายบุญช่วย คูใจ
นายวิสุทฺธิ บุญญะโสภิต
นางสาวสิริกิร เต่าภูไทย
สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย
โรงพยาบาลสงฆ์ กรมการแพทย์
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
สำนักสนับสนุนสุขภาพองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค

ISBN

978-616-569-038-6

พิมพ์ครั้งที่ ๑

เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๕ จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่

บริษัท วุฒิวัฒน์การพิมพ์ จำกัด

จัดพิมพ์โดย

สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.)
ชั้น ๓ อาคารสุขภาพแห่งชาติ ๔๘/๓๙ ถ.ติวานนท์ ๑๕
หมู่ ๔ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๔๓๒-๙๐๐๐ โทรสาร ๐-๒๔๓๒-๙๐๐๑-๒
เว็บไซต์ www.nationalhealth.or.th



ดาวน์โหลดไฟล์
ธรรมบัญญัติสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ
พ.ศ. ๒๕๖๖

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำประกาศ	๑
สัมมนานียกถา	๔
มติมหาเถรสมาคม	๘
คำปรารภ	๑๐
คำนิยาม	๑๔
หมวด ๑	๑๙
หมวด ๒	๒๐
หมวด ๓	๒๒
หมวด ๔	๒๕
หมวด ๕	๒๗
ภาคผนวก	๒๙
สื่อและองค์ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพะพระสงฆ์	๓๓
สิทธิหลักประกันสุขภาพสำหรับพระสงฆ์สามเณร	๔๘
โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค	๕๕

ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ

พุทธศักราช ๒๕๖๖

คำประกาศ

ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ จัดทำขึ้นตามข้อ ๓๗ หมวด ๕ แห่งธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ ที่ระบุไว้ว่า “พึงจัดให้มีการทบทวนธรรมนูญฉบับนี้อย่างน้อยทุก ๕ ปี” คณะกรรมการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๐ ในคราวประชุม ครั้งที่ ๑/๒๕๖๔ เมื่อวันที่ ๒๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ มีมติเห็นชอบให้มีการทบทวนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๐ และได้เสนอต่อที่ประชุมมหาเถรสมาคม เมื่อวันที่ ๓๐ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อทราบ มหาเถรสมาคมซึ่งเป็นองค์กรปกครองสูงสุดของคณะสงฆ์ไทย ได้มีมติมหาเถรสมาคม ครั้งที่ ๑๔/๒๕๖๖ เมื่อวันที่ ๓๐ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ มติที่ ๓๓๖/๒๕๖๖ เรื่อง ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ เห็นชอบให้คณะสงฆ์ทุกระดับใช้ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ เป็นกรอบ แนวทาง เป้าหมาย และยุทธศาสตร์การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ ชุมชน

และสังคมตามหลักพระธรรมวินัย บนหลักการทางธรรม นำทางโลก มีความสอดคล้องเชื่อมโยงกับแผนพัฒนากิจการพระพุทธศาสนาที่มีการบูรณาการโครงการและกิจกรรมของคณะกรรมการของมหาเถรสมาคมทุกฝ่าย และหลักการของธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๓ พ.ศ. ๒๕๖๕ และมติสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ ๕ พ.ศ. ๒๕๕๕

เพื่อให้เป็นไปตามมติมหาเถรสมาคมดังกล่าว คณะกรรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห์ของมหาเถรสมาคม และสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ (พศ.) ร่วมกับ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (มจร) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย (มมร) สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.) กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) กรมการศาสนา กรุงเทพมหานคร หน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน จึงจัดทำ “ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖” ขึ้นโดยยึดหลักพระธรรมวินัยและข้อมูลทางวิชาการเป็นฐาน มีการจัดเวทีรับฟังความคิดเห็นอย่างกว้างขวางทั้งในระดับพื้นที่และส่วนกลาง และมีการเวทีสมัชชาสุขภาพเฉพาะประเด็นว่าด้วยการทบทวนสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ เมื่อวันที่ ๑๙ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖ ภายใต้หลักการมีส่วนร่วมและการเปิดช่องทางการรับฟัง

ความคิดเห็นจากหน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน เพื่อให้ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติสะท้อนเจตนารมณ์และพันธะร่วมกัน และเป็นจุดอ้างอิงในการกำหนดทิศทาง เป้าหมาย และยุทธศาสตร์ในการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ ชุมชนและสังคมในอนาคต

จึงขอประกาศธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ ตามท้ายประกาศนี้ เพื่อเป็นกรอบและแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพพระสงฆ์ในทุกกระดับและส่งเสริมบทบาทของพระสงฆ์ในการเป็นผู้นำด้านสุขภาพชุมชนและสังคมต่อไป

ประกาศ ณ วันที่ ๓ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖



(สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ)

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ประธานคณะกรรมการมหาเถรสมาคม

สัมโมทนียกถา

เนื่องในโอกาสงาน "ปวารณา สานพลังขับเคลื่อน
ธรรมนุญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ.๒๕๖๖"
โดย เจ้าประคุณสมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ (ปสฤทธ์ เขมงโกโร)
กรรมการมหาเถรสมาคม
ประธานฝ่ายสาธารณสงเคราะห์ของมหาเถรสมาคม
วันที่ ๔ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๗ ณ พระอุโบสถวัดพระเชตุพน
วิมลมังคลาราม ราชวรมหาวิหาร เขตพระนคร

ขอแสดงกัลยาณธรรม ต่อกันพระเถระานุเถระ พระสังฆนิกัพัฒน์
การสาธารณสงเคราะห์ทั้งหลาย ซึ่งในนี้มีที่กันเจ้าคุณ พระธรรมวชิรโสภณ
เจ้าอาวาสวัดพระธาตุพนม ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๑๐ เป็นต้น
เป็นผู้นำในส่วนของคณะพระสงฆ์ที่ร่วมดำเนินการขับเคลื่อนธรรมนุญ
สุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ

ขอเจริญพร รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข รัฐมนตรีประจำ
สำนักนายกรัฐมนตรี กำกับดูแลสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
พร้อมด้วย ผู้บริหาร หัวหน้าส่วนราชการ หน่วยงานภาคี เครือข่ายทุกคน

ในโอกาสอันเป็นมงคลยิ่งที่เจ้าพระคุณสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ประธานคณะกรรมการ มหาเถรสมาคม ได้ลงพระนามประกาศธรรมนุญสุขภาพ พระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ เมื่อวันที่ ๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ ที่ผ่านมานั้น และมหาเถรสมาคม รับทราบธรรมนุญสุขภาพพระสงฆ์ แห่งชาติพุทธศักราช ๒๕๖๖ โดยการเสนอของคณะกรรมการ ขับเคลื่อนธรรมนุญสุขภาพพระสงฆ์พุทธศักราช ๒๕๖๐ ซึ่งเป็น ส่วนหนึ่งของการขับเคลื่อนแผนพัฒนาปฏิรูปกิจการพระพุทธศาสนา ทั้งยังมอบให้คณะกรรมการฝ่ายต่างๆของมหาเถรสมาคมให้การอนุเคราะห์ สนับสนุนการขับเคลื่อนธรรมนุญสุขภาพพระสงฆ์ แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อพระสงฆ์ คณะสงฆ์ และการสาธารณสงเคราะห์ให้กับชุมชนและสังคม

สมเด็จพระบรมศาสดาให้ความสำคัญต่อการปฏิบัติตนให้ ถึงพร้อมด้วยธรรมนานาประการ จากระดับหยาบจนถึงขั้นความละเอียด มุ่งเน้นให้เกิดการพัฒนาตามหลักภาวะนา ๔ ได้แก่ ๑. กายภาวนา การพัฒนาด้านกายให้เกิดเป็นกุศลกรรม ๒. สីลภาวนา คือการ เจริญศีล พัฒนาความประพฤติอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเกื้อกูลระหว่างกัน ๓. จิตภาวนา คือ การเจริญทางด้านจิตใจให้เกิดความมั่นคงโดย มีคุณธรรมเป็นที่ตั้ง และ ๔. ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา ให้เกิด ความรู้แจ้ง เห็นตามความเป็นจริง นำไปสู่การแก้ไขปัญหาใน ทุกประการ ธรรมนุญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖

นับเป็นฉบับที่ ๒ ของการขับเคลื่อนระบบสุขภาพภายใต้ร่มบวร
พระพุทธศาสนาของพุทธบริษัท ๔ โดยมีพระสงฆ์และวัดเป็น
ศูนย์กลางของชุมชนและสังคม ดังนั้นการนำหลักภาวนา ๔ เป็นหัวใจ
ของการพัฒนา จึงเป็นการนำหลักการสำคัญ คือ "การใช้หลักธรรม
นำทางโลก" มาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ทั้งพระสงฆ์ และชาวบ้าน
ในชุมชน มีความเกี่ยวข้องกับนิยามสุขภาพของพระราชบัญญัติ
สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๕๐ ที่ครอบคลุมมิติสุขภาพกาย จิต สังคม
และปัญญา โดยการทำงานร่วมกัน ของคณะสงฆ์ หน่วยงาน องค์กร
และภาคีเครือข่ายทั้งในระดับ นโยบาย และระดับพื้นที่ สำหรับ
พระสงฆ์ที่ได้มีส่วนในการดำเนินการด้านสุขภาพขอให้ประสานงานกับ
เจ้าคณะผู้ปกครองที่ท่านได้สังกัดพำนักอยู่ เพื่อให้เจ้าคณะผู้ปกครอง
ได้รับรู้รับทราบ และ ร่วมกันขับเคลื่อนเพื่อให้การดำเนินการบรรลุ
เป้าหมายอย่างเป็น รูปธรรม ขออนุโมทนาขอบคุณคณะรัฐบาล
หน่วยงาน องค์กร เครือข่ายร่วม ขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์
แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ ที่ได้ร่วมกันพิจารณาในส่วนกุศลกรรม
ช่วยกันในการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ อันเป็นการ
สืบทอดพระพุทธศาสนาในประเทศไทยด้วยการอุปถัมภ์ดูแลสุขภาพ
พระสงฆ์ ตลอดจนการส่งเสริมให้พระสงฆ์ได้มีบทบาท ในการปฏิบัติ
ศาสนกิจการสาธารณสงเคราะห์ด้านสุขภาพแก่ชุมชนและสังคม
อันเป็นการเกื้อกูลเป็นไปตามหลักพระธรรมวินัย

บัดนี้ถึงกาลอุดมมงคลอันสมควรแล้ว จึงขอประกาศการ
ขับเคลื่อนธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ สืบไป
ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย ได้อภิบาลประทานพรให้
ท่านพระเถรานุเถระทุกรูป และท่านรัฐมนตรี อุบาสกอุบาสิกา พร้อมทั้ง
ภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน จงมีกำลังกาย กำลังใจ กำลังสติปัญญา
สามารถ ที่จะร่วมกันสนับสนุนการปฏิบัติศาสนกิจ เพื่อประโยชน์และ
สันติสุขแก่ประเทศชาติพระพุทธศาสนาและสถาบันพระมหากษัตริย์
และขอทุกท่านจงเจริญรุ่งเรืองงอกงามไพบูลย์ในพระธรรมวินัยของ
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยยิ่งตลอดจิริฐิติกาลเทอญ



(สมเด็จพระมหาธีรจารย์)

กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าคณะใหญ่หนเหนือ
ประธานคณะกรรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห์
ของมหาเถรสมาคม



มติมหาเถรสมาคม

ครั้งที่ ๑๔/๒๕๖๖

สำนักเลขาธิการมหาเถรสมาคม

มติที่ ๓๓๖/๒๕๖๖

เรื่อง ร่างธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช และแนวทางการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช

ในการประชุมมหาเถรสมาคม ครั้งที่ ๑๔/๒๕๖๖ เมื่อวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๖ เลขาธิการมหาเถรสมาคมเสนอว่า ตามที่ สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ ได้มีหนังสือแจ้งว่า การจัดทำธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติในการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ที่คณะสงฆ์และหน่วยงานต่าง ๆ ร่วมกันจัดทำบนหลักการใช้ทางธรรมนำทางโลก และคณะกรรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห์ของมหาเถรสมาคม ได้มีคำสั่งที่ ๐๑/๒๕๖๑ แต่งตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ โดยมีสมเด็จพระมหาธีรจารย์ เป็นประธานกรรมการฯ ฝ่ายสงฆ์ และนายแพทย์ณรงค์ศักดิ์ อังคะสุวพลา เป็นประธานกรรมการฯ ฝ่ายคฤหัสถ์ เพื่อกำหนดทิศทางและแผนการขับเคลื่อน ติดตาม รวมทั้งสนับสนุนให้เกิดการดำเนินงานและผลกรดำเนินงานตามธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ ซึ่งปัจจุบันได้มีการดำเนินงานทบทวนและยกย่องธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช โดยเป็นไปตามหมวด ๕ ข้อ ๓๗ ที่กำหนดให้มีการทบทวนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์อย่างน้อยทุก ๕ ปี และได้แต่งตั้งคณะทำงานวิชาการทบทวนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ เพื่อดำเนินการจัดกระบวนการรับฟังความคิดเห็น ปรับปรุง และจัดประชุมสมัชชาสุขภาพเฉพาะประเด็น ว่าด้วยการทบทวนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ อย่างมีส่วนร่วมจากการดำเนินการดังกล่าว คณะกรรมการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ จึงได้จัดทำร่างธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช และแนวทางการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ รายละเอียดตามเอกสารที่ถวายนับในที่ประชุม พร้อมกับขอให้สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ นำเสนอมหาเถรสมาคมเพื่อโปรดพิจารณา

สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติเห็นควรนำเสนอมหาเถรสมาคมเพื่อโปรดทราบและพิจารณา

ที่ประชุมพิจารณาแล้วมีมติ ดังนี้

๑. รับทราบ ร่างและแนวทางการขับเคลื่อนธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช
๒. ให้คณะกรรมการฝ่ายต่าง ๆ ของมหาเถรสมาคม ให้การอนุเคราะห์ สนับสนุนการขับเคลื่อนธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช
๓. มอบสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ แจ้งเจ้าคณะจังหวัด เลขานุการเจ้าคณะจังหวัด และสำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัด ในการส่งเสริมและสนับสนุนการขับเคลื่อนธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์-แห่งชาติ พุทธศักราช สู่การปฏิบัติ
๔. รับทราบการประกาศใช้ธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ในสัปดาห์ส่งเสริมพระพุทธศาสนา เนื่องในเทศกาลวิสาขบูชาโลก ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๖ และให้ดำเนินการได้ทันที โดยไม่ต้องรอรับรองรายงานการประชุม



(นายอินทพร จันเอี่ยม)

รองผู้อำนวยการ รักษาราชการแทน
ผู้อำนวยการสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
เลขาธิการมหาเถรสมาคม

คำปรารภ

ความเกิด แก่ เจ็บ และตาย เป็นกระบวนการที่ดำเนินไปตามกฎของธรรมชาติแห่งสรรพสัตว์ ที่พระพุทธองค์ทรงสอนให้พุทธสาวกได้พิจารณาอยู่เนืองๆ ว่า “เรามีความแก่ ความเจ็บ และความตายเป็นธรรมดาไม่อาจล่วงพ้นไปได้...” อย่างไรก็ตาม การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพ ก็เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญ เพื่อความเป็นผู้มีโรคาพาธน้อย อันนับว่าเป็นที่สุดแห่งลาภ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “อาโรคฺยปรมาลาภา” “ลาภทั้งหลาย มีความไม่มีโรคเป็นอย่างยิ่ง” พระพุทธองค์ทรงชี้แนะให้พุทธสาวกดำรงตนให้เป็นผู้มีโรคาพาธน้อย การบริโภคน้ำจืด ๔ ด้วยการพิจารณาโดยแยกคายถึงคุณค่าเทียม และคุณค่าแท้ เน้นการบริโภคเพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน ความดำรงอยู่แห่งอัตภาพ ความเป็นอยู่โดยผาสุก และอนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์

พระพุทธองค์ได้ออกแบบชุมชนที่เรียกว่า “พุทธบริษัท” ให้มีความสัมพันธ์กันอย่างแน่นแฟ้น โดยกำหนดให้ทั้งฝ่ายบรรพชิต และคฤหัสถ์ได้ปฏิบัติหน้าที่ต่อกันอย่างสร้างสรรค์ในทิศ ๖ ข้อ

“เหตุฉิมทิศ” (ทิศเบื้องบน) โดยอุบาทสอุบาทสิกามีหน้าที่เกื้อกูล พระสงฆ์ ทำ พุศฺ คืดต่อพระสงฆ์ด้วยเมตตาทัง ให้การต้อนรับด้วยความเต็มใจ และอุปถัมภ์บำรุงด้วยปัจจัย ๔ พร้อมกำหนดให้พระสงฆ์ มีหน้าที่สอนให้วันชั่ว ทำดี สอนสิ่งใหม่ที่ไม่เคยได้ฟัง อธิบายสิ่งที่เคยฟังมาแล้วให้เข้าใจแจ่มแจ้งยิ่งขึ้น อนุเคราะห์ด้วยจิตอันงาม และบอกทางสวรรค์ให้ ซึ่งกล่าวได้ว่าเป็นบทบาทหน้าที่ในการเกื้อกูล ส่งเสริมซึ่งกันและกัน อันนำไปสู่ความผาสุกแห่งพุทธบริษัทโดยรวม

พระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาเป็นผู้ออกจากเรือน ไม่เกี่ยวข้องกับเรือนแล้ว เพื่อประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกัน จึงจำเป็นที่จะต้องดูแลสุขภาพของตนเอง พระอุปัชฌาย์ อาจารย์ และสภธรรมิกตามหลักพระธรรมวินัย ด้วยความเอาใจใส่ ดังที่พระพุทธองค์ทรงแนะนำไว้ว่า “นตฺถิ โว ภิกฺขเว มาตา นตฺถิ ปิตา เย โว อุปลฺภฺฐุเหยฺย ตุมฺहे เจ ภิกฺขเว อณฺณมณฺณํ น อุปลฺภฺฐุทิสฺสถ อถ โกจฺรทิ อุปลฺภฺฐุทิสฺสติ โย ภิกฺขเว มํ อุปลฺภฺฐุเหยฺย โส คิลานํ อุปลฺภฺฐุเหยฺย ฯ ... - ตูกรภิกษุทั้งหลาย พวกเธอไม่มีมารดาไม่มีบิดา ผู้ใดเล่าจะพึงพยาบาลพวกเธอ ถ้าพวกเธอจักไม่พยาบาลกันเอง ใครเล่าจักพยาบาล ตูกรภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดจะพึงอุปฐากรจากเรา ผู้นั้นพึงพยาบาลภิกษุอาพาธ...” พร้อมทั้งบัญญัติให้รับอาบัติทุกกฎแก่ภิกษุผู้ไม่พยาบาลภิกษุอาพาธ ซึ่งหมายรวมถึง พระอุปัชฌาย์ อาจารย์ สัทธิวิหาริก อันเตวาสิก ภิกษุผู้ร่วมอุปัชฌาย์ ภิกษุผู้ร่วมอาจารย์ รวมถึงผู้ไม่มีอุปัชฌาย์ อาจารย์

ลัทธิวิหาริก อันเตวาลิก และภิกษุผู้ร่วมอุปัชฌาย์หรืออาจารย์ สงฆ์
ต้องทำหน้าที่พยาบาล นอกจากนี้พระพุทธองค์ยังได้กำหนดคุณสมบัติ
ของภิกษุผู้เข้าเฝ้าพยาบาล ๕ ประการได้แก่ ๑) เป็นผู้สามารถ
ประกอบยา ๒) รู้จักของแสลงและไม่แสลงคือ กันของแสลงออก
นำของไม่แสลงเข้าไปให้ ๓) มีจิตเมตตาพยาบาลไข้ ไม่เห็นแก่อาภิส
๔) เป็นผู้ไม่เกลียดที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ เขฬะ หรือของที่อาเจียน
ออกไปเสีย และ ๕) เป็นผู้สามารถที่จะชี้แจงให้คนไข้ เห็นแจ้ง
สมათาน อาจหาญ ร่าเริง ด้วยธรรมมีกถา ในกาลทุกเมื่อ พร้อมทั้ง
ทรงอนุญาตให้สงฆ์มอบไตรจีวร บาตร ลหุภัณฑ์และลหุบริวารของ
ภิกษุอาพาธผู้ถึงแก่มรณภาพให้แก่ภิกษุหรือสามเณรผู้พยาบาล
ภิกษุใช้นั้นเอาไว้ด้วย นับเป็นพระปริชาญาณในการสร้างแรงจูงใจ
ให้ภิกษุและสามเณรทำหน้าที่พยาบาลภิกษุไข้ อีกทางหนึ่งด้วย

อย่างไรก็ตาม การดูแลสุขภาพพระสงฆ์ยังจำเป็นต้องอาศัย
ความร่วมมือของชุมชน สังคมหน่วยงาน และภาคีเครือข่ายที่
เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ในขณะเดียวกัน พระสงฆ์ผู้มีสุขภาพดี มี
ความรู้รอบรู้และเป็นแบบอย่างที่ดีด้านสุขภาพ ก็สามารถทำหน้าที่
ในการเป็นผู้นำด้านสุขภาพชุมชนและสังคมเป็นปฏิบัติการต่ออุปการะ
ที่ชุมชนและสังคมได้กระทำต่อท่านด้วย

“ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ” คือข้อตกลงร่วมหรือกติกาที่เป็นเจตจำนงและพันธะร่วมของพระสงฆ์ คณะสงฆ์ ชุมชน สังคม และหน่วยงานภาคีที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน เพื่อเป็นกรอบและแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ในทุกระดับ ส่งเสริมและสนับสนุนให้พระสงฆ์มีบทบาทในการเป็นผู้นำด้านสุขภาพะชุมชนและสังคม ทั้งยังสามารถร่วมกันจัดทำธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ระดับพื้นที่ อย่างบูรณาการและเป็นองค์รวม โดยไม่ขัดหรือแย้งกับธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ สู่เป้าหมาย **“พระแข็งแรง วัดมั่นคง ชุมชนเป็นสุข”** ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ ธรรมนูญนี้เรียกว่า “ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖”

ข้อ ๒ การประกาศใช้ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติแห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖ ให้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ ๓ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

คำนิยาม

ข้อ ๓ ในธรรมนูญ

พระธรรมวินัย หมายความว่า ข้อควรปฏิบัติและข้อควรงดเว้น ที่บัญญัติไว้ในพระไตรปิฎกและพระคัมภีร์รุ่นหลัง

คณะสงฆ์ หมายความว่า บรรดาพระภิกษุที่ได้รับการบรรพชาอุปสมบทตามพระธรรมวินัยและตามกฎหมายที่กำหนดไว้ ที่ปฏิบัติศาสนกิจทั้งในหรือนอกราชอาณาจักร

พระสงฆ์ หมายความว่า พระภิกษุที่ได้รับการบรรพชาอุปสมบทจากพระอุปัชฌาย์ตามพระธรรมวินัยและตามกฎหมายที่กำหนดไว้ ที่ปฏิบัติศาสนกิจทั้งในหรือนอกราชอาณาจักร ทั้งนี้ในธรรมนูญฉบับนี้ให้หมายความรวมถึงสามเณรด้วย

วัด หมายความว่า สถานที่อยู่อาศัยของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาที่เป็นไปตามหลักพระธรรมวินัย พระราชบัญญัติคณะสงฆ์ กฎและระเบียบคณะสงฆ์ไทย

สถาบันการศึกษาคณะสงฆ์ หมายความว่า มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (มจร) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย (มมร) สถานศึกษาพระปริยัติธรรมตามพระราชบัญญัติการศึกษาพระปริยัติธรรม พ.ศ. ๒๕๖๒

สหธรรมิก หมายความว่า ผู้มีธรรมหรือผู้ประพฤติธรรมร่วมกัน สำหรับธรรมนุญฉบับนี้ หมายถึงพระภิกษุและสามเณร

พระคิลานุปัฏฐาก หมายความว่า ผู้ปฏิบัติดูแล บริบาลพระสงฆ์ อาพาธ ในธรรมนุญฯ ฉบับนี้ให้รวมถึงพระสงฆ์ผู้สร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันและควบคุมโรค รวมทั้งจัดการปัจจัยที่ดูแลสุขภาพ และการดูแลแบบประคับประคองในระยะสุดท้าย (คำอธิบายเพิ่มเติม: “พระคิลานุปัฏฐาก” มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล ซึ่งในปัจจุบันมีคำที่ใช้เรียกที่หลากหลายตามหลักสูตรที่อบรม เช่น พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด (พระ อสว.) พระบริบาลภิกษุไข้ พระคิลานธรรม เป็นต้น เพื่อให้ทุกภาคส่วนมีความเข้าใจไปในทิศทางเดียวกัน จึงใช้คำว่า “พระคิลานุปัฏฐาก” หมายรวมถึง พระสงฆ์ที่ดูแลภิกษุอาพาธ และพระสงฆ์ที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้ชุมชนและสังคม เกิดการเรียนรู้และเข้าใจในเรื่องสุขภาวะในทุกมิติ)

การดูแลสุขภาพตนเองตามหลักพระธรรมวินัย หมายความว่า การสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันและควบคุมโรค ดูแลสุขภาวะของ

ตนเองและสภรรรมิกตามหลักพระธรรมวินัยทำให้พระแข็งแรง
วัดมั่นคง ชุมชนเป็นสุข

สุขภาพ หมายความว่า ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย
ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่าง
สมดุล (พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐)

สุขภาวะ หมายความว่า ภาวะที่ดี หรือความอยู่ดีมีสุข ซึ่งมีได้
หลายด้าน ได้แก่ ความอยู่ดีมีสุขทางกายหรือสุขภาวะทางกาย ทาง
สังคม ทางจิต และทางปัญญา โดยความอยู่ดีมีสุขนี้สามารถระบุได้
จากความรู้สึกของแต่ละบุคคล ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามประสบการณ์
และภูมิหลังของตน และยังสามารถระบุได้จากองค์ประกอบต่างๆ
ที่เกี่ยวข้องในการใช้ชีวิตของบุคคลนั้นๆ เช่น ระบุจากสุขภาพ การ
ศึกษา การงาน ความสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม สิ่งแวดล้อมต่างๆ
ความมั่นคงด้านต่างๆ การมีส่วนร่วม ที่อยู่อาศัย สมดุลระหว่างการทำงาน
และการใช้ชีวิตส่วนตัว ซึ่งแนวคิดของทั้งสุขภาวะและ
สุขภาพนั้นมีความสัมพันธ์กัน โดยสุขภาพมีผลต่อสุขภาวะโดยรวม
และขณะเดียวกัน สุขภาวะก็มีผลต่อสุขภาพในอนาคต

สุขภาพทางปัญญา หมายความว่า คุณภาพใหม่ของจิตใจที่เกิด
จากการเข้าถึงความจริง คุณค่า และความหมายอย่างรอบด้าน ทั้ง

ของตนเอง ผู้อื่น ธรรมชาติ และสิ่งที่ยึดเหนี่ยว ศรัทธา โดยผ่านช่องทาง ทั้งทางวิทยาศาสตร์ วัฒนธรรม และปัญญาญาณ

การสร้างเสริมสุขภาพ หมายความว่า กระบวนการในการเพิ่มความสามารถให้กับบุคคล/ประชาชน กลไกทางสังคมและสภาพแวดล้อม เพื่อให้สามารถควบคุมปัจจัยที่กำหนดสุขภาพและพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวม ทั้งสุขภาพะทางกาย ทางสังคม ทางจิต และทางปัญญา ซึ่งมีได้เป็นเพียงความรับผิดชอบรายบุคคลหรือเป็นความรับผิดชอบของบุคลากรและองค์กรสุขภาพเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องไปถึงภาคส่วนต่างๆ ในสังคมที่จะร่วมกันสร้างวิถีชีวิต สังคม และสิ่งแวดล้อม ที่นำไปสู่สุขภาพะที่ดี และในนิยามที่พัฒนาให้กว้างขึ้นยังสามารถรวมถึงการเชื่อมโยงถึงสิทธิมนุษยชน ความเป็นธรรมทางสังคม และสิ่งแวดล้อมด้วย ทั้งนี้ ในบางกรณีอาจใช้คำว่า การส่งเสริมสุขภาพแทน

ความรู้ด้านสุขภาพ หมายความว่า สมรรถนะของบุคคลที่ประกอบด้วยความสามารถด้านการรู้หนังสือ ทักษะทางปัญญา และทักษะทางสังคม ซึ่งจะเป็นตัวกำหนดให้บุคคลเกิดแรงจูงใจในการเข้าถึง ทำความเข้าใจ ประเมิน และใช้ข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพในรูปแบบที่ส่งเสริมและรักษาสุขภาพให้ดีและยั่งยืน (พจนานุกรมการสาธารณสุขไทย พ.ศ. ๒๕๖๑) โดยองค์ประกอบและ

ระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพที่มีผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีมีอยู่ ๖ ระดับ คือ การเข้าถึง การเข้าใจ การตอบโต้ซักถามและแลกเปลี่ยน การตัดสินใจ การเปลี่ยนพฤติกรรมและบอกต่อได้ (นพ.วชิระ เพ็งจันทร์ และรศ.ดร.ชะนวนทอง ธนสุกาญจน์, ๒๕๖๐) อ้างในหลักการขององค์การรอบรู้ด้านสุขภาพ กรมอนามัย)

ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ระดับพื้นที่ หมายความว่า กรอบทิศทาง หรือข้อตกลงร่วม หรือกรอบกติการ่วมที่พระสงฆ์ คณะสงฆ์ ชุมชน สังคม หน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ใช้เป็นกรอบแนวทางในการพัฒนาสุขภาพในระดับพื้นที่ ซึ่งอาจเป็นประเด็นทางสุขภาพเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยเฉพาะ หรือทุกประเด็นในธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ โดยหัวใจสำคัญ คือ การมีส่วนร่วมของพระสงฆ์ คณะสงฆ์ วัด ชุมชน สังคม หน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ในการออกแบบ พัฒนา ขับเคลื่อน และทบทวนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ระดับพื้นที่ร่วมกัน

ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ หมายความว่า องค์ความรู้ ความคิด ความเชื่อ และความชำนาญในการดูแลสุขภาพโดยอาศัยความรู้ที่ได้สั่งสม ถ่ายทอด และพัฒนาสืบต่อกันมาในท้องถิ่น ซึ่งรวมถึงการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือกอื่นที่พระสงฆ์ใช้ในการดูแลสุขภาพอย่างสอดคล้องกับท้องถิ่นนั้นๆ ด้วย

หมวด ๑

ปรัชญาและแนวคิดหลักของธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ

ข้อ ๔ สุขภาวะพระสงฆ์ คือ ภาวะที่เป็นสุขของพระสงฆ์ ทั้ง ๔ มิติ คือ สุขภาวะทางกาย ทางสังคม ทางจิต และทางปัญญา ตามหลักภาวนา ๔ ได้แก่ กายภาวนา (การพัฒนาทางกาย) สีสภาวนา (การพัฒนาทางศีล) จิตตภาวนา (การพัฒนาทางจิตใจ) และปัญญาภาวนา (การพัฒนาทางปัญญา)

ข้อ ๕ ธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ มีแนวคิดหลักในการส่งเสริมให้พระสงฆ์ดูแลสุขภาพตนเองตามหลักพระธรรมวินัย ชุมชนและสังคมดูแลอุปฐากพระสงฆ์ตามหลักพระธรรมวินัย และให้พระสงฆ์มีบทบาทในการเป็นผู้นำด้านสุขภาวะชุมชนและสังคม

ข้อ ๖ การขับเคลื่อนธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ เป็นหน้าที่ร่วมกันของหน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ในสังคมด้วยพลัง “บวร” ภายใต้หลักการทางธรรม นำทางโลก สอดคล้องเชื่อมโยงกับแผนพัฒนากิจการพระพุทธศาสนา แผนพัฒนาประเทศ และเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน สู่เป้าหมาย “พระแข็งแรง วัดมั่นคง ชุมชนเป็นสุข”

หมวด ๒

พระสงฆ์กับการดูแลสุขภาพตนเองตามหลักพระธรรมวินัย

ข้อ ๗ พระสงฆ์พึงมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี เหมาะสม และพร้อมในการทำหน้าที่สืบทอดพระพุทธศาสนา ได้อย่างเต็มที่

ข้อ ๘ พระสงฆ์พึงชวนชวายเป็นการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกัน และควบคุมโรค และดูแลสุขภาพพระอุปัชฌาย์ อาจารย์ และสหธรรมิก อย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง

ข้อ ๙ วัดพึงส่งเสริมและสนับสนุนให้พระสงฆ์มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ จัดให้มีระบบและกลไกในการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกัน และควบคุมโรค และดูแลสุขภาพพระสงฆ์ตามหลักพระธรรมวินัยที่เกื้อกูลต่อการฝึกฝนพัฒนาตนเอง และเอื้ออำนวยให้บรรลุเป้าหมายแห่งลัทธิและหน้าที่ด้านสุขภาพ

ข้อ ๑๐ คณะสงฆ์แต่ละระดับพึงให้การส่งเสริมและสนับสนุนให้วัดในเขตปกครองมีศักยภาพในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ตามหลักพระธรรมวินัย เช่น การจัดทำระบบฐานข้อมูล วัด-ประชา-รัฐ-สร้างสุข ศูนย์ประสานงานสุขภาพะวิถีพุทธ ศูนย์ประสานงานสาธารณสุขสงเคราะห์ประจำจังหวัด ภูมิสงฆ์อาพาธ ตูยาคุณภาพ วัดส่งเสริมสุขภาพ พระคิลานุปัฏฐากและการพัฒนาสุขภาพในรูปแบบต่างๆ ของคณะสงฆ์

ในการดำเนินงานตามวรรคแรกพระสงฆ์อาจรวมตัวกันเป็นกลุ่มชมรม เครือข่ายเพื่อสนับสนุนงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพของคณะสงฆ์ได้

ข้อ ๑๑ คณะสงฆ์พึงส่งเสริมและสนับสนุนให้พระสงฆ์ได้นำองค์ความรู้ภูมิปัญญาด้านสุขภาพตามหลักพระธรรมวินัย พัฒนาพระคิลานุปัฏฐาก เพื่อหนุนเสริมกระบวนการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพตนเอง พระอุปัชฌาย์ อาจารย์และสหธรรมิกที่สอดคล้องกับพระธรรมวินัย

หมวด ๓

ชุมชนและสังคมกับการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ ที่ถูกต้องตามหลักพระธรรมวินัย

ข้อ ๑๒ รัฐ ชุมชน หน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง
ทุกภาคส่วน พึงส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมและโครงการที่
สอดคล้องกับแผนพัฒนากิจการพระพุทธศาสนาและนโยบายของ
คณะสงฆ์ทุกระดับ

ข้อ ๑๓ ชุมชนและสังคมพึงตระหนักและใส่ใจในการดูแล
พระสงฆ์ด้วยปัจจัย ๔ ที่เอื้อต่อพระธรรมวินัยและเป็นประโยชน์ต่อ
สุขภาพพระสงฆ์

ข้อ ๑๔ รัฐพึงส่งเสริมและสนับสนุนให้หน่วยงานของรัฐทุกระดับ
และภาคส่วนต่างๆ ในสังคม ร่วมกันรณรงค์ให้สาธุชนตระหนักถึง
การจัดอาหารบิณฑบาต น้ำปานะ ชุดสังฆทาน ที่ช่วยสร้างเสริม
สุขภาพ มีคุณค่าทางโภชนาการ โดยอนุโลมตามพระธรรมวินัย

ข้อ ๑๕ รัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง พึงส่งเสริมพัฒนาระบบบริการสาธารณสุขสำหรับพระสงฆ์ในการ เข้าบริการสาธารณสุขอย่างเป็นระบบ ครบวงจรมีประสิทธิภาพ และเหมาะสมตามหลักพระธรรมวินัย รวมทั้งจัดให้มีอาสาสมัคร สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) และพระคิลานุปัฏฐาก ที่บูรณาการ การทำงานครอบคลุมทุกพื้นที่

ข้อ ๑๖ รัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง พึงจัดชุดสิทธิประโยชน์ พื้นฐานในระบบหลักประกันสุขภาพ ที่ครอบคลุมการสร้างเสริม สุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟู สมรรถภาพแก่พระสงฆ์อย่างทั่วถึง เหมาะสม และเป็นธรรม

ข้อ ๑๗ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและชุมชน พึงสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการจัดการ ปัจจัยที่คุกคามสุขภาพพระสงฆ์ โดยใช้งบประมาณจากองค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่นและกองทุนต่างๆ รวมถึงการเข้าถึงกองทุนใน ระดับพื้นที่

ข้อ ๑๘ รัฐพึงจัดให้มีระบบการตรวจสุขภาพ ตรวจคัดกรอง สุขภาพ ให้คำปรึกษาแนะนำ ให้ความรู้และเสริมสร้างการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมด้านสุขภาพ เพื่อป้องกันการอาพาธและสร้างเสริมสุขภาพ อย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง

ข้อ ๑๙ รัฐ ชุมชน หน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ทุกภาคส่วนพึงส่งเสริมและสนับสนุนให้วัดเป็นแหล่งเรียนรู้ในการ พัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันและ ควบคุมโรค และดูแลสุขภาพพระสงฆ์ที่เฝ้าต่อพระธรรมวินัย

ข้อ ๒๐ รัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องพึงส่งเสริมและสนับสนุน การสร้างองค์ความรู้ ภูมิปัญญา และนวัตกรรมด้านสุขภาพตาม มาตรฐานและหลักพระธรรมวินัย พัฒนาหลักสูตร คู่มือ แนวทาง และสร้างระบบการเรียนรู้ด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่องในสถาบันการ ศึกษาสงฆ์และสถาบันการศึกษาอื่นๆ ทุกระดับ

ข้อ ๒๑ รัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง พึงพัฒนาสารสนเทศ และสื่อสารสาธารณะเกี่ยวกับข้อมูลด้านสุขภาพพระสงฆ์ครอบคลุม ทุกมิติ ที่พระสงฆ์และหน่วยงานต่างๆ เข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ อย่างสะดวกรวดเร็วทันต่อเหตุการณ์

หมวด ๔

บทบาทพระสงฆ์ในการเป็นผู้นำด้านสุขภาวะชุมชนและสังคม

ข้อ ๒๒ พระสงฆ์และคณะสงฆ์ พึงส่งเสริมและสนับสนุนให้ชุมชนและสังคม เกิดการเรียนรู้และเข้าใจในเรื่องสุขภาวะในทุกมิติ สู่เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ทั้งนี้ ชุมชนและสังคมพึงเปิดกว้างให้พระสงฆ์และคณะสงฆ์เป็นหุ้นส่วนในทุกระดับ

ข้อ ๒๓ พระสงฆ์และคณะสงฆ์ พึงพัฒนาวัดให้เป็นกลไกการดูแลสุขภาวะชุมชนและสังคม พร้อมทั้งนำองค์ความรู้และภูมิปัญญาด้านสุขภาพตามหลักพระธรรมวินัย ไปประยุกต์ใช้ ทั้งนี้ รัฐ ชุมชน สังคม หน่วยงานและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนพึงให้การส่งเสริมและสนับสนุน อย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง

ข้อ ๒๔ คณะสงฆ์แต่ละระดับพึงกำหนดนโยบาย มาตรการ แผนงาน โครงการและกิจกรรมที่สอดคล้องกับแผนพัฒนากิจการพระพุทธศาสนา เพื่อให้วัดและพระสงฆ์มีบทบาทในการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและ

ควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพชุมชนและสังคม สู่เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน

ข้อ ๒๕ คณะสงฆ์พึงใช้กลไกคณะสงฆ์แต่ละระดับ รวมถึงเครือข่ายองค์กรทางพระพุทธศาสนา ในการบูรณาการหลักพุทธธรรม เพื่อขับเคลื่อนการดูแลและเสริมสร้างสุขภาพ สุขภาวะชุมชนและสังคมอย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง

หมวด ๕

การขับเคลื่อนธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติสู่การปฏิบัติ

ข้อ ๒๖ คณะสงฆ์พึงจัดให้มีกลไกระดับชาติ ที่มีผู้แทนจาก คณะสงฆ์ สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ หน่วยงานและภาคี เครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนทำหน้าที่กำหนดทิศทาง บูรณาการ แผนพัฒนากิจการพระพุทธศาสนา สนับสนุนการขับเคลื่อน ติดตาม และประเมินผลธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ รวมทั้ง สร้างและสนับสนุนกลไกแบบมีส่วนร่วมในระดับพื้นที่ เพื่อทำหน้าที่ ขับเคลื่อนธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติสู่การปฏิบัติ

ข้อ ๒๗ พระสงฆ์ คณะสงฆ์ ชุมชน สังคม หน่วยงานและภาคี ที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน พึงนำธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ เป็นกรอบและแนวทางในการพัฒนาและขับเคลื่อน รวมทั้งสามารถ จัดทำธรรมนุญสุภาพพระสงฆ์ระดับพื้นที่ สู่การขับเคลื่อน ที่สอดคล้องกับบริบทพื้นที่

ข้อ ๒๘ คณะสงฆ์พึงจัดตั้งและพัฒนากองทุนเพื่อสุขภาพพระสงฆ์ ชุมชน และสังคม ทั้งในระดับชาติและระดับพื้นที่ โดยมีระบบการบริหารจัดการที่สอดคล้องกับหลักพระธรรมวินัยและหลักธรรมาภิบาล

ข้อ ๒๙ รัฐ สถาบันการศึกษาคณะสงฆ์ และสถาบันวิชาการที่เกี่ยวข้อง พึงส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพคณะสงฆ์ และพระสงฆ์ ในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค และการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ ชุมชน และสังคม สู่เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน สนับสนุนให้เกิดงานวิจัย การจัดการความรู้ องค์ความรู้และนวัตกรรม สร้างเครือข่ายนักวิจัย รวมทั้งสื่อสารข้อมูลและข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ ผ่านทุกช่องทาง การสื่อสารอย่างเป็นทางการและเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง

ข้อ ๓๐ กลไกตามข้อ ๒๖ ต้องรายงานผลการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ เสนอมหาเถรสมาคม และจัดกระบวนการแบบมีส่วนร่วมเพื่อติดตามผล ทบทวนธรรมนูญอย่างน้อยทุก ๕ ปี

ภาคผนวก

คำศัพท์ที่ควรรู้ต่อการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพ

พระสงฆ์แห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๖๖

ปัจจัยสร้างเสริมสุขภาพ หมายความว่า ปัจจัยต่างๆ ที่ดีต่อสุขภาพ เช่น น้ำดื่มสะอาด อาหารที่ปลอดภัย สิ่งแวดล้อมที่ดี บ้าน และชุมชนที่ดี การมีข้อมูลข่าวสารและความรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้อง (ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๕๙)

ปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพ หมายความว่า ปัจจัยที่เพิ่มโอกาสของการเกิดโรคและผลกระทบต่อสุขภาพ ซึ่งอาจก่อให้เกิดผลกระทบได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น ภาวะไขมันในเลือดสูง ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง ภาวะโรคอ้วน การบริโภคบุหรี่และสารเสพติด (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ทิศทาง เป้าหมาย และ ยุทธศาสตร์ ระยะ ๑๐ ปี พ.ศ. ๒๕๕๕-๒๕๖๔)

ปัจจัยที่คุกคามสุขภาพ หมายความว่า ปัจจัยภายนอกที่เพิ่มโอกาสของการเกิดโรคและผลกระทบต่อสุขภาพซึ่งอาจก่อให้เกิดผลกระทบได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น การมีมลพิษสิ่งแวดล้อมสูง ภาวะโลกร้อน (ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๕๙)

การป้องกันโรค หมายความว่า การกระทำหรืองดกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยหรือเป็นโรค และการป้องกันไม่ให้เกิดกลับมาเป็นซ้ำในกรณีที่หายจากการเจ็บป่วยหรือเป็นโรคแล้ว สามารถแบ่งออกได้เป็น ๓ ระดับ คือ การป้องกันก่อนการเกิดโรคหรือก่อนการเจ็บป่วย การป้องกันโรคในระยะเวลาที่เกิดโรคหรือเจ็บป่วยขึ้นแล้ว และการป้องกันโรคและฟื้นฟูสมรรถภาพเมื่อหายจากการเจ็บป่วยแล้ว (ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๕๙)

การควบคุมโรค หมายความว่า การควบคุมโรคระบาดโรคไม่ติดต่อ โรคติดต่อ โรคติดต่ออันตรายต่างๆ รวมทั้งโรคที่เกิดจากการปนเปื้อนของสารต่างๆ ทั้งในสิ่งแวดล้อมและอาหาร และโรคอื่นๆ ที่สามารถลดความสูญเสียสุขภาพ ชีวิต และทรัพยากรได้ หากมีการตรวจพบแต่เนิ่นๆ (ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๒)

ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ หมายความว่า องค์ความรู้ ความคิด ความเชื่อ และความชำนาญในการดูแลสุขภาพโดยอาศัยความรู้ที่ได้สั่งสม ถ่ายทอด และพัฒนาสืบต่อกันมาในท้องถิ่น ซึ่งรวมถึงการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือกอื่น ที่ประชาชนและชุมชนใช้ในการดูแลสุขภาพอย่างสอดคล้องกับท้องถิ่นนั้นๆ ด้วย (ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๕๙)

กิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวของร่างกายโดยกล้ามเนื้อและกระดูกที่ทำให้เกิดการเผาผลาญพลังงาน (องค์การอนามัยโลก)

หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อปต.) หมายถึง หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลแห่งราชอาณาจักรซึ่งมีวัดตั้งอยู่ มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมและสร้างสิ่งที่เป็นคุณประโยชน์แก่ประชาชน ๘ ด้าน อันได้แก่ ด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม ด้านสุขภาพอนามัยด้านสัมมาชีพ ด้านสันติสุข ด้านศึกษาสงเคราะห์ ด้านสาธารณสงเคราะห์ ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม และด้านสามัคคีธรรม

กองทุน หมายความว่า กองทุนที่จัดตั้งเพื่อการดูแลการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การฟื้นฟูสมรรถภาพ และการรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิ ที่จำเป็นต่อสุขภาพและการดำรงชีวิตของพระสงฆ์ตามพระธรรมวินัย โดยการมีส่วนร่วมของพระสงฆ์ คณะสงฆ์ ชุมชน สังคม และหน่วยงานภาคีที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ซึ่งได้มาจากเงินสมทบจากสมาชิก เงินอุดหนุนจากรัฐ เงินบริจาค และเงินดอกผลอันเกิดจากกองทุน

วัดส่งเสริมสุขภาพ หมายความว่า วัดที่มีการบริหารจัดการวัดให้เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ และพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมของบุคลากรของวัด ประชาชน และชุมชน (ปรับปรุงจากนิยามของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข)

กองทุนฟื้นฟูสมรรถภาพ หมายความว่า กองทุนฟื้นฟูสมรรถภาพที่จำเป็นต่อสุขภาพระดับจังหวัดที่องค์การบริหารส่วนจังหวัดร่วมกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติจัดตั้งขึ้น เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายสนับสนุนส่งเสริมและพัฒนาระบบบริการฟื้นฟูสมรรถภาพที่จำเป็นต่อสุขภาพของหน่วยบริการ สถานบริการองค์กรและชุมชน (พจนานุกรมการสาธารณสุขไทย พ.ศ. ๒๕๖๑)

กองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ หมายความว่า กองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การฟื้นฟูสมรรถภาพ และการรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก ที่จำเป็นต่อสุขภาพและการดำรงชีวิต โดยมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่ได้รับการสนับสนุนให้ดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ (พจนานุกรมการสาธารณสุขไทย พ.ศ. ๒๕๖๑)

หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า กำหนดขึ้นเพื่อทำให้เกิดความมั่นใจว่าประชาชนทุกคน สามารถเข้าถึงบริการสุขภาพตามที่จำเป็น รวมทั้งการสร้างเสริมสุขภาพป้องกันโรค การรักษา การฟื้นฟูสมรรถภาพ และการดูแลประคับประคอง ด้วยบริการที่มีคุณภาพ ประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และทำให้เกิดความมั่นใจว่า การใช้บริการสุขภาพเหล่านั้นจะไม่ทำให้ผู้ใช้บริการต้องเผชิญกับความยากลำบากทางการเงิน

สื่อและองค์ความรู้ เกี่ยวกับสุขภาวะพระสงฆ์





สาระสำคัญของ

ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์

กรอบแนวคิดของ

ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ.๒๕๖๖



สวัคม



ปัญญา

พระสงฆ์
ดูแลพระสงฆ์

พระธรรม
วินัย

พระสงฆ์
พัฒนาสุขภาวะชุมชน

ชุมชนดูแล
สุขภาวะพระสงฆ์



จิต



กาย

แนวทางในการขับเคลื่อนใช้ “ท้าวธรรม นำท้าวโลก”
ภายใต้กรอบ “พระธรรมวินัย” “กาวนา ๔” และ “การมีส่วนร่วม”

“ขับเคลื่อนผ่านกลไกสานพลัง คือ คณะกรรมการขับเคลื่อน”

แห่งชาติ พ.ศ.๒๕๖๖

สาระสำคัญของ

ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ.๒๕๖๖



หมวดที่ ๒

(ข้อ ๗ - ข้อ ๑๑)

พระสงฆ์กับการดูแลสุขภาพตนเองตามพระธรรมวินัย

- ◆ พระสงฆ์พึงมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ
- ◆ วัดและคณะสงฆ์พึงส่งเสริมให้การพัฒนาพระศึกษาปฎิภากร มีระบบ/กลไกสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ การควบคุมและป้องกันโรค
- ◆ พระสงฆ์มีความรู้ด้านสุขภาพ เมื่อดูแลสุขภาพตนเอง พระสุปัษณายาจารย์ และสหธรรมิก

หมวดที่ ๓

(ข้อ ๑๒ - ข้อ ๒๑)

ชุมชนและสังคมกับการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ตามหลักพระธรรมวินัย

- ◆ ดูแลพระสงฆ์ด้วยปัจจัย ๔ ที่เอื้อต่อพระธรรมวินัยและสุขภาพของพระสงฆ์
- ◆ พัฒนาระบบบริการที่เหมาะสมตามหลักพระธรรมวินัย
- ◆ มีชุดสิทธิประโยชน์ด้านสุขภาพของพระสงฆ์
- ◆ พัฒนาองค์ความรู้ ภูมิปัญญา นวัตกรรมเพื่อดูแลสุขภาพพระสงฆ์

หมวดที่ ๔

(ข้อ ๒๒ - ข้อ ๒๕)

บทบาทพระสงฆ์ในการเป็นผู้นำสุขภาพของชุมชนและสังคม

- ◆ สนับสนุนให้วัดเป็นกลไกการดูแลสุขภาพของชุมชนและสังคม
- ◆ พระสงฆ์เป็นผู้นำด้านสุขภาพโดยเฉพาะสุขภาพทางปัญญา

หมวดที่ ๕

(ข้อ ๒๖ - ข้อ ๓๐)

การขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติไปสู่การปฏิบัติ

- ◆ มีกลไกระดับชาติ และพื้นที่เพื่อขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์
- ◆ นำธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติเป็นกรอบหรือแนวทางในการจัดทำธรรมนูญสุขภาพระดับพื้นที่
- ◆ พัฒนากองทุนสุขภาพสำหรับพระสงฆ์



สมุดบันทึกสุขภาพพระสงฆ์
“พระแข็งแรง วัดมั่นคง ชุมชนเป็นสุข”
กระทรวงสาธารณสุข

กรมอนามัย

ติดรูปถ่าย

ประวัติส่วนตัวและบันทึกสุขภาพ

1. ชื่อ..... ฉายา..... นามสกุล.....
เลขที่ใบสุทธิ..... จำนวนพรรษา..... ปี
2. เลขประจำตัวประชาชน □-□□□□-□□□□□□-□□-□
3. อายุ..... ปี วัน / เดือน / ปีเกิด.....
4. น้ำหนัก กิโลกรัม ส่วนสูง เซนติเมตร หมู่เลือด.....
5. ชื่อวัดที่สังกัด..... ตำบล/แขวง.....
อำเภอ/เขต..... จังหวัด รหัสไปรษณีย์.....
โทรศัพท์ E-mail.
6. ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต.....
7. ประวัติการผ่าตัด.....
8. โรคประจำตัว.....
9. ยาที่ฉันทานเป็นประจำ.....
10. ประวัติการแพ้ยาหรือแพ้อาหาร.....
11. การสูบบุหรี่/ยาเส้น
() ไม่สูบบุหรี่ () สูบบุหรี่เป็นประจำ () เคยสูบบุหรี่ เลิกสูบบุหรี่มาเป็นเวลา..... ปี

ชื่อผู้ติดต่อกรณีฉุกเฉิน*

ชื่อ-สกุล.....
เกี่ยวข้องกับ..... โทรศัพท์.....
ที่ทำงาน.....

ส่วนที่ 1

บันทึกการประเมินตนเอง บันทึกการประเมินสุขภาพด้วยตนเอง

ข้อ	การปฏิบัติ	ประจำ	บางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
1.	สรองน้ำทุกวัน			
2.	ใส่เครื่องนุ่งห่มที่ซักสะอาด			
3.	ตัดเล็บมือเล็บเท้าให้สั้น			
4.	ล้างมือทุกครั้งหลังใช้ห้องน้ำ			
5.	แปรงฟันวันละ 2 ครั้ง เข้าและก่อนนอน			
6.	ล้างมือก่อนฉันอาหาร			
7.	หลังฉันอาหารบ้วนปาก หรือแปรงฟันทุกครั้ง			
8.	ฉันอาหารเช้าทุกวัน			
9.	ฉันอาหารครบ 5 หมู่และหลากหลาย			
10.	ฉันผัก ผลไม้ ทุกวัน			
11.	ฉันอาหารที่ปรุงสุกใหม่			
12.	ใช้ช้อน ถ้วย จาน ที่ล้างสะอาด ในการฉันภัตตาหาร			
13.	การบริหารชั้นดี			
14.	ตรวจสุขภาพปีละ 1 ครั้ง			
15.	เก็บของเป็นระเบียบ ดูแลกุฏิที่พัก ให้สะอาดอยู่เสมอ			
16.	ไม่สูบบุหรี่			
17.	ไม่ออกนอกสถานที่พัก/กุฏิในยามวิกาล			
18.	จำวัดอย่างเพียงพอ 6-8 ชั่วโมงทุกวัน			
19.	มีกิจกรรมร่วมกับพระรูปอื่น ๆ อยู่เสมอ			
20.	ตั้งขยะในที่รองรับ			

ข้อ	การปฏิบัติ	ประจำ	บางครั้ง	ไม่ปฏิบัติ
21.	ชอบวิตกกังวล เครียด หรือโมโหง่าย			
22.	ดื่มน้ำน้อยกว่า 8 แก้วต่อวัน			
23.	ฉันเครื่องดื่มน้ำที่มีรสหวานเป็นประจำ			
24.	ฉันอาหารที่หวานจัด เค็มจัด			
25.	ฉันเนื้อสัตว์ติดมัน			
26.	ฉันขนมกรุบกรอบ หรืออาหารสำเร็จรูป			
27.	ใช้ฟันกัดของแข็ง ฉีกถุงพลาสติก			
28.	เล่นคอมพิวเตอร์/อินเทอร์เน็ตเป็นเวลานาน			
29.	อาศัยอยู่ในที่มีฝุ่นละออง และควัน			
30.	ไม่สวมรองเท้า			

การแปลผล

ข้อ 1 - 20

ประจำ 2 คะแนน	แสดงว่า การปฏิบัติอยู่ในระดับดีมาก ควรปฏิบัติต่อไปอย่างสม่ำเสมอให้เป็นนิสัย เพื่อสุขภาพอนามัยที่ดี
ไม่แน่นอน 1 คะแนน	แสดงว่า การปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง คือ ปฏิบัติพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ ต้องกระตุ้นเตือนให้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ
ไม่ปฏิบัติ 0 คะแนน	แสดงว่า เสี่ยงอย่างมาก ต่อการเกิดปัญหาสุขภาพ และโรคต่าง ๆ ควรปรับปรุงตัวปฏิบัติเพื่อไม่ให้เกิดความเสี่ยง

ข้อ 21 - 30

ประจำ 0 คะแนน	แสดงว่า เสี่ยงอย่างมาก ต่อการเกิดปัญหาสุขภาพ และโรคต่าง ๆ ควรปรับปรุงตัวปฏิบัติเพื่อไม่ให้เกิดความเสี่ยง
ไม่แน่นอน 1 คะแนน	แสดงว่า การปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง คือ ปฏิบัติพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ ต้องกระตุ้นเตือนให้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ
ไม่ปฏิบัติ 2 คะแนน	แสดงว่า การปฏิบัติอยู่ในระดับดีมาก ควรปฏิบัติต่อไปอย่างสม่ำเสมอให้เป็นนิสัย เพื่อสุขภาพอนามัยที่ดี

บันทึกการคัดกรองความเสี่ยง ด้านสุขภาพพระสงฆ์

ส่วนที่ 2

บันทึกประวัติด้านสุขภาพพระสงฆ์

โรคประจำตัว (ถ้ามี)

โรค (1) รักษาที่

โรค (2) รักษาที่

โรค (3) รักษาที่

ประวัติการผ่าตัด

ครั้งที่ (1) รักษาที่

ครั้งที่ (2) รักษาที่

ครั้งที่ (3) รักษาที่

ประวัติการแพ้ยา

ชื่อยา อาการแพ้

ชื่อยา อาการแพ้

ประวัติการแพ้อาหาร

อาหารที่แพ้

อาหารที่แพ้

ประวัติการตรวจสมรรถภาพปอด

ไม่เคย เคย ตรวจวันที่

ผลการตรวจล่าสุด ปกติ ผิดปกติ ไม่ทราบ

ประวัติการตรวจสมรรถภาพการมองเห็น

ไม่เคย เคย ตรวจวันที่

ผลการตรวจล่าสุด ปกติ ผิดปกติ ไม่ทราบ

ประวัติการตรวจสมรรถภาพการได้ยิน

ไม่เคย เคย ตรวจวันที่

ผลการตรวจล่าสุด ปกติ ผิดปกติ ไม่ทราบ

บันทึกประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ที่พึงประสงค์ของพระสงฆ์

คำชี้แจง : โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่มีข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด

1. ท่านแปรงฟันวันละกี่ครั้ง

- () 1 ครั้ง () 2 ครั้ง เข้าและก่อนนอน () ทุกครั้งหลังฉันอาหาร และก่อนนอน



2. ท่านนอนหลับวันละ 6 - 8 ชั่วโมง กี่วันต่อสัปดาห์ (ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา)

- () 1 - 3 วัน () 4 - 5 วัน () 6 - 7 วัน



3. ท่านมีกิจกรรมทางกาย (เช่น การเดิน/บิณฑบาต/กวาดลานวัด/ทำสวน ฯลฯ)

จนรู้สึกเหนื่อยกว่าปกติ อย่างน้อยวันละ 30 นาที หรือไม่ อย่างไร

- () ไม่มีกิจกรรมทางกาย หรือมีไม่ถึงวันละ 30 นาที
() มีกิจกรรมทางกายอย่างน้อยวันละ 30 นาที แต่ไม่ถึง 5 วันต่อสัปดาห์
() มีกิจกรรมทางกายอย่างน้อยวันละ 30 นาที ตั้งแต่ 5 วันต่อสัปดาห์



4. ท่านดื่มน้ำเปล่าได้อย่างน้อยวันละ 8 แก้ว หรือไม่ (น้ำ 1 แก้ว เท่ากับปริมาณ 200 มิลลิลิตร)

- () ดื่มไม่ได้หรือดื่มไม่ถึง (0 - 2 วันต่อสัปดาห์)
() ดื่มได้ 8 แก้ว เป็นบางวัน (3 - 5 วันต่อสัปดาห์)
() ดื่มได้ 8 แก้ว ทุกวัน/เกือบทุกวัน (6 - 7 วันต่อสัปดาห์)



5. ปัจจุบันท่านฉันเครื่องดื่มเหล่านี้หรือไม่ (ลงข้อมูลทุกข้อ)

- 5.1 เครื่องดื่มชูกำลัง (ปริมาณ 100 - 150 มิลลิลิตร/ขวด/วัน)
() ไม่ดื่ม () ดื่ม 1 - 3 วัน () ดื่ม 4 - 5 วัน () ดื่ม 6 - 7 วัน
- 5.2 เครื่องดื่มประเภท ชา/กาแฟ (ปริมาณ 200 มิลลิลิตร/ถ้วย/วัน)
() ไม่ดื่ม () ดื่ม 1 - 3 วัน () ดื่ม 4 - 5 วัน () ดื่ม 6 - 7 วัน
- 5.3 เครื่องดื่มประเภท น้ำอัดลม (ปริมาณ 250 มิลลิลิตร/ขวด/วัน)
() ไม่ดื่ม () ดื่ม 1 - 3 วัน () ดื่ม 4 - 5 วัน () ดื่ม 6 - 7 วัน



บันทึกประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ที่พึงประสงค์ของพระสงฆ์

คำชี้แจง : โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่มีข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด

6. ท่านฉันทัก และผลไม้สดหรือไม้อ (ปริมาณ 400 กรัม หรือ 5 กำมือต่อวัน)

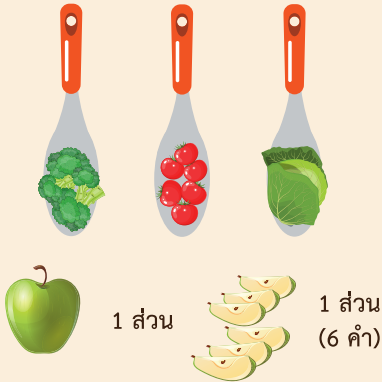
- () ไม่ฉันทักหรือฉันทผลไม้ถึง 400 กรัม หรือ 5 กำมือต่อวัน (0 - 2 วันต่อสัปดาห์)
- () ฉันทเป็นบางวัน (3 - 5 วันต่อสัปดาห์)
- () ฉันทเป็นประจำเกือบทุกวัน/ทุกวัน (6 - 7 วันต่อสัปดาห์)



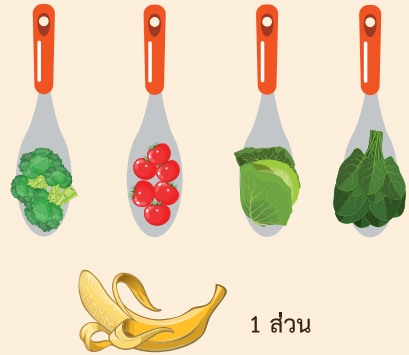
ใน 1 วัน กินผัก 3 กำมือและกินผลไม้ 2 กำมือ หรือกินผัก 4 กำมือ และ กินผลไม้ 1 กำมือ

ตัวอย่างปริมาณผักและผลไม้ที่แนะนำ

1. ผัก 3 กำมือ (ทัพพี) และ ผลไม้ 2 กำมือ (ส่วน)



2. ผัก 4 กำมือ (ทัพพี) และ ผลไม้ 1 กำมือ (ส่วน)



7. ท่านสูบบุหรี่ หรือยาเส้น หรือไม้อ

- () ไม่เคยสูบ
- () เคยสูบแต่เลิกแล้ว
- () ยังสูบบุหรี่จนถึงปัจจุบัน





กรมอนามัย

พฤติกรรมสุขภาพ ที่พึงประสงค์สำหรับ พระสงฆ์



1



มีกิจกรรมทางกาย

เช่น การเดิน/บิณฑบาต/
กวาดลานวัด/ทำสวน ฯลฯ

จนรู้สึกเหนื่อยกว่าปกติ

อย่างน้อยวันละ 30 นาที
สัปดาห์ละ 5 วัน

2

ฉันผักและผลไม้

วันละ 400 กรัม (ประมาณ 5 กำมือ)

เป็นประจำ

5 ส่วน

(1 ส่วน = 80 กรัม)

แค่ไหนคือ 400 กรัม

ผัก
3 ส่วน
+
ผลไม้
2 ส่วน



3

ฉันน้ำเปล่า อย่างน้อยวันละ 8 แก้ว

6-7 วันต่อสัปดาห์

ยกเว้นในกรณีแพทย์จำกัดน้ำในผู้ป่วย
โรคไต โรคหัวใจ ฯลฯ ควรดื่มน้ำ
ตามคำแนะนำของแพทย์



5

นอนหลับพักผ่อน



ให้เพียงพอ

6-8 ชั่วโมง

จำวัดไม่เกิน 4 คู่ทุกวัน

4



ไม่สูบบุหรี่ หรือยาเส้น

7

หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง ชา กาแฟ และน้ำอัดลม

หรือฉันไม่กิน

3 วัน/สัปดาห์



6

ด้านทันตกรรม

การดูแลสุขภาพช่องปาก

แปรงฟันให้ถูกวิธี โดย **สูตร 2-2-2**

แปรงฟันอย่างน้อย

วันละ **2 ครั้ง** เช้า-เย็น

แปรงฟันนาน **2 นาที**
แปรงให้ครบทุกซี่



ไม่ฉันกัตตาคาร
หลังแปรงฟันอย่างน้อย

2 ชั่วโมง



สำนักอนามัยผู้สูงอายุ

Bureau of Elderly Health

ชั้น 4 อาคาร 7 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
88/22 ม.4 ต.จตุรพันธ์ ต.จตุรพงษ์วัง ๑.เมืองจ.นนทบุรี
โทร.02-5904504

SCAN ME





ภาวะอ้วนลงพุง

เกิดจากการมีไขมันสะสมในช่องท้องมากเกินไป ไขมันนี้จะแตกตัวเป็นกรดไขมันอิสระเข้าสู่ตับ มีผลทำให้อินซูลินออกฤทธิ์ได้ไม่ดี เกิดเป็น “โรคอ้วนลงพุง” ซึ่งเป็นสาเหตุของโรคเรื้อรังต่างๆ

ที่มา : เครือข่ายคนไทยไร้พุง ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย 2564

ภาวะอ้วนและน้ำหนักเกิน

$$\text{ดัชนีมวลกาย (BMI)} = \frac{\text{น้ำหนักตัว (กิโลกรัม)}}{\text{ส่วนสูง (เมตร)}^2}$$

ดัชนีมวลกาย(BMI)

การแปลผล

น้อยกว่า 18.5

ผอม

18.5 - 22.9

ปกติ

23.0 - 24.9

น้ำหนักเกิน

25.0 - 29.9

โรคอ้วน ระดับ 1

มากกว่าหรือเท่ากับ 30

โรคอ้วนอันตราย ระดับ 2



ภาวะอ้วนลงพุง
เมื่อวัดเส้นรอบเอว
รอบเอวที่เหมาะสม
(ไม่ควรเกินส่วนสูง
เป็นเซนติเมตรหารด้วยสอง)

$$\frac{\text{ส่วนสูง(ซ.ม.)}}{2}$$

***เพื่อสุขภาพที่ดีห่างไกลโรค ควรควบคุมให้ค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ

18.5 - 22.9 กิโลกรัม/เมตร²

วิธีดูแลสุขภาพเพื่อควบคุมดัชนีมวลกาย(BMI)และรอบเอว ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ



ลดปริมาณข้าว
ให้น้อยกว่าปกติ



เพิ่มการฉีกผักและ
หลีกเลี่ยงของทอด



ฉีกเนื้อสัตว์ที่มี
ไขมันต่ำ



ดื่มน้ำให้เพียงพอ
อย่างน้อยวันละ 8 แก้ว



มีกิจกรรมทางกายอย่างสม่ำเสมอ
อย่างน้อย 150 นาที/สัปดาห์
หรือวันละ 30 นาที

โรคความดันโลหิตสูง

องค์การอนามัยโลก กำหนดไว้ในปี 1999 ว่าผู้ใดก็ตามที่มีความดันโลหิตวัดได้มากกว่า 140/90 มม.ปรอท ถือว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง

อ้างอิงจาก: สมาคมความดันโลหิตสูงแห่งประเทศไทย 2562

อาการเสี่ยงเป็นโรคความดันโลหิตสูง

- มึนงง ตาพร่ามัว
- มีเลือดกำเดาออกบ่อย ๆ
- ปวดหัวเฉียบพลันบ่อย ๆ
- ปวดศีรษะบ่อย ๆ หลังตื่นนอนตอนเช้า

ปัจจัยที่ทำให้มีความดันโลหิตสูง

1. อายุมากขึ้น
2. กรรมพันธุ์
3. ภาวะน้ำหนักตัวเกินหรืออ้วน
4. ดื่มอาหารเค็ม
5. สูบบุหรี่
6. ภาวะจิตใจและอารมณ์ความเครียด

การป้องกันและดูแลตัวท่านเองเมื่อเป็นความดันโลหิตสูง

1. ควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และหมั่นบริหารชั้นร
2. ลดอาหารเค็ม งดปรุงเครื่องปรุงรส
3. ป้องกันอาการท้องผูก โดยฉันผัก ผลไม้ให้มากขึ้นน้ำให้เพียงพอ
4. หลีกเลี่ยงจากสิ่งทั้งหมดจัด โมโห ตื่นเต้น และนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
5. ควบคุมอาหารที่มีไขมันและคอเลสเตอรอลต่ำ มีเส้นใยอาหารสูง
6. ฉันทตามแพทย์สั่งอย่างสม่ำเสมอ ควรไปพบแพทย์ตามนัด
7. หมั่นตรวจวัดความดันโลหิตและบันทึกผลสมุดเป็นประจำ
8. งดสูบบุหรี่



ที่มา: สมาคมความดันโลหิตสูงแห่งประเทศไทย 2562

ตารางเกณฑ์ระดับความดันโลหิต



ระดับความรุนแรง	ตัวบน (มม.ปรอท)	ตัวล่าง (มม.ปรอท)	คำแนะนำ
กลุ่มโรคความดันโลหิตสูง			
อันตราย	ตั้งแต่ 180 ขึ้นไป	ตั้งแต่ 110 ขึ้นไป	แนะนำให้พบแพทย์
สูงมาก	160-179	100-109	พบแพทย์เพื่อวินิจฉัย
สูง	140-159	90-99	ปรึกษาแพทย์
เริ่มสูง	130-139	85-89	ปรึกษาแพทย์
ปกติ	120-129	80-84	
เหมาะสม	น้อยกว่า 120	น้อยกว่า 80	1. ควบคุมอาหาร 2. ออกกำลังกาย 3. วัดความดันโลหิตอย่างสม่ำเสมอ

โรคเบาหวาน

โรคที่เกิดจากความผิดปกติของร่างกาย ซึ่งมีการผลิตฮอร์โมนอินซูลินไม่เพียงพอ ร่วมกับภาวะดื้อต่ออินซูลิน ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ

สัญญาณเตือน



หิวน้ำบ่อย



ปัสสาวะบ่อย/
ปัสสาวะปริมาณมาก



อ่อนเพลีย



หิวบ่อย
ฉันทานเดิม



น้ำหนักรลด
โดยไม่ทราบสาเหตุ



สายตาดำร้มนัว



แผลหายช้า



ชาปลายมือ
ปลายเท้า

ภาวะแทรกซ้อนจากโรค

- กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด
- จอประสาทตาเสื่อม
- อัมพฤกษ์ อัมพาต
- ชาปลายเท้า
- เกิดแผลที่เท้าง่าย
- ไตวาย

วิธีป้องกันการเกิดโรค

- ควบคุมน้ำหนักตัว
- มีกิจกรรมทางกาย
- ควบคุมอาหาร



อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง

- เครื่องดื่มรสหวาน
- เนื้อสัตว์ที่มีไขมันสูง
- และเนื้อสัตว์แปรรูปทุกชนิด
- อาหารกะทิ อาหารทอด
- ขนมหวานจัด อาหารแปรรูป
- อาหารหมักดอง

การตรวจค่าน้ำตาลในเลือด

จากปลายนิ้ว (FBS) โดยไม่ต้องอดอาหาร

น้อยกว่า
110 มก./ดล.

ควรตรวจซ้ำ
ทุกปี

110-129
มก./ดล.

เสี่ยง
เป็นเบาหวาน

ตั้งแต่
130 มก./ดล.

ควรได้รับการตรวจ
ยืนยันด้วย FPG

เกณฑ์ระดับ น้ำตาลในเลือด

ปกติ



การตรวจค่าน้ำตาล
สะสมในเลือดHbA1c

น้อยกว่า
5.7%

การตรวจค่าน้ำตาล
ขณะอดอาหารFPG

น้อยกว่า
100 มก./ดล.

เสี่ยงเป็นเบาหวาน



5.7%
6.4%

100-125
มก./ดล.

เป็นโรคเบาหวาน



ตั้งแต่
6.5%

ตั้งแต่
126 มก./ดล.

วัดส่งเสริมสุขภาพ



วัดส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง วัดที่มีการบริหารจัดการวัดให้เอื้อโอกาสในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมของประชาชนและชุมชน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาศักยภาพพระศิลาณุปัฏฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด - อสว.) ในการดูแลส่งเสริมสุขภาพพระสงฆ์ภายในวัดและชุมชนได้
2. เพื่อสนับสนุน ส่งเสริมการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ พร้อมจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในพระสงฆ์กลุ่มเสี่ยง
3. เพื่อสนับสนุน ส่งเสริมให้พระสงฆ์มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ได้รับการดูแลส่งเสริมสุขภาพตามหลักพระธรรมวินัยและสามารถขยายผลสู่การพัฒนาสุขภาพของชุมชน



คุณสมบัติ 5ร

วัดส่งเสริมสุขภาพ



สะอาด
ร่มรื่น

สงบ
ร่มเย็น

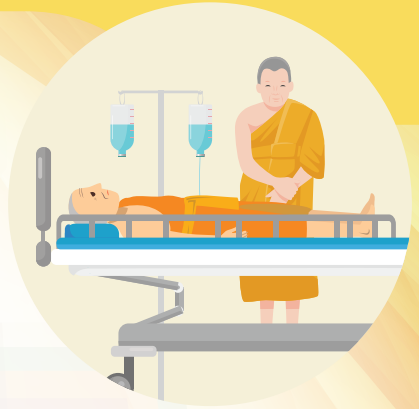
สุขภาพ
ร่วมสร้าง

ศิลปะ
ร่วมจิต
วิญญาณ

ชาวประชา
ร่วมพัฒนา

พระคิลานุปัฏฐาก

(พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด - อสว.)



พระคิลานุปัฏฐาก คือ ผู้ปฏิบัติดูแลพระสงฆ์ อาหาร รวมทั้งการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การควบคุมโรค และการจัดการปัจจัยที่คุกคามสุขภาพของพระสงฆ์

บทบาทหน้าที่พระคิลานุปัฏฐาก

1. การสื่อสารสารธารณะเรื่องสุขภาพพระสงฆ์
2. ฝ้าระวังสถานการณ์ด้านสุขภาพพระสงฆ์ในวัดและชุมชน
3. ประสานงานด้านสุขภาพพระสงฆ์กับคณะสงฆ์และหน่วยงานด้านสาธารณสุข
4. ให้บริการสุขภาพเบื้องต้นแก่พระสงฆ์ในวัดและในพื้นที่
5. ให้คำปรึกษา แนะนำ ถ่ายทอดความรู้พื้นฐานด้านสุขภาพแก่โยมอุปัฏฐากและชุมชน
6. ดำรงตนเป็นตัวอย่างที่ดีด้านสุขภาพตามหลักพระธรรมวินัย

หลักสูตรพระคิลานุปัฏฐาก 70 ชั่วโมง

หมวดที่ 1

หลักพระธรรมวินัยกับการดูแลสุขภาพ

หมวดที่ 2

การส่งเสริมสุขภาพและการดูแลพระสงฆ์ที่ช่วยเหลือเองไม่ได้

หมวดที่ 3

พระคิลานุปัฏฐากกับการพัฒนาวัดและชุมชน

จำนวน

3 แผนการสอน

จำนวน

6 แผนการสอน

จำนวน

3 แผนการสอน

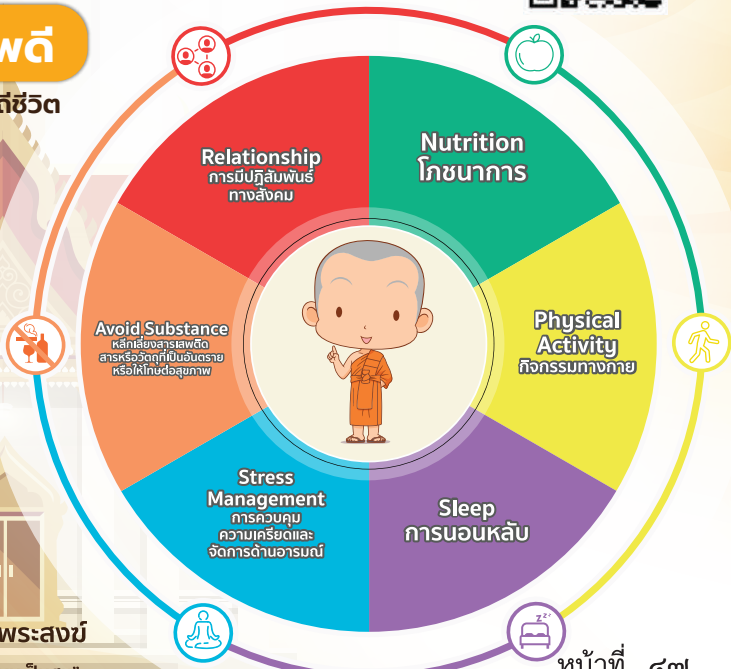
SCAN ME

คู่มือแนวทางการอบรมหลักสูตรพระคิลานุปัฏฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด-อสว.)



พระสงฆ์สุขภาพดี

ตามแนวทางเวชศาสตร์วิถีชีวิต (Lifestyle Medicine)



ดาวนัโกลด

สมุดบันทึกสุขภาพพระสงฆ์

"พระแข็งแรง วัดมิ่งคง ชุมชนเป็นสุข"

“สิทธิหลักประกันสุขภาพ สำหรับพระสงฆ์ สามเณร”





การตรวจสอบสิทธิ

รักษาพยาบาล และการลงทะเบียน ของ**พระภิกษุ สามเณร**

เพื่อความสะดวกในการรับบริการสาธารณสุข หรือเข้าใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ **พระสงฆ์และสามเณร ควรรู้สิทธิการรักษาของตนเอง และรู้หน่วยบริการประจำของตนเอง** โดยสามารถตรวจสอบสิทธิได้ 3 วิธี ดังนี้

1. ติดต่อด้วยตนเองในวันเวลาราชการ

- ต่างจังหวัด
- หน่วยบริการในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

เช่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) หรือที่คุ้นเคยในชื่อสถานีนอนามัย ศูนย์บริการสาธารณสุข คลินิกชุมชนอบอุ่น ศูนย์สุขภาพชุมชนเมือง โรงพยาบาลของรัฐ



- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกแห่ง
- สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 1-12

กรุงเทพมหานคร

• ติดต่อ ณ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 13 กรุงเทพมหานคร อาคารรัฐประศาสนภักดี ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ ถนนแจ้งวัฒนะ แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร

- จุดรับลงทะเบียนสิทธิหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ในพื้นที่ กทม. ได้แก่
- สำนักงานเขต 19 เขต ของกรุงเทพมหานคร (ข้อมูลเพิ่มเติม ในหน้า 20)
- สถานีรถไฟกรุงเทพ (หัวลำโพง)
- ธนาคารออมสิน สาขาราชดำเนิน
- ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร
 - สาขาตลาดยิ่งเจริญ
 - สาขาสถานีขนส่งหมอชิต
 - สาขาซอยวัดไทร



2. ระบบโทรศัพท์อัตโนมัติ

โทร. 1330 กด 2 ตามด้วยเลขประจำตัวประชาชน 13 หลัก และกด # กดโทรออก

• อัตราค่าบริการโทรเข้าสายด่วน บัตรทอง สปสช.

หมายเลข 1330 ตั้งแต่ 1 มกราคม 2562 ปรับเป็น

- ค่าบริการโทรศัพท์มือถือ คิดค่าโทร 1 บาท / 15 นาที (ทุกค่าย)

- โทรศัพท์พื้นฐาน (โทรศัพท์บ้านหรือตู้สาธารณะ)

ครั้งละ 1 บาททั่วประเทศ ไม่จำกัดเวลา (เดิม 3 บาทต่อครั้ง)

3. ผ่านระบบอินเทอร์เน็ต

ทางเว็บไซต์ สปสช. www.nhso.go.th และเข้าเมนูตรวจสอบสิทธิหลักประกันสุขภาพ และจากโปรแกรม **Application สปสช.**



www.nhso.go.th



Application สปสช.

(ข้อมูลสิทธิหลักประกันสุขภาพแห่งชาติในระบบตรวจสอบสิทธิอัตโนมัติ จะปรับปรุงให้เป็นปัจจุบันทุกวันที่ 15 และวันที่ 28 ของทุกเดือน)



การใช้สิทธิเข้ารับบริการ สาธารณสุข **กรณีทั่วไป**

- 1. ติดต่อที่หน่วยบริการปฐมภูมิ / หน่วยบริการประจำของผู้มีหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ**
- 2. แจ้งความจำนงใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ** ก่อนรับบริการ
- 3. แสดงบัตรประจำตัวประชาชน หรือสำหรับพระภิกษุ / สามเณร** ใช้หนังสือสิทธิที่มีรูปถ่ายและเลขประจำตัวประชาชน 13 หลัก ที่ทางราชการออกให้
- 4. กรณีที่เป็นเด็ก หรือสามเณรอายุต่ำกว่า 15 ปี ถ้าไม่มีบัตรประจำตัวประชาชน ให้แสดงสำเนาสูติบัตร (ใบเกิด) หรือใช้หนังสือสิทธิที่มีรูปถ่ายและเลขประจำตัวประชาชน 13 หลัก ที่ทางราชการออกให้**



พระภิกษุ สามเณร ผู้ใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
ที่ลงทะเบียนสิทธิคนพิการ ในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
กรณีที่เป็น เข้าใช้สิทธิบริการสาธารณสุขได้ที่หน่วยบริการของรัฐ
ที่ขึ้นทะเบียนในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติได้ทุกแห่ง

กรณีอุบัติเหตุ หรือเจ็บป่วยฉุกเฉิน

พระภิกษุ สามเณร ผู้ใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
เกิดอุบัติเหตุหรือภาวะเจ็บป่วยฉุกเฉิน อยู่ไกลจากหน่วยบริการ
ประจำตามสิทธิ สามารถใช้สิทธิเข้ารับบริการได้ที่หน่วยบริการใน
ระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติที่อยู่ใกล้ที่สุดได้ตามความจำเป็น
โดยไม่จำกัดจำนวนครั้ง

กรณีเจ็บป่วยฉุกเฉินถึงแก่ชีวิต

การเจ็บป่วยฉุกเฉินถึงแก่ชีวิต หมายถึง ผู้ป่วยหรือผู้ที่ได้รับ
บาดเจ็บ ซึ่งมีอาการบ่งชี้ว่า จะเป็น**อาการที่คุกคามต่อการทำงาน**
ของอวัยวะสำคัญ ได้แก่ หัวใจ สมอง การหายใจ ต้องได้รับการ
รักษาและดูแลติดตามอย่างใกล้ชิดเพราะอาจทำให้เสียชีวิตได้รวดเร็ว
ยกตัวอย่าง เช่น หัวใจหยุดเต้น / หอบรุนแรง / มีอาการเขียวคล้ำ /
หมดสติไม่รู้สีกตัว / สิ่งแปลกปลอมอุดกั้นหลอดลม /



มีอาการวิกฤติจากอุบัติเหตุ / มีเลือดออกมากห้ามไม่หยุด / ภาวะ
ขาดน้ำอย่างรุนแรง / แขน-ขา อ่อนแรง ปากเปื่อย พุดลำบาก / ชัก /
มีอาการวิกฤติจากไข้สูง เป็นต้น

ถ้าพระภิกษุ สามเณร มีอาการที่อาจเจ็บป่วยฉุกเฉินถึงแก่ชีวิต
จำเป็นต้องได้รับการรักษาอย่างทันที่เพื่อการรอดชีวิต เมื่อมี
อาการเจ็บป่วยฉุกเฉินถึงแก่ชีวิต สามารถเข้ารับการรักษาพยาบาลใน
โรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุด โดยใช้บัตรประจำตัวประชาชนเพื่อแสดงตน
ในการเข้ารับบริการ จะได้รับการรักษาจนอาการพ้นวิกฤติ จากนั้น
โรงพยาบาลที่ให้การรักษาส่งตัวผู้ป่วยกลับไปยังหน่วยบริการประจำ
หรือหน่วยบริการในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ที่พร้อม
ให้การรักษาต่อไป

**สอบถามข้อมูลการเจ็บป่วยฉุกเฉิน
ได้ที่ โทร. 1669**

ดาวน์โหลดคู่มือการใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพแห่งชาติสำหรับพระภิกษุ สามเณร แม่ชี
ของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ที่นี่



The background features a warm, golden glow. At the top, there are silhouettes of various Thai Buddhist architectural elements, including a large seated Buddha figure, several stupas with pointed spires, and a traditional Thai umbrella. In the lower half, a person's hands are shown holding a large, round, woven yellow bowl with a white interior. The bowl has a decorative pattern of small holes. The person is wearing a brown robe, and the background behind them is blurred, showing other people in similar attire.

โครงการ
สงฆ์ไทยไกลโรค



โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค

โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) ได้วิจัยและพัฒนาด้านสุขภาพพระสงฆ์สามเณร โดยรวบรวมองค์ความรู้และเครื่องมือเสริมสร้างสุขภาพพระสงฆ์สามเณรไว้ในเว็บไซต์ของโครงการประกอบด้วยสื่อสุขภาพสำหรับพระสงฆ์สามเณรและฆราวาสที่เกี่ยวข้องในรูปแบบสิ่งพิมพ์ดิจิทัลสื่อวิดีโอและเว็บแอปพลิเคชันผู้ที่สนใจสามารถเข้าชมและใช้งานสื่อของโครงการได้โดยสแกนคิวอาร์โค้ดด้านล่าง



เว็บไซต์โครงการ
สงฆ์ไทยไกลโรค



เว็บแอปพลิเคชัน
เณรกล้าโภชนาดี



สื่อวิดีโอสุขภาพ
สงฆ์ไทยไกลโรค
YouTube Channel



ที่ พท ๐๐๐๖/ ๕/๒๕๖๖

สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๗๐

๖๕ สิงหาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอรบราบทูลรายงานผลการดำเนินงานธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ และขอประทาน
พระอนุญาตเชิญลายพระนามจารึกในธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖

นมัสการ สมเด็จพระมหาธีรราชย์ กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานคณะกรรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห์
อ้างถึง ลิขิตสำนักงานฝ่ายสาธารณสงเคราะห์ ของมหาเถรสมาคม ที่ สธส. ๐๐๑/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. สำเนาบันทึกข้อราชการ ขอรับพระบัญชาสมเด็จพระสังฆราช ที่ พท ๐๐๐๖/๗๔
ลงวันที่ ๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามลิขิตที่อ้างถึง แจ้งว่า ตามมติมหาเถรสมาคม ครั้งที่ ๑๔ เมื่อวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๖
มติที่ ๓๓๖/๒๕๖๖ คณะกรรมการมหาเถรสมาคมรับทราบธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖
และเห็นชอบแนวทางการขับเคลื่อนธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติ
ในการดูแลสุภาพะของพระสงฆ์ คณะสงฆ์และหน่วยงานต่าง ๆ บนหลักการใช้ทางธรรมนำทางโลก
จึงขอให้สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ นำความกราบทูล สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช
สกลมหาสังฆปริณายก เพื่อทรงทราบรายงานผลการดำเนินงานธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ
พ.ศ. ๒๕๖๐ และทรงพิจารณาลงพระนามในธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖ ตามพระวินิจฉัย
ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ได้นำความกราบทูล สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก เพื่อทรงทราบแล้ว และทรงโปรดลงพระนามในธรรมบุญสุภาพ
เรียบร้อยแล้ว รายละเอียดตามธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖ และสำเนาบันทึกข้อราชการ
ขอรับพระบัญชาสมเด็จพระสังฆราช ที่แนบถวายมาพร้อมนี้

จึงนมัสการมาเพื่อโปรดทราบ

ขอนมัสการด้วยความเคารพอย่างยิ่ง

(นายอินทร จันเี่ยม)

รองผู้อำนวยการ รักษาการแทน
ผู้อำนวยการสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

สำนักเลขาธิการมหาเถรสมาคม
โทร. ๐ ๒๕๔๑ ๗๔๙๐



สำนักเลขาธิการสมเด็จพระสังฆราช
 วันที่ 0613/2566
 วันที่ _____
 เวลา _____ น.

บันทึกข้อราชการ ขอรับพระบัญชาสมเด็จพระสังฆราช

ที่ พศ ๐๐๐๖/๓๗๑ วันที่ ๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖

สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

ข้อราชการ

เรื่อง ขอรับทูลรายงานผลการดำเนินงานธรรมบุญสุภาพ
 พระสงฆ์แห่งชาติ และขอประทานพระอนุญาตเชิญ
 ปลายพระนามจารึกในธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ
 พ.ศ. ๒๕๖๖

กราบทูล สมเด็จพระสังฆราช

ด้วย ประธานคณะกรรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห์
 ของมหาเถรสมาคม แจ้งว่า ตามมติมหาเถรสมาคม ครั้งที่ ๑๔
 เมื่อวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๖ มติที่ ๓๓๖/๒๕๖๖
 คณะกรรมการ มหาเถรสมาคมรับทราบธรรมบุญสุภาพ
 พระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖ และเห็นชอบแนวทางการ
 ขับเคลื่อนธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖
 เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติในการดูแลรักษาของพระสงฆ์
 คณะสงฆ์ และหน่วยงานต่าง ๆ บนหลักการใช้ทางธรรม
 นำทางโลก ในการนี้ จึงขอให้สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
 กราบทูลรายงานผลการดำเนินงานธรรมบุญสุภาพ
 พระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐ และขอประทานพระอนุญาต
 เชิญปลายพระนามจารึกในธรรมบุญสุภาพ
 พระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖

จึงกราบทูลมาเพื่อทรงทราบรายงานผลการ
 ดำเนินงานธรรมบุญสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐
 และทรงมีพระวินิจฉัยสั่งพระนามในธรรมบุญสุภาพ
 พระสงฆ์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๖ ที่ทูลกลวยามาพร้อมนี้
 การจะควรประการใด ขอได้โปรดมีพระบัญชาเพื่อสำนักงาน
 พระพุทธศาสนาแห่งชาติ จะได้รับสนองพระบัญชาต่อไป

ควรมีครแล้วแต่จะโปรด

(นายอินทร จันเี่ยม)

รองผู้อำนวยการ รักษาการแทน

ผู้อำนวยการสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

สำนักเลขาธิการมหาเถรสมาคม
 โทร./โทรสาร ๐ ๒๕๕๑ ๗๙๖๐

พระบัญชา

รับทราบ
 ทศพรวิมลทิน รักษาการแทน
 สำนักเลขาธิการมหาเถรสมาคม

มอบ ส.น.บ. พ.ศ. ๓๗๑

๒๗.๗.๒๕๖๖
 ๑๗/๗.๖๖

ใช้ทางธรรม นำทางโลก



พระสงฆ์กับการดูแลตนเอง
ตามหลักพระธรรมวินัย

ชุมชนและสังคม
กับการอุปฐากพระสงฆ์
ตามหลักพระธรรมวินัย

บทบาทพระสงฆ์
ในการเป็นผู้นำด้านสุขภาพ
ของชุมชนและสังคม

การขับเคลื่อน
ธรรมานุยุสุขภาพพระสงฆ์



องค์กรร่วมปวารณาส่วนขับเคลื่อนธรรมานุยุสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ