



เติมสุขภาพะทางใจ “ธรรมเนียมสุขภาพพระสงฆ์” ชาวบ้านมอ จ.สระบุรี



พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2552 ได้ให้ความสำคัญกับสุขภาพะของคนไทยทุกคน และประกาศใช้ ธรรมเนียมว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2552 เพื่อเป็นกรอบและแนวทางกำหนดนโยบาย ยุทธศาสตร์ และการดำเนินงานด้านสุขภาพของสังคม ใช้เป็นฐานอ้างอิง กำหนดทิศทางและเป้าหมายของระบบสุขภาพในอนาคต

เครือข่ายสมัชชาสุขภาพจังหวัดสระบุรี พื้นที่โมโกลไม้ไกลจากกรุงเทพมหานครเท่าไรนัก พบว่า หนึ่งในปัญหาสุขภาพะในท้องถิ่นนี้คือ สุขภาพะของพระสงฆ์ สถาบันหลักทางจิตใจของชาวบ้าน ต้องเผชิญโรคร้ายไข้เจ็บ ป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง อาทิ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์ และพฤติกรรมเสี่ยงจากการรับประทานอาหารที่เป็นต้นเหตุของโรค อันเนื่องจากการทำบุญใส่บาตรตามประเพณีความเชื่อทางศาสนาพุทธของพี่น้องประชาชนและขาดการออกกำลังกายอย่างเพียงพอ

งานสุขภาพภาคประชาชน และภาคีเครือข่ายสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสระบุรี จึงได้ร่วมกับคณะทำงานประสานงานสาธารณสุขอำเภอบ้านหมอ (คปสอ.บ้านหมอ) จัดโครงการส่งเสริมและพัฒนา กระบวนการจัดทำธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ระดับตำบลอำเภอบ้านหมอ จังหวัดสระบุรี

วิสุทธิ สุกรินทร์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุข และ วันพิพัฒน์ คมภักดี คณะกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพ จังหวัดสระบุรี ในฐานะคณะกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพจังหวัดสระบุรี ให้ข้อมูลว่า ทุกภาคส่วนในชุมชน ประกอบด้วยภาครัฐ ภาคการเมืองท้องถิ่น ภาควิชาการ และภาคประชาสังคม ได้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเวทีจัดทำ ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อวางกรอบและทิศทางพัฒนาส่งเสริมสุขภาพะพระสงฆ์ให้สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่นาร่อง จำนวน 4 ตำบล ประกอบด้วย ตำบลบ้านครัว ตำบลตลาดน้อย ตำบลบางโขมด และตำบลไผ่ขวาง

“กระบวนการจัดทำธรรมนูญครั้งนี้ มีคณะกรรมการที่มาจากผู้นำชุมชน คณะสงฆ์ กลุ่มผู้สูงอายุ อสม. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ครูในพื้นที่ โดยทุกภาคส่วนร่วมวางแผนปฏิบัติ ประสานงาน ควบคุม กำกับ สำรอง และจัดทำข้อมูลในชุมชนที่ชัดเจน มีเวทีประชาคมสร้างการมีส่วนร่วมกับประชาชน โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ให้การสนับสนุนทรัพยากรคน เงิน ของและสถานที่”

การเลือกอาหารถวายพระสงฆ์

- | | |
|---|---|
| 1. เลือกเครื่องต้มไม่พรมน้ำตาล | 6. เลือกผักสด เลี่ยงผักพืด ผักทอด |
| 2. เลือกนมจืดไขมันต่ำ เลี่ยงเครื่องดัดเทียม | 7. เลือกผลไม้สด แทนน้ำผลไม้ ผลไม้แปรรูป |
| 3. เลือกข้าวกล้องแทนข้าวขาว | 8. เลือกขนมน้ำเชื่อม แทนขนมน้ำกะทิ |
| 4. เลือกแกงไม่ใส่กะทิ | เลือกไอศกรีมผลไม้ แทนไอศกรีมไขมันสูง |
| 5. เลือกเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไม่ทอด | 9. เลี่ยงเบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป |

ที่มา : คณะกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพ จังหวัดสระบุรี



วิสุทธิ กล่าวว่า ในการทำงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้ พบอุปสรรคสำคัญ คือ เรื่องของความเชื่อในการใส่บาตรอาหารของชาวบ้าน และทัศนคติของพระสงฆ์กับการยอมรับคำแนะนำของแกนนำชุมชนต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทำลายสุขภาพ รวมถึงปัญหาทางปริมาณสนับสนุนไม่ต่อเนื่อง ซึ่งทางคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นอาจเข้ามาช่วยหนุนเสริมส่วนนี้ได้

หลังจากนี้ คณะทำงานจะผลักดันมติ ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ให้เข้าสู่แผนพัฒนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมชัดเจน พร้อมเสนอให้ จัดพิมพ์ ธรรมนูญสุขภาพ และเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสาธารณะในชุมชนอย่างต่อเนื่อง จะทำให้ประชาชนตื่นตัว ตระหนัก และปฏิบัติตามธรรมนูญสุขภาพที่กำหนดไว้

“เจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่เป็นที่เลื่อมใสในระดับจังหวัด ควรได้ร่วมมือกับทีมที่เลื่อมใสระดับอำเภอ และคณะทำงานจัดทำธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ ศึกษา ประเมินผล กระบวนการจัดทำธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ ซึ่งเป็นแห่งแรกของจังหวัดสระบุรี เพื่อสรุปความสำเร็จเป็นรูปแบบขยายผลสู่พื้นที่อื่นๆ ต่อไป”

ธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์ จังหวัดสระบุรี จะเป็นแนวทางที่ช่วยให้ เสาหลักทางศีลธรรม จริยธรรม สถาบันผู้นำแห่งความดีงามในพื้นที่แห่งนี้ มีสุขภาพะที่แข็งแรง เพื่อยืนหยัดสร้าง สุขภาพะทางจิตใจให้กับชุมชนคนพื้นที่อำเภอบ้านหมอได้อย่างงดงามอีกครั้ง

รายละเอียดเพิ่มเติมติดต่อ: สำนักงนคณะกรรรมการสุขภาพแห่งชาติ โทร 02-832-9000 หรือ www.nationalhealth.or.th