ความรอบรู้ด้านสุขภาพ:
แนวคิด ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้

Health Literacy:
Concepts, Theories and Applications

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ : แนวคิด ทฤษฎี
WA590 ก819ค 2564 ฉ.3
Barcode *10053676*
ห้องสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

พิมพ์ครั้งที่ 2

เกศินี สราญฤทธิชัย

สารบัญ

หน้า

คำนิยม ก

คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ 1 ค

คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ 2 จ

สารบัญ ฉ

สารบัญภาพ ฐ

สารบัญตาราง ท

บทที่ 1 แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ 1

1. ความเป็นมาของแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ 1
2. แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ 3
   - 2.1 ความหมายของความรอบรู้ด้านสุขภาพ 3
   - 2.2 คุณลักษณะของความรอบรู้ด้านสุขภาพ 6
3. สถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพ 8
4. ความสำคัญของความรอบรู้ด้านสุขภาพ 9
   - 4.1 ความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นปัจจัยทำนายภาวะสุขภาพ 10
   - 4.2 ความรอบรู้ด้านสุขภาพส่งผลต่อผลลัพธ์ทางสุขภาพ 10
   - 4.3 ความรอบรู้ด้านสุขภาพส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ 10
   - 4.4 ความรอบรู้ด้านสุขภาพส่งผลต่อภาวะเศรษฐกิจ 11
   - 4.5 ความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นทุนทางสังคม 11
   - 4.6 ความรอบรู้ด้านสุขภาพก่อให้เกิดความเท่าเทียมกันในสังคม 12
5. ประเภทของความรอบรู้ด้านสุขภาพ 12
   - 5.1 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามองค์ประกอบของทักษะหรือสมรรถนะ 12
   - 5.2 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามคุณสมบัติ 16
   - 5.3 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับของบริบท 17
   - 5.4 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามประเภทของพฤติกรรม 17
   - 5.5 การแบ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับของทักษะ 18
6. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพ 18
   - 6.1 ปัจจัยด้านบุคคล 18
   - 6.2 ปัจจัยด้านประชากร 19
   - 6.3 ปัจจัยด้านสังคม 19
7. สรุป 19

เอกสารอ้างอิง 20

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความรอบรู้ด้านสุขภาพ **25**

1. แนวคิดสุขภาพ 25
2. ปัจจัยกำหนดสุขภาพ 28
3. แนวคิดสุขศึกษา การส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ 30
   - 3.1 แนวคิดสุขศึกษา 30
   - 3.2 แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ 31
   - 3.3 แนวคิดพฤติกรรมสุขภาพ 34
   - 3.4 พฤติกรรมเสี่ยง 36
   - 3.5 การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 37
4. ความสัมพันธ์ระหว่างสุขศึกษา การส่งเสริมสุขภาพ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ สุขภาพ และปัจจัยกำหนดสุขภาพ 40
5. แนวคิดและทฤษฎีที่นำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพ 41
   - 5.1 รูปแบบขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 42
   - 5.2 ทฤษฎีปัญญาทางสังคม 45
   - 5.3 แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ 47
   - 5.4 ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน 49
   - 5.5 แรงสนับสนุนทางสังคม 51
   - 5.6 การรับรู้สมรรถนะแห่งตน 53
   - 5.7 แรงจูงใจ 55
   - 5.8 การสร้างเสริมพลังอำนาจ 58
   - 5.9 การสื่อสาร 61
   - 5.10 ทฤษฎีการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ 65
6. สรุป 69

เอกสารอ้างอิง **70**

บทที่ 3 รูปแบบความสัมพันธ์ของความรอบรู้ด้านสุขภาพ **74**

1. ความหมายของรูปแบบและกรอบแนวคิด 74
2. รูปแบบความรอบรู้ด้านสุขภาพเชิงนิเวศวิทยาทางสังคม 75
3. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพของสถาบันการแพทย์สหรัฐอเมริกา 80
4. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพแบบบูรณาการ 83
5. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นปัจจัยเสี่ยง 84
6. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพเป็นสมบัติ 85
7. กรอบแนวคิดประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับชาติสำหรับประชาชนวัยผู้ใหญ่ 86

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 3 รูปแบบความสัมพันธ์ของความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ต่อ)

8. กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับประเทศไทย 87
   8.1 กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับประเทศไทย 87
   8.2 กรอบแนวคิดการปฏิรูปความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชน 89
   8.3 กรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ V-Shape 90
9. สรุป 91

เอกสารอ้างอิง 92

บทที่ 4 การวัดและการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ 95

1. ความหมายของการวัดและการประเมินผล 95
2. รูปแบบการวัดและการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ 97
   2.1 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามผลลัพธ์ 97
   2.2 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพ 98
   2.3 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามแนวคิด ทฤษฎีที่นำมาใช้ในการศึกษา 100
   2.4 การวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับของบริบท 101
3. เครื่องมือวัดและประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ 103
   3.1 เครื่องมือวัดและประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพของต่างประเทศ 103
      3.1.1 The Rapid Estimate of Adult Literacy in Medicine (REALM) 103
      3.1.2 The Rapid Estimate of Adolescent Literacy in Medicine (REALM-Teen) 105
      3.1.3 Test of Functional Health Literacy in Adults (TOFHLA) 106
      3.1.4 Short-Test of Functional Health literacy in Adults (S-TOFHLA) 107
      3.1.5 The eHealth Literacy Scale (eHEALS) 108
      3.1.6 Newest Vital Sign (NVS) 109
      3.1.7 Wide Range Achievement Test (WRAT) 110
      3.1.8 Medical Achievement Reading Test (MART) 111
      3.1.9 European Health Literacy Survey Questionnaire (HLS-EU-Q47) 111
      3.1.10 Health Literacy Questionnaire (HLQ) 112
      3.1.11 All Aspect of Health Literacy Scale (AAHLS) 113

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 4 การวัดและการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ต่อ)

3.1.12 Health literacy scale 114
3.1.13 National Assessment of Adult Literacy (NAAL) 114
3.1.14 The 14-item health literacy scale for Japanese adults (HLS-14) 115
3.1.15 Functional Communication and Critical Health Literacy Scales (FCCHL) 116
3.1.16 The Chinese Health Literacy Scale For chronic care (CHLCC) 116
3.1.17 The Mandarin Health Literacy Scale (MHLS) 117
3.1.18 Stieglitz Informal Reading Assessment of Cancer Text (SIRACT) 117
3.2 สรุปเนื้อหาสำคัญของเครื่องมือวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพของต่างประเทศ 118
3.3 เครื่องมือวัดและประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพของคนไทย 124
3.3.1 เครื่องมือ Wide Range Achievement Test (WRAT) สำหรับประเทศไทย 124
3.3.2 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคอ้วนของนักเรียนไทย ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 125
3.3.3 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อป้องกันภาวะอ้วน สำหรับเด็กวัยเรียนอายุ 9-14 ปี 125
3.3.4 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพตามแนวสุขบัญญัติแห่งชาติ ของนักเรียนอายุ 7 - 14 ปี 126
3.3.5 แบบวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับเด็กและเยาวชนไทย ที่มีภาวะน้ำหนักเกิน 126
3.3.6 แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ ก่อนวัยอันควร สำหรับสตรีไทยวัยรุ่น อายุ 15 - 21 ปี 127
3.3.7 แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพของคนไทย อายุ 15 ปีขึ้นไป ในการปฏิบัติตามหลัก 3อ 2ส ในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง 127
3.3.8 แบบวัดความรู้แจ้งแตกฉานด้านสุขภาพในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง 128

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 4 การวัดและการประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ต่อ)

3.3.9 แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับประชาชนไทย อายุ 15 ปีขึ้นไป ในระยะที่ 1 128

3.3.10 แบบสำรวจความรอบรู้ด้านสุขภาพของคนไทยฉบับทั่วไป 129

3.4 สรุปเนื้อหาสำคัญของเครื่องมือวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพของประเทศไทย 129

4. สรุป 133

เอกสารอ้างอิง 134

บทที่ 5 กลยุทธ์และแนวทางการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ 139

1. นโยบายและยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนความรอบรู้ด้านสุขภาพในต่างประเทศ 139

1.1 ประเทศสหรัฐอเมริกา 139

1.2 ประเทศออสเตรเลีย 141

1.3 ประเทศเยอรมนี 142

1.4 ประเทศจีน 142

1.5 ประเทศนิวซีแลนด์ 143

1.6 ประเทศสกอตแลนด์ 144

2. นโยบายและยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนความรอบรู้ด้านสุขภาพในประเทศไทย 145

3. รูปแบบการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ 146

4. แนวทางการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ 148

4.1 การพัฒนาข้อมูลด้านสุขภาพ 148

4.2 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับรายบุคคล 150

4.3 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพตามระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพ 151

4.4 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพตามการรับบริการสุขภาพ 158

4.5 การพัฒนาทักษะการสื่อสารสำหรับบุคลากรด้านสุขภาพ 159

4.6 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพโดยใช้เส้นทางชีวิตเป็นฐาน 162

4.7 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพโดยใช้หน่วยทางสังคมเป็นฐาน 163

4.8 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพที่เฉพาะเจาะจงแต่ละด้าน 175

5. เทคนิคในการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ 178

5.1 การใช้เกมส์ (games) 178

5.2 การใช้การ์ตูนที่สนทนาได้ในคอมพิวเตอร์ (embodied conversational agents: ECA) 178

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 5 กลยุทธ์และแนวทางการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ต่อ)

5.3 การช่วยเหลือเสมือนจริง (virtual assistant) 179
5.4 การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อสุขภาพ (eHealth) 179
5.5 การใช้อุปกรณ์เคลื่อนที่หรือเทคโนโลยีไร้สายทางด้านสุขภาพ (mobile health : mHealth) 180
5.6 การใช้สุขภาพทางไกล (telehealth) 181
5.7 การใช้สื่อภาพถ่ายหรือรูปภาพ (photonovels หรือ fotorovelas) 181
5.8 การออกแบบสากล (universal design) 181
5.9 เครื่องมือสากลของความรอบรู้ด้านสุขภาพ (health literacy universal precautions toolkit) 182
5.10 การใช้เว็ปไซต์ที่เกี่ยวข้องกับด้านสุขภาพ (health related website) 183
5.11 การใช้สวนสาธารณะและพิพิธภัณฑ์สุขภาพ (theme parks and health museums) 183
5.12 การสนทนาสร้างแรงจูงใจ (motivation interviewing: MI) 183
6. สรุป 185
เอกสารอ้างอิง **186**

บทที่ 6 การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาสุขภาพ **190**
1. การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาระบบสุขภาพ 190
1.1 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพผู้รับบริการสุขภาพ 190
1.2 การพัฒนาสิ่งแวดล้อมเพื่อการเรียนรู้ 191
1.3 การพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพสำหรับผู้ให้บริการสุขภาพและผู้เกี่ยวข้อง 191
1.4 การพัฒนาการบริการสุขภาพ 192
2. การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาระบบการศึกษา 196
2.1 การพัฒนาสุขศึกษาแนวใหม่ 196
2.2 การสอดแทรกความรอบรู้ด้านสุขภาพในวิถีชีวิตของประชาชน 197
3. การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการวิจัย 199
3.1 การออกแบบการวิจัย 199
3.2 ความชัดเจนของคำจำกัดความ ขอบเขตการศึกษาและปัจจัยกำหนดภาวะสุขภาพ 199

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 6 การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาสุขภาพ (ต่อ)

3.3 การพิจารณาความต่อเนื่องของความเจ็บป่วยและสุขภาพดี 201
3.4 การประยุกต์ใช้แนวคิดธรรมชาติของการเกิดโรค ในการศึกษาปัญหาภาวะสุขภาพ 202
3.5 ความชัดเจนของกรอบแนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ทำการศึกษา 203
4. การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาระบบสังคม 206
4.1 การพัฒนาครอบครัวรอบรู้ด้านสุขภาพ 206
4.2 การเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับประชาชน 206
4.3 การพัฒนาชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ 209
4.4 การพัฒนาสังคมรอบรู้ด้านสุขภาพ 212
5. การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในสถานการณ์การระบาด ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 214
5.1 มาตรการควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 216
5.2 การประยุกต์ใช้ความรอบรู้ด้านสุขภาพในสถานการณ์ระบาด ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 218
6. สรุป 220
เอกสารอ้างอิง 221

ดัชนี 224
Index 227
เกี่ยวกับผู้เขียน 229