

# โครงการสานพลังครอบครัว ลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนตำบลกายูบอเกาะ ประจำปี ๒๕๖๐

\*\*\*\*\*

## ๑.ชื่อโครงการ

โครงการสานพลังครอบครัว ลด ละ เลิกบุหรี่ สู่ชุมชนตำบลกายูบอเกาะ

## ๒.หลักการและเหตุผล

ปัจจุบัน ปัญหาจากการสูบบุหรี่ทำให้เกิดผลกระทบต่อระบบสุขภาพของประชาชนทั้งทางตรงคือผู้สูบบุหรี่เอง และทางอ้อมผู้ที่รับพิษจากควันบุหรี่ที่ผู้ใกล้ชิดเป็นผู้สูบ คือบุหรี่มือสอง ทั้งในประเทศไทยมีการรณรงค์การควบคุมการบริโภคยาสูบเกิดขึ้นต่อเนื่องตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๑๗ จนถึงปัจจุบัน บุหรี่คร่าชีวิตผู้คนทั่วโลกมากกว่า ๕ ล้านคน ซึ่งถือว่าเป็นจำนวนที่มากกว่าผู้เสียชีวิตจากโรควัณโรค โรคเอดส์ และไข้มาลาเรียรวมกัน และคาดว่าในปี พ.ศ. ๒๕๗๓ จำนวนผู้เสียชีวิตทั้งหมดจะเพิ่มขึ้นเป็น ๘ ล้านคนต่อปี โดยพบว่ามะเร็งที่มีอุบัติการณ์สูงขึ้นในผู้สูบบุหรี่ได้แก่มะเร็งปอดที่เป็นมะเร็งที่พบบ่อยในผู้ชายไทย อีกทั้งการสูบบุหรี่อย่างต่อเนื่องจะทำให้ผู้สูบเกิดภาวะหลอดเลือดตีบตันและเกิดปัญหาการสูญเสียการทำงานของหลอดเลือดโคโรนารีที่ไปเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจ การสูบบุหรี่ยังเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ทำให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจตีบและกล้ามเนื้อหัวใจตายจากการขาดเลือดไปเลี้ยงทำให้ผู้ป่วยมีอาการแน่นหน้าอก และหัวใจวาย โรคความดันโลหิตสูง และหัวใจเต้นผิดปกติ และได้มีการประมาณการทุกครั้งที่มีผู้สูบบุหรี่เสียชีวิตครบ ๘ ราย จะมีผู้รับควันบุหรี่จากสิ่งแวดล้อมเสียชีวิตไปด้วย ๑ ราย ผู้ที่ได้รับควันบุหรี่จากสิ่งแวดล้อมจะมีโอกาสเกิดโรคโรคหัวใจและหลอดเลือดสูงกว่าคนที่ไม่เคยได้รับ ๑.๓ เท่า และจะมีโอกาสเกิดมะเร็งปอดได้มากขึ้นประมาณ ๑.๘ เท่าโดยกลุ่มผู้ที่มีความเสี่ยงเป็นพิเศษในการได้รับควันบุหรี่จากสิ่งแวดล้อมได้แก่ทารกในครรภ์และเด็ก หากมารดาตั้งครรภ์สูบบุหรี่หรือได้รับควันดังกล่าว จะมีโอกาสเกิดผลเสียต่อทารกในครรภ์และเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการตั้งครรภ์สูง เช่นทารกน้ำหนักตัวน้อย คลอดก่อนกำหนด เด็กหากได้รับควันดังกล่าวจะมีโอกาสเกิดภาวะไหลตาย ปอดอักเสบติดเชื้อ โรคภูมิแพ้ โรคหอบหืดได้มากกว่าเด็กทั่วไป

สำนักงานสถิติแห่งชาติได้สำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ปี ๒๕๕๘ พบว่าจำนวนประชากรมีอายุ ตั้งแต่ ๑๕ ปีขึ้นไป ๕๔.๘ ล้านคน เป็นผู้สูบบุหรี่ ๑๑.๔ ล้านคน (ร้อยละ ๒๐.๗) เป็นผู้สูบบุหรี่ประจำ ๑๐ ล้านคน (ร้อยละ ๑๘.๒) สูบนานๆครั้ง ๑.๔ ล้านคน (ร้อยละ ๒.๕) ในกลุ่มวัยทำงาน (๒๕ - ๕๙ ปี) มีอัตราการสูบบุหรี่สูงสุด (ร้อยละ ๒๓.๕) รองลงมาในกลุ่มผู้สูงอายุ (๖๐ปีขึ้นไป) และกลุ่มเยาวชน(๑๕ - ๒๔ ปี)(ร้อยละ ๑๖.๖ และ ๑๔.๗ ตามลำดับ) ผู้ชายสูบบุหรี่มากกว่าผู้หญิง ๑๘.๔ เท่า (ร้อยละ ๔๐.๕ และ ๒๒ ตามลำดับ) ซึ่งให้เห็นว่า อายุของนักสูบบุหรี่หน้าใหม่มีอายุน้อยลง จึงต้องมีมาตรการเฝ้าระวังในกลุ่มเยาวชนมากขึ้น ถ้ายังไม่มีการเฝ้าระวังในการป้องกันและเฝ้าระวังนักสูบบุหรี่หน้าใหม่ อีกทั้งบุหรี่เป็นเพียงสินค้าชนิดเดียวที่ถูกกฎหมาย แต่เป็นอันตรายต่อทุกคนทั้งที่เป็นผู้สูบบุหรี่ และผู้ไม่สูบบุหรี่ แต่ได้รับควันบุหรี่มือสอง จึงมีความจำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของประชาชนให้ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่โดยยึดหลักการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายสูบบุหรี่อย่างต่อเนื่อง พร้อมทั้งการดูแลส่งเสริมสุขภาพ การแนะนำให้มาบำบัด จัดระบบเฝ้าระวังไม่ให้กลับไปเสพซ้ำ โดยการสร้างแรงจูงใจ การตระหนักในปัญหา ร่วมกันให้คำปรึกษา ติดตาม ดูแล และการให้ความรู้แก่ประชาชนให้สามารถนำไปปฏิบัติจริง โดยเฉพาะการป้องกันที่ดีโดยการสร้างการตระหนัก จูงใจประชาชนเลิกบุหรี่เพื่อสุขภาพดี ของตนเองและบุคคลรอบด้าน

ด้วยเหตุดังกล่าว กลุ่ม อสม.หมู่ที่ ๓ ตำบลกายูบอเกาะ ได้ร่วมกับทางโรงพยาบาลรามัน จึงได้จัดทำ “โครงการสานพลังครอบครัว ลด ละ เลิกบุหรี่สู่ชุมชนตำบลกายูบอเกาะ” นี้ขึ้น

## ๓.วัตถุประสงค์:

- ๓.๑ เพื่อให้ครอบครัว มีความรู้ ความเข้าใจ ตระหนักถึงโทษ พิษภัยผลกระทบของบุหรี่
- ๓.๒ เพื่อค้นหาครอบครัวต้นแบบ เลิกบุหรี่และครอบครัวที่ไม่สูบบุหรี่

๓.๓ เพื่อเกิดมาตรการกลไกทางสังคม ในการสร้างเครือข่ายผู้ ลด ละ เลิกบุหรี่และถอดบทเรียนความสำเร็จ ของครอบครัวต้นแบบของการเลิกบุหรี่

#### ๔. เป้าหมาย

๑. เยาวชนในชุมชนที่สูบบุหรี่และกลุ่มเสี่ยงตั้งแต่อายุ ๑๐-๒๕ ปี
๒. ผู้ใหญ่ในชุมชนที่สูบบุหรี่และกลุ่มเสี่ยง ตั้งแต่อายุ ๒๕ - ๕๐ ปี ผู้ใหญ่ในชุมชนที่สูบบุหรี่และกลุ่มเสี่ยง ตั้งแต่อายุ ๕๐ - ๗๐ ปี

#### ๕. สถานที่ดำเนินการ

ณ พื้นที่ตำบลกายูบอเกาะ อำเภอรามัน จังหวัดยะลา

#### ๖. วิธีดำเนินการ

##### การดำเนินงาน

๑. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ
๒. จัดทำแนวทาง และแบบรายงาน พร้อมชี้แจงให้กับทีม อสม.
๓. จัดสรรงบประมาณ และสิ่งสนับสนุนให้กับกุ่ม อสม. หมู่ที่ ๓ ตำบลกายูบอเกาะ
๔. ประธานชมรม อสม. ระดับตำบลร่วมโรงพยาบาลรามัน ให้ดำเนินการดังนี้
  - ๔.๑ ประชาสัมพันธ์โครงการเฝ้าระวังเพื่อการเลิกสูบบุหรี่โดยพลัง อสม.
  - ๔.๒ ให้ อสม. ในพื้นที่รับผิดชอบ (อสม. เฝ้าระวังเพื่อการเลิกบุหรี่) โดย อสม. ๑ คน ชักชวน ประชาชน/อสม. เข้าร่วมโครงการเฝ้าระวังเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ รวมถึงผู้มีพฤติกรรมการบอกเลิกสูบบุหรี่ต่อเนื่องไม่ต่ำกว่า ๓ เดือน และไม่กลับไปสูบบุหรี่อีก
  - ๔.๓ เป็นผู้รวบรวมรายชื่อ อสม. ผู้ปฏิบัติงานและผู้สมัครเลิกบุหรี่ตามแบบรายงานส่งให้ประธาน อสม.ตำบล

##### การดำเนินการ อสม. เฝ้าระวังเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ มีดังนี้

๑. เชิญชวนบรรณรักษ์ผู้สูบบุหรี่ในหมู่บ้าน/ ชุมชน เข้าร่วมโครงการฯ
๒. จัดงานบรรณรักษ์ไม่สูบบุหรี่ ให้ความรู้อันตรายจากพิษภัยของบุหรี่ ให้กำลังใจ และคำแนะนำในการ เลิกสูบบุหรี่หรือเข้าระบบการบำบัด เพื่อการเลิกสูบบุหรี่ สอดคล้องกับช่วงถือศีลอด(เดือนรอมฎอน) แต่ละมัสยิด

##### ใช้วิธีการทางศาสนา (ในช่วงถือศีลอดตั้งแต่วันที่ ๑๕ มิถุนายน - ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๖๐)

- ผู้นำศาสนาสอดแทรกเนื้อหาโทษของบุหรี่ต่อหลักศาสนา หลังเวลาละหมาด ๕ เวลา
- หลังละหมาดคุตบะห์วันศุกร์ แก่ชาวบ้านยังขาดความรู้ทางศาสนา

##### วิธีการรณรงค์ในที่สาธารณะ

- ติดสติ๊กเกอร์รณรงค์ ตามบ้าน มัสยิด (ประสานจากทางสาธารณสุขอำเภอ)
- ติดป้ายรณรงค์ตามบ้าน

##### วิธีคัดเลือกและแต่งตั้งบุคคลต้นแบบที่ไม่สูบบุหรี่ในชุมชน

- ให้บุคคลต้นแบบเดินรณรงค์ และพบปะชาวบ้านที่ยังสูบบุหรี่ เพื่อสร้างความตระหนักร่วม

๓. ติดตามการเลิกสูบบุหรี่ต่อเนื่อง ๓ เดือน โดยไม่กลับมาสูบบุหรี่อีก

๔. รายงานผลการดำเนินงานตามแบบรายงานให้ประธานชมรม อสม.

๕. รวบรวม สรุป รายงานผลการดำเนินงานโครงการ

#### ๗. ระยะเวลาดำเนินงาน

๘-๙ มิถุนายน ๒๕๖๐

## ๘.งบประมาณ

งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบล(สปสช.) องค์การบริหารส่วนตำบลกาญูบเกาะ (๑๔,๐๐๐ บาท )

๑. ป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
๒. ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๔ คนๆ ละ ๑,๐๐๐ บาท (เหมาจ่าย) เป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท
๓. ค่าจ้างประกอบอาหารเย็นพร้อมเครื่องดื่ม จำนวน ๑ มื้อๆละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๒๐ คน (สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์และผู้ดำเนินงาน) เป็นเงิน ๖,๐๐๐ บาท
๔. ค่าจ้างประกอบอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม จำนวน ๑ มื้อๆละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๒๐ คน (สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์และผู้ดำเนินงาน) เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท

รวมค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น เป็นเงิน ๑๔,๐๐๐ บาท

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้


## ๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ


- กองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.กาญูบเกาะ
- โรงพยาบาลรามัน
- ชมรม อสม.ตำบลกาญูบเกาะ


## ๑๐.ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. เกิดเครือข่ายภาคประชาชนเพื่อร่วมดำเนินงานเฝ้าระวังควบคุมการบริโภคยาสูบในหมู่บ้าน/ชุมชน
๒. อสม. มีส่วนร่วมในการดำเนินงานเฝ้าระวังเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ในหมู่บ้าน/ชุมชน

## ๑๑. ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ  ผู้เขียนโครงการ  
(นายดำรงค์ นະยะอີ)  
ประธาน อสม.ตำบลกาญูบเกาะ

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ  
(นายดอรอนิง เจ๊ะเลาะ)  
กรรมการ

ลงชื่อ  ผู้เขียนโครงการ  
(นายอาสมิ เซะบากอ)  
ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ  
องค์การบริหารส่วนตำบลกาญูบเกาะ