

สะดวกต่างๆ รวมทั้งการติดเกมส์ ทำให้เด็กวัยเรียนมีการเคลื่อนไหวและออกกำลังกายน้อยลง องค์ประกอบเหล่านี้เป็นสาเหตุของการเกิดโรคอ้วน อันตรายของโรคอ้วนในเด็กซึ่งโรคอ้วนในเด็กกำลังเป็นปัญหาสำคัญในประเทศไทย จากข้อมูลระบบHealthData Center (HDC) ของกระทรวงสาธารณสุข พบว่า ปี ๒๕๕๘ เด็กวัยเรียนมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ ๑๑.๔ และปี ๒๕๕๙ เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๑๒.๕ เด็กวัยเรียนที่มีภาวะอ้วนมีโอกาสเป็นโรคร้ายแรงอื่นๆได้มากกว่าปกติ เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคไขมันในเลือดสูง โรคเบาหวาน ข้ออักเสบ ขาโก่ง รวมทั้งสมาธิสั้น นอกจากนี้ในกรณีที่เด็กที่ป่วยด้วยโรคอ้วนขั้นรุนแรง มีผลกระทบต่อทางเดินหายใจ ทำให้เกิดการคั่งของก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ คือทำให้เกิดกลุ่มอาการ Pickwickian Syndrome ส่งผลขัดขวางต่อการเรียนหนังสือ ทำให้ง่วงนอนทุกครั้งที่นั่งเรียน

สถานการณ์ภาวะโภชนาการในโรงเรียนในพื้นที่เขตรับผิดชอบขององค์การบริหารส่วนตำบลโคกเคียน จำนวน ๖ โรงเรียน ในจำนวนเด็กนักเรียนทั้งหมด ๘๘๑ คน การสำรวจโรงเรียน พบว่าสถานการณ์ของเด็กวัยเรียน ของโรงเรียนบ้านทอน ในช่วงอายุระหว่าง ๗-๑๒ ปี ที่มีภาวะท้วม เริ่มอ้วนและอ้วน มีแนวโน้มเพิ่มสูงกว่าโรงเรียนอื่นๆ จากการศึกษาข้อมูลย้อนหลัง ปี ๒๕๕๘ ภาวะท้วมร้อยละ ๒.๑๐ ภาวะเริ่มอ้วนร้อยละ ๑.๖๓ ภาวะอ้วนร้อยละ ๑.๖๓, ปี ๒๕๕๙ ภาวะท้วมร้อยละ ๐.๔๙ ภาวะเริ่มอ้วนร้อยละ ๐ ภาวะอ้วนร้อยละ ๓.๖๗, ปี ๒๕๖๐ ภาวะท้วมร้อยละ ๒.๑๙ ภาวะเริ่มอ้วนร้อยละ ๑.๐๙ ภาวะอ้วนร้อยละ ๘.๕๑ ซึ่งสอดคล้องกับปัญหาที่พบในตำบลโคกเคียน จัดเป็นปัญหาลำดับที่ ๔ ของปัญหาทั้งหมด คือปัญหาโรคเบาหวานและภาวะเด็กอ้วนในวัยเรียน

โรงพยาบาลกัลยาณิวัฒนาการุณย์ ได้เห็นความสำคัญของปัญหาภาวะอ้วน และเริ่มอ้วนในเด็กวัยเรียน จึงได้จัดทำโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนักเรียน ที่มีปัญหาภาวะโภชนาการเด็กท้วม เริ่มอ้วน และอ้วน เพื่อให้เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพการดูแลสุขภาพ การบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายที่เหมาะสม การมีส่วนร่วม ของโรงเรียนและภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ในการขับเคลื่อนการดำเนินการแก้ไขต่อไป

**วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)**

- ๑.สำรวจและวิเคราะห์ภาวะสุขภาพของเด็กนักเรียน โดยคัดเลือกเด็กนักเรียนที่มีอายุ ๗-๑๒ ปี ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ >+๑.๕ S.D. โดยใช้เกณฑ์อ้างอิงของกระทรวงสาธารณสุข
- ๒.จัดอบรมให้ความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ๓ อ. ๒ ส. แก่ครู ผู้ปกครอง
- ๓.จัดกิจกรรมให้ความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ๓ อ. ๒ ส. แก่เด็กนักเรียนภายใต้กิจกรรม SHOPPING ตลาดนัดสุขภาพ
- ๔.จัดตั้งแกนนำนักเรียน เพื่อให้มีกิจกรรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ๓ อ. ๒ ส.อย่างต่อเนื่อง เช่น กิจกรรมออกกำลังกายยามเช้า
- ๕.รณรงค์การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ๓ อ. ๒ ส. ในชุมชน
- ๖.ส่งต่อเด็กนักเรียนที่อ้วนกลุ่มเสี่ยงจากโรงเรียนไปยังสถานบริการสาธารณสุขในเขตที่รับผิดชอบ
- ๗.สรุปและประเมินผลโครงการ และรายงานผล

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

๑. เด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านทอน อายุ ๗-๑๒ ปี ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ >+๑.๕ S.D. โดยใช้เกณฑ์อ้างอิงของกระทรวงสาธารณสุข มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตามหลัก ๓ อ. ๒ ส.
๒. นักเรียนที่มีภาวะท้วม เริ่มอ้วน และอ้วนได้รับการส่งต่อไปยังสถานบริการสาธารณสุขในเขตที่รับผิดชอบ
๓. นักเรียนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อ