



นวัตกรรม “3 ส”

สาขา สุขภาพจิตชุมชน
ประจำพุทธศักราช 2568



นางสาวไอ้ เจริญด่าน

อสม.ดีเด่น ระดับภาคกลาง
จังหวัด ฉะเชิงเทรา

นวัตกรรม “3 ส”

ชื่อนวัตกรรม : 3 ส

ชื่อเจ้าของผลงาน : นางสาวไอ้ เจริญदान

ประเภทนวัตกรรม : ☐ นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ (Product innovation)
☒ นวัตกรรมบริการ (Service innovation)
☐ นวัตกรรมกระบวนการ (Process innovation)

จังหวัด : ฉะเชิงเทรา

อสม. ดีเด่นระดับ ☐ เขต ☒ ภาค

ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

จากการค้นหาปัญหา พบว่า ดิฉันและเพื่อนๆ อสม.ต้องถือเอกสารที่เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินคัดกรอง ทำให้พบปัญหาในด้าน เอกสารที่ประเมินแล้วชำรุด ดูข้อมูลไม่ได้ และที่จัดเก็บเอกสารมีน้อย ดิฉันและเพื่อนๆ อสม.ได้เข้าปรึกษากับเจ้าหน้าที่ sw.สต.ทุ่งพระยา ในเรื่องเอกสารที่ใช้ในการประเมินนี้ ดิฉันและเพื่อนๆ อสม. ร่วมกับเจ้าหน้าที่จึงได้ทำนวัตกรรมนี้ขึ้น เพื่อให้อสม.ทำงานได้ง่ายขึ้น ประหยัดทรัพยากรได้เยอะขึ้น อีกทั้งเจ้าหน้าที่ sw.สต.ยังสามารถดูข้อมูลได้ตลอดเวลา

วัตถุประสงค์

1. ประเมินความรุนแรงของความเครียดที่เกิดขึ้นกับกลุ่มเป้าหมาย
2. เพื่อหาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด
3. เพื่อวิเคราะห์ปัญหาและหาแนวทางในการดำเนินการช่วยแก้ไขปัญหา

ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. ร่วมวางแผนกับผู้นำชุมชน แกนนำชุมชน และครอบครัวผู้ป่วยที่มีอาการทางจิต ในการดูแลผู้ป่วย 7 คน ให้ได้รับยาอย่างต่อเนื่องไม่ขาดยา ไม่มีอาการคุ้มคลั่ง หรือไม่มีอาการทำร้ายตนเองหรือฆ่าตัวตาย

2. หาวิธีป้องกันหากพบว่าผู้ป่วยที่มีอาการทางจิตมีความผิดปกติทางพฤติกรรม หรือไม่ยอมกินยาตามแพทย์สั่งทางชุมชนได้ร่วมประชุมและมีมติว่าครอบครัวต้องดูแลให้กินยาอย่างสม่ำเสมอ

3. คิดค้นนวัตกรรม “3 ส”

3.1 นำนวัตกรรมไปใช้ในกลุ่มผู้ป่วยและกลุ่มเฝ้าระวัง

นวัตกรรม “3 ส” ประกอบไปด้วย **ส ที่ 1 สมาร์ท (สมาร์ทซึก) ,ส ที่ 2 สัมภาษณ์ และ ส ที่ 3 สังเกต**

“ส สมาร์ท (สมาร์ทซึก)” แบ่งหัวข้อประเมินคัดกรองที่สำคัญๆ ดังนี้

1. แบบประเมินโรคซึมเศร้าและความเครียด (2Q+/ST5)
2. แบบประเมินโรคซึมเศร้า (9Q)
3. แบบประเมินการฆ่าตัวตาย (9Q) ซึ่งเจ้าหน้าที่และผู้เชี่ยวชาญจะเป็นผู้ประเมิน
4. แบบประเมินดัชนีความสุข
5. แบบเยี่ยมบ้านจิตเวช (การติดตามการดูแลผู้ป่วยโรคจิตในชุมชน ทั้ง 10 ด้าน)
6. สายด่วนกรมสุขภาพจิต
7. เบอร์โทรติดต่อโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ่งพระยา

“ส สัมภาษณ์” เป็นเครื่องมือในการค้นหาปัญหา และสาเหตุของปัญหา “ส สังเกต” เป็นวิธีการที่ให้ความสนใจทางด้านพฤติกรรมของผู้ถูกสัมภาษณ์เป็นพิเศษ เพื่อนำไปประกอบกับแบบสัมภาษณ์เชิงลึก แล้วนำข้อมูลดังกล่าวมาวิเคราะห์ และหาแนวทางแก้ไขปัญหาต่อไป เพื่อลดความทุกข์เพิ่มความสุขอย่างยั่งยืนต่อไป โดยใช้ควบคู่ไปกับ 3 L ของกรมสุขภาพจิต “Look = สอดส่องมองหากลุ่มเสี่ยง,

Listen = ใส่ใจรับฟัง, Link = ส่งต่อเชื่อมโยง” เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานด้านสุขภาพจิตชุมชน

3.2 ติดตามผลการนำนวัตกรรมไปใช้และประเมินความดัชนีความสุขในกลุ่มเสี่ยง

ผลการดำเนินงาน/ประโยชน์ที่ได้รับ

1. อสม. สามารถใช้นวัตกรรมได้อย่างดี
2. กลุ่มป่วย ทุกคนรับประทานยาต่อเนื่องและไม่มีพฤติกรรมก้าวร้าว คิดเป็นร้อยละ 100
3. ทุกกลุ่มวัยได้รับการประเมินคัดกรอง คิดเป็นร้อยละ 100
4. จากการค้นหาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดนำมาวิเคราะห์ปัญหาและหาแนวทางในการดำเนินการช่วยแก้ไขปัญหาก็ได้ คิดเป็นร้อยละ 100

ปัจจัยความสำเร็จ/โอกาสในการพัฒนา

1. ความมุ่งมั่นชัดเจนในเป้าหมายและพร้อมที่จะเรียนรู้อยู่เสมอ
ดิฉันเวลาจะทำสิ่งใดจะมีความตั้งใจ ความทุ่มเท ความเพียรพยายาม ในสิ่งนั้นอย่างเต็มความสามารถถึงแม้จะพบปัญหาหรืออุปสรรคก็จะผ่านไปได้เสมอ รวมถึงดิฉันจะหาความรู้และเพิ่มทักษะด้านต่างๆข่าวสาร วิทยาการใหม่ๆ เพื่อเป็นการพัฒนาตัวเองอย่างต่อเนื่อง
2. มีทีมงานที่เข้มแข็ง
เวลาดำเนินงานด้านการเฝ้าระวังสุขภาพจิตนั้น ดิฉันได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากทุกฝ่าย จึงทำให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่น
3. ชุมชนให้ความสำคัญและความร่วมมือ
เนื่องจากชุมชน คนในครอบครัวให้ความสำคัญกับสิ่งที่ดิฉันทำ ดังนั้นเวลาที่ดิฉันเข้าไปดูแลกลุ่มดังกล่าวก็จะได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี
4. มีรูปแบบการดำเนินงานที่ชัดเจน

จากการทำงานระหว่างดิฉัน กับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และคนในชุมชน มักจะมีการประสานงานกันเสมอ รวมถึงคอยช่วยแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้น จึงทำให้มีรูปแบบการทำงานที่ชัดเจน จนมุ่งสู่ความสำเร็จของการทำงานได้เป็นอย่างดี

ภาคผนวก



ขั้นตอนการปฏิบัติงานด้านสุขภาพจิตชุมชน





กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
Department of Health Service Support

