



นวัตกรรม “วัคซีนใจ วังกะสังบ้านฉั่น”

สาขา สุขภาพจิตชุมชน
ประจำพุทธศักราช ๒๕๖๘



นางศิริลักษณ์ ชมภู

อสม. ดีเด่นระดับเขต
จังหวัดกำแพงเพชร

นวัตกรรม วัคซีนใจ วังกะสังบ้านฉัน

ชื่อนวัตกรรม : วัคซีนใจ วังกะสังบ้านฉัน

ชื่อเจ้าของผลงาน : นางศิริลักษณ์ ชมภู

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

จังหวัด : กำแพงเพชร

อสม. ดีเด่นระดับ ☒ เขต ☐ ภาค

ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

พื้นที่หมู่ที่ 10 บ้านวังกะสัง ตำบลโป่งน้ำร้อน อำเภอลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร มีประชากรทั้งหมด 352 คน (ชาย 180 คน หญิง 172 คน) จำนวนครัวเรือน 108 ครัวเรือน ประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม และนับถือศาสนาพุทธ

จากข้อมูลสุขภาพจิต พบว่า อำเภอลองลานมีอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จสูงที่สุดของจังหวัดกำแพงเพชร คิดเป็น 22.5 ต่อแสนประชากร โดยในพื้นที่ตำบลโป่งน้ำร้อนมีผู้เสียชีวิตจากการฆ่าตัวตาย 2 ราย และมีผู้ป่วยโรคซึมเศร้าในชุมชน 4 ราย (คิดเป็นร้อยละ 1.14)

นอกจากนี้ พบว่ามีผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตายซ้ำในปี 2565 และ 2567 อย่างละ 1 ราย ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงปัญหาด้านสุขภาพจิต ความเครียด และความสิ้นหวังในชุมชน

จึงได้เกิดแนวคิดพัฒนา “นวัตกรรมวัคซีนใจ วังกะสังบ้านฉัน” เพื่อเสริมสร้างพลังใจ ป้องกันภาวะ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิตของประชาชนให้มีภูมิคุ้มกันทางใจ
2. เพื่อให้ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าได้รับการดูแลอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง
3. เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายในชุมชนบ้านวังกะสัง
4. เพื่อสร้างระบบเฝ้าระวังและส่งต่อผู้มีปัญหาสุขภาพจิตอย่างมีประสิทธิภาพ

ขั้นตอนการดำเนินงาน (ระบุขั้นตอนของการจัดทำ/รายละเอียดนวัตกรรม)

ดำเนินการภายใต้แนวคิด “4 สร้าง 2 ใช้” คือ

4 สร้าง: สร้างชุมชนปลอดภัย – สร้างชุมชนสงบ – สร้างความหวัง – สร้างความเข้าใจให้โอกาส

2 ใช้: ใช้ศักยภาพชุมชน – ใช้สายสัมพันธ์ในชุมชน

โดยมีขั้นตอนดำเนินงานหลัก ดังนี้

1. **สำรวจและคัดกรองกลุ่มเสี่ยงด้านสุขภาพจิต**
 - คัดกรองความเครียด (ST-5) และภาวะซึมเศร้า (2Q, 9Q, 8Q)
 - กลุ่มเป้าหมาย 325 คน พบภาวะผิดปกติ 9 คน (2.76%)
 - ส่งต่อเจ้าหน้าที่ รพ.สต.คลองมดแดง ดูแลและติดตามรายเดือน
2. **สร้างทีมดูแลสุขภาพจิตแบบบูรณาการ “3 หมอ”**
 - หมอ 1: อสม. เยี่ยมบ้าน คัดกรอง ให้คำปรึกษาเบื้องต้น
 - หมอ 2: เจ้าหน้าที่ รพ.สต. ประเมินด้วยแบบ 8Q และให้คำปรึกษาเชิงลึก
 - หมอ 3: แพทย์ ดูแลรักษา และส่งต่อผู้ป่วยที่มีภาวะรุนแรง
3. **จัดตั้ง “ศูนย์คลายทุกข์ วังกะสังบ้านฉัน”**
 - เปิดบริการที่อาคารอเนกประสงค์หมู่บ้าน
 - มี “ตู้คลายทุกข์” สำหรับรับข้อความจากผู้มีปัญหา
 - สามารถติดต่อผ่าน LINE / โทรศัพท์ / สายด่วนสุขภาพจิต 1323
 - อสม.สุขภาพจิตและพยาบาลวิชาชีพจะรับเรื่อง วิเคราะห์ และส่งต่อ
4. **ติดตาม เยี่ยมบ้าน และให้กำลังใจ**
 - ทีมอสม.สุขภาพจิตเยี่ยมผู้ป่วยและครอบครัวทุก 1 เดือน
 - จัดกิจกรรม “สร้างขวัญกำลังใจ – พุดคุย เต็มพลังใจ”
5. **ประชุมติดตามผลทุก 3 เดือน**
 - ประเมินผลและปรับแผนกิจกรรม

ผลการดำเนินงาน/ประโยชน์ที่ได้รับ

- ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า 4 รายได้รับการดูแลต่อเนื่อง อาการดีขึ้น
- ผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย 1 รายไม่กลับมาทำร้ายตัวเองซ้ำใน 1 ปี
- ไม่มีการฆ่าตัวตายสำเร็จในพื้นที่ตลอดระยะเวลาดำเนินงาน (ต.ค. 2566 – ก.ย. 2567)
- ชุมชนมีความตระหนักเรื่องสุขภาพจิตมากขึ้น
- ประชาชนสามารถเข้าถึงการช่วยเหลือผ่านศูนย์คลายทุกข์และช่องทางออนไลน์
- อสม.สุขภาพจิตมีความรู้และทักษะในการดูแลผู้มีปัญหาสุขภาพจิตมากขึ้น

ปัจจัยความสำเร็จ

1. การมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย ได้แก่ รพ.สต.คลองมดแดง, อบต.โป่งน้ำร้อน, ผู้นำชุมชน, และประชาชน
2. ความเข้มแข็งของทีมอสม.สุขภาพจิต และการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่อง
3. ระบบการดูแลและส่งต่อผู้ป่วยเป็นขั้นตอนชัดเจน
4. ชุมชนเปิดใจและให้ความร่วมมืออย่างดี
5. มีนวัตกรรม “ศูนย์คลายทุกข์” ที่เข้าถึงง่ายและสื่อสารกับประชาชนได้จริง

โอกาสในการพัฒนา

- ขยายศูนย์คลายทุกข์และกิจกรรมวัคซีนใจไปยังหมู่บ้านอื่นในตำบลโป่งน้ำร้อน
- จัดอบรมเพิ่มเติมให้อสม.ทุกหมู่บ้านเพื่อสร้างทีมสุขภาพจิตระดับตำบล
- พัฒนาเป็นระบบ ฐานข้อมูลสุขภาพจิตชุมชน (Mental Health Database)
- บูรณาการกับงานปฐมภูมิและงาน NCDs เพื่อดูแลผู้ป่วยเรื้อรังที่มีภาวะเครียด
- ผลักดันให้ “วัคซีนใจ คุ้มกันภัยบ้านฉัน” เป็น ต้นแบบนวัตกรรมสุขภาพจิตระดับจังหวัด

ภาคผนวก



วัคซีนใจ “วิ่งกะสังบ้านฉัน”

ใช้ศักยภาพชุมชน

- สร้างเครือข่าย
- ผู้นำเข้มแข็ง
- ชุมชนใส่ใจ
- ร่วมกันจัดทำแผนแก้ไขปัญหา

-ชุมชนทราบแนวทาง
เข็มเสร็จ 2Q+
-ชุมชนทราบ 10 สัญญาณเตือน
-มาตรการชุมชน
-สร้างขวัญกำลังใจ
-จัดทีมเยี่ยมบ้าน



-เสริมสร้างความรอบรู้ เสริมสร้างพลังใจ (อึด ฮึด ฮู้)
-ตรวจสอบสุขภาพใจด้วย mental health check in
-ให้โอกาสผู้ป่วยที่หายกลับมาใช้ชีวิตตามปกติ
-ชุมชนร่วมดูแลกันดูใจด้วยหลัก 3 ส

ใช้สายสัมพันธ์ในชุมชน

- สร้างเป้าหมาย
- ไว้ใจซึ่งกันและกัน
- ให้กำลังใจ
- ใส่ใจรับฟัง
- ส่งต่อเชื่อมโยง



4 สร้าง 2 ใช้

ระยะเวลาดำเนินการ : ตุลาคม 2566 – กันยายน 2567





กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
Department of Health Service Support

