

นักโภชนาการกับงานส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการ

โดย วรธรรมชนก บุญชู

ปัจจุบันนี้ความรู้และทักษะที่จำเป็นสำหรับการให้คำแนะนำทางโภชนาการมีความซับซ้อนและต้องอาศัยความเชี่ยวชาญเฉพาะทางมากขึ้น สะท้อนให้เห็นถึงความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี รวมทั้งสะท้อนการเปลี่ยนแปลงในสภาพสังคม โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากวิถีชีวิตที่ไม่เหมาะสม

ในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมาโรคที่โรคที่เกิดจากวิถีชีวิตที่ไม่เหมาะสม เช่น โรคมะเร็ง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน ได้กลายเป็นประเด็นสำคัญของการสาธารณสุข การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตโดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรม การกินเพื่อป้องกันการเกิดโรคและยับยั้งการพัฒนาระดับความรุนแรงของโรคเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญ ในกรณีของการให้คำแนะนำทางโภชนาการเพื่อวัตถุประสงค์ในการป้องกันหรือรักษาโรค นักโภชนาการจะต้องมีความสามารถในการประเมินสภาพร่างกาย ภาวะโภชนาการ พฤติกรรมการกินและปัจจัยอื่น ๆ ของบุคคลอย่างละเอียด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการจัดการโภชนาการของผู้ป่วยในระหว่างการรักษาทางการแพทย์จำเป็นต้องมีความรู้และทักษะเฉพาะทางขั้นสูงที่สามารถให้คำแนะนำตามผลการประเมินด้านโภชนาการได้ นอกจากนี้ การให้บริการจัดการด้านโภชนาการสำหรับผู้ป่วย ไม่เพียงแต่ต้องใช้ความรู้และทักษะ แต่ยังต้องมีความเข้าใจบริบทด้านจิตใจของผู้ที่รับบริการอีกด้วย

นักโภชนาการสังกัดกระทรวงสาธารณสุข แบ่งได้หลักๆ 2 ประเภท คือ 1. นักโภชนาการที่อยู่ในโรงพยาบาลเน้นการทำงานเชิงคลินิกในการจัดอาหารและโภชนาการ กลุ่มเป้าหมายคือผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษา และ 2. นักโภชนาการที่ทำงานลักษณะส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) กลุ่มเป้าหมายคือประชาชนที่ยังไม่ป่วย หรืออาจจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการที่ไม่เหมาะสม

ในขณะที่นักโภชนาการเชิงคลินิกหรือนักกำหนดอาหาร มีลักษณะงานดูแลโภชนาการที่เจาะจงเฉพาะบุคคล นักโภชนาการที่ทำงานส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการจะเน้นไปในวงกว้างระดับประชาชน (population level) โดยมีลักษณะงานที่สำคัญ เช่น การสร้างกระแส ธารณะ ประชาสัมพันธ์ (สื่อสารสุขภาพ) สร้างความตระหนักผ่านการรณรงค์ต่างๆ รวมไปถึงการพัฒนาและขับเคลื่อนนโยบาย/มาตรการสื่อสารนโยบาย รวมทั้งพัฒนาเกณฑ์และมาตรฐานด้านโภชนาการระดับประเทศ กำหนดแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการ สร้างความร่วมมือกับหน่วยงานทั้งในและต่างประเทศในแก้ไขปัญหาโภชนาการ และการเฝ้าระวังติดตามสถานการณ์ด้านโภชนาการระดับประเทศ

นักโภชนาการ กรมอนามัย มีทั้งนักโภชนาการที่อยู่ในส่วนภูมิภาคและส่วนกลาง ซึ่งมีลักษณะงานที่แตกต่างกัน คือ ส่วนภูมิภาค นอกจากจะรับนโยบายจากศูนย์อนามัยในพื้นที่ของตนเองแล้ว จะเป็นผู้รับนโยบายที่ถ่ายทอดจากส่วนกลางเพื่อการขับเคลื่อนการทำงานในพื้นที่ที่ตนเองรับผิดชอบและรายงานผลการดำเนินงาน และเนื่องจากการทำงานในปัจจุบันมีการทำงานเชิงบูรณาการมากขึ้น การส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการจะถูกผนวกรวมเข้ากับนโยบายสุขภาพด้านอื่นๆด้วย ดังนั้นนักวิชาการที่ทำงานในสายงานส่งเสริมสุขภาพจึงควรจะต้องมี

ทักษะที่หลากหลาย นอกจากพื้นฐานองค์ความรู้ด้านโภชนาการ ด้านสาธารณสุขที่ถือว่าเป็น technical skill ที่จำเป็นต้องมีแล้ว เมื่ออยู่ในระดับหัวหน้างานที่จะต้องดูแล ควบคุมกำกับงาน ควรจะต้องมีทักษะ Human skill และ conceptual skill เข้ามาร่วมด้วย

- Technical skill ความรอบรู้ด้านโภชนาการ งานวิจัยด้านโภชนาการและอื่นๆที่เกี่ยวข้อง และสามารถนำองค์ความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการวางแผนแก้ไขปัญหาโภชนาการอย่างมีประสิทธิภาพ ความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหาด้านโภชนาการได้อย่างเหมาะสม หรือมีแนวคิดริเริ่มการสร้างสรรค์งานโภชนาการให้เป็นไปตามทรัพยากรที่มีอยู่
- Human skill การทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม การวางตัว การแสดงความคิดเห็นบนพื้นฐานความรู้ด้านโภชนาการที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนางาน มีจิตสำนึกที่ดีต่อการปฏิบัติงานเพื่อสังคม
- Conceptual skill การมองเห็นภาพรวม และความเชื่อมโยงของปัญหากับแนวทางการแก้ไขปัญหาที่สอดคล้องกับทรัพยากรและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมขององค์กร สามารถวางแผนแก้ไขปัญหาที่วิเคราะห์ออกมาได้

สรุปงานโภชนาการของสำนักโภชนาการ

ขอบเขตงานโภชนาการของสำนักโภชนาการ	ตัวอย่างการดำเนินงาน
1. จัดทำเกณฑ์อ้างอิงด้านโภชนาการระดับชาติ	- ปริมาณสารอาหารอ้างอิงที่ควรได้รับประจำวัน
	- ข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพดีของคนไทย
	- ธงโภชนาการ
	- เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต 0-5 ปี และ 6-18 ปี
	- กราฟโภชนาการหญิงตั้งครรภ์
2. มาตรฐาน/แนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการสำหรับเจ้าหน้าที่	- แนวทางการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ/คลินิกสุขภาพเด็กดี/คลินิกฝากครรภ์
	- มาตรฐานโภชนาการเพื่อการจำแนกอาหาร ขนมนมและเครื่องดื่ม สำหรับเด็ก 3-15 ปี
	- ข้อเสนอแนะการจัดอาหารตามวัย
	- แนวทางการคัดกรองส่งต่อและแก้ปัญหาเด็กอ้วน/กลุ่มเสี่ยงในสถานศึกษา+ คู่มือการจัดการน้ำหนักเด็กวัยเรียน
3. จัดทำแผนปฏิบัติการด้านโภชนาการระดับชาติ	- จัดทำแผนปฏิบัติการด้านโภชนาการระดับชาติ
	- ติดตามและรายงานผลการดำเนินงาน
4. ควบคุม/ป้องกันด้านโภชนาการ	- ระบบเฝ้าระวังการเจริญเติบโตของเด็ก
	- เฝ้าระวัง/สำรวจสถานการณ์โรคขาดสารไอโอดีน

	- เฝ้าระวัง/สำรวจสถานการณ์ภาวะซีด
	- รายงานสถานการณ์ภาวะโภชนาการตามตัวชี้วัดกระทรวง/กรม
5. จัดทำฐานข้อมูลองค์ประกอบอาหารระดับชาติ	- วิเคราะห์สารอาหารในอาหาร เป็นฐานข้อมูลหลักของประเทศด้านองค์ประกอบอาหาร (food composition data)
	- พัฒนาโปรแกรมคำนวณคุณค่าสารอาหาร ThaiNutri Survey
6. ขับเคลื่อนนโยบาย/มาตรการสำคัญด้านโภชนาการ	- มหัศจรรย์ 1000 วัน
	- สาวไทยแก้มแดง
	- ส่งเสริมโภชนาการในชุดสิทธิประโยชน์
	- เมนูสุขภาพ
	- ลดหวาน มัน เค็ม 6:6:1
	- Healthy meeting/healthy break/Healthy canteen
7. ประสานงาน ร่วมมือ สนับสนุนการดำเนินงานกับหน่วยงานภายนอกทั้งในและต่างประเทศด้านโภชนาการ	- สนับสนุนข้อมูลการดำเนินงานและข้อมูลด้านวิชาการ
	- ร่วมดำเนินงานภายใต้แผนยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง
	- นิเทศติดตามงานส่งเสริมสุขภาพที่เกี่ยวข้อง
8. สร้างกระแส ธารณะ ประชาสัมพันธ์ สร้างความตระหนัก	- สื่อสารสาธารณะ / ตอบโต้ความเสี่ยงด้านโภชนาการต่อสุขภาพ
	- เผยแพร่องค์ความรู้การส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการ
9. พัฒนาศักยภาพ ขีดความสามารถการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการแก่หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรภาคีเครือข่าย	- หลักสูตร e-learning โภชนาการช่วงแรกของชีวิต
	- พัฒนาศักยภาพบุคลากรสมรรถนะสูงด้านโภชนาการ
10. ระบบสารสนเทศด้านโภชนาการ	- พัฒนาตัวชี้วัดเฝ้าระวังด้านโภชนาการสู่ระบบฐานข้อมูลระดับกระทรวง

เอกสารเกี่ยวข้อง

- รายงานประจำปี 2562 สำนักโภชนาการ
- รายงานประจำปี 2561 สำนักโภชนาการ