

## ประชุมจัดทำแนวทางการส่งเสริมโภชนาการเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ ครั้งที่ 1/2559

ในวันที่ ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙ ณ ห้องประชุมอุทัย พิศลยบุตร สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

กลุ่มงานส่งเสริมโภชนาการผู้สูงอายุ สำนักโภชนาการ ได้จัดประชุมแนวทางการส่งเสริมโภชนาการเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ ครั้งที่ ๑/๒๕๕๙ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อปรึกษาและพิจารณากรอบเนื้อหาในการจัดทำแนวทางการส่งเสริมโภชนาการเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ โดยนางสาววิไลลักษณ์ ศรีสุระ หัวหน้ากลุ่มงานส่งเสริมโภชนาการผู้สูงอายุเป็นประธานในการเปิดประชุม การประชุมประกอบด้วย ผศ.ดร. ชนิตา โพธิ์ติการ ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ จากสถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล นักวิชาการจากสำนักอนามัยผู้สูงอายุจำนวน ๒ คนและนักโภชนาการและนักวิชาการจากสำนักโภชนาการ จำนวน ๖ คน เจ้าหน้าที่บันทึกข้อมูลจำนวน ๑ คน รวมผู้เข้าร่วมประชุมทั้งหมด ๑๑ คน มีข้อสรุปกรอบเนื้อหาดังต่อไปนี้

กำหนดกรอบเนื้อหาการจัดทำแนวทางการส่งเสริมโภชนาการเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ

ในกรณีที่ทำเสนอให้ Cluster ผู้สูงอายุ

- ความสำคัญทางโภชนาการกับการเกิดภาวะสมองเสื่อม
- บทบาทความสำคัญของอาหารกับสมอง(เน้นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับระบบประสาท)
- ความต้องการสารอาหารของสมองเมื่อสมองเริ่มเสื่อมสภาพ(แก่ตัวลง)
- อาหารที่ช่วยป้องกันสมองเสื่อม(อาหารบำรุงสมอง)
- การเลือกซื้ออาหาร การล้างวัตถุดิบเพื่อลดการปนเปื้อน การจัดเก็บอาหาร
- ตัวอย่างเมนูอาหาร
- การทำแบบประเมินพฤติกรรมด้านโภชนาการ(ปริมาณและความถี่ของการบริโภคอาหารชนิดนั้น)

ในกรณีที่ทำเพื่อเป็นข้อมูลเผยแพร่ในสำนัก

- พิมพ์เนื้อหาสาเหตุ อากาศ และความรู้ด้านอื่นๆที่เกี่ยวกับภาวะสมองเสื่อม โดยนำข้อมูลจากคู่มือแนวทางการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม Cluster ผู้สูงอายุ มาใช้ประกอบเพื่อให้เนื้อหาเป็นแนวทางเดียวกัน
- สามารถเพิ่มเนื้อหาและรายละเอียดต่างๆในด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องได้
- จัดทำเมนูอาหารเพิ่มเติมได้ และแนะนำให้มีการทดสอบเมนูอาหารนั้นๆ