

รายงานผลการดำเนินงาน

ร้อยละของประชากรผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ปี 2563

ข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ผู้สูงอายุ ปี 2563

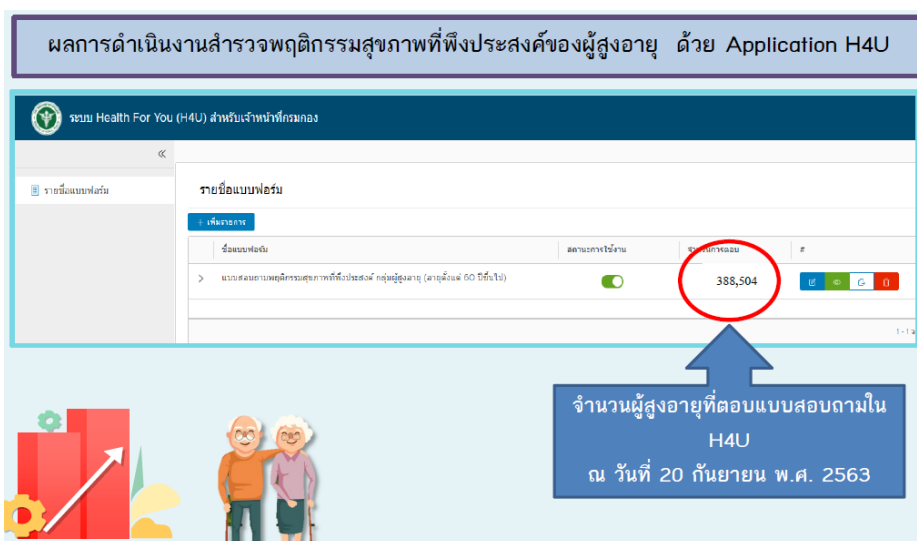
จำนวนผู้สูงอายุที่ตอบแบบสำรวจพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ผ่าน Application H4U ปี 2563 จำนวนผู้สูงอายุทั้งประเทศ 11,136,059 คน (ที่มา: สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย ณ 31 ธันวาคม 2562, กรมกิจการผู้สูงอายุ) เป้าหมายในการดำเนินงานคือ ผู้สูงอายุ 1 % ของพื้นที่ ดังนั้น กลุ่มเป้าหมายทั้งหมด จำนวน 110,000 คน ผลการดำเนินงานใน Application H4U จำนวน 388,504 คนคิดเป็น 3.48 % ของผู้สูงอายุทั้งประเทศ

พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ

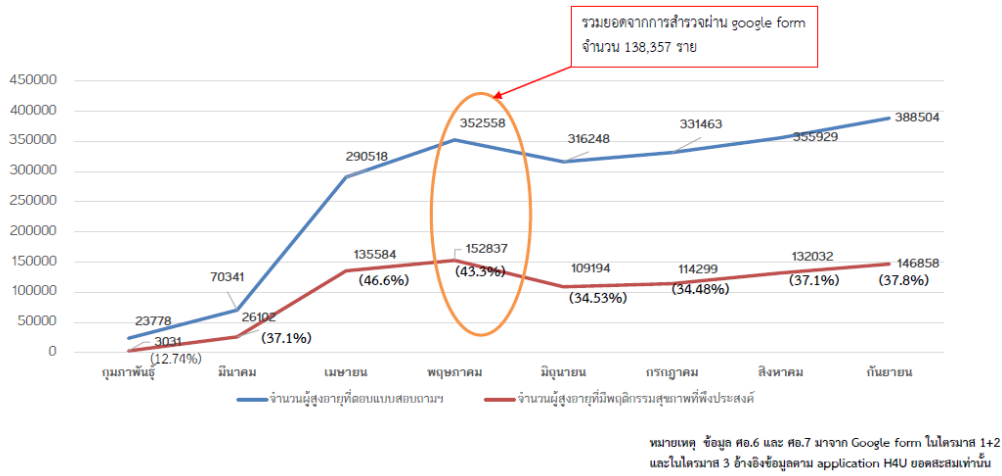
พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ มีทั้งหมด 5 องค์ประกอบ ดังนี้ (ปีงบประมาณ 2563)

1. มีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันครั้งละ 30 นาที หรือมีกิจกรรมทางกายสะสม 150 นาที/สัปดาห์
2. รับประทานผัก ผลไม้สด เป็นประจำทุกวัน
3. ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว
4. ไม่สูบบุหรี่/ไม่สูบบุหรี่
5. ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ยาแดงเหล้า

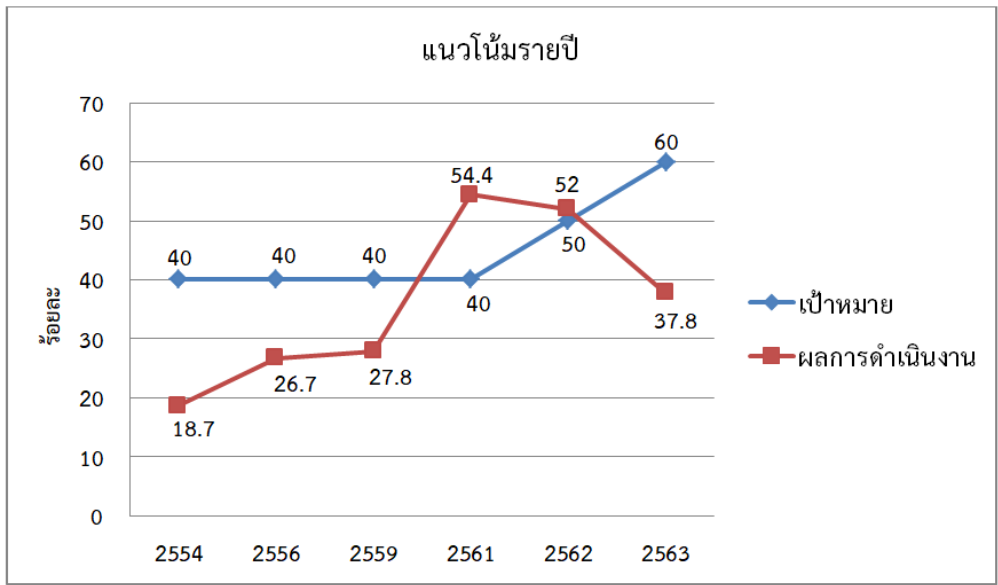
หมายเหตุ: ผ่านการประเมินทั้ง 5 ข้อ ถือว่าผ่านการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์



**แนวโน้มการตอบแบบตามพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ
ตั้งแต่เดือน กุมภาพันธ์ – กันยายน 2563 (ยอดสะสม ณ วันที่ 20 กันยายน 2563)**

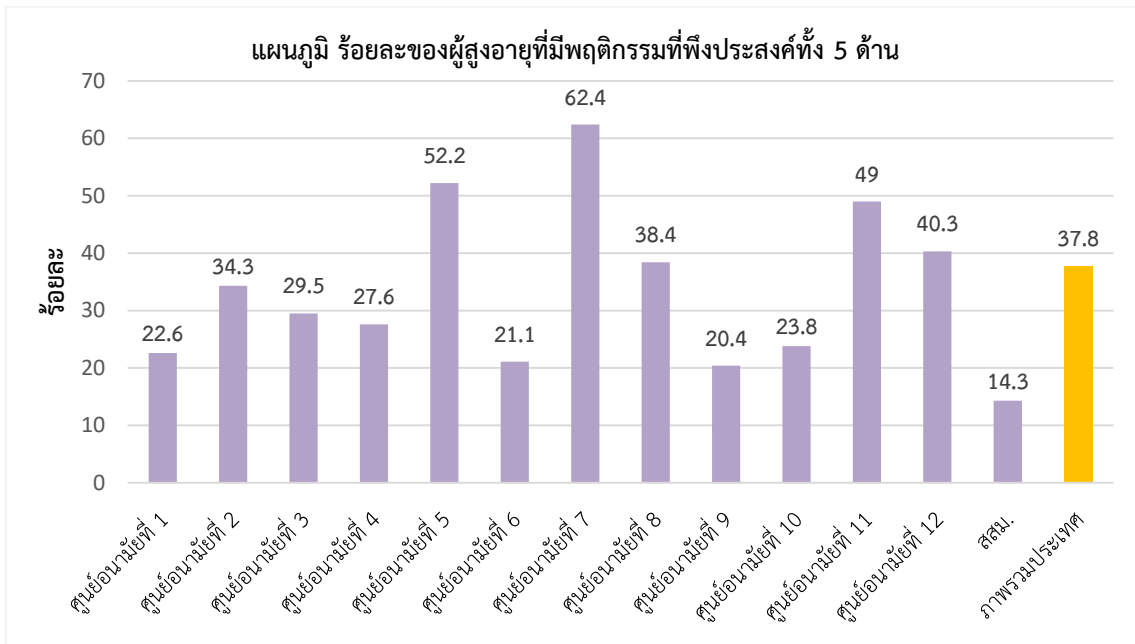


แผนภูมิ แนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในปี พ.ศ.2554-2563

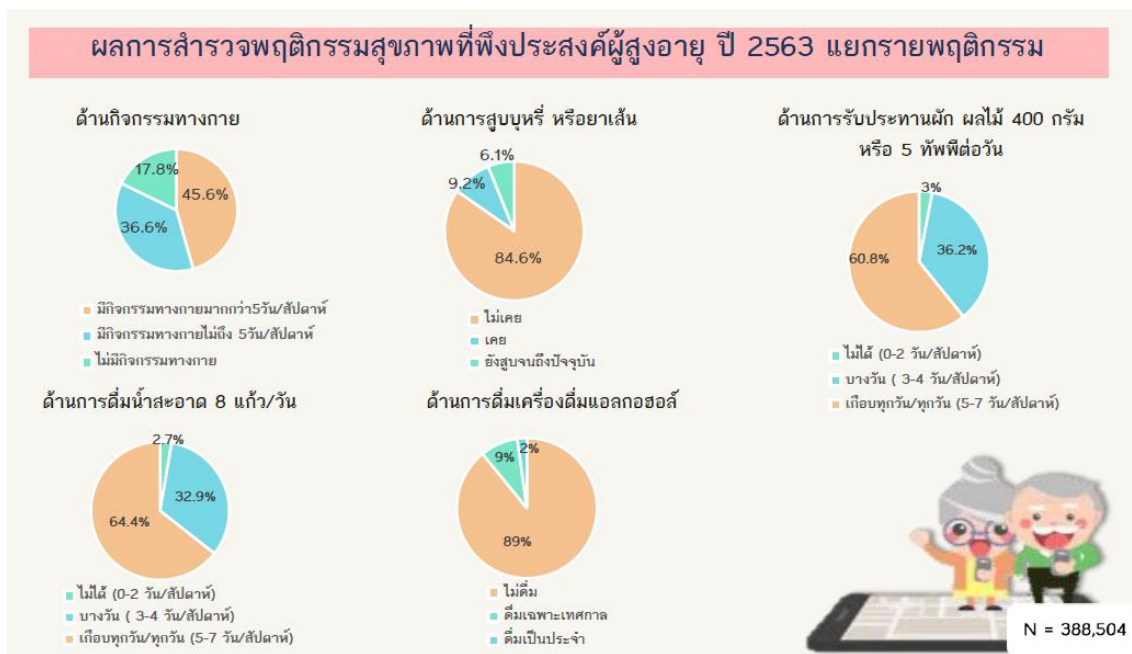


● ผลการดำเนินงานผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ทั้ง 5 ด้าน แยกรายศูนย์อนามัย

ผลการดำเนินงานร้อยละประชากรผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ปี พ.ศ. 2563 จากข้อมูล HDC Service กระทรวงสาธารณสุข ข้อมูล ณ วันที่ 20 กันยายน 2563 พบว่า ภาพรวมประเทศ ผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ครบทั้ง 5 ด้าน คิดเป็นร้อยละ 37.8 (ค่าเป้าหมาย: ร้อยละ 60) โดยศูนย์อนามัยที่ 7 มีผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ทั้ง 5 ด้านมากที่สุด คือ ร้อยละ 62.4 รองลงมาคือ ศูนย์อนามัยที่ 5 ร้อยละ 52.2 และ ศูนย์อนามัยที่ 11 ร้อยละ 49



แผนภาพ พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ ปี 2563 แยกรายพฤติกรรม

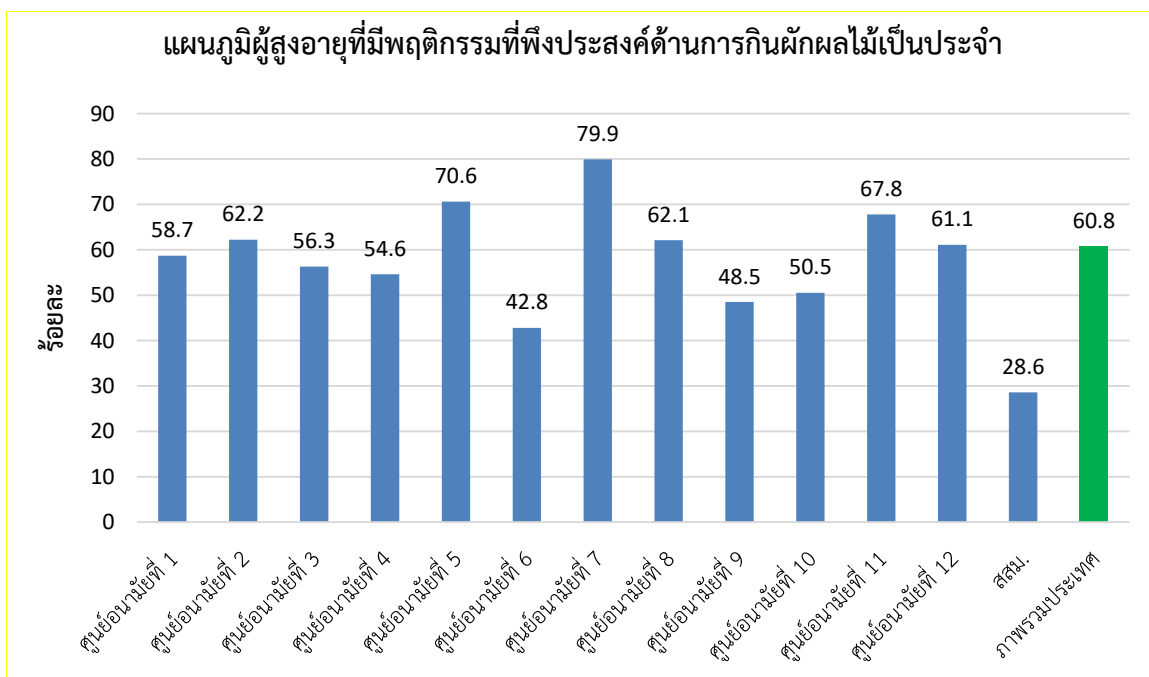


พฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของผู้สูงอายุ

- ผลการดำเนินงานผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

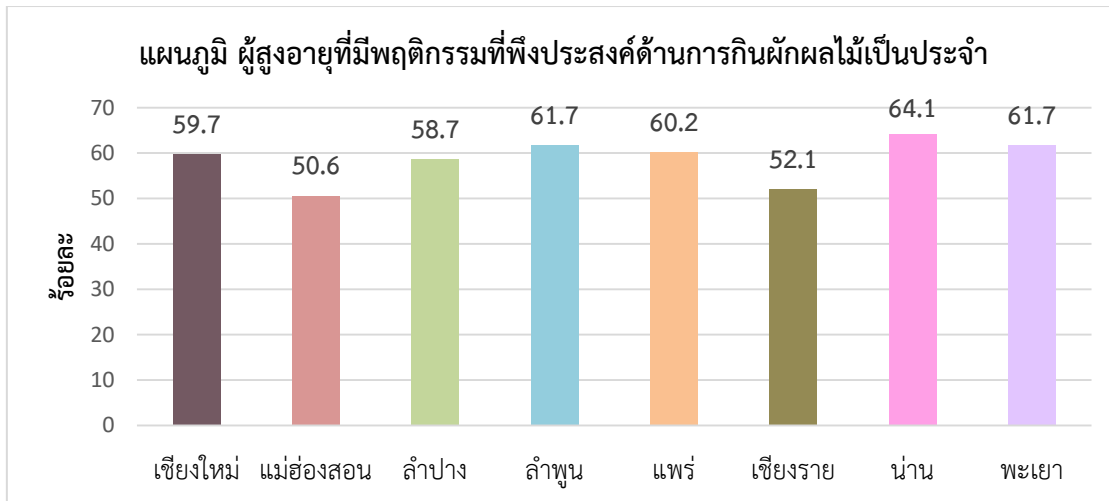
ด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำ (400 กรัม หรือ 5 ส่วนต่อวัน) แยกรายศูนย์อนามัย

ผลการดำเนินงานร้อยละประชากรผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ปี พ.ศ. 2563 จากข้อมูล HDC Service กระทรวงสาธารณสุข ข้อมูล ณ วันที่ 20 กันยายน 2563 พบว่า ภาพรวมประเทศ ผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 60.8 โดยศูนย์อนามัยที่ 7 มีผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ ร้อยละ 79.9 รองลงมาคือ ศูนย์อนามัยที่ 5 ร้อยละ 70.6 และศูนย์อนามัยที่ 11 ร้อยละ 67.8



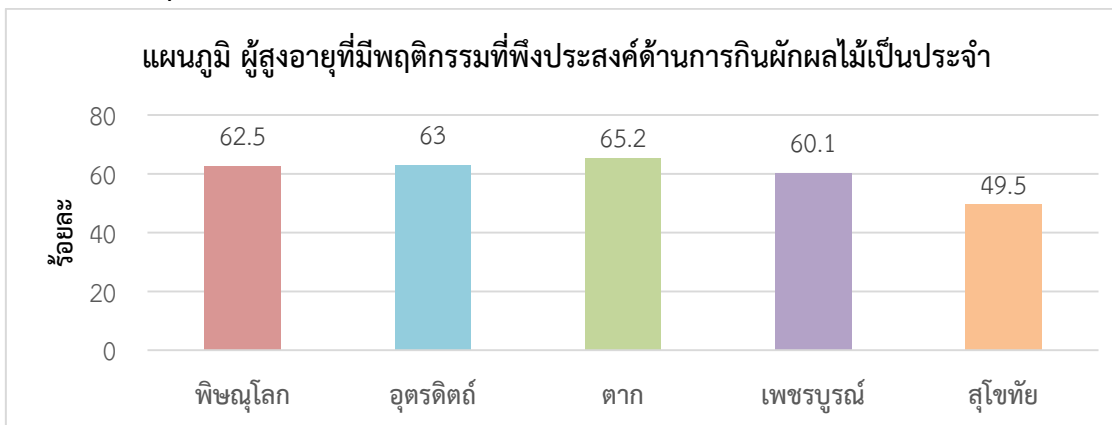
ที่มา: ข้อมูลจากการตอบแบบสำรวจ ผ่าน Application H4U ณ วันที่ 20 กันยายน 2563

ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่



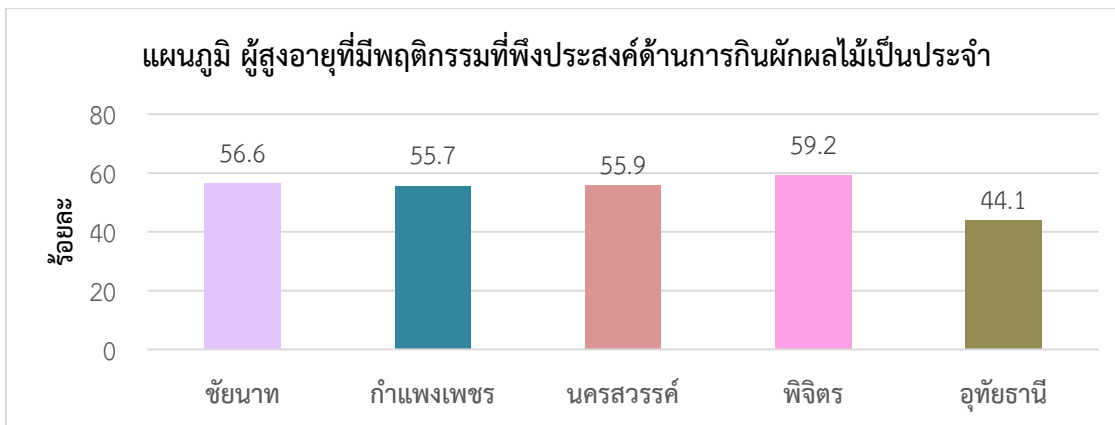
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดน่าน คิดเป็นร้อยละ 64.1 รองลงมาคือจังหวัดพะเยาและจังหวัดลำพูน คิดเป็นร้อยละ 61.7 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดแม่ฮ่องสอน คิดเป็นร้อยละ 50.6

ศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก



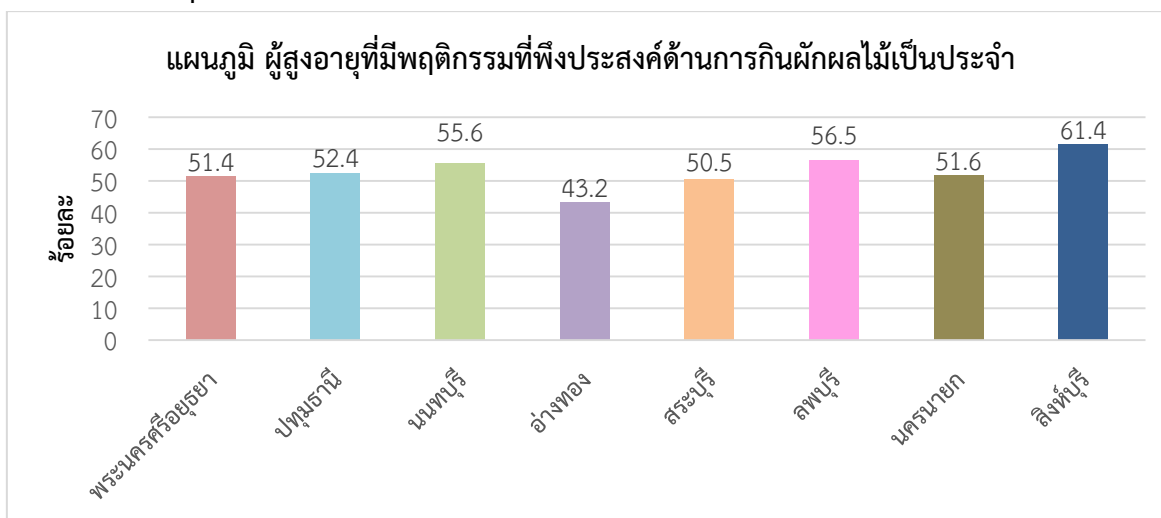
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดตาก คิดเป็นร้อยละ 65.2 รองลงมาคือจังหวัดอุตรดิตถ์ ร้อยละ 63 และจังหวัดพิษณุโลก คิดเป็นร้อยละ 62.5 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดสุโขทัย คิดเป็นร้อยละ 49.5

ศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์



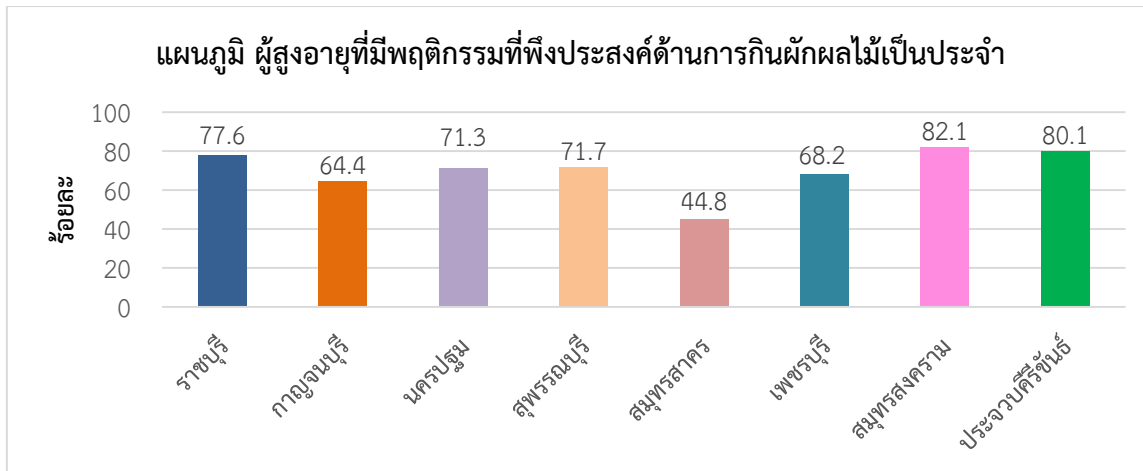
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์ พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดพิจิตร คิดเป็นร้อยละ 59.2 รองลงมาคือจังหวัดชัยนาท ร้อยละ 56.6 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดอุทัยธานี คิดเป็นร้อยละ 44.1

ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี



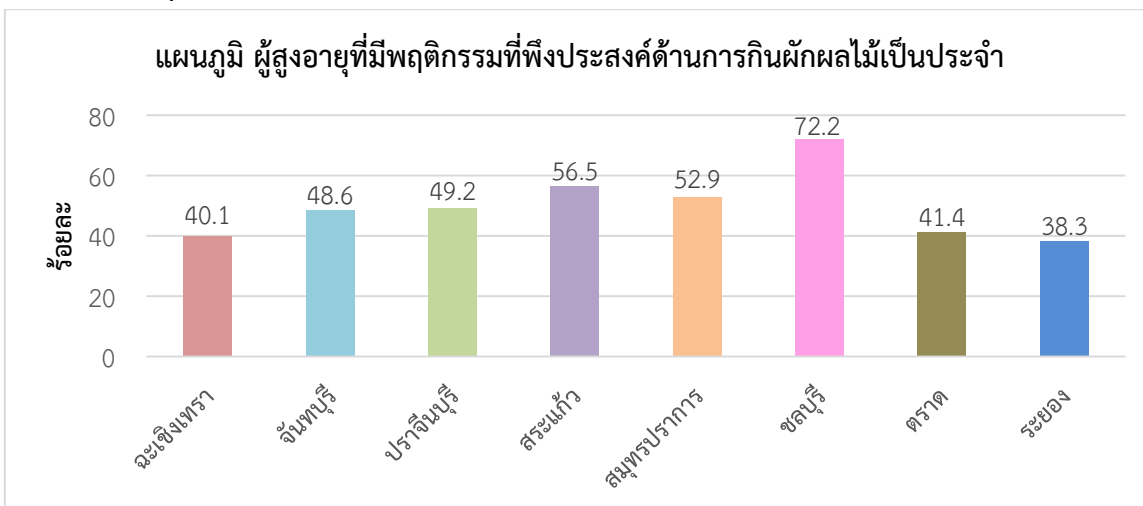
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดสิงห์บุรี คิดเป็นร้อยละ 61.4 รองลงมาคือจังหวัดลพบุรี ร้อยละ 56.5 และจังหวัดนนทบุรี คิดเป็นร้อยละ 55.6 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดอ่างทอง คิดเป็นร้อยละ 43.2

ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี



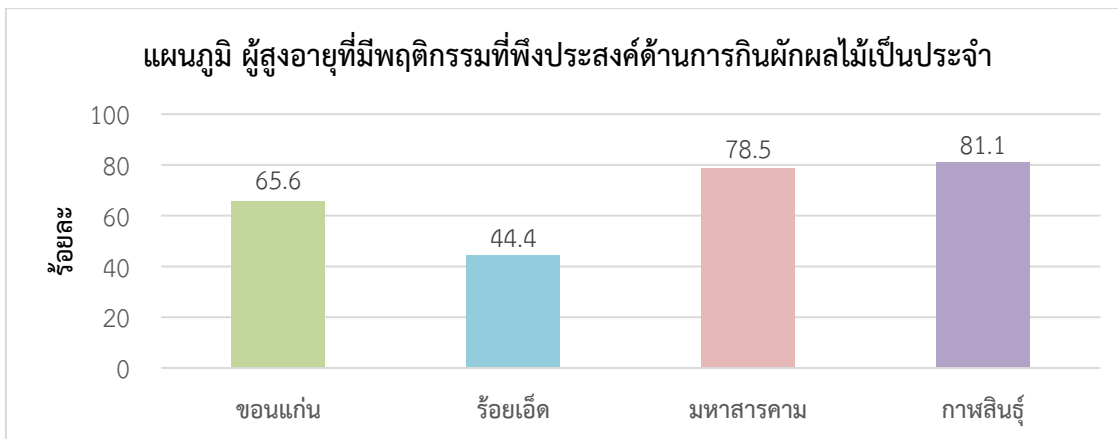
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดสมุทรสงคราม คิดเป็นร้อยละ 82.1 รองลงมาคือจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ร้อยละ 80.1 และจังหวัดราชบุรี คิดเป็นร้อยละ 77.6 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดสมุทรสาคร คิดเป็นร้อยละ 44.8

ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี



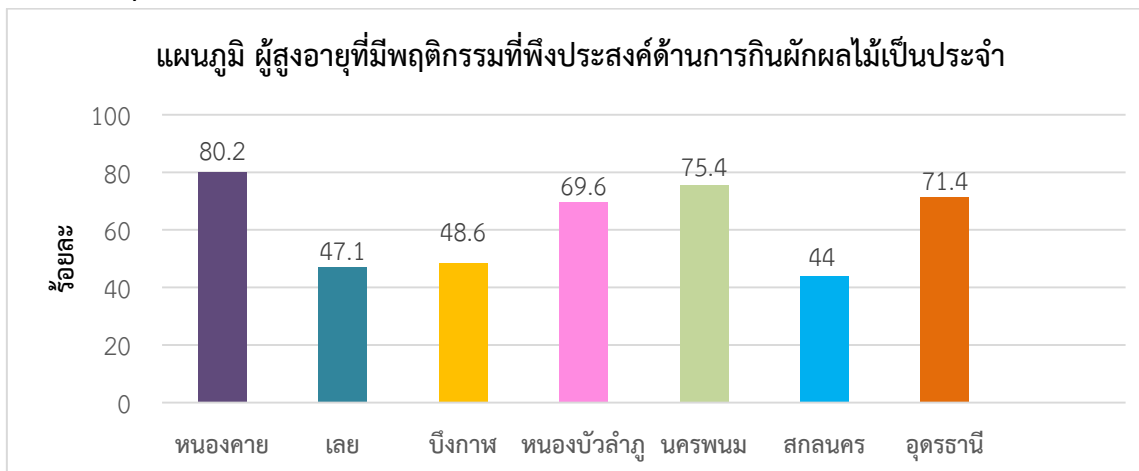
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดชลบุรี คิดเป็นร้อยละ 72.2 รองลงมาคือจังหวัดสระแก้ว ร้อยละ 56.5 และจังหวัดสมุทรปราการ คิดเป็นร้อยละ 52.9 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดระยอง คิดเป็นร้อยละ 38.3

ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น



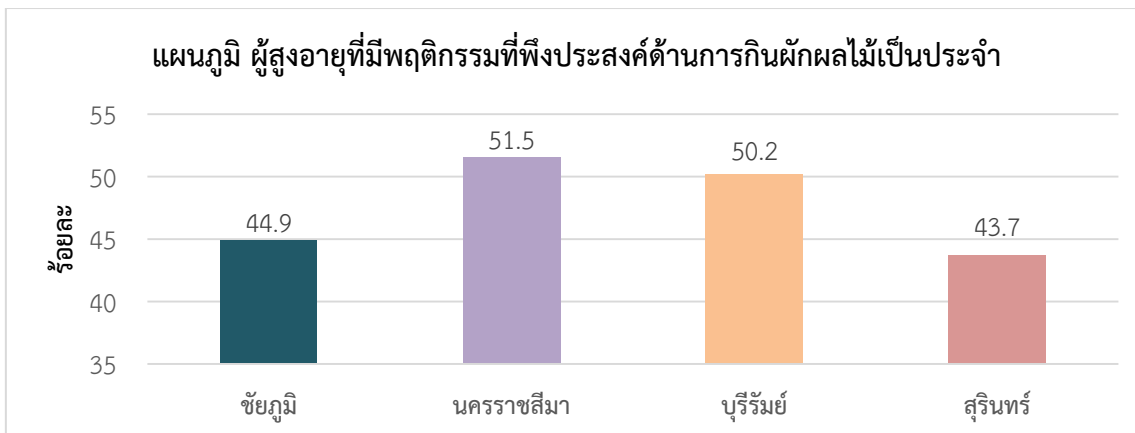
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดกาฬสินธุ์ คิดเป็นร้อยละ 81.1 รองลงมาคือ จังหวัดมหาสารคาม ร้อยละ 78.5 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดร้อยเอ็ด คิดเป็นร้อยละ 44.4

ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี



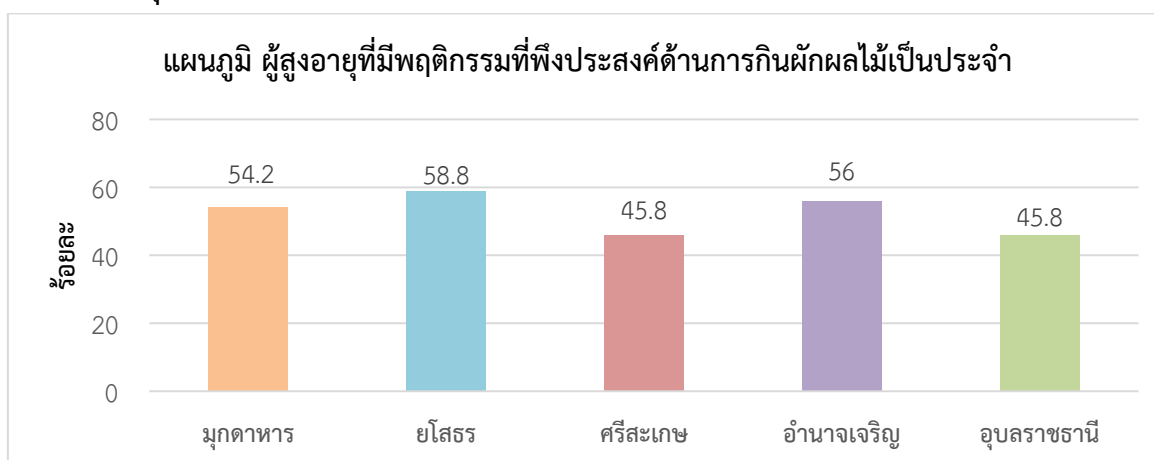
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดหนองคาย คิดเป็นร้อยละ 80.2 รองลงมาคือ จังหวัดนครพนม ร้อยละ 75.4 และจังหวัดอุดรธานี คิดเป็นร้อยละ 71.4 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดสกลนคร คิดเป็นร้อยละ 44

ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา



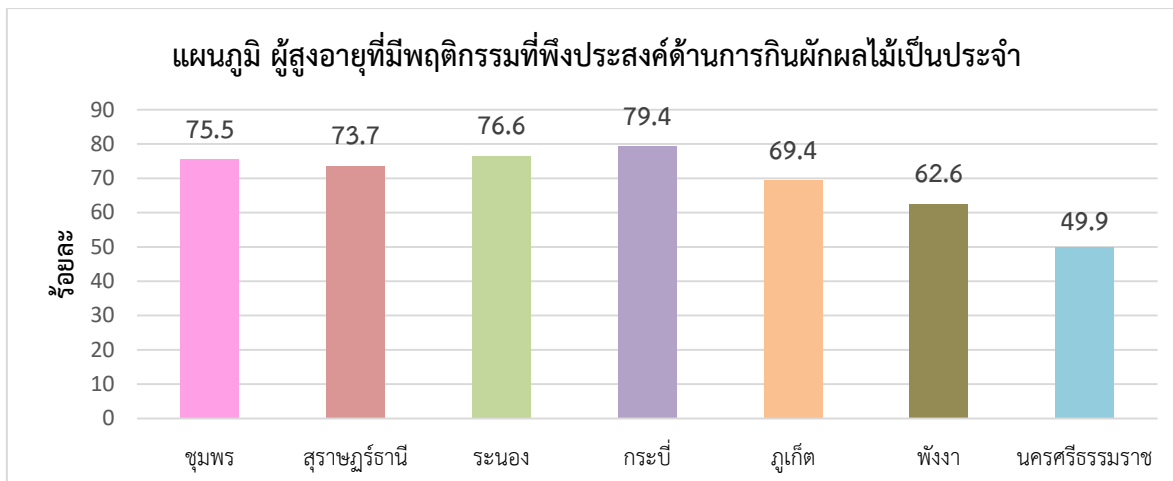
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดนครราชสีมา คิดเป็นร้อยละ 51.5 รองลงมาคือจังหวัดบุรีรัมย์ ร้อยละ 50.2 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดสุรินทร์ คิดเป็นร้อยละ 43.7

ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี



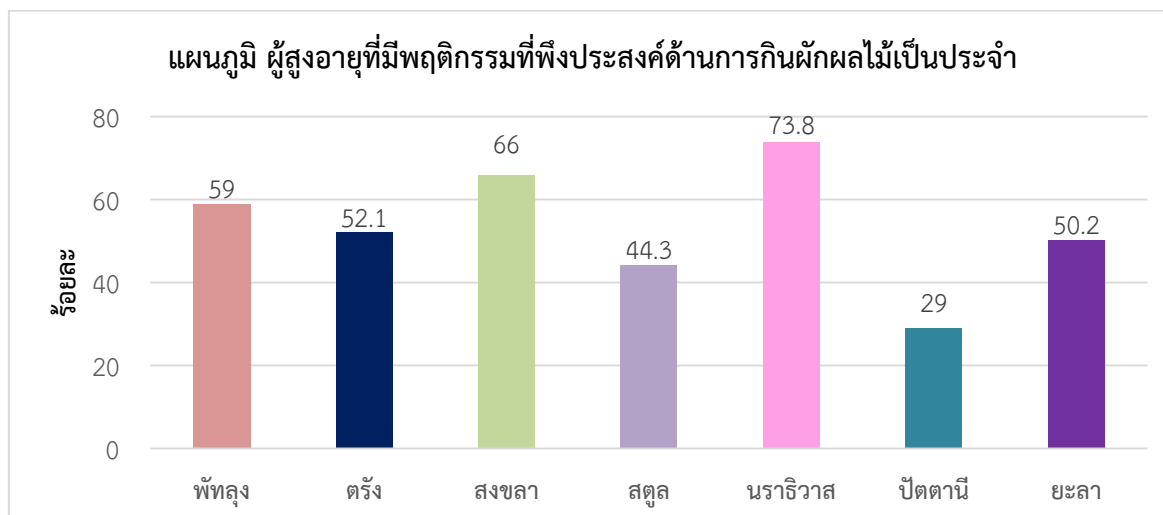
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี พบว่าจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดอำนาจเจริญ คิดเป็นร้อยละ 56 รองลงมาคือจังหวัดยโสธร ร้อยละ 58.8 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดศรีสะเกษและอุบลราชธานี คิดเป็นร้อยละ 45.8

ศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช



พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช พบว่า จังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดกระบี่ คิดเป็นร้อยละ 79.4 รองลงมา คือจังหวัดระนอง คิดเป็นร้อยละ 76.6 และจังหวัดชุมพร ร้อยละ 75.5 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดนครศรีธรรมราช คิดเป็นร้อยละ 49.9

ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา



พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำของศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา พบว่าจังหวัด ที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำมากที่สุด คือ จังหวัดนราธิวาส คิดเป็นร้อยละ 73.8 รองลงมาคือ จังหวัดสงขลา ร้อยละ 66 และจังหวัดพัทลุง คิดเป็นร้อยละ 59 สำหรับจังหวัดที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการกินผักผลไม้เป็นประจำน้อยที่สุด คือ จังหวัดปัตตานี คิดเป็นร้อยละ 29