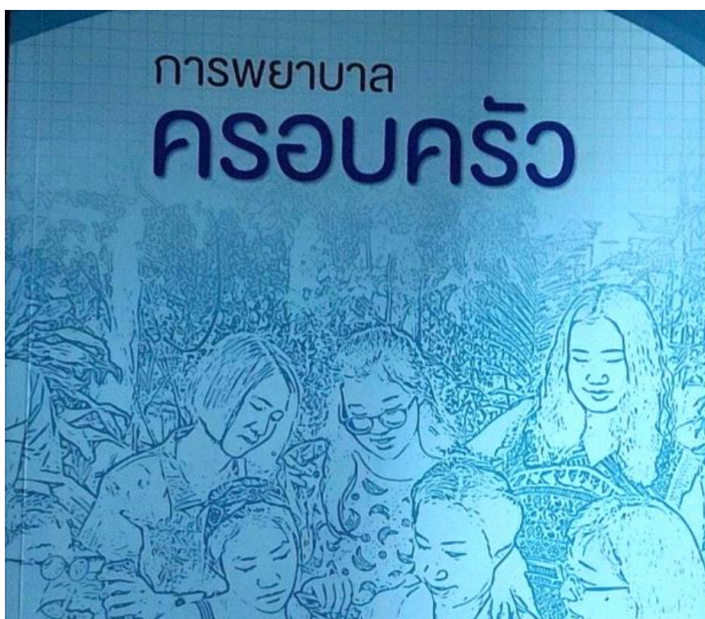


หน้าหลัก / ชุมชน-คุณภาพชีวิต / ข่าวประชาสัมพันธ์

เยียวยาสุขภาพ:ครอบครัวด้วย Health Literacy

เผยแพร่: 24 เม.ย. 2565 14:36 ปรับปรุง: 24 เม.ย. 2565 14:36 โดย: ผู้จัดการออนไลน์



"ครอบครัว" คือสถาบันทางสังคมที่เล็กที่สุด แต่สำคัญที่สุดเมื่อยามใดที่ต้องเจอกับอุปสรรคขวากหนามในชีวิต ด้วยพลังจากสถาบันทางสังคมที่เล็กที่สุด แต่แข็งแกร่งที่สุดนี้ จะช่วยเยียวยาทุกสิ่ง

เช่นเดียวกับการดูแลสุขภาพที่ดีและยั่งยืนที่สุด จะต้องเริ่มต้นที่สถาบันครอบครัว ซึ่งเครื่องมือที่จำเป็นที่สุดสำหรับสมาชิกทุกคนในครอบครัว คือ "ความรู้ทางสุขภาพ" (Health Literacy)

รองศาสตราจารย์ ดร.ยุพา จิวพัฒนกุล อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุขศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ประพันธ์ตำรา E-Book "หลักการพยาบาลครอบครัว" ซึ่งสามารถดาวน์โหลดได้ทางแอปพลิเคชัน MU PRESS เพื่อเป็น "คู่มือ Health Literacy ฉบับครอบครัว" ที่ใช้ประกอบการเรียนการสอนของนักศึกษาพยาบาล และสำหรับประชาชนทั่วไป เพื่อใช้เป็นกรณีศึกษาในการปรับใช้กับชีวิตประจำวัน จากประสบการณ์ที่สั่งสมอย่างยาวนานของผู้ประพันธ์เอง ในฐานะอาจารย์พยาบาล ขณะนำนักศึกษาพยาบาลลงพื้นที่เยี่ยมครอบครัวผู้ป่วยในชุมชนเป็นเวลาร่วม 2 ทศวรรษ

โดยผู้อ่านจะได้สัมผัสการใช้ศิลปะการพยาบาลที่ได้นำมาใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค ให้การพยาบาล และช่วยฟื้นฟูสุขภาพของบุคคลและครอบครัวให้สามารถเผชิญกับภาวะวิกฤติต่างๆ ที่เกี่ยวข้องับสุขภาพได้อย่างเหมาะสม

"ไม่มีใครที่จะดูแลและเข้าใจครอบครัวได้ดีไปกว่าคนในครอบครัว ซึ่งหลักการพยาบาลครอบครัว เริ่มต้นจากความเข้าใจในธรรมชาติของแต่ละครอบครัว เพื่อการตั้งรับ แก้ปัญหา และพึ่งพาตนเองได้อย่างเหมาะสมต่อไปในอนาคต" รองศาสตราจารย์ ดร.ยุพา จิวพัฒนกุล กล่าว

ซึ่งการวางแผนดูแลครอบครัวนั้น มีความแตกต่างกันไปในแต่ละระยะครอบครัว ตัวอย่างเช่น ครอบครัวที่มีหัวหน้าครอบครัวอยู่ในระยะผู้สูงอายุ ไม่เพียงหัวหน้าครอบครัวเท่านั้นที่จะต้องทำใจยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เสื่อมถอยลง สมาชิกในครอบครัวทุกคนก็ต้องมีการปรับตัวทำความเข้าใจไปพร้อมๆ กันด้วย เพื่อจะได้ให้การดูแลซึ่งกันและกันภายในครอบครัวได้อย่างเหมาะสมต่อไป

ในทางกลับกัน หากสมาชิกในครอบครัวขาดความรู้ในการดูแลสุขภาพ ก็จะไปสู่การมีพฤติกรรมทางสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ในเมื่อดูแลตัวเองไม่ได้ ก็ไม่อาจดูแลสมาชิกอื่นในครอบครัวได้ และสุดท้ายก็จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพโดยรวมของครอบครัวนั้นๆ ต่อไปด้วย

ท้ายที่สุดผู้ประพันธ์หวังให้ประชาชนชาวไทยทุกคนผ่านพ้นวิกฤติสุขภาพไปได้ด้วยพื้นฐานแห่งความรู้ทางสุขภาพจากครอบครัวที่เข้มแข็ง เพื่อจะได้มีพลังร่วมต่อสู้ภาวะวิกฤติต่อไปด้วยความมั่นคง และยั่งยืน

ผู้สนใจสามารถดาวน์โหลดตำรา E-Book "หลักการพยาบาลครอบครัว" ได้ทางแอปพลิเคชัน MU PRESS ทั้งในระบบ iOS และ Android พร้อมติดตามข่าวสารที่น่าสนใจจากมหาวิทยาลัยมหิดลได้ที่ www.mahidol.ac.th