

แบบวัดความรู้ด้านสุขภาพคนไทย (Thai Health Literacy Scales)

คำชี้แจง การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อประเมินและเปรียบเทียบสถานภาพด้านความรู้ด้านสุขภาพของประชาชนไทย ประกอบด้วย กลุ่มวัยเรียน กลุ่มวัยรุ่น กลุ่มวัยผู้ใหญ่ และกลุ่มสูงวัย ซึ่งเป็นแบบวัดความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถและทักษะที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยแบ่งประเด็นข้อคำถามออกเป็น 6 ตอน รวม 56 ข้อ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป (9 ข้อ)

ตอนที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ (8 ข้อ)

ตอนที่ 3 การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่เพียงพอต่อการปฏิบัติ (5 ข้อ)

ตอนที่ 4 การตรวจสอบข้อมูลและบริการสุขภาพ (6 ข้อ)

ตอนที่ 5 การสื่อสารและการสนับสนุนทางสังคม (17 ข้อ)

ตอนที่ 6 การจัดการสุขภาพตนเอง (11 ข้อ)

ผลการศึกษาข้อมูลทั้งหมดจะนำเสนอเป็นภาพรวม โดยไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบใดๆ ทั้งสิ้น จึงขอให้ท่านตอบตามความเป็นจริง เพื่อนำข้อมูลไปพัฒนาแนวทางในการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพประชาชนในแต่ละกลุ่มวัยต่อไป

หมายเหตุ เพื่อให้เข้าใจตรงกัน จึงให้ความหมายของคำสำคัญในแบบวัด ดังนี้

การบริการสุขภาพ หมายถึง การให้ความช่วยเหลือ ให้ข้อมูลสุขภาพ หรือการให้บริการที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของประชาชนผู้รับบริการสุขภาพจากแหล่งบริการภาครัฐเป็นหลัก

แหล่งบริการสุขภาพ หมายถึง โรงพยาบาล คลินิก ห้องสมุด ห้องพยาบาลในโรงเรียน หรือสถานศึกษาหรือองค์กร เว็บไซต์ด้านสุขภาพ สายด่วนสุขภาพ โปรแกรมที่ใช้งานบนมือถือ (application) ศูนย์การเรียนรู้สุขภาพ รายการวิทยุ-โทรทัศน์ สื่อเรียนรู้และบริการเพื่อสุขภาพ เป็นต้น

ผู้ให้บริการด้านสุขภาพ หมายถึง แพทย์ ทันตแพทย์ เภสัชกร พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้ช่วยพยาบาล อาจารย์หรือครูด้านสุขภาพอนามัยในโรงเรียนหรือสถานศึกษา อาสาสมัครสาธารณสุข เป็นต้น

ด้วยความขอบคุณเป็นอย่างยิ่ง

จาก กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข

หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับแบบสอบถาม กรุณาติดต่อ

รศ.ดร.อังคินันท์ อินทรกำแหง โทร. 089-1653520 แฟกซ์ 02-2620809, E-mail: ungsinun@gmail.com

ที่อยู่ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ถ.สุขุมวิท23 เขตวัฒนา กทม.10110

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

โปรดเติมคำในช่องว่าง และทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับตัวท่าน

1. ที่อยู่ ชื่อชุมชน/หมู่บ้าน ตำบล

อำเภอ จังหวัด.....

1. ในเขตเทศบาล 2. นอกเขตเทศบาล

2. เพศ 1. ชาย 2. หญิง

3. อายุ 1.อายุ 7 - 14 ปี 2. อายุ 15 - 24 ปี 3. อายุ 25 - 59 ปี 4.อายุ 60 - 75 ปี

4. การศึกษาสูงสุด หรือกำลังศึกษา

1. ไม่ได้เรียนหนังสือ 2. ประถมศึกษา หรือ ป.1-6
3. มัธยมศึกษาหรือ ม.1-ม.6 4. ปวช./ปวส./อนุปริญญาหรือเทียบเท่า
5. ปริญญาตรี 6. ปริญญาโทหรือสูงกว่า

5. สถานภาพสมรส

1. โสด 2. คู่ 3. หม้าย/หย่า/แยกกัน 4. อื่นๆ ระบุ.....

6. ลักษณะงานหรืออาชีพหลักของท่านคืออะไร

1. ใช้แรง/ทำไร่/ทำนา/ทำสวน/รับจ้างทั่วไป 2. ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว
3. พนักงานโรงงาน/บริษัทเอกชน 4. รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานราชการ
5. นักเรียน/นักศึกษา 6. ไม่ได้ทำงาน/อยู่บ้านเป็นแม่บ้านพ่อบ้าน
7. อื่นๆ ระบุ

7. ความพอเพียงทางเศรษฐกิจ

1. พอใช้ มีเหลือเก็บ 2. พอใช้ ไม่เหลือเก็บ 3. ไม่พอใช้ 4. ไม่พอใช้และมีหนี้สิน

8. ท่านมีโรคประจำตัว

1. ไม่มี
2. มี โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น อ้วน เบาหวาน ความดัน ไขมันสูง โรคหัวใจ มะเร็ง ไต โรคข้อ ฯลฯ
3. มี โรคติดต่อ เชื้อโรคติดต่อ เช่น โรคติดต่อเชิงเดินทางเดินหายใจ โรคปอด วัณโรค ไข้เรื้อรัง โรคเลือด ฯลฯ
4. อื่นๆ ระบุ.....

9. ในระหว่าง 7 วันที่ผ่านมา ท่านรู้สึกว่าคุณภาพของท่านเป็นอย่างไร

1. ดีมาก 2. ดี 3. ค่อนข้างดี 4. ค่อนข้างไม่ดี 5. ไม่ดี 6. ไม่ดีเลย

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน □ ที่ตรงกับตัวท่าน

ข้อที่	ข้อความประเมินจาก การรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง	ระดับความเป็นจริงที่เกี่ยวกับตัวท่าน				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
ตอนที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ						
1.	ฉันสามารถค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง เพื่อลดปัญหาสุขภาพที่ฉันกังวลอยู่ได้					
2.	ฉันสามารถค้นหาข้อมูลสุขภาพที่ถูกต้องได้จากหลายแหล่ง เช่น จากผู้รู้ จากสื่อสิ่งพิมพ์ สื่อออนไลน์ เป็นต้น					
3.	ฉันเปิดรับข้อมูลสุขภาพเสมอ เพื่อฉันจะได้เป็นผู้มีสุขภาพดี					
4.	ฉันสามารถค้นหาข้อมูลสุขภาพด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งใคร					
5.	ฉันสามารถค้นหาแหล่งบริการสุขภาพ ที่จะให้การช่วยเหลือในด้านสุขภาพของฉัน					
6.	ฉันสามารถไปพบแพทย์ บุคลากรสาธารณสุข หรือผู้ให้บริการสุขภาพได้ทุกเมื่อตามที่ต้องการ					
7.	ฉันมั่นใจว่า แหล่งบริการสุขภาพที่ฉันเลือกใช้นั้น สามารถให้ความช่วยเหลือได้ตรงกับความต้องการของฉัน					
8.	ฉันสามารถสืบค้น หาแหล่งบริการสุขภาพได้สอดคล้องกับสภาพปัญหาที่ฉันหรือคนในครอบครัวของฉันเป็นอยู่					
ตอนที่ 3 การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่เพียงพอต่อการปฏิบัติ						
9.	ฉันสามารถกรอกข้อมูลด้านสุขภาพได้ถูกต้องตามแบบฟอร์มของแหล่งบริการสุขภาพนั้นได้					
10.	ฉันสามารถปฏิบัติตามคำแนะนำในคู่มือ เอกสารหรือแผ่นพับที่เกี่ยวกับการป้องกันหรือดูแลรักษาสุขภาพได้					
11.	ฉันสามารถอ่านและเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพจากสื่อ เช่น สิ่งพิมพ์ แผ่นพับ โปสเตอร์ ใบสั่งแพทย์ โปรแกรมใช้งานบนมือถือ (application) และสื่อออนไลน์ (face book, line) ได้					
12.	ฉันรู้และเข้าใจในข้อมูลด้านสุขภาพที่เผยแพร่ทางโทรทัศน์ วิทยุ สื่อออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ อินเทอร์เน็ต ยูทูป (You tube) เพื่อสุขภาพ					
13.	ฉันรู้และเข้าใจในคำอธิบายของผู้ให้บริการสุขภาพ					
ตอนที่ 4 การตรวจสอบข้อมูลและบริการสุขภาพ						
14.	ก่อนที่ฉันจะตัดสินใจเลือกแหล่งบริการสุขภาพ ฉันจะสอบถามความต้องการที่แท้จริงของตนเองและคนในครอบครัวก่อน					

ข้อที่	ข้อความประเมินจาก การรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง	ระดับความเป็นจริงที่เกี่ยวกับตัวท่าน				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปาน กลาง (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
15.	ฉันมักเปรียบเทียบข้อมูลด้านสุขภาพนั้นก่อนที่จะตัดสินใจเชื่อหรือทำตาม					
16.	เมื่อมีข้อมูลด้านสุขภาพใหม่เข้ามา ฉันจะตรวจสอบความถูกต้องของแหล่งที่มาของข้อมูลนั้นก่อนที่จะตัดสินใจเชื่อหรือทำตาม					
17.	ฉันมักศึกษาเปรียบเทียบข้อมูลด้านสุขภาพจากหลายแหล่ง เพื่อยืนยันความเข้าใจที่ถูกต้องของตนเองก่อนที่จะบอกคนอื่นต่อ					
18.	ฉันรู้ว่าจะหาข้อมูลด้านสุขภาพที่ถูกต้องจากแหล่งใด เพื่อนำมายืนยันข้อมูลนั้น ก่อนที่จะเชื่อและทำตาม					
19.	ฉันมักสอบถาม หรือขอคำปรึกษาจากผู้รู้หรือผู้ให้บริการสุขภาพเกี่ยวกับข้อควรปฏิบัติในด้านสุขภาพนั้นก่อนที่จะทำตาม					
ตอนที่ 5 การสื่อสารและการสนับสนุนทางสังคม						
20.	ฉันมีผู้ให้บริการสุขภาพอย่างน้อย1คนที่สามารถให้คำแนะนำที่ถูกต้องกับฉันได้					
21.	ฉันมีผู้ให้บริการสุขภาพอย่างน้อย 1 คน ที่จะให้ข้อมูลด้านสุขภาพแก่ฉันได้					
22.	ฉันมีผู้ให้บริการสุขภาพอย่างน้อย 1คน ที่เป็นที่ปรึกษาได้ในช่วงที่ฉันมีปัญหาสุขภาพ					
23.	ฉันมีผู้ให้บริการสุขภาพอย่างน้อย 1 คน ที่ฉันไว้วางใจให้เป็นที่พึ่งหรือที่ปรึกษาด้านสุขภาพได้					
24.	ฉันมีผู้ให้บริการสุขภาพอย่างน้อย 1 คน ที่คอยให้กำลังใจกับฉันในการดูแลสุขภาพตนเอง					
25.	ฉันสามารถติดต่อสื่อสารกับบุคคลหรือกลุ่มคนที่มีความรู้ด้านสุขภาพได้					
26.	ฉันมีใครรอบข้างมากพอที่จะคอยช่วยเหลือฉันได้ หากฉันไม่สบายหรือเจ็บป่วย					
27.	ถ้าฉันต้องการความช่วยเหลือ ฉันมีญาติหรือเพื่อนที่พร้อมจะให้การช่วยเหลือฉันได้					
28.	ฉันมีใครรอบข้างอย่างน้อย 1 คนที่ให้การสนับสนุนกับฉันในการดูแลสุขภาพตนเอง					
29.	ฉันมีผู้สนับสนุนอย่างเข้มแข็งที่พร้อมเป็นกำลังใจให้กับฉัน					
30.	ฉันมั่นใจว่าผู้ให้บริการสุขภาพจะเข้าใจฉัน เมื่อมีการแลกเปลี่ยนพูดคุยกับฉัน					

ข้อที่	ข้อความประเมินจาก การรับรู้ความรู้สึก ความเชื่อมั่น ความสามารถ หรือทักษะด้านสุขภาพของตนเอง	ระดับความเป็นจริงที่เกี่ยวกับตัวท่าน				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปาน กลาง (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
31.	ฉันสามารถซักถามสิ่งที่ฉันเป็นกังวลหรือต้องการรู้กับผู้ให้บริการสุขภาพได้					
32.	ฉันสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้หรือแนวทางปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพกับผู้ให้บริการสุขภาพได้					
33.	ฉันซักถามเกี่ยวกับสุขภาพของตนเองกับผู้ให้บริการสุขภาพเพื่อการดูแลสุขภาพของตนเองได้ดียิ่งขึ้น					
34.	ฉันสามารถติดต่อขอข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพกับ ผู้รู้ด้านสุขภาพ เพื่อให้หายข้อสงสัยได้					
35.	ฉันมักพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้ให้บริการด้านสุขภาพ					
36.	ฉันสามารถถ่ายทอดข้อมูลด้านสุขภาพ ให้บุคคลอื่นยอมรับและเข้าใจในข้อมูลสุขภาพนั้นได้					
ตอนที่ 6 การจัดการสุขภาพตนเอง						
37.	ฉันมีข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพเป็นอย่างดีที่จะจัดการสุขภาพตนเอง					
38.	ฉันมีข้อมูลด้านสุขภาพเพียงพอที่จะดูแลสุขภาพตนเอง เมื่อยามเจ็บป่วยได้					
39.	ฉันมีข้อมูลด้านสุขภาพเพียงพอที่จะนำมาใช้ในการส่งเสริมและป้องกันการเจ็บป่วยของตนเองได้					
40.	ฉันมีข้อมูลด้านสุขภาพที่จำเป็น เพียงพอต่อการดูแลสุขภาพตนเอง					
41.	ฉันใช้เวลากับการทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพตนเองเป็นอย่างมาก					
42.	ฉันวางแผนทำกิจกรรมที่จำเป็นเพื่อการมีสุขภาพที่ดีของตนเอง					
43.	ถึงแม้ว่าฉันจะมีภารกิจมาก แต่ฉันก็ยังสามารถแบ่งเวลาเพื่อดูแลสุขภาพตนเองได้					
44.	ฉันตั้งเป้าหมายที่จะออกกำลังกาย ดูแลสุขภาพตนเองและจะทำให้ได้ตามที่ตั้งใจไว้					
45.	ฉันหมั่นสังเกตความผิดปกติของร่างกาย จิตใจตนเอง เพื่อคอยกำกับดูแลสุขภาพตนเองให้ดีขึ้น					
46.	ฉันปรับปรุงสิ่งแวดล้อมรอบตัวเพื่อให้ฉันอยู่ในสถานที่เหมาะสมต่อการมีสุขภาพที่ดีได้					
47.	ฉันเข้าร่วมทำกิจกรรมด้านสุขภาพกับผู้ให้บริการด้านสุขภาพ					

ขอขอบคุณในความร่วมมือเป็นอย่างดี