

“งานสร้างสุข”

กรณีสุขภาวะอันจับต้อง-มองเห็นได้

คำว่า “สุขภาวะ” เปลี่ยนแนวคิด “สุขภาพ” ปลุกตั้งคมให้ตื่นขึ้นมามองเห็นความเชื่อมโยงระหว่างทุกสิ่งอันเป็นองค์รวมสู่เป้าหมายแห่งความสุข

“งานสร้างสุข” ทำให้เราเข้าใจว่าจะเดินไปสู่หนทางไหนของสุขภาวะด้วยกัน ระดับภาคใต้จัดมาแล้ว 2 ครั้ง และกำลังจะจัดครั้งที่ 3 ระหว่าง 1-3 เมษายน 2552 ที่ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ในชื่อ งานสุขภาวะทางปัญญา วาระสร้างสุขของคนใต้ ปี 2551-2552

เหลียวกลับไปมองวาระสร้างสุขของคนใต้ครั้งแรก จัดที่อาคารเรียนรวมคณะ แพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เมื่อปี 2549 คราวนั้นในห้องย่อยที่ 4 ว่าด้วยการจัดการสุขภาพกับชุมชน โดยชุมชนพึ่งตนเอง มีปรากฏการณ์น่าสนใจว่าด้วยการลงนาม MOU แผนสุขภาพ

MOU อานิสงส์นับเนื่องจากงานสร้างสุขดังกล่าว แผนสุขภาพจังหวัดสงขลาจึงเดินสู่จุดหมายให้คนสงขลามีสุขภาวะที่ดีทั้งมิติทางกาย จิต สังคม และปัญญา นำกิจกรรมมากมายเกิดขึ้นในชุมชนบนความเชื่อมั่นในพลังเล็กๆ ที่แทบจะมองเห็นและจับต้องไม่ได้มาก่อน เมื่อคนเล็กๆ ลุกขึ้นมาทำในสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อนย่อมทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลง ดังคำพูดที่ว่า “เพียงผีเสื้อขยับปีก ย่อมสิ้นสะเทือนไปถึงดวงดาว”

กรณีตัวอย่างเชิงรูปธรรมต่อไปนี้ อาจพอทำให้มองเห็นการขับเคลื่อนสุขภาพในความหมายใหม่

แนวรบ “ขนมซอง” จุดเปลี่ยนที่บางตาน

การบริโภคขนมกรุบกรอบทำให้เด็กคนหนึ่ง ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก วัดบางตาน ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา สัมปวยเป็นโรคไต ทำให้ นางลักษณ์ ศรีชยา ภิวัดณ์ หรือครูเจี๊ยบ จริงจังกับโครงการสานสัมพันธ์ดูแลสุขภาพช่องปาก และโครงการลดปัจจัยเสี่ยงต่อพฤติกรรมบริโภคในเด็ก สองโครงการมาบูรณาการ เพื่อลดความเสี่ยงที่จะเกิดโรคจากการกินของเด็ก ตระหนักต่อพิษภัย และหาแนวทางป้องกันแก้ไข

กิจกรรมสืบเนื่องจากโครงการ มีทั้งให้ทันตบุคลากรมาตรวจฟันเด็ก การอบรมให้ความรู้ การแปรงฟัน ทั้งครู ผู้ปกครอง เอากิจกรรมเข้าไปสอดแทรกอยู่ในวันสำคัญอย่างวันเด็ก วันแม่

ครูเจียบบอกว่าสถานการณ์เด็กในสงขลา นิยมซื้อขนมและเครื่องดื่มจากแรงกระตุ้นของโฆษณา เลือกซื้อจากขนาดและสีส้มของบรรจุภัณฑ์มากกว่าคุณค่า ยังไม่ต้องพูดถึงว่าข้อมูลบนฉลากสินค้าเหล่านี้ยากแก่การเข้าใจ ไม่มีการเตือนถึงการถึงผลกระทบต่อสุขภาพหากบริโภคเกินพอเหมาะ ขนมรสชาติแปลกๆออกมาใหม่ทุกวัน บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปหลากหลายรสชาติ หลายมาเป็นอาหารหลักของเด็กบางคน นอกจากโรคในช่องปากแล้วเด็กจึงมีโอกาสสูงที่จะเป็น โรคอ้วน ขาดสารอาหาร ความดันโลหิตสูง ลำไส้อักเสบ ฯลฯ

แม้ปัญหาของสังคมที่ยิ่งใหญ่และสลับซับซ้อนมากขึ้น สิ่งที่ครูเจียบทำภายใต้การขับเคลื่อนของแผนสุขภาพจังหวัดสงขลา เกี่ยวกับเรื่องนี้ที่โดดเด่นอย่างหนึ่งคือค่อยๆ ทำกับสิ่งใกล้ตัวก่อน โดยการณรงค์แม่ค้าขายของหน้าโรงเรียนเลิกการขายของที่อันตรายต่อสุขภาพเด็ก นับเป็นการก้าวต่อไปอีกขั้นหนึ่ง

สุพรรณิ แดงดี แม่ค้าขายของหน้าศูนย์เด็กเล็กบางดานหันมาขายน้ำผลไม้สดอย่างเดียว เป็นน้ำผลไม้ทำเองทุกขั้นตอน ผลไม้บางอย่างได้มาจากการปลูกเอง แม้จะมีขั้นตอนยุ่งยากขึ้นกว่าการขายน้ำอัดลมแบบเดิม แต่อยากทำเพราะมองเห็นความสำคัญของปัญหาที่กำลังเกิดกับลูกหลาน

ทุกวันนี้โครงการครูเจียบขยายผลไปยังศูนย์เด็กเล็ก 7 แห่ง ในตำบลพะวง เธอมองว่าการแก้ที่เหตุคือร้านขายขนมเด็กและการตระหนักเรื่องนี้อย่างจริงจังจึงจะแก้ปัญหาได้ จึงยังเดินหน้าร่วมมือแม่ค้าลด เลิกการขายขนมอันตรายต่อไป

พื้นนาร้างเป็นนาดีบ้านโมย สิ่งที่ได้กลับคืนมากกว่าข้าว

ท้องทุ่งนาจำนวนมากในภาคใต้ ที่ถูกปล่อยทิ้งร้าง นางรอนีอะ ไกรสุวรรณ ผู้นำชาวบ้านโมยตก ตำบลนาหมอศรี อำเภอนาทวี จังหวัดสงขลา พลิกฟื้นวิถีทำนากลับมาอีกครั้ง

ก่อนที่ภูมิปัญญาแห่งการทำนาจะสูญหายไป เมื่อต้นปี 2550 นางรอนีอะชักชวนชาวบ้านมาทำนา จากการสนับสนุนของแผนสุขภาพจังหวัดสงขลา และพื้นฐานความคิดที่ว่า

-ต้องการศึกษาวิถีชีวิตของคนในชุมชน

-ศึกษาการดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนที่ผ่านมา และผลกระทบที่มีต่อวิถีชีวิต

-พัฒนาเศรษฐกิจพอเพียงให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของหมู่บ้าน

-ให้ชุมชนเห็นความสำคัญของการทำนากินเอง

-ขยายผลความสำเร็จไปสู่ขบวนการพัฒนาเศรษฐกิจชุมชนพึ่งตนเอง

-แก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์และยั่งยืน

-พัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นสุข พออยู่ พอกิน พอใช้

การทำนาของชุมชนบ้านโมยในอดีตมีอะไรซ่อนอยู่มากกว่าปากท้อง แต่หมายถึงทั้งชีวิต ความมั่นคง ปลอดภัยทางอาหาร การถ่ายทอดภูมิปัญญา ความร่วมมือร่วมใจของคนในครอบครัว สร้างความสามัคคีในชุมชนและชุมชนอื่น เกี่ยวโยงกับประเพณีวัฒนธรรม ทุกอย่างรวมกันเป็นความสุข

“พอเริ่มทำนาก็เห็นแล้วว่าทุกคนสนุก เขามีความสุขกัน ได้ภูมิปัญญาชาวบ้าน ความร่วมมือของชาวบ้านกลับมา ธรรมชาติกลับมาอุดมสมบูรณ์”นางรอปีอะเล่า

สภาฯอาหารปลอดภัยสงขลา ก้าวสำคัญแห่งสุขภาพองค์กรร่วม

ชาวสงขลาสามารถจัดตั้งสภาความร่วมมือเครือข่ายความปลอดภัยและความมั่นคงด้านอาหารจังหวัดสงขลาขึ้นได้สำเร็จ

อาจารย์ภาณุ พิทักษ์เผ่า นายกสมาคมเกษตรอินทรีย์วิถีไท และแกนนำสภาฯอาหารปลอดภัยจังหวัดสงขลา เล่าว่า สมาคมเกษตรอินทรีย์วิถีไทได้ส่งเสริมการทำเกษตรไร้สารพิษบนแนวคิด “ปลูกเพื่อกิน กินสิ่งที่ปลูก ถ้าเหลือขาย” เชื่อมต่อกับศูนย์เรียนรู้คุณธรรมเศรษฐกิจพอเพียง จัดอบรมเกษตรกรทุกภาคส่วน เพื่อสร้างมาตรฐานสินค้าไร้สารพิษ มีใบรับรองคุณภาพ ตรวจสอบได้

ศูนย์เรียนรู้คุณธรรมเศรษฐกิจพอเพียงสามารถผลิตเกษตรกรไร้สารพิษ เชื่อมโยงกับส่วนอื่น อย่างแผนสุขภาพจังหวัดสงขลา เป็นการเคลื่อนตัวแบบองค์กรร่วม โดยมีส่วนประกอบสำคัญ 4 ส่วนคือ

-ผู้ผลิต หรือเกษตรกร

-ผู้บริโภค

-ผู้ทำตลาด อย่างเช่น ชมรมผู้ประกอบการร้านอาหารปลอดภัย ภัตตาคาร
โรงแรม

-ผู้สนับสนุน เช่น กระทรวงสาธารณสุข

ทั้ง 4 ฝ่ายขยับไปยังพื้นที่ต่างๆ ภายใต้การหนุนเสริม ซึ่งกันและกัน อย่าง
โรงพยาบาลรับซื้อผักจากเกษตรกร การผลักดันตลาดกลางเกษตรปลอดภัย และ
รากฐานสำคัญคือการที่ได้สร้างเกษตรกรไว้สารพัดจำนวนมากกลับสู่ชุมชน พวกเขา
พร้อมกลับไปสร้างศูนย์เรียนรู้ในชุมชน และสร้างกระแสการบริโภคอาหารปลอดภัย
อย่างยั่งยืน

“มันเป็นเรื่องของ การเสริมสร้างสุขภาพ และการพึ่งตนเองในเรื่องเศรษฐกิจ
พอเพียงเป็นเรื่ององค์รวม” อาจารย์ภานุเล่า ไม่ได้หมายถึงสุขภาพทางกายอย่างเดียว
กรณีการจัดอบรมของศูนย์เรียนรู้คุณธรรมเศรษฐกิจพอเพียง สอนทุกเรื่องเกี่ยวกับชีวิต
โดยหลักศาสนาเรื่องนี้กำลังขยายผลออกไปในวงกว้างออกไปเรื่อยๆ ไม่เฉพาะจังหวัด
สงขลา

แผนสุขภาพตำบล ยุติปัญหาปิตตาอบน้ำ

จากแผนสุขภาพจังหวัดสงขลา พัฒนาสู่แผนสุขภาพตำบล สำหรับชาวบ้านห้วย
โอน ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัตนบุรี พวกเขาใช้แผนตำบลในการแก้ปัญหาเรื้อรัง
เกี่ยวกับน้ำประปาหมู่บ้าน

“น้ำประปาที่นี้ขุ่นมาก บอกไม่ถูกว่าอย่างไร ต้องทำใจหลับตาอบน้ำ” หะเส็ม
โอะหมาน ประธานประชาคมบ้านห้วยโอน และรองประธานแผนสุขภาพตำบล
กำแพงเพชร เล่า กว่า 8 ปีที่เขาต่อสู้เรื่องนี้มา

สาเหตุที่น้ำประปาขุ่น เนื่องมาจากแหล่งน้ำดิบมีตะกอนมาก ผลสืบเนื่องมาจาก
บริเวณป่าต้นน้ำมีการตัดไม้ทำลายป่า ขุดดินลูกรังขาย ไม่รวมถึงกระแสที่โรงงาน
อุตสาหกรรม วางแผนจะสร้างโรงงานอยู่ต้นน้ำ แต่ชาวบ้านออกมาคัดค้านทัน

หน่วยงานรัฐเข้ามาช่วยแก้ไขปัญหาที่ปลายเหตุ เช่นสร้างแท็งก์กรองน้ำขนาดใหญ่
ใหญ่ แต่น้ำไม่พอจ่ายทุกครัวเรือน ต้องซื้อน้ำจากภายนอกมาดื่มสร้างภาระค่าใช้จ่าย
ให้กับชุมชน

ที่ผ่านมามหาวิทยาลัยมหัศจรรย์ การแก้ปัญหาจากภาคการเมือง นักการเมืองลงมาหา
เสียงขายฝัน ด้วยการรับปากว่าจะแก้ปัญหาให้ แต่ไม่เคยลงมือทำจริงจัง

การใช้แผนสุขภาพตำบล มีการจัดประชุมชี้แจงคณะกรรมการประจำหมู่บ้าน เพื่อสอบถามสภาพปัญหา ความต้องการและเชิญชวนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาร่วมให้ความเห็นและข้อเสนอแนะ จนนำไปสู่การแก้ปัญหาได้อย่างยั่งยืน

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดัตต : ต้นแบบความร่วมมือ

อัจฉิมา พรรณนา นักวิชาการสาธารณสุข 7 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสงขลา เป็นแกนนำขับเคลื่อนแผนสุขภาพจังหวัดสงขลาประเด็นอุบัติเหตุ โดยที่ผ่านมามีสนใจกลุ่มเด็ก เยาวชนและสถานศึกษา เพราะเห็นว่าอุบัติเหตุเกิดกับคนกลุ่มนี้ค่อนข้างรุนแรง จึงเป็นที่มาของการเข้าไปเชื่อมกับโครงการทักษะชีวิตของโรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ

แนวคิดพื้นฐานของทักษะชีวิต ว่าด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการปัญหาต่างๆ ตัว ในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ สารเสพติด บทบาทชาย-หญิง ชีวิต ครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ สิ่งแวดล้อม จริยธรรม และปัญหาสังคม

อุบัติเหตุสามารถเชื่อมโยงกับเรื่องทักษะชีวิตได้ มีการออกแบบโมเดลให้สอดคล้องกับปัญหาอุบัติเหตุ สารสำคัญคือทุกฝ่ายจะเข้ามามีบทบาทในการแก้ปัญหา ไม่ว่าจะเป็นตำรวจ สถานีเรียน เครือข่ายนักเรียนเก่า ผู้ปกครองเครือข่าย ชุมชน เครือข่าย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นต้นเข้ามาทำงานร่วมกัน

อาจารย์ณรงค์ ชุ่มทอง รองผู้อำนวยการโรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดัตตคือการทุกองค์กรที่เกี่ยวข้องมาประชุมร่วมกันและคิดวิเคราะห์สภาพทั่วไป เพื่อกำหนดกลยุทธ์ แผน โครงการต่างๆ เกิดผลน่าพอใจและพร้อมจะให้โมเดลนี้ไปใช้ และหลายองค์กรกำลังสนใจ

....

เหล่านี้ล้วนเป็นกรณีส่วนหนึ่งเชื่อมโยงให้เห็นแนวคิดใหม่เชิงสุขภาพในงานสร้างสุข ที่ไม่ต้องพูดถึงความคิดเชิงเดี่ยวเฉพาะ โรค โรงพยาบาล หมอ พยาบาล เครื่องมือการแพทย์ หรือ ยา อย่างที่เป็นมาอีกต่อไป เพราะ “สุขภาวะ” ย่อมหมายถึงองค์รวมดังกล่าวแล้วนั่นเอง.