

**รายงานผลการไปศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย ดูงาน ประชุมและสัมมนา ณ  
ต่างประเทศ**

**ของข้าราชการกรมอนามัย (One - Page Report)**

ชื่อ-สกุล.....พลอย กองกุด.....ตำแหน่ง.....นายแพทย์ชำนาญการ.....

หน่วยงาน.....ศูนย์อนามัยที่ 6.....

**ชื่อหลักสูตรการศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย /ชื่อการประชุม สัมมนา และดูงาน**

...Master of Public Health International Course in Health Development.....

**รายนามผู้ลาการศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย ดูงาน ประชุมและสัมมนา ณ  
ต่างประเทศ**

**(ชื่อ-สกุล/ตำแหน่ง/หน่วยงาน)**

....พลอย กองกุด นายแพทย์ชำนาญการ ศูนย์อนามัยที่ 6 .....

ระหว่างวันที่.....14 กันยายน 2562 – 4 กันยายน 2563.....แหล่งงบประมาณ...ทุน Orange Knowledge  
Program และทุนก.พ.....

สถานที่..Royal Tropical Institute, Amsterdam, the Netherlands.....

**วัตถุประสงค์**

....เพื่อศึกษาต่อระดับปริญญาโทด้านการสาธารณสุข.....

**ผลการศึกษา ฝึกอบรม ปฏิบัติงานวิจัย ดูงาน ประชุมและสัมมนา ณ ต่างประเทศ (และเปรียบเทียบกับประเทศไทยเป็นอย่างไร)**

การเรียนปริญญาโททางด้านการสาธารณสุขของสถาบัน Royal Tropical Institute ค่อนข้างเข้มข้นเนื่องจาก  
ระยะเวลาการเรียนรวมถึงการทำวิทยานิพนธ์รวมแล้วเป็นเวลาหนึ่งปี ซึ่งต่างจากที่อื่นที่มีระยะเวลาส่วนใหญ่  
สองปี. ในเนื้อหาการเรียนนั้นมีการเรียนเรื่องสถิติ การทำงานวิจัย การวางแผนทางด้านสาธารณสุข นโยบาย  
การจัดการและการบริหารทางด้านการเงินและจบบทด้วยการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งการเรียนนั้น ส่วนใหญ่นั่นทั้ง  
เรื่องทฤษฎีและปฏิบัติ ในห้องเรียนเป็นการเรียนรู้แบบแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของทั้งอาจารย์ผู้สอนและ  
นักเรียน และมีกิจกรรมงานกลุ่มตลอดเวลาโดยเน้นให้ทุกคนมีส่วนร่วมและผลัดเปลี่ยนหน้าที่กันไป การเรียน  
และการทำงานกลุ่มนั้นได้นั้นให้นักเรียนรู้จักการคิดอย่างมีหลักการ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการแก้ปัญหาและ  
ส่งผลให้เกิดความสำเร็จในงานที่ทำ นอกจากวิชาหลักเกี่ยวกับงานด้านสาธารณสุขที่ต้องเรียนแล้ว. ยังมีวิชา  
เรียนที่ช่วยเพิ่มพูนทักษะการเรียนรู้และการสื่อสาร ซึ่งเป็นการฝึกปฏิบัติจริง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการได้วาทะ  
การพูดเพื่อชี้แจงนโยบายแก่ผู้บริหารและการทำงานเป็นทีม.....

**ประโยชน์จากการไปศึกษา ฝึกอบรม ประชุม สัมมนา และดูงาน (ทั้งส่วนวิชาการและการบริหารจัดการ)**

เข้าใจระบบการจัดการสาธารณสุขโดยเฉพาะในกลุ่มประเทศด้อยพัฒนาและประเทศกำลังพัฒนา ได้เรียนรู้การ  
ทำงานวิจัยเพื่อให้มีประสิทธิผลและเกิดผลลัพธ์ในการพัฒนาระบบสาธารณสุขประเทศ และสุขภาพของ

ประชาชน. ได้เรียนรู้แนวทางและวิธีการเรียนที่เน้นการวิเคราะห์และปฏิบัติจริง. ได้เรียนรู้ระบบสุขภาพของ ประเทศเนเธอร์แลนด์ซึ่งอาจจะมีพื้นฐาน วัฒนธรรม และเศรษฐกิจต่างกันแต่บางกระบวนการสามารถนำมา วิเคราะห์เพื่อปรับเปลี่ยนในประเทศไทยได้. และสุดท้ายได้มีโอกาสทำงานวิจัยซึ่งเป็นวิทยานิพนธ์เรื่องปัจจัยที่มี ผลต่อการหกล้มในผู้สูงอายุในภาคตะวันออก ซึ่งทำให้เข้าใจสภาวะสุขภาพและสาเหตุของภาวะดังกล่าวในเขต สุขภาพที่6.....

**ข้อเสนอเชิงนโยบายหรือการดำเนินการต่อกรมอนามัย/กระทรวงสาธารณสุข**

จากงานวิจัยวิทยานิพนธ์ได้ข้อสรุปเรื่องปัจจัยของการหกล้มในผู้สูงอายุซึ่งมีทั้งปัจจัยส่วนบุคคลส่วนบุคคลและ สภาวะสุขภาพ เช่น ภาวะน้ำหนัก รอบเอวเกิน และการได้ยินบกพร่อง ปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อมเช่น บริเวณ รอบบ้านมีหินและทางเดินขรุขระ และทางเดินลาดชัน ซึ่งนอกจากนี้ยังได้พบปัจจัยอื่นๆที่มีส่วนเกี่ยวข้องจาก การวิเคราะห์วิทยานิพนธ์ในประเทศไทยและต่างประเทศ ซึ่งจากผลสรุปนี้ได้นำมาสู่ข้อเสนอแนะต่อกรมอนามัย และกระทรวงสาธารณสุขด้านวางแนวทางที่ชัดเจนเรื่องนโยบายการป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ ซึ่งการ ป้องกันอาจจะแตกต่างกันไปตามกลุ่มอายุและเพศของผู้สูงอายุ นอกจากนี้การป้องกันการหกล้มในเรื่องการ ปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมเพื่อให้เอื้อแก่ผู้สูงอายุนั้นสำคัญในสถานที่ต่างๆ เช่น โรงพยาบาล สถานดูแลผู้สูงอายุ และในชุมชน.....

ลงนาม..... พลอย กองกุด.....ผู้จัดทำ

(.....นางสาวพลอย กองกุด.....)

วันที่.....29 กันยายน 2563.....

Report on Master of Public Health Course in the Netherlands

(One - Page Report)

**Full Name of Participants:**

**Name** Ploi Kongkoot **Position:** Medical Physician,

Professional Level

**Institution:** Royal Tropical Institute

**Duration:** 1 year **Place:** Amsterdam, the Netherlands

**Objectives:**

Study Master of Public Health International Course in Health Development

**Results of the Study: (including comparison with Thailand)**

The Public Health International Course in Health Development, which provides by Royal Tropical Institute is intensive course.

This master level of education is aimed to educate, train, and make sure that students have sufficient practical skills and knowledge to improve their professional career within one year.

Comparing to the same master course in Thailand, which provided in 2 academic years. This course has module in epidemiology, health planning, qualitative research, health policy and health planning, with the finally step of writing master thesis.

I have noticed that learning process in the Netherlands is the effective way when most classes were focus on engaging of students point of view and idea. Thinking critically is one of the most important strategies of learning and working that help to solve the problem and achieve the goal. Moreover, in this course has LCS (learning and communication skills) module that gave us real crucial practice such as debate, an elevator pitch, working in team.

**Advantages of attending the Study:**

Understand Public Health and gained research and communication skills. I have experienced effective learning method from the Netherlands. Understand health system in the Netherlands, which will help to find the way to improve health system in Thailand. Doing master thesis in the topic of "Factors related to falls among the elderly in Eastern Thailand" made me understand more about this issue in my area.

**Suggestion and recommendation to DoH and MoPH:**

Regards to master thesis I had done in the topic of the related factors to falls among the elderly in Eastern Thailand, I have found that individual and environmental factors are associated to falls. For instant, High BMI, excessive waist circumference, hearing impairment, using sleeping pills are risk factors of falls as same as area around the with rocks and incline pathway. The result of this research has brought to recommendations to develop falls interventions in policy level, which options should be different due to different risks of falls between different age groups and genders. Introducing guideline of falls prevention would be advantages, which should include environmental hazards modification in health facilities, care facilities and communities.

**Signature**                     ๙๙๙๙ ๙๙๙๙                    

**Reporter**

**Date** 29 September 2020