

อุปสรรคของการสร้างเสริมสุขภาพ

การสร้างเสริมสุขภาพ เป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคล ชุมชน และสังคม มีศักยภาพในการควบคุมปัจจัยต่างๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพดี ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยไม่เพียงมุ่งเน้นที่การป้องกันโรค แต่ยังส่งเสริมให้คนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างยั่งยืน ความหมายของคำนี้มีความชัดเจน เข้าใจง่าย แต่ในทางปฏิบัติทำได้ยาก มิฉะนั้น พลเมืองโลกก็คงมีสุขภาพที่ดีกันหมดแล้ว โดยในชีวิตจริง มักพบอุปสรรคหลายด้าน ทั้งในระดับบุคคล ชุมชน และระบบสุขภาพ ผู้เกี่ยวข้องจึงควรมีความเข้าใจต่ออุปสรรคดังกล่าว เพื่อจะสามารถแก้ไขปัญหาลดอุปสรรคได้อย่างตรงจุด

ในทางวิชาการ สามารถแบ่งปัญหาอุปสรรคของงานสร้างเสริมสุขภาพได้เป็นหมวดหมู่ดังนี้

1. อุปสรรคระดับบุคคล

ปัญหาสำคัญคือ การขาดความรู้และความตระหนักของประชาชนเกี่ยวกับความจำเป็นและคุณประโยชน์ของงานสร้างเสริมสุขภาพ เช่น ไม่เข้าใจความสำคัญของปัญหาสุขภาพ ไม่ทราบถึงภาวะทางร่างกายที่เป็นอยู่สามารถนำไปสู่ความเจ็บป่วยได้ (เช่น ไม่รู้ว่าการสูบบุหรี่นำไปสู่โรคหัวใจและหลอดเลือด) หรือมีทัศนคติและพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ ซึ่งรวมถึงความเชื่อที่ผิดๆ (ร่างกายแข็งแรงดี ไม่จำเป็นต้องตรวจสุขภาพ ไม่เห็นประโยชน์ของการฉีดวัคซีนป้องกันโรค) มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนยาก เช่น สูบบุหรี่ รับประทานอาหารไร้สุขภาพ รวมทั้งขาดแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม รวมถึงการมีข้อจำกัดในการเข้าถึงบริการหรือสวัสดิการด้านการสร้างเสริมสุขภาพ (เช่น เข้าไม่ถึงบริการตรวจคัดกรองโรคต่างๆ) และขาดกำลังทรัพย์ในการจัดหาอุปกรณ์หรือบริการสร้างเสริมสุขภาพที่จำเป็น

2. อุปสรรคระดับสังคมและสิ่งแวดล้อม

อุปสรรคด้านสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อสุขภาพมีมากมาย เช่น พื้นที่ออกกำลังกายไม่เพียงพอหรือเข้าถึงยาก อาหารสุขภาพมีราคาแพง หรืออาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เสี่ยงต่อโรค เช่น น้ำไม่สะอาด อากาศไม่บริสุทธิ์ มีสิ่งแวดล้อมที่ปนเปื้อนด้วยมลพิษ เป็นต้น ในด้านของวัฒนธรรมและค่านิยม มีส่วนสำคัญที่เป็นอุปสรรคต่อการสร้างเสริมสุขภาพ เช่น งานประเพณีที่มีการดื่มแอลกอฮอล์ การมีวามสัมพันธ์ทางเพศที่ไม่ปลอดภัย เป็นต้น นอกจากนี้ ความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงบริการสุขภาพก็เป็นอุปสรรคสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพของคนชนบทหรือกลุ่มเปราะบางในสังคม

3. อุปสรรคระดับระบบสุขภาพ

ปัญหาสำคัญในระดับนโยบายคือ การขาดกฎหมายหรือมาตรการที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี เพราะในปัจจุบัน กฎหมายควบคุมอาหารขาดความเคร่งครัด ปล่อยให้มีการจำหน่ายอาหารที่เสี่ยงต่อสุขภาพ (อาหารหวานจัด เค็มจัด โดยไม่มีการควบคุมความเยื่อหุ้มของการควบคุมป้องกันบุหรี่ไฟฟ้าและสารเสพติดต่างๆ) การเน้นระบบรักษาโรคมากกว่าการส่งเสริมป้องกันโรค และการที่บุคลากรสาธารณสุขไม่ให้ความสำคัญต่องานสร้างเสริมสุขภาพ รวมถึงความจำกัดของการสื่อสารสุขภาพ ซึ่งให้ข้อมูลไม่ชัดเจน และไม่สามารถสู้กับอิทธิพลของการโฆษณาอาหารหรือผลิตภัณฑ์ไร้สุขภาพ

เมื่อทราบถึงอุปสรรคทั้ง 3 ระดับแล้ว แนวทางการแก้ปัญหาที่จะชัดเจนขึ้น โดยมุ่งดำเนินการให้ตรงจุด เช่น หากเป็นระดับบุคคล ก็ต้องเน้นการสร้างความรู้ทางสุขภาพกันให้กว้างขวางเพื่อพัฒนาความรู้และทักษะของประชาชนทุกกลุ่มวัยในทุกพื้นที่ให้มีศักยภาพในการควบคุมปัจจัยต่างๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพ นำไปสู่การมีสุขภาพดี ในขณะที่เดียวกัน ก็ปรับสิ่งแวดล้อมให้สนับสนุนหรือรองรับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของประชาชนอย่างทั่วถึง รวมทั้งกำหนดนโยบายที่มุ่งเน้นการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนให้เทียบเท่าหรือไม่น้อยกว่านโยบายด้านการรักษาพยาบาล ให้สมกับทิศทางหนึ่งที่กำหนดไว้ในกฎบัตรอตตาวา ซึ่งระบุว่า ให้ปรับระบบบริการสุขภาพที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ หรือ “reorienting health services”

สรุป การสร้างเสริมสุขภาพต้องเผชิญอุปสรรคหลายระดับ แต่สามารถแก้ไขได้ด้วยความร่วมมือของทุกภาคส่วน ทั้งการปรับพฤติกรรมบุคคล การปรับสภาพแวดล้อม และการผลักดันนโยบายสาธารณะที่เอื้อต่อสุขภาพ