



# การประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และถอดบทเรียน ต้นแบบผู้สูงอายุสุขภาพและสุขภาพช่องปากดี ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ระหว่างวันที่ ๑๗ - ๑๘ ตุลาคม ๒๕๖๒ ณ โรงแรมริชมอนด์ จังหวัดนนทบุรี

กรมอนามัย  
DEPARTMENT OF HEALTH

สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และถอดบทเรียนต้นแบบผู้สูงอายุสุขภาพและสุขภาพช่องปากดี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อถอดบทเรียนการดูแลสุขภาพช่องปากของผู้สูงอายุ ที่มีสุขภาพช่องปากดี ทั้งการดูแลด้วยตนเองหรือโดยผู้ที่เกี่ยวข้อง

วันที่ ๑๗ ตุลาคม ๒๕๖๒

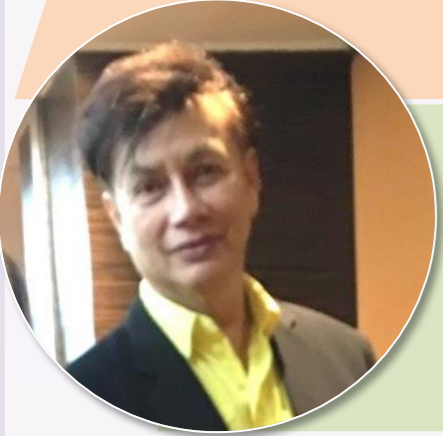


การประชุมครั้งนี้ได้รับเกียรติจากผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุขเป็นประธาน และมีผู้เข้าร่วมประชุมจำนวน ๑๓๐ คน ประกอบด้วย ทันตบุคลากร บุคลากรสาธารณสุข นักวิชาการ จากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ศูนย์อนามัยเขต ๑ - ๑๒ สถาบันพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง รวมทั้งผู้สูงอายุ ผู้ดูแลและผู้เกี่ยวข้อง

“ การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่น ด้วยหลัก **5อ** การออกกำลังกายด้วยท่าทางที่เหมาะสม รักษา**อารมณ์**ให้มีสุขภาพจิตดีอยู่เสมอ อยู่ในที่**อากาศ**ถ่ายเทดี **อุจจาระ**

ต้องระวังอย่าให้ท้องเสียหรือท้องผูก **อาหาร**เป็นอาหารและผักพื้นบ้าน เช่น ชีเหล็ก บัวบก ค่ะน้า กลัวยน้ำว่า ฯลฯ เพื่อช่วยบำรุงกระดูกและเจริญอาหาร

รวมถึง**สุขภาพทางใจ** เป็นเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุทำให้ไม่เกิดความเหงา ไม่เครียด หรือภาวะซึมเศร้า มีความสุข รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำไปดูแลตนเอง คนในชุมชนได้ ”



วันที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๖๒



อธิบดีกรมอนามัย พญ.พรรณพิมล วิปุลากร เป็นประธานในพิธีมอบเกียรติบัตรแก่ผู้สูงอายุฟันดีวัย ๘๐ และ ๙๐ ปี ระดับประเทศ และมอบเกียรติบัตรแก่จังหวัดที่ส่งผู้สูงอายุฟันดี ซึ่งผู้ได้รับเกียรติบัตรรวมทั้งสิ้น ๒๒ คน จาก ๑๖ จังหวัด ในโครงการรณรงค์ “โครงการฟันดี สดุดีสมเด็จพระย่า” โดยผ่านการคัดเลือกจากเขตสุขภาพ มีฟันแท้ใช้งานได้อย่างน้อย ๒๔ ซี่ และเป็นการเผยแพร่เกียรติคุณ สนับสนุนต้นแบบผู้สูงอายุ รวมทั้งมีการถอดบทเรียนและการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของผู้สูงอายุ เพื่อถ่ายทอดการดูแลสุขภาพช่องปากแก่คนรุ่นหลัง นำไปสู่สังคมผู้สูงอายุสุขภาพช่องปากดีต่อไปในอนาคต

