



สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร
Naresuan University Publishing House

พิมพ์ครั้งที่

2

อนามัย โรงเรียน School Health

(ฉบับปรับปรุงและเพิ่มเนื้อหาใหม่)



สมศักดิ์ โกจำปา



คำนำ

หนังสืออนามัยโรงเรียน (ฉบับปรับปรุง) พิมพ์ครั้งที่ 2 เล่มนี้ผู้เขียนได้ทุ่มเทเวลาและความพยายามอย่างมากเพื่อให้หนังสือเล่มนี้มีความสมบูรณ์ที่สุด ซึ่งผู้เขียนได้เรียบเรียงขึ้นสำหรับทุกคนที่ต้องการเรียนรู้เรื่องขอทานอนามัยโรงเรียนและใช้เป็นแนวทางสำหรับการเรียนการสอนในรายวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน เรื่อง แนวคิดและบทบาทพยาบาลอนามัยชุมชนในสถานอนามัยโรงเรียน สำหรับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ซึ่งเนื้อหาในตำราเล่มนี้ประกอบด้วย แนวคิดการพยาบาลอนามัยชุมชนในสถานอนามัยโรงเรียน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และยังมีเนื้อหาเพิ่มเติมในเรื่อง การสร้างเสริมและป้องกันการเจ็บป่วยในเด็กก่อนวัยเรียนและวัยเรียน บทบาทและหน้าที่ของพยาบาลอนามัยชุมชนในการตรวจสุขภาพนักเรียนและการอบรมฝึกต่าง ๆ รวมถึงการให้สุขศึกษาและอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยใช้แนวปฏิบัติของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขเป็นหลัก ซึ่งนักศึกษาพยาบาลและผู้ที่ปฏิบัติงานเกี่ยวกับสุขภาพในโรงเรียนสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการเรียนรู้และปฏิบัติรวมถึงบุคลากรในโรงเรียนได้นำไปศึกษาเพื่อพัฒนาโรงเรียนสู่โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร ต่อไป

อย่างไรก็ดี ผู้เขียนขอขอบคุณค่าของตำราเรื่องนี้เพื่อเป็นเครื่องบูชาแค่นิตายของผู้เขียนซึ่งได้ถึงแก่กรรมไปแล้วนั้น และมารดาผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ซึ่งทั้งสองคนเป็นผู้ที่รักและเคารพยิ่ง และขอกราบขอบพระคุณมหาวิทยาลัยบเวศวร ที่ได้มอบโอกาสและให้ข้อเสนอแนะ ตลอดช่วงระยะเวลาของการเขียนหนังสือนี้ และที่ลืมไม่ได้คือครอบครัวที่เป็นกำลังใจให้ตลอดมา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ โพจำปา



บทที่ 4	การตรวจสอบสุขภาพในโรงเรียน	45
	การตรวจสอบสุขภาพนักเรียน	46
	วัตถุประสงค์ของการตรวจสอบสุขภาพนักเรียน	46
	ขั้นตอนการตรวจสอบสุขภาพนักเรียน	46
	การประเมินการเจริญเติบโต	47
	ระบบเฝ้าระวังการเจริญเติบโตของเด็กนักเรียน	49
	การวัดสายตา	50
	การตรวจสอบสมรรถภาพหู	54
	การตรวจสอบสุขภาพช่องปากและฟัน	55
	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	60
บทที่ 5	การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยในเด็กก่อนวัยเรียน	73
	การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยในเด็กก่อนวัยเรียน	74
	การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็กก่อนวัยเรียน	74
	การเจริญเติบโตของเด็กก่อนวัยเรียน	75
	พัฒนาการตามวัย	77
	ปัญหาสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงของเด็กก่อนวัยเรียน	84
	ภาวะทุพโภชนาการ	84
	สุขภาพฟัน	84
	โรคติดเชื้อต่าง ๆ	85
	อุบัติเหตุและการบาดเจ็บ	87
	การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยในเด็กก่อนวัยเรียน	87
	ดูแลสุขภาพช่องปาก	87
	ส่งเสริมด้านโภชนาการ	88
	การฝึกปฏิบัติรับประทานอาหาร	89
	การสร้างเสริมนิสัยในการรับประทานอาหารของเด็กก่อนวัยเรียน	89
	การส่งเสริมการนอนหลับ	89
	การส่งเสริมการขับถ่าย	90
	การป้องกันการเจ็บป่วยและการดูแลให้ได้รับภูมิคุ้มกันโรค	91
	การสอนเกี่ยวกับเรื่องเพศ	91



การเตรียมเด็กเข้าโรงเรียน.....	92
บทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเด็กก่อนวัยเรียน.....	93
บทที่ 6 การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันการเจ็บป่วยในเด็กวัยเรียน.....	97
การส่งเสริมความปลอดภัยกับอุบัติเหตุในโรงเรียน.....	98
การส่งเสริมการป้องกันและการตรวจคัดกรองสุขภาพและคัดกรองโรคในโรงเรียน.....	101
การส่งเสริมและป้องกันโรคที่พบบ่อยในโรงเรียน.....	104
การเฝ้าระวังและการควบคุมโรคระบาดในโรงเรียน.....	112
บทที่ 7 อนามัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน.....	117
ความสำคัญของการอนามัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน.....	118
สิ่งแวดล้อมที่ควรคำนึงในการจัดหาและปรับปรุงในโรงเรียน.....	119
พื้นที่สร้างโรงเรียน.....	119
อาคารเรียนและสิ่งก่อสร้าง.....	119
ห้องเรียนและเครื่องใช้ในห้องเรียน.....	120
การถ่ายเทอากาศและแสงสว่าง.....	121
ห้องพยาบาล ยาปฐมพยาบาล ยาและข้อควรระวังในการใช้ยา.....	121
โรงอาหารและโรงครัว.....	123
สนามกีฬา สนามเด็กเล่น.....	123
น้ำดื่ม น้ำใช้.....	124
สวนและที่ปัสสาวะ.....	124
การกำจัดขยะ การระบายน้ำ และการดูแลรักษาความสะอาดของสถานที่ทั่วไป.....	126
การสุขาภิบาลอาหารในโรงเรียน.....	128
บทที่ 8 การสอนสุขศึกษาในโรงเรียน.....	131
ความหมายของคำว่า “สุขศึกษา”.....	132
ความสำคัญของการสอนสุขศึกษาในโรงเรียน.....	132
จุดมุ่งหมายของการสอนสุขศึกษา.....	133
หลักเบื้องต้นสำหรับการสอนสุขศึกษา.....	135
การกำหนดเนื้อหาในการสอนสุขศึกษา.....	135

แผนการสอนสู่ศึกษา.....	136
ตัวอย่างแผนการสอนสู่ศึกษา.....	139
การสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับหลักสูตรสู่ชั้นเรียน.....	141
บทที่ 9 การนำกระบวนการพยาบาลมาใช้ในงานอนามัยโรงเรียน	147
กระบวนการพยาบาล.....	148
การนำกระบวนการพยาบาลมาใช้ในงานอนามัยโรงเรียน	148
ขั้นตอนของกระบวนการพยาบาล.....	149



“สุขภาพกับการศึกษา” เป็นของคู่กัน บทบาทและหน้าที่ของพยาบาลอนามัยชุมชน จึงมีความสำคัญอย่างมากในการนำกระบวนการ **การพยาบาล** มาใช้ในงานอนามัยโรงเรียน ทั้งในหนังสือเล่มนี้มีเนื้อหาสาระประกอบด้วย

- ๑. แนวคิดงานอนามัยโรงเรียน
- ๒. การส่งเสริมและเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพนักเรียน
- ๓. โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
- ๔. อนามัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน
- ๕. พยาบาลชุมชนในงานอนามัยโรงเรียน
- ๖. การสอนสุขศึกษาในโรงเรียน
- ๗. การตรวจสุขภาพในโรงเรียน
- ๘. กระบวนการพยาบาลในงานอนามัยโรงเรียน

เนื้อหาทั้งหมดในหนังสือเล่มนี้มุ่งเน้นในการส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพที่แข็งแรงซึ่งจะส่งผลที่ดีต่อการเรียนของนักเรียนในโรงเรียนรวมทั้งโรงเรียนจะได้รับการพัฒนา เพื่อผ่านเกณฑ์โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสู่ระดับ **IWUS** ต่อไป



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ โกจำปา

การศึกษา

ปริญญาตรี พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยนครสวรรค์

ปริญญาโท พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยนครสวรรค์

ปริญญาเอก Doctor of Philosophy, University of Massachusetts, USA

ปัจจุบัน

อาจารย์ประจำภาควิชาพยาบาลศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์



สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนครสวรรค์
Naresuan University Publishing House

