

## วิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

เรื่อง..ปอดยังแข็งแรงดีไหม

นายสุชาติ สูงสกุล

กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนประณีตวิทยาคม จังหวัดตราด

### 1.ความเป็นมาและความสำคัญ

ร่างกายมนุษย์มีระบบอวัยวะต่างๆในร่างกายอยู่ด้วยกัน 10 ระบบทุกระบบมีความสำคัญยิ่ง ต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ถ้าระบบการทำงานของอวัยวะในร่างกายผิดปกติ ก็จะทำให้มนุษย์จะมีสุขภาพที่มีแต่ความเจ็บป่วย คุณภาพด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ก็จะเสื่อมลดถอยลง ซึ่งปอดเป็นอวัยวะส่วนหนึ่งที่อยู่ในระบบหายใจ ถ้าระบบนี้ไม่ทำงานเราก็ไม่สามารถจะดำรงชีวิตต่อไปได้

### 2.วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อเป็นการป้อมปรางพฤติกรรมของนักเรียนที่คิดจะลองเสพและที่ได้มีพฤติกรรมการเสพบุหรี่ยู่
- 2.2 เพื่อให้การตรวจสอบสารเสพติดประเภทบุหรี่ จะได้ทราบจำนวนที่แท้จริงของผู้เสพบุหรี่ยุ่และทำการแก้ไขบำบัดรักษา ตามเกณฑ์ของสาธารณสุข

### 3.ขั้นตอนการดำเนินงาน

- 3.1 ทำการสอบถามนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง และประเมิน วิเคราะห์ว่าได้รับความจริงหรือไม่ (จากทีมงานผู้ดูแลเรื่องบุหรี่ยุ่)
- 3.2 ทำการตรวจนักเรียนที่เข้าข่ายสงสัยและนักเรียนที่ยอมรับจากข้อ 1
- 3.3 เรียกนักเรียนมาให้คำปรึกษาและทำการบันทึกข้อมูล ในการลดบุหรี่ยุ่และเลิกบุหรี่ยุ่

### 4.ผลการดำเนินงาน

นักเรียนที่ยอมรับในการสูบบุหรี่ยุ่ คุณครูผู้ดูแลได้ให้นักเรียนมาทำการเลิกบุหรี่ยุ่ โดยใช้วิธีการพูดให้เกิดกำลังใจต่างๆจนนักเรียนที่เสพบุหรี่ยุ่เกิดความตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่ยุ่ที่มีต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติ และทำการบันทึกสถิติข้อมูลการสูบบุหรี่ยุ่รายวัน ในระยะเวลา 1 ภาคเรียน

### 5.ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

ความร่วมมือจากทีมงานของครู เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาล ผู้อำนวยการโรงเรียน ผู้ปกครองและตัวนักเรียนเอง/ปัจจุบันนักเรียนที่เสพบุหรี่ยุ่จำนวน 5 คนลดจำนวนได้ 3 คน

### 6.บทเรียนที่ได้รับ

การทำงานต้องได้รับความร่วมมือจากทุกๆฝ่ายและต้องทุ่มเทติดตามให้กับงานนั้นๆอย่างเต็มที่

### 7.การเผยแพร่ การยอมรับ

โดยการแจ้งต่อผู้บริหาร ประกาศยกย่องนักเรียนหน้าเสาธงตอนเช้า-เย็น การแจ้งต่อผู้ปกครองในเวลาประชุมผู้ปกครอง