

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพตนเองของพนักงานไม้แกะสลักในตำบลขุนง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้แนวทางการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการพัฒนาศักยภาพแกนนำในการดูแลสุขภาพ และใช้การมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคู่มือและสื่อ รวมทั้งการพัฒนาเครือข่ายในการดูแลสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วย คณะผู้วิจัย คณะกรรมการสุขภาพชุมชน และแกนนำที่ผ่านการอบรม กิจกรรมที่ดำเนินงานโดยเครือข่ายในการรณรงค์ส่งเสริมสุขภาพมีทั้งหมด 9 กิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ และการทดสอบค่าที ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า คู่มือในการดูแลสุขภาพตนเองและสื่อที่ผลิตขึ้นได้แก่ โปสเตอร์ วีดิทัศน์ และสื่อประกาศนรณรงค์สาธารณะ ผลการทดลองใช้คู่มือและสื่อกับกลุ่มผู้ทำงานเพื่อประเมินความเหมาะสมของเนื้อหาและรูปแบบการนำเสนอพบว่าอยู่ในระดับน่าพอใจ ภายหลังการอบรมแบบมีส่วนร่วม แกนนำมีความรู้และความตระหนักถึงปัญหาสุขภาพและวิธีการป้องกันปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้น รวมทั้งมีทักษะและความมั่นใจในการประเมินปัญหาสุขภาพและการให้คำแนะนำแก่ผู้ทำงานไม้แกะสลักเพิ่มขึ้น เครือข่ายในการดูแลสุขภาพที่พัฒนาขึ้นได้เรียนรู้การปรับวิธีคิด การแก้ไขปัญหา และการดูแลตนเองอย่างยั่งยืน รวมทั้งการพึ่งพาตนเอง ผลลัพธ์เป้าหมายคือ ภาวะสุขภาพ การรับรู้ภาวะเสี่ยง และพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานไม้แกะสลักดีขึ้น นอกจากนี้ชุมชนและทีมวิจัยได้เรียนรู้ซึ่งกันและกันในกระบวนการระบุปัญหาและศักยภาพชุมชนในการแก้ปัญหาสุขภาพ แม้ว่าการวิจัยนี้จะประสบผลสำเร็จในการสร้างความตระหนักแก่ผู้ทำงานไม้แกะสลักและชุมชนเป็นอย่างดี แต่ควรมีการติดตามประเมินผลระยะยาวเพื่อศึกษาความยั่งยืนของเครือข่ายและกิจกรรมในการดูแลสุขภาพ นอกจากนี้ควรประสานงานกับหน่วยงานหรือวิชาชีพอื่นที่เกี่ยวข้องในการผลิตและใช้สื่อและคู่มือการดูแลสุขภาพตนเองกับผู้ทำงานแกะสลักไม้อื่น รวมทั้งควรปรับปรุงสภาพการทำงานและสิ่งแวดล้อมเพื่อลดความเสี่ยงจากการทำงาน

This participatory action research aimed to build capacity for self-care among wood carving workers in Khun Kong community, Hang Dong, Chiang Mai. Participatory learning was used for peer leader training. Community participation was used to develop a guidebook for self-care and media as well as a self-care network for health promotion campaign. The self-care network consisted of the research team, community committee and trained peer leaders. Nine activities of health promotion campaigns were conducted by the network. Quantitative data were analyzed using frequency percentage and t-test, whereas qualitative data were analyzed using content analysis.

The results found that one guidebook and three types of media including posters, VCD, and spots, were developed. They were then examined, by a group of workers, for appropriateness of contents and presentation; and found to be satisfactory. After training, peer leaders' knowledge and awareness about work-related health problems and preventive self-care increased significantly. Their skills and confidence in risk assessment and self-care instruction were also improved. The developed network learned new ways of thinking, problem solving and sustainable self-care. Self-reliance was perceived as an important aspect of health care. Finally, workers' health status, perception of health risk and health behaviors were improved. Moreover, problem identification process and community potential in problem solving were mutually learned. Although this study was successful in increasing health awareness of the workers and community very well, long term impact and sustainability of networking and activities need to be examined. Furthermore, cooperations with other relevant institutions or professions are suggested in order to produce and use guidebook and media with other wood carving workers and to improve work conditions and environment.