

การจัดการความรู้ : การประกอบอาหารจัดเลี้ยงด้วยเมนูสุขภาพในโรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ
กรมแพทย์ทหารเรือ

ชื่อส่วนราชการ : รพ.ทร.กรุงเทพ พร.

ประเด็นยุทธศาสตร์ ทร. : การบริการสุขภาพ

ประเด็นยุทธศาสตร์ พร.ที่ 1 : พัฒนาการแพทย์ทหาร

เป้าประสงค์ พร.ที่ 1 : กำลังพลกองทัพเรือมีสุขภาพดีและสมรรถภาพเหมาะสมกับการปฏิบัติหน้าที่

เป้าประสงค์ รพ.๗ ที่ 1 : กำลังพล รพ. ๗ มีสุขภาพดี และมีสมรรถภาพเหมาะสมกับการปฏิบัติหน้าที่

ขอบเขต KM (KM focus area) : บุคลากร รพ.ทร.กรุงเทพ พร.

เป้าหมาย KM (Desired state) : บุคลากร รพ.ทร.กรุงเทพ พร. ได้รับสารอาหารเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย

ตัวชี้วัด : ความพึงพอใจของบุคลากรในจัดเลี้ยงอาหารด้วยเมนูสุขภาพ

เป้าหมายของตัวชี้วัด : 90% ของบุคลากร รพ.๗ มีความพึงพอใจ ๗

กระบวนการจัดการความรู้

ขั้นตอนที่ 1 การบ่งชี้ความรู้

อาหารเพื่อสุขภาพ คืออาหารที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย นอกเหนือจากสารอาหารพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต ยังช่วยลดอัตราเสี่ยงต่อโรคต่างๆ โดยในปัจจุบันอาหารเพื่อสุขภาพเป็นอาหารกลุ่มหนึ่งที่มีมูลค่าทางการตลาดสูง เนื่องจากได้รับความสนใจอย่างแพร่หลายทั้งในเชิงวิจัยและเชิงพาณิชย์ ด้วยเหตุที่ผู้บริโภคหันมาให้ความสำคัญกับอาหารและสุขภาพมากขึ้นจึงทำให้เกิดการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพที่หลากหลายเพื่อตอบสนองผู้บริโภค อย่างไรก็ตามการใส่ใจในเรื่องวัตถุดิบก่อนปรุง กรรมวิธีประกอบอาหาร และการรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะจึงสามารถเปลี่ยนอาหารทั่วไปให้กลายเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ ที่สามารถบริโภคได้ในชีวิตประจำวัน ส่งผลให้ผู้บริโภคมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง และยังส่งผลให้มีสุขภาพจิตที่ดีอีกด้วย

หลักสำคัญในการดูแลสุขภาพเพื่อก้าวสู่การมีสุขภาพที่ดี การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคให้ถูกชนิด ปริมาณ และเวลา ควรรับประทานอาหารเช้าให้ครบ ๕ หมู่ ให้หลากหลายและพอเพียง ดื่มน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ที่พอเหมาะ พร้อมทั้งยังสามารถขยายขอบเขตการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพไปยังผู้ใกล้ชิดและสังคมรอบข้างได้ และจากนโยบายของรพ.ทหารเรือกรุงเทพ พร. ที่เห็นถึงความสำคัญของการมีสุขภาพที่ดีของบุคลากร จึงได้จัดให้มีเมนูสุขภาพให้บุคลากรได้รับประทานเดือนละ 1 ครั้ง งานสุทกรรม รพ. ๗ จึงได้จัดทำเมนูอาหารสุขภาพขึ้น ให้บุคลากร รพ. ๗ รับประทานอาหารที่มีปริมาณสารอาหารครบถ้วน ในปริมาณที่เหมาะสม เพื่อให้บุคลากรมีสุขภาพที่ดีพร้อมที่จะปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างและการแสวงหาความรู้

1. ศึกษาค้นคว้า รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร/คู่มือ/ตำรา/เว็บไซต์ที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาหาร และการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ
2. เข้าร่วมประชุม/สัมมนา/ประชุมเพื่อปรึกษา/แลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับการดำเนินการ และการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ
3. จัดทำแบบสำรวจความต้องการ และดำเนินการสำรวจบุคลากรใน รพ.๗

ขั้นตอนที่ 3 การจัดความรู้ให้เป็นระบบ

1. รวบรวมความรู้และจัดประเภทหมวดหมู่ความรู้ให้เป็นระบบ/ประเภท
2. ประมวล/วิเคราะห์ ข้อมูลแนวทางการดำเนินงานการจัดเลี้ยงอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อจัดทำคู่มือการปฏิบัติงาน

ขั้นตอนที่ 4 การประมวลและกลั่นกรองความรู้

1. รวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสำรวจความต้องการ การประกอบอาหารจัดเลี้ยงเพื่อสุขภาพใน รพ.ฯ
2. จัดประชุมกลั่นกรองความรู้ที่ได้โดยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องตรวจสอบเนื้อหา และรายละเอียดขององค์ความรู้ เพื่อให้

มีความครบถ้วนสมบูรณ์

ขั้นตอนที่ 5 การเข้าถึงความรู้

1. จัดทำสื่อเผยแพร่ผ่านช่องทางต่างๆ ของ รพ.ฯ ได้แก่ บอร์ดประชาสัมพันธ์/ Web blog รพ. ๗/ป้ายไวเนล
2. จัดอบรมแนวทางปฏิบัติให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารสุขภาพแก่ จนท.รพ.ฯ

ขั้นตอนที่ 6 การแบ่งปันแลกเปลี่ยนความรู้

1. จัดประชุมสัมมนาแลกเปลี่ยนความรู้การประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ

ขั้นตอนที่ 7 การเรียนรู้

1. นำความรู้วิธีปฏิบัติไปดำเนินการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ
2. ปรับปรุงกระบวนการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น