

รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

โครงการ

“การพัฒนานักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่”

Developing Shan Health Communicators in Chiang Mai Province

โดย

ดร. ขวัญชีวัน บัวแดงและคณะ

คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

สนับสนุนโดย

แผนงานวิจัยและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน (รสส.)

สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

รายงานวิจัย
โครงการ “การพัฒนานักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่”
(1 มีนาคม – 31 ธันวาคม 2551)

ภายใต้แผนงานวิจัยและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน
สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข



โดย
ดร. ขวัญชีวัน บัวแดงและคณะ
มีนาคม 2552

คำนำ

รายงานฉบับนี้เป็นรายงานผลการดำเนินโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการ “การพัฒนาเครือข่ายสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่” ที่เริ่มดำเนินการตั้งแต่วันที่ 1 มีนาคม 2551 จนถึงวันที่ 31 ธันวาคม 2551 รวมเป็นเวลา 10 เดือน โดยมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ 3 ประการได้แก่ การพัฒนากลุ่มนักสื่อสารสุขภาพ การพัฒนาเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพระหว่างองค์กรภาคีภาครัฐ เอกชน และชุมชน และการพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพสำหรับการดำเนินการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานไทใหญ่ รายละเอียดผลของการดำเนินโครงการตามวัตถุประสงค์แต่ละข้อนั้น ปรากฏอยู่ในบทที่ 3-5 โดยในบทสุดท้าย เป็นการสรุปผลและข้อเสนอแนะสำหรับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เพื่อพัฒนาการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติให้มีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลต่อไป

การดำเนินงานโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการนี้ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากเจ้าหน้าที่องค์กรภาคีภาครัฐ เอกชนและชุมชน ผู้วิจัยจึงใคร่ขอขอบคุณบุคคลต่อไปนี้เป็นอย่างสูงสำหรับคำปรึกษาที่มีคุณค่าและการช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ ขอขอบคุณ คุณชลลิสสา เลิศจริยศักดิ์ จากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่ คุณคำอิ่ง อมาตยกุล และคุณแสงเมือง มังกร จากมูลนิธิแม่ฟ้าหลวง คุณบุญเลิศ จันทร์สุวรรณ เลขาธิการชมรมไทใหญ่ คุณอุดม อุดมวรรณกุล นักวิชาการสาธารณสุขโรงพยาบาลอำเภอไชยปราการ และคุณพุดเกียรติ ลีตระกูล นักวิชาการสาธารณสุขโรงพยาบาลอำเภอฝาง นอกจากนี้การดำเนินงานโครงการยังได้รับความกรุณาจากอาจารย์ที่ปรึกษาที่ให้คำชี้แนะที่มีประโยชน์ต่อการดำเนินงาน คณะทำงานขอขอบคุณอาจารย์ที่ปรึกษาทุกท่าน อ. ดร. จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ คณะการสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ รศ.ดร. สุสันtha ยิ้มแย้ม คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และ ผศ.ดร.สุรพล นธการกิจกุล คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะทำงานหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ผลของการวิจัยจะทำให้เกิดความตระหนักในความสำคัญของการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มคนด้อยโอกาสที่มีภาษาและวัฒนธรรมที่แตกต่างจากคนไทยทั่วไป และหาแนวทางการพัฒนาการสื่อสารสุขภาพให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น เพื่อประโยชน์ต่อสังคมโดยรวม สุดท้ายนี้ คณะทำงาน ขอขอบคุณ สวรส. และสสส. ที่ให้ทุนสนับสนุนโครงการ และขอขอบพระคุณ อ. โคทม อารียา ประธานแผนงานวิจัยและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน (รสส.) คุณปาริย์ ธนะสมบุรณ์กิจ และเจ้าหน้าที่ของแผนงานทุกท่านที่ให้การสนับสนุนทั้งในด้านวิชาการและด้านการบริหารจัดการโครงการจนทำให้งานสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี และที่สำคัญที่สุดที่ขาดไม่ได้คือขอขอบคุณคนสส. ใต้ทุกคนที่เข้าร่วมงานด้วยจิตอาสา เสียสละและความมุ่งมั่นที่จะช่วยเหลือพี่น้องใต้ด้วยกันให้มีสุขภาพที่ดีกว่าปัจจุบัน

ดร. ขวัญชีวัน บัวแดง และคณะ

บทคัดย่อ

โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการ“การพัฒนานักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่” เป็นโครงการหนึ่งภายใต้แผนงานวิจัยและพัฒนากระบวนสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน ที่มุ่งเน้นการพัฒนา ระบบการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มผู้ด้อยโอกาสและมีภาษาและวัฒนธรรมที่แตกต่างจากคนไทย โดยใน โครงการนี้กลุ่มเป้าหมายคือแรงงานข้ามชาติไทใหญ่ที่อพยพมาจากประเทศพม่า เข้ามาทำงานในพื้นที่ จังหวัดเชียงใหม่เป็นจำนวนกว่าหนึ่งแสนคน สถานภาพบุคคลที่เข้าเมืองผิดกฎหมาย การทำงานที่หนัก และการไม่สามารถใช้ภาษาไทย ทำให้แรงงานกลุ่มนี้เข้าไม่ถึงสถานบริการสาธารณสุขและข้อมูล ข่าวสารที่สื่อสารตามระบบปกติ เพื่อให้แรงงานไทใหญ่สามารถพึ่งตนเองได้ในทางสุขภาพและมีสุขภาพ ภาวะที่ดียิ่งขึ้น โครงการนี้จึงมีวัตถุประสงค์ที่จะพัฒนานักสื่อสารสุขภาพที่เป็นคนไทใหญ่ พัฒนา เครือข่ายการสื่อสารสุขภาพระหว่างองค์กรภาคีภาครัฐ เอกชน และชุมชน และพัฒนาระบบและกลไก การสื่อสารสุขภาพที่หนุนช่วยให้การทำงานของนักสื่อสารสุขภาพเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและ ประสิทธิภาพ โดยขั้นตอนการดำเนินงานของโครงการเริ่มจากการคั่นหานักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ (นสส.ไค) ที่มีจิตอาสา สนใจในการพัฒนาตนเองและทำกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ และสามารถปลีก ตัวมาร่วมงานได้ จากนั้นจึงจัดกิจกรรมการพัฒนาศักยภาพของนสส.ไค และสนับสนุนให้จัดกิจกรรม การสื่อสารสุขภาพ ซึ่งประกอบไปด้วยการจัดรายการวิทยุชุมชน การผลิตละครวิทยุ และการจัดเวที สาธารณะ การพัฒนานสส.และการทำกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ ทำให้เกิดผลตามวัตถุประสงค์ ได้แก่ การที่นสส.ไคมีความรู้ความสามารถในการสื่อสารมากขึ้น สามารถขยายเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพได้ กว้างขวางขึ้น ทั้งในระหว่างนสส.ด้วยกัน และระหว่างนสส.กับเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักวิชาการและ เจ้าหน้าที่องค์กรภาคีอื่น ๆ และได้พัฒนากระบวนการฝึกอบรมที่อาศัยวิทยากรที่มีความรู้หลายด้าน ได้แก่ด้านสุขภาพ ด้านแนวคิดและเทคนิคการสื่อสาร ที่มาร่วมกันวางแผนเนื้อหาและกระบวนการพัฒนาน สส. สุดท้ายโครงการมีข้อเสนอแนะในการดำเนินงานการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ โดย เสนอให้เพิ่มปริมาณและคุณภาพของนสส. โดยการพัฒนาสถาบันที่ให้การฝึกอบรม การส่งเสริมให้ แรงงานข้ามชาติเรียนภาษาและวัฒนธรรมไทยให้มากขึ้น เป็นต้น เสนอให้เพิ่มบทบาทขององค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่น(อปท.) และวัด ในการส่งเสริมสุขภาพของแรงงานข้ามชาติ ให้พัฒนาช่อง ทางการสื่อสารสุขภาพให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เสนอให้พัฒนากล้องข้อมูลที่ให้ข้อมูลที่ถูกต้องและ เป็นประโยชน์ต่อการสื่อสารสุขภาพของแรงงานข้ามชาติ และเข้าถึงได้ง่าย และเสนอให้เพิ่มการ สื่อสารกับสังคมในลักษณะที่จะนำไปสู่การลดอคติทางชาติพันธุ์ และส่งเสริมความเข้าใจในความ เป็นมาและความแตกต่างทางวัฒนธรรม และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

Abstract

The action research on “Developing Shan Health Communicators in Chiang Mai Province” is a project under the Popular Health Communication System Research and Development (HCS) program, which aims to develop health communication system for disadvantage minorities who have different language and culture from the Thai majority. The target beneficiaries of this research are the Shan migrant workers from Myanmar, working in manual labor sectors in Chiang Mai. Illegal status, hard works in exploitative conditions and the inability to communicate in Thai prevent these migrants to access health information and services. The research project has thus developed Shan health communicators to work on health communication by organizing trainings on concept of health communication, knowledge on health protection and treatment and communication techniques, and supporting health communicators to organize health communication activities namely hosting the health promotion program via the community radios, producing radio drama and organizing public forum in various places. The results from 10 month project implementation (March-December 2008) are 1) Shan health communicators have increased their knowledge on health problems, prevention and treatment and communication skill. 2) Health networks are expanded among the health communicators themselves and between them and government officers, non-government workers, academics whose works relate to the Shan, their health and communication. 3) Health communication systems and mechanism to support health communication among worker migrants have been initially developed especially in setting up training curriculum and process for health communicators and increasing communication channels. To promote health communication among migrant workers, the project recommends that 1) health communicators to work with migrant workers should be increased in both quantity and quality by developing health communication training institute with relevant curriculum and training programs. 2) Education related agencies should increase non-formal education classes for migrant workers to study Thai language and culture. 3) Local governments and religious organizations should play more active role in promoting health among migrant workers. 4) Health communication channels should be expanded and used more efficiently in health promotion. 5) The public campaign to reduce ethnic prejudice and promote the peaceful coexistence between people from different ethnic and religious background is needed to be done.

คำอธิบายอักษรย่อ

- รศส. = แผนงานวิจัยและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน
นสส. = นักสื่อสารสุขภาพ
อสต. = อาสาสมัครสาธารณสุขต่างด้าว
พสต. = พนักงานสาธารณสุขต่างด้าว
อสม. = อาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน
สสจ. = สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
อปท. = องค์การบริหารการปกครองส่วนท้องถิ่น
- IRC = International Rescue Committee (คณะกรรมการช่วยเหลือนานาชาติ)
MAP = Migrant Action Program (มูลนิธิเพื่อสุขภาพและการเรียนรู้แรงงานชาติพันธุ์)
SHIELD = Support to Health Institution Building Education and Leadership in Policy Dialogue
(โครงการให้ความช่วยเหลือขั้นพื้นฐานทางด้านสุขภาพและการศึกษาแก่กลุ่มแรงงาน
ประชาชนกลุ่มน้อยและกลุ่มประชากรตามแนวชายแดนไทย-พม่า)

สารบัญเนื้อหา

หน้า

คำนำ

บทคัดย่อ

Abstract

คำอธิบายอักษรย่อ

สารบัญเนื้อหา

สารบัญตารางและแผนภูมิ

บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 สถานการณ์ปัญหาของแรงงานข้ามชาติและการแก้ไข้ปัญหา	1
1.2 แนวคิดและวัตถุประสงค์ของโครงการ	6
บทที่ 2 กระบวนการดำเนินงานของโครงการ	10
2.1 การค้นหาสนส.ไต่	10
2.2 การพัฒนาศักยภาพของ สนส.	13
2.3 การสนับสนุน สนส.ให้ทำกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ	28
2.4 การเผยแพร่กับสังคมถึงผลการดำเนินงานวิจัย	33
บทที่ 3 ผลการพัฒนาศักยภาพนักสื่อสารสุขภาพ	35
3.1 การพัฒนาด้านบุคลิกภาพ ความมั่นใจในตัวเอง และความกล้าแสดงออก	35
3.2 การพัฒนาความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหาและสรุปบทเรียน	37
3.3 การยกระดับความรู้ความเข้าใจในเรื่องของสุขภาพและอนามัย	43
3.4 การยกระดับความรู้และการฝึกฝนเทคนิคการสื่อสาร	43
3.5 ความรู้ความสามารถในการติดต่อประสานงานและการจัดกิจกรรม	48
บทที่ 4 ผลการดำเนินงานพัฒนาเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพ	50
บทที่ 5 ผลการพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสม	53

บทที่ 6 บทสรุปและข้อเสนอแนะการสื่อสารสุขภาพกลุ่มแรงงานข้ามชาติ	57
--	----

บรรณานุกรม	63
------------	----

ประวัติผู้วิจัยและคณะ	64
-----------------------	----

ภาคผนวก

1. รายการการประชุม/การฝึกอบรมที่จัดหรือสนับสนุนโดยโครงการ (1 มี.ค.-31 ธ.ค. 51)
2. ทำเนียบนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่
3. สรุปผลการจัดกิจกรรมเวทีสาธารณะ
4. บทถอดเทปการสัมภาษณ์ในรายการวิทยุ
5. บทละครเรื่อง “ฟ้าหลังฝน”

สารบัญตารางและแผนภูมิ

ตารางที่ 1.1 ปัญหาสุขภาพและช่องทางการสื่อสารจำแนกตามประเภทการทำงาน	2
ตารางที่ 2.1 ขั้นตอนการดำเนินงานของโครงการเดือนมีนาคม-ธันวาคม 2551	11
ตารางที่ 2.2 การแสดงบทบาทสมมุติในกิจกรรมการฝึกอบรม”การสื่อสารสุขภาพ”	16
ตารางที่ 2.3 ลำดับกิจกรรมเวทีสาธารณะ	29
ตารางที่ 2.4 รายการ “นักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่”ช่วงเดือนสิงหาคม-กันยายน 2551	31
ตารางที่ 2.5 บันทึกการโทรศัพท์เข้ารายการวิทยุ FM 99 MHz	32
แผนภูมิที่ 1.1 กรอบแนวคิดของโครงการ	7
แผนภูมิที่ 2.1 องค์กรและกลุ่มอื่นที่นสส.ได้สังกัด	14

บทที่ 1

บทนำ

โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเรื่อง “การพัฒนานักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่” เป็นการดำเนินงานในช่วงที่ 2 ต่อจากการวิจัยในช่วงแรกซึ่งดำเนินการในปี 2549 โครงการวิจัยในช่วงแรกนั้น เน้นศึกษาทำความเข้าใจสถานภาพการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานไทใหญ่ (ไต)¹ ในจังหวัดเชียงใหม่ และพบว่ามืองค์กรทั้งภาครัฐ เอกชนและชุมชนที่ดำเนินงานด้านการสื่อสารสุขภาพอยู่จำนวนหนึ่ง โดยผ่านช่องทางต่าง ๆ เช่น วิทยุชุมชน สื่อสิ่งพิมพ์ สื่อบุคคล ฯลฯ แต่ละช่องทางมีทั้งศักยภาพและข้อจำกัดในการเข้าถึงแรงงาน โครงการในช่วงที่ 2 นี้ เป็นโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการที่มุ่งเน้นหารูปแบบและแนวทางการสื่อสารสุขภาพที่เสริมศักยภาพที่มีอยู่ แก้ไขข้อจำกัดของการดำเนินการสื่อสารสุขภาพ พัฒนานักสื่อสารสุขภาพ(นสส.)ให้เป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนการสื่อสารสุขภาพให้เข้าถึงแรงงานกลุ่มเป้าหมายและเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน โดยเลือกกรณีศึกษากลุ่มแรงงานไทใหญ่ในพื้นที่เชียงใหม่ ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีแรงงานไทใหญ่เข้ามาทำงานเป็นจำนวนมาก

ในรายงานการวิจัยปี 2549² มีรายละเอียดเรื่องความเป็นมาของแรงงานข้ามชาติในประเทศไทย และลักษณะทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมของแรงงานไทใหญ่ โดยเน้นกลุ่มที่ทำงานและอยู่อาศัยในจังหวัดเชียงใหม่ บทนี้จะได้เพิ่มเติมถึงพัฒนาการของสถานการณ์ปัญหาของแรงงานไทใหญ่และความพยายามในการแก้ไขปัญหาของภาคส่วนต่าง ๆ ในจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นผลจากการระดมความคิดเห็นในเวทีต่าง ๆ และการเก็บข้อมูลในพื้นที่ในโครงการปี 2551 นี้ และบรรยายถึงวัตถุประสงค์และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ

1.1 สถานการณ์ปัญหาของแรงงานข้ามชาติและการแก้ไขปัญหา

ในปี 2547 ซึ่งเป็นปีแรกที่รัฐบาลเปิดให้แรงงานข้ามชาติขึ้นทะเบียนกับกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย หรือที่เรียกว่ามีชื่อใน ทร.38/1 นั้น พบว่ามีแรงงานข้ามชาติในจังหวัดเชียงใหม่มาขึ้นทะเบียนเป็นจำนวน 76,952 คน โดยในปีนี้มีแรงงานที่ได้รับการจดทะเบียนไปขอใบอนุญาตทำงาน 48,619 คน ตัวเลขของผู้ขอใบอนุญาตทำงานน้อยลงทุกปี³ โดยจนถึงเดือนมีนาคมปี 2551 มีแรงงานที่

¹ คำว่าไทใหญ่ หมายถึงกลุ่มคนที่พูดภาษาตระกูลไท-ลาว ในที่นี้จึงสะกดด้วยคำว่า “ไท” ไม่ใช่ “ไทย” ที่มีความหมายที่คนไทยในประเทศไทย คนกลุ่มนี้เรียกตัวเองว่า “ไต” ในที่นี้จึงใช้คำย่อของคำว่า “นักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่” เป็น “นสส.ไต”

² ขวัญจิวัน บัวแดงและคณะ. 2549. “โครงการ” การศึกษาและพัฒนากลุ่มการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ: กรณีศึกษากลุ่มแรงงานไทใหญ่ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่”(1 กุมภาพันธ์-30 กันยายน 2549)”. เอกสารอัดสำเนา. รายงานการวิจัยภายใต้แผนงานวิจัยและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

³ เพิ่งอ้าง

ได้รับใบอนุญาตทำงานเพียง 37,868 คน⁴ ในขณะที่แรงงานที่ทำงานอยู่จริงไม่ได้ลดลงแต่อย่างใด เนื่องจากการเดินทางของแรงงานเข้ามาในจังหวัดเชียงใหม่อย่างต่อเนื่อง โดยประมาณการว่า จำนวนแรงงานข้ามชาติในปี 2551 มีไม่น้อยกว่า 100,000 คนส่วนใหญ่เป็นแรงงานกลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่⁵ กฎระเบียบต่าง ๆ ที่กำหนดเงื่อนไขของการขอใบอนุญาตทำงานที่ย่งยากซับซ้อนหรือปฏิบัติไม่ได้ ทำให้แรงงานจำนวนไปขอใบอนุญาตทำงานน้อยลง ตัวอย่างที่เป็นปัญหาสำคัญเช่น การกำหนดขั้นตอนที่นายจ้างต้องให้การรับรองทุกครั้งเมื่อมีการขอใบอนุญาต สำหรับคนที่ไม่มียางจ้างที่ถาวร เปลี่ยนนายจ้างบ่อย หรือย้ายประเภทการทำงาน หรือย้ายสถานที่ทำงาน (แม้ว่านายจ้างคนเดิม) จะต้องมีการขอใบอนุญาตใหม่ทุกครั้ง ซึ่งการขอแต่ละครั้งต้องใช้เวลาในการไปติดต่อและเสียค่าธรรมเนียม ทำให้แรงงานไม่ไปขอต่อใบอนุญาต ส่วนแรงงานที่ไม่เคยไปจดทะเบียนหรือไม่มีชื่อใน ทร. 38/1 นั้น ไม่สามารถที่จะขอใบอนุญาตทำงานได้เลย ผู้ที่ไม่มีใบอนุญาตทำงานจึงมีอยู่เป็นจำนวนมาก ซึ่งกลุ่มนี้จะมี ความเสี่ยงต่อการถูกจับกุม อีกทั้งไม่มีบัตรประกันสุขภาพทำให้ไม่สามารถเข้าไปใช้บริการในสถาน บริการสาธารณสุขของรัฐในราคาครั้งละ 30 บาทได้เช่นผู้ที่มียบัตร ทำให้ปัญหาทางด้านสุขภาพของ แรงงานข้ามชาติจึงมีมากและรุนแรงกว่าคนทั่วไป

ปัญหาสุขภาพแรงงานข้ามชาติ

จากการระดมความคิดเห็นของนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ (นสส.ไต) และเจ้าหน้าที่จากองค์กร ภาควิชาการที่โครงการจัดขึ้นเมื่อวันที่ 30 มีนาคม 2551 ในเรื่องปัญหาสุขภาพที่แรงงานไทใหญ่ กลุ่มอาชีพต่าง ๆ ประสบ และช่องทางการสื่อสารที่ควรจะทำ พบว่าปัญหาที่ที่ประชุมระบุ ยังไม่ เปลี่ยนแปลงจากที่พบในปี 2549 มากนักดังปรากฏในตารางที่ 1.1 โดยที่ในตารางยังรวมเอาปัญหา สุขภาพจิตและปัญหาโครงสร้างที่ไม่เป็นธรรมชาติที่แรงงานเผชิญอยู่เข้าไปด้วย

ตารางที่ 1.1 ปัญหาสุขภาพและช่องทางการสื่อสารจำแนกตามประเภทการทำงาน

กลุ่มเป้าหมาย	ปัญหา / เนื้อหา	ช่องทางการสื่อสาร
กลุ่ม 1 กลุ่มแรงงานภาค เกษตร	1. การวางแผนครอบครัว 2. การดูแลปัญหาท้องต้งครรภ์ (เช่นใบรับรองการเกิด ควรจะให้ความรู้ เพราะแรงงานไม่ให้ความสำคัญ ทำให้ บุตรที่เกิดมามีปัญหาในการขึ้นทะเบียนต่างๆ) 3. สุขากิจบาลอาหาร เช่น กินผงชูรส (“น้ำปลาผง”- ไท ใหญ่) 4. สุขากิจบาลสิ่งแวดล้อม 5. ความเข้าใจเรื่องโรคติดต่อ	1. สื่อบุคคล (อสต., พสต. ในพื้นที่) 2. สื่อวิทยุชุมชน ได้รับความนิยมนสูง มากในกลุ่มไทใหญ่ เพราะให้ความรู้ รื่น เริง ส่งเสริมสุขภาพจิต ให้ความรู้ทุก ด้าน 3. แผ่นพับ มี 2 ภาษา ทั้งไทยและพม่า 4. โปสเตอร์ ช่วยชี้แจงรายละเอียดกับ สุขภาพด้านต่างๆ ได้ชัดเจนมากขึ้น

⁴ สืบค้นจาก www.doe.go.th/workpermit เมื่อ 10 พฤษภาคม 2551

⁵ ดู Sai Silp. 2007. “Migrant Workers in Chiang Mai Protest Proposed Restrictions” www.statelessperson.com (open August 21, 2007)

กลุ่มเป้าหมาย	ปัญหา / เนื้อหา	ช่องทางการสื่อสาร
	6. ความเข้าใจเรื่องสารเคมี 7. สุขภาพจิต เช่น จากการถูกกดขี่จากทหารในชุมชนของตนเอง เมื่ออพยพเข้ามาก็ถูกกดขี่จากนายจ้าง ทำให้เกิดความกดดัน เขวahkanจึงเติบโตเป็นคนชอบใช้ความรุนแรง	5. วิดีโอ, ซีดีวีดี "ไทใหญ่ชอบความบันเทิง" 6. ศิลปะการแสดง เช่น ลิเก
กลุ่ม 2 กลุ่มก่อสร้าง	1. ความปลอดภัยในการทำงาน หรือ อาชีวอนามัย 2. ถูกหลอกลวง เช่น ทำงานแล้วไม่ได้รับค่าแรง	1. สื่อ ได้แก่ สิ่งพิมพ์, เสียง, ภาพ 2. บุคคล (คนต่อคน) 3. กิจกรรม
กลุ่ม 3 กลุ่มคนรับใช้ในบ้าน (วัยรุ่น วัยหนุ่มสาว)	1. การสื่อสารภาษาระหว่างนายจ้างและลูกจ้าง ไม่ชัดเจน 2. ไม่มีวัน และเวลาหยุดงานแน่นอน เช่น ใช้งานเกินเวลา 3. ไม่มีที่พักเป็นสัดส่วน หรือ ส่วนตัว 4. ทำงานไม่ตรงตามที่สมัครไว้ มักได้งานทำเพิ่ม หรือทำเกินกว่าหน้าที่ เช่น ยกของ 5. นายจ้างไม่ดูแลเมื่อไม่สบาย และหักค่าจ้างเมื่อหยุดไปโรงพยาบาล 6. เงินเดือนไม่ส่งให้ตามกำหนด 7. ควรมีหนังสือการจ้างงานเพื่อคุ้มครองทั้งตัวลูกจ้างและนายจ้าง 8. ลูกจ้างลวนลาม 9. ลูกจ้างไม่รู้สิทธิใดๆ เกี่ยวกับการจ้างงาน 10. ปัญหาสุขภาพจิต เช่น กังวล 11. ปัญหาด้านเพศสัมพันธ์ เช่น เมื่อถูกลวนลาม ก็ไม่กล้าไปพบแพทย์ กินยาคุมเอง หรือทำแท้งเถื่อน 12. ต้องการความรู้ด้านอนามัยเจริญพันธุ์มาก 13. ความรู้เรื่องโรคเอดส์ ตัวแรงงานไม่รู้ว่าทำไมต้องไปตรวจเอดส์ มีความสำคัญอย่างไร	1. สื่อวิทยุ (รวดเร็วที่สุด) 2. ซีดี 3. หนังสือ แต่มีข้อจำกัด คือ อ่านหนังสือไม่ออก
กลุ่ม 4 กลุ่มรับจ้างทั่วไป	1. การปฐมพยาบาลเบื้องต้น เมื่อเกิดอุบัติเหตุ เพราะตัวแรงงานมักกินยาแก้ปวดเท่านั้น ไม่ไปฉีดกันบาดทะยัก (เน้นการปฐมพยาบาล อุบัติเหตุจากมอเตอร์ไซด์) 2. ให้ข้อมูลเกี่ยวกับหน่วยงานที่รับผิดชอบ ทั้งด้านสุขภาพ บัตรต่างๆ และการทำงาน	1. ผู้สื่อสาร หรือ วิธีการสื่อสาร ต้องไม่เป็นวิชาการมากเกินไป เพราะเข้าใจยาก ควรเป็นเนื้อหาที่ตรงไปตรงมา 2. อสม. หรือ อสต. ควรลงพื้นที่ เพื่อจัดกิจกรรมในชุมชน หรือในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ

ในประเด็นปัญหานามัยเจริญพันธุ์ มีรายละเอียดเพิ่มเติมจากการระดมความเห็นในวันที่ 17-18 เดือนพฤษภาคม 2551 เรื่องสถานการณ์ปัญหานามัยเจริญพันธุ์ที่ นสส.ได้ประสบ ได้แก่

- ปัญหาการคุมกำเนิด จากการฉีดยาคุมกำเนิด หรือกินยาคุมเป็นเวลานาน ส่วนใหญ่จะมีอาการตกขาวและเรื้อรัง แรงงานบางส่วนไปหาหมอบางส่วนซื้อยามากินเองก็หายชั่วคราว
- ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศที่เกิดขึ้นทั้งระหว่างนายจ้างกับลูกจ้าง เมื่อท้องหรือมีปัญหาแล้วนายจ้างไม่รับผิดชอบ บางที่ยังข่มขู่อีก ทางลูกจ้างก็ไม่กล้าไปแจ้งความเพราะกลัวและเป็นสาเหตุของการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์ บางครั้งการล่วงละเมิดทางเพศก็เกิดจากกลุ่มแรงงานด้วยกันเอง
- การดูแลระหว่างตั้งครรภ์ ไม่ฝากท้องที่โรงพยาบาลหรืออนามัย เพราะไม่รู้ ไม่มีบัตร หรืออยู่ห่างไกลสถานบริการ เมื่อไม่มาฝากครรภ์ก็ไม่ได้รับการตรวจเลือด เมื่อเป็นโรคก็ไม่ได้การรักษา
- การดูแลเด็ก ผู้ปกครองไม่มีเงินที่จะส่งเด็กไปโรงเรียนหรือไปฝากเลี้ยง จึงต้องเอาเด็กไปทำงานอยู่ตามสวนด้วย ทำให้เด็กมีปัญหาสุขภาพเพราะรับเอาสารเคมี
- การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ทำแท้ง และทิ้งลูกไว้ที่โรงพยาบาล
- โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

ในส่วนองแรงงานรับจ้างในเมือง นายพรศักดิ์ หมีนตา ซึ่งเป็นนสส.ได้ ได้นำเสนอปัญหาในที่ประชุมสรุปบทเรียนการดำเนินงานของโครงการวันที่ 19 ธันวาคม 2551 เพิ่มเติมว่า กรรมกรก่อสร้างยังมีปัญหาไม่รู้วิธีป้องกันตนเองจากอันตรายจากการทำงาน เช่น ไม่ใส่หมวกกันน็อก ไม่รู้จักเครื่องมือไฟฟ้าที่ใช้ในการทำงานดีพอ และสุขอนามัยของที่อยู่อาศัยในแคมป์ก่อสร้าง เช่น น้ำกินน้ำใช้ไม่สะอาด น้ำเน่าขัง กรรมกรในโรงงาน เสื้อผ้า เฟอร์นิเจอร์ ได้รับผลกระทบด้านสุขภาพจากฝุ่นละอองจากผ้าหรือ สารเคมี สี ทินเนอร์จากการทำเฟอร์นิเจอร์ มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายจากการงานในท่าเดิมอยู่ตลอดเวลา หรือปัญหาสายตาจากการเพ่งมอง

พัฒนาการแก้ไข้ปัญหา

ในปี 2551 พบว่ามีความพยายามของหน่วยงานภาครัฐ เอกชน และชุมชน ร่วมกันแก้ไข้ปัญหาสุขภาพของแรงงานข้ามชาติมากขึ้น โดยในส่วนองหน่วยงานภาครัฐ นอกจากโครงการฟาร์มิตร⁶ที่เน้นการป้องกันเอดส์ในแรงงานข้ามชาติ ที่ดำเนินการโดยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด กองควบคุมโรคติดต่อและโรงพยาบาลนครพิงค์แล้ว ทางสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดยังได้ดำเนินงานโครงการ

⁶ ดูรายละเอียดใน ขวัญชีวัน บัวแดงและคณะ . อ้างแล้ว.

SHIELD (Support to Health Institution Building Education and Leadership in Policy Dialogue) ซึ่งได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากองค์กร International Rescue Committee (IRC) ที่มุ่งส่งเสริมและป้องกันโรคตามแนวชายแดนในจังหวัดเชียงราย เชียงใหม่ ตาก และแม่ฮ่องสอน โดยพัฒนาในด้านสุขภาพ การศึกษา และเสริมความเข้มแข็งให้องค์กร ในส่วนของสุขภาพ แนวทางการดำเนินงานที่สำคัญคือการพัฒนา “พนักงานสุขภาพชุมชนต่างด้าว”(พสด.) ให้ทำหน้าที่สื่อสารกับชุมชน เป็นตัวเชื่อมประสานกับหน่วยงานสาธารณสุข การมี พสด. ทำให้แรงงานเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพได้ดียิ่งขึ้น เนื่องจากพสด.จะมีความรู้ทางด้านสาธารณสุขจากการได้รับการอบรมมาทั้งทางทฤษฎีและการปฏิบัติ แต่ก็มีปัญหาหลายประการ เช่น การที่ไม่สามารถจ้างงานพสด. ซึ่งเป็นคนที่อพยพข้ามชาติมาได้ เนื่องจากข้อจำกัดของประเภทงานที่แรงงาน“ต่างด้าว”ไม่สามารถจะทำได้ ปัญหาความสามารถในการอ่านเขียนภาษาไทยที่มีจำกัด ปัญหาความไม่สะดวกในการเดินทางเนื่องจากไม่มีสัญชาติไทย เป็นต้น⁷

ในส่วนขององค์กรพัฒนาเอกชนที่ทำงานกับแรงงานข้ามชาติมาหลายปี เช่น มูลนิธิเพื่อสุขภาพ และการเรียนรู้ของแรงงานกลุ่มชาติพันธุ์ (แมพ) และมูลนิธิส่งเสริมโอกาสผู้หญิง เชียงใหม่ (เอ็มพาวเวอร์) ก็ยังทำงานส่งเสริมสุขภาพกับแรงงานข้ามชาติอย่างต่อเนื่อง และมีการขยายงานให้กว้างขวางและเข้มข้นมากขึ้น เช่น มูลนิธิแมพ ได้เพิ่มการผลิตสื่อส่งเสริมสุขภาพประเภทวีดิทัศน์มากขึ้น จากเดิมที่ผลิตประเภทแผ่นพับ หรือเทปเสียงเป็นส่วนใหญ่ ร่วมกับวัดและองค์กรอื่น ๆ ในจังหวัดเชียงใหม่จัดเวทีสาธารณะในโอกาสสำคัญ เช่น งานปีใหม่ไท⁸ งานระดมทุนและระลึกถึงเหตุการณ์นาร์กิส⁹ เพื่อให้ชุมชนคนไทยได้เข้าใจสถานการณ์และเป็นการเผยแพร่วัฒนธรรมของแรงงานไทใหญ่ ที่สำคัญ ในปี 2551 นี้ มูลนิธิแมพ ได้รับช่วงเสาสถานีวิทยุชุมชน FM99 ซึ่งจากเดิมเป็นของเอกชนมาดำเนินงานเองทั้งหมด โดยจัดให้มีรายการที่หลากหลายที่เป็นภาษาไทยใหญ่มากยิ่งขึ้น รวมทั้งมีการจัดอบรมการจัดรายการวิทยุให้กับเยาวชนไทใหญ่อย่างสม่ำเสมอ

นอกจากนี้ ยังเกิดโครงการและองค์กรใหม่ที่ทำงานกับแรงงานไทใหญ่อีกหลายองค์กร เช่น องค์กรแรงงานสามัคคี ซึ่งเป็นองค์กรของแรงงานเองที่มีความพยายามรวมตัวกันอย่างไม่เป็นทางการ เพื่อรณรงค์ให้แรงงานเข้าใจในเรื่องสิทธิแรงงานและให้มีความรู้ในเรื่องสุขภาพและเรื่องอื่น ๆ ที่มีผลกระทบต่อตัวแรงงาน มีการจัดงานวันแรงงานข้ามชาติสากลวันที่ 18 ธันวาคมทุกปี นอกจากนี้ มีโครงการยุติธรรมเพื่อแรงงานข้ามชาติ ที่อยู่ภายใต้มูลนิธิเพื่อสิทธิมนุษยชนและการพัฒนา ที่รณรงค์ให้ความรู้เรื่องอาชีวอนามัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งความปลอดภัยในการทำงานของกรรมกรก่อสร้างและใน

⁷ การนำเสนอของ คุณชลลิสสา เลิศจริยศักดิ์ ในที่ประชุมสรุปบทเรียนของโครงการวันที่ 19 ธันวาคม 2551 ณ ห้องประชุมใหญ่ วัดสวนดอก เชียงใหม่

⁸ งานปีใหม่ไท ปี 2551 จัดขึ้นวันที่ 27 พฤศจิกายนที่วัดกู่เต้า อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยในงานเชิญนายกเทศมนตรีนครเชียงใหม่มาเปิดและร่วมงาน

⁹ พายุไซโคลนถล่มบริเวณปากน้ำอิระวดี ในประเทศพม่า ช่วงวันที่ 2-3 พฤษภาคม 2551 มีผู้เสียชีวิต 77,738 คน สูญหาย 55,917 คน และคาดว่าจะมีผู้ได้รับผลกระทบประมาณ 2 ล้าน 5 แสนคน ซึ่งร้อยละ 40 เป็นเด็ก (ประชาไท 24 พฤษภาคม 2551)

โรงงาน รวมทั้งการเรียกร้องสิทธิที่กรรมกรที่ได้รับอุบัติเหตุจากการทำงานควรจะได้จากกองทุนทดแทน ซึ่งเป็นประเด็นที่องค์กรของรัฐที่เกี่ยวข้องต้องรีบร่วมกันหามาตรการที่จะดำเนินการให้เกิดระเบียบปฏิบัติที่ให้ความเป็นธรรมแก่แรงงาน เนื่องจากกรณีการบาดเจ็บที่มีความรุนแรงหลายระดับและการเสียชีวิตอันเนื่องมาจากอุบัติเหตุการทำงานมีจำนวนมากขึ้น

การเคลื่อนไหวในเรื่องสิทธิแรงงานในกลุ่มแรงงานไทใหญ่ในจังหวัดเชียงใหม่ เป็นการเคลื่อนไหวที่สอดคล้องกับกระแสการเรียกร้องของภาคส่วนต่าง ๆ ที่ให้มีการคำนึงถึงสิทธิของแรงงานมากขึ้น อันเป็นประเด็นที่หน่วยงานในระดับประเทศและนานาชาติให้ความสนใจ เห็นได้จากการจัดประชุมในหัวข้อนโยบายแรงงานข้ามชาติที่มีหลายครั้งในรอบปี 2551 เช่น ในเดือนตุลาคม 2551 มีการจัดสัมมนาเรื่อง “นโยบายแรงงานข้ามชาติ: บทบาทสมาชิกรัฐสภาและประชาสังคม” โดยคณะกรรมการสิทธิแรงงานในคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ ร่วมกับสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล คณะกรรมการสมานฉันท์แรงงานไทย และมูลนิธิฟรีดริค เอแบร์ท โดยมีผู้เข้าร่วมประกอบไปด้วย คณะกรรมาธิการแรงงาน คณะกรรมาธิการความมั่นคงของรัฐ และคณะกรรมาธิการต่างประเทศ ของสภาผู้แทนราษฎร และหน่วยงานและองค์กรอื่น ๆ เช่น มูลนิธิศูนย์คุ้มครองสิทธิด้านแอดส์ องค์กรแรงงานระหว่างประเทศ เป็นต้น ซึ่งการเสวนาได้ข้อเสนอแนะว่าสมาชิกรัฐสภาและประชาสังคมควรจะต้องร่วมมือกันกำหนดกรอบนโยบายระดับชาติ ที่ส่งเสริมและคุ้มครองแรงงานข้ามชาติในทิศทางที่สอดคล้องกับปฏิญญาอาเซียนว่าด้วยการคุ้มครองและส่งเสริมสิทธิแรงงานข้ามชาติ¹⁰

1.2 แนวคิดและวัตถุประสงค์ของโครงการ

กรอบแนวคิดของโครงการ

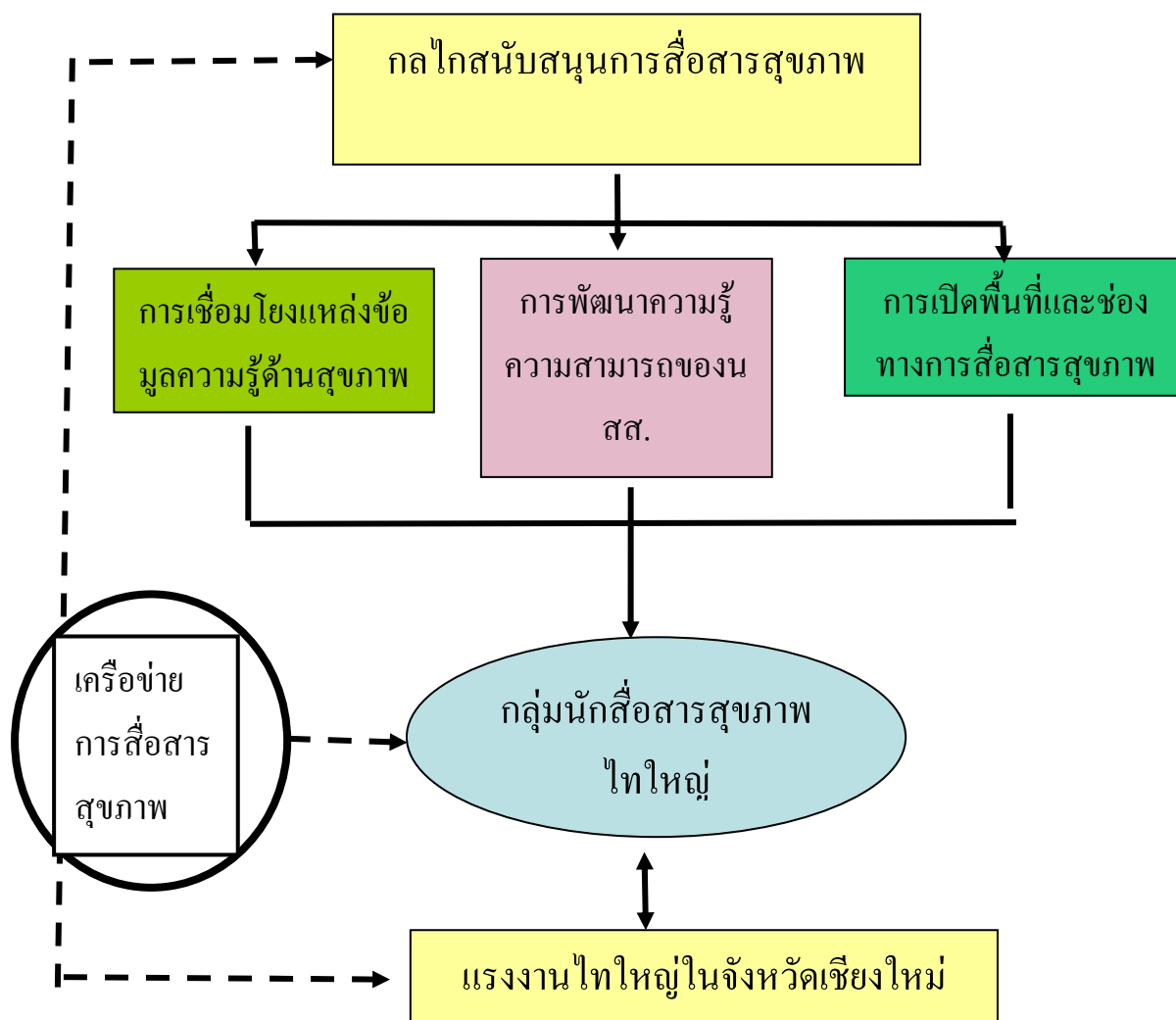
โครงการวิจัยนี้มีกรอบแนวคิดว่า ระบบสื่อสารสุขภาพจะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ต้องประกอบไปด้วยปัจจัยที่สำคัญสี่ปัจจัยซึ่งหนุนช่วยซึ่งกันและกัน ได้แก่ หนึ่ง **นักสื่อสารสุขภาพ** (นสส.) ที่มีคุณภาพ มีความรู้ที่ถูกต้องในด้านข้อมูลสุขภาพ มีความสามารถในการแปลงข้อมูลให้เป็นสารที่กลุ่มเป้าหมายรับได้ดีและถูกต้อง มีเทคนิควิธีการส่งสารที่เข้าถึง อีกทั้งมีการรวมกลุ่มเพื่อให้เกิดความเข้มแข็งและความต่อเนื่องในการทำงานด้านการสื่อสารสุขภาพ ปัจจัยที่สอง ได้แก่ **ตัวของสื่อ** ที่มีรูปแบบและเนื้อหาที่เหมาะสมกับคนและชุมชนที่รับสื่อ ปัจจัยที่สาม ได้แก่ **เครือข่ายการสื่อสารสุขภาพ** ทั้งในระหว่างองค์กรภาครัฐ เอกชน และชุมชน และในระหว่างชุมชนด้วยกัน เพื่อให้การสนับสนุนการพัฒนากลไกการสื่อสารสุขภาพและการดำเนินงานของกลุ่มนสส. และปัจจัยสุดท้าย ได้แก่ **กลไก**

10

ดูรายละเอียดเพิ่มเติมใน “นโยบายแรงงานข้ามชาติ: บทบาทสมาชิกรัฐสภาและประชาสังคม” รายงานการสัมมนาโดย บุญยรัตน์ กาญจนดิษฐ์ มูลนิธิส่งเสริมสันติวิธี และขวัญสกุล เข้าวพานนท์ คณะกรรมการสมานฉันท์แรงงานไทย 7 พฤศจิกายน 2551 ใน www.prachatai.com

สนับสนุนการสื่อสารสุขภาพที่หนุนช่วยการพัฒนาความรู้และความสามารถของนศส. พัฒนาช่องทางการสื่อสารสุขภาพ และระบบการสื่อสารสุขภาพที่ทำให้การสื่อสารสุขภาพในกลุ่มวัฒนธรรมเฉพาะให้เป็นไปอย่างกว้างขวางและเข้าถึง

แผนภูมิที่ 1.1 กรอบแนวคิดของโครงการ



นิยามศัพท์เฉพาะ

กลไกสนับสนุนการสื่อสารสุขภาพ: ระเบียบ กฎเกณฑ์ กระบวนการและช่องทางที่ช่วยพัฒนา กลุ่ม นศส. และทำให้การสื่อสารสุขภาพมีประสิทธิภาพ ในที่นี้เน้นการพัฒนาระบบการส่งต่อข้อมูล ด้านสุขภาพที่ถูกต้องและจำเป็น กระบวนการพัฒนาความรู้และความสามารถของ นศส. และการ

พัฒนาช่องทางการสื่อสารสุขภาพ เช่น วิทยุชุมชน สื่อพื้นบ้าน และการจัดนิทรรศการในงานเทศกาลต่าง ๆ

เครือข่ายการสื่อสารสุขภาพ: ความสัมพันธ์ และการเชื่อมโยง ของกลุ่มและองค์กร ที่ทำให้การพัฒนากลไกสนับสนุนการสื่อสารสุขภาพ และการพัฒนากลุ่ม นสส. ในการทำงานการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ เครือข่ายนี้อาจแบ่งออกได้เป็นเครือข่ายในระดับปฏิบัติการในพื้นที่ ซึ่งประกอบไปด้วยหน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการสื่อสารสุขภาพในพื้นที่ ได้แก่ โครงการ SHIELD ที่ดำเนินการโดย สสจ. องค์กร MAP องค์กรบริการส่วนท้องถิ่น ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียน ฯลฯ และในระดับบริหาร เช่น องค์กรบริหารส่วนจังหวัด ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียนระดับจังหวัด ฯลฯ

กลุ่มนักสื่อสารสุขภาพ: การรวมตัวของผู้ที่ทำหน้าที่อย่างหนึ่งอย่างใดในกระบวนการของการถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ โดยโครงการนี้ เน้นการรวมกลุ่มของผู้นำชุมชนไทใหญ่ หมอพื้นบ้านไทใหญ่ พระไทใหญ่ ศิลปินไทใหญ่ พสต. อสต. เพื่อทำหน้าที่ด้านการสื่อสารสุขภาพ

แรงงานข้ามชาติไทใหญ่: ผู้ที่มีเชื้อสายไทใหญ่และใช้ภาษาไทใหญ่เป็นภาษาแม่ ที่มีภูมิลำเนาเดิมอยู่ในประเทศพม่าแต่โยกย้ายเข้ามาทำงานและอยู่อาศัยในประเทศไทย ซึ่งรวมทั้งผู้ที่เข้าเมืองถูกกฎหมายและผิดกฎหมาย และผู้ที่ได้รับอนุญาตให้ทำงาน และผู้ที่ไม่ได้รับอนุญาตให้ทำงาน อีกทั้งรวมถึงลูกหลานของแรงงานข้ามชาติไทใหญ่ที่เกิดและทำงานในประเทศไทย

วัตถุประสงค์ของโครงการ

วัตถุประสงค์ของโครงการที่สอดคล้องกับแนวคิดมี 3 ประการดังต่อไปนี้

1. เพื่อพัฒนากลุ่มนักสื่อสารสุขภาพ ให้สามารถดำเนินการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานไทใหญ่ได้อย่างเข้าถึงและครอบคลุมขอบเขตที่กว้างขวาง
2. เพื่อพัฒนาเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพระหว่างองค์กรภาคีภาครัฐ เอกชน และชุมชน ที่ให้การสนับสนุนกลุ่มนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ให้ดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและต่อเนื่อง
3. เพื่อพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพสำหรับการดำเนินการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ

สำหรับรายละเอียดเรื่องกระบวนการและวิธีการดำเนินงานของโครงการจะอยู่ในบทที่ 2 ในขณะที่ผลของการดำเนินโครงการตามวัตถุประสงค์แต่ละข้อจะแยกบรรยายในบทที่ 3-5 บทสุดท้าย

บทที่ 6 เป็นบทสรุปที่รวมเอาข้อเสนอแนะเชิงนโยบายในการดำเนินการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มด้อยโอกาสที่มีภาษาและวัฒนธรรมแตกต่างจากคนส่วนใหญ่

บทที่ 2

กระบวนการดำเนินงานของโครงการ

การดำเนินโครงการเริ่มจากการเปิดตัวโครงการเพื่อแนะนำแนวคิด ลักษณะ และแผนงานของโครงการในปี 2551 เพื่อขอความคิดเห็นและแนวทางการทำงานร่วมกันระหว่างองค์กรภาคีที่เข้าร่วมในการประชุม จากนั้นจึงได้ค้นหาผู้ที่ทำหน้าที่เป็นนักสื่อสารสุขภาพ (นสส.) ที่มุ่งเน้นการทำงานการสื่อสารสุขภาพกับกลุ่มแรงงานข้ามชาติไทใหญ่ ซึ่งแบ่งออกตามกลุ่มอาชีพหลักได้เป็น แรงงานก่อสร้าง แรงงานรับจ้างทั่วไปเช่น ยกดวง แรงงานตามร้านอาหาร ฯลฯ แรงงานแม่บ้าน และแรงงานในภาคเกษตร ในสามอาชีพแรกนั้น แรงงานทำงานและอยู่อาศัยมากในพื้นที่เขตเมือง ซึ่งครอบคลุมอำเภอเมืองและอำเภอชานเมือง ส่วนแรงงานภาคการเกษตร พบมากในบางอำเภอที่อยู่ชานเมืองและในเขตอำเภอชายแดนไทย-พม่า ซึ่งเป็นแรงงานในสวนส้มและสวนผลไม้ชนิดอื่น ๆ แปลงผักและพืชไร่ และฟาร์มเลี้ยงสัตว์ แรงงานที่มีอาชีพต่างกัน มีวิถีชีวิตและปัญหาสุขภาพที่ต่างกัน โดยแรงงานก่อสร้างและรับจ้างทั่วไปนั้นมักจะเคลื่อนย้ายทั้งงานและที่อยู่อาศัยอยู่บ่อย อยู่กระจัดกระจายแทรกตามชุมชนคนไทยกลุ่มต่าง ๆ นอกจากนี้งานมีลักษณะรัดตัว และชั่วโมงการทำงานยาวหรือมีการทำล่วงเวลา ทำให้มีเวลาที่จะปลีกตัวไปทำกิจกรรมอย่างน้อย ในขณะที่ยังทำงานในภาคเกษตร จะอยู่อาศัยในพื้นที่ไร่ นา สวน ที่ทำงาน อยู่อาศัยในบ้านพักที่สวนส้มจัดให้รวมกันเป็นจำนวนมาก หรืออยู่ในชุมชนไทใหญ่ที่มีสัญชาติไทยและอยู่อาศัยอยู่ก่อนแล้ว

การค้นหานักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ หรือเรียกย่อว่า นสส. ไต จึงพยายามหาผู้ที่สามารถทำหน้าที่สื่อสารสุขภาพได้กับแรงงานหลายกลุ่มอาชีพซึ่งอาศัยอยู่ทั้งเขตในเมืองและอำเภอชายแดนไทย-พม่า เมื่อได้ นสส. ไต ที่มีจิตอาสาและมีเวลาที่จะมารวมกลุ่มดำเนินงานแล้ว ก็ได้ดำเนินกิจกรรมการพัฒนาศักยภาพของ นสส. โดยการจัดฝึกอบรมทั้งในเรื่องแนวคิดการสื่อสารสุขภาพ ความรู้ด้านสุขภาพ และเทคนิคการสื่อสาร มีการจัดประชุมกลุ่มอยู่เป็นประจำเพื่อฝึกฝนการวิเคราะห์สถานการณ์ปัญหา วางแผนการทำกิจกรรม และสรุปผลการจัดกิจกรรม สำหรับขั้นตอนสุดท้ายคือการสนับสนุนให้ นสส. จัดกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพตามแผนที่วางไว้ โดยการประสานความร่วมมือกับหน่วยงานทางด้านสาธารณสุขภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรพัฒนาเอกชนและชุมชน นอกจากนี้ โครงการยังได้จัดการประชุมร่วมระหว่าง นสส. ไต องค์กรภาคี คณะที่ปรึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อแนะนำโครงการ รายงานความก้าวหน้าของโครงการ ขอความเห็น และสรุปบทเรียนเมื่อสิ้นสุดโครงการ ตามตารางที่ 2.1 ที่แสดงขั้นตอนการดำเนินงาน โดยมีรายละเอียดของขั้นตอนการคัดเลือก นสส. การพัฒนาศักยภาพของ นสส. และการจัดกิจกรรมของ นสส. ในส่วนถัดไป (ดูรายการการประชุมทั้งหมดที่จัดโดยโครงการในภาคผนวกที่ 1)

ตารางที่ 2.1 ขั้นตอนการดำเนินงานของโครงการเดือนมีนาคม-ธันวาคม 2551

แผนการดำเนินงาน	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.
1. ประชุมแนะนำโครงการร่วมกับที่ปรึกษา ตัวแทนองค์กรภาคีเครือข่าย และนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ เพื่อระดมความคิดเห็นทิศทางและแนวทางการทำงาน	---									
2. ค้นหา และประชุมร่วมกับนสส. เพื่อรวมกลุ่ม กำหนดความต้องการและรูปแบบในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง รวมทั้งวางแผนการดำเนินกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ	---	---	---							
3. จัดกระบวนการเรียนรู้สำหรับนสส. (จัดการประชุมเชิงปฏิบัติการโดยโครงการและสนับสนุนให้เข้าร่วมการประชุมที่จัดโดยองค์กรอื่น)			---	---	---	---	---	---	---	
4. การดำเนินกิจกรรมของนสส. ตามแผน โดยการสนับสนุนและการประสานงานขององค์กรภาคีภาครัฐและเอกชน					---	---	---	---	---	---
5. การติดตามผลการปฏิบัติงานโดยการไปเยี่ยมพื้นที่ และการประชุมสรุปผล						---	---	---	---	---
6. ประชุมร่วมที่ปรึกษาโครงการ เพื่อเสนอความก้าวหน้าการดำเนินงานและขอความเห็นในการปรับปรุง	---	---		---				---	---	
7. จัดประชุมเพื่อเสนอผลและสรุปบทเรียนโครงการ โดยนสส. องค์กรภาคีและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง										---
8. สรุปและจัดทำรายงานความก้าวหน้าและรายงานผลการวิจัย				---				---		---

2.1 การค้นหา นสส. ไต

ในการดำเนินงานของโครงการในปี 2549 มีอาสาสมัครไทใหญ่ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเยาวชนทั้งหญิงชายทั้งที่อยู่ ในอำเภอชายแดน และในเมืองและชนเมืองเชียงใหม่ จำนวน 10 คน เข้าร่วมในการเก็บข้อมูล และแลกเปลี่ยนในเวทีต่าง ๆ ที่จัดขึ้นร่วมกับองค์กรภาคีภาครัฐ เอกชน ชุมชน และนักวิชาการ จากการทำงานดังกล่าวทำให้อาสาสมัครกลุ่มนี้จะมีความรู้พื้นฐานเรื่องการสื่อสารสุขภาพ และสถานการณ์การสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานไทใหญ่ นอกจากนี้อาสาสมัครเหล่านี้ยังสามารถสื่อสารได้ค่อนข้างดีทั้งภาษาไทยและภาษาไทใหญ่ เพราะมาทำงานเป็นแรงงานรับจ้างในประเทศไทย

เป็นเวลาหลายปี บางคนกำลังเรียนกับศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน บางคนเรียนภาษาไทยด้วยตนเองทำให้สามารถอ่านภาษาไทยได้พอสมควร บางคนเคยทำงานเป็นอาสาสมัครในโครงการพัฒนาเอกชน ซึ่งทำหน้าที่เผยแพร่ความรู้เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคเอดส์ หรือรณรงค์ความปลอดภัยในการทำงาน ทำให้มีประสบการณ์ในการทำหน้าที่สื่อสารทั้งผ่านสถานีวิทยุ และสื่อสารโดยตรงกับแรงงานอาสาสมัครกลุ่มนี้จึงมีพื้นฐานและศักยภาพที่จะได้รับการพัฒนาเป็นนักสื่อสารสุขภาพ

ในการดำเนินงานปี 2551 ทางโครงการจึงเริ่มจากการชักชวนอาสาสมัครที่เคยทำงานกับโครงการดังกล่าวมารวมกลุ่มทำงานเป็นนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ อาสาสมัครส่วนใหญ่ยังสามารถเข้าร่วมได้ มีบางคนที่ได้งานประจำที่รัดตัวทำให้ไม่สามารถปลื้มตัวมาได้ นอกจากอาสาสมัครกลุ่มนี้แล้ว ทางองค์กรภาคีภาครัฐและเอกชนยังได้แนะนำให้แรงงานไทใหญ่อีกหลายคนที่มีศักยภาพในการทำหน้าที่นักสื่อสารสุขภาพให้เข้าร่วมประชุม ทำความเข้าใจแนวคิดและลักษณะของโครงการ และสมัครเข้ามาอยู่ในกลุ่มนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ โดยเงื่อนไขสำคัญที่ทางโครงการระบุเพื่อให้ผู้ที่สนใจตัดสินใจได้คือ เป็นผู้ที่สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทใหญ่ได้ มีจิตอาสาต้องการมาทำงานเพื่อช่วยเหลือแรงงานที่เข้าไม่ถึงข้อมูลข่าวสารและบริการด้านสุขภาพ และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมโครงการได้ค่อนข้างต่อเนื่อง ทั้งนี้ ทางโครงการกำหนดจำนวนนักสื่อสารสุขภาพไว้ประมาณ 40 คน เพื่อให้สามารถบริหารจัดการได้ตามข้อจำกัดของทรัพยากรของโครงการและเวลาการดำเนินงาน

กลุ่มนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ หรือเรียกย่อว่า นสส.ไต จึงประกอบไปด้วย คนไทใหญ่จำนวน 49 คน (ดูรายชื่อ นสส.ไต ในภาคผนวกที่ 2) เป็น นสส. ที่อยู่ในเมืองและชนเมืองเชียงใหม่ 22 คน และอำเภอชายแดน ฝ่าย แม่อาฮาย ไชยปราการและเชียงดาว 27 คน มีคุณสมบัติดังนี้

เพศ	หญิง 11 คน ชาย 35 คน พระ 3 รูป
อายุ	18-57 ปี
อาชีพหลัก	พระ 3 รูป
	หมอฟันบ้าน 8 คน
	แรงงานรับจ้าง ก่อสร้าง ร้านอาหาร งานใช้แรงงานทั่วไป 19 คน
	อาสาสมัครองค์กรพัฒนาเอกชนและโครงการ 5 คน
	นักจัดรายการวิทยุและผลิตสื่อ 3 คน
	เกษตรกร 4 คน
	เจ้าหน้าที่และพนักงานสาธารณสุข 7 คน

กล่าวโดยสรุปแล้ว นสส.ไต มีคุณสมบัติเฉพาะที่เอื้อให้สามารถทำหน้าที่เป็นนักสื่อสารสุขภาพได้ ได้แก่

- 1) ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่เข้าใจภาษาและวัฒนธรรมได้ดีทั้งสองภาษาและวัฒนธรรมไทย และไทใหญ่ ทำให้สามารถนำเอาข้อมูลข่าวสารภาษาไทยที่เป็นประโยชน์ไปสื่อสารเป็นภาษาไทยใหญ่ให้กับแรงงานไทใหญ่ได้รับรู้ ในขณะเดียวกันก็นำเอาข้อมูลข่าวสาร สถานการณ์ปัญหาและความรู้ดั้งเดิมของแรงงานไทใหญ่ ถ่ายทอดหรือสื่อสารให้แก่คนไทยได้รับทราบ
- 2) เป็นเยาวชนในวัยทำงานที่มีความกระตือรือร้น และเสียสละเวลาเพื่อทำงานที่มีประโยชน์ต่อกลุ่มแรงงาน
- 3) เป็นผู้ที่มีความใส่ใจใคร่รู้และยกระดับการเรียนรู้ของตนเองให้สูงขึ้น ด้วยการไปศึกษาต่อกับศูนย์การศึกษาออกโรงเรียน และมีความสนใจเข้าร่วมในโครงการ เพื่อรับฟังแนวคิดและข้อมูลใหม่
- 4) ส่วนใหญ่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมที่มั่นคงระดับหนึ่ง มีบัตรประจำตัวชนิดใดชนิดหนึ่ง มีงานทำที่ค่อนข้างประจำ ได้ค่าจ้างแบบเหมาจ่ายหรือเงินเดือน ทำให้สามารถปลีกเวลามาทำงานเป็นอาสาสมัครของโครงการได้สะดวกกว่าแรงงานที่ทำงานหาเช้ากินค่ำ
- 5) เป็นอาสาสมัครหรือสมาชิกขององค์กรพัฒนาเอกชน โครงการ หรือกลุ่มแรงงานไทใหญ่ที่จัดตั้งขึ้นเอง ซึ่งเป็นกลุ่มที่ทำงานในหลายประเด็น เช่น ประเด็นการป้องกันรักษาโรค แพทย์พื้นบ้าน ศิลปวัฒนธรรม เป็นต้น ดังรายชื่อขององค์กรต่าง ๆ และพื้นที่ทำงาน ที่ปรากฏในแผนภูมิที่ 2.1

แผนภูมิ ที่ 2.1 องค์กรและกลุ่มอื่นที่นสส.ได้สังกัด



2.2 การพัฒนาศักยภาพของนสส.

ในการพัฒนาศักยภาพของนสส. ทางโครงการจัดให้มีการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการจำนวน 5 ครั้ง โดยเนื้อหาอาจแบ่งได้เป็น 3 เรื่อง ได้แก่ หนึ่ง แนวคิดด้านการสื่อสารสุขภาพและการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ สอง ความรู้เรื่องสุขภาพ โดยเน้นประเด็น “อนามัยเจริญพันธุ์” และ สาม เทคนิคการสื่อสารสุขภาพ ซึ่งเน้นเรื่องการผลิตละครวิทยุ นอกจากนี้ทางโครงการยังได้สนับสนุนให้นสส.เข้าร่วมการฝึกอบรมในเรื่องที่มีประโยชน์ต่อการทำงานการสื่อสารสุขภาพ ซึ่งเป็นการจัดโดยแผนงานรสส.เอง และโดยองค์กรอื่น ๆ ได้แก่

- การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ การสร้างชุมชนสื่อสารสุขภาพทางอินเทอร์เน็ต จัดโดยแผนงานรสส. ในช่วงวันที่ 13-14 กันยายน 2551 ที่จังหวัดนครปฐม
- การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการการจัดการวิทยุชุมชน จัดโดยมูลนิธิแมพ วันที่ 25 กรกฎาคม 2551 ที่จังหวัดเชียงใหม่
- การฝึกอบรมเรื่องการจัดตั้งสหภาพแรงงาน จัดโดยโครงการยุติธรรมเพื่อแรงงานข้ามชาติ วันที่ 22-23 พฤศจิกายน 2551 ที่จังหวัดเชียงใหม่

ในส่วนของการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการที่จัดโดยโครงการนี้มีบันทึกการฝึกอบรมดังนี้

การฝึกอบรมเรื่อง “การสื่อสารสุขภาพ”

การจัดฝึกอบรมเพื่อให้เข้าใจแนวคิดเรื่องการสื่อสารสุขภาพ จัดขึ้นเมื่อวันที่ 24 พฤษภาคม 2551 ณ สถานบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมีคุณปาริษฐ์ ณะสมบูรณ์กิจ ผู้จัดการแผนงาน การสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน (รสส.) เป็นวิทยากร โดยมีกระบวนการฝึกอบรมดังต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 : จับคู่แนะนำเพื่อน

วัตถุประสงค์: เพื่อละลายพฤติกรรม และ ย้ำคิดแนวคิด การสื่อสารสองทาง ให้เกิดความเสมอภาคในการสื่อสาร

ผลกิจกรรม:

1. จากการแนะนำเพื่อนใหม่ ทำให้เห็นว่ามีหลากหลายอาชีพ ซึ่งมีประโยชน์ต่อการทำงานด้านสื่อสาร
2. การแนะนำเพื่อนอย่างมีความสุข ก่อให้เกิด “มิตรภาพ” จากการพูดคุยและเล่าเรื่องราวแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันทำให้รู้จักกันมากขึ้น วิธีการนี้เรียกว่า “การสื่อสารสองทาง” หมายถึง มีทั้งคนสื่อสาร และ ผู้รับฟัง
3. ภาษาที่ใช้มีหลายภาษา ทั้งภาษาไทย ไทใหญ่และคำเมือง รวมทั้งภาษากาย เช่น ยิ้ม และ ท่าทาง ภาษาทั้งหมดนี้เป็นสิ่งสำคัญมากต่อการสื่อสาร

อธิบายผลกิจกรรม: พบว่าหลักสำคัญของการสื่อสารคือ

- 1) หน้าที่ของการสื่อสาร คือ “สื่อ” และ “ฟัง” เราต้องฟังในสิ่งที่เขาพูดให้เข้าใจ ต้องเข้าใจซึ่งกันและกัน เช่นเดียวกับกิจกรรมแนะนำตัว จะเห็นได้ว่าระหว่างที่แนะนำตัวเพื่อนใหม่ เราได้หัวเราะอย่างสนุกสนานนั้น เป็นเพราะเราได้เข้าถึงใจเพื่อน
- 2) ความเท่าเทียมกัน หมายความว่า ในการสื่อสารต้องมีความเท่ากัน มีความรู้สึกเสมอภาคในการพูดกัน สื่อสารกัน ทั้งสองฝ่ายนั้นสามารถยืนอยู่คู่กันได้และมั่นใจที่จะพูดคุยกัน
- 3) บุคคลที่มาร่วมกัน แม้ว่าจะพูดภาษาเดียวกันหรือคนละภาษา ต่างก็มีภาษาท่าทาง เป็น “ภาษาร่วม” ในการสื่อสาร รวมทั้งกลุ่มคนที่เข้าร่วม แม้ว่าจะมีปัญหาที่เหมือนหรือแตกต่างกัน เราต่างก็เรียนรู้ปัญหาร่วมกันภายในกลุ่ม และสื่อสารสุขภาพในกลุ่มตนเองได้ ดังนั้นกลุ่มไทใหญ่จึงต้องเป็นผู้เรียนรู้และสื่อสารให้กับคนไทใหญ่ด้วยกันเอง

กล่าวโดยสรุป คือ หลักการสื่อสารคือ การพูดเพื่อการสื่อสาร โดยยึดหลักของการเป็นผู้ฟังในขณะที่กำลังสื่อสาร เพราะเมื่อเราพูดฝ่ายเดียวไม่ฟัง จะได้เพียงการสื่อสารเพียงฝ่ายเดียว การสื่อสารแตกต่างจากการเผยแพร่ข้อมูล เนื่องจากการเผยแพร่เป็นการสื่อสารทางเดียว คือ พูดเพื่อให้ข้อมูลเท่านั้น แต่การสื่อสารจำเป็นต้องมี 2 ทาง คือ สื่อและฟัง และจำเป็นต้องฟัง

ว่าเขามีความรู้อะไร เช่นเดียวกันการสื่อสารกับคนท้องถิ่น ต้องฟังคนท้องถิ่นว่า มีการดูแลตนเองอย่างไร เหมาะสมกับพวกเขาอย่างไร ซึ่งแน่นอนว่าคนท้องถิ่นเองก็มีการสื่อสารสุขภาพระหว่างพวกเขาด้วยเช่นกัน

ในส่วนของคุณสมบัติของ นสส. นั้น กลุ่มไทใหญ่จะเป็นผู้ค้นหาคุณสมบัติของ นสส. เอง ด้วยการเรียนรู้ร่วมกันภายในกลุ่มเพื่อให้ได้คุณสมบัติที่เหมาะสม ดังนั้น นสส. ในแต่ละพื้นที่ แต่ละกลุ่ม จะมีลักษณะเฉพาะแตกต่างกันไป

ลักษณะของ นสส. แตกต่างจาก อสม. คือ อสม. จะมีหน้าที่ที่ถูกมอบหมายและต้องปฏิบัติตามภายใต้หน่วยงานสาธารณสุข ในขณะที่ นสส. เป็นผู้กำหนดบทบาทหน้าที่ของตนเอง ด้วยความเข้าใจในสิ่งที่ตัวเองเป็น และรับรู้ เข้าใจปัญหาของชุมชน นอกจากนั้น นสส. ไม่ได้ทำงานเพียงลำพัง แต่ร่วมกันเป็นทีมด้วยการสื่อสารกับคนทั้งชุมชน

ทั้งนี้ คุณลักษณะของ นสส. เกิดขึ้นได้จากกระบวนการเรียนรู้ แบบค่อยเป็นค่อยไป กล่าวคือ นสส. มีการเรียนรู้ ตระหนัก รู้จักและเข้าใจปัญหาสุขภาพของชุมชนได้ในที่สุด ทั้งหมดนี้เป็นหัวใจหลักของการทำงานของ นสส.

กิจกรรมที่ 2 : นำเสนอกิจกรรมสื่อสารสุขภาพที่จะทำในชุมชน จากการแสดงบทบาทสมมติ

แบ่งกลุ่ม นสส. ทั้งหมดออกเป็น 5 กลุ่มเพื่อให้วางแผนทำบทบาทสมมติในการดำเนินกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ เสร็จแล้วให้แต่ละกลุ่มนำเสนอ กลุ่มละ 10 นาที ผลของการแสดงบทบาทสมมติมีดังตารางที่ 2.2

ตารางที่ 2.2: การแสดงบทบาทสมมติในกิจกรรมฝึกอบรม”การสื่อสารสุขภาพ”

กลุ่มที่ / ช่องทาง	บทบาทสมมติ	ข้อเสนอแนะ
กลุ่มที่ 1 จัดรายการวิทยุชุมชน	มีดีเจ สัมภาษณ์แพทย์จักรพ. ให้ความรู้เรื่องโรคเอดส์ และ มีโทรศัพท์จากทางบ้าน ปรึกษาปัญหา และเปิดเพลง ไทใหญ่แทรก	- มีการนำเสนอการสื่อสารสองทาง และมีเนื้อหาที่ให้ความรู้ดี - กรณีนี้ บทบาทสมมติที่มีแพทย์มาให้ข้อมูลนั้น เข้าใจว่าแพทย์เป็นผู้ที่รู้เรื่องโรรมากที่สุด หรือที่มักจะได้ยินว่า “จะรู้ดีกว่าหมอได้อย่างไร” และหมอมักจะให้คำตอบที่เป็นจริง ในขณะที่ นสส. แม้ว่า จะไม่รู้ทุกเรื่องก็ตาม แต่ก็สามารถให้คำตอบเฉพาะหน้าที่ช่วยเสริมสุขภาพจิตใจให้แก่ผู้ฟังได้ ดังนั้น นสส. ไม่

กลุ่มที่ / ช่องทาง	บทบาทสมมติ	ข้อเสนอแนะ
		จำเป็นต้องรู้ทุกเรื่องแต่สามารถหาผู้รู้มาให้คำตอบได้ - ควรนำเสนอทั้งภาษาไทยและไทใหญ่ - คำว่า ล้วงละเมิดทางเพศ เป็นคำที่เข้าใจยาก ต้องอธิบายหรือใช้คำที่เข้าใจง่าย
กลุ่มที่ 2 สื่อบุคคล นสส. เข้าไปพูดคุยในเขตก่อสร้าง	นสส. เข้าไปพบนายจ้าง และแรงงาน เพื่อให้สื่อสารด้านสุขภาพแก่แรงงานในเรื่อง “การบริโภคอาหาร”	นสส. ได้สอบถามว่า แรงงานกินอะไรทำอะไรกินบ้าง ซึ่งเป็นการฟังเขาก่อนว่าเขาอยู่อย่างไร ถือเป็นการเริ่มต้นพูดคุยสื่อสารที่ดี
กลุ่มที่ 3 ละครวิทยุ	แสดงละครวิทยุที่เปิดในวิทยุชุมชน มีเนื้อหาสอดแทรกด้านสุขภาพด้วย	- ละครสนุก มีสอดแทรกเนื้อหา - วิธีการสื่อสารที่น่าสนใจ ดึงดูด ชวนติดตาม - ชาวไทใหญ่ชอบฟังละครวิทยุ - พูดเร็วเกินไป
กลุ่มที่ 4 สื่อบุคคล จัดกิจกรรมเกมและสาธิตในเขตก่อสร้าง	นสส. เป็นเจ้าหน้าที่หน่วยงานเอกชน เข้าไปจัดกิจกรรมด้านสุขภาพในเขตก่อสร้าง เช่น เล่นเกม และสาธิตวิธีการใช้ถุงยางอนามัย	- มีสมาธิและจริงจังในการอธิบาย สาธิตการใช้ถุงยางอนามัย แม้ว่าจะเป็นผู้หญิงก็ตาม ทำให้เห็นว่าเรื่องสุขภาพไม่มีพรหมแดน
กลุ่ม 5 สื่อบุคคล เข้าไปพูดคุยในสวนส้ม	นสส. เข้าไปพบนายจ้าง ลูกจ้าง (ผู้หญิง) ในสวนส้ม เรื่องการตรวจภายใน	- เลือกกลุ่มเป้าหมายเป็นผู้หญิงเท่านั้น เป็นการเลือกกลุ่มที่ชัดเจนและเฉพาะเรื่องผู้หญิง - แต่ควรพยายามลดเงื่อนไขเพื่อให้เรื่องสุขภาพเป็นเรื่องของทุกคน - ปัญหาสุขภาพไม่ใช่เฉพาะกลุ่มแรงงานเท่านั้น นายจ้างเองก็มีส่วนเกี่ยวข้องด้วย ดังนั้น นสส. ต้องสังเกตถึงสิ่งนี้ด้วย เพราะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ

สรุปผลกิจกรรมที่ 2: จากการจัดกิจกรรม ก่อให้เกิดเป็นกระบวนการเรียนรู้ของกลุ่ม ดังนี้

1. ถาม-ตอบปัญหา
2. แลกเปลี่ยนข้อคิดเห็น
3. เรียนรู้ปัญหา
4. ผูกสัมพันธ์ในกลุ่ม
5. ขยายไปสู่กลุ่มอื่น

การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง “การสื่อสารสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพ”

การฝึกอบรมจัดขึ้นวันที่ 13 กรกฎาคม 2551 ณ บ้านธารแก้ว มหาวิทยาลัยพายัพ โดย อ.ดร. จิรพร วิทศศักดิ์พันธุ์ เป็นวิทยากร โดยมีเนื้อหาสำคัญดังนี้

- วัตถุประสงค์ของการสื่อสาร มีทั้งการให้ข้อมูล ความรู้ ใจและบันเทิง
- คุณสมบัติของการสื่อสาร ซึ่งเน้นกระบวนการที่สร้างสรรค์
- กระบวนการสื่อสาร ที่คำนึงถึงบริบททางประวัติศาสตร์และสังคม และบริบทของการสื่อสารซึ่งแบ่งเป็นบริบททางกายภาพ วัฒนธรรม จิตวิทยาและเวลา
- ปัจจัยหรือองค์ประกอบของการสื่อสาร ประกอบไปด้วย ผู้ส่งสาร ตัวสาร ช่องทาง และผู้รับสาร โดยเน้นการวิเคราะห์คุณสมบัติของผู้ส่งสาร ว่ามีข้อดีข้ออ่อนอย่างไร วิเคราะห์ผู้รับสารว่ามีคุณสมบัติอย่างไร ชอบเนื้อหาและรูปแบบใด ช่องทางใด
- การสื่อสารเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เน้นการเปลี่ยนแปลงตามลำดับขั้น จากการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ และสุดท้ายเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

การแลกเปลี่ยนเรียนรู้และฝึกอบรมเรื่อง “อนามัยเจริญพันธุ์”

เนื่องจากปัญหาเรื่องสุขภาพของแรงงานมีหลายปัญหาและมีความเร่งด่วนและรุนแรงไม่น้อยกว่ากัน ไม่สามารถที่จะจัดการฝึกอบรมให้ความรู้ได้ทุกเรื่อง ทางโครงการ ที่ปรึกษาและนสส. ได้เห็นพ้องกันว่า ควรหยิบยกประเด็น “อนามัยเจริญพันธุ์” ขึ้นมาศึกษาและใช้เป็นเนื้อหาในการสื่อสารก่อน เพราะเป็นประเด็นที่แรงงานทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย เผชิญปัญหา และการทำงานสื่อสารในเรื่องนี้น่าจะเป็นเรื่องที่ทำให้เข้าถึงกลุ่มแรงงานได้ง่าย เพราะจะได้รับความร่วมมือจากนายจ้างมากกว่าถ้าหากจะไปเริ่มจากปัญหาสุขภาพอื่นเช่น เรื่องของผลจากการใช้สารเคมี ในขณะเดียวกัน เนื่องจากเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์จะเป็นเรื่องที่ครอบคลุมเนื้อหาค่อนข้างกว้าง เช่น เรื่องพฤติกรรมด้านเพศสัมพันธ์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์ การทำแท้ง อนามัยวัยรุ่น การวางแผนครอบครัว ฯลฯ นสส. จึงได้สำรวจสถานการณ์ปัญหาและพบว่าประเด็นที่สำคัญที่ นสส. ควรจะมีความรู้คือ เรื่องการวางแผนครอบครัว

โรคติดต่อและมะเร็งในอวัยวะสืบพันธุ์และมะเร็งเต้านม ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศ และอนาถาแม่และเด็ก

ทางโครงการจึงได้จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการในเรื่อง “อนามัยเจริญพันธุ์” ขึ้นเมื่อวันที่ 11 มิถุนายน 2551 ณ สถานบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมีคุณอุดม อุดมวรรณกุล พยาบาลวิชาชีพ 7 โรงพยาบาลไชยปราการ และคุณพุดเกียรติ ลีตระกูล นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลฝาง เป็นวิทยากร โดยเน้นการอบรมใน 5 หัวข้อสำคัญคือ 1) ความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์ 2) การตั้งครรภ์ 3) สิทธิด้านอนามัยเจริญพันธุ์ 4) การคุมกำเนิดและการวางแผนครอบครัว 5) เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และ 6) โรคติดต่อตามแนวชายแดนและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

ในการอบรม ทางวิทยากรใช้วิธีบรรยายโดยมีการฉายตัวอักษรและรูปภาพผ่านโปรแกรมเพาเวอร์พอยท์ มีผู้ช่วยวิจัยไทใหญ่ (นายอ่องเท จายแสง และนางสาวจันทร์ ไอ้เม็ง) เป็นผู้คอยสรุปเป็นภาษาไทยใหญ่ และเปิดให้สน.ซักถาม ซึ่ง พบว่าสน.ให้ความสนใจซักถามตลอดเวลา โดยคำถามที่เกี่ยวข้องกับปัญหานาถาแม่เจริญพันธุ์ได้แก่

1. การทำแท้งบ่อยๆ เช่น กรณีผู้หญิงอายุ 30 ปี ทำแท้งมา 8 ครั้ง จะมีผลต่อสุขภาพผู้หญิงอย่างไร
2. การมีบุตรยาก มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้ชายหรือไม่
3. ทำไมต้องให้เด็กกินนมแม่ไม่ต่ำกว่า 6 เดือน
4. เด็กที่กินนมแม่ตลอด 6 เดือน และยังไม่มีฟันขึ้นเลย ถือว่าผิดปกติหรือไม่
5. เด็กอายุ 6 ขวบเกิดอาการชัก แล้วเสียชีวิตเกิดจากอะไร หรือเป็นเพราะแม่ให้กำเนิดลูกเมื่ออายุ 40 ปี
6. การไม่ได้รับวัคซีนตั้งแต่เด็กโดยเฉพาะชาวไทใหญ่ไม่มีโอกาสได้รับวัคซีน จะมีผลอย่างไร
7. โรคเชไอวี/เอดส์ ตรวจพบเชื้อได้เมื่อไร
8. เมื่อเป็นโรคเชไอวี/เอดส์ จะอยู่ได้อีกกี่ปี
9. ยาคุมของผู้ชายมีหรือไม่
10. ใช้ยาสอดเมื่อไม่ต้องการลูก อันตรายหรือไม่
11. เครื่องดื่มชูกำลังที่ผู้ชายชอบดื่ม มีผลต่อสมรรถภาพทางเพศหรือไม่
12. ทำไมเมื่อผู้หญิงทำหมันมานานแล้ว เกือบ 10 ปี แต่ยังคลอดลูกได้อีก
13. กินยาคุม แต่ไม่ทำหมันจะเป็นอันตรายหรือไม่
14. ยาฉีดและยาคุมกำเนิดมีผลเสีย ผลดีต่างกันอย่างไร เป็นอันตรายต่อร่างกายหรือไม่
15. การกินยาคุม หรือทำหมันในผู้หญิง ทำให้ผู้หญิงมีอาการหลงลืม จริงหรือไม่
16. อาการ “ผิเค็ด” (ลมผิเค็ด) หลังคลอดลูก เกิดจากอะไร
17. กรณีใส่ยาฝังคุมกำเนิดในร่างกาย เมื่อครบกำหนดไม่ได้เอาออก จะเป็นอันตรายหรือไม่
18. กินยาคุมมานานจะสะสมในร่างกายหรือไม่ และหยุดกิน เมื่อตั้งครรภ์ ลูกจะสมบูรณ์หรือไม่

19. คนทำหมันแล้วอายุสั้นหรือไม่
20. มีเลือดคนละครูปสามารถตั้งครรภ์ได้หรือไม่
21. กะเทยเกิดจากอะไร

คำถามที่เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพอื่น ๆ ได้แก่

1. วัณโรค กับ โรคหอบหืด เหมือนกันหรือไม่
2. การทำงานหนัก ทำให้เป็นโรคเบาหวานหรือไม่ และโรคเบาหวานแก้ไขรักษาได้อย่างไร
3. นิ้วเกิดจากอะไร
4. น้ำท่วมปอดเกิดจากอะไร
5. โรคความดันสูงต่อต่อทางกรรมพันธุ์หรือไม่
6. กินแอปเปิ้ลหลังอาหารมีประโยชน์ต่อร่างกายหรือไม่
7. อาการวัณโรคไม่แสดงอาการ จะรู้ผลได้จากอะไร
8. เด็กที่เป็นอีสุกอีใส จะติดต่อกันหรือไม่ และเป็นอันตรายต่อตัวเด็กและผู้อื่นหรือไม่
9. โรคเลือดจางรักษาหายหรือไม่ หรือเป็นตลอดชีวิต
10. โรคเบาหวาน เป็นโรคติดต่อหรือไม่ และ ติดต่อกับแม่สู่ลูกได้หรือไม่

การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อผลิตละครวิทยุ

นสส. ได้เลือกที่จะทำการผลิตละครวิทยุเป็นกิจกรรมหนึ่ง เพราะจากประสบการณ์ที่ผ่านมาเห็นว่าละครวิทยุจะเป็นที่นิยม สามารถสื่อสารข้อมูลข่าวสารได้ดีและมีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมค่อนข้างมาก แต่นสส. ไม่มีความรู้ในเรื่องนี้มาก่อนเลย ทางโครงการจึงได้จัดให้มีการฝึกอบรม 2 ครั้ง ครั้งแรกเรื่อง “การผลิตละครวิทยุ” จัดเมื่อวันที่ 9 สิงหาคม 2551 โดย อ. ดร. จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ เป็นวิทยากร ซึ่งมีรายละเอียดของการฝึกอบรมดังนี้

โครงสร้างละครและความหมาย

- จุดเด่นหรือหัวใจของละคร อยู่ที่ ความขัดแย้ง ต้องมีเรื่องราวเกิดขึ้น
- วิทยุเป็นการสื่อสารด้วยเสียงให้ผู้ฟังจินตนาการเรื่องราว จากเสียงที่ได้ยิน และคนเราจะจดจำในสิ่งที่ตัวเองได้ยินและประทับใจหรือชอบได้
- อธิบายถึงตำแหน่งผู้ตรวจแก้บท (Script Doctor) เป็นหน้าที่ที่มีเพิ่มนอกจากผู้เขียนบท
- ละครวิทยุเป็นศาสตร์และศิลป์สองกลุ่มที่มาผสมผสานกัน คือ งานศิลปะที่ข้ามสายพันธุ์

ละครมีพลัง “เพราะสามารถเข้าถึงผู้รับสารได้ง่าย”

- ข้อมูลความรู้
- ส่งเสริมจินตนาการ

- ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์
- ปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม
- ปรับเปลี่ยน แก้ไขพฤติกรรม

หัวใจของละคร

- ความขัดแย้ง
- ความเร้าอารมณ์
- ความน่าสนใจ

ละครวิทยุ

สื่อวิทยุ : ไมโครโฟน หูฟัง (เครื่องมือ)

ลักษณะเฉพาะของวิทยุ คือ เป็นสื่อที่เข้าถึงผู้ฟังอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

รายการวิทยุราคาอุก

เข้าถึงผู้รับได้อย่างรวดเร็วและกว้างขวาง

คนฟังสามารถทำกิจกรรมอื่นๆได้ในเวลาเดียวกันกับที่ฟังวิทยุ

ข้อจำกัดของสื่อวิทยุ

- ผู้ฟังได้ยินแต่เสียงเพียงอย่างเดียว
- ไม่สามารถเห็นตัวละคร เพราะไม่มีภาพ
- ไม่เห็นสีหน้าความรู้สึก
- ไม่เห็นเครื่องแต่งกาย
- ไม่เห็นแสงสี
- ไม่เห็นฉาก

ข้อได้เปรียบของสื่อวิทยุ

- ผู้ฟังสามารถรู้และเห็นทุกอย่างได้ โดยใช้จินตนาการสร้างมโนภาพ (ผู้ฟังใช้จินตนาการไม่มีที่สิ้นสุด)
- การเห็นภาพผ่านบทสนทนา ตัวอย่างเช่น ตัวละครตัวหนึ่งเดินเข้ามาและบอกตัวละครอีกตัวว่า “ฉันจะแทงแก” นั่นทำให้ผู้ฟังได้จินตนาการถึงมิดและความหวาดเสียว
- การเห็นภาพผ่านเสียงบรรยาย
- การเห็นภาพเสียงดนตรีและเสียงประกอบ

องค์ประกอบของละครวิทยุ

1. โครงเรื่อง (Plot)

ลักษณะของโครงเรื่องที่ดี 1) ต้องมีโครงสร้างที่ไม่ซับซ้อน 2) มีความขัดแย้งที่น่าสนใจ 3) มีความเป็นไปได้

4) สมเหตุสมผล

- ปูเรื่อง (Preparation /exposition)
- หาความขัดแย้ง ทวีความรุนแรง (Rising action)
- จุดสุดยอด (Climax)

➤ ตอนคลี่คลาย (Denouement) ในสองตอนอาจจะไม่ต้องคลี่คลายในตอนนั้นก็ได้ ถ้าจบหรือคลี่คลายคนไม่ยักคิดตาม ควรจบตอนที่คนอยากรู้ เพื่อให้คนอยากฟังต่อ เมื่อเริ่มต้นออกอากาศต่อให้ย้อนกลับไปนิดหน่อยและสร้างปมใหม่ทันที

2. ตัวละคร

- ตัวละครต้องมีความน่าเชื่อถือ สมจริง
- ตัวละครแต่ละตัวควรมีนิสัยที่แตกต่างกันอย่างชัดเจน
 - 1) น้ำเสียง(การพากย์เสียง)ควรให้เหมาะกับบุคลิก นิสัยในคอและรูปร่าง เช่น ถ้าเป็นพระเอก น้ำเสียงควรจะนุ่มนวลฟังแล้วอบอุ่น คนตัวเล็กควรจะใช้เสียงแหลมเล็กๆ 2) น้ำเสียงของตัวละครต้องแยกออกจากกันอย่างชัดเจน “เพื่อผู้ฟังจะได้สับสนในตัวละคร” 3) เสียงของตัวละครควรคงเส้นคงวา
 - ในการเข้าออกฉากของตัวละคร ต้องบอกผู้ฟังทุกครั้ง สามารถใช้ การเรียกชื่อหรือใช้เสียงบอก

➤ การเสนอตัวละคร 1) ผ่านเสียง 2) ผ่านคำบรรยาย 3) ผ่านบทสนทนา เช่น ตัวละครผู้หญิงเป็นคนตกทายตัวละครผู้ชายที่กำลังเข้ามาในฉาก “วันนี้พี่มาดักบาตรวันเข้าพรรษาด้วยหรือ?”

- ตัวละครต้องมีการเปลี่ยนแปลงทางนิสัย เช่น นิสัยดีขึ้น

3. แก่นเรื่อง/แนวคิด (Theme / Thought)

- ผลสรุป
- ...สรุป แนวปรัชญา
- ...ทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว
- สังคมดีไม่มีขาย อยากได้ต้องช่วยกันสร้าง

4. ถ้อยคำภาษา (Diction)

ถ้อยคำภาษาที่ยากเกินไปทำให้ผู้ฟังไม่เข้าใจ และการโทนเสียง เช่น การนำกลอนมาอ่านจะอ่านอย่างไรเพื่อให้การนำเสนอเหมาะกับประเภท

- คำบรรยาย
- บทสนทนา
- บทราฟิง

การใช้ถ้อยคำภาษาเป็นการแสดงนิสัยตัวละคร, ช่วยเดินเรื่อง/บอกเหตุการณ์, อธิบายตัวละคร (ฉาก)สถานที่, ต้องเป็นภาษาในชีวิตประจำวัน “ต้องเติมข้อมูลให้ผู้ฟัง(ขยายความ)” และใช้ภาษาที่ชัดเจน มีชีวิตชีวา ง่ายๆ

5. ดนตรี (Music)

- เสียงดนตรี การใช้เสียงที่ราบเรียบจะทำให้น่าเบื่อ ไม่มีสีสัน และอารมณ์ร่วม
- เสียงประกอบ ใช้บอกสถานที่(Locale sound), บอกเหตุการณ์และการเคลื่อนไหว(Action sound), บอกเวลา (Time sound), บอกลักษณะตัวละคร(Character sound) และแสดงสัญลักษณ์(Symbolic sound)
- ใช้เปลี่ยนฉาก
- สร้างบรรยากาศ

5. ความตระการตา (Spectacle)

ฉาก
ไฟ
แสง สี
เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย
ท่าทาง

6. การเสนอละครวิทยุ

ละครตอนเดียวจบ

ละครหลายตอนจบ “เล่นติดกันต่อเนื่องตามลำดับเรื่อง”

ละครชุด 1) มีหลายตอนในหนึ่งชุด(ประเภทหนึ่งชุด) 2) แต่ละตอนจบในตัวเอง เรื่องไม่ต่อเนื่องกัน (ซีทคอม)

หลักสำคัญ เนื้อเรื่องต้องมีความน่าเชื่อถือ รัดกุม ชวนติดตาม น่าสนใจ และมีความสมเหตุสมผล
การทำละครที่ดี ต้องสามารถทำให้ผู้ฟังติดตามฟัง ซึ่งจะทำให้ผู้ทำละครมีพลัง

แบ่งกลุ่มย่อย เพื่อทำโครงร่างบทละครและนำเสนอ

ประเด็น 1) ชื่อเรื่อง

2) ตัวละคร ต้องมี ชื่อ อายุ นิสัยที่ชัดเจน อาชีพ และให้เลือกตัวละครที่เป็นตัวเอก (Reading character) มา 1 ตัว และต้องเป็นตัวละครที่มีเสน่ห์ มีบุคลิก

3) ตัวประกอบ (แบบถาวร) เช่น กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน พระ ครู หมอ

กลุ่มที่ 1 “เป็นละครยาวหลายตอนจบ”

เป็นเรื่องราวของครอบครัวหนึ่ง ที่มีสมาชิก 7 คน ได้แก่ พ่อ แม่ ลูกชายคนโต(อายุ 27 ปี) พร้อมกับครอบครัวคือ ภรรยาของลูกชายซึ่งกำลังตั้งครรภ์ และลูกชายของลูกชายคนโตอายุ 5 ขวบ ลูกสาวคนที่สอง(อายุ 24 ปี) ลูกชายคนที่สาม(อายุ 20 ปี) และลูกสาวคนเล็ก(อายุ 16 ปี)

โดยจะมีเนื้อหาเกี่ยวกับ

เรื่องแม่และเด็ก : เป็นเรื่องราวในครอบครัวของลูกชายคนโตและครอบครัว มีภรรยาที่กำลังตั้งท้องและมีลูกเล็ก

เรื่องความปลอดภัยในที่ทำงาน : เป็นเรื่องราวของลูกสาวคนที่ 2 ที่ทำงานเป็นแม่บ้าน

การวางแผนครอบครัว : เป็นเรื่องราวของลูกสาวคนที่ 2 ที่ทำงานในเมืองเป็นแม่บ้านและมีแฟน

ปัญหาสุขภาพจิต : เป็นเรื่องราวของลูกชายคนที่ 3 ที่กินเหล้าและสูบบุหรี่

เรื่องอาหาร การกิน : เป็นเรื่องในชีวิตประจำวันที่ทำอาหารกินในครอบครัว “ที่พ่อมีอาการป่วยบ่อยๆเพราะแม่ใส่ผงชูรสเวลาทำอาหาร และมีเด็กเล็ก(ลูกชายของลูกชายคนโต)

เรื่องการใช้ยา : เรื่องที่เวลาป่วยแล้วไม่ยอมไปโรงพยาบาล ซื้อยากินเอง

ปัญหาวัยรุ่น : เรื่องราวของลูกสาวคนที่ 4 ที่เป็นวัยรุ่นและกำลังคิดเพื่อน เลียนแบบคารา (การเสพจากสื่อต่างๆ) และการป้องกันตัวเองจากการมีเพศสัมพันธ์

เรื่องครอบครัวอบอุ่น : สรุปรูปจากปัญหาทั้งหมด และจบลงด้วยปีใหม่ที่ทุกคนกลับมาเจอกันที่บ้าน

อ.จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ ให้ข้อเสนอแนะ : กลุ่มที่หนึ่ง ยังไม่มีละครที่เป็นตัวเอก และยังไม่มีการตั้งชื่อเรื่อง

กลุ่มที่ 2 ชื่อเรื่องผู้พลัดถิ่นหรือสาวพลัดถิ่น

ตอนที่ 1 : เป็นครอบครัวคนไทใหญ่ที่เข้ามาทำงานในเมืองไทย ครอบครัวนี้มีลูก 4 คน (ผู้หญิงสองคน ชายสองคน) โดยทำงานในสวนส้ม หลังจากอยู่ที่สวนส้มมาได้ 6-7 ปี ลูกสาวคนโตก็เข้าเมืองเพื่อมาทำงานเป็นแม่บ้านของนายตำรวจที่มีภรรยาเป็นหมอ และลูกชายจ้างผู้ชายล่องละเมิดทางเพศ จากนั้นก็ตั้งท้อง นายจ้างจึงให้เงินมาหนึ่งก้อนเพื่อให้กลับบ้าน และไม่มีการฝากท้อง เพราะไม่มีบัตร

ตอนที่ 2 : ลูกสาวคนที่สอง เข้ามาทำงานที่ร้านคาราโอเกะ มีแฟนและมีเพศสัมพันธ์กัน และเกิดท้องแฟนจึงทิ้ง เลยกินยาแท้งกับหมอเถื่อน ต่อมาจึงตกเลือดตาย

ตอนที่ 3 : ลูกชายเข้ามาทำงานในไซต์ก่อสร้าง ซึ่งทำงานได้เงินบ้างไม่ได้เงินบ้าง เพราะไม่มีบัตร จึงถูกตำรวจจับส่งไปชายแดน พ่อก็มีที่อยู่ที่สวนส้มจึงไปจ่ายเงินให้กับตำรวจเพื่อนำลูกชายกลับเข้ามาอยู่ในสวนส้ม

อ.จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ ให้ข้อเสนอแนะ :

- 1) ยังไม่เห็นตัวละครที่เป็นตัวเอก และการตั้งชื่อเรื่องสามารถใช้ชื่อที่บ่งบอกภูมิภาค หรือใช้ชื่อของตัวเอกตั้ง “ต้องตั้งชื่อให้โดนใจ
- 2) มีโครงสร้างเรื่องที่ค่อนข้างชัดเจน
- 3) เพิ่มเดิมรายละเอียดของตัวละคร เช่น นิสัย ลักษณะ
- 4) เพิ่มตัวละครที่เป็นตัวประกอบ
- 5) ยังไม่เห็นจุดสุดยอด (Climax) ของเรื่อง เห็นแต่จุดขัดแย้ง และตัวละครได้เรียนรู้อะไรบางอย่างจากการสูญเสีย

กลุ่มที่ 3 ชื่อเรื่อง การล่องละเมิดทางเพศ

นางหนูม (ภาษาไทใหญ่ : หนูม แปลว่า อ่อนวัย, วัยเยาว์ / นาง : เป็นคำที่เรียกผู้หญิง) อายุ 18 ปี เป็นผู้หญิงที่หน้าตาดี นิสัยดี ไม่เที่ยว เข้ามาเมืองไทย ประมาณ ปี 2549 เพื่อต้องการมาทำงานหาเงินโดยมาอาศัยอยู่กับน้าสาวในสวนส้ม น้าชายของนางหนูมรู้จักกับสารวัต จึงฝากนางหนูมให้ทำงานเป็นแม่บ้านและบอกนางหนูมไม่ให้ไปเที่ยวเตร่ ครอบครัวของสารวัตมีแฟนเป็นหมอ และไม่ค่อยอยู่บ้าน และไม่มีลูก โดยที่พ่อเลี้ยง (คนไทใหญ่ จะเรียกนายจ้างผู้ชายว่าพ่อเลี้ยง)จะเป็นผู้ที่อยู่บ้านเป็นหลัก

หลังจากอยู่มาได้สองสามเดือน นางหนูมเริ่มสนิทสนมกับนายผู้ชาย วันหนึ่งหมอ(เมียสารวัต)ไม่อยู่บ้านไปต่างจังหวัด นายผู้ชายจึงเรียกให้นางหนูมมาวน และเริ่มบ่อยมากขึ้น วันหนึ่งนายผู้ชายก็เรียกนางหนูมมาวนและเริ่มลวนลาม ล่องละเมิดทางเพศนางหนูมมาตลอด และทำการข่มขู่เพื่อไม่ให้นางหนูมไปบอกใคร จนนางหนูมท้องได้ 3-4 เดือน มีเพื่อนมาหาจึงปรึกษาเพื่อน และเพื่อนแนะนำให้ไปมูลนิธิ แต่นางหนูมไม่กล้า เพราะถูกข่มขู่ นางหนูมมีความกังวลมากจึงกลับบ้านไปบอกน้าสาวจึงให้ไปหาหมอ เพราะมีบัตร 30 บาท แต่ก็ไม่มีใครให้กำลังใจ นางหนูมจึงกินยาฆ่าตัวตาย

อ.จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ ให้ข้อเสนอแนะ :

- 1) เรื่องนี้เป็นละครที่มีลักษณะตอนเดียวจบ
- 2) โครงสร้างเรื่องเป็นเรื่องราวจริงที่เราเจอและมีความสะเทือนใจ แต่เราจะนำมาทำอย่างไรให้มีพลัง และเป็นบทเรียนให้กับคนฟังว่าเราควรหรือไม่ควรทำอย่างไร หรือจะป้องกันตัวเองอย่างไร

กลุ่มที่ 4

นายเอกและน้องคำ เข้ามาทำงานที่ร้านอาหารในเมือง ซึ่งทั้งสองคนชอบพอเป็นแฟนกัน ต่อมา ลักลอบได้เสียกัน (มีเพศสัมพันธ์) จนกระทั่งน้องคำตั้งท้อง นายเอกจึงต้องทำงานคนเดียว เพราะน้องคำต้องพักงานอยู่ที่ห้องเช่าคนเดียว แต่น้องคำเป็นผู้หญิงที่ขี้น้ำ จู้จี้ เจ้าอารมณ์ จึงเกิดความหึงหวง ซึ่งนายเอกก็ยังคบเพื่อนฝูงเที่ยวเตร่กินเหล้า จึงเกิดการทะเลาะเบาะแว้งกัน

เมื่อคลอดลูก น้องคำจึงกลับมาทำงาน ที่ผ่านมานายเอกทำงานส่งเงินกลับบ้าน แต่น้องคำไม่พอใจ จึงทำให้ปัญหาเพิ่มขึ้น จึงทะเลาะ ตบตี และแยกทางกัน โดยที่ลูกที่มีอายุ 5 ขวบ อยู่กับน้องคำ

ต่อมามีคนต่างมีคณใหม่ นายเอกซึ่งมีเพื่อนฝูงเยอะและเที่ยวเตร่จึงติดกามโรค จึงไปปรึกษาเพื่อนว่า จะทำอะไร เพื่อนแนะนำ “....เพื่อนพูดมุขตลก...แต่ยังไม่ออก...” ให้รักษากันเองภายในห้องเช่า แต่อาการไม่ดีขึ้นจึงไปโรงพยาบาล ซึ่งแฟนใหม่ของน้องคำทำงานที่โรงพยาบาล และนายหนุ่มได้มาเจอน้องคำ(แฟนเก่า) จึงเกิดความสะเทือนใจเรื่องน้องคำ และต้องตัดอวัยวะทิ้งเพราะไม่ยอมรักษาดังแต่แรก

อ.จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ ให้ข้อเสนอแนะรวม 4 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 เป็นกรอบใหญ่เชิงประเด็น

กลุ่มที่ 2 เป็นโครงสร้างเรื่อง (Plot)

กลุ่มที่ 3 และ 4 เป็นเรื่องย่อยในกลุ่มที่ 2 ซึ่งมีความบิบบัณอารมณ์ เพราะเป็นเรื่องรักของวัยรุ่น ให้ไปคิดตอนจบ สิ่งที่ยังขาดอยู่คือ ไม่ได้พูดถึงพ่อแม่ ว่ารู้สึกต่อลูกอย่างไรที่เห็นลูกกระจัดกระจาย “เป็นคนฟังได้ความรู้แต่ตัวละครไม่ได้ความรู้” คนฟังกลัวชะตากรรมแบบดังละคร

สิ่งที่ต้องเพิ่มเติม คือ

- 1) นิสัยของตัวละคร (การแต่งตัว การกิน ลักษณะ มีบุคลิกแบบไหน)
- 2) เริ่มเห็นโครงเรื่อง แต่ต้องเพิ่มเติมรายละเอียดและประเด็น Treatment (การเจาะเขียนเป็นตอนๆ)
- 3) วางแผนแบ่งละครและจัดวางว่าใน 1 ตอน จะมีกี่ฉาก
- 4) การแบ่งโครงเรื่องให้ออกเป็นตอนๆ
- 5) เลือกจุดน่าสนใจและวางฉาก

หลังจากการฝึกอบรมครั้งแรก นสส.ได้ กลุ่มที่จะเป็นผู้เขียนบทละคร ได้นัดหมายกันเพื่อวางโครงเรื่องและลงมือเขียน เมื่อได้ละครบางตอนแล้ว ทางโครงการได้จัดให้มีการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “การใช้เสียงในละครวิทยุ” เมื่อวันที่ 10 กันยายน 2551 ณ สตูดิโอของ อ.เทพศิริ สุขโสภา โดยวิทยากรได้แก่ คุณศศิธร คำฤทธิ์ จาก ละครชุมชน”ก๊ับไฟ” และคุณสุทธิพงษ์ รินจ้อยจากกลุ่มทำละครวิทยุล้านนาเชียงใหม่ เพื่อเตรียมการอัดละครที่เขียนไว้ การฝึกอบรมครั้งนี้เน้นการเตรียมร่างกาย เสียง และสมาธิ โดยสอนทักษะพื้นฐานของการแสดงเสียงให้เหมาะสมกับเหตุการณ์ อารมณ์ และเรื่องราว

นอกจากการฝึกอบรมที่จัดโดยโครงการแล้ว ทางโครงการยังได้สนับสนุนให้ นสส.โต ได้เข้าไปร่วมการฝึกอบรมที่โครงการอื่น ๆ จัดขึ้น ได้แก่

การอบรมการจัดรายการวิทยุ

จากการที่ทางโครงการและ นสส.โต กำหนดให้การออกอากาศทางวิทยุ เป็นช่องทางการสื่อสารสุขภาพที่สำคัญช่องทางนี้ ทางโครงการจึงได้สนับสนุนให้ นสส.โต จัดรายการวิทยุชุมชนสองสถานีได้แก่ สถานี FM 99 MHz อำเภอเมือง FM 102.75 MHz อำเภอเชิงดาว และ FM 104.5 อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงใหม่ ให้ นสส.โต ที่ไม่เคยผ่านการอบรมการจัดรายการวิทยุ เข้ารับการอบรมที่ทางมูลนิธิแมพจัดเป็นประจำอยู่แล้ว

เนื้อหาโดยย่อของการอบรมการจัดรายการวิทยุ โดยมูลนิธิแมพ วันที่ 25 กรกฎาคม 2551 มีดังนี้

วิธีการพูด

- ไม่ตื่นเต้น
- เวลาพูดต้องมองไมค์
- ทำเหมือนว่าไมค์เป็นเพื่อนของเรา
- ต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตน
- การจัดรายการวิทยุห้ามถามเบอร์โทรศัพท์ผู้อื่น

วิธีการจัดรายการวิทยุ

- กล่าวทักทายผู้ฟัง
- แนะนำรายการ
- บอกวัน /เดือน /ปี เวลา ที่ออกรายการ
- แนะนำชื่อตัวเอง → ผู้บังคับเครื่อง → ผู้รับเชิญ
- ถักรายการยาวต้องแนะนำรายการ → เบอร์โทรศัพท์ → เวลา
- ช่วงชั่วโมงสุดท้าย ควรให้เหลือเวลาประมาณ 30 นาทีสุดท้ายเพื่อเตรียมเพลง
→ แนะนำ รายการ → บอกเวลาที่จะพบเจอกันในวันเวลาต่อไป

สื่อวิทยุ

- วิทยุต้องเป็นสื่อกลาง
- ภาษาที่พูดต้องระวังการพูดผิดฟังทำลายวัฒนธรรม
- ต้องมีความรับผิดชอบต่อการพูดในรายการ
- การพูดในรายการต้องมีหลักฐาน

สิ่งสำคัญในการผลิตรายการ

- เรื่อง
- เสียง
- ช่วงเวลา
- กลุ่มเป้าหมาย
- รูปแบบการนำเสนอ

- เนื้อหา	
เทคนิคการจัดรายการ	
- ข้อมูลพื้นฐาน - ความทันเหตุการณ์ - รูปแบบการจัดรายการ - จัดลำดับขั้นตอน / เนื้อหาและรูปแบบให้น่าสนใจ - เชื่อมโยงรายการให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เชื่อมด้วยคำพูด / เชื่อมด้วยเพลง - มีความต่อเนื่อง ไม่ซับซ้อนวุ่นวาย - ใช้ภาษา / น้ำเสียงลึลลให้น่าสนใจ - ให้ผู้ฟังมีส่วนร่วม	
ข้อควรระวังในการผลิตรายการ	
- การกระทบต่อสังคม - เรื่องที่กระทบต่ออารมณ์และจิตใจ - เรื่องที่กระทบต่อบุคคลสำคัญ / มีชื่อเสียง - กระทบต่อการดำรงชีวิต - เลือกเรื่องให้เหมาะกับผู้ฟัง - ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย	
ภาณิตเตือนใจ	
จะปลูกผักให้เตรียมอาหาร	จะพัฒนางานให้เตรียมคน
จะพัฒนาคนให้พัฒนาที่ใจ	จะพัฒนาเขาให้พัฒนาที่เราก่อน

การฝึกอบรมการสร้างชุมชนสื่อสารสุขภาพทางอินเทอร์เน็ต

ทางแผนงานรศส. ได้สนับสนุนให้มีการสร้างฐานข้อมูลและทำเว็บไซต์ www.goodhealth.in.th และในปีนี้ได้สนับสนุนให้รศส.ได้เข้าไปสร้างพื้นที่การสื่อสารในเว็บนี้ โดยจัดให้มีการอบรมขึ้นที่มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ นครปฐมเมื่อวันที่ 13-14 กันยายน 2551 โดยมี นศส.ไทใหญ่และเจ้าหน้าที่โครงการไปร่วมทั้งหมด 6 คน การได้รับคัดเลือกให้ไปร่วมฝึกอบรมทำให้นศส.ได้รู้ลึกกระตือรือร้นในการยกระดับความสามารถด้านคอมพิวเตอร์ของตนเอง นศส.บางคนได้ไปเตรียมศึกษาเพิ่มเติมก่อนถึงวันเดินทางไปฝึกอบรม ซึ่งการเดินทางไปฝึกอบรมต้องใช้เวลาในการขออนุญาตเดินทางและเตรียมการหลายขั้นตอนเนื่องจากนศส.ไคไม่มีบัตรประชาชนไทย

สำหรับเนื้อหาของกรฝึกอบรมโดยย่อมีดังต่อไปนี้

ดร. อนิรุทธิ์ สติมัน

- การแสดงข้อมูลใช้ URL โดยใช้ drupal ซึ่งเป็น free software ผ่านทาง www.thaihealthcomm.org สำหรับการนำเสนอข้อมูลของเชียงใหม่ (ไทยใหญ่) จะผ่าน www.thaihealthcomm.org/thaiyai/
- ฝึกการสมัครเป็นสมาชิกเว็บไซต์ www.goodhealth.in.th (เว็บชุมชนสื่อสารสุขภาพ) และฝึกการแสดงความคิดเห็นผ่านเว็บไซต์

ผศ. ดร. อริย์วรรณ อ่วมตานี

1. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเว็บชุมชนสุขภาพทางอินเทอร์เน็ต

- ที่อยู่เว็บชุมชนสื่อสารสุขภาพ <http://www.thaihealthcomm.org/goodhealth>
- วัตถุประสงค์
- การจัดแบ่งประเภทผู้ใช้
- บริการที่มีในเว็บสื่อสารสุขภาพ
- สิทธิในการใช้งานเว็บชุมชนสื่อสารสุขภาพของผู้ใช้กลุ่มต่าง ๆ

2. คำแนะนำการเขียนเว็บบล็อก/การเผยแพร่ข่าวสุขภาพ

- ลักษณะการนำเสนอข้อมูลสุขภาพ
- ขั้นตอนการเขียนเว็บบล็อก
- การนำเสนอข้อมูลโดยการเขียนข่าว
- ลักษณะของข่าวที่มีคุณภาพ
- การเขียนแหล่งอ้างอิง

3. การประเมินเว็บไซต์สุขภาพ โดยใช้หลักเกณฑ์อ้างอิง 12 ข้อ ฝึกการเข้าเว็บไซต์ต่าง ๆ เพื่อประเมินว่าเข้าเกณฑ์มาตรฐานกี่ข้อ

ผศ.ดร.อนุชัย ชีระเรืองไชยศรี

ฝึกการออกแบบเว็บไซต์ที่กำหนดมาให้ของแต่ละจังหวัด ในส่วนของเชียงใหม่เป็น

www.thaihealthcomm.org/thaiyai/ ว่าจะให้มีองค์ประกอบอะไรบ้างในหน้าเว็บเพจ ผ่านโปรแกรม drupal.org และของเชียงใหม่ได้ออกแบบเว็บไซต์เรียบร้อยแล้ว

การฝึกอบรมการจัดตั้งสหภาพแรงงานในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ

ทางโครงการได้ส่ง นสส.ไค เข้าร่วมการจัดฝึกอบรม ที่จัดขึ้นโดยโครงการยุติธรรมเพื่อแรงงานข้ามชาติ ที่เชียงใหม่ เมื่อวันที่ 22-23 พฤศจิกายน 2551 โดยมีวิทยากร 3 ท่าน ได้แก่ ประธานสหภาพสิ่งทอ ประธานสหภาพแรงงานขนส่ง และ ประธานสหภาพตัดเย็บเสื้อผ้า เนื้อหาเน้นเรื่องประสบการณ์การจัดตั้งสหภาพแรงงานในการเรียกร้องสิทธิของแรงงาน กระบวนการวางแผนงานและปัญหาของผู้ใช้แรงงาน ผู้เข้าอบรม มีจำนวน 25 คน มาจากกลุ่มแรงงานสามัคคี กลุ่มคนงานในแคมป์ และกลุ่มคนทำงานในบ้าน ทั้งนี้มี นายอำเภอหางดง และเจ้าหน้าที่กงสุลอเมริกันเข้าร่วมด้วย ที่ประชุมส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการตั้งสหภาพฯ แต่ต้องมาคุยกันในรายละเอียด

อีกครั้ง ที่ประชุมยังเห็นว่าปัญหาสำคัญที่ควรจะรีบแก้ไขคือเรื่องของ สิทธิในการเข้าถึง ความปลอดภัยในการทำงาน และปัญหาค่าแรงขั้นต่ำ

2.3 การสนับสนุน นสส. ให้ทำกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ

ทางโครงการได้จัดให้นสส.วางแผนการทำกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ เพื่อเป็นการพัฒนาศักยภาพของนสส. เรียนรู้การทำงานร่วมกับองค์กรภาคี และเพื่อหาช่องทางและรูปแบบการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสม กิจกรรมที่ทำแบ่งออกเป็น 3 เรื่องที่สำคัญ ได้แก่ กิจกรรมการจัดเวทีสาธารณะ การผลิตละครวิทยุ และการจัดรายการวิทยุ โดยมีรายละเอียดของการจัดกิจกรรมดังนี้

กิจกรรมเวทีสาธารณะ

นสส.ใต้ จัดกิจกรรมเวทีสาธารณะทั้งหมด 7 ครั้ง แยกจัดโดยนสส.ใต้ในเมือง นสส.ใต้อำเภอฝาง ไชยปราการ และแม่อาย โดยมีรูปแบบคล้ายกัน ได้แก่ มีบันทึกแทรกความรู้ ซึ่งมีทั้งรูปแบบการอภิปราย การเล่นเกมตอบปัญหาชิงรางวัล และการแสดงดนตรีและฟ้อนรำ การจัดงานบางแห่ง เช่น ไชยปราการ ยังได้ประสานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมาตรวจวัดความดัน และมีกลุ่มแพทย์แผนโบราณ สาธิตการใช้ยาสมุนไพรพื้นบ้าน ฯลฯ ทั้งนี้ในการจัดกิจกรรมบางพื้นที่ ได้มีการแจกแบบประเมินผลด้วย ซึ่งพบว่าผู้เข้าร่วมได้ความรู้และมีความพึงพอใจต่อการจัดงาน (ดูบันทึกสรุปการจัดงานเวทีสาธารณะในภาคผนวกที่ 3)

ตารางที่ 2.3 ลำดับกิจกรรมเวทีสาธารณะ

วันที่	ชื่องาน	กิจกรรมในงาน	สถานที่ที่จัด
17 ก.ค. 51 (วันเข้าพรรษา)	การสื่อสารสุขภาพใต้	อภิปรายเรื่องสุขภาพ, บันทึก (ร้องเพลงรำ), ละครสุขภาพ, เกมสุขภาพ	วัดกู่เต้า อำเภอเมือง
17 ก.ค. 51 (วันเข้าพรรษา)	การสื่อสารสุขภาพใต้	การตอบปัญหาชิงรางวัล, การแสดงดนตรีและฟ้อนรำ, ชุมให้ควารู้ด้านสุขภาพ	ที่ทำการ อบต. ม่อนปิน อำเภอฝาง
30 ส.ค. 51	ตลาดนัดสุขภาพใต้	การแสดงศิลปวัฒนธรรม, การตรวจสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและกลุ่มแพทย์แผนไทย	โรงเรียนบ้านต้นโชค อำเภอไชยปราการ
6 ก.ย. 51	ตลาดนัดชาติพันธุ์ไทใหญ่	การแสดงบันทึกและให้ควารู้ด้านสุขภาพ (อภิปรายเรื่องแพทย์พื้นบ้านกับโรคสมัยใหม่) ชุมหมอพื้นบ้าน	พิพิธภัณฑชาวเขา อำเภอเมือง
21 ก.ย. 51	การอบรมเรื่องสุขภาพ	การจัดการฝึกอบรมโดยนสส.ใต้ ให้กับกลุ่มแรงงานสามัคคีในประเด็นสุขภาพ	บ้านอ.เทพศิริ สุขโสภา อำเภอเมือง
14 ต.ค. 51 (งานออกพรรษา)	การสื่อสารสุขภาพใต้	อภิปรายเรื่องสุขภาพ, บันทึก (ร้องเพลงรำ), ละครสุขภาพ, เกมสุขภาพ	วัดกู่เต้า อำเภอเมือง

วันที่	ชื่องาน	กิจกรรมในงาน	สถานที่ที่จัด
22 ต.ค. 51 (งาน ปอยเทียน)	ตลาดนัดสุขภาพไท ใหญ่	การตอบปัญหาชิงรางวัล, การแสดง ดนตรีและฟ้อนรำ, ชุมให้ความรู้ด้าน สุขภาพ	วัดแม่อายหลวง อำเภอ แม่อาย

การจัดรายการวิทยุชุมชน

ทางโครงการสนับสนุนให้ นสส.ไต้ จัดรายการวิทยุชุมชน เพื่อเป็นการฝึกฝนและทดลองรูปแบบการสื่อสารสุขภาพทางวิทยุ โดยออกอากาศ 3 สถานีดังนี้

1) สถานีคลื่น FM 99 MHz ที่มีมูลนิธิเมปเป็นเจ้าของ มีที่ตั้งอยู่ในเมือง เชียงใหม่ ออกอากาศทุกวันพฤหัสบดีเวลา 11.00-13.00 น. ชื่อรายการ “นักสื่อสารสุขภาพไทยใหญ่” เริ่มออกอากาศวันที่ 14 สิงหาคม 2551 และต่อเนื่องจนถึงเวลาสิ้นสุดโครงการ มี นายพรเทพ แสงสว่าง และนายชาญชัย แสงคำ เป็นผู้ดำเนินรายการ

2) สถานีคลื่น FM 102.75 MHz คลื่นสุขภาพพหุรชา ซึ่งดำเนินการโดยสถานีนามัยทุ่งข้าวพวง อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ ออกอากาศทุกวันจันทร์ เวลา 14.00-16.00 น. เริ่มออกอากาศวันที่ 18 สิงหาคม 2551 และยุติเมื่อวันที่ 10 พฤศจิกายน 2551 มีนางเมี้ยนห่าน ลุงแง และนายเล็ก อินตะ เป็นผู้ดำเนินรายการ (ยุติเพราะปกตินางเมี้ยนห่าน และนายเล็ก ได้จัดรายการวิทยุเพื่อการส่งเสริมสุขภาพอยู่แล้ว โดยการสนับสนุนของโครงการ SHIELD)

3) สถานีคลื่น FM 102.75 MHz วิทยุชุมชนเวียงมะลิกา คลื่นสร้างสรรค์สุขภาพ ออกอากาศที่โรงพยาบาลแม่อาย ทุกวันอังคาร เวลา 15.00 น. ถึง 17.00 น. มีนางสาวจันทร์ ไร่เม็ง และนายกองหมาเป็นผู้ดำเนินรายการ เริ่มออกอากาศเมื่อวันที่ 11 พฤศจิกายน และดำเนินรายการต่อเนื่องจนถึงเวลาสิ้นสุดโครงการ

ทั้งสามสถานี ได้มีการวางรูปแบบให้มีการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข เพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่แรงงาน โดยมีผู้ดำเนินรายการสรุปเป็นภาษาไทยใหญ่ และช่วยซักถามเมื่อมีแรงงานโทรศัพท์เข้ามา โดยมีการวางเนื้อหาด้านอนามัยเจริญพันธุ์และปัญหาสุขภาพอื่นๆ ที่สำคัญ และกำหนดวิทยากรที่เชี่ยวชาญในแต่ละเรื่อง วิทยากรเป็นผู้ทำงานด้านสาธารณสุขโดยตรง เช่น พยาบาล นักวิชาการ และยังมีหมอฟันบ้าน นักพัฒนา และพระ ซึ่งมาให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์แก่แรงงาน นอกจากการสัมภาษณ์แล้ว ผู้ดำเนินรายการยังพูดเรื่องที่เป็นประโยชน์ และเปิดเพลงประกอบ

ตัวอย่างผังรายการของ สถานีวิทยุชุมชน FM. 99 MHz ระหว่าง เดือน สิงหาคม – กันยายน 2551

ตารางที่ 2.4 รายการ “นักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่” ช่วงเดือนสิงหาคม-กันยายน 2551

	เนื้อหา	รายละเอียด	วันออกอากาศ	วิทยากรรับเชิญ
1	การรับสื่อและปัญหาวัยรุ่น “การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร	• วิธีการป้องกันการถูกหลอกลวงจากการรับสื่อ เช่น วิทยุ โทรศัพท์ หรือจากคน • อิทธิพลจากสื่อ “การลอกเลียนแบบ” • ความสำคัญของการรักษาประเพณีวัฒนธรรม การยึดมั่นประเพณี	14 สิงหาคม 2551	นายแสงเมือง
2	ความปลอดภัยของผู้หญิงในการทำงาน	• การป้องกันและดูแลตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ เช่น การไม่ใส่เสื้อผ้าที่ล่อแหลม • สถานที่และสถานการณ์ที่ควรระมัดระวังตัว • ข้อมูลองค์กรที่ให้คำปรึกษาและดูแลเมื่อเกิดเหตุการณ์	21 สิงหาคม 2551	คุณพิมพ์ จาก MAP
		• สิทธิในการป้องกันตนเอง ในกรณีที่ยังไม่เกิดเหตุการณ์และเมื่อเกิดเหตุการณ์แล้ว		
3	การกินอาหาร	• อันตรายจากอาหาร เช่น การกินอาหารสุกๆ ดิบๆ, อาหารค้างคืน, ผงชูรส • อาหารที่ดีต่อสุขภาพ	28 สิงหาคม 2551	คุณหมอนุช นารถ วัฒนโชติ
4	การวางแผนครอบครัว	• ความพร้อมในการมีครอบครัวและการแต่งงาน • วิธีการคุมกำเนิด • การมีบุตร(ตั้งครรภ์) • ข้อดี ข้อเสียการทำแท้ง • อันตรายจากการทำแท้ง	4 กันยายน 2551	รศ.ดร.สุสันหา ยิ้มเข้ม
5	แม่และเด็ก	• การฝากครรภ์ เช่น เพราะอะไรถึงต้องฝากครรภ์ • สิทธิในการดูแลรักษา เช่น การฝากท้องที่โรงพยาบาล • ขั้นตอนในการดูแลตนเองและลูกในท้องระหว่างการตั้งครรภ์ • การดูแลรักษาตนเองภายหลังการตั้งครรภ์ เช่น การอยู่ไฟ, • การทำความสะอาด, การฉีดวัคซีน	11 กันยายน 2551	อ.ธารีวรรณ ไชยบุญ

	เนื้อหา	รายละเอียด	วันออกอากาศ	วิทยากรรับเชิญ
6	เหล้าและยาเสพติด	- อันตรายของเหล้าและยาเสพติด - ผลสืบเนื่องและผลกระทบของการกินเหล้าและดื่มน้ำแอลกอฮอล์ เช่น สุขภาพ การติดโรคจากการมีเพศสัมพันธ์, การถูกเลือกปฏิบัติ - สัญลักษณ์ต่างๆ เช่น สถานที่ห้ามสูบบุหรี่	18 กันยายน 2551	MAP
7	การใช้ยา	- ยาเกินขนาด อาการแพ้ยา การซื้อยาเกินเอง “ยาหมดอายุ, กินยาที่ไม่ถูกโรค” - ยาผิด เช่น ความสะอาดจากการใช้เข็มฉีดยา, การติดเชื้อ, การแพ้ยา - การปรึกษาเภสัชกรตามร้านขายยา	25 กันยายน 2551	รศ.ดร.สุรพล นนทการกิจกุล

การจัดรายการได้รับความสนใจจากแรงงานพอสมควร มีการโทรศัพท์เข้ามาถามคำถามจากวิทยากร ดังตัวอย่างที่ผู้ดำเนินรายการบันทึกไว้ในตารางที่ 2.3 และดูตัวอย่างแผนการสัมภาษณ์และบทถอดเทปรายการในภาคผนวกที่ 4

ตารางที่ 2.5 บันทึกการโทรศัพท์เข้ารายการวิทยุ FM 99 MHz

ที่	วันเดือนปีออกอากาศ	วิทยากร	ชื่อผู้ติดต่อ/ที่อยู่	ปรึกษาปัญหาสุขภาพ
1.	14 สิงหาคม 2551	นายแสงเมือง มังกร	-	-
2.	21 สิงหาคม 2551	คุณพิมพ์ จากMAP	-	-
3.	28 สิงหาคม 2551	คุณหมอนุชนารถ วัฒนโชติ	น้องตาน / โรงแรมเชียงใหม่ภูค่า	เจ็บหน้าอก อ่อนเพลีย และหายใจไม่สะดวก
4.			น้องอิง / ประจวบคีรีขันธ์	เวียนศีรษะ
5.			จายหาญ / ช้างเผือก	แพ้แอร์
6.			จายป่าง / ตลาดเมืองใหม่	ปวดตา
7.			จายสายไต่ / บ้านท้อ	เวียนศีรษะ
8.	4 กันยายน 2551	รศ.ดร.สุสันดา อิมเข้ม	จายดินเคอ	ผื่นคัน
9.			น้องตาน / โรงแรมเชียงใหม่ภูค่า	ผื่นคันในหน้าหนาว
10.			น้องแสงก่อ	ประจำเดือนมาไม่ปกติ
11.	11 กันยายน 2551	อ.ธาวีวรรณ ไชยบุญ	น้องอิง / ประจวบคีรีขันธ์	การย้ายโรงพยาบาลและเรื่องฝากครรภ์

ที่	วันเดือนปี ออกอากาศ	วิทยากร	ชื่อผู้ติดต่อ/ที่อยู่	ปรึกษาปัญหาสุขภาพ
12.			น้องตาน / โรงแรม เชียงใหม่ภูคำ	เลือดจางและตับอักเสบ
13.			จายชัย	ลูกอายุ 8 ขวบ ถีรคที่นอน
14.			น้องแสงหอม / เจ็ดยอด	โรคเก๊า
15.	18 กันยายน 2551	เจ้าหน้าที่มูลนิธิเมพ	จายดินเคอ	เรื่องบัตร
16.	25 กันยายน 2551	รศ.ดร.สุรพล นธการกิจ กุล	-	อาการท้องเสีย ที่เป็น ต่อเนื่องมาหลายปี
17.			น้องยง	ปวดท้องและถ่ายเป็นเลือด
18.			นางหลู่	ตัวเหลือง, ปัญหาเรื่องไม่มี บัตร จึงไม่กล้าไปหาหมอ
19.	9 ตุลาคม 2551	นายแสงเมือง มังกร	น้องแสงแปง	เป็นผื่นและไอ อยากได้ ความรู้เรื่องการไ้ยาแก้ไอ

การจัดทำละครวิทยุ

การจัดทำละครวิทยุเป็นข้อเสนอของ นสส.ไต ที่เห็นว่าละครวิทยุเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจ เรา่อารมณ์ และมีอิทธิพลต่อความคิดของผู้คนได้ ทั้งนี้เกิดจากประสบการณ์ของ นสส.บางคนที่เคยเข้าร่วมในกระบวนการผลิตละครภาษาไทยของบีบีซีหลายปีที่ผ่านมา ซึ่งได้มีการจัดทำละครและออกอากาศไปไกลจนถึงรัฐฉานของพม่า ด้วยเหตุนี้ทางโครงการจึงสนับสนุนให้ นสส.ไตผลิตละคร โดยเริ่มจากการจัดการฝึกอบรมการผลิตละครวิทยุ เริ่มจากหลักการเขียน โดย อ. ดร. จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านละคร เมื่อวันที่ 9 สิงหาคม 2551 หลังจากการฝึกอบรม ทางกลุ่มได้มอบหมายให้ นสส. 6 คนทำหน้าที่เขียนบท ซึ่งทาง นสส. ทั้ง 6 คนก็ได้นัดหมายกันเขียนบทละคร ให้เป็นละครขนาดยาวตามแผนมีทั้งหมด 23 ตอน ทั้งนี้ตอนที่ 1 ได้นั่งเขียนร่วมกันจนเสร็จ แต่ใช้เวลานาน จึงแบ่งกันไปเขียน และขอคุณคำอิงผู้เชี่ยวชาญคนไทยใหญ่จากมูลนิธิเมพ ซึ่งมีประสบการณ์ในการทำละครวิทยุมาช่วยตรวจบท

ผลจากการแยกกันไปเขียนได้บางบท พบว่าคุณภาพของแต่ละบทไม่เท่ากัน บางคนเขียนไม่ละเอียด ไม่สมจริง เนื่องจากไม่มีประสบการณ์ของการเขียน และแต่ละตอนไม่มีความต่อเนื่องกัน จึงได้มีการปรึกษารื้อกันและตกลงปรับแผนให้เป็นละครสั้นจบลงในตอน แต่ละตอนให้มีประเด็นหลักที่เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพ 1 ประเด็น และให้ นสส. ที่นัดการเขียนมากที่สุด 2 คนรับผิดชอบในการเขียน จนถึงกลางเดือนตุลาคม จึงได้ละครที่สมบูรณ์แล้ว 3 ตอน จากนั้นจึงได้นัดหมาย นสส. มาลองซ้อมเสียง ดำเนินการอัดเสียง การตัดต่อ ได้ละครตอนละประมาณ 30 นาที (ตัดเป็นสองช่วงละ 15 นาที) และได้นำ

ออกอากาศในวิทยุชุมชนทั้งสามคลื่นในเดือนธันวาคม 2551 (คู่มือละครเรื่อง“แด่หลังฝน” ที่แปลเป็นภาษาไทย ในภาคผนวกที่ 5)

2.4 การเผยแพร่กับสังคมถึงผลการดำเนินงานวิจัย

การเผยแพร่แนวคิดการสื่อสารสุขภาพ ประชาสัมพันธ์การดำเนินงานของโครงการ และนำเสนอความก้าวหน้าและผลการดำเนินงานนั้น ทางโครงการได้ทำการประชุมร่วมโครงการองค์กรภาคีและผู้สนใจ ที่โครงการจัดเอง ซึ่งส่วนใหญ่จะได้เชิญสื่อท้องถิ่นเข้าร่วมด้วย (ดูรายการประชุมทั้งหมดใน ภาคผนวกที่ 1) มีการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ในช่วงที่มีการจัดเวทีสาธารณะ (ดูตารางที่ 2.3 ข้างต้น) ซึ่งทำให้คนในท้องถิ่นและในสังคมที่กว้างออกไปทราบถึงความเป็นมาของโครงการ ประโยชน์ของโครงการ และสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องบางคนก็ได้ช่วยแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมทางหัวหน้าโครงการเองก็ได้ให้สัมภาษณ์สื่อท้องถิ่นและสื่อทางเลือกในเรื่องความสำคัญและวิธีการดำเนินงานของโครงการ ได้แก่การให้สัมภาษณ์รายการ“ร้อยสาระ”ของสถานีวิทยุเสียงสื่อสารมวลชน FM 100 ของคณะกรรมการสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มเสียงไทยที่ผลิตรายการวิทยุเพื่อการศึกษา ที่มีสำนักงานอยู่ที่กรุงเทพฯ นอกจากนี้ ทางหัวหน้าโครงการ นักวิจัยและ นสส. ก็ได้เข้าไปร่วมในเวทีวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อนำเสนอทั้งในเรื่องของสถานการณ์แรงงานข้ามชาติและบทเรียนการดำเนินงานโครงการ ที่สำคัญได้แก่

ประชุมเสวนา“สื่อสารเพื่อความอยู่เย็นเป็นสุข” วันที่ 8 พฤษภาคม 2551 จัดโดยคณะกรรมการสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) ที่โรงแรมเชียงใหม่ฮิลล์ เชียงใหม่

เวทีเสวนาวิชาการเรื่อง “มิติหญิงชายในธรรมาภิบาลการปกครองท้องถิ่น” วันที่ 13 กันยายน 2551 จัดโดยศูนย์พัฒนาวัฒนธรรมและนโยบายการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่สถานบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

การศึกษาดูงานโครงการสื่อสารสุขภาพแรงงานไทใหญ่ ของโครงการวิทยุชุมชนเพื่อการศึกษา โรงเรียนอัสสัมชัญนครราชสีมา วันที่ 14 ตุลาคม 2551 ที่สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

การสัมมนาหัวข้อ “ผู้หญิง การมีส่วนร่วม และสื่อชุมชน” วันที่ 21 พฤศจิกายน 2551 โดยโครงการเสริมศักยภาพผู้หญิงในวิทยุชุมชน ศูนย์พัฒนาวัฒนธรรมและนโยบายการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่บ้านธารแก้ว เชียงใหม่

เวทีอภิปรายสาธารณะ การสื่อสารสุขภาพ จ.นครราชสีมา วันที่ 24-25 พฤศจิกายน 2551 จัดโดยแผนงาน รสส. ที่ จังหวัดนครราชสีมา

การประชุมวิชาการ “ชาตินิยมและพหุวัฒนธรรม” วันที่ 22-23 ธันวาคม 2551 จัดโดยคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่โรงแรมดิเอ็มเพรส เชียงใหม่

บทที่ 3

ผลการพัฒนาศักยภาพนักสื่อสารสุขภาพ

เมื่อได้คนไทใหญ่ที่อาสาและสนใจเข้ามาเป็นนักสื่อสารสุขภาพแล้ว ทางโครงการก็ได้ดำเนินการพัฒนาศักยภาพนักสื่อสารสุขภาพ โดยการ

- 1) จัดให้มีการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการในสามด้านที่สำคัญได้แก่ ด้านแนวคิดการสื่อสารสุขภาพ ความรู้ด้านสุขภาพและเทคนิคการสื่อสาร
- 2) สนับสนุนให้ นสส.ไทเข้าร่วมในการฝึกอบรมที่เกี่ยวกับการสื่อสารสุขภาพแรงงานข้ามชาติที่จัดขึ้นโดยองค์กรและโครงการอื่น
- 3) จัดให้มีเวทีการประชุมแลกเปลี่ยนร่วมกับนักวิชาการและองค์กรภาคีต่าง ๆ เพื่อนำเสนอผลงานและขอความเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เข้าร่วมประชุม โดยให้ นสส. มีบทบาทในการจัดการประชุม เป็นผู้นำเสนอสถานการณ์ปัญหาและผลการดำเนินการ หรือเป็นพิธีกร ผู้ดำเนินรายการ ฯลฯ
- 4) สนับสนุนให้ นสส.ไทเข้าร่วมนำเสนอสถานการณ์ ผลการดำเนินโครงการ หรือจัดให้มีการสื่อสารทางวัฒนธรรมในเวทีการประชุมสัมมนาที่องค์กรและโครงการอื่นจัดขึ้น
- 5) สนับสนุนให้ นสส.ไท จัดกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ โดยให้มีเวทีสาธารณะ การจัดรายการวิทยุชุมชน การผลิตละครวิทยุ และการจัดฝึกอบรมให้กับแรงงาน เป็นต้น

จากกิจกรรมการพัฒนาศักยภาพของ นสส. ดังกล่าว ทำให้ นสส.ไทพัฒนาตนเองในหลายด้านดังต่อไปนี้

3.1 การพัฒนาด้านบุคลิกภาพ ความมั่นใจในตัวเองและความกล้าแสดงออก

นสส.ไทมีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น รู้สึกว่าความคิดและประสบการณ์ของตนเองมีคุณค่ามากขึ้น ภาษาและวัฒนธรรมที่มีอยู่ไม่ได้เป็นสิ่งที่ด้อยค่า ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะสังเกตได้จากท่วงท่าในการแนะนำตัวเองและเสนอความคิดเห็น ซึ่งในระยะแรกจะอาย ไม่กล้า กลัวใช้ภาษาไทยไม่ถูกต้อง แต่ในระยะหลังสามารถทำได้โดยไม่เคอะเขินและกล้าพูดคุยมมากขึ้น อาจกล่าวได้ว่า ความมั่นใจและความตระหนักในคุณค่าของตนเองเกิดจากปัจจัย 3 ประการ ประการแรก เกิดจากการที่โครงการเปิดพื้นที่ให้แกนนำไทใหญ่มารวมกลุ่มพบปะกันเอง ทำให้เห็นพลังของการทำงานร่วมกัน ประการที่สอง เกิดจากการได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่องแนวคิดของการสื่อสารสุขภาพ ซึ่งเน้นการสื่อสารสองทาง และความเสมอภาคในการสื่อสาร จึงเป็นการส่งเสริมให้ นสส. ฝึกทั้งในเรื่องของการรับฟังและการพูด และประการที่สาม การเปิดพื้นที่ทั้งในรูปแบบของการประชุม ฝึกอบรม และจัดกิจกรรมนั้น ทำให้ นสส.ไทได้พบปะนักวิชาการ เจ้าหน้าที่ และบุคคลจากหลายภาคส่วนมากขึ้น การที่บุคคลเหล่านี้ให้ความเสมอ

ภาคและตั้งใจรับฟังความคิดเห็นและปัญหาอุปสรรคที่แรงงานไทใหญ่เผชิญอยู่ ทำให้ นสส. ไต รู้สึกถึงคุณค่าของตนเองมากขึ้น

ความตระหนักในคุณค่าของตนเองที่อาจจะช่วยเป็น“แสงไฟ”ส่องทางให้แรงงาน แม้จะเป็นแสงสว่างที่น้อยและอาจส่องสว่างได้ไม่ทั่วถึง สะท้อนให้เห็นจากคำพูดของแสงภู สาวไต่วัย 26 ปี ต่อไปนี้

...คิดันมาคิดว่าพี่น้องคนไทใหญ่เราที่เข้ามาอยู่ในประเทศไทย โดยเฉพาะในจังหวัดเชียงใหม่ก็เป็นแสนคนแล้ว...เค้าจะไม่ค่อยใส่ใจกับเรื่องสุขภาพเท่าไร... ในชีวิตประจำวันของเค้าก็มีแต่ทำงาน เก็บเงินเท่านั้นเอง ส่วนเรื่องของสุขภาพตัวเองนั้นวางไว้ก่อน หรือไม่ก็ไม่สนใจไปเลย ... ก็รู้สึกดีใจที่ได้เข้ามาเป็น อาสาสมัครนสส. ถึงแม้ว่าคิดันจะเป็นเพียงแสงไฟอันน้อยนิดที่ส่องสว่างได้ไม่ทั่วถึงสำหรับพี่น้องคนไทใหญ่ทั้งหมดก็ตาม แต่จะพยายามให้ถึงที่สุด ไม่ว่าจะเป็น นสส. ไต หรือ นสส. ไทย ขอให้เรารวมใจกันเป็นหนึ่งเดียว ช่วยชี้ทางสว่างให้พี่น้องไตทุกคนให้รอดพ้นจากโรคภัยทั้งหลายทั้งปวงด้วยค่ะ

(เขียนเป็นภาษาไทใหญ่โดยแสงภู แปลโดยอ่องเท กันขายน 2551)

เช่นเดียวกับจายน้อง หนูมไต่วัย 20 ปี ที่กล่าวว่าเขารู้สึกว่าตนเองได้รับความรู้และมีคุณค่ายิ่งขึ้นเมื่อมาทำงานเป็น นสส.

...โครงการนี้ทำให้ผมได้รับความรู้อะไรใหม่ ๆ หลายอย่าง แล้วก็ครั้งแรกของผมที่ได้มีโอกาสดี ๆ แบบนี้ในชีวิตผมครับ สำหรับผมตั้งแต่ได้เข้ามาเป็น นสส. ในโครงการนี้แล้ว ทำให้เกิดความรู้ที่ใกล้ชิดและรอบข้างอย่างมากมาย ... และทำให้ผมรู้สึกมีค่าขึ้นมาอีกมาก เมื่อก่อนนี้กระผมก็ไม่ได้มีองค์ความรู้อะไรมา... ตอนนีผมเพิ่งจะเรียนรู้ และเป็นคนใหม่อีกคนแล้ว... การช่วยเหลือผู้อื่นเป็นเรื่องดีที่สุดในความคิดของผมครับ ที่ผมได้เข้ามาในกลุ่ม นสส. นี้ก็เพื่ออยากมีส่วนช่วยเหลือผู้อื่น และเพิ่มเติมความรู้ให้กับตัวเองด้วย...

(เขียนเป็นภาษาไทใหญ่โดยจายน้อง แปลโดยอ่องเท)

สำหรับจันทร์ ไอ้เม็ง สาวไต่วัย 27 ปี โครงการสื่อสารสุขภาพ มีความสำคัญเพราะการสื่อสารจะทำให้คนภายนอกทราบถึงปัญหาสุขภาพของแรงงานไทใหญ่ ในขณะที่เดียวกันก็ทำให้แรงงานไทใหญ่ตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาพของตนเอง จันทร์ เป็นเยาวชนที่เติบโตในเมืองไทย จึงทำให้พูดภาษาไทยได้ชัดเจน และมีความมั่นใจอยู่บ้างแล้ว ทางโครงการจึงได้ให้จันทร์ทำหน้าที่เป็นผู้ประสานงานเขตนอกเมืองและเป็นผู้ช่วยวิจัย เก็บข้อมูลและแปลเอกสารบางเรื่อง ซึ่งผลจากการฝึกอบรมและเข้าร่วมนำเสนอในเวทีต่าง ๆ ทำให้จันทร์สามารถทำหน้าที่นักสื่อสารสุขภาพได้อย่างสมบูรณ์ยิ่งขึ้น จันทร์บอกว่า

...ที่จันทร์มาทำงานกับโครงการนี้ก็เพราะว่าโครงการสื่อสารสุขภาพนี้มีความสำคัญมาก ...มันเป็นเรื่องของทุกคนที่ควรมีส่วนร่วมกัน ช่วยกันดูแล สื่อสารถึงเรื่องสุขภาพให้กับแรงงาน ... อยากให้ทุกคนได้รู้ว่าแรงงานนั้นทำงานลำบากแค่ไหนเรื่องสุขอนามัยก็ไม่ได้ดี ถ้าอยู่ในสวนก็อยู่กับพวกสารเคมี ...คนไม่มีเงินส่งลูกเรียนหนังสือเวลาทำงานก็พาไปอยู่ตามสวน ... เด็กๆก็ได้รับสารเคมีไปในตัว ส่วนใหญ่ก็จะไอ สุขภาพอ่อนแอมากค่ะ ...ทางทีม นสส. ของเราได้ลงพื้นที่ในแต่ละที่ ดูแลเรื่องสุขภาพแรงงาน โดยให้คำแนะนำถึงเรื่องการดูแลสุขภาพการป้องกันตัวจากอันตรายต่างๆจากการทำงาน... มีแรงงานเขาสนใจมากค่ะเดี๋ยวนี้เขาเริ่มจะรู้แล้วว่าสุขภาพมันสำคัญมากแค่ไหน แต่เราก็คงทำอะไรไม่ได้มากเพราะทีมของเรามีไม่มากพอ...

(โดย จันทร์ไฉ่เม้ง กันยายน 2551)

อ่องเท หนุ่มไฉววัย 31 ปี เป็นอาสาสมัครที่ช่วยเก็บข้อมูลการวิจัยเรื่องการสื่อสารสุขภาพในปี 2549 ทำให้เข้าใจในเรื่องการสื่อสารสุขภาพในระดับหนึ่ง ในปี 2551 เมื่อโครงการดำเนินการในระยะที่สอง อ่องเทก็มีความยินดีที่จะเข้าร่วมเป็น นสส. อ่องเทเป็นผู้มีความรับผิดชอบดี มีความสัมพันธ์กับแรงงานไทใหญ่ค่อนข้างกว้างขวาง สามารถพูดภาษาไทยได้เป็นอย่างดี เนื่องจากมาเติบโตในประเทศไทย มีความพยายามที่จะยกระดับความรู้ให้แก่ตนเองอยู่เสมอ โดยการไปเรียนต่อศูนย์การศึกษาออกโรงเรียน การอบรมคอมพิวเตอร์ที่จัดขึ้นโดยองค์กรไทใหญ่ด้วยกัน และทำงานเป็นอาสาสมัครสอนหนังสือให้เด็กเล็ก ๆ ที่ไม่ได้เรียนหนังสือตามแคมป์ก่อสร้างในเวลาตอนเย็น โดยไม่มีค่าตอบแทน การเข้าร่วมกับโครงการเพื่อพัฒนาศักยภาพของ นสส. ทำให้อ่องเทพัฒนาความมั่นใจและความสามารถเพิ่มขึ้นอีกมาก อ่องเทกล่าวว่า

...ผมมีอาชีพค้าขายขนมหวาน ไปตามไซต์งานก่อสร้างทั่วไปทุกวัน จึงได้พบปะกับพี่น้องไทใหญ่มากมาย ชีวิตความเป็นอยู่ของพวกเขา... น่าสงสารมากครับ...เรื่องสุขภาพอนามัยนั้นยังไม่ต้องพูดถึง ... คนงานในแคมป์บางที่มีเป็นหลายร้อยคน แต่ห้องน้ำ ห้องส้วมมีไม่ถึง 10 ห้อง ซึ่งถ้าใครจะเข้าก็ต้องตักน้ำเข้าไปเอง...การพนันที่มีสารระเหยและสารพิษนั้น บางที่ผมเห็นเขาไม่ได้ใช้อุปกรณ์ป้องกันเลยซักนิด โดยที่เจ้านายเขาบอกว่าไม่เป็นไร ถ้าเรากินเหล้าเข้าไปแล้วมันจะจับสารพิษออกมาเอง อย่างกังวลเลย...โครงการวิจัยการสื่อสารสุขภาพ... โดยเฉพาะในกลุ่มของคนไทใหญ่นั้น ผมว่าเป็นเรื่องที่ดีและเป็นประโยชน์ต่อพี่น้องคนไทใหญ่มากครับ...ตัวผมเองตอนนี้ก็เป็น นสส.ไทใหญ่ ซึ่งผมเองก็ภูมิใจ และยินดีเป็นอย่างมาก ที่ได้มีโอกาสได้ทำสิ่งดี ๆ ให้กับพี่น้องของผมในวันนี้

(โดยอ่องเท กันยายน 2551)

3.2 การพัฒนาความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหาและสรุปบทเรียน

การได้เข้ารับการฝึกอบรมและการประชุมเชิงปฏิบัติการที่มีรูปแบบของการอภิปรายกลุ่มย่อยเพื่อวิเคราะห์ปัญหาและระดมความคิดเห็น เป็นการยกระดับความสามารถของ นสส. จากเดิมที่ไม่มีโอกาสหรือมีโอกาสน้อยในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้คนหลากหลายความคิด หรือไม่มีหรือมี

โอกาสน้อยที่จะมีคนรับฟังความคิดเห็นและถกเถียงด้วย ข้อเสนอแนะสำหรับแรงงานไทใหญ่ที่ไม่ได้รับการฝึกฝนให้วิเคราะห์ปัญหาและสรุปบทเรียนการทำงาน จะพบว่าเมื่อสอบถามความเห็นต่อการดำเนินกิจกรรม (ซึ่งทางโครงการจะมีการสอบถามหลังการจัดเวทีสาธารณะบางเวที) จะได้คำตอบว่า ดีแล้ว เป็นส่วนใหญ่ และไม่มีความคิดเห็นหรือข้อวิพากษ์วิจารณ์อะไร ซึ่งเป็นไปได้ว่า ไม่กล้าวิพากษ์วิจารณ์ แต่ส่วนใหญ่แล้วก็ไม่รู้จะวิพากษ์วิจารณ์อย่างไร เพราะไม่คุ้นเคยต่อการคิดวิเคราะห์

ในบันทึกการประชุมของโครงการ 2 ครั้ง จะเห็นได้ชัดว่า นสส.ไทสามารถที่จะวิเคราะห์สถานการณ์ปัญหา หาสาเหตุ และแนวทางแก้ไขเพื่อปรับปรุงการสื่อสารสุขภาพได้ แม้จะเป็นความสามารถเบื้องต้น เนื่องจากยังผ่านประสบการณ์การเป็น นสส. ไม่นานนัก เช่น การประชุมที่แผนงานริเริ่มให้มีการจัดแลกเปลี่ยนบทเรียนร่วมกันระหว่าง นสส. แพร์ กาญจนบุรี อุดรดิตถ์และ กลุ่มแรงงานไทใหญ่ในจังหวัดเชียงใหม่เมื่อวันที่ 18 กรกฎาคม 2551 ที่บ้านธารแก้ว อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยการประชุมเริ่มจากการที่ นสส. แต่ละจังหวัดสรุปบทเรียนการทำงานของตน เมื่อมาถึง นสส.ไท แต่ละคนก็ได้นำเสนอความเป็นมาของการอพยพเข้ามาทำงานในประเทศไทยของแรงงานไทใหญ่จากภูมิลำเนา ประเทศพม่า การแยกแยะความแตกต่างของกลุ่มที่เข้ามาทำงานในประเทศไทย ปัญหาที่ประสบ และประสบการณ์การทำหน้าที่ นสส. ซึ่งเพิ่งเริ่มมาเป็นเวลาเพียง 5 เดือน โดยมีเนื้อหาการนำเสนอบางส่วนดังนี้

บันทึกสรุปเฉพาะการนำเสนอของ นสส.ไท ในการประชุมร่วม นสส. หลายจังหวัด วันที่ 18 กรกฎาคม 2551

อ่องเท จายแสง ...การทำงานการสื่อสารกับคนไทใหญ่ จะมีความแตกต่าง เช่น เรื่องวัฒนธรรม และคนไทใหญ่ที่อยู่ในเมืองไทยส่วนมากจะไม่มีบัตร เรื่องบัตรนี้สามารถแบ่งกลุ่มคนไทใหญ่ ออกเป็นสามกลุ่มใหญ่ๆ คือ

- 1) กลุ่มที่ไม่มีบัตร กลุ่มนี้ จะอยู่ไม่เป็นหลักแหล่ง จะทำงานรับจ้าง ใช้แรงงาน และไม่มีสิทธิแรงงานเพราะไม่มีบัตร เกือบทั้งหมดไม่ได้เรียนหนังสือ ซึ่งจะอ่านเขียนไม่ได้
- 2) กลุ่มที่มีบัตรกรมแรงงานที่ต้องต่ออายุปีต่อปี ส่วนใหญ่จะทำงานอยู่ในเมือง ซึ่งอยู่อาศัยไม่เป็นหลักแหล่ง ย้ายถิ่นฐานบ่อย เช่น อยู่ในไซค์งานก่อสร้าง
- 3) กลุ่มที่อยู่มานานกว่า 4 ปี กลุ่มนี้จะไม่มีบัตร มีที่อยู่ถาวร มีทะเบียนบ้าน

เพราะฉะนั้นการสื่อสารจะเข้าถึงยาก ต้องอาศัยความไว้วางใจ ความเชื่อใจ เช่น “การสื่อสารสุขภาพจะทำให้ชีวิตเขาดีขึ้นอย่างไร” นอกจากการทำงานเก็บเงิน เพราะคนไทใหญ่ส่วนมากต้องการเข้ามาเพื่อที่จะทำมาหากิน หาเงินให้ครอบครัวเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี และจะมีคำถามว่า “ถ้าเรามาแต่สื่อสารและจะกระทบกับการทำมาหากินของเรามั้ย” เพราะเรา นสส.ไทใหญ่จะมีอาชีพที่ไม่แน่นอน

ปัญหาของคนไทใหญ่ คือ การรับสื่อ คือ การรับเอาวัฒนธรรมของคนอื่นมากเกินไป ทำให้ลืมวัฒนธรรมของตนเอง และการเข้าใจความหมายที่ผิดเพี้ยนไป

การทำงานในการรวมกลุ่มต้อง 1. เน้นการประสานงานกับกลุ่มคนไทยใหญ่และกับกลุ่มพี่เลี้ยง 2. สร้างความเชื่อใจ ความสนิทสนม มิฉะนั้นจะเกิดความระแวง เช่น เป็นสายตำรวจหรือเปล่า จะมาตรวจบัตรมัย ซึ่งต้องใช้ความพยายามอย่างมาก 3. การสื่อสารควรใช้“วิทยุ” เป็นหลัก

พรศักดิ์ หมั่นตา กลุ่มคนไทยใหญ่ ที่เข้ามาอยู่ในประเทศไทย มีอยู่ 2 กลุ่มหลักๆ คือ

กลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มที่ตั้งใจเข้ามา เพราะที่พม่าแม้ว่าจะไม่ต้องใช้เงินซื้อของมากแต่ก็ไม่มีรายได้ จึงต้องการเข้ามาทำมาหากินหาเงินในประเทศไทย กลุ่มนี้จะมีญาติพี่น้องที่เข้ามาอยู่ในไทยก่อนหน้า และกลับไปสื่อสารกันว่า ในประเทศไทยมีงานให้ทำ มีรายได้ และมีความเป็นอยู่ที่ดี

กลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มที่ไม่ได้เต็มใจมา แต่มาอยู่ประเทศไทยเพราะถูกผลักดันและถูกกดดัน เพราะหนึ่งที่รัฐฉาน(ประเทศพม่า) เมื่อทำงานมีรายได้ หรือผลผลิตจะถูกรัฐบาลเรียกเก็บภาษีของรายได้ที่ได้รับ มากถึง 60 – 70 % ของรายได้ในแต่ละครอบครัวได้มา แต่ถ้าเข้ามาทำงานที่เมืองจะมีรายได้แต่ไม่ถูกเก็บภาษี สองเศรษฐกิจที่ประเทศพม่าไม่ดี

แต่การเข้ามาอยู่เมืองไทย คนที่เข้ามาต้องมีการลงทุน คือ ต้องกู้ยืมเงิน เช่น ถ้าเป็นพี่น้องเป็นญาติ ถ้ากู้ บาท(ทอง) ก็ใช้คืน 1 บาท (ทอง) แต่ถ้าไม่ใช่เครือญาติ ถ้ากู้ 1 บาท จะต้องใช้คืน 3 บาท...

ปัญหาที่พบ คือ การสื่อสารที่ไม่เข้าใจทำให้เกิดความผิดพลาด ด้วยภาษาที่แตกต่างกัน, การไม่รู้หนังสือ การไม่รู้จักรใช้เครื่องมือการทำงาน การไม่รู้สิทธิของตนเอง นายจ้างไม่มีการรับรองสวัสดิภาพ (และมักจะโทษว่าเป็นความผิดของลูกจ้าง)

พรเทพ แสงสว่าง การทำงานการสื่อสารกับกลุ่มคนไทยใหญ่ ไม่สามารถเข้าไปทำตามที่ทำตามได้ เพราะนายจ้างกลัวว่าจะเสียงาน เพราะฉะนั้น จะต้องใช้วันหยุด เช่น ในงานบุญ จึงจะสามารถจัดงานได้ โดยการจัดงานจะต้องมีทั้งเรื่องบันเทิงและการสื่อสารสุขภาพควบคู่กันไป

ในการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง”สถานการณ์ปัญหาอนามัยเจริญพันธุ์” วันที่ 13 กรกฎาคม 2551 ซึ่งมี รศ.ดร.สุทัศน์หา ยิ้มแย้มเป็นวิทยากรนั้น นสส.ไค ก็ได้ร่วมกับวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาด้านอนามัยเจริญพันธุ์และหาแนวทางการแก้ไขโดยแบ่งตามประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

กลุ่มที่ 1 เรื่องการทำแท้งและภาวะแทรกซ้อน

สาเหตุ

- ขาดความรู้เรื่องการป้องกันการท้องจากการมีเพศสัมพันธ์
- อายุ ไม่กล้าบอกหรือปรึกษาใคร
- ความไม่เข้าใจในเรื่องเพศสัมพันธ์
- ไม่มีการป้องกันตนเองเวลามีเพศสัมพันธ์
- ถูกล่อลวงละเมิดทางเพศ ถูกข่มขืน

- ไม่เข้าใจเรื่องผลกระทบจากการทำแท้ง ได้แก่ ด้านสุขภาพของผู้เป็นแม่ จะเกิดผลกระทบต่อมดลูก ด้านสุขภาพของเด็ก ได้แก่ เด็กที่คลอดออกมาจากการที่แม่ทำแท้งไม่สำเร็จ เด็กอาจพิการ เป็นอัมพาต โปลิโอ
 - เสียเวลาทำงาน เพราะต้องมารักษาสุขภาพดูแลตัวเองจากการทำแท้ง
- แนวทางการแก้ไข**
- ป้องกันตนเองให้พ้นจากความเสี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์
 - ญาติพี่น้องควรที่จะช่วยกันดูแล
 - ชักถามหาความรู้ โดยปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับพี่น้องหรือหมอ
 - ต้องมีการสื่อสารให้ความรู้

กลุ่มที่ 2 เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคAIDS

- สาเหตุ**
- มีเพศสัมพันธ์แต่ไม่มีการป้องกัน
 - เปลี่ยนคู่นอนบ่อยๆ “มั่ว”
 - ไม่ปฏิบัติตามสีล 5 ข้อ
 - ถ่ายทอดจากแม่สู่ลูก
 - ประมาท เช่น สามีกรรยาทะเลาะกันแล้วมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใส่ถุงยาง
 - ถุงยางอนามัยไม่ได้มาตรฐาน “ผิดไซส์”
- แนวทางการแก้ไข**
- รณรงค์ เผยแพร่ความรู้ ทางสื่อหรือรายการวิทยุ
 - ใช้ถุงยางอนามัย
 - ไม่กินเหล้า
 - รักษาสีล 5

กลุ่มที่ 3 เรื่องมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

- สาเหตุ**
- กลุ่มเสี่ยง คือ กลุ่มคนที่อายุระหว่าง 35 – 60 ปี ครอบคลุมทั้งคนที่มีลูกแล้วไม่มีลูก
 - ขาดคนแนะนำ
 - หมอไม่เพียงพอและไม่ทั่วถึง
 - ไม่มีความรู้
 - ไม่มีเงินและไม่อยากเสียเงินค่ารักษา
 - อายุหมอ กลัวเจ็บ
 - อยู่ไม่เป็นที่ ย้ายที่อยู่ตลอด
- แนวทางการแก้ไข**
- เพิ่มจำนวนหมอและให้หม้ออกหน่วยเคลื่อนที่เพื่อตรวจมะเร็งทุกเดือน

- ให้หมอพื้นบ้านรักษา
- ให้มีการเผยแพร่ข้อมูล ข่าวสารและให้เจ้าหน้าที่ส่งเสริมให้ความรู้เรื่องมะเร็ง
- ให้เพิ่มสวัสดิการกับ อสม.ไต เพื่อเพิ่มแรงจูงใจในการทำงาน เช่น ให้ อสม.รักษาฟรี และให้จ่ายเงินให้ครอบครัวละ 500 – 1000 บาท / ปี / ครอบครัว อสม.

กลุ่มที่ 4 เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สาเหตุ

- พวกรักร่วมเพศและรักต่างเพศ ที่ไม่มีการป้องกัน
- มีความเชื่อที่ผิด เช่น เรื่องอารมณ์ทางเพศ
- กินเหล้า ขาดสติ ทำให้เวลามีเพศสัมพันธ์ไม่ใช้อย่าง ทำให้เกิดโรค เช่น หนองใน เอชดี
- ไม่รู้จักวิธีป้องกันตัวเอง

แนวทางการแก้ไข

- ป้องกันตัวเองโดยการพกถุงยาง

กลุ่มที่ 5 เรื่องการล่วงละเมิดทางเพศ

สาเหตุ

- ถูกหลอก เชื่อคนง่าย
- ทักษะคติของผู้ชาย ที่มองว่าผู้หญิงเป็นวัตถุระบายอารมณ์ทางเพศเมื่อเกิดความใคร่ จึงทำให้เกิด การข่มขืนผู้หญิง มีท้อง
- ถูกล่วงละเมิดจากคนในครอบครัว ญาติ หรือ นายจ้าง “การถูกข่มขืนแบบซ้ำซาก”
- จากความเหลื่อมล้ำของคนไทใหญ่ ทำให้ถูกเลือกปฏิบัติ ถูกละเมิดสิทธิ “จะทำอะไรกับคนไทใหญ่ก็ได้” และความไม่มีมาตรฐานในการจัดการ เช่น ผู้หญิงไทใหญ่ถูกล่วงละเมิดทางเพศแต่ไม่มีการจับกุมและดำเนินคดีผู้ที่มาละเมิดทางเพศ
- เมื่อถูกล่วงละเมิดทางเพศ ไม่กล้าที่จะบอกคนอื่น ๆ หรือแจ้งความ
- การที่ผู้หญิงแต่งตัวล่อแหลม อยู่ตามสถานที่เปลี่ยว
- รับสื่อ ที่เป็นแรงจูงใจให้เกิดอารมณ์ทางเพศ
- ขาดการดูแลกันในครอบครัว
- ครอบครัว สังคมไม่ยอมรับผู้หญิงที่ถูกละเมิดทางเพศ และเมื่อท้องก็จะกลายเป็นปัญหา

แนวทางการแก้ไข

- ให้ป้องกันตนเอง เช่น อย่าอยู่สองต่อสองกับผู้ชาย อย่าเชื่อคนง่าย อย่าไปไหนมาไหนคนเดียวในที่เปลี่ยว ๆ ให้รู้จักต่อสู้และรู้โจมตียุทธศาสตร์ของผู้ชายในกรณีที่กำลังจะถูกคุกคาม
- สร้างจิตสำนึกให้กับผู้ชายในเรื่องเพศ

- ในกรณีที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ให้รีบปรึกษาคนในครอบครัว เพื่อน องค์กรหรือมูลนิธิต่างๆเพื่อหาทางแก้ไขปัญหา และให้แจ้งความกับเจ้าหน้าที่ตำรวจ
- ให้มีการรณรงค์เผยแพร่ข้อมูล ข่าวสาร และความรู้เกี่ยวกับการป้องกันตนเอง ให้มากขึ้น
- เพิ่มช่องทางการสื่อสารและให้ความรู้ เช่น ทำแผ่นพับ CD สติกเกอร์

กลุ่มที่ 6 เรื่องการวางแผนครอบครัว

สาเหตุ

- ขาดความรู้และความเข้าใจในเรื่องการวางแผนครอบครัว
- ทศนคติและความเชื่อ เช่น กลัวว่าเมื่อใช้ห่วงอนามัย ห่วงจะหลุดเข้าไปในร่างกาย หรือ กลัวว่าเมื่อทำหมัน จะทำให้ไม่มีแรงในการทำงาน เกิดอารมณ์ทางเพศมาก หรือ กลัวว่า จะไม่มีอารมณ์ทางเพศ
- กลัวเจ็บ
- ลืมใช้ถุงยางอนามัย
- ถูกข่มขืนไม่ได้มาตรฐาน

แนวทางการแก้ไขปัญหา

- ปรับเปลี่ยนทัศนคติและความเชื่อ
- ให้มีเจ้าหน้าที่อนามัยออกหน่วยเคลื่อนที่
- ให้ความรู้ในการวางแผนครอบครัว

กลุ่มที่ 7 เรื่องความรุนแรงในครอบครัว

สาเหตุ

- จากการดื่มเหล้า เสพยาเสพติด ติดการพนัน
- การนอกใจ หรือ มีชู้
- ปัญหาเศรษฐกิจ รายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย ทำให้เกิดการทะเลาะกันภายในครอบครัว
- ปัญหาความกดดันจากสังคม

แนวทางการแก้ไขปัญหา

- อบรมให้ความรู้ จัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ให้กับคนในครอบครัว
- ให้ความรู้เรื่องโรคติดต่อจากการมีเพศสัมพันธ์
- ให้ความรู้เรื่องภัยของสุราและยาเสพติด

กลุ่มที่ 8 เรื่องผู้หญิงที่ตั้งครรภ์จนถึงคลอด

สาเหตุการไม่ฝากครรภ์และไม่มาตรวจหลังคลอด

- กลัวเสียเงิน
- เดินทางลำบาก
- ขาดความรู้ เกี่ยวกับการตั้งครรภ์

หลังคลอด

- การสื่อสารระหว่างหมอกับคนไข้ ทำให้คนไข้ไม่มาตรวจหลังการคลอด
- กลัวเสียเงิน

แนวทางการแก้ไข

- ให้ความรู้เรื่องการตั้งครรภ์ตั้งแต่ก่อนท้อง เช่น เรื่อง การดูแลครรภ์ โรคต่างๆ พาหะนำโรค ของพ่อกับแม่ เช่น โรคทาลัสซีเมีย
- เพิ่มช่องทางการสื่อสาร เช่น การให้หมอกุยกับคนไข้ ดู VCD โปสเตอร์

3.3 การยกระดับความรู้ความเข้าใจในเรื่องของสุขภาพและอนามัย

การเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการที่มีเนื้อหาการให้ความรู้ด้าน “อนามัยเจริญพันธุ์และโรคติดต่อ” ซึ่งมีนักวิชาการสาธารณสุขจากโรงพยาบาลอำเภอฝางและอำเภอไชยปราการเป็นวิทยากร ทำให้ นสส. ได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์ในเรื่องสาเหตุของโรคและวิธีการป้องกันรักษา แม้จะเป็นมุมมองที่เป็นการแพทย์สมัยใหม่ แต่การที่วิทยากรทั้งสองท่านทำงานในพื้นที่ซึ่งมีคนไทยใหญ่อยู่อาศัยจำนวนมากมาแต่ดั้งเดิม ทำให้สามารถสื่อสารได้ด้วยภาษาที่ง่ายและยกตัวอย่างในเรื่องที่ใกล้ตัวของ นสส. เพราะฉะนั้น นสส.จึงให้ความสนใจ และซักถามในสิ่งที่ไม่เข้าใจอย่างกระตือรือร้น

ความรู้จากวิทยากรที่เป็นบุคลากรทางสาธารณสุขในการจัดฝึกอบรม ไม่ได้เป็นช่องทางเดียวที่ นสส. ได้จะได้รับความรู้ แต่การรวมกลุ่มพบปะ และจัดกิจกรรมร่วมกันของ นสส. ที่มีระดับความรู้ และประเภทของความรู้ที่แตกต่างกัน ก็เป็นอีกช่องทางที่ทำให้ นสส. ได้ได้เพิ่มพูนความรู้ในเรื่องการดูแลรักษาสุขภาพ เนื่องจาก นสส. ไตบางคน ทำหน้าที่พนักงานสุขภาพต่างด้าว ให้กับโครงการ SHIELD ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ซึ่งได้รับการฝึกอบรมอย่างเข้มข้นให้สามารถดูแลรักษาสุขภาพของแรงงานไทยใหญ่ที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ทำให้มีความรู้การแพทย์สมัยใหม่ดีกว่า นสส. คนอื่น ๆ ในขณะเดียวกัน นสส. ไตบางคนก็มีความเชี่ยวชาญในการเป็นแพทย์พื้นบ้าน ซึ่งทำให้ นสส. ไตคนอื่น ได้เรียนรู้ถึงการรักษาสุขภาพแบบทางเลือกด้วย

3.4 การยกระดับความรู้และการฝึกฝนเทคนิคการสื่อสาร

เทคนิคการสื่อสาร อย่างน้อย 2 เรื่องที่เป็นสิ่งใหม่ที่ นสส. ไตได้รับการอบรม เรื่องแรกคือการได้รับความรู้ในเรื่องของการทำเว็บบล็อก จากการได้ไปอบรมที่จัดขึ้นโดยโครงการการสร้างชุมชน

สื่อสารสุขภาพทางอินเทอร์เน็ตเมื่อวันที่ 13-14 กันยายน 2551 ที่จังหวัดนครปฐม ภายใต้การสนับสนุนของแผนงานระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน โดยมีนสส. 5 คนที่ได้ไปอบรมได้แก่ จัน ไอ้เม็ง, อ่องเท จ้ายแสง, อรรถยุทธ, คำหลิ สุริยะ และ ฝน ม่าน แม้ว่าการดำเนินการสื่อสารผ่านเว็บล็อกยังทำไม่ได้เต็มที่เหมือนสส.ได้กลับมาที่เชียงใหม่ ด้วยปัญหาทางเทคนิค เช่น ไม่สามารถเข้าไปในบล็อก หรือ เซฟเวอร์ของส่วนกลางได้ เนื่องจากในตอนฝึกอบรม ผู้เข้าร่วมอบรมใส่ พาสเวิร์ด กันทุกคน จึงไม่รู้แน่ชัดว่าจะใช้พาสเวิร์ดใด แต่ก็อยู่ระหว่างการแก้ไขปรับปรุง โดยทางนสส.ได้ ได้ติดต่อกับอาจารย์ผู้รับผิดชอบอย่างต่อเนื่อง

เรื่องที่สอง คือ การผลิตละครวิทยุ ซึ่งมีนสส.เข้าร่วมการอบรมในเรื่องของการวางโครงสร้างของละคร ทั้งหมด 23 คน และในเรื่องของการใช้เสียงในละครวิทยุ 17 คน ทั้งนี้ทางโครงการขอให้ ศาสตรา บุญวิจิตร ซึ่งมีประสบการณ์ในเรื่องของการตัดต่อภาพและเสียงมาช่วยทีมของ นสส. ในเรื่องกระบวนการทำและเทคนิค นสส. ที่มาร่วมทำงานผลิตละครนั้นให้เป็น นสส.ที่อยู่ในเมืองเป็นหลัก เพราะงานต้องทำต่อเนื่องหลายวัน การเดินทางไปมาระหว่างอำเภอชายแดนกับในเมืองสำหรับ นสส.ที่อยู่นอกเมืองนั้น จะทำให้ไม่สะดวกและสิ้นเปลืองเวลาและค่าเดินทาง แต่ในการฝึกอบรม จะมีนสส.จากอำเภอชายแดนบางส่วนเข้าร่วม เพื่อจะได้ความรู้นำไปประยุกต์ใช้ในงานของตน

หลังจากการฝึกอบรม นสส. ก็ได้แบ่งงานกัน โดยมอบหมายให้ นสส.จำนวน 6 คน ที่ชอบและมีฝีมือในการเขียน รับผิดชอบในการเขียนบทละคร การประชุมในวันแรกทุกคนช่วยกันวางโครงเรื่องและตกลงกันว่าจะทำละครยาว หลังจากการพิจารณาโครงเรื่องได้แล้ว ทุกคนช่วยกันวางคุณลักษณะและบุคลิกภาพของตัวละครลักษณะเด่นเป็นอย่างไร นิสัยเป็นอย่างไร มีความสัมพันธ์กันอย่างไร พื้นฐานครอบครัวเป็นอย่างไร หลังจากนั้นกำหนดสถานที่ที่เกี่ยวข้องต่างๆ ว่าเป็นที่ไหนบ้างตั้งแต่เริ่มเรื่องจนถึงจบเรื่อง รวมไปถึงสภาพหมู่บ้าน ประชากร ลักษณะพื้นที่ สภาพสังคม

ตัวละครทั้งหมดมีดังนี้

1. พ่อชื่อยอดเฮง อยู่ในรัฐฉาน
2. แม่ชื่อยอดแสง อยู่ในรัฐฉาน
3. ลูกสาวคนโตชื่อ แสงเฮือน อายุ 20 ปี (เป็นตัวหลักดำเนินเรื่อง)
4. น้องคนที่สองชื่อยอดหมาย เป็นคนเกร อายุ 18ปี
5. น้องชายคนที่สามชื่อยอดปี อายุ 16 ปี
6. จามหอม เพื่อนของแสงเฮือน ทำงานที่ประเทศไทยก่อนแล้ว
7. พ่อเลี้ยงของจามหอมชื่อ โอทำงานธนาคาร
8. แดง ภรรยาของพ่อเลี้ยงโอ เป็นพยาบาล
9. พ่อเลี้ยงศักดิ์ของพ่อเลี้ยงโอ

10. วิมล ภรรยาของศักดาเป็นพยาบาล
11. จายเครือ เป็นเพื่อนของจายหมายที่พบในประเทศไทยเป็นคนใต้
12. จายเหลินคำ ผู้ที่จะเข้ามาช่วยแก้ปัญหาก็ให้ แสงเอือน

จากนั้นได้ร่วมกันวางแผน แบ่งเนื้อหาละครออกเป็น 23 ตอน แต่ละตอนมีเนื้อหาดังต่อไปนี้

1. เริ่มแรกเปิดตัวในหมู่บ้านที่รัฐฉาน – จายหมายคิดหนี
2. ยืมเงินจามหอมใช้หนี้ - ทหารพม่ายึดที่
3. ปรีกษากันไปทำงานที่ประเทศไทย - ถึงชายแดนติดต่อนายหน้า
4. มาถึงที่พักของจามหอม - เข้าทำงานกับคุณศักดา
5. แสงเอือนตามหาน้อง - ถามทางกับคุณศักดา
6. จายหมายย้ายที่ทำงาน - จายหมายโดนตำราวจับรถ
7. จายหมายไปขอเงินแสงเอือน - แสงเอือนไปยืมเงินจามหอม
8. บ้านพ่อป่วย - คุณศักดาลวนถามแสงเอือน
9. คุณศักดาปลอบใจ - ส่งเงินไปให้พ่อที่บ้าน
10. จามหอมพาแสงเอือนไปเที่ยว
11. จายหมายเป็นกามโรค - มาขอเงินแสงเอือน
12. ทางบ้านที่รัฐฉานมีปัญหา - ตัดสินใจโทรของเวินจากแสงเอือน
13. ทางบ้านโทรมา - คุณศักดาขึ้นข้อเสนอให้เป็นเมียน้อย
14. แสงเอือนตกลงใจ - ส่งเวินให้พ่อทางรัฐฉาน
15. จายเครือจายหมายไปหาหมอ
16. แสงเอือนท้อง - วิมลจับได้โดนไล่ออก
17. แสงเอือนปรีกษาจามหอมจะทำแท้ง
18. แสงเอือนเป็นลมที่ตลาด - จายเหลินคำช่วยเหลือ
19. จายเหลินคำปรีกษาปัญหากับ นสส. – จายเหลินคำเกิดความรัก รับเป็นพ่อของเด็ก
20. แสงเอือนคลอดลูก - ย้ายไปอยู่ด้วยกันกับจายเหลินคำ
21. จายหมายกลับใจเป็นคนดี - ทางบ้านโทรมาให้กลับบ้าน
22. พาลูกไปฉีดวัคซีน - เจอคุณศักดา ลากลับรัฐฉาน
23. เดินทางกลับบ้าน - ตรงกับวันออกพรรษา สนุกสนาน

จากนั้น ก็เริ่มลงมือเขียนละครร่วมกันซึ่งต้องผ่านการถกเถียงรายละเอียดของฉาก บรรยากาศในเรื่อง การวางบทสนทนา และการเขียนบทเป็นภาษาไทย เนื่องจากไม่มีใครมีประสบการณ์ในการทำละครมาก่อน ในเวลา 2 วันเต็มเขียนได้เพียงตอนที่ 1-3 และได้ส่งร่างละครให้คุณคำอิ่ง ซึ่งทำงานกับมูลนิธิแม่มพวยให้ความเห็น ในการประชุม คุณคำอิ่งได้ให้คำวิจารณ์และข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

คำอิ่ง : เนื้อเรื่องมีความเหมาะสมกับสภาพของผู้ฟัง คำพูดและบทสนทนาเข้าใจได้ง่าย, แต่ยังไม่มีความชัดเจน, บทสนทนาบางช่วงไม่จำเป็นจะทำให้บทละครยาวเกินไป, บทละครแต่ละตอนควรมีความยาวเท่ากัน, ควรมีข้อมูลใหม่ๆ เรื่องราวที่แปลกใหม่และน่าสนใจมานำเสนอ คนฟังจะสนใจและติดตามไม่น่าเบื่อ, ในบทยังไม่มีจุดที่ตื่นเต้นน่าสนใจที่สุดของเหตุการณ์(Climax), ทุกคนต้องทดลองการออกเสียงและแสดงตามอารมณ์ของตัวละครที่แสดงออกมา, ภาษาควรเป็นภาษาพูด ไม่ใช่ภาษาเขียน, บทสนทนาควรเหมาะสมกับผู้พูด, การเขียนควรวางโครงเรื่องผู้เขียนต้องรู้ว่าจะเริ่มต้นเรื่องอย่างไรและจะจบอย่างไรระยะเวลาในการออกอากาศเท่าไรและต้องรู้ว่าผู้ฟังจะได้อะไรจากการฟัง, ข้อมูลที่จะนำเสนอเนื้อหาต้องมีความซับซ้อนซึ่งให้คนฟังมีอารมณ์คล้อยตามและเกิดทัศนคติที่ดีหรือมีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติไปในทางที่ดีขึ้น, การเขียนบทละครควรคำนึงถึง

1. การตัดสินใจในการเขียนละคร

- เขียนเพราะอะไร(วัตถุประสงค์)
- เจตนาดีต่อผู้ฟัง
- พลังดึงดูดที่น่าสนใจ/ แรงจูงใจ/การจูงใจ
- จะทำเรื่องอะไร/ดูกลุ่มเป้าหมาย → ผู้วัตถุประสงค์
- สถานการณ์ → เหมาะสมกับกาลเทศะ → เวลาและสถานที่ → ข้อมูล

2. ส่วนประกอบภายในบทละคร

- ละครต้องมีชื่อเรื่อง
- ต้องมีการนำเข้าสู่เนื้อเรื่อง
- แต่ละตอนต้องมีความกลมกลืนต่อเนื่อง
- แต่ละตอนต้องความยาวเท่ากัน(เวลาในการออกอากาศ)
- เรื่องต้องมีปมความขัดแย้ง(Conflict) มีการสร้างปัญหาและการแก้ไขปัญหา ตัวละครมีการเติบโต(ในทางความคิด)

3. ภาษา/คำพูด/บทสนทนา

- ฟังง่ายไม่ซับซ้อนจนเกินไปกลุ่มเป้าหมายฟังเข้าใจ
- ความหมายเข้าใจได้ตามกลุ่มเป้าหมายพื้นถิ่น(ในที่นี้หมายถึงใช้ภาษาไทยให้คนใต้ฟัง)
- ใช้ภาษาไม่หยาบคายเกินไป

- สำเนียงที่ออกเป็นผู้ชายผู้หญิงอย่างชัดเจน/คำสรรพนามที่ใช้เรียก ชาย หญิง หนู่ม แก่ ต้องถูกต้อง
- 4. การแสดงอารมณ์
 - รัก, ชัง, กลัว, เกลียด, ฯลฯ การแสดงอารมณ์จะช่วยให้ผู้ฟังซาบซึ้งและคล้อยตาม
- 5. เวลา → ต้องรู้ว่าที่จะเขียนแต่ละตอนมีความยาวเท่าไร
- 6. เสียง การเลือกเสียงผู้การเสียงต้องเป็นธรรมชาติ, ให้ได้บรรยากาศ → เสียงที่ได้จะสมจริง, ทดลองแสดงจริงเวลาที่ไ้จะสมจริง
- 7. เสียงประกอบ(Sound Effect) เพลง(Song and music) → สื่อสารถึงอารมณ์
 - อาจไม่ต้องบรรยายใช้เสียงประกอบแทนบ้าง
 - การเลือกเพลงควรเลือกเอาบางท่อนที่ต้องการไม่ควรนำมาใช้ทีเดียวทั้งเพลง เพราะจะยาวเกินไป)
 - เสียงเพลงเข้ากับอารมณ์ (รัก, เสรี, สนุก, กลัว ฯลฯ)
- 8. ประเมินผลว่าคนฟังรู้เรื่องไหม

จากการที่คุณอ้างอิงให้คำแนะนำ ทางนสส. จึงได้คิดเรื่องชื่อเรื่องละคร ซึ่งผลจากการระดมความคิดเห็น ละครเรื่องนี้จึงมีชื่อว่า “แดดหลังฝน” และจากประสบการณ์การเขียนร่วมกันที่ผ่านมา นสส. เห็นว่าถ้าจะใช้วิธีการเขียนแบบเดิมโดยให้ทุกคนมาร่วมกันเขียนนั้น คงจะใช้เวลามากถ้าจะให้เสร็จทั้ง 23 ตอนที่ยาวแผนไว้ ทางนสส. จึงใช้วิธีแบ่งตอนกันไปเขียน โดยให้ฝนเขียนตอนที่ 4 และ 5 จายน้องเขียนตอนที่ 6 และ 7 จันท์เขียนตอนที่ 8 และ 9 แสงพูเขียนตอนที่ 10 และ 11 อ่องเทเขียนตอนที่ 12 และ 13 จายเดือนมนเขียนตอนที่ 14 และ 15 หลังจากเขียนแล้วก็ส่งให้คุณอ้างอิงช่วยดู จากนั้นก็นัดวันมาคุยกัน คำวิจารณ์ของคุณอ้างอิงต่อการเขียนบทละครแบบแยกกันไปเขียนมีดังนี้

ตอนที่ 4-5 ของฝน

- สั้นมาก
- ไม่ได้แยกบทแยกตอนออกจากกัน
- ไม่มีการแบ่งฉาก
- ตัวละครเพิ่งเข้ามาเมืองไทยก็พูดภาษาไทยเลยไม่สมจริง
- ไม่มีลีลา
- ไม่มีรสชาติในการนำเสนอ

ตอนที่ 6-7 ของจายน้อง

- ไม่ค่อยมีเนื้อหา ส่วนประกอบอื่นมากเกินไป

- ไม่มีความสมจริง → ตัวละครคนใดเข้ามาทำงานในเมืองไทยแต่ใช้เงินเยอะมากเหมือนคนรวย
- รายละเอียดการถูกจับรถจักรยานยนต์ ไม่สมจริง → ไปกินเหล้าแล้วขับรถแต่โดนจับแค่เรื่องบัตรประชาชนอย่างเดียว เรื่องกินเหล้ามาได้พูดถึง
- ข้อดีคือแยกเป็นบทอย่างชัดเจน

ตอนที่ 8-9 ของจันทร์

- เรื่องภาษาคำศัพท์ใด ถ้าไม่แน่ใจให้ใช้คำไทยไปก่อนเพราะจะเข้าใจในความหมายที่ผิดไป
- แสงหอม(ตัวละคร) ให้เงินยืมเยอะมาก ไม่สมจริง

ตอนที่ 10-11 ของแสงพู

- ข้อมูลไม่ชัดเจนและมีน้อยเช่นข้อมูลการเป็นหนองใน

ตอนที่ 12-13 ของอ่องเท

- ควรมีเสียงบรรยายตอนเริ่มที่รัฐฉาน
- เรื่องเมียน้อยอาจทำให้เสียภาพพจน์ของหญิงใดและอาจเป็นการชี้ช่องทางให้เห็นว่าการเป็นเมียน้อยนั้นได้เงินดี

ตอนที่ 14-15 ของเดือนมน

- คำศัพท์ที่ใช้ไม่ค่อยรู้เรื่อง
- บทสนทนาไม่สุภาพ
- เขียนแบบโจ่งครึมเกินไป

คุณคำอึ้งเห็นว่าการที่ทุกคนจะสามารถเขียนบทละครได้แต่ต้องมีประสบการณ์ฝึกฝนมาก เห็นว่าการทำละครยาวอาจจะเป็นไปไม่ได้เมื่อพิจารณาความสามารถของ นสส. ที่มีอยู่ในขณะนี้ จึงแนะนำให้เขียนเป็นละครสั้นให้จบในตอนโดยใช้ตัวละครชุดเดิม

สุดท้ายจึงใช้วิธีเขียนให้เป็นละครสั้นจบในตอน โดยลดคนเขียนเหลือ 2 คน และจนถึงกลางเดือนพฤศจิกายน อ่องเท และจันทร์ เขียนละครอีกสองตอนเสร็จ รวมทั้งเขียนร่วมกันหนึ่งตอน เป็นทั้งหมดสามตอน จากนั้นจึงได้นัด นสส. ที่มาร่วมแสดงทั้งหมด 10 คนมาฝึกซ้อมและอัดเสียง ทำให้กระบวนการผลิตละครเสร็จสิ้นในเดือนพฤศจิกายน 2551 และนำไปออกอากาศวิทยุชุมชนที่ นสส. จัดอยู่ในเดือนธันวาคม 2551

3.5 ความรู้ความสามารถในการติดต่อประสานงานและการจัดกิจกรรม

จากการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้ นสส. มีประสบการณ์ในการติดต่อประสานงาน เช่นการต้องวางแผนการทำงานเป็นขั้นตอน ทำจดหมายขอความอนุเคราะห์ เช่นการขออนุญาตใช้พื้นที่ ขอเชิญวิทยากร ขอความอนุเคราะห์เทศบาลให้จัดตั้งเวทีการแสดง ฯลฯ มีประสบการณ์ในการทำหน้าที่เป็นพิธีกร การแสดงบนเวทีวัฒนธรรมบนเวที การนำเล่นเกมส์ การนำการอภิปราย เป็นต้น ในการจัด

กิจกรรม ทำให้มีประสบการณ์และบทเรียนเมื่อมีการประเมินผลร่วมกันว่า กิจกรรมที่ทำไป เช่น กิจกรรมเวทีสาธิตนั้น สามารถที่จะสื่อสารสุขภาพได้ดีเพียงใด รูปแบบที่เป็นวิชาการเกินไปเช่นการอภิปรายบนเวทีนั้น อาจจะไม่สามารถดึงดูดคนซึ่งมาร่วมในเวทีให้ตั้งใจฟังและได้อะไรสาระ อาจจะต้องพัฒนารูปแบบที่เป็นการบันเทิงที่สอดแทรกความรู้ เช่น การทำละครเวทีที่มีการวางแผนและฝึกฝนมา

บทที่ 4

ผลการดำเนินงานพัฒนาเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพ

ดังที่ได้บรรยายในบทที่ 2 นสส.โต ที่เข้ามารวมกลุ่มเพื่อยกระดับศักยภาพและดำเนินงานด้านการสื่อสารสุขภาพ เป็นผู้ที่มิจิตอาสา มีความเข้าใจและเห็นใจกลุ่มแรงงานไทใหญ่ เนื่องจากเป็นกลุ่มชาติพันธุ์เดียวกันและมีประสบการณ์การอพยพโยกย้ายเข้ามาในประเทศไทยคล้ายกัน อีกทั้งส่วนใหญ่เป็นผู้ที่เข้ามาอยู่ในประเทศไทยนานพอสมควร ทำให้มีความสามารถสื่อสารได้สองภาษาเป็นอย่างน้อย ได้แก่ภาษาไทยและภาษาไทใหญ่ บางคนยังสามารถสื่อสารภาษาอังกฤษได้ด้วยเนื่องจากได้เรียนถึงระดับอุดมศึกษาเมื่อครั้งอยู่ที่รัฐฉานของประเทศพม่า การรวมกลุ่มและร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้ นสส.โต ได้มีการพัฒนาเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพออกไปอย่างกว้างขวางขึ้น และเข้มแข็งขึ้น โดยแบ่งประเภทของเครือข่ายได้ดังนี้

1) เครือข่ายแนวนอน ระหว่างแรงงานหรือคนไทใหญ่ด้วยกัน

นสส.โตจำนวนทั้งหมด 49 คนที่เข้าร่วมทำงานกับโครงการนี้ ส่วนใหญ่จะเป็นผู้นำ สมาชิกหรืออาสาสมัครขององค์กรหรือโครงการต่าง ๆ ของกลุ่มไทใหญ่ ซึ่งมีวัตถุประสงค์และแนวทางการทำงานแตกต่างกันออกไป อาจจะครอบคลุมประเด็นด้านการสื่อสาร หรือ สุขภาพ หรือด้านศิลปวัฒนธรรม หรือด้านสิทธิแรงงาน เช่น โครงการ SHIELD ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด มุลนิธิแมพ ชมรมแพทย์พื้นบ้านไทใหญ่ ฯลฯ แรงงานหรือคนไทใหญ่ที่ทำงานหรือเคยทำงานกับองค์กรหรือโครงการใดโครงการหนึ่งจะรู้จักกันก่อนที่จะมาสมัครเป็น นสส. แต่ถ้าหากอยู่ต่างพื้นที่และต่างองค์กรกัน ส่วนใหญ่จะไม่รู้จักกันมาก่อน เช่น กรณีของหมอพื้นบ้านไทใหญ่ที่อยู่บริเวณอำเภอชายแดน กับ นสส. ที่เป็นแรงงานก่อสร้างในเมือง หรือกรณี นสส. ที่ทำงานเป็นพนักงานสุขภาพต่างด้าวอยู่ประจำโรงพยาบาลไชยปราการ กับ นสส. ที่ทำงานเป็นแม่บ้านในเมือง การมารวมกลุ่มในโครงการนี้ ทำให้ได้รู้จักกันและรู้ถึงความรู้ความสามารถที่แต่ละคนมีอยู่ซึ่งเป็นประโยชน์ในการสื่อสารสุขภาพ เป็นการขยายเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพให้กว้างขวางออกไป การเชื่อมโยง นสส.จากหลายพื้นที่ หลายอาชีพ และหลายองค์กรเข้าด้วยกัน ทำให้เครือข่ายที่ขยายออกไป ไม่ใช่เฉพาะระหว่างปัจเจกชนเท่านั้น แต่เป็นการเชื่อมระหว่างองค์กรที่ทำงานเพื่อสิทธิและสุขภาพของแรงงานหลายองค์กรเข้าด้วยกันอย่างใกล้ชิดมากยิ่งขึ้น

2) เครือข่ายระหว่าง นสส.โต กับวัด

วัดที่ทาง นสส.โต ได้ทำงานเชื่อมโยงด้วย สำหรับในเมือง ได้แก่ วัดกู่เต้า อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งทางเจ้าอาวาส (ครูบาจันทรงสี) ได้ให้ความอนุเคราะห์ นสส.โตจัดเวทีการสื่อสารสุขภาพในช่วงที่มีงานเข้าพรรษา และงานออกพรรษา โดยทาง นสส.โต ได้จัดตั้งเวทีในบริเวณของวัด และดำเนิน

รายการสื่อสารสุขภาพกับแรงงานข้ามชาติที่มาทำบุญที่วัดกันเป็นจำนวนมาก ทั้งนี้ทางเจ้าอาวาสเปิดโอกาสให้จัดงานได้ตลอดไปในช่วงที่มีเทศกาลใหญ่

เช่นเดียวกับวัดป่าเป้า อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งทางเจ้าอาวาสซึ่งเป็นพระไทใหญ่ที่อยู่ในประเทศไทยมาแต่ดั้งเดิม ก็ได้เปิดโอกาสให้ชนส.ไตมาจัดกิจกรรมได้เช่นกัน โดยเฉพาะในช่วงที่มีเทศกาลใหญ่ แต่ที่ผ่านมานส.ไตยังไม่เคยจัดงานที่วัดป่าเป้า เพราะสถานที่คับแคบกว่าวัดคู่เต้า เนื่องจากมีการใช้สถานที่ในการเปิดสอนการศึกษานอกโรงเรียนหลายห้อง และเปิดเป็นศูนย์เด็กเล็กของแรงงานด้วย

นอกจากนี้ ในการประชุมและจัดการฝึกอบรมแต่ละครั้ง ยังมีเจ้าอาวาสวัดโสภาราม(หัวฝาย) อำเภอแม่วาง เจ้าอาวาสวัดร่องทองข้าว อำเภอสันกำแพง และพระวัดป่าเป้า และวัดสวนดอก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เข้าร่วมและยินดีให้การสนับสนุนในการดำเนินกิจกรรม โดยงานรูปธรรมที่เริ่มทำได้แก่ การนิมนต์พระเทศน์เพื่อออกอากาศสดในรายการวิทยุชุมชน โดยในส่วนของสถานีวิทยุชุมชน FM 102.75 MHz ได้นิมนต์เจ้าอาวาสวัดพระธาตุม่อนจิ่ง ต.ทุ่งข้าวพวง ออกรายการวิทยุสด และอัดเทปสำหรับการนำมาออกอากาศที่สถานีวิทยุชุมชน FM 99 MHz ด้วย

3) เครือข่ายระหว่างกลุ่ม นส.ไต กับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

เนื่องจากนส.ไตบางคนเป็นสมาชิก อบต. จึงได้พยายามเชื่อมโยงให้ อบต. เข้ามาร่วมจัดงานสื่อสารสุขภาพ เช่นในกรณีขององค์การบริหารส่วนตำบลม่อนปิน อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ที่ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดงานการสื่อสารสุขภาพเมื่อวันที่ 17 กรกฎาคม 2551 โดยใช้พื้นที่ของ อบต. ม่อนปินเป็นสถานที่จัดงาน ในกรณีของการจัดงานที่วัดคู่เต้า อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ก็ได้มีการประสานกับประธานชุมชน ให้ประธานชุมชนกล่าวเปิดงาน ทำให้ประธานชุมชนและกรรมการเข้าใจวัตถุประสงค์และเนื้อหาของโครงการการสื่อสารสุขภาพ และให้การสนับสนุน

4) เครือข่ายระหว่างกลุ่ม นส.ไต กับองค์กรเอกชนและชมรมต่าง ๆ

นส.ไตบางคนเคยทำงานหรือยังทำงานเป็นอาสาสมัครให้กับองค์กรพัฒนาเอกชนที่ทำงานเกี่ยวข้องกับแรงงานข้ามชาติ เช่น มูลนิธิแมพ โครงการความปลอดภัยในการทำงาน ชมรมวัฒนธรรมไทใหญ่ ชมรมแพทย์พื้นบ้านไทใหญ่ เมื่อมารวมกันเป็นกลุ่ม ทำให้ความเชื่อมโยงกับองค์กรเหล่านี้มีใกล้ชิดมากขึ้น สามารถขอความช่วยเหลือในด้านวิชาการและการให้บริการได้มากขึ้น เช่น นส.ไตบางคนขอเข้ารับการอบรมเรื่องการจัดรายการวิทยุที่จัดโดยมูลนิธิแมพ และในการจัดเวทีสุขภาพ ก็ได้ชมรมแพทย์พื้นบ้านฯ มาร่วมให้ความรู้ด้านสุขภาพ

การจัดรายการวิทยุชุมชนโดย นสส.๒๓ ด้วยการเชิญวิทยากรจากมูลนิธิแม่ฟ้าหลวง ชมรมแพทย์พื้นบ้านฯ มูลนิธิเอ็มพาวเวอร์ มาออกอากาศให้ความรู้แก่แรงงาน ทำให้เครือข่ายระหว่างกลุ่ม นสส.๒๓ กับองค์กร เอกชนต่าง ๆ กระชับแน่นแฟ้นขึ้น

5) เครือข่ายระหว่างกลุ่ม นสส.๒๓ กับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและนักวิชาการ

ในการดำเนินงานของโครงการทั้งในรูปแบบของการประชุมแลกเปลี่ยนและการฝึกอบรมที่มี เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและนักวิชาการทำหน้าที่เป็นวิทยากร ทำให้กลุ่ม นสส.๒๓ รู้จักเครือข่ายเจ้าหน้าที่ สาธารณสุขและนักวิชาการที่ทำงานในประเด็นแรงงานข้ามชาติกับสุขภาพ มีการแลกเปลี่ยนหมายเลข โทรศัพท์ติดต่อ เพื่อจะได้สอบถามข้อมูลต่าง ๆ และในการจัดรายการวิทยุที่เชิญนักวิชาการและเจ้าหน้าที่ สาธารณสุขมาให้ความรู้ในรายการ ทำให้เครือข่ายระหว่าง นสส.๒๓ และนักวิชาการเข้มแข็งขึ้น

บทที่ 5

ผลการพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสม

ในการดำเนินงานโครงการวิจัยปีนี้ จุดเน้นของการดำเนินงานอยู่ที่การพัฒนา นสส. และการรวมกลุ่ม เพื่อทดลองปฏิบัติการการสื่อสารสุขภาพ เพื่อเป็นการพัฒนาเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพระหว่างองค์กรภาคีภาครัฐ เอกชนและชุมชน ในขณะเดียวกันเพื่อพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสม ซึ่งหมายถึงการพัฒนาระเบียบ กฎเกณฑ์ กระบวนการและช่องทางที่ช่วยพัฒนากลุ่มนสส. และทำให้การสื่อสารสุขภาพมีประสิทธิภาพและมีความยั่งยืน ซึ่งในส่วนของการพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารนั้นมีข้อค้นพบดังต่อไปนี้

1) กระบวนการจัดฝึกอบรมและกระบวนการเรียนรู้ให้แก่ักสื่อสารสุขภาพ

ในเรื่องของการพัฒนาศักยภาพนักสื่อสารสุขภาพนั้น ทางโครงการได้จัดให้มีการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการในเรื่องของแนวคิดการสื่อสารสุขภาพที่มีประสิทธิภาพ ความรู้ด้านสุขภาพและเทคนิคการสื่อสาร ในกระบวนการจัดฝึกอบรมนั้น ทางโครงการได้แสวงหาและเชิญวิทยากรมาให้การฝึกอบรม ซึ่งจากการฝึกอบรมหลายครั้ง พบว่า ในภูมิภาคและในจังหวัดเชียงใหม่ นั้นมีนักวิชาการจำนวนมากที่ทำงานด้านสาธารณสุข ทำวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ และการสื่อสารในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ มีความเชี่ยวชาญและประสบการณ์มาเป็นเวลานาน เห็นได้ชัดจากคุณภาพของการเป็นวิทยากร และการผลิตผลงานและคู่มือการทำงานในเรื่องที่เกี่ยวข้องอยู่บ้าง ยกตัวอย่างเช่น หนังสือ *คู่มือวิทยุชุมชน* โดย จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์และนาฏยา ตนานนท์ รายงานการวิจัยโครงการวิจัย”การพัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ทำงานไม้แกะสลัก” ของ รศ.ดร.สุสันทา ยิ้มแย้มและคณะ ทั้งนี้ผู้ทำงานไม้แกะสลักในโครงการวิจัยนี้ส่วนใหญ่เป็นแรงงานข้ามชาติไทใหญ่ รายงานการวิจัย “การศึกษาความเป็นไปได้ในการพัฒนาระบบการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มการศึกษานอกโรงเรียน” ของนางนิรมล บุญชูและคณะ

อย่างไรก็ดี การพัฒนาความร่วมมือของนักวิชาการและผู้ปฏิบัติงานด้านการสื่อสารและสาธารณสุข เพื่อให้เกิดสถาบันหรือองค์กรที่ให้การฝึกอบรม โดยมุ่งเน้นแนวคิดการสื่อสารสุขภาพ กระบวนการและเทคนิคการสื่อสารสุขภาพ ยังไม่เกิดขึ้น ทั้ง ๆ ที่มีความสำคัญโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มชาติพันธุ์ที่มีภาษาและวัฒนธรรมที่แตกต่างออกไป ซึ่งในภาคเหนือมีกลุ่มชาติพันธุ์ที่หลากหลายและจำนวนคนในกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ เป็นจำนวนหลายแสนคน และมีผู้ที่เชี่ยวชาญทำงานในส่วนที่เกี่ยวข้องจำนวนไม่น้อย ถ้าหากมีการพัฒนาความร่วมมือระหว่างนักวิชาการและผู้ปฏิบัติงานที่มีประสบการณ์ เพื่อการพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอนหรือการฝึกอบรมในเรื่องการสื่อสารสุขภาพ และจัดให้มีการฝึกอบรมหรือพัฒนาในเรื่องนี้ น่าจะช่วยให้แนวคิดนี้แพร่กระจายไปได้กว้างขวางขึ้น และมีการดำเนินงานการสื่อสารสุขภาพที่ครอบคลุมและมีประสิทธิภาพได้ดียิ่งขึ้น

2) การพัฒนาแหล่งข้อมูลและการส่งต่อข้อมูลที่สำคัญสำหรับการสื่อสารสุขภาพ

นสส.โต ที่ไม่ได้ทำงานด้านสาธารณสุขโดยตรง เช่น กลุ่มจัดรายการวิทยุและผลิตสื่อ จะได้รับการสอบถามเรื่องสุขภาพจากแรงงานที่โทรศัพท์เข้ามาในรายการ หรือจากแรงงานคนอื่น ๆ ที่พบเมื่อออกไปทำงาน แต่เนื่องจากไม่มีความรู้ในเรื่องสุขภาพมากนัก ต้องไปค้นคว้า ซึ่งก็พบว่ามีปัญหาเรื่องการค้นหาแหล่งข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพของแรงงานข้ามชาติ และที่เกี่ยวกับเรื่องอื่น ๆ เช่น ระเบียบและโครงสร้างของการจดทะเบียนแรงงานและสิทธิแรงงาน เพราะมีหลายแหล่ง ไม่ได้มีการนำมาประมวลให้อยู่ในแหล่งเดียวกันที่ นสส. จะเข้าถึงได้ง่าย ประการต่อมา การที่ข้อมูลข่าวสารที่เขียนเป็นภาษาไทยเป็นศัพท์ทางวิชาการ ทำให้ไม่สามารถเข้าใจได้ดี นอกจากนั้นก็ปัญหาความไม่แน่ใจของข้อมูลถูกต้องของข้อมูล ข้อมูลจำนวนไม่น้อยปัจจุบันสามารถหาได้ทางอินเทอร์เน็ต แต่ นสส. จำนวนมาก ไม่สามารถเข้าถึงเทคโนโลยีดังกล่าว

การพัฒนาแหล่งข้อมูลและการส่งต่อข้อมูลเพื่อให้ นสส. สามารถเข้าถึงได้ง่ายและได้ข้อมูลที่ถูกต้องจึงยังมีความจำเป็นต้องพัฒนาต่อไป

3) การพัฒนาช่องทางการสื่อสารสุขภาพ

สำหรับแรงงานข้ามชาติที่มีภาษาและวัฒนธรรมแตกต่าง อีกทั้งโดยทั่วไปมีความเป็นอยู่ที่อดัดฝึกลดเลี้ยว หาเช้ากินค่ำ อยู่กระจัดกระจายและเปลี่ยนที่อยู่อาศัยและที่ทำงานบ่อย มีความสำคัญที่จะต้องพิจารณาช่องทางการสื่อสารที่สามารถครอบคลุมบริเวณได้กว้าง และแรงงานสามารถเข้าถึงได้ ซึ่งไม่เพียงแต่ได้รับข่าวสารที่จำเป็น แต่ต้องสามารถเข้าใจได้อย่างถูกต้องและทันทั่วทั้งที่ ในการดำเนินงานของโครงการปีนี้ ทางโครงการเน้นหนักการพัฒนาช่องทางการสื่อสารทางวิทยุ และการสื่อสารในเวทีสาธารณะ

การสื่อสารผ่านวิทยุ

การสื่อสารผ่านวิทยุถือว่าเป็นช่องทางที่มีประสิทธิภาพมากช่องทางหนึ่งในการสื่อสารสุขภาพกับแรงงานข้ามชาติไทใหญ่ เนื่องจากลักษณะเฉพาะของแรงงานไทใหญ่ที่

(1) จำนวนผู้เข้าถึงสื่อด้วยการได้ยินมีมากกว่าผู้ที่สามารถเข้าถึงได้ทางสื่อสิ่งพิมพ์ ดังตัวเลขจากการสำรวจของโครงการในปี 2549 พบว่ามีเพียงประมาณร้อยละ 10 ที่อ่านภาษาไทยได้ และประมาณร้อยละ 71 ที่อ่านภาษาไทใหญ่ได้

(2) สะดวกในการรับฟัง โดยที่วิทยุก็มีราคาไม่แพงมากนัก และสามารถพกพาติดตัวไปด้วยและเปิดฟังในขณะทำงาน เช่น งานในไร่ นา สวน งานแม่บ้าน หรืองานขายของ

(3) สามารถสื่อสารได้สองทาง เมื่อเปิดสายโทรศัพท์ให้ผู้ฟังทางบ้านโทรศัพท์เข้ามาในรายการ ซึ่งมีข้อดีในด้านที่ไม่ต้องแสดงตัวตน จึงสามารถจะสื่อสารถึงปัญหาต่าง ๆ ที่เผชิญได้โดยไม่ต้องอาย หรือกลัวผลกระทบจากการพูด

(4) การที่แรงงานอยู่กระจัดกระจายและอาจจะย้ายที่อยู่อาศัยหรือที่ทำงานบ่อย ทำให้การสื่อสารโดยช่องทางอื่น ๆ มีข้อจำกัดเพราะการไม่ทราบว่ายู่ที่ไหนและอาจจะตามไปให้ข้อมูลข่าวสารได้ไม่ทั่วถึง แต่การสื่อสารทางวิทยุ จะทำให้แรงงานรับสารได้ง่ายกว่า ทั้งเป็นการรับโดยตรงถ้ายังอยู่ในรัศมีการออกอากาศ หรือการส่งข่าวต่อ ๆ กัน

ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ มีวิทยุหลายสถานีวิทยุทั้งของรัฐและวิทยุชุมชนที่มีนักจัดรายการวิทยุไทใหญ่จัดรายการอยู่ สำหรับข้อจำกัดที่พบมีดังนี้

(1) วิทยุชุมชนที่มีรายการภาคภาษาไทยใหญ่ จะมีรัศมีการออกอากาศที่ไม่ไกลมากนัก ทำให้มีหลายจุดที่ไม่สามารถรับฟัง ส่วนวิทยุของรัฐซึ่งที่สำคัญได้แก่ สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย มีรัศมีการออกอากาศที่ไกลไปถึงรัฐฉานในประเทศพม่า แต่รายการภาษาไทยใหญ่ จัดเพียง 1 ชั่วโมงต่อวัน

(2) เนื้อหาของการจัดรายการ พบว่ารายการด้านสุขภาพ มีไม่มากนัก ส่วนใหญ่จะเป็นการแจ้งข้อมูลข่าวสารทั่วไปที่เกิดขึ้นในสังคมไทย ที่มีประโยชน์และเกี่ยวข้องกับอยู่บ้าง จะเป็นเรื่องของการจดทะเบียนหรือต่อทะเบียนแรงงาน”ต่างด้าว”และแจ้งให้ทราบถึงกฎระเบียบต่าง ๆ และส่วนใหญ่จะเป็นการเปิดเพลง ซึ่งก็ตรงกับความต้องการส่วนใหญ่ของผู้ฟังที่มักจะโทรศัพท์เข้ามาในรายการเพื่อขอฟังเพลงภาษาไทยใหญ่

(3) การจัดรายการเพื่อให้ผู้ฟังได้ความรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องจากผู้ปฏิบัติงานด้านสาธารณสุขเองโดยตรง ในแบบที่ทางโครงการสนับสนุนให้ทดลองจัด เป็นรูปแบบที่ดี เพราะทำให้แรงงานที่ฟังอยู่ได้ข้อมูลและคำแนะนำที่ถูกต้องจากผู้ฟัง สังกัดได้จากการโทรฯเข้ามาถามปัญหาสุขภาพโดยตรงจากผู้ปฏิบัติงานด้านสาธารณสุข อีกทั้งผู้ปฏิบัติงานด้านสาธารณสุข และนักวิชาการหลายท่าน มีความยินดีที่จะเข้าร่วมจัดรายการแม้จะไม่ได้ค่าตอบแทน ในการดำเนินงาน โครงการจะเป็นผู้แนะนำวิทยากร และช่วยติดต่อให้ เพราะ นสส. ยังไม่รู้จักคนในแวดวงวิชาการมากนัก และยังคงฝึกฝนในเรื่องของการวางแผนรายการ การทำแผน การติดต่อเพื่อเชิญมาออกอากาศ หรือไปอัดเทปมาได้

(4) ยังมีวิทยุชุมชนอีกหลายสถานีที่นักจัดรายการไทใหญ่สามารถเข้าไปจัดรายการบางรายการได้ แต่ปรากฏว่าหาคนไม่ได้ โดยข้อจำกัดอยู่ที่การขาดผู้ที่ผ่านการฝึกฝนและมีความสามารถที่จะเป็นนักจัดรายการ ผู้จัดรายการคนไทใหญ่ไม่สามารถพูดภาษาไทยได้ ในขณะที่มีกฎระเบียบที่ต้องให้ผู้จัดรายการพูดได้ทั้งสองภาษา สำหรับผู้ที่มีความสามารถจะจัดได้บางคน อาจมีงานรัดตัวหรือที่อยู่ห่างไกลออกไปต้องเสียค่าใช้จ่ายในการเข้าไปจัด โดยไม่ได้อะไรตอบแทน

โดยสรุปแล้ว การสื่อสารทางวิทยุยังมีช่องทางที่จะพัฒนาให้มีประสิทธิภาพในการสื่อสาร สุขภาพได้มากยิ่งขึ้น โดยขยายการพัฒนา นสส. ที่สามารถสื่อสารทางวิทยุให้มากขึ้น คิดค้นรูปแบบ การจัดรายการ การแก้ปัญหาทางเทคนิค เช่น ใช้วิธีอัดเทป แทนการออกอากาศสดในบางครั้ง และ กระจายเทปที่มีประเด็นและความต้องการร่วมให้ออกอากาศได้หลายสถานี พร้อมทั้งแก้ปัญหาในเรื่อง ค่าใช้จ่ายและค่าตอบแทน

การสื่อสารเวทีสาธารณะ

จากการส่งเสริมให้ นสส.จัดเวทีสาธารณะเพื่อการสื่อสารสุขภาพเนื่องในโอกาสวันสำคัญเช่น วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา วันปอยเทียน พบว่ามีประโยชน์มาก ประการแรก การจัดเวทีสาธารณะ เพื่อการสื่อสารสุขภาพ เป็นกลไกที่สำคัญที่ประสานความร่วมมือระหว่างหน่วยงานสาธารณสุขของรัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยงานพัฒนาเอกชนหรือโครงการต่าง ๆ ที่ดำเนินการด้านสุขภาพของ แรงงานข้ามชาติ และชุมชน เป็นการระดมและนำเสนอข้อมูลในสถานที่เดียว เป็นเวทีการสื่อสารและ ให้บริการด้านสุขภาพหลายรูปแบบในเวลาเดียวกัน (แบบสมัยใหม่ เช่น บริการวัดความดัน ฯลฯ การ ให้บริการของหมอพื้นบ้าน ฯลฯ) ประการที่สอง เมื่อเวทีสาธารณะจัดในโอกาสวันสำคัญทางศาสนา หรือวันหยุดราชการที่แรงงานหยุดทำงานอยู่แล้ว หรือได้รับอนุญาตให้หยุดตามสิทธิแรงงาน ทำให้ แรงงานมีความสะดวกที่จะเข้าร่วมงาน และได้รับความรู้และความบันเทิงอย่างเต็มที่ ประการที่สาม การจัดเวทีสาธารณะที่บริเวณวัดในวันสำคัญทางศาสนาแบบที่โครงการสนับสนุนให้ทำนั้น สำหรับ แรงงานในเมืองแล้ว สะดวกที่จะเข้าไปร่วมมากกว่าการจัดในพื้นที่อื่นที่อาจเสี่ยงต่อการถูกจับกุมจาก การที่ตำรวจตรวจเช็คบัตรประจำตัว ถ้าหากไม่มีการประสานงานก่อน ในขณะที่การไปร่วมงานวัดจะมีความเสี่ยงน้อยกว่า (แม้แรงงานบางคนที่ไม่มียบัตรประจำตัวจะถูกเรียกเก็บเงินในระหว่างการเดินทางไป วัด) นอกจากนี้การจัดงานที่วัดสามารถทำได้โดยไม่ต้องลงทุนประชาสัมพันธ์มากนัก เพราะแรงงาน ปกติจะไปร่วมงานที่วัดอยู่แล้ว พื้นที่วัดถือเป็นศูนย์รวมจิตใจและศูนย์กลางการพบปะแลกเปลี่ยนของ แรงงานไทใหญ่ที่สำคัญมาก เนื่องจากคนไทใหญ่จะมีประเพณีปฏิบัติในด้านศาสนาที่เข้มงวด ประกอบ กับความกดดันและกดขี่ต่าง ๆ ที่พบจากการเป็นแรงงานในสังคมไทย ทำให้วัดเป็นที่พึ่งทางจิตใจที่ สำคัญ

บทที่ 6

บทสรุปและข้อเสนอแนะการสื่อสารสุขภาพกลุ่มแรงงานข้ามชาติ

การดำเนินโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการใช้เวลาทั้งหมด 10 เดือน ตั้งแต่เดือนมีนาคม ถึงเดือนธันวาคม 2551 โดยมีขั้นตอนที่สำคัญของการดำเนินโครงการคือการจัดประชุมแนะนำโครงการและขอความคิดเห็นจากองค์กรภาคีที่ทำงานที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพแรงงานข้ามชาติ นักวิชาการและผู้สนใจ คำนวณนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ (นสส.ไต) กิจกรรมการพัฒนาศักยภาพของนสส.ไต การสนับสนุนนสส.ไตให้จัดกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพ และการจัดสรุปบทเรียนการดำเนินโครงการ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่สำคัญสามประการได้แก่ การพัฒนากลุ่มนักสื่อสารสุขภาพ การพัฒนาเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพระหว่างองค์กรภาคีภาครัฐ เอกชน และชุมชน และการพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพสำหรับการดำเนินการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ ซึ่งสามารถสรุปผลของการดำเนินโครงการตามวัตถุประสงค์ โดยแยกเป็นศักยภาพของการดำเนินงาน ข้อจำกัดและปัญหาอุปสรรค และสรุปท้ายด้วยข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

ศักยภาพของการดำเนินโครงการ

ความสำเร็จของการดำเนินโครงการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ สรุปได้ดังนี้

1) การยกระดับศักยภาพการทำหน้าที่เป็น นสส. ของเยาวชนและผู้นำไทใหญ่

จากการชักชวนอาสาสมัครไทใหญ่ที่เคยช่วยงานโครงการในปี 2549 จำนวนประมาณ 10 คน และค้นหาผู้ที่สนใจ มีจิตอาสาและสามารถปลื้มได้จากภาระอื่นเข้าร่วมงานกับโครงการอีกจำนวนหนึ่ง ทำให้ได้ นสส. ที่มารวมกลุ่มเพื่อพัฒนาศักยภาพและทำกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพได้ ทั้งหมด 49 คน ผลจากการจัดการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ สนับสนุนให้ไปรับการฝึกอบรมที่โครงการอื่นจัดขึ้น สนับสนุนให้จัดกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพตามที่ นสส. เองได้เสนอความเห็นและวางแผนร่วมกัน และการเปิดพื้นที่ให้มีการแลกเปลี่ยนและแสดงความคิดเห็นกับผู้คนในวงการสาธารณสุข วงวิชาการและข้าราชการ ทำให้ นสส.ไต ได้ยกระดับศักยภาพการเป็น นสส. ที่แสดงออกให้เห็นได้หลายประการ ประการแรกคือ การพัฒนาด้านบุคลิกภาพ ความมั่นใจในตัวเองและความกล้าแสดงออก ซึ่งเป็นผลจากการมีเวทีแสดงออก มีผู้รับฟังความคิดเห็น และได้ทำในสิ่งที่ตนเองคิดว่ามีคุณค่าคือการช่วยเหลือญาติพี่น้องหรือคนในกลุ่มชาติพันธุ์เดียวกัน

ประการที่สอง สามารถยกระดับความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหาและสรุปบทเรียน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการทำงานที่เกี่ยวกับการพัฒนา เพื่อจะได้แก้ไขปัญหาก็ถูกจุดและปรับปรุงการทำงานได้อย่างต่อเนื่อง ประการที่สาม คือ การยกระดับความรู้ความเข้าใจในเรื่องของสุขภาพและอนามัย ทั้งในส่วนที่เป็นความรู้ทางการแพทย์สมัยใหม่ ซึ่งได้จากวิทยากรที่เป็นนักวิชาการสาธารณสุข และความรู้

การแพทย์พื้นบ้าน ที่ถ่ายทอดโดยวิทยากรหรือเพื่อน นสส. ที่เป็นหมอพื้นบ้าน ประการที่สี่ คือการยกระดับความรู้และการฝึกฝนเทคนิคการสื่อสาร ที่สำคัญคือการผลิตละครวิทยุ ซึ่งถือว่าเป็นการฝึกฝนที่เข้มข้น เนื่องจากผ่านกระบวนการลองทำ และปรับแก้หลายครั้งและใช้เวลาต่อเนื่องกันหลายสัปดาห์ จึงผลิตละครออกมาได้ และมีคุณภาพที่ดีระดับหนึ่งเมื่อคำนึงถึงภูมิหลังของ นสส. ที่ไม่เคยผลิตละครมาก่อน และการจัดรายการวิทยุโดย นสส. ที่ไม่เคยจัดมาก่อน อีกทั้งเทคนิคการเป็นพิธีกรและการแสดงบทเวทีในการจัดเวทีสาธารณะ ประการสุดท้ายคือการยกระดับความรู้ความสามารถในการติดต่อประสานงานและการจัดกิจกรรม ซึ่งเป็นเรื่องที่ต้องเรียนรู้ด้วยการลงมือทำ และจากการสรุปบทเรียนเมื่อมีข้อผิดพลาดเกิดขึ้น หรือผลของการจัดไม่เป็นไปตามที่คิดไว้

กล่าวโดยสรุปแล้ว การดำเนินงานของโครงการช่วยให้ เยาวชนและผู้นำไทใหญ่ที่เข้ามาโครงการกลายเป็น นสส. ที่สมบูรณ์ขึ้น จากเดิมที่แต่ละคนอาจจะมีความรู้เพียงด้านใดด้านหนึ่งเช่น ด้านการสื่อสาร ด้านสุขภาพ หรือด้านการพัฒนา กลายเป็นผู้ที่มีความเข้าใจและความรู้รอบด้านมากขึ้น ทั้งในเรื่องของแนวคิดการสื่อสารสุขภาพ ความเข้าใจเรื่องสุขภาพ รู้จักแหล่งข้อมูลด้านสุขภาพและบุคลากรด้านสาธารณสุข และได้รับการฝึกฝนเทคนิคการสื่อสารให้ดียิ่งขึ้น

2) การขยายเครือข่ายการสื่อสารสุขภาพ

นสส. ส่วนใหญ่จะเป็นผู้นำ หรือสมาชิกหรืออาสาสมัครขององค์กรหรือโครงการหรือชมรมอื่น ที่จัดตั้งโดยภาครัฐ เอกชนและชุมชนอยู่แล้ว เช่น เป็นพนักงานสุขภาพต่างด้าว (พสด.) หรืออาสาสมัครสาธารณสุขต่างด้าว(อสต.) ของโครงการ SHIELD ที่ดำเนินการโดยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่ โดยได้รับการสนับสนุนจาก International Rescue Committee เพื่อส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ เป็นผู้นำหรือสมาชิกของกลุ่มแรงงานสามัคคี ซึ่งจัดตั้งกันเองโดยแรงงานไทใหญ่ในเมือง เพื่อช่วยเหลือกันในเรื่องสิทธิแรงงาน โดยมีการจัดงานประจำปีทุกปีในวันแรงงานข้ามชาติสากลวันที่ 18 ธันวาคม อาสาสมัครมูลนิธิเมป ทำงานรณรงค์ความปลอดภัยในการทำงานของแรงงานก่อสร้างในเมือง หรือเป็นสมาชิกของกลุ่มนาฏศิลป์ไทใหญ่ ที่ก่อตั้งกันเองเพื่อสืบสานศิลปวัฒนธรรมไทใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องของการแสดงดนตรีและฟ้อนรำ การมารวมตัวกันและทำงานร่วมกัน ทำให้รู้จักกัน เป็นการขยายเครือข่ายระหว่างแรงงานไทใหญ่ที่มาจากหลายหมู่บ้านในรัฐฉาน ประเทศพม่า อยู่อาศัยกระจายกันหลายแห่งในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ มีความรู้ความสามารถต่างกัน และมีประสบการณ์การทำงานที่ต่างกัน และนอกจากเป็นการขยายเครือข่ายในระหว่างกลุ่มแรงงานด้วยกันแล้ว การที่ นสส. อยู่ในองค์กรอื่นด้วย มีผลทำให้องค์กรต่าง ๆ เหล่านั้นมีความเชื่อมโยงกัน โดยมี นสส. เป็นตัวประสาน

นอกจากนี้ การดำเนินงานจัดเวทีสาธารณะที่ต้องอาศัยวัดเป็นพื้นที่จัดงาน โดยความร่วมมือขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ทำให้การขยายเครือข่าย โดยในกรณีของการจัดงานที่วัดคูด้ในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ทางเจ้าอาวาสซึ่งเป็นเจ้าคณะตำบล ให้ความเมตตาอนุญาตให้มาจัดเวทีสาธารณะ

ด้านสุขภาพได้ทุกครั้งที่มีงานพิธีใหญ่ทางศาสนา เช่น งานเข้าพรรษา ออกพรรษา โดยความร่วมมือของประชาชนและคณะกรรมการชุมชนวัดคู่เต้าที่ให้ความร่วมมือในการจัดงาน มาก้าวเปิดงานและคำชี้แนะต่าง ๆ ในการทำงานช่วยเหลือด้านสุขภาพของแรงงานไท

เครือข่ายที่สำคัญอีกเครือข่ายที่ได้ขยายออกไป คือเครือข่ายระหว่างกลุ่ม นสส. กับ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและนักวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารสุขภาพ จากการทำงานร่วมกันทั้งในเรื่องการฝึกอบรม การจัดเวทีสาธารณะ และการจัดรายการวิทยุที่ได้เชิญเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและนักวิชาการมาให้สัมภาษณ์ในรายการ

3) การพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่เหมาะสม

โครงการได้พยายามพัฒนาระบบและกลไกการสื่อสารสุขภาพที่สำคัญอย่างน้อย 3 ระบบที่จะทำให้การดำเนินการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและครอบคลุม ได้แก่ ระบบและกระบวนการฝึกอบรมและสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับ นสส. ซึ่งพบว่าในจังหวัดเชียงใหม่ มีวิทยากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในด้านต่าง ๆ อยู่พอสมควร แต่จะเป็นความรู้ความเชี่ยวชาญด้านใดด้านหนึ่งในเรื่องของสุขภาพ การสื่อสาร หรือการพัฒนา ในขณะที่ นสส. ต้องการการเรียนรู้อย่างบูรณาการทั้งในเรื่องของแนวคิดและเทคนิคการสื่อสาร ความรู้เรื่องสุขภาพ และความสามารถในการเข้าถึงแหล่งความรู้ จึงจำเป็นต้องใช้วิทยากรที่มีความรู้ที่หลากหลายที่จำเป็นต่อการสื่อสารสุขภาพ และเป็นวิทยากรที่มีความรู้และประสบการณ์ที่สอดคล้องกับการทำงานกับกลุ่มที่มีภาษาและวัฒนธรรมที่แตกต่างจากคนไทยทั่วไป บทเรียนจากการจัดฝึกอบรมให้กับ นสส. ของโครงการ จึงถือเป็นการเริ่มต้นของพัฒนาระบบการให้การอบรม ซึ่งอาจจะต้องมีการพัฒนาหลักสูตรอย่างจริงจัง และการจัดการอบรม และการติดตามผลอย่างสม่ำเสมอ

การพัฒนาระบบและกลไกอย่างที่สองที่สำคัญสำหรับการพัฒนาการสื่อสารสุขภาพได้แก่ การพัฒนาแหล่งข้อมูลและสร้างระบบการไหลเวียนหรือระบบการค้นคว้าข้อมูลที่จำเป็นสำหรับการสื่อสารสุขภาพ ในการดำเนินการของโครงการในเรื่องนี้ ยังอยู่ในระยะเริ่มต้น โดยการเชื่อมโยงให้ นสส. รู้จักแหล่งข้อมูลที่เป็นตัวบุคคลที่มีความรู้ และด้วยการสนับสนุนของแผนงาน ให้มีการอบรมการใช้ประโยชน์จากอินเทอร์เน็ตรวมทั้งการสร้างพื้นที่ในอินเทอร์เน็ตให้เป็นแหล่งรวมของข้อมูลที่มีลักษณะเฉพาะที่เป็นความต้องการของ นสส. และแรงงานไทใหญ่

สุดท้ายในเรื่องของช่องทางการสื่อสารสุขภาพ ซึ่งทางโครงการเห็นว่าสื่อกระจายเสียงและการจัดเวทีสาธารณะมีประโยชน์มากในการณรงค์ เผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร และการรับฟังปัญหาและความคิดเห็นของแรงงานไทใหญ่ ซึ่งอาจจะเข้าถึงช่องทางอย่างอื่นได้น้อย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ภาษาไทยที่แรงงานจำนวนมากไม่สามารถอ่านได้ แม้แต่สิ่งพิมพ์ภาษาไทยใหญ่ก็เช่นกัน เพราะมีเพียงประมาณ 3 ใน 4 ของแรงงานเท่านั้นที่อ่านได้ และการกระจายสื่อเหล่านั้นก็ไม่ทั่วถึงเมื่อเทียบกับสื่อวิทยุกระจายเสียงพบว่า มีวิทยุชุมชนอีกจำนวนไม่น้อยที่ต้องการนักจัดรายการและการพัฒนารายการภาษาไทยใหญ่ที่มี

ประโยชน์ แต่ยังมีปัญหาที่เกี่ยวกับการขาดตัวบุคคล และทุนทรัพย์ที่จำเป็นสำหรับการเดินทางไปจัดรายการ ซึ่งปัญหาเหล่านี้ ควรได้รับการแก้ไขอย่างเป็นระบบ เพื่อเพิ่มรายการวิทยุภาคภาษาไทยให้สามารถเข้าถึงกลุ่มคนและแรงงานไทใหญ่ได้ในวงกว้างมากยิ่งขึ้น และได้รับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องและรวดเร็วยิ่งขึ้น

ข้อจำกัดและปัญหาอุปสรรคของการพัฒนา นสส. และการสื่อสารสุขภาพ

การดำเนินงานพัฒนา นสส. และการสื่อสารสุขภาพมีข้อจำกัด และปัญหาอุปสรรคบางประการได้แก่

1) ปัญหาสถานภาพของ นสส.

นสส. ใดส่วนใหญ่จะไม่มีบัตรประชาชนไทย เนื่องจากเป็นผู้ที่อพยพเข้ามาในเขตประเทศไทย แม้ว่าบางคนพ่อแม่จะพามาตั้งแต่วัยเยาว์และน่าจะได้สัญชาติไทย แต่ด้วยความยุ่งยากของขบวนการรับรองสัญชาติจึงทำให้ยังไม่ได้ การมีบัตรประเภทอื่นทั้งบัตรบุคคลบนพื้นที่สูงและใบอนุญาตแรงงานต่างด้าว มีข้อจำกัดอย่างมากเช่นในเรื่องของการจำกัดการเดินทางข้ามเขต ประเภทของงานที่ไม่สามารถมีสิทธิทำได้เหมือนคนที่มีสัญชาติไทยทั่วไป การไม่สามารถทำใบอนุญาตขับขี่เป็นต้น ทำให้การพัฒนาศักยภาพและการทำงานของ นสส. ทำได้ไม่คล่องตัว เช่นการเดินทางไปต่างจังหวัดต้องขออนุญาตหลายขั้นตอน และการทำงานที่เป็นงานที่นอกเหนือจากงานใช้แรงงาน ก็ถือว่าการทำงานผิดประเภท การเดินทางเข้าร่วมการฝึกอบรมโดยการใช้มอเตอร์ไซด์ก็เสี่ยงต่อการถูกจับ นอกจากนี้ การเป็นผู้ใช้แรงงานหาเช้ากินค่ำ ทำให้การปลีกตัวจากงานมาทำงานเพื่อส่วนรวม ต้องอาศัยจิตใจที่เสียสละ และความสนใจใฝ่รู้จึงจะเข้าร่วมได้

2) ความจำกัดในเรื่องทรัพยากรและเวลาการทำงานของโครงการวิจัย

การทำงานในรอบ 10 เดือนที่ผ่านมา ถือได้ว่าการพัฒนา นสส. และการส่งเสริมให้ นสส. จัดกิจกรรมยังทำได้อย่างจำกัด ทั้งในเรื่องหัวข้อและวิธีการฝึกอบรมที่ยังไม่สามารถครอบคลุมได้หลายหัวข้อ รวมทั้งรูปแบบของการศึกษาเรียนรู้ของ นสส. ที่เสนอไว้แต่แรก เช่นให้มีการศึกษาดูงาน เป็นต้นก็ไม่ได้ทำ กิจกรรมการสื่อสารที่สนับสนุนให้ นสส. ทำ ก็ยังจำกัดอยู่ในเรื่องของวิทยุชุมชน การผลิตละครวิทยุและการจัดเวทีสาธารณะ ในขณะที่ นสส. เขตนอกเมืองยังเห็นความสำคัญของการผลิตสื่อสิ่งพิมพ์ และการผลิตสื่อในรูปแบบอื่น ซึ่งยังไม่ได้ทำ ทั้งนี้เนื่องด้วยความจำกัดในเรื่องทรัพยากรและเวลาการทำงาน เมื่อเทียบกับแรงงานไทใหญ่กลุ่มเป้าหมายที่มีจำนวนมากและมีปัญหาสุขภาพและปัญหาเชิงโครงสร้างอื่น ๆ ที่ค่อนข้างรุนแรงเมื่อเทียบกับคนไทยทั่วไป

ข้อเสนอแนะในการพัฒนาการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ

1. การเพิ่มปริมาณและคุณภาพของ นสส. โดย

- (1) การพัฒนาสถาบัน/กลุ่ม/องค์กรที่ทำหน้าที่พัฒนาหลักสูตร จัดการฝึกอบรม ติดตามและประเมินผล นสส.
- (2) การปรับปรุงเกณฑ์และโครงสร้าง เพื่อให้เอื้อต่อการที่ นสส. ซึ่งไม่มีสถานภาพบุคคลไทย ตามกฎหมาย สามารถทำหน้าที่การสื่อสารสุขภาพในกลุ่มชาติพันธุ์เดียวกันได้อย่างเต็มที่ และสามารถที่จะได้ค่าตอบแทน ทั้งในเรื่องของการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน และรักษาโรค

2. การส่งเสริมให้แรงงานข้ามชาติเรียนภาษาและวัฒนธรรมไทยให้มากขึ้น โดยการเปิดให้มีการเรียนการสอนแบบนอกระบบและไม่เป็นทางการ เพื่อให้แรงงานเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร ได้ดียิ่งขึ้น ปัจจุบันมีอยู่บ้างแล้ว แต่มีจำนวนน้อย

3. เพิ่มบทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ในการส่งเสริมสุขภาพของแรงงานข้ามชาติ ทั้งนี้ทาง อปท. ควรปรับความเข้าใจว่าการที่แรงงานข้ามชาติมีสุขภาวะที่ดี ทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และวิญญาณ ย่อมทำให้ประชาชนที่อยู่ภายใต้การดูแลทั้งหมด มีสุขภาวะที่ดี ไม่เป็นโรคภัยไข้เจ็บ การอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และทำให้เศรษฐกิจก้าวหน้า และจัดสรรงบประมาณและวางโครงการที่จะดำเนินการ โดยการมีส่วนร่วมของคนในท้องถิ่นและกลุ่มแรงงาน

4. สนับสนุนวัดให้มีบทบาทมากขึ้นในการส่งเสริมสุขภาพของแรงงานข้ามชาติ

แรงงานไทใหญ่นับถือศาสนาพุทธอย่างเคร่งครัด ซึ่งเป็นผลจากการขัดเกลาทางสังคมของชุมชนไทใหญ่ในสภาวะที่ความทันสมัยยังเข้าถึงยังไม่เต็มที่ การเข้ามาอยู่ในประเทศไทยซึ่งมีพื้นที่การแสดงออกและการรวมตัวที่จำกัด ทำให้วัดยังมีบทบาทในการเป็นศูนย์รวมการพบปะ และเป็นที่พักใจในทุก ๆ ด้าน ปกติวัดที่มีประวัติการก่อตั้งหรือมีความสัมพันธ์กับคนไทใหญ่ในจังหวัดเชียงใหม่ก็ไม่อาจละเลยที่จะต้องช่วยเหลือแรงงานไทใหญ่ที่ตกทุกข์ได้ยากอยู่แล้ว การสนับสนุนวัด เช่น ในเรื่องการบริหาร การจัดการ วิชาการ หรือเรื่องอื่น ๆ ในขอบเขตที่เหมาะสม ย่อมทำให้การสื่อสารสุขภาพเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและนำไปสู่สุขภาวะที่ดียิ่งขึ้นของแรงงานข้ามชาติ

5. การพัฒนาช่องทางการสื่อสารสุขภาพให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เช่นในเรื่องของการกระจายเสียง ในส่วนของวิทยุชุมชนให้มีการสื่อสารภาษาที่หลากหลายตามกลุ่มชาติพันธุ์เป้าหมายที่อยู่อาศัยในชุมชน ซึ่งต้องพิจารณาประเด็นที่เป็นอุปสรรคต่าง ๆ เช่นในเรื่องกฎระเบียบการใช้ภาษา การระดมทุน การยกระดับคุณภาพของนักจัดรายการวิทยุ การพัฒนารูปแบบรายการที่หลากหลาย การแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและรายการในเครือข่ายวิทยุชุมชน และการใช้ประโยชน์จากหอกระจายข่าวในชุมชน เป็นต้น

6. การพัฒนาลังข้อมูลที่รวมข้อมูลที่ต้องการและเป็นประโยชน์ต่อการสื่อสารสุขภาพของแรงงานข้ามชาติ ทั้งในเรื่องข้อมูลสุขภาพ และข้อมูลอื่น ๆ ที่สอดคล้องกับความต้องการของแรงงานกลุ่มเป้าหมาย และให้เป็นระบบที่ นสส. เข้าถึงได้ง่าย

7. การเพิ่มการสื่อสารกับสังคมในลักษณะที่จะนำไปสู่การลดอคติทางชาติพันธุ์ และส่งเสริมความเข้าใจในความเป็นมาและความแตกต่างทางวัฒนธรรม และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข เพื่อให้ นสส. และกลุ่มแรงงานข้ามชาติมีพื้นที่มากยิ่งขึ้น ในการทำงานส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มของตนเอง จากเดิมที่เจ้าหน้าที่และคนทั่วไปมักจะปิดกั้นไม่ให้รวมตัวกันหรือทำการสื่อสาร เพราะหวาดระแวงว่าจะเป็นอันตรายต่อความมั่นคงของชาติ เช่น ไม่ส่งเสริมให้จัดรายการภาษาไทยใหญ่ เป็นต้น

บรรณานุกรม

“นโยบายแรงงานข้ามชาติ: บทบาทสมาชิกรัฐสภาและประชาสังคม” รายงานการสัมมนาโดย บุษยรัตน์ กาญจนดิษฐ์ มุลนิธิส่งเสริมสันติวิธี และขวัญสกุล เชาว์พานนท์ คณะกรรมการสมานฉันท์แรงงานไทย 7 พฤศจิกายน 2551 ใน www.prachatai.com

ขวัญชีวัน บัวแดงและคณะ. 2549. “โครงการ”การศึกษาและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ: กรณีศึกษากลุ่มแรงงานไทใหญ่ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่”(1 กุมภาพันธ์-30 กันยายน 2549)”. เอกสารอัดสำเนา. รายงานการวิจัยภายใต้แผนงานวิจัยและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชน สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

จิรพร วิทาศักดิ์พันธุ์ และนภยา ตนนานนท์. 2550. *คู่มือวิทยุชุมชน*. เชียงใหม่: คณะกรรมการรณรงค์เพื่อการปฏิรูปสื่อภาคเหนือ.

นิรมล บุญชูและคณะ. 2550. “การศึกษาและพัฒนาระบบสื่อสารสุขภาพในกลุ่มการศึกษานอกโรงเรียนระยะที่ 1: การศึกษาความเป็นไปได้ในการพัฒนาระบบการสื่อสารสุขภาพในกลุ่มการศึกษานอกโรงเรียน” รายงานการวิจัยเสนอต่อ สถานจัดการวิจัยระบบสุขภาพภาคเหนือ (สวรส.เหนือ) สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข(สวรส.) กระทรวงสาธารณสุข

สุสันหา ยิ้มแย้ม และคณะ. 2549. “การพัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพของตนเองของผู้ทำงานไม้แกะสลัก ระยะที่สอง: การมีส่วนร่วมของชุมชน” รายงานการวิจัยเสนอต่อสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ประเทศไทย 24 พฤษภาคม 2551

Sai Silp. “Migrant Workers in Chiang Mai Protest Proposed Restrictions” www.statelessperson.com (open August 21, 2007)

<http://www.doe.go.th/workpermit>

ประวัติผู้วิจัยและคณะ

1. หัวหน้าโครงการ: นางขวัญชีวัน บัวแดง

ตำแหน่งปัจจุบัน: อาจารย์ 7

หน่วยงานที่สังกัด: สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2518 ประกาศนียบัตรการศึกษาชั้นสูง วิทยาลัยครูเชียงใหม่ เชียงใหม่
2527 ปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2531 ปริญญาโทสาขามานุษยวิทยา Ateneo de Manila University, the Philippines
2544 ปริญญาเอกสาขามานุษยวิทยา the University of Sydney, Australia

ผลงานวิจัยที่สำคัญ

1988. "The Karen and the Khruba Khao Pi Movement: A Historical Study of the Response to the Transformation in Northern Thailand", MA thesis.
2001. "Negotiating Religious Practices in a Changing Sgaw Karen Community in North Thailand", 2001. Ph.D. dissertation.
2008. "Religious Conversion and Ethnic Identity: The Karen and the Akha in Northern Thailand", in *Living in a Globalized World: Ethnic Minorities in the Greater Mekong Subregion*. Edited by Don Mccaskill, Prasit Leepreecha and He Shaoying. Chiang Mai: Mekong Press.
2551. พัฒนาการความสัมพันธ์ทางชาติพันธุ์ในพื้นที่พรมแดนแม่น้ำเมย ใน ยศ สันตสมบัติ อำนาจพื้นที่ และอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์: การเมืองวัฒนธรรมของชาติในสังคมไทย กรุงเทพฯ: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร(องค์การมหาชน).

2. ผู้ช่วยนักวิจัยและการเงินบัญชี: นางสาวพวงทิพย์ ทองสิน

การศึกษา จบมัธยมศึกษาตอนปลาย ร.ร.เบญจมาชุกิจ จ.นครศรีฯ
ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จ.เชียงใหม่ วิชาเอก ภาษาอังกฤษ

ประวัติการทำงาน

- 2533 - 2536 ทำงานกับองค์การ Medecins Du Monde สำนักงานมูลนิธิดวงประทีป
สลัมคลองเตย ล็อก 6 กรุงเทพฯ
- 2536 – 2538 ทำงานศูนย์ศึกษาเพื่อพัฒนาศรีล้านนา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- 2539 – 2541 ทำงานกับ Save The Children [USA.] สำนักงานถนนโกสีย์ อ.เมือง จ.นครสวรรค์
ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้จัดการฝ่ายทุนฯ

2541 – 2543 ทำงานรับจ้างทั่วไป อาทิ รับจ้างแปลเอกสารจากไทยเป็นอังกฤษ จากอังกฤษเป็นไทย เป็นผู้ช่วยนักวิจัยชาวออสเตรเลีย เรื่องอาหาร นักศึกษาชาวนิวซีแลนด์ เรื่องน้ำ นักศึกษาชาวอังกฤษ เรื่องป่าไม้ และเป็นอาสาสมัครรัฐธรรมนูลงพื้นที่ตำบลแม่เหียะ อ.เมือง จ.เชียงใหม่

2544 – 2549 ทำงานโครงการทุนการศึกษาแก่นักเรียนอพยพสัญชาติพม่า AEIOU [All Ethnic International Open University] Program ตำแหน่ง program coordinator เป็นงานชั่วคราวปีละ 5 เดือน

3. นักวิจัย: นางสาวนิตินันท์ การพร้อม (มีนาคม-มิถุนายน 2551)

ประวัติการศึกษา

- | | |
|------|---|
| 2548 | ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพัฒนายั่งยืน
ศูนย์ภูมิภาคเพื่อสังคมศาสตร์และการพัฒนายั่งยืน
(Regional Center for Social Science and Sustainable Development)
คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 2539 | อักษรศาสตรบัณฑิต เอกวิชาภาษาฝรั่งเศส
คณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร |

ประวัติการทำงาน

- | | |
|------------------------|--|
| มี.ค. 2549- มิ.ย. 2550 | นักวิจัย
มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนานโยบาย |
| 2546 | ผู้ช่วยนักวิจัย
โครงการวิจัย “ชาติพันธุ์และอัตลักษณ์ทางศาสนาของกะเหรี่ยงในพื้นที่ชายแดนไทย-พม่า” จังหวัดตาก, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 2543 | ผู้ช่วยนักวิจัย
โครงการ “แรงงานเด็กภาคเกษตร” ใน อ.แม่แตง จ.เชียงใหม่,
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 2542 | อาสาสมัคร โครงการบ้านพักแรงงานเด็ก
มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็ก, จ.กรุงเทพฯ |
| 2540 | เจ้าหน้าที่ โครงการศูนย์ดูแลเด็กเคลื่อนที่
กลุ่มเพื่อการพัฒนาและการศึกษาเด็ก, อ.อรัญประเทศ จ.สระแก้ว |
| 2539 | อาสาสมัคร โครงการรณรงค์ค่านิยมใหม่
มูลนิธิผู้หญิง, จ.กรุงเทพฯ |

4. นักวิจัย: นางสาวปิยพร ศรีแปลก (กรกฎาคม-ธันวาคม 2551)

ประวัติการศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนสตรีประเทืองวิทย์ กรุงเทพฯ พ.ศ. 2533

คณะศึกษาศาสตร์บัณฑิต(โสตทัศนศึกษา) มหาวิทยาลัยรามคำแหง พ.ศ. 2537

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. 2539 – 2542 อาสาสมัครเฝ้าระวังสิ่งแวดล้อม กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม กระทรวงวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม

พ.ศ. 2539 เจ้าหน้าที่ภาคสนามด้านการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มูลนิธิรักษ์เมืองน่าน จ.น่าน

พ.ศ. 25340 – 2542 เจ้าหน้าที่ภาคสนามด้านการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม, ผู้ประสานงานเครือข่ายเด็กและเยาวชนจ.แม่ฮ่องสอน โครงการฟื้นฟูชีวิตและวัฒนธรรม จ.แม่ฮ่องสอน

พ.ศ. 2542 – 2545 ผู้ประสานงานโครงการการจัดการทรัพยากรลุ่มน้ำปาย ภายใต้โครงการฟื้นฟูชีวิตและวัฒนธรรม จ.แม่ฮ่องสอน

พ.ศ. 2546 ผู้ประสานงานศูนย์เชียงใหม่ โครงการการจัดทำรูปแบบบทบาทและโครงการนำร่อง การบริหารจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สถาบันสิ่งแวดล้อมไทย

พ.ศ. 2547 – 2549 หัวหน้าโครงการ สิทธิชุมชนศึกษา กรณีข่อยลุ่มน้ำแม่แตงตอนล่าง

พ.ศ. 2548 – 2550 ผู้ประสานงานภาคเหนือตอนบน โครงการการจัดการทรัพยากรน้ำโดยชุมชน สถาบันเพื่อสิทธิชุมชน

พ.ศ. 2550 – 2551 - ผู้ช่วยหัวหน้าโครงการปฏิบัติการเคหะชุมชนเข้มแข็งอยู่เย็นเป็นสุข ตามนโยบายเคหะชุมชนเพื่อการพัฒนาชีวิตและสังคม

- ผู้ช่วยนักวิจัย โครงการถอดประสบการณ์ : สร้างองค์ความรู้การจัดการลุ่มน้ำโดยการมีส่วนร่วมของประชาชน กรณีตัวอย่าง 4 ลุ่มน้ำ ในภาคเหนือตอนบน

ภาคผนวก 1

รายการการประชุม/การฝึกอบรมที่จัดหรือสนับสนุนโดยโครงการ (1 มี.ค.-31 ธ.ค. 51)

ภาคผนวก 1 รายการการประชุม/การฝึกอบรมที่จัดหรือสนับสนุนโดยโครงการ (1 มี.ค.-31 ธ.ค. 51)

ครั้งที่	วัน เดือน ปี	เนื้อหาการประชุม	จำนวน ผู้เข้าร่วม
การประชุมวางแผนและติดตามผลงานในกลุ่ม นสส.			
1	10 มี.ค. 51	การประชุมเตรียมการรวมกลุ่มนักสื่อสารสุขภาพบริเวณพื้นที่ในเมือง	7
2	20 มี.ค. 51	การประชุมเตรียมการรวมกลุ่มนักสื่อสารสุขภาพบริเวณพื้นที่อำเภอชายแดน(นอกเมือง)	6
3	9 เม.ย. 51	การประชุมนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่ เพื่อระดมความคิดเห็นเรื่องช่องทางและกิจกรรมการสื่อสารสุขภาพที่ควรดำเนินการ	67
4	3 พ.ค. 51	การประชุมแกนนำนักสื่อสารสุขภาพเพื่อกำหนดพื้นที่และรูปแบบการทำงาน	15
5	17 พ.ค. 51	การประชุมกลุ่ม นสส.ไต ในเมืองเพื่อระดมสถานการณ์ปัญหา “อนามัยเจริญพันธุ์” ที่แรงงานเผชิญ	17
6	18 พ.ค. 51	การประชุมกลุ่ม นสส.ไต นอกเมืองเพื่อระดมสถานการณ์ปัญหา ”อนามัยเจริญพันธุ์”ที่แรงงานเผชิญ	9
7	18 ก.ค. 51	การประชุมกลุ่ม นสส.ไต เพื่อวางแผนการจัดรายการวิทยุ	8
8	26 ก.ค. 51	การประชุมกลุ่ม นสส.ไต กำหนดประเด็นการจัดรายการวิทยุ	6
9	19 ก.ย. 51	การประชุมกลุ่ม นสส.ไต สรุปผลการจัดรายการวิทยุ	10
10	26 พ.ย. 51	การประชุมติดตามความก้าวหน้าของการดำเนินงานและการวางแผนจัดประชุมสรุปบทเรียน	5
11	17 ธ.ค. 51	การประชุมเตรียมการนำเสนอในการประชุมสรุปบทเรียน	10
การประชุมระหว่างโครงการ องค์กรภาคี และนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่			
12	30 มี.ค. 51	การประชุมเปิดตัวโครงการ โดยมีนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่และองค์กรภาคี เข้าร่วม	66
13	18 ก.ค. 51	การประชุมร่วม นสส.ไทใหญ่ แพร์ กาญจนบุรี และอุตรดิตถ์เพื่อแลกเปลี่ยนบทเรียนการทำงานการสื่อสาร	12 (เฉพาะไทใหญ่)
14	15 ต.ค. 51	การประชุมร่วมโครงการ-แผนงานและที่ปรึกษาเพื่อวางแผนการจัดประชุมเสนอผลโครงการ	12

ครั้งที่	วัน เดือน ปี	เนื้อหาการประชุม	จำนวน ผู้เข้าร่วม
15	19 ธ.ค. 51	การประชุมสรุปบทเรียนการดำเนินงานโครงการวิจัย	78
การอบรมเชิงปฏิบัติการนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่			
16	24 พ.ค. 51	การอบรมเชิงปฏิบัติการนักสื่อสารสุขภาพเรื่อง “การสื่อสารสุขภาพ” โดย คุณปาริย์ ณะสมบูรณ์กิจ	42
17	11 มิ.ย. 51	การอบรมนักสื่อสารสุขภาพเรื่อง “อนามัยเจริญพันธุ์” และโรคติดต่อที่สำคัญ โดยคุณอุดม อุดมวรรณกุล และคุณพุดเกียรติ ลีตระกูล นักวิชาการสาธารณสุขโรงพยาบาลอำเภอไชยปราการและอำเภอฝาง	43
18	13 ก.ค. 51	การอบรมเชิงปฏิบัติการนักสื่อสารสุขภาพเรื่อง “การสื่อสารสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพ” และ “สถานการณ์ปัญหาอนามัยเจริญพันธุ์” โดย อ. ดร. จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์ และ รศ. ดร. สุสันหา อิ่มแ่ม	44
19	25 ก.ค. 51	การเข้ารับการฝึกอบรมการจัดรายการวิทยุชุมชน จัดโดยมูลนิธิแมพ	3
20	9 ส.ค. 51	การอบรมเชิงปฏิบัติการนสส. เรื่อง “การทำละครวิทยุ” โดย อ. ดร. จิรพร วิทยศักดิ์พันธุ์	28
21	10 ก.ย. 51	การอบรมเชิงปฏิบัติการนสส. เรื่อง “เสียงในละครวิทยุ” โดย ศศิธร คำฤทธิ์ จากละครชุมชน “ก๊ับไฟ” และ สุทธิพงษ์ รินจ้อย จากกลุ่มทำละครวิทยุล้านนาเชียงใหม่	19
22	13-14 ก.ย. 51	การเข้ารับการฝึกอบรมการสร้างชุมชนสื่อสารสุขภาพทางอินเทอร์เน็ต จัดโดยแผนงาน รสส.	5
23	22-23 พ.ย.	การเข้ารับการฝึกอบรมเรื่องการจัดตั้งสหภาพแรงงานจัดโดยโครงการยุติธรรมเพื่อแรงงานข้ามชาติ	1
การประชุมที่ปรึกษาโครงการ			
24	24 มี.ค. 51	การประชุมที่ปรึกษาโครงการครั้งที่ 1/2551	12
25	26 เม.ย. 51	การประชุมที่ปรึกษาโครงการครั้งที่ 2/2551	8
26	14 มิ.ย. 51	การประชุมที่ปรึกษาโครงการครั้งที่ 3/2551	8
27	2 พ.ย. 51	การประชุมที่ปรึกษาโครงการครั้งที่ 4/2551	11

ภาคผนวก 2

ทำเนียบนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่

ภาคผนวก 2 ทำเนียบนักสื่อสารสุขภาพไทใหญ่

ที่/ ID	ชื่อ/ นามสกุล	เพศ	อายุ	งานปัจจุบัน	ปี/ ในไทย	บัตร/ ชนิด	ระดับการศึกษา/ การ อบรม	องค์กรที่เคยร่วมงาน	งานด้านการสื่อสาร ที่เคยทำ
A1	ฝน ม่านคำ	ญ	20	อาสาสมัคร MAP, POSA และCASISI และ อาสาสมัครครูที่ Shan Youth Power	8	บัตรแรงงาน	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	อาสาสมัคร CASISI support, MAP
A2	ก้อย แก้วตา	ญ	28	แม่ครัว ในโรงแรม	4	บัตรแรงงาน	ม.6	ไม่ระบุ	อาสาสมัคร
A3	จอย	ญ	20	ทำอาหาร	5	บัตรแรงงาน	ไม่ระบุ	Seng Asia Finge nyar	ไม่ระบุ
A4	หญิง	ญ	21	ทั่วไป	5	บัตรแรงงาน	ไม่ระบุ	Seng Asia Finge nyar	ไม่ระบุ
A5	ฟ้า วิชา	ญ	26	อาสาสมัคร	2	บัตรแรงงาน	ไม่ระบุ	Seng Asia Finge nyar	Promoting Occupational safety and Health
A6	สีชะ (Thi Ha)	ช	23	ก่อสร้าง	3	บัตรแรงงาน	ความปลอดภัยใน การทำงาน	MAP	ไม่ระบุ
A7	จายแสง	ช	30	บิกซี หางดง	4	บัตรแรงงาน	ความปลอดภัยใน การทำงาน	(W.S.A)- MAP	ลงพื้นที่
A8	สมชาย จะกอ	ช	40	ดีเจ จัดรายการวิทยุ FM 90.5 รายการสะอาด สดใส ใส่ใจสุขภาพ และ รับจ้างทั่วไป	15	ใบต่างด้าว	ป.4	โครงการสุขภาพไท ใหญ่ ม.เชียงใหม่	จัดรายการวิทยุ

ที่/ ID	ชื่อ/ นามสกุล	เพศ	อายุ	งานปัจจุบัน	ปี/ ในไทย	บัตร/ ชนิด	ระดับการศึกษา/ การ อบรม	องค์กรที่เคยร่วมงาน	งานด้านการสื่อสาร ที่เคยทำ
A9	ชาญชัย แสงคำ	ช	28	รับจ้าง	8	บัตรสิทธิคนไม่มีสถานะทางทะเบียน	ม.3 กศน. วัดป่าเป้า	โครงการสุขภาพไทใหญ่ ม.เชียงใหม่	ไม่ระบุ
A10	พรเทพ แสงสว่าง	ช	34	ถ่ายวิดีโอ ห้องอัดเสียง แต่งเพลง	8	ไม่มี	ป.ตรี จากเมืองชาโก ศึกษาศาสตร์	Shan Youth Bangkok	ไม่ระบุ
A11	จายเล็ก	ช	27	รับจ้างทั่วไป	10	เขียวขอบแดง พื้นที่สูง	โครงการ MAP	MAP	ไม่ระบุ
A12	พงศ์ดี หมั่นตา	ช	37	รับจ้างทั่วไป	20	พื้นที่สูง	อาชีพอนามัยและ ความปลอดภัยในที่ ทำงาน	MAP	ลงพื้นที่ , จัดรายการ
A13	อ่องเท จายแสง	ช	31	อาสาสมัคร นสส., ค้าขาย	22	พื้นที่สูง	ม.3	โครงการสุขภาพไทใหญ่ ม.เชียงใหม่	เก็บข้อมูล ลงพื้นที่
A14	อารยา นันตา	ญ	20	ขายของ	6	บัตรแรงงาน	กำลังศึกษาอยู่	แสงใสเพิงแง	ไม่ระบุ
A15	คำใส แสงเดือน	ช	32	รับจ้างทั่วไป	12	พื้นที่สูง	ความปลอดภัยใน การทำงาน, สุขภาพจิต, กฎหมาย แรงงาน	กลุ่มแรงงานสามัคคี	จัดรายวิทยุชุมชน
A16	จายน้อง	ช	20	ผู้ช่วยก๊าก	2	บัตรแรงงาน	ไม่ระบุ	แสงใสเพิงแง	ไม่ระบุ
A17	เอก	ช	22	ไม่ระบุ	1	บัตรแรงงาน	ไม่ระบุ	แสงใสเพิงแง	ไม่ระบุ

ที่/ ID	ชื่อ/ นามสกุล	เพศ	อายุ	งานปัจจุบัน	ปี/ ในไทย	บัตร/ ชนิด	ระดับการศึกษา/ การ อบรม	องค์กรที่เคยร่วมงาน	งานด้านการสื่อสาร ที่เคยทำ
A18	เกอหลาว อินตา	ช	23	คนงาน	7	บัตรแรงงาน	ม.3 และ อาชีวอนา มัย	MAP	ไม่ระบุ
A19	สมพงษ์ ลุงอี(โม)	ช	37	รับเหมาก่อสร้าง, อาสาสมัคร MAP	10	บัตรแรงงาน	ป.7, TOT Posh	MAP	ลงพื้นที่
A20	***อ่านไม่ออก ยังไม่ได้แปล								
A21	เลาบ ลุงนุ	ช	27	ก่อสร้าง ช่างปูน	3	บัตรแรงงาน	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ
B1	สมบุญ นายจิ่ง	ช	40	ครู	40	บัตรประชาชน ไทย	ป.ตรี	JRS	สื่อการเรียนการสอน
B2	ปิ่นตะ ดิยะ	ช	42	ไม่ระบุ	12	พื้นที่สูง	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ
B3	ณรงค์ พรหมมา	ช	32	ไม่ระบุ	32	บัตรประชาชน ไทย	ปวศ.เกษตรศาสตร์	สถาบันชุมชนเกษตร ยั่งยืน, กลุ่มอนุรักษ์ ลุ่มน้ำฝาง, ชมรม เกษตรอินทรีย์ ลุ่มน้ำ ฝาง	ไม่ระบุ
B4	คำหลิ สุริยะ	ญ	18	พศต.	8	บัตรสิทธิพว ต่าง ด้าว	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ
B5	คำลอด ลุงตะ	ญ	17	อสต.	6	บัตรชาวเขา	ป.5	รพ.ไชยปราการ	ไม่ระบุ
B6	อ่องเมือง ลุงวิ	ช	21	ทั่วไป	11	บัตรแรงงาน	ป.6	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ

ที่/ ID	ชื่อ/ นามสกุล	เพศ	อายุ	งานปัจจุบัน	ปี/ ในไทย	บัตร/ ชนิด	ระดับการศึกษา/ การ อบรม	องค์กรที่เคยร่วมงาน	งานด้านการสื่อสาร ที่เคยทำ
B7	สายเครือ (ยัง ไม่ได้เขียน)								
B8	ขวัญเมือง แสงคำ	ช	28	อบต. หมู่5 และ เกษตรกร	28	บัตรประชาชน ไทย	ม.ราชภัฏเชียงราย	กลุ่มเพื่อเด็ก	ไม่ระบุ
B9	สิริ บุญคง	ช	31	ผู้ช่วยช่างซ่อมทั่วไป	13	พื้นที่สูง	บวชเรียน	Shield	ไม่ระบุ
B10	เมืงห่าน ลุงเง	ญ	32	พสต.รพ.เชียงดาว และ ดี เจfm 102.75	10	บัตรแรงงาน	ม.3	Shield	ไปให้คำแนะนำ สุขภาพไทใหญ่และ จัดรายการวิทยุ
B11	คำ ผ่านเมือง	ญ	19	พสต.	19	ทร.38/1	ม.6	อสม.	แม่และเด็ก และ ความรู้การสร้าง เสริมสุขภาพ
B12	เล็ก อินตะ	ช	19	พสต.และดีเจ FM 102.75	13	พื้นที่สูงไม่มี สัญชาติไทย	ม.3	Shield	จัดรายการวิทยุ
B13	จ๋อบุญ พันตา	ช	50	คนงาน	15	เจียวขอบแดง	อบรมเกี่ยวกับยา	ชมรมไทใหญ่ฝาง	ไม่ระบุ
B14	หุลอ่อง ดวงดี	ช	57	ขับรถพ่นยาในสวนส้ม	31	ไม่ระบุ	อบรมที่ รพ.ฝาง	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ
B15	สุเมธ จันทร์แก้ว	ช	50	พณง.ห้องยา รพ.เชียงดาว	50	บัตรประชาชน ไทย	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	จัดรายการวิทยุ ชุมชน
B16	บุญเลิศ จันทร์ สุวรรณ	ช	49	เลขานุการ ชมรมไทใหญ่ ฝาง	49	บัตรประชาชน ไทย	ป.ตรี ม.รามคำแหง	กองทัพภาคที่3	แรงงานข้ามชาติ

ที่/ ID	ชื่อ/ นามสกุล	เพศ	อายุ	งานปัจจุบัน	ปี/ ในไทย	บัตร/ ชนิด	ระดับการศึกษา/ การ อบรม	องค์กรที่เคยร่วมงาน	งานด้านการสื่อสาร ที่เคยทำ
B17	จันทร์ ไอ้เม้ง	ญ	27	กรรมการชมรมไทใหญ่	27	พื้นที่สูง สีฟ้า	เจ้าแม่หลวงอุปถัมภ์ 1	ชมรมไทใหญ่ฝาง, ยู นิเซฟ	แรงงานข้ามชาติ
B18	ศรียรรณ ใจเย็น	ช	50	ไม่ระบุ	37	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ
B19	สมพงษ์ จองเร	ช	50	ที่ปรึกษาหมู่บ้าน และ ชมรมไทใหญ่	50	บัตรประชาชน ไทย	ป.4 และการ บริหารงานทั่วไป	งานสังคม กลุ่ม ทั่วไป	วัฒนธรรม
B20-23	ทีมหมอเมือง								

A = ทีมในเมือง B = ทีมนอกเมือง

ภาคผนวก 3

สรุปผลการจัดกิจกรรมเวทีสาธารณะ

รายงานการจัดงานบุญไทใหญ่ ในวันอาสาฬหบูชา

วันที่ 17 กรกฎาคม 2551 ณ องค์การบริหารส่วนตำบลม่อนปิน อ.ฝาง จ.เชียงใหม่

นายองค์การบริหารส่วนตำบลม่อนปินกล่าวเปิดงาน

องค์การบริหารส่วนตำบลมีความยินดี มีความพร้อมที่จะให้ความร่วมมือและสนับสนุนในการทำงานเกี่ยวกับสุขภาพของแรงงานไทใหญ่ เนื่องจาก อบต.มีหน้าที่โดยตรงและอยู่ในพื้นที่รับผิดชอบ แต่ต้องมีองค์กรหลักในการทำงาน

ปัญหาเรื่องสุขภาพเป็นปัญหาใหญ่ในพื้นที่ อบต.ม่อนปิน เพราะโรคบางโรคที่เกิดขึ้นเป็นโรคติดต่อ เช่น โรคเท้าช้าง โรคเอดส์ ที่ทำให้เกิดปัญหาจากคนงานไทใหญ่ต่อมาสู่คนไทยในพื้นที่ ทั้งยังต่อเนื่องไปถึงเรื่องความมั่นคงของประเทศถ้าไม่มีการควบคุมดูแลแรงงานไทใหญ่ที่เข้ามาทำงานในเมืองไทย

1. การแสดง มีชุดการแสดงที่มีความหลากหลายและมีหลายชุด มีความน่าสนใจและแสดงให้เห็นถึงการรวมกลุ่ม การรักษาประเพณีของตนเอง
2. การทำแบบประเมินผล มีจุดโน้มน้าวดึงดูดใจผู้เข้าร่วม คือ ในการกรอกแบบประเมินผลมีการแจกของตอบแทนให้กับผู้ที่ตอบ คือ สบู่
3. การดำเนินงาน เนื่องจากมีฝนตกจึงทำให้การจัดงานมีความล่าช้า ประกอบกับหน่วยงานที่จะมาออกนิทรรศการและให้ความรู้มาเพียงสองที่ คือ 1) สาธารณสุข ให้ความรู้เรื่องไข้เลือดออก(ป้ายประชาสัมพันธ์) และ การตรวจวัดความดัน 2) บริษัทยูนิซิตี (Unicity) มาให้ความรู้เรื่อง “คลอโรฟิลล์”

ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในการจัดงาน

1. การประสานงาน

การประสานงานของอาสาสมัครไม่ได้ประสานงานในเรื่องการจัดการ

- การแบ่งบทบาทหน้าที่ ทำให้งานกระจุกตัว ทีมที่มาจากที่อื่นกลายเป็นเพียงผู้เข้าร่วมงานและออกบูทเท่านั้น เช่นทางกลุ่มหมอฟันบ้านจากแม่อาย
- ขาดการประสานงานเจ้าหน้าที่รัฐ หรือเจ้าของสวนส้ม ในการที่จะนำคนออกมาจากสวนส้ม (ทำให้เกิดการตั้งด่านตรวจบัตร) ข้อเสนอในกรณีนี้ ควรจะมีการประสานกับเจ้าหน้าที่ตำรวจหรือหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้อง

การออกบูทของทีมภาคี มีเพียงสองหน่วยงาน คือ สาธารณสุข และ บริษัทยูนิซิตี การประชาสัมพันธ์ เป็นการประชาสัมพันธ์เพียงเฉพาะวิทยุชุมชนเท่านั้น จึงทำให้กลุ่มเป้าหมายรับรู้เรื่องการจัดงานน้อย ซึ่งกลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่จะฟังวิทยุของสถานีหลัก และบางส่วนไม่ฟังวิทยุ ทางแก้ไขคือ เพิ่มช่องทางในการ

ประชาสัมพันธ์ เช่นการบอกต่อไปในเครือข่ายฯ, การติดป้ายประชาสัมพันธ์งาน
ในสวนส้มหรือการเข้าไปแจ้งกำหนดการในสวนส้มหรือที่มีกลุ่มเป้าหมายอยู่
การเปิดงานมีความล่าช้า เนื่องจากฝนตกต้องคอยให้ฝนหยุดจึงจะทำการเปิดงาน
ได้

2. สถานที่จัดงาน

เป็นสถานที่กลางแจ้งและเกิดฝนตกทำให้งานเกิดความล่าช้าเนื่องจากต้องคอยให้ฝนหยุด
ตก และไม่ได้มีการวางแผนในการแก้ไขปัญหา อีกเหตุหนึ่งคือจัดงานพร้อมกับงานบุญที่วัด
ซึ่งในกรณีนี้ ในการจัดงานครั้งต่อไป ควรจะจัดงานร่วมกับงานบุญ(ที่วัด) โดยทางที่มเข้าไป
ร่วมเป็นส่วนหนึ่งของงาน กลุ่มเป้าหมายจะได้ไม่ต้องเดินทางไปมา ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำ
ให้คนเข้าร่วมน้อย

3. ผู้เข้าร่วม

สาเหตุหนึ่งที่ผู้เข้าร่วมมีน้อย เนื่องจากการจัดงานที่แยกออกมาจากการจัดงานบุญที่วัด
การจัดงานสองงานในคนละพื้นที่ทำให้เกิดการกระจายผู้ร่วมงาน และผู้ร่วมงานบางส่วนได้
เดินทางเข้าเมืองเพื่อจับจ่ายซื้อของ เนื่องจากเป็นหยุดที่คนงานในสวนส้มไม่ต้องทำงานและ
เข้าเมืองได้ สอง คือ มีเจ้าหน้าที่ตำรวจมาตั้งด่านตรวจบัตรของคนที่ยออกมาจากสวนส้ม
จึงทำให้ผู้เข้าร่วมบางส่วนไม่กล้าออกมาเพราะกลัวตำรวจ สามฝนตก

แบบประเมินผล

ชาย	8 คน	
หญิง	17 คน	
อายุ	ช่วง 1-20 ปี	จำนวน 9 คน
	ช่วง 21-40 ปี	จำนวน 11 คน
	ช่วง 40 ปีขึ้นไป	จำนวน 4 คน

กลุ่มชาติพันธุ์

ไทใหญ่	22 คน
ไทย	3 คน

ระดับการศึกษา

ประถม	3 คน
มัธยมศึกษาตอนต้น	6 คน
มัธยมศึกษาตอนปลาย, ปวช	7 คน
ไม่ระบุ	8 คน

อาชีพ

ทำสวน	5 คน
รับจ้าง(สวนส้ม)	10 คน
ธุรกิจส่วนตัว	1 คน
นักเรียน,นักศึกษา	5 คน
ค้าขาย	2 คน
บุรุษไปรษณีย์	1คน
ลูกจ้างเทศบาล	1 คน

คุณทราบการจัดกิจกรรมนี้จากแหล่งใด

- ชมรมไทใหญ่
- ดร.ดวงพร คำนพวัฒน์
- เพื่อน,ญาติ (6 คน)
- วิทยุชุมชน (10 คน)
- อบต. (2 คน)
- ป้ายประชาสัมพันธ์

ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม

รายการประเมิน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความเหมาะสมต่อสถานที่จัดงาน	10	9	4	1	-
ความเหมาะสมต่อการเลือกวันจัด	10	7	5	1	-

งาน					
การได้รับความรู้และความเข้าใจด้านสุขภาพ	6	6	10	1	-
ความน่าสนใจต่อรูปแบบการจัดกิจกรรม	5	9	7	1	-
รวม	31	31	26	4	-

ข้อเสนอและข้อคิดเห็น

1. ได้รับความรู้ด้านสุขภาพเรื่องใดมากที่สุดจากงานกิจกรรมนี้

- หมอ
- คลอโรฟิลด์รักษาสุขภาพ ในการขับสารพิษออกจากร่างกาย (2คน)
- การวัดความดันโลหิตสูง
- โรคไต
- ไข่เลือดออก (3 คน)
- วัณโรค (3คน)
- สาเหตุการเกิดโรค
- โรคที่มากับคนไทใหญ่
- วิธีการขับสารพิษออกจากร่างกาย
- สารพิษ, สารเคมี
- โรคอีสุกอีใส

2. อยากให้มีเนื้อหาสุขภาพอะไรเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

- เรื่องโรคผิวหนัง เนื่องจากคนไทใหญ่ส่วนใหญ่เป็นโรคผิวหนัง (2คน)
- ให้มีการตรวจสุขภาพครบทุกด้าน
- โรคมะเร็ง
- โรคเอดส์
- สายตา
- การดูแลและรักษาสุขภาพ
- การป้องกันตัวเองจากการใช้ยาฆ่าแมลง
- ให้มีหน่วยงานอื่นเข้ามาอธิบายและให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ
- การดำเนินชีวิตประจำวัน
- การใช้ยาและการกินยา

- การป้องกันตนเองจากโรคติดต่อ
- เพิ่มเนื้อหาสาระมากกว่านี้

3. สิ่งที่น่าสนใจในงาน

- คนที่มาในงานรู้จักกันทุกคน
- สนุก
- อาหารอร่อย
- มีความพร้อมเพียง
- การฟ้อน การแสดงของไทยใหญ่และการเล่นดนตรี (3คน)
- การให้ความรู้เรื่องสุขภาพ
- ทีมงานต้อนรับด้วยความอบอุ่น มีความเป็นกันเอง
- พิธีกร
- มีหน่วยงานมาให้ความรู้

4. สิ่งที่ไม่ประทับใจ (ต้องปรับปรุง)

- ผู้เข้าร่วมงานมีน้อย (2คน)
- ฝนตก (8คน)
- สถานที่ไม่เหมาะสม
- เดินทางไม่สะดวก (2คน)
- ขาดการประชาสัมพันธ์และประสานงาน
- กลัวตำรวจจับ

5. ครั้งต่อไปอยากให้จัดกิจกรรมแบบไหน

- คล้ายแบบเดิมแต่ต้องมีความพร้อมมากกว่านี้ (8 คน)
- อยากให้ทุกหมู่บ้านเข้ามามีส่วนร่วมและได้จัดซุ้มของตนเอง
- จัดงานร่วมกับงานประเพณีไทใหญ่
- เพิ่มเวลาจัดงาน

6. อื่น ๆ

- การจัดงานครั้งต่อไปควรไปจัดที่สถานที่ไปได้ง่าย
- อยากเห็นครอบครัวไทใหญ่พร้อมกันทั้งครอบครัว
- ให้มีการประชาสัมพันธ์มากกว่านี้ (2 คน)
- อยากให้จัดงานในร่มที่ไม่มีฝนตก
- จัดให้ใหญ่กว่าเดิม
- สถานที่ให้กว้างกว่านี้

รายงานการจัดงานตลาดนัดสุขภาพไทใหญ่ วันที่ 30 สิงหาคม 2551

ณ โรงเรียนบ้านตันโซค อ.ไชยปราการ จ.เชียงใหม่

ผู้เข้าร่วมงานตลาดนัดสุขภาพไทใหญ่”บ้านตันโซค” เกือบทั้งหมดเป็นชาวบ้านที่อยู่ในชุมชนบ้านตันโซค มีตั้งแต่เด็กเล็กจนถึงคนเฒ่าคนแก่ ส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วงอายุ 20 - 40 ปี การจัดงานแบ่งออกเป็นสองส่วนใหญ่ๆ คือ 1) การแสดงศิลปวัฒนธรรมของชนชาวไทใหญ่ เช่น การฟ้อน การรำดาบ(ฟ้อนเจิง) รำนก(กิ่งกาหล่า) รำโต 2) การตรวจสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและกลุ่มแพทย์แผนไทย โดย ที่กลุ่มสาธารณสุข จะเป็นการตรวจวัดความดันและการซักถามอาการป่วยไข้ที่มีการเล็กน้อย ส่วนกลุ่มแพทย์แผนไทย ตรวจสุขภาพ ผังเข็ม ดูดวง และจำหน่ายสมุนไพร แต่ทั้งสองส่วนมีผู้ที่สนใจไม่มากนัก(เปรียบเทียบสัดส่วนจากผู้เข้าร่วมงาน) อาจเป็นเพราะสถานที่ไม่เอื้ออำนวย ได้แก่ การจัดที่นั่งของทั้งสองส่วนไม่เป็นจุดสนใจ และผู้เข้าร่วมไม่กล้าที่จะเข้ามาตรวจรักษา แนวทางการแก้ไขต้องมีการเน้นย้ำจากพิธีกรในการประชาสัมพันธ์ให้ทำการตรวจรักษาหรือการปรึกษาปัญหาสุขภาพจากหมอ

จุดแข็งของการจัดงาน คือ 1) การจัดงานชุมชนทำให้กลุ่มเป้าหมายสามารถเดินทางมาได้ง่าย และเห็นความเข้มแข็งของชุมชนในเรื่องของวัฒนธรรมที่ยังคงอยู่และมีการดำเนินมาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะแตกต่างกับกลุ่มเป้าหมายที่ทำงานในสวนส้ม (จากการจัดงานที่ อบต.ม่อนปิน : ที่ปัญหาอยู่ที่การเดินทางออกจากที่อยู่หรือที่ทำงานเพื่อมาเข้าร่วมงาน ซึ่งส่อเสี่ยงต่อการโดนเจ้าหน้าที่ตำรวจตรวจค้น) 2) การจัดกิจกรรมที่ไม่ใหญ่มากทำให้ผู้เข้าร่วมรู้สึกเป็นกันเองและมีความกล้าที่จะซักถาม พูดคุยกับหมอ (แม้จะไม่มากนักดังที่กล่าวมาข้างต้น แต่สังเกตได้ว่ากลุ่มเป้าหมายมีความสนใจ) 3) การตอบคำถามเกี่ยวกับสุขภาพและการตอบแบบประเมินผล มีการสร้างแรงจูงใจในการตอบคำถาม โดยมีของรางวัล ซึ่งจะเป็นตรวจสอบว่ากลุ่มเป้าหมายมีความรู้มากน้อยเพียงใดเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพ เพื่อเป็นข้อมูลในการวางแผนงานในระยะต่อไป

จุดอ่อน ได้แก่ 1) การตรวจรักษาโรคหรือปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพ กลุ่มเป้าหมายยังไม่กล้าในการซักถามมากนัก 2) การตรวจรักษาควรจะมีการรักษามากกว่าการตรวจวัดความดัน 3) การประชาสัมพันธ์หรือการสร้างแรงจูงใจให้ผู้เข้าร่วมเข้าทำการปรึกษาปัญหาสุขภาพ

แบบประเมินผล “ผู้กรอกแบบประเมิน 124 คน”

เพศ

ชาย	18 คน
หญิง	102 คน
ไม่ระบุ	4 คน

อายุ

ช่วง 1-20 ปี	จำนวน 17 คน
ช่วง 21-40 ปี	จำนวน 58 คน
ช่วง 40 ปีขึ้นไป	จำนวน 49 คน

กลุ่มชาติพันธุ์

ไทใหญ่	107 คน
ไทย	1 คน
จีน	1 คน
ไม่ระบุ	15 คน

ระดับการศึกษา

ไม่ได้เรียนหนังสือ	93 คน
ประถม	12 คน
มัธยมศึกษาตอนต้น	3 คน
มัธยมศึกษาตอนปลาย, ปวช	- คน

อาชีพ

รับจ้างทั่วไป	100 คน
รับจ้าง(สวนส้ม)	2 คน
นักเรียน	7 คน
ค้าขาย	1 คน
ลูกจ้าง(ปั๊มน้ำมันและโรงงานอบ)	2 คน
แม่บ้าน	1 คน
ไม่ได้ทำงาน	9 คน
ไม่ระบุ	2 คน

คุณทราบการจัดกิจกรรมนี้จากแหล่งใด

- เพื่อน,ญาติ (116 คน)
- ประกาศ (1 คน)
- ป้ายประชาสัมพันธ์ (5 คน)

ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม

	รายการประเมิน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รวม
1	ความเหมาะสมต่อสถานที่จัดงาน	65	60	9	-	-	134
2	ความเหมาะสมต่อการเลือกวันจัดงาน	45	73	6	-	-	124
3	การได้รับความรู้และความเข้าใจด้านสุขภาพ	38	59	23	2	2	124
4	ความน่าสนใจต่อรูปแบบการจัดกิจกรรม	42	63	19	-	-	124
	รวม	190	255	57	2	2	

ข้อเสนอและข้อคิดเห็น

1. ได้รับความรู้ด้านสุขภาพเรื่องใดมากที่สุดจากงานกิจกรรมนี้
 - ไขเลือดยอก
 - โรคมะเร็ง (มะเร็งเต้านม)
 - ความดัน
 - เอ็ดส์
 - การดูแลสุขภาพและการป้องกันตัวเอง
 - ยาพื้นบ้าน
 - ฝ่าท้อง
 - การตั้งครรภ์
 - การดูแลเด็ก
 - การใช้น้ำเกลือ
2. อยากให้มีเนื้อหาสุขภาพอะไรเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป
 - หน่วยงานและแนวทางที่จะช่วยเหลือ
 - การดูแลสุขภาพที่ดี
 - เกี่ยวกับสุขภาพเด็กและคนแก่
 - ยา

- การรักษาพยาบาลเบื้องต้น เช่นการถูกมีดบาด การถูกงูกัด
- การอธิบายที่เข้าใจง่าย ๆ

3. สิ่งที่น่าสนใจในงาน

- การแสดงฟ้อน (ฟ้อนโต, ฟ้อนไต)
- รู้ประเพณีไทใหญ่
- ความสามารถของเด็ก
- หมอที่มาให้ความรู้
- การถามคำถามสุขภาพ
- ทำให้เรารู้ว่าสุขภาพที่ดีนั้นเป็นอย่างไร
- ความสามารถของคนไทใหญ่
- การแต่งกายของชาวไทใหญ่

4. สิ่งที่ไม่ประทับใจ (ต้องปรับปรุง)

- การให้ความรู้เรื่องสุขภาพอยากให้มากกว่านี้
- สถานที่ให้กว้างกว่าเดิม
- ไม่มีระเบียบในการแจกอาหารกลางวัน
- การตกแต่งสถานที่

5. ครั้งต่อไปอยากให้จัดกิจกรรมแบบไหน

- มีนักร้องร้องเพลงไทใหญ่
- ให้ความรู้เรื่องสุขภาพ
- แจกของขวัญ
- ละครสุขภาพ
- เพิ่มปริมาณข้าวกลางวัน
- จัดให้ใหญ่กว่าเดิม

รายงานการจัดประชุมและอบรมเรื่องสุขภาพ ของกลุ่มแรงงานสามัคคี
วันที่ 21 กันยายน 2551
ณ บ้านอ.เทพศิริ สุขโสภา ซอยวัดอุโมงค์ ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่

แบบประเมินผล “ผู้กรอกแบบประเมิน 25 คน”
วันที่ 21 กันยายน 2551

เพศ

ชาย 20 คน
หญิง 5 คน

อายุ

ช่วง 20-30 ปี จำนวน 25 คน

แบ่งออกเป็น อายุ 20 ปี จำนวน 3 คน
อายุ 21 ปี จำนวน 1 คน
อายุ 22 ปี จำนวน 2 คน
อายุ 23 ปี จำนวน 1 คน
อายุ 24 ปี จำนวน 1 คน
อายุ 25 ปี จำนวน 5 คน
อายุ 26 ปี จำนวน 3 คน
อายุ 27 ปี จำนวน 3 คน
อายุ 28 ปี จำนวน 4 คน
อายุ 29 ปี จำนวน 1 คน
อายุ 30 ปี จำนวน 1 คน

ที่อยู่

อ.เมือง 15 คน
อ.สันทราย 3 คน
อ.แมริม 2 คน
ระบุที่อยู่ที่เคยอาศัยเป็นอยู่เดิม 4 คน (เชียงใหม่ 1 คน, ฝาง 1 คน, เปียงหลวง 2 คน)
ไม่ตอบ 1

กลุ่มชาติพันธุ์

ไทใหญ่

ระดับการศึกษา

ไม่ได้เรียนหนังสือ/ไม่ตอบ 10 คน
ประถม 10 คน

มัธยมศึกษาตอนต้น	3 คน
มัธยมศึกษาตอนปลาย, ปวช	2 คน

อาชีพ

รับจ้างทั่วไป	4 คน
รับจ้างในตลาดเมืองใหม่	1 คน
ยามรักษาความปลอดภัย	1 คน
ก่อสร้าง	8 คน
ร้านขายเสื้อผ้า	1 คน
แม่บ้าน	2 คน
ส่งของ	2 คน
ร้านอาหารตามสั่ง	2 คน
ชาวนา	1 คน
ร้านปักผ้า	1 คน
ร้านกาแฟ	1 คน
อาสาสมัครMAP	1 คน

ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม

	รายการประเมิน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รวม
1	ความเหมาะสมต่อสถานที่จัดงาน	1	4	17	2	1	25
2	ความเหมาะสมต่อการเลือกวันจัดงาน	4	5	8	1	6	24
3	การได้รับความรู้และความเข้าใจด้านสุขภาพ	8	5	9	1	-	23
4	ความน่าสนใจต่อรูปแบบการจัดกิจกรรม	4	6	13	-	-	23
	รวม	17	20	47	4	7	

ข้อเสนอและข้อคิดเห็น

1. ได้รับความรู้ด้านสุขภาพเรื่องใดมากที่สุดจากงานฝึกอบรมนี้

- ไข้เลือดออก
- ไข้หวัด
- กามโรค
- อนามัยเจริญพันธุ์, เพศสัมพันธ์ เช่น การใช้ยาคุม
- การดูแลสุขภาพตามปลอดภัยจากโรค
- การประพฤติดี
- อันตรายจากการทำแท้ง
- โรคเอดส์

2. อยากให้มีเนื้อหาสุขภาพอะไรเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

- การดูแลคนท้อง
- การดูแลสุขภาพตนเอง
- การดูแลสุขภาพเด็ก
- ไข้เลือดออก
- โรคเบาหวาน
- ไซนัส
- อันตรายใกล้ตัว
- โรคนอนไม่หลับ
- สุขอนามัยในที่อยู่อาศัย
- โรคเอดส์
- วัณโรค
- เรื่องสังคม
- กฎหมาย
- วิธีการออกกำลังกาย
- โรคมะเร็ง
- ไข้หวัด
- การวางแผนครอบครัว

3. ข้อเสนอแนะอื่น ๆ ในเรื่องของการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ (เช่น อยากให้จัดกิจกรรมอะไรอย่างไร)

- อยากให้จัดกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆ(ทุกเดือน)กับกลุ่มผู้ใช้แรงงานอื่นๆ

- อันตรายเกี่ยวกับภัยใกล้ตัว
- อยากให้มีเอกสาร แผ่นพับและรูปภาพเกี่ยวกับสุขภาพมาให้ดูหรือมาแจกให้ผู้เข้าร่วม เพื่อจะได้เข้าใจมากขึ้น
- ความรู้เกี่ยวกับกลุ่มหรือหน่วยงานที่ดูแลสุขภาพเด็ก
- ได้เรื่องความร่วมมือของคนไทใหญ่ เพื่อเป็นแสงสว่างให้คนไทใหญ่ต่อไป
- จัดไปตามสถานที่ต่างๆ
- เพิ่มการแจ้งข้อมูลข่าวสารและการประชาสัมพันธ์

ภาคผนวก 4

บทถอดเทปการสัมภาษณ์ในรายการวิทยุ

บันทึกวิทยุ FM.99 MHz. MAP RADIO
ประจำวัน ที่ 14 สิงหาคม ปี 2551 เวลา 11:00 – 13:00น.

ดำเนินรายการโดย จายเหลือนมน และ จายจาย
แขกรับเชิญ คุณแสงเมือง มังกร
ประเด็น ปัญหาวัยรุ่น

ผู้ดำเนินรายการ ต่อไปเราจะมาฟังเรื่องของ การได้รับสื่อข่าวสารเกี่ยวกับปัญหาเยาวชนและเรื่องมีเพศสัมพันธ์เมื่อเรายังไม่พร้อม เรามีแขกรับเชิญ คือ พี่ชายแสงเมือง มังกร

แสงเมือง มังกร เรื่องสุขภาพนี่เรื่องมันกว้างขวางมากๆ ถ้าเราจะมาเล่าเรื่องสุขภาพ ตั้งแต่เป็นเด็กเล็กถึงอายุเฒ่าแก่ เพราะว่าเราอยู่กินไปทุกๆวัน ตั้งแต่ตื่นขึ้นตอนเช้าจนถึงเมื่อคืนเข้านอน เกี่ยวกับเรื่องสุขภาพของเราทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าจะไปไหนมาไหน จะกินอะไร จะทำงานอะไร เราจะสดชื่นหรือเหงาก็ตาม มันเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพของเราทั้งสิ้น เพราะฉะนั้น สุขภาพนี่เป็นที่สำคัญสำหรับมนุษย์เรา ถ้ามนุษย์คนเราคนหนึ่งดูแลสุขภาพตัวเองไม่เป็น ทำความสะอาดไม่เป็น อาจจะติดเชื้อโรคต่างๆที่เราไม่เคยคิดเข้าสู่ในร่างกายของเราได้ ขึ้นแรกก็คือ การกินรับประทานอาหาร ที่อยู่อาศัยและเครื่องนุ่งห่มเป็นต้น ถ้าเราไม่ระมัดระวังอาจเป็นเรื่องทุกข์สำหรับตัวเองของเรา

ผู้ดำเนินรายการ เรื่องมีเพศสัมพันธ์เมื่อเรายังไม่พร้อมคือหมายความว่าอย่างไร?

แสงเมือง มังกร เรื่องการมีเพศสัมพันธ์เมื่อเรายังไม่พร้อม ถ้าเป็นภาษาไทย คือ มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เพราะในสมัยนี้ วัยรุ่น เยาวชนมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ที่ยังไม่พร้อมก็คือ อายุเรายังน้อย เป็นวัยเรียนหนังสือ เป็นช่วงเรียนรู้ด้านอื่นๆ เพราะฉะนั้นเรายังไม่พร้อมที่จะแต่งงานมีครอบครัวเป็นต้นไป ถ้าเรามองตาม ประเพณีของไทยใหญ่คือถ้าหากมีความรู้ด้านการดูแลรักษาในครอบครัวหรือทำมาหาเลี้ยงครอบครัวได้ แปลว่าเราแต่งงานกันไปได้ นี่คือประเพณีของไทยใหญ่ที่มีมาสมัยก่อน เรื่องมีเพศสัมพันธ์ที่เรา ยังไม่พร้อม คือ เมื่อเรายังเป็นวัยเรียน ทำงานยังไม่เป็น เรายังไม่พร้อมหลายด้านหลายอย่าง เรื่องแต่งงานคือเราทั้งสองคนต้องอยู่ด้วยกันและดูแลกัน เพื่อจะได้เป็นสามีภรรยาคู่กันไป

ปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์กัน มีสาเหตุมากมาย เช่น ไม่รู้เรื่องการป้องกัน เมื่อเรามีครรภ์ในวัยเรียนนี้ จะทำมีปัญหามากมาย อาจมีผลกระทบด้านจิตใจและสุขภาพ ถ้าเราเปรียบเทียบ เรื่องการมีเพศสัมพันธ์เมื่อเรายังไม่พร้อม คือ เป็นวัยเรียนและยังไม่รู้เรื่องการป้องกัน เพราะว่าสมัยนี้เทคโนโลยีเจริญขึ้น ได้รับรู้สื่อข่าวสารด้าน โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ วิทยุ ทีวี เป็นต้น เด็กวัยรุ่นสมัยนี้ถ้ามาเปรียบเทียบกับเราสมัยก่อน เช่น หลานอายุ 10 ขวบรู้เรื่องการใช้โทรศัพท์มือถือถือมากกว่า

ผม ดาวโหลดรูปจากการออนไลน์ หมายความว่าเทคโนโลยีอยู่ใกล้ชีวิตตัวเรามากกว่าทุกวัน นี่คือการได้รับสื่อสารด้านหนึ่ง

ผู้ดำเนินรายการ เรื่องการมีเพศสัมพันธ์กัน ในกฎหมาย ระบบไว้ต้องระหว่างอายุเท่าไร ?

แสงเมือง มังกร เรื่องมีเพศสัมพันธ์ กฎหมายไม่ได้บังคับ ถ้าผู้หญิง ถูกผู้ชายโดนหลอกหรือโดนโกหกหรือเชื่อเอาที่แล้วแต่ ถ้าอายุต่ำกว่า 18 ปี มันผิดกฎหมาย หมายความว่าเราหลอกผู้หญิงหรือค้าขายมนุษย์ แม้แต่เด็กหญิงพร้อมด้วยตัวเองก็ไม่ได้ เป็นการกระทำผิดกฎหมายเหมือนกัน ในกฎหมายข้อบังคับมีโทษหนัก

ผู้ดำเนินรายการ หากหญิงวัยขาย อายุยังไม่ครบ 18 ปี แต่เขาพร้อมเรื่องมีการเพศสัมพันธ์ อันนี้ผิดกฎหมายหรือไม่

แสงเมือง มังกร ถูกต้อง กฎหมายบังคับไว้อยู่แล้ว แต่ว่าปัจจุบันนี้ เยาวชนหรือวัยรุ่นมีเพิ่มขึ้นและเรื่องการไปไหนมาไหนก็ง่ายมาก เรื่องการแต่งตัวทันสมัยมากขึ้น ที่จะพูดถึงเรื่องนี้แน่ มันอาจจะขยายสื่อกว้างขวางขึ้นเรื่อยๆ แต่ก็ขอบคุณมากๆสำหรับรายการสุขภาพที่ออกอากาศให้ผู้รับฟังได้รู้ทั่วถึง เราอาจจะป้องกันภัยที่อาจจะเข้าสู่ร่างกายตัวเราได้ เคยได้รับอ่านหรือฟังข่าวเรื่องชมขึ้นกันเช่นนั้นเช่นนั้นก็อาจเป็นเพราะ วัยรุ่นหรือเยาวชนพากันไปดื่มเหล้า สูบบุหรี่ เสพยา เป็นต้นไป สมัยก่อนไม่เคยได้ยิน ไม่มีเลย ปัญหาแบบนี้ วัยรุ่นอายุ 14-15 ปี เริ่มก่อเป็นหมู่แก๊งหรือแก๊งซามูไรแล้วเที่ยวก่อความไม่สงบ ฆ่ากันฟันกัน นี่คือปัญหาใหญ่มากที่เกิดขึ้น

ผู้ดำเนินรายการ เช่นเราได้เห็นในโทรศัพท์มือถือ โทรทัศน์ หรือว่าในคลิปวิดีโอ เป็นเรื่องสำคัญมาก วันหนึ่งมีเด็กนำมาโชว์ เป็นคลิปเรื่องร้ายแรงหรือฆ่ากันฟันกัน ดูแล้วหน้าตกใจมาก ขอถามพี่แสงเมืองเรื่องเราจะการรับสื่อข่าวสารอย่างไรเพื่อไม่ให้ถูกหลอกหลวงจากผู้อื่น จะได้ป้องกันตัวอย่างไรและสื่อแบบใด

แสงเมือง มังกร ถ้าเราอยากคุยเรื่องได้รับสื่อ เรามาคุยเรื่องประโยชน์ที่ดีก่อน สื่อทุกชนิดที่กระจายออกอากาศอยู่ทุกวันในโลกนี้ มีทั้งผลประโยชน์ที่ดีและผลประโยชน์ไม่ดีมากมาย เพราะฉะนั้นเราต้องมีวิธีคิดให้ดีให้ถูกและเรียนรู้บ้าง สมัยนี้สื่อมีการแข่งขันกันเรื่องประสพการณ์มาก เช่น รายการวิทยุที่มีผู้รับฟังทุกวันหรือว่าหนังสือพิมพ์ ทิว โทรศัพท์ ที่เราได้เห็นได้พูดคุยก็เหมือนกัน แต่สื่อบางชนิดที่เราพูดคุยกันเมื่อเราได้ยินได้ฟังแล้วหลงเชื่อทันที ปัญหาอาจจะย้อนกลับมาคืนตัวเราได้ เพราะฉะนั้นสื่อที่คุณพูดมาจะมีผลกระทบไปกว้างขวางขนาดใด แต่สื่อทุกที่เผยแพร่ออกมาทางอากาศ มีผลประโยชน์มากมายเหมือนกัน เมื่อเราได้รับฟังหรืออ่านเสร็จแล้วไม่รู้การวิเคราะห์ของสื่อ อันใดดีอันใดไม่ดี เราซึ่งอาจจะรู้ว่า สื่อนี้ถ้าได้รับฟังแล้วทำตามจะเป็นผลประโยชน์ เราซึ่งอาจจะไม่กระทำผิดใดๆทั้งสิ้นได้ เช่น ในกลุ่มเยาวชนไทยใหญ่ได้รับรู้สื่อในทีวีเรื่องวัยรุ่นทะเลาะฆ่ากันตายหรือว่าการค้าขายยาเสพติดแล้วไปทำตามแบบนี้ จะมี

ผลประโยชน์ให้แก่ตัวเราหรือไม่ ไม่นะนั่นถ้าเราได้อ่านเห็นแล้ว เราจะปรับปรุงตัวเองที่ได้อันใดบ้าง เช่นเมื่อเราเห็นคนอื่นไม่ว่าชนเผ่าใดก็ตาม การแต่งตัวดูไม่สุภาพเข้าวัดทำบุญ เมื่อเราไปเห็นมาแล้วก็ทำตาม คิดว่าเราตัวเองทันสมัยหรือไม่ ผมคิดว่า ผลกระทบที่ติดตามมา ไม่เหมาะสม อาจมีการละเมิดสิทธิมนุษยชนหรือประชดซึ่งกันและกัน เพราะฉะนั้นเมื่อเราได้รับรู้เรื่องสื่อแล้ว ควรให้มีความคิดตัวเองว่า อันใดที่ควรทำอันใดที่ไม่ควรทำตาม เช่นบางครั้งเมื่อมีการจัดงานอบรมขึ้นที่ไหนก็แล้วแต่ ควรไปร่วม แต่สมัยนี้เยาวชนไม่ค่อยสนใจอ่านหนังสือ แต่ถ้าหากได้รู้ว่า อาจมีการจัดงานเลี้ยงที่ไหนก็ตาม เก็บเงินคนละ 99 บาท สนใจอยากไปกันมากเพราะว่าราคาถูกมาก แต่ถ้าหากจะมีการเปิดสอนอบรมการศึกษาให้ฟรี ยังคิดว่าไม่ว่าจะมีเวลา ไปเที่ยวดีกว่าเพราะว่านัดเพื่อนหรือแฟนไว้ เพราะฉะนั้นเรามีการรับรู้เรื่องการสื่อสารใกล้ชิดตัวเรามาก เพราะฉะนั้นทุกวันนี้ไม่ว่าเด็ก วัยรุ่น เยาวชน ผู้ใหญ่ วัยชราก็ตามมีโอกาสรับรู้เรื่องสื่อข่าวสารมากยิ่งขึ้นแต่เมื่อเราได้รับรู้แล้วไปกระจายผิด ที่แท้จริงคนไทใหญ่นี้เมื่อได้รับฟังข่าวแล้วหลงเชื่อง่ายเหมือนไฟไหม้ป่าลามไปเลย บางครั้งถ้าเราได้รับฟังข่าวแล้วเราควรคิดว่า อันใดถูกอันใดไม่ถูก ตามประเพณีของไทใหญ่ที่เคยมีในสมัยโบราณ เราไม่ควรนุ่งสั้นห่มสั้น เช่นใส่เสื้อสายเดี่ยว ผู้ชายใส่กางเกงขาสั้น ขวดเหล้า ขวดเบียร์ติดตามเอว เช่นนี้เราควรทำตามหรือไม่ ควรคิดให้ถูกวิธี เพราะว่าตามที่ประเพณีของไทใหญ่ ห้ามขาย เหล้า เบียร์ ในวัดเด็ดขาด

ปัจจุบันนี้ มีกฎหมายได้บังคับไว้ว่า ห้ามขาย เหล้า เบียร์ สิ่งมีเงินเมาทั้งสิ้นเด็ดขาดในวัดหรือบริเวณที่วัด ที่แท้จริงกฎหมายแบบนี้ไม่ควรประกาศออกมา ถ้าหากเป็นผู้นับถือพุทธศาสนิกชน เราควรรู้ตัวเองว่า ต้องคิดตัวเองเราว่าควรที่จะดื่มหรือไม่ ชาวต่างประเทศยังขึ้นชมคนในทวีปเอเชียเราว่าชาวพุทธมีจิตใจเข้มแข็งขนาดไหนใด มีคำเชื่อถือด้านพุทธศาสนาขนาดใด มีความสง่างามขนาดใด เมื่อเป็นวันพระ คนเผ่าคนแก่ วัยชราไปเข้าวัดทำบุญกันดีขนาดใด เพราะว่าจิตใจกรุณา เมตตา ในขนาดนี้มีคนชาวต่างประเทศขึ้นชมประเพณีเรามากมาย ที่แท้จริงที่กฎหมายประกาศบังคับใช้ เพราะคนเราไม่ยอมรับฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแม้แต่บัดนี้เดียว เพราะฉะนั้นทางกระทรวงส่วนเกี่ยวข้องซึ่งได้ประกาศกฎหมายห้ามบังคับใช้ เขาเห็นถึงว่าเมื่อมีงานประเพณี ตามที่วัด มีคนเป็นกลุ่มๆไปตั้งวงดื่มเหล้ากันมีเรื่องทะเลาะตีหัวกัน ถ้าเป็นเครือข่ายที่เราจะเอาอย่างไร ซึ่งได้ออกกฎหมายบังคับ ห้ามขายเหล้าบริเวณวัดหรือในวัดเด็ดขาด ที่แท้จริงเพื่อผลประโยชน์ในชุมชนเราเอง เขาต้องมาออกกฎหมายบังคับเราอะไร เพราะว่ามีคนกระทำไม่ดีไว้มากมาย ถ้าหากเราเบียดเบียน เช่น หมวกกันน็อกเพื่อความปลอดภัยสำหรับตัวเราเอง แต่ว่าเราไม่สวมหมวกกันน็อกก็เลยทำให้มีผลกระทบประชาชนมาก เพราะฉะนั้นจึงต้องประกาศข้อบังคับกฎหมายออกมาให้สวมหมวกกันน็อก เพราะอะไรต้องทำเช่นนี้ เราแค่มาพิจารณาว่า เมื่อคนในครอบครัวเราคนหนึ่งไม่สวมหมวกกันน็อกแล้วมีอุบัติเหตุเกิดขึ้น บาดเจ็บสาหัสหรือเป็นอัมพฤกษ์ ค่ารักษาตัวหมดเงินมาก ทำงานก็ไม่ได้ จะไหนมาไหนก็ไม่ได้ จะเอาอย่างไร สมมุติว่าคนที่อุบัติเหตุแล้วเป็นเป็น

คนเรียนเก่ง ขยัน เช่นนี้ไม่น่าเสียดายหรือ ใครชนใครก็แล้วแต่ ซึ่งกฎหมายข้อบังคับให้สวมหมวกกันน็อกกันทุกคน เพราะว่าตัวเรามีค่ามากแล้วมีผลประโยชน์สำหรับตัวเรามาก

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าเราจะมาเปรียบเทียบกับเรื่องสื่อข่าวสารนี้ เป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะว่าสมัยนี้ในสังคมเราใครก็ตามมีเรื่องอีกมาก เห็นใครทำอะไรสิ่งแปลกๆก็ อยากจะทำตาม เช่นในคลิปที่ได้รับข่าวในโทรศัพท์มือถือ เขาอาจจะคิดกับตัวเองว่าถ้าผมทำหน้าที่ดีกว่านี้อีก อาจจะมีคนอื่นถ่ายเอาคลิปผมแล้วส่งไปออกที่อื่นก็เป็นไปได้ อยากจะถามพี่แสงเมืองเรื่องประเพณีของไทยใหญ่ว่า เมื่อเราอยู่ในรัฐฉานเป็นอย่างไรแล้วเมื่อเราได้อพยพเข้ามาอาศัยอยู่ในประเทศไทยเป็นอย่างไร

แสงเมือง มังกร ถ้าหากเรามาคิดเรื่องประเพณีของไทยใหญ่ให้กว้างขวางในทวีปเอเชีย ส่วนมากผู้ที่ค้นคว้าไว้ว่าอาจเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา เช่นการกินการอยู่การตาย เป็นที่เกี่ยวกับทางพระพุทธศาสนา เพราะว่าส่วนมากชาวไทใหญ่ประมาณ 80 เปอร์เซ็นต์นับถือศาสนาพุทธ เพราะฉะนั้นเกี่ยวกับเรื่องประเพณีของไทยใหญ่จะเกี่ยวข้องกันทั้งพระพุทธศาสนามากกว่า เช่น การกินอยู่รีตาย งานฉลองปีใหม่ งานออกพรรษาเข้าพรรษาเป็นต้น แต่ส่วนมากชาวไทใหญ่มีความเชื่อว่า งานประเพณีออกพรรษาเป็นงานยิ่งใหญ่สำคัญมากสำหรับชาวไทใหญ่ ทำให้ชาวไทใหญ่มีความเชื่อมั่นพระพุทธศาสนาตลอด เช่นการนำเอานกโตมาแสดงในวันออกพรรษาก็คือตรงกับวันพระพุทธเจ้าปรินิพพานขึ้นไปสวรรค์แล้วกลับสู่ดินมนุษย์สังคม ช่วงนั้นมีสัตว์สิ่งมีชีวิตทั้งได้ไปต้อนรับพระพุทธเจ้า ก็เลยได้เกิดขึ้นมาที่ชาวไทใหญ่มีความเชื่อทางพุทธศาสนาเริ่มขึ้นมา ถ้าเรามาวិเคราะห์หัดดูเรื่องนี้ก็คือ ประเพณีของชาวไทใหญ่ได้อยู่ใกล้ศาสนาอยู่แล้ว แยกออกก็ไม่ได้เพราะฉะนั้นประเพณีของชาวไทใหญ่เราต้องตามรอยด้วยพุทธศาสนาไปตลอด ไม่ว่าเครื่องแต่งกาย ที่ผมเคยเห็นมาสมัยก่อนพี่น้องชาวไทใหญ่ไม่ว่าจะไปไหนมาไหนก็ตาม เครื่องแต่งกายมีระเบียบมาก แต่งให้เข้าหูเข้าตาผู้อื่น ในสมัยก่อน เครื่องแต่งเป็นเรื่องสำคัญมากๆ เช่นถ้าเป็นสตรีใส่ชั้นสะลง ต้องใส่ให้เหมาะสม อีกอย่างหนึ่งอยากจะเล่าให้ผู้รับฟังว่า ตั้งแต่เมื่อผมเป็นเด็ก เมื่อชาวไทใหญ่เรามีงานประเพณีเวลาไหนก็ตาม มีการดื่มเหล้าตลอด ส่วนมากคนอื่นเขามีการดื่มเหล้ากันเมื่องานก็คือ ดื่มเพื่อมีความสุขแค่นั้นเอง แต่สมัยนี้ไม่ใช่เช่นนั้นเลย ไม่ใช่งานก็ดื่ม อีกอย่างหนึ่งก็คือ สมัยก่อนไม่เคยเห็นผู้หญิงสตรีดื่มเหล้าแล้วเมากัน แต่ปัจจุบันนี้ผู้หญิงสตรีดื่มเหล้า สูบบุหรี่ขาว(บุหรี่ที่ขายตามท้องตลาด ; โรงงานยาสูบ) กันมาก เมื่อสมัยเป็นเด็กนักเรียนก็ไม่เคยแบบนี้มาก่อน

ผู้ดำเนินรายการ ผู้หญิงสตรีในรัฐฉานสูบบุหรี่ขึ้นมา อาจจะโดนคนประชดเข้าแล้ว

แสงเมือง มังกร ถ้าเราวิเคราะห์ดูเรื่องนี้ว่า อาจจะเกี่ยวกับความรู้สึกส่วนตัวหรือทางจิตใจของคนหนึ่งก็เป็นไปได้ แต่ว่าเราได้อาศัยตามประเพณีของเรา ที่ผมเคยเห็นคนที่สูบบุหรี่ก็คือเป็นคนในวัยผู้เฒ่าหรือชรา เช่น แม่เฒ่าของผมสูบบุหรี่เหมือนกันแต่เป็นบุหรี่ปตอง ไม่เคยเห็นสูบบุหรี่ขาว สูบแต่บุหรี่ปตอง ใบตอง ตัวอย่างเมื่อเขาไปทำไร่นานา เพื่อป้องกันแมลงตัวเล็กๆตามกัด เช่นยุงเป็นต้น แต่ถ้าเราคิดดูการกิน

การอยู่ของเด็กวัยรุ่น เยาวชนในปัจจุบันสมัยนี้ สู้บุญหรี ดิ่มเหล้า เบียร์กันมาก แล้วก็ทางศูนย์ราชการส่วน
เกี่ยวข้องเขาได้ออกกฎหมายบังคับประกาศใช้ว่า ห้ามขายเหล้าสุราให้เด็กที่อายุต่ำกว่า 18 ปี เพราะว่า
เป็นปัญหามากสำหรับวัยรุ่นและเยาวชน เมื่อเขาดื่มแล้วดื่มจนตั้งสติไม่ได้ ยังไม่รู้เรื่องการทำงาน หาเงิน
ช่วยตัวเองไม่ได้ ค่าดื่มเหล้าเอามาจากไหน เอาแต่เงินของพ่อแม่ เมื่อติดสุรา บุญหรี แล้ว พ่อแม่อาจจะให้เงิน
หรือถ้าไม่ได้จะทำอย่างไร ไม่เรียนหนังสือแล้วพากันไปเที่ยวร้าน คาราโอเกะ เทรค เห็นคนอื่นเขาไปกันก็
อยากไปเหมือนเขา ดิ่มเหล้า สุรา เสพยาบ้า เป็นต้น จะกระทำผิดกฎหมายหลายๆอย่าง เช่นเคยเห็นในข่าว
ออกบ่อยว่า เป็นกลุ่มค้ายาเสพติดหรือค้าขายมนุษย์ เพื่อหารายได้ส่วนตัว เพื่อนำไปเที่ยว อยากไปซื้อมือ
ถือรุ่นใหม่และเครื่องแต่งการที่ทันสมัยที่สุด นี่คือสมัยเทคโนโลยีเจริญรุ่งเรืองขึ้นในปัจจุบันนี้เอง ไม่ใช่ใน
ประเพณีวัฒนธรรมของเรา เพราะฉะนั้นเคยผู้หญิงสตรีใส่กางเกงสั้นแล้วเมาเหล้าสุรา ขับรถจักรยานยนต์
ตามถนน เมื่อไปทำบุญที่วัดก็เช่นเห็นผู้หญิงสตรีบางคนแต่งกายไม่สุภาพหลายๆที่ ถ้าเราคิดตามเยาวชน
ชาวไทยใหญ่เรามีปัญญาเท่ากับคนอื่นไหมริไม่ การเรียนรู้ทำตามอริยาศัยเราก็ดีมาก แต่เราไปทำตามสิ่งที่
ไม่ดีเท่านั้น สิ่งที่ไม่ควรทำตามก็ทำ สิ่งที่เราควรทำแต่ไม่ทำ รับฟังในสื่อแล้วทำตามว่า เช่นซื้อสามทำยรถจัก
ยานยนต์ขับกันไปเป็นฝูงๆ แบบนี้เราควรจะทำตามหรือไม่ต้องพิจารณาเอาเอง เช่นอาจจะได้รับสื่อมาจาก
เพื่อน ทิวี โทรศัพท์บ้าง เช่นตัดขาทางเกยยีนส์ ใส่ชาสั้น ขับรถเครื่องซอันท้ายสาม กฎหมายได้ประกาศ
บังคับไว้ห้ามเด็ดขาด เพราะฉะนั้นเมื่อเข้ามาอาศัยอยู่ในประเทศไทยเราต้องศึกษาหาความรู้การศึกษานี้
มันสำคัญมาก ในเมืองไทยการศึกษาบางที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ เช่นในรัฐฐานไม่มีใครลงทุนสร้าง
โรงเรียนให้ บางที่ที่ไม่มีโรงเรียนไม่มีที่ศึกษาลำบากมาก มีเงินมีทองเยอะก็ไปหาเรียนยากมาก

เคยมีเรื่องเล่าโรงเรียนเปิดไว้ให้การศึกษาตลอดแต่ไม่มีใครเข้าเรียน แต่คุปิด
ห้ามเข้าแต่มีคนอยากเข้าไปมากมาย ชี้แนะสิ่งที่ควรทำไม่ทำแต่สิ่งที่ไม่ควรทำก็ทำ เช่นคุกเมื่อเราพ้นจาก
การลงโทษแล้วอยากจะทำอยู่ต่อประมาณ 2-3 นาทีเพื่อทักทายเพื่อน เจ้าหน้าที่ห้ามไม่ให้อยู่ เมื่อเราถูก
ปล่อยออกจากคุกแล้วเขาไล่ออกไปทันที ประตูโรงเรียนเปิดไม่หาทางเข้า แต่ประตูคุกเหล็กล็อกไว้ 3-4 ชั้น
ยังไปทางเข้ากันอยู่ ก็เลยอยากจะทำฝากให้ผู้รับฟังรายการวิทยุพี่น้องไทใหญ่ทั้งสี่ที่ได้อพยพเข้าอาศัยอยู่ใน
ประเทศไทยนี้ว่า เมื่อมีงานจัดที่ไหนก็ตาม ขอให้ไปทำความดีกัน อย่าไปทำความชั่วการกระทำผิด
กฎหมาย เมื่อ 2-3 วันที่ผ่านมาผมอยากจะฝากความขอบคุณเยาวชนชาวไทยใหญ่ส่วนหนึ่งที่ได้ไปร่วมงาน
วันเกิดของวันแม่ 12 สิงหาคม 51 ที่ประตูท่าแพ นี่หมายความว่าเรามาอาศัยอยู่ในประเทศไทยแต่ไม่ลืม
ความกตัญญูและยังเคารพนับถือพระเจ้าอยู่หัวเป็นอย่างยิ่ง นี่คือตัวอย่างที่ดีที่สุดสำหรับเยาวชนของกลุ่ม
ชาวไทยใหญ่ แต่เมื่อมีงานประเพณีต่างๆส่วนมากชาวไทยใหญ่เราไปทำรายผู้อื่นทะเลาะวิวาทกับผู้อื่นมาก
แบบนี้ไม่ดี

ผู้ดำเนินรายการ เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นเป็นเรื่องที่เรายังไม่พร้อม ถ้าอดทนไม่ไหวก็อาจเป็นการข่มขืนและถูกข่มขืน

แสงเมือง มังกร วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กันได้ง่ายๆก็คือ เมื่อเราเมาเหล้า เมายาเสพติด จนไม่รู้ตัว อาจจะถูกรังแกข่มขืน บางครั้งข่มขืนเสร็จแล้วฆ่ากันตาย สาเหตุก็คือเหล้า ยาเสพติดเป็นต้น

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าหากเราวิเคราะห์รายละเอียดก็ถือเป็นการได้รับสื่อข่าวสารเป็นครั้งแรกไม่ถูกต้องและทำตาม กระทำสิ่งที่ผิดกฎหมายต่างๆ แล้วอาจมีผลกระทบต่อประเพณีของเราเอง ถ้าเราเอาข้อสรุปก็คือ ถ้าเราทำตามพุทธศาสนาของเรา ยึดถือศีล 5 ให้มั่น เราอาจไม่กระทำความผิดสิ่งใดๆ ไม่ต้องทำตามสิ่งไม่ดี เราต้องชื่นชมและทำตามสิ่งที่ดีๆ

ผู้ฟัง 1 เห็นด้วยเกี่ยวกับเรื่องปัญหาวัยรุ่นเยาวชนและให้คำแนะนำไปว่า ให้คนที่มีความรู้บอกแก่วัยรุ่นเยาวชนไทยใหญ่อย่าให้ตกเป็นเหยื่อ ส่วนมากก็คือการขับขี่รถจักรยานยนต์ซ้อนท้าย 2-3 คน แล้วเป็นปัญหามาก เช่นถูกตำรวจจับปรับเกิดอุบัติเหตุเป็นต้น

ผู้ฟัง 2 ให้ความคิดเห็นว่า เราชาวไทยใหญ่มากอาศัยอยู่ในประเทศไทยไม่ควรหาเรื่องอื่นๆ ใส่ตัวเรา เรื่องไม่ดีเราควรทำตามวัยรุ่นไทยที่ดีๆ

ผู้ฟัง 3 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับเยาวชนไทยใหญ่ว่า ถ้าเขากล้าหาญให้เขาไปเข้าศึกษา อาศัยอยู่ในประเทศไทย น่าจะรู้ตัวเองดีกว่า อันใดถูกอันใดไม่ถูก หากเราอยู่เฉยๆไม่มีใครมาทำอะไรกับเรา เราอาศัยอยู่ในประเทศไทยไม่ควรทำการกระทำความผิดใดๆทั้งสิ้น ไม่เช่นนั้นอันตรายอาจถึงตัวเราได้

แสงเมือง มังกร ประเพณีและการรับสื่อข่าวสารหากเราไม่ได้รับสื่อโดยตรง อาจมีผลกระทบต่อเรา ถ้าทำดีจะได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เราต้องดูให้ถูกตามกฎหมาย คนที่มีการกระทำความผิดไม่มีกรุณา เมตตา ก็คือ เช่น ดูถูกคนอื่น อยากได้ทรัพย์สิน อยากขโมยทรัพย์สินคนอื่น เห็นผู้หญิงสวยๆก็เกิดอารมณ์ขึ้นมีอารมณ์ทางเพศ อยากข่มขืน นี่ก็หมายความว่าคนที่ไม่มีเมตตาต่อผู้อื่น ซึ่งอาจกระทำความผิดกฎหมายขึ้น หากเรามีจิตใจกรุณา เมตตา ต่อไปเราอาจจะมีความเจริญรุ่งเรืองขึ้นได้สำหรับในชุมชนเรา เช่นส่งเสริมการศึกษา วัฒนธรรมและรักษาประเพณีของเราให้เจริญ ในปัจจุบันเยาวชนเราบางคนไม่ยอมพูดภาษาตัวเอง ถ้าเราดูขนาดชาวต่างประเทศยังค้นคว้าศึกษาภาษาและวัฒนธรรมของเรา เราไม่ควรลืมภาษาหรือประเพณีของเรา เพราะว่ามันมีค่ามากมาย เราไม่ควรลืมภาษาของเรา เราควรรักษาวัฒนธรรมของเราให้เข้มแข็ง ที่สมัยปู่ย่า ตา ยาย เราสร้างไว้ให้ หากเยาวชนเราไปหลงอยู่ในสิ่งที่ไม่ดีหรือสิ่งผิดกฎหมายมันไม่ดี เราควรกล้าพูดภาษาเรา ใช้ภาษาเรา เช่นเมื่อวันแม่แห่งชาติ 12 สิงหาคม 2551 เยาวชนสตรีเราไปรำไทใหญ่ที่ประตูท่าแพมีคนมากมายชื่นชมการเต้นรำเรามาก ชนเผ่าใดก็ตาม เมื่อมีงานการจัดยิ่งใหญ่เกิดขึ้น เราไปแสดงประเพณีของเราได้มากแค่ไหนก็ดี เช่น การกินการอยู่ การใส่เสื้อผ้า การแสดงเต้นรำเป็นต้น เมื่อเรามีแขกมาเที่ยวในชุมชนของเรา แขกไม่ต้องการอาหารตะวันตก เขาต้องการอาหารของเราเช่น น้ำพริก ข้าวบุญ

ผักกาดแกง อาหารของชาวไทใหญ่เป็นต้น อีกเรื่องก็คือเมื่อชาวตะวันตกมีเที่ยวเมืองเรา เพราะว่าเมืองเขาเป็นเมืองที่หนาวมากและมาเที่ยวประเทศที่เขตร้อน เมื่อเขาไปเที่ยวที่วัดเช่นดอยสุเทพ หากเขาใส่สั้น ที่วัดให้ยืมเครื่องแต่งกายเพราะที่วัดห้ามใส่สั้นเข้าไปเที่ยว เราไม่ควรทำตามที่เขาใส่สั้น อีกที่ก็คือ ที่วัดพระแก้วห้ามใส่เครื่องแต่งกายสั้นเข้าไป เพราะว่าเป็นสถานที่สำคัญ

ผู้ดำเนินรายการ วันต่อไปจะมีรายการความปลอดภัยที่ทำงานของกลุ่มผู้หญิง เมื่อสตรีผู้หญิงอาจถูกข่มขืนในการทำงาน เราควรระมัดระวังอย่างไร เพื่อไม่ให้ผู้ร้ายสนใจเรา เช่นถ้าเราใส่สั้นนั่งสั้นต่อหน้าต่อตาให้เจ้านายเราเห็นบ่อยจะดีไหม นี่ก็ไม่สมควร

บันทึกวิทยุ FM.99 MHz. MAP MAP RADIO
ประจำวันที่ 21 สิงหาคม ปี 2551 เวลา 11:00 – 13:00น.

ดำเนินรายการโดย จายเหลือนมนและจายจาย
แขกรับเชิญ คุณจำเ็น(พิม) เจ้าหน้าที่มูลนิธิแมพ
ประเด็นความปลอดภัยของผู้หญิงในการทำงาน

ผู้ดำเนินรายการ แขกรับเชิญ คือคุณจำเ็น ทำงานอยู่ที่มูลนิธิแมพ ทำงานเกี่ยวกับผู้หญิง
และเด็ก คุณจำเ็นจะมาคุยหัวข้อเรื่อง ความปลอดภัยที่ทำงานของผู้หญิง

คุณจำเ็น เรื่องราวของปัญหาต่างๆ ที่หลายคนอาจคิดว่ามันไม่เป็นเรื่องใหญ่ หัวข้อนั้น
ก็คือ ความปลอดภัยที่ทำงานของผู้หญิง สิทธิในการมีชีวิตอยู่อย่างปลอดภัยนับเป็นสิทธิพื้นฐาน
ประการหนึ่งของ ทุกคน โดยเฉพาะผู้หญิง เมื่อมีข่าวข่มขืนทุกครั้งนั้นจะเป็นผู้หญิง และเด็ก สำหรับ
ผู้ชายอาจจะเจอหนึ่งในร้อย แต่ไม่ค่อยเป็นข่าวสักเท่าไร

ผู้ดำเนินรายการ แหล่งที่ผู้หญิงโดนรังแกบ่อย สถานที่แบบไหน และเกิดจากสาเหตุอะไรบ้าง

คุณจำเ็น ผู้หญิงที่ทำงาน สมัยนี้ผู้หญิงออกจากบ้านแล้วทำงานก็มีเยอะ ปัญหาต่างๆ
ก็เกิดขึ้น เช่น ที่ถูกนายจ้างข่มขู่ เอาเปรียบ รังแกและล่วงละเมิดทางเพศ อาจถูกทำร้ายทั้งร่างกายและ
จิตใจ ถ้าเป็นกรณีนี้ถ้าไปเจอผู้หญิงจำเป็นต้องยอมเพื่อจะได้งานทำ อย่างนี้ก็จะเงียบไป เราไม่มีทางรู้
ได้ บางคนกลัวจะเสียหายไม่กล้าพูดก็ปกปิดเป็นความลับไว้ โดยเป็นปัญหาคาใจอยู่อย่างนั้นเรื่อยไป

พ่อเลี้ยงและลูกเลี้ยง อย่างที่มีข่าวพ่อเลี้ยงล่วงละเมิดลูกเลี้ยงตนเองเห็นได้
บ่อยครั้ง แล้วมีอีกหลายครอบครัวที่ไม่กล้าเปิดเผย ที่จะลำบากใจที่สุดก็คือแม่ จิตใจของเขาจะเป็น
อย่างไร คนหนึ่งเป็นสามี อีกคนเป็นลูก จิตใจแม่กับลูกจะเป็นอย่างไร จะมองหน้ากันอย่างไร

มีอีกหลายสาเหตุที่ผู้หญิงถูกทำร้าย ส่วนมากเวลาเกิดเหตุการณ์แบบนี้ขึ้น
คนอื่นจะชอบมองในลักษณะว่า ผู้หญิงแต่งตัวไม่มิดชิด แต่งตัวล่อแหลม พูดอย่างนั้นแล้วเห็นว่าเป็น
เรื่องเล็ก แล้วที่เป็นเด็กที่ยังไม่รู้เรื่องเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ แต่พวกเขาถูกเป็นเหยื่อไปด้วย ปัญหา
เหล่านี้ถ้าไม่เจอกับครอบครัวตนเองคงไม่มีใครเข้าใจ หลายคนที่ได้เจอกับปัญหาแบบนี้เขาจะรู้สึกกังวล
ใจ น้อยใจ ไม่มั่นใจตัวเอง ความรู้สึกแย่ คิดว่าตัวเองไม่มีคุณค่า ความคิดต่างๆเหล่านี้อาจเป็น
ผลกระทบกับสุขภาพจิตของผู้เสียหายได้ มีบ้างที่กล้าออกมาพูดเพื่อความยุติธรรม เพราะฉะนั้นกว่า
จะเข้าถึงปัญหาเหล่านี้ก็เป็นเรื่องยากลำบากเหมือนกัน

ผู้ดำเนินรายการ ในการล่วงละเมิดทางเพศนั้นควรระวังตัวในลักษณะไหนบ้าง

คุณจำเ็น ถ้าถามถึงว่าควรระวังตัวในลักษณะไหนบ้างนั้น คงต้องทุกที่และ
ตลอดเวลา โดยเฉพาะที่ทำงานเพราะว่าที่ทำงานนั้นมีคนที่รู้จักและไม่รู้จัก บางคนก็รู้หน้าไม่รู้ใจ

ในกรณีผู้หญิงที่ทำงานบ้าน เวลาเจ้านายผู้หญิงไม่อยู่อาจจะไปต่างจังหวัด ไปข้ามวันข้ามคืน ฉะนั้นที่ควรระวังก็คือไม่ควรอยู่ใกล้เจ้าผู้ชาย มีหลายคนเคยเจอมาแล้ว ขณะเป็นคนแก่ป่วยเป็นโรคอัมพาตแต่ก็ยังจะลวนลามเด็กในบ้านได้ เพราะฉะนั้นไม่ควรไว้วางใจใครง่าย ๆ รวมทั้งลูกของเจ้าของบ้าน

เพื่อนสนิทกันก็ตามถ้าเป็นชายและหญิง ไม่ควรอยู่ที่ลับตาคนหรือที่เปลี่ยว ควรเป็นเพื่อนกันอย่างเหมาะสม

พอเลี้ยงบางคนไว้วางใจไม่ได้เช่นกัน บางคนอาจคิดว่าเป็นคนบ้านเดียวกันแล้ว ไว้วางใจ ที่จริงแล้วเหตุเกิดจากคนใกล้ตัวมากกว่า บางทีพอแท้ๆยังลวนลามลูกสาวของตนเองก็มี ฉะนั้นก็ควรระมัดระวังหรือป้องกันไว้ดีกว่า จะได้ไม่ต้องมานั่งเศร้าทีหลัง

เรื่องระมัดระวังขอให้ทุกคนรู้ไว้ ชายและหญิงไม่ควรอยู่ที่มืด ที่เปลี่ยวด้วยกันแค่สองคนเพราะเปรียบเสมือนน้ำมันกับไฟ ฉะนั้นควรระวังไว้ปัญหาต่างๆนั้นกันไว้ดีกว่าแก้

ผู้ดำเนินรายการ เมื่อเกิดปัญหาแล้ว เราควรรับมือกับปัญหานั้น อย่างไรบ้าง

คุณจำเริญ ขอเล่าประสบการณ์ของคนหนึ่ง ซึ่งเธอทำงานแม่บ้านมีวันหนึ่งเจ้านายผู้ชายที่เป็นเจ้าของบ้านนั้นเรียกให้เข้าไปในห้อง น้องคนนั้นก็คิดว่าจะเรียกใช้งานว่าอย่างนั้น จริงๆแล้วเธอกำลังจะถูกลวนลาม วิธีเอาตัวรอดของน้องคนนั้นคือ เธอออกไปว่าเธอเคยแต่งงานมาแล้ว แต่สามีของเธอนั้นป่วยเป็นโรคเอดส์และเสียชีวิตไป ดังนั้นเธอก็รอดตัวไป หลังจากนั้นเธอลาออกจากบ้านหลังนั้นแล้วไปทำงานที่อื่น นี่ก็เป็นวิธีหนึ่งที่เอาตัวรอดมาได้

เมื่อมีคนหนึ่งเดือดร้อนหรือไม่สบายใจ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเรื่องอะไรก็ตาม เราควรเป็นผู้รับฟังที่ดี บางคนอาจจะอยู่ในภาวะเกิดเหตุอาจร้องไห้ร้องไห้ พุดคุยไม่รู้เรื่อง เพราะฉะนั้นเราต้องตั้งใจ อันดับแรกต้องถามว่าอยู่ที่ไหน อยู่กับใครและใจเย็นๆแล้วฟังอย่างใส่ใจ และเราต้องคิดให้ดีว่า เราจะช่วยเขาอย่างไร ที่สำคัญต้องให้กำลังใจ อย่าทิ้งเขาและต้องเข้าใจเขา โดยเฉพาะที่เป็นปัญหาการลวนลามทางเพศ เขาเชื่อใจเรา เขาไว้วางใจเรา เขาถึงมาระบายความรู้สึกกับเรา ในเมื่อเขาคิดว่ามันเป็นเรื่องเสียหายมากสำหรับเขา เป็นความลับของเขา เพราะฉะนั้นเราควรเก็บความลับเขาไว้ให้มิด และเราต้องถามความคิดของเขาว่าอยากแจ้งความหรือไม่ เมื่อเขาพร้อมเราก็ควรพาเขาไปปรึกษาผู้ที่เชี่ยวชาญเกี่ยวกับปัญหาแบบนี้และการแจ้งความหรือฟ้องนั้นถ้าผู้เสียหายไม่ยินยอม เราไม่มีสิทธิที่จะแจ้งความใดๆทั้งสิ้น เมื่อผู้เสียหายยืนยันว่าจะแจ้งความ ต้องเตรียมหลักฐานให้พร้อม กรณีเกิดปัญหาลวนลามทางเพศ ทันทีที่เราจะแจ้งความ ยังไม่ควรอาบน้ำ ถ้ามีน้ำอสุจิปนเปื้อนตามเสื้อผ้าหรือกางเกงใน นี่ก็เป็นหลักฐานสำคัญเหมือนกัน

การที่เราถามปัญหาของผู้เสียหายบ่อยหรือหลายๆคนมาถามซ้ำๆนั้น เป็นสิ่งที่ไม่ควร เพราะจะทำให้ผู้เสียหายต้องนึกถึงแต่เรื่องเลวร้ายที่เกิดขึ้น มันจะเป็นการที่ทำให้ผู้เสียหายไม่สบายใจ นอกจากนี้แล้วควรพาไปโรงพยาบาลเพื่อไปตรวจเช็คร่างกายหรือตรวจภายใน เพื่อที่จะให้

ทานยาต่างๆและเวลาไปโรงพยาบาลนั้นควรไปถามหาศูนย์ฟังได้ โดยตรง เพื่อจะปรึกษาเกี่ยวกับ
ปัญหาเรื่องนี้ทันที เพราะว่าศูนย์ฟังได้นั้นเป็นสถานที่ปรึกษาในยามวิกฤตโดยเฉพาะ

ผู้ดำเนินรายการ ศูนย์ฟังได้นั้น มีทุกๆโรงพยาบาลหรือไม่

คุณจำเริญ จะมีเป็นบางโรงพยาบาล อย่างโรงพยาบาลนครพิงค์นี้มี ส่วนมากจะมี และ
เวลาไปแจ้งความก็จะเป็นเจ้าหน้าที่หญิงที่มาคอยรับหน้าที่นี้ หรือว่าถ้าเกิดว่าพี่น้องประสบปัญหา
แบบนี้ขึ้นแล้ว ถ้าไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร ก็โทรเข้ามาสอบถามหรือปรึกษาที่มูลนิธิแม่ฟ้าก่อนได้ เบอร์โทร
(053)811202 จะมีเจ้าหน้าที่คอยรับสายและให้คำปรึกษา คอยอยู่เคียงข้างและเป็นกำลังใจทุกๆคน
เพื่อมีชีวิตอยู่รอดต่อไป สุดท้ายก็ขอให้ทุกท่านมีความเข้มแข็ง ต่อสู้ปัญหาต่อไปและอย่าปล่อยให้
ความเลวร้ายในอดีตนั้นมาทำร้ายอนาคตของเรา เมื่อเรื่องมันเกิดขึ้นแล้วก็ให้มันผ่านไป ชีวิตของเรา
เราต้องกำหนดเองและปัญหาต่างๆต้องมีทางแก้ มีวิธีแก้และยังมีกฎหมายคอยดูแลปัญหาเรื่องต่างๆ
อยู่

บันทึกวิทยุ FM.99 MHz. MAP RADIO

ประจำวัน 11 กันยายน ปี 2551 เวลา 11:00 – 13:00น.

ดำเนินรายการโดย จายเหลือนมนและจายจาย

แขกรับเชิญ อาจารย์ธำรวัตรณ ไชยบุญเรือง อาจารย์คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ประเด็น แม่และเด็ก

ผู้ดำเนินรายการ แขกรับเชิญ คือ อาจารย์ ธำรวัตรณ ไชยบุญเรือง เป็นหมอมแพทย์ด้านแม่และเด็ก คุณหมอมจะมาเล่าเรื่องไปฝากครรภ์และเมื่อคลอดลูกแล้วควรรักษาตัวและรับประทานอาหารอย่างไรเป็นต้น การตรวจสุขภาพหลังคลอดลูกและฉีดยาป้องกันวัคซีน หลังลูกเราเกิดแล้วควรฉีดยาป้องกันโปลิโอและสมองอักเสบ ตับอักเสบ เพราะสาเหตุใดจึงต้องมีการฉีดยาป้องกันเป็นต้น คุณหมอมจะมาอธิบายให้เราได้รับฟังกัน

อาจารย์ธำรวัตรณ ยินดีที่ได้มีโอกาสมาพูดคุยให้ผู้รับฟังรายการทุกท่าน ข้อมูลเป็นเรื่องการฝากครรภ์ การตั้งครรภ์ ซึ่งการตั้งครรภ์นี้เราต้องให้ความสำคัญมาก เพราะว่าไม่ใช่แม่อย่างเดียว เด็กที่อยู่ในท้องด้วย จะพูดตั้งแต่เริ่มต้นเลยว่า ทำไมเราต้องฝากครรภ์ เรามีสิทธิอะไรบ้างสำหรับพวกเราที่รับฟังกันอยู่ ขั้นตอนแรกเราต้องดูแลป้องกันเองและลูกในท้อง รวมถึงหลังคลอดแล้วเราจะดูแลตัวเองยังไง ให้วัคซีนเด็กอย่างไรเพื่อจะให้มีความสุขแข็งแรง ก่อนอื่นจะขอแนะนำตัวเอง ชื่ออาจารย์ธำรวัตรณ ไชยบุญเรือง เป็นอาจารย์สอนอยู่คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ไม่ค่อยได้เจอกับชาวไทใหญ่หนักเท่าไรแต่ก็มีอยู่บ้างที่ได้โอกาสพูดคุยเกี่ยวกับการดูแลรักษา

ผู้ดำเนินรายการ ทำไมเราจึงได้ไปฝากท้องฝากครรภ์

อาจารย์ธำรวัตรณ เรื่องนี้สำคัญมาก พอรู้ที่เราตั้งครรภ์แล้วต้องรีบมาฝากครรภ์ทันที ทำไมจึงต้องรีบ เพราะว่าเราจะได้ค้นหาภาวะเสี่ยง ได้รวดเร็วที่สุด เราจึงจะได้รักษาได้ดีที่สุด ให้เหมาะสม ความที่ว่า ภาวะเสี่ยง โดยเฉพาะแม่ที่มีอายุน้อยกว่า 17 ปี หรือผู้ที่เคยคลอดก่อนกำหนด หรือว่าผู้ที่เป้นตั้งท้องครั้งแรกหรือหลังๆ ผู้ที่มีเคยมีลูกหลายคนหรือผู้ที่คลอดครั้งแรกแล้วลูกมีน้ำหนักน้อยลูกมีน้ำหนัก 2500 กรัม หรือลูกที่มีน้ำหนักมากกว่า 4,000 กรัม คนที่เคยผ่าตัดจากการคลอด ผ่าตัดจากการแท้ง หรือคนที่เคยโรคประจำตัว เช่นโรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูงหรือว่าโรคไทรอยด์ กลุ่มที่เรียกว่ามีโอกาสมีภาวะผิดปกติเกิดขึ้นได้

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าหากเรารู้ตัวว่า เราตั้งครรภ์แล้ว ครั้งแรกเราต้องไปฝากครรภ์ตอนกี่เดือน

อาจารย์ธำรง พอรู้ที่เราตั้งครรภ์แล้วประจำเดือนขาดก็ให้มาตรวจที่โรงพยาบาลได้เลย ถ้ารู้ตัวว่าเราตั้งครรภ์หรือสงสัยว่าตั้งครรภ์ ก็รีบมาตรวจได้เลยคะ เราจะมี การตรวจทั้งปัสสาวะและตรวจเลือด ก็จะยืนยันแน่นอนเลยว่า คนนั้นตั้งครรภ์จริงหรือเปล่า

ผู้ดำเนินรายการ เพราะอะไร เราจึงไปฝากท้องที่โรงพยาบาลอาจจะมีคนถามถึง เช่น เมื่อเราอยู่ที่รัฐฉานเมืองไตเราไม่เคยไปท้องแม้แต่ครั้งเดียว พ่อแม่ของเราเกิดลูกก็ไม่เคยไปคลอดที่โรงพยาบาล คลอดที่บ้านเท่านั้น แต่วามันไม่ใช่เช่นนั้น ถ้าหากเราไปฝากท้องได้ที่โรงพยาบาล หมอหรือแพทย์สามารถดูแลรักษาสุขภาพเราได้ แล้วก็ ถ้าหากเรามีโรคประจำตัวเช่นใดก็ แพทย์ที่โรงพยาบาลจะดูแลรักษาตัวเราได้ ถ้าหากเราสงสัยว่าเราตั้งครรภ์หรือตั้งท้องให้ไปฝากท้องเร็วที่สุด ที่โรงพยาบาลจะตรวจปัสสาวะเรา ถ้าเราตั้งครรภ์แล้วก็เราสามารถฝากท้องได้ทันที ไม่มีการจำกัดเวลา เช่นต้องครบ 3 – 6 เดือน จึงฝากได้ ไม่ใช่เมื่อประจำเดือนเราขาดไม่มาประมาณ 1 – 2 เดือน ให้รีบไปตรวจที่โรงพยาบาลทันที

อาจารย์ธำรง วัตถุประสงค์ขั้นแรกที่เราจะมาฝากครรภ์หรือว่าฝากท้อง ก็เราจะค้นหาว่าใครมีภาวะเสี่ยงอะไรบ้าง ตามที่ได้คุยไปแล้ว เราจะได้มีความมั่นใจไปด้วย สุขภาพของแม่กับลูกที่อยู่ในท้อง สุขภาพของลูกดีนะ สมบูรณ์ เพราะว่าเราจะมี การตรวจ เราจะตรวจเลือดของคุณแม่และเลือดของคุณพ่อ เราจะได้รู้ว่ามี การติดเชื้อโรคหรือเปล่า เช่นการเชื้อซิฟิลิสหรือว่าเชื้อเอชไอวี หรือว่าการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ตรงนี้เราก็จะตรวจให้ ซึ่งหากมีการผิดปกติเราก็จะการส่งต่อเพื่อการรักษาเหมาะสมต่อไป นอกจากนี้ ช่วงที่มีการฝากท้องแล้วทางโรงพยาบาลจะคุณแม่มาตรวจสุขภาพเป็นระยะๆ เช่นถ้าช่วงแรกเราก็จะให้มาตรวจทุกๆ 4 สัปดาห์ จนอายุครรภ์ถึงอายุ 28 สัปดาห์แล้วก็จะให้มาตรวจทุกๆ 2 สัปดาห์ พอการตั้งครรภ์อายุถึง 36 สัปดาห์เราก็จะมาตรวจทุกๆ สัปดาห์จนถึงกระทั่งคลอด ในช่วงคุณแม่มาตรวจสุขภาพนี้ เราก็จะคำแนะนำวิธีการดูแลตัวเองช่วงที่คุณแม่กลับไปอยู่ที่บ้านทำอย่างไรเพื่อให้สุขภาพแข็งแรงแล้วก็ต้องระวังอาการผิดปกติที่จะเกิดขึ้น

ผู้ดำเนินรายการ จะไปตรวจสุขภาพนี้ ต้องเตรียมอะไรไปบ้าง

อาจารย์ธำรง ถ้าสมมุติว่าเรามีบัตรอะไรก็ตาม เช่นบัตรประกันสุขภาพ บัตรสุขภาพแรงงานต่างด้าวหรือบัตรพินิจที่สูง จะต้องผ่านโรงพยาบาลที่เป็นต้นสังกัดที่ระบุไว้ก่อน แล้วที่โรงพยาบาลตรวจสุขภาพคุณแม่หรือลูกอยู่ในท้อง หากมีปัญหาที่ต้องส่งต่อมารักษาที่โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยหรือสวนดอก คุณหมอมต้องเขียนจดหมาย เขียนจดหมายส่งตัวมา ที่โรงพยาบาลสวนดอก แล้วก็ผู้มาก็ต้องนำเอาบัตรประจำตัวมาด้วยมาพร้อมกับทะเบียนบ้าน และจดหมายส่งตัวต้องติดมาด้วย แล้วก็ต้องนำไปติดต่อผู้ที่ประสานสิทธิผู้ป่วย

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าหากว่าเราไม่มีบัตร เราจะสามารถฝากท้องได้ไหม

อาจารย์ธำรวัตร ถ้าไม่มีบัตรก็สามารถฝากท้องได้ แต่ว่าเราอาจจะมีค่าใช้จ่ายส่วนหนึ่ง ที่นี้ถ้าหากเราไม่มีบัตรเราอาจจะสามารถไปขอลงทะเบียนได้ที่สำนักงานจัดหางานจังหวัด แต่จะมีค่าธรรมเนียมต้องจ่ายประมาณ 1,300 บาท และอาจมีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมอีกเล็กน้อยก็จะได้บัตรสุขภาพแรงงานต่างด้าว แต่ถ้านอกเหนือจากนั้น เราทุกคนก็สามารถมาใช้บริการได้ ถ้าเราต้องการใช้สิทธิพิเศษก็ ยกเว้นค่ารักษา เราต้องมีบัตรอื่นๆ เช่นจดหมายจากโรงพยาบาลหรือบัตรอื่นๆที่ระบุไว้เอามาที่โรงพยาบาลด้วย

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าเรามีครรภ์หรือตั้งครรภ์ เราควรดูแลสุขภาพเราอย่างไร

อาจารย์ธำรวัตร นี่ก็เป็นเรื่องที่สำคัญอีกเรื่องหนึ่ง เวลาคุณแม่ตั้งครรภ์เราต้องเป็นห่วงเรื่องสุขภาพของทั้งคุณแม่และทั้งเด็กอยู่ในท้อง ที่สำคัญที่สุดก็คือเมื่อคุณแม่ฝากท้องแล้วก็การรับประทานอาหารก็เป็นเรื่องที่คุณแม่ต้องให้ความสนใจ อาหารที่คุณแม่ต้องรับประทานก็คล้ายๆกับอาหารที่เรารับประทานอยู่ทุกวันนี้ แต่ว่าเราจะต้องเพิ่มพวกเนื้อสัตว์ พวกปลา ผักผลไม้เพิ่มขึ้น ซึ่งอาหารที่จะรับประทานเพิ่มขึ้นจะไปบำรุงร่างกายของเด็ก บำรุงสมองของเด็ก นอกจากนี้คุณแม่ต้องระวังไม่ไปรับประทานอาหารพวกที่แอลกอฮอล์ เช่น เหล้า บุหรี่ ไม่ควรจะสูบบุหรี่หรือดื่มเหล้า หรือพวกของดองก็ต้องหลีกเลี่ยงเพราะว่าของดองก็มี แอลกอฮอล์ เพราะเมื่อคุณแม่รับประทานก็จะผ่านเข้าสู่ร่างกายของคุณแม่แล้วผ่านเข้าสู่ร่างกายของเด็กในท้อง ผ่านทางสายสะดือ อาจจะทำให้เด็กเจริญเติบโตช้า ตัวเล็ก ตัวไม่เต็ม ที่สติปัญญาจะต่ำกว่ามาตรฐานหรืออาจพิการทางด้านแขน ขาอวัยวะต่างๆ การพิการก็อาจจะมาจากปัจจัยอื่นๆได้ เช่น สารเคมีอีกด้วย นอกจากการรับประทานอาหารแล้วคุณแม่ต้องพักผ่อนนอนหลับอย่างน้อยก็ 8-10 ชั่วโมง หรือว่าช่วงกลางวันคุณแม่หลับน้อยแล้วก็ช่วงกลางวันคุณแม่ก็มีการพักผ่อนนอนหลับสักชั่วโมงหนึ่งก็ยิ่งดี แล้วก็ไม่ควรจะทำงานหนักในช่วงที่ตั้งครรภ์ใหม่ๆ โดยเฉพาะในช่วงตั้งครรภ์ 3 เดือนแรกไม่ควรไปแบกของ หรือยกของหนักหรือเดินไปไกลๆถือว่าได้รับการกระทบกระเทือน แล้วถ้าคุณแม่เคยมีการทำแท้งมาก่อน ควรจะงดการมีเพศสัมพันธ์ด้วย ในช่วง 3 เดือนแรก แต่ถ้าผ่าน 3 เดือนแรกไปแล้วไม่มีอาการผิดปกติ เช่น การเจ็บท้อง ไม่มีเลือดออกจากช่องคลอด ก็สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ตามปกติ การทำงานก็คง ทำงานบ้านตามปกติ แล้วก็หลีกเลี่ยงสิ่งที่จะกระทบกระเทือนต่อหน้าท้องของเรา

ผู้ดำเนินรายการ จะมาแปลเป็นภาษาไทยใหญ่ให้อีกครั้ง สำหรับผู้ที่ได้รับฟังรายการที่ไม่เข้าใจ เพื่อจะได้เข้าใจง่าย ถ้าเราไปฝากท้อง ฝากครรภ์แล้วเรื่องการรับประทานนี่ก็ สำคัญมาก ถ้าคุณแม่สามารถรับประทานอาหารตามปกติเข้าสู่ร่างกายได้ เพราะว่าสายสะดือของเด็กที่อยู่ในท้องจะดูดสารอาหารจากสายสะดือของแม่เข้าสู่ร่างกาย เช่นคุณแม่รับประทานอาหารเนื้อลูกก็จะได้รับสารอาหารหลักจากแม่ แต่ว่าเราต้องมารับประทานสารอาหารเพิ่มอีก เช่นเนื้อหมู ปลา เนื้อแดง เป็นต้นแล้วก็เพิ่มพวกผลไม้ไปด้วย เช่น มะม่วง กัลย ขนุน มะละกอ หรือเงาะ เราสามารถรับประทานเพิ่มได้ เพื่อให้ร่างกายของเราแข็งแรง แล้วก็ที่ไม่ควรรับประทานก็คือ เช่น สุราหรือสิ่งมีแอลกอฮอล์ ของดอง เช่นผักกาดดอง ถั่วเหลืองดอง เป็นต้น ไม่

ควรดื่มสารแอลกอฮอล์หรือเหล้า บุหรี่ทุกชนิดห้ามสูบ ถ้ารับประทานเข้าสู่ร่างกายของแม่แล้วจะเป็นอย่างไร เพราะว่าเด็กทารกที่อยู่ในท้องเรานั้น ตัวมันเล็กเหลือเกิน อาจจะมีผลกระทบตามอวัยวะต่าง เช่นเป็นพิการ เด็กไม่เติบโตตามปกติ สถิติปัญหาไม่ดี เมื่อเกิดออกมาแล้วอาจจะเป็นโรคโปลิโอและโรคต่างๆได้ ถ้าผู้หญิงที่ตั้งครรภ์ต้องการพักผ่อนนอนวันละ 8-10 ชั่วโมง ไม่ควรให้ต่ำกว่าวันละ 8 ชั่วโมง นอนมากเกินไปก็ไม่ดีนะครับ ช่วงกลางวันหรือเที่ยงวันให้พักผ่อนนอนประมาณ 1 ชั่วโมง แล้วก็ภายใน 3 เดือนเมื่อตั้งครรภ์ ห้ามทำงานหนัก ห้ามยกของหนัก เพราะว่าพี่น้องชาวไทยใหญ่บางคนก็ทำงานก่อสร้าง แม่บ้านหรือในร้านอาหารเป็นต้น เช่นทำงานก่อสร้างแล้วมีครรภ์ได้ 3 เดือน ไปทำงานยกของหนักเช่น ปูน เมื่อเรายกของหนัก จะกระทบหน้าท้องเราแล้วจะไปเบียดช่องคลอดแล้วก็ช่องคลอดจะไปเบียดลูกที่อยู่ในท้อง ถ้าหากทำเช่นนั้นจะทำให้มีอาการเจ็บท้องแล้วเลือดตกในช่องคลอดเรา เพราะฉะนั้นภายใน 3 เดือนเราไม่ควรทำงานหนัก ทำงานเบาๆไปก็ได้ แล้วถ้าอดทนได้ก็ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ภายใน 3 เดือน แล้วถ้าหากเราเคยมีการทำแท้งมาก่อนก็ห้ามมีเพศสัมพันธ์ หาก 3 เดือนผ่านไปในช่วงคลอดเราไม่มีเลือดตกหรือออกมาสามารถมีการเพศสัมพันธ์กันได้ แต่เมื่อมีการเพศสัมพันธ์กันเจ็บช่องคลอดผิดปกติให้หยุดการมีเพศสัมพันธ์แล้วไปหาหมอหรือแพทย์ทันที

อาจารย์ธำรวัตร นอกจากที่ต้องดูแลเรื่องการรับประทานอาหารแล้วต้องหลีกเลี่ยงการรับประทานที่เป็นอันตรายต่อร่างกายของเด็ก สิ่งที่สำคัญที่ต้องหลีกเลี่ยงอีกอย่างก็คือ การสัมผัสสารเคมีโดยเฉพาะทำงานที่ทำสวนทำไร่ เพราะอาจจะมีสารพิษฆ่าแมลง อาจจะมีการสัมผัสสารเคมี ซึ่งอาจจะซึมเข้าไปทางผิวหนังหรือว่าสูดเข้าไปทางลมหายใจด้วย อันนี้ก็อาจจะผ่านเข้าไปสู่ลูกในท้อง ทำให้ทารกมีความผิดปกติ อาจจะทำให้เด็กเกิดความพิการได้ หรือว่าอาจจะคลอดก่อนกำหนดก็ได้หรือการแท้งหรืออาจจะเกิดอันตรายต่อตัวของหญิงตั้งครรภ์หรือแม่ของลูก ลูกหรือเด็กในท้องอาจได้รับอาการเป็นพิษจากการได้รับสารเคมีต่างๆแล้วแต่ว่าสารเคมีชนิดนั้นจะแสดงออกมาในลักษณะแบบใด ต้องหลีกเลี่ยงหรือต้องใช้อุปกรณ์ป้องกันตัว เช่น ใส่หน้ากาก ผ้าปิดจมูก สวมหมวก ใส่เสื้อผ้าปิดผิวหนังเพื่อป้องกันซึมเข้าผิวหนังหรือว่าใส่รองเท้ายาว เพื่อไม่ให้สารพิษพวกนี้เข้าไป แล้วก็การเดินทางไกลนี้ สมมุติว่าเราต้องเดินทางไกลนั่งรถเป็นหลายชั่วโมง ก็ควรจะหลีกเลี่ยงในช่วงตั้งครรภ์ในช่วง 3 เดือน 4 เดือนเราควรหลีกเลี่ยงไว้ก่อน เพราะว่าการเดินทางไกลอย่างเช่นนั่งรถทางไกลถนนไม่ดี ก็ทำให้มีการกระทบกระเทือนทำให้มีตกเลือดได้ เช่นคุณแม่ก็อาจเกิดการไม่สบายอย่างเช่น ปวดเอว การบวม เมื่อยหลังเมื่อยเอว การเวียนศีรษะ นี่ก็ต้องควรหลีกเลี่ยง แต่ถ้าหากหลีกเลี่ยงไม่ได้จริงๆ จะต้องเดินทางไปไกลก็ให้หยุดพักผ่อนระหว่างเดินทางอย่างน้อยออกเดินทาง 1 ชั่วโมงก็ต้องหยุดพัก แล้วก็ลงมาเดินเพื่อจะยืดเส้นยืดสาย จะต้องมาข้างนอกเพื่อเลือดของแม่หมุนเวียนได้ดีเพื่อไปลูกในท้อง แม่ก็จะได้บรรเทาอาการเหล่านี้ อีกอย่างหนึ่งที่ยากจะฝากไว้ก็คือ ช่วงที่ตั้งครรภ์คุณแม่ต้องสังเกตตัวเองตลอดเวลา ว่าเรามีการผิดปกติอะไรบ้าง เช่นจะมีอาการบวม

ข้างล่าง คือบวมบริเวณปลายเท้าหรือว่าบวมบริเวณขา ถ้าบวมมากๆก็เราใช้นิ้วมือเรากดลงไปแล้วมีรอยบุ๋ม ให้มาหาหมอที่โรงพยาบาลหรือว่ามีอาการเวียนบนศีรษะ ตาหน้ามืดหรือว่ามีจุดเจ็บบนหน้าอกเราจะรู้สึกถึงความดันภาวะโลหิตสูง เรื่องกับการตั้งครรภ์ก็เป็นภาวะแทรกซ้อนค่อนข้างอันตราย ให้คุณแม่มาพบแพทย์ก่อนหรือว่าช่วงที่ตั้งครรภ์เป็นไข้สูงมากๆ แล้วก็ทานยาแก้ไข้แต่ก็อาการไม่ดีขึ้นหรือว่ามีอาการเจ็บท้อง มีเลือดออกจากช่วงคลอด ก็ให้รีบมาโรงพยาบาลก่อน

เมื่อคุณแม่ตั้งครรภ์ได้อายุประมาณ 28 สัปดาห์ ประมาณ 7 เดือน เราจะแนะนำให้คุณแม่สังเกตลูกดิ้น การที่ดิ้นของทารกจะบอกถึงภาวะสุขภาพในระดับหนึ่ง หรือว่าเขามีชีวิตอยู่หรือสุขภาพเขาดีหรือเปล่า การนับนี้เราจะนับหลังจากกินข้าวเช้า อาจจะสมมุติว่าคุณแม่กินข้าวเสร็จประมาณ 8 โมงเช้า ก็นับไปถึงอีก 4 ชั่วโมงจนถึงเที่ยงวัน ภายใน 4 ชั่วโมงนี้ ถ้าลูกดิ้นมากกว่าประมาณ 10 ครั้ง ก็ถือว่าปกติ แต่ใน 4 ชั่วโมงหากลูกดิ้นน้อยกว่า 10 ครั้งหรือว่ามากกว่า ก็ถือว่าผิดปกติ อันนี้ก็ต้องให้คุณแม่รีบมาโรงพยาบาล เพราะเป็นสัญญาณว่าเด็กจะมีอาการขาดออกซิเจนหรือว่ามีความผิดปกติ การดิ้นของเด็กคุณแม่จะต้องนับทุกๆวันไม่ควรจะลืม หรือถ้าคุณแม่ไม่สะดวกที่จะนับก็อาจจะต้องเปลี่ยนไปนับหลังจากรับประทานอาหารเย็นแล้วก็ได้หรือว่าอาจจะนับ 3 เวลาหลังอาหาร 1 ชั่วโมง เช่น ทานข้าวเที่ยง ข้าวเช้า ข้าวเย็น 3 เวลา หลังจากทานข้าวแล้ว 3 ชั่วโมงให้นับ ถ้าเกิน 3 ครั้งหมายถึงว่าปกติ แล้วแต่ใครอยากจะทำเลือกเอาวิธีใด

ผู้ดำเนินรายการ หลังจากแม่คลอดลูกแล้วควรดูแลตัวเองอย่างไร

อาจารย์ธำรวัตร หลังคลอดลูกแล้วแม่ต้องดูแลตัวเองให้ดี เพราะว่าร่างกายเรานี้หลังจากคลอดลูกแล้วเสียเลือดไปมากแล้วต้องใช้พลังงานไปในช่วงที่เราเบ่งคลอดลูก กว่าที่จะกลับฟื้นคืนมา รวมมีทั้งแผลที่บริเวณช่องคลอดและปากมดลูก หลังจากคลอดลูกแล้วประมาณ 6 สัปดาห์เราจะนัดให้แม่มาตรวจสุขภาพ ต้องมาตรวจการเย็บหลังการคลอดแล้วการเย็บแผลบริเวณช่องคลอดดูว่าปกติไหม มันสมานกันดีแล้วหรือยัง มีการติดเชื้ออะไรที่บริเวณแผลหรือเปล่า แล้วก็คุณแม่หมอก็จะตรวจหามะเร็งที่ช่องปากมดลูกไปด้วย นอกจากนี้คุณแม่หรือว่าพยาบาลก็อาจจะให้คำแนะนำคุณแม่ในการคุมกำเนิด หลังคลอดแล้วพอแล้วเราไม่มีลูกเราจะควรคุมกำเนิดโดยวิธีใด คุณแม่บางคนอาจจะรับประทานเป็นยาเม็ด การฉีดยา ใส่ห่วงอนามัย หรือการใส่ยาฝัง อันนี้ก็แล้วแต่ความเหมาะสม เราก็จะให้คำปรึกษา

หลังคลอดแล้วเมื่อเรากลับไปอยู่บ้านเราต้องเลี้ยงลูก คุณแม่ก็ต้องเอาความใส่ใจในการดูแลตัวเองให้สะอาดของร่างกาย คือต้องอาบน้ำทุกวัน ใช้สบู่ล้างร่างกายให้สะอาด และสระผมด้วย ทำไมเราต้องดูแลร่างกายให้สะอาด การทำสะอาดร่างกายของเราให้สะอาด เวลาเราไปเลี้ยงลูก ลูกก็肯定不会ติดเชื้อ แต่ถ้าเราไม่สระผมไม่อาบน้ำ จะทำให้ร่างกายเราสกปรกแล้วก็มีเชื้อโรค แล้วก็มันจะแพร่ไปให้ลูก เราเวลาที่ไปเลี้ยงลูกหรือว่าลูกดูนมแม่ การทำความสะอาดร่างกาย การอาบน้ำ สระผม เช็ดผ้าซักให้

สะอาดเหล่านี้จะช่วยป้องกันการติดเชื้อโรค ช่วยดูแลสุขภาพแม่และลูก ถ้าหากอยู่บนดอยอากาศเย็นก็ต้มน้ำอาบได้ ขอให้อาบน้ำให้พอกสบู่ ทำความสะอาดโดยเฉพาะที่แผลที่เย็บอย่าให้หมักหมม อย่าอักเสบขึ้น ถ้าด้วยสบู่อธรรมดาไม่จำเป็นต้องไปซื้อน้ำยาฆ่าเชื้อหรือว่าพอกอะไรที่มันแรงเพราะก็อาจทำให้แผลแยกและอาจจะทำให้มีติดเชื้อ เมื่อล้างแล้วเช็ดให้แห้งแล้วก็ใส่ผ้าอนามัยเพื่อที่จะซับน้ำคาวปลา

การรับประทานอาหาร เท่าที่มีประสบการณ์หลังจากคลอดแล้ว เขามักจะถือว่าไม่กินของแสลง บางคนไม่ยอมกินเนื้อ ไม่กินเนื้อสัตว์ ไม่กินผักผลไม้ พวกนี้อยากบอกให้เลยว่า คุณแม่หลังจากคลอดลูกแล้วจำเป็นต้องกินอย่างยังต้องบำรุงร่างกาย กินอาหารให้มีประโยชน์นะคะ และต้องมีปริมาณที่มากเพียงพอ อาหารกินได้ทุกอย่าง ยกเว้นของหมักดอง เหล้า บุหรี่ สามารถทานเนื้อสัตว์ ปลา ผักผลไม้ นม นมนี้เริ่มดื่มได้ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ ดื่มนมวันละ 2-3 แก้ว หลังคลอดก็ทานได้ เพราะว่าอาหารเหล่านี้จะผลิตเป็นน้ำนมแล้วมาเลี้ยงลูกของเรา ถ้าเรารับประทานอาหารไม่มีคุณค่าหรือขาดสารอาหาร น้ำนมเรามันก็ไม่สมบูรณ์และลูกเราก็จะได้รับอาหารที่ไม่สมบูรณ์ไปด้วย แล้วช่วงที่คุณแม่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองนี้ คุณแม่ต้องระวังให้ลูกดูนมให้ถูกวิธีซึ่งถ้าคุณแม่มาคลอดลูกที่โรงพยาบาล ทางโรงพยาบาล แพทย์หรือพยาบาลก็จะแนะนำว่า คุณแม่ควรจะอุ้มลูกอย่างไร จะให้ลูกดูนมวิธีใดที่มันถูกต้องแล้วก็มี น้ำนมออก หลังคลอด 2-3 วันแรกน้ำนมก็อาจจะยังไม่มา ก็อาจจะเริ่มคัดเต้านม หลังจากนั้นเราต้องให้ลูกดูดเป็นประจำสม่ำเสมอ แล้วก็น้ำนมก็จะมาเองตามธรรมชาติ แล้วหลังจากเราดูแลตัวเองได้อย่างนี้แล้ว เราก็ต้องมาตรวจตามนัด คุณแม่ก็ต้องคอยสังเกตอาการแผลฝีเย็บนั้น มันสีแดง มันบวม มันเจ็บมากขึ้น หรือว่ามีเลือดออก หรือว่ามีเลือดออกทางช่องคลอด เจ็บมดลูก หรือว่ามีไข้ ตรงนี้อาจจะมีการบอกได้ว่ามีการติดเชื้อที่มดลูกหรือว่ามีการติดเชื้อในบริเวณแผลฝีเย็บ คุณแม่ให้มาหาหมออย่าไปหาयरับประทานเอง อย่าไปรักษาเอง เพราะว่าอาจจะทำให้อาการรุนแรงมากขึ้น อีกอันหนึ่งก็คือถ้ามีการคัดเต้านม คือ เต้านมบวมแดงอักเสบต้องมาหาหมอเช่นเดียวกันเพราะว่าช่วงนั้นลูกจะดูดนมไม่ได้

นอกจากนี้เราต้องนำลูกมาฉีดวัคซีนด้วย ซึ่งวัคซีนตามมาตรฐานกระทรวงสาธารณสุข ให้มาฉีดประมาณ 9 ครั้ง ใน 9 ครั้งนี้ มีวัคซีนยาป้องกันโรคหลายโรค แล้วก็ก็เป็นโรคที่มีอันตรายทั้งสิ้น คือเด็กเกิดแรกในโรงพยาบาล เด็กจะได้รับการฉีดยาป้องกันโรคตัวโรค และยาป้องกันไวรัสตับอักเสบบี พออายุได้ 2 เดือนแล้วจะต้องนัดให้เอาเด็กมาฉีดวัคซีนไวรัสตับอักเสบบีเข็มที่สอง แล้วให้เด็กได้กินยาป้องกันโรคโปลิโอแล้วก็ฉีดวัคซีน คอตีบ บาดทะยัก ไกกรน พอเด็กได้ 4 เดือนก็ต้องนำเด็กมารับฉีดวัคซีน คอตีบ บาดทะยัก ไกกรนอีกเข็มหนึ่ง พอ 6 เดือนก็ต้องมารับการฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบีเข็มที่สาม แล้วก็วัคซีนป้องกันโปลิโอและวัคซีนป้องกัน คอตีบ บาดทะยัก ไกกรน ในช่วงเด็กอายุ 9-12 เดือนก็ต้องนำเอาเด็กมารับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัด หัดเยอรมัน โรคคางทูม พออายุได้ 1 ขวบครึ่งตัวเองเด็กมารับการฉีดวัคซีนป้องกันโปลิโอ คอตีบ บาดทะยัก ไกกรน และก็จะใช้

สมองอักเสบช่วง พอ 2 ขวบครึ่งก็ให้มารับฉีดยารักษาป้องกันไข้สมองอักเสบอีกเข็มหนึ่ง อายุ 4 ปีก็ต้องมารับยารักษาป้องกัน โปลิโอ คอตีบ บาดทะยัก ไอกรน และอายุ 6 ปีก็จะมียารักษาป้องกัน วัณโรค โรคหัด โรคคางทูม โรคหัดเยอรมัน ซึ่งก็จะมีข้อมูลแนะนำในตามสมุดของคุณแม่ แล้วถ้าเป็นโรงพยาบาลของสังกัดกระทรวงสาธารณสุขก็จะมีสมุดเล่มสีเขียว อันนั้นก็ใช้ได้ตั้งแต่คุณแม่เริ่มตั้งครรภ์จนถึงเด็กได้อายุ 5 ขวบ ก็จะมีนัดมาเป็นระยะๆ ซึ่งโรคพวกนี้ เช่นโรคคอตีบนี้ถ้าติดเชื้อแล้วอาจจะทำให้เด็กเสียชีวิตได้ หลายโรคอาจจะอันตรายถึงแก่ชีวิต เพราะฉะนั้น จะต้องนำลูกมารับการฉีดยารักษาให้ครบตามที่ทางโรงพยาบาลหรือว่าทางเจ้าหน้าที่ทางโรงพยาบาลได้แจ้งได้นัดไว้

ผู้ดำเนินรายการ บางคนพาลูกไปฉีดยารักษา แล้วเด็กเป็นไข้เกี่ยวกันอย่างไร

อาจารย์ธำริวรรณ อาจจะเป็นไปได้ เพราะแต่ก่อนนี้ไม่อาจจะรุนแรงเด็กอาจจะไข้ประมาณ 2-3 วัน ไม่สูงมากก็ไม่ได้รับอันตราย แล้วจะหายไม่ต้องให้เขากินยาอะไรเลย หรือว่าให้ยาแก้ไข้ธรรมดา หรือเช็ดตัวให้เด็ก อันนี้ไม่ต้องกังวล

ผู้ฟัง 1 อยากจะถามคุณหมอว่าถ้าเราทำบัตรสุขภาพแรงงานต่างด้าวที่โรงพยาบาลนครพิงค์แล้วย้ายฝากทองที่โรงพยาบาลสวนดอกได้ไหม เพราะพี่น้องไต่สวนมากทำบัตรไว้ที่โรงพยาบาลป่าแฉะแล้ว จะไปฝากตรงโน้น มันไกล ไม่สะดวกอยากจะฝากใกล้ๆ

อาจารย์ธำริวรรณ ถ้าหากทำบัตรไว้ที่โรงพยาบาลที่ป่าแฉะ แล้วอยากจะย้ายมาฝากที่สวนดอกก็ต้องไปคุยกับคุณหมอที่ทำบัตรให้ ว่ามีปัญหาสุขภาพอะไร ทางคุณหมอทางโรงพยาบาลป่าแฉะถึงจะส่งตัวมารักษาที่สวนดอก ต้องมีจุดหมายของแพทย์ที่โรงพยาบาลต้นสังกัดส่งตัวมาจึงจะใช้สิทธิอันนี้ได้ แต่ถ้าไม่มีจุดหมายส่งตัวจากแพทย์ แล้วอยากจะใช้สิทธิที่สวนดอกคนไข้จะต้องเสียค่าใช้จ่ายเอง ย้ายมาได้แต่ว่าไม่สามารถใช้บัตรอันนั้นได้ ซึ่งกรณีนี้ให้กลับไปปรึกษาที่คุณหมอบอกว่า ปัญหาในการเดินทางว่าหรือไม่สะดวกหรือว่ามีปัญหาอะไรที่อยากจะมาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลสวนดอก ก็สามารถไปพูดคุยกับคุณหมอโดยตรงได้

ผู้ฟัง 1 ถ้าขอย้าย สามารถย้ายได้ ไหม

อาจารย์ธำริวรรณ ขอให้คุณหมอเขียนจดหมายมาให้ ว่าย้ายนางคนไหน เพื่อมาคลอด มาฝากทำต่อมารับการรักษาต่อที่โรงพยาบาลมหาราช แล้วเตรียมเอกสารมาให้พร้อม เช่น บัตรประจำตัว จดหมายจากทางโรงพยาบาล สมุดฝากครรภ์ แล้วก็สำเนาทะเบียนบ้านด้วย แล้วให้มาติดต่อศูนย์ประสานสิทธิที่จะอยู่ที่โรงพยาบาลมหาราช ตึกศรีพัฒน์หรือว่าถ้าใครมีปัญหาเรื่องบัตรหรือเรื่องสิทธิต่าง อยากจะโทรก่อนก็ได้ที่เบอร์ 053 946 575 – 79 แล้วถ้ามีอะไรสงสัยในรายละเอียด จะมีเจ้าหน้าที่ที่เขารับผิดชอบเรื่องการประสานสิทธิอยู่ตรงนั้น สามารถโทรเข้ามาปรึกษาได้ ว่าจะต้องเตรียมหลักฐานเอกสารอะไรมาบ้าง

ผู้ฟัง 2 อยากจะถามว่าเราเป็นคนทำงาน ถ้าเราไม่ทำงานนายจ้างหรือแม่เลี้ยงอาจะไม่จ้าง บางทีภรรยาของเราตั้งครรภ์ก็ก็ต้องไปทำงาน จะทำอย่างไรที่จะไม่กระทบกระเทือนกับลูกและแม่ ต้องมีวิธีอย่างไรการแก้ไขอยากพูดคุยนางจ้างว่ามีทางออกอย่างไรบ้าง

อาจารย์ธำริวรรณ คือคุณแม่ตั้งครรภ์เราไม่ได้ห้ามว่าไม่ให้ทำงาน สามารถทำงานได้ตามปกติไปเข้าเย็นกลับ แต่ว่าลักษณะงานที่ทำในช่วงตั้งครรภ์ใหม่ๆไม่ควรไปแบกของหนักเป็นงานที่ต้องยกหนักของต่างๆ หรือว่าทำจนหมดแรงงานเยอะๆไม่ควร หรือว่าทำจนดึกๆไม่ได้หลับไม่ได้นอน จริงๆแล้วมีกฎหมายเรื่องการจ้างแรงงานว่า ผู้หญิงที่ตั้งครรภ์เราจะไม่ให้ทำงานจนที่เหนื่อยๆ ซึ่งตรงนี้ช่วงกลางคืนก็ต้องกลับมาพักผ่อน แต่ว่าช่วงกลางวันเราสามารถทำงานได้ ไม่ควรเป็นงานหนัก แบกของยกหนักพวกนี้ อย่างอื่นก็เขาสามารถปฏิบัติตัวได้ตามปกติ

ผู้ฟัง 3 อยากจะถามว่า ช่วงเราไปฝากครรภ์แล้วแต่คุณหมอดตรวจพบว่าเราเป็นเลือดจาง คนไข้เป็นตับอักเสบ แต่ไม่ใช่ว่าเป็นอันตรายมาก แต่ถ้าไม่ป้องกันอาจจะสู่ถึงลูก เมื่อลูกก็คลอดมาแล้วต้องพาไปตรวจอีกไหม

อาจารย์ธำริวรรณ ตอนนี้อยู่คลอดแล้วหรือยัง

ผู้ฟัง 3 ลูกคลอดได้ 4 ขวบแล้ว

อาจารย์ธำริวรรณ แล้วคุณแม่เป็นเลือดจางชนิดใด

ผู้ฟัง 3 ไม่ค่อยรุนแรงมาก

อาจารย์ธำริวรรณ คุณพ่อเป็นเลือดจางเหมือนกันไหม

ผู้ฟัง 3 คุณพ่อเป็นตับอักเสบ

อาจารย์ธำริวรรณ คุณแม่เป็นตับอักเสบด้วยไหม

ผู้ฟัง 3 ไม่เป็น

อาจารย์ธำริวรรณ คุณแม่มีภูมิต้านทานรับตับอักเสบแล้วหรือยัง

ผู้ฟัง 3 ไม่แน่ใจ

อาจารย์ธำริวรรณ ยังไม่แน่ใจ ที่นี้ขอตอบเป็นสองประเด็น อันแรกก็คือว่า น่าจะเป็นเลือดจางแต่คิดว่าคงไม่มีความรุนแรงอะไรเลย เลือดจางนี้จะมียูอยู่หลายชนิด เช่นพวกพาลาฟอนีหรือเปล่าหรือแค่เป็นเลือดจางธรรมดาหรือเปล่าแต่ถ้าไม่ได้มีอาการรุนแรงอะไร แล้วทางคุณพ่อก็ไม่ได้มีพาลาฟอนีหรือว่าโรคพวกนี้ที่รุนแรง เด็กก็มีโอกาสคล้ายๆคุณแม่ได้ แต่เด็กก็ไม่ได้มีอาการรุนแรงอะไรไม่ต้องกังวล

ผู้ฟัง 3 อยากจะถามอีกข้อหนึ่งว่า เมื่อลูกเกิดได้ประมาณ 1 เดือน เวลาก่อนจะฉีดยาที่ร้องไห้แล้วก็มีตัวสีขาวๆออกมาหนึ่งตัว ต้องพาไปตรวจสัปดาห์ละ 3 ครั้ง แล้วต้องเอาไปตลอดจนครบ 3 เดือน ต้องติดตามผลอย่างไร

อาจารย์ธำรวัตร โรงพยาบาลบอกว่าอะไร มันคืออะไรบ้างที่ออกมา

ผู้ฟัง 3 เม็ดเลือดเม็ดขาวอะไรไม่รู้ ต้องไปตรวจตลอดตอนอายุ 1 – 2 เดือน ต้องตรวจตลอด ถ้าไปตรวจวันจันทร์ วันพุธกับวันศุกร์ก็ต้องไปตรวจอีก แต่ครั้งก็หมดเงิน 4 ร้อยกว่าบาท ก็ไม่มียารักษาอะไรเพราะว่าเด็กยังเล็กอยู่ แต่ก็คอยตรวจตลอดเวลาเพื่อไม่ให้มีอะไรเพิ่มอีก อยากรู้ว่าเป็นโรคอะไร

อาจารย์ธำรวัตร จากอาการก็ไม่แน่ใจว่าเป็นโรคอะไร คุณแม่ก็ต้องปรึกษาคุณหมอที่รักษาโดยตรง แล้วถ้าคุณหมอนัดมาตรวจก็ต้องพามาตรวจ เพราะว่าคุณหมอวินิจฉัยแล้วก็ให้การรักษาตามอาการ ตอนนี้ลูกมีอาการอยู่หรือ

ผู้ฟัง 3 ตอนไม่ได้ตรวจแล้วเอาลูกไปอยู่ที่พม่าได้ 3 ปีแล้ว

อาจารย์ธำรวัตร ถ้าไม่มีอาการอะไรก็อาจจะสบายใจ คือไม่แน่ใจตอนนั้นเขาอาจจะมียะไรอีกเสบทางเดินปัสสาวะหรือเปล่า ที่อาจจะพบมีเม็ดเลือดแดงหรือว่าเม็ดเลือดขาวออกมาด้วย ก็ต้องดูแลอาการต่อไป แต่ถ้าเขาอาการผิดปกติก็ต้องมาพบแพทย์ด้วย ส่วนประเด็นที่ว่าคุณพ่อเป็นตับอักเสบนี้ ถ้าเป็นไวรัสชนิดหนึ่ง คุณแม่ต้องมาตรวจว่าคุณแม่มีภูมิต้านทานหรือเปล่า เพราะว่าอาการโรคตับอักเสบนี้ มันอาจจะแพร่ได้เมื่อมีการเพศสัมพันธ์ ถ้าคุณแม่ตรวจเลือดแล้วมีภูมิต้านทานแล้วก็ปลอดภัยสามารถมีเพศสัมพันธ์กันได้ตามปกติ แต่ถ้าคุณแม่ยังไม่มีภูมิต้านทานคุณแม่ต้องมาฉีดวัคซีนด้านคุ้มครองการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบ แล้วบอกให้คุณพ่อว่าต้องดูแลสุขภาพตัวเอง คุณพ่อต้องไม่ดื่มเหล้าไม่สูบบุหรี่

ตับอักเสบ มีหลายๆเชื้อโรค มีไวรัสชนิด เอ บี ซี ดี แต่บางชนิดนี้ก็หายแต่บางชนิดก็จะอยู่เป็นพาหะเป็นเชื้อโรคอยู่ในตัว เราก็จะเป็นพาหะแพร่เชื้อกลุ่มอื่นได้ จากเลือดจากการมีเพศสัมพันธ์ ส่วนคุณพ่อก็ต้องดูแลตัวเอง ไม่ทราบว่าตับอักเสบนั่นเป็นชนิดใด ถ้าเป็นชนิดดีแล้วจะไม่หายแต่จะต้องป้องกันตัวเองหรือว่าดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์ งดพวกเหล้า บุหรี่ เพราะพวกนี้จะโอกาสทำให้ตับมีอาการผิดปกติได้ มากกว่าคนที่ไม่ได้ติดเชื้อ

ผู้ฟัง 4 อยากจะถามว่า ลูกฉี่ใส่ในพื้นนอนตลอด อายุได้ 8 ขวบแล้ว ยังฉี่พื้นนอนตลอดเกือบทุกคืน ผมอยากจะรู้ว่าถุงปัสสาวะหรือท่อปัสสาวะลูกเป็นอะไรผิดปกติไหม

อาจารย์ธำรวัตร ตรงนี้เป็นปัญหาของเด็กหลายคน แต่ว่าอาจจะต้องฝึกเขาด้วย ระดับแรกคือต้องฝึกให้ฉี่หรือปัสสาวะก่อนนอน หรือว่าให้ดื่มน้ำน้อยๆก่อนนอนแล้วให้เขาฝึกด้วยตัวเอง แต่ถ้าเขาฝึกไม่ได้ก็ต้องมาพบแพทย์ให้วินิจฉัยว่าเป็นอะไร มีอะไรผิดปกติหรือเปล่า เด็กบางคนเขาก็จะมีความเครียด มีปัญหาทางจิตใจก็มีผลด้วยมีการปัสสาวะได้ เช่นอายุมากแล้วยังปัสสาวะรดที่นอนอยู่

ผู้ฟัง 5 ที่ผ่านมาจากโรงพยาบาลเขามาตรวจ โรค TB มาตรวจที่บริษัทที่ทำงานอยู่ เขาบอกว่าเป็นโรคเก๊า อยากจะสอบถามคุณหมอมองจะวิธีรักษาอย่างไรอะไรบ้างไหม

ผู้ดำเนินรายการ โรคเก้านี้ เป็นลักษณะที่ปวดตามข้อเท้าข้อมือไขว่ไหม

ผู้ฟัง 5 ใช่ ปวดตามข้อเท้าข้อมือทุกที่เมื่อออกกำลังกายหรือวิ่งก็จะปวดตามแขนหรือขา

อาจารย์ธำพร อันดับหนึ่งดูแลตัวเอง คืออย่าไปรับประทานอาหารที่มันจะเสริมทุกอาการ พวกผัก เช่น ผักขม กะหล่ำดอก กะหล่ำปลี หรือว่าพวกเนื้อสัตว์ที่เป็นเครื่องใน ไก่หรือเป็นต้น แล้วถ้ามีอาการรุนแรงเจ็บป่วยตามข้อกระดูกเท้า ต้องมาปรึกษาแพทย์ทางด้านข้อกระดูกและข้อเท้า ซึ่งก็ทางโรงพยาบาลก็จะมีแผนกโดยเฉพาะด้านนี้อยู่ มาตรวจอีกทีเพื่อจะได้ทำการรักษา เรื่องที่อยากฝากไว้ คือ เรื่องการตั้งครกฟากครก อยากรู้ว่าให้คุณแม่รีบฟากครกเร็วที่สุด ถ้าไม่แน่ใจหรือว่าเราตั้งครกหรือเปล่าเรา มาตรวจได้ตรวจทั้งปัสสาวะและเลือดได้ แล้วก็ช่วงที่ มาตรวจก็ขอให้มาตรวจตามที่หมอนัดและดูแลการรับประทานอาหาร ร่างกายและความสะอาด เรื่องการทำงาน หลังคลอดลูกแล้วก็อย่าลืมนำเด็กและตัวเรา ด้วยมาตรวจตามหมอนัด การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะว่าการดื่มนมจากแม่เด็คนั้นจะทำให้มีภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติ แล้วเด็กก็มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงการติดเชื้อต่างๆก็จะยาก ตอนนี้ทางกระทรวงสาธารณสุขก็มีนโยบายแนะนำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมของแม่อย่างน้อย 6 เดือน ในช่วง 6 เดือนนี้คุณแม่ไม่ต้องให้อาหารอย่างอื่น เช่น น้ำหรือว่าอาหาร ให้นมแม่อย่างเดียวพอ แล้วค่อยไปเสริมอาหารหลัง 3 - 4 - 5 - 6 เดือน แต่ว่าช่วงแรกคลอดก็ให้ดูนมแม่อย่างเดียวไม่จำเป็นต้องไปเสริม น้ำหรือว่าอาหาร แล้วอาจจะจะมีผู้สนใจเรื่องของการใช้สิทธิ หากมีข้อสงสัยเรื่องขอใช้สิทธิ ให้โทรไปปรึกษาที่โรงพยาบาลมหาราชเชียงใหม่ 053 9465 75- 79 ก็จะมีเจ้าหน้าที่เฝ้าไว้ตลอดคอยให้คำแนะนำ

บันทึกวิทยุ FM.99 MHz. MAP RADIO
ประจำวันที่ 13 พฤศจิกายน 2551 เวลา 11:00 – 13:00น.

ดำเนินรายการโดย จายเหลือนมน และ จายจาย
แขกรับเชิญ คุณสุมิตรชัย หัตถสาร ทนายศูนย์พิทักษ์และฟื้นฟูท้องถิ่น
ประเด็นความรู้เรื่องสิทธิ

ผู้ดำเนินรายการ สัมภาษณ์ พูดคุยกับทนายสุมิตรชัย

ทนายสุมิตรชัย เป็นทนายความอยู่ที่จังหวัดเชียงใหม่ และทำงานอยู่ที่ศูนย์พิทักษ์และฟื้นฟูท้องถิ่น และให้คำปรึกษาทางด้านกฎหมายต่าง ๆ และเคยทำคดีมา อย่างเช่น คดีของนางหนู่ม เป็นต้น

ผู้ดำเนินรายการ อยากจะถามเกี่ยวกับข้อมูล และกฎหมายต่าง ๆ โดยเฉพาะเรื่องบัตร คือ จะต้องทำอย่างไรที่จะได้บัตร (บัตรแรงงาน)

ทนายสุมิตรชัย รัฐบาลไทยก็มีนโยบายว่า การทำงานของคนต่างด้าว มีอยู่ 2 ประเภท คือ แรงงานที่เข้าเมืองโดยถูกต้องตามกฎหมาย (ถือพาสปอร์ต) ประเภทที่สองคือ แรงงานที่เข้าเมืองไม่ชอบด้วยกฎหมาย คือไม่ได้ผ่านขบวนการที่ถูกต้อง รัฐบาลไทยยุคก่อนก็ได้มีการสำรวจและมีการทำให้ถูกต้องตามกฎหมาย ได้ประกาศให้มีการขึ้นทะเบียน ก็คือ มีการขึ้นทะเบียนกัน ที่กรมการจัดงาน ซึ่งครั้งล่าสุดก็คือ ปี 51 ได้มีการต่อใบอนุญาตในช่วงต้นเดือนกุมภาพันธ์และเดือนมิถุนายน ที่มีสามารถต่อใบอนุญาตของแรงงาน ซึ่งก็ได้มีการออกกฎหมายใหม่มาที่เรียกว่า พรบ. การทำงานของคนต่างด้าว ปี 2551 คือ กฎหมายใหม่นี้ การขึ้นทะเบียนจะอนุญาต ให้อยู่ได้ 2 ปี แต่ว่าการอนุญาตให้ทำงานนี้มีเงื่อนไข คือ ต้องเป็นงานตามที่กฎหมายกำหนดให้ชัดเจน และขึ้นทะเบียนกับนายจ้างที่ทำงานให้ชัดเจน

ผู้ดำเนินรายการ ถ้านายจ้าง ต้องไปขึ้นทะเบียนนี้ต้องเตรียมอะไรบ้าง

ทนายสุมิตรชัย ต้องมีบัตรประจำตัวประชาชน สำเนาทะเบียนบ้าน มีภูมิลำเนาที่ไหน และต้องมีการสำรวจว่า นายจ้างมีตัวตนจริงหรือไม่ มีการจ้างงานจริงหรือไม่ ทำงานอะไร ทำที่ไหน เพราะตามกฎหมาย ผู้ตรวจแรงงานสามารถเข้าไปตรวจสอบสถานที่ทำงานของนายจ้างได้ตลอดเวลา ซึ่งก็เพื่อรักษาความปลอดภัยและเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการละเมิดแรงงาน เอาเปรียบอื่น ๆ ถ้าหากว่าการละเมิดกดขี่ หรือใช้แรงงานไม่ถูกต้องก็จะสามารถดำเนินการกับนายจ้างได้ทันที

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าเป็นลูกจ้างต้องเตรียมอะไรไปบ้าง ถ้าจะต้องไปขึ้นทะเบียน

ทนายสุมิตรชัย ไม่มีเอกสารก็ไม่มีอะไรเพียงลูกจ้างต้องไปแสดงตัวกับเจ้าหน้าที่พร้อมกับนายจ้าง ซึ่งเขาจะรับขึ้นทะเบียนก็ต่อเมื่อเรามีนายจ้างที่ชัดเจน แต่เรื่องการขึ้นทะเบียนแรงงานมันเป็นไปตามนโยบายของรัฐบาล เป็นครั้ง ๆ ไป อย่างเช่นเป็นไปตามมติของคณะรัฐมนตรีว่าจะให้ขึ้น

ทะเบียนแรงงานว่าจะเมื่อใด แต่ถ้าเป็นแรงงานที่เข้ามาถูกต้องตามกฎหมายก็สามารถไปยื่นได้ทันทีเลย แต่ถ้าเป็นแรงงานที่เข้ามาไม่ถูกต้องๆรอบนโยบายของรัฐบาลก่อนที่จะให้มีการขึ้นทะเบียนเมื่อไหร่จะมีการรวมการของแรงงานเสนอเข้าไปที่รัฐบาล แล้วว่าจะให้ขึ้นทะเบียนอีก เพราะว่ายังมีแรงงานที่ตกสำรวจอยู่เยอะมาก ก็เลยอาจจะมียุทธศาสตร์อีกครั้งหนึ่ง ซึ่งก็อาจจะเป็น ช่วงต้นปีหน้า (ปี 2552)

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าหากว่าเราเป็นแรงงาน เราอยากจะย้ายที่ทำงาน จะย้ายได้หรือไม่และต้องทำอย่างไรบ้าง

นายสุมิตรชัย โดยหลักการแล้วต้องไปแจ้งที่นายทะเบียน แล้วนายทะเบียนก็จะถามว่านายจ้างคนเดิมว่ายังไปบ้าง และนายจ้างคนใหม่เป็นใคร แต่ขั้นตอนหลักจะอยู่ที่นายทะเบียน ที่จะเป็นคนดำเนินการให้และจะมีการสอบสวนว่า นายจ้างคนเดิมเลิกจ้างเพราะเหตุผลใด หรือว่าไม่มีเงินจ่าย หรือว่าเลิกกิจการแล้ว ที่นี้ถ้าถูกจ้างได้นายจ้างใหม่แล้ว ต้องให้นายจ้างคนใหม่มาขึ้นทะเบียนด้วย และต้องเปลี่ยนบัตรให้ใหม่ เพราะทางด้านหลังบัตรจะระบุมีลำนามของนายจ้างคนเดิมอยู่ และเราก็ต้องเปลี่ยน ทร. 38/1 ใหม่ ซึ่งก็ต้องไปแจ้งที่นายทะเบียน เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงข้อมูลให้ถูกจ้างใหม่ และต้องเป็นไปตามขั้นตอนต่อไป ถือเป็นสิทธิเราที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลงได้ แต่ว่าถูกจ้างต้องไปแจ้งให้นายทะเบียนทราบ ถ้าไม่บอกปัญหาที่ตามมานั้น เช่นถ้าหากว่าเวลาเกิดอุบัติเหตุขึ้นมาแล้ว แต่เราไม่ได้อยู่กับนายจ้างคนเดิมแล้ว ก็จะมีปัญหาในการคุ้มครอง และในการรักษาตามมา เพราะถูกจ้างไม่ได้อยู่กับนายจ้างคนเดิมแล้ว ดังนั้น ขั้นตอนที่ถูกต้องคือต้องไปแจ้งกับนายทะเบียน ตอนถูกจ้างไปขึ้นทะเบียนนั้น ลูกจ้างจะได้สิทธิพิเศษอยู่อย่างหนึ่ง คือ สิทธิในการอาศัยอยู่ในประเทศไทยได้ชั่วคราว ซึ่งเจ้าหน้าที่ไม่สามารถมาจับเราได้ ลูกจ้างสามารถอยู่และทำงานได้ตามที่กรมการจัดหางานเค้าได้อนุญาตนั้น ดังนั้น เมื่อเรามีสิทธิแล้ว เวลามีปัญหาเราก็ควรจะไปแจ้งเจ้าหน้าที่ หากเราไม่ไปแล้ว เวลามีปัญหามาแล้วจะลำบาก อย่างเช่นไม่ไปต่อใบอนุญาตทำงานบ้าง ไม่อยู่กับนายจ้างบ้าง ดังนั้นเจ้าหน้าที่ก็ไม่สามารถช่วยเราได้ ทางที่ดีเวลาถูกจ้างจะย้ายนายจ้างหรือเปลี่ยนนายจ้างควรจะไปแจ้งต่อนายทะเบียน และทางนายทะเบียนเค้าก็จะเรียกนายจ้างมาเซ็นด์ หากไม่มาเซ็นด์ก็จะเป็นขั้นตอนของเจ้าหน้าที่เค้าต่อไปว่าจะดำเนินการกับนายจ้าง

ผู้ดำเนินรายการ ในกรณีที่ลูกจ้างไปทำบัตรมาแล้ว นายจ้างยึดบัตรไว้ไม่ให้ลูกจ้างถือบัตร มีความผิดหรือไม่

นายสุมิตรชัย มี 2 เงื่อนไข กรณีทำงานกับนายจ้างที่เป็นโรงงาน แต่ถ้าลูกจ้างจะออกไปข้างนอกต้องให้ลูกจ้าง แต่หากจะยึดเอาไว้ไม่ได้ ข้อแนะนำคือ ให้ถ่ายเอกสารไว้ได้ เพราะว่าบัตรนั้นมีเลข 13 หลักอยู่ ในกรณีถ้าเราทำหายเราก็สามารถไปแจ้งหายต่อนายทะเบียนได้ หรือถ้าถูกนายจ้างยึดไว้กับออกไป แต่เราต้องจำหมายเลข 13 หลักไว้ นายทะเบียนเค้าก็จะเรียกนายจ้างมาสอบถามได้

สุดท้ายถ้าตามนายจ้างไม่ได้ก็สามารถทำบัตรใหม่ได้ นี่ก็เป็นวิธีการหนึ่งที่เราจะแสดงหลักฐานของเราได้

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าถูกจ้างถือบัตรแรงงานไว้ เราออกไปไหนมาไหนไม่ได้จริงหรือไม่ ต้องไปทำงานอย่างเดียวไปเที่ยวไม่ได้

นายสมิตรชัย จริง ๆ กฎหมายไม่ได้เขียนไว้ว่า ลูกจ้างจะต้องอยู่ในที่ทำงานตลอดเวลา คำว่าใช้คำว่าได้สิทธิอาศัยอยู่ได้ชั่วคราว ก็คือในพื้นที่ที่ลูกจ้างทำงาน ก็คือในจังหวัด ลูกจ้างสามารถเดินทางได้ เรียกว่า สิทธิอาศัย ไม่ใช่ว่าโดนขังอยู่ในโรงงานตลอด อันนี้ผิดกฎหมายแน่นอน ขอหาขังลูกจ้างไว้ในโรงงาน เพราะลูกจ้างไม่ใช่ทาส ในกรณีจะข้ามจังหวัดก็ต้องไปขออนุญาตเป็นครั้งไป

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าบัตรนี้ที่ทำงานอยู่ที่ข้างเผือกแต่ไปเที่ยวที่แอร์พอร์ต แล้วโดนจับนี้ถูกต้องหรือเปล่า

นายสมิตร ไม่ถูก แต่ถ้าเราออกนอกจังหวัดถึงจะผิด

ผู้ดำเนินรายการ แรงงานบางคนไม่รู้ อ่านหนังสือไม่ออก เลยไม่รู้ และเคยมีเหตุการณ์ คือ มีแรงงานไปตลาดแล้วไปเจอเจ้าหน้าที่ เจ้าหน้าที่เค้าบอกว่านี่ถือบัตรทำงาน ต้องทำงานอย่างเดียว ไปเที่ยวไม่ได้แบบนี้เคยเกิดขึ้น

นายสมิตร กรณีเช่นนี้ อาจเป็นทางเจ้าหน้าที่ที่อาจจะไม่รู้กฎหมาย หรือมีพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่ว่าทางคำพูดหรืออะไรก็แล้วแต่ แต่ไม่ถูกต้อง ถ้าเค้าจับเราไปโรงพัก เราก็สามารถแสดงบัตรของเราได้ และแจ้งความเอาผิดกับเจ้าหน้าที่คนนั้นได้

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าทำบัตรหาย เราสามารถแจ้งทำบัตรใหม่ได้ไหม

นายสมิตร ได้ อย่างที่บอกไปข้างต้น ให้ลูกจ้างถ่ายเอกสารเก็บไว้ชุดหนึ่ง หรือว่าถ้าเราจำหมายเลข 13 หลักได้ เราก็สามารถไปแจ้งความที่โรงพักว่าเราบัตรหาย แล้วเอาใบแจ้งความนั้นไปทำใหม่

ผู้ดำเนินรายการ แต่พี่น้องชาวไทยใหญ่เราบางคนไม่รู้ ถ้าทำหายก็ถือว่าหายไปเลย

นายสมิตร คือ ทุกคนที่ขึ้นทะเบียนไว้ ทางเจ้าหน้าที่มีฐานข้อมูลไว้อยู่แล้ว หากเราจำหมายเลข 13 หลักได้ ก็สามารถไปแจ้งทำใหม่ได้

จายอ่อง อยากถามเรื่องการขับขี่รถมอเตอร์ไซด์ เวลาเราขับรถมอเตอร์ไซด์ แล้วไปเจอตำรวจนี้ แล้วมีการปรับ 2,000 บาท เรื่องนี้ถือว่า เป็นไปตามกฎหมายหรือเปล่า และถูกต้องไหม

นายสมิตร เรื่องที่พี่น้องแรงงานมีรถและขับขี่รถมอเตอร์ไซด์นี้ เคยมีเรื่องที่เกิดขึ้น เมื่อต้นปีที่ผ่านมา มีเจ้าหน้าที่ตำรวจไปจับในแคมป์ก่อสร้าง ซึ่งก็เป็นเรื่องเป็นราวเท่าที่ผมได้ตรวจสอบรายละเอียดนี้ การปรับของเจ้าหน้าที่ตำรวจนี้เค้าปรับได้ 2 ข้อหา ข้อหาที่ 1 คือไม่มีใบอนุญาตขับขี่ ข้อหาที่ 2 คือ คุณให้คนที่ไม่มีใบอนุญาตขับขี่รถของคุณ คือทั้ง 2 ข้อหานี้ อัตราปรับไม่เกิน 2,000 บาท คือถ้าเค้าปรับ

เต็มอัตราคือ 2,000 บาท คือมันก็เป็นกฎหมาย พรบ.จราจรทางบก เพื่อที่จะคุ้มครองความปลอดภัยบนท้องถนน ดังนั้น ผู้ที่จะขับขีรถบนท้องถนนได้ คือ ต้องมีใบอนุญาตขับขีเท่านั้น

นายอ่อง คือ พี่น้องแรงงานไทยใหญ่มีหลาย ๆ กลุ่ม บางกลุ่มถือบัตรกรมแรงงานที่ออกให้เป็นรายปี ปีละ 3,800 บาท อีกกลุ่มคือ ถือบัตรพื้นที่สูง บัตรสีต่าง ๆ อย่างกรณีของบัตรพื้นที่สูงสามารถโอนเป็นเจ้าของรถได้และแบบนี้เจ้าหน้าที่เค้าจะสามารถปรับเราเต็มอัตราอยู่หรือเปล่า

นายสมิต ถ้าหากเราเป็นเจ้าของรถ มีชื่ออยู่ในคู่มือรถนี้ ก็จะโดนปรับแค่ข้อหาเดียว นั่นคือ ไม่มีใบอนุญาตขับขีเท่านั้น ไม่เกิน 1,000 บาท ถ้าหากว่าเราอนุญาตให้คนไม่มีใบอนุญาตขับขีแล้วจะโดน 2 ข้อหา คือ 2,000 บาท อย่างแรงงานทั่ว ๆ ไป จะไม่สามารถโอนชื่อเป็นเจ้าของรถได้ ดังนั้น จึงโดนปรับ 2 ข้อหา 2,000 บาท ที่ผ่านมามีองค์กรที่เป็นเอกชนได้มีการผลักดันเรื่องนี้ไปเยอะเหมือนกัน เค้าพยายามสอบถามที่กระทรวงคมนาคมอยู่ว่าทำไม แรงงานไม่สามารถทำใบขับขีได้ ซึ่งทางขนส่งเค้าก็บอกว่าเกี่ยวกับความมั่นคง ซึ่งในอดีตเค้าก็เคยอนุญาตให้คน 4 กลุ่มทำใบขับขีได้สมัยเมื่อปี 37 ครบ 4 กลุ่มนั่นคือ ญวนอพยพ อดีตทหารจีนคณะชาติ หรือจีนฮ่อ ผู้ร่วมพัฒนาชาติไทย หรืออดีตโจรคอมมิวนิสต์มาลายา และไทยลื้อ แต่กลุ่มอื่นนี้ยังไม่มีนโยบายที่จะทำให้ แต่ก็ยังเป็นนโยบายที่เก่ามาก ซึ่งอาจจะต้องไปทบทวนดูว่าจะให้กลุ่มแรงงานนี้มีใบอนุญาตขับขีได้เป็นพื้นที่หรือเป็นเขต แต่ต้องห้ามออกนอกพื้นที่อย่างนี้เป็นต้น หรือว่าเป็นใบอนุญาตขับขีรถชั่วคราว เพื่อจะลดปัญหาที่ต้องถูกดำเนินคดี คือมีบางพื้นที่ เช่นจังหวัดเชียงรายได้มีการไปคุยกับขนส่งว่าให้เจ้าหน้าที่ไปจัดฝึกอบรมให้กับแรงงาน และออกใบผ่านการฝึกอบรมให้ เพื่อที่เจ้าหน้าที่จะได้ไม่จับนี่ก็คือทางด้านของนโยบายว่าต้องทำอะไร แต่ทางด้านตัวบทกฎหมายแล้ว ยังไม่เปลี่ยน

ผู้ฟัง ถามเรื่องการซื้อรถว่า แรงงานสามารถซื้อรถได้หรือไม่และโอนเป็นชื่อของแรงงานได้หรือเปล่า

นายสมิต สามารถซื้อได้ เพราะกฎหมายไม่ได้กำหนดไว้ แต่โอนเป็นชื่อเรายังไม่ได้

ผู้ฟัง ถามเรื่องบัตรว่าปีนี้จะไม่ได้บัตรแข็งไซ้ใหม่(บัตรกรมแรงงาน) ทางกรมแรงงานเค้าตอบว่า ปีนี้อาจจะไม่ได้บัตรแข็ง อยากรู้ว่าทำไม

นายสมิต ต้องสอบถามดูทางเจ้าหน้าที่ว่าเพราะเหตุใดถึงช้า

ผู้ฟัง ถามว่า มีบัตรกรมแรงงานที่ทำในเชียงใหม่และกลับไปบ้านที่อ.ฝางแล้วถูกเจ้าหน้าที่รื้อไถตามด่าน คนละ 200 – 400 บาท เพราะเหตุใด

นายสมิต เราต้องมีใบอนุญาตของนายจ้างเรา ว่าให้คน ๆ นี้กลับไปบ้านจริง

บันทึกวิทยุ FM.102.75 MHz. (คลื่นธรรมชาติสุขภาพ)

วันที่ 1 เดือนกันยายน ปี 2551 เวลา 13:00 – 15:00น.

ดำเนินรายการโดย คุณสุเมธ จันทรแก้ว และคุณเมียะห่าน ลุงแก

แขกรับเชิญ คุณกัณทนา อาภา โรงพยาบาลเชียงดาว

ประเด็นการวางแผนครอบครัว

ผู้ดำเนินรายการชาย ช่วงนี้เป็นช่วงที่ไข้เลือดออกระบาดหนักมาก อยากจะมาประชาสัมพันธ์ในเรื่องการป้องกันในเรื่องของไข้เลือดออก ป้องกันได้โดยการนอนมุ้งโดยเฉพาะในช่วงกลางวัน ระวังอย่าให้ยุงกัด เพราะว่ายุงลายเป็นยุงที่หากินกลางวัน ป้องกันโดยการนอนในมุ้งหรือมุ้งครอบ พ่อผู้แม่ผู้นี้ไม่ได้ทำงาน เด็กๆที่ไม่ได้ไปเรียนหนังสือ ส่วนใหญ่จะหลับกลางวันอย่าลืมนอนในมุ้งด้วยหรือไม่ก็ต้องนอนในห้องที่มีมุ้งลวดและช่วยกันกำจัดลูกน้ำยุงลาย ขยันตรวจสอบแจกันและจานรองขาตู้ด้วย แจกันควรเปลี่ยนน้ำทุกๆ 5 วัน จานรองขาตู้ถ้ามันเปลี่ยนยากให้ใส่ผงซักฟอกใส่สัก 2 ช้อนชา หรือเกลือแกงใส่ไป 2 ช้อนชา ต่อถ้วย และตรวจสอบดูบริเวณบ้านด้วยว่าจะมีอะไรที่จะมีน้ำขัง มียุงไปไข่ได้ ถ้าไม่ได้ใช้ประโยชน์อะไรก็ขายที่ขายร้านขายของเก่า จะได้เงินด้วย อันไหนที่ขายไม่ได้ก็เอาฝังหรือไม่ก็เก็บไว้ในที่ร่มเพื่อไม่ให้มีน้ำขัง และอย่าลืมอีกอย่างหนึ่งอยากจะพูดกับพี่น้องในชุมชนบ้านเรา ให้ความร่วมมือกับเจ้าหน้าที่จากอบต. เจ้าหน้าที่จากเทศบาล เจ้าหน้าที่อสม. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและเจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย เวลาที่จะมาพ่นหมอกควันหรือมากำจัดลูกน้ำยุงลาย ขอให้เจ้าของบ้านหรือไม่ก็ต้องมอบหมายให้คนใดคนหนึ่งอยู่บ้านเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับเจ้าหน้าที่ ที่จะไปกำจัดลูกน้ำยุงลาย มีหมาดุก็ช่วยจับมัดไว้ขังไว้ เจ้าของบ้านก็เปิดประตูเปิดบ้านให้ด้วย เพราะเราไม่รู้ว่ายุงลายตัวไหนเป็นตัวไหนที่จะมีเชื้อ บ้างไม่มีบ้างมันก็ต้องป้องกันไว้ก่อน ต้องกำจัดเอาไว้ก่อนเพื่อความปลอดภัยของลูกหลานของท่าน ช่วงนี้เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา

ดำเนินรายการหญิง เรื่องยาเม็ดคุมกำเนิด อยากเรียนถามคุณหมอว่ายาฝังคุมกำเนิดมีกี่ชนิด

คุณกัณทนา อาภา ยาฝังคุมกำเนิดนั้น เป็นยาฝังที่สามารถคุมกำเนิดได้ 3 ถึง 5 ปี เป็นการคุมกำเนิดแบบชั่วคราว มีชนิดหนึ่งหลอดสามารถคุมได้สามปีและชนิดหลอดคุมได้ห้าปี การเริ่มใช้หรือการฝัง คือฝังภายในห้าวันแรกของการมีประจำเดือนหรือไม่ก็ฝังภายหลังการแท้งไม่เกินหนึ่งอาทิตย์หรือว่าหลังคลอดประมาณสี่ถึงหกอาทิตย์ หมายถึงถ้ามาตรวจหลังคลอดก็สามารถคุมหรือฝังได้เลย การออกฤทธิ์ของการคุมกำเนิดแบบฝังคือ หนึ่ง ยับยั้งไม่ให้มีการเจริญเติบโตของไข่และป้องกันการตกไข่ สองทำเยื่อบุโพรงมดลูกบางลงไม่เหมาะสมแก่การฝังตัวของตัวอ่อนและอันสุดท้ายทำให้เมือกปากมดลูกมีภาวะเหนียวข้น ไม่เหมาะสมสำหรับอสุจิเคลื่อนผ่านไปยังโพรงมดลูก

ผู้ดำเนินรายการหญิง อยากสอบถามคุณหมอเรื่องผลข้างเคียง

คุณกัณทนา อาภู เรื่องผลข้างเคียงของการฝังคุมกำเนิด คือ อันที่หนึ่งก็คือทำให้เมนส์หรือประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอหรือมาเป็นกะปริดกะปรอยประมาณสามหรือหกวันแรกของการฝัง หรือจะทำให้ขาดประจำเดือนไปเลยก็ได้ หรือว่าบางคนอาจจะมีอาการปวดหัวมากซึ่งเป็นอาการที่พบบ่อยและอาการอื่นจะพบน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น หรือว่าบางคนอาจจะมีอาการเกิดสิวเกิดฝ้า

ผู้ดำเนินรายการ ถ้าอย่างนั้นคนที่ไม่เคยมีบุตรควรจะคุมกำเนิดอย่างไร อย่างคนไม่เคยมีบุตรมาก่อนเลยควรจะคุมกำเนิดอย่างไรดีที่จะเหมาะสมกับคนคนนั้น

คุณกัณทนา อาภู ขอแนะนำว่าควรจะเป็นยาเม็ดคุมกำเนิด เพราะว่าหาซื้อได้ง่ายและผลข้างเคียงไม่มาก ถ้าแพ้หรือว่าเกิดอาการแพ้ก็สามารถหยุดยาเองได้เลยและประจำเดือนก็จะมาสม่ำเสมอ

ผู้ดำเนินรายการหญิง อยากเรียนถามคุณหมอว่าเรื่องยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน กินได้บ่อยแค่ไหน และกินอย่างไร

คุณกัณทนา อาภู ยาคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินจะสามารถใช้ได้ จะมีสองเม็ด หาซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไป เม็ดแรกนี้ให้กินภายใน 72 ชั่วโมง เม็ดที่สองให้ห่างจากเม็ดแรก 12 ชั่วโมง

ผู้ดำเนินรายการหญิง ถ้าสมมุติว่าอย่างถูกข่มขืน ยาคุมกำเนิดนี้จะกินอย่างไร

คุณกัณทนา อาภู อย่างที่บอกว่าไปข้างต้น ใช้กิน(ยาคุม)แบบฉุกเฉิน แต่ว่าจะมีผลตามมา อาจจะมีเวียนหัว ปวดหัวหรืออาจจะคลื่นไส้ อาเจียน ประจำเดือนมากะปริดกะปรอยมาไม่สม่ำเสมอ

บันทึกวิทยุ FM.102.75 MHz. (คลื่นธรรมชาติสุขภาพ)

วันที่ 8 เดือนกันยายน ปี 2551 เวลา 13:00 – 15:00น.

ดำเนินรายการโดย คุณสุเมธ จันทร์แก้ว และคุณเมย์ะห่าน ลุงเง
แขกรับเชิญ คุณฉันทปริยา ขัตตะละ พยาบาลวิชาชีพ ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพโรงพยาบาล
เชียงดาว
ประเด็น สุขบัญญัติ 10 ประการ

ผู้ดำเนินรายการหญิง วันนี้เราจะมาพูดเรื่องของสุขบัญญัติ 10 ประการ

ผู้ดำเนินรายการชาย เรื่องราวข่าวสารอยากจะประชาสัมพันธ์ ในช่วงนี้ฝนตกหนักและตกต่อเนื่องด้วย อยากจะเตือนกันในเรื่องห่วงน้ำท่วม ต้องระมัดระวัง คนที่อยู่ใกล้ๆ ที่ต่ำ คนที่อยู่บริเวณใกล้ห้วยใหญ่ๆ ใกล้แม่น้ำปิงต้องระมัดระวังให้มากในยามค่ำคืน โดยเฉพาะอย่างยิ่งอะไรที่มีค่าเอาไปฝากบ้านญาติพี่น้องหรือคนรู้จักที่อยู่ที่สูงๆ ถ้าเป็นวัวเป็นควายก็เอาไปล่ามในที่สูงๆ อย่าเอาไปล่ามที่ในสวนหรือเอาไปฝากบ้านญาติที่อยู่ในที่สูงกว่า เพื่อความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของท่าน ที่ต้องไม่ลืมอีกอย่างหนึ่งคือ สัตว์พิษทั้งหลายเวลาน้ำท่วมมันไม่รู้จะไปทางไหนก็จะเข้าบ้านที่อยู่อาศัย ไม่ว่าจะเป็นพวกงู ตะขาบ ตะขาบ งูพิษ เป็นเรื่องอันตรายต้องระวังด้วย ถ้าจะจัดบ้านก็ต้องจัดให้เป็นระเบียบเรียบร้อย อย่าให้เป็นมุมมืดหรือมุมที่ปิดให้มันเป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์เหล่านี้

ผู้ดำเนินรายการหญิง ขอเรียนถามคุณหมอเกี่ยวกับสุขบัญญัติ 10 ประการว่ามีความสำคัญอย่างไรบ้าง และหลักสำคัญของสุขบัญญัติ 10 ประการคืออะไร

คุณฉันทปริยา ขัตตะละ สุขบัญญัติ 10 ประการข้อที่ 1 นั้น จะว่าด้วยเรื่องการดูแลสุขภาพร่างกายและของใช้ให้สะอาด ซึ่งว่าการดูแลสุขภาพให้สะอาดเป็นสิ่งเบื้องต้นง่ายๆ ที่พ่อแม่พี่น้องทุกคนทำกันอยู่แล้ว ถึงแม้ว่าโรคภัยที่เกิดจากความสกปรกจะไม่ร้ายแรงถึงขั้นเสียชีวิต สมมุติว่ามันเป็นโรคเรื้อรังมาจะทำให้เสียเวลาในการรักษา อย่างเช่นเป็นโรคผิวหนัง โรคกลากโรคเกลื้อน ถ้าเป็นขึ้นมามันเป็นโรคที่ทำให้เสียเวลาในการรักษานานเพราะว่าโรคผิวหนังมันเป็นครั้งแรกหนึ่งอย่างน้อยต้องใช้เวลารักษาไม่ต่ำกว่า 1 เดือนขึ้นไป

ซึ่งในหลักสุขบัญญัติ 10 ประการ ข้อที่ 1 หลักสำคัญจริงๆ คือ มุ่งเน้นในเรื่องการปลูกฝังโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กๆลูกหลานของเรา ให้เป็นคนที่มีทัศนคติที่ดีเป็นคนที่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ถ้าสมมุติว่าเราปลูกฝังเค้าตั้งแต่วัยเด็กในการรักษาความสะอาด ความเป็นระเบียบเรียบร้อย โตขึ้นเค้าจะเป็นผู้ใหญ่ที่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยตามมา ซึ่งข้อปฏิบัตินี้เป็นข้อปฏิบัติง่ายๆที่เราทำกันเป็นประจำอยู่แล้ว ข้อที่ 2 อาบน้ำ สระผม เราก็ทำกันอยู่แล้วเพราะว่าจะเป็นการชำระคราบโคล หลังจากที่เราประกอบกิจการการงานมาแล้ว ข้อที่ 3 จะต้องตัดเล็บให้สั้น ไม่ว่าจะเป็นเล็บมือเล็บเท้า โดยเฉพาะเล็บมืออย่างเราทำกิจการ

การทำงานอะไรก็ตามเราจะต้องใช้มือเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้นเล็บมือยาวเชื้อโรคจะไปสะสมที่นั่น ที่สำคัญเราคนเมือง กินข้าวกินอะไรโดยเฉพาะกินข้าวเหนียว เราจะต้องกินข้าวเข้าไปก็จะส่งผลต่อระบบทางเดินอาหารของเรา และข้อที่ 4 การถ่ายอุจจาระให้เป็นเวลาทุกวัน ซึ่งส่วนใหญ่นี้คนใช้ที่มาหาจะมีปัญหาเรื่องท้องผูก เขาจะต้องมีการฝึกการขับถ่ายให้เป็นเวลาทุกวันในตอนเช้า และควรจะต้องเลือกกินน้ำผลไม้เพราะพวกนี้มันจะมีกากใยช่วยในการขับถ่าย และระบบขับถ่ายของเราให้เป็นปกติ แล้วที่สำคัญก็คือ ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว ข้อนี้สำคัญ เพราะว่าอย่างน้อยบางคนจะดื่มน้ำแค่วันละ 3 แก้ว คือหลังจากกินข้าวเท่านั้น เพราะว่าส่วนใหญ่จะมัวทำงานไม่ค่อยมีเวลาดื่มน้ำ ซึ่งจะทำให้ระบบขับถ่ายของเสีย ไม่ว่าจะของหนักของเบา พุดง่าย ๆ คือ ทำให้ระบบมันเสียไป นอกจากปัญหาเรื่องท้องผูกที่มารักษากับโรงพยาบาลแล้ว ก็จะมีปัญหาเกี่ยวกับระบบปัสสาวะ ไม่ว่าจะเป็นส่วนต้นส่วนปลาย โดยเฉพาะผู้หญิงกลางคืนกินน้ำน้อยและกลั้นฉี่จะทำให้เกิดการติดเชื้อและถ้าอาการหนักมากก็จะต้องนอนโรงพยาบาลรักษากันนาน ทำให้เสียเวลามากขึ้น ข้อที่ 5 คือ การใส่เสื้อผ้าที่สะอาด ไม่อับชื้นและเหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศของบ้านเรา อย่างเชียงดาวมีอากาศหนาว ในฤดูหนาวก็ต้องใส่เสื้อผ้าหนาๆ ที่สำคัญก็คือเน้นการใส่เสื้อผ้านี้ต้องไม่ใส่เสื้อผ้ารวมกัน โดยเฉพาะตอนนี้จะมีเสื้อผ้ามือสองมาขายกันเยอะมาก ดังนั้นเราจะเน้นเรื่องเสื้อผ้ามือสอง เวลาเราจะเลือกซื้อเราต้องดูสภาพมันให้ดีกว่าก่อนว่าเป็นยังไง ถ้าสมมุติว่าเราพอใจแล้วเวลาเลือกซื้อเสื้อผ้ามันชำรุดมันดี แต่เวลาจะเอามาซักอย่างน้อยให้ต้มฆ่าเชื้อให้สะอาด เพื่อป้องกันโรคติดเชื้อทางผิวหนังที่ได้กล่าวมาข้างต้น ข้อสุดท้ายก็คือการจัดเก็บของใช้ให้เป็นระเบียบ อันนี้ก็จะเน้นหนักเป็นพวกสารเคมี ยา แม้กระทั่ง ผงซักฟอก น้ำยาล้างจาน น้ำยาล้างห้องน้ำ ซึ่งส่วนใหญ่เราจะได้นินข้าวทางโทรทัศน์วิทยุหรือไม่ก็ประสบการณ์กับที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาล จะเป็นเด็กที่กินน้ำยาล้างจาน ผงซักฟอก ยาฆ่าแมลง ซึ่งสมมุติว่าถ้าเจ็บป่วยในเรื่องนี้แล้วก็เป็นอันตรายถึงชีวิตได้

ผู้ดำเนินรายการชาย ขอประชาสัมพันธ์ในเรื่องของการแจ้งความคิดเห็น เวลาพ่อแม่พี่น้องประชาชนบ้านเราที่ไปใช้บริการที่โรงพยาบาลเชียงดาว หากว่ามันขาดตกบกพร่องอย่างไร ก็เขียนความคิดเห็นใส่กระดาษไปหย่อนตามตู้ความคิดเห็นของโรงพยาบาลเชียงดาว จะมีตู้รับความคิดเห็นของพ่อแม่พี่น้องในชุมชนที่ไปใช้บริการกัน นอกจากจะเขียนใส่กระดาษหย่อนในตู้ความคิดเห็นแล้ว ท่านสามารถโทรเข้ามาในรายการทุกรายการ ที่สถานีวิทยุชุมชนก็สามารถโทรมาได้ คือว่าแจ้งความคิดเห็นขึ้นไปแล้วเราจะบันทึกเอาไว้ เราจะทำการประชุมกันทุกๆต้นเดือนเพื่อจะนำสิ่งที่ท่านผู้ฟังแจ้งความคิดเห็นไปพัฒนาแก้ไขให้ดีขึ้น ทำให้มันเป็นที่พักผ่อนพอใจของพ่อแม่พี่น้องที่ไปใช้บริการ

ผู้ดำเนินรายการหญิง อยากจะถามเรื่องสุขบัญญัติข้อที่ 2 ควรรู้และส่งเสริมต่อบุคคลกลุ่มใด และการปฏิบัติตามสุขบัญญัติข้อที่ 2 ให้มีประสิทธิภาพควรทำอย่างไร และข้อที่ 3 ข้อพิเศษอาหารและโภชนาการ มีความสำคัญกับการสร้างสุขภาพอนามัยอย่างไร เกี่ยวกับสุขบัญญัติข้อที่ 4 อย่างไร

คุณวันทปริยา ขัตตะละ สำหรับสุขอนามัยข้อที่ 2 ควรรู้และส่งเสริมต่อบุคคลกลุ่มใดบ้าง สุขอนามัยข้อที่ 2 ว่าด้วยเรื่องการรักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง อันนี้เป็นปัญหา คนส่วนใหญ่จะรำคาญเรื่องปัญหาการดูแลฟันให้ถูกต้องและสะอาด แต่ว่าอันนี้ก็เป็นข้อปฏิบัติที่ทุกคนต้องปฏิบัติกันอยู่แล้ว ไม่ว่าจะเป็นควรเน้นหรือส่งเสริมในบุคคลกลุ่มใด ซึ่งจะเน้นในกลุ่มคนท้องและกลุ่มเด็กเล็ก เพราะคนท้องนั้นต้องรู้ว่า คนท้องนั้นจะถูกดึงสารแคลเซียมไปสร้างเด็กทารกในท้องของคน ซึ่งเด็กในท้องจะดึงสารแคลเซียมไปทำอะไร ก็เอาไปสร้างกระดูกและฟันของเด็กทารกในท้องอีกที ดังนั้นเราจะเห็นว่าถ้าคนท้องมาฝากท้องไม่ว่าจะเป็นที่โรงพยาบาลหรือสถานอนามัย ในหนังสือสีชมพู จะเน้นให้แม่ดื่มนมอย่างน้อยวันละ 1 แก้ว ถ้าเป็นไปได้จะเน้นให้กินไปเลย 3 มื้อ คือหนึ่งวัน กิน 3 แก้ว และจะเน้นให้กินอาหารเสริมแคลเซียมซึ่งมีประโยชน์ต่อแม่ที่ตั้งท้อง ก็จะเป็นพวก ไข่ จึงเน้นให้กินไข่เยอะๆ ผักจะมีเยื่อในถั่วงอก มะเขือยาว แครอท ผลไม้ก็จะมีกล้วยน้ำว้า มันแกว ที่สำคัญพวกนี้จะช่วยในเรื่องการกักเก็บและวิตามินซี ช่วยในเรื่องการป้องกันโรคเลือดออกตามไรฟัน ป้องกันโรคปากนกกระบอกซึ่งเป็นการขาดวิตามินซีชนิดหนึ่งในคนท้องและที่สำคัญก็คือทารกนี่จะเน้นตั้งแต่วันที่ที่มีฟันงอกออกมา ก็จะประมาณ 7 -8- 9 เดือน จะสังเกตได้โดยเวลามาฉีดวัคซีน ฟันออกแล้วแต่ไม่รู้ว่าจะปฏิบัติกับทารกอย่างไร ดังนั้นในสมุดสีชมพูจะบอกเกี่ยวกับวิธีการดูแลฟันให้เด็กทารก ฟันซี่แรกของทารกให้ใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นเช็ดอย่างน้อยวันละหนึ่งครั้ง ถ้าสมมุติว่าฟันขึ้นมาแล้วหลายซี่ ประมาณ 1 ถึง 2 ปีนี้ พ่อหรือแม่ควรจะเริ่มแปรงฟันให้เด็กแล้ว 3 ถึง 6 ขวบ โตแล้วเราฝึกให้เด็กแปรงฟันเอง หลังจากนั้นพ่อกับแม่จะเป็นคนดูแลต่อ ถ้าไม่สะอาดพ่อแม่ก็ต้องเป็นคนแปรงฟันให้ ที่สำคัญเวลาเด็กเล็ก 1 ถึง 2 ปี จะ เด็กแปรงฟันไม่เป็น วิธีการสอนแปรงฟันให้เด็ก คือให้เด็กนอนตักพ่อหรือว่าแม่แล้วให้เด็กอ้าปากแล้วเราเป็นคนถือแปรงฟัน แล้วแปรงฟันเหมือนกับเราแปรงแต่ไปแปรงให้เด็ก ภูเขาๆ ภูเขาเหมือนเราแปรงฟันของเรา บางคนก็จะมีปัญหาว่าลูกจะกินยาสีฟันหรือเปล่า ยาสีฟันหรือแปรงสีฟันไม่ใช่ปัญหา ปัญหาคือเราจะแปรงอย่างไรให้สะอาด เด็กน้อยอายุ 1 ถึง 2 ปี ยาสีฟันอาจจะไม่ใช่สิ่งจำเป็นสำหรับเค้า เพราะว่าเด็กเล็กๆ ไม่สามารถจะบ้วนยาสีฟันออกจากปากได้ บางทีก็อาจจะกลืนยาสีฟันเข้าไป ซึ่งอาจจะอันตรายกับเด็กได้ แต่ 3 ถึง 6 ปีนี้เด็กสามารถจะบ้วนออกมาได้ อาจจะทายาสีฟันเท่าเม็ดถั่วเขียว ที่สำคัญคือเวลาอาหารว่างหรือขนม เราจะต้องไม่ให้เค้า เป็นน้ำหวาน ลูกอม ขนม หรืออาหารเหนียวติดฟัน แต่ควรจะเน้นเป็นนม นมก็ควรจะเป็นนมจืด ถ้าเป็นนมเปรี้ยว นมหวานหรือนมผสมน้ำผึ้งจะมีส่วนผสมของน้ำตาล ทำให้ฟันผุได้

ที่สำคัญเราจะต้องเน้นคือเป็นแบบอย่าง ไม่ใช่ว่า เราให้แต่เด็กแปรงแต่พ่อแม่ไม่แปรงเอง เวลาลูกเห็นลูกก็จะเอาเป็นตัวอย่าง ที่สำคัญที่หมอเจอบ่อยๆ คือปัญหาเด็กติดขวดนม ซึ่งจะกลายเป็นปัญหาใหญ่ เวลา 3 ถึง 4 ขวบแล้วยังจะติดขวดนมอยู่ อันนี้เราสามารถหัดได้ตั้งแต่เล็กๆ ตั้งแต่ที่เค้าสามารถจะหัดดื่มน้ำจากแก้วได้ ซึ่งนี่จะเป็นการพัฒนาการกลืนเนื้อมือไม่ว่าจะเป็นมัดเล็กมัดใหญ่ของเด็กและจะป้องกันไม่ให้ติดขวดนม แล้วการติดขวดนมเวลานี้จะทำให้คราบน้ำนม คราบน้ำจลินทรีย์ติดที่ฟันเด็ก จะทำให้ฟันผุได้

ข้อที่ 3 ที่ว่าจะทำอย่างไรให้มีประสิทธิภาพ ข้อที่ 3 นี้จะมุ่งเน้นเรื่องการล้างมือให้สะอาดตอนกินอาหารและหลังขับถ่าย เราต้องทำกิจกรรมโดยการให้มือเป็นส่วนใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นการดูแลตัดเล็บให้สั้นเพื่อป้องกันการสะสมเชื้อโรค ที่สำคัญและง่ายที่สุดที่จะช่วยป้องกันโรคได้ดีคือการล้างมือ บางทีเราก็ก้างเหมือนกันแต่ล้างด้วยน้ำธรรมดา ซึ่งบางทีเชื้อโรคบางตัวนี้ล้างด้วยน้ำธรรมดาไม่หมดเราจะต้องได้ล้างด้วยสบู่เพิ่มเข้าไป เราจะควรล้างมือเวลาใดบ้าง ล้างมือก่อนเตรียมและปรุงอาหาร เพื่อป้องกันเชื้อโรคจากคนปรุงอาหารไปสู่คนบริโภค เพราะอาหารบางอย่างจะเป็นอาหารที่ไม่ได้ผ่านความร้อน หรือว่าบางทีความร้อนฆ่าไม่ตาย เป็นการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อได้ เป็นอาหารประเภทยำหรืออาหารดิบๆสุกๆ อันที่ 2 ก็คือล้างมือก่อนการกินอาหารทุกครั้ง เราเป็นคนเมืองจะกินข้าวเหนียวกันและใช้มือ ส่วนน้อยที่จะกินข้าวเจ้า อันที่ 3 คือล้างมือหลังหยิบจับสิ่งสกปรก ไม่ว่าจะเป็นอะไรที่เราผ่านมา โดยเฉพาะพวกสารเคมี สารฆ่าแมลงที่เป็นอันตราย ต้องล้างมือด้วยน้ำสบู่ทุกครั้ง สุดท้ายคือล้างมือหลังการขับถ่าย อันนี้จะเป็นการป้องกันเชื้อโรค ไม่ว่าจะเป็นการถ่ายหนัก ถ่ายเบาและที่จะให้มีประสิทธิภาพที่ดีที่สุด ต้องล้างด้วยน้ำสบู่ทุกครั้ง

ขั้นตอนในการล้างมือ 7 ขั้นตอน 1) เอาฝ่ามือถูฝ่ามือ 2) เอาฝ่ามือถูหลังมือและนิ้วถูข้อมือ 3) เอาฝ่ามือถูฝ่ามือและนิ้วถูข้อมือ 4) เอาหลังนิ้วมือถูฝ่ามือ 5) ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบที่ฝ่ามือ ก็คือ หมุนเป็นวงกลมที่หัวแม่มือ 6) ถูปลายนิ้วถึงเลยฝ่ามือ 7) ถูรอบข้อมือ คือ ถูขึ้นมาถึงข้อมือ ต้องทำทุกขั้นตอน 5 ครั้งสลับกันสองข้างทั้งซ้ายทั้งขวา

ผู้ดำเนินรายการหญิง ประโยชน์ที่ได้จากสุขบัญญัติ 10 ประการ ข้อที่ 5 คืออะไรบ้าง และการที่บุคคลจะมีสุขภาพจิตที่ดี ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลักที่สำคัญคืออะไรบ้าง และอีกคำที่กล่าวว่าความประมาทเป็นทางแห่งความตาย การตั้งبنความประมาทมีอะไรบ้าง

คุณวนัทปรีชา ขัตตะละ สุขอนามัย ข้อ 5 ข้อ 6 และข้อ 7 สุขอนามัยข้อที่ 5 นี้จะว่าด้วยการงดบุหรี่ สุรา ยาเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ อันนี้ส่วนใหญ่เราจะปฏิบัติและงดด้วยกันเป็นกิจอยู่แล้ว คือเป็นประจำอยู่แล้ว ไม่ว่าจะเป็นเรื่องบุหรี่ สุรา ยาเสพติด ซึ่งอันนี้ก็จะแพร่หลายกันทั่วไป การพนันหรือว่าการสำส่อนทางเพศ แต่พวกเราสามารถที่จะป้องกันได้ บางที

จะขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล บางคนก็เหมือนกับการกล่าวที่ว่า ไม่เห็นโรงศพไม่หลั่งน้ำตา คือ ไม่ถึงที่ใครแล้วก็ไม่มีใครรู้ ดังนั้นส่วนใหญ่จะเลิกได้ไม่ได้ขึ้นอยู่กับใจของแต่ละบุคคล

ประโยชน์ของสุขอนามัยข้อที่ 5 คือ สุขภาพแข็งแรง ไม่ว่าทางร่างกายและจิตใจ อันที่ 2 คือไม่เสียชีวิตก่อนวัยอันควรจากโรคที่สามารถป้องกันได้ ไม่ว่าจะเป็นบุหรี่ สุรา สารเสพติด อันที่ 3 คือไม่เพิ่มค่าใช้จ่ายของตนเองและครอบครัว ข้อที่ 4 ที่สำคัญคือการลดอุบัติเหตุและอาชญากรรม และข้อสุดท้าย ข้อที่ 5 คือครอบครัวอบอุ่นไม่แตกแยก ข้อนี้มีประโยชน์สำหรับคนที่อยากเลิก เช่น เรื่องของการเลิกสูบบุหรี่ ข้อ 1 กลืนปากและกลืนเหม็นติดเสื้อผ้าจะหายไป ข้อ 2 มีเงินเก็บเพื่อใช้จ่ายในบ้านมากขึ้น ข้อ 3 กินอาหารได้ร่อยมากขึ้น เพราะว่าต่อมรับรสของเราได้รับรสและกลิ่นอาหารได้ดีขึ้น ข้อ 4 ความเสี่ยงที่จะเป็นโรคหัวใจ หรือว่าโรคอย่างอื่น เช่น มะเร็ง โรคถุงลมโป่งพอง จะลดลง ข้อ 5 ผู้หญิงที่ท้องไม่ว่าจะเป็นแฟนที่สูบบุหรี่ว่าตัวเองที่สูบบุหรี่ จะลดปัจจัยเสี่ยงในการคลอดก่อนกำหนดลูกน้ำหนักตัวน้อยหรือตายระหว่างคลอดนี้ได้เยอะ ข้อ 6 คนที่เลิกมีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้นโดยไม่ต้องพึ่งบุหรี่หรือเหล้า และอันนี้สำคัญสำหรับคุณผู้ชายสมรรถภาพทางเพศจะดีขึ้น ข้อ 7 จะเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับลูกหลาน

บุคคลจะมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นอยู่กับปัจจัยอะไรบ้าง ปัจจัยหลักที่จะทำให้คนมีสุขภาพจิตดี โดยพื้นฐานตั้งแต่พ่อแม่ คือเริ่มจากครอบครัว ถ้าครอบครัวไหนที่มีความอบอุ่นความรักสามัคคีกัน พ่อแม่เข้าใจกันไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ไม่ว่าจะเป็นใครที่อาศัยอยู่ในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นวัยเด็ก วัยกลางคน หรือว่าวัยผู้สูงอายุ จะมีกำลังใจ ถ้าพ่อแม่คนไหนที่ไม่เคยทะเลาะกัน เด็กก็จะรู้สึกว่าจะมีความอบอุ่นในครอบครัว มีความมั่นคงทางจิตใจ เป็นตัวของตัวเอง มีแรงจูงใจและเป็นคนที่อ่านหนังสือง่าย เวลาพ่อแม่ว่าอะไร ใช้อะไรก็จะใช้ได้ ผู้ใหญ่ที่มีสภาพในครอบครัวดีก็จะเกิดความสุข ที่สำคัญก็จะเกิดกำลังใจที่จะต่อสู้เป็นเสาหลักให้ครอบครัว ในผู้สูงอายุความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ดี จะทำให้ผู้สูงอายุสดชื่น มีขวัญและกำลังใจที่จะอยู่เป็นมิ่งขวัญ เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรให้กับลูกหลาน สำหรับข้อปฏิบัติในการที่จะทำให้ครอบครัวเรามีสุขภาพจิตที่ดี คือกระตุ้นเตือนให้คนในครอบครัวเห็นความสำคัญของสมาชิกของแต่ละคน โดยเราอาจจะหาวันสำคัญ อาจเป็นวันเกิดของแต่ละคนเราก็ให้ความสำคัญกับเค้าสักวันนะคะ ข้อที่ 2 คือครอบครัวต้องมีหลักเกณฑ์ในการอยู่ร่วมกัน อาจจะออกกฎข้อที่ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ เช่น อาจจะบอกว่าถ้าคนไหนหรือถ้าพ่อไปไหนขอให้บอกกันหน่อยว่าไปไหน เวลาใด คนอื่นๆที่อยู่ในบ้านจะได้ไม่ต้องเป็นกังวล ข้อที่ 3 คือครอบครัวจะต้องมีการวางแผนสัมพันธภาพของครอบครัวในเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลง อาจจะครอบครัวใหม่อาจจะจะมีลูกเล็ก ลูกคนแรก พ่อแม่จะต้องมีบทบาทอะไร ถ้ามีลูกคนที่ 2 บทบาทพ่อแม่ในการดูแลลูกคนแรกจะต้องเป็นอย่างไร ลูกคนที่ 2 จะเป็นอย่างไร หรือแม้กระทั่งว่าเวลาเราสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักไป เราจะปรับตัวอย่างไร และข้อสุดท้ายที่ถามว่า ความประมาทเป็นหนทางแห่งความตาย ความประมาทสามารถป้องกัน

ได้ บางคนคิดว่าอุบัติเหตุส่วนใหญ่เกิดจากความประมาท บางทีคิดว่าความประมาทหรือว่าอุบัติเหตุนี้เป็นเกิดจากโชค เกิดจากดวงหรือเป็นเคราะห์กรรม นั่นเป็นสิ่งที่เราคิดกันไปเองซึ่งความประมาทส่วนใหญ่จะทำให้เกิดอุบัติเหตุเราเองจะเป็นคนก่อกันทั้งนั้น แนวทางในการปฏิบัติก็คือต้องระมัดระวังและมีสติอยู่เสมอ โดยส่วนใหญ่อุบัติเหตุนี้ก็มักจะเกิดจากการเมาเหล้า ขับรถด้วยความมั่นใจมากเกินไปออกกฎหมายตอนนี้ โทรศัพท์ก็ห้าม เวลาขับรถห้ามใช้มือถือ หรือวงไม่ขับและจะเน้นให้ไม่ใช้ความเร็วเกินกว่าอัตราที่ทางกฎจราจรกำหนดไว้ บางทีก็จะเน้นให้ใส่เครื่องป้องกัน อย่างต้องให้สวมใส่หมวกกันน็อกทุกครั้ง เปิดไฟหน้ารถหรือไม่ก็คาดเข็มขัดทุกครั้งในการขับขีรถ ถ้าสมมุติว่าเดินข้ามถนนเราต้องเดินข้ามทางม้าลายหรือไม่ก็ข้ามสะพานลอย เวลาไปไหนตอนกลางคืนเดินตามถนนก็ต้องใส่เสื้อผ้าที่สีสว่าง รถจะได้มองเห็น

ผู้ดำเนินรายการชาย ถ้าหากว่ามีปัญหาในเรื่องของการวางแผนครอบครัวต่างๆ สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ที่ไหน

คุณวนทปรียา ชัดตะละ ที่โรงพยาบาลเชียงดาว โทรไปที่ห้องส่งเสริมสุขภาพโรงพยาบาลเชียงดาว เบอร์โทรศัพท์ 455074 ต่อ 106 หรือ 114 หรือเดินทางไปปรึกษาด้วยตัวเองที่โรงพยาบาลที่ห้องเบอร์ 22 ก็ได้เหมือนกัน

บันทึกวิทยุ FM.104.5 MHz. วิทยุชุมชนเวียงมะลิภาคขึ้นสร้างสรรค์สุขภาพ

ประจำวัน 13 กันยายน ปี 2551 เวลา 15:00 – 17:00น.

ดำเนินรายการโดย น.ส. จันทร ใจเมือง และ นายกุ่มมา (หนุ่ม สาละวิน)

จันทร ใจเมือง รายการนักสื่อสารสุขภาพไต จัดรายการที่โรงพยาบาลแม่อาว โดยโครงการนักสื่อสารสุขภาพไตให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพผู้นำโครงการเป็น อ. ขวัญชีวัน บัวแดง จากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จะมาบอกกล่าวเกี่ยวกับสุขภาพในเรื่องโรคมะเร็งปากมดลูก

นายกุ่มมา (หนุ่ม สาละวิน) โรคมะเร็งปากมดลูกเป็นโรคที่อันตรายที่เกิดขึ้นกับผู้หญิง เป็นภัยที่เกิดขึ้นง่ายโดยที่เราไม่รู้ตัว เป็นภัยมืดที่เกิดขึ้นกับผู้หญิง มะเร็งปากมดมีผู้หญิงเป็น 2000 กว่ารายแล้วที่ตรวจพบระยะเริ่มแรก แต่เป็นโครงการที่ตรวจพบเมื่อปี 2548 ได้

จันทร ใจเมือง ผู้หญิงไทใหญ่เราไม่รู้ว่ามะเร็งเป็นยังไง มันเป็นโรคที่เกิดขึ้นกับผู้หญิง และที่สำคัญพี่น้องไทใหญ่เราไม่เข้าใจคิดว่ามะเร็ง เป็น งูสวัด (มะเร็ง ภาษาไทใหญ่) จริงๆแล้วมันไม่เหมือนกัน โรคมะเร็งปากมดลูกมันเป็นโรคที่เกิดขึ้นกับผู้หญิงเท่านั้น เป็นโรคที่อยู่ข้างในตัวของผู้หญิงเป็นเรื่องสำคัญที่สุดของผู้หญิงที่ควรจะต้องดูแลเอาใจใส่ เสี่ยงมาจากการที่ผู้หญิงมักจะเปลี่ยนคู่นอนบ่อยๆ แล้วคนที่มีอายุน้อยแต่แต่งงานแล้ว อันนี้ก็เสี่ยง หรือผู้หญิงที่สูบบุหรี่หรือคนที่ เป็นโรคเอดส์ ก็มีเสี่ยงที่จะเสี่ยงเป็นมะเร็ง แล้วก็ผู้หญิงที่มี อายุตั้งแต่ 35 - 60 ปีมีภาวะเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งปากมดลูกได้ ควรที่จะไปตรวจทุกๆ 3 - 5 ปี และผู้หญิงที่อายุน้อยแต่มีเพศสัมพันธ์ ก็ควรจะไปตรวจเหมือนกัน โรคมะเร็งเป็นแล้วไม่ใช่รักษาไม่ได้หรือว่าเป็นแล้วต้องตายอย่างเดียว ใช้ว่าจะไม่มีทางรักษาเลย ถ้าเราไปตรวจพบตั้งแต่ระยะเริ่มแรกอันนี้สามารถรักษาได้ อย่าปล่อยให้ เป็นมากจนไม่สามารถรักษาได้ การที่เราไปตรวจที่โรงพยาบาลนั้นมันไม่ใช่ว่าเป็นการผ่าตัดและใช้ เวลานิดเดียว ประมาณ 10 นาที แล้วค่าตรวจก็ไม่ได้ใช้จ่ายมากถ้าเรามีบัตร 30 บาท เราก็ใช้สิทธิ นั้นได้เนอะ

นายกุ่มมา (หนุ่ม สาละวิน) เรื่องผิดปกติของโรคมะเร็งว่าอาการผิดปกติเป็นยังไง คือการที่เนื้องอกตัวเราเจ็บตรงไหนปวด นี่ที่เขาเรียกว่าผิดปกติภาษาไทใหญ่เรียกว่า เบ่งเมียวมัน อาการผิดปกตินี้จะบอกที่ว่าการผิดปกติที่เซลล์มดลูกผิดปกติที่มีอาการอะไรบางอย่างที่ต้องต้องคิดดู ถ้าสงสัยเป็นแบบนี้ ต้องไปหาหมอไปให้แพทย์ตรวจ หรือถ้าอาการที่มีอาการมีเลือดออกที่ช่องคลอดที่เล็กที่ละน้อยก็ต้องไปพบแพทย์

จันทร ใจเมือง เรื่องของโรคมะเร็งปากมดลูก ส่วนใหญ่แล้วทางรัฐฐานไม่ค่อยมีใครสนใจ ไม่มีใครไปตรวจ ไม่รู้ว่าผู้หญิงที่มีอายุตั้งแต่ 35 ถึง 60 ปี จะมีภาวะเสี่ยงต่อโรคมะเร็ง ส่วนผู้หญิงที่มีอายุน้อยกว่านั้นก็สมารถที่จะมีภาวะเสี่ยงได้ถ้าหากว่ามีเพศสัมพันธ์ทั้งที่อายุน้อยอยู่เนะ

คะก็เพราะฉะนั้นก็ควรจะไปตรวจทุกๆ 5 ปีเป็นอย่างน้อย หรือคนที่มักจะเปลี่ยนคู่นอนบ่อยๆ กับคนที่สูบบุหรี่แล้วคนที่มียูเอชไอวี คนที่มีอายุน้อยแต่แต่งงานแล้วกลุ่มคนเหล่านี้ควรจะไปตรวจ เพราะว่า จะมีภาวะเสี่ยงมาก

นายกุมม่า (หนุ่ม สาละวิน) มะเร็งคือโรคของเซลล์ของร่างกายซึ่งปกติเซลล์ของร่างกาย ถ้าหากเซลล์ของร่างกายมีอาการผิดปกติอย่างรวดเร็วหรือเป็นก้อนเรียกว่า เนื้องอก ซึ่งแบ่งเป็นชนิดธรรมดา และชนิดร้ายแรง การเกิดมะเร็งปากมดลูกยังไม่ทราบสาเหตุที่แน่นอน แต่จากการค้นพบก็มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ผู้หญิงที่ติดเชื้อไวรัส ที่ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงเยื่อปากมดลูกโดยกลายเป็นมะเร็งได้ โดยไวรัสตัวนี้สามารถติดต่อกันได้โดยทางเพศสัมพันธ์ สำหรับหญิงที่เปลี่ยนคู่นอนหลายคน หรือมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อย อันนี้นั้นเพราะสารในบุหรี่ยังสามารถไปกระตุ้นให้เซลล์ที่ปากมดลูกแข็งแรง ทำให้มีอาการผิดปกติและมีการตรวจพบสารที่มีในน้ำเมือกในปากมดลูกของผู้หญิงที่สูบบุหรี่

จันทร์ ไอ้เม้ง วันลอยกระทงแล้วเรื่องของสุราก็ปรามกันไว้บ้าง พี่น้องใดเราก็ก่อนกันมีงานอะไรก็ควรไปช่วยกันบ้าง แล้วเรื่องเมาก็อย่ากินมาก เรื่องขบถก็ระมัดระวังกัน เรื่องประตักก็ดูแลเด็กๆอย่าปล่อยปะละเลยเด็ก อันนี้ก็เป็นเรื่องสุขภาพอย่างหนึ่งที่เอามาพูดให้ฟังกันในรายการวิทยุในเรื่องของสุขภาพ

ภาคผนวก 5

บทละครเรื่อง “แดดหลังฝน”

บทละครเรื่อง ฟ้าหลังฝน

ตอนที่ 1

บรรยาย::บ้านทุ่งหมากกลาง ตั้งอยู่ท่ามกลางขุนเขาอันสลับซับซ้อนทางตอนใต้ของภูพาน ถูกล้อมด้วยทุ่งนาอีกชั้นหนึ่งท่ามกลางการเมืองที่ไม่แน่นอนอีกทั้งการข่มเหงต่างๆจากรัฐบาลทหารพม่าทั้งการบังคับให้ประชาชนย้ายที่อยู่อาศัย อีกทั้งการยึดเอาพื้นที่ทำกินของประชาชนไปเป็นของรัฐ อีกมากมายที่ผู้มีอำนาจได้กระทำต่อประชาชนอย่างไร้ความปราณี

14ค่ำเดือน11 ตอนเย็นลมหนาวโหมมาอวยวอยเหมือนเป็นสัญญาณเตือนว่าให้คนในหมู่บ้าน ทุ่งหมากกลางเตรียมรับมือกับความเยือกเยือกของความหนาวที่จะมาถึง ส่วนครอบครัวของลุง ยอดเอื้อง และ ป้าแสง ที่อยู่กินกันมาจนมีลูกด้วยกัน3คน คนโตคือ แสงฮีน และคนรองคือ จายหมาย ส่วนคนสุดท้อง จายปี กำลังซึกไขว่อยู่กับการเตรียมสังฆทาน ข้าวสารอาหารแห้ง ทั้งของคาวหวานสำหรับไปทำบุญที่วัดกลางหมู่บ้านในวันพรุ่งนี้ ซึ่งเป็นวันออกพรรษา ทั้งหมู่บ้านทุ่งหมากกลาง จึงไม่ค่อยเห็นคนออกเที่ยวเหมือนทุกเย็นที่ผ่านมา เด็กๆต้องคอยช่วยพ่อแม่ห่อขนมห่อ(ข้าวหมู่นห่อชื่อขนมไทยใหญ่)อยู่ที่บ้าน

ลุง ยอดเอื้อง: เออ...นี่แม่มั่นเสร็จรึยังล่ะของที่จะเอาห้อยหิ้งพระที่วัด(เข่งต่างปู่)ข้าจะรีบไปก่อนตะวันตก

ป้าแสง: เออনাพ่อก็...เดี๋ยวก่อนสิแม่ให้อั้หมายมันไปตัดต้นกล้วยต้นอ้อยมาเพิ่มมันหายหัวไปนานสองนานแล้วนะยังไม่เห็นกลับมาเลยนี้..

บรรยาย:: ขณะที่สองผิวเมียกำลังวุ่นวายกับการเตรียมของคาวหวานอาหารแห้งอยู่นั้น จายหมายพร้อมกับต้นกล้วยต้นอ้อยแบกมาเต็มบ่าเข้าประตูบ้านมาจายหมายรีบวางของที่อยู่บนบ่าลงด้วยความเหน็ดเหนื่อย

จายหมาย: โอ้ยเหนื่อยน้อ...พ่อวันนี้ ข้าไปเที่ยวบ้านได้นะคงไม่ได้ช่วยเตรียมข้าวของสาวมันอ่อนนะพ่อ.. ฮิฮิฮิ" น้ำเสียงกะล่อน

ลุงยอดเอื้อง: ป๊ะ...ไ้ไ้ คนเขากำลังวุ่นวักวุ่นวาย ภูอดสาหวังพึ่งพาเรียวแรงมึงซักหน่อยคีนนี้ มึงยังมีกะใจไปเที่ยว บ้านเหนือ บ้านได้ออยู่วะไ้หมาย...

จาย หมายถึง: อ้ายหย่า... ก็พี่แสงฮีนกับไอปี ก็อยู่ช่วยนี้พ่อก็..

จาย หมายถึง: พุดย่อนด้วยน้ำเสียงเบื่อนายที่พ่อดำมัน

ป้าแสง: ช่างมัน... ช่างมันพ่อ มันอยากเที่ยวก็ให้มันเที่ยว เดี่ยวพุงนี้ก็(ออกหว่า)ออกพรรษาแล้วนี่...

บรรยาย: ป้าแสงพุดตามใจลูกชายเช่นเคย

ลุง ยอดเฮือง: อืม... ตามใจกันเข้าไปเอาใจกันเข้าไป ฮี.. เดี่ยวพ่อจะไปวัดก่อนนะ ..ไหน ไ้หมายต้นกล้วยต้น
อ้อยเจ็ง

บรรยาย: ลุง ยอดเฮืองยิบเอาต้นกล้วยต้นอ้อยพร้อมกับขนมหวาน ผลไม้ และ ของที่จะใช้ห้อย แข่งต่างปู่ด
(ประเพณีไทยใหญ่หิ้งพระชั่วคราว เพื่อถวายสักกระองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า) เดินออกจากบ้านไปที่
วัด..... เสียงดนตรีประกอบ

ส่วนน้องคนสุดท้อง จายปี กำลังนั่งกรีดใบตองให้กับพี่สาว แสงฮีนอยู่ที่หน้าบ้าน

จายปี: เอ่อ.. พี่แสงฮีน ใบตองแค่นี้พอไหมฮะ..

แสงฮีน: อืม.. ฮี พ่อแล้วจะ น้องพี่.. ไปช่วยแม่ทำกับข้าวที่ สองไฟ(ห้องครัว)แล้วอย่าลืมล้างมือก่อนนะ...

บรรยาย: จายปีขานด้วยน้ำเสียงที่บ่งบอกถึงคนที่ว่าง่าย เชื่อฟังพ่อแม่

ป้าแสง: ถ้าจั้นมาปอกมันอาลู่ให้แม่ละกันนะเดี๋ยวแม่จะทำกับข้าวให้ลูกๆ ไปขอมาคนเฒ่าคนแก่ผู้อาวุโส
ในหมู่บ้าน...

จายปี: อืม.. แม่จะให้ข้าปอกมันทั้งกระดังเลยไหมฮะ..

บรรยาย: จายปีถามด้วยเสียงซื่อๆ ไร้เดียงสา

ป้าแสง: ฮ้า...กูไม่ได้ทำบุญขึ้นบ้านใหม่ซะไฉนไปเอาพอบประมาณสิวะ..เฮ้อ..กลุ่มลูกชายกูแต่ละคน..

จายปี: ฮะแม่ คาคา หมา ฮู้ๆ...หิหิ

บรรยาย:: จายปีรู้สึกหน้าแตกอย่างไม่มีขึ้นดีเมื่อป้าแสงย้อนไล่มัน เสริมด้วยเสียงจากพี่สาวของมันอีกคน

แสงฮีน: ตลอดแหละแม่..น้องชายสุดที่รักของเรามันมีลูกมีเมียเมื่อไหร่มันจะรู้เอง....

บรรยาย:: จายปีย้อนด้วยน้ำเสียงที่อายหนักเข้าไปอีกเพราะมันอายุ แค่12เองมันยังไม่เคยคิดเรื่องครอบครัว เรื่องมีเมียอะไรกับเขาหรอก

จายปี: ป้า...พี่แสงฮีนนะบ้าไปแล้วข้าจะไปอาบน้

แสงฮีน: อี้...ตัวแค่นี้อายเป็นด้วย เออพุงไปขอขมาคนเฒ่าคนแก่ผู้อาวุโสบ้านไหนก่อนดีแม่..

ป้าแสง: อืม..ไปบ้านคนเฒ่าคนแก่ในปึก(ในซอยหรือบ้านใกล้เรือนเคียง)ของเรานี้ก่อนนะ ลูก แสงฮีน..
แล้วก็อย่าลืมบ้าน ป้ามา กับลุงออดด้วยนะลูก...

แสงฮีน: จำแม่...

บรรยาย:: แสงฮีนเป็นลูกสาวคนเดียวของป้าแสงและลุงออด เพราะเป็นลูกผู้หญิงคนเดียวในครอบครัว
ภาระงานบ้านงานเรือนจึงตกอยู่ที่ แสงฮีนคนเดียว

ส่วนน้องคนรองคือ จายหมาย นั้น เป็นคนขยันขันแข็ง แต่ ชอบเที่ยวเตร่ตอนกลางคืน บางคืนก็ไม่กลับบ้าน
เลยจนรุ่งเช้า และที่สำคัญ จายหมาย

เป็นคนชอบดื่มเหล้า เล่นการพนันเป็นทุกอย่าง

คนสุดท้องจาย ปี ก็ยังเด็กมากนัก แถมยังเป็นคนขี้อายอีกด้วย

(เสียงดนตรีประกอบ)

บรรยาย::จามหอมเพื่อนเก่าสมัยเรียนของ แสงฮีน กลับจากการไปทำงานที่เมืองไทยมาแวะเที่ยวหาเพื่อน
รักที่บ้านของ แสงฮีน

จามหอม:แสงฮีน..ป้าแสง..แสงฮีน..ใหม่สูงค่า(สวัสดีค่ะ เป็นคำทักทายของพี่น้องใต้)

มีใครอยู่บ้านไหม..

ป้าแสง: แสงฮีน..ลูกไปดูซีใครมาหา..(แสงฮีนออกไปดู)

แสงฮีน: อ้าว..มาเมื่อไหร่จามหอมไอ้โง่ทำไมดูสวยขึ้นตั้งเยอะเลย ไปทำงานที่เมืองไทยเป็นไงบ้างดูขาวขึ้นตั้งเยอะเลยนะจามหอม..

จามหอม: นี่..แสงฮีนไม่ต้องมาสรรเสริญเป็นยอฉันเลยนะฉันก็ยังเป็นจามหอมคนเดิมคนบ้านทุ่งหมากกลางคนเดิมแหละ..

ป้าแสง: อ้าวจามหอมมาเมื่อไหร่ลูก..มาๆเข้ามาคุยในบ้าน

จามหอม: ใหม่สูงค่า..สบายดีไหมคะป้า(สวัสดีค่ะ คำทักทายชาวไทยใหญ่)

ป้าแสง: เรื่อยๆ..ตามประสาคนแก่มาๆเข้ามาคุยกันในบ้าน

บรรยาย: ทั้งสองจึงพากันเข้าไปคุยกันต่อในบ้าน

จามหอม: นี่แสงฮีน..เธอแต่งงานมีครอบครัวแล้วยัง..ฮึ

แสงฮีน: หา...ยังโวยเพื่อน เรายังต้องดูแลพ่อกับแม่ ยังไม่อยากคิดเรื่องนั้น..เธอจะได้ตัวเป็นคนไทยแล้วมั้ง...

จามหอม: ยังโวย..ยังไม่มีหาไม่ได้ขายไม่ออกวะเพื่อน แอ่ๆ

ป้าแสง: เออ..แม่เอ็งนะก็มาพูดถึงเอ็งอยู่บ่อยๆมันบ่นคิดถึงเอ็ง แล้วไปทำการทำงานที่โน่นเป็นไงบ้างละเอ็ง งานการดีไหมป้าเห็นคนที่กลับมาบางคนไปทำงานสุดท้ายก็ซมซานกลับมาบ้านเกิด

แสงฮีน: จามหอม..เธอไปทำงานที่โน่นเจอนายจ้างดีไหมได้เงินกลับเยอะละสิทำ

งานที่เมืองไทยลำบากไหมคงไม่ลำบากเท่าบ้านเราั้งนะเห็นชาวขึ้นสวycin..อิอิอิ

จามหอม: นี่..หยุดชมได้แล้วนะเธอตัวฉันจะลดยอยู่แล้วดูดูแล้วเธอสวycinว่าฉันอีกงานฉันที่โนนเป็นงาน
แม่บ้านก็ไม่ลำบากหรอกเจอนายจ้างใจดีนะ

ถึงเวลาเขาก็จ่ายเงินเดือนให้ไม่ได้ทำงานกลางแดดเหมือนงานก่อสร้างอะไรนั้น

ป้าแสง: เออ ..ดีแล้วละลูกถ้าจะไปอีกก็ตั้งใจเก็บเงินเก็บทองนะเขาใช้อะไรก็ทำย่นให้มากๆเจ้านายเขาจะ
ได้รักเรานะส่งเงินให้พ่อให้แม่บ้างนะ อยู่ทางนี้มันหาเงินลำบากไม่เหมือนเมืองไทย..

จามหอม: ค่ะหนูจะตั้งใจทำงานเลี้ยงดูพ่อแม่ป้าเองก็มีเรื่องเดือดร้อนอะไรบอกหนูนะคะหนูกับแสงฮีนก็
เพื่อนกันไม่ต้องเกรงใจคะ

แสงฮีน: จามหอม..ดีเลยยืมเงินสองแสนดิเพื่อนรัก..แฮ่ๆๆ

บรรยาย: แสงฮีนหยอกล้อเพื่อนรักจายปีอยู่ไม่ไกลไม่ไกลตะโกนเสียงดังฟังชัดถามจามหอม

จายปี: พี่จามหอมจะกลับเมืองไทยอีกเมื่อไหร่จะข้าขอไปด้วย...หึหึ

จามหอม: ได้สิถ้าอยากไปแม่จะให้เิ่งไปไหมละ..

ป้าแสง: ให้ไปหัดซักผ้าถูบ้านให้เบื่อก่อนเหอะเิ่งนะไ้ปี

จายปี: อะโม่แม่ก็...ข้าพูดเล่นหรอก ข้าอยู่บ้านเรานี้แหละไม่ไปหรอกเมืองไทกลัว
เครื่องบินมันตกใส่หัว..หึหึ

แสงฮีน: เออ..จามหอมพຼ่งนี้เราไปทำบุญที่วัดด้วยกันนะ พຼ่งเป็นวันออกพรรษา

จามหอม: อือฮึ...ได้สิเพื่อนรักเราก้แวะไปขอขมาคนเฒ่าคนแก่ด้วยเลยน้อ....

แสงฮีน: อือ..เรามาช่วยกันทำ บายศรี เตรียมข้าวของสำหรับพຼ่งนี้ ดีกว่า...

""เพลงประกอบ""

บรรยาย: เช้าวันออกพรรษาที่วัดกลางหมู่บ้าน กุ้งหมากกลาง ชาวบ้าน กุ้งหมากกลางต่างก็มารวมกันที่วัด เพื่อทำบุญถวายสังฆทานแด่พระสงฆ์เจ้า ประเพณี วันออกพรรษา(ออกพรรษา)ของชาวไทยใหญ่ ชาวไทยใหญ่ทุกคนถือเป็นวันสำคัญอีกวันหนึ่งตามความเชื่อแบบชาวพุทธ

หลังจากที่ แสงฮีนและจามหอมไปทำบุญที่วัดแล้ว ก็พากันกลับบ้าน พอตกเย็นก็พากันไปขอขมาคนเฒ่าคนแก่ผู้อาวุโสตามบ้านตามเรือน

หลังจากนั้นพากันไปเที่ยวปอยออกพรรษา(คล้ายๆปอยหลวงของคนล้านนา)ที่วัดกลางหมู่บ้าน ปอยออกพรรษาของชาวไทยใหญ่ จะมีการละเล่นมากมาย เช่น ลิเกไทยใหญ่(จาดไตย) ดนตรี ฟ็อนนาก ฟ็อนโต ป้างลอง (การพนันต่างๆ)

ขณะที่ทั้งสองกำลังเดินเที่ยวอยู่ในปอยนั้น

จายหมาย: พี่แสงฮีน พี่แสงฮีน..แหะๆๆ...ขอตั้งค้หน้อยสิพี่ หิหิ..

แสงฮีน: เอ็งไปไหนมาไอ้หมายพ่อบ่หาเอ็งทั้งคืนเที่ยวจนไม่กลับบ้านกลับเรือนเลยนะเอ็งนะ

บรรยาย: จายหมายไม่ได้สนใจพี่สาวของมันอีกแล้ว เพราะตอนนี้สายตาของมันจับจ้องอยู่ที่ จามหอม เหมือนกับว่ามันเห็นนางฟ้ามาอยู่ตรงหน้ามันชะอย่างงั้น มันสะดุ้งด้วยเสียงบ่นพี่สาวมัน..

จามหอม: เอ้...จายหมายรีเปล่านี้อีโหโตเป็นหนุ่มหล่อเพียวเชียวนะ

แสงฮีน: อย่าไปสนใจมันเลยมันโตแต่ตัวหัวคิดยิ่งกว่าเด็กสิบขวบ...

จายหมาย: เออ...เหอะๆขอบใจที่ซม่น้องชายต่อหน้าคนงาม คนฮ้างหลิ อย่างพี่จามหอม ว่าแต่พี่มีแฟนยังคร้าบได้แฟนเป็นคนไทยแล้วมั้ง..น้อ

จามหอม: ยังไม่มีเลยยังพ้อเลยก่อนยังไม่อยากคิดเรื่องนั้น

จายหมาย: ไม่เชื่อหรอกคนสวยคนงามอย่างพี่จายม่อมจะไม่มีแฟน เฮา หมา หยุ่ม

แสงฮีน: นี่ ...ไ้หมายจะไปก็ไปไม่ต้องมาทำเป็นกะล่อนใส่พี่เขาเลยอ้าวนี่เงิน

บรยาย: หลังจากที่จายหมายได้เงินจากพี่สาวมันแล้ว มันก็ตรงไปยัง วง หมายกึ่งหลอย(การพนันชนิดหนึ่ง) ทันที

เสียงเจ้ามือ: มา...มา...มา แทงเสีย แทงเสียแต่เจ้ามือไม่เสีย มีรถขายรถ มีบ้านขายบ้าน มา...มา..จะดัง
แล้วนะคร้าบบบบบ..

จายหมาย: เหอะๆ แทงเสียนะเสียแน่แต่ไม่ใช่ จายหมายคนนี้ไ้ยคินนี้จายหมายจะเป็นผู้โค่นล้มล้างเจ้ามือ
ทุกตาเตรียมตัวจ่ายซะคุณเพ่...ห้าห้า...

เสียงเจ้ามือ: อ้าว...แทงครบแทงเสียจะดังแล้วนะคร้าบ..

จายหมาย: อ้าวว..นกฮ้างหลี่(นกยูง) หีหีหี คินนี้ถ้าเจ้ามือจ่ายไม่ไหวบอกจายหมายนะคร้าบหมายจัด
ห้า...(เสียงเมาเหล้า)

เสียงเจ้ามือ: อ้าว ดังแล้วนะพี่น้อง..ห้าห้า..เสีย2ตัวตามมาติดๆ ช้างคร้าบบบบพี่น้อง กินเรียบคร้าบพี่
น้องคร้าบ
(เสียงคนโห่ แบบแข็งๆ)

จายหมาย: ปะ...แทงนกยูง นกฮ้างหลี่ ไม่ได้ตั้งใจเลยว้ยนกฮ้างหลี่จำคินนี้ให้พี่หมายขอเต๊อะ(บ่นอยู่คนเดียว)

บรยาย: จายหมาย หัวเสียนิดหน่อยที่อะไรๆไม่เป็นดังใจแต่มันยังไม่ละความพยายาม
สาวน่าใ้มือดัง หมายกึ่งหลอย(คล้ายๆ มาคก็สาวสวยตามคลับสนู้กเกอร์)คนหนึ่งอ่อนเสียงหวานใ้จาย
หมาย

สาวน่าไส: น้า..พี่หมายสุดหล่อพี่มาเองอย่าเพิ่งบ่นสิคะมันต้องออกซักตานึงแหละพี่..
อย่างพี่หมายนี่เสียตาสองตาไม่เป็นไรหรอกชนหน้าแข่งไม่ร่วงอยู่แล้วอ้าวสู้ๆคะพี่หมายขา..

จายหมาย: หึหึหึ...น้องพูดไม่ผิดหรอกน้องคนสวยจ๋า..อ้าวววว นกช่างหล่ อีกรอบ
ไม่รวยคีนี่จะรวยคีนไหนดีเป็นใจหน่อยนะนกช่างหล่จ๋า แทงรวยๆ

(เสียงคนโห่ลั่นสุดใจ) อ้าววว..ตึ้งๆ(โห่ลั่น)มาแล้วปลา เต่า กุ้ง (เสียงคนลั่นมากมาย)เจ้ามือหนักกิ้ง
หลอย: กินเรียบคร้าบ ฮ่าฮ่า..

จายหมาย: โอ้ยยย..นกช่างหล่ไม่เป็นใจพี่เลยวู้ยเดียวก็ข้างเดียวก็เสีย
ไปไปมามาลงน้ำ กุ้ง มั้งแหละ ปลา มั้งแหละ เต่า มั้งแหละ นกช่างหล่บินหนีพี่หมายไปไหนแล้วหา...ฮือๆ

บรยาย: คีนี่เป็นคีนี่ที่จายหมาย สนุกสุดเหวี่ยง จายหมายกับเพื่อนคลุกอยู่ในวง หนักกิ้งหลอย ที่มีสาว
สาวน่าไสคอยอยู่ให้แทงอยู่เรื่อย จายหมายก็เคลิ้มตามสาว ได้บ้างเสียบ้าง
จายหมายกับเพื่อนสาละวนอยู่ใน ป้างลอง (วงพนัน)อยู่ทั้งคีน ได้จากวง หนักกิ้งหลอย
ก็ไปเสียวงไฟมันไปไปมามาอยู่อย่างนั้นทั้งคีน
จายหมายมาคลุกอยู่ในวงไฟ..

จายหมาย:มามา..พี่น้องคราวนี้จายเอาจริงแล้วนะที่ผ่านมามาแค่่อยให้ชนะนะ..มามา
ป๊อกดั่งหรือรမ်း..

ลุงเจ้ามือ: เออ..หลานชายข้ากับเอ็งมาหุนกันเป็นเจ้ามือดีไหมวะ...

จายหมาย:เหอะๆ..นี่ลุงเมื่อกี้ข้าเองเกือบเป็นเจ้ามือ หนักกิ้งหลอย มาครั้งนึงแล้วถ้าลุงจะให้ข้าหุนด้วย
แล้วลุงมีลูกสาวสวยก่...หิ
(เสียงกะล่อน)

ลุงเจ้ามือ: มีสิวะ..ไอ้หลานชายมีสองคนเอ็งสนใจไหมละ..คนนึง อายุ 11ขวบอีกคน 5ขวบ..

จายหมาย: เหอะๆๆ..ลุงสนอยู่หรือกว่าแต่คงต้องเตรียมคุกกี้ให้ข้าด้วยนะ เหอะๆๆอ้าวมามา..

(เสียงคนพูดคุยกัน) (เสียงคนไฟ)

จายหมาย: อ่าฮะ..วางไฟลูกเต๋าจะลงแล้ว (เสียงลูกเต๋า) จ้าวมือจะกินแล้วเนื้อพื๋นึ่ง

(เสียงคนลุ้นไฟเสียงให้เมื่อเล่นเสีย)

บรรยาย:ขณะที่จายหมายกำลังเฝ้ากับวงไฟนั้น มันรู้ไม่ว่ามันกำลังโดนหลอก ต้มตุ๋น เอาเงิน จายหมายเมาเหล้าไม่ได้สติตัวเอง จายหมายหมดตัวอีกทั้งมันยังติดหนี้เขาอีก5แสนบาท หลังจากปอยออกหัว(ออกพรรษา)ผ่านพ้นไปสามวัน เจ้าหนี้ทั้งหลายก็แห่กันมาหาจายหมายถึงบ้านแต่จายหมายไปทุ่งนา ยังไม่กลับบ้าน เจอแต่ลุงยอดเอื้อมกับป้าแสงและแสงฮีน

เมื่อจายหมายกลับมาถึงบ้านตอนค่ำ ป้าแสง แสงฮีน และลุงยอดเอื้อมนั่งคุยกันอยู่ในบ้าน

ลุงยอดเอื้อมเรียกจายหมายมั่งนั่งคุย

ลุง ยอดเอื้อม: ไ้หมาย...เอ็งรู้ไม๊ตอนปอยออกหัวเอ็งทำอะไรไว้

จายหมาย:โอ้ย..เหนื่อยพ่ออย่าเพิ่งบ่นขอข้ากินน้ำกินพังก่อนเหอะ ปอยออกหัวข้าไปทำไรพ่อ(งนิคๆ)

ป้าแสง: เอ็งรู้ไหมไ้หมาย...เมื่อกี้เจ้าหนี้เอ็งที่เอ็งไปหยิบยืมเขาไว้นะ เขามาทวงถึงบ้านนี้เอ็งไปหยิบยืมเขามาตั้งแต่เมื่อไหร่ ห้า ไ้หมาย ตั้งสี่ห้าแสนแล้วเอ็งเอาเงินไปไหนหมดแล้วที่นี้เอ็งจะหาเงินที่ไหนใช้เขาห้า..

(ป้าแสงเสียงสะอื้นใกล้ร้องไห้)

ลุงยอดเอื้อม: เอ็งนี่มันเหลือเกินจริงๆไ้หมาย เมื่อไหร่ข้าจะได้สบายใจซักทีฮะไ้หมาย..

(เสียงโกธ)

จายหมาย: นำเรื่องนี้ข้าก่อกู้เงินจะแก้มันเอง พ่อกับแม่ไม่ต้องเดือดร้อนแทนข้าหรือข้าจะหาใช้เองสวนก็มีนาที่มี

แสงฮีน: เอาละๆแม่กับพ่อไม่ต้องเป็นห่วง ส่วนเอ็งไ้หมาย เอ็งทำผิดก็ยอมรับผิดซะต่อไปอย่าทำอีกอยู่บ้านเราเงินขนาดนั้นใช้หาได้ง่ายๆอีกอย่าง เหล้า การพนันเอ็งเลิกซะทำให้พ่อแม่ทุกข์ใจนะมันบาป พี่เป็นห่วงแล้วก็รักเอ็งนะไ้หมาย..

...(จายหมายเสียงสระอื่นนิดๆพูดกับแสงฮีน) ดนตรีประกอบ...

จายหมาย: ข้าผิดไปแล้วขอโทษพอกับแม่ แล้วก็พี่แสงฮีนด้วยข้าเืมไปเล่นไฟและข้าก็เสียจนหมดตัวข้าขอโทษ...

แสงฮีน: อืม...ผ่านไปแล้วก็ปล่อยมันผ่านไปเดี๋ยวพี่จะลองขอเืม จามหอมมันดูมันพอจะช่วยได้ไหม..

(เสียงดนตรีประกอบ)

บรรยาย: เข้าวันรุ่งขึ้น แสงฮีนตรงไปยังบ้านเพื่อนรัก จามหอม กำลังทำกับข้าวอยู่ในครัว

แสงฮีน: จามหอม..อยู่บ้านไหม เฮ้..จามหอม..

จามหอม: เออ..ได้ยินแล้วเข้ามาในบ้านก่อนสิ ..แป็บนึงล้างมือก่อน..มาหาแต่เช้าเลย ฉันกำลังอยากคุย
แกอยู่พอดีเลยวะเพื่อนมีอะไรวะ

แสงฮีน: เอ่อ..เอ่อคือว่า...(เสียงอ้าอิงเกรงๆไม่กล้าพูด)

จามหอม: อะไรของแกนะ แสงฮีนมีอะไรก็บอกไม่ต้องมาอ้าอิงแกมีเรื่องอะไรวะห่า..

แสงฮีน: คือว่า เพื่อนฉันมีเรื่องอยากกรบกวณแกนิดนึงวะจามหอมเกรงใจแกมากเลย

จามหอม: อืม..แสงฮีน แกมีเรื่องอะไรแกบอกมาเลยฉันช่วยได้ฉันก็จะช่วยเรามันเพื่อนกันนะเว้ย

แสงฮีน: เออ...คืออย่างนี้ จามหอม ตอนนี้บ้านฉันกำลังแย้วะแกก็ไ้หมายมันไปเืมเงินชาวบ้านเขาห้าแสน
ฉันก็ไม่รู้จะไปหาเงินที่ไหนใช้เขาเจ้าหนี้พวกนั้นก็มาทวงพอกับแม่ฉันไม่ยอมให้ท่านทั้งสองไม่สบายใจนะ
แกว่าจะมาขอเืมแกหน่อยแจะว่ายังไง ก็คิดว่าพอขายข้าวได้แล้วจะทยอยคืนแกทีหลังแกว่าไง

จามหอม: น้องแกนี่มันจริงๆเลยน้ำโตแต่ตัวจริงเลยมันไปเืมเงินเขาตั้งห้าแสนมันเอาไปเล่นไฟมั้งฉันว่านะ
ห้าแสนหรือเืมได้ฉันก็พอมีอยู่บ้าง

แสงฮีน: ขอบใจมากเลยนะเพื่อนรักว่าแต่แก มีเงินพอกลับเมืองไทยรีเปล่า

จามหอม: เออ...แกไม่ต้องเป็นห่วง ฉันยังเหลือพอที่กลับไปเมืองไทยที่จริงฉันอยากชวนแกไปด้วยนะ แสงฮีน แกจะได้ไปเปิดหูเปิดตาบ้านอื่นเมืองอื่นบ้างไม่ใช่หมกอยู่แต่บ้านเราอย่างนี้ อีกอย่างนะแกจะได้ไปทำงานที่โน่นเก็บเงินส่งกลับมาเลี้ยงดูพ่อแม่ได้ดีกว่าบ้านเรานะแสงฮีนแกว่าไงจะไปไหม

แสงฮีน: (ถอนหายใจ) อืม..ฉันก็อยากไปเมืองไทยกับแกนะ จามหอม อยากไปดูบ้านเขาเมืองเขาอยากไปเปิดหูเปิดตากับเขาบ้าง อยากจะให้พ่อแม่กับน้องๆมีชีวิตที่สบายกว่านี้ แต่ ตอนนี้ฉันอยากดูแลพ่อแม่ทางนี้ก่อนวะเพื่อน..

จามหอม: เออ..วันข้างหน้าถ้าแกไปเมืองไทย ก็อย่าลืมติดต่อหาฉันก็แล้วกันฉันจะให้เบอร์แกไว้ไปถึงก็โทรหาฉันนะฉันจะช่วยหางานที่เมืองไทยให้นะเพื่อนมีเรื่องเดือดร้อนอะไรก็บอกนะโทรไปหาก็ได้ไม่เกรงใจเราเหมือนกัน...

แสงฮีน: ขอบใจวะเพื่อน..สำหรับความช่วยเหลือที่เพื่อนมีให้

(เพลงประกอบ)

บรรยาย: หลังจากนี้ จามหอมกับแสงฮีน แยกย้ายกันอีกสองสามวัน จามหอมก็ไปเมืองไทย ส่วนแสงฮีนก็นำเงินไปใช้หนี้ และจ่ายหมายก็กลับเน้อกลับตัว ตั้งใจทำงานจนหนี้สินต่างที่ติดเขาอยู่นั้น ก็ใช้คืนเขาจนหมด...

อยู่มาในช่วงเดือน เมษายน ผู้คนในแผ่นดินรัฐฉาน รวมทั้งคนหนุ่มคนสาวในหมู่บ้าน กงหมากกลาง ต่างก็เฝ้ารอคอย ประเพณี ซอนน้ำ(ประเพณีสงกรานต์) เดือนแห่งปอยซอนน้ำเป็นเดือนที่ชาวไทยใหญ่โดยเฉพาะหนุ่มสาวต่างเฝ้ารอซอนน้ำสาวสาวหรือหนุ่มหนุ่มที่ตัวเองหมายตาไว้ อีกทั้งคนแก่คนเฒ่ารวมถึงคนหนุ่มสาวต่างก็พากันเข้าวัด

เป็นเรื่องหน้าเศร้าที่ปีนี้ รัฐบาลทหารพม่ามีประกาศยึดที่ดินทำกินของชาวบ้านบางพื้นที่

ครอบครัวของลุงยอดเฮืองก็ด้วย

ลุง ยอดเฮือง: ทำไงดีละแม่...มีที่นาอยู่กับเขาหนึ่งไร่ มันก็ยังยึดเอาจะเอาอะไรมาปลูกข้าวลงนากับเขาละปี

น้ำ

บรรยาย: ลุงยอดเอื้อมพยายามกลืนน้ำตาของตัวเองไม่ให้ไหลออกมาต่อหน้าผู้เป็นเมียและลูกของเขา

ป้าแสง: ฮือๆ..ทำไมนะ..จิตใจของพวกมันทำด้วยอะไรนะ มันเคยสงสารชาวบ้านตาต่อตาอย่างพวกเรามั้งไม่
หากินอยู่ทุกวันนี้ก็ลำบากมากพออยู่แล้วยังจะซ้ำเติมความทุกข์ให้กับพวกเราอีก..ฮือๆๆ(พูดด้วยร้องไห้
ด้วย)พวกเราจะทำมาหากินกันยังไงละทีนี้

แสงฮีน: แม่ไม่ต้องร้องไห้..ลูกสาว ลูกชายแม่อังมี เราจะหาเลี้ยงแม่กับพ่อเอง พวกมันทำอะไรบาปกรรมนี้
มีจริงแม่...ฮือๆๆ(ร้องไห้)

จายหมาย: พ่อกับแม่ไม่ต้องน้อยใจ..เราสองพี่น้องจะหาเลี้ยงพ่อกับแม่ จะไม่ยอมพ่อกับแม่ลำบากหรอก
(เสียงร้อง) หากินบ้านนี้เมืองนี้ไม่ได้ก็ไปตายเอาดาบหน้าที่เมืองไทยละว่ะ...

บรรยาย: อยู่ไปอีกสี่ห้าวัน ครอบครัวของลุงยอดเอื้อมก็ปรึกษากันเรื่องที่ จายหมายและ แสงฮีนที่จะไป
ทำงานในเมืองไทย...

แสงฮีน: แม่กับพ่อไม่ต้องเป็นห่วงพวกฉันสองคน...เราสองคนจะตั้งใจทำงานเก็บเงินส่งมาบ้านพ่อกับแม่จะ
ได้มีชีวิตที่สบายขึ้น...จามหอม ก็ ทำงานอยู่ที่เมืองไทย...พวกฉันสองคนจะไปหาเงินขอพึ่งพาอาศัยจาก
มัน...พ่อกับแม่สบายใจได้นะ

(ป้าแสงรู้สึกใจหาย เสียงสะอื้น)

ป้าแสง: ฮือๆๆ...บ้านเขาเมืองเขามันไม่เหมือนบ้านเรานะลูก...จงจำไว้ว่า...เราไปทำงาน อย่ามัวไปหลง
แสงฮีนในเมืองกรุงนะลูกตั้งทำงาน..เก็บเงินเก็บทอง..แล้วกลับมาบ้านเรานะลูก...ฮือๆ...อย่าลืมบ้านเรา...
จะทุกข์จะสุขยังไงก็บ้านเรา...จำไว้ให้มันนะลูก..(เสียงร้องไห้)

ลุงยอดเอื้อม: ...ข้าเองก็แก่แล้วจะตายวันตายพรุ่งก็ไม่ว่า...ไอ้ที่ข้ายังห่วงอยู่ก็พวกเอ็งสามพี่น้องนี่แหละ...
เฮ้อ..ไปอยู่เมืองไทย..ข้าก็ยังห่วงมากโดยเฉพาะ ไอ้หมาย เวลามันกินเหล้าเมา มันคุมสติตัวเองไม่ได้..เอ็ง

สองคนดูแลตัวเองให้ดีขึ้นส่วนทางซ้ายยังพอมีแรงอยู่บ้าง...จะดูแลให้เองรวมถึง ไข่ป็น้องสุดท้อง ด้วย...

ป้าแสง: ฮือๆ..ข้าไม่มีอะไรจะสั่งพวกเอ็งแล้ว...ฮือๆ..ข้าแน่นหน้าอกไปหมด..พวกเอ็งสองคนก็จำคำที่ข้า..กับพ่อเอ็งสอนให้ดีๆละกัน..(เสียงร้องไห้)

แสงฮีนกับจายหมาย: ออค่า..(ครับ/คะ) แม่พ่อไม่ต้องร้องไห้..ฮือๆ.....

(ดนตรีประกอบ)

บรรยาย: หนึ่งอาทิตย์ต่อมา แสงฮีนและ จายหมายก็ออกเดินทาง เพื่อนไปยังชายแดนไทย-พม่า เป้าหมายคือเมืองเชียงใหม่ทั้งสองคนเต็มไปด้วยความฝันเยาะแยะมากมายที่ผุดขึ้นในหัว หวังชีวิตใหม่ ผันได้ทำงานกับนายจ้างใจดีผันถึงชีวิตอันสุขสบายของพ่อแม่และน้อง ที่รอคอยอยู่ที่แผ่นดิน ไทยใหญ่ รถแล่นมาถึงชายแดนไทย-พม่า...

คนนำทาง: ลง..ลง..ลง ถึงแล้วครับ...ชายแดนไทย-พม่า ชีวิตใหม่ รออยู่ข้างหน้าแล้วครับบบบ...ฮ้าวลงลง..ผมมีหน้าส่งถึงที่นั่นแหละครับสำหรับคนที่ต้องการชีวิตใหม่ในแผ่นดินไทย..ต้องตกลงราคากันใหม่ครับ...

แสงฮีน: โอ้หมาย..เอากระเป๋าเสื้อผ้าลงได้แล้วถึงแล้ว...เจ็บเนื้อไปหมดแล้ว..อ๊บบบ..อา.

จายหมาย: เหอะๆๆ...พี่สาวเราเหมือนลิงเผือกเลยฮ่าๆๆ ขาวอยู่แล้วเจอฝุ่นเข้าไปอีกหะหะ..เหมือนคนฮังกี้ดเลย..หิหิ

แสงฮีน: มัวเล่นอีกเรื่อยๆเดี๋ยวไม่ทันได้ห้องนอนเร็วๆเล่นไม่รู้เวลาล้าเวลา..(จายหมายทำเสียงเหอะๆ)

เจ้ นำทาง: เออ..ใครที่จะไปเชียงใหม่ กรุงเทพฯ ต้องจ่ายค่านำทางคนละเจ็ดพันบาท ไหนมีใครบ้างที่จะไป..

จายหมาย: ห้า...เจ็ดพันบาทนี้เจ้ข้ากับพี่สาวข้าไม่มีเงิน สามพันได้ไหมต่อคน(หัวเสียนิดๆ)

คนนำทาง; โห..ไม่ได้หรอกไอ้น้องเจ้ก็ไม่ได้อะไรเลยเห็นว่าเป็นคนไทยด้วยกันเลยช่วยเหลือกันไป...จริงๆได้

น้อง

ดีไม่ดีเจ๊อาจถูกตำรวจไทยจับกลางทางก็ได้ไม่พอใจพวกเองสองคนก็พากันไปเองนะ..เจ๊รับรองได้แจ้งสอง

คนไม่พ่นด้านตำรวจไทยหรือเจ๊ช่วยเต็มที่แล้วไอ้น้องเอ๊ย

ยิ่งตอนนี้นะตำรวจไทยเขาเข้มงวดมากๆ.

แสงฮีน: เออ..ค่ะๆ ขอบใจเจ๊มากเลยนะค่ะที่มีน้ำใจต่อพวกเราถึงขนาดนี้ไม่เป็นไรค่ะหนูจะจ่ายให้แต่ขอให้
โทรศัพท์หน่อยได้ไหมค่ะเจ๊...

คนนำทาง: อืม..น้องนี่พูดเข้าใจดีเจ๊นะมีน้ำใจต่อพี่น้องไทยอยู่แล้ว..เอ้านี่ปรกติ..คิดแพงมากเลยน้ำ...เจ๊
คิดกะหนูแค่..นาที่ละ20บาทเอง ไหนเบอร์ไร..(จ่ายหมายบ่นเบาๆ)

จ่ายหมาย: เค็ม..แล้วยังว่าหวานวะ...

แสงฮีน: นี่คะเบอร์โทรศัพท์...(เสียงกดหมายเลข)(คนรับสาย)

.

บทละครเรื่อง ฟ้าหลังฝน

ตอนที่ 2

บทที่ 1

จาย จ๋าม: (ร้องเพลง) จะรักเธอคนเดียว เธอเหมือนดาวที่ลอยอยู่บนฟ้า ความรักของพี่ไปถึง พี่คิดจะยื่นความรักของพี่ ยังปวดใจอยู่ ลำบากใจที่รักเธอเข้าแล้ว

จายหมาย : เฮ้ย...นี่กว่า จายสายเมา ที่แท้ก็เป็น จายจ๋าม คนหล่อนี่เอง ...ทำไมวันนี้อาบน้ำแต่เช้า แต่งตัวหล่อตั้งแต่หัวค่ำจะจาย จ๋าม

จาย จ๋าม: หึหึ...คนเราอ่านะจายหมายยังหนุ่ม ยังแน่นมันก็ต้องสนุกสนานสิวะ คีนี่ข้าโชคดีวะเพื่อน นี่ๆข้าจะบอกให้ เองจำได้ไหม คีนี่ก่อนที่เราไปเที่ยวกันนะ ข้าเจอสาวผมแดงคนนึงจำได้รีเปล่า เราแลกเปลี่ยนกัน แล้วก็คีนี่เราจะไปเที่ยว ดูหนังด้วยกัน...(ร้องเพลงต่อ)

จายหมาย: ข้านึกแล้วมันต้องอย่างนี้แน่ๆ คนใส่เสื้อลายไข่ปะวะ ข้าดูน้องเค้าขายตาใส่เองตลอดเวลา เลยนี่...เหมือนไก่ร้องหาคู่ กะ..ต๊าก กะ..ต๊าก เลยวะ555

จายจ๋าม: วะ...ไม่ขนาดนั้นไว้ยเพื่อน มันเป็นพรมลิติตไว้ย รีเองว่าไง ถูกต้องไม่วะ..หึหึ

จายหมาย: เอ็งมั่นใจได้ยังไงวะ ว่าเป็นพรมลิติต เพิ่งเจอกันเมื่อคีนี่เอง น้องเค้าลงชื่อกับ พระพรมไวรัววะ

จายจ๋าม: เออน้า...ก็ ที่ผ่านมาข้ายังไม่เคยรักปักใจกับผู้หญิงคนไหนแบบนี้เลยนี่หว่า ข้าเชื่อว่านี่เป็นพรมลิติต มันจะไม่เหมือนเดิมไว้ยเพื่อน 5555 เอลแล้วเอ็งออกใจยังไม่มาก่อนเวลาวะ ทุกที่ข้าต้องเป็นฝ่ายไปหาก่อนทุกทีนี่หว่า ใจหมาย

จายหมาย: นี่งะ อ่านดูเองละกันหนังสือเรียนเซ็กงานแต่งงาน ใจเมือง

บทที่ 2

จายจ๋าม: เฮ้ย...ใจเมือง กับ น้องส่วย เขาสองคนลงเอยกันแล้วหรอวะ...อืม เหมาะสมกันสินะ แต่ว่าเนี่ยมันยังอยู่ช่วงเช้าพรรษาอยู่ไม่ใช่รีวะ เขาแต่งงานกันไม่ใช่รี...

จายหมาย: เออ...ที่เอ็งพูดก็ใช้อยู่หรอก แต่ถ้าไม่แต่งงานนี้ ท้องของน้องส่วย ใหญ่ขึ้นทุกวันแล้วนี่ว่า เอ็งรู้รีเปล่า

จายจ๋าม: 5555 ใต้เมืองเอ้ย ดูมันเป็นคนเงิบเงิบ หนีมา อายุก็ยังน้อยอยู่ ไม่ยกรู้ว่าไฟแรงเหมือนกัน นี่ อิม..5555

จายหมาย: นี่แหละที่เขาเรียกว่า กิเลส ตัณหา ถ้ามันได้เข้ามาครอบครองหัวใจคน แล้วนะ เอ็งเอ้ย...คน คนนั้นก็เหมือนคนตาบอดเลยละ ก็ธรรมดาว่า ถึงฤดูออกดอกมันก็ต้องผลิดอก ถึงฤดู ออกผลมันก็ต้องออกผลดิอะ....เดี๋ยวข้าขอตัวกลับก่อนนะไว้ย อย่ากลับตีกันนะไว้ย ฟรุ้งนี้เสียบอกต้องไปเข้าหานิดหนึ่งได้ยินไหม

จายจ๋าม: เออ...ขอบใจเพื่อน ที่เอาการถเชิญมาให้ ค็นนี้คงไม่ดีมากหรอก กลัวน้องเขาง่วง ข้าเองก็ต้องไปทำงานฟรุ้งนี้เข้า ...โชคดีเพื่อน...

(เพลงประกอบ)

บทที่ 3

บรรยาย: ค็นนี้จายจ๋ามกับ น้อง คำหึง พวกกันไปดูหนัง ฟังเพลง ไปทานข้าวด้วยกัน จนถึงเที่ยงค็น จึงพากันกลับบ้าน คนที่กำลังมีความรัก ไม่จะดูอะไรก็สวยงามไปหมด จะกินจะดื่ม ก็ดูเหมือนหวานถูกใจ ยังชอบกล ไม่ได้คิดถึงวันที่จะมีปัญหากันเลิกรากัน นี่สินะที่เรียกว่าความรัก หรือ รักแรกพบ

คำนวน: ทำไมช่วงนี้ ดูเธอใจไม่อยู่กับเนื้อกับตัว ฮี คำหึง ความลับอะไรกับฉันหรือเปล่า เห็นดูแต่หน้า จอโทรทัศน์ตลอดเวลาเลย

คำหึง: ไม่มีอะไรนี่...ไม่ได้คิดอะไร ฉันกำลังคิดว่าทำไมเวลาเนิ่นนานอย่างนี้

คำนวน: ไม่ต้องมาโกหก ดูจากท่าทางของเธอ แล้วฉันพอเดาออกอยู่นะ คำหึง

คำหึง: ลองทายดูสิจ้ะ.. ถ้าทายถูกนะฉันจะเลี้ยงข้าวเธอ ไหนลองว่ามาสิ

คำนวน: ถ้างั้น...อิม ไปซื้อข้าวไ้เลยนะ กำลังคิดถึงพี่ผู้ชายคนนั้นไซ้ไหม ที่เจอกันเมื่อโน้นไงไซ้ปะ

คำหึง: ฮี...ค่านวน เธออย่าพูดสุมสี่สุมห้าสิ ถ้าใครมาได้ยินเข้าล่ะจะว่าไง...

ค่านวน: ได้ยินแล้วจะไม่ ฮี คนเรารักกันจะทำไม่อ่า ไช้ไหม คำหึง

คำหึง: เธอนี้พูดไปกันใหญ่แล้ว รักเรีอะอะไรเพ็งรู้จักตนเอง

ค่านวน: จริงหรอ ที่ได้ยินมานะนะ เขาบอกว่าไปดูหนัง ไปกินข้าวด้วยกันมาแล้วนี้ ไม่รู้ว่าคีนนี้จะไปเที่ยวไหนกันน้อ...อิอิอิ (เสียงโทรศัพท์ของคำหึง) นั่นไงพูดยังไม่ทันขาดคำเลย ไช้ะๆๆ รับสิ

บทที่.4

บรรยาย: หลังจากที่ คำหึง รับโทรศัพท์แล้ว ก็เริ่มทำงานของตัวเอง ด้วยสีหน้ายิ้มแย้ม สดชื่น สดใส ขึ้นมาทันที และไม่สามารถโกหก ค่านวนได้อีกต่อไปแล้ว

จายจ๋าม: ยังไงก็ตามพี่จ๋ามจะขอรักคำหึงคนเดียว และชาติจะไม่ขอรักใครอีก

คำหึง: นี่ พี่จ๋าม... คำคำนี้ได้พูดกับสาวคนไหนมาบ้างแล้ว ฮี ลูกเหล่าใครบ้างล่ะ

จายจ๋าม: พี่ไม่เคยออกจากปากพี่เลยนะนี้ ถ้าไม่มาเจอกับน้องคำหึงนี้ ยังไม่รู้จะมีโอกาสได้พูดบ้างรู้เปล่าไม่รู้... แต่ถ้าดอกไม้นี้มีเจ้าของแล้วก็ไม่เป็นไร พี่ขอเก็บเอาคำพูดของพี่ไว้ในปากพี่ตลอดไป

คำหึง: คำพูดที่พูดไปแล้วจะกลับคำกันได้ไหม ถ้าอย่างนั้น สำหรับน้อง ถ้าไม่ได้มาเจอพี่จ๋าม ก็ยังไม่เคยมีใครมาพูดแบบนี้กับน้องเลย

จายจ๋าม: ไม่ใช่มั้ง...สุภาษิตเขาบอกว่า ต้นไม้งาม มีเจ้าเฝ้า สาวงาม มีเจ้าของ

คำหึง: ก็ใช่ค่ะ แต่น้องไม่ใช่คนงามนี่ แล้วจะให้เจ้าของได้ยังไง พี่นั่นแหละมีเจ้าของแล้วมั้ง รอที่บ้านมั้งคะ ถ้ามีแล้วก็ ไม่ต้องมาหลอกลวงน้องนะ นี่ก็เสียว่าสงสารแล้วกัน อย่าทำให้น้องเสียใจเลย

(เพลงประกอบ)

บทที่ 5

(เสียงคนทำงานก่อสร้าง) ไอ่หมาย ไอ่เคอ เอาทรายกับปูนมาผสมบ่นี่

จายเคอ: ครับ....ครับ

จายหมาย: เอ็งเอาทราย ข้าเอาปูน นี่แหละเอ็งว่า คนทำงานในเมืองไทย ใครว่าทำงานในเมืองสบายวะ

จายเคอ: เออหน้า.....ไม่ต้องคิดมากไว้มีเงินใส่กระเป๋าเที่ยวก็แหล่แล้วบะ เออ...ไอ่จ่าม มันไปไหนวะไม่เห็นหน้ามันมาทำงาน

จายหมาย: เออวะ...จริงด้วย อ้อ มันบอกพ่อเลียงว่าวันนี้มันขอลาหนึ่งวัน ข้าว่านะมันคงพาสาวมันไปเที่ยวมั้ง นี่แหละรักแรกพบ พบกันใหม่ๆ

ไอ่เคอ: เฮ้ย...มันมีแฟนตั้งแต่เมื่อไหร่วะ เหอะๆไม่ธรรมดาอะไอนี้ นี่

จายหมาย: เออ....ก็คนนั้นแหละ คินที่ เราไปเที่ยวกันไง มันไปเจอกันคินนั้นแหละ คนที่ใส่เสื้อลายนั้นไง

ไอ่เคอ: ฮ่า...ฮ่า จันคินนี้คงพาไปมันเรียนวิชาการบข้าศึกหน่อยเป็นไงวะ

จายหมาย: เหอะๆ ...สมแล้วละที่เอ็งไม่ครบครว ไม่มีกับเสียที ไอ่เคอเฮ้ย

มัวไปรบกับข้าศึกบนเตียงอยู่นั้นแหละ

ไอ่เคอ: บ๊ะ...บางคนข้าเห็นมีลูกมีเมีย ก็ยังไม่ยอมเลิกทำศึกเลยนี่หว่า ฮ่า...ฮ่า อิกอย่างนะผู้เค้าก็เต็มใจนี่ เขาพอใจเรานี้ ไม่มีใครหลอกใครนี้ ได้ประโยชน์ทั้งสองฝ่ายไว้

บทที่.6

จายหมาย: รับทราบครับผมท่านนายพล แต่ ออกศึกบ่อยเกินไประวัง ข้าศึกที่มีชื่อเรียกว่า HIV ด้วยนา เพราะเจ้าตัวนี้มันคือนา ติดมาแล้วข้าพเจ้าไม่เข้าใจแล้วนาท่าน ฮ่า ฮ่า

ไอ้เคอ: เออ...ถึงแม้ข้าต้องตายด้วยน้ำมือของข้าศึก ข้าก็พอใจนะ คนเราถ้าไม่แสวงหาความสุขได้ ตัวเองบ้างมันจะไปมีประโยชน์อันใดน้อ...เดี่ยวชาติพันธุ์มนุษย์ก็สูญสิ้นดิวง ภู่นะทำเพื่อมนุษยชาติ นะเนี่ย....

(เสียงคนทำงานก่อสร้าง) เอ้ย...เองสองคนคุยกันอยู่นั้นแหละ งานจะเสร็จไหมวะ...เร็วๆ

ไอ้เคอ-จายหมาย: คร่ำบ...คร่ำบ ทำไปด้วยคุ้ยไปด้วยไงคร่ำบ พ่อเลี้ยง

(เสียงเพลง จาย มู คินหนึ่งที่เชียงใหม่)

ไอ้เคอ: มาเพื่อน เรามายกแกวชนกันเพื่อ ความเป็นสิริมงคล อ้าว...เจ้าภาพจงเจริญคร่ำบพี่น้อง หมด แก้วๆ

จายหมาย: อย่าดื่มกันหนักดิวง เดี่ยวกลับบ้านไม่ถูกเหมือนคินนั้นนะเฮ้ย..

จายจ่าม: เมื่อไหร่ เมื่อไหร่ก็ยกแกวเจ้าภาพจงเจริญ มันจะเป็นไปได้ไงวะ เจ้าภาพจงเจริญ จะเจริญได้ ถ้าพวกเราหยุดดื่มเหล้านะไวยพวกเอ็ง มันไม่ถูกต้องนะข้าว่า

ไอ้เคอ: อ่า....ถูกไม่ถูก ไช้ไม่ใช่ อย่าสน ชนแกวอย่างเดียพอแล้วน่า พ่อพระเอก คินนี้ข้าเป็นเจ้าภาพ ไวย....เฮ้ยน้องคนเสื้อแดงนะเองว่าไงวะ ถูกใจปะพี่น้องครับ

บทที่.7

ไอ้หมาย: สำหรับข้าเอาไว้ก่อนเหอะเรื่องแบบนี้ เดี่ยวเจของแถมละยุ่งเลย ไอ้จ่าม เอ็งว่าไง ok ปะวะ

จายจ่าม: เออ...ไม่ดีกว่าหว่าเพื่อน ไม่อยากผิดสัญญาที่ให้ไว้กับคนที่ข้ารัก ทั้งตัวและหัวใจมอบให้ คำ หจิง คนเดียวเพีย..

ไอ้เคอ: เหอะๆ...พวกเอ็งนี่เป็นคนดีกันจัง เป็นกันเอา่มากเลยนะไอ้พระเอกเนี่ย

ไปบวชเลยดีกว่านะ พ่อพระเอกพระเอก ไม่เป็นไรข้าฉายเดี่ยวก็ได้ไวย เอ็งสองคนรอข้าตรงนี้แหละ

จายหมาย: เออ..เออ...ไปเลย รีบรีบเดี๋ยวไม่ทันการอย่าลืมนะป้องกันตัวเองด้วยนะ ท่านนาย พล

(เสียงเพลง)

บรรยาย: ถึงแม้ว่าเราทั้งสามคนจะเป็นเพื่อนกันดีกันยังไงก็แล้วแต่ ทำงานที่เดียวกัน ร่วมทุกข์ ร่วมสุข มาด้วยกัน แต่นิสัย นั้นไม่เหมือนกันเป็นกันคนละอย่าง จาย จ๋าม เป็นคนรักษาสัญญา ซื่อสัตย์ ต่อคนรัก สำหรับ จายเคอ เป็นรักสนุกเที่ยวผู้หญิง จายหมาย เป็นคน รักในเสียงเพลง ชอบร้องเพลง ฝันอยากเป็นนักร้องชื่อดังในอนาคต

บทที่ 8

พ่อเลี้ยง: นี่ ไ้หมาย ไ้จ๋าม ทำไมไ้เคอมันไม่มาทำงานอี

จายหมาย: ครับ...เห็นมันบอกว่ามันไม่ค่อยสบายนะครับ

จายจ๋าม: ใช่แล้วครับ พ่อเลี้ยง เห็นมันไปซื้อยามากินเอง แต่ก็ไม่ได้ดีขึ้นครับ เวลามันเียว เข้าห้องเห็นมันไม่ค่อยดีเลยครับ

พ่อเลี้ยง: อืม...ไม่ได้การแล้วมั้งจั้นนะ...กว่านะมันไปติดโรคที่พวกเิงชอบไปเที่ยวกันมาแน่ๆ ไหนๆไปดูมันหน่อยสิ เดียวมาตาย ในที่ทำงานกู ไปดูมันหน่อยปะ..

จายจ๋าม: ไ้เคอ...ไ้เคอ เป็นไ้บั้งวะดีขึ้นบ้างไหม พ่อเลี้ยงมาเที่ยวหาเิงนะ

ไ้เคอ: (เสียงไอ) ครับ สวัสดิ์ครับพ่อเลี้ยง ผมไม่เป็นอะไรมากครับ ดีขึ้นมาบ้างแล้วครับ ผมคงกินอะไร ผิดมั้งครับคงเป็นอาหารเป็นพิษนะครับ

พ่อเลี้ยง: อาหารเป็นพิษอะไรของเิง กูดูเิงเดินเหมือนคนท้องยังงัยยังงั้นเดินขาถ่างอย่างจั้น พุดมาตรงๆถ้า เิงกลัวตายจะได้พาไปหาหมอ

ไ้เคอ: ครับครับ...แค็กๆ คือ ขอโทษนะครับพ่อเลี้ยง เวลาผมฉี่มันเจ็บมากครับปวดแสบปวดร้อน ยังงัยไม่รู้ครับ

จายหมาย: อืม...ครีๆ ทำป็นเองมันบวมเป่งแบบนี้วะ ...แบบนี้ถ้าปล่อยทิ้งไว้สงสัยต้องตัดทิ้งแน่ๆ รีบไปหาหมอเหอะเิงเร็วๆเลยยังดี

จายจ๋าม: นี่ไข้ข้าบอกแล้ว กลัวเจออของแถมกลัวเจออของแถม ทีนี้เ็งเื่อข้ายังไ้อ้

บทที่ 9

เคอ รีบไปหาหมอเลยเ็งก่อนจะสายเกินแก้

พ่อเลี้ยง: มาๆเดี๋ยวกูจะเอารถไปส่ง เอ้อ...ไ้อ้เคอเอ้ย กูเองพุดอยู่เป็นประจำ อย่าเที่ยวผู้หญิงให้มากนัก โรคมันเยอะ เ็งก็ไม่เชื่อ ทีนี้เป็นไงล่ะท่านนายพล ปีนด้านแล้วเห็นไหม จะโดนตัดทิ้งหรือเปล่ายังไม่รู้ เ็งนะเ็ง

ไ้อ้เคอ: ครับๆแต่ต่อไปผมจะจำไว้เป็นบทเรียนจนวันตายเลยครับขอบคุณพ่อเลี้ยงมากครับ แค้กกก...
อ่า

พ่อเลี้ยง: เออๆ...เร็วๆขึ้นมาเดี๋ยวยายคนเยอะ

(เสียงเพลงประกอบ)

หมอ: ใครคือญาติของคนไข้ครับ

พ่อเลี้ยง: ครับผมเองครับ ผมเป็นนายจ้างคนไข้ครับ อาการเป็นยังไงบ้างครับ

จายจ๋าม: พวกเราเป็นเพื่อนกับคนไข้ครับ เพื่อนเราเป็นยังไงบ้างครับ ..

หมอ: อาการของคนไข้หนักมากครับ เราคงต้องคนให้คนไข้พักรักษาตัวที่โรงพยาบาลซักพักนึงครับเพื่อ
ดูอาการของคนไข้

พ่อเลี้ยง: ไม่เป็นไรครับ เาคูณหมอมว่าก็แล้วกันครับ ส่วนค่ารักษาค่าไข้จ่ายต่างผมจะรับผิดชอบเอง

บทที่ 10

จายหมาย: คุณหมอมครับเพื่อนผมป่วยเป็นโรคอะไรครับ

หมอมหึง: คนไข้ป่วยเป็น โรค หนองใน ถ้าปล่อยไว้นานอาจเสียชีวิตได้ หรือ ไม่อาจถูกตัดอวัยวะได้ค่ะ

ไฉ่จ๋าม: เฮ้ย...ถึงกับตัดทิ้งเลยหรอคุณหมอครับ แล้วเพื่อนผมจะถูกตัดไหม

หมอมหึง: กรณีคนไข้รายนี้ยังไม่ทราบเหมือนกันต้องรอผลตรวจอีกทีหนึ่งค่ะ

ตอนนี้ก็ต้องรอดูอาการถ้าไม่ลามมากก็ไม่ต้องตัดค่ะ แต่ถ้าเชื้อยังไม่หยุดลามทางหมอเองก็จำเป็นต้องตัดอวัยวะทิ้งค่ะ เพราะถ้าปล่อยเอาไว้มันอันตรายอาจถึงตายได้ค่ะ

จายหมาย: ฮ่า...อาจถึงตายเลยหรอคุณหมอ มันร้ายแรงขนาดนั้นเลยหรอคุณหมอครับ แล้วไอ้โรค หนองในมันลูกไหนมาครับมันติดกันได้ยังไงครับ

หมอมหึง: โรคที่ว่านี้มันติดกันได้ทางเพศสัมพันธ์เวลาเรามีอะไรกันกับคนที่ป่วยเป็นโรคนี้อยู่แล้ว เรา อาจติดโรคนี้จากคนคนนั้นได้ อย่างเช่นคนที่ชอบเที่ยวกลางคืนชอบเที่ยวโสเภณี อันที่จริงโรคหนองใน ไม่เฉพาะผู้ชายเท่านั้นที่มีโอกาสติดผู้หญิงก็มีโอกาสป่วยเป็นโรคนี้ได้เช่นกัน

พ่อเลี้ยง: อืม...แล้วผู้หญิงจะติดโรคนี้ได้ยังไงครับทางไหนบ้าง หรือว่าไปเที่ยวผู้ชายขายตัว เหมือนที่ผู้ ไปเที่ยวผู้หญิงแล้วติดโรคนี้ หรือเปล่าครับ

หมอมหึง: ก็อาจเป็นไปได้ แต่ว่า ส่วนใหญ่ผู้ชายที่มีเมีย แล้วออกไปเที่ยวโสเภณี อาจติดโรคนี้มาแล้ว มานอนกับภรรยาภรรยาก็มีโอกาสติดโรคนี้จากสามี

บทที่.11

จายจ๋าม: เออ...คุณหมอครับ ผมอยากถามอีกเรื่องหนึ่งครับ ผมเองก็ไม่เคยไปเที่ยวกลางคืน เที่ยว โสเภณีอะไรกับเขาหรอครับ คือ ถ้าผมนอนกับคนที่ผมรักแล้วมีอะไรกัน จะทำให้เราติดโรคนี้ไหมครับ

หมอมหึง: เรื่องหมอยกมาให้ระมัดระวังกันมากๆ คนบางคนชอบคิดว่าตัวเองกำลัง หล่อ สวย เนื้อตัวก็ สะอาด คงไม่มีโรคภัยอะไรหรอก และ อีกเรื่องหนึ่งเราต้องคิดให้ดีถ้าจะแต่งงานหรือ นอนกับคนที่เรา รัก สังเกตดูว่านิสัยของคนที่เรารักนั้นเป็นยังไงทำที่เป็นยังไง ทั้งผู้หญิงผู้ชาย ทางที่ดีให้พากันไปตรวจ เลือดทั้งคู่เลยจะดีมาก ก่อนที่เราจะอยู่ด้วยกัน

จายหมาย: ครับ...แล้วเพื่อนผมพอจะมีทางรักษาอยู่ไหมครับคุณหมอ

หมอหญิง: ถ้าไม่ติดเชื้อ HIV ก็พอมีทางรักษาค่ะ แต่ถ้ามีเชื้อ HIV ด้วยแล้วยังไงก็รักษาไม่ได้ค่ะ เพราะฉะนั้นทางเราจำเป็นต้องตรวจเลือดคนไข้ละเอียดดี ๆ ก่อนค่ะ

จายหมาย: ครับ...ผมจะระมัดระวังตัวเองให้มากๆ เพราะมันเป็นคนรักสนุกไงไอ้เคอมันถึงได้เป็นโรคนี้

หมอหญิง: ถ้าเราเลือกไม่ได้ที่ยังไงก็ต้องนอนต้องมรเพศสัมพันธ์กัน จะต้องป้องกันตัว ใช้ถุงยาง ทุกครั้งก่อนมีเพศสัมพันธ์ เพื่อป้องกันโรค HIV โรคหนองใน ไม่ใช่เรื่องยากเลยใช่ไหมคะ

จายจาม: ถ้าเรามีเพศสัมพันธ์กัน ถุงยาง นี่ ป้องกันได้ทุกเรื่องหรือเปล่าครับ

บทที่ 12

หมอหญิง: ไม่ได้ทุกโรคค่ะ บางครั้งถุงยางแตก ถุงยางฉีก ก็ทำให้เราติดโรคนี้ได้เหมือนกันค่ะ

จายหมาย: ถ้าอย่างนั้นเราจะทำยังไงกันดีล่ะครับ คุณหมอ ใช้ถุงยางก็ไม่ได้ป้องกันตัวเองได้ร้อยเปอร์เซ็นต์

หมอหญิง: เราต้องรักษาคำมั่นสัญญา ซื่อสัตย์ ต่อลูกเมีย ไม่เที่ยวกลางคืน ไม่เที่ยวโสเภณี ถ้าเราทำได้ อย่างนี้แล้วเราก็ปลอดภัยจากโรคพวกนี้ร้อยเปอร์เซ็นต์

สำหรับวัยรุ่นที่ยังไม่มีครอบครัวยังไม่มีแฟน ถ้าทนไม่ไหว ก็ให้ช่วยตัวเองจะดีที่สุดหรือถ้าไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ก็ให้ใช้ ถุงยางอนามัย ทุกครั้งก่อนมีเพศสัมพันธ์ การใช้ถุงยางนอกจากป้องกันตัวเองจากโรคต่างแล้ว ยังป้องกันตัวเองจากการตั้งครรภ์ ตั้งท้องได้อีกด้วย

พ่อเลี้ยง: อืม...โรคที่ติดต่อกันทางเพศสัมพันธ์นี้มีเยอะจริงๆเลยนะครับ ถ้าไม่ได้มาโรงพยาบาลวันนี้ผมเองก็ไม่มีทางรู้เลยจริงๆครับ

หมอหญิง: ไม่เป็นไรค่ะ เาเองก็มีหน้าที่ดูแลรักษาและให้คำแนะนำสำหรับพี่น้องประชาชนเพื่อพี่น้องจะได้มีสุขภาพที่ดีไงคะ อืม...ขอตัวไปดูแลคนไข้รายอื่นก่อนนะคะขอบคุณค่ะ

ทุกคน: ครับ...ขอบคุณคุณหมอมามากๆนะคะที่มาให้ความรู้กับพวกเราวันนี้ครับ

(เพลงประกอบ)

บทที่.13

บรรยาย: หลังจากที่คุณหมอตรวจเลือดแล้วพบว่าไม่มีเชื้อ HIV ในตัวจายเคอ พบแค่เชื้อซิฟิลิส หรือ หนองใน ทางหมอเขาก็รักษาอย่างเต็มที่ เรียกว่าจาย เคอ ยังโชคดีที่ไม่มีโรคร้ายแรงติดมาด้วย เช่น HIV แต่จายเคอจะเซ็ดหรือไม่ นั่น ไม่ทราบ ดังสุภาษิตที่ว่า ม้าดีดไม่ล้มตีน คนสองตีนไม่ล้มสันดาน จายจ๋าม หลังจากที่รับฟังจากคุณหมอแล้วก็สัญญาว่าจะไม่เที่ยวกลางคืน เที่ยวโสเภณีเด็ดขาด ส่วน จายหมาย ชอบในการร้องเพลง เขาตั้งใจเอาไว้ว่าวันหนึ่งเขาจะเป็นนักร้องชื่อดังให้ได้

บทละครเรื่อง ฟ้ายหลังฝน

ตอนที่ 3

บทที่ 1

เสียงบรรยาย: คืนหนึ่งที่ในแคมป์ก่อสร้างที่หนึ่งเป็นอันสนุกสนานกันไปทั่วก็เพราะว่าเงินแรงงานออกวันนี้เขาก็พากันฉลองกันร้องเพลงกันโดยทั่วบริเวณที่อยู่นั้น

เพลง เสียงร้องเพลงในที่พักคนงาน

สร้างป่า "โอ้เพื่อนทั้งหลายคืนนี้ข้าจะเป็นเจ้าป่าพม้นเอง อ้อ ไม่ใช่ๆ ข้าพูดผิดไปนิดหนึ่ง
ข้าจะเป็นเจ้าภาพพม้นว่าอย่างนี้แหละ

----- เอาอย่างนั้นเลย สร้างป่า

ปิ่นตะ ถ้าอย่างนั้นเอามาอีก 1 ลังเบียร์ตราควายคลุกฝุ่นนั้นจายหมาย

จายหมาย ได้เลย..... เจ้าปิ่นตะเรา

สร้างป่า อ้า.....โอ้เดี๋ยวก่อนๆ Spot เดียวนี้เลยถ้าเป็นเรื่องแบบนี้แหละเร็วชะไม่มี...ข้าพูด
ยังไม่ทันจบเลยโอ้พวกนี้

ปิ่นตะ ฮาย.....ก็เป็นเจ้าป่าพม้นแล้วนี่อ้อ ไม่ใช่ๆ เจ้าภาพไซ้ใหม่ แส แส Spot ทำไม
แหละหมดแล้วไม่ใช่หรือน้ำ ตามเรานั้นสร้างป่า

สร้างป่า อืม อันข้าจะเป็นกับแก้มันที่เหลือก็เป็นเจ้าหารกันนั้นไ

จายหมาย อ้าว.....ผมอดสำหีใจดีไปแล้วยื่นกว่าจะได้เป็นลูกศิษย์สร้างป่าเราเต็มทีเลยแล้วบอกว่า
จะเป็นเจ้าหารชะนี้เปรียบปากไปเลย

บทที่ 2

ปิ่นตะ เอื่อ ก็เอามันว่านั้นแหละดีกว่าไม่ได้เลยเจ้าหารคนร่ำรวยเราทั้งหลายไซ้ใหม่สร้างป่า

สร้างป่า ไซ้แล้วปิ่นตะเพื่อนรักเอย เจ้าหารคนรวยถ้าไม่รวยนะไม่คึกครื้นได้ขนาดนี้หรอกแก
ว่ามีไหนแหละถ้าอย่างนั้นก็เอามาเลยคนละ 300 บาท

ปิ่นตะ เอื่อ พี่เอา 500 บาทเอาเงินทองมาให้ด้วยจายหมายแหละแกอยากสนุกก็เอามาคน
ละ300 บาท

จายหมาย อ้า.....ผมจะเปย์

บทที่ 3

นาง ปิ พอมัน นี้ ลูกซิลูกเลยตะวันสองตุตแล้วทำไมยังไม่ลูกอีก

ปิ่นตะ เอื่อ เดียวซิข้าขอนอนต่ออีกนิดหนึ่งมันยังเข้าอยู่แม่คุณ

นางปี เข้าเที่ยวที่ไหนฮา คุณลูกมาดูซิพี่ปิ่นตะ ยังงี้แหละที่ข้าไม่อยากให้กินกินเมื่อไหร่เสีย
การเสียนางตลอดกลางคืนมาไม่นานตอนเข้ามาไม่ตื่นถ้าเป็นอย่างนี้คราวหน้ามาเงินค่าแรงนั้นข้าจะ
เอาไม่ไหวแล้วทีนี้

เอส่วย มีอะไร ทำไมส่งเสียงชะดังไปทั่วเลยนางปีไม่ไปทำงานหรือวันนี้

นางปี ก็นั่นแหละ ข้ากำลังอารมณ์ไม่ดีอยู่แกลยารู้ไม่เอส่วย

เอส่วย อารมณ์เสียอะไรหะ เงินไม่ได้หมดหรือเมื่อวานนี้

นางปี ไม่ใช่เรื่องนั้นที่ข้าว่านี่ นั้นแกลยเอส่วยนอนตัวกลมอยู่นั้นไงพี่ปิ่นตะเจ้าสำราญ
เขาเรียกลูกก็ไม่ยอมลุกงานก็ไม่ทำแล้วมั่ง ถ้าเป็นอย่างนี้อยู่เรื่อยๆซักก็ไม่ทันได้กินหมามันหรอก

เอส่วย ไม่ถึงขนาดนั้นมั่งพี่ปิ่นตะเนี่ยะ ถ้าได้ทำงานก็ทำเป็นจริงๆจังๆอยู่ที่ข้างมันเถอะเมื่อ
กินก็กินเมื่อทำก็ทำบ้างผู้ชาย ส่วนใหญ่ก็เป็นแบบนี้แหละ

บทที่ 4

นางปี ทำไมนะ ผู้ชายไ้ไหนถ้าไม่กินเหล้าก็สูบบุหรี่ถ้าไม่สูบบุหรี่ก็เล่นผู้หญิงการพนันคน
ดีๆไม่มีหรือไงน้อ

เอส่วย จะทำไ้ได้หะนางปีก็เรื่องแบบนี้มันเกี่ยวกับบุญวาสนาเมื่อชาติปางก่อนนั่นแหละ
ทำบุญมาร่วมกันแล้วทุกข์ก็ร่วม ทุกข์สุขก็ร่วมสุขด้วยกันมาเลยเราไปทำงานกันเถอะ ถ้าจั้น

นางปี เออ ไปซิ วันนี้ปล่อยให้มันอดข้าวสักเมื่อไ้จะได้ เซ็ดหลาบดูดีๆนะเอส่วยถ้าแกจะเอา
ผัวอย่าไปเอาที่มันเป็นขี้เหล้า เหมือนพี่ปิ่นตะเนี่ย

เอส่วย ค่ะ

เพลงประกอบ

+++++ เสียงปีบแตวรรที่มาขายของเวลาเย็น ++++++

พ่อค้า มาครับ มาครับ ของกินของใช้ ขนมของกินน้ำส้ม น้ำหวานเนื้อหมูเนื้อไก่ผักสดๆมีทุก
อย่างครับ

+++++++++ เสียงคนพากันไปซื้อของกินกัน ++++++

ป่าไม้ ยาแฝงคำมีไหมพ่อค้า

พ่อค้า ครับมีครับ ป้าจะเอาก็แฝงละครับ

ป่าไม้ เอามา 2 แฝง ลดให้บ้างซื้อกินอยู่ตลอด

พ่อค้า เอา 3 แผงซีครับแล้วผมจะลดให้ถ้าไม่ใช่ป่าผมไม่ลดให้นะเห็นป่าซื้อกินอยู่ตลอด
เองนะเนี่ย

บทที่ 5

ป่าไม้ เออ ขอบใจ นะพ่อคุณ คนทำงานหนักอย่างป่าเนี่ยอยู่ได้ก็เพราะยานี้แหละ
พ่อค้า นี่ครับป่าและนี่เป็นยามาใหม่จะเอาไปลองไหมครับเวียนหัวปวดท้องแน่นท้องจำพวก
นี้กินได้หมดครับ 1 ขวด 30 บาทเองครับ
ป่าไม้ ป่านะ เคยกินแต่ยาแผงคำเท่านั้นยาอย่างอื่นยังไม่เอากลัวจะไม่ถูกเลือดถูกลมเอา
นางปี ยาทาหน้าที่เป็นฝ้าหะมีไหม
พ่อค้า ครับมีครับ 1 หลอด 10 บาท จะเอากี่หลอด
นางปี เอามา 3 หลอด 25 บาทได้อยู่มั้งซื้อขายกันอยู่ตลอด
พ่อค้า ครับ เอาเลยครับ ถ้าอย่างนั้นก็ผมขายเอาเท่าทุน แล้วน้องอยากได้อะไรถามได้ครับ
เอส่วย ค่ะ ยาเลือดยาที่กินแล้วอยากกินข้าวมีหรือเปล่า
พ่อค้า มีครับ มีนี่ครับเม็ดสีทองๆนี้ 1 เม็ด 2 บาทครับ จะเอากี่เม็ด
เอส่วย 1 เม็ด 1 บาทไม่ได้เหรอพี่ จะเอา 30 บาท
พ่อค้า โอ้ย อย่าขอลดเลย 2 บาทนี่ ผมขายถูกแล้วเอาเท่าทุนเองที่อื่นเขาขายเม็ดละ 3
บาทนะครับ

บทที่ 6

พ่อค้า ยาที่ผมเอามาขายพวกนี้เป็นยาอย่างดีล้วนๆครับไม่ใช่ของปลอมนะครับ
เอส่วย ถ้างั้นเอา 30 บาทดีจริงๆนะยานี้
พ่อค้า โอ้ย รับรองได้ยาอันนี้กินข้าวกินเท่าไรก็ไม่พอน้องหญิงรู้ไหมหุงข้าวแทบไม่ทันเลย
แหละถ้ากลัวอ้วนก็อย่ากินยานี้แหละ นี่ครับยา ขอบคุณครับ ครับยังมีอีกสำหรับคนอ้วนอยากผอมพี่
น้องคนเมืองคนไทยเขาใช้หันมากนะครับ สำหรับยานี้
นางปี อ้า อย่างเราเนี่ยะทำแต่งงานหนักลำบากลำบากนอนอยู่อย่างนั้นทุกวันๆทำยังไงก็ไม่อ้วนได้
หอรกมั่งกลัวแต่จะผอมมากกว่า
ปิ่นตะ อ้า ถ้ามีเมียผอมนะเลิกทันทีเลยโอ้เราล่ะ
นางปี ฮือๆ ดูซิแกนี้ทันมาโผล่ที่เมื่อไหร่ทำไมถึงไม่นอนให้มันได้อีกคือ 1 หละงานก็เสียข้า
วก็ไม่ต้องกินแล้วยังมาตีว่าคนผอมคนอ้วนอยู่อีกดูตัวเองซีห่อมากหรือไง
ปิ่นตะ หล่อไม่หล่อคุณก็เป็นเมียจายปิ่นตะอยู่ไม่ใช่เหรอ เออ แล้วเย

บทที่ 7

นางปี นี่ไง แกงผักกาดนี้แหละ มัดเท่าไหน

พ่อค้า มัดละ 5 บาท เอาก็มัดครับ เลือกละเลย

ปิ่นตะ ยายนี่ เมื่อไหร่เมื่อไหร่ก็กินผักกาดอยู่ตลอดหน้าช้านะรู้สึกว่าจะเหมือนหนอนมาเรื่อยๆแล้วก็กินดี ๆ อร่อย ๆ บ้างสิ ไปซื้อเสื้อผ้ายังไม่เห็นคุณชี้เหนียวเลย

นางปี อะไรอีกแหละ อันดี ๆ อันอร่อย ๆ นั้นคุณกินไปตั้งแต่เมื่อคืนไปหมดแล้วไม่ใช่หรือ ช้ายัง ไม่ทันได้กินเลยกินเนื้อกินปลา ทั้งนั้นไม่ใช่หรือกับสง่าฟ้าฉายหลาวเขาช้ายังได้คลานกลับมาห้องไม่ใช่หรือหรือ

ปิ่นตะ เออ ย อันนั้นเขาเรียกว่ากินเพื่อ สนุกสนาน ครี้นครองนาน ๆ ครั้งเอง

นางปี ใช่ นาน ๆ ครั้งของแคะเดื่อน ละ 3 - 4 ครั้งไปเลยกลับห้องเอาผักกาดนี้กลับไป ด้วยตั้งหม้อแกงไว้ด้วยนะถ้าอยากกินแล้วก็อย่าลืมหุงข้าวด้วยแหละเดี๋ยวจะซื้อขนมของกินไว้อีกสักหน่อย

ปิ่นตะ แล้วกันละสิ ปิ่นตะไอ้ชาติชายขาลายตุ๊กแกจะได้ทำกับข้าวเลี้ยงเมียแล้วทีนี้ถ้ารู้จะเป็นแบบนี้ข้าลุกไปทำงานยังดีกว่าชะอีกแต่ไม่เป็นไรทำกับข้าวเลี้ยงเมียเผื่อว่าจะได้บุญใหญ่ใครจะไปรู้แหละ ฮ่า ๆ ๆ ๆ ๆ

บทที่ 8

+++++ เสียงคนทำงานที่ก่อสร้าง +++++

สง่าฟ้า จายหมายแกเอาปูนมาให้ข้าอีกถังหนึ่งสิเดี๋ยวจะไม่ทันเสร็จแล้ว

จายหมาย นี่ครับนี่ครับ ได้แล้วครับพี่ปิ่นตะหะจะเอาปูนอีกหรือเปล่า

ปิ่นตะ เดี๋ยวก่อนช้ายัง วันนี้รู้สึกไม่ค่อยมีเรี่ยวแรงเลยอะหลังจากที่เรา อื้ออึงกันเมื่อคืนนั้น กำลังยังไม่เต็มที่

จายหมาย ถ้างั้นสง่าฟ้า ให้พี่ปิ่นตะลอง ดูชียาชูกำลังที่ซื้อມาวันนั้นนะ

ปิ่นตะ ยาชูกำลังอะไรอะ มีอะไรดี ๆ ก็หยิบยื่นให้กันบ้างสิ

สง่าฟ้า รอค้ามาก่อนสิเดี๋ยวจะแบ่งให้ลองรับรองว่าสุดยอดถ้างั้นเอาปูนมาถังหนึ่งจายหมาย

จายหมาย นี่ครับ แล้วคืนนี้เราจะตั้งวงกันที่ไหนหะพี่สง่าฟ้า

สง่าฟ้า ก็ที่เก่าของเรานั้นแหละแล้วจายปิ่นตะหะว่าไง

ปิ่นตะ โอ้ย ช้านะที่ไหนก็ได้ที่ไม่ได้นะที่ห้องข้าที่เดียว

พ่อเลี้ยง เอาพวกเธอ 3 คนกระตังแดงคนละขวดแล้วขอให้ทำงานให้เสร็จหะเดี๋ยวก่อนพ่อเลี้ยงจะออกไปข้างนอก

ทั้ง 3 คน คร่ำๆขอขอบคุณครับ

บทที่ 9

+++++++ ที่ห้องส่งป่า +++++++

ส่งป่า มาเลยขึ้นมาข้างบนนี้เลยปั่นตะจายหมายข้าเตรียมไว้หมดแล้ว

ปั่นตะ เออ รวดเร็วดีนี่อ มีไหนหละยาชูกำลังที่นั่น

ส่งป่า นี่ไง ข้าบอกแล้วว่าเตรียมไว้หมดแล้วลองดูซิถ้าอยากรู้ว่าเป็นยังไง

ปั่นตะ โอ้ โห น้ำมันแดงๆดำๆไปหมดเลยวะเดียวกินแล้ว ซ็อคตายไมวะ

จายหมาย อ้า ถ้าตายเราสองคนส่งป่าตายก่อนแล้วพี่ปั่นตะเอยมมาเลยไม่เป็นไรผมรับรอง
ปลอดภัยชดเลย

ปั่นตะ เออๆ อ้า ร้อนลงไปมนไส้ร้อนไส้แก่เลยว้า

***** เลียงบรรยาย *****

พี่น้องทั้งหลายคะเนื่องด้วยความคิดของแต่ละคนไม่เหมือนกันเรื่องความเชื่อก็ไม่เหมือนกันเหมือนกับเขา
ทั้ง 3 คนนี้เชื่อว่ายาบางอย่างเมื่อกินแล้วอาจจะช่วยเขาได้ในเรื่องเรียวแรงกำลังพากันซงกินตลอด
เลยคะแต่เรื่องนี้ไม่ว่ามีทั้งคุณและโทษทั้งร้ายทั้งดีควบคุมกันไปถ้ากินพอดีก็เป็นยาถ้ากินเยอะก็มีโทษ
เหมือนกับคนเรามักจะชอบกินเป็นบางคนบางที่ที่เขาเรียกชื่อมันว่ายาน้ำยาน้ำตามนน้ำเหงื่อเข้าคะ
ส่วนใหญ่แล้วในสังคมคนเรานี้ไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใดก็จะเอาน้ำอันนี้เป็นเครื่องแสดงตัวมันว่ากิน
เพื่อสนุกสนานเพื่อให้มีเรื่องนับถือกันเชื่อใจซึ่งกันและกันบางครั้งก็อยู่ที่จิตใจคนเราไม่ได้เก่งไม่ได้เป็น
แต่อยากเก่งหรือบางที่จะไปจีบสาวหรือจะไปร้องเพลงเท่านั้นเองคะก็เอาน้ำอันนี้เป็นกำลังใจเหมือนกับ
เขา 3 คนนี้เชื่อว่ายาที่แช่อยู่ในเหล้านี้จะให้ผลดีแก่ในเรื่องที่เขาไม่ดีเรียวแรง นั้น แต่ว่า *****

บทที่ 10

ปั่นตะ ทำไมแกว้นี้มันมีรูหรือโงะเดียวน้ำยาในแกว้นี้มันหายไปอยู่เรื่อยๆเลยส่งป่า

ส่งป่า ข้าจะไปรู้เหรอแล้วทำไมแกไม่ดูในขวดนี้หละหมดไปหลายขวดแล้วไม่รู้มันหายไปไหน
หมดไว้ย

จายหมาย หมดแล้ว ผมว่าน้ำมันไม่ได้หายไปไหนหรือมันหายเข้าไปในท้องเรา 3 คนนั่นแหละ
ฮ่าๆๆ

ปั่นตะ ไ้ยย ยาชูกำลังของส่งป่านี้นั้นดีจริงๆแฮ นี่ๆข้าจะเดินให้ดูดูนะข้าเดินไป 1 ก้าว
มันผลึกข้าเดินไปอีกตั้ง 3-4 ก้าวเลยเดียวก้าวจะไปปล้ำช้างที่ห้องข้าก่อนฮ่าๆๆๆ

จายหมาย เป็นยังไงหละพีปั่นต๊ะยาฐุกำลังของส่างป้าชอบไหมพีต๊ะนี่ดีนะกินยาฐุกำลังแล้ว ต้อง
ออกไปหาที่ออกแรงขางนอกแล้งมั่ง
ปั่นต๊ะ ก็ข้าบอกพวกแกแล้วว่าให้หาเร็วๆคนทำกับข้าวนะ
ส่างป้า เอ้ย ข้าไม่ต้องไปหาไกลหรอกไม่ใช่หรือน้องหมายขอสมัครเป็นพีเขยได้อยู่มั่ง ฮ่าๆๆๆ

บทที่ 11

+++++++ที่ห้องนางปีกับ ปั่นต๊ะ +++++++
นางปี พีปั่นต๊ะ ลูกซีไปซื้อน้ำมันให้หน่อยข้าจะผัดผักกาดดองนี้ถ้าไม่ลูกนะวันนี้เจอน้ำราด
แน่นแกล
ปั่นต๊ะ โอ้ย ลูกแล้วๆ อ้อล่ำล่ำ ปวดท้องจี๋มากขอไปซั๊ก่อนนะแล้วเดี๋ยวจะไปซื้อให้เองๆ โอ้
น้ำมันจะทำกับข้าวนะ
นางปี เอ้ย เป็นแบบนี้ตลอดแล้วเมื่อไหร่จะได้ทำกับข้าวหละเดี๋ยวก๊ไม่ทันงานอีกแล้วคุณ
ปั่นต๊ะนะคุณปั่นต๊ะ

+++++จ้ามหอมกับแสงเฮือน +++++
จ้ามหอม ปั่นอะไรคะพีแต่เช้าเชียว
นางปี ฮา เออ เอจ้ามหอมแสงเฮือนมาเมื่อไหร่เข้ามาในห้องพีก่อนเราสองคนมาทางไหน
หละวันนี้ไม่ทำงานหรอ
แสงเฮือน ค่ะวันนี้ไม่ทำงานเพราะเปย์

บทที่ 12

จ้ามหอม โอ้ยให้ ขนาดพีป็นี้ยังบอกว่าไม่มีอีกเหรอคูสิสร้อยคอสร้อยแขนเหลือไปหมดอย่างนี้
ทำบุญบ้างสิคะ
นางปี เออ เรื่องทำบุญนะก็ทำอยู่เรื่องนั้นนะเผื่อว่าชาติหน้าเราจะได้ไม่ต้องลำบากอย่างนี้
แต่เรื่องกินนี่ชิมันเกินไปพีปั่นต๊ะเนี่ย
แสงเฮือน นั้นแหละคะ น้องหมายก็ถึงได้มาดูเขาบ่อยๆถ้าไม่อย่างนั้นแล้วกลัวมันจะไม่มีเงิน
เก็บพอกับแม่เราก็เป็นห่วงกลุ่มใจกับมันนี่แหละคะ
จ้ามหอม แล้วพีปั่นต๊ะไปซื้ออะไรกินหรือคะพีหรือว่าเขาไปเที่ยวกลางค้ำกลางคืน
นางปี เที่ยวมันก็ไม่ไปเที่ยวไกลที่ไหนหรอกนนอกจากบริเวณนี้แต่เดี๋ยวก็นั่งดูบรูหรืเดี๋ยวก็นั่ง
เหล้าอะไรก็ไมรู้ผู้ขายนี้มันกินสารพัดเลยถ้าไม่ให้กินมันก็กลัวจะไม่มีแรงทำงานอีกแต่ถ้ากินแล้วทำงาน
ได้ยังดีบางครั้งไปกินมาแล้วตอนเช้ามาไม่ยอมลุกไปทำงานมันน่าบ่นไหมหละ

ปิ่นตะ บ่นถึงข้าตีจริงๆเลยนะแม่คุณเอ๋ย เฮ้ย จ้ามหอมแสงเทียนมาเที่ยวหรือ
จ้ามหอม สวัสดิ์คะพี่ปิ่นตะ
แสงเทียน สวัสดิ์คะมาเที่ยวคะวันนี้เป็นวันหยุดของเราสองคนคะ

บทที่ 13

ปิ่นตะ ข้าแทบจะจำไม่ได้เลยนะนี่ เธอสองคนความสวยไม่แพ้กันเลยข้าคิดว่าสาวไทยที่ไหน
ถ้าอยู่ไกลๆดู
นางปี สาวไทยสาวทิวที่ไหนละนี่เป็นสาวไต่เต๋มๆเลยอยากรู้ไม่ถ้าเป็นสาวไต่เน่มันต้องชี้เหร
หรือไง
ปิ่นตะ แฮๆ ไม่ได้พูดแบบนั้นในสายตาของข้าสาวไต่สวยที่สุดว่าอย่างนี้ไงดูจ้ามหอมกับ
แสงเทียนซิไม่แพ้สาวไทยเลยนะ
จ้ามหอม โอ้โฮเอ๋ย วันนี้เราไม่ต้องกินข้าวก็อิ่มแล้วละมังแสงเทียนพี่ปิ่นตะอยากกินอะไรคะ
วันนี้เราสองคนจะเลี้ยงหมดเลยฮ่าๆ
นางปี ฮ่าย เสียของเปล่าๆเท่านั้นแหละถ้าจะเลี้ยงพี่ปิ่นตะของพวกเธอนะบางครั้งกินแล้วก็
อวกออกมาซะหมดอย่างนั้นเอาไปซื้อน้ำมันมาจะผัดผักกาดดองแล้วไต่แก
ปิ่นตะ อ้อ ไปแล้วครับเจ้านาง

บทที่ 14

+++++++เสียงรถมาจอด +++++++

นางปี เอ้า พ่อเลี้ยงมา สวัสดิ์คะพ่อเลี้ยง
พ่อเลี้ยง เอ้า วสดีๆ วันนี้พ่อเลี้ยงจะมาบอกว่าหยุดงานหนึ่งวันปิ่นตะจะไปไหนแล้ว
นาง คะ เขาออกไปซื้อน้ำมันพ่อเลี้ยงมีอะไรจะสั่งไว้หรือคะ
พ่อเลี้ยง เออ ก็มีอยู่นิดหน่อยถ้าอย่างนั้นพ่อเลี้ยงจะบอกไว้ที่นี้แล้วกันแล้วค่อยไปบอกพวกเรา
เองทีหลังนะก็คือตอนนี้คนงานของเรานั้นมักจะป่วยกันบ่อยๆไม่อย่างหนึ่งก็อย่างหนึ่งมัวแต่ไปหาหมอ
กันอยู่แบบนี้ไม่ไหวเพราะฉะนั้นพ่อเลี้ยงอยากจะแก้ปัญหามันโดยตรง
นางปี แล้วจะแก้อย่างไรคะพ่อเลี้ยงถ้าอย่างนั้น
พ่อเลี้ยง ก็นี้แหละ เพราะคนงานมัวแต่ซื้อยามากินกันเองไม่ยอมไปหาหมอคิดว่าเดี๋ยวมันก็
หายไปเองอีกอย่างยาที่ซื้อมานั้นก็ไม่มีสรรพคุณของมันจริงบางอย่างอาจจะหมดอายุไปแล้วก็ได้
เพราะฉะนั้นตั้งแต่นี้เป็นต้นไปถ้าใครซื้อยามากินเองแล้วเป็นอะไรไปพ่อเลี้ยงจะไม่รับผิดชอบแล้วนะ

บทที่ 15

นางปี พ่อเลี้ยงคะไม่ทราบว่าเป็นใครคะที่ไม่สบาย

พ่อเลี้ยง เอย ก็เป็นจายพอกะกับนางเหียนนั่นแหละเขาซื้อยามากินเองอันที่เขามักจะมาขาย
ในก่อสร้างเรานี้ไหงหายก็ไม่หายเข้ามาป่วยหนักเข้าไปอีก เอ้า ถ้าจั้นพ่อเลี้ยงไปก่อนนะบอกให้ปิ่นตะ
มันด้วยละ

นางปี ค่ะพ่อเลี้ยง ค่อยๆกลับคะ

+++++เสียงรถออกไป +++++

แสงเหือน ดูพ่อเลี้ยงพี่เขาแล้วเขาเอาใจใส่ดูแลลูกจ้างดีจังเลยคะ

นางปี เอย ถ้าลูกจ้างไม่สบายก็ไม่ได้ทำงานให้เขาหะชิมันก็กระทบการเงินของเขาไปด้วยไ

จ้ามหอม ค่ะ แล้วที่พ่อเลี้ยงว่ามักจะซื้อยามากินเองนั่นมันเป็นยาอะไรหรือคะพี่

นางปี ก็เป็นยาเลือดยาบำรุงจำพวกนี้หรือไม่กี่ที่ทำให้หน้าขาวแค่นี้คงไม่เป็นอันตรายอะไร
มั้ง คนอื่นเขาก็ใช้

แสงเหือน ไม่ทราบว่ามันเป็นหลอดเล็กๆตรานกหรือเปล่าคะพี่

นางปี ใช่แล้ว ที่เขาทำมาจากประเทศจีนนั่นแหละแสงเหือนก็ใช้เหวอ

แสงเหือน ไม่ใช่คะ ใ้อ້อย่างนั้นน้องจะอธิบายให้ฟังว่ามันมีผลดีผลเสียยังไ้ตามที่เคยได้เห็น
ไ้ยินมาคะ

บทที่ 16

นางปี เหวอ มันมีผลดีผลเสียยังไ้ไหนลองเล่าซิ

จ้ามหอม ใช่แล้วคะพี่เพื่อนน้องที่ทำงานก่อสร้างที่หนึ่งเขาก็ใช้ยาตรานกเหมือนที่พี่ใช้นี้คะ
ตอนแรกก็ดูเหมือนว่าหน้าจะขาวอยู่แต่พอใช้ไปนานๆผิวน้ำก็บางลงแล้วมันก็จะแสบๆแดงๆโดนแสง
แดดก็ไ้ไม่ได้ ต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาลเลยนะคะ

นางปี ให้! ขนาดนั้นเชียวหรือจ้ามหอม แล้วพี่จะทำยังไ้ละ ซื้อไว้ตั้งหลายหลอดถ้าไม่ใช้ก็
เสียเงินฟรี ๆ ซิ

แสงเหือน โถ พี่ป๊อ้ย! ลองคิดดูว่า เงินแค่นี้เองกับหน้าตาเราที่จะเสียไปนั่นจะเลือกเอาอันไหน
ละ เหมือนอย่างในเมืองไทยนี้ไม่ว่าจะเป็นยาชนิดไหน ยาทุกชนิดเค้าจะมีหนังสือคำอธิบายการใช้ยา
มาอย่างแจ่มแจ้งชัดเจน บอกทั้งผลดีผลเสียไว้ด้วยคะ

จ้ามหอม ใช่แล้วคะ เหมือนกับที่เค้ามักจะเอามาขายให้เรานั่น หนังสือมันเราก็อ่านไ้ไม่ได้ เชื้อ
เอาที่คนขายเค้าบอกเท่านั้นไม่ไ้ริ่ บางครั้งคนขายเค้าก็พูดเกินเหตุเกินผลไป เพื่อจะได้ขายเยอะ ๆ

บทที่ 17

นางปี เออใช่ที่เธอสองคนพูดมานี้ ยາบางอย่างเราอ่านหนังสือมันไม่ออกจริง ๆ ก็ได้แต่ถาม
เอา กินไปอย่างนั้นไม่ได้แล้ว ถ้าอย่างนั้นต้องปรับปรุงใหม่แล้ว ที่นี้งานก็ไม่ได้ทำแล้ว เรามาทำกับข้าว
ของโตเรากินกันใหม่ เป็นการตอบแทนที่เธอสองคนมาเตือนสติและมาให้ความรู้ที่นี่ เฮ้ย! ไอ้แก่นี่ใช้ไป
ชื่อน้ำมันอย่างกับว่าใช้ไปผลิตเองซะงั้น

แสงเดือน อ้อ วันนี้ถือว่าโชคดีนะเนี่ย ใช่มั้ยจ้ามหอม พี่ปีจะทำของกินเลี้ยงเรานะ ฮะ ๆ ๆ ๆ

นางปี เธอสองคนอยากจะกินอะไรล่ะ ว่ามาซิ

จ้ามหอม ถ้าอย่างนั้นเราก็มามาทำขนมจีนน้ำโตเรา แต่เอ๊ะพี่ปีเราสองคนจะช่วยด้วยนะค่ะ

แสงเดือน ไม่ได้กินมานานแล้วกับข้าวของโตเรา เราจะออกค่าขนมเงินเอง

นางปี ถ้าอย่างนั้นมาเลยเรามาช่วยกันทำเลย คุณกันจนน้ำลายแห้งหมดแล้ว ตอนนีไฟไหม้
ห้องพี่แล้วละ ฮะ ๆ ๆ ๆ
