

# PERSONA HEALTH

สื่อเฉพาะคุณ

คัดข้อมูลสุขภาพที่ใช้ ให้ตรงกับตัวคุณ



1 แนะนำ Persona Health สื่อเฉพาะคุณ

2 ตัวอย่างสื่อและการแสดงผล

3 การดำเนินงานทางเทคนิค



VDO แนะนำ



SCAN ME

# PERSONA HEALTH

คัดข้อมูลสุขภาพที่ใช้ ให้ตรงกับตัวคุณ

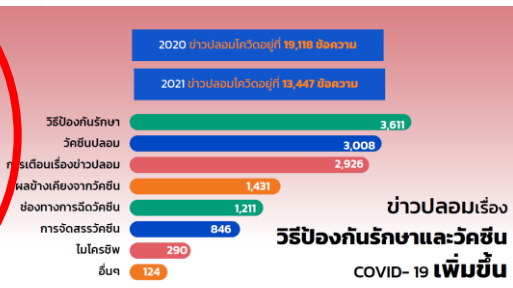


# PERSONA HEALTH



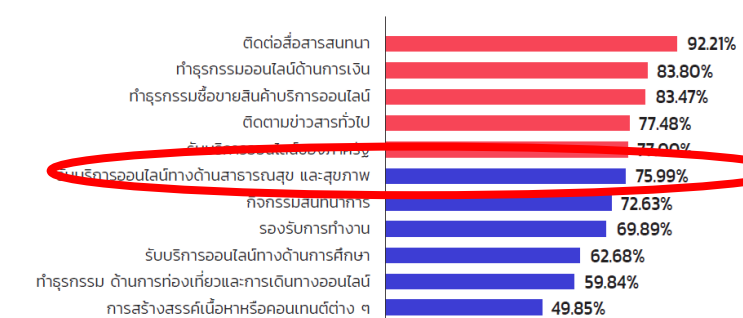
# การใช้งานอินเทอร์เน็ตของคนไทยเพิ่มสูงขึ้น

**"Covid-19" ส่งผลให้ปีนี้ปีแรกที่ Gen Z ล้มแชมป์ Gen Y ที่ครองตำแหน่งติดต่อกัน 6 ปีซ้อน โดย Gen Z ใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุดกับการเรียนออนไลน์ กว่า 5 ชั่วโมง "**



ข่าวปลอมเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะช่วง โควิดแพร่ระบาด

ภาพที่ 18 วัตถุประสงค์ในการใช้งานอินเทอร์เน็ต



ปี 2565 คนไทยใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อรับบริการข้อมูลสุขภาพถึงร้อยละ

**75.99**

รับบริการออนไลน์ทางด้านสาธารณสุข และสุขภาพ	
ติดตามข่าวสาร/ค้นหาข้อมูลด้านสุขภาพ	75.99%
ออกกำลังกาย ติดตาม ประเมิน เกี่ยวกับสุขภาพ	35.03%
จองคิวขอรับบริการทางการแพทย์ออนไลน์	31.70%
ติดต่อ/รับคำปรึกษาด้านสุขภาพจากผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์	24.74%
ปรึกษาและใช้บริการด้านสุขภาพออนไลน์	20.29%

# PERSONA HEALTH สื่อเฉพาะคุณ



สร้างความรอบรู้  
ด้านสุขภาพ  
เฉพาะบุคคล



เทคโนโลยีดิจิทัลที่จะช่วยให้คนไทยดูแลสุขภาพ ด้วยการเข้าถึงข้อมูล องค์ความรู้ และสื่อต่างๆ ที่เหมาะสมกับความแตกต่างในแต่ละบุคคล อาทิ เพศ อายุ ประเด็นที่สนใจ โรคภัยไข้เจ็บ เป็นต้น เพื่อปรับเปลี่ยนและตัดสินใจจัดการสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสม



# ระบบสารสนเทศและเครื่องมือเพื่อความรอบรู้สุขภาพเฉพาะบุคคล

“สื่อเฉพาะคุณ (Persona Health)” นวัตกรรมกลไกสู่การดูแลสุขภาพในยุคดิจิทัล ที่สนับสนุนข้อมูลและแนวทางสร้างเสริมสุขภาพที่ตรงความต้องการ ความสนใจ โดยวิเคราะห์ความแตกต่างในแต่ละบุคคล อาทิ เพศ อายุ ประเด็นที่สนใจ โรคภัยไข้เจ็บ ด้วยระบบสารสนเทศที่เชื่อมต่อกับข้อมูลสุขภาพ สสส. พร้อมความร่วมมือกับหน่วยงานพันธมิตรเพื่อร่วมให้บริการ ส่งต่อชุดข้อมูล สื่อต่างๆ ผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์

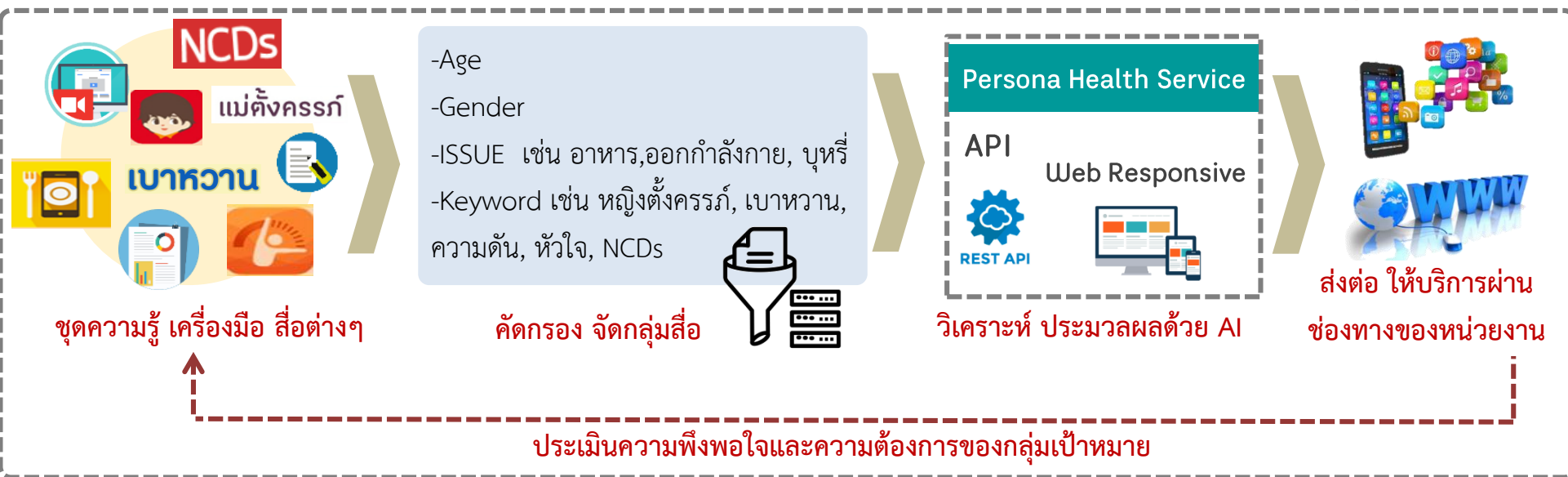
## เป้าหมาย

เพิ่มการใช้ประโยชน์ จากชุดความรู้ สื่อต่างๆ ของ สสส. ให้เหมาะสมกับการสร้างเสริมสุขภาพเฉพาะบุคคล ขยายฐานผู้รับประโยชน์ ผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ของหน่วยงานพันธมิตร เพื่อเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายที่หลากหลาย

สถานการณ์/ที่มา

- ผู้ป่วยกลุ่มโรค NCDs เพิ่มขึ้น
- Trend สนใจสุขภาพเพิ่มขึ้น
- ประชาชนต้องการข้อมูลเฉพาะบุคคล
- เทคโนโลยีดิจิทัลมีบทบาทมากขึ้น
- ประชาชนใช้ช่องทางออนไลน์ประจำ
- มีแผนยุทธศาสตร์ดิจิทัล สสส.
- หน่วยงานต้องการ content สุขภาพ

พัฒนาระบบสารสนเทศสุขภาพ นวัตกรรมกลไกที่เพิ่มโอกาสเข้าถึงสื่อ ข้อมูลเฉพาะบุคคล สะท้อนค่านิยมหลักของแบรนด์ สสส. “สานพลัง สร้างนวัตกรรม สื่อสารสุข”



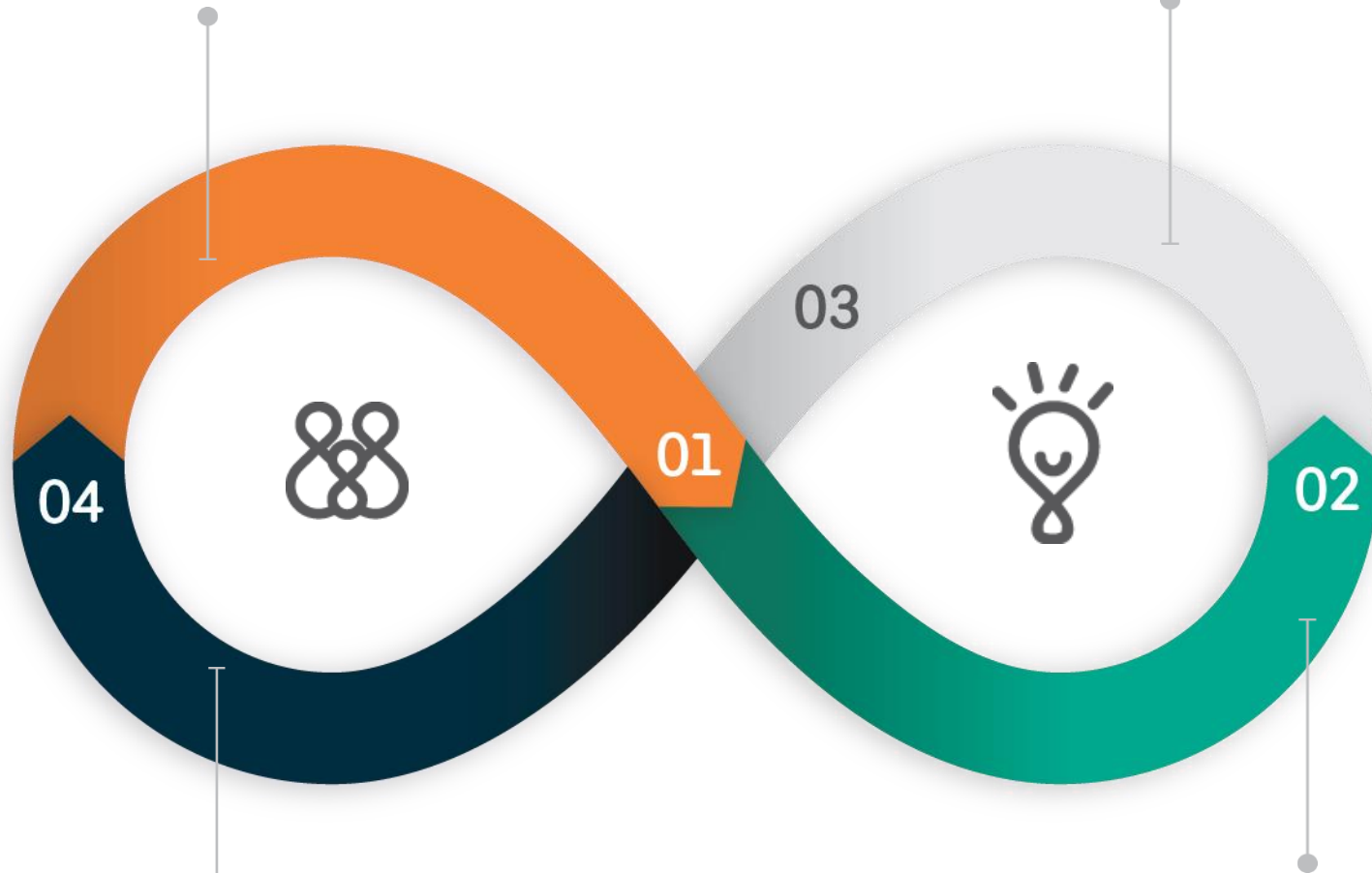
สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพเฉพาะบุคคล

# ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

คนไทยมีสุขภาพที่ดีขึ้น

ประชาชนเข้าถึงข้อมูลการดูแลสุขภาพที่ถูกต้องจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ และเป็นข้อมูลเหมาะสมกับความต้องการ

\*\*\*  
สสส



ผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วย รู้วิธีการดูแลที่เหมาะสมกับตัวเอง

ประชาชน สามารถประเมินความเสี่ยงด้านสุขภาพตนเอง และรู้วิธีปรับพฤติกรรม เพื่อป้องกัน

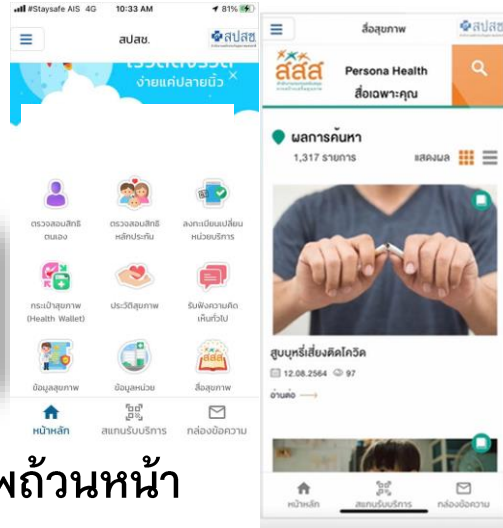




# การดำเนินงานร่วมกับหน่วยงาน



ใช้งานผ่าน  
แอปพลิเคชัน ใน  
smart phone



ผู้มีสิทธิหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า

45 ล้านคน

นำใช้สำหรับการดูแลสุขภาพตนเอง



ใช้งานผ่าน  
แอปพลิเคชัน ใน  
smart phone

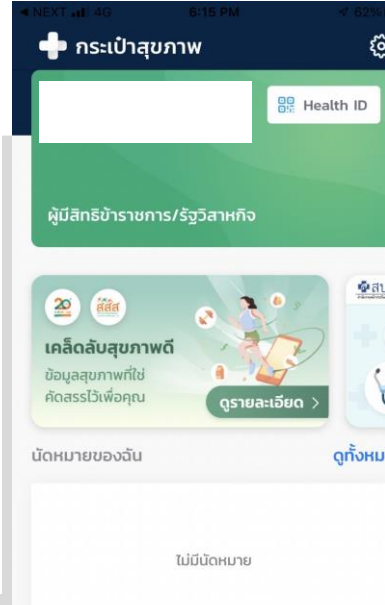


อาสาสมัครดิจิทัล จำนวน 80,000 คน  
นำใช้สำหรับการดูแลสุขภาพตนเอง และ  
เครื่องมือในการทำงานกับชุมชน

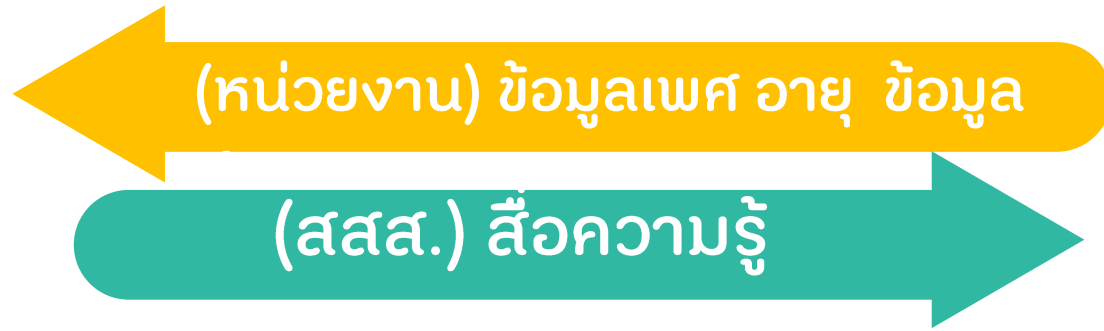


ใช้งานผ่าน  
แอปพลิเคชัน ใน  
smart phone

ผู้สมัครเข้าใช้งาน  
“กระเป๋าสุภาพ”  
ปัจจุบันมีอยู่  
1,000,000 คน  
นำใช้สำหรับการดูแล  
สุขภาพตนเอง



# การเชื่อมโยงข้อมูลความรู้สุขภาพรายบุคคล



## หน่วยงานต่างๆ



### ฐานข้อมูล สสส (สื่อความรู้สุขภาพ)

- จัดเตรียม **clean** ข้อมูลสื่อสุขภาพ ประกอบด้วย เพศ/อายุ / คำค้นหาอื่นๆ เช่น ข้อมูลสุขภาพ โรค เรื้อรัง
- พัฒนาระบบส่ง **API** เพื่อให้บริการข้อมูลสื่อความรู้สุขภาพ

ประชาชน  
ได้รับสื่อความรู้สุขภาพ  
เฉพาะตนเอง

### ฐานข้อมูลสมาชิก (มีข้อมูลรายบุคคล)

- จัดเตรียมข้อมูลประวัติรายบุคคล เช่น Unique ID (รหัสที่เป็น encrypted data) เพศ อายุ โรค เป็นต้น
- พัฒนาระบบ **API** ส่งข้อมูลรายบุคคล
- เพิ่ม Icon **"สื่อเฉพาะคุณ"** ในระบบ Mobile Application หรือ Website

**การรักษาความลับ** : สสส. ต้องการข้อมูลรายบุคคลในรูปแบบ encrypted data เท่านั้น (ไม่ต้องการข้อมูลจริงในส่วนชื่อ-นามสกุล / หมายเลขบัตรประชาชน / ข้อมูลการติดต่อ) ทั้งนี้ การรวบรวมใช้และเปิดเผยข้อมูลใดๆ ในการดำเนินการร่วมกันต้องปฏิบัติให้เป็นไปตามกฎหมายว่าด้วยการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล รวมถึงกฎหมายอื่นๆที่เกี่ยวข้อง



# Input

# Process

# Output

ชุดความรู้ เครื่องมือ คู่มือ  
สื่อต่างๆ ของ สสส.



กว่า 50,000 ชิ้น

## คัดกรอง จัดกลุ่มสื่อ

- Gender
- Age
- Issue เช่น อาหาร, ออกกำลังกาย, แอลกอฮอล์
- Keyword เช่น เบาหวาน, ความดัน, หัวใจ, NCDs



กว่า 3,000 ชิ้น



ส่งออกด้วย  
API Specification

50/เดือน  
(update สื่อทุกอาทิตย์)

APPLication



Web Responsive



**สสส.** จัดทำ ระบบสารสนเทศ ในรูปแบบ Back Office เพื่อจัดกลุ่มข้อมูล  
องค์ความรู้สุขภาพจำแนกไว้ และส่งต่อ API ให้หน่วยงานต่างๆ

ตัวอย่างข้อมูล : การประเมินสุขภาพเบื้องต้น ข้อมูลการกิน การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับ  
แต่ละบุคคล พฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวันเพื่อการดูแลสุขภาพ

**หน่วยงาน**

นำเสนอข้อมูลให้  
ประชาชนผ่าน  
ช่องทางของ  
ตนเอง

# ตัวอย่าง

## การเชื่อมโยงข้อมูลสื่อองค์ความรู้สุขภาพ: สสส.กับแอปพลิเคชัน “สปสช”



กรณีที่ 1 : หญิง อายุ 55 ปี  
มีประวัติเป็นเบาหวาน

### ตัวอย่างการแสดง ข้อมูลรายบุคคล



# ตัวอย่าง สื่อ : keyword เบาหวาน

รู้ตัว หรือเปล่า...  
ว่าเป็น เบาหวาน

คู่มือดูแลตัวเองง่ายๆ  
ของคนเป็นเบาหวาน

## มีน้ำตาลในเลือดเท่าไร ถึงเป็นเบาหวาน

เราจะรู้ว่าจะเสี่ยงหรือเป็นโรคเบาหวานหรือไม่ ด้วยวิธีการเจาะเลือดตรวจน้ำตาล โดยต้องห้ามทานอาหารหลังเที่ยงคืนก่อนวันรุ่งขึ้นที่จะเจาะเลือดตรวจ



ปริมาณน้ำตาลในเลือด (มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร)	ผลการประเมินเบื้องต้น
60-น้อยกว่า 100	อยู่ในเกณฑ์ปกติ
100-125	เริ่มเป็นโรคเบาหวาน
ตั้งแต่ 126 ขึ้นไป	เป็นโรคเบาหวาน

\*หมายเหตุ : ค่าปริมาณน้ำตาลในเลือดเมื่องดอาหาร 8-12 ชม.

## เมื่อเป็นเบาหวานแล้ว...ควรดูแลตัวเองอย่างไร

- ควบคุมอาหารประเภทแป้งและของหวาน
  - ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ
  - ควบคุมน้ำหนักให้ใกล้เคียงปกติ
  - ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มสุรา
  - กินยาหรือฉีดอินซูลินรักษาเบาหวานตามแผนการรักษาอย่างสม่ำเสมอ
  - รักษาโรคอื่นๆ ที่พบร่วมด้วย เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดผิดปกติ รวมทั้งภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน
  - พบแพทย์ตามนัดอย่างสม่ำเสมอ เพื่อประเมินและปรับเปลี่ยนแผนการรักษาให้เหมาะสม
- รวมทั้งตรวจตากับจักษุแพทย์เป็นประจำ และตรวจการทำงานของไตปีละครั้ง
- ตรวจน้ำตาลในเลือดเพื่อประเมินผลการควบคุมเบาหวานด้วยตนเองที่บ้าน
  - หมั่นดูแลสุขภาพตนเอง ได้แก่ สุขภาพทั่วไปและสุขภาพเท้า
  - เรียนรู้เรื่องโรคเบาหวานและการดูแลสุขภาพตนเองในภาวะทั่วไปและในภาวะพิเศษ เช่น เมื่อเจ็บป่วย เมื่อเดินทาง หรือในบางเสียง
  - นอนพักผ่อนให้เพียงพอ

หากทำได้ตามทั้ง 11 ข้อนี้ คุณจะสามารถควบคุมภาวะเบาหวานในร่างกายไม่ให้เกิดอันตรายขึ้น หรืออาจช่วยควบคุมให้น้ำตาลในเลือดกลับสู่ระดับปกติได้

## การออกกำลังกายของผู้ป่วยเบาหวาน



### หลีกเลี่ยง

- การออกกำลังกายที่ใช้

ระยะเวลาในการออกกำลังกาย \_\_\_\_\_

- ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ควรออกกำลังกายระดับหนักถึงปานกลาง เช่น เดิน วิ่ง ว่ายน้ำ ว่ายน้ำ หรือแอโรบิกที่เน้นการเคลื่อนไหว และขาเป็นจังหวะต่อเนื่อง ไม่มีแรงกระแทก ติดต่อกันนาน 30-60 นาที สัปดาห์ละ 3-5 วัน
- ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 1 ไม่ควรออกกำลังกายในช่วงเวลาที่อินซูลินออกฤทธิ์สูงสุด เพราะน้ำตาลจะลดต่ำมาก สิ่งสำคัญคือต้องตรวจเช็คระดับน้ำตาลในเลือดก่อนออกกำลังกาย
- ผู้เป็นเบาหวานที่ไม่เคยออกกำลังกายมาก่อน ควรเริ่มออกกำลังกายอย่างช้าๆ ก่อน โดยใช้เวลา 5-10 นาทีต่อวัน แล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้น

เตรียมความพร้อม \_\_\_\_\_

## หลักการรับประทานอาหารของผู้ป่วยเบาหวาน



- กินอาหารวันละ 3 มื้อ
  - กินให้ตรงเวลา
  - อย่ากินจุบจิบ
  - ในแต่ละมื้อให้กินอาหารครบ 6 หมู่ คือ
- แป้งหรือข้าว เนื้อสัตว์ ไขมัน ผัก ผลไม้ นม/โยเกิร์ต
  - หลีกเลี่ยงขนม ของหวาน น้ำตาล น้ำหวาน น้ำผลไม้ น้ำผึ้ง น้ำอัดลม
  - หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด

## ตัวอย่างรายการอาหาร

มาดูปริมาณอาหารแต่ละประเภทและชนิดสำหรับผู้ป่วยเบาหวานกันว่า ควรเลือกรับประทานอย่างไร

1. หมวดแป้งหรือข้าว ควรกินอย่างน้อย 6 ส่วน / วัน ปริมาณ 1 ส่วน ให้พลังงาน 80 แคลอรี เช่น

ข้าว ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน มะละกอ ฝรั่ง กล้วย กล้วยสุก	ข้าว ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน มะละกอ ฝรั่ง กล้วย กล้วยสุก	½ ถ้วยตวง หรือ 1 ทัพพี (1 ถ้วยมือหญิง)
	มันเทศ เผือก ฟักทอง เมล็ดธัญพืชสุก	1 ทัพพี (1 ถ้วยมือหญิง)
ข้าวต้ม	ข้าวต้ม	¾ ถ้วยตวง
ข้าวเหนียว	ข้าวเหนียว	¼ ถ้วยตวง ½ ทัพพี
ขนมปัง	ขนมปัง	1 แผ่น
ข้าวโพด (ขนาด 6 นิ้ว)	ข้าวโพด (ขนาด 6 นิ้ว)	1 ฟัก



# เบาหวาน

## เรื่องของความหวาน ที่ไม่หวาน สมชื่อ

**มีคมาตอมปัสสาวะ:**

**มีเป็นตำๆ เหมือนสร้อยคอ บริเวณลำคอ หรือเรียกว่า อะแคนโทสิส (Acanthosis nigricans)**

**เวลาเป็นแผลแผลหายช้า**

**มีสมาชิกในครอบครัวเป็นเบาหวาน**

**ปัสสาวะบ่อย และกระหายน้ำมาก**

**ต้องตื่นขึ้นมาปัสสาวะบ่อยๆ ตอนกลางคืน**

**ยิ่งกิน ยิ่งผอม**

**โรคเบาหวานนั้นอาจเป็นโรคภัยร้ายของใครๆหลายคน เพราะนอกจากจะเป็นโรคที่พบบ่อยแล้ว ยังเป็นโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมด้วย แต่แน่นอนว่าโรคใดๆ ก็ตาม แม้กระทั่งเป็นโรคทางพันธุกรรม ถ้าเราสามารถควบคุมตัวเองได้ตั้งแต่แรกเริ่ม ย่อมทำให้ การรักษาดูแลเป็นไปได้ด้วยดี เรามาลอง สังเกตอาการของเราดูว่า **เมื่อไรจึงสงสัยว่า เป็นเบาหวาน****

**SOS SPECIALIST**  
เชี่ยวชาญทางการแพทย์

[www.SOSSPECIALIST.COM](http://www.SOSSPECIALIST.COM)

thaihealth.or.th

4 5 ข้อ ออกกำลังกายง่ายๆ ของผู้ป่วยเบาหวาน

โดย piyawwan-on | วันที่ 02 พฤษภาคม 2559 | อ่าน : 93,234

เรื่องโดย : นิยวรรณ นางทุ่งนุ้ย Team Content www.thaihealth.or.th

ภาพประกอบจาก : สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

คนไทยมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคเบาหวานเพิ่มมากขึ้นทั้งชายหญิง และผู้สูงอายุ โดยเฉพาะปัจจุบันในวัยทำงานก็เสี่ยงต่อการเป็นโรคนี้น่ากลัวกว่าวัยอื่นๆ

นพ.ประสิทธิ์ สิววัฒนภัทร อาจารย์ประจำภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล สังกัดกรม หรือคนที่นั่งทำงานในออฟฟิศเป็นเวลานานติดต่อกันเกิน 8 ชม. แล้วไม่ได้ออกกำลังกายจะเสี่ยงต่อการหวนและโรคแทรกซ้อน ดังนั้น จึงควรมีการออกกำลังกาย บริหารตัวเอง และออกกำลังกายบ้าง

นพ.ประสิทธิ์ บอกอีกว่า ควรเลี่ยงอาหาร และเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของน้ำตาลเป็นส่วนประกอบ โดยเฉพาะ ซึ่งเป็นเครื่องดื่มยอดนิยมของคนวัยทำงาน ในส่วนผสมของกาแฟนั้นจะมีทั้งนมและน้ำตาล คนที่ยังไม่เป็นเบาหวาน หมักตัวเยอะอยู่แล้วถ้ายังดื่มเครื่องดื่มที่ใส่น้ำตาลและนมมาก เช่น ชาเย็น กาแฟเย็น น้ำหวาน น้ำอัดลม และไม้ออก จะยิ่งทำให้เกิดโรคอ้วน และร่างกายเสี่ยงต่อการเสื่อม ทำให้เกิดโรคเบาหวานตามมาได้

อาจารย์ประจำภาควิชาอายุรศาสตร์ จึงแนะนำ **เลือกรับประทานอาหารแบบง่ายๆ สำหรับคนที่ยังไม่เป็นเบาหวาน และเป็นเบาหวาน ดังนี้**

1. คนที่ยังไม่เป็นโรคเบาหวาน ควรเลือกรับประทานหวาน มัน เค็ม หรือถ้าไม่สามารถเลี่ยงได้ก็ลดปริมาณให้น้อยที่สุด อย่างน้อยในหนึ่งวันก็เลือกรับ

thaihealth.or.th

เริ่มท่าที่ 1 หายใจเข้าออกช้าๆ 10 ครั้ง เพื่อการฝึกสมาธิและการหายใจ

ท่าที่ 2 ยืดกล้ามเนื้อสะบะและกล้ามเนื้อไหล่ เหยื่อประสานกันที่ตรงกลางอก แล้วยืดออกไปตรงๆ พร้อมกับต้นแขนไปให้สุด แล้วโน้มตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย หลังจากนั้นดึงแขนกลับเข้ามา นำมาไว้ที่ตรงกลางลำตัวระดับอก แล้วแยกแขนออกประโหลออกมาเล็กน้อยปล่อยแขนทิ้งลงไป ท่า 10 ครั้ง

ท่าที่ 3 การยืดและส่งเสริมการแข็งแรงของกล้ามเนื้อลำตัว ยกแขนทั้ง 2 ข้างขึ้น หายใจเข้าลึกๆ ช้าๆ พร้อมทั้งหันตัวหรือบิดตัวไปทางด้านซ้ายให้สุด หลังจากนั้นหายใจออก แล้วหันมาตรงกลาง หายใจเข้าอีกครั้งหนึ่ง แล้วหันไปทางด้านขวา หายใจออกแล้วหันลำตัวมาตรงกลาง ท่า 10 ครั้ง

ท่าที่ 4 ยืดกล้ามเนื้อรอบหัวไหล่ เพื่อป้องกันการไหล่ติดด้วย หายใจเข้า ยื่นมือขึ้นสูงออกไปด้านหน้า ทำมือเหมือนหยิบสิ่งของ และหายใจเข้า ทำแบบเดิมแต่หันตัวไปหยิบทางด้านหลัง ทำนี้ท่าทั้งหมด 10 ครั้ง

เพียงลดหรือเลี่ยงอาหารที่มีรสหวาน เค็มหรือวางร่างกายเพิ่มขึ้น ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ก็ช่วยป้องกัน และรักษาโรคเบาหวานได้แล้ว

# ตัวอย่าง

## การเชื่อมโยงข้อมูลสื่อองค์ความรู้สุขภาพ: สสส.กับแอปพลิเคชัน “สปสช”



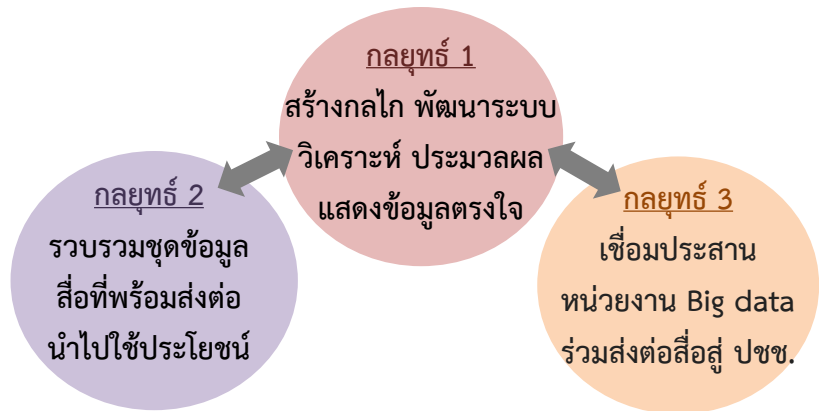
สปสช. 12+  
National Health Security Office  
Designed for iPad  
★★★★★ 5.0 + 1 Rating  
Free

กรณีที่ 2 : หญิงตั้งครรภ์





ระบบสารสนเทศในรูปแบบ Back Office ที่จัดการด้วย  
เทคโนโลยี AI (Artificial Intelligence)



ชุดข้อมูล สื่อที่มีคุณภาพ

7 หน่วยงานพันธมิตร

ร่วมขยายฐานผู้รับประโยชน์

ตรงใจมากกว่า 3,200 ชิ้นงาน



ตอบสนองยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี

- ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์
- ด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม

ตอบสนองแผนพัฒนาเศรษฐกิจฯ ฉบับที่ 13

- หมุดหมายที่ 12 ไทยมีกำลังคนสมรรถนะสูง มุ่งเรียนรู้  
อย่างต่อเนื่อง ตอบโจทย์การพัฒนาแห่งอนาคต

# ผลลัพธ์การดำเนินงานปี 2565 ของสื่อเฉพาะคุณ



ยกระดับการให้บริการด้านการสร้างเสริมสุขภาพของ สสส. ผ่านระบบเทคโนโลยี สู่การเป็นองค์กรดิจิทัล

- ประชาชนมากกว่า **1.2 ล้านคน** เข้าถึงข้อมูลสื่อสุขภาพ ผ่านทุกแพลตฟอร์มออนไลน์ของ 7 หน่วยงานพันธมิตร
- ประชาชนกลุ่มเป้าหมายใช้ประโยชน์จากข้อมูลที่ตรงใจมากขึ้น นำไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- หน่วยงานพันธมิตรนำข้อมูลในระบบไปพัฒนากลไกสนับสนุนงานสร้างเสริมสุขภาพ ต่อยอดกิจกรรมให้กับกลุ่มเป้าหมายของหน่วยงาน
  - มอ. และ สنج.ตำรวจ พัฒนากิจกรรมเพื่อต่อยอด สนับสนุนโครงการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากร
  - บ.พรุเด็นเชียล เริ่มทำ พรุ เฮลท์ คลับ ต่อยอด persona health ให้เป็นชุมชนคนรักสุขภาพ หลายช่องทาง
  - สสสช. ปรับรูปแบบของ APP สสสช. เน้นการบริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค (P&P) ที่เหมาะสมกับรายบุคคล เช่น ส่งเสริมให้ผู้หญิง อายุ 35 ปี คัดกรองมะเร็งปากมดลูก โดยใช้สื่อ สสส. สร้างความตระหนัก / ส่งเสริมให้กลุ่มที่มีภาวะเสี่ยงเบาหวาน ปรับพฤติกรรม โดยใช้สื่อ สสส. เป็นคู่มือ
  - มูลนิธินวัตกรรมทางสังคม ทำแคมเปญ ต่อยอดงานสร้างเสริมสุขภาพให้กับผู้พิการในโครงการ
- สำนัก/ภาคีเครือข่าย สสส. เกิดแนวทางพัฒนาการจัดทำสื่อที่มีคุณภาพ ตรงความต้องการ
  - สำนักสามารถคัดเลือก กำหนดเนื้อหา และรูปแบบที่เหมาะสม โดยคำนึงถึงกลุ่มเป้าหมายเป็นหลัก
  - สำนัก/ภาคี ปรับการพัฒนาสื่อ โดยย่อยข้อมูลจากสื่อเล่มเชิงวิชาการ เป็นสื่ออินโฟกราฟิกที่เข้าใจง่าย
- สื่อสุขภาพ สสส. มีมาตรฐาน คุณภาพ ดึงดูดความสนใจมากขึ้น



# การดำเนินงานทางเทคนิค



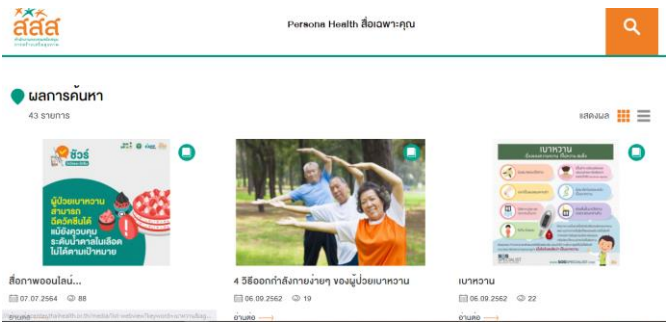
## เชื่อมต่อข้อมูลสุขภาพ สสส.

- มีความปลอดภัย เนื่องจาก ไม่มีการจัดเก็บข้อมูลส่วนบุคคล
- เชื่อมต่อได้ง่าย
  - ❖ ผ่านเว็บเบราว์เซอร์ (Web Browser) ส่งคำค้นผ่านเว็บ แสดงสื่อสุขภาพเฉพาะคุณ
    - พัฒนาได้รวดเร็ว
    - ใช้งบประมาณน้อย ในการเชื่อมต่อ (ประมาณ 100,000 บาท)
  - ❖ ผ่านเว็บเซอร์วิส (Web Service) ส่งคำค้น ได้สื่อสุขภาพเฉพาะคุณ
    - บริการแสดงผลได้เอง
    - ใช้งบประมาณในการพัฒนาการเชื่อมต่อข้อมูล และการแสดงผล (ประมาณ 100,000 – 300,000 บาท)



# การนำไป แสดงผล

1) รูปแบบ **เว็บเบราว์เซอร์** ที่  
สสส.เรียงการแสดงผลไว้แล้ว



2) รูปแบบ **เว็บเซอร์วิส** ที่ทาง  
หน่วยงานไปรับการขึ้นแสดงได้  
เอง



# หน่วยงานต่างๆ

- ส่งข้อมูลเรียก API ได้แก่
- เพศ
  - อายุ
  - ข้อมูลคำค้นเพิ่มเติม  
เช่น ข้อมูลสุขภาพ  
ความสนใจ เป็นต้น
  - Unique ID  
(Data Encryption)  
เช่น หมายเลข No.

# API

# สสส.

เตรียมข้อมูลแยกประเภท

**Gender**

ผู้ชาย,ผู้หญิง,ทุกเพศ,หลากหลายทางเพศ

**Age**

ได้แก่ ปฐมวัย(0-5ปี), วัยเรียน(6-12ปี), วัยรุ่น(13-15ปี), เยาวชน (15-24 ปี) วัยทำงาน (15-59 ปี), ผู้สูงอายุ(60ปีขึ้นไป), ทุกช่วงวัย

**Issue**

ประเด็นที่พบมาก ได้แก่ แอลกอฮอล์, ยาสูบ, สารเสพติด,อาหาร,กิจกรรมทางกาย,COVID 19, สุขภาวะครอบครัว, สุขภาพจิต, สุขภาวะทางเพศ, สิ่งแวดล้อม,การป้องกันโรค เช่น โรคภัยไข้เจ็บ (เบาหวาน / ความดัน)



1

API Request with the access token : SLA 15 นาที



2

API Response : json array

ข้อมูลรายบุคคลที่จะจับ matching กับสื่อ สสส.

- API List Issue
- API List Target
- API List Setting

API Media Related (สื่อที่ดูล่าสุด)

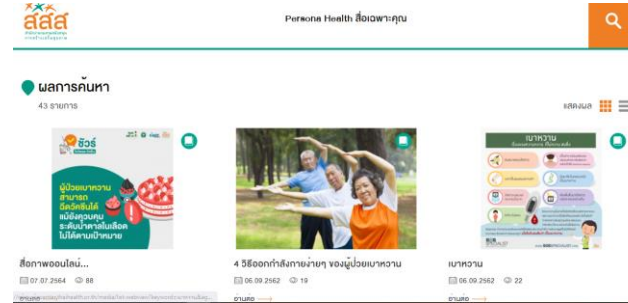
API List Recommend Media (สื่อแนะนำ)

keyword ที่ค้นหา

API List Media

3

แสดงผลเบื้องต้น



สิ่งที่สสส. จะจัดส่งเข้าระบบ

- หัวข้อ
- คำโปรย
- รูปภาพหน้าปก

4

API Media Detail

แสดงผลละเอียด



สิ่งที่สสส. จะจัดส่งเข้าระบบ

- หัวข้อ
- รูปภาพปก
- รายละเอียด
- File update
- Related link



# แนวทางการเชื่อมต่อเพื่อรับข้อมูล/สื่อสุขภาพ สสส. (Persona Health)

รูปแบบการเชื่อมต่อสำหรับนักพัฒนาฯ

## 1 API Web Service

### API มีทั้งหมด 5 Object ประกอบด้วย

1. สำหรับการลงทะเบียน uuid ของแต่ละ Client\_App
2. สำหรับรับข้อมูล/สื่อจากระบบ Persona Health
3. สำหรับบันทึกการเข้าชมสื่อ
4. สำหรับบันทึกเวลาที่ชมสื่อ
5. สำหรับรับค่าข้อมูล/สื่อและสื่อที่เกี่ยวข้องกัน (Related Media)

### \*\* ข้อพิจารณา

#### ➢ ข้อดี

หน่วยงานที่เข้าถึงข้อมูล สามารถจัดเรียงการแสดงผลได้ตามที่ตนเองต้องการ

#### ➢ ข้อเสีย

หน่วยงานที่เข้าถึงข้อมูลจะมี Costs ในการพัฒนาระบบเพิ่มเติม

### ศึกษาคู่มือสำหรับนักพัฒนาฯ

[https://drive.google.com/drive/folders/1Hh-tmxUNF30BpTODqWVbAXvIi9uMArg6?usp=share\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1Hh-tmxUNF30BpTODqWVbAXvIi9uMArg6?usp=share_link)

## 2 WebView



\* Support: Mobile Native & Web Responsive

### \*\* ข้อพิจารณา

#### ➢ ข้อดี

หน่วยงานที่เข้าถึงข้อมูลสามารถพัฒนาระบบได้รวดเร็ว

#### ➢ ข้อเสีย

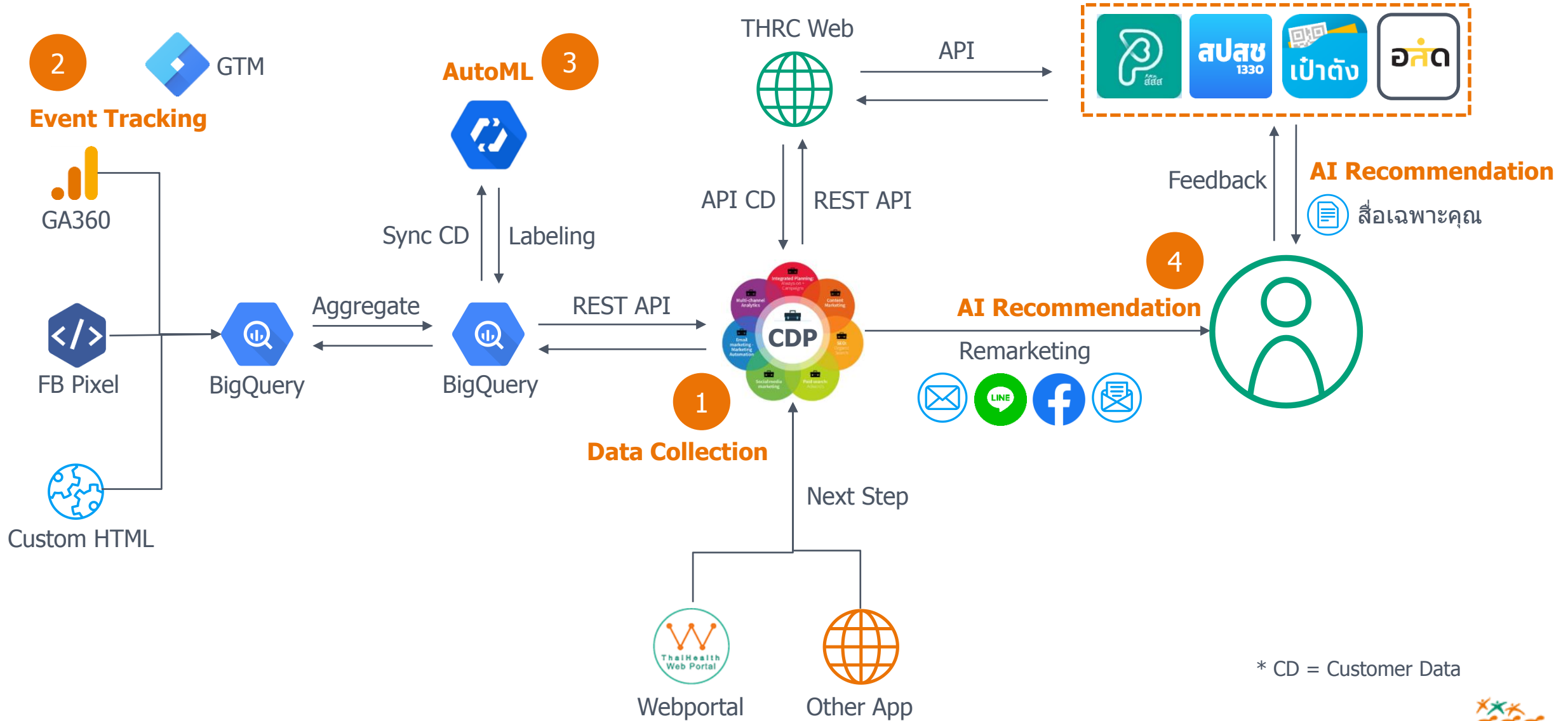
ไม่สามารถจัดรูปแบบการแสดงผลได้ จะได้ตามหน้าตาที่ สสส. กำหนด

### Example URL สำหรับทดสอบ

- <https://persona.thaihealth.or.th/persona-new/1?param=Y2xpZW50X2FwcD1wZXJzb25hX2FwcCZhcGl rZXk9NTFmZWQ4ZTk1ZjFiYTVhYjRiOGNiNWw4MDhhZWY4 MjczM2Y3NzJhMg==>

# Customer Persona 360

## Overview & Landscape





# ระยะเวลาการดำเนินงาน



# Timeline การเชื่อมประสานหน่วยงาน

## STEP 1 (เดือนแรก) :

- หน่วยงานส่งข้อมูลความต้องการเพื่อให้ สสส.คัดเลือกสื่อ
- สสส.พร้อมส่ง API หรือ Web View
- MOU (หากมี)

## STEP 2 (เดือนที่ 2) : พัฒนาระบบ และ TEST ระบบ

## STEP 3 (เดือนที่ 3) : พร้อมเปิดใช้งาน

## STEP 4 (เดือนที่ 5) : ติดตามและประเมิน



