

## ปกิณกะ

# วันสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพที่บุคลากรสุขภาพควรรู้จัก

## บุญเติม แสงดิษฐ

สถาบันพยาธิวิทยา ศูนย์อำนวยการแพทย์พระมงกุฎเกล้า

ในการรณรงค์เรื่องสุขภาพมีวันสำคัญที่ถูกกำหนดขึ้นให้มีการรณรงค์เรื่องสุขภาพทั้งในระดับชาติและนานาชาติหลายวัน ที่ประชาชนคุ้นเคย เช่น วันอนามัยโลก วันงดสูบบุหรี่โลก วันเอดส์โลก วันต่อต้านยาเสพติดโลก เป็นต้น เพราะวันสำคัญเหล่านี้ถูกกำหนดมานานกว่า 20 ปีแล้ว แต่ยังมีวันสำคัญอื่นๆ อีกมากมายที่ถูกกำหนดเพิ่มขึ้น ซึ่งคนทำงานด้านสุขภาพควรรู้จัก เพื่อใช้เป็นโอกาสในการรณรงค์สร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันและควบคุมโรคตามความเหมาะสม

องค์การอนามัยโลกเป็นหน่วยงานขององค์การสหประชาชาติที่ดูแลเรื่องสุขภาพของประชากรโลก องค์การนี้กำเนิดขึ้นเมื่อวันที่ 7 เมษายน พ.ศ. 2491 จึงกำหนดให้ วันที่ 7 เมษายน ของทุกปีเป็นวันอนามัยโลก และกำหนดหัวข้อรณรงค์เรื่องสุขภาพในแต่ละปีตั้งแต่ พ.ศ. 2492 เป็นต้นมา นับเป็นวันสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพระดับโลก วันแรก และต่อมามีการกำหนดวันสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพพระศตวรรษนานาชาติอีกหลายวัน

หน่วยงานด้านสุขภาพของไทยคือกระทรวงสาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้กำหนดวันสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพหลายวัน เช่น วันอาสาสมัครสาธารณสุขแห่งชาติ วันความปลอดภัยในการทำงานแห่งชาติ วันสุขบัญญัติแห่งชาติ วันไอโอดีนแห่งชาติ วันต่อต้านโรคมะเร็งแห่งชาติ วันจิตอาสา ฯลฯ เป็นต้น

วันสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพที่ควรรู้จัก อาจแบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ตามเรื่องที่เกี่ยวข้อง ได้ดังนี้

**1. ปัญหาสุขภาพ** ได้แก่ วันสำคัญเกี่ยวกับ โรคมะเร็ง โรคหัวใจ โรคไต โรคเอดส์ วัณโรค มาลาเรีย ซัลโมเนลเลีย ฯลฯ

**2. วิธีป้องกันและควบคุมโรคและกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพด้านต่างๆ** ได้แก่ วันสำคัญเกี่ยวกับอาหาร การออกกำลังกาย สุขภาพจิต การงดสูบบุหรี่ การมีสำลุ่ม การดื่มนม การหัวเราะ การทำสมาธิ การล้างมือ การบริจาคโลหิต ฯลฯ

**3. บุคลากรสุขภาพ** เช่น วันสำคัญเกี่ยวกับ แพทย์ พยาบาล ทันตแพทย์ สัตวแพทย์ เทคนิคการแพทย์ อาสาสมัครสาธารณสุข ฯลฯ

**4. วันสำคัญอื่นๆ ที่อาจใช้ในการรณรงค์เรื่องสุขภาพได้** เช่น วันเด็กแห่งชาติ วันพ่อแห่งชาติ วันแม่แห่งชาติ วันครอบครัว วันผู้สูงอายุ วันแรงงานแห่งชาติ ฯลฯ

วันสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพที่รวบรวมได้มีดังนี้

### เดือนมกราคม

7 มกราคม	วันทหารแพทย์
16 มกราคม	วันราชประชาสมาสัย (รณรงค์เรื่องโรคเรื้อน)
17 มกราคม	วันโคนมแห่งชาติ
วันอาทิตย์สุดท้ายของเดือนมกราคม	วันโรคเรื้อนโลก

### เดือนกุมภาพันธ์

4 กุมภาพันธ์	วันมะเร็งโลก
	วันมะเร็งปอดโลก
14 กุมภาพันธ์	วันแห่งความรัก (วันวาเลนไทน์)
	วันหญิงอนามัยแห่งชาติ (บางประเทศ)
15 กุมภาพันธ์	วันมะเร็งเด็กสากล
19 กุมภาพันธ์	วันโปลิโอสงเคราะห์

### เดือนมีนาคม

6 มีนาคม	วันต่อหินโลก
8 มีนาคม	วันสุขภาพสตรี
14 มีนาคม	วันนอนหลับโลก
15 มีนาคม	วันสิทธิผู้บริโภคโลก
17 มีนาคม	วันแพทย์จีน
20 มีนาคม	วันอาสาสมัครสาธารณสุขแห่งชาติ วันระงับการบาดเจ็บที่ศีรษะโลก
	วันความสุขสากล
	วันสุขภาพช่องปากโลก
21 มีนาคม	วันกลุ่มอาการดาวนโลก

22 มีนาคม	วันน้ำแห่งโลก	15 พฤษภาคม	วันครอบครัวสากล
24 มีนาคม	วันวัณโรคโลก	27 พฤษภาคม	วันโรคปลอกประสาท
วันพฤหัสบดีที่ 2 ของเดือนมีนาคม	วันไตโลก		เลื่อมแข็งโลก
<b>เดือนเมษายน</b>		28 พฤษภาคม	วันสุขบัญญัติแห่งชาติ
2 เมษายน	วันเฝ้าระวังออดิสมโลก		วันสุขภาพสตรีสากล
6 เมษายน	วันออกกำลังกายโลก	29 พฤษภาคม	วันสุขภาพพระบพย
	วันกีฬาสากลเพื่อการ		อาหารโลก
	พัฒนาและสันติภาพ	31 พฤษภาคม	วันงดสูบบุหรี่โลก
7 เมษายน	วันอนามัยโลก	ขึ้น 15 ค่ำ เดือน 6	วันสมาธิโลก
11 เมษายน	วันพาร์กินสันโลก	วันอาทิตย์แรกของพฤษภาคม	วันหัวเราะโลก
13 เมษายน	วันผู้สูงอายุแห่งชาติ	วันอังคารแรกของพฤษภาคม	วันโรคหืดโลก
14 เมษายน	วันครอบครัว		
16 เมษายน	วันเสียงโลก	<b>เดือนมิถุนายน</b>	
17 เมษายน	วันฮีโมฟีเลียโลก	1 มิถุนายน	วันดื่มนมแห่งโลก
22 เมษายน	วันคุ้มครองโลก		วันเด็กนานาชาติ
24 เมษายน	วันเยื่อหุ้มสมองอักเสบ		วันพ่อแม่โลก
	โลก	5 มิถุนายน	วันสิ่งแวดล้อมโลก
25 เมษายน	วันมาลาเรียโลก	8 มิถุนายน	วันมะเร็งสมองโลก
28 เมษายน	วันความปลอดภัยและ	12 มิถุนายน	วันต่อต้านการใช้แรงงาน
	สุขภาพในการทำงาน		เด็กโลก
	แห่งโลก	14 มิถุนายน	วันผู้บริจาคโลหิตโลก
30 เมษายน	วันคุ้มครองผู้บริโภค	15 มิถุนายน	วันไข้เลือดออกอาเซียน
<b>เดือนพฤษภาคม</b>			วันเฝ้าระวังความรุนแรง
1 พฤษภาคม	วันแรงงานแห่งชาติ		ต่อผู้สูงอายุ
	วันแรงงานสากล	21 มิถุนายน	วันดนตรีโลก
5 พฤษภาคม	วันผดุงครรภ์สากล	23 มิถุนายน	วันหญิงหม้ายสากล
8 พฤษภาคม	วันกาชาดสากล	25 มิถุนายน	วันไอโอดีเอ็นเอแห่งชาติ
	วันธาลัสซีเมียโลก	26 มิถุนายน	วันต่อต้านยาเสพติดโลก
10 พฤษภาคม	วันออกกำลังกายเพื่อ	29 มิถุนายน	วันเทคนิคการแพทย์ไทย
	สุขภาพแห่งโลก	<b>เดือนกรกฎาคม</b>	
	วันโรคแพ้ภูมิตนเองโลก	1 กรกฎาคม	วันตรวจหาการติดเชื้อ
	วันความปลอดภัยใน		เอชไอวีแห่งชาติ
	การทำงานแห่งชาติ	6 กรกฎาคม	วันโรคติดต่อจาก
12 พฤษภาคม	วันพยาบาลสากล		สัตว์สู่คนโลก
	วันสากลแห่งการระวัง	11 กรกฎาคม	วันประชากรโลก
	กลุ่มอาการปวดเมื่อย	28 กรกฎาคม	วันดับอักเสบโลก
	อ่อนเพลียเรื้อรัง	30 กรกฎาคม	วันมิตรภาพสากล
14 พฤษภาคม	วันความดันโลหิตสูงโลก	แรม 1 ค่ำ เดือน 8	วันงดดื่มสุราแห่งชาติ

**เดือนสิงหาคม**

		11 ตุลาคม	วันเด็กหญิงสากล
1 สิงหาคม	วันสตรีไทย	12 ตุลาคม	วันโรคข้อโลก
4 สิงหาคม	วันสัตวแพทย์ไทย	13 ตุลาคม	วันลิ้มเลือดอุดตันโลก
12 สิงหาคม	วันแม่แห่งชาติ	15 ตุลาคม	วันล้างมือโลก
	วันเยาวชนสากล		วันสตรีชนบทสากล
13 สิงหาคม	วันผู้ถนัดซ้ายสากล	16 ตุลาคม	วันอาหารโลก
16 สิงหาคม	วันไอโซนสากล		วันภูมิแพ้โลก
18 สิงหาคม	วันวิทยาศาสตร์แห่งชาติ		วันวิสัยทัศน์โลก
19 สิงหาคม	วันมนุษยธรรมโลก		วันกระดูกสันหลังโลก
20 สิงหาคม	วันยุงโลก	17 ตุลาคม	วันบาดเจ็บโลก

**เดือนกันยายน**

10 กันยายน	วันป้องกันการฆ่าตัวตายโลก		วันกระดูกสันหลังโลก
			วันจัดความยากจนสากล
15 กันยายน	วันฝ้ายระว่างมะเร็งต่อมน้ำเหลืองโลก	18 ตุลาคม	วันสตรีวัยทองโลก
		20 ตุลาคม	วันกระดูกพรุนโลก
16 กันยายน	วันไอโซนสากล	21 ตุลาคม	วันพยาบาลแห่งชาติ
21 กันยายน	วันอัลไซเมอร์โลก		วันทันตสาธารณสุขแห่งชาติ
22 กันยายน	วันปลอดรถยนต์ส่วนตัว (Car-free Day)		วันสังคมสงเคราะห์แห่งชาติ
24 กันยายน	วันมหิดล (วันแพทย์ไทย)		วันอาสาสมัครไทย
26 กันยายน	วันอนามัยสิ่งแวดล้อมโลก		วันโรคขาดสารไอโอดีนโลก
27 กันยายน	วันทูหนวกโลก	22 ตุลาคม	วันฝ้ายระว่างการพูดติดอ่างสากล
28 กันยายน	วันโรคพิษสุนัขบ้าโลก	24 ตุลาคม	วันโปลิโอโลก
29 กันยายน	วันหัวใจโลก	26 ตุลาคม	วันโรคอ้วนโลก
วันเสาร์ที่ 2 ของเดือนกันยายน	วันปฐมพยาบาลโลก	29 ตุลาคม	วันสะกิดเงินโลก

**เดือนตุลาคม**

1 ตุลาคม	วันผู้สูงอายุสากล		วันโรคหลอดเลือดสมองโลก
	วันแอโรบิกสากล	วันจันทร์แรกของเดือนตุลาคม	วันที่อยู่อาศัยโลก
	วันมังสวิรัตโลก	วันศุกร์แรกของเดือนตุลาคม	วันยิ้มโลก
2 ตุลาคม	วันต่อต้านความรุนแรงสากล	วันเสาร์แรกของเดือนตุลาคม	วันชิววันตารักซ์โลก (การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย)
5 ตุลาคม	วันออสโตมีโลก		วันลดภัยพิบัติทางธรรมชาติสากล
8 ตุลาคม	วันนวัตกรรมแห่งชาติ	วันพุธที่ 2 ของเดือนตุลาคม	วันจัดการภัยพิบัติอาเซียน
	วันสหพันธ์ทันตสุขภาพสากล		วันจัดการภัยพิบัติอาเซียน
	วันคัดกรองโรคซึมเศร้าประเทศไทย		วันสายตาโลก
10 ตุลาคม	วันสุขภาพจิตโลก	วันพฤหัสบดีที่ 2 ของเดือนตุลาคม	

**เดือนพฤศจิกายน**

10 พฤศจิกายน	วันวิงโลก วันสร้างเสริม ภูมิคุ้มกันแห่งโลก	9 ธันวาคม 10 ธันวาคม	วันความปลอดภัยของ ผู้ป่วยโลก วันต่อต้านโรคมะเร็ง แห่งชาติ
12 พฤศจิกายน	วันวิทยาศาสตร์โลก เพื่อสันติภาพและการ พัฒนา	16 ธันวาคม 26 ธันวาคม	วันกีฬาแห่งชาติ วันป้องกันอุบัติเหตุแห่ง ชาติ
13 พฤศจิกายน	วันเม็ดตาโลก	27 ธันวาคม	วันจิตอาสา
14 พฤศจิกายน	วันเบาหวานโลก		
17 พฤศจิกายน	วันทารกเกิดก่อนกำหนด โลก		วันสำคัญเหล่านี้มีการเปลี่ยนแปลงได้แล้วแต่ผู้บริหารของ องค์กรหลักที่ดูแลกิจกรรมรณรงค์ตามวันสำคัญเหล่านี้ โดยมีการ เปลี่ยนชื่อวัน เช่น วันมาลาเรียแห่งแอฟริกาเปลี่ยนเป็นวัน มาลาเรียโลก หรือเปลี่ยนกำหนดวันรณรงค์ เช่น วันดับอักเสบ โลก เปลี่ยนจาก 19 พฤษภาคม เป็น 28 กรกฎาคม วันปลอด เลือดสมองโลก เปลี่ยนจาก 24 มิถุนายน เป็น 29 ตุลาคม วัน หัวใจโลก เปลี่ยนจาก วันอาทิตย์สุดท้ายของเดือนกันยายน เป็น 29 กันยายนของทุกปี เป็นต้น
18 พฤศจิกายน	วันลมชักโลก วันตระหนักการใช้ยา ปฏิชีวนะ		
19 พฤศจิกายน	วันส้วมโลก (วันสุขาโลก)		
20 พฤศจิกายน	วันเด็กสากล		
25 พฤศจิกายน	วันต่อต้านความรุนแรง ต่อสตรีสากล		
27 พฤศจิกายน	วันสร้างสุขภาพแห่งชาติ วันที่ระลึกถึงเหยื่อผู้สูญเสีย จากอุบัติเหตุจราจร (วันอุบัติเหตุโลก)		ในวันสำคัญแต่ละวันจะมีองค์กรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของ หน่วยงานระดับชาติและหน่วยงานระดับนานาชาติจัดกิจกรรม รณรงค์เรื่องสุขภาพตามวันสำคัญนั้น ผู้ที่สนใจเกี่ยวกับสุขภาพ อาจใช้โอกาสของวันสำคัญเหล่านี้ในการร่วมจัดกิจกรรมสร้างเสริม สุขภาพตามความเหมาะสม เรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพในด้านต่างๆ และวิพากษ์ปฏิบัติตนเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี
วันพุธที่ 2 หรือ 3 ของเดือนพฤศจิกายน	วันโรคปอดอุดกั้น เรื้อรังโลก (วันถุงลม โป่งพองโลก)		

**เดือนธันวาคม**

1 ธันวาคม	วันเอดส์โลก
3 ธันวาคม	วันคนพิการสากล
4 ธันวาคม	วันสิ่งแวดล้อมไทย
5 ธันวาคม	วันพ่อแห่งชาติ วันพัฒนา วันอาสา สมัครสากล

**เอกสารอ้างอิง**

1. บุญเต็ม แสงดิษฐ์. วันสำคัญ. กรุงเทพฯ: พชรการพิมพ์ 2541.
2. บุญเต็ม แสงดิษฐ์. คู่มือสร้างเสริมสุขภาพและวันสำคัญในการรณรงค์สร้างเสริมสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: พลสยามพริ้นตัง 2546.
3. Saengdidtha B. *International Days of Health Importance*. Pholsayam Printing, 2004.
4. United Nations. *United Nations Observances: International Days*. (Online) [Cited 2013 Sep 12]. Available at [<http://www.un.org/en/events/observances/days.shtml>].

## Important Health Days that Health Personnel Should Know

### **Boonterm Saengdidtha**

*Army Institute of Pathology, Phramongkutklao Medical Center*

---

*World Health Organization and other health organizations of the world and Thailand have designated a lot of important health days, categorized into 4 groups, i.e., health problems (e.g. World AIDS Day, World Cancer Day, etc.), health promotion and disease control methods (e.g. World No Tobacco Day, World Mental Health Day, Global Hand Washing Day, etc.), health personnel (e.g. Thai National Nurse Day, Thai Veterinarian Day, Thai Medical Technologist Day, etc.) and others (e.g. Thai National Children Day, Thai National Father Day, Thai National Mother Day, etc.). The dates and names of important health days were listed from January to December. There will be health campaigns in these days around the world on international health days and in Thailand on Thai health days.*

