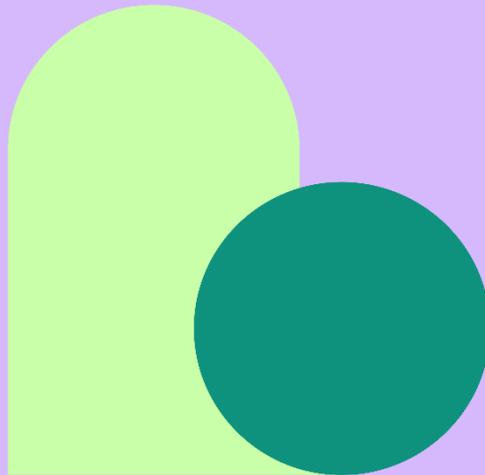


Pranaiya & Arthur Magoffin Foundation

รายงานการทำงานประจำปี พ.ศ. 2567



รายงานการทำงานมูลนิธิ

เราได้ทำงานอย่างมุ่งมั่นในปีพ.ศ. 2567 และมีความยินดีที่จะนำเสนอภาพรวมของกิจกรรมต่างๆ ที่เราได้ดำเนินการในปีนี้ อันดับแรก ขอขอบคุณผู้สนับสนุนทุกท่านที่ได้บริจาคคุณทรัพย์ให้เราสามารถดำเนินโครงการต่างๆ รวมถึงผู้ที่สนับสนุนในรูปแบบที่ไม่ใช่การเงิน – ด้วยการสละเวลาและความเชี่ยวชาญเพื่อช่วยพัฒนาสุขภาพจิตมารดาช่วงปริกำเนิด (Perinatal Mental Health หรือ “PMH”)

เสาหลักที่ 1) การสร้างการตระหนักรู้และให้ข้อมูล

เราได้ดำเนินการสร้างการตระหนักรู้และการให้ความรู้ทั่วไปอย่างต่อเนื่องในปีที่ผ่านมา โดยเน้นที่การสร้างเนื้อหาสำหรับคนไทย และ มร.เฮมิยังคงสร้างการตระหนักรู้ผ่านการวิ่งเช่นเดิม สามารถรับชมเนื้อหาของเราได้ทาง [Instagram](#), [Facebook](#), และ [YouTube](#).

ในปีนี้ เราได้ตัดสินใจให้บัญชี Instagram หลักของเรา [@pam.foundation](#) มุ่งเน้นไปที่การให้ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพจิตมารดาช่วงปริกำเนิดเป็นภาษาไทย และได้จัดตั้งบัญชีแยกต่างหาก [@pam.foundationnews](#) เพื่อแจ้งข่าวความคืบหน้าเกี่ยวกับงานที่เราดำเนินการ

ในช่วงครึ่งหลังของปี เราได้พัฒนากราฟิกใหม่เพื่อทำให้บัญชีโซเชียลมีเดียน่าสนใจยิ่งขึ้น และใช้แพลตฟอร์มนี้ในการพัฒนาเนื้อหาเพื่อให้ข้อมูลแก่คุณแม่และสังคมในวงกว้างเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจิตมารดาช่วงตั้งครรภ์และหลังคลอดทั้งหมด – โดยนำเสนอมุมมองที่ใหญ่กว่าภาวะซึมเศร้าหลังคลอด เช่น ความวิตกกังวล โรคย้ำคิดย้ำทำ เป็นต้น



ภาพที่ 1 - Instagram มูลนิธิ PAM Foundation

นอกจากการให้ความรู้เกี่ยวกับภาวะต่างๆ แล้ว เรายังต้องการให้ข้อมูลสำหรับคู่สมรส เพื่อน และครอบครัวเกี่ยวกับวิธีการช่วยดูแลผู้ที่กำลังประสบปัญหาสุขภาพจิตมารดาช่วงปริกำเนิด รวมถึงการดูแลตัวเองและข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ขอรับความช่วยเหลือ

Action on Postpartum Psychosis (“APP”)

APP เป็นองค์กรการกุศลในสหราชอาณาจักรที่มุ่งเน้นการทำงานกับโรคจิตหลังคลอด (Postpartum psychosis) ซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณแม่มือใหม่ประมาณ 1 ใน 1,000 คน เรากำลังทำงานร่วมกับพวกเขาเพื่อจัดทำแผนพับข้อมูลเกี่ยวกับโรคนี้เป็นภาษาไทย และหวังว่าจะได้เผยแพร่เอกสารนี้สำเร็จในปีพ.ศ. 2568

การวิ่งของเฮมิช

มร. เฮมิช ผู้ก่อตั้ง PAM Foundation ได้เพิ่มความมานะพยายามของเขาในปีพ.ศ. 2567 เพื่อสร้างการตระหนักรู้ผ่านการวิ่งมาราธอน และยังรวมถึงการวิ่งเทรล (Trail Running) และการวิ่งอัลตร้ามาราธอน (Ultra Marathons) หรือการวิ่งที่ยาวกว่ามาราธอน

รายการเด่นที่สำคัญของปีนี้ ได้แก่ Chicago Marathon, New York Marathon และการวิ่ง Ultra Trail de Mont Blanc (“UTMB”). 3 ครั้ง ในประเทศสโลวีเนีย (120 กิโลเมตร) ประเทศมาเลเซีย (100 กิโลเมตร) และจังหวัดเชียงใหม่ (175 กิโลเมตร) นำเสียดายที่เฮมิชวิ่งได้เพียง 93 กิโลเมตรในการแข่งขัน UTMB ที่เชียงใหม่ก่อนจะได้รับบาดเจ็บและจำเป็นต้องถอนตัว



ภาพที่ 2 - เฮมิชในรายการวิ่งที่เชียงใหม่

นอกจากการวิ่งของเฮมิชแล้ว เรายังโชคดีที่ได้รับสิทธิ์สำหรับองค์การกุศล (Charity Spots) สำหรับ London Marathon ตั้งแต่ปี 2025 ถึง 2029 สำหรับนักวิ่งที่สนใจช่วยสร้างการตระหนักรู้และระดมทุนให้ติดต่อกัน

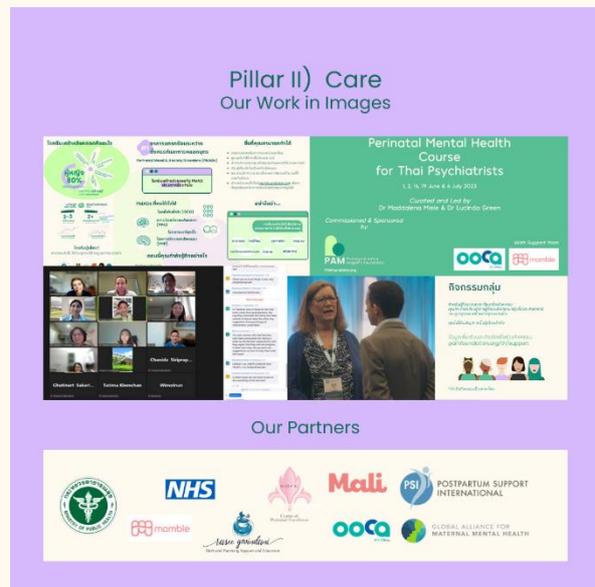
ความคืบหน้าภาพยนตร์สารคดี

เรายังคงรวบรวมเนื้อหาเพิ่มเติมจากงานที่เราดำเนินการ รวมถึงการพัฒนาเส้นเรื่องโดยรวมต่อไป

เสาหลักที่ 2) การให้การดูแล

การฝึกอบรม

หลังจากประสบความสำเร็จในโครงการนำร่องการอบรมในปีพ.ศ. 2566 ในปีพ.ศ. 2567 เราเริ่มนำประสบการณ์และความรู้ที่ได้มาใช้พัฒนาหลักสูตรการฝึกอบรมอื่นๆ เพื่อขยายการดำเนินการในประเทศในขณะเดียวกัน เราได้สนับสนุนการฝึกอบรมสำหรับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตในประเทศไทยอย่างต่อเนื่อง และได้ทำงานร่วมกับ COPE - [Centre of Perinatal Excellence](#) ประเทศออสเตรเลีย เพื่อจัดทำสื่อการสอน ในขณะนี้มียุติแพทย์ชาวไทยจำนวน 8 คนที่กำลังเข้ารับการฝึกอบรมจาก COPE



ภาพที่ 3 - สื่อโซเชียลนำเสนอการทำงานในเสาหลักที่ 2 การให้การดูแล

การร่วมมือกับกระทรวงสาธารณสุข

ปีที่ผ่านมาเราได้เข้าประชุมกับกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข เพื่อหารือเกี่ยวกับโครงการของเรา และแนวทางที่ เราจะสามารถร่วมมือกันจัดการปัญหาสุขภาพจิตมารดาช่วงปริกำเนิด องค์กรประชุมนำโดยอธิบดีกรมอนามัย แพทย์หญิงอัมพร เบญจพลพิทักษ์ (ผู้ที่เคยเข้าร่วมหลักสูตรการฝึกอบรมนำร่องของเรา) และผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสุขภาพ นายแพทย์ปกรณ ทุงคะเสริรักษ์ รวมทั้งเจ้าหน้าที่กลุ่มอนามัยแม่และเด็กเข้าร่วมประชุมด้วย ในการประชุมครั้งล่าสุด เราได้หารือในหัวข้อ เช่น การจัดทำแนวทางปฏิบัติระดับชาติ การคัดกรอง และการรักษา เราหวังว่าจะมีความคืบหน้าในการทำงานกับกระทรวงสาธารณสุขอย่างต่อเนื่อง

การสนับสนุนทางสังคม (Social Support)

ที่ปรึกษาและผู้นำกลุ่มสนับสนุนของเรายังคงให้บริการกับคุณแม่ที่ประสบภาวะอย่างต่อเนื่อง และเรามีแผนที่จะรวมบริการนี้เข้ากับแคมเปญการสร้างความรู้และทำให้ความรู้ใหม่ในปีพ.ศ. 2568

เสาหลักที่ 3) การศึกษาวิจัย

เราภูมิใจที่จะประกาศว่า เมื่อสิ้นปีพ.ศ. 2567 การศึกษาวิจัยเริ่มต้นขึ้นในทุกด้านที่เราต้องการศึกษา ได้แก่ ด้านการแพทย์ เศรษฐศาสตร์ และระบาดวิทยา

การวิจัยด้านระบาดวิทยา – คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ช่วงปลายปีพ.ศ. 2567 เราได้ประกาศมอบทุนอุดหนุนโครงการวิจัยใหม่ที่โรงพยาบาลศิริราช เราารู้สึกยินดีที่ได้รับการติดต่อจาก ผศ. พญ. กิรติ พัฒนเสรี (ซึ่งยังเป็นผู้ร่วมโครงการวิจัยที่นำโดย London School of Economics) โดยอาจารย์แสดงความสนใจที่จะทำการศึกษากลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตในช่วงตั้งครรภ์และหลังคลอดที่เข้ามาฝากครรภ์และทำคลอดที่โรงพยาบาลศิริราช

โครงการวิจัยนี้เป็นความร่วมมือระหว่างแผนกต่างๆ ได้แก่ แผนกจิตเวช แผนกจิตเวชเด็กและวัยรุ่น แผนกสูติศาสตร์ และแผนกกุมารเวชศาสตร์ โดยมีเป้าหมายที่จะศึกษากลุ่มตัวอย่างมากกว่า 400 รายในระยะเวลา 2 ปี ซึ่งเป็นการศึกษาขนาดใหญ่ที่เราหวังว่าจะช่วยสร้างความเข้าใจเพิ่มเติมเกี่ยวกับสุขภาพจิตมารดาช่วงปรกติกำเนิดในประเทศไทย



ภาพที่ 4 - สื่อโซเชียลประกาศมอบทุนอุดหนุนโครงการวิจัยแก่ศิริราชฯ

การสนับสนุนการวิจัยด้านระบาดวิทยาในประเทศไทยเป็นหนึ่งในเป้าหมายที่เราตั้งไว้ เราจึงรู้สึกยินดีที่ได้เห็นความสนใจจากในประเทศที่มุ่งจัดการกับเรื่องนี้

เราหวังว่าจะสามารถประกาศความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นเพิ่มเติมสำหรับโครงการวิจัยนี้ในอนาคต และเนื่องจากการศึกษาระยะเวลา 2 ปี เราตั้งตารอที่จะประกาศผลในปีพ.ศ. 2569-2570

การวิจัยด้านเศรษฐศาสตร์ – London School of Economics and Political Sciences (“LSE”)

โครงการวิจัยร่วมกับ LSE ที่เราได้ประกาศให้ทราบเมื่อสิ้นปี พ.ศ. 2566 ได้เริ่มต้นขึ้นอย่างเป็นทางการในปีที่ผ่านมา โดยมีการประชุมครั้งแรกที่กรุงเทพมหานคร โรงพยาบาลศิริราช ซึ่งจัดโดยมูลนิธิ PAM โครงการนี้เป็นความร่วมมือระหว่างหลายองค์กรในประเทศไทย โดยการประชุมในเดือนมีนาคมมีผู้แทนจาก PAM, LSE, โรงพยาบาลศิริราช รวมถึง Monash University ประเทศออสเตรเลีย, University of Cape Town ประเทศเซาท์แอฟริกา, Global Alliance of Maternal Mental Health (GAMMH), มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และ Ooca



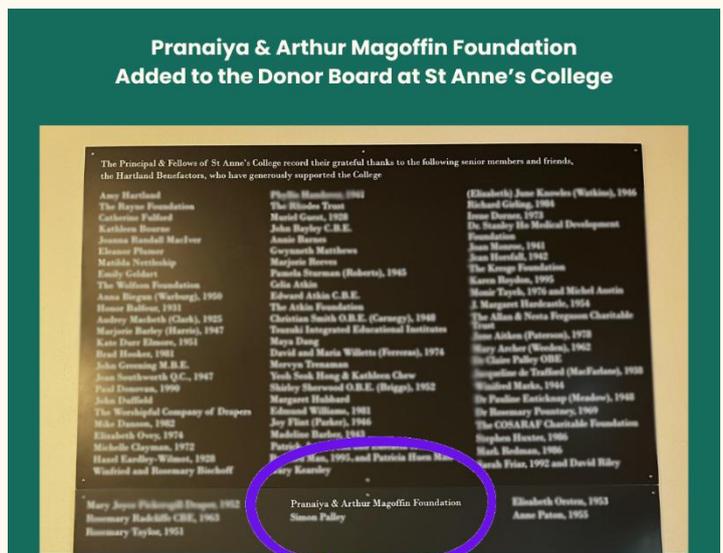
ภาพที่ 5 – สื่อโซเชียลนำเสนอการประชุมกับ London School of Economics

โดยสรุป โครงการนี้ศึกษาต้นทุนทางเศรษฐศาสตร์ของปัญหาสุขภาพจิตมารดาช่วงตั้งครรภ์ในประเทศไทย พร้อมทั้งสำรวจ “ผลตอบแทนจากการลงทุน” (Return on Investment) ในการจัดการปัญหาเหล่านี้ เพื่อค้นหาวิธีการจัดสรรทรัพยากรอย่างเหมาะสมที่สุดเพื่อปรับปรุงพัฒนาสุขภาพจิตในช่วงตั้งครรภ์ โครงการวิจัยนี้จะดำเนินต่อไปในปีพ.ศ. 2568 และเราหวังว่าจะสามารถประกาศผลได้ในอนาคต

การวิจัยด้านการแพทย์ – University of Oxford

โครงการระยะที่ 1 ของเราขยายขอบเขตการศึกษาจากเดิม ดังนั้นการเปิดเผยผลลัพธ์และรายงานจึงคาดว่าจะเกิดขึ้นในปีพ.ศ. 2568 นอกจากนี้ โครงการระยะที่ 2 ซึ่งมีระยะเวลา 3 ปี ก็กำลังดำเนินการอยู่ และเราหวังว่าจะเห็นผลลัพธ์เริ่มต้นในปีพ.ศ. 2568 หรือ 2569 ในขณะที่เดียวกัน เรายังคงระดมทุนสำหรับ “ระยะที่ 3” ซึ่งเป็นการศึกษาด้านชีวการแพทย์

ในระหว่างปี St Anne’s College ได้แสดงความขอบคุณต่อการสนับสนุนของเราต่อวิทยาลัยโดยเพิ่มชื่อของเราลงในป้ายกระดานผู้บริจาค



ภาพที่ 6 – ป้ายขอบคุณผู้บริจาคแก่ St. Anne’s College มหาวิทยาลัย Oxford



ภาพที่ 8 - การประชุมที่ St. Anne's College, มหาวิทยาลัย Oxford

ในที่สุด “โลกได้เชื่อมต่อกัน” เราได้รวมตัวกันในการประชุมที่มหาวิทยาลัยอ็อกซ์ฟอร์ดกับนักวิจัยจากโครงการระยะที่ 1 และ 2 ของอ็อกซ์ฟอร์ด พร้อมด้วย Annette Bauer จาก LSE และตัวแทนอื่น ๆ จาก University of Cape Town, Global Alliance for Maternal Mental Health (“GAMMH”) และ Dustoff Films (ดูรูปที่ 8) การสนทนารอบคอบหัวข้อต่าง ๆ ตั้งแต่สรีรวิทยาของโรคสุขภาพจิตในช่วงตั้งครรภ์และหลังคลอดไปจนถึงผลกระทบทางเศรษฐกิจ และเป็นโอกาสให้ทุกคนขยายความรู้ในแต่ละด้านของสุขภาพจิตมารดาช่วงปรีกำเนิด

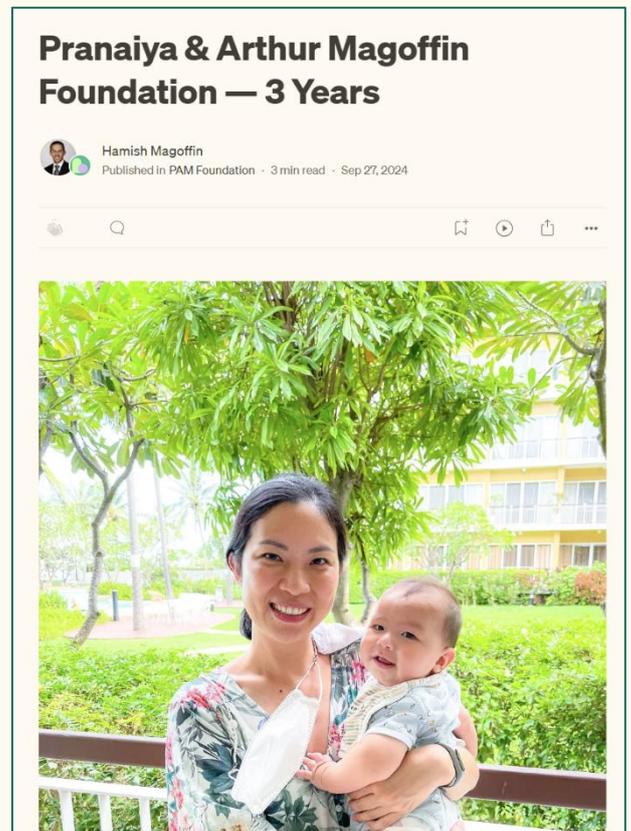
กิจกรรมอื่นๆ

[The Big Give Matched Funding Campaign](#)

ในปีที่ผ่านมา เราได้จัดแคมเปญการระดมทุนแบบเท่าเทียมกับ **The Big Give** พร้อมทั้งบทความสรุปผลงานตลอด 3 ปีที่ผ่านมา ซึ่งสามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ [Medium](#) เราประสบความสำเร็จในการระดมทุนได้มากกว่า £11,000 สำหรับแคมเปญนี้ และขอขอบคุณผู้บริจาคทุกท่าน รวมถึงผู้ที่ทำหน้าที่เป็น “ผู้ให้คำมั่น” (Pledgers) ที่สนับสนุนเงินทุนเท่าเทียม และ The Big Give ที่บริจาคเงินจำนวน £1,000

[PAM Foundation, Inc.](#)

แม้จะไม่ได้เกี่ยวข้องโดยตรงกับหน่วยงานในสหราชอาณาจักรและดำเนินงานในฐานะองค์กรที่แยกออกจากกัน แต่ “PAM Foundation, Inc.” ในสหรัฐอเมริกาเพิ่งได้รับการยกเว้นสถานะ 501(c)3 จาก IRS ซึ่งทำให้องค์กรสามารถรับเงินบริจาคที่สามารถนำไปลดหย่อนภาษีได้จากผู้เสียภาษีในสหรัฐ เราหวังว่าการดำเนินงานของ PAM Foundation ในสหรัฐจะช่วยสร้างความตระหนักรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตมารดาช่วงปรีกำเนิด (PMH) และระดมทรัพยากรเพื่อแก้ไขปัญหานี้



ภาพที่ 9 - บทความสรุปผลงานตลอด 3 ปี

มองไปข้างหน้าสู่ปี 2025

เรากำลังดำเนินงานตามเกือบทุกโครงการที่ได้กำหนดไว้ในเสาหลักการทำงานของ PAM Foundation ตั้งแต่ก่อตั้งขึ้น ปีพ.ศ. 2568 จะเป็นปีที่เรามุ่งมั่นเดินหน้าต่อไปและหวังว่าจะสามารถขยายความพยายามของเราได้มากยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณผู้สนับสนุนทุกท่านอีกครั้ง – ครอบครัว เพื่อน อาสาสมัคร ผู้บริจาค ผู้ร่วมมือ และพันธมิตรทุกคน
สุดท้ายนี้ หากต้องการเรียนรู้เพิ่มเติมและติดตามข่าวสารของเรา โปรดติดตามเราบนโซเชียลมีเดีย ([Facebook](#), [LinkedIn](#), [Instagram](#), [YouTube](#)).

ด้วยความนับถือ,



Hamish Magoffin, ผู้ก่อตั้งมูลนิธิ