



**United Nations**

Department of  
Economic and  
Social Affairs

# Forward-thinking Approach: How can foresight lead us to transformative changes?



สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ



**Chaiyatorn LIMAPORNVANICH, PhD**

Head of Innovation Foresight Institute  
National Innovation Agency (Thailand)

# “Disruption” vs “Transformation”

Disruption is a major disturbance creating changes.  
Transformation is a continuous process of change.



**analog**



**digital**



**pre-paid**



**mobile**



**smart**

**~ 40 years**

**“Transformative Changes” are more preferable**



## Capability Development

- Foresight Training
- Toolbox Development



## Focus Areas for Ecosystem Development

2

## Community Building

- Knowledge Sharing
- Seminar and Conference



กิจกรรมสัมมนาวิชาการเครือข่ายนักอนาคตศาสตร์ APFN (2018 และ 2019)



## Collaborative Research

- Strategic Foresight
- Social Foresight

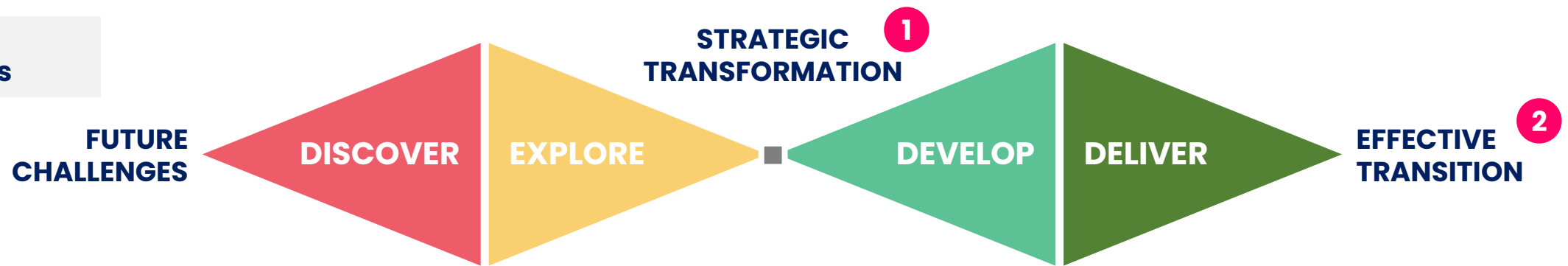
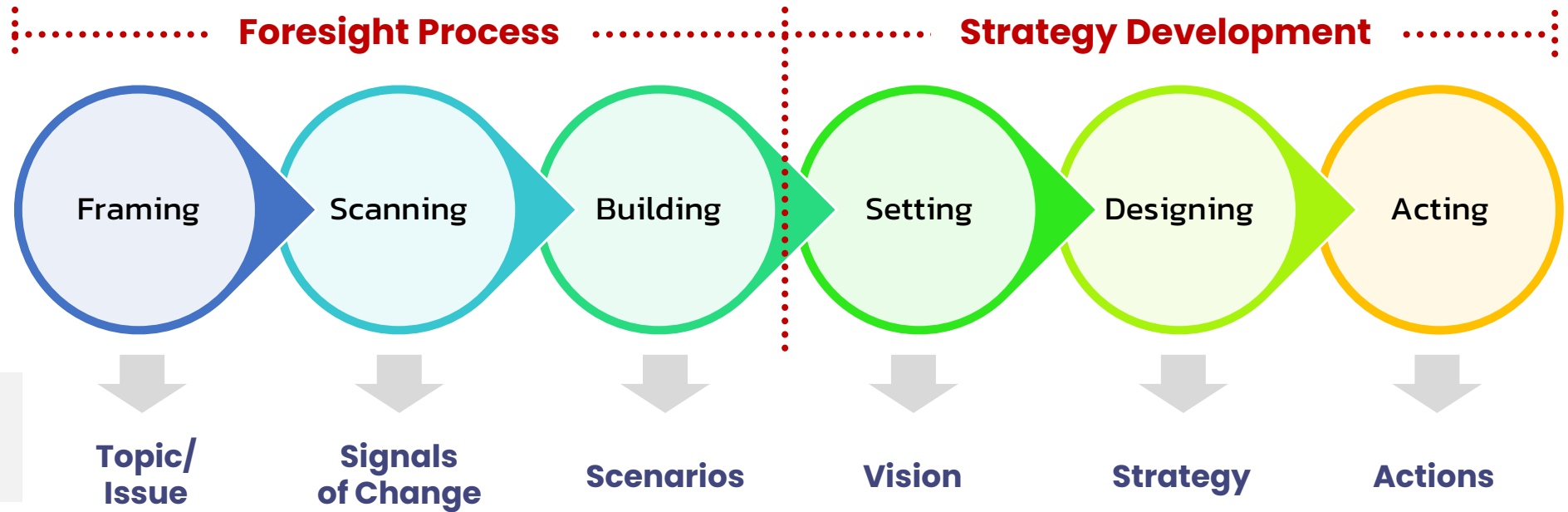


# Why do we need “Strategic Foresight?”



- 1. Foresight**  
“Data Sets” reflecting transformative changes in futures
- 2. Strategy Design**  
“Pathway” to achieve the objectives and goals
- 3. Risk Management**  
“Factors” to be monitored and managed

# How can we run “Strategic Foresight?”



# 1 Success factors for designing “Strategic Transformation”

## 1. Data & Information

Broaden your view,  
but don't lose your focus

Evidence vs. Participation  
Quantitative vs. Qualitative  
Vertical vs. Horizontal



## 3. Methodology

Appropriate combined methodologies that people  
can think in different and new ways about the future

- Being Contextualized
- Rigorous Process
- Iterative Process
- Integrating Varieties

## 2. Thinking

“Futures” are something unwritten yet ... put  
“imagination” along with “analysis”

Critical Thinking	Creative Thinking
Analytical	Generative
Convergent	Divergent
Logical	Intuitive
Sequential	Imaginative
Reasoning	Speculating
Reality-based	Fantasy-based
Probability	Possibility
Hypothesis testing	Hypothesis forming
Pattern Users	Pattern Seekers

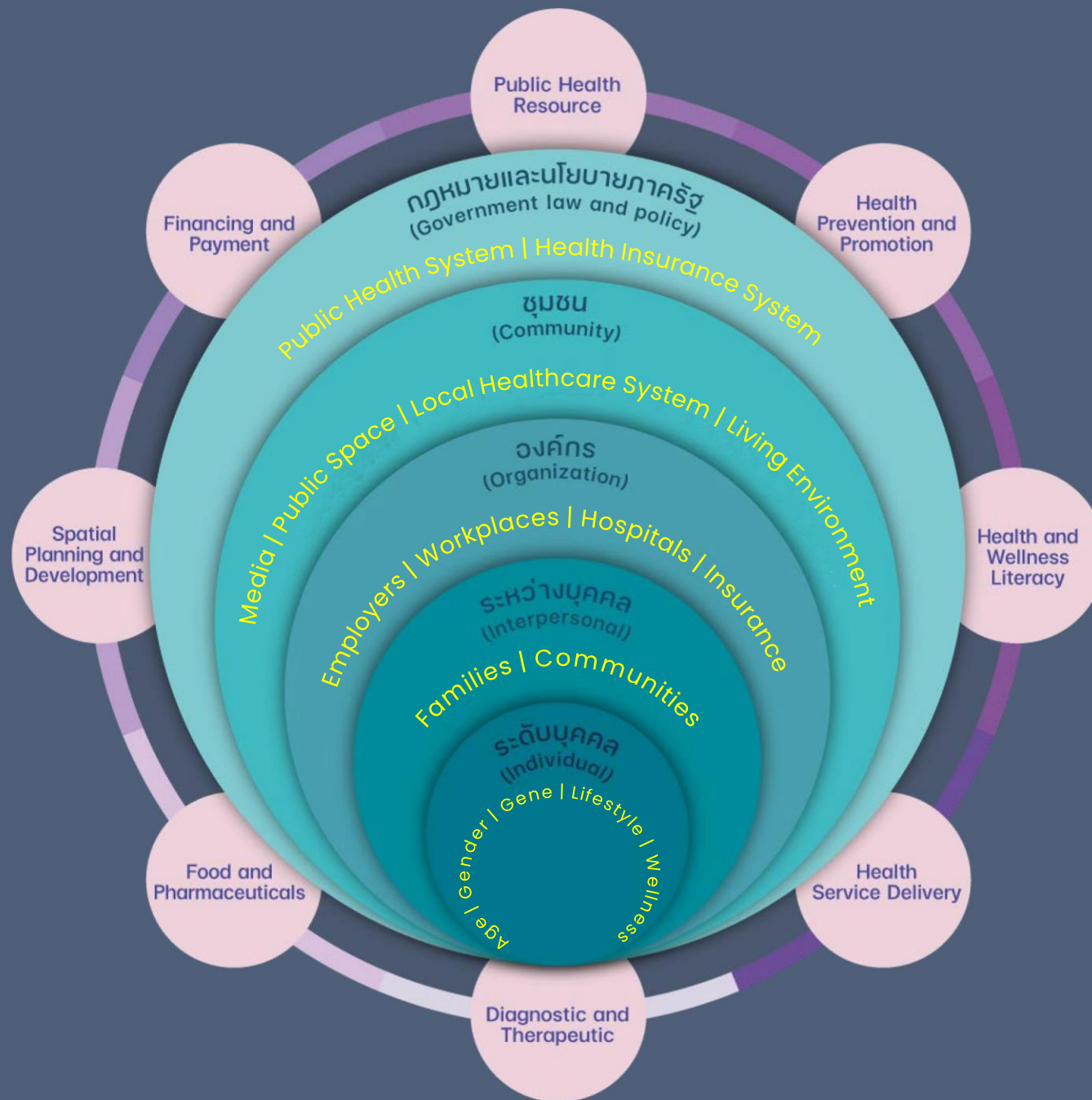




# Futures of Health and Wellness in Thailand 2033



# Research Framework



# Current Situation

## Demographic

ประชากรไทยมีแนวโน้ม  
อายุยืนขึ้น  
ปี พ.ศ. 2566 อายุขัยเฉลี่ยเพิ่มเป็น  
ผู้หญิง **81.05** ปี ผู้ชาย **74.92** ปี



## Living Environment

ภายในปี พ.ศ. 2570  
ประชาชนจะเข้ามาอาศัย  
อยู่ในเขตเมือง  
สูงถึง **47.2%**



คนไทยเสียชีวิตจากการจมน้ำ  
วันละ **10** คน  
และการจมน้ำเป็นสาเหตุการตาย  
อันดับ **1**  
ของเด็กไทย



ปี พ.ศ. 2563 มีรายงานว่าประชากรไทย  
ทุก **1** แสนคน  
มีคนเสียชีวิต  
จากมลพิษทางอากาศ  
**12** คน



## Healthcare Business

Gen Z  
ตอบสนองต่อสินค้าและ  
บริการดิจิทัลด้านสุขภาพ  
สูงกว่ากลุ่มอื่นถึง **2** เท่า  
และยินดีแลกเปลี่ยนข้อมูลด้านสุขภาพเชิงลึก  
ของตนเองกับส่วนลดบริการด้านสุขภาพ



## Public Health System

ปี พ.ศ. 2563  
อัตราส่วนแพทย์ไทย  
ที่ต้องดูแลประชากร  
**10,000** คน  
มีเพียง **6.54** คน  
(WHO ระบุอัตราส่วนแพทย์ที่เหมาะสม  
อยู่ที่ 9.28 คนต่อประชากร 10,000 คน)



**10,000** คน  
มีเพียง **6.54** คน

(WHO ระบุอัตราส่วนแพทย์ที่เหมาะสม  
อยู่ที่ 9.28 คนต่อประชากร 10,000 คน)

ไทยได้รับการยอมรับ  
จากเวทีโลกว่าเป็นประเทศที่มี  
ความมั่นคงทางสุขภาพ  
ลำดับที่ **5**  
จาก **195**  
ประเทศทั่วโลก  
ในการรับมือและ  
จัดการการระบาด  
ภายในประเทศได้ดี



## Behavior and Norm

จากสถิติในช่วงปี พ.ศ. 2561-2564  
พบว่า คนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป  
ดื่มแอลกอฮอล์  
ในปริมาณระดับอันตราย  
เพิ่มสูงขึ้นกว่า  
**20%**



## Medical and Healthcare Advancement

ภายในปี พ.ศ. 2575  
ตลาดยีนบำบัด  
ทั่วโลกคาดว่าจะสูงถึง  
**4.5** หมื่นล้าน  
ดอลลาร์สหรัฐ  
(ปี พ.ศ. 2565 ทั่วโลกมีมูลค่าแล้ว  
กว่า 7.6 พันล้านดอลลาร์สหรัฐ)



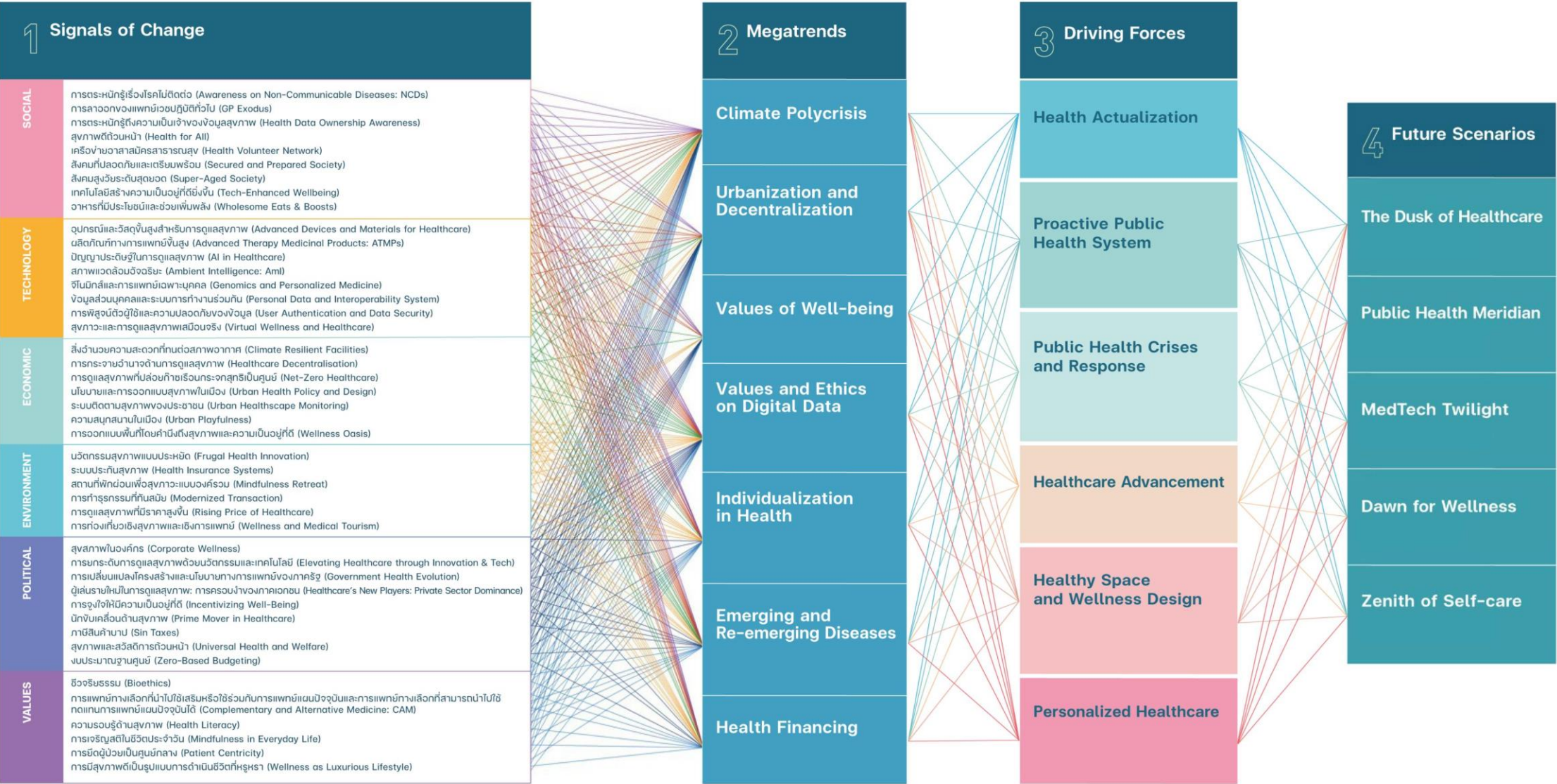
AI ในตลาด  
การดูแลสุขภาพทั่วโลก  
คาดว่าจะมีมูลค่าสูงถึง  
**1.7** แสนล้าน  
ดอลลาร์สหรัฐ  
ภายในปี พ.ศ. 2572



มูลค่าเศรษฐกิจของ  
การท่องเที่ยวเชิงการแพทย์  
**Medical Tourism**  
ของไทยในปี  
พ.ศ. 2570 จะสูงถึง  
**7.6**  
แสนล้านบาท



# Foresight Research Methodology



# Driving Forces



Health Actualization



Proactive Public Health System



Public Health Crises and Response



Healthy Space and Wellness Design



Healthcare Advancement



Personalized Healthcare

# Future Personas

## บุคคลในภาพอนาคต

Future personas คือ เทคนิคในการสร้างบุคลิกลักษณะของบุคคลที่เป็นตัวแทนกลุ่มเป้าหมายในอนาคต เพื่อช่วยในการสะท้อนภาพความคิด ความรู้สึก ค่านิยม และการแสดงออกเชิงพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากจากทัศนอนาคต

Future personas จึงเปรียบเสมือนตัวละครสมมติที่อาศัยอยู่ในภาพอนาคตสุขภาพและสุขภาวะสังคมไทยปี พ.ศ. 2576 ที่แต่ละคนเป็นตัวแทนของผูกรุ่นในแต่ละช่วงวัย กลุ่มอาชีพ เช่น ชนชั้นทางสังคม ที่สะท้อนลักษณะเชิงวิถีชีวิต เศรษฐฐานะ อาชีพ และความปรารถนาที่แตกต่างกัน เพื่อสื่อสารและสะท้อนให้เห็นภาพอนาคตที่มีความชัดเจน มีบรรทัดฐานมากขึ้น และสามารถเข้าใจความคิด ความรู้สึก ค่านิยมที่ผูกรุ่นในสังคมจะเป็นในอนาคตมากขึ้น



### โบกี้ (14)

เพศ: หญิง  
สัญชาติ: ไทย  
ที่อยู่: เชียงใหม่  
อาชีพ: นักเรียน  
รายได้: ปานกลาง

**ครอบครัว:** อาศัยอยู่กับคุณยายที่เชียงใหม่  
**สุขภาพกาย:** แข็งแรง แต่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพและสุขภาวะน้อย  
**สุขภาพจิต:** เหงา เก็บกด ไม่มีสมาธิในการเรียน ติดเทคโนโลยีอย่างหนัก  
**คุณค่าที่ยึดถือ:** การมีความหวังต่ออนาคต การมีตัวตนในสังคมและเพื่อนฝูง ความบันเทิงในตนเอง  
**เทรนด์สุขภาพและความงาม:** FemTech



### หนึ่ง (35)

เพศ: LGBTQIA+  
สัญชาติ: ไทย  
ที่อยู่: ชลบุรี  
อาชีพ: กำลังจะถูกไล่ออกจากงานขับรถขนส่ง เพราะถูกแทนที่งานโดยระบบอัตโนมัติ  
รายได้: ต่ำ

**ครอบครัว:** อาศัยอยู่คนเดียว  
**สุขภาพกาย:** ไร้ขาเทียมเพราะเคยประสบอุบัติเหตุ และกำลังพบปัญหาสุขภาพจากวิถีชีวิตที่ไม่เหมาะสม  
**สุขภาพจิต:** มีภาวะโรคเครียดภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (PTSD) ภาวะซึมเศร้าและวิตกกังวลเนื่องจากกำลังจะตกงาน  
**คุณค่าที่ยึดถือ:** ความเท่าเทียม การยอมรับทางสังคม การหายจากความเจ็บป่วย



### นิด (48)

เพศ: หญิง  
สัญชาติ: ไทย  
ที่อยู่: กรุงเทพมหานคร  
อาชีพ: ผู้จัดการศูนย์สุขภาพและสปา  
รายได้: ปานกลาง

**ครอบครัว:** อาศัยอยู่กับสามีใหม่ มีลูกสาว 1 คน ที่ส่งไปอยู่กับยายที่เชียงใหม่  
**สุขภาพกาย:** เป็นโรคกระเพาะจากการรับประทานอาหารไม่เป็นเวลาและเป็นอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพ  
**สุขภาพจิต:** ความเครียดสูงจากการะงานหนักและหนี้สินครอบครัว  
**คุณค่าที่ยึดถือ:** ความมั่นคงในชีวิต ครอบครัว



### แอนดรูว์ (57)

เพศ: ชาย  
สัญชาติ: เบลเยียม  
ที่อยู่: กูเกิต  
อาชีพ: ผู้บริหารบริษัทด้านการขนส่งสินค้าประจำประเทศไทย  
รายได้: สูง

**ครอบครัว:** อาศัยอยู่กับภรรยาที่ย้ายมาอยู่ไทยด้วยกัน แต่ไม่มีลูก  
**สุขภาพกาย:** แข็งแรง รักการออกกำลังกาย มีอาการไม่สบายบ้างบางครั้ง  
**สุขภาพจิต:** มีภาวะวิตกกังวลจากวิกฤตวัยกลางคนและเรื่องสุขภาพ  
**คุณค่าที่ยึดถือ:** ความสุข ความสบายใจ การดำเนินชีวิตให้มีสุขภาพที่ดี



### สม (72)

เพศ: ชาย  
สัญชาติ: ไทย  
ที่อยู่: นครราชสีมา  
อาชีพ: เจ้าของค่ายมวย (อดีตนักมวยชื่อดัง)  
รายได้: ปานกลางค่อนข้างสูง

**ครอบครัว:** อาศัยกับลูกและหลาน ภรรยาเสียชีวิตไปเมื่อ 2 ปีที่แล้ว  
**สุขภาพกาย:** มีปัญหาข้อเข่าเสื่อมจากอายุที่เพิ่มขึ้น  
**สุขภาพจิต:** มีปัญหาด้านอารมณ์และความจำ  
**คุณค่าที่ยึดถือ:** ความมั่นคงทางการเงิน ความสงสัยใคร่รู้ ความซื่อสัตย์ในชีวิต

# Guide to Action

## ข้อเสนอต่อการปฏิบัติ



### Public sector ภาครัฐ

- จัดให้ประเด็นด้านสุขภาพและสุขภาวะเป็นความสำคัญลำดับต้นของกฎหมายและนโยบายการปฏิบัติของทุกภาคส่วน เพื่อนำไปสู่การขับเคลื่อนประเทศที่พึงประสงค์
- ให้ความสำคัญการคุ้มครองสุขภาพของประชาชนผ่านการบังคับใช้กฎหมายที่เกี่ยวข้องอย่างเข้มงวด
- ส่งเสริมและสนับสนุนการออกแบบระบบโครงสร้างพื้นฐานของประเทศและพื้นที่ชุมชนเพื่อสุขภาพและสุขภาวะที่ดี
- ปรับงบประมาณและการจัดสรรทรัพยากรของประเทศให้สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพและสุขภาวะที่มีความเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง เพิ่มจำนวนและพัฒนาคุณภาพบุคลากรด้านสุขภาพในหลายระดับ เน้นการกระจายบุคลากรไปยังส่วนภูมิภาค และรักษาบุคลากรที่มีคุณภาพให้คงอยู่ในระบบสาธารณสุข
- ผลักดันให้เกิดธุรกิจด้านสุขภาพและสุขภาวะในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ และส่งเสริมให้เกิดระบบนิเวศเทคโนโลยีด้านสุขภาพ เช่น กลไกการให้ทุน การลดหย่อนภาษี เงินอุดหนุน เป็นต้น
- พัฒนานวัตกรรมบริการสุขภาพให้ทันสมัยและเข้าถึงได้อย่างเสมอภาค โดยอาศัยงานวิจัยและนวัตกรรมทางการแพทย์ที่มีความแม่นยำสูงและจำเพาะเจาะจง
- ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในการสร้างสุขภาพและสุขภาวะที่ดี กระตุ้นให้ทุกคนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อสร้างพฤติกรรมสุขภาพที่ดี

### Private sector ภาคเอกชน

- พัฒนาผลิตภัณฑ์และบริการเพื่อตอบสนองความต้องการของตลาดในปัจจุบันและอนาคตเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสุขภาวะที่ดีของผู้บริโภค
- ลงทุนในธุรกิจเงินร่วมลงทุนและสนับสนุนนวัตกรรมทางการแพทย์และวิทยาศาสตร์เริ่มต้นที่มีแนวโน้มเติบโตเพื่อบริณาการการเติบโตทางธุรกิจและกิจการเพื่อสังคม
- ส่งเสริมความร่วมมือและร่วมลงทุนกับผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในโครงการที่มีแนวโน้มเติบโต โดยเน้นถึงโอกาสในการผลักดันสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของคนในชุมชนท้องถิ่น
- สนับสนุนโครงการสุขภาพเชิงป้องกันในการลดการลดและโครงการกิจกรรมเพื่อสังคม ซึ่งสอดคล้องกับวิสัยทัศน์และโครงสร้างการดำเนินงานขององค์กร
- ลำดับความสำคัญของโอกาสและความเสี่ยง เพื่อจัดสรรทรัพยากรเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสุขภาวะของพนักงานในองค์กร
- ส่งเสริมแนวทางการปฏิบัติและพฤติกรรมที่ดีต่อสุขภาพและสุขภาวะให้กับพนักงานในองค์กร โดยอ้างอิงจากหลักฐานเชิงประจักษ์ทางการแพทย์และวิทยาศาสตร์

### Community ชุมชน

- พัฒนามาตรการระดับชุมชนในการส่งเสริมและป้องกันด้านสุขภาพที่เหมาะสม กับคนทุกเพศทุกวัย และเหมาะสมกับบริบทในชุมชน ผลักดันการยกระดับ การส่งเสริมสุขภาพที่ดีให้เข้ากับอัตลักษณ์ของแต่ละชุมชน
- จัดสรรทรัพยากรและพื้นที่ส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้บริการผู้คนในชุมชนอย่างเท่าเทียมและทั่วถึง ร่วมมือกับผู้ให้บริการด้านสุขภาพในพื้นที่เพื่อสนับสนุนการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพในชุมชน
- สร้างความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพโดยผู้นำชุมชน เพื่อป้องกันและบริหารจัดการวิกฤติสุขภาพที่เกิดขึ้นในพื้นที่ในปัจจุบันและอนาคตอย่างเหมาะสม สร้างกลไกการติดตามและการจัดการปัญหาอย่างต่อเนื่อง
- สนับสนุนให้เกิดกลุ่มอาสาสมัคร นักกิจกรรม และนักขับเคลื่อนที่ช่วยพัฒนารณรงค์ สร้างความตระหนักรู้ในการดูแลสุขภาพของสมาชิกในชุมชน และดำเนินกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนในชุมชนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันมากขึ้น โดยบูรณาการ การดำเนินงานกับผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในพื้นที่
- ส่งเสริมชุมชนให้มีการใช้งานเทคโนโลยีและนวัตกรรมด้านสุขภาพให้ทันสมัยมากขึ้น ส่งเสริมการสร้างความรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัลและความตระหนักรู้ด้านความปลอดภัยของข้อมูลสุขภาพส่วนบุคคลให้แก่ผู้คนในชุมชน
- สร้างทัศนคติเชิงบวกและเคารพความหลากหลายของผู้คนในชุมชน ไม้ิ่งเฉยต่อการตีตราและเลือกปฏิบัติต่อผู้มีความบกพร่องทางสุขภาพ สร้างค่านิยมและกิจกรรมส่งเสริมให้คนในชุมชนสามารถเติมเต็มความต้องการภายใน และสร้างสุขภาวะที่ดีได้ด้วยตนเอง

### Citizen ประชาชน

- พัฒนาความรู้ด้านสุขภาพและสุขภาวะของตนเองอย่างต่อเนื่อง เรียนรู้เพื่อประเมินข้อมูลด้านสุขภาพและสุขภาวะอย่างมีวิจารณญาณ โดยอ้างอิงจากข้อมูลเชิงประจักษ์และปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ
- ทดลองใช้งานบริการสุขภาพสมัยใหม่ สร้างความคุ้นเคยกับอุปกรณ์และเทคโนโลยีเพื่อดูแลสุขภาพและสุขภาวะของตนเอง
- ฝึกฝนการดูแลตนเองให้เป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรประจำวัน จัดลำดับความสำคัญของการพักผ่อน จัดตารางเวลาและทรัพยากรเพื่อดูแลสุขภาพกาย และสุขภาพจิตของตนเองและคนรอบข้าง



**United  
Nations**

Department of  
Economic and  
Social Affairs

A low-angle, upward-looking photograph of a modern skyscraper with a glass facade, set against a bright blue sky filled with scattered white clouds. The building's lines converge towards the top of the frame, creating a sense of height and scale. The text 'Thank you.' is overlaid in the lower-left quadrant of the image.

**Thank you.**