

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้น การดำเนินงาน)

ชื่อโครงการ อบรมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองรี อำเภอสติงพระ จังหวัดสงขลา ปีงบประมาณ 2564

1.ผลการดำเนินงาน

จากการดำเนินการตรวจคัดกรองประชากร 35 ปีขึ้นไปได้รับการคัดกรองความเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน อำเภอสติงพระ ตำบลคลองรี เขตสุขภาพที่ 12 จังหวัดสงขลา ประจำปี 2564 ใช้วิธี Dextrostix (DTX) การเจาะหาระดับน้ำตาลในเลือดที่โดยเจาะจากเส้นเลือดฝอยที่ปลายนิ้ว เป็นวิธีการตรวจหาระดับน้ำตาลในเลือดที่ปลายนิ้ว โดยจำนวนนับปริมาณของกลูโคสในเลือดนั้นจะวัดกันด้วย น้ำหนักของกลูโคสเป็นมิลลิกรัมต่อน้ำตาล 1 เดซิลิตร (mg/dL) โดยธรรมชาติแล้วร่างกายมนุษย์จะควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดอย่างเข้มงวดซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการรักษาสมดุลของร่างกาย (homeostasis) กลูโคสเป็นแหล่งพลังงานแห่งแรกสำหรับเซลล์ของร่างกายส่วนไขมันในเลือดในรูปของไขมันและน้ำมันเป็นแหล่งสะสมพลังงานของร่างกายกลูโคสจะถูกทำลายเสี่ยงจากลำไส้หรือตับไปยังเซลล์ของร่างกายโดยกระแสเลือดจะถูกทำให้เหมาะสมสำหรับการดูดซึมของเซลล์โดยฮอร์โมนอินซูลินซึ่งถูกผลิตขึ้นที่ตับอ่อน DTX ในกรณีตรวจคัดกรองโรคเบาหวานเท่านั้นห้ามนำมาใช้เพื่อการวินิจฉัยโรคเบาหวานซึ่งผู้ถูกตรวจต้องปฏิบัติตามนี้คือ

- 1) ต้องงดน้ำงดอาหารอย่างน้อย 8 ชั่วโมง (คนปกติ น้ำตาลจากสารอาหารที่เรากินเข้าไปอยู่ในกระแสเลือด 8 ชั่วโมงแล้วจะจึงถูกดึงไปใช้เป็นพลังงาน)
- 2) ดื่มน้ำเปล่าได้
- 3) ไม่เคี้ยวหมากฝรั่งหรืออมลูกอม

ขั้นตอนการตรวจ

1. ล้างมือให้สะอาดและเช็ดให้แห้ง เพื่อความปลอดภัยผู้ปฏิบัติงานต้องสวมถุงมือเมื่อปฏิบัติงานทุกครั้ง เพิ่มการไหลเวียนเลือด โดยห้อยแขนข้างที่จะเจาะลงประมาณ 10-15 วินาที หรือนวดคลึงปลายนิ้วที่จะเจาะ
2. เปลี่ยนอุปกรณ์เจาะเลือดชุดใหม่ต่อหน้าผู้รับบริการต่อราย เลือกใช้เข็มชนิดใช้แล้วทิ้งและสามารถควบคุมความรู้สึกของการเจาะได้กรณีเป็นปากกาเจาะเลือด ต้องเลือกใช้ชนิดที่ไม่เป็นอันตรายระหว่างเลือดที่ติดที่เข็มกับปากกา นวดคลึงปลายนิ้วที่จะทำการเจาะเพื่อให้เลือดไหลเวียนดีขึ้น
3. ใช้สำลีชุบ 70% alcohol เช็ดบริเวณผิวหนังที่ปลายนิ้วที่จะเจาะและรอให้แห้ง

4. ใช้อุปกรณ์เจาะเลือด โดยพิจารณาตำแหน่งที่เจาะเลือดปลายนิ้ว การเจาะเลือดจากเส้นเลือดฝอยที่ปลายนิ้วก็ได้ นิ้วไหนก็ได้ ตามข้อมูลองค์การอนามัยโลกได้แนะนำให้เจาะที่นิ้วกลาง และนิ้วนาง เพราะนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้หนาไป นิ้วก็อวบบางไป และเนื่องจากปลายประสาทที่นิ้วกลางมีน้อยกว่าบริเวณอื่น ๆ การรับรู้การเจ็บปวดจึงน้อยกว่านิ้วอื่น

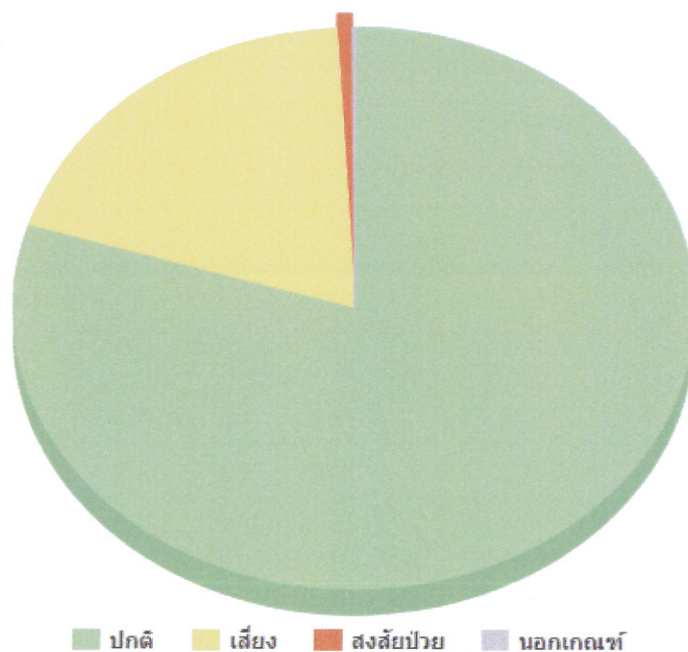
การแปลผลตรวจน้ำตาลโดยอดอาหาร

- ปกติ หมายถึง ระดับน้ำตาล ≥ 70 ถึง ≤ 100 mg%
- เสี่ยง หมายถึง ระดับน้ำตาล > 100 ถึง ≤ 125 mg%
- สงสัยป่วย หมายถึง ระดับน้ำตาล > 125 mg%

การแปลผลตรวจน้ำตาลโดยไม่อดอาหาร

- ปกติ หมายถึง ระดับน้ำตาล ≥ 70 ถึง ≤ 140 mg%
- เสี่ยง หมายถึง ระดับน้ำตาล > 140 ถึง ≤ 200 mg%
- สงสัยป่วย หมายถึง ระดับน้ำตาล > 200 mg%

ผลการคัดกรองประชากร 35 ปีขึ้นไปได้รับการคัดกรองความเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน อำเภอสิงหนคร ตำบลคลองรี ประจำปีงบประมาณ 2564 ประชากรทั้งหมดกลุ่มเป้าหมาย 1,434 คน คัดกรองได้ 1,374 คน คิดเป็นร้อยละ 95.82 พบว่า ปกติร้อยละ 79.77 กลุ่มเสี่ยง 19.29 กลุ่มสงสัยป่วย 0.73



หมู่บ้าน	เป้าหมาย	คัดกรอง	ร้อยละ	ผลการคัดกรอง								
				ปกติ	ร้อยละ	เสี่ยง	ร้อยละ	สงสัยป่วย	ร้อยละ	นอกเกณฑ์	ร้อยละ	
01 ท่าโพธิ์	129	122	94.57	87	71.31	34	27.87	1	0.82	0	0.00	
02 โพธิ์ใหม่	147	144	97.96	102	70.83	38	26.39	4	2.78	0	0.00	
03 จาก	166	165	99.40	155	93.94	10	6.06	0	0.00	0	0.00	
04 จาก	109	102	93.58	52	50.98	47	46.08	3	2.94	0	0.00	
05 คลองรี	155	150	96.77	147	98.00	3	2.00	0	0.00	0	0.00	
06 คลองโพธิ์	154	147	95.45	101	68.71	44	29.93	0	0.00	2	1.36	
07 ถีน	212	211	99.53	190	90.05	19	9.00	1	0.47	1	0.47	
08 ท่าคุระ	129	120	93.02	98	81.67	21	17.50	1	0.83	0	0.00	
09 ท่าคุระ	233	213	91.42	164	77.00	49	23.00	0	0.00	0	0.00	
รวม	1,434	1,374	95.82	1,096	79.77	265	19.29	10	0.73	3	0.22	

1. จัดทำทะเบียนกลุ่มเสี่ยง ทั้ง 256 คน คิดเป็นร้อยละ 19.29
2. คัดเลือกเป้าหมายทั้งหมด 15 คน ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงที่มีระดับน้ำตาลตั้งแต่ > 100 ถึง <= 125 mg% และเงื่อนไขอื่นในการคัดเลือก โดยคำนึงถึงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

ตรวจร่างกายก่อนเข้าร่วมโครงการ

- ตรวจน้ำตาลปลายนิ้ว พบว่า
- วัดความดันโลหิต
- ชั่งน้ำหนัก
- วัดรอบเอว
- ตรวจสอบการฉีดวัคซีนโควิดของผู้เข้าร่วม

3. กิจกรรมจัดอบรมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย

- ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน โดยนางเพ็ญศรี โภชนกิจ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ มีหัวข้อในการบรรยายเรื่อง ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน อาหารแลกเปลี่ยนสำหรับกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน สาริตการคำนวณปริมาณสารอาหาร

- เรื่อง หลักการดูแลสุขภาพ 3 อ ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย โดยคุณณัฐา ศรีอ่อน แพทย์แผนไทย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลชิ่งโค อำเภอสิงหนคร

อ : ตำรับอาหารเป็นยาสมุนไพร/สมุนไพรที่ช่วยลดระดับน้ำตาล

อ : อารมณ์ กิจกรรมการทำสมาธิบำบัด

อ : ออกกำลังกาย การออกกำลังกายด้วยท่ามณีเวช

- ให้ความรู้เรื่องเรื่อง การดูแลสุขภาพด้วยหลัก 2 ส โดย คุณอัยดา รอดรวยริน เจ้าหน้าที่งานสาธารณสุขปฏิบัติงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองรี

๑. การติดตามผลการอบรมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย ๑ เดือน และ ๓ เดือน

ระดับน้ำตาลในเลือด ใช้วิธี DEXTROSTIX (DTX) การเจาะหาระดับน้ำตาลในเลือดโดยเจาะเลือดปลายนิ้ว

	ก่อนเข้าร่วมโครงการ	ติดตาม 1 เดือน	ติดตาม 3 เดือน	การแปลผล
1	115	108	100	เสี่ยง
2	110	102	98	ปกติ
3	126	126	116	เสี่ยง
4	106	98	97	ปกติ
5	120	109	97	ปกติ
6	115	102	98	ปกติ
7	100	95	90	ปกติ
8	110	108	100	เสี่ยง
9	100	97	98	ปกติ
10	166	150	140	ส่งพบแพทย์
11	190	190	ส่งพบแพทย์	ส่งพบแพทย์
12	150	144	137	เสี่ยง
13	120	120	110	เสี่ยง
14	118	110	100	เสี่ยง
15	105	100	97	ปกติ

ผลของตัวชี้วัด

ตัวชี้วัด : ร้อยละ ๓๐ ของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

ผลของตัวชี้วัด : ร้อยละ ๔๖.๖๖ ของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ๑๕ คน

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ๑๔,๔๔๐..... บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง๑๔,๔๔๐..... บาท คิดเป็นร้อยละ๑๐๐.....

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ บาท คิดเป็นร้อยละ

๔. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

- สถานการณ์โรคระบาด COVID-19 ทำให้การจัดกิจกรรมล่าช้ากว่าแผนที่กำหนด

๕. ปัจจัยที่ทำให้โครงการบรรลุผลสำเร็จ/ข้อเสนอแนะ/แนวทางแก้ไข/ปรับปรุง

- การดำเนินงานโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองรี อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา ปีงบประมาณ ๒๕๖๔ ได้รับความร่วมมือจากเครือข่ายสุขภาพ และกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลคลองรี

ผู้รายงาน **กมลรัตน์ รุ่ยช่วย**
(นางสาวกมลรัตน์ รุ่ยช่วย)
ตำแหน่ง แพทย์แผนไทย
๑ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๔

ภาพกิจกรรม

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองรี อำเภอสิงหนคร จังหวัดสงขลา ปีงบประมาณ 2564















เมนูอาหารสาธิต



ติดตามกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โดยอสม.

