

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับตำบลท่าเรือ

รหัสโครงการ	61 - Lxxxx -X-99 ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดเสียง ลดโรค ด้วย 3อ 2ส.
ชื่อกองทุน	
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	<input checked="" type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา <input type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร..... <u>รพ.สต. มัดน 111-ภักดี</u> กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1..... 2..... 3..... 4..... 5.....
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่..1..เดือน..มกราคม...พ.ศ...2564.. ถึง วันที่ 31 เดือน สิงหาคม...พ.ศ...2564...
งบประมาณ	จำนวน..9,920...บาท (เก้าพันเก้าร้อยยี่สิบบาทถ้วน) หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้
<b>หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)</b> การเสริมสร้างสุขภาพที่ดีและสร้างโอกาสสำหรับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมให้กับประชาชนทุกกลุ่ม จะช่วยทำให้กลุ่มป่วยสามารถดูแลตนเองได้เป็นอย่างดี กลุ่มปกติและกลุ่มเสี่ยงมีความตระหนักและใช้ประสบการณ์ของผู้ป่วยคนอื่น ๆ ในชุมชน เป็นตัวอย่างและปรับใช้ในการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดโรคก่อนวัยอันควร ทั้งนี้การสร้างโอกาสดังกล่าวจึงจำเป็นต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน การใช้แนวทางที่เหมาะสมกับบริบทพื้นที่ โดยเฉพาะการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นในชุมชนด้วยตนเอง ซึ่งอาจต้องรณรงค์ให้ประชาชนปฏิบัติตัวให้ถูกต้อง โดยใช้หลัก 3อ. 2ส. เช่น ลดอาหารที่มีรสหวาน มัน เค็ม รับประทาน	

ผักผลไม้มากขึ้น ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ หมั่นทำจิตใจให้สงบ ลด ละ เลิกบุหรี่และสุรา รวมถึงการเปิดโอกาสในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ทั้งผู้ป่วย กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มปกติอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดกระบวนการดูแลสุขภาพที่เหมาะสม สอดคล้องกันไปอย่างต่อเนื่อง

จากการคัดกรองโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในเขตรับผิดชอบของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้ ตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล เมื่อปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ประชากรกลุ่มอายุ 35 ปีขึ้นไป ปี 2563 รับการคัดกรองความดันโลหิตสูง 596 คน พบเสี่ยง (ระดับความดันโลหิต SBP130 - 139 mmHg หรือ DBP 85 - 89 mmHg) จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 7.38 ของกลุ่มที่ได้รับการคัดกรอง พบเสี่ยงสูง (ระดับความดันโลหิต SBP $\geq$ 140 mmHg หรือ DBP  $\geq$ 90 mmHg) จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 4.36 ของกลุ่มที่ได้รับการคัดกรอง และรับการคัดกรองโรคเบาหวาน 744 คน พบเสี่ยง (ระดับน้ำตาลในเลือด 101 - 125 mg/dl) จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 3.23 ของกลุ่มที่ได้รับการคัดกรอง พบเสี่ยงสูง (ระดับน้ำตาลในเลือด มากกว่า 125 mg/dl) จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 0.67 ของกลุ่มที่ได้รับการคัดกรอง จากข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายของประชาชน อายุ 15 ปีขึ้นไป ในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแปะ-ระใต้ พบว่าประชาชนมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสม ชอบ รสหวาน มัน เค็ม และขาดการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง จึงต้องมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของกลุ่มเสี่ยงดังกล่าวโดยการออกกำลังกายและรับประทานอาหารที่ไม่เสี่ยงต่อสุขภาพ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้ ได้ตระหนักถึงการเปิดโอกาสในการสร้างสุขภาวะของประชาชนในทุกกลุ่มเป้าหมาย จึงได้จัดทำโครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดโรค 3อ. 2ส. ปีงบประมาณ 2564 โดยดำเนินการในหมู่ที่ 4 บ้านแปะ-ระใต้ ตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล โดยมีเป้าหมายที่สำคัญ คือการสร้างสุขภาพที่ดีให้กับประชาชนทุกกลุ่ม เปิดโอกาสแลกเปลี่ยนวิถีด้านสุขภาวะและพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ และปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ลดปัญหาค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพในระยะยาวและพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค ส่งผลต่อการมีสุขภาพดีถ้วนหน้าอย่างยั่งยืนต่อไป

#### วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

##### 1. ชั้นเตรียมการ

- 1.1 ประชุมชี้แจงผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อวางแผนการจัดทำโครงการ และรูปแบบการจัดกิจกรรม
- 1.2 เสนอแผนงาน/โครงการต่อคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ เพื่อขออนุมัติงบประมาณ

##### 2. ชั้นดำเนินงาน

- 2.1 สร้างทีมงานแต่งตั้งคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดเสี่ยงลดโรค
- 2.2 จัดประชุมคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยน ฯ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และกิจกรรมแนวทางการดำเนินงานโครงการเพื่อวางแผนการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ
- 2.3 คัดเลือกกลุ่มเสี่ยง ฯ เพื่อเชิญเข้าร่วมโครงการ จำนวน 45 คน
- 2.4 จัดทำทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการและเครือข่ายสุขภาพระดับหมู่บ้าน
- 2.5 จัดอบรมให้ความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 3อ. 2ส. แก่กลุ่มที่เข้าร่วมโครงการ

##### 1. โรคความดันโลหิตสูง

- สาเหตุ อาการของโรคความดันโลหิตสูง
- ภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูง
- แนวทางการป้องกันและรักษาโรคความดันโลหิตสูง

##### 2. โรคเบาหวาน

- สาเหตุ อาการของโรคเบาหวาน
- ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน
- แนวทางการป้องกันและรักษาโรคเบาหวาน

##### 3. ความรู้เรื่อง 3อ 2ส ซึ่งมีกิจกรรมดังนี้

- อ.อาหารเพื่อสุขภาพ รับประทานอาหารอย่างไรไม่ให้ป่วย
- อ.ออกกำลังกายอย่างไรให้เหมาะสมกับวัย เพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรง
- อ.อารมณ์ ผักสมานใจเพื่อให้มีสุขภาพจิตที่ดี
- ส.บุหรี่ และ ส.สุรา รู้จักโทษของบุหรี่และสุราที่เป็นภัยเงียบส่งผลต่อสุขภาพอย่างไร



<p><b>4. จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย</b></p> <p>2.6 ประเมินผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรค โดยใช้แบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ ก่อนและหลังการอบรมให้ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ</p> <p>2.7 ส่งเสริมให้ครัวเรือนปลูกผักปลอดสารพิษไว้รับประทานเอง</p> <p>2.8 จัดประชุมคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนฯ เพื่อชี้แจงผลการดำเนินงาน และคัดเลือกบุคคลต้นแบบสุขภาพดี</p> <p>2.9 จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ</p> <p>2.10 มอบเกียรติบัตร “บุคคลต้นแบบสุขภาพดี” จำนวน 5 คน</p> <p>2.11 ส่งเสริมการออกกำลังกายในชุมชน โดยเริ่มจากการแกว่งแขน ลดพุง ลดโรค อย่างน้อยวันละ 30 นาที 3 - 5 วัน/สัปดาห์</p> <p><b>3. ขันติติดตามและประเมินผล</b></p> <p>3.1 ติดตาม ประเมินผลและรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการ</p>
---

<p><b>ผลที่คาดว่าจะได้รับ</b></p> <p>1. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนฯ มีความรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม</p> <p>2. บ้านแปะ-ระใต้ หมู่ที่ 4 ตำบลท่าเรือ เป็นหมู่บ้านต้นแบบที่ประชาชนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกายสม่ำเสมออย่างน้อย 30 นาที 3 - 5 วัน/สัปดาห์ ลดอาหารประเภทไขมัน โซเดียมและอาหารรสหวาน และเพิ่มการกินผัก ผลไม้สด เพิ่มขึ้น ร้อยละ 5</p> <p>3. ภาศิเครือข่ายและประชาชนทั่วไปมีส่วนร่วมในการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค มีความตระหนักในการดูแลสุขภาพ และเกิดกระแสสุขภาพในชุมชนอย่างต่อเนื่อง</p>
--

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<p><b>วัตถุประสงค์</b></p> <p>1. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพลดโรคด้วย 3อ. 2ส. อย่างถูกต้องและเหมาะสม</p>	<p>ตัวชี้วัด</p> <p>- ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้เพิ่มขึ้น ร้อยละ 50</p>
<p>2. เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเป้าหมายเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกายสม่ำเสมออย่างน้อย 30 นาที 3 - 5 วัน/สัปดาห์ ลดอาหารประเภทไขมัน โซเดียม และอาหารรสหวาน และเพิ่มการกินผัก ผลไม้สด</p>	<p>- กลุ่มเป้าหมายมีการออกกำลังกาย อย่างน้อย 30 นาที 3 - 5 วัน/สัปดาห์</p> <p>- กลุ่มเป้าหมายลดการกินอาหารประเภทไขมัน โซเดียมและอาหารรสหวาน ร้อยละ 5</p>
<p>3. เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมของภาศิเครือข่ายและประชาชนในการพัฒนาหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรค</p>	<p>- ประชาชนมีความตระหนักและมีส่วนร่วมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม</p>

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย(ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)**

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1. ประชุมชี้แจงผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อวางแผนการจัดทำโครงการและรูปแบบการจัดกิจกรรม		มกราคม 2563
2. เสนอแผนงาน/โครงการต่อคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ เพื่อขออนุมัติงบประมาณ		มกราคม - กุมภาพันธ์ 2564
3. สร้างทีมงานแต่งตั้งคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดเสี่ยงลดโรค		กุมภาพันธ์ 2564
4. จัดประชุมคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนฯ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และกิจกรรมแนวทางการดำเนินงานโครงการเพื่อวางแผนการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ		กุมภาพันธ์ 2564
5. คัดเลือกกลุ่มเสี่ยงฯ เพื่อเชิญเข้าร่วมโครงการ		กุมภาพันธ์ 2564



ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
6. จัดทำทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการและเครือข่ายสุขภาพระดับหมู่บ้าน		กุมภาพันธ์ 2564
7. จัดอบรมให้ความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 3อ. 2ส. แก่กลุ่มเป้าหมาย		มีนาคม 2564
7.1 ประเมินสุขภาพเบื้องต้น ได้แก่ น้ำหนัก, ส่วนสูง, ค่า BMI, ความดันโลหิต, น้ำตาลในเลือดและรอบเอว		มีนาคม - พฤษภาคม 2564 09.00 น. - 09.40 น.
7.2 ทำแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ 3อ. 2ส. ก่อนการอบรม	- ค่าวัสดุ อุปกรณ์ในโครงการ * ค่าจัดทำแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ 3อ 2ส. ก่อน-หลัง จำนวน 90 ชุด ๆ ละ 3 บาท เป็นเงิน 270.- บาท (2 ครั้ง) * ปากกา 45 ด้าม ๆ ละ 5 บาท เป็นเงิน 225.- บาท	มีนาคม - พฤษภาคม 2564 09.40 น. - 10.20 น.
7.3 จัดกิจกรรมตามโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยอบรมบรรยายในหัวข้อ ดังนี้ <b>1. โรคความดันโลหิตสูง</b> - สาเหตุ อาการของโรคความดันโลหิตสูง - ภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูง - แนวทางการป้องกันและรักษาโรคความดันโลหิตสูง <b>2. โรคเบาหวาน</b> - สาเหตุ อาการของโรคเบาหวาน - ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน - แนวทางการป้องกันและรักษาโรคเบาหวาน	- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 45 คนๆ ละ 50 บาท เป็นเงิน 2,250.- บาท - อาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 45 คนๆ ละ 25 บาท x 2 มื้อ (เช้า, บ่าย) เป็นเงิน 2,250.-บาท - ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน 1 คน จำนวน 4 ชั่วโมง ๆ ละ 600 บาท เป็นเงิน 2,400.- บาท	มีนาคม - พฤษภาคม 2564 10.40 น. - 12.00 น. 13.00 น. - 15.40 น.
<b>3. ความรู้เรื่อง 3อ2ส. ซึ่งมีกิจกรรมดังนี้</b> - อ.อาหารเพื่อสุขภาพ รับประทานอาหารอย่างไรไม่ให้ป่วย - อ.ออกกำลังกายอย่างไรให้เหมาะสมกับวัย เพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรง - อ.อารมณ์ ฝึกสมาธิเพื่อให้มีสุขภาพจิตที่ดี - ส.บุหรี่ และ ส.สุรา รู้จักโทษของบุหรี่และสุราที่เป็นภัยเงียบส่งผลต่อสุขภาพอย่างไร <b>4. กิจกรรมการออกกำลังกาย</b>	- ค่าป้ายไวนิลในโครงการ ขนาด 1 x 3 เมตร จำนวน 1 ผืน ๆ ละ 450.- บาท เป็นเงิน 450.-บาท - ค่าป้ายไวนิลประชาสัมพันธ์ ใสใจ ๓๐. บอกลา ๒ส. ลดเสี่ยงภัย NCDs, รู้ทัน ๓ ตัวร้าย เสี่ยง NCDs ขนาด 1 x 3 เมตร จำนวน 4 ผืน ๆ ละ 450 บาท เป็นเงิน 1,800.- บาท	
7.4 ทำแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพหลังการอบรม		15.50 น. - 16.30 น.
8. ทำแบบประเมินด้านพฤติกรรมสุขภาพหลังการอบรม 8.1 ครั้งที่ 1 8.2 ครั้งที่ 2 8.3 ครั้งที่ 3	ค่าเอกสารคัดเลือกบุคคลต้นแบบ จำนวน 45 ชุด ๆ ละ 5 บาท เป็นเงิน 225.- บาท	มีนาคม 2564 เมษายน 2564 พฤษภาคม 2564
9. จัดประชุมคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนฯ เพื่อชี้แจงผลการดำเนินงานและคัดเลือกบุคคลต้นแบบสุขภาพดี		มิถุนายน - กรกฎาคม 2564
10. จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ		มิถุนายน - กรกฎาคม 2564
11. มอบเกียรติบัตร “บุคคลต้นแบบสุขภาพดี”	- ค่าเกียรติบัตรบุคคลต้นแบบสุขภาพดี จำนวน 5 รางวัล เป็นเงิน 50.-บาท	มิถุนายน - กรกฎาคม 2564

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
12. ส่งเสริมการออกกำลังกายในชุมชน โดยเริ่มจากการแกว่งแขน ลดพุง ลดโรค อย่างน้อยวันละ 30 นาที 3 – 5 วัน/สัปดาห์		มกราคม - กรกฎาคม 2564
13. ติดตาม ประเมินผลและรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการ		กรกฎาคม - สิงหาคม 2564
รวมเป็นเงิน 9,920.-บาท (เก้าพันเก้าร้อยยี่สิบบาทถ้วน) หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้		

## 7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)  
ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....

- 7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.  
 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล  
 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.  
 7.1.4 หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน  
 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

- 7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]  
 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]  
 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]  
 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]  
 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....  
 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....  
 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....  
 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....  
 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....  
 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....  
 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....  
 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....40 คน.....  
 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด  
 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ  
 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง  
 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด  
 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้  
 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



- 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
  - 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
  - 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครภไม่พร้อม
  - 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
  - 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครภไม่พร้อม
  - 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
  - 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

- 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
  - 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
  - 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
  - 7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ.....<sup>๐</sup> วนิดา.....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(...นางสาววนิดา โตะสะเทรัมย์...)

ตำแหน่ง...นักวิชาการสาธารณสุข (ทันตสาธารณสุข)...

วันที่-เดือน-พ.ศ. ....