



แบบเสนอโครงการ

แบบเสนอของงบประมาณสนับสนุนกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลศรีสองรัก ประจำปี 2564
เรื่อง ขอเสนอโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ทต.ศรีสองรัก
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลศรีสองรัก

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม รพร.ด่านซ้าย มีความประสงค์จะทำโครงการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง เทศบาลตำบลศรีสองรักในปีงบประมาณ 2564 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลศรีสองรัก เป็นเงิน 68,000 บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดโครง การหลักการและเหตุผล

1. หลักการและเหตุผล

จากการตรวจคัดกรองความเสี่ยงโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ในกลุ่มประชาชนอายุ 35 ขึ้นไป ในปี 2563 ในเขตเทศบาลตำบลศรีสองรักพบว่า มีกลุ่มเสี่ยงสูงต่อการเป็นโรคเบาหวาน คิดเป็นร้อยละ 21.62 และกลุ่มสงสัยผู้ป่วยรายใหม่ต่อโรคเบาหวานคิดเป็นร้อยละ 3.18 และมีกลุ่มเสี่ยงสูงต่อการเป็นโรคความดันโลหิตสูงคิดเป็นร้อยละ 49.06 กลุ่มสงสัยผู้ป่วยรายใหม่ต่อโรคความดันโลหิตสูง คิดเป็นร้อยละ 26.42 รวมทั้งมีอัตราการเกิดผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยงเบาหวานคิดเป็นร้อยละ 4.91 อัตราการเกิดผู้ป่วยความดันโลหิตสูงจากกลุ่มเสี่ยง คิดเป็นร้อยละ 2.18 จากการดำเนินโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของกลุ่มงานบริการปฐมภูมิและองค์รวม ร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ช่วยชะลอการเกิดผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยง

ดังนั้น เจ้าหน้าที่กลุ่มงานบริการปฐมภูมิและองค์รวม รพร.ด่านซ้าย ร่วมกับ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) จึงได้จัดทำโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงขึ้น เพื่อทบทวนความรู้ สร้างแรงจูงใจ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อชะลอหรือลดการเกิดโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงในกลุ่มเสี่ยงสูง กลุ่มสงสัยรายใหม่ต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง รวมทั้งกลุ่มแม่บ้านที่มีความสนใจในการดูแลสุขภาพของคนในครอบครัวเรื่องการเลือกซื้ออาหาร การบริโภคอาหาร

2. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด/กลุ่มเป้าหมาย

2.1 วัตถุประสงค์

- 2.1.1 เพื่อลดกลุ่มเสี่ยงสูงและสงสัยรายใหม่โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 2.1.2 เพื่อติดตามเฝ้าระวังกลุ่มสงสัยรายใหม่ความดันโลหิตสูงที่บ้าน
- 2.1.3 เพื่อติดตามเฝ้าระวังกลุ่มสงสัยรายใหม่เบาหวาน

2.2. ตัวชี้วัด

- 2.2.1 กลุ่มเสี่ยงสูงและสงสัยรายใหม่โรคเบาหวานลดลงร้อยละ 1
- 2.2.2 กลุ่มเสี่ยงสูงและสงสัยรายใหม่โรคความดันโลหิตสูง ลดลงร้อยละ 1
- 2.2.3 กลุ่มสงสัยรายใหม่โรคความดันโลหิตสูงได้วัดความดันโลหิตที่บ้านมากกว่าหรือเท่ากับ ร้อยละ 65
- 2.2.4 กลุ่มสงสัยรายใหม่โรคเบาหวานคัดกรองซ้ำภายใน 3 เดือนมากกว่าหรือเท่ากับ ร้อยละ 80

2.3. กลุ่มเป้าหมาย



กท. 1 หน้า 2

ประชากรกลุ่มเสี่ยงสูงหรือสงสัยรายใหม่ที่มีอายุ 35 ขึ้นไป ที่ได้รับการคัดกรองเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หรือกลุ่มแม่บ้านที่มีความสนใจ อาศัยอยู่ในเขตตำบลเทศบาลตำบลศรีสองรัก จำนวน 550 คน โดยจัดกิจกรรมตามหมู่บ้าน 11 หมู่บ้าน ในเขตรับผิดชอบของเทศบาลตำบลศรีสองรัก

3. วิธีการดำเนินการ

1. รวบรวมเป้าหมายในแต่ละหมู่บ้านจากการคัดกรองประชาชน 35 ปี ที่มีความเสี่ยงสูงและสงสัยรายใหม่ของโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง
2. เขียนโครงการ เสนอองค์กรส่วนท้องถิ่นและเสนอ สสจ.เลย
3. ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
4. จัดเตรียมเอกสาร และเตรียมความพร้อมก่อนการดำเนินการอบรม
5. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในเรื่อง
 - 5.1 การอ่านฉลากอาหารในบรรจุภัณฑ์ต่างๆ
 - 5.2 การออกกำลังกายหรือกิจกรรมทางกายที่เหมาะสม
 - 5.3 แนะนำการประกอบอาหารเพื่อลดหวาน มัน เค็ม รวมถึงการเลือกรับประทานอาหาร
6. อสม. ประจำหมู่บ้านเฝ้าระวังด้วยการวัดความดันโลหิตสูงที่บ้านตามที่กำหนด
7. ประเมินผลการดำเนินการ

4. ระยะเวลาดำเนินการ เดือนมีนาคม 2564 - กันยายน 2564

5. สถานที่ดำเนินการ ที่ทำการบ้านผู้ใหญ่บ้าน หรือศาลากลางบ้าน หรือ วัด

6. งบประมาณ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลศรีสองรัก จำนวน 68,000 บาท

1. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 550 คนๆละ 60 บาท เป็นเงิน 33,000 บาท
2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 550 คนๆละ 2 มื้อๆละ 30 บาท เป็นเงิน 33,000 บาท
3. ค่าวัสดุในการจัดการประชุม เป็นเงิน 2,000 บาท

รวมเป็นเงิน 68,000 บาท(หกหมื่นแปดพันบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

7. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มสงสัยผู้ป่วยรายใหม่โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ลดลง
2. อัตราการเกิดโรคเบาหวานรายใหม่ลดลง
3. อัตราการเกิดโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ลดลง
4. กลุ่มสงสัยรายใหม่ความดันโลหิตสูงได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้าน
5. กลุ่มสงสัยรายใหม่เบาหวานได้รับการตรวจเบาหวานซ้ำ
6. มีแกนนำในการดูแลสุขภาพป้องกันเบาหวานและความดันโลหิตในชุมชน

8. สรุปโครงการ

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

8.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557

ข้อ 7) ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม รพ.ด่านซ้าย

8.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

8.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล



- 8.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 8.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 8.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน
- 8.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)
 - 8.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]
 - 8.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
 - 8.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]
 - 8.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
 - 8.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]
- 8.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)
 - 8.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 8.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 8.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - 8.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 8.3.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 8.3.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - 8.3.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 8.3.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 8.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก
 - 8.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 8.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 8.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 8.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 8.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 8.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)
 - 8.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 8.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์



- 8.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 8.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 8.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - 8.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 8.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 8.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 8.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 8.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 8.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 8.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 8.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 8.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 8.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 8.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 8.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 8.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 8.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง



- 8.4.6.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 8.4.6.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.6.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 8.4.6.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 8.4.6.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 8.4.6.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 8.4.6.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 8.4.6.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 8.4.6.2.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 8.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.7.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 8.4.7.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 8.4.7.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 8.4.7.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 8.4.8.6 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ  ผู้เสนอโครงการ

(นางพuthachit ดิสม)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายศักดิ์ สืบบุญการณ)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชด่านซ้าย



ตารางอบรม โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
เทศบาลตำบลศรีสองรัก

วันที่ เวลา 8.00 น. – 16.00 น.

สถานที่ ตำบลท่านซ้าย อำเภอท่านซ้าย จังหวัดเลย

เวลา	กิจกรรม / ผู้รับผิดชอบ
8.30. – 9.00 น.	- ลงทะเบียน
9.00 น. – 9.30 น.	- กิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนการเรียนรู้ “ตบมีอนับเลข” โดย พยาบาลกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
9.30 น. – 10.00 น.	- เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงและ สงสัยรายใหม่เบาหวาน ความดันโลหิตสูง - แจ้งสถานการณ์ของโรคและผลการคัดกรองปี 2563 โดย พยาบาลกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
10.00 น. -10.30 น.	- กิจกรรมแบ่งกลุ่ม ตามคัมบ้านอสม.ที่รับผิดชอบ โดย พยาบาลกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
10.30น. – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 น. -12.00 น.	- กิจกรรม Focus group - ทบทวนการดูแลตนเองเรื่อง การเลือกซื้ออาหาร การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย - สร้างความตระหนัก และแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม - หาแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมร่วมกัน โดย พยาบาลกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม, นักวิชาการสาธารณสุข , แพทย์แผนไทย
12.00 น. – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 น. – 13.30 น.	- ผ่อนพักตะหนักผู้เตรียมตัวเข้าสู่บทเรียน โดย พยาบาลกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
13.30น. – 14.30 น.	- เรียนรู้เรื่อง เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โดย พยาบาลกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
14.30 น. – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.45 น. – 15.30 น.	- คัดเลือกแกนนำในการดูแลตนเองในชุมชน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ 1 ปีที่ ผ่านมา โดยเจ้าหน้าที่กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวมที่รับผิดชอบหมู่บ้าน
15.30 น. -16.00 น.	- สอบถามข้อสงสัย และสรุปโครงการ โดย พยาบาลกลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม