

ส่วนที่ 3 แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่รับงบประมาณสนับสนุน
จากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน

1. ชื่อโครงการขยับเพื่อปรับเปลี่ยน ประจำปี 2565.....
2. วันที่ดำเนินโครงการ 5 พฤษภาคม 2565 – พฤศจิกายน 2565.....
3. จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม 50 คน
4. ประเมินผลคุณภาพกิจกรรม
 - 4 = บรรลุผลมากกว่าเป้าหมาย
 - 3 = บรรลุผลตามเป้าหมาย
 - 2 = เกือบได้ตามเป้าหมาย
 - 1 = ได้น้อยกว่าเป้าหมายมาก
 - 0 = ไม่สามารถประเมินได้

5. ผลผลิต(Output)/ ผลลัพธ์(Outcome) ที่เกิดขึ้น

ผลผลิต(Output)

..... 1.จัดการอบรมตามหลักสูตรการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 3อ.2ส. คือการรับประทานอาหารควบคุมแคลอรีสำหรับวัยทำงาน การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ การจัดการอารมณ์ และการออกกำลังกายที่เหมาะสม โดยมีการเพิ่มการออกกำลังกายให้มากขึ้น ในวันที่ 23 กันยายน 2565 ณ ศูนย์ส่งเสริมภูมิปัญญาผู้สูงอายุเทศบาลเมืองพัทลุง โดยคัดเลือกจากผู้ที่มีผลการตรวจสุขภาพ ประจำปี 2565 ที่มีค่าไขมันในเลือด ค่าน้ำตาลในเลือดสูงเกินค่ามาตรฐาน ดัชนีมวลกาย ร้อนแหว มีความเสี่ยงต่อโรค NCD จำนวน 40 คน.....

..... 2.ติดตามประเมินสุขภาพหลังเข้าร่วมการอบรม ระยะเวลาในการติดตามเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ ในเรื่อง.....

..... - การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหารลดมัน รับประทานผักเพิ่มขึ้น.....

..... - การออกกำลังกายซึ่งผู้เข้าร่วมโครงการ ระหว่างการร่วมกิจกรรมมีการบันทึกผลการออกกำลังกาย.....

ในแต่ละวัน.....

..... - ตรวจประเมินสุขภาพแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมในสัปดาห์ที่ 2 สัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 6 ตามตาราง.....

ดังนี้.....

การติดตามสัปดาห์ที่ 2 ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 40 คน มีผู้มาตรวจและประเมินสุขภาพ จำนวน 26 คน

สัปดาห์ที่	ผู้ที่เข้ารับการติดตามสุขภาพ (คน)	จำนวนผู้มีภาวะเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง (คน)	หมายเหตุ
2	26	4	ประเมินจากความดันโลหิต

การติดตามสัปดาห์ที่ 4 ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 40 คน มีผู้มาติดตามและประเมินสุขภาพ จำนวน 29 คน

สัปดาห์ที่	ผู้ที่เข้ารับการติดตามสุขภาพ (คน)	จำนวนผู้มีภาวะเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง (คน)	หมายเหตุ
4	29	4	ประเมินจากความดันโลหิต

การติดตามสัปดาห์ที่ 6 ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 40 คน มีผู้มาติดตามและประเมินสุขภาพ จำนวน 23 คน

สัปดาห์ที่	ผู้ที่เข้ารับการติดตามสุขภาพ (คน)	จำนวนผู้มีภาวะเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง (คน)	หมายเหตุ
6	23	4	ประเมินจากความดันโลหิต

ผลลัพธ์(Outcome) ที่เกิดขึ้น

1. ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสม นำความรู้ที่ได้รับมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม

2. ผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อภาวะไขมันในเลือดสูง(รายใหม่) จำนวน 14 ราย เจาะเลือดเพื่อประเมินค่าไขมันในเลือด พบว่าผลไขมันในเลือดลดลงจากการประเมินครั้งแรก จำนวน 9 ราย (ค่าไขมันในเลือดลดลงน้อยกว่า 200 มิลลิกรัม/เดซิลิตร)

3. มีผู้ผ่านการอบรมและได้รับคัดเลือกเป็นบุคคลต้นแบบ ตามเกณฑ์น้ำหนักลดลง มวลกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น มวลไขมันลดลง จำนวน 5 ราย ตามรายชื่อ ดังนี้

1. นางภรณ์ชิตา ชูแสง บุคคลต้นแบบ

2. นางสาวไพโรพนาวรรณ สังเศช บุคคลต้นแบบ

3. นายศรีรัตน์ ช่วยพิชัย บุคคลต้นแบบ

4. นางรพีภรณ์ เรืองพุด บุคคลต้นแบบ

5. นายธีระยุทธ คงใหม่ บุคคลต้นแบบ

4. ผลการประเมินความพึงพอใจในโครงการขยับเพื่อปรับเปลี่ยน ประจำปี 2565

ที่	ความพึงพอใจของผู้ร่วมกิจกรรม	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	การจัดกิจกรรมในครั้งนี้มีประโยชน์ต่อท่าน	๗๐%	๓๐%	-	-	-
2	ท่านได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม	๔๕%	๕๐%	๕%	-	-
3	ท่านได้รับความรู้/ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อไปปรับใช้ได้	๘๕%	๑๕%	-	-	-
4	รูปแบบ/หัวข้อ ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	๖๕%	๓๕%	-	-	-
5	ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	๕๐%	๕๐%	-	-	-
6	การประชาสัมพันธ์การจัดกิจกรรม	๓๐%	๕๐%	๒๐%	-	-
7	สถานที่จัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	๖๐%	๔๐%	-	-	-
8	เจ้าหน้าที่สามารถให้ข้อมูล หรือตอบข้อซักถามได้เป็นอย่างดี	๖๕%	๓๐%	๕%	-	-
9	เจ้าหน้าที่มีความสุภาพ เป็นมิตร และเป็นกันเอง	๗๕%	๒๕%	-	-	-
10	ภาพรวมความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมครั้งนี้	๘๐%	๒๐%	-	-	-

- ผู้ที่ไม่ได้อยู่ในกลุ่มเป้าหมาย มีความสนใจจะเข้ารับการอบรมโครงการนี้

- ผู้ที่ผ่านการอบรมโครงการฯ มีความสนใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างต่อเนื่อง และสนใจเข้าร่วมในโครงการทุกปี (กลุ่มเสียงรายใหม่)

ปัญหาและอุปสรรค

1. ระยะเวลาในการอบรม ใช้เวลาติดตามทั้งหมด 6 สัปดาห์ ผู้เข้ารับการอบรมบางรายไม่สามารถมาร่วมได้ครบตามเวลาที่กำหนด ด้วยงานและภาระที่ต้องรับผิดชอบ

2. กลุ่มเป้าหมายบางรายไม่เห็นความสำคัญและไม่ตระหนักในปัญหาสุขภาพ จึงไม่เข้าร่วมกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

1. ให้มีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมและระยะเวลาในการจัดกิจกรรมเพิ่มขึ้น และหลายช่องทาง

2. เพิ่มกิจกรรมที่น่าสนใจ/แรงจูงใจให้กลุ่มเป้าหมายในการประเมินสุขภาพ

3. ควรเพิ่มใช้ระยะเวลาในการติดตามกิจกรรมประเมินสุขภาพอย่างน้อย 3 - 6 เดือนเพื่อการเกิดผู้ป่วย NCD รายใหม่

6. รายงานการใช้เงิน

งบประมาณที่ตั้งไว้.....13,450.. บาท

ค่าตอบแทน	ค่าจ้าง	ค่าใช้สอย	ค่าวัสดุ	ค่าสาธารณูปโภค	อื่นๆ	รวมรายจ่าย	เงินเหลือคืน
3,000	7,950	0	2,500	0	0	13,450	0

ลงชื่อ.....

(นางสาวชุติมัน ธาดาพรรณวุฒิ)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ