

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ “โครงการส่งเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุ ตำบลฉลุง ปีงบประมาณ 2565”

ตัวชี้วัด : 1. ร้อยละ 90 ของผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมเข้าร่วมกิจกรรมโครงการได้รับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม
2. ร้อยละ 90 ของผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมที่เข้าร่วมกิจกรรมมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ไม่ก่อให้เกิดเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง

1. ผลการดำเนินงาน

1. จัดอบรมให้ความรู้แก่ อสม.และแกนนำผู้ดูแลผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ เรื่องพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุและการใช้แบบฟอร์มสำหรับคัดกรองและประเมินสุขภาพผู้สูงอายุ ให้ความรู้เรื่องหลักการออกกำลังกายเพื่อสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเพื่อป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ ซึ่งผู้เข้าร่วมอบรมสามารถใช้แบบประเมินและฝึกออกกำลังกายได้ถูกต้อง ตามเป้าหมายโครงการจำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 100

2. จัดอบรมการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมแก่ผู้สูงอายุติดสังคมและผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 450 คน จากเป้าหมาย 450 คน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยให้ความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพจิตและประเมินภาวะซึมเศร้า ให้ความรู้การดูแลสุขภาพปากและฟัน และตรวจประเมินสุขภาพปากและฟัน ให้ความรู้เรื่องโภชนาการกับผู้สูงอายุ ให้ความรู้หลักการออกกำลังกาย การส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย และการออกกำลังกายเพื่อป้องกันการหกล้ม

3. ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมที่เข้าร่วมอบรมได้ทราบเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ 5 ข้อ ประกอบด้วย (1) ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน ครั้งละ 15-30 นาที (2) รับประทานผักและผลไม้สดเป็นประจำวันละ 400 กรัม หรือ 5 กำมือ ตัวอย่างปริมาณผักและผลไม้ที่แนะนำ ผัก 3 กำมือ ผลไม้ 2 กำมือ (3) ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว (4) ไม่สูบบุหรี่/ยาเส้น (5) ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ ซึ่งหากผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่เหมาะสม จะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีและมีอายุยืนยาว จำนวน 450 คน ตามเป้าหมายโครงการจำนวน 450 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ได้ผลการประเมิน ดังนี้

- พฤติกรรมการออกกำลังกาย มีการออกกำลังกาย 3 วันต่อสัปดาห์ขึ้นไป จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 10 ส่วนใหญ่ออกกำลังกายด้วยการเดิน

- พฤติกรรมการรับประทานผักผลไม้ ส่วนใหญ่รับประทานผักและผลไม้เป็นประจำทุกวันจำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 27.78 รับประทานผักประเภทต้มและผลไม้ตามฤดูกาลที่ทำได้ในพื้นที่เน้นผลไม้นรสหวาน

- พฤติกรรมการดื่มน้ำ ส่วนใหญ่ดื่มน้ำมากกว่า 8 แก้วต่อวัน จำนวน 322 คน คิดเป็นร้อยละ 71.55 และนิยมดื่มชาในผู้สูงอายุหมู่ 1,2 และหมู่ 7

- พฤติกรรมการสูบบุหรี่/ยาเส้น ส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่คิดเป็นร้อยละ 90 (ผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่เป็นผู้หญิง)

- พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนใหญ่ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ในผู้สูงอายุที่นับถือศาสนาอิสลาม แต่ยังมีผู้สูงอายุหมู่ 3,4,5 และหมู่ 6 ยังมีการดื่มบ้างเมื่อมีงานเลี้ยง คิดเป็นร้อยละ 10

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมได้รับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม สามารถดูแลตนเองและมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

ผลสัมฤทธิ์: ประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้รับอบรมเกี่ยวกับส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกาย จิต และสังคม และการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ตามเป้าหมายโครงการจำนวน 450 คน คิดเป็นร้อยละ 100

2. เพื่อให้ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมมีการรวมกลุ่มและมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค

ผลสัมฤทธิ์: กลุ่มเป้าหมายมีการพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคได้ ตามเป้าหมายโครงการจำนวน 450 คน คิดเป็นร้อยละ 100

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมในกิจกรรมโครงการ

- กิจกรรมอบรมให้ความรู้แก่ อสม.และแกนนำผู้ดูแลผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ตามเป้าหมายโครงการ จำนวน 40 คน

- กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ จัดกลุ่มพูดคุย / แนะนำให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ ในเรื่องการประเมินสุขภาพช่องปาก ประเมินภาวะซึมเศร้า ประเมินพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในผู้สูงอายุ กิจกรรมออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเพื่อป้องกันการหกล้ม ตามเป้าหมายโครงการ จำนวน 450 คน คิดเป็นร้อยละ 100

- กิจกรรมออกเยี่ยมบ้านโดยทีมหมอครอบครัว ร่วมกับ อสม.และแกนนำที่ผ่านการอบรมการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงเพื่อติดตามดูแลช่วยเหลือตามสภาพปัญหา จำนวน 3 ครั้ง ตามเป้าหมายโครงการ 3 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	45,350 บาท	
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	45,350 บาท	คิดเป็นร้อยละ 100
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ	- บาท	คิดเป็นร้อยละ -

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค

1. ผู้สูงอายุมีความพร้อมด้านการได้ยิน การมองเห็น การอ่านและการเขียน การสื่อสารและการใช้ภาษา กับผู้สูงอายุ ต้องพูดเสียงดังฟังชัด พูดช้าๆ การพูดด้วยภาษาท้องถิ่นจะได้ผลดี การสื่อสารด้วยภาพ ต้องใช้ภาพและข้อความที่สั้น กระชับ สื่อความหมายให้ตรงประเด็น ตัวหนังสือขนาดใหญ่
2. ผู้สูงอายุบางส่วนไม่สามารถมาเข้าร่วมกิจกรรมได้เนื่องจากไม่มีคนคอยรับ-ส่ง

แนวทางการแก้ไข

1. ควรมีการเผยแพร่สื่อเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุในรูปแบบอื่นๆ เช่น แผ่นพับ ที่มีข้อความสั้นกระชับ เข้าใจง่าย สามารถนำไปปฏิบัติได้ ตัวอักษรขนาดใหญ่ ภาพและสีสวยงาม
2. ควรมีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ โดยมีการกำหนดแผนกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพ การให้ความรู้ และกิจกรรมที่ทำให้เกิดการสร้างความตระหนักให้กับผู้สูงอายุ ผู้ดูแลผู้สูงอายุและผู้เกี่ยวข้องในชุมชน ด้วยกระบวนการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) เพื่อให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองที่ดีและเหมาะสมอย่างต่อเนื่องต่อไป

(ลงชื่อ).....ผู้รายงาน

(นางศิริกัญญา สุทธิรุ่งเรือง)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

16 กันยายน 2565