

**แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต ๑๒ สงขลา**  
(แบบฟอร์มนี้เป็นตัวอย่าง กองทุน สามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมรายละเอียดได้ ตามความเหมาะสม)

รหัสโครงการ	65- L5303-2- 11
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอมือ จังหวัดสตูล ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอมือ จังหวัดสตูล
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input 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 checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กร ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ ๑ ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอมือ จังหวัดสตูล กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ๑.นางอินฉ๊ะ สุวามีน ๒.นางสาวรำลึะ สุบาโกย ๓.นางฮาลิมะ บิลังโหลด ๔.นายมานิต หมัดเส็น ๕.น.ส.ยัสณี สุบาโกย
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่...๑...เดือน.....มีนาคม.....พ.ศ.....๒๕๖๕..... ถึง วันที่...๓๐...เดือน.....กันยายน.....พ.ศ.....๒๕๖๕.....
งบประมาณ	จำนวน ๑๔,๘๕๐ บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันแปดร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

## หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ด้วยสถานการณ์ COVID-19 ในปี ๒๕๖๓-๒๕๖๔ ที่มีการติดเชื้อในประเทศ มีผู้เสียชีวิต จำนวน ๕๙ ราย ผู้ที่เสียชีวิตส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น ผู้สูงอายุ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน หัวใจ เป็นต้น ประกอบช่วงระบาดของโรค COVID-19 ทางรัฐบาลใช้มาตรการ “อยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ” ประชาชนมีพฤติกรรมอยู่ที่บ้าน ทำให้มีการออกกำลังกายน้อยลง รับประทานอาหารมากขึ้น จึงเสี่ยงเป็นโรคเบาหวาน (DM) และโรคความดันโลหิตสูง (HT) ซึ่งเป็นภัยเงียบที่ส่งผลกระทบต่อทำให้เกิดภาวะโรคแทรกซ้อน ทำให้เกิดความพิการและตายก่อนวัยอันควร และนำไปสู่การเจ็บป่วยแทรกซ้อนที่สำคัญ อาทิ โรคจอประสาทตาเสื่อม โรคไตวายเรื้อรัง (CKD) โรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD) ผลเรื้อรัง การถูกตัดขา ตัดนิ้ว เป็นต้น ความเจ็บป่วยเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยตลอดจนค่าใช้จ่ายด้านสาธารณสุขโดยรวม และที่สำคัญหากปล่อยให้กลุ่มเสี่ยงเหล่านี้ เป็นโรคดังกล่าวข้างต้น เมื่อได้รับเชื้อ COVID-19 จะมีโอกาสเสียชีวิตสูง

สถานการณ์ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงรายใหม่ ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ และ ๒๕๖๔ พบผู้ป่วย จำนวน ๓๐ คน และ ๒๕ คน ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่จำนวน ๘ คน และ ๑๐ คน ตามลำดับ ซึ่งมีแนวโน้มสูงขึ้น จากผลการดำเนินงานคัดกรองค้นหาผู้ป่วยความดันโลหิตสูง และการคัดกรองเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง หมู่ที่ ๑ และ ๕ ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมือง จังหวัดสตูล ในปีงบประมาณ ๒๕๖๔ (ที่มา HDC สตูล ๓๐ กันยายน ๖๔) พบกลุ่มเสี่ยงความดันโลหิตสูง (ค่าความดันโลหิต sbp  $\geq$  ๑๓๐ ถึง  $<$  ๑๔๐ mmHg หรือ dbp มีค่า  $\geq$  ๘๕ ถึง  $<$  ๙๐ mmHg) จำนวน ๔๐ คน และกลุ่มสงสัยป่วยความดันโลหิตสูง (ค่าความดันโลหิต sbp มีค่า  $\geq$  ๑๔๐ ถึง  $<$  ๑๘๐ mmHg หรือ dbp มีค่า  $\geq$  ๙๐ ถึง  $<$  ๑๑๐ mmHg) จำนวน ๒๔ คน และพบกลุ่มสงสัยป่วยเบาหวาน จำนวน ๕๐ คน รวมทั้งสิ้น ๑๑๔ คน ซึ่งในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มสงสัยป่วยหากได้รับการให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมสุขภาพ ไม่ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานต่อไป

จากสภาพปัญหาดังกล่าวโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง ได้จัดทำโครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมือง จังหวัดสตูล ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และสร้างการมีส่วนร่วมของผู้ป่วยและญาติในการดูแลตนเองในด้านการรักษาและส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ในคลินิกของหน่วยบริการปฐมภูมิ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ

## วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. กิจกรรมที่ ๑ ประชุมชี้แจง และประชาสัมพันธ์รายละเอียดโครงการ แก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุข และทีมสหวิชาชีพ รวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหาในการรับบริการที่คลินิก เพื่อกำหนดแนวทางในการแก้ไขปัญหาาร่วมกัน
๒. กิจกรรมที่ ๒ ให้ความรู้ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มสงสัยป่วย โรคความดันโลหิตสูงในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
๓. กิจกรรมที่ ๓ ให้ความรู้ผู้ป่วยกลุ่มสงสัยป่วย โรคเบาหวานในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
๔. กิจกรรมที่ ๔ กลุ่มสงสัยป่วยวัดความดันโลหิตสูงที่บ้าน รายวัน เข้า-เย็น ๗ วันติดต่อกัน
๕. กิจกรรมที่ ๕ สรุปผลการดำเนินงานตามโครงการพร้อมแบบรายงานหรือบัญชีรายชื่อผู้ที่เข้าร่วมโครงการ (ตามภาคผนวก) ส่งให้กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

## ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโอกาสเสี่ยงเป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด



เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<b>วัตถุประสงค์</b> ข้อที่ ๑ เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง	<b>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</b> ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรัง มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง
ข้อที่ ๒ เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง	ร้อยละ ๘๐ กลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง
ข้อที่ ๓ เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรัง สามารถลดระดับความดันโลหิต และลดระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้	- ร้อยละ ๖๐ ของกลุ่มเสี่ยงและสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง สามารถลดความดันโลหิตได้มากกว่า ๔ mmHg. - ร้อยละ ๖๐ กลุ่มสงสัยป่วยเบาหวาน สามารถลดค่าน้ำตาลในเลือดได้

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)**

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
๑. กิจกรรมที่ ๑ ประชุมชี้แจง และประชาสัมพันธ์รายละเอียดโครงการ	-ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ ขนาด ๓ เมตร x ๑ เมตร = ๔๕๐ บาท รวมเป็นเงิน ๔๕๐ บาท	๑-๓๑ มี.ค. ๖๕
๒. กิจกรรมที่ ๒ ให้ความรู้ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	-ค่าตอบแทนวิทยากร ๓๐๐ x ๕ ชม. x ๑ คน = ๑,๕๐๐ บาท -ค่าอาหารกลางวัน ๕๐ บาท x ๖๔ คน = ๓,๒๐๐ บาท -ค่าอาหารว่าง ๒๕ บาท x ๖๔ คน x ๒ มื้อ = ๓,๒๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๗,๙๐๐ บาท	๑ เม.ย. ๖๕- ๓๐ ก.ย.๖๕
๓. กิจกรรมที่ ๓ ให้ความรู้ผู้ป่วยกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	-ค่าตอบแทนวิทยากร ๓๐๐ x ๕ ชม. x ๑ คน = ๑,๕๐๐ บาท -ค่าอาหารกลางวัน ๕๐ บาท x ๕๐ คน = ๒,๕๐๐ บาท -ค่าอาหารว่าง ๒๕ บาท x ๕๐ คน x ๒ มื้อ = ๒,๕๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๖,๕๐๐ บาท	๑ เม.ย. ๖๕- ๓๐ ก.ย.๖๕
๔. กิจกรรมที่ ๔ กลุ่มสงสัยป่วยวัดความดันโลหิตสูงที่บ้าน รายวัน เข้า-เย็น ๗ วันติดต่อกัน	- ไม่มีค่าใช้จ่าย	๑ ก.ค. ๖๕ - ๓๑ ส.ค.๖๕
๕.กิจกรรมที่ ๕ กลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวานได้รับการตรวจวัดระดับน้ำตาล ทุก ๒ เดือน	- ไม่มีค่าใช้จ่าย	๑ ก.ค. ๖๕ - ๓๑ ส.ค.๖๕
๖.กิจกรรมที่ ๖ สรุปผลการดำเนินงานตามโครงการพร้อมแบบรายงานหรือบัญชีรายชื่อผู้ที่เข้าร่วมโครงการ	- ไม่มีค่าใช้จ่าย	ก.ย. ๖๕
	<b>รวม ๑๔,๘๕๐ บาท</b>	

## ๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

### ๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน...ชมรมอสม. หมู่ที่ ๑ ตำบลเจ๊ะบิลัง...

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

### ๗.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]

๗.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]

- ๗.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

### ๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน..... ๑๖๗ คน
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

### ๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

- ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

- 
- ๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
    - ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ)

- 
- ๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
    - ๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - ๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ)

- 
- ๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
    - ๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - ๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - ๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - ๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน



- ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)

- 
- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
    - ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - ๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
    - ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
    - ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

- 
- ๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
    - ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
    - ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
    - ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
    - ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
    - ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)

- 
- ๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
    - ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
    - ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
    - ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)

---

๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)

---

๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

---

ลงชื่อ ..... ชัชณี สุบาโกย ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางสาวชัชณี สุบาโกย)

ตำแหน่ง อสม. หมู่ที่ ๑ ตำบลเจ๊ะบิลัง

วันที่-เดือน-พ.ศ...๒...ก.พ...๒๕๖๕.....

**กำหนดการ**  
**กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง**  
**ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ**  
**โครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและ**  
**หลอดเลือด ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมือง จังหวัดสตูล ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕**

ณ.....

วันที่.....

เวลา	กิจกรรม
๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน / พิธีเปิด
๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.	- ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้น / บันทึกข้อมูลส่วนบุคคลตามสมุด ประจำตัวกลุ่มเสี่ยง - ทำแบบทดสอบก่อนให้ความรู้
๑๐.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.	รับประทานอาหารว่างเพื่อสุขภาพ
๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.	ให้ความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง , ปัจจัยเสี่ยงต่อโรค และ ภาวะแทรกซ้อนของโรค
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพและอาหารบำบัดโรค
๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.	รับประทานอาหารว่างเพื่อสุขภาพ
๑๔.๔๕ - ๑๖.๓๐ น.	- ทำแบบทดสอบหลังให้ความรู้ - กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ - จัดทำแผนปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สร้างพันธสัญญาการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดปัจจัยเสี่ยง
๑๖.๓๐น.	ปิดการประชุม

หมายเหตุ กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม



## กำหนดการ

กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ป่วยกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ  
โครงการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและ  
หลอดเลือด ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมือง จังหวัดสตูล ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕

ณ.....

วันที่.....

เวลา	กิจกรรม
๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน / พิธีเปิด
๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.	- ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้น / บันทึกข้อมูลส่วนบุคคลตามสมุด ประจำตัวกลุ่มเสี่ยง - ทำแบบทดสอบก่อนให้ความรู้
๑๐.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.	รับประทานอาหารว่างเพื่อสุขภาพ
๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.	ให้ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน , ปัจจัยเสี่ยงต่อโรค และ ภาวะแทรกซ้อนของโรค
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวันเพื่อสุขภาพ
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพและอาหารบำบัดโรค
๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.	รับประทานอาหารว่างเพื่อสุขภาพ
๑๔.๔๕ - ๑๖.๓๐ น.	- ทำแบบทดสอบหลังให้ความรู้ - กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ - จัดทำแผนปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สร้างพันธสัญญาการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดปัจจัยเสี่ยง
๑๖.๓๐น.	ปิดการประชุม

หมายเหตุ กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม