

3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน
หลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จ
สิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ม.13 บ้านปรามะ

1. ผลการดำเนินงาน

1.1 ชมรม อาสาสมัครสาธารณสุข หมู่ที่ 13 บ้านปรามะ ได้ดำเนินโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ม.13 บ้านปรามะ ในกิจกรรมที่วางแผนไว้ทุกกิจกรรม โดยใน
การอบรมแบ่งกลุ่มเป้าหมาย เป็น 2 รุ่นๆ ละ 50 คน กลุ่มเป้าหมายให้ความร่วมมือและให้ความสนใจในการ
ดูแลตนเองมากขึ้น โดยมีจัดอบรมให้ความรู้เรื่อง

- การบริโภคอาหารที่ถูกต้องและเหมาะสมสำหรับกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและ
โรคเบาหวาน

- การออกกำลังกายที่ถูกต้องและเหมาะสมสำหรับกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและ
โรคเบาหวาน

- การป้องกันไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนของคนในครอบครัวและคนรอบข้าง และการสังเกต
ตนเองเมื่อมีสิ่งผิดปกติเกิดขึ้นกับร่างกาย

- การรับประทานยาและผลิตภัณฑ์อาหารเสริม และผลอันตรายต่อสุขภาพ

- กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน มีความรู้ความเข้าใจ ในการดูแลตนเองหลังเข้า
ร่วมกิจกรรมได้อย่างถูกต้อง ประเมินจากการสอบถามความเข้าใจด้านการปฏิบัติตัวเรื่องอาหารและการออก
กำลังกายหลังอบรม

1.2 หลังเข้ารับการอบรมกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี
ประเมินจากการตรวจวัดระดับความดันโลหิตของผู้เข้ารับการอบรม หลังเข้ารับการอบรม จำนวน 2 ครั้ง คือ 1
เดือน และ 2 เดือน หลังอบรม

1.3 หลังเข้ารับการอบรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีประเมินจากการ
เจาะน้ำตาลปลายนิ้วของผู้เข้ารับการอบรมหลังเข้ารับการอบรม จำนวน 2 ครั้ง คือ 1 เดือน และ 2 เดือน หลัง
อบรม

1.4 อัตราการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น สามารถควบคุมอาหารได้โดยการชั่งน้ำหนักและวัดดัชนีมวล
กายก่อนและหลังการอบรม

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

 บรรลุตามวัตถุประสงค์ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม.....100.....คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ.....30,000.....บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง..... 30,000.....บาท คิดเป็นร้อยละ.....100.....

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ.....บาท คิดเป็นร้อยละ.....

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองสะเตนอก จำนวน 30,000 บาท รายละเอียด ดังนี้

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 100 คน X 75 บาท X 2 รุ่นๆ ละ 1 วัน เป็นเงิน 7,500 บาท

- ค่าอาหารว่าง และเครื่องดื่ม จำนวน 100 คน X 35 บาท X 2 มื้อ X 2 รุ่นๆ ละ 1 วัน

เป็นเงิน 7,000 บาท

- ค่าอุปกรณ์ออกกำลังกาย (ผ้าขาวม้า) จำนวน 100 ผืน X 105 บาท เป็นเงิน 10,500 บาท

- ค่าตอบแทนวิทยากร 500 บาท X 5 ชั่วโมง X 2 วัน เป็นเงิน 5,000 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 30,000 บาท (สามหมื่นบาทถ้วน)

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

 ไม่มี มี

ปัญหา/อุปสรรค


- ส่วนใหญ่เป็นวัยสูงอายุ บางรายยังมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองไม่ถูกต้องขาดการเอาใจใส่ของคนในครอบครัว

- อยากให้มีสถานีออกกำลังกายภายในหมู่บ้าน

- ส่งเสริมให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการกำหนดกิจกรรมภายในชุมชน

แนวทางการแก้ไข

- จัดกิจกรรมโครงการต่อเนื่องอย่างน้อย 1 เดือนต่อครั้ง
- ในการจัดอบรมควรมีคนในครอบครัวที่ดูแลผู้ป่วยเข้าร่วมอบรมด้วย เพื่อจะได้นำไปปฏิบัติและดูแลกลุ่มที่สูงอายุได้ถูกต้องและเหมาะสม
- ส่งเสริมให้ชุมชนจัดกิจกรรมดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันภายในกลุ่มและนอกกลุ่ม

ลงชื่อ..........ผู้รายงาน

(นางสาวชิตีปาตีเมาะ สุหลง)

ตำแหน่ง ประธาน อสม. ม13 บ้านปรางมะ

30 กันยายน 2565