

แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน

หลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม **คนควนโดนรักษาสภาพ ป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ**  
รพ.สต.ควนโดน ปี ๒๕๖๕

## ๑. ผลการดำเนินงาน

ด้วยสถานการณ์ปัจจุบัน กลุ่มโรคไม่ติดต่อ เป็นปัญหาสุขภาพอันดับต้นๆ ทั้งในด้านมิติของจำนวนการเสียชีวิตและภาระโรคโดยรวม ซึ่งเกิดจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อหลักสำคัญ ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง และโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ซึ่งประชากรที่เป็นกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ มีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงปัจจัยทางสังคม เช่น การขยายตัวของสังคมเมือง กลยุทธ์ทางการตลาด ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี และการสื่อสาร ที่ส่งผลต่อวิถีชีวิต และทำให้อัตราการป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้มาตรฐาน หลักเกณฑ์และรูปแบบ การเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรคไม่ติดต่อ ที่ดำเนินงานอยู่ยังไม่เพียงพอต่อการจัดการปัญหาและลดผลกระทบที่เกิดจากโรคไม่ติดต่อได้อย่างครอบคลุมและมีประสิทธิภาพเท่าที่ควร ทั้งด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน รวมทั้ง การปรับสมดุล และพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ ว่าด้วยความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายหลายภาคส่วน เพื่อเป็นทิศทางขับเคลื่อนสู่การลดปัญหาโรคไม่ติดต่อ ประชาชนสุขภาพดีปลอดจากภาระโรคไม่ติดต่อที่ป้องกันได้

ปัญหาหลักของการรักษาโรคไม่ติดต่อในประเทศไทย คือการที่ผู้ป่วยไม่ได้ตระหนักว่าเป็นโรค และการที่ยังไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อควบคุมโรคให้ลดลงตามเกณฑ์ปฏิบัติได้ อย่างไรก็ตาม พบว่าแนวโน้มของการไม่ตระหนักถึงการเป็นโรคของผู้ป่วยลดลง จากร้อยละ ๗๒.๔ เหลือร้อยละ ๔๔.๗ ในขณะที่สัดส่วนของผู้ที่ได้รับการรักษาและสามารถควบคุมความดันโลหิตได้ ต่ำกว่า ๑๔๐/๙๐ มม.ปรอท นั้น เพิ่มขึ้นจากร้อยละ ๘.๖ มาเป็นร้อยละ ๒๙.๗ จากสถานการณ์โรคหัวใจและหลอดเลือดที่สำคัญในประเทศไทย จากรายงานของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข พบว่าการเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดสมองและหลอดเลือดหัวใจ ของประชาชนไทยเพิ่มสูงขึ้น โดย ผู้ชายเสียชีวิตจากโรคดังกล่าวสูงกว่าผู้หญิงเกือบเท่าตัวในเกือบทุกกลุ่มอายุ ยกเว้นในกลุ่มที่อายุมากกว่า ๗๐ ปี มีอัตราการเสียชีวิตที่ไม่ต่างกันระหว่างเพศชายและเพศหญิง กระทรวงสาธารณสุขได้รายงานการเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดหัวใจทั้งประเทศรวม ๑๘,๙๒๒ คน (คิดเป็น ๒๘.๙ คนต่อประชากรหนึ่งแสนราย) และรายงานการเสียชีวิตจาก โรคหลอดเลือดสมองรวม ๒๗,๘๘๔ คน (คิดเป็น ๔๒.๖ คนต่อประชากรหนึ่งแสนราย) หากสามารถควบคุมโรคไม่ติดต่อในประเทศไทยให้ได้ผลดีขึ้น จะช่วยลดอัตราการเสียชีวิตจากโรคหัวใจและหลอดเลือดได้อย่างแน่นอน

จากการดำเนินงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ในปีที่ผ่านมา ได้นำข้อมูลที่ได้มาคัดเลือกกลุ่มเป้าหมาย ที่มีความเสี่ยงหรือมีผลการตรวจที่ผิดปกติ มาร่วมกิจกรรมเพื่อสร้างความตระหนัก ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมกับโรค และภาวะแทรกซ้อนจากโรค จะเห็นได้ว่า การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยกลุ่มนี้มีความสำคัญมาก เนื่องจากเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด มีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆได้ ส่งผลต่อสุขภาพของผู้ป่วยเอง ค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษา ผู้ดูแลต้องดูแลอย่างใกล้ชิด อาจเกิดความพิการ และเสียชีวิตได้ ทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลควนโดน เห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงได้ดำเนินการจัดทำ

โครงการ คนควนโดน รักษาสุขภาพ เพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รพ.สต.ควนโดน ปี ๒๕๖๕ ขึ้น เพื่อการดูแลสุขภาพกลุ่มดังกล่าวได้ครอบคลุม ทั้งกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ เพื่อประชาชน สุขภาพดี ปลอดภัยจากภาวะโรคไม่ติดต่อที่ป้องกันได้ ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนต่อไป โดยมีขั้นตอนและผลการดำเนินงานดังต่อไปนี้

๑. ขออนุมัติโครงการ จัดทำแผนงาน ดำเนินงานตามแผน
๒. ประสานงานกับพื้นที่รับผิดชอบ เพื่อกำหนดกลุ่มเป้าหมายในการเข้าร่วมโครงการ
๓. ประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์และแนวทางการดำเนินงานตามโครงการแก่เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบ และผู้ที่เกี่ยวข้อง
๔. จัดเตรียมเอกสารที่จะใช้ในการดำเนินโครงการฯ แก่กลุ่มเป้าหมาย
๕. ประสานงาน/ติดต่อวิทยากร

### ๕.๑ กิจกรรม

จากการตรวจคัดกรองต่างๆในปี นี้ ผลการตรวจเลือดชุดใหญ่ประจำปี ได้รับการตรวจ ๒๐๓ คน จากผู้ป่วยทั้งหมด ๒๑๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๙๖.๖๗ ผู้ป่วยจำนวน ๗ คน ที่ยังไม่ได้รับการตรวจ เนื่องจากไม่อยู่ในพื้นที่ ไม่สบาย ไม่มีผู้ดูแลนำส่งในวันที่ตรวจ ซึ่งผู้ป่วยกลุ่มนี้ จะมีการติดตามให้ได้รับการตรวจต่อไป มีผู้ป่วยที่ได้รับการส่งต่อไปยังโรงพยาบาลควนโดน จำนวน ๘ ราย โดยเป็นกลุ่มที่มีภาวะน้ำตาลในเลือดผิดปกติ จำนวน ๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒.๔๖ และกลุ่มที่มีภาวะไขมันในเลือดสูง จำนวน ๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑.๔๘ ในส่วนของการตรวจไต ผลการตรวจอยู่ในเกณฑ์ที่ควบคุมได้ ไม่มีผู้ป่วยที่ต้องส่งต่อ

**กิจกรรมที่ ๑** พัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนทาง ตา ไต หัวใจ หลอดเลือด และความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมอง ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ จำนวนทั้งหมด ๑๐๑ คน จัดแบ่งเป็น ๒ รุ่น คือ รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน และ รุ่นที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน

จากผลการดำเนินกิจกรรมที่ ๑ มีกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้นจำนวน ๑๐๑ คน เป็นผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาและอาศัยอยู่ในตำบลควนโดน โดยคัดเลือกกลุ่มเป้าหมาย จากกลุ่มผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงสูงมาร่วมกิจกรรม มีการจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโรคไม่ติดต่อ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจ และภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็นทาง ตา ไต หัวใจ สมอง และหลอดเลือด พร้อมอุปกรณ์ในการตรวจ คำอธิบาย และการรับการตรวจโดยเจ้าหน้าที่ ที่มีความชำนาญเฉพาะทาง กลุ่มเป้าหมายให้ความสนใจ ตั้งใจฟังในเนื้อหา ให้ความร่วมมือในการตรวจ มีส่วนร่วมในกิจกรรมสนทนา การต่างๆ การบริหารร่างกาย การบริหารเท้า การดูแลสุขภาพตา และกิจกรรมต่างๆ มีส่วนร่วมในการตอบคำถาม พร้อมทั้งแลกเปลี่ยนแนวทางการปฏิบัติตัวเพื่อควบคุมโรคและลดความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรค รวมทั้งแลกเปลี่ยนผลการตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนในปี นี้ของแต่ละคน พร้อมทั้งพบเจ้าหน้าที่เพื่อแจ้งผลการตรวจ และแนะนำแนวทางการปฏิบัติตัว การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อควบคุมโรคและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน พร้อมทั้งค้นหา ปัญหา อุปสรรคในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อนำมาประยุกต์ ร่วมกันแก้ไขปัญหาต่อไป และมีผู้ป่วยที่ดูแลตนเองได้ดี มาร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และแนวทางการดูแลตนเอง เพื่อควบคุมโรคได้

**กิจกรรมที่ ๒** ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้นในผู้ป่วยที่มีที่ความเสี่ยงและมีผลการตรวจผิดปกติ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน จำนวนทั้งหมด ๑๐๑ คน จัดแบ่งเป็น ๒ รุ่น คือ

รุ่นที่ ๑ ผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ไม่ดีและผู้ป่วยที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ไม่ดี และเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมอง จำนวน ๕๑ คน

รุ่นที่ ๒ ผู้ป่วยที่มีภาวะไขมันในเลือดสูงและผู้ป่วยที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคไต จำนวน ๕๐ คน

ผลการดำเนินกิจกรรม ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากกลุ่มเป้าหมาย ได้มีการให้กลุ่มเป้าหมายประเมินระดับค่าน้ำตาลในเลือดและค่าความดันโลหิต ตามปิงปองเจ็ดสี เพื่อจะได้ทราบระดับความรุนแรงของโรค และความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน วิทยากรมาให้ความรู้ เรื่องโรคและภาวะแทรกซ้อน พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วย มีโมเดลอาหาร และสื่อต่างๆ กลุ่มเป้าหมายให้ความสนใจเป็นอย่างดี ร่วมตอบข้อซักถาม และมีการสอบถามวิทยากรถึงแนวทางที่ถูกต้องในการควบคุมโรค บรรยากาศเป็นกันเอง และได้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากผู้ที่มีประสบการณ์ถึงวิธีการปฏิบัติตัวที่ส่งผลให้สามารถควบคุมโรคได้เป็นอย่างดี จากการปฏิบัติจริง ซึ่งได้มีการแบ่งสี ผู้ป่วยแต่ละคนทราบว่าตนเองควบคุมโรคอยู่ในระดับใด โดยแยกด้วยการมีป้ายแขวนเป็นสีตามปิงปอง ๗ สี และมีการซักถามถึงสิ่งที่ปฏิบัติอยู่ถูกต้องหรือไม่ ต้องแก้ไขอย่างไร บรรยากาศเป็นกันเอง ผู้เข้าร่วมโครงการให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ออกมาแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกับวิทยากร และแนะนำให้จัดกิจกรรมแบบนี้ทุกๆปี เพื่อเป็นการรื้อฟื้นความเข้าใจในการปฏิบัติตัว ร่วมพบปะสังสรรค์กัน มีกิจกรรมร่วมกันทุกๆปี

ด้านอาหารและโภชนาการ วิทยากรให้ความรู้เรื่อง อาหารเฉพาะโรค อาหารแลกเปลี่ยน การจำกัดสารปรุงแต่งต่างๆในอาหาร การเลือกบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับโรคและลดความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน ผู้เข้าร่วมโครงการให้ความสนใจ ร่วมแลกเปลี่ยน และร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งมีส่วนร่วมในการทดลองจัดมื้ออาหาร บรรยากาศเป็นกันเอง ทุกคนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ด้านการออกกำลังกาย วิทยากรพิเศษ ได้แนะนำการออกกำลังกายแบบมณีเวช โดยกลุ่มเป้าหมายได้ร่วมกันปฏิบัติตามวิทยากรพิเศษ และยังมี การพูดคุยถึงโทษและพิษภัยของบุหรี่ต่อผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผลต่อการเกิดโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจ ผลที่จะตามมาจากการเลิกสูบบุหรี่และให้ผู้เข้าร่วมโครงการร่วมกันออกกำลังกาย ซึ่งด้วยความเป็นกันเองของวิทยากร ส่งผลให้บรรยากาศมีความสนุกสนานเป็นกันเอง ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากทุกคน และมีรอยยิ้ม เสียงหัวเราะ มีความสุขในการร่วมปฏิบัติดังกล่าว

ด้านยาและสมุนไพร ผู้จัดและวิทยากร ได้ให้ความรู้ จุดเน้นย้ำ หลักการสำคัญในการใช้ยาในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ การใช้สมุนไพร ผลิตภัณฑ์อาหารเสริมต่างๆ ที่ควรระมัดระวังในการใช้ การสังเกตอาการผิดปกติจากการใช้ยา มีการสอบถามเกี่ยวกับการใช้ยา การหยุดยา การลิ้มรับประทาน ได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ในแนวทางที่ถูกต้อง เหมาะสม ข้อควรปฏิบัติ ข้อควรหลีกเลี่ยง และสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างเคร่งครัด เพื่อการควบคุมโรคที่ดีต่อไป

๖. สรุปผลการดำเนินงานและดำเนินการส่งต่อในรายที่มีความผิดปกติหรือมีภาวะแทรกซ้อน

ตัวชี้วัด	เกณฑ์	ปีงบประมาณ ๒๕๖๔		ปีงบประมาณ ๒๕๖๕	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี	ร้อยละ ๔๐	๑๙/๓๕	๕๔.๒๙	๑๖/๓๖	๔๔.๔๔
ส่งต่อ รพ.ควนโดน				ส่งต่อ ๕ คน	๑๓.๘๙
จำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี	ร้อยละ ๕๐	๙๕/๑๘๐	๕๒.๗๘	๙๓/๑๗๙	๕๑.๙๖
ส่งต่อ รพ.ควนโดน				ส่งต่อ ๐ คน	๐
ส่งต่อ รพ.ควนโดน จากไขมันในเลือดสูง				ส่งต่อ ๓ คน	

หมายเหตุ ข้อมูลจากฐานข้อมูลโรคไม่ติดต่อ รพ.สต.ควนโดน จังหวัดสตูล

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ เพราะ .....

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ๒๕,๐๐๐ บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง ๒๕,๐๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

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



#### ๔. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค

-กลุ่มเป้าหมายมีจำนวนมาก ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ในการดำเนินกิจกรรมอาจมีการปรับเปลี่ยน เพื่อความเหมาะสมและสะดวกแก่กลุ่มเป้าหมาย เช่น แบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วม เลือกตัวแทนทำกิจกรรม ส่งผู้ดูแลมาเป็นตัวแทน เป็นต้น

-ด้วยมีกิจกรรมค่อนข้างเยอะ ผู้รับผิดชอบงานมีภาระงานหลักที่ต้องรับผิดชอบอื่นๆอีก และจากสถานการณ์โควิด ๑๙ ส่งผลให้การดำเนินกิจกรรม ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ ต้องปรับเปลี่ยน ให้ทันเวลาและเหมาะสมกับสถานการณ์ในปัจจุบัน เพื่อให้ปฏิบัติได้ครบทุกกิจกรรม ร่วมด้วยสภาพอากาศไม่เป็นใจ มีฝนตกบ่อย เกิดพายุ จึงต้องปรับตามสถานการณ์ จนครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายทุกคน ทุกกิจกรรม

แนวทางการแก้ไข (ระบุ) จัดกิจกรรมต่างๆ โดยแบ่งจำนวนกลุ่มเป้าหมาย และกำหนดระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรมที่มีระยะเวลามากขึ้น หรืออาจจะรวมกลุ่มไปดำเนินกิจกรรมในแต่ละหมู่บ้าน เพื่อความสะดวกของกลุ่มเป้าหมาย และผู้ดูแลในการมารับ มาส่ง หรือเข้าร่วมในกิจกรรมดังกล่าวด้วย และควรมีการปรับ กลวิธีในการดำเนินโครงการ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับประโยชน์สูงสุด ในปีงบประมาณต่อไป

ลงชื่อ ..... ผู้รายงาน

( นางสาวลลิตา ยะผา )

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๓๑ / ธันวาคม / ๒๕๖๕

## สรุปผลการดำเนินงานกิจกรรม

### กิจกรรมที่ ๑

พัฒนาทักษะการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อนทาง ตา ไต เท้า หัวใจและ หลอดเลือด และความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมอง ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ จำนวนทั้งหมด ๑๐๑ คน จัดแบ่งเป็น ๒ รุ่น คือ รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน และ รุ่นที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน

จากผลการดำเนินงานในกิจกรรมนี้ สามารถสรุปผลการดำเนินงานได้ดังนี้

#### ผลการตรวจคัดกรองทางตา

การตรวจตา	การแปลผล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
ปกติ	สามารถมองเห็นได้ปกติ	๘๓	๘๒.๑๘	
ผิดปกติ	การมองเห็นมีปัญหา	๑๘	๑๗.๘๒	รอตรวจเพิ่มเติม
<b>รายละเอียดความผิดปกติ</b>				
ต้อกระจก	เป็นต้อกระจก	๐	๐	
ต้อหิน	เป็นต้อหิน	๐	๐	
รวม		๑๐๑	๑๐๐	

#### ผลการตรวจคัดกรองเท้า

การตรวจเท้า	การแปลผล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
เสี่ยงต่ำ	ประสาทรับความรู้สึกปกติ	๘๒	๘๑.๑๙	
เสี่ยงปานกลาง	ประสาทรับความรู้สึกเริ่มผิดปกติ ตั้งแต่ ๑ จุดขึ้นไป	๑๖	๑๕.๘๕	
เสี่ยงสูง	ข้อ ๒ + มีแผลที่เท้า	๓	๒.๙๗	
รวม		๑๐๑	๑๐๐	

#### ผลการตรวจคัดกรองทางไต

การทำงานของไต	ระยะ	คำจำกัดความ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
มากกว่าหรือเท่ากับ ๙๐	๑	พบพยาธิสภาพที่ไต แต่ไตยังทำงานปกติ	๔๐	๓๙.๖๐	
๖๐ - ๘๙	๒	พบพยาธิสภาพที่ไต แต่ไตเริ่มทำงานผิดปกติ	๕๔	๕๓.๔๗	
๓๐ - ๕๙	๓	ไตทำงานผิดปกติปานกลาง	๓a=๖,๓b=๑	๕.๙๔,๐.๙๙	
๑๕ - ๒๙	๔	ไตทำงานผิดปกติมาก	๐	๐	
น้อยกว่า ๑๕	๕	ไตวายระยะสุดท้าย	๐	๐	
รวม			๑๐๑	๑๐๐	

ผลการตรวจประเมินความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment)

(ข้อมูลเฉพาะผู้เข้าร่วมโครงการ)

โอกาสเสี่ยง	ค่าที่ได้	การแปลผล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
สีเขียว	น้อยกว่า ๑๐%	เสี่ยงต่ำ	๗๐	๖๙.๓๑	
สีเหลือง	๑๐ - น้อยกว่า ๒๐%	เสี่ยงปานกลาง	๒๔	๒๓.๗๖	เฝ้าระวังความเสี่ยง
สีส้ม	๒๐ - น้อยกว่า ๓๐%	เสี่ยงสูง	๕	๔.๙๕	เฝ้าระวังความเสี่ยง
สีแดง	๓๐ - น้อยกว่า ๔๐%	เสี่ยงสูงมาก	๒	๑.๙๘	เฝ้าระวังความเสี่ยง
สีแดงเข้ม	มากกว่า ๔๐ %	เสี่ยงสูงอันตราย	๐	๐	
รวม			๑๐๑	๑๐๐	

ค่าระดับความดันโลหิต (ข้อมูลเฉพาะผู้เข้าร่วมโครงการ)

ค่าระดับความดันโลหิต mmHg.	การแปลผล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
น้อยกว่า ๑๓๙/๘๙	เสี่ยง สีเขียว	๖๖	๖๕.๓๕	
๑๔๐-๑๕๙/๙๐-๙๙	สูง สีเหลือง	๓๒	๓๑.๖๘	
๑๖๐-๑๗๙/๑๐๐-๑๐๙	สูงมาก สีส้ม	๓	๒.๙๗	เฝ้าระวัง
มากกว่า ๑๘๐/๑๑๐	สูงอันตราย สีแดง	๐	๐	เฝ้าระวังและส่งต่อ
รวม		๑๐๑	๑๐๐	

ค่าระดับน้ำตาลในเลือด (อดอาหาร ๘ ชม.) (ข้อมูลเฉพาะผู้เข้าร่วมโครงการ)

ค่าระดับน้ำตาลในเลือด Mg%	การแปลผล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
น้อยกว่า ๑๐๐	ปกติ สีขาว	๕๗	๕๖.๔๔	
๑๐๑ - ๑๒๕	เสี่ยง สีเขียว	๒๘	๒๗.๗๒	
๑๒๖ - ๑๕๔	สูง สีเหลือง	๘	๗.๙๒	
๑๕๕ - ๑๘๒	สูงมาก สีส้ม	๓	๒.๙๗	
มากกว่า ๑๘๓	สูงอันตราย สีแดง	๕	๔.๙๕	ส่งต่อ รพ.ควนโดน
รวม		๑๐๑	๑๐๐	

จากข้อมูลจะเห็นได้ว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ อยู่ในกลุ่มสีขาวและสีเขียวย รองลงมาคือ สีเหลือง สีส้ม และกลุ่มที่เสียงสูงอันตราย ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงที่มีภาวะทิ้งช่วงห่างของการตรวจ ภาวะเครียดจากสถานการณ์ในครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม การงาน ที่ส่งผลต่อผลการตรวจ การไม่ได้ควบคุมเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การขาดยา การไม่ได้ไปตามนัด การขาดการออกกำลังกาย บางรายยังมีการสูบบุหรี่อยู่ ซึ่งเป็นเรื่องที่ทำหายมากคือการสร้างความตระหนักรู้ ในการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเหล่านี้ ให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง เหมาะสมกับโรค สามารถเปลี่ยนกลุ่ม จาก สูงอันตราย มาเป็นกลุ่มสีเขียวยได้ ไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคที่เป็น และมีสุขภาพที่ดีต่อไป

#### ค่าระดับไขมันในเลือด Cholesterol

ค่าระดับไขมันในเลือด	การแปลผล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
น้อยกว่า ๒๐๐	ปกติ	๖๒	๖๑.๓๙	
๒๐๑ - ๒๕๐	เริ่มสูง	๓๑	๓๑.๖๙	
๒๕๑ - ๓๐๐	สูงกว่าปกติ	๖	๕.๙๔	
มากกว่า ๓๐๐	สูงมาก	๒	๑.๙๘	
รวม		๑๐๑	๑๐๐	

#### ค่ารอบเอว

ค่ารอบเอว (ซม.)	การแปลผล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	หมายเหตุ
ผู้หญิง				
น้อยกว่า ๘๐ ซม.	ปกติ	๔๑	๔๐.๕๙	
มากกว่า ๘๐ ซม.	รอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐาน	๔๘	๔๗.๕๒	
ผู้ชาย				
น้อยกว่า ๙๐ ซม.	ปกติ	๗	๖.๙๓	
มากกว่า ๙๐ ซม.	รอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐาน	๕	๔.๙๕	
รวม		๑๐๑	๑๐๐	

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่า กลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่ จะมีระดับไขมันในเลือด น้อยกว่า ๒๕๐ รองลงมาคือ ๒๕๑-๓๐๐ และน้อยที่สุดคือ มากกว่า ๓๐๐ ผลที่ได้จากการตรวจร่างกายครั้งนี้ มีผลงานดีกว่าปีที่ผ่านมา กลุ่มเป้าหมายให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพมากขึ้น ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดเสี่ยง ลดโรค ลดภาวะแทรกซ้อน ในส่วนของรอบเอว ส่วนใหญ่อยู่ในระดับเกินเกณฑ์มาตรฐาน ในเพศหญิง ซึ่งอาจจะส่งผลต่อการเกิดโรคแทรกซ้อน ได้มากกว่ากลุ่มปกติ ซึ่งเป็นส่วนน้อย ส่งผลให้กลุ่มเป้าหมายต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดเสี่ยง ลดโรค ลดภาวะแทรกซ้อน และเป็นแบบอย่างที่ดีด้านสุขภาพ สำหรับเพศชายกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรม อยู่ในกลุ่มปกติ คิดเป็น ๖.๙๓ และรอบเอวเกินมาตรฐาน ร้อยละ ๔.๙๕ ซึ่งผลที่ได้ มีความแตกต่างกันเล็กน้อย จึงยังต้องส่งเสริมเรื่องการออกกำลังกาย ควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การจัดการกับความเครียด งดสุรา ยาสูบหรี่ และการพักผ่อนที่เพียงพอ พร้อมแนะนำการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดย บุคคลต้นแบบที่สามารถลดพุง ลดโรคได้ มาเป็นแบบอย่าง แลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน สามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง ห่างไกลจากภาวะแทรกซ้อน มีสุขภาพที่ดีขึ้นต่อไป

## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน





กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน





กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาทักษะการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาทักษะการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน





กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุ่นที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาทักษะการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุนที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาทักษะการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุนที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๑ พัฒนาทักษะการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล และตรวจคัดกรองภาวะแทรกซ้อน ทางตา ไต เท้า หัวใจและหลอดเลือด พร้อมประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด (CVD Risk assessment) ในผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ รุ่นที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๒ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงและมีผลการตรวจผิดปกติ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน  
รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน (กลุ่มควบคุมเบาหวาน ความดันโลหิตฯ ได้ไม่ตี และเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง)





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๒ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงและมีผลการตรวจผิดปกติ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน  
รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน (กลุ่มควบคุมเบาหวาน ความดันโลหิตฯ ได้ไม่ตี และเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง)





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๒ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงและมีผลการตรวจผิดปกติ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน  
รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๑ คน (กลุ่มควบคุมเบาหวาน ความดันโลหิตฯ ได้ไม่ตี และเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง)





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๒ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงและมีผลการตรวจผิดปกติ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน  
รุ่นที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน (กลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคไตและภาวะไขมันในเลือดสูง)





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๒ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงและมีผลการตรวจผิดปกติ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน  
รุ่นที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน (กลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคไตและภาวะไขมันในเลือดสูง)





## ภาพกิจกรรมในโครงการ

กิจกรรมที่ ๒ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเข้มข้น ในผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงและมีผลการตรวจผิดปกติ เพื่อลดภาวะแทรกซ้อน  
รุ่นที่ ๒ จำนวน ๕๐ คน (กลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคไตและภาวะไขมันในเลือดสูง)

