

รายงานผลการดำเนินงาน  
โครงการส่งเสริมสุขภาพประชาชนกลุ่มเสี่ยงและ  
กลุ่มป่วยโรคเบาหวานประจำปี 2566

จัดทำโดย  
กลุ่มงานเวชกรรมสังคม และกลุ่มงานสุขศึกษา  
โรงพยาบาลยะลา

## รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมสุขภาพประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยโรคเบาหวานประจำปี 2566

### 1. ผลการดำเนินงาน

กิจกรรมที่ 1 อบรมเชิงปฏิบัติการ “ลดหวาน=ลดโรค”

ครั้งที่ 1 จัดกิจกรรม วันที่ 18 กรกฎาคม 2566 ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง  
จำนวนเป้าหมาย 40 คน

ครั้งที่ 2 จัดกิจกรรม วันที่ 19 กรกฎาคม 2566 ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองตลาดเก่า  
จำนวนเป้าหมาย 40 คน

บรรยายความรู้เรื่องโรคและจัดกิจกรรม เสริมพลังกลุ่มเสี่ยง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม  
ส่งเสริมทักษะประเมินสุขภาพ ผ่านการเรียนรู้จากฐานสุขภาพ 3 ฐาน ฐานอ.อาหาร  
“ลดหวาน = ลดโรค ฐาน อ.ออกกำลังกาย “แค่ขยับ = ออกกำลังกาย” ฐานต้นไม้ แห่งชีวิต  
(อ.อารมณ) วิทยากรจากทีมสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

กิจกรรมที่ 2 อบรมเชิงปฏิบัติการค่ายเบาหวานลดเสียงเสียงน้ำตาลสูง

เป้าหมาย ผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน 90 คน แบ่งเป็น 3 รุ่นๆ ละ 30 คน และเจ้าหน้าที่ที่  
เกี่ยวข้องจำนวน 12 คน รวม 42 คนต่อรุ่น

ครั้งที่ 1 จัดกิจกรรม วันที่ 19 มิถุนายน 2566 ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง  
เวลา 08.30 น.- 16.30 น. มีผู้ป่วยเบาหวานเข้าร่วมโครงการ จำนวน 30 คน และเจ้าหน้าที่ที่  
เกี่ยวข้องจำนวน 12 คน รวม 42 คน

ครั้งที่ 2 จัดกิจกรรม วันที่ 20 มิถุนายน 2566 ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองตลาดเก่า  
เวลา 08.30 น.- 16.30 น. มีผู้ป่วยเบาหวานเข้าร่วมโครงการ จำนวน 30 คน และเจ้าหน้าที่ที่  
เกี่ยวข้องจำนวน 12 คน รวม 42 คน

ครั้งที่ 3 จัดกิจกรรม วันที่ 21 มิถุนายน 2566 ณ คลินิกหมอครอบครัวธนวิถี – เวชกรรม  
เวลา 08.30 น.- 16.30 น. มีผู้ป่วยเบาหวานเข้าร่วมโครงการ จำนวน 30 คน และเจ้าหน้าที่ที่  
เกี่ยวข้องจำนวน 12 คน รวม 42 คน



โดยในการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการค่ายเบาหวานลดเสี่ยงเสี่ยงน้ำตาลสูง ให้กลุ่มผู้ป่วยเบาหวานทั้ง 3 รุ่น รับฟังการบรรยาย เรื่องส่งเสริมสุขภาพอย่างไร ช่วยลดภัยน้ำตาลสูง และส่งเสริมทักษะประเมินสุขภาพ ผ่านการเรียนรู้จากฐานสุขภาพ 4 ฐาน ฐานที่ 1 ฝ้าระวังแทรกซ้อนอย่างไร ใจเป็นสุข ฐานที่ 2 ลองเจาะดูรู้พื้นที่ด้วยตัวเอง ฐานที่ 3 อาหารสุขภาพทำเองได้ ง่ายนิดเดียว โดยบันทึกรายละเอียดแต่ละฐานในเอกสาร ผู้พิชิตเบาหวานความดัน และใช้ติดตามในครั้งต่อไป และฐานที่ 4 ขยับร่างกายพลังลดน้ำตาล เป็นการฝึกปฏิบัติการออกกำลังแบบมณีเวช โดยแพทย์แผนไทย ซึ่งผู้ป่วยสามารถนำไปปฏิบัติที่บ้านได้อย่างต่อเนื่อง

**กิจกรรมที่ 3** การจัดกิจกรรมการจัดกิจกรรม Self-help group โดยทีมสหวิชาชีพคลินิก NCD ศสม.ตลาดเก่า/บ้านสะเตง และคลินิกหมอครอบครัว

เป้าหมาย ผู้ป่วยเบาหวานคุมน้ำตาลได้ไม่ดี จำนวน 20 คน/ครั้ง

ครั้งที่ 1 จัดกิจกรรม วันที่ 24 กรกฎาคม 2566 ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองบ้านสะเตง เวลา 08.30 น.- 12.00 น. มีผู้ป่วยเบาหวานเข้าร่วมโครงการ จำนวน 21 คน

ครั้งที่ 2 จัดกิจกรรม วันที่ 26 กรกฎาคม 2566 ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองตลาดเก่า เวลา 13.30 น.- 15.00 น. มีผู้ป่วยเบาหวานเข้าร่วมโครงการ จำนวน 23 คน

ครั้งที่ 3 จัดกิจกรรม วันที่ 26 กรกฎาคม 2566 ณ คลินิกหมอครอบครัวธนวิถิ - เวชกรรม เวลา 08.30 น.- 12.00 น. มีผู้ป่วยเบาหวานเข้าร่วมโครงการ จำนวน 20 คน

สำหรับการจัดกิจกรรมการจัดกิจกรรม Self-help group โดยทีมสหวิชาชีพจากโรงพยาบาลยะลา มีพยาบาลประจำคลินิกเบาหวาน นักโภชนาการ และนักวิชาการสาธารณสุขให้คำปรึกษาการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรายกลุ่ม

**กิจกรรม 4** การเยี่ยมบ้านผู้ป่วยเบาหวานคุมน้ำตาลได้ไม่ดี โดยทีมสหวิชาชีพ

เป้าหมาย ผู้ป่วยเบาหวานคุมน้ำตาลได้ ไม่ดี จำนวนตามจริง

การเยี่ยมบ้านผู้ป่วยเบาหวานคุมน้ำตาลได้ไม่ดี โดยทีมสหวิชาชีพ จำนวน 12 คน

## 2. ผลสัมฤทธิ์ตามตัวชี้วัด บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ

2.1 ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานพื้นที่รับผิดชอบของ ศสม.บ้านสะเตง และ ศสม.ตลาดเก่าที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ตามหลัก 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) ที่ถูกต้องไม่น้อยกว่าร้อยละ 85



ผลการดำเนินงาน พบว่า จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการฯ ทั้งสิ้น 80 คน โดยรวมมีคะแนนความรู้ตามหลัก 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) อยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 42.50 รองลงมาอยู่ในระดับต่ำ จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 41.25 และคะแนนความรู้ความเข้าใจอยู่ในระดับดี จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 16.25 และหลังเข้าร่วมโครงการฯ มีคะแนนความรู้ตามหลัก 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) อยู่ในระดับดีมากที่สุด จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.50 ดังตาราง

ตาราง 1 แสดงผลคะแนนองการทดสอบความรู้ตามหลัก 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) ก่อน และหลังเข้าร่วมโครงการฯ (จำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 20 คะแนน) (N = 80 คน)

ระดับความรู้ความเข้าใจ		ก่อนการอบรม		หลังการอบรม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับต่ำ	(คะแนน 0-11 คะแนน)	33	41.25	4	5.00
ระดับปานกลาง	(คะแนน 12-15 คะแนน)	34	42.50	6	7.50
ระดับดี	(คะแนน 16 -20 คะแนน)	13	16.25	70	88.75

2.2 ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานพื้นที่รับผิดชอบของศสม.ตลาดเก่าและ ศสม.บ้านสะเตง ที่เข้าร่วมโครงการมีพฤติกรรมสุขภาพ ตามหลัก 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) ที่ถูกต้องและเหมาะสมเพิ่มขึ้นร้อยละ 10

ผลการดำเนินงานก่อนเข้าร่วมโครงการฯ กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน จำนวนทั้งสิ้น 80 คน ส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับไม่ดี(ควรปรับปรุง) คิดเป็นร้อยละ 70.00 รองลงมา มีพฤติกรรมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 21.25 ส่วนพฤติกรรมสุขภาพระดับดี-ดีมาก มีเพียงร้อยละ 8.75 และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ มีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องอยู่ในระดับดี ร้อยละ 26.25 เพิ่มขึ้นจากเดิม ร้อยละ 17.50 มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 58.75 และพฤติกรรมสุขภาพระดับไม่ดี (ควรปรับปรุง) คิดเป็นร้อยละ 15.00



ตารางที่ 2 : แสดงข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ3อ.2ส.ของผู้เข้าร่วมโครงการฯ (N = 80 คน)

ระดับพฤติกรรมสุขภาพ3อ.2ส.	ก่อน (เข้าร่วมโปรแกรมฯ)		หลัง (เข้าร่วมโปรแกรมฯ)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ดี (ควรปรับปรุง) (คะแนนน้อยกว่า 60 คะแนน)	56	70.00	12	15.00
ปานกลาง (คะแนน 60-79 คะแนน)	17	21.25	47	58.75
ดี (คะแนน 80 คะแนนขึ้นไป)	7	8.75	21	26.25

2.3 ประชาชนกลุ่มเสี่ยงพื้นที่รับผิดชอบของศสม.บ้านสะเตงและศสม.ตลาดเก่า ที่เข้าร่วมโครงการ ป่วยด้วยโรคเบาหวานรายใหม่ไม่เกินร้อยละ 2.4

ผลการดำเนินงานก่อนเข้าร่วมโครงการฯ กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานประชาชนพื้นที่รับผิดชอบของศสม.บ้านสะเตงและศสม.ตลาดเก่า จำนวนทั้งสิ้น 80 คน คิดเป็นร้อยละ 100 หลังการเข้าร่วมโครงการฯ กลุ่มเสี่ยงพื้นที่รับผิดชอบของศสม.บ้านสะเตงและศสม.ตลาดเก่า พบว่าป่วยด้วยโรคเบาหวานรายใหม่ จำนวน 0 คน (ไม่พบผู้ป่วยรายใหม่)

พื้นที่รับผิดชอบ	เป้าหมาย		ป่วยด้วยโรคเบาหวานรายใหม่	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ศสม.บ้านสะเตง	40	100	0	0.00
ศสม.ตลาดเก่า	40	100	0	0.00

2.4 กลุ่มป่วยโรคเบาหวานมีค่าระดับน้ำตาลสะสมในเลือดลดลง ร้อยละ 50 (45 คน)

กลุ่มป่วยโรคเบาหวานมีค่าระดับน้ำตาลสะสมในเลือดลดลง จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 38.89

2.5 กลุ่มป่วยโรคเบาหวานมีค่า CVD Risk score > 20 % ลดลงร้อยละ 20 (5 คน)  
 กลุ่มป่วยโรคเบาหวานมีค่า CVD Risk score > 20 % ลดลง จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 40

2.6 ประชาชนกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจ ต่อกิจกรรมโครงการ  
 ไม่น้อยกว่าร้อยละ 85

ผลการดำเนินงาน พบว่าผู้เข้าเข้าร่วมโครงการฯ ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อกิจกรรมโครงการ  
 อยู่ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก - มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 90.00 ดังตาราง

ตารางที่ 3: แสดงข้อมูลความพึงพอใจหลังเข้าร่วมโครงการกลุ่มเสี่ยงฯ (N = 80 คน)

ข้อความ	การรับรู้และความพึงพอใจ									
	(จำนวน/ร้อยละ)									
	มากที่สุด		มาก		ปานกลาง		น้อย		ต้องปรับปรุง	
1.ท่านคิดว่าข้อมูลด้านสุขภาพที่ได้รับ น่าสนใจมีประโยชน์สอดคล้องกับ สถานการณ์ในปัจจุบัน	51	63.75	20	25	9	11.25	-	-	-	-
2.รูปแบบการถ่ายทอดความรู้มีความ เหมาะสมกับผู้ฟัง เวลา และสถานที่	48	60	27	33.75	4	5.00	1	1.25	-	-
3.การใช้อุปกรณ์และสื่อประกอบการ สอนมีความเหมาะสม	46	57.5	31	38.75	3	3.75	-	-	-	-
4.บุคลิกภาพ กริยา วาจา ท่าทาง การ แต่งกายและความสามารถในการ ถ่ายทอดความรู้ของผู้ให้สุขศึกษา	63	78.75	17	21.25	-	-	-	-	-	-
5. ความพึงพอใจในภาพรวม	61	76.25	11	13.75	8	10.00	-	-	-	-



3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	29,150 บาท	
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	29,135 บาท	คิดเป็นร้อยละ 99.95
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน	15 บาท	คิดเป็นร้อยละ 0.05

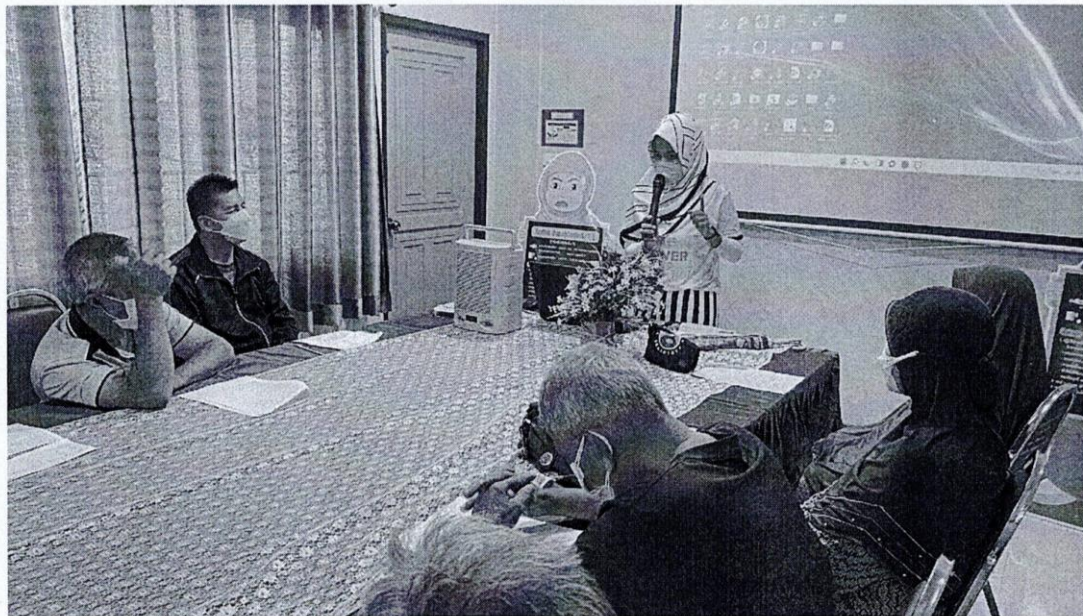
4. ปัญหา / อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

ลงชื่อ.....ผู้รายงาน  
(นางนงนาฏ ศรีบุญเอียด)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ  
วันที่ 31 สิงหาคม 2566

ภาพการจัดกิจกรรม 1 อบรมเชิงปฏิบัติการ “ลดหวาน=ลดโรค”

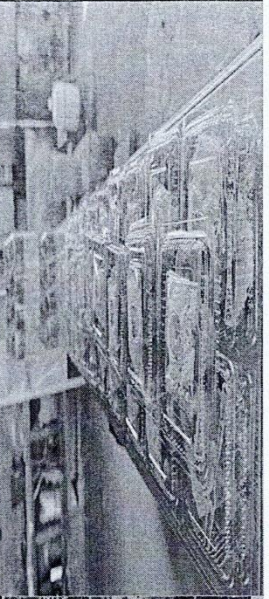
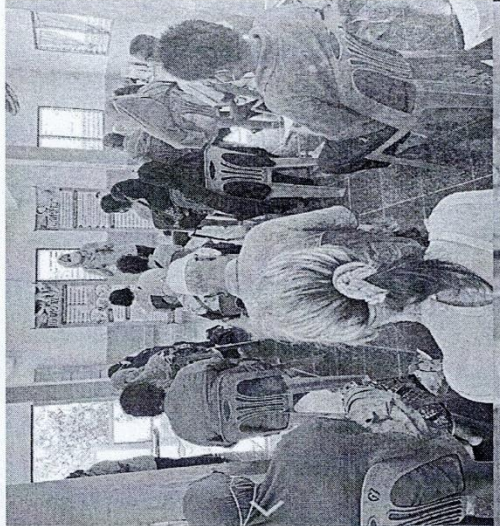
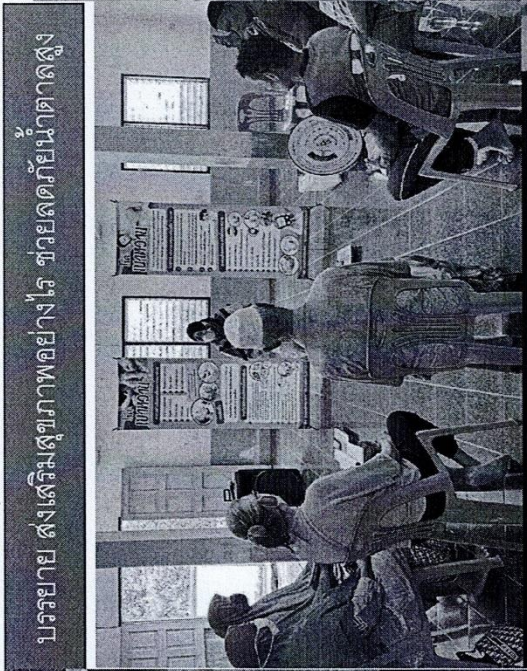
พื้นที่รับผิดชอบ ศสม.ตลาดเก่า





ภาพกิจกรรม 2 อบรมเชิงปฏิบัติการค่ายหาหนวดเสียง เสียงน้ำตาลสูง

วันที่ 19 มิถุนายน 2566 ณ. ศสม.บ้านสะเตง





ภาพกิจกรรม 2 อบรมเชิงปฏิบัติการค่ายเบาหวานลดเสียง เลี้ยงน้ำตาลสูง

วันที่ 19 มิถุนายน 2566 ณ. ศสม.บ้านสะเตง



ฐานที่ 1 เฝ้าระวังแทรกซ้อนอย่างไรเป็นสุข



ฐานที่ 3 อาหารสุขภาพ ทำเองได้ ง่ายนิดเดียว



ฐานที่ 2 ลองเจาะดูรู้ตัวเอง



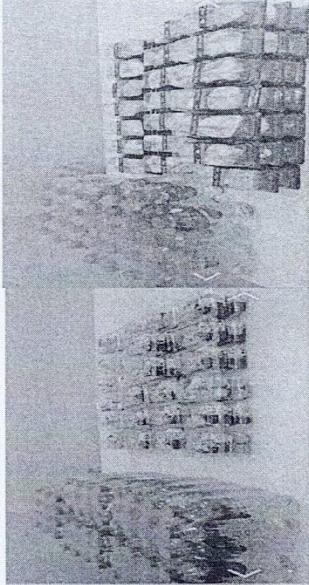
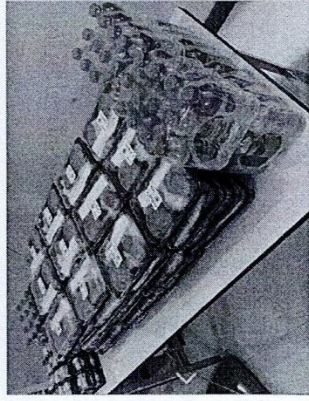
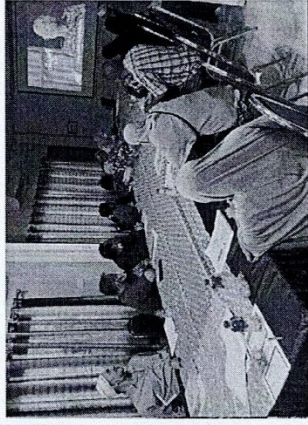
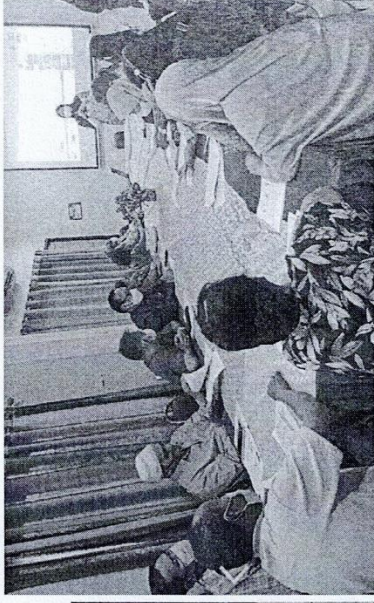
ฐานที่ 4 ขยับร่าง สร้างพลัง ลดน้ำตาล



# ภาพกิจกรรม 2 อบรมเชิงปฏิบัติการค่ายเยาวชนลดเสียง เลี้ยงน้ำตาลสูง

วันที่ 20 มิถุนายน 2566 ณ. ศสม.ตลาดเก่า

บรรยาย ส่งเสริมสุขภาพอย่างไร ภายลดภัยน้ำตาลสูง





ภาพกิจกรรม 2 อบรมเชิงปฏิบัติการค่ายเยาวชนลดเสียงเสียงน้ำตาสูง  
วันที่ 20 มิถุนายน 2566 ณ. ศสม.ตลาดเก่า



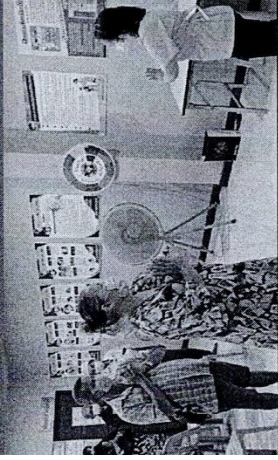
1 ผู้ระวังแทรกซ้อนอย่างไรเป็นสุข



2 ดองเจาะดูรู้ตัวเอง



3 อาหารสุขภาพ ทำเองได้  
ง่ายนิดเดียว



4 ขยับร่างกาย สร้างพลัง ดนน้ำตา



# ภาพกิจกรรม 2 อบรมเชิงปฏิบัติการค่ายเบาหวานลดเสียง เสียงน้ำตาลสูง

วันที่ 21 มิถุนายน 2566 ณ. คณิคมคอนคอร์ควัธวิท - เวชกรรม

บรรยาย ส่งเสริมสุขภาพอย่างไร ช่วยลดก้น้ำตาลสูง

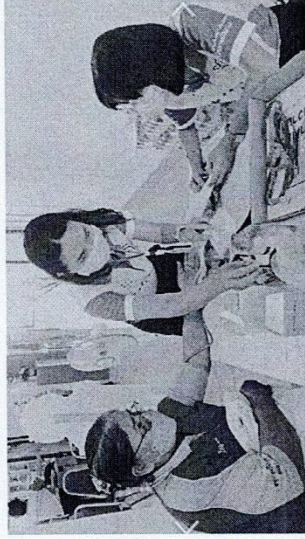




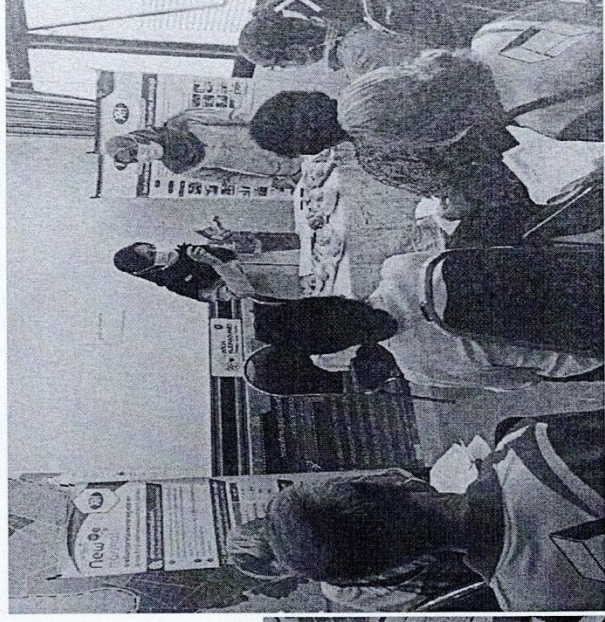
ภาพกิจกรรม 2 อบรมเชิงปฏิบัติการค่ายเยาวชนลดความเสี่ยง เลี้ยงน้ำตาสูง  
วันที่ 21 มิถุนายน 2566 ณ. คลินิกหมอครอบครัววิถี - เวชกรรม



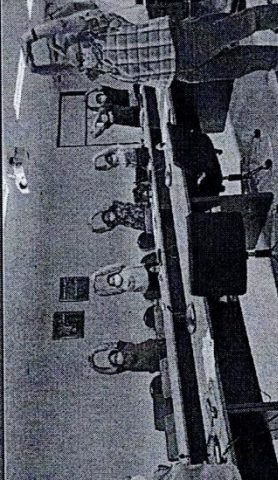
1 ผู้เข้าร่วมกรกษณ์อย่างใจเป็นสุข



๒ ลองเจอะดูรู้ตัวเอง



๓ อาหารสุขภาพ ทำเองได้  
ง่ายนิดเดียว



4 ขยับร่าง สร้างพลัง ดินน้ำตาล



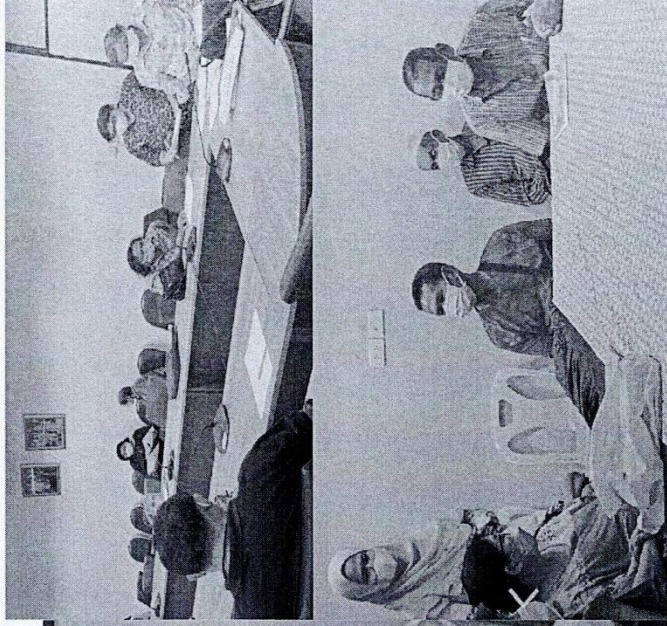
ภาพกิจกรรมที่ 3 การจัดกิจกรรมการจัดกิจกรรม Self-help group โดยทีมสหวิชาชีพคลินิก NCD  
ศสม.ตลาดเก่า/บ้านสะเตง/คลินิกหมอครอบครัววิถี - เวชกรรม



24 กรกฎาคม 2566 ณ.ศสม.บ้านสะเตง



วันที่ 26 กรกฎาคม 2566 ณ.ศสม.ตลาดเก่าและคลินิกหมอครอบครัว



วันที่ 26 กรกฎาคม 2566 ณ.ศสม.ตลาดเก่าและคลินิกหมอครอบครัว



ภาพกิจกรรม 4 การเยี่ยมบ้านผู้ป่วยเบาหวานคุมน้ำตาลได้ไม่ดี โดยทีมสหวิชาชีพ

