

โครงการ ส่งเสริมสุขภาพการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือ ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

หลักการและเหตุผล

เมื่อต้นปี ๒๕๖๓ กระทรวงสาธารณสุขไทยเปิดเผยว่า คนไทยป่วยด้วย ๕ โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง อันตรายเพิ่มขึ้นนาทีละ ๑ คน โดยในปี ๒๕๖๑ พบผู้ป่วยสะสมจำนวนมากกว่า ๒ ล้านคน และคาดว่าจะยังมีผู้ป่วยซ่อนเร้นอีกเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะกลุ่มคนที่อายุต่ำกว่า ๔๐ ปีที่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ Better Health ฉบับนี้ยังเน้นไปที่โรคเรื้อรังที่สำคัญคือ โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ยังเป็นสาเหตุที่นำไปสู่โรคแทรกซ้อนร้ายแรงอีกหลายโรค

ปัจจุบันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือ พบผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน เป็นจำนวนผู้ป่วยมากที่สุด พบว่า ประชากรในเขตรับผิดชอบทั้งหมด จำนวน ๒,๘๗๙ คน เป็นผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน ๒๖๕ คน และเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน ๑๑๐ คน จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ผู้ป่วยโรคเรื้อรังในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือมีอัตราการป่วยที่สูง ซึ่งมาตรการในการดูแลรักษาผู้ป่วยจำเป็นต้องอาศัยความรู้ความสามารถของผู้ให้การรักษาและความร่วมมือของผู้ป่วยในการดูแลสุขภาพและป้องกันภาวะแทรกซ้อน เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข

ดังนั้น การดูแลผู้ป่วยตั้งแต่เริ่มต้นเป็นโรค ในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และการควบคุมระดับความดันโลหิตสูง ร่วมกับการป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ แก่ผู้ป่วย ถือเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งครอบครัวและชุมชนจำเป็นต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแล ร่วมรับรู้ในการแก้ไขปัญหา ร่วมกันในเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านต่างๆ ที่ส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อน ทำให้ผู้ป่วยเกิดความตระหนักในการดูแลตนเองได้อย่างถูกต้องและต่อเนื่อง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือ จึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้น เพื่อดูแล ส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันกลุ่มผู้ป่วยให้มีสุขภาพที่ดี ไม่มีโรคแทรกซ้อน ซึ่งจะช่วยให้สูญเสียชีวิตได้ต่อไป

วัตถุประสงค์ (เพื่อการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพป้องกันโรคฟื้นฟูสมรรถภาพและรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก รวมถึงการจัดการกระบวนการหรือกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค)

๑. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงโรคเบาหวาน มีความรู้ ในการดูแลตนเองจากภาวะแทรกซ้อนได้อย่างถูกต้อง

๒. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี

๓. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี

๔. เพื่อลดอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงหรือโรคเบาหวาน

จำนวน ๔๐ คน

วิธีดำเนินงาน

๑. ชั้นเตรียมการ

๑.๑ สํารวจกลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยเรื้อรังในพื้นที่ตำบลท่าเรือ

๑.๒ ประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์และกิจกรรมโครงการร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุข เพื่อ

วางแผนการดำเนินงานกิจกรรมต่าง ๆ

๒. ชั้นดำเนินงาน

๒.๑ เจาะเลือดระดับน้ำตาลปลายนิ้ว ก่อนให้ความรู้และหลังให้ความรู้ ห่างกันเป็น

ระยะเวลา ๓ เดือน

๒.๒ อบรมบรรยายในหัวข้อ ดังนี้

๒.๒.๑ โรคความดันโลหิตสูง

- อาการของโรคความดันโลหิตสูง

- วิธีการดูแลตนเองและวิธีการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง

- ภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูง

๒.๒.๒ โรคเบาหวาน

- อาการของโรคเบาหวาน

- วิธีการดูแลตนเองและวิธีการป้องกันโรคเบาหวาน

- ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน

๒.๒.๓ โภชนาการกับโรคความดันโลหิตสูง เบาหวานและโรคหลอดเลือด

สมอง stroke fast track (ทางด่วนโรคหลอดเลือดสมอง)

๒.๒.๔ กิจกรรมรณรงค์ประชาสัมพันธ์ โรคหลอดเลือดสมอง

stroke fast track (ทางด่วนโรคหลอดเลือดสมอง) ในชุมชน

๒.๒.๕ กิจกรรมติดตามเยี่ยมผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

๓. ชั้นติดตามและประเมินผล

๓.๑ ติดตาม ประเมินผลและรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการ

ผู้รับผิดชอบโครงการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล

พื้นที่ดำเนินการ

ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือ

พื้นที่เขตรับผิดชอบหมู่ที่๑บ้านวังปริง,หมู่ที่๕บ้านควนพัฒนา และหมู่ที่๖ บ้านพรุดันอ้อ

ระยะเวลาดำเนินการ

กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ – สิงหาคม ๒๕๖๖

งบประมาณ

ขอสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ ซึ่งตรงกับกิจกรรมประเภท ที่ ๒ เป็นเงิน ๗,๖๐๐ บาท (เงินเจ็ดพันหกร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดค่าใช้จ่าย ดังนี้

๑. กิจกรรมอบรมให้ความรู้กลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน

๑.๑ ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๔๐ คน x ๑ มื้อ x ๕๐ บาท เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท

๑.๒ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๔๐ คน x ๒ มื้อ (เช้า-บ่าย) x มื้อละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท

๑.๓ ค่าตอบแทนวิทยากร ๑ คน x ๔ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท

๑.๔ ค่าป้ายไวนิลโครงการ ขนาด ๑ x ๒ เมตร จำนวน ๑ ผืนๆละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๓๐๐ บาท

๒. กิจกรรมรณรงค์ประชาสัมพันธ์

๒.๑ ค่าป้ายไวนิลประชาสัมพันธ์โรคหลอดเลือดสมอง stroke fast track (ทางด่วนโรคหลอดเลือดสมอง) ขนาด ๑ x ๒ เมตร จำนวน ๓ ผืนๆละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๙๐๐ บาท

รวมทั้งสิ้น ๗,๖๐๐ บาท (เงินเจ็ดพันหกร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

การประเมินผล

๑. ประเมินค่าระดับน้ำตาลปลายนิ้ว ก่อนให้ความรู้และหลังให้ความรู้ ห่างกันเป็นระยะเวลา ๓ เดือน

๒. รายงานอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน มีความรู้ ความเข้าใจในการป้องกันภาวะแทรกซ้อน ของโรคเรื้อรัง ได้อย่างถูกต้อง มากกว่าร้อยละ ๘๐

๒. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี ร้อยละ๕๐
๓. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี ร้อยละ๔๐
๔. เพื่อลดอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

ผู้เขียนโครงการ



(นางอำหระ ดุกจ๋วย)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เสนอโครงการ



(นางนิตยา รอกฤต)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รักษาราชการแทน
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือ

ผู้เห็นชอบโครงการ

- เห็นชอบ
 ไม่เห็นชอบ เหตุผล.....

(นายอาวุธ โพธิ์แก้ว)
สาธารณสุขอำเภอท่าแพ

ผู้เห็นชอบโครงการ


- เห็นชอบ
 ไม่เห็นชอบ เหตุผล.....

(นายบัณฑิต เลษะกุล)
กรรมการและเลขานุการ

กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ

ผู้อนุมัติโครงการ

- เห็นชอบ อนุมัติให้ดำเนินการ
 ไม่เห็นชอบ เหตุผล.....


(นายदनรอสัก เปรมใจ)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ

แผนการดำเนินงานโครงการ

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๑. เสนอโครงการ	มกราคม ๒๕๖๖	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลท่าเรือ	นางอำหรา ดุกจ้อย
๒. ประชุมชี้แจงและวางแผนการดำเนินงาน	กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลท่าเรือ	นางอำหรา ดุกจ้อย
๓. สํารวจกลุ่มเป้าหมาย	กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลท่าเรือ	นางอำหรา ดุกจ้อย และอสม.
๔. กิจกรรมให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมาย	มีนาคม ๒๕๖๖	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลท่าเรือ	นางอำหรา ดุกจ้อย และวิทยากร
๖. สรุปและประเมินผล	มิถุนายน ๒๕๖๕	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลท่าเรือ	นางอำหรา ดุกจ้อย

กำหนดการจัดโครงการ โครงการ ส่งเสริมสุขภาพการดูแลตนเอง
ของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน

ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

วันที่... เดือน..... ๒๕๖๖..

ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าเรือ

- ๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๐๐น. ลงทะเบียน/พิธีเปิด
- ๐๙.๐๐ น. - ๐๙.๓๐น. เจาะเลือดระดับน้ำตาลปลายนิ้ว(DTX)แก่กลุ่มเป้าหมายก่อนให้ความรู้
- ๐๙.๓๐ น. - ๑๐.๐๐น. กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (การควบคุมความดันโลหิตและควบคุมเบาหวานของ
ตนเอง)
- ๑๐.๐๐ น. - ๑๒.๐๐น. บรรยาย เรื่องโรคความดันโลหิตสูง ดังนี้
- อาการของโรคความดันโลหิตสูง
 - วิธีการดูแลตนเองและวิธีการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง
 - ภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูง
- ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ น. - ๑๕.๐๐น. บรรยาย เรื่องโรคเบาหวาน ดังนี้
- อาการของโรคเบาหวาน
 - วิธีการดูแลตนเองและวิธีการป้องกันโรคเบาหวาน
 - ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน
- ๑๕.๐๐ น. - ๑๖.๐๐น. บรรยาย เรื่องโภชนาการกับโรคความดันโลหิตสูง เบาหวานและโรคหลอดเลือดสมอง
stroke fast track (ทางด่วนโรคหลอดเลือดสมอง)
- ๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐น. ซักถามปัญหา/ปิดโครงการ

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม (เวลาอาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม)

เวลา ๑๐.๓๐ น.-๑๐.๔๕ น. (เช้า)

เวลา ๑๔.๓๐ น.-๑๔.๔๕ น. (บ่าย)

ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อบท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต. ท่าเรือ
ครั้งที่1..... / 2566... เมื่อวันที่28 กุมภาพันธ์ 2566..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน7,600.-..... บาท

เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

.....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่

.....

ลงชื่อ 

(นายदनรอสัก เปรมใจ)

ตำแหน่ง ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.ท่าเรือ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 8 มีนาคม 2566