

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านนา

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการปรับพฤติกรรม เปลี่ยนชีวิต พิชิตเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ประจำปี 2566

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านนา

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลศรีนครินทร์ (ปัญญานันท์ทกษ) มีความประสงค์จะทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการปรับพฤติกรรม เปลี่ยนชีวิต พิชิตเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ประจำปี 2566 ในปีงบประมาณ 2566 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านนา เป็นเงิน 19,400 บาท (หนึ่งหมื่นเก้าพันสี่ร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

1. หลักการและเหตุผลหรือสถานการณ์ปัญหา

ในยุคปัจจุบันที่การแพทย์เจริญก้าวหน้าขึ้น โรคภัยแรงในอดีตก็มีการรักษาหรือไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ทว่าโรคที่มีผู้ป่วยมากที่สุดในปัจจุบันกลับเป็นโรคเรื้อรังได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันสูง โรคหัวใจและหลอดเลือดสมองและภาวะอ้วนลงพุง ซึ่งมักจะมาเจียบๆ โดยไม่รู้ตัว โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดสมองและภาวะอ้วนลงพุงได้คุกคามชีวิตคนไทยจำนวนมากซึ่งเป็นสาเหตุของการป่วย พิการ และเสียชีวิตตลอดจนเป็นภาระต่องบประมาณด้านการดูแลสุขภาพของคนไทยที่เพิ่มมากขึ้นในอนาคต การมีมาตรการเชิงรุกในการส่งเสริมสุขภาพป้องกันและแก้ปัญหาโรคกลุ่มเมตาบอลิก (โรคเบาหวาน โรคความดันสูง โรคหัวใจและหลอดเลือดสมองและภาวะอ้วนลงพุง) โดยการคัดกรองพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรค ด้วยการ ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอวและเจาะคัดกรองน้ำตาลในเลือดเพื่อค้นหาพฤติกรรมเสี่ยงและค้นหาโรคในระยะเริ่มต้น เพื่อที่จะดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงโดยกลุ่มเป้าหมายต้องมีความรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กลุ่มเสี่ยงป่วยต้องได้รับการส่งต่อเพื่อคัดกรองโรคขั้นสูงขึ้น

จากผลการคัดกรองสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ของกลุ่มเป้าหมายในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลศรีนครินทร์(ปัญญานันท์ทกษ) ปีงบประมาณ 2566 จำนวน 1,274 คนพบว่า มีกลุ่มเสี่ยงสูงต่อการเกิด โรคเบาหวาน 155 คน คิดเป็นร้อยละ 12.17 สงสัยป่วยเป็นโรคเบาหวานรายใหม่ 6 คน คิดเป็นร้อยละ 4.72 ความเสี่ยงสูงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง 19 คน คิดเป็นร้อยละ 1.49 สงสัยป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ 56 คน คิดเป็นร้อยละ 4.40 สาเหตุส่วนใหญ่มาจากการที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง โดยเฉพาะพฤติกรรมการบริโภคและการออกกำลังกาย

จากผลการดำเนินการคัดกรองกลุ่มเสี่ยงในพื้นที่ กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวมได้ตระหนักถึงความสำคัญในการติดตามเฝ้าระวังป้องกันไม่ให้เกิดกลุ่มป่วยรายใหม่ จึงได้จัดทำโครงการปรับพฤติกรรม เปลี่ยนชีวิต พิชิตเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ประจำปี 2566 ขึ้นเพื่อเป็นการเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงเบาหวานและความดันโลหิตสูงในชุมชน กระตุ้นเตือนให้กลุ่มเสี่ยงที่ผ่านการคัดกรองได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ มีภาวะสุขภาพที่ดีขึ้น ป้องกันไม่ให้เกิดกลุ่มเสี่ยงกลายเป็นกลุ่มป่วยเป็นโรครายใหม่

2. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

1. ร้อยละ 50 ของกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโครงการมีระดับค่าน้ำตาลลดลง
2. ร้อยละ 50 ของกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโครงการมีระดับค่าความดันโลหิตลดลง
3. เกิดบุคคลต้นแบบในการดูแลสุขภาพ

3. กิจกรรมโครงการ

1. ลงทะเบียนกลุ่มเสี่ยงที่ตรวจคัดกรองและยืนยันผลการตรวจคัดกรองว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงที่มีความพร้อมและสมัครใจร่วมกิจกรรม
2. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและฝึกทักษะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
3. กิจกรรมติดตามผลเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
4. สรุปผลการดำเนินโครงการเปรียบเทียบผลก่อน – หลังเข้าร่วมโครงการ

4. วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเตรียมการ

- จัดทำแผนงานโครงการเสนอโครงการ
- จัดทำแผนปฏิบัติงานและกำหนดตารางการดำเนินโครงการ
- ติดต่อประสานวิทยากร/เตรียมวัสดุอุปกรณ์
- เผยแพร่ประชาสัมพันธ์รับสมัครผู้สนใจเข้าร่วมโครงการ สร้างกระแสการดำเนินงานโครงการผ่านสื่อท้องถิ่น เช่น การประชุมหมู่บ้าน เสียงตามสาย ไลน์กลุ่ม
- รับสมัครผู้สนใจเข้าร่วมโครงการ

4. วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเตรียมการ

- จัดทำแผนงานโครงการเสนอโครงการ
- จัดทำแผนปฏิบัติงานและกำหนดตารางการดำเนินโครงการ
- ติดต่อประสานวิทยากร

2. ขั้นดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยง

- จัดอบรมให้ความรู้และฝึกทักษะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

3. ขั้นตอนกิจกรรมติดตามผลเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

สุขภาพ

- ติดตาม ครั้งที่ 1 ระยะ 1 เดือน (ชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว วัดความดัน ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ให้ความรู้กระตุ้นเตือน)
- ติดตาม ครั้งที่ 2 ระยะ 3 เดือน (ชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว วัดความดัน ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ให้ความรู้กระตุ้นเตือน)
- ติดตามครั้งที่ 3 ระยะ 6 เดือน (ชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว วัดความดัน ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด ให้ความรู้กระตุ้นเตือน)

4. กิจกรรมสรุปผลการดำเนินโครงการ

- สรุปผลการดำเนินโครงการและมอบประกาศนียบัตรบุคคลต้นแบบในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

5. จัดทำรายงานผลการดำเนินงาน

5. ระยะเวลาดำเนินการ

1 มีนาคม 2566 – 30 กันยายน 2566

1 เมษายน 2566

6. กลุ่มเป้าหมาย

1. กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน ความดันโลหิตสูง เขตรับผิดชอบโรงพยาบาลศรีนครินทร์ฯที่สมัครใจ จำนวน 50 คน

7. สถานที่ดำเนินการ

ห้องประชุมเครือข่ายสินธุ์แพรทอง ตำบลลำสินธุ์ อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง

8. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านนา จำนวน 19,400 บาท (หนึ่งหมื่นเก้าพันสี่ร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้ (ต้องสอดคล้องกับกิจกรรมตามข้อ 3)

1. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ จำนวน 6 รายการ

- ค่าวิทยากร 6 ชั่วโมง X 600 บาท	เป็นเงิน	3,600 บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 25 บาท x 60 ชุด x 2 มื้อ	เป็นเงิน	3,000 บาท
- ค่าอาหารกลางวันกลุ่มเป้าหมายและผู้จัด 80 บาท x 60 ชุด	เป็นเงิน	4,800 บาท
- ค่าเช่าสถานที่จัดประชุม	เป็นเงิน	2,000 บาท
- ค่าเอกสารการอบรม 60 บาท x 50 ชุด	เป็นเงิน	3,000 บาท
- ค่าอุปกรณ์เครื่องปรุงในครัว	เป็นเงิน	500 บาท
- ค่าวัสดุดับอาหารสด	เป็นเงิน	500 บาท
- ค่าเกียรติบัตรบุคคลต้นแบบ 500 บาท x 4 รางวัล	เป็นเงิน	2,000 บาท
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น		19,400 บาท

9. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. อสม.มีความรู้ ความเข้าใจ ทักษะด้านการส่งเสริม ป้องกัน ฟื้นฟู สุขภาพของประชาชนในพื้นที่ ทั้ง 5 กลุ่มวัย สามารถถ่ายทอดความรู้ด้านสุขภาพแก่ประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ประชาชนจะได้รับการบริการด้านส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค รักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพ โดยอสม. ที่มีประสิทธิภาพเหมาะสมถูกต้อง

10. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

10.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561

ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลศรีนครินทร์(ปัญญานันท
ภิกขุ)

- 10.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 10.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 10.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 10.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 10.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

10.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 10.2.1 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข
[ข้อ 10(1)]
- 10.2.2 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคขององค์กร
หรือกลุ่มประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]
- 10.2.3 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ
[ข้อ 10(3)]
- 10.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]
- 10.2.5 สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

10.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก

- 10.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 10.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 10.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 10.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 10.3.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 10.3.7 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 10.3.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 10.3.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 10.3.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

10.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 10.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 10.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 10.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 10.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 10.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ).....

10.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 10.4.5.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.5.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.5.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.5.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.5.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 10.4.5.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 10.4.5.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 10.4.5.8 อื่นๆ (ระบุ).....

10.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 10.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.6.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 10.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 10.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 10.4.6.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 10.4.6.9 อื่นๆ (ระบุ).....

- 10.4.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 10.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 10.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 10.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 10.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 10.4.7.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 10.4.7.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 10.4.7.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 10.4.7.8 อื่นๆ (ระบุ).....

- 10.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 10.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 10.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 10.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 10.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 10.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 10.4.8.6 อื่นๆ (ระบุ).....

- 10.4.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]
 - 10.4.9.1 อื่นๆ (ระบุ).....

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางสาวพัชรี สำแดง)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

วันที่-เดือน-พ.ศ.

ตารางการอบรมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เปลี่ยนชีวิต พิชิตเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ประจำปี 2566

วันที่

ณ

วันที่

- | | |
|------------------|---|
| 08.00 - 09.00 น. | ลงทะเบียน |
| 09.00 - 11.00 น. | อันตรายและสถานการณ์การเกิดโรคเรื้อรังจากพฤติกรรมสุขภาพในปัจจุบัน
(โดย แพทย์โรงพยาบาลศรีนครินทร์ (ปัญญานันทภิกขุ)) |
| 10.00 - 12.00 น. | แนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันโรคตามหลัก ๓๒๒ส
(โดย นักวิชาการสาธารณสุข) |
| 12.00 - 13.00น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน |
| 13.00 - 14.00น. | แนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันโรคตามหลัก ๓๒๒ส
(โดย นักวิชาการสาธารณสุข) |
| 15.00 - 16.00 น. | การออกกำลังกาย การกายบริหารเพื่อลดน้ำหนัก
(โดย นักวิทยาศาสตร์การกีฬา) |

หมายเหตุ พักรับประทานอาหารว่าง เวลา 10.30-10.45น. และ 14.30-14.45น.