

โครงการถึงครัวถึงใจ ปี2566



กลุ่ม 4

จัดทำโดย

องค์กรอาสาสมัครสาธารณสุขบ้านกลาง

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต ๑๒ สงขลา
(แบบฟอร์มนี้เป็นตัวอย่าง กองทุน สามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมรายละเอียดได้ ตามความเหมาะสม)

โครงการ ปี-รหัสกองทุน ๕ ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
โครงการ/กิจกรรม	โครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖
กองทุน	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]
งาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่ขอโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
องค์กร/กลุ่มคน (๕)	ชื่อองค์กร อาสาสมัครสาธารณสุข หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง..... กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ๑ นางรอหวัน ภูใจ๊ะ..... ๒ นางสอสีฮะ ฮะปาน..... ๓ นายอนุศักดิ์ นีโกบ..... ๔ นางซิดาภา สารีปา..... ๕ นายยะโกบ สะบิลาย.....
อนุมัติ	
เวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่...๑...เดือน...ตุลาคม...พ.ศ..๒๕๖๕..... ถึง วันที่...๓๐...เดือน...กันยายน..พ.ศ..๒๕๖๖.....
ประมาณ	จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท

ารและเหตุใกล้ (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ปัจจุบันพบว่า คนไทยป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง มากขึ้น โดยส่วนใหญ่ร้อยละ ๘๐ เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ อาทิ ขาดการออกกำลังกาย น้ำหนักตัวเกิน สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า กินอาหารไม่เหมาะสม เช่นกินอาหารหวาน มัน เค็มเกิน และกินผักน้อยลงในโรคเบาหวานหาก ปล่อยทิ้งไว้ใน ๑๐ ปี จะเกิดโรคแทรกซ้อนอื่นๆ เช่น หลอดเลือดเสื่อม ทำให้เลือดไม่สามารถไปเลี้ยงต่างๆได้ เส้นเลือดสมองเสื่อม ทำให้เป็นอัมพฤกษ์ อัมพาตได้ เส้นเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจเสื่อมทำให้เป็นเส้นเลือดหัวใจตีบตันหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงตาเสื่อม ทำให้จอประสาทตาเสื่อมนำไปสู่การตาบอดได้ ส่วนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงมีภาวะแทรกซ้อนเกิดขึ้นคือ จากความดันโลหิตสูงโดยตรง ได้แก่ ภาวะหัวใจวายและหลอดเลือด ในสมองแตกและภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากเลือดแข็งตัวและตันทำให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่างๆไม่พอทำให้เกิดผลกระทบ ได้แก่ ภาวะแทรกซ้อน ทางหัวใจ หัวใจโต หัวใจขาดเลือดหรือหัวใจล้มเหลว กล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน ทางไต คือไตเสื่อมนำไปสู่ไตวายเรื้อรัง ทางสมอง ทำให้ตาย เส้นเลือดตีบนำไปสู่ อัมพฤกษ์ อัมพาต ในที่สุด

จากข้อมูลของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มปะโฮลด ปีงบประมาณ ๒๕๖๕ พบว่า หมู่ที่ ๔ มีจำนวนผู้ป่วยโรค โดยแยกเป็น โรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๓๘ ราย คิดเป็นอัตรา ๖๘.๘๔ ต่อพันประชากร โรคเบาหวาน จำนวน ๙ ราย อัตรา ๑๖.๓๐ ต่อพันประชากร เป็นทั้ง ๒ โรค จำนวน ๔ ราย คิดเป็นอัตรา ๗.๒๕ ต่อพันประชากร ร้อยละผู้ป่วยโรคในโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตได้ดี เท่ากับ ๓๙.๘๗ จากข้อมูลของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มปะโฮลด ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ร้อยละ ๒๐.๖๓ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันได้ดี ร้อยละ ๒๐ ซึ่งข้อมูลดังกล่าวมา จะเห็นได้ว่า การควบคุมทั้งระดับความดัน และระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้ป่วยยังไม่ดีเท่าที่ควร หากผู้ป่วยโรคเรื้อรังรักษาความตระหนัก และมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ส่งผลให้ผู้ป่วยโรคเรื้อรังไม่สามารถควบคุมค่าน้ำตาล และระดับความดันโลหิตได้

หมู่ที่ ๔ บ้านกลางมีจำนวน ๑๒๙ หลังคาเรือน มีจำนวนหลังคาเรือนที่ป่วย จำนวน ๔๙ หลังคาเรือน ที่เป็นกลุ่มป่วยและมีอยู่อยู่ในหลังคาเรือนดังกล่าว ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้ทางหมู่ที่ ๔ บ้านจึงมีความต้องการ จัดทำโครงการถึงครัวถึงใจ นี้ เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเรื้อรังและกลุ่มเสี่ยงในหมู่บ้านเป้าหมายร้อยละ ๕๐ มีความรู้ที่ถูกต้อง นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ลดผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ลดเกิดการแทรกซ้อนจากโรคของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง และเพื่อให้้องกับนโยบายสาธารณสุขที่เน้นระบบสุขภาพเชิงรุก และการสร้างเสริมสุขภาพ ประชาชนป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ ค่าใช้จ่ายของรัฐบาลในการรักษาพยาบาล โดยมีการให้ความรู้ผู้ดูแลผู้ป่วย ผู้ป่วย กลุ่มเสี่ยง ที่ประกอบอาหารทานเอง ผู้

ดูแลผู้ป่วย โดยเน้นการเลือกผลิตภัณฑ์โซเดียมต่ำ การเลือกผลิตภัณฑ์ที่ใช้เป็นเครื่องปรุงในครัวเรือน การเรียนรู้ฉลาก การ เมื่อผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ จะมีการติดตามเยี่ยมเพื่อช่วยจัดครัวสุขภาพดี โดยอาสาสมัครสาธารณสุข เจ้าหน้าที่ วมสุข และผู้ดูแลผู้ป่วย ต่อไป

นิพนการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. ประชุมวางแผนการดำเนินงาน
๒. จัดทำโครงการและขอเสนออนุมัติโครงการ
๓. กำหนดการจัดกิจกรรมตามแผนงานโครงการ
๔. จัดหาวิทยากรที่เหมาะสมกับโครงการ
๕. การดำเนินการตามขั้นตอนของกิจกรรม

๕.๑ จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน ๗๐ คน

- อบรมให้ความรู้ เรื่อง โภชนบำบัดสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง
- กิจกรรมแนะนำปริมาณโซเดียมในอาหารตัวอย่างที่ผู้ป่วยโรคเรื้อรังรับประทานในชีวิตประจำวัน
- อบรมให้ความรู้ เรื่อง รายการอาหารแลกเปลี่ยน
- กิจกรรม การออกแบบเมนูอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผู้เสี่ยงความดัน เบาหวาน

๖. การติดตามตรวจสอบและประเมินผล

๗. ประเมินแบบสอบถามความรู้ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

๘. การรายงานผลและ สรุปผลการประเมินแบบสอบถามความรู้ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

๙. สรุปผลการประเมินความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม

๑๐.สรุปผลครัวเรือนที่เข้าเยี่ยม

๑๑. ประเมินผลการดำเนินงานเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ

๑๒. การจัดทำรูปเล่ม สรุปรายงานผล

ที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้ป่วยเบาหวานที่เข้าร่วมโครงการมีระดับน้ำตาลในเลือดลดลงร้อยละ ๖๐

ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่เข้าร่วมโครงการมีระดับความดันโลหิตสูงลดลงร้อยละ ๖๐

ผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการ ลดอัตราการเกิดการแทรกซ้อนจากโรคของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ร้อยละ ๕๐

ผู้ป่วยและญาติผู้ดูแลผู้ป่วย มีความรู้ในการเลือกผลิตภัณฑ์ ฉลากโภชนาการ ร้อยละ ๘๐

ผู้ป่วยโรคเรื้อรังและกลุ่มเสี่ยงในหมู่บ้าน ได้รับความรู้และการเยี่ยมติดตามดูแลครัวสุขภาพดีร้อยละ ๕๐

ผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ลดลง ร้อยละ ๕

ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงลดลง ร้อยละ ๒.๕

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
ที่ ๑. เพื่อให้ความรู้ผู้เข้าอบรมในเรื่อง ๓๐๒ส.	ข้อที่ ๑.ผู้เข้าอบรมได้รับความรู้ในเรื่อง ๓๐๒ส.เพิ่มขึ้น ร้อยละ๘๐
ที่ ๒. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการประเมินกิจกรรมสุขภาพ ๓๐.๒ส.ที่พึงประสงค์ของคนไทย กองสุขศึกษา	ข้อที่ ๒.กลุ่มเป้าหมายได้รับการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ๓๐.๒ส.ที่พึงประสงค์ของคนไทย โดยกองสุขศึกษา ร้อยละ ๑๐๐
ที่ ๓ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการเยี่ยมครัวสุขภาพบ้าน	ข้อที่ ๓.กลุ่มเป้าหมายได้รับการเยี่ยมครัวสุขภาพดีที่บ้านร้อยละ๑๐๐
ที่ ๔ จำนวนผู้ป่วยเบาหวาน รายใหม่ลดลง	ข้อที่ ๔ จำนวนผู้ป่วยเบาหวาน รายใหม่ลดลงไม่เกินร้อยละ ๕
ที่ ๕ จำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง รายใหม่ลดลง	ข้อที่ ๕ จำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง รายใหม่ลดลงไม่เกินร้อยละ ๒.๕
ที่ ๖ กลุ่มเสี่ยงได้รับการติดตามความดันโลหิตและน้ำตาล	ข้อที่ ๖กลุ่มเสี่ยงได้รับการติดตามครอบคลุมร้อยละ ๘๐

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุนวัน/ ช่วงเวลา
๑. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมาย ผู้ป่วยและญาติ ผู้ดูแล	- ค่าอาหารกลางวันและน้ำดื่ม ๗๐ คน x ๑ มื้อ x ๕๐ บาท เป็นเงิน ๓,๕๐๐ บาท - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๗๐ คน x ๒ มื้อ x ๒๕ บาท เป็นเงิน ๓,๕๐๐ บาท - ค่าวิทยากร๑คนจำนวน ๔ ชม ชม.ละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท - ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ ผินละ ๓๐๐ บาท x ๑ ผืน เป็นเงิน ๓๐๐ บาท	มีนาคม - กันยายน ๒๕๖๖
	ค่าวัสดุจัดอบรม - สมุดติดตามกลุ่มเสียงจำนวน ๗๐เล่มๆละ ๑๕.๔๒บาทเป็นเงิน ๑,๐๘๐ บาท - ปากกาด้ามละ ๖ บาทจำนวน ๗๐ ด้ามเป็นเงิน ๔๒๐ บาท	
	รวม ๑๐,๐๐๐ บาท	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน

-
- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
 - ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
 - ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
 - ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
 - ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๗.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]

- ๗.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....๔๐.....
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน..... ๓๐ คน.....
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

- ๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน

๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ

๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซีมีเคร้า
- ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]


- ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

- ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)

- ๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)

- ๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)

- ๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
 - ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(.....นางรอรวัน อุเจ๊ะ.....)

ตำแหน่ง ...ประธานอาสาสมัครสาธารณสุข หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง.....

วันที่-เดือน-พ.ศ.

ตารางกิจกรรมโครงการถึงครัวถึงใจ
หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง ตำบลควนสตอ

วันที่ ...๑๒ กันยายน ๒๕๖๖.....

เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐น.-๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน	
๐๘.๓๐น.-๐๘.๔๕ น.	ทำแบบทดสอบความรู้ก่อนอบรม	
๐๘.๔๕ น.- ๑๐.๔๕ น.	ความรู้เรื่องโภชนาบำบัดสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง	นางถนอมสิน หิรัญสถิตย์
๑๐.๔๕ น.- ๑๑.๐๐ น.	รับประทานอาหารว่าง	
๑๑.๐๐ น.- ๑๒.๐๐ น.	ความรู้การแนะนำปริมาณโซเดียมในอาหารตัวอย่าง	นางถนอมสิน หิรัญสถิตย์
๑๒.๐๐น.- ๑๓.๐๐น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐ น.-๑๔.๓๐น.	ความรู้อาหารแลกเปลี่ยน การออกแบบเมนูอาหาร	นางถนอมสิน หิรัญสถิตย์
๑๔.๓๐น.-๑๔.๔๕น.	รับประทานอาหารว่าง	
๑๔.๔๕น.-๑๖.๑๕ น.	การติดตามและการประเมินผล	นางถนอมสิน หิรัญสถิตย์
๑๖.๑๕น.-๑๖.๓๐น.	ทำแบบทดสอบความรู้หลังอบรม	

ปิดการอบรม

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม(สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายและ
รายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลควนสตอครั้งที่
๔ / ๒๕๖๖ เมื่อวันที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๖ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน๑๐,๐๐๐.....บาท

เพราะ โครงการถึงครวถึงใจ เป็นโครงการสนับสนุนสร้างเสริมสุขภาพการป้องกันโรคของกลุ่ม
หรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่นๆ

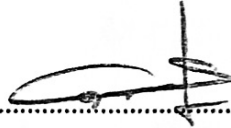
ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายในวันที่
หนึ่งเดือนหลังจากดำเนินโครงการเสร็จ

ลงชื่อ



(นายไชยยะชีร์ นุ่งอาทลี)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

องค์การบริหารส่วนตำบลควนสตอ

๕๘ ม.จ. ๕๖๖

วันที่-เดือน-พ.ศ.

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมโครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

วันที่..... 12 กันยายน 2566..... ศูนย์เรียนรู้ หมู่ที่ 4 บ้านกลาง

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
1	นางสาว... ..	188 ม. 4 ต....		
2	นางสาว... ..	15 ม. 4 ต....		
3	นางสาว... ..	95 ม. 4 ต....		
4	นางสาว... ..	10 ม. 4 ต....		
5	นางสาว... ..	21/1 ม. 4 ต....		
6	นางสาว... ..	19 ม. 4 ต....		
7	นางสาว... ..	100 ม. 4 ต....		
8	นางสาว... ..	๑๗ ม. 4 ต....		
9	นางสาว... ..	๓๗ ม. 4 ต....		
10	นางสาว... ..	๕๕ ม. 4 ต....		
11	นางสาว... ..	37 ม. 4 ต....		
12	นางสาว... ..	๖๓ ม. 4 ต....		
13	นางสาว... ..	๗๗ ม. 4 ต....		
14	นางสาว... ..	๗3 ม. 4 ต....		
15	นางสาว... ..	๕๑ ม. 4 ต....		
16	นางสาว... ..	112 ม. 4 ต....		
17	นางสาว... ..	๕๑ ม. 4 ต....		
18	นางสาว... ..	๗ ม. 4 ต....		
19	นางสาว... ..	131 ม. 4 ต....		
20	นางสาว... ..	87 ม. 4 ต....		
21	นางสาว... ..	122 ม. 4 ต....		
22	นางสาว... ..	36 ม. 4 ต....		
23	นางสาว... ..	๕๖ ม. 4 ต....		
24	นางสาว... ..	๕๕ ม. 4 ต....		

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมโครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

วันที่ 12 กันยายน 2571..... ศูนย์เรียนรู้ หมู่ที่ 4 บ้านกลาง

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
25	นางสาวใจดี ใจดี	39 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
26	นางสาวใจดี ใจดี	40 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
27	นางสาวใจดี ใจดี	41 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
28	นางสาวใจดี ใจดี	109 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
29	นางสาวใจดี ใจดี	98 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
30	นางสาวใจดี ใจดี	39 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
31	นางสาวใจดี ใจดี	6 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
32	นางสาวใจดี ใจดี	86 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
33	นางสาวใจดี ใจดี	31 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
34	นางสาวใจดี ใจดี	96 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
35	นางสาวใจดี ใจดี	17 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
36	นางสาวใจดี ใจดี	141 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
37	นางสาวใจดี ใจดี	91 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
38	นางสาวใจดี ใจดี	132 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
39	นางสาวใจดี ใจดี	35 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
40	นางสาวใจดี ใจดี	72 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
41	นางสาวใจดี ใจดี	63 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
42	นางสาวใจดี ใจดี	84 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
43	นางสาวใจดี ใจดี	33 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
44	นางสาวใจดี ใจดี	152 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
43	นางสาวใจดี ใจดี	87 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
44	นางสาวใจดี ใจดี	15 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
45	นางสาวใจดี ใจดี	45 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
46	นางสาวใจดี ใจดี	72 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	
47	นางสาวใจดี ใจดี	107 ม. 4 ต.บ้านกลาง	ใจดี	

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมโครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

วันที่..... 12 กันยายน 2566..... ศูนย์เรียนรู้ หมู่ที่ 4 บ้านกลาง

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
48	นางสาว.....	326 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	คุณ.....	
49	นางสาว.....	100 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
50	นาง.....	16 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
51	นาง.....	62 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
52	นางสาว.....	20 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
53	นาย.....	34 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาย.....	
54	นาง.....	96 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
55	นาง.....	56 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
56	นาง.....	103 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
57	นาง.....	98 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
58	นาง.....	80 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
59	นาย.....	133 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาย.....	
60	นาง.....	41 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
61	นาง.....	65 ม. ๔	นาง.....	
62	นาง.....	41 ม. ๔	นาง.....	
63	นาง.....	67 ม. ๔	นาง.....	
64	นาง.....	52 ม. ๔	นาง.....	
65	นาง.....	119 ม. ๔	นาง.....	
66	นาง.....	19 ม. ๔	นาง.....	
67	นาง.....	121 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
68	นาง.....	56 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
69	นาง.....	26 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	
70	นาง.....	82 ม. ๔ ต.บ้านกลาง	นาง.....	



เลขที่ 96 หมู่ที่ 4 บ้านกลาง

๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอเชิญเป็นวิทยากร

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มปะโหลด

ด้วยอาสาสมัครสาธารณสุขโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุ่มปะโหลด ตำบลควนสตอ อำเภอกวนโดน จังหวัดสตูล มีความประสงค์จะจัดอบรมโครงการถึงครัวถึงใจ ในกลุ่มเป้าหมายกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังในชุมชนและกลุ่มป่วย จำนวน ๗๐ คน ในพื้นที่ หมู่ ๔ ตำบลควนสตอ

ในการนี้ เพื่อให้การอบรมเป็นไปตามวัตถุประสงค์จึงขอเรียนเชิญ นางถนอมสิน หิรัญสถิตย์ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ เป็นวิทยากรให้ความรู้ในโครงการดังกล่าว ในวันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๖๖ เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๖.๐๐ น ณ ห้องประชุม ศูนย์การเรียนรู้ หมู่ที่ ๔ ตามรายละเอียดตารางการอบรมที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบและโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

(นางร่อหวัน อุเจ๊ะ)

ประธานอาสาสมัครสาธารณสุข หมู่ที่ ๔
รพ.สต.บ้านกุ่มปะโหลด

หนังสือตอบรับการเป็นวิทยากร

เขียนที่ รพ.สต.บ้านกุบังปะโหลด

วันที่ ๒๕ เดือน สิงหาคม พ.ศ ๒๕๖๖

เรื่อง ขอเชิญเป็นวิทยากร

เรียน ผู้จัดทำโครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

อ้างถึง อ้างถึงหนังสือขอเชิญเป็นวิทยากร ลงวันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๖ ได้ขอเชิญข้าพเจ้าเข้า

ร่วมเป็นวิทยากร ในวันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๖๖ ตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐ -๑๖.๐๐ น. ณ ศูนย์การเรียนรู้หมู่บ้าน
กลาง นั้น

ข้าพเจ้า ยินดีเป็นวิทยากรตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนดไว้

ไม่สามารถไปเป็นวิทยากรตามวัน เวลา และ

อื่น ๆ

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ



(นางอนอมสิน หิรัญสฤติย์)

ใบสำคัญรับเงิน


ชื่อผู้จัดฝึกอบรม.....องค์การสาธารณสุข หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง

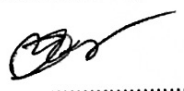
โครงการ/หลักสูตร.....โครงการถึงครัวถึงใจ ปี๒๕๖๖.....

วันที่.....๑๒.....เดือน กันยายน.....พ.ศ. ๒๕๖๖

ข้าพเจ้า.....นางณอมสิน.....หิรัญสถิต ๑๕/๑ หมู่ที่ ๒ ตำบลลุง อำเภอมือง จังหวัดสตูล ได้รับเงิน
จาก องค์การสาธารณสุข หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง.....ตั้งรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	
	บาท	สต.
- ค่าตอบแทนวิทยากร ๑ คน x ชั่วโมงละ ๓๐๐ บาท x ๔ ชั่วโมง x ๑ วัน เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท จ่ายเงินแล้ว (นางรอนันต์ อุจ๊ะ)	๑,๒๐๐	-
รวมทั้งสิ้น (เงินหนึ่งพันสองร้อยบาทถ้วน)	๑,๒๐๐	-

ลงชื่อ..........ผู้รับ
(นางณอมสิน หิรัญสถิต)

ลงชื่อ..........ผู้จ่าย
(นางรอนันต์ อุจ๊ะ)

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 เลขประจำตัวประชาชน 3 9101 00376 12 2
 Identification Number

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาง ถนอมสิน หิรัญสถิตย์
 Name Mrs. Thanomsin
 Last name Hiransait

เกิดวันที่ 5 พ.ค. 2515
 Date of Birth 5 May 1972

ศาสนา พุทธ

ที่อยู่ 15/1 หมู่ที่ 2 ถนนนครราชสีมา
ต.คลอง อ.เมืองสตูล จ.สตูล
 ต. ก.ค. 2560
 5 พ.ค. 2023
 4 พ.ค. 2575
 4 May 2032

9102-00-07021118

สำเนาถูกต้อง

AM
 (นางถนอมสิน หิรัญสถิตย์)
 พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

เล่มที่
BOOK NO.
2

เลขที่
BILL NO.
19/๖๖

Receipt ใบเสร็จรับเงิน 現兑單

นาม 實號
NAME บ้านกลาง วันที่ 日期 14 ๓๓๖๖
DATE

ที่อยู่ 住址
ADDRESS หมู่ 4 ต.ลานทราย อ.ลานโพธิ์ จ.สุพรรณบุรี

เลขประจำตัวประชาชน
IDENTIFICATION NO. เลขประจำตัวผู้เสียภาษีอากร
TAX IDENTIFICATION NO.

จำนวน QUANTITY 數量	รายการ DESCRIPTION 貨名	หน่วยละ UNIT PRICE 單價	จำนวนเงิน AMOUNT 金額
1 ไร่	โครงการกิ่งตรางิ่งใจ 1.00 x 2.00 ไร่		300
	เมตร		
จ่ายเงินแล้ว			
(นางสาววิมล ๑๕/๖๖)			
บาท BAHT 錄	สามร้อยบาทถ้วน	รวมเงิน TOTAL 共銀	300

เงินสด Cash เช็คเลขที่ Cheque No.

ผู้รับเงิน 收貨人
COLLECTOR [Signature] ธนาคาร Bank สาขา Branch

ทะเบียนเลขที่ 1910300031530
คำขอที่ 9100262000036



แบบ พก. 0403

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นาย อคิศักดิ์ เหมเค็ม

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499

เมื่อวันที่ 24 พฤษภาคม พ.ศ. 2562

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

ดีปรีน กราฟิก แอนด์ ดีไซน์

เขียนเป็นอักษรโรมัน

Dprint graphic and design

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

จำหน่ายอุปกรณ์ งานโฆษณาทุกรูปแบบ งานออกแบบ ผลิตและติดตั้ง งานกราฟิก สื่อสิ่งพิมพ์ ป้าย

สื่อโฆษณา วิกิตึ้น งานสกรีน

ที่ตั้งสำนักงานใหญ่

เลขที่ 1/70 หมู่ที่ 11 ต.กรอก/ชอย ถนน สดุดธานี

ตำบล/แขวง พิมาน อำเภอ/เขต เมืองสดุด จังหวัด สดุด

ออกให้ ณ วันที่ 24 พฤษภาคม พ.ศ. 2562



นางสาวกานต์



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card

เลขประจำตัวประชาชน 1 9103 00031 53 0

Identification Number

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาย อติศักดิ์ เหมเด็น

Name Mr. Adisak

Last name Hemden

เกิดวันที่ 13 เม.ย. 2529

Date of Birth 13 Apr. 1986

ศาสนา อิสลาม

ที่อยู่ 358 หมู่ 5 ต.สวนเทพสง

อ.สวนเทพสง จ.สตูล

8 ธ.ค. 2564

วันออกบัตร

8 Dec 2021

Date of Issue

12 เม.ย. 2573

วันครบอายุ

12 Apr. 2030

Date of Expiry



9199-04-12081458

Handwritten signature and stamp

ทะเบียนเลขที่ 3910100538394
คำขอที่ 9100461000004



แบบ พก. 0403

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

คำเนาออกให้
ม.ก.น.ส.ร. ส.ร.น.ร.ร.ร.

นาง มลนิชาวรรณ สุวรรณศิริชญากุล

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499

เมื่อวันที่ 25 กันยายน พ.ศ. 2549

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

รานอีฟอีวา

เขียนเป็นอักษรโรมัน

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

ร้านขายปลีกเครื่องเขียนและเครื่องใช้สำนักงาน

ที่ตั้งสำนักงานใหญ่

เลขที่ 389 หมู่ที่ 2 ตรอก/ซอย ถนน

ตำบล/แขวง หลุม อำเภอ/เขต เมืองสตูล จังหวัด สตูล

ออกให้ ณ วันที่ 2 มีนาคม พ.ศ. 2561





บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 เลขประจำตัวประชาชน 1 9199 00123 69 7
 Identification Number

ชื่อตัวและชื่อสกุล น.ส. อารีนา เดชหล่อหิม

Name Miss Areena

Last name Dejlorheem

เกิดวันที่ 25 ก.ค. 2535

Date of Birth 25 Jul. 1992

ศาสนา อิสลาม

ที่อยู่ 224 หมู่ที่ 11 ต.ฉลุง อ.เมืองสตูล

จ.สตูล

19 ก.ย. 2565

วันออกบัตร

19 Sep. 2022

Date of Issue



(นายธนาภรณ์ จงจรัส)
 เจ้าพนักงานออกบัตร

24 ก.ค. 2574

วันบัตรหมดอายุ

24 Jul. 2031

Date of Expiry

9101-07-09191040



BORA-10.7-03-2564



ประเทศไทย
 THAILAND

~~11-002319-16~~

นางสาวอารีนา เดชหล่อหิม
 (นางสาวอารีนา เดชหล่อหิม)

บ้านบ้านหนองบัวปทุม
 ๗๗๐ หมู่ ๑ ตำบล ๑๑ ถนน
 ๖๖ หมู่ ๑ ต. ดอนเมือง อ. ดอนเมือง
 จ. นนทบุรี

เล่มที่.....
 เลขที่ 12 ก.๕1 ๖๖
 บิลเงินสด 現兑單
 CASH SALE

นาม 姓 ๗๗๐ หมู่ ๑ ตำบล ๑๑ ถนน หมู่ ๑ ต. ดอนเมือง อ. ดอนเมือง จ. นนทบุรี
 (NAME).....
 ที่อยู่ 住址 ๗๗๐ หมู่ ๑ ตำบล ๑๑ ถนน หมู่ ๑ ต. ดอนเมือง อ. ดอนเมือง จ. นนทบุรี
 (ADDRESS).....
 วันที่ 日期 ๑๒ ก.๕1 ๖๖
 (DATE).....
 เลขประจำตัวผู้เสียภาษี.....

จำนวน QUANTITY 数量	รายการ DESCRIPTION 貨名	หน่วยละ UNIT PRICE 貨目	จำนวนเงิน AMOUNT 計銀
๑๗๐ ๕๐๐	คอกไก่รวม (๑๕๕ (๑๕๕) ๕๐๐) ๕๐๐ ๗๐ ดน x ๒ ๕๐๐ x ๒๕๒๗ ฟิวเจอร์	๒๕	3500
จ่ายเงินแล้ว			
(นางระพีพร ๑๗๕)			
รวม BAHT 鉢	สามพันห้าร้อยบาทถ้วน	รวมเงิน TOTAL 共銀	3500

ผู้รับเงิน RECEIVED.....
 收銀人 ๗๗๐ หมู่ ๑ ตำบล ๑๑ ถนน

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 เลขประจำตัวประชาชน 5 9102 99002 47 3
 Identification Number

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาง สุกัญญา แกสมาน
 Name Mrs. Sukanya
 Last name Kaesaman
 เกิดวันที่ 14 ก.พ. 2520
 Date of Birth 14 Feb. 1977
 ศาสนา อิสลาม

ที่อยู่ 86 หมู่ที่ 8 ต.ควนสตอ
 อ.ควนโดน จ.สตูล
 9 พ.ค. 2566
 วันออกบัตร
 9 May 2023
 Date of Issue

13 พ.พ. 2576
 วันหมดอายุ
 13 Feb. 2033
 Date of Expiry

9102-04-05091102

สำเนาถูกต้อง.
 สุกัญญา แกสมาน
 (นางสุกัญญา แกสมาน)

ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน
หลักประกันคุณภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม) ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน
โครงการถึงครวถึงใจ ปี ๒๕๖๖

กิจกรรมที่ ๑ จัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยและญาติผู้ดูแล

ผลการดำเนินงานกิจกรรมโครงการถึงครวถึงใจ ปี ๒๕๖๖ ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วย หมู่ที่ ๔ บ้าน
กลาง จำนวน ๗๐ คน โดยสอนความรู้โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ความรู้ ๓๐๒ส. ความรู้เรื่องโภชนา
บำบัดสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง การบริโภคโซเดียม ความรู้อาหารแลกเปลี่ยน การออกแบบเมนูอาหารสุขภาพ ให้
สอดคล้องบริบทในชุมชน

- ๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดดังนี้
- ๒.๑ ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย มีความรู้เรื่อง ๓๐๒ส. ครอบคลุม ๘๐ เปอร์เซ็นต์
- ๒.๒ ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย ได้รับการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ๓๐.๒ส.ที่พึงประสงค์ของคนไทย โดยกองสุข
ศึกษา ครอบคลุม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์
- ๒.๓ ประชาชนกลุ่มเป้าหมาย ได้รับการเยี่ยมครัวสุขภาพดีที่บ้าน ครอบคลุม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์
- ๒.๔ จำนวนผู้ป่วยเบาหวาน รายใหม่ ๔ ราย ลดลงไม่เกินร้อยละ ๕ ikp.s.j
- ๒.๕ จำนวนผู้ป่วยความดันโลหิตสูง รายใหม่ ๗ ราย ลดลงไม่เกินร้อยละ ๒.๕
- ๒.๖ กลุ่มเสี่ยงได้รับการติดตามความดันโลหิตและเจาะน้ำตาลครอบคลุม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์
- ๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์
 - บรรลุตามวัตถุประสงค์
 - ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ.....
- ๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมงานใน แผนงาน/โครงการ/ กิจกรรม.....๗๐.....คน

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ.....๑๐,๐๐๐.....บาท
งบประมาณเบิกจ่ายจริง๑๐,๐๐๐.....บาท คิดเป็นร้อยละ ...๑๐๐.....
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ.....-.....บาท คิดเป็นร้อยละ...-.....

๔. ปัญหา / อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี
- มี

ปัญหา/ อุปสรรค(ระบุ).....-.....

6 9 7
แนวทางการแก้ไข(ระบุ).....

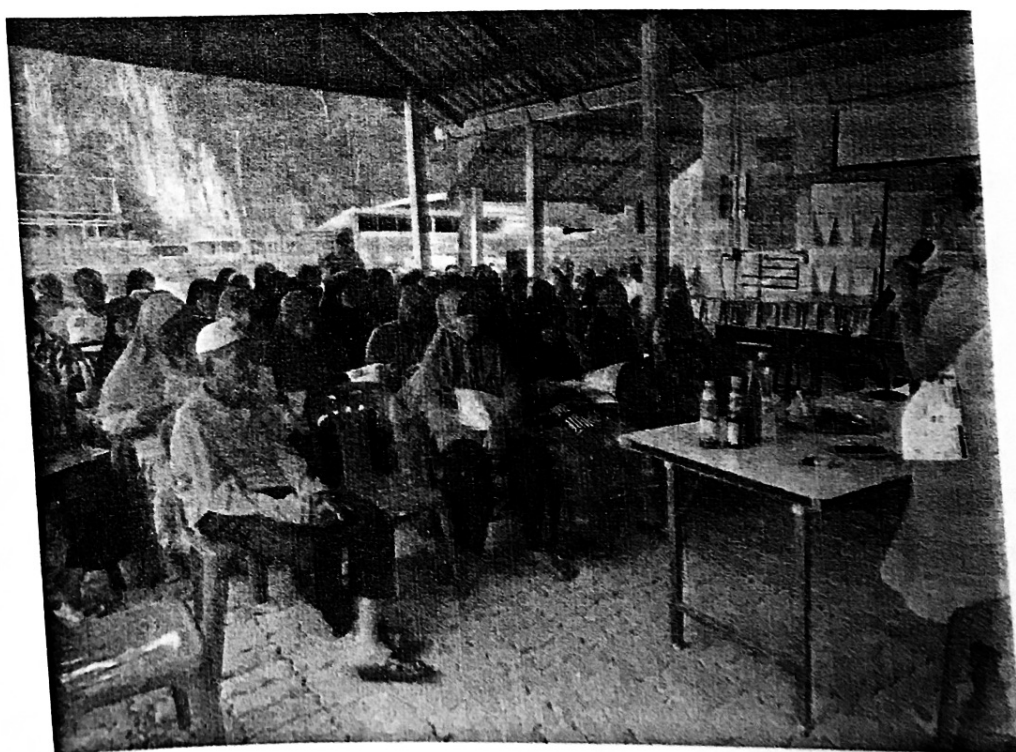
ลงชื่อ.....ผู้รายงาน

(นางรอรวัน อุเจ๊ะ)

ตำแหน่ง ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่ที่ ๔

โครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

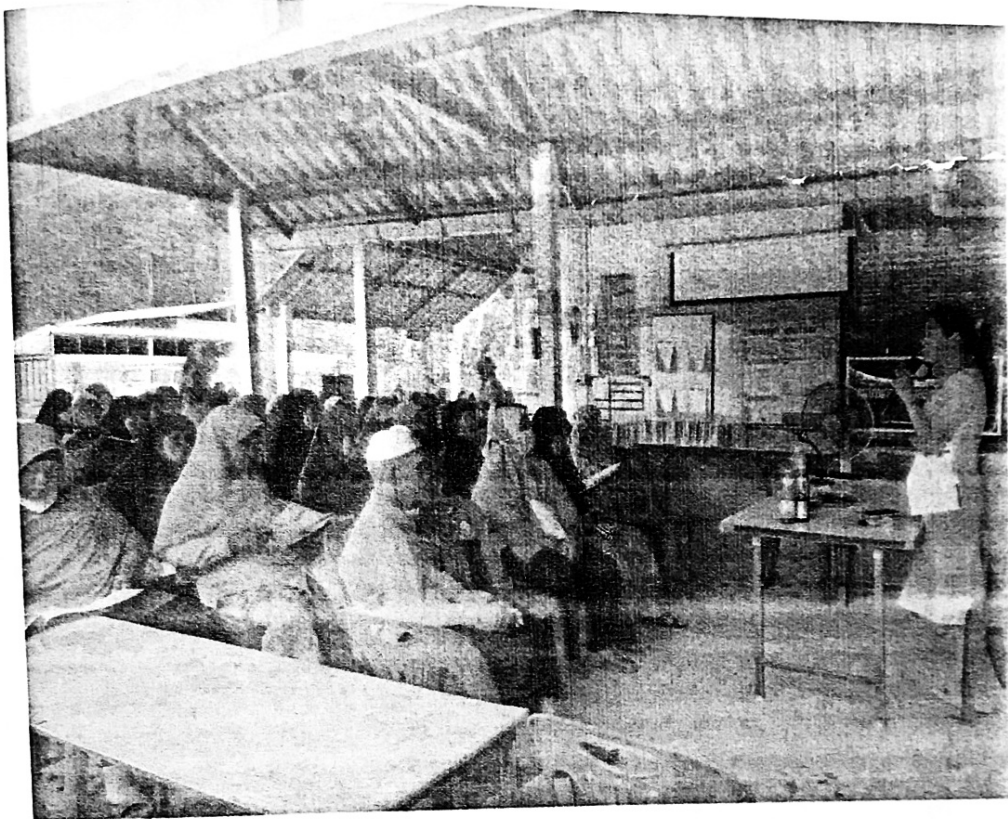
ภาพกิจกรรม จัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยและญาติผู้ดูแล
วันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๖๖ ณ ห้องศูนย์การเรียนรู้หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง



ภาคผนวก

โครงการถึงครัวถึงใจ ปี ๒๕๖๖

ภาพกิจกรรม จัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยและญาติผู้ดูแล
วันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๖๖ ณ ห้องศูนย์การเรียนรู้หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง

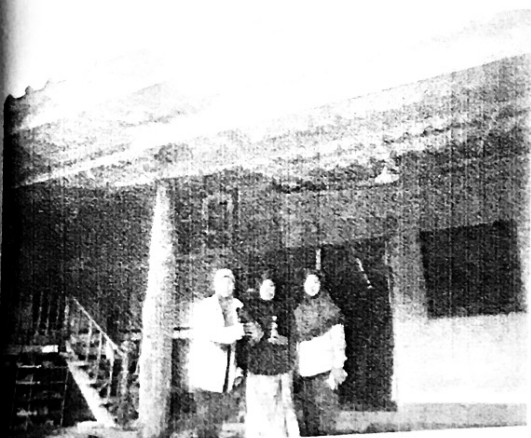


ภาคผนวก

โครงการถึงครัวถึงใจ ปี ๒๕๖๖

ภาพกิจกรรม อสม.ลงพื้นที่สำรวจเยี่ยม ครัวในชุมชนแก่กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยและญาติผู้ดูแล

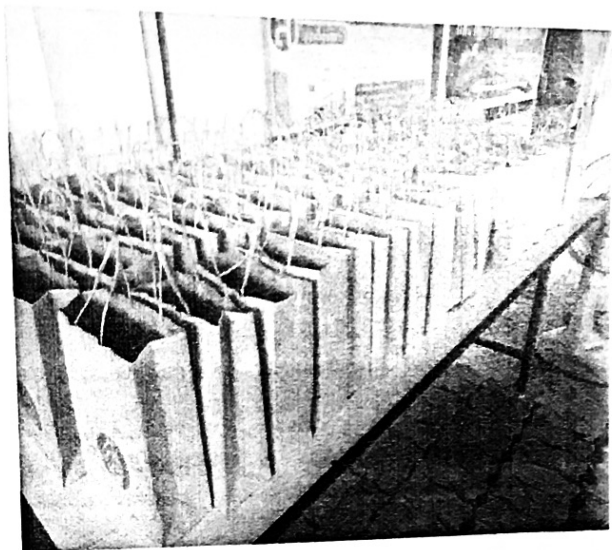
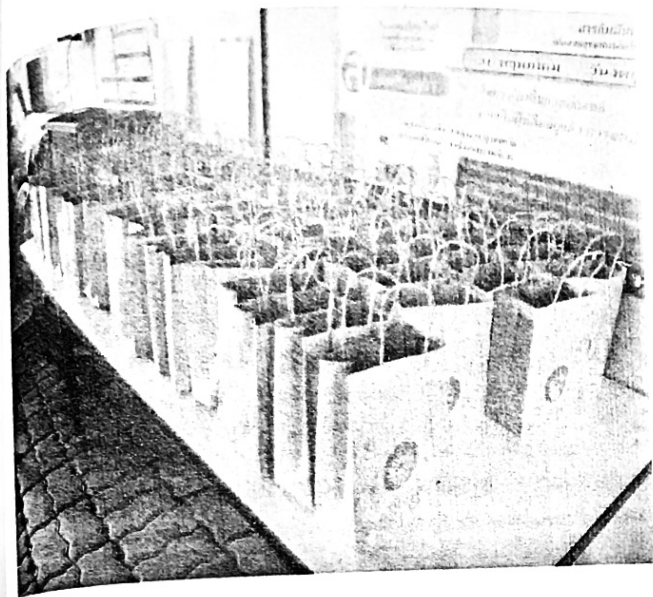
วันที่ ๑๓-๑๕ กันยายน ๒๕๖๖ ณ ห้องศูนย์การเรียนรู้หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง



พัฒนาอาหารและอาหารว่าง

โครงการถึงคร้วถึงใจ ปี ๒๕๖๖

วันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๖๖ ณ ห้องศูนย์การเรียนรู้หมู่ที่ ๔ บ้านกลาง



การตรวจตา ตรวจเท้า ตรวจปัสสาวะอย่างน้อย 1 ปี กรณีเป็น
ความดันโลหิตสูงป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคหัวใจ สมอง
ไตวาย เช่น การตรวจตา การตรวจการทำงานของไต หัวใจ
อย่างน้อยปีละ 1 ครั้งพบแพทย์ตามนัดทุก 4 สัปดาห์หรือเมื่อมี
อาการผิดปกติ ได้รับการติดตามการเยี่ยมบ้านจากเจ้าหน้าที่

สีแดง

ระดับเบาหวาน ≥ 183 mg/dl

ระดับความดันโลหิต $\geq 180/110$ mmHg

ปฏิบัติตามคำแนะนำของกลุ่มสีขาวตามหลัก 3 อ.

สิ่งสำคัญ

คุณต้องมาตรวจวัดระดับความดันโลหิตทุกเดือน และ
ตรวจเบาหวานทุก 1-3 เดือนลดการบริโภคอาหารที่มีรสหวาน
สำหรับผู้ป่วยเบาหวาน และลดการบริโภคอาหารที่มี ไขมัน เค็ม ใน
ผู้ป่วยที่เป็น ความดันโลหิตสูง คุณจะได้รับสมุดประจำตัวผู้ป่วย
จากเจ้าหน้าที่ กรณีที่เป็นเบาหวานป้องกันภาวะแทรกซ้อนเช่น
การตรวจตา ตรวจเท้า ตรวจปัสสาวะอย่างน้อย 1 ปี กรณีเป็น
ความดันโลหิตสูงป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคหัวใจ สมอง
ไตวาย เช่น การตรวจตา การตรวจการทำงานของไต หัวใจ
อย่างน้อยปีละ 1 ครั้งพบแพทย์ตามนัดทุก 4 สัปดาห์หรือเมื่อมี
อาการผิดปกติ ได้รับการติดตามการเยี่ยมบ้านจากเจ้าหน้าที่

สีเขียว

คุณเป็นผู้ป่วยโรคหัวใจหรือโรคแทรกซ้อน โรคกล้ามเนื้อ
หัวใจขาดเลือด โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคไต

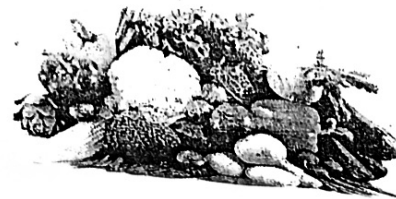
ดังนั้นคุณต้องรู้และเข้าใจอาการที่เกิดจาก

ภาวะแทรกซ้อน ดังกล่าวเช่น

- อาการจุดเนื้องอกบริเวณหน้าอก ร้าวมาที่คอ หรือ
สะบักซ้าย ท้องแขนข้างซ้าย เป็นอาการของโรคหัวใจขาดเลือด
- ปากเบี้ยว พูดไม่ชัด แขนข้างใจข้างหนึ่งเริ่มไม่มีแรง
เป็นอาการของโรคเส้นเลือดสมองอุดตัน
- อาการปัสสาวะผิดปกติ จากจำนวนครั้งละมากๆ
เริ่มลดน้อยลง และเริ่มชุน หายใจมีกลิ่นเหม็น อาการมีน ปวด
ศีรษะไม่ทราบสาเหตุ เป็นอาการของโรคไตวาย เมื่อเกิด
ภาวะแทรกซ้อนดังกล่าวต้องส่งโรงพยาบาลทันที ซึ่งในโรคหัวใจ
ขาดเลือดและโรคเส้นเลือดสมองอุดตันหรือแตก ต้องนำตัวส่ง
โรงพยาบาลภายใน 3 ชม. รับประทานยาภายใน 30 นาที จึงจะ
ปลอดภัย เพื่อความปลอดภัยลดความรุนแรงของโรคซึ่งมีโอกาส
เสียชีวิต สำหรับการรักษาขึ้นอยู่กับโรคนั้นๆ

อ้างอิง

วิชัย เทียนถาวร (2556).แผนการเฝ้าระวัง ควบคุม ป้องกัน
โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงในประเทศไทย :
นโยบาย สู่ การปฏิบัติ .กรุงเทพฯ ชุมชนสมรรถนะ
การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.



อสม. สานต่อป้องกัน

จราจรชีวิต ๗ สี

พิชิตภัยเบาหวาน-ความดันโลหิตสูง

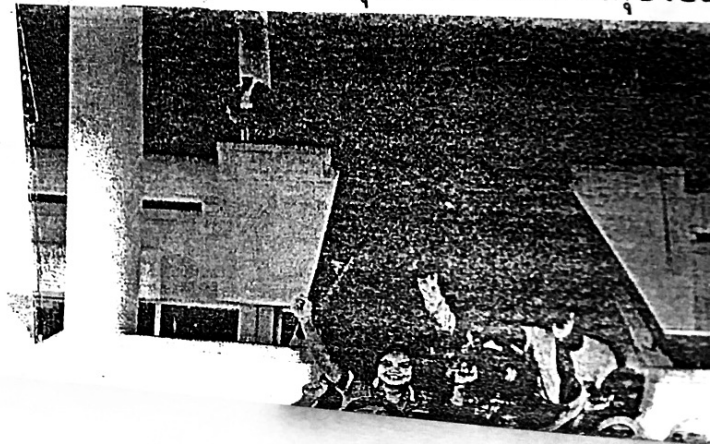
โดย

นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา

ร่วมกับ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกุบังปะ



อยุ่ยาว เติบโตสูง ส่วนใหญ่ไม่มีอาการ

ภาวะแทรกซ้อนโรคความดันโลหิตสูง

ลักษณะที่พบ
โรคความดันโลหิตสูง



วิงเวียนศีรษะ ปวดตา
มัวมัว



หน้ามืด เวียนศีรษะ



คลื่นไส้ อาเจียน



มึนงง



ตามัว



เหนื่อยง่าย หอบ



เลือดอาจไม่เลี้ยงไตเป็นอ
กาศให้ไตวายเรื้อรัง



รู้จัก
โรคความดันโลหิต
Hypertension

120
Sys

80



ช่เคียมล่วนเกึน
ทางไถบ้าง?



ไหญ่

อูจางระ



ปลาหว่า

แหล่งที่มาของการได้รับ
ช่เคียมจากอาหาร



อาหารที่ผ่านกระบวนการผลิตและ
การรับประทานอาหารนอกบ้าน
อาหารและผลิตภัณฑ์ อาหารที่นิยมบริโภค
10 ลำดับแรก ได้แก่ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
พร้อมเครื่องปรุง ปลากระป๋อง ปลาทูน่า
น้ำพริกต่างๆ ปลาต้ม ข้าวโพดต้ม ลูกชิ้น
แคบหมู มันฝรั่งทอด และไข่เค็ม

2 ได้มาจากธรรมชาติของอาหาร
สำหรับอาหารที่มีความเค็มตามธรรมชาติ คือ
เนื้อสัตว์ทุกชนิดและอาหารทะเล



3 ได้จากวิธีการปรุงประกอบอาหารภายในบ้าน
หรือการใช้เครื่องปรุงบนโต๊ะอาหาร
ผลิตภัณฑ์เครื่องปรุงรสได้แก่ น้ำปลา
ซอสหอยนางรม เกลือ ซีอิ๊วขาว กะปิ ผงปรุงรส
น้ำมันหอย น้ำปลาร้า ซอสถั่วเหลือง
เครื่องพริกแกง ซีอิ๊วดำ
และซุปล้วน



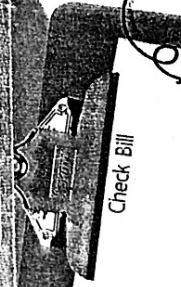
ลด
เค็ม

ลด
เกลือ

ลด
ความดัน
โลหิตสูง







ลด
ช่เคียม

ลด
โรคไม่ติดต่อ
เรื้อรัง



อาการและโรคแทรกซ้อนที่สำคัญของโรคเบาหวาน

มักจะเกิดขึ้นเมื่อเป็นเบาหวานมาแล้วอย่างน้อย 5 ปี
และไม่ได้ได้รับการรักษาอย่างจริงจัง

-  เบาหวานขึ้นจอตา  ไตวายจากเบาหวาน
-  ถูกตัดเท้าจากเบาหวาน  โรคความดันโลหิตสูง
-  โรคหลอดเลือดหัวใจ  โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต

ผู้ที่สู้ออกผลเป็นโรคเบาหวาน

เบาหวาน พบได้ในคนทุกเพศทุกวัย แต่จะพบมากในคนอายุ
มากกว่า 30 ปีขึ้นไป คนอ้วนที่น้ำหนักเกิน ผู้ที่ขาดการออกกำลังกาย
ปัจจุบันลักษณะการบริโภคที่ไม่สมดุล เช่น รับประทานอาหาร ไขมัน
เค็มเกินพอดี และกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันที่ทำลายสุขภาพ
เช่น สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ส่งผลให้มีคนเป็นเบาหวานเพิ่มมากขึ้น

การป้องกันโรคเบาหวาน

-  1. รับประทานอาหารให้ครบ 3 มื้อ หลีกเลี่ยงอาหาร
รสหวาน ไขมัน เค็มจัด เพิ่มการบริโภคผักผลไม้
-  2. ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
และเพียงพอ 150 นาทีต่อสัปดาห์
-  3. การงด/ลดการสูบบุหรี่
และดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสม
ของแอลกอฮอล์
-  4. ทำจิตใจให้แจ่มใส
ไม่นอนดึก
-  5. ควรรับการตรวจวัดค่าระดับน้ำตาล
เป็นระยะเป็นประจำ

