



แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลสุคริริน

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม **ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ รู้ตน ลดเสี่ยง ลดโรค**

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลสุคริริน

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน (ระบุชื่อ) โรงพยาบาลสุคริริน มีความประสงค์จะทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม **ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ รู้ตน ลดเสี่ยง ลดโรค** ในปีงบประมาณ...2567..

โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลสุคริริน เป็นเงิน 13,600 บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

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

1. หลักการเหตุผล

โรคไม่ติดต่อยังคงเป็นปัญหาสุขภาพอันดับหนึ่งของประชาชนไทยทั้งในแง่ภาระโรค และอัตราการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร (30 - 69 ปี) จากโรคไม่ติดต่อที่สำคัญประกอบด้วย โรคหลอดเลือดสมอง, โรคหัวใจขาดเลือด, โรคเบาหวาน, ภาวะความดันโลหิตสูง และโรคทางเดินหายใจอุดกั้นเรื้อรัง มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2557และในปีพ.ศ. 2561 โดยโรคหลอดเลือดสมองมีอัตราการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรสูงที่สุดเท่ากับ 44.3 รายต่อประชากรแสนคน และอัตราการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรด้วยโรคหลอดเลือดสมองในผู้ชายสูงกว่าเพศหญิง (กรมควบคุมโรค, 2562) สำหรับสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดโรคดังกล่าว มักเกิดจาก “กรรมพันธุ์และพฤติกรรม” เพื่อการควบคุมโรคที่สมบูรณ์ ผู้ป่วยและผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต้องได้รับความรู้เรื่องโรค รวมไปถึงความรู้เรื่องโภชนาการและการออกกำลังกายที่ถูกต้อง พร้อมทั้งได้รับการกระตุ้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผ่านกิจกรรมต่างๆ ก็จะสามารถใช้ชีวิตได้ปกติโดยปราศจากโรคแทรกซ้อน

ดังนั้น เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสุคริริน ร่วมกับกลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ได้ตระหนักถึงภาวะสุขภาพของประชาชนในกลุ่มดังกล่าว และได้ให้ความสำคัญในการส่งเสริม ป้องกัน และควบคุมโรค โดยมุ่งเน้นการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายเพื่อสอดคล้องกับปัญหาในพื้นที่ที่ดีขึ้นจึงได้จัดทำโครงการ **ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ "รู้ตน ลดเสี่ยง ลดโรค"** ตามหลัก 3อ 2ส เพื่อให้ประชาชนได้รับความรู้ทักษะในการจัดการตนเอง และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดการเกิดโรคเรื้อรังได้

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก 3อ2ส ได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อลดอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ จากกลุ่มเสี่ยง
3. เพื่อเสริมสร้างบุคคลต้นแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในชุมชน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเสี่ยงสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก 3อ2ส ได้อย่างถูกต้อง
2. มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 50 ของกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง ได้รับการวัดความดันโลหิตซ้ำที่บ้าน

3. กลุ่มเป้าหมาย 6 ชุมชน จำนวน 300 คน

4. วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

1. จัดทำโครงการ และเสนอเพื่อขออนุมัติ
 2. จัดทำทะเบียนกลุ่มเป้าหมาย ประชาสัมพันธ์โครงการ ประชุมชี้แจงอสม. และประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้อง
 3. อบรมให้ความรู้กลุ่มเป้าหมาย เรื่อง ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 6 ชุมชนๆ ละ 50 คน การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ2ส
 4. พัฒนาองค์ความรู้และสื่อประชาสัมพันธ์แก่ประชาชน โรคกล้ามเนื้อหัวใจ เพื่อให้ประชาชนมีความรู้และการขอความช่วยเหลือได้ถูกต้องทันเวลา โดยติดสื่อที่ร้านค้าหรือมัสยิด/วัด ในแต่ละชุมชน
- กิจกรรม (ปรับเปลี่ยน หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)ออกแบบกิจกรรมให้ละเอียดจะทำอะไร กับใคร จำนวนเท่าไร เมื่อไร ใช้งบประมาณเท่าไร รายการอะไรบ้าง อธิบายอย่างละเอียด

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ ช่วงเวลา
1. กิจกรรมอบรมให้ความรู้กับกลุ่มเป้าหมาย (07.00น.-11.00) - ชุมชนมาโมง จำนวน 50 คน - ชุมชนเกียร์ จำนวน 50 คน - ชุมชนกลันตัน จำนวน 50 คน - ชุมชนปารีย์ จำนวน 50 คน - ชุมชนสุคีริน จำนวน 50 คน - ชุมชนบ้านราษฎร์สามัคคี จำนวน 50 คน	-ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 300 คน เป็นเงิน 7,500 บาท -ค่าไว้นิลป้ายโครงการ ขนาด1.6*2.5 จำนวน 1 แผ่นเป็นเงิน 1000 บาท -แผ่นเคลือบ A 3 เพื่อเผยแพร่ในชุมชน 2 โรค 24 แผ่น (โรงเรียน 4 แห่ง 8 แผ่น /วัด 1แห่ง /มัสยิด 7แห่ง 14แผ่น) แผ่นละ 150*24 เป็นเงิน 3,600 บาท -สื่ออบรมให้ความรู้ 10 เรื่อง 3อ.2ส แผ่นละ 150*10 เป็นเงิน 1,500 บาท	6 วัน
	รวม 13,600 บาท	

5. ระยะเวลาดำเนินการ

มกราคม 2567 – กันยายน 2567

6. สถานที่ดำเนินการ

ศาลาเอนกประสงค์ชุมชน

7. งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลสุคีริน จำนวน 13,600 บาท รายละเอียด ดังนี้

- ค่าอาหารว่าง จำนวน 300 คน เป็นเงิน 7,500 บาท
- ค่าไว้นิลป้ายโครงการ 1 แผ่น เป็นเงิน 1,000 บาท
- ค่าแผ่นเคลือบ A 3 เพื่อเผยแพร่ในชุมชน 2 โรค 24 แผ่น เป็นเงิน 3,600 บาท
- สื่ออบรมให้ความรู้ 10 เรื่อง 3อ.2ส เป็นเงิน 1,500 บาท

8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชากรกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถดูแลตนเองตามหลัก 3อ2ส ได้อย่างถูกต้อง และเป็นแบบอย่างในการส่งเสริมสุขภาพให้กับชุมชนได้
2. ประชากรกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้
3. ประชากรกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมระดับความดันให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้
4. อัตราป่วยด้วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ จากกลุ่มเสี่ยงลดลง

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

โรงพยาบาลสุคีริน

นางจิตาภา น้อยเอียด

8. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว โดยสามารถลงรายการได้มากกว่า 1 รายการ สำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น)

8.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ที่รับผิดชอบโครงการ/กิจกรรม (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อ (หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน)โรงพยาบาลสุคีริน.....

- 1. หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. [ข้อ 10 (1)]
- 2. หน่วยงานสาธารณสุข เช่น อปท. [ข้อ 10 (1)]
- 3. หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. [ข้อ 10 (1)]
- 4. หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน [ข้อ 10 (2)]
- 5. องค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ 10 (2)]
- 6. ศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ [ข้อ 10 (3)]
- 7. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) [ข้อ 10 (4)]

8.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 1. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ สถานบริการ หรือหน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)]
- 2. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคขององค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ 10 (2)]
- 3. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ (เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ) [ข้อ 10 (3)]
- 4. สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]
- 5. สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)]
- 6. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุข ตามมติคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ [ข้อ 10 (6)]

8.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก

- 1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน
- 2. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน
- 3. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน
- 4. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....คน
- 5. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....คน
- 6. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน
- 7. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....คน
- 8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน 300 คน
- 9. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]
- 10. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....จำนวน.....คน

8.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 8.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 6. การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 8. อื่น ๆ (ระบุ)

- 8.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 8. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 9. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 9. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 8. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 9. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 8. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- 6. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

- 1. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
- 2. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
- 3. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
- 4. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
- 5. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ)

8.4.10 กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....

1. อื่น ๆ (ระบุ)

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางจิตภา น้อยเอียด)

ตำแหน่ง นักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๑๗ ก.พ ๒๕๖๓