



แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ในพื้นที่หมู่ที่ ๓,๖,๑๒ และหมู่ที่ ๑๓ ตำบลชัยบุรี

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมะกอกใต้ มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ในพื้นที่หมู่ที่ ๓,๖,๑๒ และหมู่ที่ ๑๓ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี เป็นเงิน ๙,๖๗๕ บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง เป็นโรคเรื้อรังที่ปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญซึ่งสาเหตุสำคัญเนื่องมาจาก การมีพฤติกรรมดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป พฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมและระบบการทำงานของอวัยวะต่างๆภายในร่างกาย การสนับสนุนเพื่อป้องกันการเกิดโรคนั้นจึงมีความสำคัญ อนึ่งพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดนอกจากการทำงานระบบต่างๆภายในร่างกายที่ทำงานอย่างสมบูรณ์แล้วนั้นจำเป็นต้องมีการควบคุมปัจจัยอื่นๆร่วมด้วย กล่าวคือ พฤติกรรมด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย รวมทั้งการจัดการกับความเครียดเป็นพฤติกรรมที่ควรส่งเสริมในผู้ที่มีความเสี่ยง และผู้ป่วยมีกิจกรรมคล้ายเครียดซึ่งจะส่งผลทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดลดลง และมีการปรับตัวด้านอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งต้องกระทำอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องกล่าวคือ การควบคุมอาหารให้เหมาะสมทั้งปริมาณ พลังงาน ชนิดและสัดส่วนของอาหาร ที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวัน ผู้ที่มีการปฏิบัติตัวดีในการควบคุมอาหาร สามารถลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ร้อยละ ๓๑.๘ (วินธนาคุศิริสิน, ๒๕๔๖) ส่วนในผู้ที่ปฏิบัติตัวไม่ดี จะมีการลดลงของระดับน้ำตาลในเลือดเพียงร้อยละ ๑๗.๑ (กัญญาบุตร ศรีนรินทร์, ๒๕๔๐) การออกกำลังกายที่เหมาะสม และสม่ำเสมอ จะช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ และยังช่วยลดระดับน้ำตาลที่เกาะเม็ดเลือดแดง (ฮุไรวรรณ โพรังพนม, ๒๕๔๕) ช่วยลดน้ำหนักในผู้ที่เบาหวานชนิดที่ ๒ ที่อ้วน ทำให้ความต้องการอินซูลินลดลงและเป็นผลให้ลดขนาดการใช้ยาได้ นอกจากนี้ยังช่วยลดความเครียดทำให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส (ภาวนา กิรติยดวงค์, ๒๕๔๔) แนวโน้มของโรคไม่ติดต่อเพิ่มขึ้นจากรายงานขององค์การอนามัยโลก พบว่าการเสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อ ร้อยละ ๕๘.๕ ของจำนวนผู้เสียชีวิตทั่วโลก และพบผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อร้อยละ ๔๕.๙ ของผู้ป่วยทั้งหมด และคาดการณ์ ในปี ๒๕๗๑ จะมีผู้เสียชีวิตด้วยโรคไม่ติดต่อสูงถึงร้อยละ ๗๓.๐ และมีผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ ถึงร้อยละ ๖๐.๐ (ศุภรัชต์ ผาธรรม, ๒๕๕๑ : ๑) โรคไม่ติดต่อที่คาดว่าจะปัญหาในอนาคต ได้แก่ โรคหัวใจขาดเลือด โรคซึมเศร้า การบาดเจ็บจากการจราจร โรคหลอดเลือดสมอง เบาหวาน สำหรับในประเทศไทยพบว่า อัตราการตายด้วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจขาดเลือด ของประชากรไทย โดยโรคเบาหวานเท่ากับ ๗.๙๘ - ๑๑.๐๘ ต่อแสนประชากร อัตราตายด้วยโรคความดันโลหิตสูง เท่ากับ ๓.๓ - ๕.๑ ต่อแสนประชากร และอัตราตายด้วยโรคหัวใจขาดเลือด ๓.๖ - ๑๔.๔ ต่อแสนประชากร (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข.๒๕๔๖) จากสถิติแนวโน้มการป่วยด้วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ในพื้นที่ หมู่ที่ ๓,๖,๑๒ และหมู่ที่ ๑๓ ตำบลชัยบุรี พบว่า มีผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ในปี ๒๕๖๐ จำนวน ๒๘๐ คน มารับยาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทั้งสิ้น ๑๑๕ คน เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน ๒๒ คน โรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๙๓ คน และผู้ป่วยที่รับยาที่ รพ.พัทลุงจำนวน ๑๖๕ คน ซึ่งจากการคาดการณ์แนวโน้มการเกิดโรครายใหม่มีแนวโน้มที่จะเพิ่มสูงขึ้นทุกปี ผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงมีความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคและต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาเป็นเงินจำนวนมากทางคลินิกเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงจึงคัดกรองภาวะแทรกซ้อนเพื่อพิทักษ์ผู้ป่วยให้ได้รับการรักษาตามมาตรฐานและเพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาอย่างทันทั่วถึงเพื่อประหยัดงบประมาณมิให้ผู้ป่วยเป็นมากยิ่งขึ้น

## ๑. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๑. เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
๒. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงมีความรู้ในการดูแลตนเอง
๓. เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลติดตามอย่างต่อเนื่อง ได้รับบริการที่มีคุณภาพ

## ๒. วิธีดำเนินการ

๑. เสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี
๒. อบรมให้ความรู้การดูแลเท้าแก่ผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน ๒๒ คน
๓. ตรวจสอบสุขภาพประจำปี โดยการตรวจ ตา ไต เท้าและตรวจเลือดแก่ผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน ๒๒ คน
๔. ตรวจเลือดประจำปีแก่ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๙๓ คน
๕. สรุปผลการดำเนินงาน และรายงานผลการดำเนินงานให้กองทุนฯ ทราบ

## ๓. ระยะเวลาดำเนินการ

ระหว่างเดือน มีนาคม ๒๕๖๑ - กันยายน ๒๕๖๑

## ๔. กลุ่มเป้าหมาย/สถานที่ดำเนินการ

๑. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง(เบาหวาน,ความดันโลหิตสูง)ที่มารับยาโรคเรื้อรังที่ รพ.สต.บ้านมะกอกใต้ จำนวน ๑๑๕ คน (ผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน ๒๒ คน, ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง จำนวน ๙๓ คน)  
สถานที่ดำเนินการ คลินิกเดมยาโรคเรื้อรัง รพ.สต.บ้านมะกอกใต้

## ๕. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.ชัยบุรี จำนวน ๙,๖๗๕ บาท รายละเอียด ดังนี้

๑. ค่าวิทยากรอบรมให้ความรู้การดูแลเท้าแก่ผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน ๑ วันๆละ ๔ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท
  ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้ป่วยเบาหวานที่เข้ารับการอบรมการดูแลเท้า จำนวน ๒๒ คนๆละ ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๑,๑๐๐ บาท
  ๓. ค่าอาหารกลางวันผู้ป่วยเบาหวานที่เข้ารับการอบรมการดูแลเท้า จำนวน ๒๒ คนๆละ ๑ มื้อๆละ ๕๐ บาท เป็นเงิน ๑,๑๐๐ บาท
  ๔. ค่าอุปกรณ์ตรวจเท้าผู้ป่วยเบาหวาน(ผ้าขนหนู,โลชั่น) จำนวน ๒๒ คนๆละ ๑๐๐ บาท เป็นเงิน ๒,๒๐๐ บาท
  ๕. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงที่มาเจาะเลือดประจำปี จำนวน ๑๑๕ คนๆละ มื้อๆละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๒,๘๗๕ บาท
- รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๙,๖๗๕ บาท(เก้าพันหกกร้อยเจ็ดสิบบห้าบาทถ้วน)

## ๖. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้รับบริการมีความพึงพอใจ
๒. ผู้ป่วยที่ไม่มาตามนัดได้รับการติดตาม
๓. ผู้ป่วยได้รับการตรวจเลือดประจำปีเพื่อประเมินภาวะของโรคและติดตามการรักษา
๔. ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไม่มีภาวะแทรกซ้อน

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมะกอกใต้

- 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
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

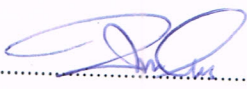
๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 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 การคัดกรองและดูแลรักษา มะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 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/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 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/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 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 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) .....

ลงชื่อ..........ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
(นายนิติธาน ฅ พัทลุง)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมะกอกใต้  
วันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๑

ตารางการอบรมโครงการเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

วันที่.....

รพ.สต.บ้านมะกอกใต้

| เวลา               | กิจกรรม  | วิทยากร                                      |
|--------------------|--|--|
| ๐๘.๓๐ น.-๐๙.๐๐ น.  | ลงทะเบียน  | จนท.รพ.สต.บ้านมะกอกใต้                       |
| ๐๙.๐๐ น.-๑๐.๐๐ น.  | สถานการณ์โรคเรื้อรัง ในความรับผิดชอบ<br>ของรพ.สต.บ้านมะกอกใต้  | นายนิติธาน ฌ พัทลุง<br>ผอ.รพ.สต.บ้านมะกอกใต้ |
| ๑๐.๐๐ น.- ๑๒.๐๐ น. | ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน<br>- การป้องกันภาวะแทรกซ้อนของ<br>ผู้ป่วยโรคเบาหวาน<br>- การดูแลเท้าแก่ผู้ป่วยเบาหวาน<br>- การตรวจเท้าผู้ป่วยเบาหวาน   | นางชนากานต์ ชุมคง<br>พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ   |
| ๑๒.๐๐ น.- ๑๓.๐๐ น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน   |  |
| ๑๓.๐๐ น.- ๑๕.๐๐ น. | ความรู้เรื่องอาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน<br>- ควบคุมอาหาร เน้นอาหารที่มีเส้น<br>ใยสูง ได้แก่ ข้าวกล้อง ธัญพืช ผลไม้<br>รสหวานจัด เช่น ฝรั่ง ชมพู<br>- ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและ<br>ระดับความดันโลหิตให้อยู่ในระดับ<br>ปกติ | นางวรารัตน์ วิศาล<br>พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ   |
| ๑๕.๐๐ น.- ๑๖.๐๐ น. | ปฏิบัติการตรวจเท้าผู้ป่วยเบาหวาน/<br>ซักถามปัญหา   | นางวรารัตน์ วิศาล<br>นางประพิณ อภัยรัตน์     |

หมายเหตุ เวลา ๑๐.๓๐น.และ ๑๔.๓๐น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม