

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ หลอดเลือด ในพื้นที่หมู่ที่ ๒ และหมู่ที่ ๕ **ตำบลชัยบุรี**

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอ้ายน้อย มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ หลอดเลือด ในพื้นที่หมู่ที่ ๒ และหมู่ที่ ๕ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี เป็นเงิน ๑๖,๘๐๐ บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

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

ปัจจุบันสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจและสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงไปมาก ทำให้วิถีชีวิตและพฤติกรรม การบริโภคไม่เหมาะสม โดยมีสาเหตุจากการกินอาหารที่มันจัด เค็มจัด หวานจัด รวมทั้งกินผักและผลไม้ที่ไม่เพียงพอ มีภาวะเครียด การสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา การออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอ ทำให้ในระยะเวลา ๕ ปีที่ผ่านมา จำนวนผู้ป่วยเรื้อรังมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างน่าเป็นห่วง ซึ่งพบได้ทั่วโลกทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้ว และประเทศที่กำลังพัฒนา โดยเฉพาะโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาอยู่ในขณะนี้ คือโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน ในประเทศไทยพบผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงประมาณ ๕ ล้านคน อัตราป่วยต่อแสนประชากร ๘๖๐.๕๓ ส่วนโรคเบาหวานพบประมาณ ๓ ล้านคน อัตราป่วยต่อแสนประชากร ๖๗๕.๗๔ (ข้อมูลจากสำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. ๒๕๕๑) โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคเรื้อรัง และก่อให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพ ก่อให้เกิดปัญหาภัยกับ พัน และเหงือก ตา ไต หัวใจ หลอดเลือดแดง แต่เราสามารถป้องกันโรคแทรกซ้อนต่างๆได้ โดยการปรับ อาหาร การออกกำลังกาย และยาให้เหมาะสม

กระทรวงสาธารณสุขไทยเปิดเผยว่า คนไทยป่วยด้วย ๕ โรค ไม่ติดต่อเรื้อรังอันตราย เพิ่มขึ้นนาทีละ ๑ คน โดยในปี ๒๕๕๑ พบผู้ป่วยสะสมจำนวนกว่า ๒ ล้านคน และคาดว่าจะยังมีผู้ป่วยซ่อนเร้นอีกเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะกลุ่มคนที่อายุต่ำกว่า ๔๐ ปีที่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โรคเรื้อรังที่สำคัญ คือ โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน ซึ่งไม่เพียงมีผู้ป่วยเป็นจำนวนมากเท่านั้นแต่ยังเป็นสาเหตุที่นำไปสู่โรคแทรกซ้อนร้ายแรง

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอ้ายน้อย มีจำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในปี ๒๕๖๐ ในความรับผิดชอบ จำนวน ๒๐๓ คน มารับยาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทั้งสิ้น ๑๐๐ คนและรับยาที่รพ.พัทลุงจำนวน ๑๐๓ คน ซึ่งจากการคาดการณ์แนวโน้มการเกิดโรครายใหม่เพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสถานการณ์ของประเทศ ดังนั้น เพื่อดำเนินการตามกระบวนการเฝ้าระวังกลุ่มเสี่ยง โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อลดโอกาสการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ และหลอดเลือด ไม่ให้เป็นผู้ป่วยรายใหม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอ้ายน้อย จึงได้จัดทำโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ หลอดเลือด ในพื้นที่หมู่ที่ ๒ และหมู่ที่ ๕ เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้รับการตรวจคัดกรองเบื้องต้น หากพบว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงก็จะได้รับความรู้ เสริมทักษะ และส่งเสริมความเข้มแข็งของกระบวนการกลุ่มในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อลดอัตราการเกิดโรครายใหม่ในเขตบริการต่อไป

๑. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๑. เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ และหลอดเลือด
๒. เพื่อป้องกัน ลดอัตราการเกิดโรครายใหม่ในกลุ่มเสี่ยงไม่เกินร้อยละ ๕
๓. เพื่อส่งเสริมการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจและหลอดเลือด

๖๑ - ๒๕๕๒ - ๑ - ๒๖ ✓

๒. วิธีดำเนินการ

๑. เสนอแผนงาน/โครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลชัยบุรี

๒. จัดกิจกรรมอบรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพแก่กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจและหลอดเลือด จากการตรวจคัดกรองสุขภาพประจำปี ในกลุ่มอายุ ๓๕ ปี ขึ้นไป (ที่มีผลค่าน้ำตาลในเลือดสูงเกิน ๑๐๐ มล.% ค่าความดันโลหิตสูงเกิน ๑๔๐/๙๐ mmHg) โดยการให้อบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้และพัฒนาพฤติกรรมแก่กลุ่มเสี่ยงเบาหวาน จำนวน ๕๐ คน และความดันโลหิตสูง จำนวน ๕๐ คน รวม ๑๐๐ คน

๓. ติดตามการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพเป็นระยะ จำนวน ๒ ครั้ง

๔. สรุปผลการดำเนินงาน และรายงานผลการดำเนินงานให้กองทุนฯ ทราบ

๓. ระยะเวลาดำเนินการ

ระหว่างเดือน มีนาคม ๒๕๖๑ – กันยายน ๒๕๖๑

๔. กลุ่มเป้าหมาย/สถานที่ดำเนินการ

ประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยงเบาหวาน/ ความดันโลหิตสูง จำนวน ๑๐๐ คน

-กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน จำนวน ๕๐ คน (ค่าน้ำตาลในเลือดสูงเกิน ๑๐๐ มล.%)

-กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๕๐ คน (ค่าความดันโลหิตสูงเกิน ๑๔๐/๙๐ mmHg)

ดำเนินการในพื้นที่หมู่ที่ ๒ และหมู่ที่ ๕ ตำบลชัยบุรี

๕. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.ชัยบุรี จำนวน ๑๖,๘๐๐ บาท รายละเอียด ดังนี้

๑. ค่าแถบตรวจหาค่าน้ำตาลในเลือดกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ๕๐ คน ตรวจ ๓ ครั้ง จำนวน ๖ กล่อง
(๕๐ แถบ/กล่อง) กล่องละ ๘๐๐ บาท เป็นเงิน ๕,๔๐๐ บาท

๒. ค่าเข็มเจาะเลือดปลายนิ้ว(๒๐๐ อัน/กล่อง) จำนวน ๒ กล่องๆละ ๗๕๐ บาท เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

๓. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม สำหรับการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยง จำนวน ๑๐๐ คนๆละ ๑ มื้อๆละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท

๔. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม สำหรับการติดตามกลุ่มเสี่ยง จำนวน ๑๐๐ คนๆละ ๒ ครั้งๆ ๑ มื้อๆละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท

๕. ค่าวิทยากรอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยง จำนวน ๑ วันๆละ ๔ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท

๖. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ประชาชนมีความตระหนักในการจัดการและดูแลสุขภาพตนเองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพได้ถูกต้องเหมาะสม เพื่อลดโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจและหลอดเลือด รวมทั้งมีส่วนร่วมในการจัดการสุขภาพเพื่อลดเสี่ยง ลดโรค ตลอดจนชุมชนมีศักยภาพเข้มแข็งในการดำเนินงานลดและควบคุมปัจจัยเสี่ยงเพื่อป้องกัน ควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อบท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอ้ายน้อย

- 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 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/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..... *Am a*ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางกนกพร ศรีรัตนพันธ์)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอ้ายน้อย

วันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๑

โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ หลอดเลือด

ในพื้นที่หมู่ที่ ๒ และหมู่ที่ ๕

วันที่

ณ. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านอ้ายน้อย

ครั้งที่ ๑

เวลา	หัวข้ออบรม	วิทยากร
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน - ตรวจสุขภาพเบื้องต้น ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว วัดความดันโลหิต เจาะเลือด คัดกรองความเสี่ยง การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย ทำแบบประเมินก่อนอบรม - บันทึกข้อมูลส่วนบุคคลตามสมุดประจำตัวกลุ่มเสี่ยง / กลุ่มเสี่ยงประเมินสุขภาพตนเอง	รพ.สต.บ้านอ้ายน้อย
๐๙.๐๐-๑๐.๐๐ น.	ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการประชุมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อ โรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูง	นางกนกพร ศรีรัตนพันธ์ ผอ.รพ.สต.บ้านอ้ายน้อย
๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น	ให้ความรู้ เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน - ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง - ความรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมอง - ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคอ้วนลงพุง	นางวรรณรัตน์ วิศาล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ครั้งที่ ๒

เวลา	หัวข้ออบรม	วิทยากร
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน - ตรวจสุขภาพเบื้องต้น ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว วัดความดันโลหิต เจาะเลือด คัดกรองความเสี่ยง การคำนวณค่าดัชนีมวลกาย - บันทึกข้อมูลส่วนบุคคลตามสมุดประจำตัวกลุ่มเสี่ยง / กลุ่มเสี่ยงประเมินสุขภาพตนเอง - เปรียบเทียบกับครั้งที่ ๑	รพ.สต.บ้านอ้ายน้อย
๐๙.๐๐-๑๐.๐๐ น.	ทบทวนความรู้เรื่อง - ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน - ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง - ความรู้เกี่ยวกับโรคหลอดเลือดสมอง - ปัจจัยเสี่ยงต่อโรคอ้วนลงพุง	นางบังอร คงจันทร์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น.	การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อแก้ไขภาวะอ้วน โดยยึดหลัก ๓ อ. ๑ อ.อาหารเพื่อสุขภาพ ๒ อ.ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ๓ อ.อารมณ์ ฐานคลายเครียด	นางชนากานต์ ชุมคง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ครั้งที่ ๓

เวลา	หัวข้ออบรม	วิทยากร
๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	<p>ลงทะเบียน</p> <ul style="list-style-type: none"> - ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้น ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว วัดความดันโลหิต เจาะเลือด คัดกรองความเสี่ยงการคำนวณค่าดัชนีมวลกาย - บันทึกข้อมูลส่วนบุคคลตามสมุดประจำตัวกลุ่มเสียง / กลุ่มเสียงประเมินสุขภาพตนเอง - เปรียบเทียบกับครั้งที่ ๑ และ ๒ 	รพ.สต.บ้านอ้ายน้อย
๐๙.๐๐-๑๐.๐๐ น.	<p>ระบบการดูแลติดตามกลุ่มเสียง / กลุ่มป่วยโรคเบาหวาน - ความดันโลหิตสูง โดยใช้ รูปแบบ “ป้องกันจรรยาชีวิต ๗ สี”</p>	นางบังอร คงจันทร์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น	<ul style="list-style-type: none"> - ร่วมแลกเปลี่ยน วิเคราะห์/สรุปกิจกรรมเปรียบเทียบกับความรู้ที่ได้รับ /สาเหตุที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ / ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 	นางกนกพร ศรีรัตนพันธ์ ผอ.รพ.สต.บ้านอ้ายน้อย นางบังอร คงจันทร์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หมายเหตุ

เวลา ๑๐.๓๐ น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม