

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	63 - L5303-2 - 8
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการดูแลสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อ บ้านป่าเต๊ะ ปีงบประมาณ 2563
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง
	<input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input checked="" type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข ได้แก่ ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 6 บ้านป่าเต๊ะเหนือ ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	-
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	วันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2563 ถึงวันที่ 30 กันยายน พ.ศ. 2563
งบประมาณ	จำนวน 31,750 บาท (เงินสามหมื่นหนึ่งพันเจ็ดร้อยห้าสิบบาทถ้วน)
<p>หลักการและเหตุผล</p> <p>ปัจจุบันประเทศไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งมีผลกระทบมาจากกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก ซึ่งมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตและสุขภาพของประชาชนไทยเป็นอย่างมาก ในอดีตปัญหาสุขภาพส่วนใหญ่เจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อ แต่ในปัจจุบันและในอนาคต ปัญหาสุขภาพจะมีผลกระทบมาจากสังคม สิ่งแวดล้อม และพฤติกรรม รวมถึงในชุมชนมักเกิดปัญหาสุขภาพของผู้ด้อยโอกาส เช่น ผู้พิการในชุมชนมากขึ้น จะเห็นได้จากพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมความปลอดภัย ประกอบกับข้อมูลผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและผู้พิการด้อยโอกาสในเขตรับผิดชอบบ้านป่าเต๊ะมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน ดังนั้น การดำเนินการในการแก้ไขปัญหาสาธารณสุขของประเทศ จำเป็นจะต้องพัฒนาประชาชนให้มีองค์ความรู้ และทักษะที่จำเป็น และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสม ครอบครัวทั้งในระดับตัวบุคคล ในครอบครัว และในชุมชน เพื่อให้ประชาชนสามารถส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคให้แก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชนได้ รวมถึงการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาส เช่น ผู้พิการจากโรคหลอดเลือดสมอง หรือจากความพิการอื่นๆ ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งการดำเนินงานดังกล่าวจำเป็นต้องส่งเสริมพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ เป้าหมายที่สำคัญ คือ การสร้างสุขภาพที่ดีให้กับประชาชน ลดปัญหาค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพในระยะยาว กระจายการดูแลสุขภาพผู้ช่วยให้ครอบครัวกลุ่มด้อยโอกาสในชุมชน โดยส่งเสริมให้มีความรู้ ทักษะในการดูแลตนเอง การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้หลัก 3อ.2ส. เป็นหลัก หลังการตรวจคัดกรองความเสี่ยงเพื่อค้นหาโรคในระยะเริ่มต้นและรวมไปถึงให้การดูแลสุขภาพผู้ที่มีปัญหาสุขภาพในชุมชนอย่างต่อเนื่อง การมีส่วนร่วมของเครือข่ายในชุมชน เพื่อให้เกิดกระบวนการดูแลสุขภาพในทุกด้านและส่งเสริมสุขภาพให้แข็งแรงสมบูรณ์ทั้งกาย จิต สังคมอย่างยั่งยืน มีคุณภาพชีวิตที่ดี</p> <p>ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 6 บ้านป่าเต๊ะเหนือ ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล ได้ตระหนักถึงความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพ ส่งเสริมและป้องกันโรคให้แก่กลุ่มเป้าหมายดังกล่าวข้างต้น จึงได้จัดทำโครงการดูแลสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อ บ้านป่าเต๊ะ ปีงบประมาณ 2563 เพื่อสร้างกระบวนการคัดกรองกลุ่มเสี่ยง การดูแลสุขภาพในทุกกลุ่มเป้าหมายในชุมชน ส่งเสริมความรู้ในการป้องกันตนเองจากโรคไม่ติดต่อ กระตุ้นเครือข่ายในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการสุขภาพ ส่งผลต่อการมีสุขภาพดีถ้วนหน้าอย่างยั่งยืนต่อไป</p>	

วิธีดำเนินการ

1. คัดเลือกข้อมูลสุขภาพแก่ประชาชน และร่วมกันสำรวจ รวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล จัดทำและเสนอโครงการเตรียมวัสดุ/อุปกรณ์
2. ประชุมชี้แจง ผู้นำชุมชน/อสม./จิตอาสา/ทีมสุขภาพของหน่วยบริการ เพื่อวางแผนการดำเนินงานโครงการและจัดกิจกรรมสำหรับกลุ่มเป้าหมาย
3. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้แก่กลุ่มเป้าหมาย ดังนี้
 - 3.1 คัดกรองประชาชนกลุ่มเป้าหมายอายุ 35 ปีขึ้นไป เพื่อค้นหากลุ่มเสี่ยงและผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน
 - 3.2 กิจกรรมส่งเสริมการมีความรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส ให้แก่กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน,ผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง,ประชาชนทั่วไป
 - 3.3 ออกติดตามเยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อที่มีปัญหาสุขภาพ ผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียงและผู้พิการ
4. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในการณรงค์การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีในชุมชนอย่างต่อเนื่อง เช่น กลุ่ม อสม.ในแต่ละหมู่บ้าน (ออกกำลังกายหลังการประชุมประจำเดือน) , ผู้นำชุมชน (การประชุมหมู่บ้าน) , ผู้นำศาสนา (คุตบะฮ์วันศุกร์ในมัสยิด)
5. ประเมินผลการดำเนินงานและรายงานต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น หน่วยบริการ อบต.

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. กลุ่มเป้าหมายได้รับการคัดกรองภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังตามเกณฑ์ฯ ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง
2. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจและมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส เพิ่มขึ้น
3. ภาคีเครือข่ายเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพประชาชนในชุมชนเพิ่มขึ้น
4. กลุ่มเป้าหมายที่มีปัญหาสุขภาพได้รับการติดตามดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง ได้แก่ กลุ่มผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีปัญหาสุขภาพ ผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียงและผู้พิการ

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์ ข้อที่ 1 เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการคัดกรองภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังตามเกณฑ์ฯ	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ข้อที่ 1 กลุ่มเป้าหมายได้รับการคัดกรองภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังตามเกณฑ์ฯ ร้อยละ 90
ข้อที่ 2 เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจและเปิดโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส	ข้อที่ 2 2.1 กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมความรู้ฯและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ฯ ร้อยละ 80 2.2 กลุ่มเป้าหมายมีความรู้เพิ่มขึ้นหลังการส่งเสริมความรู้ฯและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ฯ ร้อยละ 80
ข้อที่ 3 เพื่อส่งเสริมให้ภาคีเครือข่ายเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพประชาชนในชุมชนเพิ่มขึ้น	ข้อที่ 3 ภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมในการดูแลสุขภาพอย่างน้อย 2 ครั้งต่อปี
ข้อที่ 4 เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการติดตามดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง	ข้อที่ 4 กลุ่มเป้าหมายได้รับการติดตามดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง ร้อยละ 80

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1. คืบข้อมูลสุขภาพแก่ประชาชน และร่วมกันสำรวจรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล จัดทำและเสนอโครงการเตรียมวัสดุ/อุปกรณ์	-	23 ธ.ค.2562
2. ประชุมชี้แจง ผู้นำชุมชน/อสม./จิตอาสา/ทีมสุขภาพของหน่วยบริการ เพื่อวางแผนการดำเนินงานโครงการและจัดกิจกรรมสำหรับกลุ่มเป้าหมาย	-	20 ม.ค.2563
3. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้แก่กลุ่มเป้าหมาย ดังนี้		
3.1 คัดกรองประชาชนกลุ่มเป้าหมายอายุ 35 ปีขึ้นไป เพื่อค้นหากลุ่มเสี่ยงและผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน	-ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 300คน X25บาท = 7,500 บาท ✓	30 ม.ค.2563
3.2 กิจกรรมส่งเสริมการมีความรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส ให้แก่กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน , ผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง , ประชาชนทั่วไป		
- กิจกรรมส่งเสริมการมีความรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส ให้แก่ ผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและผู้ดูแลผู้ป่วย	-ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 110คน X25บาทX7ครั้ง = 19,250 บาท ✓	กพ.63-ส.ค.63 (ทุกวันศุกร์ สัปดาห์ที่ 1 ของเดือน)
- กิจกรรมส่งเสริมการมีความรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส ให้แก่ กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน ประชาชนทั่วไป	-ค่าอาหารกลางวัน 50คนX50บาท = 2,500 บาท ✓ -ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 50คน X25บาทX2มือ = 2,500 บาท ✓	14 ก.พ.63
3.3 ออกติดตามเยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อที่มีปัญหาสุขภาพ ผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียงและผู้พิการ	-	กพ.63-ส.ค.63 (ช่วงบ่ายทุกวันศุกร์สัปดาห์ที่ 1 ของเดือน)
4. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในการณรงค์การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีในชุมชนอย่างต่อเนื่อง เช่น กลุ่ม อสม.ในแต่ละหมู่บ้าน (ออกกำลังกายหลังการประชุมประจำเดือน) , ผู้นำชุมชน (การประชุมหมู่บ้าน) , ผู้นำศาสนา (คุตบะฮ์วันศุกร์ในมัสยิด)	-	กพ.63-ส.ค.63 (วันที่จัดกิจกรรม ระบุตามความเหมาะสมในชุมชน)
5. ประเมินผลการดำเนินงานและรายงานต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น หน่วยบริการ อบต	-	30 ส.ค.63
	รวม 31,750 บาท ✓	

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯพ.ศ.2557ข้อ7)

(/) 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

ชื่อกลุ่ม ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 6 บ้านป่าเต๊ะเหนือ ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอมือสตูล จังหวัดสตูล

7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯพ.ศ.2557ข้อ 7)

(/) 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ7(2)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

(/) 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 110 คน

(/) 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน 110 คน

(/) 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน 30 คน

(/) 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน 300 คน

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

(/) 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

(/) 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง (ADL)

(/) 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

(/) 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

(/) 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

(/) 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า (2Q) สมองเสื่อม (AMT)

(/) 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม ภาวะหกล้ม (TUGT)

(/) 7.4.5.1.8 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส

ในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีภาวะโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียง และผู้ดูแลผู้สูงอายุ

7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

(/) 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

(/) 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

(/) 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

(/) 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

(/) 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง

(/) 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

(/) 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

(/) 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง

(/) 7.4.5.2.9 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส

ในกลุ่มผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน

5/7.4.6 กลุ่มคนพิการ...

7.4.6 กลุ่มคนพิการและทพพลภาพ

- (/) 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- (/) 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- (/) 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- (/) 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- (/) 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- (/) 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า (2Q 9Q 8Q)
- (/) 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- (/) 7.4.6.8 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส ใน

กลุ่มผู้พิการ ผู้ดูแลผู้พิการ

7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- (/) 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- (/) 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- (/) 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- (/) 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- (/) 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- (/) 7.4.7.6 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ลดโรคด้วยหลัก 3อ2ส ใน

กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน ประชาชนทั่วไป

ลงชื่อ *เข็มทอง* ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(นางเข็มทอง บุตรวงษ์)

ตำแหน่ง ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ

วันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ.2562

กำหนดการกิจกรรมคัดกรองประชาชนกลุ่มเป้าหมายอายุ 35 ปีขึ้นไป เพื่อค้นหากลุ่มเสี่ยง
 และผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน
 โครงการดูแลสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อ บ้านป่าเต๊ะ ปีงบประมาณ 2563
 ชมรม อสม. หมู่ที่ 6 บ้านป่าเต๊ะเหนือ ต.เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล จ.สตูล
 สถานที่ดำเนินกิจกรรม : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านป่าเต๊ะ ต.เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล จ.สตูล

- 07.00-07.30 น. - ลงทะเบียน
- 07.30-11.00 น. - ทีม อสม. แต่ละหมู่บ้าน ทำความเข้าใจกระบวนการ/ขั้นตอน ก่อนการคัดกรอง
 - อสม./จิตอาสา/ทีมสุขภาพ ร่วมให้บริการคัดกรองประชาชนกลุ่มเป้าหมายอายุ 35 ปีขึ้นไป เพื่อ
 ค้นหากลุ่มเสี่ยงและผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน ได้แก่
- 1.ตรวจสอบรายชื่อกลุ่มเป้าหมายในแต่ละหมู่บ้าน
 - 2.รับบัตรคิวและขั้นตอนการคัดกรอง
 - 3.ซั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว คำนวณค่าดัชนีมวลกาย
 - 4.วัดความดันโลหิต เจาะหาระดับน้ำตาลที่ปลายนิ้ว ประมวลผลระดับความดันโลหิตและ
 ระดับน้ำตาล คัดแยกกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มผู้ป่วย เพื่อส่งเข้ารับการดูแลตามกลุ่มฯ ที่เหมาะสม
 - 5.ประเมินภาวะสุขภาพจิตด้วย 5ST และ 2Q โดยทีมสุขภาพ รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ
- 11.00-12.00 น. - ให้ความรู้เรื่องการดูแลตนเองด้วยหลัก 3อ2ส
 - สร้างความตระหนักถึงการมีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักศาสนาอิสลาม
 โดยทีมสุขภาพ รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ
 - ตอบข้อซักถามเพิ่มเติม

หมายเหตุ : - รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เช้า 10.30-10.45น.
 - เวลาในแต่ละขั้นตอนของกิจกรรม สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม แต่ไม่ส่งผล
 กระทบต่อกิจกรรมโดยรวมในโครงการฯ

กำหนดการกิจกรรมส่งเสริมการมีควมรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
ลดโรค ด้วยหลัก 3อ2ส ให้แก่ ผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและผู้ดูแลผู้ป่วย
โครงการดูแลสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อ บ้านป่าเต๊ะ ปีงบประมาณ 2563
ชมรม อสม. หมู่ที่ 6 บ้านป่าเต๊ะเหนือ ต.เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล จ.สตูล
สถานที่ดำเนินกิจกรรม : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านป่าเต๊ะ ต.เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล จ.สตูล

- 07.00-08.00 น. - ลงทะเบียน
- 08.00-09.30 น. - กิจกรรมคัดกรองผู้ป่วย ได้แก่ กิจกรรมคัดกรองสภาวะสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังและ
คลินิกเฉพาะโรคสำหรับกลุ่มผู้ด้อยโอกาส (กลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน
กลุ่มโรคเฉพาะที่ควรได้รับการดูแลเป็นพิเศษ ได้แก่ ผู้พิการ ผู้ป่วยมะเร็งแต่ละระยะ ผู้ป่วย
จิตเวช ผู้สูงอายุ) ได้แก่ ชั่งน้ำหนัก , วัดส่วนสูง , คำนวณค่าดัชนีมวลกาย , วัดรอบเอว ,
ตรวจวัดความดันโลหิต, เจาะเลือดวัดระดับน้ำตาลในกระแสเลือด , ตรวจเท้า , ตรวจตา ,
ตรวจอื่นๆ ที่จำเป็นต่อการประเมินสุขภาพของผู้ป่วยเป็นรายกรณี เช่น การตรวจปัสสาวะ
หาระดับ Micro Albumin , การตรวจภาวะสุขภาพจิต (2Q , 9Q , 8Q) , สมองเสื่อม
(AMT) , ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน (ADL) , ภาวะพลัดตกหกล้มในผู้สูงอายุ
(TUGT)
โดย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 3,4,6 , จิตอาสา ซึ่งมีเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ และทีมสุขภาพจาก รพ.สตูล เป็นพี่เลี้ยงการดำเนินงาน
- 09.30-10.00 น. - กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและกลุ่มด้อยโอกาส ได้แก่
เรื่องอาหาร การรับประทานยา ฝึกออกกำลังกาย ฝึกทักษะคลายเครียดสำหรับผู้ป่วยโรค
เรื้อรังและผู้ดูแลผู้ป่วยในคลินิกโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง รวมถึงคลินิกเฉพาะโรคสำหรับกลุ่ม
ผู้ด้อยโอกาส
โดย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 3,4,6 , จิตอาสา ซึ่งมีเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ และทีมสุขภาพจาก รพ.สตูล เป็นพี่เลี้ยงการดำเนินงาน
- 10.00-12.00 น. - กิจกรรมดูแลผู้ป่วย ได้แก่ ตรวจประเมินภาวะสุขภาพ , จ่ายยารักษาโรคความดันโลหิตสูง
โรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง ฯลฯ , ให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยและกลุ่มเสี่ยงที่จำเป็นต้อง
ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่อเนื่อง ตามมาตรฐานการคัดกรองและรักษาฯ
- ติดตามเยี่ยมบ้านผู้มีปัญหาสุขภาพ
โดย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 3,4,6 , จิตอาสา ซึ่งมีเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข รพ.สต.บ้านป่าเต๊ะ และทีมสุขภาพจาก รพ.สตูล เป็นพี่เลี้ยงการดำเนินงาน

หมายเหตุ : - กำหนดการจัดกิจกรรมฯ ทุกวันศุกร์ สัปดาห์ที่ 1 ของเดือน
- รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เข้า 10.30-10.45น.
- เวลาในแต่ละขั้นตอนของกิจกรรม สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม แต่ไม่ส่งผล
กระทบต่อกิจกรรมโดยรวมในโครงการฯ

กำหนดการกิจกรรมส่งเสริมการมีความรู้และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
ลดโรค ด้วยหลัก 3อ2ส ให้แก่ กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน ประชาชนทั่วไป
โครงการดูแลสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อ บ้านป่าเต็ง ปิงบประมาณ 2563
ชมรม อสม. หมู่ที่ 6 บ้านป่าเต็งเหนือ ต.เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล จ.สตูล
สถานที่ดำเนินกิจกรรม : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านป่าเต็ง ต.เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล จ.สตูล

- 07.00-08.30 น. - ลงทะเบียน
- 08.30-10.30 น. - บรรยายผลการดำเนินงานคัดกรองประชาชนกลุ่มเป้าหมายอายุ 35 ปีขึ้นไป เพื่อค้นหากลุ่มเสี่ยงและผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน
- บรรยายแนวโน้มนโยบายดูแลสุขภาพตนเองของประชาชนในยุค 4.0
โดยทีมสุขภาพ รพ.สต.บ้านป่าเต็ง และ ตัวแทน อสม.บ้านป่าเต็ง
- 10.30-10.45 น. - พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
- 10.45-12.00 น. - บรรยายให้ความรู้และฝึกทักษะการดูแลสุขภาพ เรื่อง 3อ2ส (2อ=อาหารและออกกำลังกาย)
โดยทีมสุขภาพ รพ.สต.บ้านป่าเต็ง และ ตัวแทน อสม.บ้านป่าเต็ง
- 12.00-13.00 น. - พักรับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00-15.00 น. - บรรยายให้ความรู้และฝึกทักษะการดูแลสุขภาพ เรื่อง 3อ2ส ต่อ (1อ=อารมณ์ 2ส=สุราและบุหรี่)
โดยทีมสุขภาพ รพ.สต.บ้านป่าเต็ง และ ตัวแทน อสม.บ้านป่าเต็ง
- 15.00-15.15 น. - พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
- 15.15-16.30 น. - บรรยายเรื่องการจัดการสุขภาพชุมชน
- ทำแบบประเมินตนเองในการจัดการสุขภาพ
- ตอบข้อซักถามเพิ่มเติม
โดยทีมสุขภาพ รพ.สต.บ้านป่าเต็ง และ ตัวแทน อสม.บ้านป่าเต็ง