

แบบรายงานผลการดำเนินการแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครยะลา

ชื่อโครงการ

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการประชาชนร่วมใจลดภัยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs

โดย

นางวัชรกร เลิศไกร

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ

สำนักงานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครยะลา

แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครยะลา (สำหรับผู้นำเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อโครงการ โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการประชารัฐร่วมใจลดภัยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs

### ๑. ผลการดำเนินงาน

ตามที่ กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ สำนักการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครยะลา ได้จัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการประชารัฐร่วมใจลดภัยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs โดยได้รับงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครยะลา เป็นเงินจำนวน ๓๒,๕๑๐.-บาท (เงินสามหมื่นสองพันห้าร้อยสิบห้าบาทถ้วน) วัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้และสามารถนำความรู้มาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและลดภาวะแทรกซ้อนของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

กิจกรรมที่ ๒ แขนงนำสุขภาพติดตามการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดภาวะเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรังทุก ๑ เดือน/ ๓ เดือน/ ๖ เดือน โดยใช้แบบสำรวจ สามารถสรุปได้ดังนี้

ประเมินภาวะสุขภาพ		
ผู้เข้าอบรม	จำนวน	
ผู้เข้าอบรมที่ไม่มีโรคประจำตัวเรื้อรัง	๗๑ คน	ไม่ป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังรายใหม่
ผู้เข้าอบรมที่มีโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง	๕๑ คน	สามารถควบคุมภาวะโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

### ๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ

#### ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดความสำเร็จ	ผลสัมฤทธิ์
๑. ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม มีความสามารถในการตรวจประเมินสุขภาพเบื้องต้นด้วยตนเอง ร้อยละ ๘๐	ผลจากการทำการตรวจประเมินสุขภาพเบื้องต้นด้วยตนเอง ผู้เข้าอบรมมีความก่อนการอบรม คิดเป็นร้อยละ ๖๑.๒๕ หลังการอบรม คิดเป็นร้อยละ ๘๖.๘๓ ผ่านตัวชี้วัด



สรุปแบบประเมินผู้เข้าอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในการอบรม

ตอนที่ 2 แบบทดสอบความรู้ก่อนการอบรม (จำนวน 10 ข้อ)

ข้อคำถาม	ร้อยละ ของผู้ที่ตอบถูก	จำนวนคน ที่ตอบถูก
1. ค่า BMI (ดัชนีมวลกาย) ปกติ = 18.5 – 22.9	58.33	70
2. ปริมาณ เกลือ (โซเดียม) ที่ควรบริโภคต่อวัน ไม่เกิน 1 ช้อนชา (2,400 มิลลิกรัม)	55.83	67
3. เมนูสุขภาพ ได้แก่ ข้าวต้ม สลัดผัก แกงเลี้ยง ต้มจืด ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นปลา เป็นต้น	60.83	73
4. สูตร 6 : 6 : 1 คือ น้ำตาลไม่ควรเกิน 6 ช้อนชา น้ำมันไม่ควรเกิน 6 ช้อนชาและเกลือไม่ควรเกิน 1 ช้อนช	52.50	63
5. ค่าความดันโลหิตที่เหมาะสมในผู้ใหญ่อายุ 18 ขึ้นไป เท่ากับ 120 – 129 (ค่าบน) / 80-84 (ค่าล่าง) มม.ปรอท	54.16	65
6. การวัดความดันที่ถูกต้องควรวัดทันที ที่ผู้รับบริการมาถึง <u>ไม่ต้องนั่งพัก</u>	51.66	62
7. การออกกำลังกายมีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง กระตุ้นการทำงานของหัวใจ	58.33	70
8. ขณะออกกำลังกายควรดื่มน้ำจืด	53.33	64
9. รอบเอวปกติในผู้หญิงไม่ควรเกิน 80 เซนติเมตร และในผู้ชายไม่ควรเกิน 90 เซนติเมตร	60.00	72
10. ข้อมูลหลักโภชนาการ หนึ่งหน่วยบริโภค : 1/5 ชอง จำนวนหน่วยบริโภคต่อชอง : 5 หมายความว่า : ควรกินครั้งละ 1/5 ชอง (ชองนี้แบ่งกินได้ 5 ครั้ง)	51.66	62
<b>ภาพรวม</b>	55.33	-

แบบทดสอบความรู้หลังการอบรม (จำนวน 10 ข้อ)

ข้อคำถาม	ร้อยละ ของผู้ที่ตอบถูก	จำนวนคน ที่ตอบถูก
1. ค่า BMI (ดัชนีมวลกาย) ปกติ = 18.5 – 22.9	80.00	96
2. ปริมาณ เกลือ (โซเดียม) ที่ควรบริโภคต่อวัน ไม่เกิน 1 ช้อนชา (2,400 มิลลิกรัม)	81.67	98
3. เมนูสุขภาพ ได้แก่ ข้าวต้ม สลัดผัก แกงเลียง ต้มจืด ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นปลา เป็นต้น	81.67	98
4. สูตร 6 : 6 : 1 คือ น้ำตาลไม่ควรเกิน 6 ช้อนชา น้ำมันไม่ควรเกิน 6 ช้อนชาและเกลือไม่ควรเกิน 1 ช้อนช	87.50	105
5. ค่าความดันโลหิตที่เหมาะสมในผู้ใหญ่อายุ 18 ขึ้นไป เท่ากับ 120 – 129 (ค่าบน) / 80-84 (ค่าล่าง) มม.ปรอท	95.83	115
6. การวัดความดันที่ถูกต้องควรวัดทันที ที่ผู้รับบริการมาถึง <u>ไม่ต้องนั่งพัก</u>	88.33	106
7. การออกกำลังกายมีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง กระตุ้นการทำงานของหัวใจ	81.67	98
8. ขณะออกกำลังกายควรดื่มน้ำจืด	80.83	97
9. รอบเอวปกติในผู้หญิงไม่ควรเกิน 80 เซนติเมตร และในผู้ชายไม่ควรเกิน 90 เซนติเมตร	94.17	113
10. ข้อมูลหลักโภชนาการ หนึ่งหน่วยบริโภค : 1/5 ชอง จำนวนหน่วยบริโภคต่อชอง : 5 หมายความว่า : ควรกินครั้งละ 1/5 ชอง (ชองนี้แบ่งกินได้ 5 ครั้ง)	96.67	116
<b>ภาพรวม</b>	86.83	-

แบบประเมินความพึงพอใจ					
โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการประชารัฐร่วมใจลดภัยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs					
วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2563					
สำนักงานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครยะลา ปีงบประมาณ 2563					
ประเด็น	ระดับความพึงพอใจ				รวมจำนวนผู้ประเมิน
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด	
	4	3	2	1	
<b>1. ด้านวิทยากร</b>					
1.ความเหมาะสมด้านเนื้อหา	50	66	4	0	120
	41.66%	55.00%	3.33%	0.00%	100%
2.ความรู้ของผู้บรรยาย	58	62	0	0	
	48.33%	51.66%	0.00%	0.00%	100%
3.การเปิดโอกาสให้ผู้เข้าอบรมแสดงความคิดเห็น	50	53	17	0	
	41.67%	44.17%	14.17%	0.00%	100%
4.การตอบข้อซักถาม	54	51	15	0	
	45.00%	42.50%	12.50%	0.00%	100%
5.ความเหมาะสมของเวลาในการอบรม	50	58	12	0	
	41.67%	48.33%	10.00%	0.00%	100%
<b>2. ด้านสถานที่</b>					
1.สถานที่จัดอบรมมีความเหมาะสม	48	56	16	0	
	40.00%	46.67%	13.33%	0.00%	100%
2.ความเหมาะสมของระยะเวลาในการอบรม	50	54	16	0	
	41.67%	45.00%	13.33%	0.00%	100%
3.อาหารมีความเหมาะสม	40	52	28	0	
	33.33%	43.33%	23.33%	0.00%	100%
<b>3. ด้านการนำไปใช้</b>					
1.ได้รับความรู้/ประโยชน์จากการอบรมครั้งนี้	47	51	22	0	
	39.17%	42.50%	18.33%	0.00%	100%
2.สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน	48	48	24	0	
	40.00%	40.00%	20.00%	0.00%	100%
3.สามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดแก่ผู้อื่นได้	42	57	21	0	
	35.00%	47.50%	17.50%	0.00%	100%
คะแนนที่ได้	48.82×4	55.27×3	15.91×2	0×1	
	=195.28	=165.81	=31.82	=0	
รวมคะแนนที่ได้	195.28+165.81+31.82=392.91				
คะแนนเฉลี่ย	392.91/120=3.27 ดังนั้นคะแนนความพึงพอใจเท่ากับ 3.27				
	สรุปว่ามีความพึงใจในระดับมาก				
ร้อยละความพึงใจของผู้เข้ารับการอบรม คือ	81.75				
<b>ผลการดำเนินงาน</b> หลังจากการอบรมของผู้เข้ารับการอบรมมีความพึงใจเท่ากับ 3.27					
มีความพึงใจในระดับมาก และความความพึงพอใจในภาพรวม คิดร้อยละ 81.75 (ผ่านตัวชี้วัด)					

## รูปภาพประกอบ

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการประชาชนร่วมใจลดภัยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs

ในวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2563

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ





## รูปภาพประกอบ

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการประชาชนร่วมใจลดภัยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs

กิจกรรมที่ 2 แกนนำสุขภาพติดตามการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดภาวะเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

