

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	2563 - L7572 - 01 - 023
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการเปลี่ยนชีวิตปลอดโรค
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง
	<input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input checked="" type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
ชื่อองค์กร/หน่วยงาน ที่รับผิดชอบโครงการ	ชื่อองค์กร.....งานส่งเสริมสุขภาพ...กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมเทศบาลเมืองพัทลุง.....
วันอนุมัติ	3 กุมภาพันธ์ 2563
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ - เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2563 ถึง วันที่ - เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2563
งบประมาณ	จำนวน 28,700 บาท โดยถ้วนเฉลี่ยทุกรายการ

หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง หรือเรียกว่า “โรควิถีชีวิต” 5 โรค ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และโรคมะเร็ง เป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญระดับประเทศและระดับโลก ซึ่งนับวันจะทวีความรุนแรงขึ้น เนื่องจากความเจริญทางด้านเทคโนโลยีและสภาพแวดล้อมส่งผลต่อวิถีชีวิตและก่อให้เกิดพฤติกรรมต่อสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ได้แก่ การบริโภคอาหารที่ไม่สมดุล (ทานหวาน มัน เค็มมากเกินไป และทานผัก ผลไม้ น้อยไป) การเคลื่อนไหวทางกายน้อย การบริโภคยาสูบ การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในปริมาณที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ รวมถึงภาวะเครียด ซึ่งหากไม่สามารถหยุดพฤติกรรมดังกล่าว จะส่งผลให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรควิถีชีวิต พิการ และเสียชีวิตตามมา นอกจากนี้ ยังสร้างภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาและก่อให้เกิดการสูญเสียทางเศรษฐกิจตามมา

จากผลการตรวจสุขภาพประจำปี 2562 พบว่าประชาชนในสำนักงานเทศบาลเมืองพัทลุงมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง สาเหตุส่วนใหญ่มาจากการมีพฤติกรรมบริโภคอาหารไม่ถูกต้อง ขาดการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ งานส่งเสริมสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุงได้เล็งเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการเปลี่ยนชีวิตปลอดโรค ประจำปีงบประมาณ 2563 ขึ้น โดยการสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง และการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย เพื่อให้การดำเนินงานตามรูปแบบของการปรับเปลี่ยน

พฤติกรรมลดโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานโดยมุ่งประเด็นไปที่การป้องกันควบคุมปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค เช่น การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้านอาหาร การส่งเสริมการเคลื่อนไหวของร่างกายควบคุมป้องกันไม่ให้เกิดภาวะ อ้วนลงพุง งดสูบบุหรี่ งดดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมทั้งการจัดการด้านอารมณ์ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้ไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมกับชีวิตขององค์กรนั้น ๆ โดยเน้นองค์กรและภาคีเครือข่ายเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

ประสานงานโครงการกับหน่วยงาน/กองต่างๆ ของเทศบาลเมืองพัทลุงเพื่อร่วมจัดแผนโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพดีชีวิที่มีสุข

2. เขียนโครงการเสนอเพื่อขอสนับสนุนงบประมาณ
3. ประสานแจ้งรายละเอียดโครงการแก่ผู้บริการ
4. จัดอบรมตามหลักสูตร 1 วัน (3 อ 2 ส) และปลูกจิตสำนึกในการออกกำลังกาย
5. มีการประเมินสุขภาพโดยการเจาะเลือดดูค่าไขมัน ชั่งน้ำหนัก วัดความดันโลหิต ประเมิน BMI รอบเอว ค่าน้ำตาลในเลือด (DTX) ประเมินผลก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ และประเมินความรู้ด้านสุขภาพ
6. ติดตามและบันทึกผลความเปลี่ยนแปลงในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยการชั่งน้ำหนัก การวัดความดันโลหิต วัดรอบเอว และเจาะน้ำตาลในเลือด (DTX) ทุกเดือน เป็นเวลา 5 เดือน
7. ผู้ที่มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดรอบเอว ลดน้ำหนัก ค่าน้ำตาล (DTX) ค่าความดันโลหิตลดลงจากเดิม (ก่อนเข้าโครงการ) 2 อย่างใน 4 อย่างหรืออยู่ในเกณฑ์ปกติได้จะให้เป็นบุคคลต้นแบบมีสื่อสามารถและเกียรติบัตรมอบให้จำนวน 5 รางวัล
8. สรุปผลและรายงานผลการดำเนินงาน

กลุ่มเป้าหมาย

พนักงาน ลูกจ้างเทศบาล จำนวน 50 คนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และภาวะอ้วน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอาหาร ออกกำลังกาย และจัดการด้านอารมณ์ได้ด้วยตนเอง
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสมและสามารถควบคุมน้ำหนัก ลดรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมได้
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีทักษะถูกต้องในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านอาหาร ออกกำลังกายและการจัดการด้านอารมณ์

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม ทัศนศึกษา จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
	5. ค่าป้ายไวเนลโครงการ ขนาด 1.2X2.4 ม. เป็นเงิน 600 บาท 6. ค่าสัมมนาคุณวิทยากร จำนวน 5 ชั่วโมง ๑ 600 บาท เป็นเงิน 3,000 บาท 7. ค่าเครื่องวัดความดันโลหิตเครื่องละ 3,900 บาท จำนวน 2 เครื่อง เป็นเงิน 7,800 บาท 8. เครื่องเจาะน้ำตาล เครื่องละ 1,500 บาท จำนวน 2 เครื่อง เป็นเงิน 3,000 บาท 9. แถบวัดน้ำตาลแพ้คละ 400 บาท จำนวน 2 แพ็ค เป็นเงิน 800 บาท 10. เครื่องชั่งน้ำหนักดิจิตอล จำนวน 1 เครื่อง เป็นเงิน 2,000 บาท 11. รางวัลสำหรับบุคคลต้นแบบด้านสุขภาพ และเกียรติบัตร จำนวน 5 รางวัลๆละ 400 บาท เป็นเงิน 2,000 บาท	
	รวมเป็นเงิน 28,700 บาท	

หมายเหตุ 1. ทุกรายการถ้วนเฉลี่ยรายจ่ายกันได้

2. งบประมาณไม่ซ้ำซ้อนกับงบประมาณอื่น ๆ

1. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

1.1. หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลเมืองพัทลุง.....

1.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

1.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

1.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]

1.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]

1.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]

1.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

1.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

1.3 กลุ่มเป้าหมาย

- 1.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....50..คน.....
- 1.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

1.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 1.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 1.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 1.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 1.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 1.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 1.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 1.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 1.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 1.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 1.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 1.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 1.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 1.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 1.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 1.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 1.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 1.4.8.6 อื่นๆ (ระบุ)

1.3 กลุ่มเป้าหมาย

1.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....50..คน.....

1.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

1.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

1.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

1.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

1.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

1.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

1.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

1.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

1.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน

1.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

1.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)

1.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

1.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

1.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

1.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

1.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

1.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

1.4.8.6 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ



ผู้เขียนโครงการ

(นางสาวชุตินัน ธาดาพรพรขุติ)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

วันที่ 15 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2562

ลงชื่อ



ผู้พิจารณาโครงการ

(นางอุษณีย์ นมรัักษ์)

ตำแหน่ง หัวหน้าฝ่ายบริการสาธารณสุข ปฏิบัติราชการแทน

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

วันที่ 25 เดือน ตุลาคม พ.ศ.2562

ลงชื่อ



ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางจรินทร์ ชำผุด)

ตำแหน่ง รองปลัดเทศบาล ปฏิบัติราชการแทน

ปลัดเทศบาลเมืองพัทลุง

วันที่ 28 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2562

ลงชื่อ



ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายทวี ปิยภาณีกุล)

ตำแหน่ง รองนายกเทศมนตรีเมืองพัทลุง

วันที่ 29 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2562

ลงชื่อ



ผู้เสนอโครงการ

(นายสุเมธ บุญยุก)

ตำแหน่ง นายกเทศมนตรีเมืองพัทลุง

วันที่ 29 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2562

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ตามที่มติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง ครั้งที่ ๑/๒๕๖๓ เมื่อวันที่ ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ ผลการพิจารณาโครงการเปลี่ยนชีวิตปลอดภัย ดังนี้

อนุมัติงบประมาณเพื่อสนับสนุนโครงการเปลี่ยนชีวิตปลอดภัย จำนวน ๒๘,๗๐๐ บาท (สองหมื่นแปดพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน)

เพราะ เป็นไปตามวัตถุประสงค์/หลักเกณฑ์ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติฯ พ.ศ. ๒๕๖๑

ไม่อนุมัติ เพราะ
หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายใน ๓๐ วัน หลังเสร็จสิ้นการดำเนินโครงการ

ผู้ตรวจสอบโครงการ

ลงชื่อ


(นางอนุชนี นมรักษ์)

หัวหน้าฝ่ายบริการสาธารณสุข รักษาราชการแทน
ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ผู้พิจารณาโครงการ

ลงชื่อ


(นายพิทพล ขวัญสุวรรณ)

รองปลัดเทศบาล รักษาราชการแทน
ปลัดเทศบาลเมืองพัทลุง

กรรมการและเลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง

ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ


(นายสุเมธ บุญยุก)

นายกเทศมนตรีเมืองพัทลุง

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง