

โครงการส่งเสริมผู้สูงวัยใส่ใจรักสุขภาพ ปี ๒๕๖๓

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้ ตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล

๑. หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยเริ่มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี ๒๕๕๗ และจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ใน ปี ๒๕๖๗ เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมีผลกระทบอย่าง กว้างขวาง โดยเฉพาะด้านการเงิน และด้านสุขภาพ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรดังกล่าว ทำให้อัตราส่วนภาระพึ่งพิง หรือภาระโดยรวมที่ ประชากรวัยทำงานจะต้องเลี้ยงดูประชากรวัยเด็กและวัยสูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น โดยที่ยังมิได้คำนึงถึงเรื่อง ค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูซึ่งสูงขึ้นตามอายุ ซึ่งขณะที่อัตราส่วนภาระพึ่งพิงของประชากรวัยสูงอายุเพิ่มขึ้น อาจจะ นำไปสู่ปัญหาทางเศรษฐกิจ สังคม รวมถึงปัญหาในด้านสุขภาพของผู้สูงอายุด้วย เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นวัยบั้น ปลายของชีวิต เป็นวัยที่ต้องพึ่งพาบุตรหลาน เพราะมีภาวะด้านสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงมีความเสื่อมของร่างกาย อวัยวะต่างๆทั่วไปเริ่มอ่อนแอและเกิดโรคร้าย ปัญหาด้านสุขภาพที่พบได้บ่อยๆในผู้สูงอายุได้แก่ เกิดภาวะ กระดูกหักง่าย สายตาไม่ดี หูตึง ฟันไม่ดี เป็นลมบ่อย เรอบ่อย ท้องผูก เบาหวาน หลงลืมบ่อย หัวใจและหลอดเลือด และปัญหาทางอารมณ์ ผู้สูงอายุเป็นวัยที่พึ่งพาตนเองได้น้อยลง มีภาวะด้านสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงไปตาม ระยะของการ พัฒนาการ ซึ่งมีภาวะร่างกายที่เสื่อมถอยลง มีโอกาสที่จะเจ็บป่วยได้ง่าย ภูมิคุ้มกันโรคน้อยลง รวมถึงมีการ เปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและสังคม สาเหตุเนื่องจากผู้สูงอายุและครอบครัวให้ความสำคัญในการ ดูแลรักษาสุขภาพน้อยลง เช่น เรื่องการบริโภคอาหาร การขาดการออกกำลังกาย การไม่ได้อยู่ร่วมกันใน ครอบครัว ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆขึ้น

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้ ร่วมกับชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข ได้เล็งเห็นถึง ความสำคัญของปัญหาต่างๆเหล่านี้ จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมผู้สูงวัยใส่ใจรักสุขภาพ ดำเนินการในชมรม ผู้สูงอายุในรูปของการตรวจสุขภาพ ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคต่างๆ และปัญหาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุ สามารถปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างดีและ เหมาะสม เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดำเนินชีวิตที่แข็งแรง สุขภาพดี ตลอดจนให้ครอบครัวและชุมชน มีส่วนร่วมในการป้องกัน ส่งเสริม ฟื้นฟู และรักษาสุขภาพให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ให้แก่สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ นอกจากนี้ยังเป็นดำเนินการดำเนินกิจกรรมต่อเนื่องจาก โครงการชมรมผู้สูงอายุซึ่งมีอยู่เดิมด้วย

จากข้อมูลโปรแกรม JHCIS จำนวนผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านแปะ-ระใต้ ๓ หมู่บ้าน มีจำนวนผู้สูงอายุเป็นชาย ๑๔๑ คน หญิง ๑๔๓ คน รวม ๒๘๔ คน (ข้อมูลจาก JHCIS เมื่อวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๒) เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ หญิง ๘๒ คน ชาย ๓๘ คน รวม ๑๒๐ คน

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้และสามารถดูแลด้านสุขภาพของตนได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุ ได้รับการดูแลด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่องจากเจ้าหน้าที่
๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะ พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์และทำกิจกรรมร่วมกัน
๔. เพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

๕. เพื่อกระตุ้นบุตรหลาน สังคมมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุ
๖. เพื่อให้มีผู้สูงอายุที่เป็นต้นแบบด้านสุขภาพของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้ และสามารถถ่ายทอดความรู้ แก่เพื่อนสมาชิกและชุมชน

๓. เป้าหมาย

ผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบ รพ.สต.บ้านแปะ-ระใต้ หมู่ที่ ๒,๓,๔ ตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล จำนวน ๑๐๐ คน

๔. กลวิธีดำเนินการ

๑. เสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเขตพื้นที่ตำบลท่าเรือ เพื่อขออนุมัติ
๒. ประชุมเจ้าหน้าที่ เพื่อชี้แจงกิจกรรมและเขียนโครงการ
๓. เชิญอาสาสมัครสาธารณสุขเข้ารับการประชุมเพื่อชี้แจงการดำเนินงาน และกำหนดรูปแบบกิจกรรม
๔. จัดทำทะเบียนผู้สูงอายุและรับสมัครผู้สูงอายุเข้าร่วมโครงการ
๕. ดำเนินกิจกรรมตามโครงการ
๖. สรุปผลการดำเนินงานตามแผนงานโครงการพร้อมแบบรายงาน ส่งให้กองทุนประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ

กิจกรรมในโครงการประกอบด้วย

๑. ให้ความรู้แพทย์แผนไทย และการดูแลสุขภาพโดยแพทย์ทางเลือก
๒. สาธิตการใช้ยาสมุนไพรในการรักษา

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

มีนาคม ๒๕๖๓ - มิถุนายน ๒๕๖๓

๖. งบประมาณ

จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเขตพื้นที่ตำบลท่าเรือ

๑. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบหมู่ ๒,๓,๔ ต.ท่าเรือ อ.ท่าแพ
 - ๑ ค่าอาหารกลางวันจำนวน ๑๐๐ คนๆละ ๕๐ บาท เป็นเงิน ๕,๐๐๐.- บาท
 - ๒ ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม (มี้อเช้า,มี้อบ่าย)จำนวน ๒ มี้อๆละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คนๆ เป็นเงิน ๕,๐๐๐.- บาท
 ๓. ค่าตอบแทนวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๔ ชม. x ๑ คน เป็นเงิน ๒,๔๐๐.- บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๒,๔๐๐.- บาท (เงินหนึ่งหมื่นสองพันสี่ร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

๗. ผู้รับผิดชอบโครงการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้ ตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล

๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้นได้
๒. ผู้สูงอายุเข้าใจสถานภาพของตนเอง สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อผู้สูงอายุด้วยกันในชุมชน
๓. ผู้สูงอายุในชุมชนได้รับการตรวจคัดกรองด้านสุขภาพเพื่อเฝ้าระวังโรคและได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตนละมาเข้าร่วมกิจกรรมในคลินิกผู้สูงอายุมากขึ้น และมีสุขภาพกายและจิตที่ดีขึ้น
๔. ชุมชนและสังคมให้ความสนใจและมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุมากขึ้น
๕. ชุมชนมีความรู้สึกที่ดีต่อสถานบริการสาธารณสุขมากขึ้น
๖. ผู้สูงอายุได้มีการพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ผู้เขียนโครงการ



(นางเยาวเรศ โต๊ะปลัด)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เสนอโครงการ



(นางเยาวเรศ โต๊ะปลัด)

ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รักษาราชการแทน

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้

ผู้เห็นชอบโครงการ



เห็นชอบ



ไม่เห็นชอบ เหตุผล.....



(นายบัณฑิต เลษะกุล)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ

กรรมการและเลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ

ผู้อนุมัติโครงการ



เห็นชอบ อนุมัติให้ดำเนินการ



ไม่เห็นชอบ เหตุผล.....



(นายบาเสด ยาพระจันทร์)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ

ประธานกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ

แผนดำเนินการตามโครงการส่งเสริมผู้สูงวัยใส่ใจรักสุขภาพ ปี ๒๕๖๓

ตำบลท่าเรือ อำเภอท่าแพ จังหวัดสตูล

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
๑. เสนอโครงการ	มกราคม ๒๕๖๓	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้	
๒. ประชุมชี้แจงเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง	มีนาคม ๒๕๖๓	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้	
๓. กิจกรรมประชุมชี้แจงการดำเนินงานแก่อาสาสมัครสาธารณสุข	เมษายน ๒๕๖๓	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้	
๔. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุ	มิถุนายน ๒๕๖๓	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแปะ-ระใต้	

