

# รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการที่ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากองค์การบริหารส่วนตำบลบาโลย

ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓

## ชื่อโครงการ

โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพประชาชน ในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและ  
กลุ่มโรคเบาหวาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓

## ผู้รับผิดชอบโครงการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นหยงจิงงา

ตำบลต้นหยงจิงงา อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี

## หนังสือนำเสนอผลการดำเนินงาน

โครงการที่ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพตำบลบาโลย

สถานที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตันหยงจingga  
ตำบล ตันหยงจingga อำเภอยะหริ่ง

วันที่ ๑๙ ตุลาคม ๒๕๖๓

เรื่อง โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพประชาชน ในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและกลุ่มโรคเบาหวาน  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563

เรียน ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพตำบลบาโลย

สิ่งที่ส่งมาด้วย

- |   |                     |
|---|---------------------|
| - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 100 คนๆ ละ 50 บาท จำนวน 1 มื้อ                    | เป็นเงิน 5,000.-บาท |
| - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 100 คน คนละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ        | เป็นเงิน 5,000.-บาท |
| - ถุงผ้าที่ระลึกสำหรับใส่ยาและสมุดประจำตัว จำนวน 50 ผืนๆละ 60 บาท         | เป็นเงิน 3,000.-บาท |
| - ค่าเครื่องวัดความดันโลหิตเพื่อติดตาม จำนวน 2 เครื่องๆละ 1,200 บาท       | เป็นเงิน 2,400.-บาท |
| - ค่าเครื่องตรวจระดับน้ำตาลในเลือดเพื่อติดตามจำนวน 3 เครื่องๆละ 1,300 บาท | เป็นเงิน 3,900.-บาท |
| - ค่าไวนิลประชาสัมพันธ์โครงการ ขนาด1x2 เมตรตารางเมตรละ 250 บาทจำนวน 1 ผืน | เป็นเงิน 500.-บาท   |
| - ค่าไม้พลองเพื่อเป็นอุปกรณ์การออกกำลังกาย จำนวน 10 ค้างๆละ 40 บาท        | เป็นเงิน 400.-บาท   |

รวมเป็นเงิน 20,200.-บาท

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้

ตามที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตันหยงจingga ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบาโลย เพื่อดำเนินกิจกรรมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพประชาชน ในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและกลุ่มโรคเบาหวานประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 จำนวน ๒๐,๒๐๐บาท

บัดนี้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตันหยงจingga ได้ดำเนินงานตามโครงการเป็นที่เรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการดำเนินงาน ตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ



(นางสาวสัมพันธ์ สะอิ)

พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ

**แบบรายงานผลการดำเนินงาน**  
**โครงการที่ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากองค์การบริหารส่วนตำบลบาโลย**  
**ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓**

รายงาน ณ วันที่ ๑๙ เดือนตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

**ชื่อโครงการ :** โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพประชาชน ในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและกลุ่มโรคเบาหวานประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563

**๑.ผลการดำเนินงาน**

กิจกรรม/ตัวชี้วัด	ผลการดำเนินงาน
๑.๑ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงสูงและกลุ่มเป็นโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพและสามารถพึ่งพาตนเองได้	- ร้อยละ ๙๓.๐๕ ของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงมีความรู้ในเรื่องโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง
๑.๒ เพื่อสร้างแกนนำในการจัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงในชุมชน	- ร้อยละ ๙๐.๒๑ ของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร, การออกกำลังกาย และจัดการความเครียด, ดื่มน้ำและบุหรี่ ที่ถูกต้อง - ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมสุขภาพศึกษา ในระดับดีมาก
๑.๓ เพื่อลดผู้ป่วยรายใหม่กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(ความดันโลหิตสูงและเบาหวาน)	- ร้อยละ ๐.๗๖ หรือ ๗๘๘.๖๔/แสนประชากร ของกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน ปี ๒๕๖๑ ป่วยเป็นเบาหวาน ปีงบประมาณ ๒๕๖๒ และ ร้อยละ ๐.๒๗ หรือ ๒๗๗.๐๓/แสนประชากร ของกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน ปี ๒๕๖๒ ป่วยเป็นเบาหวาน ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ - ร้อยละ ๐.๓๖ หรือ ๓๖๘.๐๓/แสนประชากร ของกลุ่มเสี่ยงความดันโลหิตสูง ปี ๒๕๖๑ ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ ๒๕๖๒ และ ร้อยละ ๐.๓๒ หรือ ๓๒๐.๐๖/แสนประชากร ของกลุ่มเสี่ยงความดันโลหิตสูง ปี ๒๕๖๒ ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ ๒๕๖๓

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ เพราะ.....

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ๒๐,๒๐๐ บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง ๒๐,๒๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ ๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๐

๔. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค :

๑. ประชาชนกลุ่มเป้าหมายไม่ค่อยให้ความสำคัญต่อการคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง อาจเพราะการรับรู้ข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ หรือความรู้ในเรื่องโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงยังน้อยเห็นว่าเป็นเรื่องไกลตัว เลยไม่ค่อยให้ความสำคัญ อีกทั้งไม่อยากจะตรวจคัดกรอง เพราะกลัวว่า ถ้าพบว่าเสี่ยงหรือสงสัยว่าจะเป็นโรคแล้วต้องรับการรักษาที่ยาวนาน

แนวทางการแก้ไข :

๑. อยากรให้ทางองค์การบริหารส่วนตำบลบาโลย สนับสนุนงบประมาณในการจัดมีกิจกรรมการณรงค์คัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ให้เกิดขึ้นทุกปี เพื่อเป็นการสร้างกระแสการรักสุขภาพให้แก่ประชาชนในพื้นที่ และชุมชนเกิดความตระหนักในเรื่องโรคดังกล่าว

๒ อยากรให้ทางองค์การบริหารส่วนตำบลบาโลย สนับสนุนงบประมาณในการจัดมีกิจกรรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ให้เกิดขึ้นทุกปี เพื่อเป็นการสร้างกระแสการรักสุขภาพให้แก่ประชาชนในพื้นที่ และชุมชนเกิดความตระหนักในเรื่องโรคดังกล่าว อีกทั้งยังพบว่า ประชาชนส่วนใหญ่ ยังมีความรู้เรื่องการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย แม้กระทั่งเรื่องโรค และการป้องกันน้อย

๓ การกำหนดระยะเวลาการคัดกรอง อาจต้องดำเนินการแต่เนิ่น เพื่อค้นหาผู้ป่วยที่เสี่ยงและกลุ่มสงสัยป่วยรายใหม่ และเข้าโครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อจะได้มีการประเมินผลภายหลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมฯ ไปแล้ว

ลงชื่อ ..... ผู้รายงาน

(นางสาวสมิษฐ์ แก้ว.....)

ตำแหน่ง นายกฯ ชม ช.บาโลย

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๑๙ ๓.ค ๖๓

วิเคราะห์แบบสัมภาษณ์โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของประชาชน ปีงบประมาณ 2563  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นยางจึงงา จังหวัด ปัตตานี

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายเป็นกลุ่มเสี่ยงที่ผ่านการคัดกรองในกลุ่มโรคเรื้อรัง จำนวน ....100.....คน  
ครั้งที่ 1 จัดกิจกรรม ในวันที่ .....17 กรกฎาคม 2563.....เวลา .....08.30น-16.30น.....สถานที่ ....  
หอประชุมชั้น2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นยางจึงงา.....รายละเอียดตามตารางที่ 1  
ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละ ของข้อมูลพื้นฐานทั่วไป เช่น

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	89	89
ชาย	11	11
อายุ		
35-40	5	5
40-50	42	42
50-60	32	32
60 ปีขึ้นไป	21	21
ค่าดัชนีมวลกาย		
ปกติ	32	32
สูงกว่าปกติ	68	68
ค่ารอบเอว		
ปกติ	38	38
สูงกว่าปกติ	62	62
ค่าระดับความดันโลหิต		
ปกติ	68	68
สูงกว่าปกติ	32	32
ค่าระดับน้ำตาลในเลือด		
ปกติ	81	81
สูงกว่าปกติ	19	19

2. ความรู้ และทักษะการควบคุมโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคอ้วน สำหรับผู้เข้าร่วมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

จากการประเมินพบว่า ด้านความรู้ และทักษะการปฏิบัติตนเพื่อไม่ให้เป็น เกี่ยวกับโรค เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคอ้วน ก่อนและหลังทำกิจกรรม

ผู้เข้าร่วมโครงการ มีความรู้ .....6.06 ก่อนเข้าร่วมโครงการ เพิ่มขึ้นเป็น8.92 หลังเข้าร่วมโครงการ รายละเอียดรายชื่อ ตามตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงการคะแนนการประเมินความรู้ ก่อน-หลัง การทำกิจกรรม

ความรู้เกี่ยวกับโรค เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคอ้วน		จำนวนที่ตอบถูก			
		ก่อนทำกิจกรรม		หลังทำกิจกรรม	
		จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	โรคเบาหวานสามารถรักษาให้หายได้โดยการกินยาและฉีดยา เพียงอย่างเดียว	62	62	85	85
2	สาเหตุและความเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคเบาหวาน คือ พันธุกรรม ความอ้วน และความเครียด	67	67	89	89
3	อาการที่พบบ่อยในผู้ป่วยโรคเบาหวานคือ ปัสสาวะบ่อย กินจุ ใจ สั่น อ่อนเพลีย เหงื่อออก	45	45	92	92
4	โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่มีความผิดปกติของหัวใจ และหลอดเลือด	52	52	76	76
5	โรคความดันโลหิตสูงส่วนใหญ่ไม่มีอาการผิดปกติ ส่วนน้อยที่มีอาการปวดศีรษะ วิงเวียน	41	41	86	86
6	ปัจจัยที่มีผลต่อความดันโลหิตสูง คือ อายุมาก อารมณ์ เพศ พันธุกรรม พฤติกรรมการกิน	76	76	82	82
7	โรคอ้วนลงพุง จะมีไขมันสะสมในช่องท้องปริมาณมาก	73	73	81	81
8	การวัดรอบเอวควรวัดในขณะหายใจเข้า	59	59	79	79
9	ผู้ที่ต้องการลดความอ้วนควรลดปริมาณอาหารเช้า กลางวัน และ ควรเพิ่มอาหารเย็นมากขึ้น	75	75	89	89
10	การออกกำลังกายเป็นประจำสามารถป้องกันโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงได้	79	79	85	85

ผู้เข้าร่วมโครงการ มีทักษะ 7.62. ก่อนเข้าร่วมโครงการเพิ่มขึ้นเป็น 9.21 หลังเข้าร่วมโครงการ  
รายละเอียดรายชื่อ ตามตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงการประเมินทักษะการปฏิบัติตนเพื่อไม่ให้เป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงและโรคอ้วน ก่อน-  
หลัง การทำกิจกรรม

ความรู้เกี่ยวกับโรค เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคอ้วน		การปฏิบัติที่ถูกต้อง			
		ก่อนทำกิจกรรม		หลังทำกิจกรรม	
		จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	กินข้าว ผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ นม	62	62	85	85
2	กินผักมากกว่าวันละ 3 ท็อปปี	71	71	85	85
3	กินผลไม้วันละ 2-3 ส่วน(1 ส่วนเท่ากับ 6-8 คำ)	76	76	89	89
4	กินปลาอย่างน้อยวันละ 1 มื้อ	82	82	90	90
5	กินเนื้อสัตว์ไม่ติดมันสัปดาห์ละ 1 มื้อ	82	82	91	91
6	กินอาหารมื้อเย็นห่างจากเวลาอนไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง	72	72	81	81
7	กินอาหารประเภทต้ม นึ่ง ลวก อบ	82	82	91	91
8	หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง	79	79	82	82
9	หลีกเลี่ยงของหวาน และขนมที่มีแป้งและน้ำตาลมาก	72	72	87	87
10	กินอาหารจืด ไม่เติมน้ำปลา หรือเกลือในอาหาร	72	72	84	84
11	ดื่มน้ำเปล่าแทนน้ำอัดลมหรือน้ำหวาน	86	86	92	92
12	หลีกเลี่ยงการดื่มเหล้า เบียร์	100	100	100	100
13	มีอารมณ์ดี ไม่เครียด	82	82	89	89
14	นอนหลับไม่น้อยกว่าวันละ 7-8 ชั่วโมง	79	79	92	92
15	ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 5 วัน วันละ 30 นาที	70	70	83	83
16	ทุกครั้งที่วัดรอบเอวได้ไม่เกิน 80 ซม.(ผู้ชาย) และ 90 ซม.(ผู้หญิง)	71	71	75	75