

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	64- <u>L7318-3-01</u> ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	ส่งเสริมสุขภาพสายตาและการป้องกันภาวะความผิดปกติของการมองเห็นในผู้สูงอายุตำบลโคกม่วง ปีงบประมาณ ๒๕๖๔
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโคกม่วง
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร ศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการเทศบาลโคกม่วง กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1. นายว่อน เพชรคง 2. นายเสรีย์ คงเหล 3. นายสวาท สังข์แสง 4. นายจินต์ หนูแก้ว 5. นางพริ้ง ชุมทอง
วันอนุมัติ	๑ มิถุนายน ๒๕๖๔
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ ๑ ..เดือน...มิถุนายน...พ.ศ....2564.. ถึง วันที่ 30 ....เดือน...มิถุนายน ...พ.ศ..2564....
งบประมาณ	จำนวน.....20,000.....บาท

## หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ดวงตาหรือสายตาเป็นอวัยวะที่สำคัญยิ่ง เพราะดวงตาสามารถมองเห็นทุกอย่างได้ เมื่ออายุมากขึ้น อวัยวะทุกส่วนในร่างกายย่อมเสื่อมลง รวมถึงดวงตา ซึ่งเป็นอวัยวะที่คนส่วนใหญ่มักละเลยการตรวจ เพราะคิดว่าไม่มีปัญหา กว่า จะมาพบจักษุแพทย์ก็เมื่ออาการของโรครุนแรง จนบางครั้งอาจไม่สามารถรักษาให้หายได้โรคตาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุที่ควรรู้จัก เพื่อจะได้ป้องกันและถนอมสุขภาพตาให้สามารถมองเห็นได้อย่างสดใสไปนาน ๆ

โรคตาในผู้สูงอายุ วันเวลาที่ผ่านไป จากวัยเด็ก สู่วัยผู้ใหญ่ และผ่านเข้าสู่วัยสูงอายุดวงตาเป็นอวัยวะสำคัญที่ต้องได้รับการดูแล เพื่อให้สามารถมองโลกที่สดใสได้ตลอดไป การเปลี่ยนแปลงหรือความเสื่อมอาจเกิดขึ้นกับส่วนต่าง ๆ ของตา ทำให้เกิดโรคทางตาในผู้สูงอายุ โรคทางตาที่ควรรู้จักเพื่อรักษาสุขภาพตาของผู้สูงอายุให้อยู่ได้นานที่สุดดังนี้

1. โรคต้อกระจก(cataract)เป็นโรคตาที่พบได้บ่อยมากในผู้สูงอายุเกิดจากการขุ่นของเลนส์แก้วตา ถึงร้อยละ ๗๐ อาการ ไม่มีอาการปวดตา ภาพมัวมืด เวลาอมแสงจ้าจะเกิดแสงสะท้อนเช่นมองไฟหน้ารถที่ขับสวนภาพบิดเบี้ยวมองเห็นในระยะใกล้ชัดขึ้นการมองเห็นในที่มืดแย่ง สาเหตุสำคัญ เกิดจากความเสื่อมตามอายุ สาเหตุอื่น ๆ เช่น การบาดเจ็บที่ตา โรคเบาหวาน สาเหตุที่มักเข้าใจผิดและไม่ได้ทำให้เกิดต้อกระจกได้แก่โรคมะเร็งการใช้สายตามากการรักษาโดยการผ่าตัดหรือสลายเลนส์ตาที่ขุ่นออกเป็นการรักษาที่ทำให้หายขาดได้โดยจะผ่าเมื่อบดบังการมองเห็นมาก จนมีผลกระทบต่อการใช้งาน เช่น การขับรถ การอ่านหนังสือ

2. โรคต้อหินเกิดจากการระบายน้ำในลูกตาคับกวดทำให้ความดันตาสูง และกดทำลายเส้นประสาทตาได้ (glaucoma) อาการโดยช่วงแรกของโรคมักไม่มีอาการไม่ปวด ดังนั้นการรีบวินิจฉัยและรักษาจะสามารถช่วยไม่ให้เกิดการตาบอดได้ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อโรคต้อหิน ควรได้รับการตรวจตาอย่างน้อยปีละครั้งตั้งแต่อายุ ๔๐ ปีขึ้นไปมีคนที่ครอบครัวเป็นต้อหินความดันในลูกตาสูงเชื้อสายแอฟริกัน หรือฮิสแปนิก โรคเบาหวาน ไซยาสตีรอยด์ มีการบาดเจ็บที่ตาในอดีต โรคซิดหรือขาดเลือด ภาวะช็อกอาการของโรคต้อหินโดยทั่วไปมักไม่มีอาการในช่วงแรกของโรค โดยต่อมาจะสูญเสียการมองเห็นจากทางด้านนอกและตาบอดในที่สุดซึ่งอาจมีต้อหินบางประเภท(เช่น ต้อหินมุมปิดเฉียบพลัน)ที่อาจมีอาการปวดมาก คลื่นไส้ เห็นแสงรุ้งรอบดวงไฟ ตาแดง ภาพมัวและมองไม่เห็นในที่มืด ซึ่งเป็นอาการเร่งด่วนต้องรีบมาพบแพทย์โดยเร็วการรักษาไม่มีการรักษาที่สามารถทำให้การมองเห็นกลับคืนมาเท่าคนปกติ แต่สามารถชะลอไม่ให้โรคแย่งได้ในปัจจุบัน โรคต้อหินส่วนใหญ่สามารถรักษาด้วยยาลดความดันตา เพื่อป้องกันการทำลายเส้นประสาทตาโดยผู้ป่วยจะต้องมารับการรักษาอย่างสม่ำเสมอ

3. โรคสายตายาวในผู้สูงอายุ (presbyopia) มักเกิดหลังอายุ ๔๐ ปี เกิดจากเลนส์ตาที่แข็งขึ้น สูญเสียความสามารถในการปรับการมองใกล้และไกล ดังนั้น ผู้ป่วยมักต้องถือหนังสือไกลขึ้นจึงจะอ่านได้ชัด โดยอาการจะเกิดขึ้นกับทุกคน ทั้งสายตาสั้น ยาว และปกติโดยพบว่าผู้ที่มีสายตายาวอาจเกิดอาการเร็วกว่าปกติ

วิธีการรักษา ปรีกษาจักษุแพทย์เพื่อตัดแว่นตาสำหรับอ่านหนังสือ

4. โรคตาแห้ง (dry eye) มักเกิดในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย เริ่มเมื่อวัยกลางคน สัมพันธ์กับภาวะเปลือกตาอักเสบ และโรคทางกายบางชนิด เกิดจากการผลิตน้ำตาน้อยลง ผู้ป่วยจะมีอาการเคืองเหมือนมีฝุ่นผงในตา มักเป็นมากขึ้นเมื่ออยู่ในที่แห้งหรือห้องแอร์ อาจมีขี้ตาเหนียว การมองเห็นไม่ชัดต้องกะพริบตาบ่อย ๆ ในผู้ป่วยบางคนอาจเคืองตา เป็นต้น

ศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการเทศบาลโคกม่วง ภายใต้การได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโคกม่วง ได้เล็งเห็นความสำคัญของการดูแลรักษาดวงตา และการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคตาที่เกิดในผู้สูงอายุและคนพิการ จึงได้จัดทำ “โครงการ ส่งเสริมสุขภาพสายตาและการป้องกันภาวะความผิดปกติของการมองเห็นในผู้สูงอายุตำบลโคกม่วง” เพื่อให้ความรู้แก่กลุ่มผู้สูงอายุ คนพิการ และ การ

คัดกรอง ตรวจสายตา เพื่อให้เกิดการปฏิบัติเป็นประจำ และเป็นสิ่งที่ควรทำเพื่อลดโอกาสเสี่ยงในการเผชิญกับอาการที่รุนแรงและส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตมากขึ้นเรื่อย ๆ ผู้สูงอายุควรได้รับการความรู้และ ตรวจดวงตาโดยวิธีขยายม่านตาทุก ๆ ปี เพราะไม่เพียงเพื่อตรวจโรคต่อกระจกเท่านั้น แต่รวมถึงโรคทางสายตาด้านอื่นด้วย เพื่อให้ได้รับการรักษาได้อย่างทันท่วงที แม้ผู้สูงอายุจะยังไม่พบความผิดปกติของดวงตาก็ควรเข้ารับการตรวจตากับจักษุแพทย์อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ สำหรับผู้ที่มีปัญหาตารุนแรง เช่น เป็นต้อหิน ควรเข้ารับการตรวจบ่อยครั้งกว่าปกติ นอกจากนี้ ในผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ ควรปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิต เช่น งดการสูบบุหรี่ ออกกำลังกาย ควบคุมน้ำหนัก และที่สำคัญที่สุดคือ หมั่นตรวจเช็คดวงตาของตนเองอยู่เป็นประจำ โดยการปิดตาทีละข้าง ดูว่ายังมองเห็นเป็นปกติหรือไม่ เห็นเส้นตรงเป็นเส้นโค้งหรือคดหรือไม่ หรือมีเงาลอยไปมาหรือไม่ ถ้าพบความผิดปกติใด ๆ ก็ตามให้รีบไปพบจักษุแพทย์ทันทีเพียงเท่านี้ก็ช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพตาที่ดีและมีความสุขกับการมองเห็นที่สดใสได้อย่างยาวนาน

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

- 1 ประชุมคณะกรรมการศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการเทศบาลโคกม่วง
- 2 เสนอแนวทางการดำเนินโครงการและคัดเลือกโครงการขอรับสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโคกม่วง
- 3 ประชาสัมพันธ์โครงการ/เสียงตามสาย/หนังสือเชิญ
- 4 ประสานวิทยากรและกลุ่มเป้าหมายเข้ารับการอบรม
- 5 ดำเนินกิจกรรม “ส่งเสริมสุขภาพสายตาและการป้องกันภาวะความผิดปกติของการมองเห็นในผู้สูงอายุตำบลโคกม่วง” ดังนี้
  - กิจกรรมอบรม ให้ความรู้การดูแลรักษาดวงตา และโรคเกี่ยวกับสายตา ในผู้สูงอายุ
  - กิจกรรมสนทนาการ เพื่อดวงตาสดใส ต้องคู่กับกายใจที่มีสุข
  - กิจกรรม ตรวจ คัดกรอง สายตาผู้สูงอายุ
  - กิจกรรมติดตามประเมินผล ผู้เข้าร่วมกิจกรรมและแนะนำในการดูแลรักษาและความสะดวกในการติดต่อ

สถานที่ในการเข้ารับการรักษา

6 ประชุมสรุป/ประเมินผลโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 1 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความรู้ ความเข้าใจในการดูแลรักษา ดวงตา ได้
- 2 ผู้เข้าร่วมคิดกิจกรรมได้ประเมิน ตรวจวัดสายตาและแนวทางการรักษา

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
2 ข้อ 1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้รับความรู้ ความเข้าใจในการดูแลรักษา ดวงตา ได้	- 80 เปอร์เซ็นต์ ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถเกิดความรู้ ความเข้าใจในการดูแลรักษา ดวงตา ได้
ข้อ 2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รับการตรวจ คัดกรอง ประเมิน การทดสอบสายตา เพื่อการรักษาที่ถูกวิธีต่อไป	- 100 เปอร์เซ็นต์ ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รับการตรวจ คัดกรอง ประเมิน การทดสอบสายตา เพื่อการรักษาที่ถูกวิธีต่อไป

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
โครงการ“ส่งเสริมสุขภาพสายตาและการป้องกันภาวะความผิดปกติของการมองเห็นในผู้สูงอายุตำบลโคกม่วง” ”	- ค่าวิทยากรจำนวน 5 ชั่วโมง ๆ ละ 300 บาท = 1,500 บาท - ค่าอาหารกลางวัน 150 คน x 50 คน จำนวน 1 มื้อ = 7,500 บาท - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 150 x 25 บาท จำนวน 2 มื้อ = 7,500 บาท - คู่มือให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษา ตูแผลและรักษาดวงตา จำนวน 150 เล่ม ๆ ละ 20 บาท เป็นเงิน 3,000 บาท - ค่าป้ายโครงการ จำนวน 1 ป้าย ๆ ละ 500 บาท เป็นเงิน 500 บาท	
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น (สองหมื่นบาทถ้วน)	20,000 บาท	

### 3 สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน

ศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและส่งเสริมสุขภาพเทศบาลตำบลโคกม่วง

- 7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

- 7.2.1 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]
- 7.2.2 สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]

กำหนดการจัดกิจกรรมของ ศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการเทศบาลโคกม่วง

โครงการ “ส่งเสริมสุขภาพสายตาและการป้องกันภาวะความผิดปกติของการมองเห็น  
ในผู้สูงอายุตำบลโคกม่วง”

๒๖ มีนาคม ๒๕๖๔

ณ ลานสวนป่าเทศบาลตำบลโคกม่วง

วัน เดือน ปี	เวลา	กิจกรรม
18 มีนาคม 2564	08.30 น. - 09.00 น.	- ลงทะเบียน
	08.30 น. - 09.00 น.	- พิธีเปิดโครงการ
	09.00 น. - 11.00 น.	กิจกรรมอบรม ให้ความรู้การ ดูแลรักษาดวงตา และโรค เกี่ยวกับสายตา ในผู้สูงอายุ
	11.00 น. - 12.00 น.	- กิจกรรมสั้นทนาการ เพื่อดวงตา สดใส ต้องอยู่กับกายใจที่มีสุข
	12.00 น. - 13.00 น.	- พักรับประทานอาหารกลางวัน
	13.00 น. - 15.00 น.	- กิจกรรม ตรวจ คัดกรอง สายตาผู้สูงอายุ
	15.00 น. - 16.00 น.	- กิจกรรม ส่งต่อ ดูแล และ ประเมินความเสี่ยง
	16.00 น. - 16.30 น.	- กล่าวปิดโครงการ โดยประธาน ศูนย์ฟื้นฟูและพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุและคนพิการเทศบาล ตำบลโคกม่วง

\*\*\* พักรับประทานอาหารกลางวัน เวลา ๑๐.๒๕ น. \_\_\_\_\_

\*\*\* กำหนดการสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม \*\*\*