

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าน้ำ

เรื่อง โครงการปรับได้..เปลี่ยนได้..ห่างไกลโรคเรื้อรัง เบาหวานความดันโลหิตสูงควบคุมได้

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านสุเหว่า ปิงบประมาณ ๒๕๖๔

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าน้ำ

ด้วย หน่วยงาน /องค์กร /กลุ่มคน (ระบุชื่อ) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสุเหว่า ตำบลท่าน้ำ จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการปรับได้..เปลี่ยนได้..ห่างไกลโรคเรื้อรัง เบาหวานความดันโลหิตสูงควบคุมได้ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านสุเหว่าในปิงบประมาณ ๒๕๖๔ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าน้ำ เป็นเงิน ๑๕,๖๐๐ บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด

๑. หลักการและเหตุผลได้

ปัญหาสุขภาพของประชาชนในปัจจุบัน พบว่ามีความซับซ้อนมากขึ้นตามการเปลี่ยนแปลงของเศรษฐกิจ ความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี และแบบแผนการดำเนินชีวิต ส่งผลทำให้เกิดการเจ็บป่วย ทั้งด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ และป้องกันไม่ได้ รวมทั้งโรคพื้นฐานที่ประชาชนสามารถดูแลตนเองได้ โรคบางอย่างเกิดจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์ เช่น การบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ขาดการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ขาดการจัดการความเครียด จากการสำรวจชุมชนพบว่าประชาชนส่วนใหญ่ มีปัญหาการออกกำลังกาย และขาดความตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเอง ซึ่งส่งผลต่อภาวะสุขภาพของประชาชน

จากผลการวิเคราะห์ปัญหาสาธารณสุขของอำเภอปะนาเระ จังหวัดปัตตานีปัจจุบัน พบว่าโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวานเป็นปัญหาสาธารณสุขสำคัญลำดับต้นที่ควรได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน จากการสำรวจข้อมูลด้านการรักษาพยาบาลปี ๒๕๖๓ พบผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๓,๙๖๔ คน จากจำนวนประชากร ๔๐,๖๙๕ คิดเป็นร้อยละ ๙.๗๔ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน จำนวน ๑,๕๘๐ คน จากจำนวนประชากร ๔๐,๖๙๕ คิดเป็นร้อยละ ๓.๘๘ อัตราป่วยโรคเบาหวานรายใหม่ ปี ๒๕๖๓ เท่ากับ ๓๑๖.๕๕ และอัตราป่วยโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ เท่ากับ ๖๒๖.๗๓ จากผลการคัดกรองความเสี่ยงประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป มีปัจจัยเสี่ยงสูงต่อการเป็นโรคความดันโลหิตสูงจำนวน ๙๑๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๗.๑๔ มีปัจจัยเสี่ยงสูงต่อการเป็นโรคเบาหวาน จำนวน ๑๙๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๑.๒๘ ผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ปี ๒๕๖๓ เท่ากับ ร้อยละ ๑๒.๕๙ (เกณฑ์  $\geq$  ร้อยละ ๔๐) และผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมความดันโลหิตได้ดี ปี ๒๕๖๓ เท่ากับ ๒๖.๖๖ (เกณฑ์  $\geq$  ร้อยละ ๕๐) สาเหตุสำคัญคือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องและการออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ จากการดำเนินงานที่ผ่านมา เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและอสม. ยังขาดความต่อเนื่องในการให้บริการใน

เชิงรุกลงไปถึงระดับ ครอบครัว ชุมชน ทำให้การแก้ปัญหาได้แก่ระดับหนึ่ง จึงมีความจำเป็นที่จะต้องคิด และใช้วิธีการที่เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่ อีกทั้ง ในปีที่ผ่านมาการดำเนินงาน NCD คปสอ.ปะนาเระ ยังไม่ผ่านการประเมิน NCD Clinic Plus ระดับดี ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญในการขับเคลื่อนการดำเนินงานและแก้ไขปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในพื้นที่

จากสภาพปัญหาดังกล่าว คณะทำงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอำเภอปะนาเระได้เล็งเห็นความสำคัญของปัญหาจึงได้จัดทำโครงการปรับได้ เปลี่ยนได้ ห่างไกลโรคเรื้อรังเบาหวานความดันโลหิตสูงควบคุมได้ โดยเป็นการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วย และการมีส่วนร่วมของประชาชนในการดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐานของตนเอง โดยการดำเนินงานกิจกรรมต้องสอดคล้องกับสภาพปัญหาของปัจเจกบุคคล ครอบครัว ศาสนา และวัฒนธรรม เพื่อให้มีการเปลี่ยนแปลงแผนการดำเนินชีวิต มีความรู้ ความเข้าใจ และมีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้อง สามารถลดพฤติกรรมเสี่ยง ต่อการเกิดโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง มีความห่วงใยต่อสุขภาพ ครอบครัว และชุมชน อย่างถาวร ส่งผลให้ทั้งกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วยและประชาชนมีสุขภาพที่ดี มุ่งให้เกิดการพึ่งตนเองทางสุขภาพเป็นสำคัญ อีกทั้งยังเห็นความสำคัญของการขับเคลื่อนการดำเนินงาน NCD คปสอ.ปะนาเระ ให้ผ่านการประเมิน NCD Clinic Plus ระดับดี เพื่อให้การแก้ไขปัญหาโรคเรื้อรังในระดับอำเภอประสบผลสำเร็จ

## ๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อลดอัตราป่วยรายใหม่จากกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง
๒. เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงป่วยได้รับการวินิจฉัยโรคอย่างรวดเร็ว
๓. เพื่อให้กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มป่วยต่อโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงได้มีความรู้ และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการความเครียด
๔. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงมีแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
๕. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี
๖. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี
๗. เพื่อสนับสนุนการจัดการตนเองของผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูง

๓. วิธีดำเนินการ

๑. ให้ความรู้เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก ๓๐๒๘.

๒. จัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยใช้หลัก ๓๐ ๒๘ ทั้งในกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วยและมีการติดตามพฤติกรรมสุขภาพเป็นระยะ

๓. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพระหว่างสมาชิก

๔. ติดตามระดับน้ำตาลในเลือด และระดับความดันโลหิต

๕. รวบรวมข้อมูลสรุปและประเมินผลหลังเสร็จสิ้นโครงการ

๔. กลุ่มเป้าหมาย

- ประชาชนกลุ่มป่วย HT/DM จำนวน ๓๐ คน

- ประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง จำนวน ๓๐ คน

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือน มีนาคม ๒๕๖๔

๖. สถานที่ดำเนินการ

ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสุเหร่า

๗. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าน้ำ  
เป็นเงิน ๑๕,๖๐๐ บาท (เงินหนึ่งหมื่นห้าพันหกร้อยบาทถ้วน) ดังรายละเอียดค่าใช้จ่าย ดังนี้

- ค่าอาหารว่าง ๒ มื้อ ๒๕บาท X ๖๐ X ๒มื้อ เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท

- ค่าอาหารกลางวัน ๑ มื้อ ๕๐ บาท x ๖๐ คน เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท

- ค่าพาหนะติดตามกลุ่มเสี่ยง ๓๐ คน x ๕๐ บาท เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

- ค่าวิทยากร ๕๐๐บาทx๖ ชม. เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท

- ค่าป้ายโครงการ เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท

- ค่าวัสดุโครงการ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๑๕,๖๐๐ บาท

( เงินหนึ่งหมื่นห้าพันหกร้อยบาทถ้วน )

๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูงมีความรู้และทักษะในการดูแลตนเองในการป้องกันโรค สามารถประเมินและแก้ไขปัญหาภาวะสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชนได้
๒. ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูงได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และมีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้อง
๓. อัตราผู้ป่วยโรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ลดลง
๔. กลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและระดับความดันโลหิตได้ดีขึ้น
๕. ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในการรักษาและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนทางเท้า และสามารถนำความรู้ไปปฏิบัติ เผยแพร่และสืบทอดต่อเนื่องได้

๘. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๘.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗) ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสุหร่า.....

- ๘.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๘.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๘.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๘.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๘.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๘.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ๘.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข

[ข้อ ๗(๑)]

- ๘.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงาน

อื่น [ข้อ ๗(๒)]

- ๘.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ/[ข้อ ๗(๓)]
- ๘.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๘.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๘.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ

พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๘.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- ๘.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๘.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๘.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๘.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๘.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๘.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๘.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๘.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๘.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๘.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - ๘.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๘.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๘.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - ๘.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์ ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๘.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - ๘.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - ๘.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - ๘.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๘.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
  - ๘.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๘.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๘.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๘.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์ ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๘.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๘.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๘.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๘.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ).....

๘.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๘.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๘.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๘.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๘.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์ ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๘.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๘.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๘.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาทางด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรรภ์ไม่พร้อม
- ๘.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาทางด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๘.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๘.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
  - ๘.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๘.๔.๔.๒ การตรวจสอบคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๘.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๘.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๘.๗.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมใน

การทำงาน

- ๘.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๘.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาทางด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรรภ์ไม่พร้อม
- ๘.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาทางด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๘.๔.๔.๙ อื่น ๆ (ระบุ).....
- ๘.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
  - ๘.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๘.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๘.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๘.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๘.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - ๘.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - ๘.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - ๘.๔.๕.๑.๘ อื่น ๆ (ระบุ).....
- ๘.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
  - ๘.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๘.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๘.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๘.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๘.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - ๘.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - ๘.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - ๘.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - ๘.๔.๕.๒.๙ อื่น ๆ (ระบุ).....