

017.

โครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน
และโรคความดันสูงฮิตสูง ปีงบประมาณ 2565

จัดทำโดย

นางสาวอรศยา เกิดพิมาย

พยาบาลวิชาชีพ

กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม

โรงพยาบาลชุมพวง

โครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง
ปีงบประมาณ ๒๕๖๕

กลุ่มงานที่รับผิดชอบ กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
หน่วยงานกระทรวง โรงพยาบาลชุมพวง สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา
ตอบ ผลผลิต/ยุทธศาสตร์/ ตัวชี้วัด

- กลุ่มเสี่ยงได้เข้าร่วมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จำนวน ๕๐ คน ร้อยละ ๑๐๐
- กลุ่มเสี่ยงได้รับการส่งเสริมสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมสอดคล้องกับภาวะเสี่ยงรายบุคคลโดยส่งเสริมการจัดการตนเองอย่างมีส่วนร่วมของครอบครัว กระบวนการ
ทอ. ๒ส. และการเข้ารับคำปรึกษาคลินิก DPAC ร้อยละ ๑๐๐
- กลุ่มเสี่ยงที่ผ่านการเข้าค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้รับการติดตามประเมินผลพฤติกรรมสุขภาพ อย่างน้อย ๑ ครั้ง ร้อยละ ๑๐๐

๑. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันพบว่าปัญหาสุขภาพส่วนใหญ่มีผลกระทบมาจากสังคม สิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมในการดำเนินชีวิต เช่น พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมออกกำลังกาย พฤติกรรมความปลอดภัย การเข้ายาและสารเสพติด ปัญหาสุขภาพจิต และพฤติกรรมเสี่ยงจากการประกอบอาชีพภาคอุตสาหกรรม และการบริการ ดังนั้น การดำเนินการในการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพของประเทศ จำเป็นต้องพัฒนาประชาชนให้มีความรู้ และทักษะที่จำเป็นและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสม ทั้งระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน ครอบครัว กลุ่มประชากรเป้าหมาย เพื่อให้ประชาชนสามารถส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคให้แก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชนได้ ซึ่งการดำเนินงานดังกล่าวจำเป็นต้องส่งเสริมพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่สำคัญ ที่ก่อให้เกิดปัญหาสาธารณสุขของประเทศ

โรงพยาบาลชุมพวง ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเอง เพื่อให้ห่างไกลโรค metabolic (เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจและสมอง และโรคอ้วนลงพุง) และสืบเนื่องจากสำนักงานหลักประกันสุขภาพได้มีโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูงขึ้น โรงพยาบาลชุมพวงจึงได้ออกรณรงค์คัดกรองโรคกลุ่ม Metabolic ของประชากรกลุ่มเป้าหมายในเขตรับผิดชอบพบผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงสูง คัดเลือกกลุ่มเสี่ยงสูงในเขต ต.ชุมพวงเข้าร่วมโครงการจำนวน ๕๐ คน จึงได้จัดอบรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จะเน้นเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้หลัก ทอ. ๒ส. เป็นหลัก ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและนำกลุ่มเสี่ยงมาเข้าร่วมดำเนินการในคลินิก DPAC ในสถานบริการต่อไป

สิงหนาท ชัย
อรุณ ๗, ๗๖๖
(นางสาวอรุณ ๗๖๖)

ชื่อโครงการ : โครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ ๒๕๖๕
งบประมาณ : ๗,๑๑๐ บาท (เจ็ดพันหนึ่งร้อยสิบบาทถ้วน)
แหล่งงบประมาณ : กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชุมพวง

๒.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อคัดกรองกลุ่มเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง
 ๒. เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยใช้หลัก ๓อ. ๒ส. ในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 ๓. เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงเข้าร่วมคลินิก DPAC ในรพ.ชุมพวง
- ### ๓. เป้าหมายการดำเนินงาน

กลุ่มเสี่ยงได้เข้าร่วมโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จำนวน ๕๐ คน

๔. ตัวชี้วัดความสำเร็จรายการกิจกรรม

๑. กลุ่มเสี่ยงได้รับการส่งเสริมสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมสอดคล้องกับภาวะเสี่ยงรายบุคคลโดยส่งเสริมการจัดการตนเองอย่างมีส่วนร่วมของครอบครัว กระบวนการ ๓อ. ๒ส และการเข้ารับคำปรึกษาคลินิก DPAC ร้อยละ ๑๐๐
๒. กลุ่มเสี่ยงที่ผ่านการเข้าค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้รับการติดตามประเมินผลพฤติกรรมสุขภาพอย่างน้อย ๑ ครั้ง ร้อยละ ๑๐๐

๕. ระยะเวลาดำเนินงาน

เดือน มีนาคม - เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

๖. สถานที่ดำเนินการ

อาคาร ๓๗ ปี ราชนครินทร์ร่วมใจ โรงพยาบาลชุมพวง

๗. งบประมาณ จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลชุมพวง จำนวน ๗,๑๑๐ บาท รายละเอียด ดังนี้

๑. ค่าป้ายโครงการ ขนาด ๑x๓ เมตร จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๓๖๐ บาท ✓
๒. กิจกรรมอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสำหรับผู้มีภาวะเสี่ยงด้วยโรค Metabolic จำนวน ๕๐ คน
 - ๒.๑ ค่าถ่ายเอกสารแบบตอบรับเข้าร่วมโครงการและเอกสารคู่มือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการอบรมจำนวน ๕๐ ชุด x ๑๐ บาท เป็นเงิน ๕๐๐ บาท ✓
 - ๒.๒ ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้าอบรม
 - ค่าอาหารกลางวัน ๕๐ คน x ๕๐ บาท x ๑ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท
 - ค่าอาหารว่าง ๕๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาทรวมเป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
 - ๒.๓ ค่าวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในการอบรม
 - ค่าแฟ้มใส่เอกสาร ๑๕ บาท x ๕๐ ชุด เป็นเงิน ๗๕๐ บาท
 - ค่าสมุด ๕ บาท x ๕๐ คน เป็นเงิน ๒๕๐ บาท
 - ค่าปากกา ๕ บาท x ๕๐ คน เป็นเงิน ๒๕๐ บาทรวมเป็นเงิน ๑,๒๕๐ บาท

วิมลฤกษ์
อ.พช. / กิจวิมล
(รองฯ รพ.ช. / กิจวิมล)

ชื่อโครงการ : โครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ ๒๕๖๕
งบประมาณ : ๗,๑๑๐ บาท (เจ็ดพันหนึ่งร้อยสิบบาทถ้วน)
แหล่งงบประมาณ : กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชุมพวง

๓. กิจกรรมหลังการจัดการอบรม

- ติดตามเยี่ยมบ้านผู้เข้ารับการอบรมหลังอบรม ๓ เดือน

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๗,๑๑๐ บาท (เจ็ดพันหนึ่งร้อยสิบบาทถ้วน)

๘. กิจกรรมหลักในการดำเนินงาน

๑. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ และขอสนับสนุนงบประมาณ
๒. ประชุมชี้แจงผู้มีส่วนเกี่ยวข้องรับทราบนโยบายและวัตถุประสงค์ของโครงการเพื่อให้มีความเข้าใจในแนวเดียวกัน
๓. ออกคัดกรองกลุ่มเสี่ยงอายุ ๓๕ ปีขึ้นไปทุกคนตามแบบคัดกรองโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
๔. คัดเลือกกลุ่มเสี่ยงจากการคัดกรองเพื่อมาอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จำนวน ๕๐ คน
๕. ประชาสัมพันธ์เชิญชวนให้กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ
๖. ดำเนินงานตามโครงการที่ได้รับอนุมัติ
๗. ประเมินผล สรุป หลังเข้าร่วมโครงการ ๓ เดือน บันทึกข้อมูล
๘. รายงานผลการดำเนินงานต่อผู้บังคับบัญชาตามลำดับชั้น และหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้อง

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชากรกลุ่มเสี่ยงมีความรู้ในเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
๒. กลุ่มเป้าหมายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันและควบคุมโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง ได้รับการติดตามประเมินผลเป็นระยะตามที่กำหนดไว้
๓. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้และทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ อย่างเหมาะสม สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องในเรื่อง ๓๐. ๒ส.

ศิริพร กฤษณะ
อรพ๓ เกียรติภม.
(นางจราวอรพ๓ เกียรติภม.)

ชื่อโครงการ : โครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ ๒๕๖๕
งบประมาณ : ๗,๑๑๐ บาท (เจ็ดพันหนึ่งร้อยสิบบาทถ้วน)
แหล่งงบประมาณ : กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชุมพวง

อรสา เกิดพิมพ์

(นางสาวอรสา เกิดพิมพ์)
พยาบาลวิชาชีพ
ผู้รับผิดชอบโครงการ

(นางสังวาลย์ อยู่เกาะ)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายวิศ เมธาบุตร)
นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลชุมพวง
ผู้อนุมัติโครงการ

สิริพร กุศล
อรสา เกิดพิมพ์

(นางอรสา เกิดพิมพ์)

ชื่อโครงการ : โครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ปีงบประมาณ ๒๕๖๕
งบประมาณ : ๗,๑๑๐ บาท (เจ็ดพันหนึ่งร้อยสิบบาทถ้วน)
แหล่งงบประมาณ : กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลชุมพวง

โครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง
ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลชุมพวง ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕
ณ อาคารราษฎร์ร่วมใจ โรงพยาบาลชุมพวง
วันที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๖๕

กำหนดการในการดำเนินโครงการ

เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๘.๔๕ น.

เวลา ๐๘.๔๕ - ๐๙.๐๐ น.

เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.

เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๐.๑๕ น.

เวลา ๑๐.๑๕ - ๑๒.๐๐ น.

เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.

เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๔.๑๕ น.

เวลา ๑๔.๑๕ - ๑๕.๑๕ น.

เวลา ๑๕.๑๕ - ๑๕.๔๕ น.

เวลา ๑๕.๔๕ - ๑๖.๐๐ น.

ลงทะเบียน รับเอกสาร

ประธานในพิธีกล่าวเปิดงานโครงการอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใน
กลุ่มเสี่ยงต่อโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

บรรยายความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดสมอง
รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

บรรยายความรู้เรื่องโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง
และโรคหลอดเลือดสมอง(ต่อ)

พักรับประทานอาหารกลางวัน

การฝึกสมาธิบำบัดแบบ SKT

รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

บรรยายเรื่องอาหาร และคลินิก DPAC

กิจกรรมออกกำลังกายคีตะมวยไทย

ประเมินผล สรุป และอภิปรายปัญหา ปิดการอบรม

วิภา ใหญ่ดก
อภพ เกิดพิมพ์
(นางสีดาอภพ เกิดพิมพ์)