

ชื่อโครงการ : พัฒนาศักยภาพแกนนำอาสาสมัครสาธารณสุขด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

ความสอดคล้องประเด็นยุทธศาสตร์ : ยุทธศาสตร์ที่ ๑ พัฒนาระบบบริการสุขภาพให้มีคุณภาพ

ยุทธศาสตร์ที่ ๒ พัฒนาระบบดำเนินงานดูแลสุขภาพตามกลุ่มวัยโดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย

ผู้รับผิดชอบโครงการ : กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลวิภาวดี

๑. หลักการและเหตุผล

โรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง เป็นโรคเรื้อรัง และเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของโลก ถึงแม้ว่าจะมีความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการเกี่ยวข้องกับโรคเบาหวาน แต่ความชุกและอุบัติการณ์ กลับเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ทั้งในชุมชนเมืองและในชนบท อีกทั้งผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานนั้น ถ้ามีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม จะเกิดภาวะแทรกซ้อน ทั้งทางตา ไต เท้า สมอ หัวใจ หรืออาจหมดสติจากภาวะน้ำตาลในเลือดสูง หมดสติจากภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ ติดเชื้อง่าย หลอดเลือดตีบหรือแตกในสมอง ทำให้เป็นอัมพาตได้ ผลกระทบของผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง มีทั้งกระทบโดยตรงต่อผู้ป่วยและครอบครัว คือ จะต้องเสียค่าใช้จ่ายต่าง ๆ การรักษาพยาบาล รวมทั้งสูญเสียอวัยวะ และความพิการซึ่งเกิดขึ้นได้มาก กว่าคนปกติ รวมทั้งมีผลกระทบถึงสภาพจิตใจด้วย นอกจากนี้ผลเสียทางอ้อมอันเกิดจากภาวะแทรกซ้อนและการมีพยาธิสภาพ ซึ่งทำให้เกิดความพิการหรือไร้สมรรถภาพ เช่น ไม่สามารถประกอบอาชีพได้ ขาดรายได้จากการทำงาน สมรรถภาพในการทำงานลดลง การสูญเสียทรัพยากรบุคคลและอาจมีอายุสั้นกว่าปกติ ถ้าไม่ได้รับการรักษาที่ดีพอ อีกทั้งรัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายในการนำเข้าเวชภัณฑ์จากต่างประเทศ และค่าใช้จ่ายในด้านอุปกรณ์การตรวจโรคเบาหวานและโรคแทรกซ้อนด้วยเหตุที่โรคเบาหวานเป็นโรคเรื้อรัง การรักษาเพื่อควบคุมโรคนั้นประกอบไปด้วยการควบคุมอาหาร การใช้ยา การออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพทั่วไป ซึ่งถ้าผู้ป่วยรู้จักปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมแล้ว ก็จะทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดใกล้เคียงกับคนปกติและสามารถป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ได้ยืนยาวและมีความสุข

ปัจจุบัน อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) ได้เข้ามามีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพของประชาชน การใช้ความรู้ และเทคนิคการทำงาน ในเรื่องของการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ การดูแลเบื้องต้น และการปฏิบัติตัว รวมทั้งคอยเป็นแรงสนับสนุนประชาชน ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงในชุมชน ได้มีพฤติกรรมเชิงบวกเพื่อห่างไกลโรคเบาหวาน/ความดันมากขึ้น ดังนั้นการเพิ่มความรู้ ศักยภาพ ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติตนให้ถูกต้อง เพื่อดูแลพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสร้างความเชื่อมั่นในการส่งเสริมสุขภาพในชุมชน เพื่อลดอัตราป่วยด้วยโรคเบาหวานและความดัน

ในการนี้กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลวิภาวดี เล็งเห็นถึงความสำคัญของอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) จึงจัดโครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำอาสาสมัครสาธารณสุขด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ขึ้น เพื่อจัดการความรู้ และเทคนิคการให้ความรู้แก่ประชาชน ต่อไป

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้รูปแบบและวิธีการที่หลากหลาย
๒. เพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะทางด้านวิชาการสาธารณสุข เพื่อให้ อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) สามารถนำไปปฏิบัติ และแก้ไขปัญหาเบาหวาน/ความดัน ในชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๓. กลุ่มเป้าหมาย / พื้นที่เป้าหมาย

อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) หมู่ที่ ๔ ,๑๐ ,๑๗ ตำบลตะกุกเหนือ หมู่ที่ ๔ ,๑๐ ,๑๒ ตำบลตะกุกใต้ อำเภอวิภาวดี จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน ๖๐ คน

๔. กลยุทธ์ / กลวิธี

๑. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชน
๒. พัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพ ของอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.)
๓. พัฒนาระบบบริการให้มีคุณภาพ ครอบคลุม ๔ มิติ

๕. กิจกรรม

๑. ประสานงานกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเข้าร่วมโครงการ
๒. ประสานงานวิทยากร เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในการจัดอบรม
๓. จัดอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการกับ อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) จำนวน ๖๐ คน โดยใช้ ๕ กิจกรรม ในการเรียนรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยแบ่งเป็น ๒ กลุ่ม กลุ่มละ ๓๐ คน จัดอบรม จำนวน ๒ วัน
๔. สรุปผลกิจกรรม ประเมินสภาวะสุขภาพ/ความรู้ การนำเทคนิคไปใช้ในชุมชน ของอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) ที่เข้าร่วมโครงการ
- ๕.สรุปผลการดำเนินการจัดกิจกรรมโครงการ
- ๖.ประเมินผลโครงการ

๕. ระยะเวลาการดำเนินงาน

กรกฎาคม ๒๕๖๓ – กันยายน ๒๕๖๓

ขั้นตอน/วิธีดำเนินการ	ระยะเวลาดำเนินการ												ผู้รับผิดชอบ
	๒๕๖๒												
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
๑. เสนอโครงการ								←	→				
๒. แต่งตั้งประชุมคณะทำงาน									↔	↔			
๓. ดำเนินการ										←	→	→	
๔. สรุปผล/ประเมินผล/รายงานผล												↔	

๗. งบประมาณ / รายละเอียดงบประมาณ

รายการ	ปริมาณ		รวม (บาท)
	จำนวน	ราคาต่อ หน่วย(บาท)	
๑.งบประมาณในการจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ ๕ กิจกรรม ในการเรียนรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม			
๑.๑ ค่าอาหารกลางวันสำหรับกลุ่มเป้าหมาย	๖๐ คน	๕๐	๓,๐๐๐
๒.๒ ค่าอาหารว่างสำหรับกลุ่มเป้าหมาย ๒ มื้อ	๑๒๐ ชุด	๒๕	๓,๐๐๐
๒.๕ ค่าวัสดุในการจัดอบรม			
- ปากกาเคมีสีน้ำเงิน	๕ ด้าม	๑๕	๗๕
- ปากกาเคมีสีแดง	๕ ด้าม	๑๕	๗๕
- กระดาษขาวเทาบาง	๒๐ แผ่น	๒๕	๕๐๐
- กระดาษแข็ง	๑๐ แผ่น	๑๕	๑๕๐
- กระดาษสี (คละสี)	๑๕ แผ่น	๑๐	๒๕๐
- ผ้าเทปกาว	๒ ม้วน	๓๕	๗๐
- เทปกาว ๒ หน้า	๒ ม้วน	๖๐	๑๒๐
๒. งบประมาณในการจัดกิจกรรม ๗ สัปดาห์ รอบรู้สุขภาพดี			
๓.๑ สมุดบันทึกกิจกรรม ๗ สัปดาห์ รอบรู้สุขภาพดี	๖๐ เล่ม	๘๐	๔,๘๐๐
รวม	หนึ่งหมื่นหนึ่งพันเก้าร้อยสี่สิบห้า บาทถ้วน		๑๑,๙๕๕

๘. การกำกับติดตามและประเมินผล

๑. ร้อยละอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) มีความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคเรื้อรัง(เบาหวาน/ความดัน) เพิ่มขึ้น
๒. ร้อยละอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) หลังจากเข้าร่วมโครงการสามารถนำความรู้ เทคนิค/วิธีการไปใช้ในชุมชนที่ตนเองรับผิดชอบได้

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) มีโอกาสได้รับการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ทั้งในด้านการบริหาร วิชาการ และการปฏิบัติเพื่อยกระดับการบริการประชาชนและมีหน้าที่ในการสร้างเสริมสุขภาพและบริการของชุมชนตนเอง เพื่อให้ประชาชนพึ่งตนเองได้อย่างมีรูปธรรม

นายปรีดี ศรีวงษ์
เจ้าพนักงานการเงินและบัญชี

ลงชื่อ.....ผู้เขียนโครงการ
(นายวุฒินันท์ ช่วยชู)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางชนกพร ปิ๋บ้านท่า)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หัวหน้ากลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายศราวุธ เรืองสนาม)

ตำแหน่ง นายแพทย์เชี่ยวชาญ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลไชยา
รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการโรงพยาบาลวิภาวดี

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ
(นายมนู ฤกษ์สกล)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี

กำหนดการกิจกรรม
โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เปลี่ยนชีวิตพิชิตเบาหวาน/ความดัน ตามวิถีชุมชน
วันที่ เดือนพ.ศ.

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
๘.๓๐ - ๙.๐๐	ลงทะเบียน	
๙.๐๐ - ๙.๓๐	พิธีเปิด	
๙.๓๐ - ๑๐.๐๐	กิจกรรมที่ ๑ การประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน/ความดัน	
๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐	กิจกรรมที่ ๒ : ทักษะคิดต่อภาวะเสี่ยงในการเป็นโรคเบาหวาน/ความดัน	
๑๑.๐๐-๑๒.๐๐	กิจกรรมที่ ๓ : ข้อมูลเรื่องโรคเบาหวาน/ความดัน	
๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐	กิจกรรมที่ ๔ : ทักษะคิดที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพการป้องกันโรคเบาหวาน/ความดัน	
๑๔.๐๐ - ๑๕.๐๐	กิจกรรมที่ ๕ : พฤติกรรมที่ลดความเสี่ยงโรคเบาหวาน/ความดัน	
๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐	อภิปราย/ซักถาม/ประเมินกิจกรรม	

หมายเหตุ

๑. กำหนดการกิจกรรมโครงการใช้ในการจัดทำโครงการทั้งวันที่ ๑๗ และ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๖๓
๒. ช่วงพักรับประทานอาหารว่าง ๑๐.๓๐ และ ๑๔.๓๐ น.
๓. กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๓

ณ ห้องประชุมศรีวิภา โรงพยาบาลวิภาวดี

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ		หมายเหตุ
			เข้า	ป่วย	
๑	นางอริพร ไชยภัก	62/1 ซ. 4. จ. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	
๒	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	154/1 ม. 4 ต. / ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๓	นาง อริพร เกตุวงศ์	41 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	
๔	นาง กุศลมา ศรีศักดิ์	110/3 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	กุศลมา	กุศลมา	
๕	นาง ดิงวรวรรณ กัก	93 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	ดิงวรวรรณ	ดิงวรวรรณ	
๖	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	131 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๗	นาง พรทิพย์ นอคลา	199 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	พรทิพย์	พรทิพย์	
๘	น.ส. นพชา สว่าง	78 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๙	นาง อริพร ไชยภัก	62/1 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	
๑๐	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	44/1 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๑๑	นาง นพชา สว่าง	132/3 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๑๒	นาง อริพร ไชยภัก	105 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	
๑๓	นาง นพชา สว่าง	23 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๑๔	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	110 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๑๕	นาง นพชา สว่าง	62 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๑๖	น.ส. นพชา สว่าง	104 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๑๗	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	154/1 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๑๘	นาง อริพร ไชยภัก	77 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	
๑๙	น.ส. นพชา สว่าง	31 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๒๐	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	76/2 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๒๑	นาง อริพร ไชยภัก	76 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	
๒๒	นาง นพชา สว่าง	38/1 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๒๓	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	110 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๒๔	นาง นพชา สว่าง	124 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๒๕	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	84 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๒๖	นาง อริพร ไชยภัก	44/2 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	
๒๗	นาง นพชา สว่าง	723 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๒๘	นาง นิตยา ชัยสิทธิ์	137/1 ม. 4 ต. ต.ท่าทราย	นิตยา	นิตยา	
๒๙	นาง นพชา สว่าง	65 ม. 10 ต. ต.ท่าทราย	นพชา	นพชา	
๓๐	นาง อริพร ไชยภัก	46/3 ม. 17 ต. ต.ท่าทราย	อริพร	อริพร	

รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำอาสาสมัครสาธารณสุขสู่ด้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

วันที่ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๖๓
ณ ห้องประชุมศรวิภา โรงพยาบาลวชิราวุธ

ลำดับ	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ		หมายเหตุ
			เข้า	จ่าย	
๑	ศิริกมล ชื่นมณีโพธิ์	48 ม. 9 ต. ตากกิโล	ศิริ	ศิริ	
๒	หัตถิมา ศรีเชน	20/1 ม. 9 ต. ตากกิโล	หัตถิมา	หัตถิมา	
๓	กัญญาภาณี งาม	34/2 ม. 12 ต. ตากกิโล	กัญญาภาณี	กัญญาภาณี	
๔	จรรณมา ชูจร	40/1 ม. 9 ต. ตากกิโล	จรรณมา	จรรณมา	
๕	ศุภาวดี งาม	21 ม. 9 ต. ตากกิโล	ศุภาวดี	ศุภาวดี	
๖	ศิริดา งาม	3/4 ม. 9 ต. ตากกิโล	ศิริดา	ศิริดา	
๗	ศิริมา ชื่นมณี	20 ม. 10 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๘	จิรา งาม	1/1 ม. 10 ต. ตากกิโล	จิรา	จิรา	
๙	วันจิรา ชื่นมณี	56 ม. 10 ต. ตากกิโล	วันจิรา	วันจิรา	
๑๐	อัมพร งาม	42/1 ม. 10 ต. ตากกิโล	อัมพร	อัมพร	
๑๑	ศุภาวดี งาม	53/6 ม. 10 ต. ตากกิโล	ศุภาวดี	ศุภาวดี	
๑๒	บุษรา งาม	89/1 ม. 10 ต. ตากกิโล	บุษรา	บุษรา	
๑๓	ไพรัช งาม	14/5 ม. 12 ต. ตากกิโล	ไพรัช	ไพรัช	
๑๔	ศิริมา ชื่นมณี	6 ม. 10 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๑๕	วันจิรา ชื่นมณี	126/3 ม. 12 ต. ตากกิโล	วันจิรา	วันจิรา	
๑๖	ศิริมา ชื่นมณี	133 ม. 12 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๑๗	ศิริมา ชื่นมณี	25 ม. 9 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๑๘	ศิริมา ชื่นมณี	62/1 ม. 10 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๑๙	ศิริมา ชื่นมณี	134 ม. 12 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๐	ศิริมา ชื่นมณี	65 ม. 10 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๑	ศิริมา ชื่นมณี	48/1 ม. 10 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๒	ศิริมา ชื่นมณี	34/3 ม. 12 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๓	ศิริมา ชื่นมณี	30/1 ม. 9 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๔	ศิริมา ชื่นมณี	67/12 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๕	ศิริมา ชื่นมณี	14/12 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๖	ศิริมา ชื่นมณี	56 ม. 12 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๗	ศิริมา ชื่นมณี	126 ม. 12 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๘	ศิริมา ชื่นมณี	4 ม. 9 ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๒๙	ศิริมา ชื่นมณี	๑ ม. ๙ ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	
๓๐	ศิริมา ชื่นมณี	18/3 ม. ๑๒ ต. ตากกิโล	ศิริมา	ศิริมา	