

**๑. ชื่อโครงการ : โครงการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)ในชุมชน อำเภอทับปุด
ปีงบประมาณ ๒๕๖๙**

๒.หน่วยงานที่ดำเนินการ : สำนักงานสาธารณสุขอำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

๓.หลักการและเหตุผล

โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-Communicable Diseases: NCDs) โดยเฉพาะโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง นับเป็นปัญหาสำคัญทางสาธารณสุขของประเทศไทยที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชาชน ตลอดจนเป็นภาระค่าใช้จ่ายต่อระบบสุขภาพของประเทศอย่างมหาศาล สถานการณ์โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง ในอำเภอทับปุด จังหวัดพังงา พบว่าประชากรในพื้นที่อำเภอทับปุด ปีงบประมาณ ๒๕๖๖-๒๕๖๘ ป่วยด้วยโรคเบาหวาน เท่ากับ ๗,๒๖๕.๑๒ , ๗,๖๓๕.๕๖ และ ๗,๘๖๐.๙๔ ต่อแสนประชากรตามลำดับ ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ๒๕๖๖-๒๕๖๘ เท่ากับ ๑๗,๙๓๔.๔๒ ๑๘,๓๐๔.๘๔ และ๑๘,๓๐๐.๓๔ ต่อแสนประชากรตามลำดับ จะเห็นได้ว่ามีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี สาเหตุสำคัญของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง มาจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม การขาดการออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา รวมถึงการไม่เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างสม่ำเสมอ เป็นต้น ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนสัมพันธ์กับระดับความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ของประชาชน ซึ่งหากประชาชนมีการเข้าถึงข้อมูลที่ดี มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการประเมินและตัดสินใจด้านสุขภาพ ก็จะสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลดความเสี่ยง และป้องกันโรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ปัจจุบันการตรวจคัดกรองโรค NCDs เป็นกลไกค้นหาผู้ป่วยรายใหม่เพื่อเข้าสู่กระบวนการรักษาโดยเร็ว การให้การดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง อย่างใกล้ชิด เป็นแนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุดที่ใช้ในการป้องกันการเกิดโรค และควบคุมอาการของโรคอย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนใหญ่จะดำเนินการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ดำเนินการ โดยเจ้าหน้าที่ ร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน (อสม.) อสม.เป็นกำลังสำคัญในการดูแลสุขภาพของประชาชนในชุมชน โดยทำหน้าที่เป็นสะพานเชื่อมระหว่างหน่วยบริการสาธารณสุขกับชุมชน การพัฒนาศักยภาพของ อสม. ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรค NCDs รวมทั้งทักษะในการคัดกรอง การติดตามกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย และการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดีให้แก่ประชาชนในชุมชน จะช่วยให้ประชาชนสามารถเข้าถึง การดูแลสุขภาพที่เหมาะสมและต่อเนื่อง การส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดีห่างไกลจากโรค NCDs จะช่วยภาวะแทรกซ้อน ความรุนแรงของโรค และลดภาระทางด้านเศรษฐกิจของประเทศ รวมถึงลดความแออัด ในโรงพยาบาลและการใช้ทรัพยากรทางการแพทย์ อย่างมีประสิทธิภาพ

อำเภอทับปุด ได้มีการขับเคลื่อนการยกระดับระบบบริการปฐมภูมิ ต่อสู้โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)สู่การปฏิบัติให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน มีการบูรณาการข้อมูลและทำงานร่วมกันในทุกระดับ ทั้งในการยกระดับศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชน (ศสมช.)ให้เป็นศูนย์ปฏิบัติการโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs) ประจำหมู่บ้าน (ศูนย์ NCDs ประจำหมู่บ้าน) โดยกำหนดให้ อสม.ปฏิบัติงานร่วมกับหน่วยบริการและเครือข่ายสาธารณสุขในพื้นที่ ใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการบันทึกและรายงานผลการปฏิบัติงานการให้บริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)ในชุมชน ซึ่งจะเห็นได้ว่า อสม.เป็นบุคลากรด้านสาธารณสุขที่มีบทบาทสำคัญที่จะช่วยในการขับเคลื่อนรูปแบบการดูแลสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ ให้ห่างไกลโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอทับปุด จึงเล็งเห็นความสำคัญในการฟื้นฟูความรู้ ทักษะ ตลอดจนถึงการติดตาม ประเมินผลการดำเนินงานของ อสม. เพื่อนำมาใช้วางแผนการปรับปรุงแบบการดูแลประชาชนทั้งในกลุ่ม ประชาชนทั่วไป กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วยที่เหมาะสม จึงได้จัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อ เรื้อรัง(NCDs)ในชุมชน อำเภอทับปุด ปีงบประมาณ ๒๕๖๙ ขึ้น

๔.วัตถุประสงค์ของโครงการ :

๔.๑ เพื่อให้ประชาชนได้รับบริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)(โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง)ในชุมชนและได้รับการให้คำปรึกษา มีการปฏิบัติตัวที่ เหมาะสม

๔.๒ เพื่อติดตาม ประเมินผลการดำเนินงานของ อสม.ของศูนย์ปฏิบัติการโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs) ประจำหมู่บ้าน

๔.๓ เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดบริการ ติดตามกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย และการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ที่ดีให้แก่ประชาชนในชุมชน

๕.กลุ่มเป้าหมาย :

๕.๑ อาสาสมัครสาธารณสุขอำเภอทับปุดทั้งหมด ๖ ตำบล จำนวน ๔๐ คน

๕.๒ วิทยากร จำนวน ๒ คน

๕.๓ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข จำนวน ๗ คน

๖.วิธีการดำเนินงาน

๖.๑ ขออนุมัติโครงการ และขออนุมัติดำเนินการ

๖.๒ ประสานวิทยากร และจัดเตรียมสถานที่ฝึกอบรม

๖.๓ อบรมเชิงปฏิบัติการโครงการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)ในชุมชน โดยมีกิจกรรมฟื้นฟูความรู้ ทักษะ ตลอดจนถึงการติดตาม ประเมินผลการดำเนินงานของ อสม.แยกตามพื้นที่ หน่วยบริการ ระยะเวลา ๑ วัน ในเดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๘

๖.๔ ติดตามการดำเนินงานของ อสม.ในการจัดบริการเชิงรุกในชุมชนในการคัดกรอง ติดตามกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มป่วย โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง จำนวน ๖ ตำบล ในเดือนธันวาคม ๒๕๖๘

๖.๕ สรุปการอบรม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ รูปแบบการจัดบริการและประเมินผลการดำเนินงานโครงการ

๗. ระยะเวลาโครงการ

เดือน พฤศจิกายน - ธันวาคม ๒๕๖๘

๘. สถานที่ดำเนินการโครงการ

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอทับปุด อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

๙. งบประมาณ

จากเงินบำรุงสำนักงานสาธารณสุขอำเภอทับปุด จากการสนับสนุนจากกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ เป็นค่าใช้จ่ายในการบริหารและดำเนินงานภายใต้โครงการจัดหาระบบการจัดเก็บและประมวลผลข้อมูลพร้อม เครื่องมือในการขับเคลื่อนนโยบายสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)ในชุมชน เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นบาทถ้วน)

โดยมีกิจกรรมดังรายละเอียดต่อไปนี้

กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการโครงการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs) ในชุมชน ระยะเวลา ๑ วัน ดังนี้

๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๔๗ คนๆละ ๑ มื้อๆละ ๗๐ บาท เป็นเงิน ๓,๒๙๐ บาท

๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๔๗ คนๆละ ๒ มื้อๆละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๒,๓๕๐ บาท

๓. ค่าวิทยากร จำนวน ๒ คนๆ ๓ ชม.ๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท

๔. ค่าเอกสารและวัสดุในการอบรม เป็นเงิน ๗๖๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นบาทถ้วน)

หมายเหตุ -ค่าใช้จ่ายถัวเฉลี่ยจ่ายทุกรายการ

๑๐. การประเมินผล

๑๐.๑ ร้อยละ ๙๐ ของอสม. หลังการอบรมมีความรู้ความเข้าใจ ในการปฏิบัติงาน โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs) ประจำหมู่บ้าน เพิ่มขึ้น

๑๐.๒ มีรูปแบบการจัดบริการ ติดตามกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย และการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดีให้แก่ ประชาชนในชุมชน

๑๐.๓ ร้อยละ ๙๐ ของประชาชนอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป ได้รับบริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)(โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง)ในชุมชนและได้รับบริการให้คำปรึกษา

๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑๑.๑ อสม.มีความรู้ และทักษะการปฏิบัติงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs) ประจำหมู่บ้าน

๑๑.๒ มีการจัดบริการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง การติดตามกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย และการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดีให้แก่ประชาชนในชุมชน โดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย

๑๑.๓ ประชาชนในชุมชนได้รับบริการคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ประกอบด้วย

๑. ชั่งน้ำหนัก/วัดส่วนสูง/คำนวณ BMI และวัดเส้นรอบเอว

๒. วัดความดันโลหิต

๓. ตรวจวัดน้ำตาลในเลือด


๔. คัดกรองภาวะซึมเศร้า


๑๑.๔ ประชาชนในชุมชนได้รับบริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ในชุมชน (โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง) โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในการติดตามเยี่ยมบ้านให้คำแนะนำการสร้างเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย การนับคาร์บสร้างความตระหนักในการลดบริโภคเกลือโซเดียม โดยใช้ salt meter การออกกำลังกาย การจัดการอารมณ์ การหลีกเลี่ยง/งดสารเสพติด (บุหรี่ บุหรี่ไฟฟ้า และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์) สร้างสัมพันธ์ภาพ และการนอนหลับ (๓๐ ๒ส ๑น)

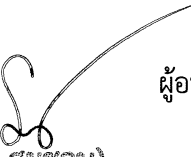
๑๑.๕ ประชาชนในชุมชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น เพื่อลดปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ในชุมชน (โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง)

๑๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางสาวเมธินี เทพานุรักษ์ ตำแหน่ง นักสาธารณสุขชำนาญการ สสอ.ทับปุด

ลงชื่อ  ผู้เขียน/เสนอโครงการ
(นางสาวเมธินี เทพานุรักษ์)
นักสาธารณสุขชำนาญการ

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายธีระยุทธ บุตรทหาร)
สาธารณสุขอำเภอทับปุด

ลงชื่อ  ผู้อนุมัติโครงการ
(นายสาโรช สนชอบ)
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสิงห์บุรี
รักษาราชการแทน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพิจิตร
ปฏิบัติราชการแทน ผู้ว่าราชการจังหวัดพิจิตร

กำหนดการอบรมเชิงปฏิบัติการ
โครงการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง(NCDs)ในชุมชน อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา
ปีงบประมาณ ๒๕๖๙
วันที่ ๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๘ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.
ณ ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุขอำเภอทับปุด

เวลา	หัวข้อการอบรม	ผู้รับผิดชอบ
๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน	ทีมผู้จัดโครงการ
๐๘.๓๐ - ๐๘.๔๕ น.	พิธีเปิดโครงการ โดย นายอำเภอทับปุด	ทีมผู้จัดโครงการ
๐๘.๔๕ - ๐๙.๐๐ น.	สถานการณ์โรคไม่ติดต่อเรื้อรังอำเภอทับปุด ปี ๒๕๖๘ ตัวชี้วัดการดำเนินงานโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ปี ๒๕๖๙	ทีมผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	มาตรฐานการจัดบริการเชิงรุกในชุมชน โดย อสม. ในการคัดกรองโรค NCDs (โรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง) ๑.รูปแบบการจัดบริการของศูนย์ปฏิบัติการโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ประจำหมู่บ้าน ๒.การคัดกรองโรค NCDs ๓.การบริการสุขภาพปฐมภูมิขั้นพื้นฐาน กลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วย	นางพรรณทิพา พิทักษ์ศักดิ์ธำรง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	ทีมผู้จัดโครงการ
๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	แลกเปลี่ยนการดำเนินงาน กำหนดรูปแบบการจัดบริการที่เหมาะสมกับประชาชนอำเภอทับปุด	นางสาวชนิดาภา อธิธนวรกุล
๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	ระบบการจัดเก็บข้อมูลการประมวลผลข้อมูล การคืนข้อมูลสู่ชุมชน	
๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	จัดทำแผนการติดตาม แลกเปลี่ยนระดับตำบล	

หมายเหตุ

เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๐.๑๕ น. , ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น. รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม ระหว่างการอบรม