

ชื่อโครงการ : โครงการพัฒนาระบบดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง (โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและไตวายเรื้อรัง) ปีงบประมาณ ๒๕๖๘

หน่วยงานที่รับผิดชอบ : เครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอพยุหะคีรี

ผู้รับผิดชอบโครงการ : นางณัฐลักษณ์ ตันณรงค์กุลโชค

โรงพยาบาลพยุหะคีรี

: นางสาวโรหัต โตสกุล

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอพยุหะคีรี

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

โทรศัพท์ ๐๘-๑๙๗๓-๙๓๘๙

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

โทรศัพท์ -

๔. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของประชาชน มีการแข่งขันเพื่อสร้างความมั่นคงให้แก่ครอบครัวของตน นิยมวัฒนธรรมตะวันตกมากขึ้น จึงทำให้วิถีชีวิตมีการเปลี่ยนแปลง เช่น การเร่งรีบกับการทำงาน บริโภคอาหารโดยไม่ได้นั่งถึงคุณค่าทางโภชนาการ มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อยลง ขาดการออกกำลังกาย ความเครียด ทำให้มีโอกาเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรค ที่เกิดจากพฤติกรรมสูงขึ้น เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดสมอง โรคเมะเร็ง ประกอบกับการตายด้วยโรคดังกล่าวของอำเภอพยุหะคีรี มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นในแต่ละปี นอกจากนี้จากการดำเนินงานในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ พบผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ ร้อยละ ๒.๖๙ ของผู้ที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน และผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ ร้อยละ ๒.๗๙ ของผู้ที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งนับว่ามีอัตราการเกิดโรคที่สูง ซึ่งมีผลกระทบต่อกระบวนการพัฒนาของบุคคลที่เกิดขึ้นอย่างถาวรไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ทำให้การดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม สังคม ครอบครัว ต้องรับภาระดูแลผู้ป่วย ส่งผลให้การดำเนินชีวิตของสมาชิกในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป ถ้าหากการดูแลผู้ป่วยใช้เวลายาวนานทำให้ต้องสูญเสียทรัพยากรบุคคลและเศรษฐกิจ โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง เป็นโรคเรื้อรังที่เกิดจากพฤติกรรมและวิถีการดำเนินชีวิตซึ่งสามารถป้องกันและปรับเปลี่ยนได้ชนิดหนึ่ง ปัญหาสำคัญของโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ที่ควบคุมไม่ได้ จะนำไปสู่การเจ็บป่วยแทรกซ้อนที่สำคัญ อาทิ โรคจอประสาทตาเสื่อม โรคไตวายเรื้อรัง โรคหัวใจและหลอดเลือด ผลเรื้อรัง การถูกตัดขา ตับนี้ เป็นต้น ความเจ็บป่วยเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยตลอดจนค่าใช้จ่ายด้านสาธารณสุขโดยรวม

เครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอพยุหะคีรีได้จัดบริการดูแลผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูง เพื่อค้นหาผู้ที่มีภาวะแทรกซ้อนและบริการควบคุมป้องกันความรุนแรงของโรคและเพิ่มการเข้าถึงบริการและยกระดับการบริการให้ได้ตามมาตรฐานที่กำหนด ข้อมูลปี ๒๕๖๕-๒๕๖๗ ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการตรวจ HbA๑C ร้อยละ ๘๑.๑๑ และ ๘๑.๗๔, ๘๑.๒๗ ตามลำดับ ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี ร้อยละ ๓๙.๓๔ และ ๔๑.๔๐, ๔๔.๓๔ ตามลำดับ ผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการตรวจจอประสาทตาประจำปี ร้อยละ ๗๑.๐๖ , ๖๘.๙๗ และ ๕๘.๘๓ ตามลำดับ ผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการตรวจเท้าประจำปี ร้อยละ ๗๖.๐๕, ๗๑.๔๕ และ ๖๓.๒๗ ตามลำดับ ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ควบคุมระดับความดันโลหิตได้ดี ร้อยละ ๖๗.๓๕ , ๖๑.๗๘ และ ๖๐.๕๒ ตามลำดับ ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและ/หรือเบาหวานได้รับการคัดกรองโรคไตวายเรื้อรัง ร้อยละ ๗๗.๑๕ , ๘๐.๕๓ ผู้ป่วยไตวายเรื้อรังมีอัตราการลดลงของ eGFR < ๕ ml/min/๑.๗๓ m๒/yr ร้อยละ ๗๙.๖๒, ๖๑.๒๔ และ ๗๖.๐๓ ตามลำดับ

ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและ/หรือเบาหวานที่มี CVD Risk $\geq 20\%$ หลังได้รับการปรับเปลี่ยนความเสี่ยงแล้วมี CVD Risk ลดลง $< 20\%$ ในไตรมาส ๓, ๔ ร้อยละ ๓๐.๓๖, ๕๓.๖๒ และ ๒๙.๒๕ นอกจากนี้ยังพบโรคเบาหวาน ขณะตั้งครรภ์ข้อมูลปี ๒๕๖๕-๒๕๖๗ พบ ๗, ๑๔, ๒๐ รายตามลำดับ

จากข้อมูลดังกล่าวเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอพยุหะคีรี ได้เล็งเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำ “โครงการพัฒนาระบบดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง (โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไตวายเรื้อรัง) ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ ขึ้นให้มาตรฐานเป็นไปในทิศทางเดียวกันและมีรูปแบบต่อเนื่องตั้งแต่โรงพยาบาลพยุหะคีรี โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จนถึงชุมชน เพื่อมุ่งเน้นการดูแลสุขภาพของตนเองให้ถูกต้อง ได้รับการรักษาที่เหมาะสมและมีการควบคุมปัจจัยเสี่ยงอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนจนเป็นสาเหตุของการเสียชีวิต

นางสาวพรรัตน์ บัวเมือง
นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ

๕. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง ได้รับการบริการตามมาตรฐานและป้องกันหรือชะลอภาวะแทรกซ้อนของโรค
๒. เพื่อให้ผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ได้รับการคัดกรอง ตา ไต เท้า
๓. เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพการออกกำลังกายเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคและภาวะแทรกซ้อน

๖. กลุ่มเป้าหมาย/พื้นที่เป้าหมาย

- | | | | |
|--|-------|-------|----|
| - ผู้ป่วยเบาหวาน | จำนวน | ๔,๙๔๓ | คน |
| - ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง | จำนวน | ๖,๖๔๐ | คน |
| - ผู้ป่วยไตวายเรื้อรัง | จำนวน | ๑,๓๗๗ | คน |
| - ผู้เข้าอบรมการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการเต้น Zumba จำนวน ๓๐ คน วิทยากร ๑ คน | | | |

และผู้จัดการอบรม ๔ คน

๗. กลยุทธ์/กลวิธี

๑. การสร้างสิ่งแวดล้อมที่สนับสนุนให้เกิดสุขภาพที่ดี
๒. การสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชนเพื่อให้เกิดความยั่งยืน
๓. การพัฒนาทักษะระดับบุคคลและครอบครัว ในการจัดการตนเองให้มีสุขภาพที่ดี

๘. กิจกรรมดำเนินงาน

๘.๑ จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์

- แผ่นตรวจ DTX
- Urine strip micro albumin

๘.๒ ส่งเสริมการจัดบริการผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูง

- ตรวจการทำงานของไต (eGFR) ตรวจภาวะแทรกซ้อนทางไต (Microalbumin) ในผู้ป่วยเบาหวาน
- ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการตรวจ HbA1c ประจำปี
- ตรวจ Lipid Profile ประจำปี ในผู้ป่วยเบาหวาน

กิจกรรม	ช่วงเวลาในการดำเนินงาน										ผู้รับผิดชอบ
	ด.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.		
	๖๗	๖๗	๖๗	๖๘	๖๘	๖๘	๖๘	๖๘	๖๘		
- ประเมิน CVD risk ในผู้ป่วย ความดันโลหิตสูงและ ผู้ป่วย เบาหวาน											ผู้รับผิดชอบ NCD ทุกแห่ง
๓.การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อ การการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลด หวาน มัน เค็ม											ผู้รับผิดชอบ NCD ทุกแห่ง
๔.ส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพ สุขภาพการออกกำลังกาย											ผู้รับผิดชอบ NCD ทุกแห่ง
๕.การติดตาม นิเทศงาน											
- ติดตาม นิเทศงาน										นางวารุณี	
- สรุปผลการดำเนินงาน										นางณัฐลักษณ์	

นางสาวพรดิน บัวเมือง
นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติ

๑๑. งบประมาณ

จากงบบริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค (PP Service) ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๘ โรงพยาบาล
พยุหะคีรี ดังนี้ จำนวนเงิน ๒๕๙,๒๓๓ บาท (สองแสนห้าหมื่นเก้าพันสองร้อยสามสิบสามบาทถ้วน)

กิจกรรมที่ ๑ การตรวจระดับน้ำตาลในเลือดและภาวะแทรกซ้อนทางไตของผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน
เงิน ๒๔๙,๔๕๓ บาทดังนี้

๑.๑ ค่าแผ่นตรวจ DTX (๕๐ test/กล่อง) พร้อม Lancet จำนวน ๔๓๗ กล่อง ราคากล่องละ
๓๑๙ บาท รวมเป็นเงิน ๑๓๙,๔๐๓ บาท

๑.๒ ค่าแผ่นตรวจ Micro albumin (๕๐ test/กล่อง) จำนวน ๗๑ กล่อง ราคากล่องละ ๑,๕๕๐
บาท รวมเป็นเงิน ๑๑๐,๐๕๐ บาท

กิจกรรมที่ ๒ อบรมการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการเต้น Zumba จำนวน ๓๐ คน วิทยากร ๑ คน
และผู้จัดการอบรม ๔ คน จำนวนเงิน ๙,๗๘๐ บาท ดังนี้

๒.๑ ค่าวิทยากร ๑ คน เป็นเวลา ๖ ชม ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท

๒.๒ ค่าป้ายไวนิลประชาสัมพันธ์โครงการขนาด ๑ x ๓ เมตรจำนวน ๑ แผ่นราคาแผ่นละ ๕๔๐ บาท
จำนวน ๑ แผ่นรวมเป็นเงิน ๕๔๐ บาท

๒.๓ ค่าอาหารกลางวัน ผู้เข้าอบรมและผู้จัดรวม ๓๕ คนๆละ ๙๐ บาทเป็นเงิน ๓,๑๕๐ บาท

๒.๔ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ผู้เข้าอบรมและผู้จัดรวม ๓๕ คนๆละ ๓๐ บาทคนละ ๒ มื้อเป็น
เงิน ๒,๑๐๐ บาท

๒.๕ ค่าสมุดปกอ่อน ๔๐ แผ่นจำนวน ๓๐ เล่มเล่มละ ๘ บาท เป็นจำนวนเงิน ๒๔๐ บาท

๒.๖ ค่าปากกาถูกเส้นสีน้ำเงินจำนวน ๓๐ แท่งๆละ ๕ บาท เป็นจำนวนเงิน ๑๕๐ บาท

(นางสาวชุดินันท์ แสงศรี)
เจ้าหน้าที่งานการเงินและบัญชีปฏิบัติงาน

จุฬารัตน์

วันที่

๕

๑๒. การประเมินผล

๑. ความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมการดูแลสุขภาพด้วยการเต้น Zumba > ร้อยละ ๘๐
๒. ผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงตรวจภาวะแทรกซ้อนทางไต > ร้อยละ ๘๐
๓. ผู้ป่วยเบาหวานควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี > ร้อยละ ๕๐
๔. ผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการตรวจ LDL ประจำปี > ร้อยละ ๘๕ และมีค่า LDL < ๑๐๐ mg/dl > ร้อยละ ๕๕
๕. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและ ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการประเมิน CVD risk > ร้อยละ ๕๐
๖. ผู้ป่วยเบาหวานและ/หรือ ความดันโลหิตสูง ที่เป็น CKD stage ๓ และ ๔ ชะลอการลดลงของ eGFR > ๖๕ %
๗. ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการตรวจจอประสาทตาด้วยเครื่อง Fundus camera > ร้อยละ ๖๐
๘. ผู้ป่วยเบาหวานได้รับการตรวจเท้าประจำปี > ร้อยละ ๖๐

๗/๑๒

นางสาวพรรัตน์ บัวเมือง
นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ

๑๓. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้ป่วยได้รับการดูแลสุขภาพตามมาตรฐานและสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้รวมทั้งไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ซึ่งส่งผลให้ค่าใช้จ่ายการรักษาพยาบาลลดลงและคุณภาพชีวิตดีขึ้น

๑๔. ผู้เขียน/ผู้เสนอ/ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ ผู้เขียนและรับผิดชอบโครงการ
(นางณัฐลักษณ์ ตันณรงค์กุลโชค)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ ผู้เสนอโครงการ
(นายอนันต์ จันทพาส)
สาธารณสุขอำเภอพยุหะคีรี

ลงชื่อ ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาวศิริพรรณ ชมภูพู่)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพยุหะคีรี

๑๕. ผู้อนุมัติโครงการพัฒนาระบบดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรัง (โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและโรคไตวายเรื้อรัง) ปีงบประมาณ ๒๕๖๘

ลงชื่อ ผู้อนุมัติโครงการ
(นายจักรกร จันทสงฆ์)
นายกแพทย์สาธารณสุขจังหวัดนครสวรรค์

กำหนดการอบรม
โครงการ “อบรมการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการเต้น Zumba

วันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

นางสาวพรรัตน์ บัวเมือง

นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ

สถานที่ ห้องประชุมณิเพื่องฟ้า ตึกอุบัติเหตุฉุกเฉิน โรงพยาบาลพะเยา

เวลา	รายละเอียด
๐๘.๐๐ น.- ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน
๐๘.๓๐ น.-๐๙.๐๐ น.	พิธีเปิด โดยผู้อำนวยการโรงพยาบาลพะเยา
๐๙.๐๐ น.-๑๐.๓๐ น.	บรรยายประกอบสื่อการเรียนรู้หัวข้อเรื่องการออกกำลังกายประเภทต่างๆ เพื่อสุขภาพที่ดี โดย นางสาวประทีป วุฒยากร ผู้นำการออกกำลังกาย ชมรมการออกกำลังกาย ศาลากลางจังหวัดนครสวรรค์
๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกปฏิบัติ การยืดเหยียดกล้ามเนื้อและการออกกำลังกายโดยการเต้น Zumba โดย นางสาวประทีป วุฒยากร ผู้นำการออกกำลังกาย ชมรมการออกกำลังกาย ศาลากลางจังหวัดนครสวรรค์
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกปฏิบัติ การออกกำลังกายโดยการเต้น Zumba โดย นางสาวประทีป วุฒยากร ผู้นำการออกกำลังกาย ชมรมการออกกำลังกาย ศาลากลางจังหวัดนครสวรรค์
๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	อภิปรายและซักถาม และประเมินความพึงพอใจ

หมายเหตุ ๑. กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

๒. รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

เข้า เวลา ๑๐.๓๐ น. และบ่าย เวลา ๑๔.๓๐ น.