

## โครงการชุมชนตระหนักรู้การดูแลสุขภาพตนเอง ปี ๒๕๖๗

### ๑. หลักการและเหตุผล

ข้อมูลจากสมาพันธ์เบาหวานนานาชาติ (IDF: International Diabetes Federation) ในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ มีการประเมินว่ามีผู้ป่วยเบาหวาน รวม ๔๒๕ ล้านรายทั่วโลก และคาดการณ์ว่าในปีพ.ศ. ๒๕๘๘ จะมีผู้ป่วยเบาหวานจำนวน ๖๒๙ ล้านรายทั่วโลก โดยแบ่งเป็นผู้สูงอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป จำนวน ๑๙๑ ล้านราย หรือมีอัตราการเพิ่มอยู่ที่ร้อยละ ๙๔.๘ และในช่วงอายุ ๒๐-๖๔ ปี จำนวน ๔๓๘ ล้านราย หรือมีอัตราการเพิ่มอยู่ที่ร้อยละ ๓๓.๙

การเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น สถิติจำนวนผู้ป่วยที่มารับการรักษาแบบผู้ป่วยนอกในโรงพยาบาลในประเทศไทย ประจำปี ๒๕๖๑ มีจำนวน ๓,๓๓๒,๕๘๒ คน (ที่มา : กองโรคไม่ติดต่อ ปี ๒๕๖๑) ระบุโรคที่เป็นสาเหตุการป่วยของผู้ป่วยนอกอันดับหนึ่ง คือ โรคความดันโลหิตสูง และอันดับสองคือ โรคเบาหวาน และพบว่าสถิติผู้ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานมีเพียง ๒-๓ คนในผู้ป่วย ๑๐ คน ที่สามารถควบคุมอาการของโรคได้ โรคเบาหวาน ทำให้เป็นปัญหาสุขภาพที่ส่งผลในระยะยาว เกิดการสูญเสียหน้าที่ หรือล้มเหลวของอวัยวะต่างๆ เช่น ตา ไต หัวใจ หลอดเลือดและระบบประสาท โรคแทรกซ้อนที่เกิดในผู้ป่วยเบาหวานจะมีผลต่อคุณภาพชีวิตและลดอายุเฉลี่ยประมาณ ๕-๑๐ ปี อำเภอวังเจ้าปี พ.ศ.๒๕๖๔, ๒๕๖๕, ๒๕๖๖ มีจำนวนผู้ป่วยเบาหวานทั้งหมด ๑,๒๘๙, ๑,๓๑๗, ๑,๓๘๗ คน ตามลำดับ และผู้ป่วยเบาหวานที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ร้อยละ ๔๖.๓๑, ๓๕.๐๘, ๔๒.๔๗ ตามลำดับ (ที่มา : ข้อมูล Health Data Center – กระทรวงสาธารณสุข ๒๖ ก.ย. ๖๖)

จากข้อมูลร้อยละผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดี ปี ๒๕๖๖ ร้อยละ ๕๗.๕๓ ซึ่งพบว่ามีจำนวนมากกว่าครึ่งที่ไม่สามารถดูแลตนเองให้ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีตามเกณฑ์ เนื่องจากรูปแบบการให้ความรู้ที่ผ่านมาเป็นการให้ความรู้หน้าคลินิกบริการ กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม โรงพยาบาลวังเจ้า เห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการชุมชนตระหนักรู้การดูแลสุขภาพตนเอง ปี ๒๕๖๗

### ๒. วัตถุประสงค์

กิจกรรมที่ ๑

เพื่อให้ อสม.มีความรู้เรื่องโรคเบาหวาน สามารถโน้มน้าวใจให้ผู้ป่วยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง

กิจกรรมที่ ๒

เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้เรื่องการควบคุม ป้องกัน ภาวะแทรกซ้อนที่นำไปสู่โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคไต

กิจกรรมที่ ๓

๑. เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ถูกต้อง

๒. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานควบคุมน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ

### ๓. กลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมที่ ๑. อสม.ในเขตอำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก จำนวน ๓๐ คน

กิจกรรมที่ ๒. ผู้ป่วยเบาหวานในพื้นที่อำเภอวังเจ้าที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดี(โดยมี HbA<sub>1c</sub> ≥ ๗%) จำนวน ๕๐ คน

กิจกรรมที่ ๓. อสม.และผู้ป่วยเบาหวาน(กิจกรรม๑,๒) จำนวน ๘๐ คน

#### ๔. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๑. อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ อสม.ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๑.ศึกษา/วิเคราะห์ข้อมูลและคัดเลือก อสม.

๒.ประชุมชี้แจงคณะกรรมการ NCD และทีมสหสาขาวิชาชีพ ในรพ.วังเจ้าและจนท.รพ.สต. สสอ.วังเจ้า ร่วมกำหนด บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบและรูปแบบการจัดบริการ

๓.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ ประชาสัมพันธ์

๔.อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ๕.ติดตามและประเมินผล

กิจกรรมที่ ๒. อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการดูแลตัวเองในผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๑.ศึกษา/วิเคราะห์ข้อมูล และคัดเลือกผู้ป่วยเบาหวาน ได้แก่ ผู้ป่วยที่มีระดับน้ำตาลไม่เป็นไปตามเกณฑ์ของกระทรวงสาธารณสุข

๒.ประชุมชี้แจงคณะกรรมการ NCD และทีมสหสาขาวิชาชีพ ในโรงพยาบาลวังเจ้าและเจ้าหน้าที่รพ.สต. สสอ.วังเจ้า ร่วมกำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบและรูปแบบการจัดบริการ

๓.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ ประชาสัมพันธ์โครงการ

๔.อบรมเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่มและรายบุคคลให้กับผู้ป่วยเบาหวาน

๕.ติดตามและประเมินผล

กิจกรรมที่ ๓. ประชุมติดตามแลกเปลี่ยนความรู้ ๑.ประชุมติดตามแลกเปลี่ยนความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใน กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน หลังการอบรม ๑ เดือน

๒.ประเมินสรุปข้อมูลผลดำเนินงาน

#### ๕. ระยะเวลาการดำเนินงาน

กิจกรรมที่ ๑. พฤศจิกายน ๒๕๖๖ - มีนาคม ๒๕๖๗

กิจกรรมที่ ๒. พฤศจิกายน ๒๕๖๖ - มีนาคม ๒๕๖๗

กิจกรรมที่ ๓. พฤศจิกายน ๒๕๖๖ - มีนาคม ๒๕๖๗

#### ๖. สถานที่ดำเนินงาน

กิจกรรมที่ ๑. ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข

อ.วังเจ้า จ.ตาก

กิจกรรมที่ ๒. ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วังเจ้า จ.ตาก

กิจกรรมที่ ๓. ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วังเจ้า จ.ตาก

#### ๗. งบประมาณ

กิจกรรมที่ ๑. เงินนอกงบประมาณ เงินบำรุงโรงพยาบาล จำนวน ๘,๗๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๒. เงินนอกงบประมาณ เงินบำรุงโรงพยาบาล จำนวน ๑๒,๕๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๓. เงินนอกงบประมาณ เงินบำรุงโรงพยาบาล จำนวน ๘,๘๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๑. อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ อสม.ดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๑.ศึกษา/วิเคราะห์ข้อมูลและคัดเลือก อสม.

๒.ประชุมชี้แจงคณะกรรมการ NCD และทีมสหสาขาวิชาชีพ ในรพ.วังเจ้าและจนท.รพ.สต. สสอ.วังเจ้า ร่วมกำหนด บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบและรูปแบบการจัดบริการ

๓.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ ประชาสัมพันธ์

๔.อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ๕.ติดตามและประเมินผล

๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ ๆ ละ ๖๐ บาท จำนวน ๓๐ คน

เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท

๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท จำนวน ๓๐ คน	เป็นเงิน	๑,๕๐๐ บาท ✓
๓. ค่าสมนาคุณวิทยากร	เป็นเงิน	๓,๐๐๐ บาท
๔. ค่าวัสดุ/อุปกรณ์	เป็นเงิน	๒,๔๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๘,๗๐๐ บาท (แปดพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน) ✓

กิจกรรมที่ ๒. อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการดูแลตัวเองในผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๑.ศึกษา/วิเคราะห์ข้อมูล และคัดเลือกผู้ป่วยเบาหวาน ได้แก่ ผู้ป่วยที่มีระดับน้ำตาลไม่เกินไปตามเกณฑ์ของกระทรวงสาธารณสุข

๒.ประชุมชี้แจงคณะกรรมการ NCD และทีมสหสาขาวิชาชีพ ในโรงพยาบาลวังเจ้าและเจ้าหน้าที่รพ.สต. สสอ.วังเจ้า ร่วมกำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบและรูปแบบการจัดบริการ

๓.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ ประชาสัมพันธ์โครงการ

๔.อบรมเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่มและรายบุคคลให้กับผู้ป่วยเบาหวาน

๕.ติดตามและประเมินผล

๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ ๆ ละ ๖๐ บาท จำนวน ๕๐ คน	เป็นเงิน	๓,๐๐๐ บาท ✓
๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท จำนวน ๕๐ คน	เป็นเงิน	๒,๕๐๐ บาท ✓
๓. ค่าสมนาคุณวิทยากร	เป็นเงิน	๓,๐๐๐ บาท
๔. ค่าวัสดุ/อุปกรณ์	เป็นเงิน	๔,๐๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๑๒,๕๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน) ✓

กิจกรรมที่ ๓. ประชุมติดตามแลกเปลี่ยนความรู้ ๑.ประชุมติดตามแลกเปลี่ยนความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน หลังการอบรม ๑ เดือน

๒.ประเมินสรุปข้อมูลผลดำเนินงาน

๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ ๆ ละ ๖๐ บาท จำนวน ๘๐ คน	เป็นเงิน	๔,๘๐๐ บาท
---	----------	-----------

(นางบุญธิรา ภารสมบุรณ์)  
เจ้าหน้าที่งานการเงินและบัญชีอาวุโส

โครงการชุมชนตระหนักรู้สู่การดูแลสุขภาพตนเอง ปี ๒๕๖๗

รวมเงินทั้งสิ้น ๓๐,๐๐๐ บาท (สามหมื่นบาทถ้วน)

๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท จำนวน ๘๐ คน เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๘,๘๐๐ บาท (แปดพันแปดร้อยบาทถ้วน)

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๓๐,๐๐๐ บาท (สามหมื่นบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

๘. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางสาวธัญชา วงศ์ยังประเสริฐ

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

กิจกรรมที่ ๑

อสม.สามารถวิเคราะห์ผลระดับน้ำตาลในเลือดผู้ป่วย สามารถให้คำแนะนำ โน้มน้าวใจในการปฏิบัติตัวให้เหมาะสมกับผู้ป่วยในแต่ละราย

กิจกรรมที่ ๒

ผู้ป่วยเบาหวานมองเห็นปัญหา มีความตระหนัก สามารถจัดการตนเอง และดูแลตนเองเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนได้

กิจกรรมที่ ๓

อัตราการเกิดภาวะแทรกซ้อนและโรคแทรกซ้อนจากภาวะเบาหวานลดลง

๑๐. การประเมินผล / ตัวชี้วัด

ผลผลิต

๑. ร้อยละของกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ มากกว่าร้อยละ ๘๐

๒. ร้อยละของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจหลังการอบรม มากกว่าร้อยละ ๘๐

๓. ร้อยละของกลุ่มเป้าหมายควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ มากกว่าร้อยละ ๕๐

ผู้เขียนโครงการ

(น.ส.ธัญชา วงศ์ยังประเสริฐ)

พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ผู้เสนอโครงการ

(นางทัศนีย์ ทาจิตต์)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายพิจารณ์ สารเสวก)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

ผู้อนุมัติโครงการ

(นายปองพล วรปานิ)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดตาก

ลำดับที่ 65

ก.พัฒนายุทธศาสตร์ ตรวจสอบแล้ว ลงชื่อ 16 พ.ย. 66

ก. .... NCD ..... ตรวจสอบแล้ว ลงชื่อ 16 พ.ย. 66

งานตรวจสอบภายใน ตรวจสอบแล้ว ลงชื่อ 16 พ.ย. 66


รอง นพ.สสจ.ตาก ตรวจสอบแล้ว ลงชื่อ .....


แผนปฏิบัติการ โรงพยาบาลวังเจ้า ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗


กลุ่มภารกิจ ..... บริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม ..... หน่วยงาน ..... โรงพยาบาลวังเจ้า .....


ชื่อแผนงาน/ โครงการ	หลักการและเหตุผล/ วัตถุประสงค์	กิจกรรม/กลุ่มเป้าหมาย	งบประมาณ	แหล่ง งบประมาณ	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
โครงการชุมชนตระหนักรู้สู่ การดูแลสุขภาพตนเอง ปี ๒๕๖๗	<b>วัตถุประสงค์</b> เพื่อให้ อสม.มีความรู้ เรื่องโรคเบาหวาน สามารถโน้มน้าวใจให้ผู้ ป่วยมีการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง	<b>กิจกรรมที่ ๑</b> อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ อสม.ดูแล ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๑.ศึกษา/วิเคราะห์ ข้อมูลและคัดเลือก อสม. ๒.ประชุมชี้แจงคณะกรรมการ NCD และทีมสหสาขาวิชาชีพ ในรพ.วังเจ้า และจนท.รพ.สต. สสอ.วังเจ้า ร่วม กำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ และรูปแบบการจัดบริการ ๓.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ ประชาสัมพันธ์ ๔.อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติ การ๕.ติดตามและประเมินผล <b>กลุ่มเป้าหมาย</b> อสม.ในเขตอำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก จำนวน ๓๐ คน <b>พื้นที่เป้าหมาย</b> พื้นที่เขตอำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก <b>สถานที่</b> ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วังเจ้า จ.ตาก	<b>รายละเอียด ดังนี้</b> ๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ ๆ ละ ๖๐ บาท จำนวน ๓๐ คน เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท จำนวน ๓๐ คน เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท ๓. ค่าสมนาคุณวิทยากร เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท ๔. ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท  <b>รวมเป็นเงิน ๘,๗๐๐ บาท</b> <b>แปดพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน</b>	เงินนอกงบ ประมาณ เงิน บำรุงโรง พยาบาล	พฤศจิกายน ๒๕๖๖ - มีนาคม ๒๕๖๗	นางสาวธนัชชา วงศ์ ยิ่งประเสริฐ

ง  
ง  
(นางนิสาชล โพธิ์ทอง)  
นักวิชาการเงินและบัญชี  
๐ 9 พย. 2566

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เขียน  
(น.ส.ธนัชชา วงศ์ยิ่งประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เสนอ  
(น.ส.ธนัชชา วงศ์ยิ่งประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เห็นชอบ  
(นางทัศนีย์ ทาจิตต์)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ .....  ..... ผู้อนุมัติ  
(นายพิจารณ์ สารเสวก)  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

แผนปฏิบัติการ โรงพยาบาลวังเจ้า ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗

กลุ่มภารกิจ ..... บริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม ..... หน่วยงาน ..... โรงพยาบาลวังเจ้า .....

ชื่อแผนงาน/ โครงการ	หลักการและเหตุผล/ วัตถุประสงค์	กิจกรรม/กลุ่มเป้าหมาย	งบประมาณ	แหล่ง งบประมาณ	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
	<p><b>วัตถุประสงค์</b> เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้ เรื่องการควบคุม ป้องกัน ภาวะ แทรกซ้อนที่นำไปสู่โรค หลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือด เลือดสมอง โรคไต</p>	<p><b>กิจกรรมที่ ๒</b> อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการ การดูแลตัวเองในผู้ป่วยโรคเบาหวาน ๑.ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลและคัดเลือกผู้ ป่วยเบาหวาน ได้แก่ ผู้ป่วยที่มีระดับ น้ำตาลไม่เป็นไปตามเกณฑ์ของ กระทรวงสาธารณสุข ๒.ประชุมชี้แจงคณะกรรมการ NCD และทีมสหสาขาวิชาชีพ ในโรงพยาบาล วังเจ้าและเจ้าหน้าที่รพ.สต. สสอ.วังเจ้า ร่วมกำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ และรูปแบบการจัดบริการ ๓.จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ ประชาสัมพันธ์ โครงการ ๔.อบรมเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปรับ เปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้กระบวนการ กลุ่มและรายบุคคลให้กับผู้ป่วยเบา หวาน ๕.ติดตามและประเมินผล</p> <p><b>กลุ่มเป้าหมาย</b> ผู้ป่วยเบาหวานในพื้นที่อำเภอวังเจ้าที่</p>	<p><b>รายละเอียด ดังนี้</b> ๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ ๆ ละ ๖๐ บาท จำนวน ๕๐ คน เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท จำนวน ๕๐ คน เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท ๓. ค่าสมนาคุณวิทยากร เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท ๔. ค่าวัสดุ/อุปกรณ์ เป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท</p> <p style="text-align: center;"><b>รวมเป็นเงิน ๑๒,๕๐๐ บาท</b> <b>หนึ่งหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน</b></p>	<p>เงินนอกงบ ประมาณ เงิน บำรุงโรง พยาบาล</p> <p style="text-align: center;">(นางนิสาชล โพธิ์ทอง) นักวิชาการเงินและบัญชี ๐ 9 พ.ย. 2566</p>	<p>พฤศจิกายน ๒๕๖๖ - มีนาคม ๒๕๖๗</p>	<p>นางสาวธนัชชา วงศ์ ยิ่งประเสริฐ</p>

ลงชื่อ ..... ผู้เขียน  
(น.ส.ธนัชชา วงศ์ยิ่งประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอ  
(น.ส.ธนัชชา วงศ์ยิ่งประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ลงชื่อ ..... ผู้เห็นชอบ  
(นางทัศนีย์ ทาจิตต์)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ ..... ผู้อนุมัติ  
(นายพิจารณ์ สารเสวก)  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

แผนปฏิบัติการ โรงพยาบาลวังเจ้า ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗

กลุ่มภารกิจ ..... บริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม ..... หน่วยงาน ..... โรงพยาบาลวังเจ้า .....

ชื่อแผนงาน/ โครงการ	หลักการและเหตุผล/ วัตถุประสงค์	กิจกรรม/กลุ่มเป้าหมาย	งบประมาณ	แหล่ง งบประมาณ	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
		ควบคุมระดับน้ำตาลได้ไม่ดีโดยมี HbA1c ≥ ๗% จำนวน ๕๐ คน <b>พื้นที่เป้าหมาย</b> พื้นที่เขตอำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก <b>สถานที่</b> ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วัง เจ้า จ.ตาก				
	<b>วัตถุประสงค์</b> ๑. เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถ ดูแลสุขภาพตนเองได้ ถูกต้อง ๒. เพื่อให้ผู้ป่วยเบา หวานควบคุมน้ำตาลใน เลือดให้อยู่ในเกณฑ์ ปกติ	<b>กิจกรรมที่ ๓</b> ประชุมติดตามแลกเปลี่ยนความรู้ ๑.ประชุมติดตามแลกเปลี่ยนความรู้การ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มผู้ป่วยเบา หวาน หลังการอบรม ๑ เดือน ๒.ประเมินสรุปข้อมูลผลดำเนินงาน <b>กลุ่มเป้าหมาย</b> อสม.และผู้ป่วยเบาหวาน(กิจกรรม๑,๒) จำนวน ๘๐ คน <b>พื้นที่เป้าหมาย</b> พื้นที่เขตอำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก <b>สถานที่</b> ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วัง เจ้า จ.ตาก	<b>รายละเอียด ดังนี้</b> ๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ ๆ ละ ๖๐ บาท จำนวน ๘๐ คน เป็นเงิน ๔,๘๐๐ บาท ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท จำนวน ๘๐ คน เป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท  <b>รวมเป็นเงิน ๘,๘๐๐ บาท</b> <b>แปดพันแปดร้อยบาทถ้วน</b> <b>รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๓๐,๐๐๐ บาท</b> <b>สามหมื่นบาทถ้วน</b> <b>หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้</b>	เงินนอกงบ ประมาณ เงิน บำรุงโรง พยาบาล	พฤศจิกายน ๒๕๖๖ - มีนาคม ๒๕๖๗	นางสาวธนัชชา วงศ์ ยังประเสริฐ

(นางนิสาชล โพธิ์ทอง)  
นักวิชาการเงินและบัญชี  
๐๙ พ.ย. ๒๕๖๖

ลงชื่อ ..... ผู้เขียน  
(น.ส.ธนัชชา วงศ์ยังประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอ  
(น.ส.ธนัชชา วงศ์ยังประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ


ลงชื่อ ..... ผู้เห็นชอบ  
(นางทัศนีย์ ทาจิตต์)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ


ลงชื่อ ..... ผู้อนุมัติ  
(นายพิจารณ์ สารเสวก)  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

แผนปฏิบัติการ โรงพยาบาลวังเจ้า ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗


กลุ่มภารกิจ ..... บริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม ..... หน่วยงาน ..... โรงพยาบาลวังเจ้า .....

ชื่อแผนงาน/ โครงการ	หลักการและเหตุผล/ วัตถุประสงค์	กิจกรรม/กลุ่มเป้าหมาย	งบประมาณ	แหล่ง งบประมาณ	ระยะเวลา ดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
------------------------	-----------------------------------	-----------------------	----------	-------------------	-----------------------	--------------

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เขียน  
(น.ส.ธันชชา วงศ์ยิ่งประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เสนอ  
(น.ส.ธันชชา วงศ์ยิ่งประเสริฐ)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เห็นชอบ  
(นางทัศนีย์ ทาจิตต์)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ลงชื่อ .....  ..... ผู้อนุมัติ  
(นายพิจารณ์ สารเสวก)  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า



### โครงการชมชนตระหนักรู้สู่การดูแลสุขภาพตนเอง ปี 2567

✓ ผ่าน โดย วิทยาลัย ศาสนาสงฆ์ มุ่งระดม กลุ่มงานพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวพุทธ

งานแผน ตรวจสอบแล้วค่ะ

7 พฤศจิกายน 2566 เวลา 8:58 น.

✓ ผ่าน โดย นางนิสาชล โพธิ์ทอง

1 พฤศจิกายน 2566 เวลา 21:40 น.

✓ ผ่าน โดย นางสาวจรรยาพร คลังศรี

1 พฤศจิกายน 2566 เวลา 15:25 น.

📩 ส่ง โดย ศศินีย์ ทาจิอด

31 ตุลาคม 2566 เวลา 10:41 น.

⚠️ ส่งกลับแก้ไข โดย นางสาวจรรยาพร คลังศรี

ลองปรับย่อรายละเอียด ผลที่คาดว่าจะได้รับ กับ ประโยชน์ ให้สั้นลง จนลายเซ็น อยู่ครบในหน้า 4 ค่ะ

31 ตุลาคม 2566 เวลา 8:52 น.

⚠️ ส่งกลับแก้ไข โดย นางนิสาชล โพธิ์ทอง

แก้ไขกำหนดการค่ะ

25 ตุลาคม 2566 เวลา 11:06 น.

📩 ส่ง โดย ศศินีย์ ทาจิอด

↑ START

### โครงการขมขบตระหนักรัฐสุการดูแลสุขภาพตนเอง ปี 2567

8 พฤศจิกายน 2566 เวลา 14:31 น.

✓ ผ่าน โดย ผู้ตรวจสอบ กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ สสจ.ตาก

8 พฤศจิกายน 2566 เวลา 11:35 น.

✓ ผ่าน โดย นางบุญธรา ภารสมุญณ์

7 พฤศจิกายน 2566 เวลา 16:32 น.

✓ ผ่าน โดย วิชาพรณ์ ฝ่ายงานส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มงานพัฒนาสุขภาพและวิชาการ สสจ.ตาก

งานแผน ตรวจสอบแล้วค่ะ

7 พฤศจิกายน 2566 เวลา 15:35 น.

✓ ผ่าน โดย นางสาวจรรยาพร คลังศรี

7 พฤศจิกายน 2566 เวลา 14:54 น.

✓ ผ่าน โดย นางนิสาชอ โพธิ์ทอง

7 พฤศจิกายน 2566 เวลา 14:44 น.

✓ ส่ง โดย ทศนิยม ทาจิด

แก้ไขตามที่เป็แนะนำแล้วค่ะ

7 พฤศจิกายน 2566 เวลา 13:57 น.

✓ ผ่าน โดย นางบุญธรา ภารสมุญณ์

7 พฤศจิกายน 2566 เวลา 11:02 น.

## ตารางกิจกรรม

โครงการชุมชนตระหนักรู้สู่การดูแลสุขภาพตนเอง ปี ๒๕๖๗

อำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก

วันที่ ธันวาคม ๒๕๖๖

ณ. ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วังเจ้า จ.ตาก

เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้ารับการอบรม
เวลา ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.	ทำแบบประเมินก่อนอบรม
เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๐.๐๐ น.	เปิดพิธี โดยผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า/สาธารณสุขอำเภอวังเจ้า
เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น.	การบรรยายเรื่องโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดสมอง โดย นางทัศนีย์ ทาจิตต์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ. วังเจ้า
เวลา ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	จัดอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการใน อสม. โดยแบ่งเป็นฐานจำนวน ๒ ฐาน กลุ่มที่ ๑ การบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานและการแปลผลน้ำตาล โดย นักโภชนาการ รพ.วังเจ้า,พยาบาลวิชาชีพ รพ. วังเจ้า กลุ่มที่ ๒ การดูแลเท้าและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน โดย นักกายภาพบำบัด รพ.วังเจ้า
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	จัดอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการในอสม. (ต่อ) โดยแบ่งเป็นฐานจำนวน ๒ ฐาน กลุ่มที่ ๑ การบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานและการแปลผลน้ำตาล โดย นักโภชนาการ รพ.วังเจ้า,พยาบาลวิชาชีพ รพ. วังเจ้า กลุ่มที่ ๒ การดูแลเท้าและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน โดย นักกายภาพบำบัด รพ.วังเจ้า
เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	สรุปกิจกรรมและความรู้ที่ได้รับจากการอบรม
หมายเหตุ เวลา ๑๐.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
เวลา ๑๔.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

ตารางกิจกรรม

โครงการชุมชนตระหนักรู้สู่การดูแลสุขภาพตนเอง ปี ๒๕๖๗

อำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก

วันที่ ธันวาคม ๒๕๖๖

ณ. ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วังเจ้า จ.ตาก

เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมอบรม
เวลา ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.	ทำแบบประเมินก่อนอบรม
เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๐.๐๐ น.	เปิดพิธี โดยผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า/สาธารณสุขอำเภอวังเจ้า
เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น.	การบรรยายเรื่องโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดสมอง โดย พยาบาลวิชาชีพ รพ. วังเจ้า
เวลา ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยายเรื่องภาวะแทรกซ้อนโรคเบาหวาน โดย พยาบาลวิชาชีพ รพ. วังเจ้า
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	จัดอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการในผู้ป่วยเบาหวาน (ต่อ) โดยแบ่งเป็นฐานจำนวน ๒ ฐาน กลุ่มที่ ๑ การบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานและการแปลผลน้ำตาล โดย นักโภชนาการ รพ.วังเจ้า, พยาบาลวิชาชีพ รพ. วังเจ้า กลุ่มที่ ๒ การดูแลเท้าและป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน โดย นักกายภาพบำบัด รพ.วังเจ้า
เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	ทำแบบประเมินหลังอบรม/สรุปกิจกรรมและความรู้ที่ได้รับจากการอบรม
หมายเหตุ เวลา ๑๐.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
เวลา ๑๔.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

ตารางกิจกรรม

โครงการชุมชนตระหนักรู้สู่การดูแลสุขภาพตนเอง ปี ๒๕๖๗

อำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก

วันที่ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

ณ. ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุข อ.วังเจ้า จ.ตาก

เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้ารับการอบรม
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	ส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการดูแลตัวเองที่ถูกต้องในผู้ป่วยโรคเบาหวาน (ทบทวนการดูแลสุขภาพ)
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	แลกเปลี่ยนเรียนรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ปัญหาและอุปสรรค
หมายเหตุ เวลา ๑๐.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
เวลา ๑๔.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม